

什么真正影响我们的健康

——读《身体经济学》

□ 叶雷

人们希望渺茫、压力增大，不仅心脏病发病率、自杀率、患抑郁症的几率甚至传染性疾病的传播几率，都会显著提高；失业以后，失去自己的家园或者深陷债务泥潭的人们，为了图一时之快，很有可能吸会吸毒、酗酒、吃垃圾食品或者自杀。

同样也有数据可以证明经济萧条会让国民健康“因祸得福”。“失落中”的日本，健康统计数据却创世界最佳，同样是遭受经济危机，瑞典和加拿大的国民健康状况却得到了改善，挪威的平均寿命更是达到史上最高，即使也是欧债漩涡中的冰岛，经历了史上最严重的银行危机，但那里的人们却比以往任何时候都更加健康……于是，也有人说“经济萧条堪称现代人们健康受益的源泉”。原因同样有统计数据来证明，经济萧条中为了节省钱，人们抽烟和喝酒的次数减少，甚至是性生活的次数，也大为减少，人们开始以步代车、自己干体力活，人们在经济萧条时期体重会下降，糖尿病、冠心病等导致的死亡率大幅下降。

为什么一些人在经济萧条期间只能悲惨收

场？而另一些人却会更加健康？同样能够作为证据的数据，究竟藏着怎样的秘密呢？

通过比较，《身体经济学》很容易就得出了答案，经济萧条对国民健康的影响，不在经济萧条本身，而在经济萧条的政治学里。面对经济萧条，几乎每个国家的政府，都会围绕着紧缩政策和财政刺激、公共服务和财政收入进行永无休止的辩论。在经济衰退期间选择削减国民安全保障支出的国家和地区，不仅给国民健康带来了坏影响，而且打击投资者的信心，加剧失业，实际上会减缓经济发展速度；而经济衰退肆虐势头得以有效防治的国家，几乎都有强有力的社会保障体系，因为投资包括住房保障、就业计划、养老金和医疗保健在内的社会福利项目，不仅增加了促进健康的因素，而且帮人们重返岗位，维持了居民收入和正常的经济运行，在特定公共健康项目上的刺激性消费，实际上更有助于带动新的经济增长。

不同的经济萧条政治学，对国民健康的影响有天壤之别，希腊和冰岛就是最好的例子。最初，希腊的经济衰退不及冰岛严重，但希腊

选择了最苛刻的财政削减，冰岛则不仅维持了社会福利项目，甚至还进一步加强了投资。现实已经说明，紧缩政策付出的代价是人类宝贵的生命，即使“股市”会反弹，这些逝去的生命也已是无法挽回。债务、收益和经济增长固然很重要，但大多数人最关心的东西，无疑还是自己和家人的健康。那么，在经济萧条的时候，到底是选择紧缩政策还是财政刺激政策？是削减还是增加对富人征收的税费？是增加还是减少对穷人提供的服务？答案已经不言而喻。对一个政府来说，经济决策不仅是增长率、赤字与债务的问题，而且与广大民众生死攸关。

经济学是个大课题，经济萧条政治学是一个更大的课题。尽管福利制度一直有养懒人、低效率的质疑，但它也是一个医学的范畴，这应该是政府在应对经济萧条的决策时不得不考虑的因素。

《身体经济学》

【英】戴维·斯图克勒、
【美】桑杰·巴苏 著
机械工业出版社

■ 新书导读



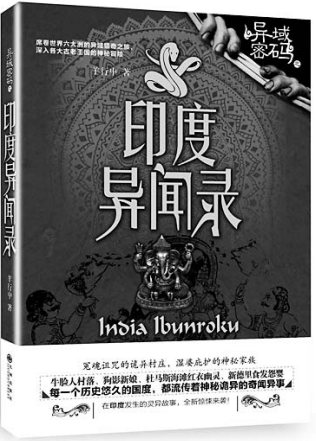
《中国历史上的腐败与反腐败》
卜宪群 主编
鹭江出版社

何谓腐败？何谓反腐败？该书将腐败与反腐败作为古代国家与社会发展过程中相伴随的一种政治现象，探讨其产生的根源、政府的对策以及历代思想家对腐败与反腐败问题的深刻思考。



《互联网银行》
【英】克里斯·斯金纳 著
中信出版社

著名金融评论家斯金纳从全球新型银行出发，循着大数据带给行业的机遇和挑战，讲述了在这个时代，互联网，尤其是移动互联网给消费者带来的消费动力以及企业与银行关系的改变，结合转型期间的各方面挑战和障碍，给出最可行、最具体的应对方案。



《印度异闻录》
羊行中 著
九州出版社

每一个历史悠久的国度，都流传着神秘诡异的奇闻异事。该书是一系列小说，写的虽然是鬼神之事，却不只是单纯地追求灵异惊悚的效果，他为故事注入了历史的厚重感和文化底蕴，真正赋予了它们灵魂。

黑羊的嘲笑

□ 文景

危地马拉作家蒙特罗索风靡世界近半个世纪的短篇小说《黑羊》近日由世纪文景图书公司（上海人民出版社）出版。

《黑羊》包括四十则寓言，主角大都是动物，也有拟人的物体，如镜子，这些寓言短则寥寥数字，多的也就一两千字，然而耐嚼耐嚼。《百年孤独》的译者范晔认为他心目中的蒙特罗索是“寓言体的复兴者，人世愚蠢之天敌，塞万提斯的隐秘传人”。

与所有的寓言一样，《黑羊》表面写动物，实质是写人，在引言部分，作家就引用了蒙博托的话开宗明义：动物跟人如此相似，以至于有时我们甚至无法清楚地区分。蒙博托是扎伊尔前总统，传闻他嗜食人肉。

标题故事“黑羊”是这样开头的：许多年前，在一个遥远的国家里，有只黑羊被枪决了——令人不寒而栗，一反传统的黑羊是害群之马的形象，将它设定为一个受害者，意味深长。

“其他六位”讲述了一只博学睿智的猫头鹰，被仰慕者“在没有打听其他六位是谁的情况下，就立刻封它为全国七贤之一”，联系当下社会乱象，不得不让人感叹作家刻画之入木三分。

奥古斯托·蒙特罗索，生于1921年，2003年逝世，一生出版了七部作品，为他带来数个西语文学重要奖项，包括胡安·鲁尔福奖（1996年），阿兹特克奖（1988年），以及阿斯图里亚斯文学奖（2000年）。

直到今天，《黑羊》一书已经被翻译成十几种语言，畅销多国。对中国读者来说，蒙特罗索这个名字还比较陌生。但读过卡尔维诺的《未来千年文学备忘录》的人都会知道“恐龙”这个故事，短短几个字的小说成为世界文学史上当之无愧的短经典：当他醒来时，恐龙依然在那里。对这篇小说的解读已经持续了几十年，连略萨在他的《给青年小说家的信》里也对此有过赞誉：这是一个完美的故事，对不对？具有无法中止的说服力，简洁，有轰动效果，有色彩、有魅力，干净。

《黑羊》
【危地马拉】蒙特罗索 著
上海人民出版社

没有女人的男人们

□ 刘蔚

日本作家村上春树最新的短篇小说集《没有女人的男人们》，是他继《东京奇谭集》之后，时隔九年再一次回归短篇小说创作，该小说集收录的7篇小说都是围绕着一主题：各种即将失去或者正在失去女人的男人的处境。

为什么会围绕“没有女人的男人”这一主题创作短篇小说？村上春树称，虽然“那种具体的事件近来并未实际发生在我身上，也没有见过那样的实例”，他“只是想把那类男人们的形象和心境急不可耐地加工敷衍成几个各不相同的故事”，并称“说不定那是我这个人‘现在’的一个隐喻，也可能是一种委婉的预言，抑或我个人需要那样的‘驱魔仪式’亦未可知”。而且他迫切地说“我心里某个地方恐怕是在自然而然地追求这样的系列性故事”。

村上春树称这个小说集为“概念式”的短篇小说集。他说：“之于我最大的快慰——集

中写短篇小说时每每如此——莫过于可以在短时间内将各种手法、各种文体、各种语境一个接一个尝试过去。可以从种种样样的角度对同一主题进行立体式审视、追索、验证，可以用种种人称呼种种人物。在这个意义上，以音乐说来，这本书或许可以成为对应于‘概念唱片集’的东西。实际上写这些作品的的时间里，我也把‘甲壳虫’的Sergeant Pepper和‘沙滩男孩’的Pet Sounds轻轻放在脑海里。”

译者林少华先生曾翻译过40多部村上作品，他说：“再次为村上春树的文体所折服，那种内省、内敛而又又不失温情，那种虚玄、空灵而又又不失底蕴和质感的文体再次打动了我。我用了个比喻，我说我就像一个老木匠，拿起久违的斧头、凿子，对松散发原木芳香的木板，有一种切切实实的快感。”

译者岳远坤认为：“村上在书里所描写的

没有女人的男人不是字面上所理解的没有女朋友或者没有结婚的男人，而是无法有效地和自己的女人、和别的女人沟通的男人，而且其实大部分的男人们都是这样，这应该是男人和女人之间的禀性，与生俱来的性格所决定的，男人们之间都比较痛快，女人之间都比较不痛快，这就造成了双方之间的一种永远无法沟通的鸿沟，不管是结婚前还是结婚后都是这样。”

译者陆求实则在翻译中感受到了村上从一贯表达“孤独、丧失感”中透露出想要找出一条跳出孤独和丧失感的路径，有一种救赎上的诉求。

《没有女人的男人们》

【日】村上春树 著
上海译文出版社

简化：政府的未来

□ 禾刀

化路径并非毫无规律可循。他毫不讳言自己信奉里根政府的成本效益分析法，并由此衍生出政府简化的成本比对策略——任何一项监管政策，均“要集中精力关注净收益，即扣除成本后的收益”。简而言之，如果监管成本低于因监管带来的价值，那么，监管就是合适的，否则，就有简化的必要。

确立简化必要性是第一步，具体简化还需讲究策略。卡斯认为，简化除了确保规章制度的简洁直白易懂外，特别要注意倾听民意，因为“民众对于规定实施的成本、收益、可行性、意想不到的不良后果和无心插柳的结果，以及规定本身的繁简程度是否合适，都有比较中肯的意见和意见”。许多时候，简化的智慧蕴藏于民间。

简化与简政放权，此二者异曲同工，但也有差别。卡斯这里强调的简化，更多只是基于行为经济学层面的内容取舍，是基于法理得到

严格贯彻下的学术讨论。相比之下，我们常说的简政放权，虽然也包含了卡斯所指的简化政府规定的这同一内涵，但往往还涉及权力的博弈。更多时候，这种权力博弈在简化工作中占据相当权重，甚至重中之重。如果权力博弈问题不能得到有效解决，简化工作初衷再好，均可能半途而废。现实中，即便是一项许多人认为可以简化的政策，因为所谓的历史原因，各方利益盘根错节，有令不行、阴奉阳违的现象并不鲜见。一些简化政策最终能否有效贯彻落实，往往只能寄望于更高权力介入。这种垂直权力的强势介入虽可以助推简化工作，但又从侧面表明权力因此会进一步集中，这显然与简化中所包含的权力分流初衷背道而驰。

《简化：政府的未来》

【美】卡斯·桑斯坦 著
中信出版社

■ 速读

焦虑时代的痛苦

□ 依文 整理

出现，因为持续的快乐是一种刺激信号，若不增强，就必定会使人感到乏味。这就像持续进食丰富的食物，不是毁掉胃口，就是令人生病。生命既然被认为是好的，在这个意义上，死亡也就相应地变得邪恶了。我们越是爱另外一个人，越是享受他的陪伴，当他死去或与他分离时，我们的悲伤就越深。意识的力量进入经验越深，它为我们获取的知识付出的代价就越大。因此，我们有时问出这些问题是可理解的：我们是否得不偿失？将进化转向演进至动物、植物以及矿物质的相对平和的状态——是否会更好？

将进化逆转？

时常有人在试图做这种事。一个女人在爱情或婚姻中受到了很深的伤害，然后就发誓再也不让另一个男人玩弄她的情感，变成了怨愤、难以相处的老处女。更为常见的是敏感的男子，在学校里学会了将自己藏在“强悍的家伙”的面具里。成年之后出于自我防御，他把所有智性文化和情感文化看作是女人气的东西。对生活的这种反应方式达到极端之后，在逻辑上他的最终结局是自杀。冷酷无情的那种人，可以说本身已实行了一种局部的自杀；他自身的一部分已经死掉了。

那么，假若我们具有最大程度的人性、活力和觉察力，看起来我们必然会愿意为了我们的快感享乐而受苦。没有这种意愿，意识的强度就不会增长。然而一般来说，我们并不愿意受苦，而且即便只是假设我们愿意，这种假设也会让人感到奇怪。这是因为，“我们的天性”是反抗痛苦。

在这样的情况下，我们所过的生活是一种矛

盾和冲突。因为意识必然既包括愉悦也包括痛苦，在谋取快乐的同时排斥痛苦，事实上是谋求着意识的丧失。这样一种丧失在原则上等同于死亡，因此这意味着我们越是努力把生活作为愉悦的享受，其实越是在毁灭掉我们所热爱的事物。

实际上，这是人在面对他所热爱的事物时的普遍态度。人类大部分的活动都是要将自己的体验和欢乐永久化，可那些体验与欢愉却是因处于变化中才变得可爱的。由于韵律和流动感，音乐是一种愉悦的享受。然而在你捕捉住这种流动的时刻，当你把一个音节或和弦延长至规定时间以外，节奏就被破坏了。同样地，生活也是一个流动着的过程，变化和死亡是它必要的组成部分。正由于此，试图将这两者排除在生活以外就是跟生活对着干。

时间意识

可是，仅仅去经历痛苦与快乐的轮替，绝不是人类困境的核心。我们想使生活有意义、追寻上帝或永生，不只是因为我们在尝试着从当下所经验的痛苦中逃离，也是出于这一理由由我们才采用了特定的态度、扮演了特定的角色，作为无穷无尽的自我防御的一种手段。真正的问题并不来自任何对痛苦的短暂敏感性，而是来自我们人类不可思议的记忆和预见能力——简而言之，来自我们的时间意识。

对动物来说，当下的愉快就足以使它们快乐。可是人却几乎难以满足于当下的愉悦，他更关心是否能拥有愉快的回忆和幸福的将来，尤其是后者。只有当确定能获得一个幸福的未来时，他才能够忍受一个极度痛苦的现在。假如没有这一确信，即使正处于当前的感官快乐

之中，他也有可能感到极其悲惨。

比如说，有一个人知道自己将在两周之后得做个外科手术。现在他感觉不到任何肉体疼痛；他有足够的食物；他被朋友和家人的关心所围绕着；他在作着平常有极大乐趣的工作。但是他享受这些事物的能力被持续的恐惧感拿走了。他的头脑被一些还未发生的事情占据了。他在用一种徒劳的方式思考这场手术，这既破坏了他此刻生活中的欢愉享受，又对解决任何问题没有丝毫助益。

这是有代表性的人类困境。恐惧和焦虑的对象或许不是一场在不久的将来会经历的手术，它可能是下个月的房租，可能是能否为养老存够钱的问题，或者也可能是有关最终的死亡的问题。这一“当下时刻的破坏者”甚至不一定是一种有关未来的恐惧。它有可能来自过去：对一次受伤经历的记忆，某一次恶行或轻率的行为，它带着一种愤恨或罪恶感弥漫于我们的当下。除非关于过去的思绪都已被遗忘，未来也是美好而有希望的，否则我们无法在当下生活得幸福。

记忆过去和预期未来的能力

记忆过去和预期未来的能力，在某种意义上这是人脑的成就，赋予了人最非凡的生存及适应生活的能力。可是我们通常使用这种力量的方式却容易毁掉它的所有优点——因为如果记住过去和预期未来只不过是使我们无法充分地活在当下，而那种能力就对我们没有什么用处。

从另一个角度来看，我们使用记忆和预期能力的方式把我们对生活的适应力变得更差，而不是更强了。假如我们必须确定一个幸福的未来才能享受一个愉悦的现在，我们就是在

丰富的生活是有代价的

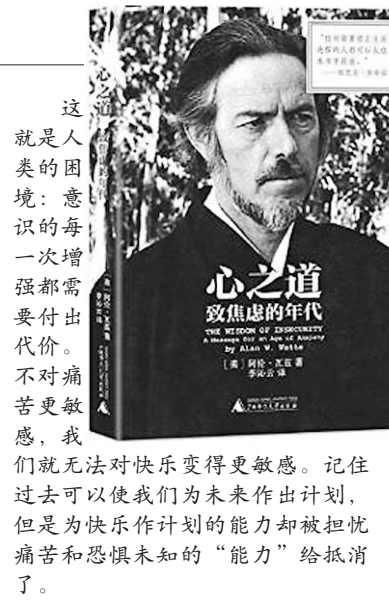
有时几乎我们每个人都会妒忌动物。它们的生命似乎没有错综复杂之处。它们饿的时候就吃，累的时候就睡，每个动物都忙于它在当下的时刻所做的事情，生命是否有意义这个问题以及关于未来的焦虑甚至从未进入它们的脑海。对动物来说，幸福在于享受眼前的生活。

动物的视力、听觉和嗅觉通常远比我们人类的敏锐，但尽管它们有着敏锐的感官，它们的大脑却颇有些迟钝。动物的大脑比我们的更为专门化，因此它们是依习性而生存的生物；它们不能推理和将事物抽象化，并且只有极为有限的记忆力及预期未来的能力。

毫无疑问的是，人类敏感的大脑不可限量地增加了生活的丰富性。然而为了这种丰富性，我们付出了昂贵的代价，因为整体敏感性的增加使得我们异常脆弱。一个人可以不那么容易受到伤害，但享受快乐的能力也会因此而降低。敏感性要求很大程度的柔和性与脆弱性。比如，眼球、耳膜、味蕾，以及终止于高强度纤细的大脑组织的神经末梢，它们不但柔软、脆弱，而且易于受损。看起来没有一种有效的方法能在不降低有机体活组织的活力和敏感性的同时，降低它们的娇弱性和易受损性。

意识的力量

如果我们要享有强烈的快感，我们也必然会易于经验到强烈的痛。我们热爱享乐、痛恨痛苦，但占有前者的同时没有后者在场似乎是不可能的。这二者在某种意义上看似必须交替



这就是人类的困境：意识的每一次增强都需要付出代价。不对痛苦更敏感，我们就无法对快乐变得更敏感。记住过去可以使我们为未来作出计划，但是快乐作计划的能力却被担忧痛苦和恐惧未知的“能力”给抵消了。此外，对过去和未来的敏感感知力的增长使我们对当下的感知相应地变得模糊了。换句话说，我们似乎是到了这样一个阶段：拥有意识的益处被它的坏处压过了，极端的敏感性反而令我们失去了适应能力。

《心之道：致焦虑的年代》
【美】阿伦·瓦兹 著
广西师范大学出版社