



以“闭眼咧嘴笑”的人物形象成名的艺术家岳敏君的作品——一个个都笑得像婴儿，却分明是大人。

我们90%的爱与痛，都和一个基本事实有关——大多数成年人，心理水平是婴儿。这样的成年人，是巨婴。在新著《巨婴国》一书中，心理学家武志红以“巨婴”和“巨婴国”的概念来解释国民性、家庭关系与人心。

同为心理学家的曾奇峰在读了《巨婴国》一书后，对巨婴的定义做了如下的归纳：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。这些巨婴的特点包括：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等。

1995年，在北京大学心理学系读大二的武志红给自己定下了一个目标：一定要搞明白人是怎么回事，它更准确的表达应该是，“一定要搞明白，中国人是怎么回事”。他觉得这像是给自己出了一道考题，直到2013年，他提出巨婴的概念，并撰写文章阐述他的理念，这道20年前的问题才陆续有了答案。

## 躲在我成年躯壳下的是个婴儿

武志红推崇精神分析鼻祖弗洛伊德，后者曾经提出过一个著名的概念：一岁前的婴儿处于口欲期，他不仅好吃，而且用嘴来探索世界。他对任何一个事物好奇时，会用嘴去感受它。联想到中国的现实，武志红说，作为举世闻名的好吃国度，中国社会集体上是处于口欲期，也即集体上是一个婴儿的国度。“口欲期”的概念在国内的精神分析学界已经有共识，不过，武志红将这个概念更进一步，提出了一个激进的观点，他认为中国社会集体上没超过六个月大。

“我并不太担心‘巨婴’的概念惊世骇俗。”自从2013年明确提出“巨婴”概念后，武志红在社会上引起了不小的争论，伴随着争论，“巨婴”这一概念也得到了更为广泛的传播。自媒体“罗辑思维”创始人罗振宇就向读者推荐过武志红的书，在他看来，武志红看到了“躲在我成年躯壳下的婴儿”。很多以前不大好解读的社会现象，在武志红的“巨婴论”里都找到了答案。尽管巨婴的概念目前只是武志红的一个假设，还需要更多的验证，但他确信中国社会的绝大多数现象都可以用巨婴论去解释，“它至少比利益论要靠谱”。

共生、全能自恋、偏执分裂，这是

武志红总结的巨婴的三大心理特征。六个月前的婴儿，处于一个特别的共生阶段：这时的婴儿会觉得，他和妈妈是一体的，我就是妈妈，妈妈就是我，甚至是，我就是世界，世界就是我。“这种共生心理，其实是中国式的集体主义的源头。”武志红说，基于共生心理，产生了中国人对大家庭、均贫富、思想统一的独特追求。

婴儿还有另一个重要心理：全能自恋。即婴儿觉得，他一动念头，世界就该围绕着他的意志运转。共生和全能自恋结合在一起，就构成了“共生绞杀”：我必须和你共生在一起，我不能独自生存，而你必须听我的。“共生绞杀”在一切中国式关系中都可以看到，譬如孝顺：父母不能独自生活，必须和孩子生活在一起，而孩子必须听父母的。

婴儿眼中的世界非黑即白，活在极端对立的两种感觉中：一旦被照顾得很好，全能自恋得到充分满足，他就会有神一般的感觉；一旦没有被照顾好，他就陷入彻底无助，同时也会生出暴怒。由此引申，武志红在做咨询时发现，国人多有“卓越强迫症”，“一个集美貌、学历和富有家庭于一身的的女孩甚至对我说，无才华，都不配活在这个世界上”。

## 与巨婴相处，懂得界限是关键

很多社会现象，借助巨婴的理论也有了有力的解答，武志红举例说，现在国内屡屡爆出这样的新闻：老人倒地，有人去扶助，结果老人却说，我就是你撞倒的。这种新闻，我们习惯上的解释是：这些老人人品太坏了，他们担心自己的医药费无处着落，或者就是想讹诈人的钱，所以才会这么做，概括成一句即“不是老人变坏了，而是坏人变老了”。武志红说，如果用巨婴论来解释，就更准确。这些老人是巨婴，巨婴不能为自己的失控负责，他们发生失控后一定要找一个人去怪罪，用怪罪对方的方式，为自己的失控找到原因，也找到归罪对象。在一些案例中，即便有了视频作证，这些老人还是要死磕下去。

“成年婴儿，即巨婴，和婴儿的心理逻辑是一样的。”武志红解释，像催婚、对买房的热衷等社会现象，

都是典型的巨婴心理的体现，“比如，买房是因为缺乏安全感，而安全感是婴儿必须要获得的”。

巨婴如何长大？在武志红看来，想着帮巨婴长大是一种很自恋的想法。“如果你和一个巨婴关系很近，尊重他是巨婴的事实，理解他并接纳他的合理性，这是基础。”武志红说，巨婴的最重要心理特点是共生与全能自恋，与巨婴相处的关键是要懂得界限，“你是你我是我，特别是，每个人要为自己的感受负责。守住界限，是国人复杂的关系中第一难点，也是第一要素”。武志红认为，与巨婴相处还要让其明白没有谁非得要听你的。“你必须听我的，按照我的来，是各种关系中的头号杀手。关键是与你珍惜的巨婴建立起饱满的关系，当你们有了深刻的深度链接后，共生和全能自恋，就会消退大半。”

谁制造了我们变态的应试教育体系？

最初的时候，我以为是教育部门的官员。一个在教育系统工作的朋友很有感慨地说，应试教育体系的压力，来自于官员想升职的动力。官员考核的凭证，就是升学率，可升学率是这么个东西，你这边高了，我那边就低，所以竞争非常激烈。官员的压力，给了校长，校长给了老师，老师给了孩子和家长，家长也给孩子制造压力……听着很有道理！

咨询做久了，就发现，大多数来访者心里都有这么一种声音——必须追求出色。一位集美貌、学历和富有家庭于一身的女孩说，无才华，都不配活在这个世界上。

这些信息综合在一起，就可以说，这是我们的集体之心，我们共同制造了应试教育体系这个怪物。

不优秀，不配活。但是，只有优秀，那会如何？婴儿都是全能自恋的，但如果得到了很好的照料，他的全能自恋在得到满足的同时，能量也会被人性化，并会从孤独的全能自恋进入真实的关系中，愿意承认自己的无助，而去依恋妈妈。并且，特别重要的一点是，他会享受平时真实的生活。既然，他的吃喝拉撒睡玩的需求能得到妈妈的照料，那意味着，他可以在这种时候和妈妈建立起链接关系。于是他会知道，他的需求都是对的，都可以自如地展现在关系中。

相反，假如孩子的这些正常需求多没得到满足，那么孩子就会觉得，他的需求，是不应该存在的，如果存在，也是一种羞耻，该被谴责和压抑。更为重要的是，他建立关系的努力失败了，于是，他会退行到他孤独的全能自恋中，他会想，日常生活是不重要的，而全能自恋才是重要的，如果我是全能的，就可以控制自己的生活，如果我是完美的，别人就会喜欢我。

卓越强迫症、不优秀不配活，就是这样发展而来的。小婴儿和妈妈建立关系失败了，转而退行到全能自恋中去安慰自己。

国人多患有卓越强迫症，那意味着，国人多数在婴儿早期，即6个月前，得到的照料基本上是失败的。

这样说，会刺伤很多妈妈祖母外祖母，但有两点可以支持我这个论断：一、很多人持有这个观点：孩子3岁前什么都记不住，你怎么对他都行；二、1岁前的孩子基本都不会说话，特别是6个月前处于共生期的，更不会说话，那么，整天奉行听话教育的养育者们，你们能否懂得，自己不会说话的小婴儿在说什么？

我见过大量的个案显示，面对一岁前无助的不会说话的婴儿，很多母亲手足无措，她们根本不知道孩子在表达什么，特别是，孩子为什么会哭。

本来，中国式教育，就是为主让孩子听父母的话，这意味着，我们的教育中整体上不以孩子为中心，所以缺乏意识去聆听孩子的声音。当然，这也可能是因为家长们聆听的能力太差，特别是面对不会说话的孩子，更没办法。

总之，假如小婴儿没被照料好，那必然意味着，小婴儿和妈妈建立关系的努力失败了，这会导致他仍待在孤独中，用全能自恋来安慰自己。

譬如，我这位来访者，就有严重的全能感。经营着一个厂子的她，发现自己简直什么事都要控制都要管，而且要做就必须做到完美，否则出现漏洞，她都会忍不住攻击自己。

同时，她也不信任别人。她发现，自己简直都没有必要请会计，因为会计把账目交上来后，她还会自己再算三遍。她也不信任丈夫，丈夫是负责管人的，而她总是挑剔丈夫，丈夫虽然是好脾气，但也偶尔会忍不住和她大吵。

读书时，她也有卓越强迫症，当考试失败，她就有生不如死的感觉，高考失败后，她整整有3年时间处于崩溃中。

中国人对卓越、优秀乃至完美的追求，就是这么回事。它源自全能自恋，是一个孤独的游戏。

因为是孤独的游戏，导致这样一个问题，即虽然国人的成绩还不错，但是创造力差，甚至高分低能。

因为，真正的能力，建立在关系中。你必须深入到关系中，放下你自己的种种成见和预判，去接触事物本身的道理，尊重事物本身的存在，而不是将你的想象和判断置于事物之上，这样，你才能和事物建立起关系来，并且，你会乐意放下“我”，而去尊重事物的本质与规律，从而才有了真正的能力与创造。

可以说，婴儿初期和妈妈关系的质量，决定了一个人和其他万物建立起关系的质量。弗兰克说，投入地去爱一个人，投入地去做一件事，幸福就降临了。幸福必然是来自关系，而能力哪怕真达到神的级别，如果你是孤独的，那一样意味着可怕的痛苦。

# 《巨婴国》出版，讲述一位心理学家眼里的国民性——大多数成年人，心理水平停留在婴儿阶段

本报记者 吉祥整理



《巨婴国》  
武志红 著  
浙江人民出版社

□出品：副刊编辑中心  
□设计：壹纸工作室  
□本版编辑：曲 鹏  
□美 编：马晓迪