

幸福经济学的权威之作！

荣膺两位诺贝尔经济学奖得主盛赞！

著名经济学家汪丁丁作序推荐！

关于幸福感最科学、客观、全面的调查报告！



这个世界 幸福吗

Happiness Around
the World The Paradox of Happy Peasants and
Miserable Millionaires

(美) 卡萝尔·格雷厄姆 著
(Carol Graham)

施俊琦 译



机械工业出版社
China Machine Press

这个世界 幸福吗



**Happiness Around
the World** The Paradox of Happy Peasants and
Miserable Millionaires

(美) 卡萝尔·格雷厄姆 著
(Carol Graham)

施俊琦 译



机械工业出版社
China Machine Press

Carol Graham. Happiness Around the World: The Paradox of Happy Peasants and Miserable Millionaires.

Copyright © 2009 by Carol Graham.

Simplified Chinese Translation Copyright © 2012 by China Machine Press.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Oxford Publishing Limited 通过 Andrew Nurnberg Associates International Ltd. 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内（不包括中国香港、澳门特别行政区及中国台湾地区）独家出版发行。未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

封底无防伪标均为盗版

版权所有，侵权必究

本书法律顾问 北京市展达律师事务所

本书版权登记号：图字：01-2010-5857

图书在版编目（CIP）数据

这个世界幸福吗 /（美）格雷厄姆（Graham, C.）著；施俊琦译. —北京：机械工业出版社，2011.11

书名原文：Happiness Around the World: The Paradox of Happy Peasants and Miserable Millionaires

ISBN 978-7-111-36251-7

I. 这… II. ①格… ②施… III. 幸福—经济学—研究 IV. B82-053

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 217160 号

机械工业出版社（北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码 100037）

责任编辑：赵艳君 版式设计：刘永青

中国电影出版社印刷厂印刷

2012 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

170mm × 242mm · 14.5 印张

标准书号：ISBN 978-7-111-36251-7

定价：36.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

客服热线：（010）68995261；88361066

购书热线：（010）68326294；88379649；68995259

投稿热线：（010）88379007

读者信箱：hzjg@hzbook.com



推荐序

(汪丁丁)

Happiness Around The world

20 世纪 90 年代以来，许多经济学家研究幸福问题，从而形成了一门新的显学——“幸福经济学”。不同于心理学的是，能够成为经济学研究主题的，必须是统计显著的现象。

心理学研究可以而且往往集中于特例（个案），因为脑科学研究表明，人类（很大程度上包括灵长目甚至其他哺乳动物）主要脑区的拓扑结构相同是统计显著的。例如，我从未读到过某一患者左脑和右脑的功能与大部分人类相反的研究报告。虽然，我不能否认有出现这类情形的极小概率。由于脑区的拓扑同构性质，心理学家可以研究一些有学术价值的个案，而且往往可将个案研究结论推广为一般命题（从而需要接受统计检验）。

经济学没有脑科学这样坚实的数据支持，经济学家不能假设一切经济活动的基础是同构的。所以，经济学家更注意研究那些统计显著的现象，以便可以直接得到统计显著的一般命题。

下面这一现象是统计显著的：在经济不发达国家，人们的幸福感通常随人均收入的增长而上升，直到人均收入增长到某一区间，例如以 2010 年美元价格计算，5 000 ~ 10 000 美元这

一区间，大量的问卷调查显示，在这一区间之上的收入增长，不再伴随着幸福感的增长。不仅如此，调查问卷显示，高收入人群的幸福感可能低于低收入人群的幸福感。

这一研究领域最著名的学者是美国南加利福尼亚大学的人口经济学家理查德·伊斯特林（Richard Easterlin），他是美国的“两院院士”（国家科学院院士和美国艺术与科学院院士），还担任过美国人口学会和经济史学会的会长。多年以来，他的几篇论文几乎是我在北京大学和浙江大学行为经济学课程的必读文献，因为他的统计方法和分析视角，远比“幸福的社会学”研究更接近主流经济学。我记得，2008 年我讲解过他当时刚刚完成的一份调查报告。这份报告显示一名美国人毕生的幸福感曲线，在 45 ~ 50 岁这一年龄区间达到顶峰，在这一区间之前是一个逐渐上升的过程，在这一区间之后则是一个逐渐下降的过程。这一曲线，被称为伊斯特林“彩虹形”幸福曲线。但是，读者不妨怀疑一次：怎么会是这样呢？在中国，“中年危机”和中年人的“生活压力”不是人生的顶峰吗？怎么会同时还最幸福呢？至少，我很怀疑伊斯特林彩虹曲线在中国社会的适用性。我更愿意推测，对当代的中国人而言，生命周期的“彩虹形”幸福曲线，应改为“澡盆形”。当然，你也可以怀疑我的这一推测，转而相信恰好因为纷繁复杂的中年危机，才有更强烈的幸福感。于是，这番对话就将我们的思路引入到关于幸福感的更深入议题里了。

亚当·斯密在《道德情操论》里表述过一个最近 20 年在幸福感的研究领域变得非常著名的见解：“真正的幸福，通常源于一个人内心的宁静。”在同一篇章里，斯密指出，人类混乱与不幸的一个重要原因就在于高估两种永久状态之间的差异。例如，穷人往往高估富人的幸福感，于是为致富而付出得不偿失的努力（并造成混乱和不幸），最终以较低的幸福感了结此生。斯密提醒我们，一个人在晚年很可能为了自己太多的罪过与荒唐而后

悔莫及，永无幸福之感。

哈佛大学心理学家丹尼尔·吉尔伯特（Daniel Gilbert）与弗吉尼亚大学心理学家蒂莫西·威尔逊（Timothy Wilson）长期合作，发表了关于幸福感以及社会认知的研究报告。2007年9月他们发表于《科学》杂志的论文显示，当人们评价自己“幸福感”的时候，所想象的是已经发生的幸福事件和尚未发生的幸福事件。对于尚未发生的幸福事件的想象，这两位作者的实验表明，很容易脱离情境，从而导致想象幸福感与真实幸福感之间的较大误差。这里，“情境”（situation）是一个关键词。归根结底，我们是哺乳动物，我们的头脑尚未获得想象未来无数可能情境的能力，于是我们只能想象幸福事件或不幸事件的种类，并为这些可能的体验“赋名”。久而久之，当我们想象未来的可能体验时，我们习惯于简单的名称想象。例如，美食带来的幸福感可名之曰“美食”，荣誉带来的幸福感可名之曰“荣誉”，诸如此类可以很多，像“安全”、“金钱”、“权力”、“亲情”、“友谊”、“成就”、“升华”、“创造”和斯密最重视的“宁静”等。这些名称所意味着的幸福（或痛苦），其实只能在具体情境里发生并影响我们的情感。而我们可怜的头脑，由于演化所需的以“万年”为计数单位的漫长岁月，至今只能以“不确定性”（这又是一个名称）来涵盖未来可能发生的无数情境。

幸福感，脱离情境的想象，会偏离真实的（在具体情境里发生的）幸福感很远吗？是的。吉尔伯特的心理学实验表明，可以“南辕北辙”，也称为“偏好的逆转”。据此，他区分了两种幸福：其一，姑且译为“简单幸福”（hedonic happiness），也就是类似“我欲求什么就得到什么”的幸福；其二，姑且译为“复杂幸福”（synthetic happiness），那是一种更综合的感受，需要结合特定情境来评估。在他研究过的许多案例里，复杂幸福远比简单幸福持续得更久。原因是，简单幸福在欲望满足之后通常产生“失

望”。对于人性的这一特征，叔本华的描写或许最透彻：“人，注定了要在欲望与失望之间永远徘徊。”

吉尔伯特在 2008 年接受《纽约时报》特邀记者克劳迪娅·德赖弗斯 (Claudia Dreifus) 访谈时谈到他早年痛失亲人和心灵导师的生活经历，以及在这一经历的激发中，他意识到人类对幸福感的预期严重低估了人类在演化过程中获得的对于生存情境的极强适应性。他认为，正是因为人类适应情境的能力极强，想象中不幸事件的心理影响几乎总是在之后的短时间内就被生活中的幸福事件抵消。西蒙教授在 1955 年发表的论文里表示，这一现象可用一个刻画预期满足感的参量“期望水平” (aspiration level) 来解释。在不幸的情境里，我们通常会调低这一参量值，从而使得真实事件更容易带来幸福感；另一方面，在幸福情境里，我们会习惯于不断调高这一参量值，从而使得真实事件越来越不容易带来幸福感。

本书的作者卡罗尔·格雷厄姆 (Carol Graham)，是美国马里兰大学公共政策学院的教授，也是布鲁金斯学会高级研究员。她的研究方向我们不妨称之为“幸福的世界地图”。虽然，其他研究者发表过类似的地图，但她利用各种渠道的数据，致力于改善公众关于幸福感的想象，尤其是，她相信可能通过旨在改善幸福感的公共政策，以极少的开支带来极大的幸福。2011 年，她最新的作品发表，标题是 “The Pursuit of Happiness: An Economy of Well-Being” (姑且译为“追求幸福：一个关于美好生活的经济”)。怎样的公共政策可以改善我们的幸福感？伦敦经济学院的资深教授理查德·莱亚德 (Richard Layard) 相信，那些能够改善我们社会地位的公共政策远比那些单纯增加我们收入的公共政策更能够提升我们的幸福感。于是，这位老教授邀请卡罗尔访问伦敦经济学院并亲自主持了她的公开演讲。

现在放在中国读者面前的这部作品是 2009 年出版的，原作标题 “Happiness around the World: The Paradox of Happy Peasants and Miserable Million-

aires”（直译为“世界各地的幸福：关于幸福的农夫和悲惨的百万富翁的悖论”）。根据布鲁金斯学会网站发布的作者简介，这部作品已有中文译本和葡文译本。最后，根据这份简介，她出生于秘鲁的利马，本科毕业于普林斯顿大学，之后获得了霍普金斯大学的硕士学位和牛津大学的博士学位。

在世界各地收集的调查问卷显示，我们之所以在致富之后并不感到很幸福甚至与如阿富汗的农夫相比更不幸福，主要原因在于我们对情境的适应能力实在太强，以致收入增长能够带来的“简单幸福”很快就被迅速扩张的欲望以及与此相关的迅速提升的幸福预期抵消，并且由于收入增长不能如此迅速，我们对简单幸福的追求很容易归于失望。

如我在以往 10 多年的课程中反复强调的那样，事实上，千差万别的幸福感，可归纳为三大来源：1）物质生活，2）社会生活，3）精神生活。它们构成一个想象中的三维空间，例如，我通常想象有一个“物质生活”和“社会生活”的平面，垂直于这一平面的，是一个“精神生活”维度。一个社会的多数成员，从小到大的人生轨迹，大致是沿着物质生活的维度发展到某一水平，然后有了更多的社会生活体验。随着幸福感的增长，他们当中的一些人（数目不大），由于不同的体验，可能有了更多的精神生活。依照这样的描述，我们有一条想象中的芸芸众生的典型人生轨迹。完全由于偶然因素，在例如几十年甚至几百年的时间里，可以涌现出这样一条人生轨迹：从幼年或童年开始，他就有了显著的转入精神生活的倾向，后来的发展，如果没有被扼杀，可能造就一位足以引领大众向着更高境界升华的精神领袖。雅斯贝尔斯刻画过人类文明的“轴心时代”，他特别指出，印度的释迦牟尼、中国的孔子以及西方的耶稣，都是这样的精神领袖。基于类似的洞察，孟子曾言“五百年必有王者兴”，其间必有名世者。

遗憾的是，每一位罕见的精神领袖，都难免有生老病死这一自然过程。有鉴于此，韦伯悲观地预言：“人类社会，古往今来，必定要在具有卡里斯

马魅力的精神领袖和具有官僚化倾向的理性管理者之间徘徊。”五百年出现一位卡里斯马人物？那么，我们注定要在官僚化趋势下生活 400 年。怎样获得幸福呢？无望之余，我的建议是，关注社会生活这一维度。沿着社会生活维度，事关我们幸福感的两项核心元素是（如休谟论证的那样），“正义”和“仁爱”。当代重要的伦理哲学家阿格尼斯·海勒（Agnies Heller）论证过，“美好人生”（good life）的三大核心元素是：1）基本安全，2）正义，3）深度情感交流。殊途同归，海勒教授的三大元素与我的描述很大程度上是相通的。

所以，在马斯洛论证的需求层次中，我们这些处于“基本安全”层次和“自我实现”层次之间的普通人，最可获得幸福感的生活方式是，寻求改善我们的政治体制，从而满足我们想象中的正义感和仁爱感。在这一过程中，我们可以获得深度的人与人之间的情感交流。我观察最近走进北大校园的“90 后”学生们，意识到他们的生活颇符合我的上述想象。故而，我愿意将这篇序言献给他们。



Happiness Around The world

译者序

20 世纪 80 年代之前，没有一个严肃的经济学家会在自己的学术论文中使用“幸福”这个词，这样的研究主题根本不能为经济学家们所接受。但是随着整个世界经济的发展，我们开始越来越关注生活的质量，而真正能够评价个体生活质量的是其内心的心理感受。在这样的大环境下，幸福感的研究就逐渐兴盛起来了。

目前，幸福感的研究主要还是由心理学家和经济学家从各自不同的角度来完成的。本书的作者是美国马里兰大学的经济学家，她一共介绍了八个方面的内容：1) 幸福经济学；2) 幸福感和收入水平之间关系的悖论；3) 影响幸福感的主要因素；4) 幸福感对其他结果变量的影响；5) 幸福感和健康之间的关系；6) 幸福感与经济增长、犯罪率和贫富不均之间的关系；7) 幸福感与顺境和逆境之间的关系；8) 幸福感的研究对政策的启示。

从以上八个方面来看，作者已经把经济学中有关幸福感的研究都总结进来了，已经形成了非常完备的理论框架。不过，从现在的研究结果来看，对于这些理论还是存在着很多的分歧。这样的分歧在很大程度上是由于测量工具和研究方法造成

的。我从一个心理学研究者的角度出发，觉得经济学关于幸福感的研究还是存在着如下一些问题。

第一，幸福感的测量的问题。在本书中提到了很多种幸福感的测量方法，有些方法只是用一个条目来测量幸福感的，有时候没有专门测量幸福感的条目，就会用测量正性情绪的条目来代替。从我的角度来看，测量是一个研究中的关键要素，要非常慎重地选择一个有信度、效度的测量工具。

第二，经济学的研究经常会有规模非常大的样本量，这让我非常羡慕。但正是由于样本量很大，绝大多数的研究只能采取横断研究的范式。这样的研究范式存在着非常大的共同方法偏差（common method bias），因此在现在的心理学的研究中，已经采取了很多方法来避免这样的偏差。而且，通过横断研究的实验范式，很难验证变量之间的因果关系。作者在本书中也不止一次地强调这个问题的存在，她本人也建议使用固定样本连续调查的方式（panel）来解决。

第三，现在的研究，往往就是一次测量来确定个体的幸福感水平。但是我觉得这样的一个变量是会产生波动的，也就是说你第一天测量这个个体的幸福感，和同一个人第二天测量的结果可能会产生差异。而且还可能存在这样的现象，也就是不同的个体每天的幸福感的波动幅度是不一样的，具体是什么样的因素会造成这样的结果呢？我们可以采用现在心理学中比较常用的日记法的研究范式（daily diary）来解决这样的问题。

当然，上面的观点只是我从一个心理学研究者的角度来分析的，也仅仅是一家之言。我这么说的主要目的是希望能够促使经济学家和心理学家们更加深入地合作，在以后有关幸福感的研究中，能够结合经济学研究和心理学研究各自的特点，发挥各自研究范式中的优势，从而能够真正探究人类幸福感的前因后果。

然后，我不得不在这里说明的是，在我翻译这本书的过程中，我能够

体会到作者对意识形态的问题还是很敏感的。她在某些涉及意识形态的问题上，下的结论是过于草率的，所以务必请读者在阅读这部分内容的时候，应该保持自己清醒的判断力。

最后，可能和其他翻译书籍不同（导师带着很多研究生共同劳动的结晶），这本书的翻译都是我本人完成的，由于水平有限，而且涉及很多经济学的研究范式 and 统计方法，相信书中会有不少谬误之处，请读者批评指正。

最后感谢我太太对我这个翻译稿的润色，也感谢华章公司的编辑赵艳君女士，她和同事们的努力使得读者能够在较短的时间内读到本书。

北京大学心理学系 施俊琦

2011 年 7 月于美国马里兰大学



Happiness Around The world 前言

弥达斯，吕底亚的国王，当他发现自己能够将所有他碰触的东西都变成金子的时候，他是如此骄傲。但是当他发现他将自己握着的食物和水都变成金子的时候，他才意识到这样的能力对他而言就是一种毒药，有害无益。

什么使人幸福？这是一个老生常谈的问题了，很久以来，这个问题吸引了许多哲学家、历史学家、心理学家的注意，最近也开始引起很多经济学家的关注。弥达斯国王在黄金中寻求他的幸福，最终这样的追求让他落得一个悲惨的下场。我们经常听到这样的表述：“金钱并不能使人幸福。”但是如果金钱不能使人幸福，又是什么可以让人幸福呢？是不是金钱就可以决定一切？一般人在什么地方寻求幸福，如何寻求幸福呢？由于世界上民族、国家和文化的多样性，我们是否敢于尝试回答这样的问题呢？

事实上，几个世纪以前，甚至几十年以前，对幸福的追求这样的字眼仅仅会出现在宪法公告中或者哲学家研究的只言片语中。最近，针对幸福的研究得到了广泛的关注，这样的关注在社会科学领域，主要是经济学和心理学，以及媒体中体现得

最为明显。也许，这是对 10 年来“我”时代和大量出现的 CEO 及百万富翁的回应。回想起来，这可以提供一个好的框架来研究随之而来的经济衰退。或许，这也可以反映所谓的“沉闷的科学”现在变得多么大胆和不拘一格。30 年之前，没有一个严肃的经济学家会在自己的学术论文中使用“幸福”这个词，然而到了 2007 年，在经济学的杂志中，使用“幸福”这个词作为论文题目发表的论文数量已经超过了 1 000 篇^①。对于幸福的研究成果在不同国家的媒体中都有报道，有些是关于特殊人群幸福感的，如青少年或女性；有些是关于不同国家幸福与否的。针对幸福感的研究逐渐被认为是一门科学，同时也开始严肃地讨论如何将研究的成果运用到政策中去，甚至有些国家开始开发国家幸福指标来作为 GNP 数据的补充。

为什么这个研究问题会受到这么多的关注？我们真的能够回答“什么使人幸福”这样的问题吗？研究所使用的方法和研究所得出的结论是可信的吗？不同的民族、国家和文化下，影响幸福的因素是一致的吗？对于个体而言，幸福水平是恒定的，还是会受到政策和生存环境的影响呢？贫穷或者发展是如何影响幸福的？对政策而言，幸福是一个可行的目标吗？如果是，我们如何定义幸福感才对政策的制定是有意义的，同时还具有普适性，能够在不同的民族、国家和文化下进行比较？

在本书中，基于我和我同事的研究，同时基于这个领域中其他研究者的研究成果，我试图去回答上面这些问题。我们的研究使用了经济学中的新方法，来确定研究工具和分析手段，我们也利用了大量心理学中的研究成果。这些研究工具可以回答传统的经济学方法并不能回答的一些问题，传统的经济学方法主要是基于偏好的（例如消费选择）。使用新方法可以解释宏观和体制（这些是个体无力去改变的）对幸福的影响，可以解释那些

① 对这个过程的回顾，见 Clark 等人（2008）的论文。

并不是基于选择的行为，这些行为可能是基于规则、成瘾或者自控的问题。

在第一章中，我回顾了幸福感的概念和理论，以及它们是如何演化而来的。我解释了这些概念和理论如何支撑起了一个新的研究领域，一方面要试图理解幸福感的决定因素，另一方面，要开发一个新的工具——基于幸福感的调查，来理解一系列对人类幸福感产生影响的因素。同时我也讨论了研究幸福感的经济学家所使用的研究方法。在第二章中我探讨了一个最基本的，同时也是一个还存在争议的问题：幸福感和收入之间的关系。这里需要关注的是，研究所使用的不同方法和数据可以得出截然不同的结果，因此在幸福感的研究中还存在着方法学上的挑战。

本书的第三章我们回顾了世界上不同人群中，针对幸福感的大样本研究成果。最后发现，无论不同国家的发展水平差异多大，模式存在着惊人的一致性。我报告了我自己在幸福感这方面的研究成果，同时也包括一些其他人在不同国家的研究成果，例如智利和哈萨克斯坦、秘鲁、俄罗斯、美国以及阿富汗。本章中也明确了某些特质和具体的人群、国家和地域是存在联系的。

第四章回答了“幸福感能够起作用吗”这个问题。换句话讲，幸福感能够对我们所关心的结果变量产生影响吗？例如劳动力和个人的健康领域。基于在俄罗斯的一个长期追踪的研究，我们探讨了幸福感对未来的收入、健康、结婚和被雇用的可能性、戒烟或者开始吸烟等行为可能产生的影响。安德鲁·埃格斯（Andrew Eggers）、Sandip Sukhtankar 和我发现幸福感确实能够影响我们所关心的一些结果变量，比如提高收入水平和健康水平，但是对于其他变量则没有影响。

第五章我们将关注健康问题，这是人类幸福感方程中最重要的变量之一。这一章回顾了幸福感和健康之间的关系，以及这个关系在不同的国家是如何随着个体的收入水平、健康状况和社会规则发生变化的。这一章也

提供了一个很好的例子，说明幸福感的测量如何贡献于全新的主观幸福的测量，在这个例子中基于生活和健康满意度的方程，提供了一种不同的健康状况评价方法。

第六章论述的是宏观经济的趋势和模式（从经济增长和金融危机到不平等、通货膨胀和失业）对幸福感的影响。第七章探讨的是不同的体制所扮演的角色，例如政治体制和社会网络以及一些社会现象，如犯罪和腐败。需要特别关注的是个体如何通过改变规则和期望来适应这些好的和坏的现象。最后还讨论了这些研究成果在个体和集体幸福中的应用。

本书的最后一章讨论了如何用幸福感的调查结果更好地服务于公共政策。幸福感的测量为了解人类福祉的决定因素提供了一个更为广阔的蓝图，而不是简单地测量收入水平。同时也允许学者给幸福感的决定因素赋予不同的权重，例如相对于收入水平而言，个体如何评价健康或者是一个稳定的婚姻。这样的一些信息对于政策选择当然有一定的启发，但同时也提出一个警告，在将幸福感研究的结果直接运用于政策之前，必须要解决现存的一系列概念和实证挑战。尚未解决的问题包括幸福感的准确定义，如何处理不同个体固有的幸福感水平的差异，如何处理个体适应顺境和逆境的能力中的差异，跨时间一致性的问题，以及一系列关于什么样的幸福感水平应该优于政策的规范性问题，例如，是苦难还是不太幸福，是有钱人的不幸福还是穷人幸福感的微升。

Happiness Around The world 目 录

推荐序 (汪丁丁)

译者序

前言

1 第一章 幸福经济学

3 方法

6 伊斯特林悖论

10 幸福经济学的部分应用价值

14 政策中的应用

17 第二章 幸福感和收入之争论：内容、方法和伊斯特林悖论

21 问题的措辞

30 国家选取问题

32 结论

35 附录 2A