

巨婴国：武志红2016年新书力作（罗辑思维重磅推荐。大多数成年人，心理水平是婴儿，这样的成年人是巨婴，这样的国家，是巨婴国。）

作者：武志红

版权信息

巨婴国

作者：武志红

责任编辑：陈巧丽

ISBN：9787213076824

品牌：磨铁数盟

关注我们的微博：[@磨铁阅读](#)

关注我们的微信：[motieyuedu](#)

问题反馈：mtsmapple@motie.com

网 址：<http://www.motie.com/>

本电子书版权归北京磨铁数盟信息技术有限公司所有，未经版权方许可，任何人不得以任何形式进行发行、传播等行为，禁止私自用于商业用途，违者版权方将追究其相应法律责任。

目录

版权信息

[推荐序：传道者志红/曾奇峰](#)

自序

[1.我们集体停留在婴儿期](#)

[伸展你的能量球](#)

[能量的演变](#)

[我们集体停留在婴儿期](#)

[中国家庭的外部轮回机制](#)

[中国人内心的轮回机制](#)

[这张试卷根本没正确答案](#)

[2.巨婴心理：共生](#)

[都在找妈：中国文化的实质](#)

[中国人的情感模式都是在找妈](#)

[妈宝男是怎么形成的](#)

[田朴珺的绝招——把牛人弄成孩子](#)

[当婴儿照顾，当女神崇拜](#)

[中国男人是中国女人的绝配](#)

[皇帝梦、特权梦，都是巨婴梦](#)

[巨婴梦的另一面——甩无助](#)

[国人为何随处丢垃圾？](#)

[集体主义即共生](#)

[中国式大家庭与回家过年](#)

[用表面完整来逃避破碎心灵——逼婚的深层逻辑](#)

[我们为何沦为互害型社会？](#)

[公众舆论，不等于正义](#)

[女鬼、女妖与无欲男](#)

[中国家庭的那些糨糊逻辑](#)

[共生即绞杀](#)

[黏稠与眼睛的意象](#)

[谁逼死了杨元元？](#)

[守住界限：不再滥好人](#)

[对控制者说不，找到你的节奏](#)

[3.中国式好人](#)

[封闭的好人啊，请认识你自己](#)

[好人的痛与悲](#)

[关于中国式好人的N个提问](#)

[被动、僵尸与寂灭](#)

[感情寂灭的一代宗师](#)

[为什么会是软塌塌的身体](#)

[没有麻烦，也就没有关系](#)

[懂事，或是很深的绝望](#)

[你的需求不是罪](#)

[4.我们都是全能自恋的龙](#)

[全能自恋的四种展现](#)

[全能自恋的幻梦](#)

[中国农民的皇帝梦](#)

[全能自恋的几张面孔](#)

[小孩更有力量——谈谈哪吒与悟空](#)

[我们为什么需要崇拜谁](#)

[从标哥的名头谈谈自恋](#)

[卓越强迫症：不优秀，不配活](#)

[分，分，分，谁的命根？](#)

[投入为什么那么难？](#)

[能力并非来自于神来之笔](#)

[依赖妈妈，全能感被驯服](#)

[正常等于可怜](#)

[自恋性暴怒：一言不合就要死个人？](#)

[脆弱的真相与高考独木桥](#)

[能量必须被确认，否则死亡](#)

[美好事物，都因投入而生](#)

[中国女人为什么脾气大](#)

[认识你的绝对禁止性超我](#)

[中国式考试的为难味儿是怎么回事](#)

[国人为什么爱归罪别人？](#)

[失控即魔鬼](#)

[魔鬼即你自身](#)
[全能自恋与彻底无助](#)
[不归罪别人，也不归罪自己](#)
[极致的控制欲=恋尸癖](#)
[中国式“智慧”：平息众怒](#)
[中国式敬酒与帕瓦罗蒂的神钉](#)
[当你可以被我欺负时，我就爱上了你](#)
[千人一面与枪打出头鸟](#)
[觉知敌意的想象游戏](#)
[捉住重要关系中的“鬼”](#)
[阴谋论的心理逻辑](#)
[虐婴少女，天生坏种？](#)
[转变你的敌意想象游戏](#)

[5.孝就是顺](#)

[为什么父母要虐待孩子](#)
[听话哲学中的生死绞杀](#)
[让你弱，我才强？](#)
[孝道是人性的逆袭](#)
[孝的本义就是顺](#)
[二十四孝：把爸妈当婴儿养](#)
[为什么孝总带着点愚？](#)
[中国家庭的自杀游戏](#)
[富二代们为何会迷失](#)
[为什么非得喂胖孩子——喂养孩子中的权力](#)

[6.无回应即绝境](#)

[毕节的四个孩子，死于什么样的绝境？](#)
[你如何发出自己的声音](#)
[妈妈，请看着我，和我说](#)
[哭声，是婴儿的呼唤](#)
[最累是自闭而孤独](#)
[自我被否定，即精神死亡](#)
[孤独星球与不存在的父亲](#)
[习惯性迟到是怎么回事](#)

[习惯性撒谎是怎么回事](#)

[周星驰的电影与命运剧本](#)

[7.从龙成为人](#)

[爱，就是答案](#)

[成为你自己的英雄](#)

[王小波：一个真正特立独行的人](#)

[讨好，与人间失格](#)

[破碎人格者的凌乱罪行](#)

[梁龙的面子与王菲的里子](#)

[拓宽你的心灵空间](#)

[让一切流经你的心](#)

[人性自身即是答案](#)

[后记](#)

推荐序：传道者志红/曾奇峰

许多来访者和学生告诉我，他们首次接触到心理学，是因为读武志红的文章。我和志红是多年的朋友，也算是他的读者和粉丝。每次出现一个大的社会事件之后，我几乎本能地会想：志红又要发新文章了。这个期待，到目前为止还没有落空过。无论从质量还是从数量上来说，志红都应该是心理学领域的超一流写手。

曾经以及现在，鸡汤文横行天下。它们的共同特点是：在幻想层面把别人的故事替换成自己的故事，用别人的成功掩盖自己的失败；一味突出所谓正能量，使读者丧失对现实世界的整体感；忽略对之所以是现在这个状态的原因的思考，用虚幻的未来麻醉自己对当下的感受。从行文上来说，鸡汤文里每一个高频词都是一粒兴奋剂，有治标的欺骗性却无治本的实际效果，被称为鸡汤文的确实至名归。

志红的文章中没有人物的替换，你的命运就是你的命运，别人的命运跟你无关；当然他也列举古今中外很多事例，却不是为了进入别人忘记自己，而是为了反衬自己的处境；现实世界是一幅全景加最大景深的照片，最美好与最丑恶、最有趣与最无聊都同样被强调；而志红文章最突出的特点，是满足一个人对自己现实处境的哲学上的探究癖：我为什么是现在这个样子，以及随后立即浮现出来的问题——我怎样才可以不是这个样子。

上述特点，来自志红深厚的精神分析或者说心理动力学基础。精神分析是一门关于心灵自由的学问，它告诉你是什么和为什么，从不告诉你该怎么做。这也是鉴定一门学科的金标准，那些直接告诉你该怎么做的“学说”或者“师傅”，是在剥夺你作为独立个体存在的最重要的东西：自由选择的权利。

本书名为《巨婴国》。巨婴的意思是，一个个体，在身体上已经发育为成年人，而在精神上还保留着婴儿般的思想、情绪和行为。这些巨婴特点包括：自我意识狭窄，无法预知自己的言行对他人可能造成什么影响；人身依附，使自己成为他人或机构的一部分，丧失或出卖个人良知底线；在人际和社会层面，为了操控而操控，无法施与爱或享受爱。书中列举了很多例子，而作为读者，你也可以列举无数发生在你身边的例子。

志红告诉我，他的电脑里有一个专门的文件夹，用来储存当下发生的重大社会事件，以便随时查看。这些事件发生之后，公众需要一个或一系列解释，以便了解这些事件发生的原因，以及知道杜绝类似事件的办法。志红一直在努力满足公众的这一需要。从这个意义上来说，志红是以一己之力，成为国家维稳力量的一部分，而且可能是最基础的那一部分。

文章千古事。好的文字会成为文明的一部分，代代相传。尤其是那些深入人心的文字富含的洞见，会抵消掉文化中的糟粕，使我们打包传递给下一代的精神食粮，有更多滋养、更少毒素。

我们曾经为没有中断的5000年文化感到自豪。深入思考后发现，这种延续的原因至少部分来自文化中的施虐因素。因为爱制造分离，而施虐制造忠诚。在文化延续所制造的歌舞升平的表象之后，是每一个曾经生活其中的人想成为自己的愿望的无边墓地。

志红的写作，可以被看成某种启蒙运动的一部分。这个启蒙运动的目标是：在对外部世界的探索已经非常深入的背景下，启动公众对探索人类自身精神世界的兴趣，并且最大范围地分享已有的探索成果。

跟志红一样，我也是“孝顺”文化的坚定反对者。孝顺是对长者的恶性催眠：你老了，快死了，所以我让你跟着我一点，这样你可以沾点便宜再离开这个世界。孝顺是对长者的巨大排斥与不屑。被催眠的长者会提前进入“垂死”状态，苟且地活在孝顺包围的虚假世界里，所以孝顺是坟墓的一种精神形式。我曾经想象过被晚辈或学生们孝顺的场景，确实可以满足一些帝王般的操控欲，但却伴随着弥散的孤独、无力和悲哀。一番权衡之后想说：请别孝顺我，请真诚地对我，就像对你的同龄人一样。

从心理发展阶段来说，孝顺表示固着在4岁前的人际控制和反控制期，人格还没有发展到更高的爱的级别。用爱替代孝顺，是全文明级别的巨大进步，身处其中的每一个人，都将享受这一进步带来的无限福利。

最后想说一个极富挑战的问题。拿志红或其他现代心理学家跟一些先哲相比，在视野、知识总量以及对人性的洞见方面，谁更胜一筹？

这个问题是一面镜子。它的答案永远在路上，也在你的人格深处。

自序

1995年，在北京大学读大一时，去打工，和十来个大学生一起发小广告。

一个晴天，我们骑着自行车走在郊区的马路上，我在后面，看着他们说说笑笑，突然心里升起一个很强的意愿——我一定要搞明白，人到底是怎么回事！

由此决定，以后就做一名心理咨询师吧。作为心理学系的本科生，这是我所能想到的、了解人性的最佳方式。

从此以后，一切努力都是围绕着这个愿景而来了。

譬如，忽略了科学心理学的一些课程，如认知心理学、生理心理学等，而专心读临床心理学各种流派的著作。

譬如，总觉得心理学大师们让我不够佩服，而一些哲学大师、文学家和艺术家更让我叹服，也觉得他们的书好像更能启发我了解人性，于是泡在北大图书馆里读了很多书，还去哲学系、中文系等跨系听了不少课。

譬如，从大二开始，就去校心理咨询中心帮忙，还去北京市的几个电话心理热线平台做接话员，每周一个晚上，从晚上8点到早晨8点，持续了5年，听了无数故事。

并且，很有意识地，考了北大心理学系的临床心理学方向研究生。按这条路走下去，看着还挺顺畅。

但一个波折出现了。读研究生时，有了中重度的抑郁症，我的导师钱铭怡老师认为我不适合做实习，于是这条路就像是断了。

抑郁症持续了两年，我就任由自己浸泡在抑郁中，仿佛深潜到了潜意识的深井中——村上春树的小说描绘过男主人公待在井底的那种情形如隐喻一般发生在我身上——成为一名地道的“深井冰”。恰好满两年时，感觉到内心中很多条拧巴的河流突然变得通畅，它们一起流向一个大湖，于是自愈。那之后，发现自己对人性的理解可怕了很多，好像一切小说都能读懂，一切电影都能看懂，别人的故事也都能看懂。不过，在这里，是必须加这样一个词的——“好像”。

2001年，研究生毕业后，因缺乏实习，不能直接走心理咨询师的路，加上担心北京的沙尘暴，转而去了广州日报社工作。我从小到大也一直爱写东西，蛮适合在报社工作。

先是做国际新闻，还正好赶上“9·11”事件。2005年，觉得国际新闻做不下去了，转而去做报纸的心理专栏，一写成名。

2006年，挤进了在上海举办的中德精神分析班，跟德国资深的精神分析治疗师们学习。这时，才真正学习精神分析了。

就在出发那天晚上，我做了一个梦，梦见自己杀了秦桧的干儿子，秦桧派一队兵马来抓我，几十人整整齐齐，如一个方块阵，铠甲鲜亮，长枪林立，步调绝对一致。他们逼近我时，我不急不慌拿出一个令牌，上面印着“弗洛伊德的使者”几个字，然后他们就不能抓我了。

到了上海，给几个咨询师朋友讲这个梦，他们说，这是大梦。所谓大梦，即是个人最重要的潜意识的反映，也可能是你的一些使命。

当时我的理解是，秦桧最标志性的事，就是以忠孝之名杀了岳飞，而我一直对孝顺有本能的反感，所以我的使命，就是要解构中国的孝顺。但是，孝道是中国文化的核心，解构它可能会给我带来很多危险，如果我用精神分析的方式，这份解构工作，就会安全很多。

现实也如此，虽然我一直解构孝道，并引发很多抨击，但都是正常讨论。不过，我也感觉到，我是带着

一些怨恨在解构孝顺，这样是不中正的，也会影响我更深入地理解孝顺。

怨恨的原因很直接，我的爷爷奶奶（主要是奶奶）一直欺压我父母，导致他们三十多岁时都不想活了，母亲患了严重的抑郁症，父亲则一年内一口牙全掉了，因为恨，但恨的是自己父母，不能向外表达，只能“打落牙齿和血吞”，向内攻击自己。

虽是家事，但事情非常不公平，是非曲直一目了然，可孝道压倒一切，所以我父母就是绝对错，爷奶就是绝对正确，以至于，已被欺压到极致了，而村领导竟然还通过大喇叭向全村人广播说，我父母是不孝的坏典型。

这直接导致了我有反孝道的内在情结，所以解构孝顺时，不可避免有了强烈愤怒在其中，我再怎么自我认识，这份怒气都不可避免。

不过，随着自我认识的深入，和在咨询与生活中听到的一些故事，我的这个情结开始不断松动，我对孝顺的那种克制不住的愤怒，因为对自己和国人的集体潜意识理解得越来越深，逐渐趋向瓦解。

一个标志性的触动，来自我的一位女性来访者。她人很美，曾是有几千员工且以女员工为主的厂子里的“厂花”，自己做老板，有很好的收入，人也善良温婉贤惠，找我做咨询时已40岁，竟没谈过一次真正的恋爱。她收入的大头，给了哥哥弟弟与父母买房子，自己租了一个小公寓，活得非常节俭。对家人如此，对朋友和员工也极好。

然而，咨询期间的一次生日，她开始怀疑自己的“好”是不是真的。这次生日，她收到了很多礼物，但她突然发现，已有两年，她没给任何一个人送过一份生日礼物了。不仅如此，她还发现，自己的心变得越来越淡漠，别人的痛苦她很难真正关心，别人的喜乐她也很难被感染。甚至，她不仅仅是现在才这样，她怀疑自己其实一直如此，只是现在更加严重了。于是，她开始怀疑自己的好。

听到她的自我分析，我深受触动，我觉得我和她是一类人，也容易有求必应，各种付出，却很难求人，各种所谓的好。同样，我的确也是，很难带着热情去关心别人。

再将这个发现延伸，我发现身边这样的人比比皆是。我的父母、哥哥都是这样的人，为人极好。特别是我哥哥，简直到了极致，父母、嫂子和我，都认为他一辈子没说过别人（除了我嫂子）一句坏话。可是，他的生命力很弱，不爱和人交往。他一直在建筑队里打工，但不能做头儿，因为做头儿时，年底分工资，他总是先把别人的发完，最后发现自己的钱却少了。

这些人的故事汇总在一起，让我有了一个“中国式好人”的概念：他们看起来对人很好，但情感是淡漠的，缺乏热情，并且总伴随着孤独，就像是活在一个孤岛上。

然后，我试着不断深入认识，这份所谓的好是怎么回事，这份冷漠是怎么回事。

再之后，我发展出很多“中国式”的概念，譬如，中国式的婆媳关系。恶劣的婆媳大战，在中国算普遍存在，可也只有我们这样，欧美不如此，东亚国家也只有韩国和我们有点像，日本也不如此。

譬如，妈宝男，在中国也是普遍的存在，这也是中国式的。

譬如，中国人的爱情模式就是在找妈，男人如此，女人也如此。

随着“中国式”的概念与认识越来越多，从量变到质变的关键转变，也呼之欲出。

终于，到了2012年的年底，看电影《1942》时，一个清晰的概念跳了出来——巨婴。

电影中一个镜头：军需官去妓院，老鸨给他安排“东家”的女儿，他将要上17岁的姑娘，却大刺刺躺在床上，要女孩像个老妈子一样先伺候他。这一幕让我觉得很恶心，也因他肥头大耳，我联想到，他就是一个巨婴而已，要一边吃奶，一边做性事。

同是找妓女，我想到汤姆·克鲁斯在电影《大开眼戒》中，他面对小姐，是将对方视为一个人来尊重的。他们之间，像是两个成年男女间发生的事，而军需官和“东家”的女儿，其实像是一个婴儿要找妈妈伺候，但问题是，他们的年龄差又是相反的，所以这种反差引起了我很大反感。

这个概念一形成，我随即有了一个强烈感慨：天啊，巨婴，好像是我们大多数国人的共同写照，我们多数人，看似是成年人，但心理发展水平，其实还是婴儿水平。

这个概念一形成，再去理解各种经典的中国社会现象，就容易了很多。

譬如，屡屡爆出的老人“讹诈”扶助者的事情，舆论一般认为，他们出于经济原因而去有意讹诈。最初，我也这么认为。

然而，多起案例并非如此，其中让我印象最深的一个案例是，一位摔晕的老人在医院一醒过来，第一时间就抓住送他去医院的扶助者的手说，小伙子，你为什么要撞我？还好，这位扶助者是警察，还有视频做证，所以顺利证明了自己的清白。

类似案例挺多，由这些案例可看出，老人并非是有意识地在讹诈。那么，他们为什么这么做？如果将老人视为巨婴，那就很好理解了。

婴儿是没法面对失控的，失控会引起他们巨大的无助感，他们需要将失控这件事从自己身上切割出去。他们会认为，既然失控意味着“我”控制不了，那必然意味着，是有一个“我”之外的力量在控制这件事，并且，因为这件事是伤害性的，所以必然是敌对力量在控制着这件事。

成年婴儿，即巨婴，和婴儿的心理逻辑是一样的。作为巨婴，这样的老人摔倒受伤，是一个巨大失控，他们会认为，这不是“我”导致的，而是“我”之外的一个敌对力量导致的，并且它有主观恶意动机。

所以，他们必然会找人去怪罪，这样就保护了“我还是能掌控自己身体”的这种感觉，且他们会认为对方是主观恶意的，于是对方必须负责和道歉，否则他们就一直死磕下去。一些案例中，即便有了视频，并且，目击者强有力地证明了对方是扶助者，他们还是要死磕。

由此可以看出，巨婴这一概念，可以强有力地解释很多中国经典的社会文化现象。

回头看，1995年我立下的那个目标——一定要搞明白人是怎么回事，它更准确的表达应该是，我“一定要搞明白，中国人是怎么回事”。这像是给自己出了一道考试题，当巨婴概念乃至系统认识逐渐形成后，就相当于，我给自己布置的这道考试题，终于有了答案。

相对应的是，我经常做考试梦，并且总是回到了高中或研究生时期，因为高中我成绩多数时间比较一般，是经过长时间努力加上顿悟，高考前才突然开始考第一，最后考上了北京大学。至于研究生，我则因为抑郁症而多读了一年，所以留下了阴影，但生活中面临新的考验时，我就容易做考试梦，重温当年的噩梦感觉。

2013年年初，我又做了一个考试梦，但梦中我就感觉到，这像是最后一个考试梦了。果真，从那以后，我再没受过考试梦的折磨。

2012年年底，“巨婴”的概念形成，2013年年初，则围绕“巨婴”形成了一个比较系统的理解。结果是，我1995年给自己出的考试题，到现在终于找到了答案。对我而言，一个最重要的考试过关了，所以这个梦就不用做了。

也从那个时候开始，我就想写这本关于巨婴的书了，并且给磨铁图书的编辑不断许诺，2014年可以写好，2015年可以写好……结果，到了2016年，这本书才终于写成。

看似拖延，但这份拖延也有一个巨大好处。先是看到，多数国人是各种各样的巨婴，同时看到我自己也是一个巨婴，巨婴的各种经典心理，我身上也都有，而对自己内心巨婴的认识，需要时间。

欢迎访问：电子书学习和下载网站 (<https://www.shgis.cn>)

文档名称：《巨婴国：武志红2016年新书力作》武志红 著.epub

请登录 <https://shgis.cn/post/1289.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

