



《我可不这么想:佐野洋子的“非典型”人生物语》  
[日]佐野洋子 著  
时代华语 | 北京联合出版公司

她是幼年在中国度过的日本“童书界才女”，她是百万级超级畅销书《活了100万次的猫》的作者，她是日本作家谷川俊太郎的前妻，她是患有乳腺癌和重度抑郁症却能一直“酷”到人生结束的“五岁老奶奶”……她是佐野洋子。在随笔集《我可不这么想:佐野洋子的“非典型”人生物语》中，面对苦乐掺杂的人生，她说：“要生气，要大笑，要坦然荡荡地悲伤！虽然人生很麻烦很辛苦，但只要吃饱睡足，就可以快活过日子。”

□黎戈

第一次，我仔细地审视了作为画家的佐野洋子。说句实话，可能是因为学版画出身，她的笔触粗犷猛烈，而大多数为儿童作画的绘本画家，笔法都是非常清新柔美的。这一路，处处赔着小心，温柔地设下重重机关，力图以春风化雨，把爱与美植入儿童的稚弱心灵。

佐野洋子可不。她的画一点儿都不精致，看上去像只抓兔子的隼一样，凌厉地扑下来，完全不讲究动作的美感，却抓到了最重要的猎物，也就是作品的意义核（其实，佐野洋子的文字，也像她的画笔一样，没有精细的炼字，那个用词，看上去简直是随手抓来的），她那本一气写出，卖了几百万本的《活了100万次的猫》，一直为人所津津乐道。

她笔下常常出现一种形象——似乎是个婴儿，光溜溜或穿很少、肚子鼓鼓的（婴儿的内脏是下垂的），又像一个文明开始前的几十万年前的原始人：脸，是一张非高贵品种的野猫脸，眼睛也像猫一样斜睇着、乱发如飞蓬——动物凶猛的兽力、辛辣老熟的智慧、婴儿的天真原气……合成了她的气息。

这就是她，每本散文集后面，那个发声的女人，那个在中国出生，与家人回日本长大，哥哥弟弟都病死，父亲早逝，母亲因此发了狂，动辄暴躁骂人，就是这样一个在粗粝破败环境中摔打长大的野性十足的佐野洋子，我终于有了第一张她的照片，不是在履历文件里，也不是在书籍扉页上，而是，在她的画里。从此，我读她的时候，那个在我脑海中盘旋的被称作“佐野洋子”的形象，终于附了形，如魂魄，找到了安放它的形。

佐野洋子的没心没肺里，有着暗黑的核心，而这个多层次、多维度，才是她吸引我之处。

让我们从她生命的源头看起：佐野洋子的母亲，一点儿都没有我们默认“母亲”这个身份概念下的柔情、温婉、护犊情深，相反，她硬冷、尖刻，寒气逼人，连我这个读者看着都发寒。

佐野洋子回忆中唯一的温情时刻，是母亲擦完发油，喊她过去，把多余的油分抹到她头上，也就是拿她当作一个移动卸妆纸巾？因为这是母亲和她唯一的身体接触，会让她无限回味……这个细节总是让我想哭。饿极了、渴极了，可是没有爱的甘露，一滴都没有。到老了，母亲痴呆了，变成了佐野洋子的孩子，那温情，才一点点生出来——她不爱母亲，因为对方如同爱的绝缘体，一个铜墙铁壁的冰窟，或冰冷光滑的井壁，根本无处去进入，去落脚。

有种说法是把佐野洋子面对癌症的“潇洒”理解为勇斗癌魔的乐观无畏，怎么可能呢？佐野洋子根本就不是心灵鸡汤倡导的阳光积极，她自小就近距离目睹死亡，一次又一次。幼年她作为战败方眷属，在中国度过，她最爱的小哥哥，死于配给不足的营养不良，弟弟也紧接着死去，还没来得及长成一个成年人的模样。她在半夜翻过无人的山丘，穿过漆黑的荒山，去拍医生的门，眼看着母亲被一个接一个死去的孩子刺激地狂哭。她太清楚，就算人死了，来年的花也会继续开，星星会发光，雨会落下，没什么大不了的……这是她从小层层积累的死亡经验。

佐野洋子长年患有重度抑郁症，临死前她和医生讨论死后事宜，也带着一种疏离的不在场感，好像自己的死亡都是隔岸的——她们就死亡做了一个对谈。医生说：“有太多人对死亡毫无概念，所以你要多写一些关于死亡这件事。”佐野洋子说：“我也是因为自己快死了，才有了一点儿经验。毕竟是第一次（死），我也想好好观察一下。”她诚实地记录着自己最后的时光：医生说她还能活两年，她立刻一掷千金地买了捷豹汽车，结果过了两年还没死，她想：“怎么办？钱都快花完了……”化疗掉头发，她剃光头，对着镜子照照：“顶着这张脸过了几十年，我真是坚强啊，不过！秃头才知道，原来我的头型这么美！”

她那么成熟睿智，饱经人世沧桑，洞晓一切世情，让人觉得她有一百多岁了，可是，她又那么新鲜勃发，好像昨天才刚刚出生，也许，她今年五岁？

她写过一本《五岁老奶奶去钓鱼》，说的是

## 「五岁老奶奶」的酷



一个老奶奶过生日，只有五根蜡烛，那就过五岁生日吧，第二天，老太太和她的小猫孙子去钓鱼，路过一条宽阔的大河，老太太站在河边，再一想：“我是五岁啊！”哗，就跳过去了。

佐野洋子是个天才。

天才是什么呢？大约有这么几个特点：忽大忽小，天才都是把一颗老灵魂，混上一颗童心，揉为一体，她就是“五岁老奶奶”，五岁哦，但又是老奶奶；无翼而来的天分，看不到清晰的成长线，所谓“提笔即老”，麦卡勒斯、张爱玲写出最成熟的作品时，都只有二十多岁；不是技术化的、均质的好，就算水平发挥有起落，也不影响它的光彩，也就是说，即使在她写得不好的文章里，那种天才的气场，闪闪发光的只言片语，仍然能把整个暗淡的文本照亮。

近年来鸡汤盛行，佐野洋子和树木希林一样，也属于被鸡汤化误读的一拨儿人，但事实上，她们的价值就在于“不规则，不标准”——我怀疑，她们的答案中也有疲倦松懈时的信口乱说，在她们的对话录、访谈录及文章中，时不时地，也能看见前后矛盾的表达和立场。佐野洋子的儿子说他妈关于他的回忆是虚构混杂的，与他记忆中的事实有点不同，还有一次（忘记是谁说的了），说是《静子》中洋子和母亲和解的段落，也有点言过其实。

我觉得这没什么问题，这就对了嘛，活着，又不是每天参加一次高考，酷，也不可能是一张打铃收卷的答题纸。快节奏时代的酷，是综艺节目里，应试作文般的酷，心里是一个答案，交上去是另外一个，因为都知道什么行为会加分，比如你要做情感专家，给人家提供人生指南，你就必须强调男女平权、亲人和睦等，这都是应考大纲，无关个体当下鲜活感受和真实的经验积累，必须持这种态度，才能迎合读者，就和提供对口服务是一样的，这种活在他人判断体系里的酷，不是真酷。

佐野洋子说：“我讨厌所谓的正义，无论是向左向右，还是向上向下，还有斜的。”我相信她也特别讨厌一成不变、心口不一的标准答案，她的酷，不是经过思想整容、形状工整的酷，像意见领袖喊口号、鸡汤文写手写语录那种，她就是把此时此刻的心理，包括即兴想象出来的心灵事实，那张答题纸直接交出来，童言无忌，没有两张答题纸。

她并不掩饰衰老、疲惫和倦怠，佐野洋子长年罹患重度抑郁，她说要没有儿子她早自杀了。她被生活磨折和消耗，也没有过剩情绪引发的战斗激情（年轻化的力量感，多半是这种戾气横生），她的力量感，是更丰富、更浑浊，有时也会有来回踱步的成年质地的酷。

鸟儿何以能飞得高，飞得远？因为，它们的骨架是中空的，如果你想得到真正的自由和广阔的远方，一定不能背着两张答题纸，那样的话，自重太大了。真正的酷，也是这样的，在放松之中，达到生命最严肃的内核。她粗犷的画笔、看似信手拈来的文字，应该就是这样。

（摘选  
自《我可  
不这么  
想：佐  
野洋  
子的  
“非典  
型”人  
生物  
语》序  
言，有删  
节，标题为  
编者所加）



《生命周期完成式》  
[美]爱利克·埃里克森 著  
世界图书出版公司



人类平均寿命的延长，引发了我们对于老年人的关注。当超过八十岁的人越来越多时，他们的心理状态、生理需求及社会关系更值得全社会的重视。《生命周期完成式》是心理学家爱利克·埃里克森曾完整、系统地提出生命周期八阶段理论的经典著作，最新的这个版本，则增补了由他的妻子琼·埃里克森执笔的新章节，阐述了生命周期第九阶段的要素。

□邱天助

在生命周期的第九阶段，我们会面临新的需求、经历对生命事件的重新评估以及面对各种生活难题。晚年该如何活下去？该用什么样的姿态来活？愿你能从《生命周期完成式》一书中撷取正向的力量，让年老变成生命的最佳酬劳。

老年期，是尚未被充分开发的知识领域，而八九十岁人的生活世界，更是一个神秘的领域。因为，人们总是无缘、无力，或无意愿去亲近、体验、检视和剖析生命的最后一段旅程；或是常常过度简化老年人的生命，以为六七十岁、七八十岁和八九十岁，面临的都是同样的世界，过的都是同样的生活，产生的都是同样的心境。

社会心理学家爱利克·埃里克森的妻子和学术伴侣琼·埃里克森，根据自己的陪伴、观察与亲身经历，整理出了最后一段生命历程的体验。1996年，在先生去世两年后、自己辞世的前一年，她及时重新修订《生命周期完成式》，将爱利克·埃里克森原先提出的生命周期的八大阶段延伸至第九阶段。琼·埃里克森认为这一阶段是明显不同的生命境界，必须通过八九十岁人的眼睛来审视和理解。

她在书中写道：“我们在八十岁时才开始意识到自己‘老了’，但在将近九十岁时才真正开始面对那些挑战。”以往，他们的生活从不曾被无法解决的问题所困扰，然而，在九十岁时才猛然发现自己活在一个未知的国度。琼推测，八九十岁之时，生命会面临新的需求、经历对生命事件的重新评估以及面对各种生活难题。这些问题必须以第九阶段的发展为主题，进行充分讨论，才能被更好地面对。

琼认为，生命在第九阶段首先呈现的是负向或不和谐的元素，例如不信任、羞愧、怀疑、罪恶、自卑、认同混淆、孤立、颓废、迟滞、绝望和厌恶，这些都是晚年不得不面对的挑战，那才是生命最难熬的时光。

虽然人从出生开始就在迈向死亡，但是在生理、心理和社会条件都不断退化的情况下，如果生命已无残余能量，并且不能用足够的智力去面对晚年，那么惊恐、焦虑、愤怒与绝望就会不断侵袭我们。当生命面临的是尽头而不是希望，甚至连反刍、回味都变成奢侈的时候，我们该如何活下去？该用什么样的姿态来活？用埃里克森的话来说，这才是真正的生命危机。

要克服晚年的危机，就必须获得更多的正面能量。因此，超越时间的局限、无止境地扩展生命空间，是晚年必须发展的美德和调适之道。在琼·埃里克森看来，老年最后一个阶段必须从物质的、理性的、自我的世界，提升到一个更为宇宙的、禅学的层面，进而发展到瑞典哲学家拉斯·托姆斯丹所说的“超验”境界。托姆斯丹认为“老年超验”之道，必须削减自我中心，在孤独的生命中保持宁静、沉思；让自己超越对死亡的惧怕，而非只是无奈地接受它的必然性；重新界定时间、空间和事物的意义，从后设角度，找到一种无限宽敞、跟宇宙同在的生命新旅程。然而，在我们这些凡夫俗子的生命历程中，这是多么严峻的考验与挑战啊！

埃里克森的生命周期理论只是概括性的阶段划分，并非一刀两断的年龄界定。因此，我们可以说，琼·埃里克森所指称的人生第九阶段，并非只是八九十岁人的生命遭遇，它泛指、譬喻的是人们或短或长、迥异于先前生命的最后旅程，它几乎是每个人最终都会面对的失能、无助和依赖的生命阶段。因此，如果你关心自己或亲友的晚年时光，本书是最好的生命教材。当然，在阅读本书的时候，我们也不要忘记琼·埃里克森的叮咛：“生命周期表只有在你自己去体会，甚至最好是自己去编制时，才最有意义。”