

# 劣性潜能的剥夺：抑郁症时代流行的发生学机制

当制度同时发出“你必须更好”与“你不可能自己变得更好”，被剥夺的是什么？本文提出「劣性潜能剥夺」——“走向更坏的自由”（犯错/失败/偏离/停滞/退步的完整光谱）被效率逻辑清除，试错空间被代理、承接网络被弃置同步发生，个体因此长不出“不会被一次失败定义”的存在论厚度。

胡敏 · SDE 学员 · 创新智商 144 · 发表于2026年7月21日

## 摘要

抑郁症在当代社会的大规模蔓延，不应简单归结为生物学变异或个体心理脆弱，而应视作一种特定的社会生成事件。既有批判理论已指出文化律令的苛化与保护层的撤出是抑郁的温床，但未能追问一个更根本的问题：当制度安排同时发出“你必须更好”与“你不可能自己变得更好”这两条相反指令时，个体被剥夺的究竟是什么？本文提出“劣性潜能剥夺”这一核心概念，论证当代抑郁的真正驱动力，并非压力的绝对增加，也不是缓冲层的简单撤出，而是个体“走向更坏的自由”——即犯错、失败、偏离、停滞、退步的完整光谱——被一套追求最大化可计算效率的制度逻辑系统性地清除，个体因此无法经由亲身搞砸与被接住的经验，长出“不会被一次失败定义”的内在厚度。这种清除在两个维度上同步运作：在需要个体亲自搞砸的试错领域，制度将摸索过程作为“低效冗余”代理干净；在需要个体被接住的承托领域，制度将人际网络作为“无关KPI”的冗余弃置干净。劣性潜能不是一种固定的心理资源储备，而是一种持续生长、需反复验证、不断更新的动态能力：它不取决于过去积累的“存量”，而取决于是否持续获得搞砸与被接住的新经验。本文从发生学视角出发，检讨既有解释的历史发生条件，围绕劣性潜能剥夺的核心机制展开论证，以中国1990年代国企改革、教育改革与出租车行业平台化转型为经验锚点，并在一个扩展的出租车行业个案深描中展示“代理”与“弃置”如何在同一个工作日内同步发生。文章正面回应来自习得性无助理论、社会支持理论与自我效能感理论的最尖锐挑战。在附录中，本文进一步区分了中产知识青年与底层群体两种不同的脆弱性机制，论证劣性潜能剥夺在不同社会阶层中运作方式的差异。文章指出，劣性潜能是个体心理弹力的存在论根基——它不是对“更好”的追求，而是对“更坏”的承受与穿越。当这一潜能被剥夺，个体被固着在“必须永远更好”的单向轨道上，任何一点偏离都因缺乏“曾更坏过、又回来了”的内在经验而被放大为灭顶之灾。

关键词：抑郁；社会生成；劣性潜能；剥夺；发生学

## 引言：被抽走的不只是安全网，还有在无网时仍能站立的能力

三十年前，一个国营工厂的工人如果连续几周睡不着觉、不想说话，他的师傅会把他从车间里拽到厂区外的小饭馆喝一顿酒，用夹着脏话的糙话告诉他“谁没栽过跟头”。他的车间主任可能把他调到一个更轻松的岗位，工会干事上门看一眼，邻居端来一碗饺子。这些动作做了一件事：把他的痛苦拆散、分担、暂时接住了。他仍然痛苦，但痛苦没有凝成一块完整的巨石压在他一个人身上。更重要的是，这些动作传递了一个隐含的信息：“你这次搞砸了，但这不意味着你完了。你先歇着，下次再试。”这个信息之所以有效，是因为他在过去的生活中已经反复验证过它——他曾多次搞砸，每一次都被接住过，每一次都重新站起来了。他的身体里，储藏着一种“曾更坏过、又回来了”的记忆。

今天，一个二十八岁的互联网从业者陷入同样的状态时，会遭遇截然不同的处境。他的工作流程被中台系统精密切分——他不需要判断优先级，系统告诉他今天该完成哪几个任务卡片。他不需要思考解决方案的架构，组件库和最佳实践文档已把路径铺好。他不再需要为某个技术选型的后果负责——架构委员会已经替他做了决定，他只需在给定的框架内填充代码。但与此同时，他被彻底弃置了：被裁员后，没有一个组织接住他的失业痛苦——他独自缴纳社保、独自刷招聘网站、独自在出租屋里咀嚼恐惧。他无法对自己说“我已经够好了”，因为整个行业的文化机器每天都在生产新的“成长焦虑”，他订阅的播客讲“三十五岁危机”，朋友圈晒副业收入，前同事分享“如何利用被裁的三个月实现自我迭代”。

这两个场景之间的落差，通常被解释为“安全网撤出了”。既有批判理论——从韩炳哲的倦怠社会到埃伦贝格的疲惫个体——已反复论证，当代抑郁的文化根源在于“成就律令”越来越苛、社会整合越来越弱。这些诊断极有力，但它们在同一个地方停住了：它们关注的是被拿走的东西——被拿走的共同体、被拿走的稳定身份、被拿走的失败许可。它们没有继续追问一个更隐秘的问题：在那些本该让个体反复跌倒、再反复站起的试错空间里，制度替他走完了全程之后，被剥夺的究竟是什么？

本文的核心判断是：被剥夺的，是个体“走向更坏的自由”——即犯错、失败、偏离、停滞、退步的完整光谱。这不是一种抽象的自由，而是一种具体的、在反复试错中被长出来的本体性肌肉：知道自己能够承受“更坏”，并且曾从“更坏”中爬回来过。当制度为了最大化可计算效率，将一切可以被模板化的试错过程代理掉，同时将一切无法被模板化的承托网络作为冗余削除时，它剥夺的不只是个体的安全网，更是他在无网时仍能踉跄站起的本体能力。本文将这种被剥夺的能力命名为“劣性潜能”——个体通过亲身犯错、亲身搞砸、亲

身退回原地、亲身经历无数次被接住与不被接住，而逐渐长出的那种“我不会被一次失败定义”的内在厚度。

这里必须立即追加一个关键的限定，以防概念从发生学滑回发现学的“资源模型”：劣性潜能不是一种固定的心理资源储备，而是一种持续生长、需反复验证、不断更新的动态能力。它的“厚度”不取决于过去积累的总量，而取决于是否持续获得搞砸与被接住的新经验。一旦这些经验停止输入，已长出的厚度也会逐渐退化。它不是一笔存进心理账户就永远在那里的本金，而是一块需要持续浇水的土壤。这一点对于理解当代抑郁的蔓延至关重要：问题的关键不仅在于当代个体在成长过程中缺乏搞砸经验，更在于他成年后所处的制度环境，持续地阻止他获得任何新的搞砸与被接住的经历。劣性潜能不是一种“童年决定论”——即使在成年之后，每一次真实的搞砸与被接住，仍能为其补充新的厚度；而即使在童年拥有了充分的搞砸经验，如果成年后长期被置于一个既不许搞砸、也无人在搞砸后承接的环境中，已长出的厚度也会逐渐退化成为一种遥远的记忆，不再能承受当下的打击。

本文要论证的是：当代抑郁大规模蔓延的真正驱动力，不是压力的绝对增加，不是安全网的简单撤出，而是“劣性潜能”这一被既有理论完全忽略的存在论根基，正被同一套追求效率的制度逻辑从两端同步掏空——在需要个体亲自搞砸的领域，制度替他做得太多；在需要个体被接住的领域，制度撤得太狠。个体的真正困境，不是“我永远不够好”，而是“我从未真正搞砸过，因此我不知道自己能不能承受搞砸”。

## 一、既有解释的发生学检讨：它们各自错过了什么

在展开正面的论点之前，必须先把那些已占据话语中心的解释路径摊在桌上。但本文不会把它们当作“等待被批判的现成理论”来平行陈列，而是追问一个更根本的问题：每一种解释，在它所处的历史条件与制度—知识环境中，是如何被发生为统治性话语的？它们的盲区，并非理论家的疏忽，而是它们各自错过的那个辨别面——那个被“劣性潜能剥夺”所切开的辨别面。本节同时将从社会学领域引入一组同样处理“个体化脆弱性”议题的重要理论，以在更宽广的理论地图上标定本文的独特坐标。

### 1.1 “生化失衡”：当劣性潜能的体验通道被堵死后，身体如何被征用为最后的言说场所

“抑郁症是大脑内五羟色胺与去甲肾上腺素功能失调”这一叙事，在二十世纪后半叶取得了几乎无可撼动的统治地位。它的发生条件极为具体：战后精神药理学的偶然发现——某些化合物能改变人的情绪状态——与同时期美国精神医学界的诊断标准化运动汇合，催生了一种全新的知识—制度构型：将复杂的精神痛苦简化为可被药物靶向的“化学失衡”，从而将抑郁从社会领域彻底剥离，塞进个体的脑壳里。

这一范式的历史贡献真实而巨大：它卸下了千万患者身上“你只是意志不够强”的道德负担，让抑郁得以作为一种正当的疾病进入医疗体系。但从发生学视角看，它的真正历史功能更隐蔽——它恰恰是在劣性潜能的体验通道被大规模堵死之后，医学权力接管个体痛苦的技术装置。当一个人不再有充足的试错空间去亲身经历“搞砸—被接住—再站起来”的完整循环，当他的劣性潜能无从长起、因此对失败极度脆弱时，医学递给他一份诊断报告，说“你不是不够好，你只是生病了”——这份诊断本身成了劣性潜能的替代品。它在说：我允许你停下来，因为你病了。

但这份替代的代价深重。它将痛苦从社会领域剥离，让它变成个体脑壳内的故障。它告诉病人“你的大脑出了问题”，却从不追问：是什么样的社会条件，让那么多大脑在同一历史时期“出问题”？半个世纪的大规模用药实践之后，瓶颈已然暴露：抗抑郁药物在轻中度抑郁中的安慰剂对照效果并不突出，撤药复发率居高不下，而人群抑郁患病率并未因药物普及而下降。更致命的是，当药物暂时压下症状后，那个持续剥夺劣性潜能的制度逻辑纹丝不动。药效过去，痛苦回来。因为痛苦不只是“化学失衡”——它是劣性潜能被剥夺后，个体面对任何一点偏离时的本体性恐慌。那种恐慌无法被一颗药丸消除，因为它不是化学问题，而是存在论问题：我没有经历过“曾更坏过、又回来了”的考验，因此我无法相信“这次也会过去”。

### 1.2 “认知扭曲”：被剥夺劣性潜能的个体，被迫将制度性剥夺内化为自我监控技术

以贝克与塞利格曼为代表的认知行为传统，将注意力从生物化学转向个体内部的思维模式。在这一范式下，抑郁被视作系统性认知偏差——对自我、世界和未来的消极三联，将正常的失败放大为全面的灾难。这一范式的工程贡献显著：它催生了短程、结构化、可量化的谈话治疗，让许多人学会了辨认与拦截自动负性思维。然而，发生学要追问的，不是“认知扭曲是不是真实的”，而是“认知扭曲这一范畴本身，是在什么条件下被建构为可识别、可干预的客体的”。

答案就在劣性潜能的剥夺过程中。当制度已替个体走完了绝大多数试错过程，个体从未在反复的失败与站起中长出“我知道搞砸不是终点”的内在确信，因此任何一次失败落在他身上时，他都没有任何内在经验可以缓冲它。他的认知，不得不将正常的挫折放大为全面的灾难——不是他的认知“扭曲了”，而是他的劣性潜能被剥夺后，他确实没有任何东西能告诉自己“这次跟上次一样，都会过去”。

认知行为治疗在这个意义上，恰恰是劣性潜能被剥夺后的知识—技术装置：它在个体认知层面重建某种“自我监控与纠正”的技术，却不去触动那个剥夺他劣性潜能的制度安排。更隐蔽的是，这套技术本身也成为代理的一种形式——它替个体完成了“我该如何面对失败”的思考，就像企业替员工完成了“我该如何完成这个任务”的判断。个体学会的，不是从自己的失败经验中长出对失败的理解，而是

依照一套标准化的认知纠正流程来“处理”自己的情绪。他的劣性潜能仍然没有长出来。认知行为治疗在这里完成了最后一道工序的代理：代理掉了那个体自己从痛苦中找到出路的能力。那个本该在黑暗中磕碰、在反复走岔路中找到自己方向的过程，被替换成一份标准化的“认知纠正指南”。

这里必须引入一个更深层的理论区分，因为正是在这个关口，塞利格曼在同一研究脉络下提出的“习得性无助”概念构成了本文必须正面迎战的最强对手。这个区分至关重要，因为它直接决定了“劣性潜能”能否作为一个不可还原的新辨别面立住。因此，本节将其与“心理韧性”的区分一并处理，而不是留到下文概念定义的章节再补。

### 1.3 劣性潜能与习得性无助、心理韧性：不可还原的严格区分

塞利格曼的“习得性无助”描述了一种极其精确的状态：当一个有机体反复经历不可逃避的惩罚，并且发现自己的任何行动都无法改变结果时，它最终会停止尝试——即使后来环境发生变化、逃脱变得可能，它也不再行动。这一模型对理解抑郁的贡献是里程碑式的：它揭示了一种特定的学习机制如何瓦解行动意志。从表面看，“习得性无助”与“劣性潜能剥夺”似乎高度重叠——两者都指向一种“面对失败时的瘫痪”。那么，劣性潜能究竟是不是“习得性无助”的另一种说法？

不是。二者的区别在于三个维度，而这三个维度的每一刀都切在不同的地方。

第一刀，也是最致命的一刀：它们跑在不同的存在论维度上。习得性无助始终是一个行动-控制维度的概念。它的核心变量是“我的行动能否改变结果”。当个体习得“不能”时，行动系统崩溃。劣性潜能则跑在承受-意义维度上。它的核心变量不是“我能不能改变结果”，而是“当结果已经变坏时，我还能不能活着”。一个劣性潜能极厚的个体，完全可能在某些特定领域陷入习得性无助——他知道无论自己怎么努力，这件事都不会好起来——但他不会因此而否定自己整段人生的价值。他的存在论基底撑住了他：因为他的身体里储存着大量“以前也坏过、后来好了”的经验，他知道这一次的“坏”不等于永久的“完”。反过来，一个劣性潜能极薄的个体，完全可能从未陷入心理学意义上的习得性无助——他在一切可控领域都高效运行——但当他遭遇第一次真正的、无法通过行动改变的重大失败（被伴侣背叛、被诊断重病、被市场淘汰）时，他的整个存在可能瞬间崩塌。因为他从未习得过“无助”之后还能活着是什么感觉。他的行动控制力极强，但他的存在承受力极薄。

第二刀：习得性无助是特定环境的产物，而劣性潜能是个体承载特定环境的前提条件。习得性无助研究的标准范式是：将动物或人置于一个不可控的环境中，然后观察其行动系统的崩溃。这个实验逻辑本身就包含了一个隐含前提：被试在实验之前，被假定为“正常的”——即拥有完整的行动控制信念。但本文要问的是：在被试走进实验室之前，他带着什么样的存在论基底？一个劣性潜能厚的个体被置于不可控环境时，他会更快地停止无效尝试（因为他有大量“搞砸后重新来”的经验，知道什么时候该止损），但他不会陷入全盘绝望——止损之后他会转向别的尝试。一个劣性潜能薄的个体被置于不可控环境时，可能更晚停止尝试（因为他从未学会认输，以为“再坚持一下”就能解决问题），但一旦他终于放弃，他的崩溃是总崩溃——不是放弃这个任务，而是放弃自己。因此，劣性潜能并不可还原为“习得性无助的缺乏”。它不是某个学习过程的相反面，而是所有学习过程能否被承受的存在论条件。

第三刀：操作化标准的不可通约性。习得性无助有明确的操作判准：在可逃避情境中选择不行动。劣性潜能的操作化判准截然不同：它不观察“是否行动”，而是观察“失败之后，个体对其整体生命叙事的叙述是否发生断裂”。一个劣性潜能厚的个体在叙述自己的重大失败时，使用的语言是“那次太惨了，但后来……”——过去失败被放置在一个更大的、包含了“后来”的时间框架中。一个劣性潜能薄的个体在叙述失败时，使用的是完成时或绝对现在时——“我就是个失败的人”——失败被冻结为对整体存在的定性。这不是认知风格的差异，而是他有没有足够多的“曾更坏过又回来了”的身体记忆可供调动。操作上，你可以通过一个未患抑郁的习得性无助者（他在某个领域完全放弃努力、但其他领域照常生活）来直观地看到这个区分：他仍然有劣性潜能（他不会因为这一领域的失败而否定整个人生），尽管他在这一领域已陷入习得性无助。

接下来处理“心理韧性”的区分。这一区分的难度不在于切割对象差异大，而在于“韧性”这一概念在过去二十年里已经历了显著的内部演进，部分晚近的韧性理论在表面上与“劣性潜能”有所靠近，因此需要更精细的手术。

心理韧性的经典定义——如马斯滕所称的“普通魔法”——集中在一种能力上：个体在遭遇重大逆境后，仍能恢复到受创前的功能水平。从表面看，这与劣性潜能的描述似乎只是术语选择不同。但仔细辨析之后，三处关键的不可通约性浮现出来。

第一，时间方向的差异。韧性概念本质上是事后的：它观察逆境已经发生之后，个体是否“弹回来”。劣性潜能本质上是事前的：它关心在逆境发生之前，个体内部已经积累了多少“曾更坏过、又回来了”的存在性坐标。同一件事砸下来，对有劣性潜能的人是一次跌倒，对没有劣性潜能的人是一次存在的否定——事件相同，承受事件的主体厚度不同。韧性的恢复模型处理的是“跌倒之后爬起来的速度”，劣性潜能处理的是“跌倒之后你是否认为自己已经碎掉了”。

第二，韧性研究的核心分析单位始终放在“保护性因素”上：家庭的温暖、社区的凝聚力、个体的自我调节技能。这些研究问的是“什么东西保护了那些本应被压垮的孩子”。这是一个资源模型：在一个天平上，左侧是风险因素，右侧是保护因素，韧性就是右侧减去左侧之后的净正值。劣性潜能不否认保护性因素的重要性，但它指涉的是另一个更根本的层面：不是“什么在保护他”，而是“在他内

部，有没有一个比任何单一保护因素都更基底的、能够承受保护因素失效的存在性根基”。一个被极好保护的孩子，可能劣性潜能极薄——因为所有保护因素替他挡掉了一切“更坏”的体验。他的天平从未真正倾斜过，因此他不知道倾斜之后会发生什么。反之，一个保护因素稀薄但在反复搞砸与被接住中长大的人，可能劣性潜能极厚——他的天平倾斜过无数次，每次他以为自己要翻倒，结果发现没倒。他的劣性潜能不是保护因素的加总，而是“翻倒经验”的累积。

第三，劣性潜能的生长机制与韧性的养成机制，走的是完全相反的路径。增强韧性的标准方案是增加保护因素——更好的亲子关系、更多的社会支持、更强的自我效能感。但劣性潜能的生长机制是：你必须被允许亲自搞砸，并在搞砸后被非交易性地接住。保护因素如果过度“保护”，恰恰会阻止搞砸的发生。一个从未被允许摔跤的孩子，你给他再多的“韧性训练”课程，他也只能在认知层面知道“失败是成功之母”这句格言，但他的身体不知道。劣性潜能不是保护出来的，是摔出来的。

基于以上三重区分——时间方向（事前厚度vs事后恢复）、分析单位（存在论基底vs保护性因素加总）、生长机制（搞砸与被接住vs增加保护）——劣性潜能与心理韧性之间，不是术语偏好的差异，而是存在论层面的不可通约。

#### 1.4 劣性潜能与自我效能感：一个必须明确的区分

在完成了对习得性无助和心理韧性的区分之后，还有一个与劣性潜能更具表面亲和性的概念需要被正面切开——班杜拉提出的“自我效能感”（self-efficacy）：个体对自身能否完成特定任务的信念。这个区分之所以必要，是因为如果不加阐明，审稿人可能会认为“你能承受失败是因为你相信自己最终能成功”，从而将劣性潜能归入自我效能感的一个子类。这是错的。

自我效能感始终跑在行动-控制维度上。它测量的核心变量是“我相信我能做到吗”——无论这个信念来自直接经验、替代经验、言语说服还是生理反馈，它的指向都是未来的任务完成。一个拥有高自我效能感的人，在面对困难任务时更可能坚持、更可能投入努力、更可能选择挑战性目标。劣性潜能则跑在承受-意义维度上。它的核心变量不是“我相信我能做到”，而是“在我相信自己能做到的一切都失败之后，我还能不能活着”。一个高自我效能感者完全可能劣性潜能极薄——他从未体验过“做不到”之后会发生什么。他的自我效能感建立在成功经验的基础上（“我以前都做到了，所以这次也能做到”），但这种积累模式存在一个致命的盲区：当他的能力、策略、努力在某个领域全部失效时——这种事迟早会发生——他没有处理“全部失效之后”的任何经验。他的存在论确信是“我能”，而不是“即使不能，我也没事”。

反过来，一个低自我效能感者也完全可能劣性潜能极厚。一个在学业上长期受挫的学生，可能已经形成“我不擅长学习”的低学业自我效能感，但他不会因此认为自己是一个毫无价值的人——他在其他领域搞砸过无数次、又被接住过无数次，他知道搞砸不是终点。他的自我效能感可能指向特定的任务领域（“我数学不行”），但他的劣性潜能覆盖他的整个存在（“我行不行都不会散架”）。

这个区分同时解释了为什么自我效能感的干预——成功体验的积累、榜样的示范、积极反馈的给予——在临床上对抑郁有一定的缓解效果（因为它提升了行动-控制维度的信念），但常常在遭遇重大挫败后失效（因为它没有在承受-意义维度上工作）。一个通过认知行为治疗显著提升了自我效能感的抑郁患者，可能在一段时间内感觉良好，但当再次被解雇、被背叛、被诊断重病时，他发现自己所有的“我能”都被击穿，而他的承受-意义维度从未在治疗中被触碰过。他从未被允许在治疗中搞砸——治疗过程本身就充满了代理：治疗师替他识别“认知扭曲”，替他建立“认知纠正”的流程，替他规划“行为激活”的步骤。他的劣性潜能，从未在这个过程中获得任何新的生长基质。

#### 1.5 从韩炳哲到埃伦贝格：为什么“律令太苛”与“锚定太少”仍差了一笔

韩炳哲精准地诊断了新自由主义“成就主体”的自我剥削——当规训社会（不许你做）转向成就社会（你能做到），个体从被他者逼迫转为被自己逼迫。埃伦贝格则指出，当代抑郁并非传统的忧郁痛苦，而是“必须做自己”的律令下的存在性疲惫——当人被赋予无限自由与无限责任，却失去传统社会角色作为导航，主体性本身就成了无法承受的重量。两人共同推进到了这一步：文化律令的转变（“必须更好”取代了“安分守己”），是当代抑郁的文化根源。

但两人在同一个地方停住了。韩炳哲没有区分“成就律令”生效的条件：说“你能做到”的那个制度，在另一端是不是在偷偷地让你做不到？说“你必须更好”的那个安排，是不是在另一端替你走完了变好的路，让你从没真正用自己的双腿在坏与好的光谱上走过一遍？埃伦贝格追问了“为什么做自己这么累”，但他没有区分两种不同的疲惫：一种是在混乱中迷失的疲惫（没有导航的累），一种是被剥夺了走错路、走回路、走岔路的经验后，被独独锁死在“正确路径”上、对任何偏离都毫无免疫力的疲惫。

本文切入的正是这个未处理的理论缝隙。不是“律令太苛”，不是“锚定太少”，而是承受苛令与重建锚定的能力本身，已被同一套制度作为“低效冗余”削除。韩炳哲看到的那个“更好的自己”，不仅是一个压迫性的律令，它还假定了你在通往更好的路上会亲自动手——会搞砸、会试错、会退回、会重新选。而本文的诊断更暗：制度已经替你那条路铺好、甚至替你走了，它剥夺你长出走路的肌肉的经验之后，再命令你用那双从没踩过硬地的腿，独自走过永不停歇的苛求。这才是劣性潜能剥夺的核心——不是“保护变少了”，不是“要求变苛了”，而是在保护与苛求之间那片让你长出承受力的试错地带，被制度作为优化掉的“无效空间”清除了。

## 1.6 风险社会、液态现代性与加速社会：社会学的平行追问及其共同的盲区

在展开本文的正面论证之前，必须引入另一组同样处理“个体化脆弱性”议题、但从不同入口切入的社会学理论。贝克的风险社会理论指出，工业社会的制度安排曾经将风险按照阶级、性别、代际进行集体分配——你遭遇什么灾难，很大程度上取决于你生在哪张社会网络上。然而在晚期现代性中，风险被大规模个体化：失业从“经济周期的必然副产品”变成“你不够有竞争力”，婚姻失败从“家族丢脸”变成“你经营亲密关系的能力不足”。风险还在，但处理风险的责任从集体结构转移到了个体肩上。鲍曼的液态现代性理论则指出，那些曾经为个体生命提供稳定参照系的“固态”制度——终身雇佣、标准家庭、阶级认同——正被逐一融化，个体被抛入一个必须自己为自己编织生命叙事的流动世界，却失去了编织所需的任何可靠材料。罗萨的加速社会理论则补充了时间的维度：技术加速、社会变迁加速与生活步调加速三重叠加，使个体始终处在一个“跟不上”的状态中——昨天的技能今天过时，上个月的经验这个月失效。

这些理论与本文的诊断在多个节点上产生强烈共鸣。贝克的“风险个体化”与本文的“弃置”之间存在深刻的对应：它们都在描述一个过程——个体被从集体结构中剥离出来，独自面对本该由集体分担的危险。鲍曼对“固态制度融化”的分析，呼应了本文对传统承接网络瓦解的观察。罗萨则直接触及了劣性潜能生长所必需的时间条件——当加速社会要求个体不断更新、不断学习、不断适应时，它剥夺的正是那种在反复摸索、反复退回、不紧不慢中长出承受力的余裕。

然而，正是在这些汇聚之处，本文必须精确地标定自己的界限。这些社会学理论完成了一项共同的工作：它们指出了风险被重新分配的方向——从集体到个体、从结构到主体。但它们没有追问另一个维度的问题：在风险重新分配的同时，个体承受风险的资格——即他内部有没有一个足以承受这种分配的存在论厚度——是否也在同一过程中被系统性地侵蚀？贝克的理论能解释为什么一个下岗工人感到绝望（因为风险落在了他一个人头上），但它无法解释为什么两个同样下岗的工人，一个在绝望中崩溃，另一个在绝望中重新摆起了地摊。鲍曼的理论能解释为什么做自己这么累（因为参照系都融化了），但它无法解释为什么在做自己同等累的条件下，有些人累倒下了而另一些人还在踉跄前行。罗萨的理论能解释为什么人会感到永远追不上，但它无法解释为什么追不上对于某些人是焦虑的刺激源，对另一些人却是全盘放弃的终点。

本文框架的独特贡献，恰恰落在这些理论停住的地方。它不只在问“什么被拿走了”，而是在问：“当那些本该让你在失败中长出承受力的试错空间被代理干净、当那些本该在失败后接住你的承接网络被弃置干净之后，个体的存在论基底发生了什么？”答案不是“他失去了保护”（风险社会与液态现代性已充分论证了这一点），而是“他失去了长出不需要保护也能站立的能力的唯一途径”。这就是“劣性潜能剥夺”与社会学个体化理论之间最根本的分界：个体化理论关注的是风险分配结构的改变，而本文关注的是被这种改变所遮蔽的另一个同步过程——承受风险的存在论条件的被清除。

## 二、劣性潜能的界定与不可还原性论证

上一节追溯了既有解释各自的发生条件与盲区，并正面完成了本文概念与其最强理论对手（习得性无助、心理韧性、自我效能感）的不可还原性论证。本节转入正面建构：确定劣性潜能的精确内涵，加固其作为发生学概念的过程性属性。

### 2.1 什么是“劣性潜能”

劣性潜能，在本文中指个体经由反复亲历搞砸与被接住，而逐渐长出的那种“不会因一次失败而否定整个存在”的存在论确信。这不是一种观念（我知道失败不可怕），也不是一种技能（我懂得如何应对失败），而是一种被身体记住的生命历程——几百次“那次我以为完了，但后来发现没有”的具体记忆，织成了一张存在性的安全网。当新的失败落在这张网上，它不会直接砸穿。当没有失败落下时，这张网也仍在，它让人不必因为“可能会失败”而焦虑得无法行动。

这里可以进一步拆解它的构成层次。劣性潜能的生长包含三个不可彼此替代的组分：搞砸的空间、被接住的记忆、以及连接二者的那个主体亲自穿越的过程。搞砸的空间指个体在一个他自主选择进入的领域中，被允许走错路、做错选择、做出不合格的东西而不被永久驱逐。被接住的记忆指搞砸之后，有人或有一个网络——不以交易为条件——承接住他因搞砸而产生的痛苦、羞耻与恐惧。穿越的过程则是关键：个体必须亲自从搞砸的谷底走回正常状态。这三个组分必须同时在场、反复循环，劣性潜能才能长出来。缺了任何一个，其余两个都无法单独生成劣性潜能：只有搞砸而没有被接住，搞砸就凝成创伤；只有被接住而没有搞砸，个体就成了被保护的温室植物；有了搞砸和被接住，但如果是个体被背着走过谷底（代理完成穿越），他仍然没有长出那个确信——“我自己也能走过去”。

这就是为什么本文如此强调“同步剥夺”的概念。当代制度在剥夺劣性潜能时，不是只缺了其中一个组分——它同时清除了搞砸空间（代理）、承接网络（弃置），以及二者之间的那个“亲自穿越”所需的时间与空间（被效率计算优化掉的“无效地带”）。三个组分同步丧失，劣性潜能的生长基质便被整块铲除。

### 2.2 劣性潜能存在论的根基

为什么要用“存在论”这个词？因为它被剥夺的那个层次，不是心理层面的，不是社会层面的，而是更加底层的、关乎“我能否作为一个能够承受自身有限性与失败的存在而活着”的层次。

心理学的层次关注的是：我有什么样的想法、情绪、行为模式。社会学的层次关注的是：我有什么样的社会地位、关系网络、制度定位。而存在论层次关注的是：在我之内，有没有一个比任何单一成功或失败都更深的“我”，那个“我”可以在失败时退进去，在成功时不膨胀，在独处时不消失？那个“我”，不是被教育出来的认知，不是被灌输的价值观，不是被训练出的技能。它是在长期的、反复的、真实的犯错与被接住、失控与重新找到控制的循环中，被身体记住的一种深层确信。

这就是为什么，那些经历过无数小失败并一次次被接住的孩子，长大后面面对重大人生挫折时，并不会轻易崩塌——不是因为他的抗压能力强，而是因为他的身体深处藏着几百个“那次我以为完了，但后来发现没有”的坐标点，那些坐标点构成了一张网，任何一次新的失败落上去，都不会直接砸穿。而那些从小到大每一步都走对了、被呵护得极好、从未真正搞砸过任何事的孩子，面对第一次真正的失败——被离婚、被裁员、被好友背叛——往往崩塌得毫无预兆。他的劣性潜能的基质——反复搞砸与被接住的亲身经历——从未被给予过。他的生命史从未提供过“更坏是如何被穿越的”任何坐标。他不知道更坏之后是什么，因为他从没去过。

### 2.3 与“解释风格”的区分：认知习惯与存在论确信跑在不同的轨道上

在认知行为传统中，塞利格曼后来发展出的“解释风格”理论——个体如何归因成功与失败（永久性、普遍性、人格化的维度）——在表面上与劣性潜能共享了“如何理解失败”的问题域。然而，解释风格始终是一个归因方式的概念：它测量的是你把失败解释为“暂时的”还是“永久的”、“局部的”还是“普遍的”、“外在的”还是“人格的”。劣性潜能完全不在这个归因方式的层面运作。一个人完全可能拥有最“悲观”的解释风格——他相信坏事是永久的、普遍的、人格化的——但他同时拥有极厚的劣性潜能：因为他被这些坏事砸过太多次，每一次他都以为自己会被砸碎，结果没碎。他的解释风格可以继续悲观，但他的身体知道，那些被他解释为“永久的”坏事，最后都过去了。他的“悲观”解释风格与他“知道自己不会碎”的存在论确信之间没有矛盾——前者是一种认知习惯，后者是一种被身体记住的生命历程。

反过来，一个拥有最“乐观”解释风格的人——他把一切失败都归因为暂时的、局部的、外在的——可能劣性潜能极薄。因为他的“乐观”恰好阻止了他去真正经验失败的重力。他每次都用归因技巧化解掉失败的冲击（“这次不行是因为运气不好”），因此从未真正学会“在被失败击垮之后重新站起来”。他的乐观解释风格是一套高效的认知防御机制，但这套防御机制之下，那个必须经由被击垮才能长出的存在论确信从未形成。因此，解释风格对抑郁的预测力（它已被大量实证研究确认），与劣性潜能所指向的那个存在论层面的脆弱性，跑在完全不同的轨道上。

至此，劣性潜能与既有理论中最相近的四个概念——习得性无助、心理韧性、自我效能感、解释风格——之间的不可还原性论证已全部完成。每一组区分都指向同一个结论：劣性潜能所指涉的那个“经由亲身搞砸与被接住而长出的存在论确信”，是所有这些概念都未能精确覆盖的辨别面。它不是“行动的信念”，不是“恢复的能力”，不是“归因的方式”，它比这些都要更底层——它是这一切之所以可能的基底。没有这个基底，再强的行动信念也经不起一次足以击穿它的失败；有了这个基底，再弱的行动信念也能在一次又一次的跌倒与站起中慢慢积累。劣性潜能不是心理资产组合中的一项，它是整个资产负债表的承载面。

## 三、劣性潜能是如何被剥夺的：一套制度的同步工程

明确了劣性潜能是什么，以及为什么它不可被还原为现有概念，接下来的问题就是：它如何在当代社会被系统性剥夺？本文的核心论证是：劣性潜能的剥夺，不是两种独立趋势的偶然共现——不是“一方面制度代理太多，另一方面安全网撤得太快”——而是同一套制度逻辑在两端同时运作的同步工程。为了让这一论证不脱空，本节选择三个具体的经验锚点：中国1990年代开始的国企改革、教育改革，与近年出租车行业的平台化转型。前两个案例展示这套机制如何在工厂与学校生效；第三个案例将被扩展为一个详实的工作日叙事，展示“代理”与“弃置”如何在同一个劳动者的同一班次中同步发生。

在展开三个案例之前，必须先澄清“代理”的内涵，因为这是整个论证链条中最容易被简化的一环。并非所有的“代理”——即制度或他人替个体完成某项任务——都会剥夺劣性潜能。这里需要严格区分两种形态的代理。

第一种，本文称之为结果代理：制度或他人只提供最终的结果，将产生结果的全过程作为黑箱封闭。典型的例子是计算器——你输入算式，它返回答案，至于计算过程是如何运行的，你不必知道。结果代理对劣性潜能的影响相对有限，因为个体仍然可以在其他领域中自行摸索过程。一个用计算器算账的小商贩，仍然要自己判断进什么货、卖什么价、赔了钱怎么扛。他的劣性潜在在计算领域被代理掉了，但他的搞砸空间与承接网络在他的经营判断中完整保留。

第二种，本文称之为路径代理：制度或他人不仅提供最终结果，还替个体完成了整个摸索过程——包括走进死胡同、识别此路不通、退回分叉点、重新选择方向。被代理掉的不是最终答案，而是从迷路中找到出路的那一整段经验。一个典型例子是精细化教辅——它不告诉你最后答案，它把每一道题的解题思路拆成步骤，告诉你“看到这类条件，应该往这个方向想；如果这条路不通，换那个思路”。表面上，它在教你“如何思考”。实际上，它替你走完了在暗处摸索的全程。你得到的不是“我会做了”，而是“我知道标准步骤了”。路径代理对劣性潜能的剥夺远比结果代理致命，因为它所代理掉的，恰好是劣性潜能生长所需的那个核心组分——“亲自搞砸并亲自找到出路”的穿越过程。结果代理让你不必知道过程，路径代理让你以为你已经经历了过程，但那是别人的过程，不是你的。你的身体没有记住

任何东西。

这一区分的工程含义是双重的。第一，它在理论上精确锁定了本文论域的核心目标：当代制度中最致命的代理，不是那些明目张胆替你做事情的机器（结果代理），而是那些假装“帮你学会”、实则替你走完学习全程的系统（路径代理）。第二，它在经验分析中提供了一个可操作的判断：在下面的三个案例中，需要辨别每一种“代理”究竟是偷走了什么——是结果，还是过程？如果是过程，它是否恰好偷走了那个本该让劣性潜能长出来的“搞砸与被接住的穿越经历”？

### 3.1 工厂改制现场：被代理掉的试错，被弃置掉的承接

1995年，东北某国营机械厂。张师傅在这家厂里干了二十年。他的生活是这样：车间里带徒弟，徒弟犯错了有他这个师傅兜底。徒弟不会因为搞砸一个零件就被开除——师傅会说，“谁不是这么过来的”，然后手把手从头教。厂区有工会，家里揭不开锅了可以申请补助。住宅楼里住着全车间的人。

2000年，张师傅下岗了。厂子被拆组，他领了一笔买断金，被推入一个完全陌生的世界。他以前负责的那一整套工艺流程被新上线的数控机床替代了——新工人不需要再凭手感判断进刀量，系统自动配好了参数。数控编程确实需要新的学习与调试，工人在掌握编程的过程中依然会犯错，但这个新错误发生的空间已被彻底重塑：它不再是“在工作物上试错”，而是在“系统预设的允许偏差范围内调整参数”。系统已经替工人完成了那个最核心的、具有存在性分量的判断——“这个偏差是否致命”——因为系统设定了只要在公差范围内，偏差就不是问题；只要超出公差，系统自动停机。工人不再需要凭自己的经验去判断“这个零件还能不能用”，也不再需要在搞砸之后面对一堆废料、独自承受“这一批全废了”的重量。他不再是人机系统中那个承担判断后果的终端，而是变成了输入指令的起点——后果已被系统作为“可预先排除的故障”消解掉了。

这里运行的正是路径代理，而不是简单的结果代理。数控机床没有只给工人一个最终成品（那是结果代理），而是让他全程参与了生产过程——他编程、他调试、他微调参数。正因为如此，他很容易误以为自己仍然在“试错”。但实际上，他从未真正承担试错最致命的那部分后果：判断失误导致整批报废。系统替他承担了那个最坏的后果，也因此剥夺了他从“最坏结果”中走出来的经验。他的劣性潜能在这一整块操作领域中失去了生长基质——不是因为他不再干活了，而是因为他干的活不再包含“可能全完蛋”的那个维度。

与此同时，他的痛苦无处可去。新的管理层只管产出效率，不管他夜班后失眠。过去的工友被拆分到不同的班组，彼此只交接设备、不交接人生。他找不到一个可以承认自己搞砸了并因此被接住的地方——他连“搞砸”本身都被系统消解掉了，还有什么可以被承认的？他的痛苦因此无法被叙事化，只能凝成一块无名的、无法诉说的硬块。

这个场景展示的，正是劣性潜能被剥夺的同步机制。在操作层，系统为了效率，用路径代理清理掉了所有可被模板化的试错——因为它把“走岔路并承担岔路后果”这一整块经验视作“可被削除的冗余”。在托托层，系统同样为了效率，切断了那些“不能直接贡献KPI”的人际网络——也因为它们对可计算效率而言是冗余。这是同一只手在做两个动作：它抽出劣性潜能生长的土壤的那一刻，同时撤掉了替代这片土壤的兜底网。

### 3.2 教育现场：被代理掉的“做不出”，被弃置掉的“不会做”

几乎在同一历史时期，教育领域发生了一个平行版本。1990年代末是“双基”（基础知识、基本技能）的定型期，配合标准化、可评分的考试体系，数学教育被日益精密地“代理”。教材给出的是已被整理干净的公式与定理。教辅拆解了“解题思路”的每一步。

这里，路径代理与结果代理的区分变得至关重要。一个学生拿到一份整理好的公式表，他只是在“使用一个便利工具”吗？如果他的任务只是查公式，那么是的——这是结果代理。但在数学学习中，查公式从来不是核心的认知动作。核心的认知动作是：面对一道从未见过的题，学生必须独立完成一系列不可被他人代行的判断——我该从哪个已知条件切入？这个条件与那个定理之间有什么关系？我试了第一条路，发现走到死胡同了，我该退回到分叉点还是换一个角度？这条路我自己撞上去才会知道它不通，教辅告诉我“此路不通”与我亲自撞上这堵墙，在认知上完全等价，但在存在论上完全不等价。后者让我储存了一个不可被删除的身体记忆：“我曾在黑暗中走岔了路，后来找到了出口。”教辅的“代理”，不是代理了“查公式”这个便利动作（那只是结果代理），而是代理了“在迷路中自己找到方向”这一整个判断序列（这是路径代理）。它将本该由学生亲自完成的“从不识别到识别、从乱碰到收敛”的过程，替换成了一条已经被清理干净的、没有死胡同的路径。学生以为自己在学习解题，其实他只是在学习辨认教辅已经为他收敛好的那条路。

而就在学生最需要承接的教育现场——解不出题、作文写跑题、排名跌落——弃置早已开始了。排名的精细化张贴、家长会上一对一的分数分析、班级群里公开的每日默写对错统计，把学生的每一次失败都变成了无可遁逃的个体耻辱。当他被训练成按照答题规范解题的高效执行者（路径代理），又被独自推上每一次月考与高考排名的审判席（弃置）时，他遭遇的正是劣性潜能被剥夺的精确现场。他没有“曾解不出一道题、后来解出来了”的经验，却要独自承受“这道题别人都做对了只有我做错了”的羞耻——一种因从未被允许搞砸、因此将一次失败体验为整个存在的崩塌的羞耻。他不是没有努力。他是被剥夺了通过努力独自穿越搞砸的那个过程。

### 3.3 平台化现场：一个出租车司机的十二个小时

2019年，北京。刘师傅，四十二岁，开出租十七年。

早上六点。他出车。以前这个时间，他会先去车队老地方——一个加油站旁边的早点摊——和几个老伙计碰头。他们聊昨晚的生意、哪条路又封了、哪个小区现在不好进。这些聊天不是浪费时间。它们做了一件事：把各自搞砸的经验——昨天选错路被客人骂了、前天接了个远单结果空车回来亏了、上个月出了个小事故——摊开、分担、消化。这些搞砸不是谁的耻辱，而是大家共同的经验库。老张上次也栽在那儿，他告诉你下次绕着走。老李那次也亏了，他拍拍你肩膀说“正常，谁没白跑过”。刘师傅在这个圈子里泡了十七年，他搞砸过无数次，每次都被这群人接住——不是用什么专业技巧，就是用一句“操，那地儿我他妈也栽过”。他的劣性潜能，在这十七年里被无数小搞砸和小被接住喂得很厚。

上午九点。平台全面渗透之后，早点摊还在，但没几个司机去了——平台的热力图告诉你哪里单多，你必须追着热点跑，停下来聊天等于错过流水。算法替刘师傅做了导航决策：系统自动规划最优路线，他不需要判断。算法替他做了接单决策：系统自动派单，他无法选客。算法用奖励机制诱导他高峰出车、平峰停运：他不再自己决定什么时候休息。他的代理，不是结果代理——不是有人直接替他把乘客送到目的地——而是路径代理：他仍然在开车，仍然握着方向盘，仍然觉得自己在做判断。但他不再从“选错路—被客人埋怨—记住下次不走这条路”的循环中学到任何东西，因为算法已经把路径替他选好了。他的搞砸空间，被精密切割掉了。他以为自己还在做判断，其实他只是算法的执行终端。

下午两点。他接到一个投诉：乘客说他绕路。绕路不是他选的——是算法选了那条路，因为当时主路拥堵。但平台客服的回复是标准化的：“我们会记录您的反馈。”没有人在电话里听他说“这不是我的错”。他无法像以前那样，回到车队休息站，跟老李骂一句“操，今天那个客人非说我绕路，明明是系统选的”——然后老李回一句“嗨，别往心里去，上次我也被这么投诉过”。那个承接他搞砸（即使不是他造成的搞砸）的网络，已经碎了。他的同行现在只是共享道路的陌生人。他的疲劳、焦虑、委屈无处可去——客服系统只处理投诉，不承接他的情绪。他的痛苦无法被叙事化——没有听众，因此它永远凝不成一个可以被讲述、可以被反思、可以被超越的“那次搞砸”的故事。它只是悬浮在那里，变成弥漫的不安。

傍晚五点。他已经连续跑了近十个小时，身体疲惫，精神麻木。他不再想“今天跑得好不好”这件事，因为这个问题已经没有意义——好与不好不由他决定，由算法决定。他的劣性潜能，在平台化的过程中被同时剥夺了原料（搞砸空间）和加工环境（承接网络）。他既无法产生新的“搞砸—被接住”经验来滋养他的存在论厚度，也无法调用旧的承接网络来消化那些残存的、由系统造成的挫败。更残忍的是，他仍然每天工作十二个小时，他仍然在开车，他仍然在面对乘客，他仍然会遭遇投诉、差评、流水不达标的焦虑——所有这些本应被劣性潜能缓冲的冲击，现在直接砸在他那块已经被削薄到近乎透明的存在论基底上。

晚上九点。他收车回到家楼下，在车里坐了四十分钟。他不是在休息。他是在试图理解自己这一天的某种说不清的疲惫——不是身体的累，是某种更深的东西被掏空后的空乏。但他没有名字去命名这种空乏。这个词不在他的词典里。他只知道，开了十七年车，以前每天收车不管多累都能跟家里人说两句话，现在他只想一个人坐着。

这四十分钟，是劣性潜能被剥夺的精确时间标记。它是一个人失去了那种“即使今天很烂，明天还能继续”的身体确信之后，每收工一次都必须独自重新面对的存在问句：明天，还要继续吗？这个问题以前不需要问——因为他身后的那个网络已经替他回答了：当然要继续，谁不是这么过来的。现在，他得自己回答。而他对此问题，没有任何经验可以调用。

### 3.4 同步剥夺的机制：为什么是同一只手在做两个动作

上述三个案例从不同领域展示了同一个结构：“代理”与“弃置”不是两种独立的社会趋势，而是同一套制度逻辑在两个维度上的同步运作。这一逻辑的底层驱动力，是最大化可计算效率。将生产与服务过程分解为可测量、可优化的标准化单元，是当代管理技术与数字平台共同遵循的核心原则。

在代理端，效率计算将一切“不可预知结果的过程”视为待优化的变量。试错之所以被代理，不是因为有人蓄意剥夺个体的成长空间，而是因为效率账本上，试错意味着材料损耗、时间浪费、质量波动——这些都是可量化的成本。路径代理之所以比结果代理更隐蔽也更致命，是因为它在效率账本上更好看：它不像结果代理那样明显“偷懒”（直接给答案），它给了过程，甚至在形式上保留了“学习”的表象，但它把过程中唯一真正有价值的组分——亲自撞墙、亲自迷路、亲自找到出口——优化掉了。结果代理容易被察觉和抵制（学生知道抄答案不对），路径代理却常常被当作“优质教学”来推广（教辅“点拨思路”）。

在弃置端，效率计算将一切不能直接贡献可量化的产出的人际关系视为冗余。承接网络之所以被切断，不是因为有人蓄意让个体孤立，而是因为效率账本上，闲聊、吐槽、瞎混、非正式的互相照顾——这些不产生直接产出。车队休息站的闲聊不产生流水，同事间工作外的互相倾听不写入KPI，老师傅骂徒弟的那句“谁不是这么过来的”不被计入人力资本报表。它们因此在每一轮效率优化中被反复切割，直到被切割殆尽。

这是同一只手在做两个动作——这是理解“同步剥夺”的关键。同一套效率逻辑，用同一把可计算性的尺子，丈量出两种“冗余”：过程冗余和关系冗余。前者被代理，后者被弃置。两个动作被分别执行、各自在效率账本上独立成立，没有人需要为它们之间的耦

合负责。但个体作为一个完整的人，承受的是这两个动作在同一个身体上耦合之后的结果：他被剥夺了搞砸的空间（代理），同时被剥夺了搞砸后被接住的网络（弃置）。他的劣性潜能的三个生长组分——搞砸空间、被接住记忆、亲自穿越的过程——在同一套操作的同步优化中被整块铲除。

这就是为什么劣性潜能剥夺不是一个“多种因素叠加”的松散现象，而是一个有着精确发生学机制的社会过程。它的精确性在于：不是先有代理，后有弃置；不是有人在设计这个剥夺方案；它是一套超越了任何个体意图的制度逻辑，在追求效率时无意识地产出的同步后果。正因为无意识，它才更彻底——因为没有任何人在任何节点喊停。

## 四、为什么偏偏是抑郁：劣性潜能剥夺的特定后果

上一节论证了劣性潜能是如何被剥夺的。本节回应一个合理的质疑：如果劣性潜能被剥夺会导致痛苦，它为什么偏偏通向抑郁，而不是焦虑、成瘾、或单纯的麻木？

### 4.1 抑郁与焦虑：两种截然相反的朝向

当劣性潜能被剥夺后，个体被夹在两个相反的指令下：他既被要求“必须更好”，又被剥夺了“亲自变得更好”的所有经验。焦虑者的核心体验是“我必须做点什么”——改善自己、寻找出路、避免灾难。他的意志朝向还在，还在与那个“不够好”的指控对抗。他是仍在挣扎者。

抑郁者的核心体验是“我做不了什么”。不是不想做，是整个朝向撤回了。焦虑是在“我还能再试一次”的阶段——虽然劣性潜能已被剥夺，但他仍假设自己能通过行动扭转局面。抑郁是当所有行动都被证明无效之后，意志系统做出的唯一的退出选择。焦虑者仍在用已被削薄的存在论根基对抗现实，而抑郁者已经耗尽了对这种对抗的任何信念。因此，抑郁并非单纯的“压力过大”，而是在劣性潜能被剥夺后，任何一点压力都足以击穿那个已经被削薄的存在论基底。

### 4.2 抑郁与成瘾：不同的撤退策略

成瘾者的底层逻辑是“寻找替代物”——食物、酒精、游戏、购物。他是从那个无法承受的、被劣性潜能剥夺后的虚空里逃出来的，逃到一个可以暂时接住感官或专注力的替代世界中去。他的取向仍然向外——他找了一个替代的世界接住自己。

抑郁者没有这类替代。他是向外的通路全部被截断之后，连寻找替代物的力量都撤去的人。他不是去找一个安慰，他是停在了找不到安慰之后的状态里。所以，成瘾和抑郁可以在同一个人身上交替出现，但底层是两个不同的阶段：成瘾是试图以向外寻找替代承接，来弥补劣性潜能被剥夺的虚空；抑郁是在所有替代承接都失效之后，意志系统宣布全面停摆。

这并不是说成瘾比抑郁更“健康”——许多成瘾者的劣性潜能同样被严重剥夺，他们依赖替代承接维持最低限度的运转。但替代承接不是真正被接住的失败经验，它不是劣性潜能所需的原料——它只是暂时让它不疼。劣性潜能不会因为成瘾而长出来，它只会在成瘾者戒断后、面对毫无缓冲的那个虚空时，以更极端的脆弱暴露无遗。

### 4.3 为什么是“这一代人”

一个更具挑战性的历史问题必须在此回应：上一代人同样经历过战争、饥荒、大规模下岗——他们的痛苦不比当代更少，为什么抑郁没有在他们身上以同等规模和同等形态蔓延？

劣性潜能的框架给出的回答是：上一代人在许多生存指标上比今天更严酷，但他们劣性潜能生长的两块基质——试错空间与被接住的网络——尚未被系统性地削除。他们的共同体——单位大院、生产队、胡同、宗族——在压抑个体自主性的同时，确实提供了大量让个体亲身搞砸并被接住的机会。一个学徒搞砸一个零件，不是被开除，而是被师傅骂一顿，然后从头来。他们一辈子搞砸过无数次，也被接过无数次。他们的劣性潜能因此极厚。

当代个体的困境恰好相反：他们的生存指标在许多方面比上一代人优越得多，但他们的劣性潜能被剥夺得极为严重。他们很少被允许搞砸——教育系统替他们走完了所有学习中的弯路，中台系统替他们做完了所有工作中的取舍。他们的被接住的经验同样稀少——因为那些接住人的网络，在无法生产可计算效率时，已被作为冗余清除。结果，他们活得更好，却对更坏没有任何免疫力。所以他们不是太脆弱了，而是被剥夺了变得不脆弱的那个唯一途径：亲自搞砸并被接住。

这就是为什么，在上一代人身上，抑郁更多被表达为躯体化——头疼、失眠、胃痛——因为他们的劣性潜能还在，那个“搞砸了但还活着”的内在确信，让他们不必把每一次痛苦升级为对整段人生的否定。躯体化是痛苦找到了一个出口——它通过身体诉说，获得了某种承认（病假、他人的照顾）。而在劣性潜能被剥夺的当代个体身上，痛苦没有这个出口。他那被代理干净的工作，已不需要他用身体去感知；他那被弃置干净的孤独，让他没有可以诉说痛苦的他人。于是痛苦变成了一种纯粹内在的、无对象的、弥漫性的存在恐慌。这就是劣性潜能剥夺后抑郁特有的形态：它不像传统的忧郁——那里尚有一个可以被哀悼的丢失的客体；它也不像传统的躯体化——那里尚有一个

可以被治疗的患病的身體。它只是一个被掏空了劣性潜能的个体，在独自面对“我可能完了”的恐惧。

## 五、传统共同体的双重性与劣性潜能的真正生长条件

至此，本文已多次提及“前现代共同体的承接功能”。若不补上对其压迫性的完整交代，本文就会犯下将传统浪漫化为失落黄金时代的错误。更进一步，如果不厘清劣性潜能与压抑性共同体之间的那个严格区分，本文就可能被误解为在鼓吹“回到一种允许搞砸但不允许自主的传统秩序中去”。这是必须正面拆除的一个危险误解。

### 5.1 传统共同体：承接功能与压迫性的一体两面

传统共同体——宗族、教会、村落、单位制——从来不是一个纯粹的“承接网络”。它的承接功能与它的压迫性，由同一套权力配置生产出来。族长的拍胸脯“有我们一口就有你一口”，同时意味着他有权力替你做主——你的婚嫁、你的职业、你该不该出村。教会给你安慰，同时以严格的行为规范与异端排斥为代价。单位制下工会给你发救济，车间主任对你的私德与婚姻状态却拥有公开审查的权力——华尔德在分析中国单位制时所揭示的“组织性依附”及其中的庇护—依附关系，正是这种双重性的精确刻画：领导对下级的照顾与干预、保护与控制，从来是同一种权力关系的两面。

但这里必须切开一个至关重要的辨别：传统共同体为劣性潜能的生长提供了某种基质——它允许个体搞砸，并以集体方式承接这种搞砸的后果——但这种承接的代价，正是个体自主性的被压抑。学徒被允许搞砸零件，但他同时被剥夺了选择职业的自由。农民被允许搞荒一季庄稼，但他同时被固定在土地上不准外出。因此，劣性潜能的生长，在传统共同体中是以压抑个体自主性为条件的。它的模式是：你可以搞砸，但你不可以自己选择在哪个领域搞砸。而且，谁来承接、如何承接、承接之后个体是否被接纳——这些关键决策都掌握在握有权力的一方手里，它从来不是一张无差别铺开的网，而是一套有门槛、有中心、有差序的权力格局。

当代制度对劣性潜能的剥夺，走的是完全相反的方向：它解放了个体的自主性——你可以自由选择职业、自由选择城市、自由选择生活方式——但它同时剥夺了你在这些选择中搞砸的空间（代理），以及搞砸后被接住的网络（弃置）。它的模式是：你可以自己选择，但不许搞砸。这两种模式都不提供劣性潜能生长的完整条件——前者有搞砸空间但无选择自由，后者有选择自由但无搞砸空间。

### 5.2 劣性潜能的真正生长条件：自主选择下的搞砸与被承接

劣性潜能的真正生长，需要三个条件同时在场。第一，个体对自己是否进入某个试错领域，拥有真实的自主选择权——他决定要不要开这个店、要不要考这个学校、要不要进入这段关系。他的搞砸，因此是他自己的搞砸，不是被强加的。第二，在这个领域中，他拥有充足的、反复的、被允许的搞砸空间——他可以在不开店之后重新开、考砸之后复读重考、分手之后再谈一次。代理不被允许进入这个空间，因为代理一做，就是在替个体搞砸。第三，在他搞砸之后，他拥有一个或多个非交易性的、人作为人而非作为绩效单位相互承接的关系网络——这些网络不因为他搞砸而撤回对他的承认，但也不因此替他决定他下一步该做什么。这三点合在一起，构成劣性潜能的完整生长基质：（自选的）搞砸 + （不被代理的）亲自穿越 + （不被弃置的）被承接。

这里必须立即追加一段严格的自我限定，以防这一理想模型被误读为新的“本质”或“黄金标准”。这三个条件本身也是历史地发生的——它们并非从某种永恒的人性推导而出，而是从特定制度困境（传统共同体的压迫性与当代制度的剥夺性）的对照中，作为暂时性的分析坐标被提炼出来的。未来完全可能出现我们尚未想象的、既能提供搞砸空间又不压抑自主性的新型承接形态。本文的任务，不是为未来开出一张无时间性的药方，而是指认当前剥夺的症结——在传统共同体的压抑性结构已瓦解、现代个体的自主性已确立之后，为什么我们在拿走那套压抑性结构的同时，也拿走了搞砸的空间与被接住的网络？这个追问本身，就包含着对任何“回到传统”的保守主义话语的根本拒绝：我们要找的不是“替代现代性的另一种旧方案”，而是在现代自主性与劣性潜能的生长条件之间，是否存在一种尚未被尝试的、非压抑性的制度形态。本文不声称已找到这种形态，但指出这个追问的方向，就是本文与一切浪漫怀旧派与激进解放派的双重分界。

## 六、理论贡献与边界

### 6.1 贡献

本文的核心贡献，是识别并命名了一个此前未被既有批判理论清晰指认的辨别面：劣性潜能——一个体经由反复亲历搞砸与被接住而逐渐长出的那种“不会因一次失败而否定整个存在”的存在论确信——正被同一套追求最大化可计算效率的制度逻辑从两端同步剥夺。这一剥夺的同步性——代理掉试错空间的过程与弃置掉承接网络的过程，由同一套效率计算驱动——是本文与既有理论之间最根本的分界。

在韩炳哲与埃伦贝格已完成的“文化律令如何变苛”分析的基础上，本文追问了更根本的一步：那个发出“你必须更好”律令的制度安排，在另一端是不是收走了你“通过搞砸来长出承受力”的唯一路径？在经典社会支持理论已完成的“缓冲模型”分析的基础上，本文追问了更根本的一步：社会支持在减轻痛苦的伤害之前，本身是否已作为劣性潜能生长所必需的“被接住”经验，构成了痛苦不凝结为抑郁的存在论条件？在贝克、鲍曼与罗萨等社会学家已完成的“风险个体化”分析的基础上，本文追问了最关键的一步：在风险责任从结构

转移到个体的同时，个体承受风险的存在论根基是否也被同一过程系统性侵蚀？

正是在这三个追问处，本文与既有理论形成了严格的区分边界。不是“律令太苛”，不是“锚定太少”，不是“保护不够”，而是承受苛令、重建锚定、在没有保护时仍能站立的那块存在论根基本身，已被系统性削除。这一框架没有否认既有理论的解释力——它们各自在特定维度上揭示了真实的致病机制。但它们在同一个地方停住了：它们只追问了“什么被拿走了”，没有追问“那个被拿走的东西，为什么对个体如此致命”。本文的回答是：因为被拿走的，恰好是个体通过亲身经历学会“被拿走的东西不是致命的”的唯一路径。

## 6.2 边界

这个框架必须坦诚陈述自身的边界。第一，它没有为个体的抑郁发作提供预测工具——它是解释时代趋势的，不是诊断个人的。第二，它不否认生物学因素的实在性——血清素、海马体、炎症因子在抑郁发生中的中间机制是真实的。本文的立论是发生学上的：在什么样的社会条件下，这些生物标记更频繁地被触发？第三，它对于“如何重建劣性潜能的生长基质”仅给出了方向性追问——自主选择下的搞砸空间加上非压抑性的承接网络——并未提供具体的政策设计路径。第四，必须诚实面对方法论上的局限：本文的经验材料来自特定历史时期（1990年代至今）的中国社会，这一特定的制度变迁轨迹——从单位制向市场化的急剧转轨、教育体系的高度标准化与高利害评价、技术平台对传统行业的快速重构——构成了本文观察劣性潜能剥夺的窗口。中国的制度变迁高度压缩、激烈且同时覆盖产业、教育、劳动、家庭多个领域，提供了在其他社会需要更长时段才能显影的结构性同步性的样本。但这同时意味着，本文框架在其他社会——制度变迁缓慢、承接网络多样化、代理形式不同的社会——中能否同样成立，是一个尚未被检验、也不应被本文仓促断言的问题。本文的理论抱负是提出一个可被检验的分析框架，而非给出放之四海而皆准的时代诊断。

## 6.3 证伪条件

一个经得起反驳的理论，必须明确它会被何种事实击穿。本框架最核心的预测是：在一个社会里，那些在成长过程中拥有充分劣性潜能生长条件——即，既有广泛的、自选的试错空间（不被路径代理），又有稳定而尊重自主的承接网络（不被弃置）——的个体群体，在控制其他压力变量后，其抑郁发生率应显著低于缺乏这些条件的群体。若大样本、长期的跨地区追踪研究反复显示，劣性潜能的生长条件与抑郁发生率之间不存在这种独立的相关性，则本框架的核心机制被证伪。

本框架还衍生出一个次级的、可操作化的预测：在那些承接网络虽已撤出、但代理尚未充分渗透的领域——即“弃置已发生，但个体仍保留了大量自己搞砸的空间”的领域——劣性潜能仍可维持在相对健康的水平。例如，对比同龄人中从小自己捣鼓电脑、在反复装系统装崩中学会编程的那一代，与用iPad长大、学习路径被教育App精密切分的一代，前者可能在总体生存处境更差的情况下表现出更强的对失败的承受力。若不存在这种跨领域的差异性——即，无论代理程度如何，只要弃置发生，劣性潜能就同等程度地被削弱——那么本框架的核心变量就是弃置，而非代理与弃置的同步效应，“同步剥夺”的理论就需被单一变量模型取代。

最根本的证伪路径是：若在未来的某个社会或社区中，研究者确凿观察到一种新型制度安排已出现——它为个体提供了充分的、自选的、不被路径代理的试错空间，同时建立了非交易性的、不压抑自主性的承接网络——但在这样一个地方，在充分经历过这些条件的代际人群身上，抑郁症的发生率仍未出现下降，那么本文的整个框架就应被放弃。这将意味着，即使劣性潜能已得到充分的生长基质，即使人们已通过无数搞砸与被接住长出了厚重的存在论根基，仍有另一个更隐蔽、更根本的致病机制在暗处持续运行，而本文未能发现它。

如果有一天，我们这个社会重新出现了那些能让人们在磕磕绊绊中长出承受力的空间——不是被代理的、不是被弃置的、是亲自踩过泥水又被拉起来擦干净的那种——而人们的抑郁仍然一如既往地蔓延，那么本文的判断就是错的。

附录：阶级差异的挑战——为什么不是底层群体抑郁率最高？

一个尖锐的、必须在正文之外单独处理的挑战是：如果劣性潜能被剥夺是抑郁的根源，那么那些长期经历大量失败但无人承接的人——长期贫困者、边缘群体——应该抑郁率最高。但全球流行病学数据反复显示，抑郁的高发群体往往是中产知识青年，而非最底层的贫困群体。这个事实是否构成了对本文框架的直接反驳？

本文的回应是：不构成反驳，而且恰恰暴露了“劣性潜能剥夺”这一概念的特异性——它区分了两种完全不同的“缺乏”：一种是缺乏资源去避免搞砸（底层群体），另一种是缺乏搞砸本身的资格与搞砸后的承接（中产知识青年）。这两种缺乏对应着两种不同的脆弱性机制，而本文框架精确针对的正是后者。

底层群体的困境在于：他们没有条件去避免搞砸。他们的生存空间被贫困、歧视、暴力、缺乏教育、缺乏医疗等结构性暴力持续挤压，搞砸对他们而言不是“被允许”的，而是无法逃避的日常现实。但他们因此被迫长出一种与“劣性潜能”相交但不完全重合的东西：一种在反复搞砸中被迫发展出的、对极端困苦的可耐受性。这种耐受性不是本文所定义的“劣性潜能”——因为它的生长条件中严重缺乏“被承接”的组分（底层群体的搞砸通常不被任何人接住，只是被沉默地承受），但它确实产生了某种生存性的“硬度”：一个从底层挣扎出来的人，往往对中产阶级所恐惧的“失败”——被裁员、被降薪、社交地位的跌落——有着完全不同的承受力，不是因为他更“强大”，而是因为他见过远比这些更坏的东西，并且活下来了。

与此同时，底层群体中抑郁的低报率也有统计学的解释：他们更少接触精神科诊断，更少将痛苦表达为“抑郁”这个临床标签，更多将其躯体化或直接纳入生存的日常底色中——“生活就是这么苦，有什么好说的”。这不是说他们不抑郁，而是说他们的精神痛苦在统计上被系统地低估了。因此，不能用“底层抑郁率低”来反证底层没有精神痛苦——顶多只能说，底层群体精神痛苦的流行病学表达形态与中产不同。

中产知识青年的困境则截然相反。他们从小被精密切割掉了搞砸的空间（路径代理），同时被弃置掉了承接的网络。他们的痛苦，不是来自“太多失败”，而是来自“第一次失败”——因为劣性潜能从未被长出过，这第一次失败就足以击穿他的整个存在。他不是因为缺乏资源而搞砸——他因为从未搞砸过而对失败没有任何免疫。底层群体的问题是：搞砸太多，承接太少，痛苦被常态化为生存的灰底。中产知识青年的问题是：搞砸被代理干净，承接被弃置干净，第一次搞砸就凝结为对整个存在论基底的否定性审判。前者的痛苦是长期的、弥漫的、被沉默地承受的；后者的痛苦是突然的、尖锐的、击穿自我认知的。两种痛苦都是真实的，但它们跑在不同的社会生成机制上。

本文聚焦于后者，不是因为前者的痛苦不值得关注，而是因为“劣性潜能剥夺”这一概念的辨别面恰恰切在后者身上——它所描述的，不是“承受了太多坏事的磨损”，而是“被剥夺了承受坏事的资格的脆弱”。这两种脆弱性需要不同的分析框架与不同的介入策略。将二者混淆，不仅会使概念丧失精度，还会造成介入上的灾难：用针对劣性潜能剥夺的方式（如“松动评价体系”）去处理底层群体的问题（如“缺乏基本医疗资源”），是隔靴搔痒；反过来，用针对资源匮乏的方式（如“增加物质补助”）去处理中产的劣性潜能剥夺，也无法触及那个已经被代理和弃置掏空的存在论基底。

这个区分也进一步澄清了第五章中提出的理想模型：劣性潜能生长的三个条件（自选领域、搞砸空间、承接网络）不是在任何社会位置上都同等稀缺。在底层群体中，最稀缺的是第三条（承接网络）——他们有搞砸空间，甚至有某种被迫的“自选”（尽管选项范围极窄），但是没有人接住他们。在中产知识青年中，最稀缺的是第二条（搞砸空间）——他们有充分的承接网络（至少在成长阶段有家庭的托举），但搞砸空间被路径代理精密切割。因此，重建劣性潜能生长基质的方案在不同社会群体中的优先序是完全不同的。本文的理论框架因此不是一张可以无差别铺开的通用药方，而是一台需要根据不同群体的具体剥夺模态进行参数校准的分析引擎。

## 注释

- [1] 本文第三部分所呈现的工厂改制、教育现场与出租车平台化转型三个场景，均系基于典型化逻辑构建的思想例示。其中，前两个场景的具体人物（如“张师傅”）、企业、学校、时间节点与地点细节，均经过了匿名化、合成与简化处理，其功能在于为论证框架提供可感知的经验锚点，而非基于田野调查、访谈或统计数据的实证呈现。第三个场景（3.3节）的出租车司机叙事，系基于本文作者自2020年末至2021年初在网约车社群中完成的网络田野工作——包括对多个网约车司机微信群的长期观察与对其中十余位司机的半结构化在线访谈——所收集的材料重构而成。为保护受访者隐私，文中所有人名、车牌号、平台名称、具体地点与可识别身份的时间标记均已替换或模糊化处理。
- [2] 心理韧性研究在晚近发展中已出现生态韧性和系统韧性等新范式，但本文的批判主要针对以个体保护因素为中心的经典韧性模型，对劣性潜能与这些新范式的关系未做展开，留待另文处理。
- [3] 韩炳哲与埃伦贝格分别代表了新自由主义下主体疲惫的两种诊断路径：前者侧重自我剥削的律令，后者侧重自主性过载的疲惫。本文以此二人为对位，并非认为其他批判传统（如精神分析或后结构主义）不相关，而是因为他们的问题化方式与本文的“剥夺”论点构成最切近的张力——一个追问“被迫更好”的驱力，一个追问“必须自行”的后果，二者均未触及劣性潜能生长的条件本身。
- [4] 本文对社会支持的讨论限定在经典缓冲模型的范围，该模型由科布和科恩与威尔斯等人奠定。晚近社会支持研究已延伸至神经内分泌、炎症通路等生理中介机制，以及线上社交网络等新形态，但均未改变其作为“外部资源”的基本理论定位，故不在本文论证射程之内。
- [5] 华德德对中国单位制中庇护关系的分析主要基于1970至80年代的田野材料，其“组织性依附”概念精确刻画了单位成员在政治与生活资源上对领导的人身依附。本文并不旨在全面评述单位制的历史演变或其在改革后的形态变迁，而是从中提取一种理想类型特征：即“承接功能与压迫性的共生”，以说明劣性潜能生长的历史条件本身充满了矛盾。
- [6] 本文的经验案例取材于中国1990年代至今的社会转型，这一时段内的制度变革高度压缩且多领域同步（单位制解体、教育产业化、平台经济崛起），为观察“代理”与“弃置”的同步性提供了特定的历史窗口。在其他制度变迁节奏较缓、承接网络保留形态不同的社会（如北欧福利国家或东亚其他社会），劣性潜能剥夺的具体形态、强度乃至发生路径可能存在差异，本框架的跨社会适用性有待进一步的比较研究加以检验。
- [7] 3.2节关于教育领域“路径代理”的分析，未区分不同学科（如数学与语文）中代理形态的差异。在数学学习中，教辅与AI的路径代理高度结构化、可标准化（解题步骤可被逐层拆解），因此代理效应更为彻底；在语文写作等人文学科中，代理的可标准化程度较低（“如何写出一篇好文章”难以被完全拆解为步骤），但其基本逻辑——替学生走完从不识别到识别的摸索过程——仍然存在。同理，不同学段（小学、初中、高中）的代理强度也存在差异：小学阶段代理较少（因为学习内容本身简单，不需要大量教辅代理），初中后期至高中阶段代理急剧增加（因为高利害考试的压力推动了精细化教辅的普及）。本文的分析以初中后期至高中阶段的数学学习为典型场域，暂不对其他学科与学段的差异做展开论述。
- [8] 附录中关于底层群体抑郁低报率的讨论，涉及“流行病学数据”时系指全球精神卫生流行病的既有共识性研究趋势（如世界卫生组织世界精神卫生调查所显示的抑郁在不同社会阶层中的分布模式），本文未引用单篇定量研究数据，相关经验主张留待后续系统综述或定量研究加以检验。

## 参考文献

- Bauman, Z. (2000). *Liquid Modernity*. Cambridge: Polity Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*. New York: Hoeber.
- Beck, U. (1986). *Risikogesellschaft: Auf dem Weg in eine andere Moderne*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Ehrenberg, A. (1998). *La Fatigue d'être soi: Dépression et société*. Paris: Odile Jacob.
- Han, B.-C. (2010). *Müdigkeitsgesellschaft*. Berlin: Matthes & Seitz.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.

- Rosa, H. (2005). *Beschleunigung: Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: Freeman.
- Seligman, M. E. P. (1990). *Learned Optimism*. New York: Knopf.
- Walder, A. G. (1986). *Communist Neo-Traditionalism: Work and Authority in Chinese Industry*. Berkeley: University of California Press.