

漫談「生活的意義」

林英琛 節譯 Alfred Adler 原著 ▲ ▲

This essay is dedicated to the human family in the hope that its members may learn from these pages to understand themselves better.

人類生活在意義的王國裏。木材，意味著木材和人類的關係；石頭，表示石頭所佔生活的那一部份。即使是畫家看石頭，也是想把它放進畫裏——還是他生活的一部份。所以我們離不開目的，離不開我們賦予事物的意義。我們不能瞭解事物的本身，所瞭解的只是我們對它的某種解釋。我們生活在這些解釋裏。所以要想改善生活，就得改善自己對事物所定的意義。

如果我們問一個人：「你認為生活的意義是什麼？」他很可能回答不出來。大多數的人都不願拿這個問題來為難自己。事實上，這個問題已經跟人類為歷史一樣久了。有些時候，人也會突然的叫起來：「我活著究竟是為了什麼？」但是我們知道，這是在他遭受失敗的時候。只要他的生活風平浪靜，就不會自求這個意義了。然而在他的行為上，他卻像是在不斷地追求這個問題的解答。稍微留心的觀察，就不難發現：每個人，小至於姿勢、動作、表情，大至於習慣、特性和理想，都在在的說明他對生活的評價。他像是在喃喃地對人宣佈：「我認為，生活該是這樣子的。」

人生有三個不可避免的問題。誰都知道，我們只能生活在這地殼的表面上，再沒有其他的地方了。我們必須在這種限制下，求個體的生存。這是第一件事。另一方面，這個地球上還有其他求生存的人。事實上，每個人都不能單獨的生活，所以合作是第二件事。第三件事來自人類有兩種性別，為求種族的延續，生活裏又必須包括愛和婚姻。

對於這三件事，各人有各人的處理方式。這方式，就表明他對「生活意義」的看法。值得注意的是。這些看法在一生中很少改變。我們每遇到一件事後，原有的看法只是變得更堅定，更深刻了。

試想，如果有一個人，沒有完滿的婚姻，事業也不成功，再加上不善處人，沒有幾個知己的朋友，他一定會認為：「生活不但困難，而且也很無聊。交友帶來的是痛苦，社會不給人機會，卻常給人打擊。」所以他對生活意義的看法是這樣的：「我們要生活，就得小心避免打擊；最好少與別人交往。」很自然的，在他這種想法下，更難從事業和友誼上獲得什麼。於是他更加的肯定：「處人該保持距離，處世要避免打擊。」

如果另外一個人，不但有幸福的家庭，而且從事業的努力上，改善了自己的生活；處人的坦率和真誠，帶來了友情的溫暖，他不難覺得：「社會永遠給人新的機會，我們該積極的創造。」於是他的生活意義

是：「做一個被人喜歡的人，做團體裏的好份子，把自己的力量貢獻給人羣，這是一個人人為我，我為他人的社會。」很明顯的，這種看法將帶來更多的成功，於是他更加深信原有的認識了。

每個人都有他獨自的「生活的意義」，我們要問，什麼樣的認識是對的。讓我們從特殊的情況想起。一個神經病者，可以把一張白紙當成百萬支票，但是，他這種傷感對別人並無絲毫意義。別人手裏拿到一張白紙，並沒有他那種想法。所以真正有意義的生活，並非只對自己有意義，而且也增進了別人的幸福。

對生活意義的看法，關係著人們一生的感覺。也指定了他一生努力的方向。所以我們要問：這些認識是怎麼造成的。如果它們錯了，又該如何改正。專家們認為：從生下來的第一天，我們就開始衡量自己的力量了。一個很小的嬰兒，也在不斷的察考他在環境裏的地位。到了五歲，這些察考形成了固定的概念，我們就擁有了自己的行為方式和解決問題的態度。這些早年的認識，成為一生中堅固，最持久的想法。它決定了以後對生活和對自己的期望。自此以後的人生經歷，都被早年的認識加以解釋後，才被我們接受。即使這些早年的看法有什麼錯誤，人也很難自覺而放棄它們。常要等到吃了許多次的苦頭後，才能突然覺悟。但人也可以由反省而認識自己，從而修正對生活意義的看法，從而過著愉快成功的生活。

一般說來，（絕非絕對），有三種兒童容易有較錯誤的看法。第一種是生理上有殘疾的兒童。這些孩子本身痛苦很多，很難認出生活的意義在於貢獻力量給別人。他們大部份的注意力都集中在自己。長大後，跟人相比之下，漸漸失去生活的勇氣。因為同伴的嘲弄和躲避，形成了自卑感。一生的感覺是常受這社會的侮辱。

第二種是嬌生慣養的孩子，他們認為自己要什麼，別人就得給他什麼。從小被父母捧慣了，所以以不覺得自己該培養些好的品性，才值得別人的寵愛。只認為受寵是天生的權利。所以當他進入了不以自己為中心的環境的時候，他會覺得遭受了失敗。遇到了問題，常只知道要求別人，不求自己解決，也不學著與人合作，在團體裏，他覺得只要強迫別人認出他的突出，同意他一切的要求，他的境遇就會改善一點。所以生活的意義在他眼裏，就是：「一定要別人認出自己的重要，攫取一切所盼望的。」