

· 美国《商业周刊》推荐 ·

美国人何以如此郁闷



进步的悖论

THE PROGRESS PARADOX

How Life
Gets Better
While People Feel Worse

[美国] 格雷戈·伊斯特布鲁克 著

黄海燕 喻文中 译



中国商务出版社
CHINA COMMERCE AND TRADE PRESS

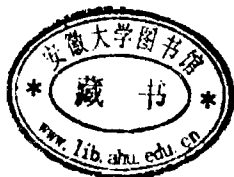
商务闲读系列

美国人何以如此郁闷

进步的悖论

THE PROGRESS PARADOX
How Life Gets Better While People Feel Worse

[美国] 格雷戈·伊斯特布鲁克 著
喻文中 黄海燕 译



中国商务出版社
CHINA COMMERCE AND TRADE PRESS

图书在版编目(CIP)数据

美国人何以如此郁闷/(美)伊斯特布鲁克著;喻文中,
黄海燕译. —北京:中国商务出版社,2005.6

(商务闲读系列)

ISBN 7-80181-328-6

I. 美... II. ①伊...②喻...③黄... III. 美国人—社
会心理—研究 IV. C955.712

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 045176 号

THE PROGRESS PARADOX by Gregg Easterbrook

Copyright 2003 by Gregg Easterbrook

This translation published by arrangement with Random House,

an imprint of Random House Publishing Group,

adivision of Random House, Inc.

Simplified Chinese translation copyright 2004

by China Commerce & Trade Press

ALL RIGHTS RESERVED

版权出让方 Random House, Inc.

版权代理 博达著作权代理有限公司

京版权登记号 图字:01-2004-6552 号

商务闲读系列

美国人何以如此郁闷

——进步的悖论

[美国]格雷戈·伊斯特布鲁克 著

喻文中 黄海燕 译

中国商务出版社出版

(北京市安定门外大街东后巷 28 号)

邮政编码:100710

电话:010—64255862(编辑室)

010—64245984(发行一部)

网址: www.cctpress.com

Email: cctpress@cctpress.com

新华书店北京发行所发行

北京华正印刷厂 印刷

880×1230 毫米 32 开本

7.625 印张 198 千字

2005 年 8 月 第 1 版

2005 年 8 月 第 1 次印刷

印数: 5000 册

ISBN 7-80181-328-6

F·756

定价: 20.00 元

版权专有 侵权必究

举报电话: (010)64212247

前言

假若先父们再现今世

如果我们的先父跨越两百年重返今日美国,当今世界的规模与繁荣一定会使他们目瞪口呆,并且他们多半不会喜欢这些新事物。其实,这一切我们自己也未必都喜欢。高速度的现代生活会让他们瞠目结舌,在他们那个时代,用一个星期从伦敦到纽约已经快如闪电,他们又何曾体验过现代高速公路的飞速急驰呢? 1844年,当大西部铁路公司的新型蒸汽机车以每小时45英里的速度拖动一节又一节车厢时,一些人已经感到惊恐万状,视这种速度为“超乎自然”。家庭医生也敦促人们尽量避免乘坐火车,理由是这样的高速会使人“窒息而死”。如今,我们对更快的速度也已习以为常,呼啸而过的钢铁怪兽包围着我们工作、生活乃至休息消遣的每一个角落,而驾驶它们的人很多还只是十几岁的孩子。除此之外,我们还必须承受同样危险的心理速度和与之相伴的心理压力。加上核威胁、全球恐怖主义,以及无处不在、空虚愚蠢的大众娱乐。对此,我们的先父重返世上的第一反应可能是大失所望,要求回归他们自己的

时代。

然而,如果再深入一点了解的话,他们一定会对今天的世界感到惊叹不已。人们再不用担心食品匮乏,各式各样的食物应有尽有,而且价格便宜,三月份就可品尝到新鲜草莓!营养过剩不仅困扰有钱人,现在也成为穷人的烦恼。穷人甚至比有钱人更容易患肥胖病,而在两百年前,穷人困苦劳顿,骨瘦如柴。对我们的先父来说,穷人营养过剩可能比喷气式飞机从跑道一跃而起更难以想象。

我们习以为常的现代社会使他们眼花缭乱。20世纪初,美国人的平均寿命只有41岁,现在是77岁,增长了近一倍。过去的许多疾病,如小儿麻痹症、天花、麻疹和佝偻病等都被一一征服。抗生素发明使以前让人谈虎色变的传染病已所剩无几。我的祖父在1921年死于破伤风,当时无药可治,而今天却只需几小瓶便宜药水就能挽救他的生命。

当今时代的许多方面还会让我们的先父感到匪夷所思。机器取代了大多数繁重的体力劳动,人们有了更多的闲暇。不论是工作还是从事家务,普通人的劳动时间只相当于19世纪时的一半。全球即时通讯,遥远的城市一日内可达。对少数族群和妇女的歧视在形式上已经宣告结束。机会越来越多,人们相信通过公平竞争可以获得成功。人们普遍拥有自己的住宅,并装有冷暖空调。老年在经济和医疗方面有了基本的保障,人们无需再为晚年担心。民众可以低廉的价钱充分享受信息资源和文学艺术资源。在政治、言论、性和免除兵役方面更是取得了令人难以置信的前所未有的自由。

今天,我们生活舒适,享受应有尽有的商品和服务;随心所欲地出门旅行;和世界任何一个角落的人通话;懂得一切该懂得的知识;自由地思想和发表言论;为爱而结婚,和愿意的人做爱;为英年早逝的人悲伤——昔日的少年夭折,如今已鲜有所闻。总而言之,除了当代的高速和嘈杂,以及庸俗无聊的流行音乐,我们的先父可能会说今天的美国就是理想中的乌托邦。

然而我们当中有多少人对这个时代感到乐观,相信生活正变得更好呢?今天的美国人告诉民意测验者,说他们的国家正在走下坡路,远不如上一代人过得好;说他们感到压力太大,难以忍受;说他们的孩子前景堪忧。即使在“9·11”事件发生之前美国最繁荣的时期,他们也是这么说。

虽然自20世纪50年代以来,美国人的实际收入增长了一倍多,但是认为自己“幸福”的美国人的比例却没有任何增加,日本和西欧也是如此。50年来,尽管还有第二次世界大战的重创,人们的生活发生了翻天覆地的变化,但是人们的幸福感却没有相应增加。21世纪伊始第一天,美国总统比尔·克林顿说:“西方社会从未在任何时候享受像现在这样的繁荣和进步。”这句话并不只是政治家的外交辞令,客观地说,这是事实。然而,尽管美国和欧盟各国的公民们比历史上几乎所有人都生活得更好,但他们却仍然郁郁寡欢。

许多人不仅没有认识到生活变好,反而感觉更差了。医院诊断的忧郁症病人数量与经济呈现可怕的同步增长。与半个世纪前相比,去除人口增长的因素,“单极型忧郁症”,一种总是感到抑郁不振的精神患者,却增长了十倍。

当代的这种忧郁症也许是因为人类的天性所致。人们天生喜欢抱怨,无论条件怎样改善,总是追问为什么不能更好。就像法国作者雅各·不来勒所写的,“富人的孩子,圣人的孩子,谁会心存满足,不怀抱怨?”如果有一天伊甸园重现,人们可能还要抱怨园中只有牛奶和蜂蜜,食谱过于单调;狮子虽然很友好,叫声却尚欠温柔。

在富足而自由的社会中,存在这样普遍的忧郁症和悲观主义,可能不只是人类的抱怨天性所能完全解释的。波士顿大学的艾伦·乌尔夫认为,我们这个时代的一个首要问题是,“声称为最大多数人创造最大程度幸福的资本主义和自由民主制度,为什么会遗留这么多的不幸福感?”

也许,每解决一个旧的问题,新的问题又随之而生,这意味着更好的生活水平并不一定保证更多的幸福感。也许西方社会已经迷失方向,在创造富裕的物质财富的同时,却制造如此多的压力,使人们无法享受所获得的财富。也许人们应该重新审视自己的生活观:少一点索取,多一些关注;享受所有,而不是希图所无;“金钱买不到幸福”不应该只停留在嘴上。也许欧美人还应该补上一堂关于感恩原则的基础课。的确,即便发生了“9·11”事件,美国和欧盟的几乎所有的发展仍可说是积极的,大多数人,包括这本书的读者们,他们的前半生一直都是积极的。为了创造我们今天的自由和繁荣,先辈们勤劳刻苦,作出了许多牺牲,但是人们为此心存感谢的时代似乎已经过去了。

本书将要讨论以下问题:

- 不断提升人们生活的当代欧美社会,处处呈现各方面积极发展的趋势;

- 从政府决策到个人选择的方方面面,形成了这种积极趋势的具体行为;

- 为什么相当多的欧美人对生活的进步视而不见,甚至拒绝承认;

- 为什么自由富足、文雅体面的欧美社会,竟出现如此众多的不幸福者;

- 过去认为“不可解决”的问题如污染和犯罪,正在得到积极迅速的解决。我们相信,现在认为“不可解决”的问题如全球变暖和发展中国家普遍的贫困,也将得到解决。这种信心的依据何在?

- 即使现有的问题全部得到解决,为什么我们的幸福感可能还未必随之增加?

此外,针对发达国家个人普遍的郁闷感,本书还将对此矛盾现象提出一些可能的解释。它们包括:

- 新的焦虑取代了旧的焦虑。“选择焦虑症”(choice anxiety)便是其中之一。过去人们在各种社会习俗的束缚中苦苦挣扎,现在却因为拥有太多选择而感到苦恼。还有“贫穷强迫症”(abundance denial)。人们编制出详细的理论,力图说服自己在物质上仍然极端匮乏,从而成功地让自己相信生活并不幸福。另外一种“崩溃恐惧症”(collapse anxiety)。这是一种普遍的思潮,认为美国和欧盟的繁荣不是真实可靠的,有朝一日,如发生经济或环境崩溃、恐怖战争或人口暴增,以及其他某些想象的灾难,便会土崩瓦解。此外还有“愿望满足周期症”(revolution of satisfied expectations)。当愿望得到满足,梦想终于实现时,人们却

感到忧虑和不安。

• 从“物质匮乏(material want)”到“价值匮乏(meaning want)”,社会正在经历一次根本性的转变。越来越多的人享受着稳定的生活,却逐渐感到生命缺乏意义。这样的转变并不表示人们不再是物质主义者,没有任何社会指数表明这种可能性。这只是预示更多的人不仅期望更高的物质生活水平,同时还将期望着更高的生活意义。这是一个艰难的任务,因为追求价值比追求物质财富更为困难。

• 社会创造足够的闲暇和财富,还允许千百万人同时感到忧郁,对此我们终归应该感到庆幸。富足自由却感到不幸福,这种组合总比其他可能性要好一些。

• 关于幸福和不幸福的最新心理学研究认为:宽恕、感恩和乐观,这些与他人相处的优秀品质实际上对于个人的幸福都是至关重要,最终是为你自己服务的。

现在,我们的祖先们的周围一定聚集了许多人。先辈视为不可思议的那些进步和发展,在我们看来都是理所当然的。不知我们的先辈是否能够相信,住在空调的屋里,冰箱塞满食物,救护车随叫随到,人们仍然会感到不幸福。不知我们的先辈是否能够明白,无论生活如何进步,不幸的感觉依然存在。

我们生活在有幸的时代,却不感到幸福。关于我们自己和我们的未来,这个进步的悖论意味着什么呢?

目 录

前 言	假若先父们再现今世	1
第一章	普通百姓的富足生活	1
第二章	几乎一切都在变好	29
第三章	好消息反而令人惧怕	62
第四章	精致的宠物沙发梯	92
第五章	唯独缺少的是幸福	121
第六章	压力来自人类的天性	141
第七章	如何具有理性的思维	160
第八章	完善自我的理由	172
第九章	奢侈生活的背后	183
第十章	摒弃内心的贪婪	192
第十一章	消除他人的贫困	210
第十二章	永远也不会太晚	227

第一章

普通百姓的富足生活

尽管很多航空地图都没有标注这个机场，但飞行员们对它却了如指掌。飞机在这里降落要求飞行员具备高超的技术，并运用精确的全球卫星定位系统网络数据脉冲接受器装备，因为跑道长度只有 2 350 英尺（不足航行的起落标准）。飞机的轮子只有准确地降落到跑道的起点位置，才不会冲出跑道末端。每当飞机安全降落后，机组人员和乘客迅速走下飞机，行动积极，情绪饱满。

这些不是装载突击队员的军用运输工具，而是满载食客的小型私人飞机，专程飞往位于俄克拉荷马州的“麦盖希鲶鱼食府”。在美国，坐飞机来吃饭的餐馆数量不断增加，这个食府只是其中之一，但它拥有专属的跑道。餐馆生意兴隆，营业很迟，机场彻夜灯火通明。该机场的指向标注上了“Loran T40”字样，这是国际通用的雷达信号，但在这里不仅代表机场，而且代表餐馆。在麦盖希店，大多数食客来自离此地大约 40 分钟航程的达拉斯，也有人特地从几百英

里之外飞过来，专为品尝这里以新鲜的农家鲶鱼、腌西红柿和乌龟芝士饼为特色的菜肴。

据一个名叫“百元汉堡”的组织统计(小型私人飞机运行一小时花费约一百美元，该组织由此而得名)，现在美国有近一千家接待空中食客的餐馆，其中大多紧邻民航机场，但越来越多像麦盖希这样的店已成为名副其实的飞行餐馆。这种食府的出现让拥有小型飞机者兴奋不已。他们中的许多人学习飞行，仅是作为对自己的挑战或是为了空中飞行的浪漫，现在，他们才发现飞行用餐是一种最好的消遣。真难以想象，美国人面临的难题之一竟是为他们的私人飞机找点事情做！要给发展中国家的穷人们解释清楚这点，殊非易事。

到目前为止，飞行餐馆还没有开设外卖，但那只是时间问题。先不说坐飞机吃饭是生活的突破或是荒唐，值得一提的是，在麦盖希店着陆的飞机不是超级富豪们的私人喷气式飞机，而是单擎或双擎螺旋桨式飞机，机主多为农民、石油工人、专业人员以及其他来自中产阶级的人。这些男男女女中很少有金融寡头、阔绰老板，但他们却有钱供养飞机，还会突发奇想为了吃一大盘新鲜鲶鱼而专程前往。正如数百万并不富裕的美国人拥有两套住房、四辆汽车外加一艘游艇一样，这些人体验着过去只有精英阶层中一小部分人才能享受的奢华生活。在今天的美国，数千架私人飞机的主人都是这样并不富裕的普通人。

方便飞机出行者的社区也冒出来了，小型飞机跑道列入了整个社区的规划开发。佛罗里达州黛托那海滩附近的“云杉湾”就是为坐飞机出行的人建设的附属居住区，这里

居住有约 1 200 户人,长达 14 英里的飞机滑行道连接每座房子和跑道。位于得克萨斯州乌斯关附近的“核桃山庄”于 21 世纪初竣工,共有 125 户,均有飞机滑行道直通家门。飞机着陆后可滑行至机主家门口,停在私人专道上。十几岁的飞行员可把飞机开到意中人的大门前接他/她赴约。“核桃山庄”的住户们虽然富裕,却不是百万富翁。这类居住区的大多数房屋带有飞机棚,而不仅有车库。最受欢迎的是 4 500 平方英尺的飞机棚,足可停放两辆轿车和两架飞机。

如果说,开飞机去吃饭和拥有滑行跑道的家不合你的胃口,何不试试住在高尔夫球场边的生活?美国今天至少有两百个房产项目建在高尔夫球场周围。在这些社区,可常见高尔夫车在街道两侧的小道上轻快地驶过。许多业主自己的高尔夫车,就停放在车库里,可从后门直接开到球场。高尔夫俱乐部会员证一般都包括在房屋购买价格中。高尔夫球场边的生活变得如此受欢迎,现在不仅在赚大钱的城市附近开发,而且还延伸到了密苏里州和怀俄明州这些地方。位于怀俄明州谢里丹市的高尔夫社区“香粉角”,坐拥逶迤壮观的大霍恩山脉美景,开发商散发的小册子这样推销:“房宅连接高尔夫车道,依山傍水,驾车可直达专业的 18 洞球场,步行即到俱乐部及训练场。”在“香粉角”,漂亮、配备齐全的房子价格从 28.5 万美元到 42.5 万美元不等,不便宜但也不算贵,在千百万美国人的购买力范围之内。

是喜欢宁静的湖泊,还是便捷的飞机,或是灵巧的高尔

夫车？2000年，美国成交的房屋交易中有整整13%属二次置业，这些房产大多数建在林中、山边或海滩这样的度假区内。度假屋如此火爆，以致在许多受欢迎的乡村胜地，如位于西雅图之北的圣胡安岛、华盛顿及马里兰州的深溪湖（坐落在Alleghenies山脉，与匹兹堡和华盛顿特区等距离），成千上万的度假住宅在风光旖旎的河岸边一字排开。

一个世纪以前，购买另一套住宅当作休闲的处所，单是这种想法就可能让极少数超级精英思量再三。而现在，数百万人有自己的周末度假屋，而且这数字还在不断上升。今天，你的水畔梦幻屋的最大问题是太多人也跟你一样拥有度假屋、汽艇或喷射滑板（2001年，美国人花在娱乐性水运工具上的钱为2500亿美元，超过朝鲜一年的国民生产总值），结果，静谧的气氛可能被发动机的吼叫声破坏殆尽。目前，许多湖畔社区酝酿发起运动，限制私人汽船噪音。在这里包含微妙的政治，因为赞成安静的小集团，他们感到自己的权利受到践踏，摆好了阵势反对船主和喷射滑板持有人，而这些男女却又属于工人阶级。

请想象一下：工人阶级拥有私人游艇。普通人而不是贵族或老板拥有“游乐”船，这在我们这个时代也还算新鲜。但是由于太多平民拥有游船，以致现在许多地区出现泊位紧缺的现象。先前的小船坞现在发展成了“船坞业”，拥有代表自己利益的游说议员、国际性的船坞研究所，还有自己的刊物，包括《船坞码头时代》(Marina Dock Age)和《当代船坞和船厂》(Boatyard Today)。在抵制规模性户外运动的其他斗争中，比如在加州沙漠地区和黄石国家公园这样的国家标志性地区，成为众矢之的的机器可能是履带式雪

上汽车或单座越野车,每辆 5 000 美元或多一点,车主也是普通人。自 1995 年以来,美国人购买的越野车超过 300 万辆,几乎只作娱乐用途,现在还以每年 75 万辆的速度继续抢购。请大家想象一下:一般民众购买这种价格昂贵的专门用途车辆,只是为了周末消遣!

飞行的餐馆、高尔夫球场社区、被度假屋包围着的乡间湖泊、游船、有内置式电视的庞大真皮座豪华轿车、自选喷漆带 GPS 定位系统的履带式雪上汽车,以及其他许多价格高昂的消费品,他们的营销对象已不是上流社会,而是美国的中层社会,并且正逐渐扩大至欧洲的中层社会。这可以说明第二次世界大战后西方世界一个最基本的趋势,即不富裕的人的生活水平得到大幅度提高。我们还可举出其他例子来证明这一点。

贫穷在美国仍然存在,虽然每年都在降低,但仍然是国家的耻辱。数百万人生活在经济压力之下,疲于应付交不完的账单;还有数百万人没有医疗保险;物质至上主义使人眼光短浅的同时也使人难以满足;大众文化(电影、电视和流行音乐)日趋无聊;不平等的财富使一些人拥有的远超过其所需,而另一些人只有怨恨;全球化的进程让许多人害怕失去工作。所有这些都是对当代美国生活持否定态度的重要理由。

但是总体说来,美国人正稳步地富裕起来。虽然富人们比以前更富有,但社会生活水平提高的主要标志——也是真正重要的标志——却是普通人真正的富裕。今天,几乎每个美国人和欧盟人都比他们的父母过得好,多年来一直如此,而且将会继续如此。

从 2000 年美国人口普查的统计数据中可见,今天美国有将近 23% 的家庭年收入不少于 75 000 美元,相当于大约 6 300 万人属于中上层阶级。(这个数字超过 1890 年美国全国总人口)。6 300 万人如今都过着“上流社会”的生活,虽然上流的物质生活难以保证精神的幸福。生活越富裕,内心越郁闷,这是本书将深入探讨的另一个话题。但是,6 300 万人非常富裕这个概念代表了生活水平上非同一般的进步趋势。在 1890 年,只有不到 1% 的美国家庭赚的钱相当于今天的 75 000 美元;现在,将近 1/4 的家庭达到了这个幸运的水平。

中产阶级呢? 自 1960 年,通货膨胀调整后的美国,人均收入翻了不止一番,亦即现在一个普通人掌握比其父母在 1960 年多一倍的购买力,其中已去除了消费价格上升的因素。对一般人而言,真实的购买力在稳步上升,超过通货膨胀水平,部分原因在于许多日常用品(尤其是食品以及几乎所有的电子产品)的价格不断下降。正如联邦储备局官员 W·迈克尔·考克斯(W. Michael Cox)所指出,根据人们必须工作多少小时才能购买基本生活用品和服务的尺度来衡量,美国老百姓在战后这些年稳步富裕起来了。例如,在 1956 年,普通美国人购买每 100 平方英尺的住宅,应工作 16 周;而今天只需 14 周的工作,而且购买的新家比过去的漂亮多了。在 20 世纪 50 年代,在原来的麦当劳兄弟公司的摊位上买一个芝士汉堡要花去一般人半个小时的薪水;现在麦当劳的一个芝士汉堡只需一般人 3 分钟的工作所得。美国人购买汽车、家具、服装和其他日常用品,所需的工时量呈现稳定持续的下降。考克斯发现:在重要的商

品和服务当中,假如也用工时量来衡量,现在只有医疗保健和大学教育比 20 世纪 50 年代贵。

2001 年,美国中线家庭的收入是 42 228 美元,而平均家庭收入是 68 000 美元。最近几十年来,美国平均家庭收入一直有令人满意的提高,但中线收入,即人口相等的平均线上的家庭收入,只是略微上调。这意味着仍有一大群人停滞在较低收入:顶层家庭收入的增加提高了平均收入,底层停滞不动的人口则遏制了中间收入的增长。

许多评论家认为,由于上个世纪最后 25 年美国中线家庭的收入只是略有提高,用通货膨胀调整的术语来说,在 1973 年到 2000 年之间,仅提高了 15%,而在同一时期,占人口总数 1% 的上层家庭通货膨胀调整后的收入却上升了 120%。两相比较,平民百姓肯定是吃亏了。就中线阶层是否吃亏这一问题所作的统计方面的争论让人头痛,原因之一是一只要花足够的时间折腾它们,数字能为你说明任何问题。例如,以今天的美元计算,1980 年以来美国人口中赚到十万美元以上的人数翻了一番,这听起来像民主化进程得到了发展,然而,却不断有书籍出版悲叹中线收入的发展使美国普通百姓感到前景暗淡。在对美国的悲观评论和众多的访谈节目中,中间阶层的美国人觉得自己的地位受侵蚀且购买力下降,这已然成为言之凿凿的事实。

事实果真如此吗? 正如布鲁金斯研究所的经济学家加利·伯特里斯(Gary Burtless)指出的,中线收入的缓慢增长长期碰巧和美国第二波移民潮吻合。在 20 世纪 80 和 90 年代,美国每年接收一百多万合法移民——在过去的 20 年