

人性能 达到的境界

[美] 亚伯拉罕·马斯洛 著 曹晓慧 等译

The Farther Reaches
of Human Nature

Abraham H. Maslow

自我实现，

是当你真正升华为一个人时所体验到的那种状态。

人性能达的境界

〔美〕马斯洛著

林方译

地球仪本书由“行行”整理，如果你不知道读什么书或者想获得更多免费电子书请加小编微信或QQ：2338856113 小编也和结交一些喜欢读书的朋友 或者关注小编个人微信公众号名称：幸福的味道 为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网站的名称为：周读 网址：www.ireadweek.com

目录

前言

第一编 健康与病态

第一章 人本主义生物学探索

第二章 神经症——一个人成长的一种

失败

第三章 自我实现及其超越

第二编 创造性

第四章 创造态度

第五章 创造性——整体论的研究

第六章 创造中的情绪障碍

第七章 我们需要创造性人物

第三编 价值

第八章 事实和价值的融合

第九章 存在心理学简说

第十章 一次人类价值讨论会的评论

第四编 教育

第十一章 知者和所知

第十二章 教育和高峰体验

第十三章 人本主义教育的目标和内涵

第五编 社会

第十四章 社会中和个人中的协同作用

第十五章 规范社会心理学问题

第十六章 辛那侬和优美心灵

第十七章 优美心灵管理

第十八章 低级怨言、高级怨言、超级

怨言

第六编 存在认知

第十九章 简论单纯认知

第二十章 再论认知

第七编 超越和存在心理学

第二十一章 超越的种种意义

第二十二章 Z理论

第八编 超越性动机

第二十三章 超越性动机论：价值生活的生物根源

附录

附录一 对《宗教、价值和高峰体验》一书的评论

附录二 似人灵长目动物的性行为 and 统治行为同心理治疗中患者幻想的某些类似

附录三 两种不同文化中的青少年犯罪

附录四 判断需要类似本能的标准

附录五 亚伯拉罕·马斯洛：文献目录

参考书目

如果你不知道读什么书，
就关注这个微信号。



微信公众号名称：幸福的味道

加小编微信一起读书

小编微信号：2338856113

【幸福的味道】已提供200个不同类型的书单

- 1、 历届茅盾文学奖获奖作品
- 2、 每年豆瓣，当当，亚马逊年度图书销售排行榜
- 3、 25岁前一定要读的25本书
- 4、 有生之年，你一定要看的25部外国纯文学名著
- 5、 有生之年，你一定要看的20部中国现当代名著
- 6、 美国亚马逊编辑推荐的一生必读书单100本
- 7、 30个领域30本不容错过的入门书
- 8、 这20本书，是各领域的巅峰之作
- 9、 这7本书，教你如何高效读书
- 10、 80万书虫力荐的“给五星都不够”的30本书

关注“幸福的味道”微信公众号，即可查看对应书单和得到电子书

也可以在我的网站（周读）www.ireadweek.com

自行下载

备用微信公众号：一种思路



前言

总序

陈元晖

在党的十一届三中全会以后，我们的国家在正确的路线指导之下，进入了现代化建设时期。一方面建设物质文明，一方面建设精神文明。全国人民奋发图强，同心同德，社会主义建设呈现出一派万马奔腾的新局面。在这种形势的推动下，各门学科的发展、复兴、创建，也呈现出欣欣向荣的新局面。直接为现代化建设服务的科学技术，有了飞跃的发展，间接为现代化建设服务的社会科学和人文学科也得到了相应的进步。社会心理学是一门长期被忽视的学科，由于国家现代化建设大好形势的推动，也得到恢复。短短的两年间，相继翻译了安德列耶娃的《社会心理学》和彼得罗夫斯基、施巴林斯基的《集体的社会心理学》，巴克的《社会心理学》，并自编了《社会心理学》教材。在此之前，为了大学开设《社会心理学》课程的需要，就曾翻译了库兹明和谢苗诺夫合著的《社会心理学》作为参考材料。除社会心理学概论的专著之外，还出版了《宣传心理学》、《战士心理学》、《犯罪心理学》这一类专题研究的著作和译著。虽然社会心

理学工作者这几年间付出不少有益的劳动，但社会心理学仍远远不能适应四个现代化建设的需要，远远不能适应社会主义的物质文明和精神文明建设的需要。社会心理学要研究人际交往和相互作用的心理学问题，要研究集体、民族和阶级的心理特征，要研究人的个性的社会化问题，要研究人们的社会生活的心理学问题，要研究工业生产部门中的社会心理学问题，要研究学校班集体中的社会心理学问题，要研究宣传中的社会心理学问题，要研究售货员的销售心理学，要研究物价的心理学，要研究电视的心理学问题，要研究家庭生活间的心理学问题，要研究风俗、风尚、风气的社会心理学。这些众多的研究方面，需要一批批的社会心理学著作去表达、说明、分析。《社会心理学丛书》的编辑和出版就是为了适应这一要求。

纳入《社会心理学丛书》的书籍，可以是著作，也可以是翻译，可以是长篇巨著，也可以是五、六万字的小册子；可以是理论专著，也可以是调查研究，联系某一实际问题的论述；可以是原理论，也可以是方法论；可以是社会心理学思想形成历史的探讨，也可以是当前的社会心理学问题的议论。总之，《丛书》是不烦其种类的众多，不厌其分支的繁复，社会心理学所包括的众多的知识应该应有尽有，接触的问题应多多益

善。但其多应围绕于四化建设的需要，其繁应服务于两个文明的建设。这就是编辑《丛书》的宗旨。

社会心理学是刚刚开始恢复研究的薄弱学科，它更需要展开百家争鸣，互相研讨；可以提出不同的意见，只要言之成理，又有调查的事实印证，就可以成文、成书，就可以公诸于世。“开放”二字不仅可以用之于经济事业的发展上，也同样可以用之于社会心理的发展上。希望社会心理学工作者群策群力，畅所欲言，这样才能使《丛书》编好，才能使社会心理学欣欣向荣。这就是《丛书》编委会斯衷心冀望的。

1985年7月

中译本前言

马斯洛是当代美国入本主义心理学创始者和理论家。他的著作既包括人类心理自然基础的研究，又包括心理学社会应用的讨论。马斯洛在他的著作日文译本出版时写过一篇序言，称他的著作是建立“社会伦理心理学”的尝试。

近代西方心理学发展到二十世纪中叶，曾形成两大基本的传统：行为主义的实验研究和弗洛伊德的心理分析。马斯洛的理论虽然如他自己所

说是建立在“一般心理分析和实验心理学实证主义基础之上”的一种整合的体系，但更为重要的，它又是对上述两大传统的一种挑战。马斯洛强调人的本性基本上是好的，破坏性是派生的，人类社会的前景是乐观的，这和弗洛伊德把破坏本能和爱欲本能并列的看法不同。他还反对传统行为主义的机械决定论和环境决定论，强调人是主动的，能创造的。就后一方面的问题看，马斯洛的观点实际上是近代早期西方人文科学心理学、格式塔心理学和当代机体论、整体论的综合。马斯洛所反对的不是一般科学实证的传统，而是在心理学研究中照搬十九世纪科学机械论的方法。他主张科学必须更有成效地解决复杂的心理学问题，特别是传统的真、善、美及其价值论问题，这些问题长期以来曾由于传统科学方法的无能为力而不得不推给非科学主要是文学与宗教作为信仰问题处理。马斯洛的理想是改善科学方法和扩大科学权限，以弥合当代已发展到十分严重地步的科学和信仰的分裂，使人类的崇高抱负也能由于科学的推动而获得人类的普遍确信。

马斯洛1908年生于美国纽约，他的父母是早年移居美国的犹太侨民。他是一位比较心理学家和社会心理学家，曾担任布兰代斯大学心理系教授兼系主任。1970年马斯洛死于心脏病，生前担任过美国人格与社会心理学会主席和1967年美国

心理学会年届主席。他的主要著作有：《动机与人格》，《存在心理学探索》，《人性能达的境界》，《科学心理学》。主编的主要著作有：

《人类价值的新知识》等。他上述的第一本专著是关于人类心理自然基础的研究，第二和第三本专著是他关于人性与社会关系的研究（即他自己所说的“社会伦理心理学”的探讨），而第四本专著则是他的科学观和科学与社会关系的研究。作为《社会心理学丛书》的选题，我们拟将上述他的第二、第三和第四本专著译出并陆续出版。

马斯洛的理论比较复杂，在西方、苏联和我国，都有许多不同的评价。他的理论不同于当代的实验心理学已如上述，另一方面又不同于当代的哲学心理学，如存在主义的哲学心理学，在他上述的第二本著作中，他也曾对此做过说明。但比较一致的看法是，作为对人类社会心理和价值理论的一种探索，他的研究是有启发作用的。至于他的结论是否恰当则是需要讨论的。

林方

1985,12, 于北京

序

本书各章是由马斯洛1969年亲自选定的文章

组成的。他对本书的设计曾包括新章节的增添，一篇序言和后记，以及对全部文稿的修改和补充。1970年初，在文稿开始准备的期间，迈尔斯·维奇（Miles Vich）是咨询与技术编者。

马斯洛刚要动手写新添章节时突然心脏病发作，不幸于1970年6月8日逝世。

1970年秋，我面临抉择：是完全按照马斯洛的独特格式编排本书，还是作为文集的形式出版原来的文章？我选择了后者。应我的请求，迈尔斯·维奇重新开始工作并在本书准备期间提供了编辑业务的帮助。我们的工作仅限于必要的技术上的改正，偶见的重复论述的删除，和把两篇文章合并构成第十三章（按照马斯洛原来的计划）。

对选文的原出版者虽然已在另外的地方表示过谢意，我还是要特别表示对迈尔斯·维奇（人本主义心理学杂志的前编者）的衷心感谢，他提供的帮助已远远超出了本书编者的职责范围；还要感谢安东尼·苏蒂奇（超个人心理学杂志的编者），他准许采用许多已发表过的文章。

我也感激依萨伦研究所迈克尔·墨菲和斯图亚特·米勒以及维京出版社理查德·格罗斯曼提供的帮助。我特别要感谢凯·彭求斯，她是马斯洛

担任劳夫林基金会常驻研究员期间的私人秘书。她给予的帮助非常多。劳夫林，基金会的董事长，和威廉·克罗竞特，提供了鼓励、友谊和实际的支持。

马斯洛认为，亨利·盖格尔（Henry Geiger）是少数几位深刻理解他的著作的人士之一，我很高兴他能为本书作序。

贝萨·马斯洛

加利福尼亚

1971年6月

引言：亚伯拉罕·马斯洛

关于马斯洛著述的一个无可争议的事实是，它发射着火花，几乎他的全部著述都发射出火花。要理解这一点就不能只把他视为一位心理学家；我们必须首先想到他是一个人，然后才是一位勤奋攻研心理学的学者，或者宁可说，他是把他作为一个人的成长和成熟转变为一种新的关于心理学的思考方式。这是他的主要成就之一——他给予心理学一种新的概念体系。

他告诉我们，在他职业生活的早期，他曾发现当时的心理学语言——即它的概念结构——不

能作为他的研究的指导，他决心要改变或改善它。于是他开始创新。如他所说：“我提出合理的疑问，不得不创造另一种研究心理学问题的方法。”他提出的关键概念有：“自我实现”，“高峰体验”，和“需要的层次系统”，包括的范围从“缺失需要”到“存在需要”。还有别的概念，但以上提出的或许是最重要的。

似乎有必要说明，马斯洛有关心理学的发现的内核是从他自身中发现的。从他的著述可以明显看出，他曾研究他自己——他能，象我们常说的那样，“客观地”看自己。“我们必须记住”，他在一处说，“认识一个人自己的深邃本性同时也就是认识一般人性。”作为插话，我们这里可以附加说，马斯洛真正是一个朴实无华的人。他理解他所从事的事业，知道它的重要，但他终生保持着他所景慕的纯朴谦虚。（但用“谦卑”一词形容他则不合适。）在他和他人以及和他自己的关系中，他的奇妙幽默增添了情趣和矫治的效果。

这本书的一篇论文告诉我们，马斯洛是怎么开始他对自我实现的研究的。他有两位导师，“他不能只满足于崇拜他们，而要寻求理解。”为什么这两个人“和世上一一般人如此不同”？后来逐渐明确了，下决心寻求这一问题的解答使他的研究方向定在心理学中，同时也揭开了他对

人生意义的领悟过程。作为一位科学家，他力求能够概括说明他在这两位导师身上发现的美德。他开始搜寻其他这样的人作为研究对象——并在他此后的一生中继续鉴定和研究这些人。这种研究，他常常指出，能使你得到一种关于人类的清新而又鼓舞人心的看法。它向你证明，人能够成为什么样子。“健康人”是他描述这些人的用语，后来又说他们体现着“丰满的人性”。

自我实现的极点是高峰体验。“高峰体验”是一个精彩的自然主义成语，易于吸收宗教和神秘主义词汇中的类似含义，但不受它们的局限。高峰体验是当你真正上升为一个人时所感受到或许也认识到的那种状态。我们不知道高峰体验是怎么达到的，它和任何有意安排的程序之间没有简单的一对一的关系；我们只知道它是以某种方式赢得的。它象彩虹那样可以指望。它来了，又去了，留下了深刻不忘的印象。人能在一定程度上较好地认识某种觉知状态而很难使这种状态持续下去，因为它没有耐久的准备，只能在人坚持不断地对它带来的总印象的回想中存在。高峰体验是进入一种领悟状态，认识到什么是“应该追求的”，以一种不需要渴望也不必紧张的方式就能达到。它告诉人一些有关自身和有关世界的重要事情，那是同一的真理，并成为价值的枢纽，对于意义的层次系统又是一种组建的原理。它是主

体和客体的并合，带来的不是主体性的任何丧失，而似乎是它的无限展开。它是摆脱了孤立状态的个体性。这样的一种体验为超越观念提供了经验的基础。高峰体验在自我实现者身上的不断出现，对于马斯洛来说，已成为一种科学的证据，它表明人性丰满的人可能有的正常心理或内部生活是什么样子的。马斯洛的思想和理论中的规范因素现在已在原则上提出，它仍然有待核实，自我实现者的行为形式仍然需要补充。他曾希望能够这样说：“这就是自我实现者在大范围情境、困难和对抗中怎样行动和反应的说明，„并能证明这种研究的心理学的（教育的）意义。他的许多论文阐明了这些发现。从这项工作中已生长出一种由丰满人性的健康、智慧和抱负的匀称美所组成的严整的心理学。

在马斯洛的工作中并没有忽略弱点，不道德，或通常被称为“恶”的东西。他很自然进抵一种苏格拉底的观点——人生中即使不是全部至少也是大多数的恶都是由于无知。他的解释原理——从自我实现和高峰体验的“已知数”得出——有助于理解软弱，失败，和卑劣，他没有任何无视这些现实的倾向。他不是一个多愁善感的柔情者。

当然，你也可能在马斯洛的著作中遇到一些

困难，特别是假如你初次接触他而对于那些纯分析和描述研究比较生疏的话。对于马斯洛十分清楚的事情——或对于他已经变成十分清楚了——可能在读者看来并不清楚。他跳跃着前进，显然确信他的立足点，确信他在向何处行进，而读者却正在窥探一些熟悉的意义的阶梯。马斯洛说的都确实是存在的吗？他可能自己对自己嘟囔着。在这一点上应该看到，许多有关人性及其可能性的事情的内部联系，马斯洛是看透了，因为他做过很长很长时间的思考和研究。他的研究已达到一种可贵的高度，在这里，联系确实是内部的存在。他谈到的那些统一性，人们可以担保它们的存在，但要象他那样看到或感受到却需要你进行同样的准备工作，需要沿着同一条路线进行独立的研究和反思的探寻。不过，通读他的著作，你将发现有一些露出的节结，对直觉的证实是开放的，对于任何渴望求知的人都是非常有益的。确实，正是那些显露出来的论点——我们称之为“真知灼见”的——使人们保持着阅读马斯洛著作的兴趣，使他的书受到欢迎并经久不衰。（一些大学出版社很长时期才理解到这一点。他们往往只肯印三千本马斯洛的书并认为完成了任务。但马斯洛的书精装本竟能售出一万五千或两万册，平装本达到和超过十万册。读他书的人理解为什么会如此。他提供的是能在他们身上应用的

心理学。)

没有很多的话要说了，他自己有几百页的篇章在等待着读者——在这些篇章中，马斯洛的后期思想已越出了心理学的传统疆界，甚至也超越了他自己的心理学。但还可以再多说几句有关他的写作方式的话。他想写的东西是不容易表达的。他宁愿靠后站，向读者送出文字“波”。他散发新颖的用语就象巴赫书写独创的曲调那样自如。他用文字演奏，让文字来回弹跳，直到确切表达出他的意思。你不要认为他是在进行文字的把戏，这绝不是把戏，这是使他自己能为人所理解而进行的紧张努力。紧张并没有使他显得很沉闷。他取得了相当大的成功，他在用词和表达方面的兴致使得读他的著作简直成为一种乐趣。任何妙趣文章必然是值得一读的，这可以作为关于马斯洛写作的结论。在心理学家中，对威廉·詹姆斯和亨利·默里也可以这样说，此外就很少见了。

再作一个评论似乎也是必要的。要达到一个困难的但有价值)灼结论，有两条道路可走。你可以顺着梯级攀登，一步一步理解有关的演绎推理，攀登中抓紧横档——利用确切的语言。另一条道路是一步登天，超越使人分心的障碍物，观察逻辑攀登的最后阶段，也观察都能达到同样高

度、同一地点的众多其他通道——并且，由于已经站在那里，能自由地环顾左右，不必不安地依附推理的梯级，希望它不致颠覆。你常常会感觉到，马斯洛已经在那里了，在那里已经很长时间了，在那里已经很熟悉了，他运用逻辑推演象是一种“练习”，或只是为了启发教育的目的。

那么，一位科学家具否有必要争他那样用个人的或不能解释的手段去达到他所达到的结论完了可能是的；也可能不是。但假如他所研究的主题——人——在他的最佳状态时在沿着那样的道路前进，你又怎么能从事人的科学研究而不自己进行演出或至少尝试尝试这样的业绩呢？或许马斯洛不得不这样做。他发现自己已经身历其境。或许心理学中基本与必要改革的实质就是宣布并证明这样的能力是必需的，并且是应该追求的，虽然很神秘。归根结底，文化充其量不过是少数成就功业者——自我实现者一致同意的曲调和回响，从他们那里，你能最容易地甚至十分愉快地学会一些东西。假如这样的人是最优秀的人，那么，任何心理学不努力揭示这一事实都将成为一种欺骗。

杰出的乐队是高超技巧的结合，是许多能够熟练运用乐器演奏并比大多数其他人更懂得音乐的乐师组成的队伍。假如你听他们在他们自己人

中间谈音乐，你会连他们所说的一半也听不懂，但当他们演奏时，你将会认识到，他们彼此之间不论说些什么都不过是空谈而已。在任何名人那里，也同样如此。他是从一个高度谈及他的特殊造诣的。他的谈论的意义往往不是直接明了的，但他的高度，他的造诣是真实的。你感受到它，即使你不能满意地把握它的意义。一个人性丰满的人很容易给人留下一种朦胧的印象。研究丰满人性的心理学——有资格谈论人，并能以某些方法测度人，评价人，说明他们的特性的动力学——不能不参与这样的研究，即对深蕴而不是对晦暗的研究。有时读者会觉得有点茫然。这是很自然的。或许，一种心理学如果没有在一定程度上产生这样的印象就绝不可能从基地上起飞。

马斯洛晚期思想有一个方面是值得注意的。他年纪越大，变得也越“哲学化”。他发现，不可能把心理学真理的探寻和哲学问题分割开。一个人怎样思考不能不和他是什么人有密切的联系，而他想象他是怎样的这个问题和他实际是怎样的又是分不开的，尽管这在理智上可能是一个不能解决的问题。马斯洛认为，在一项研究的开始，科学没有权利把任何经验论据关在门外。象他在《科学心理学》中所说的，人类觉知的一切产物必须被心理学容纳，“甚至矛盾的、不合逻辑的、和神秘的东西，模糊的、模棱两可的、原始

的、无意识的和其他一切难以言传的东西。”原始的和在性质上不明确的仍然是我们关于自己的知识的一部分：“低可靠性的知识也是知识的一部分。”人对自己的认识主要是这种认识，而且，据马斯洛看，他的增进的法则是一位探险家的法则，他沿着每一个方向搜索，不拒绝任何可能性。“知识的开始阶段”，他写道，“不应以‘终结的’知识为标准进行评判。”

这是一位科学的哲学家的论述。确实，假如科学哲学家的任务是鉴别特定研究领域适宜的、研究手段，说马斯洛是一位科学哲学家比说他是别的什么专家就更为合适。他一定会完全同意普莱斯（H·H·Price）的意见，后者三十年前讨论心理潜能问题时曾评论说：“在任何探究的早期阶段，要在事实的科学研究和哲学思考之间划定严格而牢固的分界是错误的……在后期阶段，区分是正确的，适当的。但假如分界划定太早，太严格，那些后期阶段将会永远达不到。”马斯洛的工作有一大部分是和扫除心理学向“后期阶段”前进途中的哲学障碍物间接有关的。关于马斯洛的内心生活，关于他的思想主题，关于他的抱负，我们只知道他所告诉我们的和可能是靠推论得出的事实。他写白堊信不是很多。然而，非常明显，他的生活充满着对入道事业的关心，在他的晚年曾为一种社会心理学的建立不断思考，

希望这种社会心理学能指出一条通向较好世界的道路。本尼迪克特的协同社会概念是这一思考的基石，马斯洛晚期论文中提到过这一点。在他写给他的一个朋友的少数几封信中曾说明他私下的时间是怎样度过的。他谈及他回忆一些思想的来源时所感到的困难，曾怀疑是否因为这些思想带给他的愉悦，以及他对这些思想的反复思考和提出的相关概念，会在一定程度上顶替他对思想来源的回忆。大约在1966和1968年间——这封信未注明日期——他写道：

我仍常常因记忆缺失而苦恼。有一次它简直使我十分担忧——我有了脑瘤的一些症状，但终于我认为自己能适应了……在我个人的世界中，我有很多时间在思索柏拉图思想的精华，同柏拉图和苏格拉底进行种种谈话，力求在某些问题上说服斯宾诺莎和柏格森，同洛克和霍布斯展开激烈的辩论，因此，在别人眼里，我仅仅是在世界上活着而已。我曾有极多的烦恼……由于我似乎是要装作很在意并能与人交往，我甚至进行谈话并做出理解的样子。但接着就是绝对的、全部的记忆缺失——于是我陷入家庭纠纷中！

没有一个人能说这些对话是“不真实的”。它们已结出丰硕的果实。

第一编 健康与病态

第一章 人本主义生物学探索^①

我在心理学中的探险已经引导我走遍了各条道路，其中有些已经超越了传统心理学的领域——至少就我曾在其中受过训练的意义说是如此。

①这是从一系列备忘录中摘出的，备忘录写于1968年3月和4月，是应沙尔克生物研究所主任的邀请而作，希望能有助于有关研究从一种脱离价值观念的技术化倾向发展到人化的生物学的哲学。在这些备忘录中，我撇开生物学中一切显而易见的前沿问题，并约束我自己仅限于讨论我认为被忽略或忽视或误解的问题——所有这些讨论都是从我作为一个心理学者的特殊立脚点出发的。

在三十年代，我逐渐对某些心理学问题产生了兴趣，并发现，那时的经典科学体系（行为主义的、实证论的、“科学的”、脱离价值观念的、机械形态的心理学）不能解答或有效处理这些问题。我提出合理的疑问并不得不设想另一种研究心理学问题的方法来解除我的疑问。这种研究逐渐变成一种总括的哲学，它属于心理学，属于一

般科学，属于宗教，工作，管理，以及现在也属于生物学。事实上，它已变成了一种世界观。

心理学今天已被扯得四分五裂，实际上可以说已经成为三个（或更多）分离的、互不交流的科学或科学家集团。第一是行为主义的、实证论的、客观主义的、机械论的集团。第二是起源于弗洛伊德和精神分析的一整套心理学。第三是人本主义的心理学，或“第三种力学”，如现在这一集团已被称为的那样，这是由心理学中许多分散的小组织合并成的一种统一的体系。我想谈论的正是这第三种心理学。我理解这第三种心理学包括第一和第二种心理学，并曾创造“在行为主义之上”和“在弗洛伊德学说之上”等词来描述它。这也有助于避免那种半吊子的、和价值对立的、二歧式的倾向，例如，不是赞成弗洛伊德学说就是反对弗洛伊德学说。我是弗洛伊德派的，我是行为主义派的，我是人本主义派的，而且实际上我还正在发展一种可以被称为第四种心理学的超越心理学。

在这里，我是谈我自己的看法。甚至在人本主义心理学家中，有些人倾向于认为自己是反对行为主义和精神分析的，而不是把这些心理学包容在一个更大的超坐标的结构中。我认为，他们有些人在他们对于“经验”的新的热心中，正在反

科学甚至反理性的边缘徘徊。然而，由于我相信经验只是知识的开端（必要但非充分），由于我也相信知识的进步，即，更广阔的科学是我们唯一的终极希望，我最好仅代表我自己讲话。

我个人选择的任务是“自由地思索”，是建立理论，是运用预感、直觉，并试图一般地推断未来。这是一种需要深思熟虑和全神贯注的开拓、侦察和创新活动，而不是应用、证实、核对和检验活动。自然，后者才是科学的脊梁骨。但我觉得，科学家如果认为自己只不过是验证者，那将是极大的错误。

开拓者、创造者、探险者往往是孤单一个人而不是一群人，他是怀着内心的冲突、畏惧、对骄横与傲慢甚至对妄想的防御在孤军奋战。他必须是一个勇气十足的人，不怕出头，甚至也不怕犯错误，清醒地意识到，他象波兰尼（126）^①所强调的，是一种类型的赌博者，他在缺少事实的情况下达到试探性的结论，然后再用几年时间力求弄清他的预感是否正确。假如他有任何一点辨别力，他自然会被他自己的看法、他的轻率吓倒，并清醒地意识到他是在肯定他所不能证明的东西。

①括弧中的数字指本书后附的文献编码。作者原文姓名也可查出。

正是在这一意义上，我提出了个人的预感、直觉和断言。

我认为一门规范生物学的问题是不能逃避或回避的，即使这会引引起对全部西方科学史和科学哲学的怀疑。我确信，我们从物理学、化学、天文学承袭的那种摆脱价值的、价值中性的、价值回避的科学模式，虽然在这些领域内要保持论据的纯净并排除教会对科学事业的干扰是必要的和合乎需要的，却完全不适合对生命科学研究。这一摆脱价值的科学哲学对于人类的问题甚至更显然是不适合的，在这里，个人的价值观念、目的和目标、意图和计划对于理解任何人，甚至对于科学、预测和控制的人文目标，都是极为重要的。

我知道，在演化论的领域，有关方向、目标、目的论、活力论、终极因这一类的论证曾风靡一时，——我必须说，我的印象是辩论被搅浑了——但我也必须提出我的印象，我认为在人类心理学的水平上讨论这些问题能使争论的焦点更明确，更不可回避。

现在仍有可能拉锯式地辩论进化中的自然发生问题，或纯偶然配置是否能说明进化的方向。但我们讨论人类个体时，这样的侈谈已不再可能。我们绝对不可能说，一个人变成一位名医是

纯粹出于偶然。是时候了，应该认真考虑中止采取任何这样的看法了。至于我，我已经厌恶这种关于机械决定论的辩论，甚至根本不愿陷入这种辩论。

优良样品和“成长尖端统计学”

我建议要讨论并最终研究如何利用选出的优秀样品（高级样品）作为生物学的试金，这样来研究人种所具有的最佳能力。举几个例子：如有一次在探索调查中，我曾发现，自我实现的声、，即心理健康、心理上“优越”的人，是较好的认识者和知觉者：甚至在感觉水平上也可能是如此；例如，倘若他们证明能更敏锐地区分颜色的细微差别等等时，我也不会感到惊奇。我曾组织的一次未完成的实验可以作为这种“生物学试金”实验的一个模型。我的计划是用当时能够利用的最佳技术——精神病学的交谈，投射测验，操作测验，等等——在布兰代斯大学对每一新生班进行总体测试。在每个班级的总体中，我选出2%最健康的，2%中等的，和2%最不健康的学生作为被试。我们的计划是让这三组被试得到一组大约有十二种感觉的、知觉的和认识的工具，检验过去临床的、人格学的发现——健康人是更好的现实观察家。我预计这些发现会受到支持。我的计划然后是继续追踪这些人，不仅看大学的

四年，在大学里我能对大学生生活各个方面的实际操作、成就和成功和最初的测试评分进行相关研究。我还认为也有可能建立长期跟踪研究，由一个长期研究组领导进行，这种组织可以延续到下一代再下一代。我们的想法是最终证实我们关于健康的看法，追踪全组直到他们生命的最后。有些问题是明显的，例如，长寿，对身心疾患的抵抗力，对传染病的抵抗力等等。我们也期望这种追踪能揭示不能预见的特征。这一研究在精神实质上 and 特曼的研究很相象，特曼在四十年前在加利福尼亚选择了一些高智商儿童，在许多方面对他们进行测试，持续进行了几十年直到现在。他的一般性发现是，智力优越的儿童在其他每一方面也优越。他用巧妙手法得出的推论是说，一个人的一切合乎需要的特性都是正相关。

这一类研究设计意味着统计学概念的改变，特别是选样理论的改变。我在这方面坦率支持的是我称之为“成长尖端的统计学”。我的名称是从这样的事实得来的：最大的遗传作用是在一个植物成长的尖端发生的。象有些青年人说的，“那就是作用的所在。”

假如我问，“人能做什么？”这个问题我宁愿向这一人数很少的、选出的优越小组提出，而不是向总体提出。我认为，人类历史上享乐主义价

值论和伦理学说的所以失败，主要原因是哲学家们牢牢地把病态动机的快乐和健康动机的快乐拴在一起，并得出一个平均数，等于疾病与健康的混淆，优良样品与腐败样品、善于选择者与不会选择者、生物学上健全的样品与生物学上不健全的样品等等的混淆。

假如我们要回答人类能生长到多高，那么，很明显，最好是挑选出已经长得最高的人并研究他们。假如我们要知道人能跑多快，那么，计算出总体“样本”的平均速度是没有用的；远为适当的办法是搜集奥运会金牌获得者的资料，看他们能够达到的成绩。假如我们想知道人类精神成长、价值成长或道德发展的可能性，那么，我仍要坚持，只有研究我们最有德性、最懂伦理、或最圣洁的人才能有最好的收获。

我认为这样说大体上是公平的：在人类历史的记载中，人性的一面一直是论述不足的。人性的最高可能实际上总是被低估。甚至当“优良样品”——那些圣贤和历史的伟大领袖人物能够作为研究对象时，也有太经常的诱惑认为他们不是人而是超自然的天才。

人本主义生物学和良好社会

现在已经很清楚，人的最高潜能只有在“良

好条件”下才有可能（在较大规模上）实现。或者说得更直接些，优秀的人一般将需要一个良好的社会作为成长的环境。反过来说，应该清楚地看到，一门规范的、生物学的哲学必然涉及良好社会的理论，强调“良好社会要促进人类潜能的充分发展，促进人性的充分发展。”我认为，乍一看这可能会使传统的描述生物学家有点惊讶，因为他们曾学会避免说“好”和“坏”这样的字眼。但是，稍为想一想将会明瞭，这一类的事实在传统的生物学领域中早已被认为是理所当然。例如，基因可以理所当然地称为“潜能”，它们能通过种质自身中、细胞质中、有机体中、以及有机体自身所处地理环境中的直接环境的作用，实现或者不实现。

只引一组实验（11），我们就能说，对于白鼠、猴子和人，个体早期生活中有刺激作用的环境，对大脑皮层沿着我们一般会称为合乎需要的方向发展产生十分特殊的影响。在哈洛的灵长目实验室进行的行为研究达到了同样的结论。被隔离的动物丧失了种种能力，超过了一定点这些丧失往往变得不可挽回。杰克逊设立在巴尔港的实验室的研究发现，让狗脱离人的接触，在旷野中和在野狗群中撒野惯了，会丧失驯化的可能，再也不能变成可供玩赏的小狗了。

最后，假如印度儿童由于食物中缺乏蛋白质陷于无可挽回的脑损伤，如现在报道中所说的那样，又假如我们一致认为，印度的政治制度，历史传统，经济和文化，都和这一匮乏的形成有关，那么很清楚，人的样品要成为良好样品就需要良好的社会容许他们实现他们自己的潜能。

我们可以设想一种生物学哲学能在与社会隔离的状态下发展，以至它竟能在政治上完全中立，不需要成为理想的，或健康的，或改革的，或革命的吗？我的意思不是说，生物学家的任务是直接参与社会行动。我认为这是一个个人旨趣的问题，并且我知道确有某些生物学家，出于对他们知识被废置不用的愤懑，不得不涉足政治，使他们的发现能够生效。但完全和这种状况无关，我向生物学家提出的建议是，他们应该认识到，一旦他们接受了对人种或其他物种的规范研究，一旦他们把发展良好样品作为他们的责任承担下来，那么，研究所有那些能导致良好样品发展的条件以及限制这种发展的条件也同样成为他们的科学责任。显然，这意味着走出实验室和进入社会。

良好样品是代表全种的选择者

经过一长串从三十年代开始的探索性研究，我体验到，最健康的人（或最富有创造力，或最

坚强，或最聪明，或最圣洁的人）能够作为生物学的试金。或者我能说，他们作为前哨的侦察员，或更敏锐的观察员，能够告诉我们这些较不敏锐者什么是值得我们珍贵的价值。我的意思是这样的：我们很容易就能选择出，例如，那些在审美上对颜色、形式敏感的人，然后学会让我们自己顺从或听从他们对色彩、形式、纺织品、家具等等的判断。我的经验是，假如我放手不问，不干扰优越的观察家，我将能肯定地预期，他们立即喜欢的东西我也会慢慢地或许在一两个月中变得喜欢起来。那就好象他们是我，不过更敏感些，或者好象他们是我，但较少怀疑，迷惑和犹豫。我能利用他们，姑且这样说，作为我的专家，正如艺术品收藏家雇用艺术专家帮助他们收购珍品一样。（查尔德的著作〔22〕支持了这一信念，他证明，有经验的和老练的艺术家有相似的鉴赏力，这甚至是跨文化的。）我并设想，这样的敏感不象一般人那样容易受时尚的影响。

就这样现在我已发现，假如我选择心理上健康的人，那么他们所喜欢的也就是人们将会喜欢的。亚里士多德在这方面已说过中肯的话：“优秀的人认为是好的，那就真正是好的。”

例如，经验证明自我实现者的特征是在是非问题上比一般人较少怀疑。他们不会只因为有

95%的人不同意他们的看法就迷惑起来。我可以这样说，至少在我研究的被试组中，他们往往有趋向一致的是非概念，就好象他们在观察某一真实的身外之物一样，而不是在对那些可能会因人而异的好恶进行比较。一句诺，我曾利用他们作为价值的试金者，或者，更正确地说，我从他们那里学习什么是可能的终极价值。或用另一种方式说，我已学知，伟大人物所珍贵的价值就是我最最终会同意的价值，就是我也会珍贵的，也会视为值得追求的，就象在个人身外的某种有价值的东西一样，也就是“论据”最终将会支持的价值。

我的超越性动机论（第23章）在根本上是以这样的操作为依据的，即，选取优越的人，他们也是优越的观察者，不仅对事实的观察而且对价值的观察都是优越的，然后利用他们对终极价值的选择作为整个人种的终极价值标准。

我在这里几乎是故意要引起争论。假如我愿意，我可以用远为单纯的方式措词只提出这样的问题：“假定你选出心理七健康的人，他们的偏爱是怎样的？什么是他们的动机？他们为之奋斗或追求的是什么？他们珍贵的东西是什么？”但我确实希望最好不要在这里弄错。我是有意对生物学家（并向心理学家和社会科学家）提出规范问题 and 价值问题。

或许从另一个角度能更好地说明这些问题。假如象我认为已得到充分证明的那样，人是一种正在选择着、决定着、追求着的动物的话，那么，进行抉择的问题就不可避免地包含在任何给人类下定义的努力中。但进行抉择是一个程度问题，一个关于智慧、有效性和效率的问题。问题接着提出：谁是善择者？他从哪里来？他有怎样的生活史？我们能传授这种技巧吗？什么东西会损害这种抉择？什么东西能帮助这种抉择？

这些自然只是古老哲学问题的新提向：“谁是哲人？哲人是什么？”此外，也是古老价值论问题的新提问：“什么是善？什么是合乎需要的？值得想望的东西是什么？”

我应该再说一次，我们在生物学的历史中已经到达了一个转折点，我们现在要对我们自己的演化负责任。我们已经变成自我演化者。演化意味着选择，因此也意味着做出抉择，这也就是进行评价。

心身相关关系

我似乎觉得，我们正处在新的一跃的边缘，我们的主观生活将同外部客观标志相关联。我期望，由于有这些新的迹象，我们对于神经系统的研究能有一个巨大的进展。

有两个例子足以证实这一对未来研究的准备。一项研究是奥尔茨做出的（122），现在已经广为人知，是通过在嗅脑中隔区埋入电极发现的，证明这里实际上是一个“快乐中枢”。当白鼠弓起身子做出一种姿势似乎想通过这些埋入的电极刺激它自己的脑时，它会一再重复这种自我刺激，只要电极仍然埋置在这一特定的快乐中枢。无须说明，不愉快或痛苦区也已发现，这时动物得到刺激自己的机会时会拒绝这样做。这一快乐中枢的刺激对于动物显然非常“可贵妙（或合乎需要，或有强化作用，或有奖赏作用，或任何我们可以用来描述这种情境的词），因此它宁愿放弃任何其他已知的外部快乐，包括食物、性等等。我们现在已有足够的、类似的人类论据能推论人的情况，说明人也有一些主观意义上的快乐体验能以这种方式产生。这一类研究刚刚处在开始阶段，但已经在这一类不同的中枢之间做出某些区分，如睡眠中枢，食物厌足中枢，性刺激中枢，性厌腻中枢，等等。

假如我们把这一类实验和另一类实验，例如卡米亚的实验结合起来，新的前景便展现出来。卡米亚（58）用脑电图和操作条件作用进行研究，当a波频率在被试者自己的脑电图中达到一定点时便给予被试一个可见的反馈。用这种方法让人类被试能把一个外部的事件或信号和一种主

观感受的事态相关联，便有可能使卡米亚的被试建立对他们自己的脑电图的随意控制。那就是说，他证明一个人有可能使他自己的。波频率达到某一理想的水平。

特别有发展前途并令人兴奋的是，卡米亚十分幸运地发现，使a波稳定在一定水平能在被试中引起一种宁静的、沉思的、甚至幸福的状态。某些跟进的研究以学会东方禅坐和沉思技术的人为被试，证明他们能自发地放射出那种“宁静”的脑电图，和卡米亚能让他的被试做到的一样。这就是说，已有可能教会人怎样去感受幸福和宁静。这些研究的革命意义是多方面的和极其明显的，不仅对人的改善而且对生物学和心理学的理论都非常重要。这里有很多研究计划足以使下一个世纪大批科学家为之奔忙了。心身关系问题，至今被认为是不能解决的，终于已显得确实也是一个可以研究的问题了。

这样的论据对于一门规范生物学的问题是关键性的。现在显然已有可能说，健康的有机体自身能发出明雍、响亮的信号，说明它——这个有机体的偏爱、或选择、或认为合乎需要的事态是什么。称这些为“价值”是太远的跳跃吗？能说这是生物学上内在的价值，或似本能的价值吗？假如我们做出这样的描述、陈述-“实验室白鼠，让

它在按压两种自我刺激按钮之间选择时，几乎100%的时间都按压快乐中枢按钮而不选择任何其他能引起刺激或引起自我刺激的按钮，”难道这和说“这个白鼠宁愿选择快乐中枢的自我刺激”有任何重要的区别吗？

我不得不说，是否用“价值”一词对于我并没有多大的差别。当然对我上面说过的一切也有可能根本不用这个词就能做出说明。或许作为一个科学策略问题，或至少是作为在科学家和一般公众之间的沟通策略问题，为避免论点的混淆而说不说“价值”可能是更圆滑的手腕。我想，这确实没有什么关系。然而，有关系的是我们十分认真地看待心理学和生物学中这些有关选择、偏爱、强化、奖赏等等问题研究的新发展。

我也应指出，我们将不得不面对一定程度循环论证的困境，那是这一类研究工作和理论探讨固有的特征。这一点在人的研究中最明显，但我猜测在其他动物那里也会有这样的问题。这种循环论证隐含在这样的说法中：“良好的样品或健康的动物选择或偏爱某某事物。”我们应该怎样解释虐待狂者、反常者、受虐狂者、同性恋者、神经症患者、精神病人、自杀者做出的选择和“健康人”的不同呢？把这种困境和肾上腺切除的动物在实验室中做出和“正常动物”不同的选择

相类比是合理的吗？我应该明确地说，我不认为这是一个不能解决的问题，而只是一个我们不得不正视并处理而不是回避或忽视的问题。在人类被试那里，很容易用精神病学和心理学的技术选出“健康人”然后指出，得到如此这般分数的人

（让我们说在罗夏测验中，或在智力测验中）也就是那些将在自选（食物）实验中成为善择者的人。但这里的选择标准完全不同于行为标准。也完全有可能，在我看来事实上很有可能，我们正在接近用神经学的自我刺激技术做出证明的前景，证明反常、或谋杀、或虐待狂、或物恋的所谓“快乐”和在奥尔茨或卡米亚的实验中所表明的“快乐”不是同一意义上的快乐。当然，这是我们借助我们主观的精神病学技术得知的。任何有经验的心理医师迟早都能懂得，潜伏在神经症“快乐”或反常状态下面的实际上是大量的烦恼、痛苦和畏惧。在主观领域自身中，我们从那些对于不健康的和健康的快乐都体验过的人那里已经懂得这个道理。他们几乎经常报告宁愿选择后者而厌恶前者。柯林·威尔逊（161）清晰地证明，性罪犯只有微弱的性反应，而不是强烈的性反应。克尔肯达尔（61）也证明相爱的性活动比不相爱的性活动在主观上优越。

我现时正在研究我上文所勾画的人本主义心理学观点的一系列涵义。它可以用来证明对于生

物学的人本主义哲学所具有的激进后果和涵义。我们当然可以恰当地说，这些论据是支持有机体的自我调节、自我管理、自我选择的。有机体更倾向于选择健康、成长、生物学上的成功，它已不是我们一个世纪前所设想的那样了。这一般地说是反专制的，反控制的。这使我复归往昔并认真考虑全部道家的观点，不仅象在当代生态学和习性学研究所表明的，我们已经学会不要去打扰和控制，而且对于人，它也意味着更信赖孩子自己趋向成长和自我实现。这意味着更强调自发性和自律性而不是预测和外部控制。这里引述我的《科学心理学》（81）来解释一个主要的论题：

在这样的事实面前，我们能认真地继续把科学的目标定义为预测和控制吗？你几乎能做出恰恰相反的断言——无论如何对于人是如此。我们自己想让人预测或成为可预测的吗？成为被控制的和可控制的吗？我不愿走得太远，说这里必然涉及古老的和传统哲学形式的自由意志问题。但我愿说，问题出现在我们面前并吵嚷着要我们处理，这些问题确实具有某种性质和我们主观上的自由感而不是被决定感有关，和为自己进行选择而不是受外界控制有关，等等。无论如何，我能肯定说，我们描述为健康的人并不喜欢被控制。他们宁愿感到自由并成为自由的。

这一整套思考的另一非常普遍的“气氛”后果是，它必不可免地会改变科学家的形象，不仅在他自己的眼中，而且在一般人的眼中都将改变。已经有一些论据（115）表明，举例说，高中女生设想科学家是怪人和恶魔，她们害怕科学家。例如，她们不认为债电们是可供选择的终身伴侣。我应表明我自己的看法，这不只是好莱坞“疯狂的科学家”电影造成的一种结果；在这一画面中有某种真实的东西，经过生活验证的，尽管是极端夸张的。传统的科学概念是由这样的人制定的，他控制着，他掌管着一切，他对人，对动物，对有些问题发号施令，进行工作。他是他审视的对象的主人。这一画面在观察“医师的形象”时尤其清楚。在半意识或无意识水平上观察，他一般被视为是一位主人，一个控制者，一个持刀者，和痛苦打交道的人，等等。他显然是老板，是权威，是专家，是一个管事者，告诉人应该做什么。我想，这个“形象”现在对于心理学家是最坏不过了，大学生现在认为心理学家极普遍地是操纵者，说谎者，隐藏真象者和控制者。

假如有机体被看作是具有“生物智慧”的又如何呢？假如我们学会给予它更大的信赖，认为它是自主的，自我管理的，和自我选择的，那么很明显，我们作为科学家，且不说作为医师，教师，或甚至父母，就必须把我们的形象转换为更

符合道家追求的形象。道家形象，这是一个我能想到的最简括的词，它代表着人本主义科学家形象的多种因素。“道家的”意味着提问而不是告诉。它意味着不打扰，不控制。它强调非干预的观察而不是控制的操纵。它是承受的和被动的，而不是主动的和强制的。它好象在说，假如你了解鸭子，你最好是向鸭子提问，而不是告诉鸭子什么。对于人类儿童也同理。在规定“对于他们什么是最好的”时，似乎最好的是找出一些办法能使他们告诉我们什么对于他们是最好的。

事实上，我们在优秀的心理医师中已经有了这样的榜样。这就是他的工作方法的大致情况。他的有意识的努力不是把他的意愿强加于患者，而是帮助患者——不明确的，无意识的，半意识的——发现他（患者）内部的东西。心理医师帮助他发现他自己想要的或希求的是什么，发现什么对于他这位患者是有益的，而不是对于医师是有益的。这是旧意义上的控制、宣传、塑造、教导的对立面。它确定无疑地是以我已经提及的意义和设想为基础，虽然我应该说，这些想法很少能达到这样的涵义，如对大多数人朝向健康运动的信赖，期待他们选择健康而不是疾病；相信主观幸福状态是一个颇为良好的向导，使人能达到“对于他本人是最佳的境界”。这种态度意味着宁愿选择自发而不是控制，对有机体的信赖而不

是怀疑。它设想，人总是想成为人性丰满的，而不是想成为有病的，痛苦的，或想死亡。在我们作为心理医师确实发现死亡愿望、受虐狂、自我挫败行为、自寻痛苦也存在时，我们已学会把这种状态设想为“疾病”，意思是说，这个人自己假如曾体验过另一种较健康的事态，就会宁愿选取那种较健康的状态而抛弃他的痛苦。事实是，我们某些人已进一步认识到，受虐狂、自杀冲动、自我惩罚等等是愚蠢的，无效的，是向健康的笨拙摸索。

有些非常类似的情况也适合具有道家意味的教师、父母、朋友、爱侣的新模式，最后也适合更有道家风度的科学家。

道家的客观和传统的客观①

传统的客观概念来自早期科学对物、对无生命研究对象的处理。我们是客观的，这时我们自己的愿望、畏惧和希冀已从观察中排除，这时超自然的上帝的意愿和安排也已排除。这自然是前进了一大步并使近代科学成为可能。当然，我们不应忽视，在和非人的对象或事物打交道时，这样做是正确的。在这里，这一类的客观和超脱有很好的作用。甚至同低等生物打交道时也有好作用。在这里我们也很超脱，无牵连，足以使我们成为相对无干扰的观察家。一个阿米巴向哪里

移动或者一条水媳喜欢摄取什么东西，对于我们不会有多大的关系。但这种超脱当我们沿着种系阶梯上升时变得越来越困难。我们都知道，假如我们是在研究狗或猫，要拟人化，要把观察者的人类愿望、畏惧、希冀、偏见鑫射到动物中是多么容易，如果我们研究的是猴子或类人猿就更容易。当我们再进而研究人时，我们理所当然可以认为，我们几乎不可能成为冷淡的、平静的、超脱的、无牵连的、不干预的观察者。心理学的论据已经堆积如山，难以想象有什么人还能捍卫这一立场。

①这一题目的更详尽的论述见《科学心理学：一项探索研究》（81）。

任何稍有阅历的社会科学家都知道，他在研究任何社会或亚文化群体之前必须审查他自己的偏见和先入的概念。这是一种规避预先判断——研究前的先入之见——的方法。

但我建议走另一条通向客观的道路，即通过对我们自己身外、观察者身外的现实更清楚、更准确的感知达到客观。这种方法是从观察爱的领悟得来的，爱的领悟，不论是在相爱者之间或在父母与子女之间，都能产生某种类型的知识，那是非相爱者所不能得到的。在我看来，某些这一类的情况也适用手习性学文献。我对猴子的研

究，我确信是较“真实”、较“确切”的，在一定意义上，在客观上也是更真实的，假如我不喜欢猴子就不会有这样真实的了解。事实是我已经被它们迷住了。我变得非常喜爱我的个别猴子，对于我的白鼠就不可能有这样的喜爱。我相信，劳伦兹、廷伯根、古达尔和沙勒尔报告的那一类研究工作所以那样精彩，那样有教益，有启发，真实，就是因为这些研究者“喜爱”他们所研究的动物。最起码这一类爱能引起兴趣，甚至入迷，因而能有极大的耐心进行长时的观察。妈妈迷恋她的婴儿，能最专心地仔细反复察看他的每一英寸，当然能比并不关心他的某一外人（就最真实的意义说）更了解她的宝贝。我发现，在爱人之间也是如此。他们彼此之间是如此迷恋，以至细查、注视、倾听和探索本身便成为一种迷人的活动，能使他们无尽无休地这样做。对于一个非所爱的人，很少有这样的情况，腻烦很快就会出现。

但“爱的知识”，如果我能这样称呼，还有其他有利因素。对一个人的爱能使他表露、公开、放弃防御，让他自己不仅在躯体而且也在心灵和精神上袒露出来。一句话，他让自己暴露无余而不是躲躲闪闪。在通常的人际关系中，在一定程度上我们是彼此难以理解的。在爱的关系上，我们变得“可以理解”了。

但最后，或许也是最重要的，假如我们对某人或某物喜爱或迷恋或深感兴趣，我们就很少会有干预、控制、改变、改善他或它的想法。我发现，对于你的所爱，你是准备放任不管的。在浪漫爱情以及祖父母亲情的极端例子中，被爱者甚至被视为完美无缺，零此，任何改变都会被认为是不可可能的或甚至是不诚的，更不要说改善了。

换句话说，我们满足于放任不管。我们对被爱不提任何要求。我们不希望被爱成为另一种样子。在它的面前，我们可以是被动的，承受的。所有这些都是说，只有作为它的本来面目处于它的本性状态时我们才能更真切地看到它，而不是作为我们喜欢它成为或恐怕它成为或希望它成为的样子去看它。赞许它的存在，欣赏它的本来面目，能使我们成为不打扰、不操纵、不抽象、不干预的观察者。我们能在怎样的程度上成为不打扰、不要求、不希望、不改善的观察者，我们也就能在怎样的程度上达到这一特殊类型的客观。

我坚持认为，这是一种方法，一条通向某些类型的真理的特殊道路。我并不认为这是唯一的道路，或所有的真理都能用这种方法得到。我们也正是从同样的情境很清醒地认识到，通过喜爱、兴趣、迷恋、专注也有可能歪曲有关对象的另一些真相。我要坚持的仅仅是说，在科学方法

的全套设备中，爱的知识或“道家的客观”在特定情境中对于特定目的有其特殊的优点。假如我们能现实地意识到，对于研究对象的爱既能产生某些类型的颖悟又能造成某些类型的盲目，那么我们便有了足够的警惕。

我要走得更远些，甚至关于“难题的爱”，也这样看。一方面，很明显，你必须迷恋上精神分裂症或至少对它感兴趣才能沾上它，才能学习有关它的知识并进行研究它的工作。另一方面，我们也知道，对精神分裂问题完全着迷的人在涉及其他问题时也会形成某种不平衡状态。

大问题的问題

我在这里用了阿尔文·魏因贝格精彩著作《大科学沉思录》（152）中的一个标题，这本书包含着许多我愿进一步阐明的论点。利用他的词汇，我能以更醒目的形式说明我这本备忘录的涵义。我想提请注意，曼哈顿方案正在对我认为是我们时代真正的大问题发动进攻，这种问题不仅对于心理学而且对于一切具有历史迫切感的人都极端重要（这也是一项研究的“重要性”的一个标准，现在我愿把它添加在传统的标准中）。

第一个和冠盖一切的大问题是造就好人。我们必须有许多较好的人，否则很可能我们都会被

扫除出这个世界，即使不被扫除，肯定也只能生活在紧张和焦虑中，象一般动物一样。这里绝对必需的先决条件自然是给“好人”下定义，关于这一点我在本书中已做出种种说明。我们已经有一些初步的论据，某些标志，或许已经多到可以用来说明曼哈顿方案中的人了。我自己觉得有信心，相信这一伟大的轰动一时的计划是可行的，而且我确信，我能列出一百个、或二百个、或两千个局部问题或附属问题，它足够使巨大数量的人忙个不停。好人能同等地被称为自我演化的人，对自己和自己的演化负责的人，充分启蒙的或觉醒的或颖悟的人，充满人性的人，自我实现的人，等等。无论如何，十分清楚的是，任何社会改革，任何美好宪法或完美计划或法律都不会有任何结果，除非人很健康、很进步、很坚强、很善良，足以理解这些计划和法典，并想以正确的方式把它们纳入实施的轨道。

同等重大的问题，象我刚刚提到的大问题一样迫切需要引起多多注意的是造就良好社会这一问题。在良好社会 and 好人之间有一种反馈。它们是互相需要的，它们彼此是绝对必需的条件。我撇开两者孰先孰后的问题。很明显，它们同时发展，协同动作，串联在一起。无论如何也不可能在没有其中一个因素的作用下实现另一个目标。我所说的良好社会是指根本上的全人类的社会，

一个全人类的世界。我们也有初步的资料（83，并请参看本书第14章），讨论自律性社会的安排即非心理安排的可能性。说得更明白些，现在已经清楚，人的善良程度保持不变，有可能做出某些社会安排，迫使这些人或者趋向恶行或者趋向善行。主要之点在于社会制度的安排必须作为不同于内心健康的问题来看待，而且一个人的好或坏在一定程度上取决于他生存于其中的社会制度和安排。

社会协同作用的关键概念是说，在某些原始文化中，在某些大的、工业的文化中，存在着某些社会潮流，它超越了自私和不自私之间的分歧。那就是说，某些社会安排使人有必要相互对立；另一些社会安排使一个人在寻求个人私利时有必要帮助他人，不论他是否希望如此。反过来说，追求利他主义并帮助他人的人又必然会赢得私利。这方面的一个例证是我们的所得税一类的经济措施，它从任何单个人的好运道中吮吸利益给予全社会。这和营业税恰成对照，营业税按比例看从穷人那里要比从富人那里提取的更多，它起的不是吮吸作用，而是本尼迪克特所说的汇集作用。

我应尽我所能地严肃认真地强调，这些是终极的大问题，应先于任何其他问题引起我们的关

注。魏因贝格在他那本书中所说的大多数工业技术上的利益和进步和其他人所说的这一类利益，在实质上只能认为是达到以上目的的手段，而不是目的自身。这表明，除非我们把我们的工业技术和生物学的改进交付在好人手中，否则这些改进就是无用的或危险的。在这里我甚至包括了对疾病的征服，寿命的延长，痛苦、悲伤和一般苦难的减轻等等内容。问题的焦点在于：谁想皮恶人活得 longer？或更强大？一个明显的例子是原子能的利用和在一场竞赛中先于纳粹完成它的军事利用。原子能在某一希特勒手中——今天有许多希特勒掌握国家大权——当然不是好事，那是很大的危险。同样的道理也适用于任何其他技术改进。我们可以经常提出一个标准问题：这对于某一希特勒是好还是坏？

我们技术进步的一个副产品是：今天恶人有可能甚至很有可能成为更危险的，更有威胁的，比人类有史以来他们曾经造成的威胁更大的人，因为先进的技术给予他们的力量更大。很有可能某一极端残酷的人在某一残酷的社会支持下不会被打败。我想，假如希特勒赢得了战争，反叛会成为不可能，实际上他的帝国也许会延续一千年或更长久。

因此，我劝所有的生物学家以及一切有善良

意愿的人，运用他们的天才来为这两个大问题服务。

以上考虑曾强有力地支持了我的想法，传统的科学哲学作为道德上中立、价值上中立、脱离价值的哲学不仅是错误的，而且也是极端危险的。它不仅是非道德的；也可能是反道德的。它可能把我们置于极危险的境地。因此，我要再一次强调，科学自身来自人和人的激情与利益，如波兰尼（126）那样光辉地指出的。科学自身应该是一部伦理学法规如布罗诺夫斯基（16）所说的，因为，假如你承认真理的固有价值，那么，所有各种后果都能由于我们自己为这一固有价值服务而产生。我要再附加一条作为第三个论点：科学能寻求价值，并能在人性自身中揭示这些价值。实际上，我要宣告说，科学已经这样做了，至少已达到一定水平，使这一说法似乎有了一些道理，尽管还没有适当的和最后的证实。现在已经可以利用技术找出什么东西是对人种有益的，即什么是人的内在价值。凡种不同的操作曾被用来指明这些在人性内部建成的价汽是什么。我再重复一次，这既是就生存价值的意义说的，也是就成长价值介沙意义说的。成长价值指能使人更健康，更聪明，更有德性，更幸福，更完满实现自身潜能的那些价值。

这说明我或许可以称之为生物学家未来研究工作的战略方案是什么。其中之一是指心理健康和躯体健康之间有一种协同作用的反馈。大多数精神病学家和许多心理学家和生物学家现在已经开始设想几乎所有疾病，甚至无一例外，都能称为心身疾病或机体疾病。那就是说，假如一个人追索任何躯体病的起因达到足够的深程度，他将不可避免地发现心理内部的、个人内部的和社会性的变量也成为有关的决定因素。这绝不是要使肺结核或骨折弄得神乎其神。它不过表明，在研究肺结核的过程中，人们发现贫困也是一个因素。至于骨折，邓巴尔（30）有一次曾用骨折案例作为控制组进行研究，她设想在这方面肯定没有心理因素的纠缠，但使她吃惊的是，她竟发现确实也有心理因素。作为这一研究的一个结果，我们现在对于易出事故的个性已经非常有经验了，对于——我或许还可以说——“鼓励事故的环境”也一样。于是，甚至一次骨折也是心身的和“社会-躯体的”，假如我可以仿造这后一个词的话。所有这些都是说，甚至传统的生物学家或医师或医学研究者，在力求减轻人类痛苦、苦难、疾病时，最好也能对他所研究的疾患采取更多的整体论看法，比他以前更注意心理的和社会的决定因素。例如，今天已有足够的论据指出，进攻癌症的富有成果的广阔系谱也应该包括所说

的“心身因素”。

用另一种方式说，迹象表明（大都是推断，而不是过硬的论据），通过精神病学疗法等等造就好人、增进心理健康，很有可能也会使他的寿命延长并使他不免受疾病侵袭。

不仅低级需要的剥夺可能引起疾病——在传统意义上称为“缺失病”的疾病，而且这对于我在第23章中称为超越性病态的那些问题也适用，这里指的是已被称之为精神的、哲学的、或存在主义的那些不适或失调。这些也可能不得不称为缺失病。

简括地说，安全和保障、从属关系、爱、尊敬、自尊、同一性和自我实现等基本需要的不能满足会引起人们的某些疾患和缺失病。总起来看，这可以称为神经症和精神病。然而，基本需要满足的人和自我实现的人，具有真、善、美、公正、秩序、法律观念、统一性等超越性动机的人，也可能在超越性动机的水平上受到剥夺。缺乏超越性动机的满足，或缺乏这些价值，能引起我描述为一般的和特殊的超越性病态。我坚持，这些是和坏血症、糙皮病、爱的饥饿等等处在同一个连续系统中的缺失病。我应附加说，传统上证明需要的方式，如对维生素、矿物质、基本的氨基酸等等需要的证明，一直是首先正视某一不

知起因的疾病，然后再寻找病因。那就是说，假如某物的被剥夺能引起疾病，它就被认为是一种需要。正是在与此相同的意义上，我坚持认为我所说的基本需要和超越性需要也是严格意义上的生物性需要；即，它们的被剥夺也引起疾病或不适。由于这个缘故，我才利用一个新造的词“类似本能的”来表明我的坚定信念——这些论据已经充分证明，这些需要是和人类机体自己的基本结构有关联的，有某种遗传基础蕴含在内，虽然这可能是很微弱的。它也使我坚信不疑，终有一天生物化学的、神经学的、内分泌学的基质或躯体装置的发现能在生物学水平上说明这些需要和这些不适（参看附录四）。

预测未来

近几年来曾有大量的会议、书籍、专题座谈，更不用说报纸文章和星期天杂志专栏了，它们都突然讨论起我们的世界在2000年或在下一个世纪将成为什么样子的问题。我曾浏览这些“文献”（如果可以使用这个词），但更多的是深感惊恐而不是受到启发。足有95%的文章在讨论纯技术的变化，完全撇开了善和恶、正确与错误的问题。有时全部的事业似乎完全是非道义的。有大量关于新机器、修补器官、新品种汽车、火车、或飞机——以及更大、更好的冰箱、冷库、

洗衣机之类的讨论。自然，这些文献也偶尔谈到大规模杀伤能力的不断升级，甚至提及整个人类被扫除掉的可能性，以此来恐吓读者。

这本身就是对真正问题所在的盲目性表现，几乎所有参与这些会议的人都不是研究人的科学家。很大比例的与会者是物理学家和化学家和地质学家，在生物学家中很大比例是研究分子生物学的，即与其说是描述型的不如说是还原型的生物学工作者。偶尔应邀谈论这一问题的心理学家和社会学家，他们的特长也在于专业技术方面，信奉一种无价值观念的科学。

无论哪一种情况都很明显，所谓的“改进”问题在很大程度上只是一个与目的无关的手段改进问题，也不涉及一个显然的真理：更强大的武器在愚蠢或邪恶的人手中只能造成更强大的愚蠢或更强大的邪恶。即，这些技术的“改进”事实上可能是危险的而不是有益的。

另一种表达我的不安的方式是指出，这些有关2000年的谈论大都限于物质方面的问题，例如，工业化、现代化、增进富裕、占有更多的物资、靠开发海洋增强食品生产能力、如何建立更有效的城市管理来控制人口爆炸，等等。

或者还有另一种方法可以描绘许多预测的半

瓶子浅薄性质：它的很大部分仅仅是从今天存在的事实出发作出无用推断，是从我们的现状出发简单投射出曲线。如照现在的人口增长速度计算，据说到2000年会有更多得多的人；照现在的城市增长速度计算，到2000年会有如此这般的一种都市环境，等等。好象我们在掌握或计划我们自己的未来方面是无能为力的——好象我们不能扭转现在的趋向，即使我们不赞成这些趋向。例如，我坚持认为，对未来的计划必须减少现在的世界人口。在这个世界上没有理由，或至少没有生物学的理由，为什么这一点做不到，假如人类愿意这样做。对于城市的结构也可以这样说，还有汽车的结构，或空中交通工具等等也一样。我觉得，这一类从今天的情况进行的预测本身就是那种没有价值观念的、纯描述的科学概念的一种副产品。

第二章 神经症——一个人成长的一种失败

我宁可不求全面而仅仅选择几个方面来讨论这个题目，因为我曾在这几个方面工作过，还因为我认为这些方面特别重要，但最主要的原因是它们曾被忽略。

今天已受到公认的理论认为，神经症，从一

个方面看，是一种可以描述的病理状态，它是现在存在着的、医学模型上的一种疾患或病症。但我们已经学会也用辩证的方式看它，认为它同时也是一种向前的运动，一种趋向健康和丰满人性的向前的笨拙摸索，胆怯而软弱地，在畏惧而不是在勇气的庇护下前进，而这时既包含着现在也包含着未来。

我们得到的一切证据（大都是临床证据，也有某些其他研究的证据）都表明，理应设想在几乎每一个人中，也几乎在每一个新生儿中，都有一种趋向健康的积极意愿，一种趋向成长或趋向人的潜能的实现的冲动。但我们立即又面临着非常令人悲伤的现实认识——只有很少的人这样做。在人类总体中只有很小的比例达到了同一性、个性、丰满人性、自我实现等等。甚至在我们这样的社会中也是如此。比较地看，我们的社会是地球上最幸运的社会之一。这是我们最大的难题。既然我们有趋向人性充分发展的冲动，那么，为什么它不能更经常地发生？是什么阻碍了它？这是我们研究人性问题的新方法，即，估计到它的高度可能性，同时深感失望的是这些可能性的实现又如此罕见。这种态度和“现实主义的”不论何种现状都接受的态度是对立的，后者认为现状是常规，例如金西就这样看，电视的民意测验者也一样。于是我们往往陷入一种情境，

这时，从描述观点看的常态，从没有价值观念的科学观看的常态，这一常态或一般状态是我们能够期望的最佳态，因此，我们应该满足于这种状态。从我上文勾画的观点看，常态宁可说是一种疾病或残废或瘫痪，那是我们和其他每一个人所共有的，因而未加注意。我想起我在大学时代用过的一本旧时的异常心理学教科书，一本糟透了的书，但卷首插画非常精彩。下半部是一列孩子，苹果脸，甜蜜的微笑，兴高采烈，天真无邪，非常可爱。上方是地铁车箱中的许多乘客，愁闷，灰溜溜，绷着脸，象是在生气。下面的解说词非常简单：“发生了什么事？”这正是我要谈论的问题。

我还应提及，我一直在进行的一部分工作是关于研究工作的战略和策略问题，是为研究工作准备，是试图说明所有临床经验和个人主观经验，力求我们能够在一种科学的方式中更好地理解这些经验，即，核对、检验、弄得更精确，并观察它是否真是如此，直觉是否正确，等等。为了这样的目的，也为了那些对哲学问题感兴趣的人，我愿简短地提出几个和下文有关的理论观点。这是一个古老的问题——是事实和价值之间、是和应该之间、描述和规范之间的关系问题，一个哲学家们深感棘手的问题，自有哲学家以来他们就在讨论着这个问题，但现在仍然进展

很小。我愿提供某些思考，在解答这一古老的哲学难题中这些思考对我是有帮助的，你或许要说，是突破两难困境的第三只角。

熔接词

我在此想到的是一个一般的结论，部分来自格式塔心理学家，部分来自临床和心理治疗经验。在某种苏格拉底的方式中，事实往往有一定的指向，或者说，它们是有矢量的。事实并不是躺在那里，象一块锅饼，什么事也不做，它们在一定程度上是路标，能告诉你该怎么办，向你提出建议，引导你向某一方向而不是另一方向前进。它们“呼唤着”，它们具有需求性，甚至具有如克勒所说的“必需性”（62）。我常有这样的感受，只要我们有了足够的认识，我们便知道该怎么办，或更清楚得多地知道该怎么办；充分的知识常常能解决问题，当我们必须决定是这样做还是那样做时，它常常能帮助我们做出道德和伦理的选择。例如，我们在治疗中有共同的经验，当人们的“认知”越来越有意识时，他们的解决、他们的抉择也越来越容易，越来越自主。

我是说明，有些事实和词汇它们自身兼有规范和描述两种作用。我暂且称它们为“熔接词”，表示事实与价值的一种熔化和连接，除此以外我不得不说的一切应该被理解为是我力求解

决“是”和“应该”这一问题的尝试的一部分。

我自己从谈论的开始，已经在一种坦率的规范方式中前进，正如我认为我们所有的人在这种工作中都会这样做一样。我提出的问题是：什么是正常，什么是健康了我先前的哲学教授，他仍然象长辈那样非常亲切地对待我，我也象晚辈那样尊敬他。有一次他偶尔写给我一封担忧的信，温和地责备我不该以傲慢的方式处理这些古老的哲学问题，信中有这一类的话：“你知道你做了些什么吗？在这一问题的背后有两千年的思想，而你却在这层薄冰上那么轻松和漫不经心地滑行。”我记得我曾回信解释说，这一类的事正是一个科学家的作用方式，这也是他的研究战略的一部分，即滑过哲学的难题越快越好。我记得有一次我给他的信写道，我从战略考虑，在推进知识中不得不采取这样一种态度，只要涉及哲学问题，就应该是“坚决的天真”。我认为那就是我们在这里所取的态度。我曾觉得，谈论正常与健康，什么是好，什么是坏，这是有启发的，因此完全正确，我并常常对于这个问题有些专断。我曾做过一项研究，用一些优等的画和一些劣等的画作为侧试材料，我在注脚中简直写道，“优等的画在这里的定义是我所喜欢的画。”我的目的是看我是否能跳到我的结论，能证明这并不是一个不好的战略。在研究健康人、自我实现者等等

时，一直有一种稳定的运动，从公开规范的和坦率个人的，一步一步趋向越来越描述性的、客观的词汇，直到今天有了一个标准化的自我实现测验（137）。现在对自我实现已能在操作上做出界说，象智力通常的界说一样，即，自我实现也是可以用测验测试的。它和各种外部变量密切相关，并继续积累着相关的意义。作为一种结果，我受到启发，觉得从我的“坚决的天真”出发是正确的。我用直觉的、直接的、个人的方式所看到的，现在大都正在由数字、表格和曲线进行证实。

丰满人性

现在我要提议再前进一步探讨“人性丰满”这一熔接词，一个更富有描述性和客观性（和“自我实现”概念比较）而又保留着我们所需要的一切规范涵义的概念。我们的希望是能以这样的方式从直觉的启发式的开端逐步向越来越高的确定性、越来越大的可靠性、越来越客观的外部证实运动，这又意味着这一概念越来越具有科学的和理论的效用。这种说法和这种思维方式是我大约在十五年前由罗伯特·哈特曼的价值论著述

（43）那里受到启发而形成的，他把“善”定义为一物实现它的规定性或概念的程度。这使我想，或许可以为了研究的目的把人性概念理解为

一种数量的概念。孟例如，丰满人性可以用分类的方式说明，即，丰满人性是抽象的能力，运用合乎文法的语言的能力，爱的能力，有一种特定的价值观，能超越自己，等等。假如我们需要，甚至还可以把这种全面分类的规定列为一种清单。对于这种想法我们可能有点吃惊，但它非常有用，只要能向进行研究的科学家在理论上阐明就行，这个概念能成为描述性的和定量的——但也是规范的，如说这人比那人更接近于丰满人性。甚至我们能说：这人比那人更多人性。这是一个熔接词是就我上文对熔接词含义的解释说的；它确实是客观描述的，因为它和我的愿望与旨趣、我的个性、我的神经症无关；而我的无意识的愿望或畏惧或焦虑或希冀从丰满人性概念中排除要比从心理健康概念中排除容易得多。

假如你曾研究过心理健康概念——或任何其他健康，或正常——你将会发现，有多么大的诱惑使你不禁要投射你自己的价值观念，并使这个概念弄成一种自我描述或也许是一种关于你想成为什么样子或你认为人们应该成为什么样子的描述，等等。你会不得不长时间向这种倾向作战，并且你将发现，虽然在这样的工作中有可能成为客观的，但肯定很难做到。即使这时，你也不能确信无疑。你陷入过选样错误吧？归根结底，假如你选择研究对象是以你个人的判断和诊断为基

础，这样的选样错误就会比假如你依据某种非个人的标准进行选样时更有可能出现（90）。

显然，熔接词是高于较纯规范词的一种科学的进展，同时也避开了更坏的陷阱——认为科学只能是无价值观念和非规范的，或非人的。熔接概念和熔接词使我们有可能参与科学和知识的正常发展，从它的现象学的和经验的开端向更可靠、更有效、更确信、更准确、更能与他人分享和取得一致的目标前进（82）。

其他明显的熔接词有：成熟的，演化的，发展的，发育受阻的，残缺的，充分发挥作用的，优美的，笨拙的，愚蠢的，等等。还有许许多多词是不太明显的规范与描述相熔接的词。我们可能终有一天不得不认为熔接词是可以作为范例的，是正常的、通常的和核心的。那时，较纯描述词和较纯规范词会被认为是边缘词和例外词，我相信，这将成为人本主义世界观的一部分，这一世界观现在正迅速晶化为一种有结构的形态。

①

①我认为“人性度”也比“社会胜任”、“人的效能”等类概念更有效用。

首先，如我曾指出的（95），这些概念太绝对地外于心理了，不能充分说明意识的性质，心理

内部的或主观的能力，例如，欣赏音乐，沉思和冥想，品辨韵味，对个人内在呼声的敏感，等等。能够在个人内部世界融洽生活可能和胜任社会生活或胜任现实生活同等重要。

但从理论的精致和研究的战略的观点看，更重要的是这些概念不如一张构成人性概念的能力的清单那么客观和可以定量。我愿附加说，我认为这些模式没有一个是和医学模式对立的。没有必要使它们彼此二歧化。医学上的疾病能削弱人，因而它也落在从较多人性到较少人性的连续系统上。当然，医学的疾病概念尽管是必需的（对脂肪瘤、细菌侵入、癌，等等而言），却又肯定是不充分的（对神经症的、性格学的、或精神失调而言）。

人性萎缩

说“丰满人性”而不说心理健康的一个后果是相应地或并列地说“人性萎缩”而不说“神经症”。但这又是一个完全废弃的词。这里的关键概念是人的能力和可能性的丧失或尚未实现，显然这也是一个程度和数量的问题。再者，这更接近于能在外部观察到，更接近于外显行为，这自然使它比焦虑、强迫症、或压抑等更易于研究。它也把一切标准的精神病学的范畴纳入同一个连续系统中，包括来自贫困、剥削、不适当的教育、奴役

等等的发育受阻、残缺、和抑制，也包括来自经济上有特权的人的那些新型的价值病态、存在性紊乱、性格紊乱。这并非常细致地论述了来自吸毒、精神病态、专制主义、犯罪等种种萎缩，以及来自其他不能在同样医学意义上称为“疾病”（如脑瘤）的种种萎缩。

这是一种脱离医学模式的激进运动，一个长久被延误的运动。严格地说，神经症意味着一种神经的疾病，今天我们不用这个遗留的说法也完全行得通。此外，用“心理疾病”这种说法会把神经症置入和溃疡、损伤、细菌侵袭、骨折、或肿瘤相同的论题范围。但现在，我们已经很清楚，最好设想神经症和精神紊乱有关，和意义的丧失、对生活目的的怀疑、失恋的痛苦和愤怒、对未来的失望、对自己的厌恶、认识到自己的生命正在荒废、或和失去欢乐或爱的可能等等有关。

这些都是脱离丰满人性、脱离人的盛开之花的堕落。它们是人的可能性的丧失，是曾有的和也许还会有可能的丧失。物理和化学的卫生术和预防法在这一心病源学的领域内肯定也会有点用处，但和远为强有力的社会的、经济的、政治的、宗教的、教育的、哲学的、价值论的、和家庭的决定因素相比简直不值一提。

主体的生物学

从这一趋向心理-哲学-教育-精神方面的转移中还能嵌得其他重要的益处。在我看来并非无关紧要的是这一转移鼓励了对生物基础和体质基础的正确理解。在任何有关同一性或真实自我、成长、揭示疗法、丰满人性或人性萎缩、自我超越或任何其他这一类问题的讨论中，都不能不涉及潜在的生物因素和体质因素。简短地说，我相信，要帮助一个人向丰满人性运动，必不可免地要通过他对自身同一性等等的认识。这一工作极重要的一部分是要意识到自己是什么，在生物学上、气质上、体质上，作为人类的一员是怎样的，意识到自己的能力、愿望、需要，也意识到自己的使命，自己适合做什么，什么是自己的命运。

直截了当毫不含糊地说，一个人这种自我觉知的绝对必需的方面是关于个人自己内部的生物学的现象学认识，关于我称为“似本能”的本性（参看附录四）、关于个人动物本性和种性的认识。这当然是精神分析力图去做的事情，即帮助一个人意识到自己的动物冲动、需要、紧张、抑郁、爱好、焦虑。这也是霍尼在真实自我和虚假自我之间进行区分的目的。这不正是个人对于自己真正是什么的一种主体的分辨吗？而如果一个人不首先是个人自己的身体、个人自己的体质、个人自己的机能、个人自己的种性，他又能够真正

是什么呢？（作为一个理论家，我感到非常愉快的是能把弗洛伊德、哥尔德斯坦、谢尔登、霍尼、卡特尔、弗兰克尔、梅、罗杰斯、默里等许多许多人的观点做出这一恰当的整合。或许甚至斯金纳也可以吸收到这一多样化的队伍中来，因为我觉得他为他的人类被试者开出的“内部强化因素”，清单看起来多么象我曾提出的“似本能的基本需要和超越性需要的层次系统”啊！）

我相信有可能把这一范式一直推演到个人发展的甚至最高的水平，到个人超越自己个性的水平（85）。我相信我已证明很有理由接受一个人的最高价值的似本能特性，或可称为精神生活或哲学生活的似本能特性。甚至这种个人发现的价值论我觉得也能纳入“个人自己似本能本性的现象学”范畴，或纳入“主体的生物学”或“体验的生物学”等一类说法的范畴。

想一想这一人性程度或量度的单一连续系统在理论上和科学上的重大意义吧里这一连续系统不仅包括精神病学家和医师谈论的各种疾病，而且也包括存在主义者、哲学家、宗教思想家和社会改革家所操心的一切问题。不仅如此，我们还能把我们所知的各种健康和各种程度的健康也纳入这同一个单一的连续系统，甚至加上自我超越的、神秘融合的“健康以外的健康”，以及未来可

能揭示的任何更高的人性可能性。

内部信号

这样的思考对于我至少有一个特殊的好处，能使我的注意力敏锐地转向我起初称为“冲动的呼声”但最好是更一般地称为“内部信号”（或内部暗示或刺激）的东西。我那时未能充分认识到，在多数神经症以及许多其他身心障碍中，内部信号会变得微弱或甚至完全消失（如在严重强迫性神经症中），或“听”不到或不能被“听”到。在极端的例子中，我们看到过一些在体验上空虚的人，有如僵尸，内部空空的人。恢复自我必须，（作为绝对必需的条件，）包括恢复拥有和认知这些内部信号的能力，知道自己喜欢什么，不喜欢什么，喜欢谁，不喜欢谁，知道什么是愉快的和什么不是，什么时候应该吃，睡，解手，休息，等等。

在体验上空虚的人，由于缺乏发自内心的指示或真实自我的呼声而不得不转向外部线索求得指引，例如，吃饭要看钟点而不是顺从他的食欲（他没有食欲）。他靠时钟指引自己，靠常规、日历、日程表、议程表、靠来自他人的提示和暗示生活。

无论如何，我想我所提示的解释：神经症是

个人成长的一种失败——它的特定意义现在已然已很明确。它是未能达到的但从生物学的观点看一个人本来能够达到，甚至我们可以说，一个人本来应该达到的目标，即，他在未受阻挠的方式中成长和发展就能达到的目标。人的和个人的可能性已经丧失。世界被弄得很狭窄，意识变得很局促，能力受到抑制。我想到，例如，优秀的钢琴家不能在众多听众前演奏，或恐怖症患者被强制回避高处或人群。不能学习、不能睡觉、不能吃多种食物的人肯定已受到削弱，正如一个双目失明的人一样。认知性的损失，失去的快乐、欢欣和狂喜，①不能胜任，不能放松，意志的消沉，怕负责任，所有这些都是人性的萎缩。

①失去高峰体验对于一个人的生活方式意味着什么，这在柯林斯·威尔进的《新存在主义引论》中有很好的说明（159）。

我曾提到用更实际的、外显的和定量的人性丰满或萎缩的概念取代心理疾病和健康的概念。我认为，人性概念在生物学上和哲学上也是较健全的。但在我进一步讨论以前，我愿意再说一句，萎缩自然是可逆的或不可逆的，例如，我们对于妄想狂人要比对于一个友好的、可爱的歇斯底里的人会感到失望得多。萎缩自然也是动力型的，弗洛伊德式的。弗洛伊德独创的图式谈到一

种存在于冲动和对冲动的防御之间的辩证关系。在相同的意义上，萎缩也能导致一些后果和过程的出现。就简单描述方式看，它仅仅在罕见的情况下才是一种完成或终局。这些丧失在多数人中不仅引导到弗洛伊德和其他精神分析团体已经阐明的各种防御过程，例如，引导到压抑、否认、冲突，等等。它们也引导到我很久以前强调过的抗争反应（110）。

冲突本身自然也是比较健康的标志，假如你曾遇到过真正冷漠的人，真正绝望的人，已经放弃希望、奋斗和抗争的人，你就会得出这样的认识。神经症对照地看是一种非常有希望的事态。它表示，一个受到惊吓的人，不信赖自己、轻视自己的人，仍然力争达到人类的传统和每一个人只凭是人都有权利得到的基本满足。你也许会说，这是一种胆怯的和无效的、趋向自我实现、趋向丰满人性的努力。

萎缩自然也可能是可逆的。常见的情况是，只要满足了需要就能解决问题，特别是在儿童中。对于一个不曾得到足够的爱的儿童，显然最好的办法是极度抚爱他，把爱洒遍他全身。临床的和一般的经验都表明这是起作用的——我没有统计数字，但我猜测八九不离十是如此。同样，尊重对于抵制无价值感也是一副有奇效的药剂。

于是这使我们得出一个明显的结论，假如我们认为医学模式上的“健康与疾病”（在这里）是过时的，那么医学的“治疗”和“治愈”概念和权威医师的概念也必须废除和被取代。

约那情意综

我愿再谈谈安贾尔（4）所说的逃避成长的许多原因之一。我们所有的人都有一种改善自身的冲动，一种趋向更多实现自身潜能、趋向自我实现或丰满人性或人的实现（或你喜欢用的任何名称）的冲动。假定如此，那么，是什么使我们停顿，什么阻碍了我们呢？

在这一类对成长的防御中，我愿特别谈一点——因为它还没有引起很大的注意——我将称之为约那情意综。①

①这名称是我的朋友弗兰克·受纽尔教授提出的。我同他讨论过这个难解之谜。

在我自己的笔记中，我最初称这种防御为“对自身杰出的畏惧”或“逃避自己的命运”或“躲开自己的最佳天才”。我曾想尽可能坦率和尖锐地强调一个不同于弗洛伊德的观点，即我们害怕我们的至善正如害怕至恶一样，尽管方式有所不同。就我们大多数的情况说，肯定我们有可能比我们的实际表现更杰出。我们都有尚未运用的潜

能或尚未充分发展的潜能。我们许多人都在逃避我们体质上提示的天职（事业、命运、生命的任务，使命）。我们常常逃避责任，那是自然、命运、有时甚至是偶然事件命令（或宁可说是提示）的，正如约那力图——徒劳地——逃避他的命运一样。

我们害怕我们最高的可能性（正如害怕最低的一样）。我们一般怕变成我们在最完美的时刻、在最完善的条件下、以最大的勇气所能设想的样子。我们对于在这种高峰时刻在我们自身中看到的神一般的可能性感到愉快甚至激动。但我们同时又带着软弱、敬畏和恐惧的心情在这些可能性面前颤抖。

我发现很容易就能向我的学生证明这一点。早要问他们：“你们这一班中有谁希望能写出最伟大的美国小说，或成为一位参议员，州长，总统？或一位伟大的作曲家？谁想当联合国的秘书长？谁企望当圣人，象施魏策尔*那样？你们中间谁愿成为一位伟大的领袖？”通常，人人都突然咯咯地笑起来，羞愧而不安，直到我再问：“假如你不干，那么谁来干？”这自然是真理。以这种方式，当我推动我的毕业生趋向这些更高的抱负水平时，我又说：“你们现在秘密计划要写的伟大著作是什么？”这时他们常常显得

很难为情，并支支吾吾，设法避开我。但为什么我不应该问那样的问题？除心理学者以外还有谁将写心理学著作？这样我就能再问：“你不打算当心理学家吗？”“当然想。”“你受的训练是要当一名缄默的或不活跃的心理学家吗？那样有什么好处吗？那不是一条通向自我实现的正确途径。不，你应该想当第一流的心理学家，当你力所能及的最佳的心理学家。假如你顾虑重重只打算干较次于你力所能及的事业，我就要警告你，在你的余生你将深感不幸。你将逃避你自己的能力，你自己的可能性。”

*施魏策尔（1875-1965），生子阿尔萨斯，收师，哲学家，医师，献身于非洲医疗事业，曾获1952年诺贝尔和平奖。——译者

不仅我们对自己最高的可能性有矛盾心理，而且我们对于他人中和一般人性中这些同样的最高可能性也抱有一种持久的、我认为相当普遍的、甚至必然的冲突感和矛盾心理。当然，我们敬爱并羡慕优秀人物、圣贤，忠诚的、德高的、纯洁的人。但是，任何深入观察过人性底蕴的人能不意识到我们对圣洁人物所怀有的混杂情感和往往是敌对的情感吗？或者对非常美的女人和男人，对伟大的创始者，对我们的智力天才，不也同样如此吗？不需要成为心理治疗专家就能看出

这一现象——被我们称之为“对抗评价”。只要读点历史就能发现大量这样的事例，甚至我可以说，可能在全部人类史中任何历史的探寻也找不出一个例外。我们肯定爱慕那些体现了真、善、美、公正、完善、最终取得成功的人。但他们也使我们不安、焦虑、困惑，也许还有点妒忌和羡慕，有点自卑、自惭。他们往往使我们失去自信、自制和自重。（尼采在这个问题上仍然是我们最好的老师。）

这里我们得到了第一个暗示。我的印象迄今是这样的：大人物仅仅由于他们的在场和他们的伟大就足以使我们意识到自己的渺小，不论他们是否有意要造成这样的影响。假如这是一种无意识的作用，而我们并不清楚为什么他们一出现我们就会自惭形秽或自卑，那么我们会很容易以主观投射做出反应，我们会认为他们极力想贬低我们，好象我们是靶子（54）。于是敌意便成为可以理解的了。因此，我认为自觉的意识似乎能排解这种敌意。假如你愿意对你自己的对抗评价、对你的畏惧和敌意加强自我意识和自我分析，你将很可能不再对他们怀有恶意。我因而也愿意这样推断、猜测，假如你能学会更纯洁地喜爱他人中的最高价值，这也许会使你也喜爱你自身的这些特性而不再那么畏惧。

和这一动力联系在一起的是在崇高事物面前的敬畏，鲁道尔夫·奥托（125）对此有精辟的说明。把这一点和爱利亚德（31）对神圣化和去圣化的洞察结合起来，我们对于直接面对神或神圣事物引起畏惧的普遍性就能更深刻认识了。在某些宗教中，死亡被视为不可避免的后果。大多数文字前的社会也有一些地点和物体是禁忌，因为它们太神圣因而太危险。在我的《科学心理学》

（81）最后一章中，我也曾从科学和医学中提供过一些去圣化和再圣化的例子，并力图解释这些过程的动力学。归根到底，它大都来自在崇高和至善面前的敬畏。（我要强调说，这一敬畏是内在的，有理由的，正确的，合适的，而不是某种疾病或不能得到“治疗”。）

但我又觉得，这敬畏和畏惧不单单是消极的，使我们逃遁或畏缩的东西。它们也是合乎需要的和愉快的情感，能把我们引到甚至最高的欢乐点。自觉的意识、洞察和“彻底的作用”，借用弗洛伊德的说法，我认为也是这里的答案。这是我所知的最好的道路，通向对我们最高能力的接受，通向我們可能已经掩藏起来或避开的不论任何伟大或善良或智慧或天才的因素。

对我非常有价值的一个偶然启示是在我试图理解为什么高峰体验通常都很短暂时得到的

(88)。答案变得越来越清楚了。我们不过是不够坚强所以不能承受过多！它太震撼、太耗损人了。因此，处于这种极乐时刻的人往往说：“那是过多了”或“我受不了啦”，或“我简直要死了”。当我得到这样的说明时，我有时会觉得，是的，他们可以死了。发狂的幸福不可能长久承受。我们的机体太弱，承受不了大剂量的伟大，正如它们太弱不能承受例如长时的性乐高潮一样。

“高峰体验”一词比我起初认识到的有更恰当的含义。剧烈的情绪必然是极点的和暂时的，它必须让位给非极乐的宁静，较平和的幸福，对至善清晰、深沉认知的内在喜悦。极点的情绪不能长久持续，但存在认知能长久持续(82,85)。

这难道不能帮助我们理解约那情意综吗？它在某种程度上是一种怕被撕裂的合理畏惧，怕失去控制，怕垮掉，怕瓦解，甚至怕被那种体验杀死。伟大的情绪最终能在实际上淹没我们。怕顺从这样一种体验的畏惧，一种使我们想起一切能在性感缺失中发现的类似畏惧的畏惧，我认为能通过心理动力学、深蕴心理学以及情绪的心理生理学和心身医学等等文献得到更好的理解。

还有另一方面的心理过程我曾在探索自我实现何以失败时碰到过。对成长的逃避也能由对妄

想的畏惧发动。自然，这一点曾在较普通的方式中被谈到过。普罗米修斯和浮士德的传奇文学几乎在任何文化中都能发现。①例如，希腊人称它是对自大的畏惧。它被称为“有罪的傲慢”，这当然是人的一个永恒的问题。对自己这样说——“是的，我要成为一个伟大的哲学家，我要修改柏拉图并胜过柏拉图，”——的人必然迟早要被他的自以为是和骄矜弄得呆若木鸡。特别是在他比较软弱的时刻，他将对自己说，“谁？我？”并认为那是一种疯狂的想入非非，甚至惧怕那是妄想狂。他把他对自身内在自我及其一切弱点、摇摆和缺陷的认识和他所知的柏拉图的光辉、完美而无瑕疵的形象相比。于是，自然他会觉得自己太放肆、太自大。（他没有认识到，柏拉图在内省时必然对他自己也会有同样的感觉，但柏拉图终于前进了，越过了他对自己的怀疑。）

①谢尔登讨论这一主题的精彩著作（135）常常引用得很不够，这可能是因为它出现在我们已做好吸收它的充分准备之前（1936年）。

就某些人说，这一对自身成长的逃避，只树立低水平的抱负，怕做自己所能做的事，自愿的自残，假装的愚蠢，编人的谦卑，实际上是对自以为是、对骄矜、对有罪的傲慢和自大的防御。

有些人不能掌握谦逊和自豪之间的优美整合，而这对于创造性的工作是绝对必要的。要发明或创造，你必须拥有“创造的傲慢”，许多研究者曾指出过这一点。但是，自然，假如你只有傲慢而无谦逊，那么你实际上是在妄想。你必须不仅意识到身内的神一般的可能性，而且也意识到人的存在的限度。你必须能够同时嘲笑你自己和人的一切矫饰。假如你能对毛虫的想当神仙感到有趣（162），那么你实际上便有可能继续尝试并满怀自豪而不再担心自己是否妄想或会不会招致冷嘲热讽。这是一个好办法。

请允许我再提一个这样的办法，我在阿尔都斯·赫胥黎身上看到了它的最佳利用，他肯定是我所说的那种伟大人物，一位能够接受自己的天才并加以充分利用的人。他能做到这一点因为他永远对每一件事情的极为有趣和迷人深感惊奇，能象一个青年人一样对事物的奇观惊叹不已，能经常说，“妙极啦！妙极啦！），他能用开阔的视线观察外界，用无羞愧的纯真、敬畏和迷恋的观察，这是一种对自己渺小的承认，一种谦逊的形式，然后安详地前进并对他为自己树立的伟大任务毫不畏惧。

最后，请参考我的一篇论文（87），讨论的问题是自身完整的，但也是一系列可能论述的第下

篇。它的题目，“认知的需要和认知的畏惧”，很能说明我对我称之为存在价值的那些内在或终极价值的每一种所要说的一切。我是想说明，这些终极价值（我认为它们也是最高的需要，或超越性需要，如我在第23章中所说）和所有的基本需要一样都能落入弗洛伊德关于冲动和对冲动的防御所制定的图式。因此，说我们需要真理，爱真理，追求真理，这肯定是能够证明的。不过也同样容易证明我们也惧怕认识真理。例如，某些真理伴随着一定的责任，可能会引起焦虑。逃避责任和焦虑的一种方法是直接地回避对真理的意识。

我预言，我们将会为每一种内在的存在价值找到类似的辩证关系。我曾模糊地想到写一系列论文，讨论如“对美的爱和因美而不安”、“对好人的爱和因他而激怒”、“对卓越的寻求和毁灭卓越的倾向”等等问题，当然，这些对抗价值在神经过敏的人中更强烈，但据我看我们所有的人似乎都应该冷静对待我们自身中的这些可卑的冲动。迄今为止我仍觉得，最好的对待办法是通过有意识的洞察和彻底的研究，把妒忌、猜疑、不祥的预感和缝凝的想法转化为谦恭的钦慕、感激、欣赏、崇敬甚至崇拜（参看附录二）。这条道路是自感渺小、软弱、无价值并接受这些感受而不必以一笔勾销的办法来保护一个假造的高自尊

我又认为，理解这一基本的存在性问题应该能帮助我们不仅欢迎他人中的存在价值，而且也欢迎我们自身中的存在价值，这将有助于解开约那情意综。

第三章 自我实现及其超越

在这一章，我计划讨论的思想还处于雏形之中，还不能作为一种定论。我发现，对于我的学生，对于其他和我持同样看法的人，自我实现的观念几乎已变成类似罗夏墨迹^①那样的东西了。它常常能使我对于利用它的人比对于现实有更多的了解。现在我想做的是探索自我实现的某些性质，不是作为一种广泛的抽象概念，而是就自我实现过程的操作意义来看。自我实现就某时某刻的情况看意味着什么？例如，它在星期二下午四时意味着什么？

①Rorschach inkblock. 罗夏墨迹，依据被试者对这一墨迹的解释做出个性分析的方法。这一方法是罗夏所设计，乃称为罗夏墨迹法，是心理学者一般都熟知的侧脸法。——一译者

自我实现研究的发端

我对自我实现的调查不是作为研究工作设计

的，也不是作为研究工作开始的。这些调查起初只是一个青年知识分子的努力，他试图理解他所敬爱和崇拜的两位老师，他认为他们是非常优秀的人物。这是一种高智商活动。我不能满足于简单的崇拜，而是力求理解这两个人物为什么如此与众不同。他们是本尼迪克特和韦特海默。在我取得哲学博士学位从西方来到纽约市以后，他们是我的老师，是最卓越的人。我的心理学训练完全不足以理解他们。似乎他们不仅仅是人，而且是某种超越人的存在。我自己的调查研究是作为一种前科学或非科学的活动开始的。我做了有关韦特海默的描述和杂记，也做了有关本尼迪克特的杂记。当我试着理解他们，思考有关他们的事，并在日记和记事中写下我的看法的时候，我忽然在一个奇妙的时刻认识到，从他们这两个范型能够归纳出某些共同的特征。我是在谈论某种类型的人，而不是两个不可比较的个体。这件事使我极为兴奋。我试着观察这一范型能否在他处发现，后来我确实又在他处、在他人身上一一发现。

就实验室研究——严格的、有控制研究的常规标准看，这简直不能算是什么研究。我的归纳是从我对一定类型的人的选择中做出的。很明显，需要有其他裁判。尽管如此，一个人已造出也许是二三十位他非常喜爱或崇拜而认为是十分

卓越的人物，试着描绘他们，并发现，他已能做出一种综合征说明——对于他们每一位都适合的范型说明。他们仅仅是来自西方文化的人，选出的人带有各种内在固有的倾向性。虽然这样的归纳并不可靠，它仍然是唯一适用的关于自我实现者的界说，如我在最初讨论这一主题的期刊文章中说明过的。

我发表了我的研究结果以后，又出现了六、八或十条印证路线支持我的发现，不是复制印证，而是从不同角度做出的研究。罗杰斯的和他的学生的研究成果加起来成为对全部综合征的确证。布根塔（J?Bugental）提供了心理治疗方面的印证。某些使用LSD（二种麻醉药）的研究，某些对治疗效果（即有效治疗）的研究，某些测验结果——的确，我所知道的每一事实都构成印证的支持，虽然还不是复制的支持。我个人对于这项研究的主要结论非常自信。我不能设想有任何研究能在这一范型中做出重大的改变，虽然我相信会有小的改变。我自己也做过某些小的改变。但我的自信不是一个科学的论据。假如你对我关于猴子和狗的论据提出疑问，你就是在怀疑我的资格或把我看成说谎者，我也就有权利反对你这样做。很如你怀疑我关于自我实现者的研究成果，你可能是有理由的，因为你对于研究这个问题的人并没有很深的了解，是他选出了一些人据

以得出全部结论的。这些结论是处于前科学的范围中的，但结论陈述是以一种能够经受检验的形式提出的。在这样的意义上，这些结论是科学的。

我选择研究的人是一些比较年长的人，他们已经度过了生命的一大段旅程，而且可以认为他们的奋斗是成功的。我们还不知道这些发现是否也适用于青年人。我们不知道自我实现在其他文化中的意义如何，虽然在中国和印度对自我实现的研究现在也在进行中。我们不知道这些新的研究将有什么发现，但有一件事情我确信无疑：如果你选择作为研究对象的是非常优秀而健康的人，坚强的人，有创造力的人，纯洁的人，明智的人，——实际上正是我选出的那种类型的人——那么你就会得出对人类的一种不同的看法。你是在问，人能成长得多么高大？人能变成什么样子？

还有一些别的事情我也确信无疑——那可以说是“我的嗅觉告诉我的”。但对于这些问题我甚至比对于以上讨论的问题更少反对的论据。自我实现很难界定。更困难得多的是回答这样的问题：什么是超越自我实现？或者，假如你愿意：超越真实性是什么？在所有这一类问题中，仅仅诚实是不够的。关于自我实现者我们还能有别的

什么说法没有？

存在价值

自我实现者无一例外都是献身于“项身外的事业，某种他们自身以外的东西。他们专心致志地从事某项工作，某项他们非常珍视的事业——按旧的说法或宗教的说法即天命或天职。他们从事于命运以某种方式安排他们去做的事，他们做这件事也喜爱这件事，因此，工作与欢乐的分歧在他们身上已消失了。一个人献身于法律，另一个人献身于正义，又一个人献身于美或真理。所有这些人都以某种方式献身于寻求我称之为“存在”（缩写为“B”）价值的东西，那种固有的终极的价值，不能再还原到任何更终极的东西。这些B价值大约有干四种，包括古人的真、善、美，还有圆满、单纯、全面，等等。这些B价值在本书第9章和我的另一部著作《宗教、价值和高峰体验》的附录中有过说明，它们是存在本身的价值。

超越性需要和超越性病状

这些B价值的存在给自我实现的结论增添了一整套的复杂性。这些B价值象需要一样在起作用。我称之为超越性需要。这一类需要的剥夺会酿成某些类型的病状，它们还没有得到适当的说

明，我可以称之为超越性病状——即灵魂病。例如，总是生活在说谎者中间因而不信赖任何人而形成的病态。正如我们需要咨询专家帮助以解决因为某些需要未能满足而产生的较简单的问题一样，我们也需要超咨询家帮助治疗因为某些超越性需要未能满足而产生的灵魂病。就某种可以说明和实证的方式说，人需要在美中而不是在丑中生活，正如他肚子饿了需要午餐或疲乏了需要休息一样。的确，我还要进一步说，这些B价值就是绝大多数人的生活意义，但许多人甚至不能认识到他们有这些超越性需要。咨询家的部分任务可能就在于使他们意识到他们自身中的这些需要，正如传统的心理分析家使患者意识到他们那些类似本能的基本需要一样。最终，某些专家或许会认为自己是哲学的或宗教的咨询家。

我们有些人试着帮助来咨询的人向自我实现的方向运动和成长。这些人往往都有许多价值问题。许多年轻人，他们本质上是非常好的人，尽管实际上他们往往象是调皮鬼。无论如何，我认为（纵然有时有各种行为证据），他们就第一流的意义说也是理想的。我认为，他们是在寻求价值，他们很想有什么东西作为献身的目标，作为热诚的追求，作为崇拜、景慕和热爱的对象。这些年轻人时刻都在进行选择：是前进还是后退？是离开还是趋向自我实现？咨询家或超咨询家能

告诉他们如何才能更充分地成为他们自己吗？

引向自我实现的行为

当一个人趋向自我实现时，他在做些什么呢？他在咬牙切齿地压榨他人吗？就实际的行为步骤看，自我实现意味着什么呢？下面谈一谈一个人趋向自我实现的八条途径。

第一，自我实现意味着充分地、活跃地、无我地体验生活，全神贯注，忘怀一切。它意味着不带有青春期自我意识的那种体验。在这一体验的时刻，个人完完全全成为一个人。这就是自我实现的时刻。这就是自我在实现自我时的一刹那。作为个人，我们都偶尔体验过这样的时刻。作为咨询家，我们能帮助求诊者较经常地得到这样的体验。我似熊攀励他们今身心地专注于某一件事，而忘记他们的伪装，拘谨却畏缩——彻底献身于这件事。从局外，我们能看出这是一荆卜赏美妙的对刻。在那些正在试图变成非常固执、世故和老练的青年人身上，我们能着到某些童年天真的恢复，当他们完全献身于某一时刻并充分体验着这一时刻时，他们的脸上能再现出纯洁无邪而义甜蜜的表情。作表这种体验的关键词是“无我”，而我们的青年人的毛病正出在太少无我而太多自我意识和自我觉知。

第二，让我们把生活设想为一系列选择过程，一次接着一次的选择。每次选择都有前进与倒退之分。可能有趋向防御、趋向安全、趋向畏缩的运动，但在另一面，也有成长的选择。做出成长的选择而不是畏缩的选择就是趋向自我实现的运动。一天做出多少次这样的选择也就有多少次趋向自我实现的运动。自我实现是一个连续进行的过程。它意味着每一次都要在说谎或诚实之间、在偷窃或不偷窃之间进行选择，意味着使每“次选择都成为成长的选择。这就是趋向自我实现的运动。

第三，谈论自我实现的意思是设想有一个自我要被实现出来。人不是一块白板，也不是一堆泥或代用粘土。人是某种已经存在的东西，至少是一种软骨的结构，至少是他的气质，他的生物化学平衡，等等。这里有一个自我，我过去曾说过“要倾听内在冲动的呼唤”，意思就是要让自我显现出来。我们大多数人在大多数时候（这特别适用于儿童和青年）不是倾听我们自己的呼声，而是倾听妈妈的、爸爸的教训，或教会的、长老的、权威的或传统的声音。

作为迈向自我实现的简单的第一步，我有时建议我的学生，当有人递给他们一杯酒并问他们味道如何时，他们应该试着以一种不同的方式作

答。首先，我建议他们不要看酒瓶上的商标，不要想从商标上得到任何暗示再考虑应该说好或不好。然后，我要他们闭上眼睛，“定一定神”。这时，他们就可以面向自身内部，避开外界的嘈杂干扰，用自己的舌头品一品酒味，并诉诸自己身内的“最高法庭”。这时，只有这时，他们才可以开始说：“我喜欢它”，或“我不喜欢它”。这和我们惯常得出的结论是不同的。最近在一次宴会上，我偶尔看到一瓶酒上的商标，并向女主人说她确实选到了一瓶非常好的苏格兰酒。接着我赶紧闭上了口。我说了些什么啊？我并不知道苏格兰酒如何。我所知道的都是广告上说的。我根本不知道这一瓶酒是好还是不好，可往往我们都会做出这种愚蠢的事。拒绝做这种蠢事是实现一个人的自我的连续过程的一部分。

第四，当有怀疑时，要诚实地说出来而不要隐瞒。“有怀疑”这一短语，在各种场合都能碰到，因此我们在此没有必要过多讨论有关交际手腕的问题。往往，当我们有怀疑时，我们是不诚实的。来咨询的人往往是不诚实的。他们在做戏，装模作样。他们并不是很容易就听从“要诚实”的劝告的。在许多问题上反躬自问都意味着承担责任。这本身就是迈向自我实现的大步。这种责任问题很少有人研究过。在我们的教科书中没有这一问题的地位，谁能研究白鼠的责任呢？

可是，在心理治疗中，步亥几乎是可以触摸到的一部分。在心理治疗中，你能看到它，感觉到它，能知道责任的分量。于是，对于责任是怎么回事便有了清楚的理解。这是重要的步骤之一。每次承担责任就是一次自我的实现。

第五，我们迄今所说的都是不带自我意识的体验，是做出成长选择而不是畏惧选择，是倾听冲动的声音，是成为诚实的和承担责任的人。所有这些都是在迈向自我实现的步骤，都确保着美好生活的选择，当每次选择时刻到来时能一一做到这些小事的人，将会发现这些经验合起来就能达到更好的选择，在素质上对他是正确的选择。他开始懂得他的命运是什么，谁将是他的妻子或她的丈夫，他一生的使命是什么。除非一个人敢于倾听他自己，他自己的自我，而且时时刻刻都能如此，并镇静自若地说“不，我不喜欢如此这般”，他就不能为自己的一生做出聪明的抉择。

艺术世界在我看来已被一小群舆论操纵者和风尚制造者所把持，对于这些人我是有疑虑的。这是我个人的判断，但它对于这样的一些人似乎是十分公平的，因为他们自认为有资格说：“你们要喜欢我所喜欢的，不然你们就是傻瓜。”而我们却告诉人们要倾听自己的志趣爱好。多数人不是这样的。当站在画廊里看一幅费解的彩画

时，你很少会听见有人说，“这幅画很费解。”不久前在布兰代斯大学举行过一次舞会——一次圣诞舞会，放电子音乐，录音带，人们、做一些“超现实的”和“颓废派”的事情。灯亮了，人人目瞪口呆，不知说什么好。在这种场合，大多数人会说几句俏皮话而不会说“我要想想这种事”。说老实话，这意味着敢于与众不同，宁愿不受欢迎，成为不随和的人。假如不能告诉来咨询的人，不论年长或年轻的，要准备自己不受人欢迎，这样的咨询家最好马上关门。要有勇气而不要怕这怕那，这是同一件事的另一种说法。

第六，自我实现不只是一种结局状态，而且是在任何时刻在任何程度上实现个人潜能的过程。例如，倘若你是一个聪明的人，自我实现就是通过学习变得更聪明。自我实现就是运用你的聪明才智。这并不是说要做一些遥远而不可及的事，而是说要实现一个人的可能性往往需要经历勤奋的、付出精力的准备阶段。自我实现可以是钢琴键盘上的手指锻炼。自我实现可以是努力做好你想要做的事。只想成为一个二流的医生，那还不是一条通向自我实现的正确途径。你应该要求自己成为第一流的，或要求竭尽你自己的所能。

第七，高峰体验是自我实现的暂短时刻。这

是一些心醉神迷的时刻。你只能象刘易斯所说的那样，“喜出望外”。但你能设置条件，使高峰体验更有可能出现，或者逆设条件弄得它较少可能出现。破除一个错觉，摆脱一个虚假的想法，知道自己不善于做什么，知道自己的潜能是什么——这些也是构成你实际上是什么的发现的一部分。

几乎每一个人都确实有过高峰体验，但并不是人人都能够认识到这一点。有些人把这些小的神秘体验丢弃了。帮助人们在这些微小入迷的时刻到来之时认识到它们是咨询家或超咨询家的任务之一。然而，一个人的心灵怎么可能在外没有任何东西可以作为交流手段——那里没有黑板——的情况下看到另一个人的隐秘心灵然后还要试着进行交流呢？我们不得不找出一种新的交流方式。我曾经试验过一种。在《宗教、价值和高峰体验》那本书的另一附录中以“狂喜的交流”为题做过说明。我认为这种类型的交流对于教育、咨询，对于帮助成年人竭尽所能地充分发展，也许要比我们看到教师利用黑板书写所进行的那种惯常的交流更为适合。假如我喜爱贝多芬并在倾听他的一曲四重奏中受到感动而你却什么也听不出来，我如何能使你去倾听呢？音乐是存在的，这很明显，但我听到美妙的旋律，你却无动于衷。你听到的仅仅是一些音符而已。我怎么能使

你听出美来呢？这是教育中更重要的问题，比教你学ABC或在黑板上证明数学题或指点一只蛙的解剖更重要。后面提到的这一类事情对于两个人都是外部的，你有教鞭，两个人能同时看一个目的物。这种类型的教学比较容易，另一种教育要困难得多，但那是咨询家工作的一部分。这就是超咨询。

第八，弄清一个人的底细，他是哪种人，他喜欢什么，不喜欢什么，什么对于他是好的，什么是不好的，他正走向何处，以及他的使命是什么——向一个人自身展示他自己——这意味着心理病理的揭露。这意味着对防御心理的识别。和识别后找到勇气放弃这种防御。这样做是痛苦的，因为防御是针对某些不愉快的事树立的。但放弃防御是值得的。如果说心理分析文献没有教给我们任何别的东西，至少已使我们懂得压抑并非解决问题的上策。

去圣化

让我说一说心理学教科书中没有提到过的一种防御机制，虽然这对于今天的某些青年人来说是一种非常重要的防御机制。这就是“去圣化”。这些青年人怀疑价值观念和美德的可能性。他们觉得自己在生活中是受骗了或受挫了。他们大多数人的父母就很糊涂，他们并不怎么尊敬他们的

父母。这些父母自己的价值观念就是混乱的，他们看到自己的孩子的行为仅仅限于吃惊而已，从来也不惩罚他们或阻止他们做坏事。于是，你便看到一种情况，这些年轻人简直是鄙视他们的长辈——往往确有充分的理由。这样的年轻人已经由此得出一个泛化的结论：他们不愿意听从任何大人的劝告，假如这位长辈说的话和他们从伪善者的口中听到的一样就更不愿听从了。他们曾听到他们的父辈谈论要诚实或勇敢或大胆，而他们又看到他们父辈的行为恰恰与此相反。

这些年轻人已经学会把人还原为具体的物，不看人可能成为什么，或不从人的象征价值看人，或不从恒久的意义看他或她。例如，我们的青少年已经使性“去圣化”。性无所谓，它是一件自然的事情。他们已把它弄得那么自然，使它已经在很多场合失去了它的诗意，这意味着它实际上已经失去了一切。自我实现意味着放弃这一防御机制并学会再圣化（resacralize）。①

①我不能不拼凑这些词。因为英语对于形容好人来说已经不适合了，英语缺乏表达某些美德的词汇。甚至本来很好的名词给弄污了——例如“爱”。

再圣化

再圣化的意思是，愿意再次从“永恒的方面”看一个人，象斯宾诺莎所说的那样，或在中世纪基督教的统一理解中看一个人，那就是说，能看到神圣的、永恒的、象征的意义。那就是以尊敬的态度看女性和以尊敬所包含的一切意义看待她，即使是看某一个别的妇女也一样。另一个例子：一个人到医科学学校去并解剖脑。如果这位医科学生没有敬畏之心而是缺乏统一理解，把脑仅仅看成一个具体的东西，那么肯定会有某些损失。对再圣化开放，一个人就会把脑也看作一个神圣的东西，看到它的象征价值，把它看作一种修辞的用法，从它的诗意一面看它。

再圣化往往意味着一大套过时的谈论——“非常古板”，年轻的孩子们会这样说。然而，对于咨询家，特别是对老年人提供劝告的咨询家（由于人到老年这些关于宗教和生活意义的哲学问题开始出现），这就成为帮助人趋向自我实现的最重要途径。年轻人可能说这是古板，逻辑实证论者可能说这是无意义的，但对于在这样的过程中来寻求我们帮助的人，这显然是非常有意而且非常重要的，我们最好是回答他，否则就不是在尽我们的责任。

综上所述，我们看到，自我实现不是某一伟大时刻的问题。并不是说，在星期四下午四时，

当号角吹响的时候，你就永远地、完完全全地步入万神殿了。自我实现是一个程度问题，是许多次微小进展一点一滴积累起来的。极常见的是，来咨询者倾向于等待某种灵感来临，使他们能够说，“在本星期四3时23分我成为自我实现的了！”能选为自我实现榜样的人，能符合自我实现标准的人，不过是从这些小路上走过来的：他们倾听自己的声音，他们承担责任，他们是忠诚的，而且，他们工作勤奋。他们深知他们是何许人，他们是什么，这不仅是依据他们一生的使命说的，而且也是依据他们日常的经验说的。例如，当他们穿一双如此这般的鞋子的时候，他们的脚就会受伤，以及他们是否喜欢吃茄子，或喝了太多的啤酒是否整夜不露面，等等。所有这一切都是真正的自我所含有的意思。他们发现了自己的生物学本性，先天的本性，那是不可逆转的或很难改变的。

治疗的态度

以上说的是人在趋向自我实现时的所作所为。那么，咨询家是何许人呢？他如何能帮助来求助的人朝着成长的方向运动呢？探求一个合适的模型。我曾用过“疗法”、“心理疗法”和“患者”等词。实际上，我厌恶这些词，我厌恶这些词所表达的医学模型，因为医学模型的意思是

说，来找咨询家的人是一个有病的人，受不适和疾患的烦扰，是来寻求治疗的。实际上，当然，我们希望咨询家是一位帮助促进人的自我实现的人，而不是一位帮助治好一种疾患的人。

帮助的模型也必须放弃，它也不那么合适。它使我们把咨询家设想为一位专家，他懂得一切并从他高高在上的特权地位走到下界可怜的蠢人丛中，这些蠢人什么也不懂而不得不以某种方式接受帮助。咨询家也不可能是一位教师，一位通常意义上的教师，因为教师的训练和擅长是“外在的学习”。而进入一个可能达到的最佳境界的成长过程却是“内在的学习”。

存在主义治疗家曾力求解决这一模型问题，我愿推荐布根塔的著作——《对真实的探求》，作为对这一问题的一种讨论。布根塔建议我们把咨询或治疗称为“ontogogy”，意思是试着帮助人成长到竭尽他们所能的高度。或许这比我曾建议的词更好些，我建议的词来自一位德国作者，它是“psychogogy”，意思是心灵教育。不论我们用哪一个词，我认为我们最终必然达到的概念都将是阿德勒很久很久以前就提出过的一个概念，即他所说的“哥哥”。哥哥是亲爱的承担责任的人，正如一位哥哥对他的年轻的幼小的弟弟所做的那样。自然，哥哥懂得的多些，他多活了几岁，但

他没有什么质的不同，也不是属于另一种推理的范畴。聪明而亲爱的哥哥试着促使弟弟进步，并试着使弟弟胜过自己，在弟弟自己的生活方式中得到更好的发展。看这和“教导无知者”的那种模型多么不同！

咨询关心的不是训练，也不是塑造或普通意义上的教导，不是告诉人应该做什么和如何做。也不从事宣传。它是一种“道家的”启示和启示后的帮助。“道家的”意味着不干预，“任其自然”。道学不是一种放任哲学或疏忽哲学，不是拒绝给予帮助或关怀。作为这一过程的一种模型，我们可以设想这样一位医师，如果他是一位不错的医师并且也是一个不错的人，他决不会梦想把自己的想法强加于患者或以任何方式进行宣传，或试图使一位患者模仿医师自己。

好的临床医师所做的是帮助求助者弄清并破除那些针对他自己的自我认识的防御机制，恢复他自己，理解他自己。理想的情况是，医师的那一相当抽象的参照系统，他曾读过的教科书，他曾上过的学校，他对世界的信念——这些都绝不要让患者觉察到。尊重这个“小弟弟”的内在本性、本质和精华所在，他会认识到，让他达到美好生活的最佳途径就是更充分地成为他自己。我们称为“有病”的人是那些尚未成为他们自己的

人，是针对人性树立起各式各样神经质的防御机制的人。正如对于玫瑰丛来说不论园丁是意大利人还是法国人或瑞典人都一样，对于那个小弟弟来说帮助他的人是如何学会帮助人的也无关紧要。帮助他的人必须给予的是某些和他的身分无关的服务，不论他是瑞典人，还是天主教徒；或伊斯兰教徒，或弗洛伊德的信徒，不论何许人都一样。

这些基本概念包容着、蕴含着、而且完全符合弗洛伊德的其他心理动力论体系的基本概念。是弗洛伊德的一项原理说明，自我的无意识面受到压抑而真实自我的发现就在于揭露这些无意识的方面。隐含的意思是相信真理能治病。学会破除自己的压抑、理解自己、倾听冲动的声音，揭示胜利的本性，达到真知、灼见和真理——这些就是所需要的一切。

劳伦斯·库比（64）不久前在“教育中被遗忘的人”这篇文章里提出一个观点，认为教育的一个根本目标就是帮助人成为一个人，尽他的可能成为一个完全符合人性的人。

特别是对于成人我们并不是无能为力的。我们已经有了一个开始；我们已经有了能力和才能，有了方向、使命和职业。现在的任务，假如我们认真看待这一模型，就在于帮助他们使他们

已经具有的更完善，使他们处在潜势的东西成为在事实上更充分、更真实、更现实的东西。

第二编 创造性

第四章 创造态度

一

我觉得，创造性概念和健康、自我实现、丰满人性等概念似乎越来越接近，最终也许会证明是一回事。

我似乎不得不做出的另一个结论（即使我对已有的事实不完全肯定）是：创造性的艺术教育，更确切地说，通过艺术进行的教育，它所以特别重要，与其说因为能造就艺术家或艺术作品，不如说能造就更好的人。假如我们对教育人的目的有明确的认识，假如我们希望我们的孩子能变成丰满的人，能逐步实现他们所具有的潜在能力，那么，就我所知，今天存在的唯一能有这种作用的一种教育就是艺术教育了。因此，我所以会想到通过艺术进行的教育，并不是因为艺术能产生美的图画，而是因为我认为艺术教育很有可能成为一切其他教育的范式。那就是说，假如我们认真对待并尽力去做，使艺术教育能达到我们某些人所期待的标准，而不是象现在那样被认为是十分脆弱和可有可无的东西，我们终将有

一天能依据这一范式教数学、阅读和写作。我这里所指的是一切教育问题。这就是我对于通过艺术进行教育感兴趣的原因——只因为它似乎是潜在的有效教育。

我对艺术教育、创造性、心理健康等等感兴趣的另一个原因，是我深感历史的发展出现了一个变化。我觉得我们正处在历史上和以往任何时刻都不相似的一点。现在生活比过去任何时候都快得多地运转着。请想一想，例如，各种事实、知识、技术、发明、工艺进步在发展速度方面的急剧增长吧。显然，这需要我们在对人的看法上、在对人和世界的关系的看法上有一个改变。说得更直截了当些，我们需要一种不同的人。我觉得我必须比二十年前更为认真地看待赫拉克利特、怀特海德、柏格森的那种观点，他们强调世界是一种流动，一种运动，一个过程，而不是一种静止的东西。假如是如此，今天显然要比1900或甚至1930年远更如此——那么我们就需要一种不同的人才能在一个永远不断变化而不是静止不动的世界上生活。对于教育事业我可以更进一步说：教授事实有什么用？事实多么快就变得过时啦！教授技术有什么用？技术也很快就过时啦！甚至工科大学也由于有这样的认识而弄得四分五裂。例如，麻省理工学院已不再把工程学仅作为一系列技艺来教授了，因为工程学教授过去所

学的几乎一切技艺现在都已经过时了。今天学习怎样制造马车鞭子是毫无价值的。我了解到，麻省理工学院某些教授所做的是放弃念过去的真经，宁愿尝试去创造一种崭新的人，他能随遇而安，能以变化为乐，能即席创造，能满怀自信、。力量和勇气对付他毫无思想准备时面临的情境。

今天甚至每一件事都在改变；国际法在变，政治在变，整个国际舞台在变。人们在联合国中彼此从不同的世纪出发讨论问题。某人依据十九世纪国际法发言，另一位依据某种完全不同的原则回答他，从一个不同的世界的不同的讲坛上发言。事情就是变得那么快。

回到我的题目上来。我所谈的是如何使我们自己转变为一种新人，他们不需要静化世界，不需要冻结它，使它稳定，他们不需要做他们前辈所做的事，他们能满怀信心地面对明天，虽然他们不知道什么将要降临，什么将会发生，但对自己有足够的信念，相信自己能在从未出现过的情境中即席演出自己的节目。这意味着一种新型的人。赫拉克利特型，你也许会这样说。能造就这种人的社会将生存下来；不能造就这种人的社会将灭亡。

你会注意到我十分强调即席演出和灵感，而

不是从已完成的艺术活动和伟大的创造活动这种有利地位出发去探讨创造性问题。实际上，我今天甚至不想从任何已完成的产物出发探讨这个问题。为什么如此？因为我们现在依据我们对创造过程和创造性个体的心理分析已经相当明确地意识到，我们必须在原发创造性和次级创造性之间进行区分。原发创造性或创造性的灵感阶段应该和灵感的发挥和发展区分开。这是因为后一阶段不仅强调创造性，而且在很大程度上还依赖单纯的艰苦作业，依赖艺术家的日常训练，他或许要花费半生的时间学习使用工具，学习技巧，熟悉素材，直到他终于有了足够的准备，能够充分表达他的所见。我敢肯定，许许多多人在夜半醒来时有灵感的闪现，这灵感告诉他们有某一小说他们想写，或有某一剧本，一首诗词，或不论什么他们想做的事等待着他们去做，而这些灵感的大多数从未达到过任何成就。灵感是多得很的。在灵感和最终产品之间的差别，例如，在灵感和托尔斯泰的《战争与和平》之间的差别，是极庞大的艰苦作业，极大量的训练，极大量的修养，极大量的指功、实践和重复，以及第一稿的推倒了重来等等。那么，第二类创造性所需要的美德，和产生实际成品、伟大绘画、伟大小说、桥梁、新发明等等相连结的美德，这些美德对于其他德性——顽强、耐性和艰苦作业等等——的依

赖程度也象对于人格的创造性的依赖一样。因此，为了保持论述范围的纯净，你也许会说，我必须集中注意于这一最初灵感闪现时的即席创作，并暂时不去考虑它会变成什么，尽管我们承认它们当中很多都会夭折。部分地因为这个原故，要研究创造性的这一灵感阶段，需要以幼童作为一部分最好的被试，他们的发明才能和创造性大都不能依据产品做出说明。当一个小男孩自己发现十进位制时，这可能是一个灵感的高峰，一个创造的高峰，我们绝不能因为某一先验的定义说创造性应该有社会效用，或它应该是新颖的，或应该是前人从未想到过的，等等，就把它——这一创造的高峰撤在一边。

因为同样的原故，我已决定不再把科学的创造性当作一种范式，而宁愿利用别的例子。现在进行的许多研究都是有关科学家的创造的，他们已证明自己是具有创造力的，是诺贝尔奖金获得者，大发明家，等等。难题在于，假如你熟悉很多科学家，你很快就会知道这个标准有些不对头，因为科学家作为一群人通常并不如你期望的那样有创造力。这也包括那些曾经做出过发现和确实有过创造的人，那些发表过著述、促进了人类知识发展的人。实际上，这并不很难理解。这一发现与其说能使我们对创造的性质有所认识，不如说它仅仅说明了一些有关科学性质的问题。

假如我想说得俏皮些，我甚至要说科学是一种技术，利用它，没有创造力的人也能创造。这绝不是取笑科学家。我觉得，这是一种奇妙的事物，能迫使缺乏创见的人为伟大的事业服务，尽管他们自己不是大人物。科学是一种技术，是社会化和制度化的，以致并不聪明的人掌握了它也能在知识的进步中起点作用。这是我对它所说的尽可能极端和激烈的评语。由于任何一位科学家都不能脱离历史的怀抱，都只能站在很多前人的肩膀上，成为一个大型篮球队的一员，成为一大群人中的一员，因此他自己的缺陷可能显露不出来了。他变得值得尊崇，值得大受敬重了，因为他参与了一项伟大而值得敬重的事业。因此，当他发现了什么的时候，我知道这不过是一种社会制度的产物，一种协作的产物。即使他没有发现它，某一别人也会很快做出这一发现。因此，我觉得，选择我们的科学家，尽管他们有过创造，仍不能作为研究创造理论的最好办法。

我还相信，除非我们认识到几乎所有我们一直在使用的创造性定义和我们所使用的大多数创造性例证基本上都是男子的或男性的定义和男子的或男性的产品，我们就不能说是在彻底地研究创造性。我们几乎完全没有考虑到妇女的创造性，仅仅因为那种简单语义学的方法只把男子的产品说成是有创造性的而完全忽视了妇女的创造

性。我近来已经懂得（通过我对高峰体验的研究）应该注意把妇女和女性创造性作为一个很好的研究领域，因为它较少涉及产品，较少涉及成就，较多涉及过程本身，涉及进行中的过程而不是明显胜利和成功的峰巅。

这是我要谈论时问题的背景。

二

我现在想解开的谜是我的观察提出的：为什么有创造力的人，在创造激情的灵感阶段，会丢掉过去，不思未来，而仅仅生活在现时之中？他付出了一切，深深迷恋并全神贯注于现在，沉酒于当前，一时一刻也不离开眼下的问题。或者让我引用阿什顿-沃尔纳的《老处女》中一句完美的话来形容这种情境。那位教师倾心于教授她的学童阅读的新方法，说：“我完全沉迷于现在了。”

变得“沉迷于现在”的这种能力，对于任何一种创造性似乎都是一种绝对必要的条件。但创造性——不论在任何领域——中的某些先决条件也在一定程度上和这种变得无时间，无自我，置身于空间、社会、历史之外的能力有关系。

事情开始变得非常明显了，这种现象已成为神秘经验的一种冲淡的、世俗化的、常见的变

式，它那么经常地被描绘过，已变成赫胥黎所说的常存的哲学。在各种文化中，在各个时代，它染上了多少不同的颜色，而它的实质总是能认出的——那是同样的。

它总是被描绘为自我的丧失，或有时，自我的超越。有一种和被观察的“实在”的融合（和眼前的问题的融合，我应说得更中性些），在两重性存在的地方成为浑一性，一种自我和非我的结合。普遍的说法是有一种对隐蔽真理的察见，一种严格意义上的启示，一种面纱的脱落，而最后，几乎总是如此——全部的经历被体验为幸福，心醉，欣喜若狂，兴奋昂扬。

这一震撼人心的体验会经常被认为是超越人的，超越自然的，比任何可以设想是人间事物要伟大得多以至它只能归因于超越人类的来源，那是不奇怪的。这样的“启示”往往用来作为各式各样的“天启”宗教的基础，有时是唯一的基础。

但现在，甚至这一在所有体验中最非凡的体验也已经被列入人类经验和认识的范围。我对我称为高峰体验的研究（88,89），和拉斯基对她称为心醉神迷状态的研究（66），完全是不谋而合地做出的，都证明这些体验是十分自然的，很容易调查的，而且，和我这里所说的问题直接有关的是，它们能向我们说明许多有关创造性的问题，

正如也能说明人在充分发挥作用时的其他方面一样，例如，当他们在最充分地认识自己时，最成熟和最展开时，最健康时，总之一句话，人性最丰满时。

高峰体验的一个主要特征正是这种对眼前问题的完全着迷，这种沉湎于现在，超脱于时空。我现在又觉得，这些高峰体验研究使我们懂得的道理也能十分直接地迁移到对此时此地的经验、对创造态度的丰富理解。

我们不必把我们自己限制在这些不平常而又相当极端的体验中，尽管现在似乎已很清楚，几乎所有的人都能报告出现过狂喜的时刻，只要他们进行了足够的深刻回忆而我们访谈的情况又很适当。我们还能提及高峰体验最简单的变式——入迷，集中注意，或沉酒于任何事物只要它十分有意思足以完全吸引我们的注意。我不仅是指伟大的交响乐或悲剧；这样的效果也能由一场扣人心弦的电影或侦探故事或仅仅变得专心于自己的工作来完成。从我们都有过的这样普遍和熟悉的体验开始谈起是有好处的，因为这样我们能得到一种直接的感受或直觉或移情，也就是能得到一种直接经验的知识，关于思想家“高级”体验的朴素变式的知识。起码我们能避免那种时髦的、飘浮在高空的，含有隐喻而极端晦涩的词汇，那在

这一领域是很常见的。

那么，什么是这些时刻中发生的事情呢？！放弃过去。观察当前问题的最好办法是把你得到的一切都摊开，研究它和它的性质，认识它的内部所固有的相互关系，发现（而不是发明）问题自身内部对问题的答案。这也是鉴赏一幅画或在治疗中倾听一位患者的最好方法。

另一种办法仅仅限于翻腾过去的经验，过去的习惯，过去的知识，找出当前情境在那些方面和过去某种情境类似，即，对问题进行归类，然后把一度对于过去类似问题有效的解决办法用于现在。这就象一位档案文书的工作。我曾称之为“成规化”（95）。只要现在是象过去，这种方法也确实有效。

但显然，只要眼前的问题和过去不同，这种办法就不起作用。这时档案文书法不灵了。他面对一幅不熟悉的画，匆匆回溯他的艺术史知识，想忆起他的假想反应是怎样的。这时他自然很少注视那幅画。他所需要的只是名称或风格或内容以便他能做出迅速的推算。于是他欣赏它，如果他假想过去也欣赏，或他不欣赏它，如果他假想过去不欣赏。

在这样的人中，过去是一个无生气的、未经

消化的异物，是一个他随身携带着的东西。但它还不是他本身。

更准确地说，只有当过去已经再造了人，已经被现在的人吸收时，它才是积极的、活跃的。它不是或不应该是他身外的什么东西，和他相异的某物。它现在已经变成人（已经失去它自身作为另一种不同物的特性），正如过去我吃的牛排现在是我而不是牛排一样。消化了的过去（经过吸收而同化）和未经消化的过去是不同的。那是莱温所说的“无历史的过去”。

放弃未来。往往我们利用现在不是为了现在而是为了准备应付未来。请想一想，我们在一次谈话中多么经常地假装倾听对方的样子而实际上在暗中准备我们自己要说的话，排练着，计划着也许是一场反击。请想一想，就在现在假如你得知你要在五分钟内对我的意见做出评论，你的态度会是怎样的不同。要成为一个好的、充分的谛听者将是多么困难啊！

假如我们是在充分地谛听，充分地观察，我们就会放弃这种“为未来进行准备”。我们不会把现在仅仅作为达到未来某一目的的一种手段（这样做就贬低了现在）。很明显，这种忘记未来的态度是充分关注现在的先决条件。同样明显的是，“忘记”未来的一个好办法是不担心未来。

自然，这只是“未来”概念的一种含义。我们自身内部的未来，我们现在自我的一部分，完全是另一回事（89,PP?14-15）。

单纯。这也就是一种认识和行动的“单纯”。这一类的品质常被认为只有很高创造性的人才有。他们被描绘为裸露在情境中，无矫饰的，没有先验的期望，没有“应该”或“必须”，没有风尚、时尚、教条、习惯、或其他先入的画面认为什么是正当的、正常的、“正确的”等等，随时准备接受发生的任何情况而毫不惊讶，震动，毫不恼怒或拒绝。

儿童更有能力以这种无所求的方式承受一切。聪明的老年人也如此。现在，当我们变成“此时此地”时，我们所有的人也都能在这样的方式中成为更单纯的。

意识的收缩。我们现在变得很少意识到除（较少可能分心的）眼前问题以外的任何事物。这里非常重要是我们减少了对他人的觉察，对他人对我们的约束和我们对他人的约束的觉察，对义务、责任、恐惧、希望等等的觉察。我们变得更多地脱离了他人，这又意味着我们更多地成为我们自己，成为我们真实的自我（霍尼的用语），成为我们真诚的自我，我们真正的本性。其所以如此，是因为我们脱离我们真实自我的根

源在于我们和他人的神经症牵连，那是来自童年期的历史遗留物，是荒谬的移情。在这种牵连中，过去和现在混淆不清，成年人仍象孩子般地动作。（顺便地说，孩子象孩子般地动作是完全正确的。他对他人的依赖可以是非常真实的。但是，毕竟他会长大而不再需要依赖他人。害怕爸爸要说什么或做什么肯定是不必要了，因为爸爸早已入土了。）

一句话，在这样的时刻，我们变得更能摆脱他人的影响。因此，虽然这些影响曾经波及我们的行为，它们现在已不再起作用了。

这意味着摘除面具，中止我们影响他人的努力，中止引人注目，讨好他人，成为可爱的，赢得赞许。可以这样说：假如我们没有观众，我们就不再当演员。没有必要去表演，我们将能忘我地献身于解决问题。

我的丧失：忘我，自我意识的丧失。当你完全沉滴于非我中时，你会变得较少意识到你自己，较少自我觉知。你较少可能象一位旁观者或一位批评家那样观察你自己。用心理动力学的语言说，你变得比平常较少分裂了，不是分裂为一个自我观察的我和一个体验的我，而是更接近于成为全身心体验的我。（你会失去少年的羞怯和忸怩，不再有被人观察的难堪意识，等等。）这

又意味着更一致，更浑一，和人的更高整合。

它还表示对体验少批评，少编删，少评价，少选择和排斥，少判断和衡量，少分割和分析。

这种忘我是发现一个人的真正本性的途径之一，是发现他的真实自我，他的真诚性质，他的深刻性质的途径之一。它几乎总是给人以愉快和合意的感受。我们无须走得太远，象佛教徒和东方思想家那样谈论“万恶的我”，但在他们的说法中确实有某些道理。

（自我的）意识的抑制力量。在某种意义上，意识（特别是自我意识）在某些时候能以某种方式起抑制作用。它有时是怀疑、冲突、恐惧等等的所在地。它有时是自发性和表现性的抑制者（但观察的我对于治疗是必需的）。

但这样说也是正确的，即某种自我觉察、自我观察、自我批评——即自我观察的我——对于“次级创造”也是必需的。用心理治疗为例，自我改善的工作在一定程度上是对一个人曾容许进入意识的体验进行批评的结果。精神分裂的人有许多顿悟体验，但不能在治疗上利用这些体验，因为他们太多“总体体验”而缺少“自我观察和批评”。在创造性的工作中，同样，需要训练有素的建设劳动接替“灵感”的阶段。

畏惧消失。这表示我们的畏惧和焦虑也会消失。我们的抑郁、冲突、矛盾心理，我们的烦恼，我们的问题，甚至我们肉体的痛苦也一样。甚至——暂时地——我们的精神病和神经症也会消失（假如它们不那么严重，不妨碍我们对眼前问题变得深感兴趣并沉溺其间）。

在这样的时刻，我们是勇敢而自信的，无畏惧，无焦虑，无神经症，无疾病的。

防御和抑制的减轻。我们的抑制也会消失。我们的戒备，我们的（弗洛伊德所说的）防御，和对我们冲动的控制（刹车）以及对危险和威胁的防御也一样。

力量和勇气。创造态度既需要勇气又需要力量。大多数对有创造性的人的研究曾报告有一种或另一种勇气的变式：顽强，独立，自足，一种傲气，性格的力量，自我的力量，等等，受欢迎变成较次要的考虑。畏惧和软弱逐出创造性或至少使它较少可能出现。

我觉得创造性的这一方面似乎变得有些更好理解了，只要我们把它看作此时此地忘记自己和忘记他人这一综合特征的一部分。这样一种状态在本质上意味着较少畏惧，较少抑制，不需要防御和自我保护，较少戒备，不需要矫饰，不怕嘲

笑、羞辱和失败。所有这些特征都是忘记自己和忘记观众的一部分。“专心”逐出畏惧。

或者我们能以一种更肯定的方式说，变得更有勇气使一个人自己更容易受到神秘、不熟悉、新颖、分歧与矛盾、不寻常与出乎意料等等事物的吸引，而不是变得多疑，顾虑重重，戒备森严，或不得不使用减轻焦虑和防御的手段。

接受：肯定的态度。在沉浸于此时此地和忘我的时刻，我们又很容易在另一种方式中变得较多“肯定”而较少否定，即，我们倾向于放弃批评（编删，挑拣和选择，改正，怀疑态度，改善，质疑，拒绝，判断，评价）。这似乎是说，我们接受了。我们不拒绝，或不非难，或不进行有选择地挑挑拣拣。不阻拦眼前问题也就是让它流进来冲击我们。让它显露出它的意愿。让它走自己的路。让它成为它自己。也许我们甚至能赞同它的本来面目。

这样做，更容易在谦虚、不干预，承受的意义上成为道家式的人。

信赖同考验、控制、力争相对立。以上所说的一切包含一种对自己和对世界的信赖态度，它容许暂时放弃紧张和努力，意志力和控制，有意识的对付和尝试。容许自己被眼前问题的固有性

质所决定，此时此地必然含有松弛、等待和接纳。试图统治、支配和控制的通常努力和一种与材料的真正妥协或真正领悟材料（或问题，或人，等等）是对立的。特别是涉及未来的问题更是如此。我们必须信赖我们面对未来新事物时即席应对的能力。这样说，我们能看得更清楚，信赖包含自信、勇气、对世界无所畏惧。也很清楚的是，这种对我们自己面对未知未来的信赖是一个条件，使我们能完全地、赤裸裸地、全心全意地转向现在。（有些临床的例子可能有助于说明问题。分娩，小便，大便，睡眠，在水中漂浮，性顺从都说明，紧张、力争、控制不得不让位于松弛、信赖、相信应该让事情顺其自然。）道家的承受。道家的学说和承受两者的含义都很丰富，这些含义都很重要，但也相当复杂，除非用修辞手段很难说清楚。道家对于随之出现的创造态度有过一些精微的说明，许多讨论创造性的作者曾一再转述过，有时这样解释，有时又那样说。但每一个人都同意，在创造性的始发或灵感阶段，某种程度的承受或不干预或“任其自然”在叙述上是有特征可寻的，在理论上和动力学上也是必要的。我们现在的的问题是：这种承受或“任随事物发生”和此时此地的沉酒与忘我有怎样的关联？

首先，用艺术家对他的材料的尊重作为一个

范式，我们可以说这种对眼前问题的尊重态度是一种谦恭和敬意（没有任何进行控制的想法侵扰），类似于“认真地对待它”。这等于把它作为一种目的，作为某物自身看待，承认它有自身的权利，而不是作为达到它以外的某种目的的手段，作为达到某一外部的目标的工具。我们对于它的存在的这种尊重态度含有它是值得尊重的意思。

这种谦恭或敬意也可以同等地用于对待问题，对待材料，对待情境，或对待人。这种态度有一位作者曾称之为遵从（顺从，服从）事实的权威，遵从情境的规律。我能更进一步，从仅仅容许“它”作为它自己到一种亲爱的、关怀的、赞许的、欢欣的渴望，就象对自己的孩子或爱人或树木或诗词或玩赏动物那样，渴望它作为它自己那样的存在。

这样的态度对于观察或理解眼前问题的全部具体的丰富内容是先定的需要，有助于理解它自己的性质和它自己的样式，无须我们的帮助。无须把我们自己强加于它，就象我们要倾听另一个人低声耳语时必须默不作声安静下来一样。

这种对于他人或物的存在的认知（存在认知）在第九章中有充分的说明（并参看85、89）。

存在认知者的整合（与分裂相对）。创造活动倾向于成为整个人的活动（通常如此），他这时是最整合的，统一的，一体化的，一个指向的，全部组织在为迷人的眼前问题的服务中。创造性因此是系统化；是整个人的整体（或格式塔）质；它不是象一层油彩那样涂在机体上或象细菌的侵入那样。它是分裂的对立面。此时此地的完整是较少分裂而较多一致的。

容许探究始发过程。人的整合过程的一部分是无意识、前意识、特别是始发过程的恢复（或诗的、隐喻的、神秘的、原始的、古代的、儿童般的东西的再现）。

我们有意识的理智是太极端地分析性的了，太理性，太数量化，太原子论，太概念化了，因此，它丢掉了大量的现实，特别是不能领会我们自身内部的现实。

审美的观察而不是抽象。抽象活动是较主动和较多干预的（较少道学的）；比审美态度较多选择和拒绝。审美是品味、享受、欣赏、关切，它的方式是不干预、不侵扰、不控制。

抽象的终端产物是数学方程，化学公式，地图，图解，蓝图，草图，概念，抽取的轮廓，模式，理论体系，所有这些都离开原始的现实越来越

越远（“地图不是领土沙”）。审美观察的、非抽象观察的终端产物是知觉的总存货清单，其中的每一件东西都很容易受到同等的品味，其中重要性高低的评价是不受重视的。在这里寻求的是知觉印象的更加丰富多采，而不是更多的简化和节略化。

对于许多糊涂的科学家和哲学家，方程式、概念、或蓝图已经变得比现象学的现实自身更真实了。幸亏现在我们已能理解，具体的东西和抽象的东西是相互影响和相互补充的，不再有必要贬低其中的一个或另一个。就当前的情况说，我们这些西方的知识界人士最好纠正一下现在的天平，强调一下具体的、审美的、现象学的、非抽象的方面，认识到现象的一切方面和细节，现实的全部丰富内容，包括它的无用部分，因为我们在我们对现实的描绘中曾过于着重了抽象的方面。

最丰满的自发。假如我们完全集中注意眼前的问题，由于它本身的原故而对它入迷，心中不再有其他的目标或目的，我们便更容易成为充分自发的，充分发挥作用的，任我们的能量从内部自如地流出，自动地流出，无须努力，无须自觉的意志或控制，就象一种本能一样，自动地、无思想地作用着；即，达到最丰满的、最少障碍

的、最有组织的活动。

它们的有组织状态和对眼前问题的适合的一个主要决定因素于是很有可能就是眼前问题的固有性质。我们的能力于是最完善、最迅速、最不费力地适应于情绪，当情境改变时能灵活地改变，就象一位画家继续不断地使自己适应他的发展着的绘画的要求，象一位摔跤运动员使自己适应他的对手，象一对舞伴娴熟地相互配合；象水流入缝隙和洼地。

（对独特性）最充分的表达。充分自发是忠实表现自由活动的机体及其独特性与风格的一个保证。两个词——自发和表现，都含有忠实、自然、真实、无矫饰、非模拟等等的意思，因为它们也含有非工具性行为的意思，没有有意的“尝试”，没有费力的争取或紧张，对于冲动之流和深刻人格的自由“幅射”表现为不加干预。

现在仅有的决定因素只剩下眼前问题的固有性质和人的固有性质，以及两者之间起伏波动相互适应的根本需要，需要形成一种融合，一个单元，例如，一支优秀的篮球队，一场弦乐四重奏。这一融合情境以外的任何东西都是无关的。这不是一种达到任何外部目的的手段；它自身即目的。

人与世界的融合。我们已盘旋上升到人与世界融合的高度，它常常是创造性中一个可观察的事实，而现在我们可以有理由认为又是一个必不可少的先决条件。我想，这一我曾拆开并讨论的相互关系网络能帮助我们更好地理解，这种融合是一个自然的事件，而不是什么神奇奥秘的东西。我想，假如我们把它理解为一种同型现象，一种相互影响的铸型，一种越来越密切的相合或互补，一种融化为一体，它甚至是可以科学方法进行研究的。

这曾有助于我理解河库塞所说的话：“假如你想画一只鸟，你必须变成一只鸟。”

第五章创造性——整体论的研究

我曾深感兴趣地对创造性领域今天的研究情况和二十五年前的情况进行了比较。首先我想说，积累的资料总数——纯粹研究著述的数量——已远远超过了任何人可能有的合理期望。

我的第二个印象是，和方法、精巧测验技术以及纯信息量的大量积累比较，这一领域中的理论进展不大。我想提出理论的问题，即，有关这一研究领域中的概念化方面有些什么问题使我不安，并说明这些使我不安的概念化问题的不良后果。

我想，最重要的问题我愿在此说明的是我的一个印象，创造性领域中的思考和研究大都太原子论、太特殊了，而不是象它能够成为和应该成为的那样整体论的、机体论的或系统论的研究。当然我在这里并不想进行任何愚蠢的二歧或极化的争论。我不想表示对整体论的任何虔诚或对解析或原子论的任何敌意。对于我，问题在于如何使它们达到最佳整合，而不是在它们之间进行抉择。避免这样的两边抉择的一个途径是利用皮尔逊的旧分辨法，他曾在一般因素（G）和特定或特殊因素（S）之间进行区分，两者都进入了不仅是智力而且是创造力的构成里。

当我阅读创造问题的文献时，我深感这一问题和精神病学的健康或心理学的健康之间有非常关键、非常深刻、非常重要和非常明显的关系，但它却没有二波作为建立理论的一个基础。例如，在以心理治疗为一方、以创造性为另一方的两类研究中，我们可以说这当中很少有什么联系，，我的一个研究生，理查德·克来格曾发表过一项我认为是非常重要的证明材料，说明确实存在着这样一种关系（26）。托兰斯的著作《主要的创造才能》（147）中曾以表格形式列出全部已证明和创造性有相关关系的人格特征，这是我们大家都有深刻印象的。也许有三十个或更多的特征他认为是充分有效的。克来格所做的是把这

些特征记录在一栏中，然后在相对应的另一栏中列出那些我曾用于描述自我实现者的特征（95）（这些特征和许多其他人用于描述心理健康的项目有相当多的交迭，例如，罗杰斯的“充分发挥作用的人”，或荣格的“个性化的人”，或弗洛姆的“自主的人”，等等）。

交迭几乎是全面的。在三十或四十个项目的表单中有二或三个特征没有用来描述心理上健康的人，但也只是中性的。没有一个特征是属于对立的方向的，结果是，让我们大致地说，近于四十或也许是三十七、八个特征和心理健康的特征是相同的——它们补充了心理健康或自我实现的综合特征。

我引述这篇文章作为讨论的起点，因为我的极坚强的信念（早在很久以前就有的）是：创造性的问题就是有创造力的人的问题（而不是创造产物、创造行为等等的问题）。换句话说，他是一种特定的或特殊的人，而不只是一种老式的、平常的人，现在获得了一些外部的东西，现在学会了一种新的技巧如溜冰，或积累了更多的一些经验，它们虽然属于他“所有”，但并非他所固有，并非他的基本性质。

假如你认为那种人，那种有创造力的人，才是问题的本质，那么你面临的问题就成为人性转

变、性格改变、整个人的充分发展的的问题。这又必然把我们带入世界观的问题中，带入人生哲学、生活方式、伦理准则、社会价值等等问题中。这和那种特别的、因果的、压缩的、原子的理论概念，研究和训练，形成了尖锐的和直接的对照，这一类说法我常常听到，例如：“创造力的起因是什么？”“我们能够做的最重要的、独一无二的事是什么？”“我们是不是应该在课程表上添上一门三学分的创造性课程？”我甚至料想很快就会有人问：“它定位在哪里？”或试图插入电极促动它或抑制它。在我和研究与发展中心的人商榷工业问题时，我也得到强烈的印象，发现他们总是寻求有什么秘密的按钮能发动创造性，象开关电灯那样。

怎样才能得到有创造力的人呢？我的看法是：可能有成百和几乎成千的创造力决定因素。任何有助于人向更大心理健康或更丰满人性运动的事物都等于是正在改变着整个人。这一更人性、更健康的人能产生和能发射出作为副现象，成打、成百、和成百万各种不同的行动、经验、观察、传达、教导、工作等等，这种种不同的行为都将是更有“创造性”的。他那时将简直是另一种人，这种人会在各方面以一种不同的方式行动。于是，作为一种替代，替代那独一无二的、或将特定地产生更多特定的创造性的按钮或机关或三

学分的课程，这一更整体论、更机体论的观点将提出更有可能得出答案的问题：“为什么不应该是每一门课程都有助于培养创造性？”当然，这种对人的教育应该有助于创造一种更佳类型的人，能促使一个人长得更大、更高、更聪明，更有理解力（更敏感）——附带地，也自然会使他在生活的各个方面更有创造性。

我向你们仅提供一个突然在我头脑中出现的例子。我的一位同事，狄克·琼斯，写过一篇博士论文，我认为从哲学观点看是极其重要的，但它并未受到足够的重视。他所做的是对高中高年级生进行一种团体治疗，并在年终时发现种族偏见下降了，尽管一整年他都严守自己订立的规约避免提到这一类词句。偏见不是按一下按钮就能创造的。你无须训练人染上偏见，你也不能真正直接地训练他们“消除偏见”。我们曾经试验过，没有很好的效果。但偏见的消除象火花一样从轮盘上飞出，作为变成一个更好的人的副现象、副产品而实现，不论是由于心理治疗或由于任何其他能改善人的影响。

大约二十五年前，我曾对创造性进籽过调查研究，我的方法和传统的科学（原子论的）方法非常不同。我不得不发明整体论的交谈法。我试图一个人又一个人地去了解，尽我的可能进行深

入、深刻、充分的了解，直到我觉得对于他们作为一个整体的人（作为独特的、个别的人）有了真正的理解。这好象我是在获取整个生活和整个人的非常充分的历史材料而不怀有特定的课题或问题，就是说，不是抽取这个人的某一方面而不涉及另一方面，而是在进行个案研究。

但正因如此才能成为法则研究，才能再问特定的问题，进行简单的统计，达到一般的结论。你能把每一个人都看作一个无穷大，而多个无穷大可以相加，百分数可以求出，正如超穷数也能运算。

你一旦以这种方式对于人的样本有了深刻、深入和个别的了解，某些在典型传统实验中不可能的操作就变成可能的了。我有一个大约包括120人的被试者名单，对他们每一个人我都花去了大量的时间仅仅用于对他们进行一般的了解。这样做以后，我能再提出某一问题，回溯我的资料并得出答案，即使所有120人都死了也能得出答案。这和就某一单独的问题所做的特定实验形成对照，在这种实验中将变动某一变量而所有其他变量假定“保持不变”（尽管我们自然都非常清楚，有成千的变量在经典的实验范式中只能假定受到控制而不是实际受到控制，更不用说保持不变了）。

假如允许我直率地提出质疑，我要说我坚信，因果方式的思维虽然在非生命世界相当起作用而且我们已经学会利用它解决人的问题并多多少少取得了一些成功，但作为一种普遍的科学哲学已经死去了。我们绝不能再这样做，因为它只能引导我们进入特定的思维，即关于某一原因引起某一后果和某一要素产生某一要素的思维，而不是使我们对那种不系统的和机体的改变保持敏感，对执种改迹，我曾试图说明，耸中任何单一的刺激据设想都将会改变整个机体，而改变的机体又会引起生活一切部分的行为改变（这也适用于社会组织，不论大和小）。

例如，假定你想到身体健康，又假定你问“你是怎样使人的牙齿好些的？”“你是怎样使他们的脚好些的？”或他们的肾、眼睛、头发等等，任何一位医生就会告诉你，最好的办法是改善一般系统的健康。就是说，你要改善一般因素（G）。假如你能改善饮食和生活方式等等，那么这些办法将能一举改善他们的牙齿、肾脏、头发、肝脏、肠子，以及其他任何器官，即整个系统都得到改善。同样地，一般的创造性，按照整体论的看法，也是从整个系统中发出的，一般地改善的。而且，任何能产生更有创造力的人的因素也能使人成为一位更好的父亲，或更好的老师，或更好的公民，或一位更好的舞蹈家，或一

位更好的什么人，至少达到和G因素的增强相应的程度。当然，接着还要有特定的（S）因素与此相加，才能把好的舞蹈家或好的作曲家和好的父亲区分开。

葛洛克和斯塔克写过一本讨论宗教社会学的好书（38），我愿推荐作为一种对这一类型原子论的和特定的思维的相当高明而又合格的描绘。特定思想家，S-R（刺激-反应）思想家，因果思想家，“-因到-果”的思想家正在步入一个新的领域，这两位作者就是这样做的。首先，他们当然觉得必须给宗教下定义，当然，他们不得不下定义说宗教是纯粹的、分立的，说它不是任何别的什么，进而把它孤立起来，和其他每一事物分割开。然后开始用亚里士多德的逻辑“A”和“非A”绕来绕去。“A”是所有的“A”，不是“A”以外的任何东西。它是纯粹的“A”；而“非A”是纯粹的其他事物，因此两者没有交迭，没有融合，没有结合，没有熔接，等等。原有的可能性（一切有深刻宗教思想的人都非常认真看待的）——认为宗教态度能成为任何行为的一个方面或一个特征——的确是一切行为的特征之一——在这本书的第一页上便消失了。这使他们能够继续前进并陷入一种绝对的、全盘的混乱，我从未见过的一种美丽的混乱。他们钻进了死胡同，停留在那里，使宗教行为和所有其他行为完全分开，以致他们全书所

讨论的都是外部行为，去教堂或不去教堂，节约或不节约小片的木料，对某件事或另一件事表示或不表示敬意，这样便把我称之为小“r”（宗教一词英文的第一个字母）的宗教完全排除在全书以外，小“r”宗教指那些有深刻宗教思想而又可能和宗教机构、超自然现象、偶像崇拜无关的人的宗教态度和情感、情绪等。这是原子论思维的一例，我还有许多其他的例子。在任何生活部门中，一个人都能进行原子论思维。

我们也能以同样的方式解释创造性，只要我们能那样做。我们能把创造性弄成一种主日行为，它出现在一间特定的室内，一座特别的建筑物中，比如在一个教室里，并出现在某一特定的时间，如星期四。它只有在那间室内和那个时间内而不是在任何别的时间和地点才是创造性而不是别的什么东西。而且只有某些领域和创造性有关，如绘画、作曲、写作，而不是烹调或驾驶出租汽车或做管工。但我愿再次提出，创造性是几乎任何行为都有的一个方面，不论是感知的，态度的，或情绪的，意动的，认知的，或表现的。我想，假如你以这样的方式研究它，你将能提出各式各样有趣的问题，这些问题，如果你以另一种两歧化的方式研究创造性，将不会出现。

这有点象你学跳舞时可能采取的不同方式。

大多数人在一个特定的社会中都要经过亚瑟摩雷学校的训练，先出左脚然后迈右脚走三步，这样一点一点地你经历了大量外部的、有意的运动。但我想我们都会同意，我甚至可以说我们都知道，有助于学会跳舞的心理疗法就在于使你懂得有成千的效果其中很可能就有很好的舞蹈动作，就是说，要更自由地跳，更优雅、不拘束、不抑制、不自觉、不渴求，等等。同样地，我想，好的成功的心理治疗（而我们都知也有大量蹩脚的心理治疗）在我的经验里也能增进一个人的创造性而无须你有意去培养，甚至无须你提及这个词。我还可以提出我的一个学生所写的一篇论文，它发掘出一些完全出于意料的事情。它的开端是关于生孩子的高峰体验，来自母性的欢乐等等。但它接下去转了话题，因为谭泽夫人（145）曾发现，当生孩子是良好或伟大体验的时候，会有各式各样其他奇妙的改变发生。那时，许多事情在那位妇女的一生中都将改变。它可能有宗教转变体验的一些味道，或有类似伟大启蒙的效果，或类似伟大成功的体验，它强烈地改变了那位妇女的自我意象，因而也改变了她的一切行为。

我还要说，这种一般的研究似乎是一种谈论“气氛”的高明得多而富有成果的方法。我曾试图制定非线性系统组织的体制（83）*并找出这种

组织中出现一切良好效果的原因。我能说的一切只有一句话，是整个场所造成了一种促进创造性的气氛。我不能拣出某一种主要的原因盖过其他。有一种一般性的自由，翻大气一样，弥漫全身，无所不在，而不是例如你在星期二做的某一件小事——一件特定的、可以和其他事件分割开的什么事情能增进创造性的正确气氛、最佳气氛将是一种理想国，或优美心灵的组织，象我宁愿采取的名称那样。那将是一种社会，它是特地为促进所有人的自我完成和心理健康而设计的。这就是我的一般说明，“G”说明。在此范围内并以此为背景，我们然后才能用一种特定的“轮廓”，一种特定的格局，用“S”或特殊因素使某某人成为一位优秀的工匠而另一个人成为一位杰出的数学家。但没有那个一般的社会背景，在一个不良的社会中（这是一种一般的制度论述），创造性就会较少可能出现。

*指人本主义心理学家和健康研究者在美国各地建立的“优美心灵组织”，包括早期的交朋友小组等。——译者

我想，治疗方面的类似物在这里对我们也是有用的。我们从那些对这一研究和思想领域有兴趣的人那里可学到很多东西。例如，我们必须正视他们提出的什么是同一性，什么是真实的自

我，什么是治疗和教育在帮助人趋向同一性时应该做的等等问题。另一方面，我们已经有了一个关于某种自我、某种特征的模型，它在一定程度上可以设想为生物性的。它是体质的，气质的，“类似本能的”。我们是一个物种，我们不同于其他物种。假如是如此，假如你能接受这一模型而不是“白板”模型，不是把人作为纯粘土可以铸造或强化成为任何预先设计的形状象某一专断的控制者所要求的样子，那么你也必须接受作为揭示、解除束缚的治疗模型，而不是作为铸造、制造和塑造的治疗模型。这对教育也适用。由这两种关于人性的不同概念所构成的基本模型也是不同的——在教育、学习，在每件事上都不同。

那么，创造性是否一般人类遗传的一部分呢？它确实经常会丧失，或被掩盖，或被歪曲，或被抑制，或受到任何可能的阻碍，那么任务就在于揭示什么是所有婴儿生来就有的东西。我想，这是一个非常深刻、非常重大的问题，一个我们必须讨论的基本哲学立脚点问题。

最后，我愿再说一点，一个“S”问题，而不是一个“G”问题。我愿问一问，什么时候我们不想要创造性？有时，创造性能成为一种可怕的累赘。它能成为一种麻烦的、危险的、混乱的事情。我曾从一位“创造性的”研究助手那里理解到

这一点，她把我曾研究了一年以上的课题搞乱了。她变得“有创造性”了，中途改变了全部事务，甚至没有跟我打个招呼。她搞乱了所有的资料，浪费了我一年的工作，弄得乱七八糟。我们要求火车基本上正点运行，要求牙医一般不要有创造性。我的一位朋友几年前有一次要动手术，他还记得当时一直感到不安和担忧，后来他见到了他的外科医师。很幸运，医师是一位精细专心型的人，非常干净利落，一丝不苟，小络腮胡子，须发齐整，一位十分正规、有节制而清醒的人。我的朋友宽慰地长嘘一声——这不是一个“有创造性”的人，这是一位能进行规范的、惯常的、平凡手术的人，不会玩任何花样或试验任何新法或实验进行任何新的缝合手术等等。我想，这不仅在我们的社会中是重要的，我们的分工要求我们听从命令，执行计划，不出意外。而且它对于我们每一个人都是重要的，不仅就我们作为有创造性的工作者来说是如此，而且作为研究创造性的学者来说也是如此。因为我们都有一种神化创造过程一个侧面的倾向，神化热情，顿悟，神化启示，好主意，神化夜半灵感的来临，并往往会低估随后的几年艰辛劳动，那是任何美妙想法要成为有用的东西都不可缺少的。

只从时间的角度看，美妙的想法确实只占有我们时间的一小部分。我们绝大部分时间用于艰

苦的工作。我觉得，我们的学生不懂得这个道理。这些麻木的孩子更多出在我的门下可能是因为我的学生常常同意我的某些看法，因为我写过有关高峰体验和灵感等等的文章，他们就觉得这是唯一的生活方式。生活没有每日或每时的高峰体验就不能算是生活，因此，他们不能做任何烦人的工作。

有一个学生告诉我，“不，我不想做这件事，因为它不能使我感到愉快，”于是，我涨红了脸，怒气上升，“什么话！你干，不然我开除你”，然而他认为我在践踏我自己的原理。我也认为，要对创造性进行更有分寸和更平衡的描绘，我们研究创造性的人必须对我们给予他人的印象负责。显然，我们给人造成的一个印象是，创造性象闪电在某一伟大而光荣的时刻击中你的头脑。能创造的人也是优秀的工作者这一事实往往被忽视。

第六章 创造中的情绪障碍

当我着手研究创造性这一问题时，它完全是一个学院的、教授课业的问题。近几年来我被调到大工业或象美军工程设计这样的机构，这真是一件使我惊异的事。对于新部门的业务我一无所知，我颇感不安，象我的许多同事遇到这

种事时一样。我不敢肯定，我所做的工作和我得出的结论以及我们今日关于创造性的认识在当代大机构的形式中有多少用处。我能提供的一切实际上都是悖论，问题和谜，而这时，我不知道，它们将如何解决。

我想，对有创造性的人员的管理是既棘手又重要的问题。我简直不知道该怎么解决这个问题，因为我要谈论的实质上都是一些不合群的人。我在工作中遇到的那种有创造性的人往往在一个机构中很容易和人发生摩擦，由于很怕再发生这样的事，他们一般都躲在一个角落或顶楼里独自工作。大机构中“不合群者”的地位问题，我以为，是这个机构有问题而不是我的问题。

这也有点象是试图调和革命和稳定的社会，因为我所研究的人本质上是革命的，他们是背对着现存的东西，不满意那状的。这是一个新的尖端领域，我想我要做的不过仅仅是扮演研究者、医师和心理学者的角色，把我所学的知识抛出来，把我所有的看法提供出来，希望能对有关的人有点用处。

在另一种意义上这这也是一个尖端领域，那是你们都不能不非常、非常深入开发的——一个新的心理学尖端领域。假如我能预先概要说明我将要说的内容，我可以这样概括：在最近十年左右

的期间，我们已经发现，原来我们真正感兴趣的
那种创造性的根源，或真正新思想的产生，是深
蕴在人性的内部的。我们现在甚至还没有找到一个
非常恰当的词汇可以代表它。假如你愿意，你
可以用弗洛伊德的术语来谈论，即谈论“无意
识”。或用另一个心理学派的术语，你可以选
择“真实的自我”作为话题。但不论哪一种情况，
它都是一个更深层的自我。它的更深是在一种操
作的方式中表现出来的，如心理学家或心理治疗
家所看到的那样，即在你不得不挖掘它的意义上
说它是更深的。它的深蕴就象矿藏的深蕴一样。
它是深蕴在地下的，你不得不奋力透过表层才能
得到它。

说这是一个新的尖端领域是就大多数人对它
的无知说的，这样说还有一个非常特别的含义，
这个含义在历史上是从未提出过的。这是某种不
仅我们不知道的东西，而且还是我们怕知道的东
西。那就是说，有对于知道它的“抗拒”存在。这
就是我要试着说明的问题。我是在谈论我称之为
始发创造性的东西，而不是次级创造性，始发创
造性来自无意识，它是新发现之源，真正新事物
之源，是离开现存东西的新思想之源。这是一种
和我称之为次级创造性不同的东西。这是一种多
产性，一位名为安娜·罗的心理学家曾在一些新
近的研究中做出过证明，她在一组又一组的知名

人物——有能力的、成果累累的、起作用的著名人物中发现了它。例如，在一项研究中，她研究了《美国科学家全书》中所有带星号的生物学家。在另一项研究中，她又对美国的每一位古生物学家进行了研究。她能证明一个非常特别的悖论，我们都不得不涉及的问题，即，许多优秀的科学家在一定程度上也是心理病理学家或治疗家称之为相当刻板的人，相当拘谨的人，对他们的无意识有所惧怕的人，象我上面提到过的那样。于是，你可能达到我曾达到的一种特别的结论。我现在已习惯于两类科学的想法，两类技术的想法。假如你需要，科学能定义为一种技术，运用它，没有创造性的人也能创造和发现，只要能和许多别的人一起工作，站在前人的肩膀上，小心翼翼地工作，等等。那就是我称之为次级创造性和次级科学的东西。

但我想，我能揭示来自无意识的始发创造性，我曾在我选出进行仔细研究的特别有创造性的人中发现了这种创造性。这种始发创造性极有可能是一种每一个人都有的遗传素质。它是一种共同的和普遍的东西。在所有健康儿童中肯定都能发现它的存在。它是任何儿童都具有而大多数人长大以后又会失去的那种创造性。它在另一种意义上也是普遍的，假如你以一种心理治疗的方式挖掘它，假如你探入人的无意识层，你就会发

现它的存在。我只要向你提供仅仅一个例子，你们自己或许也都能经验到的例子。你知道，在我们的梦中，我们能比在醒时的生活中有更多得多的创造性。我们能变得更聪明，更机敏，更大胆，更有独创性，等等。把盖子掀开，把控制去掉，把压抑和防御撤除，我们一般能得到比表面可见更多的创造性。我最近曾走访我的一些精神分析家朋友，想了解他们解放创造性的经验。精神分析家的普遍结论，我敢肯定那也是所有其他心理治疗家的意见，是说通常可以期望一般的心理治疗能解放出治疗前没有出现的创造性。要证明它是非常困难的，但那是他们都有的印象。假如你愿意，可以称它为专家意见。那是从事这件工作的人的印象，例如他们曾帮助那些想写作却有心理障碍的人。心理治疗能帮助这些人解除、克服这种障碍，使他们重新开始写作。因此，一般的经验是：心理治疗，或深入这些通常受到压抑的深羞层，能使一种我们大家都有的但又失去的遗传素质得到解放。

有一种形式的神经症能使我们在突破这一问题中学到许多东西，而且它是一种容易理解的事情。我想首先谈谈它。我指的是强迫症。

有这种神经症的人是刻板的、封闭的人，他们不能开怀玩乐。这是一些总想控制自己情绪的

人，因而看起来相当冷漠，在极端的案例中甚至是毫无表情的。他们总是很紧张，很局促。这种人在正常状态下（发展到极端，它当然是一种疾病，不能不接受精神病医师和心理治疗医师的治疗）一般是非常有秩序、非常整洁、非常准时、非常有条理、非常有节制的，能成为很有用的人才，例如，优秀的簿记员，等等。现在，用心理动力学的术语可以非常简明地把这些人说成是“尖锐分裂的”，可能比大多数其余的人都更明显地分裂，如在他们意识到的事物、他们对自己的认识和他们对自己隐藏的、那些无意识的、被压抑的东西之间的分裂。当我们更多地理解这些人时，对压抑的原因有所理解时，我们就会懂得，这些理由也在一定程度上适用于我们所有的人，于是我们又一次从极端的例证中学到了某些有关较一般和较正常情况的知识。这些人必然会成为如此。他们没有其他的选择。他们不可能走另一条道路。这是唯一能使他们达到安全、秩序、无畏惧、无焦虑的道路，即通过条理化、预见、控制、驾驭的道路。这些合意的目标都只有用这些特殊的办法才能达到。对于这样的人，“新”东西是有威胁的，而任何新东西对他都不可能出现，因为他能把它纳入他过去的经验，能使变动的世界冻结，能自以为什么都没有变。他只有依据那些过去很起作用的、“久经考验

的”规律和法则、习惯、适应方式步入未来，并坚持在未来继续利用这些法则，他才会感到安全而无焦虑。

为什么他不得不这样做？他怕的是什么？动力心理学家的回答是——用非常一般的术语说——他怕自己的情绪，或最深处的本能渴望，或最深蕴的自我，那些他拼命压抑的东西。他不得不如此¹不然他觉得他会发疯。这一畏惧和防御的戏剧在人体内扮演，但他使它趋向概括化，向外投射于整个世界，于是也很容易以这种方式看整个世界。他真正防范的是自己身内的危险，但此后任何使他想起这些内部危险或和这些危险相似的东西只要他一看见就会在外部世界中与之战斗。他同自己趋向混乱的冲动作战而变得特别有条不紊。外界的混乱将使他受到威胁因为混乱使他想起他内部的混乱，或怕他抑制的冲动起来革命。任何危及这种控制的东西，任何能增强那危险的潜伏的冲动或削弱那防御的壁垒的东西，都将使这样的人担惊受怕。

在这样的过程中丧失的东西很多。自然他能赢得一种平衡。这种人能终其一生不致垮掉，能掌握事态于控制之下。他的极大努力用于控制，大量精力消耗于控制中，因而仅仅控制自己也会使其疲惫不堪。控制是疲劳的根源。但他能对付

下去，继续保护自己，防范他的无意识中的危险部分，或防范他的无意识自我，或他的真实自我，他曾受到教导认为那是危险的东西。他必须把一切无意识的东西驱逐出外。有一个寓言，说一个古代的暴君，他追逐一个侮辱了他的人。当他知道这个人躲藏在一个城镇里，于是下令杀掉城中每一个人，这只是为了能够确信那一个人不致逃脱。强迫症患者的行为也类似。杀掉和逐出一切无意识的东西，为了能够确信它的危险部分不致漏网。

我所说的这些话是要表明，我们的快乐、幻想、欢笑、游荡等等能力，成为自发的能力，和在这里对于我们最为重要的创造的能力，都是出于这一无意识，出于这一深蕴的自我，出于我们自己的这一部分，一般地说，我们对于这一部分是心存戒惧因而力求加以控制的，而我们的创造能力则是一种智力的游戏，是一种触吏我们成为我们自己，能进行幻想，放任，并暗自着迷若狂的能力（每一真正新颖的思想起初看来都象是疯狂）。强迫症患者放弃了他的始发创造性。放弃审美的可能性。放弃他的诗意。放弃他的想象。淹没他的一切健康的稚气。而且，这也适用于我们称之为良好适应的问题，适用于曾被非常细腻地描述为严丝合缝戴笼头的本领，即善于处世，很现实，按常识办事，成熟，能干大事。恐怕这

些适应的某些方面也意味着背弃那些对良好适应构成威胁的东西。这是一些与世俗妥协、与常识的需要、与物质、生物和社会现实的需要妥协的动机和努力，它一般是以放弃我们深蕴自我的一部分为代价的。它在我们中不象在上面说明过的情况中那样显著，但恐怕事情正在变得越来越明显了，我们称为正常成人适应的东西也越来越意味着背离那些会威胁我们的东西。而威胁我们的东西则是温柔、幻想、情感“稚气”。有一件事我未曾谈过但最近在我对有创造性的人的研究中曾深感兴趣（对非创造性的人的研究也同样），那就是对于所谓的“女人气”、“女性”或我们直接称之为“同性恋”的任何事物的极端畏惧。假如他是在一种硬性环境中培养起来的，“女子气”实际上意味着一切有创造性的活动：想象、幻想、色彩、诗、音乐、温柔、感伤、浪漫，但这些一总都作为危及一个人的阳性形象而被隔离开了，一切被称为“柔弱”的东西往往会在正常男子的适应中受到压抑。而许多被称为柔弱的东西，我们知道其实一点也不柔弱。

现在我想，在讨论这些无意识过程时，讨论精神分析家称之为“始发过程”和“次级过程”的概念时，我能对于这里谈论的题目有点用处了。力求有条不紊地对待杂乱无章，以理性对待非理性，这是一项硬任务，但我们已经有办法这样

做。以下是我曾写过的一些评论。

这些始发过程，这些无意识的认知过程，即感知世界和思维的无意识过程，这些我们这里所关心的过程，是非常、非常不同于常识法则的，不同于严密逻辑、不同于精神分析家称为“次级过程”的东西，在次级过程中，我们是合逻辑的，明智的，现实的。当“次级过程”和始发过程隔离开时，始发过程和次级过程双双受损。在极端情况下，把逻辑、常识和理性同人格的深蕴层隔离开或完全分割，会造成强迫症，造成强迫性理智型人，这种类型的人简直无法在感情世界中生活，不知道自己是否在恋爱，因为爱情是不合逻辑的，他甚至不能容许自己失声大笑，因为大笑是不合逻辑，不合理和不明智的。当这样被隔离开，当这个人已经分裂时，你便得到了一种有毛病的理性，以及也有毛病的始发过程。这些次级过程，弄得分隔开和二歧化，可以被认为主要是畏惧和挫折造成的一种结构，也就是一种防御、压抑和控制的系统、一种抚慰的系统所造成的，为了能够以狡诈而隐秘的手段和一个使人受挫的、危险的物质世界和社会环境讲和，因为它们是我们需要的唯一源泉，使我们要得到任何满足都不能不付出非常昂贵的代价。这样一种病态意识，或病态我，或意识我，变得越来越觉察到它所领悟的自然和社会的规律并奉之为生活

的金科玉律了。这意味着一种盲目性。强迫型人不仅失去了许多生活乐趣，而且他也变得对他自己的许多方面在认知上盲无所见，'对他人的许多方面，甚至对自然的许多方面也同样看不见了。甚至作为一位科学家，他也会对自然的许多方面盲无所见。确实，这样的人也能做成某些事情，但我们必须首先问，象心理学家总要问到的：那是以怎样的代价做出的——对他自己而论？其次，我们也还要问这样做出的是哪些事情？它们是否值得去做？

我遇到过的最好的强迫症例子是我过去的一位老教授，他是一个有节约癖的怪人。他把读过的所有报纸都按周分别捆好。每周的报纸都用一根小红线捆上，然后再按月放在一起用一根黄线捆好。他的妻子告诉我，他每天的早饭也是很规律的。星期一是桔子汁，星期二是燕麦粥，星期三是梅脯，等等。如果星期一给他吃梅脯就要闹一场。他节省旧刀片，把自己所有的旧刀片都攒起来，包裹好，贴上标签。当第一次进入他的实验室时，我记得他曾给每一件东西贴上标签，正如这样的人会做的那样。每一件东西都要编组，贴上带有粘胶的小条作为标记。我记得他不惜花上几个钟头设法在一个小探针上贴标签。有一次我打开他实验室里的一架钢琴，那里也有一个标签，说明它是“钢琴”。这样的人是真的有毛病

了。他自己也非常不愉快。这样的人做的这一类事和我上面提出的问题很有关系。这些人做了一些事，但他们做的是什么事啊！这些事有价值吗？有时候有价值，有时候没有价值。我们也知道，很不幸，我们许多科学家是这种类型的人。在这种工作中，这样的探索性格偶尔也会非常、非常有用。例如，这样的人能花上十二年对某一单细胞动物进行微细解剖分析。这种解剖分析需要所有人都具有的那种耐性、坚持性、顽强性和认知需要。社会也极经常地用得上这样的人。

于是，用这种二歧式防范和畏惧的眼光看始发过程——这就是疾病。但这并不一定非成为疾病不可。深深下降时，我们用希望、畏惧和满足的眼睛看世界。假如你象一个真正幼小的孩子那样看世界、看自己和看别人，以这样的方式思考，那或许对你会有所帮助。在没有否定，没有矛盾，没有分裂的同一性，没有对立，没有互相排斥的意义上，这是合乎逻辑的。对于始发过程，亚里士多德并不存在。始发过程不依赖于控制、禁忌、训练、抑制、延宕、计划和对可能或不可能的计算。它和时间、空间或顺序、因果、秩序，或和物理世界的规律无关。这是一个完全不同于物理世界的世界。当我们把始发过程置于一种必需的情境中时，当始发过程必须伪装自己防范意识的觉察、使事情不那么具有威胁性时，

始发过程能把几个物体浓缩为一个物体象在梦中能做到的那样。能使情绪脱离它们真正的对象移置到另外的无害对象上。能通过象征化进行掩饰。能成为全能的，无所不在的，无所不知的（请回忆梦。我所说的一切对梦都是适用的）。始发过程和行动没有关系，因为它能不用做什么或无须动作而只凭幻想使事情发生。对于大多数人，它是前语言的，非常具体的，和原体验更接近的，并往往是视觉的。始发过程是先于评价的，先于道德的，先于伦理的，先于文化的，先于善和恶。在大多数文明化的人中，正因为始发过程被这种二歧化挡住了，往往成为孩子般的，不成熟的，若狂的，危险的，可怖的。记住：我曾提供一个例子，他已完全压制了始发过程，完全隔开了无意识。这样的人就我所说明的那种特定的方式看是一个病态人。

另一种人，他的二级过程——控制、理性、秩序、逻辑过程已经完全破碎，那也会成为一个精神分裂者。也会成为一个非常、非常严重的患者。

我想，你们能看出这个论断的含义。在健康人中，特别是在能创造的健康人中，我发现他们能在一定程度上融合和综合始发和次级两种过程，意识和无意识两者，探蕴的自我和自觉的自

我两者，能高明地且有成效地做到这一点。我能肯定地报告，这是可能做到的，尽管不很普遍。可以肯定，用心理治疗可能有助于这一过程的发展。更深的和较长期的心理治疗甚至能更有效。这一融合中所发生的事情是，始发过程和次级过程两者互相渗透就能在特征上都有所改变。无意识不再变得更有威胁性。这样的人能带着他的无意识生活；让我们说，他能带着他的稚气、他的幻想、他的想象、他的愿望满足、他的女子气他的诗意、他的若狂性生活了。象一位精神分析家用一句妙语所说的，他是一个“能倒退而为自我服务的人”。这是有意的倒退。这样的人能随时利用那种我想我们都会很感兴趣的创造性。

我在前面提到的那种强迫型人，在极端的例子中是不能娱乐的。他不能顺其百然。这样的人，举例说，往往避免社交聚会，因为他太敏感并设想参加聚会可能显得有点傻相。这样的人怕贪杯，因为那会使他失去控制而造成很大的危险。他必须所有时间都在控制中。这样的人很可能是一个难以催眠的被试。他很怕麻醉，或任何其他有损于充分意识的状态。这是一些力求在聚会中保持尊严、秩序、自觉、理性的人，在那里你会被认为不是那样的。当我说一个十分安于他的无意识的人能那样顺其自然时，我产就是针对这种情况说的——在这种聚会中要有点疯狂，要

有傻相，要插科打诨，并以此为乐，无论如何要有狂热的时候——一象那位精神分析家所说的“为自我服务”。这象是一种有意识的、自觉的倒退——而不是力图显得庄重和总是有所控制。（我不知道为什么会这样想：这就象一个被描绘为“大模大样的”人，甚至坐在椅子上也是那样。）

也许我现在能够就这种对无意识的开放态度多说几句了。心理治疗、自我治疗和自我认识全都是一个困难的过程，因为对于我们大多数人现在的情况都在于无意识和意识的彼此隔离。你如何能使这两个世界——心理世界和现实世界彼此相安呢？一般地说，心理治疗过程是在专家的帮助下一点一点地逐步面对最上层无意识的问题。这些上层无意识暴露在眼前，被容忍并被吸收了，原来并不危险，并不可憎。然后是再下一层，又下一层，在同样的过程中使一个人正视他十分畏惧的东西，并发现当他确实正视它时，并没有什么起初觉得可怕的东西。他曾经怕它，因为他一直是用他惯用的那种儿童的眼光看它。这是儿童的误解。儿童畏惧并因而压抑的东西，被推出了常识学习和常规体验的范围以外因而得不到正常的发展，不得不停留在那里，直到它再被某种特殊的过程拖出来。意识必须变得十分强大才敢于同敌人交朋友。

通观历史，在男人和女人的关系中也可以发现类似的问题。男人害怕女人，因而曾统治女人，这种统治是无意识的，我相信他们这样做的理由非常象他们对自己始发过程的畏惧。请记住，动力心理学家往往认为，男人和女人的关系很大成分是由这样的事实决定的，即女人会使男人想到他们自己的无意识，也就是想到他们自己的女性，他们自己的柔和与温存，等等。因此，同女人作战或力图控制女人，贬低她们，这已成为对于这些在我们每一个人的内部都有的无意识力量进行控制的努力的一部分。在担惊受怕的主子和满怀憎恨的奴隶之间是不可能真正的爱的。只有当男人变得足够坚强，足够自信，并足够整合时，他们才能容忍并最终喜爱自我实现的女子，喜爱人性丰满的女子。但是没有一个男人（在原理上说）能够在没有这样一个女子作为伴侣的情况下而实现他自己。因此，坚强的男人和坚强的女人是彼此互为条件的，因为两者的存在谁也离不开谁。他们也是互为因果的，因为女人成长为男人，男人也成长为女人。而最后，他们也是相互报答的。假如你是一个很好的男子，你要赢得的也是那样的女子，那样的女子也是你应得的报答。因此，让我们回到我们的类比上来，健康的始发过程和健康的次级过程，或健康的幻想和健康的理性，需要彼此的帮助，以便融合为

一个真正的整体。

在年代顺序上，我们关于始发过程的知识最初是从研究梦和幻想和神经症过程中得来的，以后又从精神病研究和对疯狂过程的研究得来。这一知识只能一点一点地从它的病理学濡染中解放出来，从非理性、从不成熟、从贬意的原始状态中解放出来。只是在近年，在我们对健康人的研究中，我们才逐渐意识到，充分意识到创造过程，意识到娱乐、审美感知、健康爱的意义、健康的成长和形成、健康的教育，才懂得每一个人既是诗人，又是工程师，既是理性的，又是非理性的，既是孩子，又是成人，既是男性的，又是女性的，既处在心理世界中，又处在自然世界中。我们也是逐渐地才懂得，我们如果天天都力求成为仅仅并纯粹合理，仅仅合乎科学、逻辑，仅仅明智、实际、承担责任的人，我们便会有所失。我们现在正在变得越来越确信，整合的人，充分发展的人，充分成熟的人，必然是在这两种水平上同时对自己起作用的。当然，现在已很少有人污蔑人性的这一无意识面，把它说成是病态而不是健康。弗洛伊德曾这样想过，但我们现在已经知道事实并非如此。我们现在知道，全面的健康意味着在所有的水平上都对自己起作用。我们不再说这一方面是“恶”而不是“善”，是低级而不是高级，是自私而不是不自私，是兽性而非人

性。通观人类历史，特别是西方文明史，更特别是基督教史，总是不能摆脱这种二歧式。我们不再能把自己二歧化为洞穴人和文明人，恶魔和圣贤。我们现在能够把这看成一种不合理的二歧式，一种不合理的“非此即彼”，通过这种分裂和二歧化过程本身，我们创造了一个病态的“此”和一个病态的“彼”，也就是创造了一个病态的意识和一个病态的无意识，一个病态的理性和一个病态的冲动。（理性能成为十足的病态，你在电视上的问答比赛节目中能很快看到这种病态。我听说有一个可怜的家伙，一位古代史专家，他的收入极高，曾告诉某人他达到这一步只不过是靠熟记下全部剑桥古代史。从第一页开始直到末一页，现在他已熟知这本书中的每一个日期和每一个名字。这个可怜的家伙！亨利曾写过一个人的故事，他想既然百科全书概括了全部知识，他就无须为进入学校发愁了，只要熟记百科全书就行了。他从A部开始，然后是B部、C部，等等。那就是一种病态的理性。）

我们一旦超越并解决了这种二歧式，一旦能把两极一起纳入它们本来就在其中的统一体，例如，在健康儿童中，在健康成人中，或在特别有创造力的人中，那么，我们就能认识到，二歧化或分裂本身是一个病理过程。这时也就有可能结束一个人的内战了。这正是我称为自我实现的人

中所发生的事情。最简单的办法是把他们描绘为心理上健康的人。那正是我们在这样的人中所看到的。当我们从总体中挑拣出百分之一或千分之一最健康的人时，我们将发现这些人在他们一生中，有时得益于治疗，有时没有治疗，都已经能把这两个世界合而为一，并在两者中都能安然地生活。我曾描述健康人好象具有一种健康的稚气。它很难用言语说明，因为“稚气”一词习惯上意味着成熟的反面。假如我说，最成熟的人的生活也是赤子般的，这听起来象是矛盾，但实际上并不矛盾。也许我能用我说过的聚会的例子来解释。最成熟的人也是最能打趣的人。我想，这是一种更可以接受的说法。这些人也是能够随意倒退的人，他们能变得象个孩子并和孩子在一起玩，接近孩子们。我想，孩子一般会喜欢他们并愿意和他们相处的，这绝非偶然。他们能倒退到那一水平。非意愿的倒退自然是一件非常危险的事。自愿的倒退却显然是非常健康的人所特有的表现。

至于如何达到这种融合，我简直不知道应该说。在日常促进人内部这种融合的实践中我所知的唯一真正可行的办法是心理治疗。这当然并不是一个可行的或甚至受欢迎的建议。自然，也存在自我分析和自我治疗的可能性。任何能增进深蕴自我知识的技术在原则上应该也能增进一

个人的创造力，使他能够利用幻想与观念作戏的这些原动力，能够超越这个世界和地球，摆脱常识的束缚。常识意味着在今日现世中生活，但有创造性的人是那些不想要今日现世而宁愿造就另一个世界的人。为了能够做到这一点，他们必须能够超越地球的表面，去想象，幻想，甚至成为疯狂的和着迷的，等等。我能提出的建议，向那些管理有创造力的人员提出的实际建议很简单，只能是注意发现这样的人才，因为他们是已经存在的，然后把他们选拔出来，并紧紧把握住他们。

我想我的这一推荐对于一个公司是有作用的。我试图向他们说明这些第一流的创造性人物是怎样的。他们往往正是那些在一个机构中制造麻烦的人。他们往往不遵循惯例，往往有点古怪；不现实，常被称为缺乏训练；有时不严格，“不科学”，那是就一种特定的科学定义说的。强迫性格较强的同事往往称他们为幼稚、不负责任、野性未除、发疯、爱推测、无批判、无规律、容易激动，等等。这听起来象是对浪荡汉或波希米亚人或古怪人的描述。但我认为，应该强调，在创造性的早期，你已经开始成为一个浪荡汉或波希米亚人或古怪人了。有一种“脑风暴”法可能有助于我们得到一个处方能成为有创造性的，因为这来自那些已经成功地成为有创造性的

人，他们让自己在早期思想阶段成为这样的浪荡汉。他们让自己成为无批勿的。他们任各式各样怪诞的想法进入脑海。在情绪和热忱的阵阵勃发中，他们可能潦草写出诗篇或公式或数学解答，或制定理论，或设计实验。这时，只有这时，他们才进入次级过程，变得较有理性，较有控制，并有批判了。假如你在过程的第一阶段就力求有理性，有控制，有秩序，你会永远得不到它。我所记得的“脑风暴”法正是这样的——无批判——任你自己与观念作戏——自由联想——任它们跳到桌面上来，大量地，然后，只有这时，才抛掉那些不好的想法，或无价值的想法，保留那些好的。假如你怕造成这样的狂想错误，你也就永远别想得到任何光辉的思想。

自然，这种波希米亚式的事务无须千篇一律或持续到底。我所谈论的是那样的人，他们在需要的时候能够这样做（倒退为自我服务；自愿的倒退，自愿的发狂；自愿进入无意识）。这些同样的人后来又能戴上他们的帽子、穿上长衫，成长起来，变得理性了，明智了，有条理了，等等，并能用批判的眼光审查他们在热情迸发时和创造性炽燃时产生的一切。于是，他们有时又能说，“它在诞生时给人的感觉是那样的美妙，但它实际并不怎么样”，因而又把它抛弃。一个真正整合的人能够既是次级的，又是始发的；既是

稚气的，又是成熟的。他能倒退，然后又回到现实中来，在他的反应中变得较有控制和批判精神。

我曾提及，这对一个公司或至少对公司中负责人事管理工作的人是有用的。因为正是这样的人他一直在考虑要解雇。他非常强调执行命令和顺从机构的安排。

我不知道一个机构的管理者将要如何处理这些事情。我不知道这对风纪会有怎样的影响。这不是我的讨论范围。我不知道在一个机构的工作过程中怎样才有可能利用这样的人物，这个机构不得不有条不紊地进行许多贯彻某一想法的工作。一个想法仅仅是完成一项任务必须经历的复杂过程的开始。这是我们将在美国而不是在地球上任何其他地方解决的一个问题，我推测可能还需要十几二十年时间。我们已经开始正视这个问题。巨额的经费现在正用于研究和发展。创造性人才管理已经成为一个新的课题。我毫不怀疑，那些曾在大机构中行之有效的实施准则绝对需要某种改变和修正。我们将不得不寻求某种方法让人在机构中能表现出个人特色。我不知道怎样做到这一步。我想这将不得不成为一种实践的结果，这样试一试，那样试一试，再另外试一试，最后达到某种经验的结论。我要说，如果能认准

这样做不仅是发狂而且是创造性的特征，那将是有帮助的。（顺便说，我不想对任何这样做的人都给予好的评价。他们有些人确实是发狂了。）现在我们已开始学会分辨。要学会尊重这种人或至少用开放的眼光看待他们，并设法使他们与拉会合拍。这样的人今天大都是孤独者。我想，你们将更有可能在学院环境中而不是在大机构或大公司中发现他们。他们在学院会觉得更安适，因为在那里容许他们爱怎么发狂就怎么发狂。人人都期待着教授们的狂想，这对任何人都不会有什么影响。任何别的人都见不到他们，除非是听他们讲课。但教授有充足的时间通常在他的顶楼或地下室梦想着各种各样的事情，不论是否可行。在一个机构中，你会弄得精疲力竭。我最近听到一桩滑稽事。两位精神分析家在一次聚会中相遇。一位分析家走到另一位跟前打了他一记耳光。挨打的分析家毫无思想准备，愣了片刻，然后耸耸肩说，“那是他的问题。”

第七章 我们需要创造性人物

问题是谁对创造性有兴趣？我的回答是，几乎每一个人都有兴趣。这种兴趣不再局限于心理学家和精神病学家。现在它也变成一个全国性和国际性的政策问题。一般人，特别是军事家、政治家和富于思想的爱国者，必然很快都会达到这

样的认识：世界上已出现一种军事的僵局，这种僵局看来还会继续存在。今天军队的任务主要是防止战争，而不是制造战争。因此，大政治体系之间的不断斗争或冷战还将继续进行，但不是以军事的方式进行。向其他中立人民呼吁的体系将是优胜者。哪一种人最终能成为更好的人，更友善，更平和，不贪婪，更可爱，更值得尊敬？谁将对非洲人和亚洲人更有吸引力？.....

一般地说，心理上更健康（或更高发展）的人是一种政治的必需。他必须成为一个不被仇恨的人，一个能和任何人相处，友好地相处，深入友好相处的人，包括非洲人和亚洲人，他们对于任何恩赐态度或偏见或仇视是非常敏感的。可以肯定，我国公民要实现领导并取得胜利必须具备的特征之一就是不能有种族偏见。他必须有同胞兄弟感，必须有助人感，必须成为一个值得信赖的领导者而不是一个受到怀疑的人。长远地看，他不应成为专制主义者，虐待狂者，等等。

普遍的需要

除此以外，对于任何能生存的政治、社会、经济体制，还有另一项可能是更直接的必需，那就是要有更多的创造性人物。这种考虑和我们大工业那么重视的看法是同类性质的，因为他们都非常警惕可能出现的过时废弃。他们都警觉到，

尽管他们现时富有并兴旺，他们明天早上醒来却可能发现有某种新产品问世，使他们成为昨日黄花。想一想什么是汽车厂家的命运吧，假如某人忽然带着一种廉价的、个人旅游用的工具在地平线上出现，他的售价只相当一部汽车的一半？作为这种考虑的一个后果，每一富有的公司只要有可能会提出很大百分比的资金用于新产品的研究和发展，以及旧产品的翻新和改善。国际舞台上的类似现象是军备竞赛。的确，现在有一种关于威慑武器、炸弹和轰炸机的小心翼翼的平衡，等等。但是，假如明年发生了一件事，就象美国人发明原子弹时的情况那样，又将如何呢？

因此，现在在所有大国中又都有大量的研究和发展在国防和军事支出的项目下进行着。每一个国家都必须争取首先发现那种能使一切现有武器报废的新武器。我想，强国的统治者们已开始认识到，那些有能力做出这种发现的人正是那种罕见的怪人，那些创造性人物，那些他们总是以反射式的敌对态度相待的人。现在，他们将不得不学习管理创造性人才的方法，创造性人物的早期选拔，创造性人物的教育和培养，等等。

在实质上，这就是我认为为什么会有那么多我们的领导人今天对于研究创造性的理论感兴趣的原因。我们所面临的历史环境有助于在富有思

想的人们中间，在社会哲学家中间，在许多其他类型的人们中间创造出一种对创造性的兴趣。我们的时代比历史上任何以前的时代更明显地处于流动中，处于过程中，更迅速地在改变着。新的科学事实、新的发明、新的技术发展、新的心理事件、物质丰裕等等的加速度积累，今天已向每一个人提供了不同于任何以前曾出现过的情境。除别的事情以外，这一从过去到现在再到将来的新的连续性和稳定性的缺乏已使各式各样的改变成为必要，那是许多人现在还没有认识到的。例如，教育的全过程，特别是技术教育和职业教育，在近几十年已经完全改变。简单地说，学习事实已经很少用处了，事实太快就过时了。学习技术也一样，技术几乎过夜就过时。例如，工程学教授向他们的学生传授他们自己过去学生时代的所学也几乎毫无用处了，这些技术现已毫无价值。实际上，我们几乎在生活的每一领域都面临旧事实、旧理论、旧方法的过时问题。我们全都是一群马车鞭子制造者，这种手艺现在已毫无价值。

新的教育概念

那么，什么是教育人，例如，成为工程师的正确方法呢？很明显，我们必须把他们教育成为创造性人物，至少就能够对付新事物和即席创作

的意义说是如此。他们必须不怕改变，必须能安于改变，安于新事物，而且，假如可能（因为那样最好），甚至能享受新事物和改变的乐趣。这意味着我们必须教育和训练的**不是旧的和标准意义上的工程师，而是新的意义上的即“有创造力”的工程师。**

这一点，一般地说，也适用于事业和工业中的**执行者、领导者和管理者**。他们必须是能够对付任何新产品或任何旧工作方法不可免的迅速过时问题的人。他们必须是不反对改变而能预见改变的人，是能够以足够勇气接受它的挑战并从中寻求乐趣的人。我们必须培育出一大批即席创作者，“此时此地”的创造者。我们必须以一种与惯常方式大不相同的方式给熟练的人或训练有素的人或受过教育的人下定义（即，不作为一个具有丰富往昔知识因而能在未来事务中得益于过去经验的人）。我们能称之为学习的许多作法已经变得无用了。任何种类的学习只要是简单的应用过去于现在，或在现在情境中利用过去的技术，在许多生活领域中都已经过时了。教育不再被认为根本上是或仅仅是一种学习过程，它现在也是一种性格训练，一种人格训练过程。自然，这不是完全正确的，但它在很大成分上是正确的，而且它将变得一年比一年更正确。（我想这也许是我**最彻底、直率而无误地畅所欲言的方法。**）过

去在生活的某些领域中几乎变得毫无价值。过分依赖过去的人在许多职业中几乎变得毫无用处。我们需要一种新型的人，他能同他的过去决裂，他觉得自己足够坚强、勇敢，能在现在情境中信赖自己，假如需要能以一种即席创作的方式妥善处理问题而无须先期的准备。

所有这一切合在一起意味着更加强调心理健康和力量。它意味着更加珍视脚比时此地情境给予充分注意的能力，能注意倾听，能注意观察我们面前的具体的、直接的契机。它意味着我们需要那些不同于一般类型的人，后者面对现在似乎现在不过是过去的重演，把现在仅仅当作应付未来威胁与危险而做好准备的时期，因为他不相信自己能在无准备的情况下应付到来的时刻。这种新型的人，即使没有冷战，即使我们都联合在一个同胞兄弟般的种族中，也是我们所需要的，我们需要他只是为了对付我们将在其中生活的新型的世界。

我在上面谈到的关于冷战的考虑，以及我们现在面临的新型世界，把另一些必要性强加于我们对创造性的讨论。由于实质上我们讨论的是一种类型的人，一种类型的哲学，一种类型的性格，于是，着重点便从对创造产品的强调，从对技术更新和美术产品和革新的强调等等转移开。

我们必须变得对创造过程、创造态度、有创造力的人更感兴趣，而不单是对创造产品感兴趣。

因此，我觉得更好的战略是把更大的注意力转向创造性的灵感阶段，而不是创造性的实施阶段，即转向“始发创造性”而不是“次级创造性”（89）。

我们必须更经常地用为我们例证的，不是那些具有社会价值的艺术或科学成果，而是我们必须集中注意于即兴创作，那种灵活、恰当、有效应付任何突然呈现的此时此地情境的能力，不论它是否重要。所以如此，是因为用已完成品作为一种标准会引入太多混淆，如良好工作习惯、顽强、训练、耐性、良好编辑能力和其他一些特征，它们和创造性没有直接关系，或至少不是创造性独有的特征。

所有这些考虑使我们甚至更愿意研究儿童中而不是成人中的创造性。研究儿童能避免许多混淆和污染的问题。例如，在这里我们能不再强调社会改革或社会效用或创造产品。我们还能避开对先天杰出才能的专注从而也避免了问题的混淆（天才似乎和普遍的创造性很少关联，后者是我们所有人都有的秉赋）。

这也是我为什么认为非言语教育那么重要的

一些原因，例如，通过艺术、通过音乐、通过舞蹈的教育。我并不是特别对艺术家的训练感兴趣，因为无论哪一种情况这都是以一种不同的方式完成的。对于儿童娱乐甚至对于用艺术进行心理治疗，我也不是很感兴趣。为了解决上述问题，我甚至并不关心艺术教育本身。我真正关心的是新型的教育，那是我们必须发展的，这种教育的目标是培养我们所需要的新型的人，发展过程中的人，有创造力的人，能即席创作的人，自我信赖、勇气十足的人，自主自律的人。艺术教育成为第一批沿着这一方向起步的人，那仅仅是一种历史的偶然。这也能同样容易地适用于数学教育，我希望有一天会是这样。

当然，数学或历史或文学今天在大多数地方仍然是以一种权威的、记忆的方式传授的（虽然这已经不适用于布鲁纳论述过的那种最新型的教育，那种有关即席创作、猜测、创造性、娱乐的教育，也不适用于数学家和物理学家为高中创造的教学法）。问题仍然在于如何教导学生正视此时此地，即席创作，等等，即如何变成有创造力的人，能采取创造态度。

新的通过艺术进行教育的运动和它对非客观性的强调，是一个不包含是与非的题目，可以把正确和不正确撇开不问，因而能使儿童面对自

身，面对他自己的勇气或焦虑，面对他的旧框框或他的新鲜感，等等。说明这一点的一个好办法是指出，现实一经后撤，我们就有了一个良好的投射测验情境。这正是我们在投射测试和顿悟疗法两者中所做的；即，现实、校正、对环境的适应、物理的、化学的和生物的决定因素统统撤销，让心灵能更自由地裸露出来。我甚至可以走得更远地说，从这方面看，通过艺术的教育是一种治疗和成长的技术，因为它能让心灵的深蕴层暴露出来，使之受到鼓励、培养、训练和教育。

第三编 价值

第八章 事实和价值的融合

作为开始，我要对我称之为高峰体验的概念做一解释，因为我的论题正是用这种体验才能最容易也最充分地证明。高峰体验一词是对人的最佳时刻的概括，是对生活最愉快时、对入迷、狂喜、幸福、最大欢乐体验的概括。我发现这样的体验来自深刻的审美体验，如创造时的入迷，爱情成熟的时刻，完美的性体验，父母的爱，自然分娩的体验，以及许多其他体验。我用一个词——高峰体验作为一种泛指的和抽象的概念，因为我发现所有这些喜悦若狂的体验都带有某些共同的特征。的确，我已发现有可能构成一种概括的和抽象的图式或模式描绘它们的共同特征。这个词使我能够在同一时刻谈论所有或任何这一类体验（66,88,89）。

当我问到我的被试（他们已向我说明他们曾有过高峰体验）在这一类时刻他们觉得世界有何不同时，我得到的回答也能图式化和概括化。实际上也几乎非这样做不可，因为没有别的方式能包容我所得到的成千的词或描写。我把来自百十来人在高峰体验时刻和以后对世界的描绘所用的

大量词汇熔铸和浓缩为：真，美，完整，二歧超越，生机勃勃，独一无二，完善，必然，完成，正义，秩序，简单，丰富，不费力，娱乐，自足。

虽然这完全是我个人的浓缩和熔铸，我却毫不怀疑任何别人也会得到近于同样的特征表。我相信那不会有很大不同，至少不会超过同义词选用或个别描述词的差异。

这些词都是很抽象的。不抽象又能怎样呢？每一个词都有任务在一个标题或一个项目下包容许多种直接的体验。这必然意味着这样的标题是广泛概括的，也就是说，非常抽象的。这便是描绘高峰体验中所见世界的种种方式。这里可能有着重点或程度上的不同，即在高峰体验中世界看来更纯正、袒露，更真实，比在其他时刻看来更美丽。

我想强调说，这些被认为是描述性的特征；被试报告说，这些是有关世界的事实。它们是关于世界外观或世界看来象什么的描述，甚至，他们声称，是关于世界是什么的描述。它们和新闻记者或科学观察家在目睹某一事件以后所做的描述类似，属于同一的范畴。它们不是“必须”或“应该”陈述，也不仅仅是研究者愿望的投射。它们不是幻觉，它们不只是情感状态，缺乏认知的参

照。他们被报告为一些启示，一些关于现实的真正的和确实的特征，那是他们过去视而不见的。

①

①这一有关神秘启示确实性的问题当然是一个老问题。它涉及宗教的根源和起源本身，但我们必须非常审慎，不要让神秘物和高峰体验者的绝对主观肯定引入迷途。对于他们，真理已揭示出来。我们大多数人在我们得到启示的时刻也已经体验到同样的确实性。然而，人类在三千年有记载的历史过程中已经学会一件事，知道这一主观肯定是不够的；还必须有外部的证实。必须有某种办法核实宣称的真理，对成果的某种测度，某种实用的测试；我们必须以某种保留、某种审慎、某种清醒态度研究这些说法。有太多的思想家、先知、预言家在绝对肯定的感受以后已最终证明是不正确的。这种幻灭的体验是科学的历史根源之一：对个人启示录的不信任。正式的、经典的科学长期以来曾拒绝私人的启示录，认为这些资料本身是没有价值的。

但特别是我们——心理学者和精神病学者正处在一个科学新时代的开始阶段。在我们的心理治疗体验中，我们已经在我们的患者中和我们自身中见到偶尔的启示、高峰体验、孤寂体验、顿悟和欣喜若狂的时刻。我们已经习以为常；我们

已经懂得，虽然它们不都是确实的，但它们有些肯定是非常确实的。

只有化学家、生物学家、或工程专家才会继续怀疑这一又老又新的看法——真理可能以这种又老又新的方式出现：在一阵冲闯中，在一种情感的启示中，在一种进发中，通过破裂的围墙，通过抗拒，通过畏惧的克服出现。我们是一些专门同危险的真理打交道的人，同威胁自尊的真理打交道的人。

这种非人格的科学怀疑主义，即使在非人格领域，也是无根据的。科学的历史，或至少是伟大科学家的历史，是突然而狂喜地洞察真理的故事，这一真理随后才由更多缺乏想象力的工作者徐缓地、小心翼翼地、谨慎地给予证明，他们的作用更象珊瑚的昆虫而不是雄鹰。例如，我想到克库雷关于苯环的梦就是富于想象的。

有太多的人想象力很有限，他们把科学的本质定义为对假说的审慎核实，弄清他人的思想是否正确。但是，只要科学也是一种发现的方法，就不能不学习如何培养高峰体验的洞察力和想象力，然后，如何象运用资料那样运用它们。其他存在知识（Being-Knowledge）的例子——对迄今尚未觉察的、高峰体验中的真理的真切感知——来自那种由存在爱而获得的清晰性，来自某些宗

教体验，来自某些团体治疗的亲密关系体验，来自理智的启示，或来自深刻的审美体验。

在最近几个月中，一种证实存在知识的崭新可能性展现出来。在三所不同的大学中，麦角酸二乙基酰胺（**LSD**）能治愈大约50%的酒精中毒症（1）。我们得知这一巨大福音、这一意料不到的奇迹都非常高兴，但当我们冷静下来时，由于我们都是不知足的人，我们不免要问，“那些没有治好的人怎样了？”我从何弗医生的一封信中摘引一段话作为说明，这封信的日期是1963年2月8日：

我们曾有意地利用**P.E.**（高峰体验）作为治疗手段。我们给服用**LSD**和墨斯卡灵的酒精中毒者提供**P.E.**，利用音乐、视觉刺激、言语、暗示，以及任何我们说能引起**P.E.**作用的东西。我们治疗过五百个酒精中毒者，取得了一些一般规律。其中之一是：治疗后有节制反应的酒精中毒者大多数都曾得到过**P.E.**，相反地，几乎任何未曾得到**P.E.**的都没有这样的反应。

我们也取得了有力的论据说明感情是**P.E.**的主要成分。当**LSD**被试首先服用两天的青霉胺时，他们有一种体验和通常从**LSD**得到的相同，但有明显的感情衰减。他们观察所有看得

见的变化，能引起思想中的各种变化，但在情感上是平淡的，他们是非参与的观察者而不是参与者。这些被试没有得到**P.E.**。此外，只有**10%**在治疗后效果较好，而在几项较大规模的追踪研究中，我们期待的治愈率是**60%**。

现在我们可以跳到我们的主题上来：这同一张描述现实、描述世界的特征表单，虽然是在某些时刻所见的，也恰好和那些被称为永恒价值、永恒真实的特征相同。我们在这里看到了真、善、美三位一体的老相识，那就是说，这一描述的特征表单同时也是一张价值的表单。这些特征正是那些伟大的宗教家和哲学家所珍视的价值，它几乎也和人类最严肃的思想家们一致同意的生活的终极或最高价值完全相同。

重复一句，我的第一次陈述是在科学领域内的，是公之于众的。任何人能做同样的事；任何人能自行核实；任何人能利用我曾用过的同样程序，并且，假如他愿意，也能客观地把对我提出的问题所做的回答记录在磁带上然后公之于众。就是说，我报告的一切都是公开的，可重复的，可以肯定或否定，假如你愿意，甚至可以定量。它是稳定的和可靠的，因为当我重做时我能得到近于相同的结果。甚至以十九世纪科学最正统的、实证主义的定义看，这也是科学的陈述。

它是一种认识的陈述，是一种对现实、对宇宙、对外部世界的特征的描述，那是讲话者和描述者身外的被感知的世界。这些论据能经受传统的科学方式的检验，它们的真或非真都能判定。①

然而，正是这同一的关于世界看来如何的陈述也是一个价值陈述。这是最鼓舞人心的生活价值，这是人们愿意为之献身的价值，这是他们愿意用努力、痛苦和折磨为代价去换取的价值。这也是一些“最高的”价值，因为它们最经常地光临最优秀的人物，在他们的最佳时刻在最佳情况下来临。它们是高级生活、美好生活、精神生活的限定词，而且我还可以附加说，它们是心理治疗的长远目标，是在最广泛的意义上的教育的长远目标。人类历史上的伟大人物所以受到我们崇敬，就是因为他们具有这样的品性，这是我们的英雄，我们的圣贤，甚至我们的上帝的特性。

因此，这一认识的陈述和这一评价的陈述是同样的。是和应该等同了。事实和价值等同了。作为一种情况被描述、被感知的世界变得和那个被珍视、被希冀的世界等同了。是的世界变成了应该成为的世界。应该成为的东西已经出现了，换句话说，事实在这里已和价值相融合。②

①进一步的研究对子任何人都是可能的，只要他愿意做这样的研究，我的学生和我曾做过一

些。例如，在一项非常简单的实验中，实验只是为了证明可能做的是什​​么，我们发现大学女生从被爱的体验中能显然更经常感受到这种高峰体验。另一方面，大学男生显然更经常从胜利、成功，从克服困难、取得成就中感受到高峰体验。这我们的常识是一致的，也和我们的临床经验相符。许多这一类的其他研究也能做；特别是现在这一领域的研究是非常广阔的，因为我们知道，高峰体验能借助于药物的力量有意地制造出来。

②在一开始，我就想避免一种混淆，避免我所用的“ought”一词和霍尼的“neurotic shoulds”（神经症的应该）相混，霍尼的用语见《神经症和人的成长》（49）第三章。人被设想成的样子往往是外表的，任意的，演绎的，尽善尽美的，一句话，不真实的。我在这里所用的“ought”一词指有机体固有的，作为能真正实现的真实潜能，而且最好是在病痛条件下实现。

“价值”一词的难题。很明显，我所讨论的问题和价值是有关系的（21,93），不论这个词的定义如何。当然，“价值”有许多定义，对不同的人有不同的含义。事实上，它在语义上相当混乱，我相信我们很快就将放弃这一含义混杂的词而宁愿选用更精确、更操作化的定义代表每一依附于

它的亚含义。

用另一个形象的说法，我们可以设想“价值”概念为一个大的容器，装有各式各样杂乱的和模糊不清的东西占大多数谈论价值的哲学家曾力求找到一个简单的公式或定义能把容器内的每一件东西拴在一起，尽管许多东西是偶然进入容器的。他们问道，“这个词真正的意思是什么？”忘记了它仅仅是一种标签，并不真正代表任何意思。只有繁复的说明才起作用，那就是说，需要把不同的人实际上对这个词的一切不同用法归类研究。

跟着到来的是一系列有关这一问题不同侧面的简短意见，假说和提问；是各种不同的使事实和价值可以说是相互融合的方式或接近融合的方式，就“价值”一词和“事实”一词的各种意义说的融合。这好象是一种转移，从词典编辑者之间的争论转移到对心理学和心理治疗领域中的操作和实际发生的事情的集中注意：从语义世界转移到自然世界。实际上，这将是把这些问题引入科学领域的第一步（科学的广泛定义包括经验资料和客观资料）。

作为“应该-是-探索”的心理治疗。我现在要用这样的想法来看心理治疗和自我治疗的现象。人们在寻求同一性、真实自我等等时提出的问题

很大一部分是“应该”的问题：我应该做什么？我应该成为什么？我应该怎样解决这一冲突？我应该从事这一事业还是那一事业？我是否应该离婚？我应该活下去还是死？

大多数未受过教育的人很愿意直接回答这些问题。“假如我是你，……”他们说，然后提出建议和劝告。但受过训练的人懂得，这样做不起作用，甚至有害。我们不说我们认为别人应该做什么。

我们懂得，从根本上说，一个人要弄清他应该做什么，最好的办法是先找出他是谁，他是什么样的人，因为达到伦理的和价值的决定、达到聪明选择、达到应该的途径是经过“是”、经过事实、真理、现实的发现的，是经过特定的人的本性的发现的。他越了解他的本性，他的深蕴愿望，他的气质，他的体质，他寻求和渴望什么，以及什么能真正使他满足，他的价值选择也变得越不费力，越自动，越成为一种副现象。（这是弗洛伊德的重大发现之一，也是常被忽略的一方面。）这样看，许多问题立即消失；另有许多问题很容易解决，只要知道什么是合乎一个人的本性的，什么是合适的、正确的。①（我们还必须记住，对一个人自己深蕴本性的认识同时也是对一般人性的认识。）

①同一性、真实性、自我认识等等的完成肯定不会自动解决一切伦理问题。在虚假问题褪色以后，还有许多真实问题存留。但是自然，即使这些真实问题对于一个眼光明亮的人也容易得到较好的处理。忠实于自己和清楚认识自己的本性是达到真诚道德决定的先决条件。但我的意思不是说，成为真诚的和自知的就足够了。真诚的自知对于许多决断肯定是不够的；它是绝对必需的，但不是充足的。我在这里也不谈心理治疗的无可怀疑的教育特征，即医师的价值（假如仅作为一种榜样）在不知不觉中的灌输，问题在于：什么是中心？什么是外围？什么应尽快扩大？什么应尽量缩小？我们的目的是靠揭示达到纯自我发现吗？什么是在实用上正确的目的？我还愿指出，拒绝把自己强加于患者或对他进行灌输能经由弗洛伊德的镜像超脱成存在治疗家的存在爱的“谈心活动”而完成。

那就是说，我们帮助他经由“确实性”寻求“应该”。发现一个人的真实本性既是一种应该的探索，又是一种是的探索。这种价值探索，由于它是对知识、事实和信息的探索，即对真理的探索，因而也正好是处于明智的科学范围内的。至于心理分析方法，以及一切其他非干预的、揭示性的道家治疗方法，我能以同等的准确程度说，它们一方面是科学的方法，另一方面也是价

值发现的方法，这种治疗是一种伦理的探索，甚至在自然主义的意义上也是一种宗教的探索。

在这里请注意治疗的过程和治疗的目标（是和应该之间的另一对照）是不能分割的。把两者分开只能是荒唐或悲剧。治疗的直接目标在于弄清某人是什么；治疗的过程也是要弄清某人是什么。你要弄清你应该如何吗？那么请先弄清你是什么人吧！“变成你原来的样子！”关于一个人应该成为什么的说明几乎和关于一个人究竟是什么的说明完全相同。①

①真实的自我在一定程度上也是构建的和创造的。

在这里，“价值”，就目的的意义说，就你力求达到的终点、极限、天国的意义说，现在恰恰就存在。一个人努力寻求的自我，在一种非常真实的意义上现在恰恰就存在，正如真实的教育，而不是一个人在四年路程的终点得到的那张文凭是每时每刻的学习、领悟和思考的过程一样。宗教的天国，据设想要在生命完结以后才能进入，因为生命是无意义的，但实际在原理上是我们一生任何时刻都能达到的。我们现在就能进入天国，天国就在我们的周围。

存在和形成可以说是紧紧靠在一起的，现在

同时存在的。旅行能给予目的的快乐；它无须只作为达到目的的手段。许多人太晚才发现，由于多年工作才能得到的退休原来还不如工作的年月那么甜蜜。} 接受。另一类事实和价值的融合来自我们称之为接受的态度。这里，融合与其说来自现实的改善，是的改善，不如说来自应该按比例下降，来自对期望的重新确定，使期望更接近现实，因而更有可能达到。、城我所说的这个意思能从治疗过程得到阐明，这时我们对于自己过于完美的要求，我们对于自己的理想形象在顿悟中破裂。当我们容许自己发现自己也有某些怯懦、妒忌、敌意、或自私的闪念时，那完美勇士、完美母亲、或完美逻辑家和理智者的自我意象就会崩塌。

这往往是一种令人沮丧甚至绝望的真切认识。我们会感到有罪，或堕落，或毫无价值。我们认为我们的是距离我们的应该极端遥远。

但是，也十分突出的是我们在成功的治疗中一定要经过接受的过程。我们从憎恶自己向顺从的态度转移。但从顺从中有我们有时又进而会想：“那终究不是一件坏事。那确实完全合乎人性，完全可以理解，为什么亲爱的妈妈有时会恨她的宝宝。”有时我们还会看到自己甚至走得更远，达到一种对人性的充满爱的接受，并且出于

对失败的充分理解，最终会认为人性是合意的，美丽的，是一种光荣。那位妇女，对男子气满怀恐惧和憎恨，最终会开始喜欢它，甚至会因它而生成宗教的敬畏感，直到狂喜的地步。起初被认为是一种恶的东西，能变为一种光荣。重新确定她对男性的看法，她的丈夫能在她眼前变成他应该成为的样子。我们所有的人都能从儿童那里体验到这一点，只要我们放弃我们的苛责，放弃我们关于他们应该如何的规定，放弃我们对他们的要求。我们能偶尔在怎样的程度上这样做，我们也能在怎样的程度上把他们瞬时视为完美的，现时确实能给人以极敏锐地感受为美丽的，非凡的，十分可爱的。我们关于意愿和希望的主观体验，也就是不满足的体验，于是能同满足、同意，以及同应该出现时我们所感受的定局的主观体验相融合。我引用阿兰·瓦茨说得非常好的一段话来说明我的意思：“……在死亡来临时，许多人都有一种奇异的感受，不仅觉得能接受一生中已经发生的每一件事，而且觉得那也是他们所愿望的。这不是在迫切需要意义上的愿望：它是对不可避免和愿望两者同一的意外发现。”（151）

说到这里我们也想到罗杰斯（128）的各种小组实验，它们都证明，在成功的治疗过程中，自我理想和实际自我逐渐接近融合。用霍尼的话说，真实的自我和理想化的形象徐缓地被改变并

移向融合，逐渐变成同一的东西而不是远不相同的东西（49）。更正统的、弗洛伊德的关于粗暴的和进行惩罚的超我的概念也与此类似，超我在心理治疗过程中能按比例地降下来，变得更和善，更认可，更亲爱，更自我赞同：这是以另一种方式说，个人对个人自我的理想和个人对个人自我的实际觉知逐渐靠拢，能容纳自尊并因而也能容纳自爱了。

我宁愿举的例子是分裂人格和多重人格。在这样的病例中，表现出来的人格总是过于因循的、谨小慎微的、假正经的类型，拒绝潜在的冲动以致完全压抑这些冲动，弄得他只能从自己的心理病理的、儿童般的、冲动的、寻求快感的、无控制的方面的全面突破得到满足。二歧化会使两种“人格”都受到歪曲，融合将引起两种“人格”中的真实改变。从专断的“应该”中解脱出来才有可能拥抱并享受现在的“是”。

有几位罕见的心理医师，他们象视淫者那样，利用揭露的手段作大对患者的一种贬抑术，好象一个假面具撕掉了，患者露出真相原来“并不怎么样”。这是一种控制战略，一种胜人一筹的本事。它变成一种社交攀比的形式，一种使自己感到有力量、强大、占优势、高超、甚至飘然欲仙的方法。对于某些自视不高的人，这是一种

使他们能够变得敢于与人亲近的办法。这在一定程度上意味着被揭露的东西——那些畏惧、焦虑、冲突——是低级的，不好的，罪恶的。例如，弗洛伊德，甚至直到他生命的最后，都不曾真正喜爱过无意识而仍然大都把它说成是危险的、罪恶的，必须受到控制。

幸好，我认识的多数医师在这方面是完全不同的。一般地说，他们关于人的深层蕴含知道的越多，他们也越喜爱他们，尊重他们。他们喜爱人性，不会依据某一先已存在的定义或柏拉图，的本质作为衡量标准，不会因为人性达不到这样的水平便谴责它。他们发现有可能设想人是英勇的、纯洁的、聪明的、有才华的、或杰出的，甚至当这些人是患者，暴露了自己，暴露了他们的“弱点”和“罪恶”时也一样。

或者，用另一种方式说，假如一个人更深入地观察人性而感到以前的幻想破灭，那么这等于说一个人曾有过一些幻想或期望那是不能实现的或见不得阳光的，即，那是虚假的和不真实的。我记得二十五年前在我的一项性学研究中有一位被试者，她丧失了对宗教的信仰，因为她简直不能相信这样的上帝，他竟会发明这样一种淫猥的，肮脏的，和令人作呕的制造婴儿的方式。我又想起中世纪不同僧侣的记述，他们深为他们的

动物本性（例如，排粪）和他们宗教追求的不相容所苦。我们的专业经验使我们能对这种不必要的、自己制造的愚蠢置之一笑。

一句话，基本的人性已被称为肮脏的、罪恶的、或野蛮的，因为它的某些特征已被先验地确定为如此。假如你把排尿或月经定为肮脏的，这一语义的戏法就会使人体也变成肮脏的。我曾认识一个人，他每次受到他妻子的性吸引时都深为内疚和羞耻的痛苦所折磨；他是“语义上的”邪恶，专断定义的邪恶。因此，以一种更接受现实的方式重下定义，是一种缩小是和应该之间距离的方法。

统一的认识。最佳条件下的事实即价值。（应该成为的已经实现。）我已经指出过，这一融合能沿着两个方向之一发生，一是改善实际状况使它更接近理想，另一是让理想按比例下降，让理想能更接近实际存在的事物。

也许现在，我可以添加第三条道路，即，统一的认识。这是一种能力，能在事实——是中同时发现它的特殊性和它的普遍性；既把它视为此时此刻，同时又把它视为永恒的，或者宁可说是能在特殊中并通过特殊看到普遍，能在暂时和瞬时并通过瞬时看到永恒。用我自己的话说，这是存在领域和缺欠领域的一种融合：当沉浸在缺欠

领域中时意识到存在领域。

这不是什么新东西。禅宗、道家、或神秘文献的任何读者都能理解我所谈论的问题。每一位神秘论者都曾力图描绘具体物的这种生动性和特殊性，同时又描绘它的永恒、神圣、象征的性质（类似一种柏拉图式的本质）。而现在，除此以外，我们又有了许多实验家（例如，赫胥黎）的这一类描绘，描绘用幻觉药剂进行实验的效果。

我能利用我们对儿童的认识作为这种认识的普通一例。在原理上，任何儿童都可能变成任何东西。它有巨大的潜能，因此，在一定意义上，它是任何东西。假如我们有任何敏感性，我们观察他们时应该能意识到这些潜能并肃然起敬。这一特殊的婴儿可能被认为有可能是未来的总统，未来的天才，未来的科学家，或英雄。实际上，他此刻确实在一种现实的意义上也具有并就是这些潜能。他的事实性的一部分正是他体现的这些各式各样的可能性。对于这个婴儿任何丰富而又充分的观察都能看到这些潜能和这些可能性。

同样地，对任何女人或男人任何充分的认识都包括他们的神性、牧师的可能性，体现在真实而有限的人类个体中而熠熠闪耀出来的神秘物展现在你的眼前：他们维护什么，他们能成为什么，他们使我们想到什么，我们能从他们得到什

么诗情画意。（一个敏感的人看到一位妇女喂宝宝吃奶或烘烤面包，或看到一位男子汉保护他的家庭免遭危难时，怎么可能总是无动于衷？）每一位优秀的医师对于他的患者都必须有这种统一的认识，不然他绝不能成为一个合格的医师。他必须能给予患者“无条件的积极关注”（罗杰斯用语）——把他看成是一个独一无二的、庄严的人——同时又意识到患者是有缺欠的，他是不完善的，他需要接受改善的治疗。①患者作为人类一员的这种尊严是需要注意的，我们对于任何患者都应尊重，不论他所做出的事情多么可憎。这是废除死刑运动中所蕴含的那种哲学，包括禁止过度贬抑个人或禁止残酷的和异常的惩罚。

①对于似乎矛盾的认识的这一同时的接受和融合常被拿来和宗教的、上帝的语言中的认识相比。例如，一位信教的妇女的信中有这样的话：“我在成长-安全观念和二歧（自私-不自私）观念中看到有一种和现实-潜势观念的类似。上帝在我们现在的状况中观察我们并爱我们，但也看到我们的潜能。要求我们向前发展我们的潜能。当我们变得更神圣时，难道我们不能也在一个人的现状中接受他同时召唤他走下一步吗？”

我们要有统一的认识就必须既认识人的圣洁庄严的一面，又认识他的世俗褻渎的一面：看不

到这些普遍的、永恒的、无限的、基本的象征的性质肯定是一种下降，降到具体的、物的水平。这因而是一种局部的盲目。（参看下文讨论“应该的盲目性”的一段。）

这个问题所以和我们的讨论有关，在于这是一种同时看到是和应该的方法，既看到直接的、具体的真实性，又看到可能成为的、能够成为的东西，看到目标价值，它不仅可能实现而且现时就存在，就在我们的眼前。这也是一种我曾能够教给某些人的方法；因此，在原理上，它使我们看到，有意地、自愿地融合事实与价值的可能性就在我们面前。读荣格、埃利亚德、坎贝尔、或赫胥黎的书而又在我们的认识中不受到恒久的影响，不使事实和价值靠拢在一起，那是很难做到的。我们无须等待高峰体验带来融合！

“实体化”。另一种有关这一问题的说法是转向它的另一个侧面。几乎任何手段活动（手段价值）都能转化为目的活动（目的价值），只要一个人有足够的聪明要这样做。一件工作起初为生计的原故不得不干，最终能为了它自身的原故为人所喜爱。甚至最沉闷、最单调的工作，只要在原理上是有价值的，就能受到尊崇并成为神圣的（从一个简单的手段变成一个目的，一种价值自身，即实体化了）。有一个日本电影（Ikuri）非

常清楚地说明了这一点。当癌症死亡临近时，原来最沉闷的办公室工作也变得实体化了，生命必须变得有意义和有价值，不论它应该成为什么样子。这也是另一种融合事实与价值的方式；一个人能使事实转化为目的价值，只要把它看成那样的，并因而使它成为那样的。（我觉得，神圣化或统一的观察和实体化有所不同，虽然两者有交迭。）

事实的向量性质。我从韦特海默引一段话作为研究的开始（155）：

什么是结构？七加七等于.....，这种情境是一个带有空隙、缺口（空位）的系统。可能以各种方式填满缺口。一种填法——十四，就它在整体中的作用看，是和情境相符的，适合缺口的，在此处是这一系统中在结构上所需要的。它适当地处理了这一情境。另外的填法，如十五，就不适合。它们不是正确的填法。它们是任意确定的，是盲目的，或破坏了这一缺口在这一结构中所具有的作用。

这里，我们有“系统”概念，“缺口”概念，不同“填空”、情境需要的概念；有“需求性”。

假如一条数学曲线有一个缺口，有一个地方缺少点什么，情况也类似。要填满缺口，从

曲线的结构看，往往有一些限定表明，某一填补对于结构是适合的，明智的，正确的；另外的则不行。这和内在必要性的老概念是有联系的。不仅逻辑运算、结论，等等，而且发生的事情，主体的做为，存在的状况，也能在这样的意义上成为合理的或愚蠢的，合逻辑的或不合逻辑的。

我们可以制定一个公式：给定一情境，一个系统带有一个空位，某一填空是否适合这一结构，是否正确，往往取决于这个系统的结构，情境的结构。这里存在着一些需求，在结构上决定的需求，存在着纯理论的明确判别可能性，能分辨哪一种填空适合情境，哪一种不适当，哪一种违背了情境的需求……这里坐着一个饥饿的儿童；那边有一个男人在盖一个小家屋，缺少一块砖。我一只手拿着一块面包，一只手拿着一块砖。我把砖递给饥饿的儿童，把柔软的面包递给了那个男人。这里我们有两种情境，两个系统。我的分配对于填空作用说是盲目的。

接着，在脚注中，韦特海默附加说：

在这里，我不能讨论这样的问题——如阐明“需求”概念，等等。我只能说，通常对是和应该的简单分割必须改正。这样一种秩序

的“决定”和“需求”是客观的性质。

《格式塔心理学文献》（45）一书的大多数作者也有类似的论述。事实上，格式塔心理学的全部文献都是证明，事实是动态的，而不只是静态的，它们不是无向量的（仅有数量）而是有向量的（既有数量，又有方向），如克勒（62）曾特别指出的。在哥尔德斯坦、海德尔、莱温和阿施的著述中（39、44、75、76、7）甚至能找到更有力的例证。

事实并不是仅仅躺在那里，象碗里的麦片粥；它们做着各为各样的事情。它们自行分类；它们完成自身，一个未完成的系列“要求”一个美好的完成。墙上卷曲的画请求弄得平展；未完成的课题总是不断打扰我们直到我们完成为止。蹩脚的格式塔会使自己成为较完美的格式塔，不必要的复杂印象或记忆会使自己简单化。音乐的和谐要求正确的和弦才能达到完美，不完善的趋向完善。一个未解决的问题坚持不懈地指向它的恰当解决。“情境的逻辑要求……”，我们总是这样说。事实是有权威的，有要求的品格。它们需要我们；它们可以说“否”或“是”。它们引导我们，向我们提出建议，表明下一步该做什么并引导我们沿着某一方向而不是另一方向前进。建筑家谈论地基的需要。画家会说那块油画布“要求”多用

些黄颜色。一位服装设计师会说，她设计的服装需要一种特别的帽子配成套。啤酒和林堡配套比和罗克福配套更好，或象某些人说的，啤酒“喜欢”一种乳酪胜过另一种。

哥尔德斯坦的著作（39）特别证明生物机体的“应该”。一个受损伤的机体不满足于它的现状，不安于受损。它努力着，敦促着，推进着，它和自身作战、斗争，要重新使自己成为一个完整的统一体。从一个丧失了某一能力的统一体，它力争变成一个新型的统一体，使已丧失的能力不再能危害它的统一。它管理自己，制造自己，再造自己。它肯定是主动的而不是被动的。那就是说，格式塔和机体论心理学家不仅有“是”的洞察，而且有“向量”的洞察（应该的洞察？），而不是象行为主义那样的“应该盲”，认为生物机体仅仅是被“做成”那样，而不是自己也在“做着”，也在“要求着”。这样看，弗洛姆、霍尼、阿德勒也可以说有“是”和“应该”的洞察。有时我发现，应该认为所谓的新弗洛伊德派是综合了弗洛伊德（他缺乏充分的整体观）和哥尔德斯坦和格式塔心理学家，而不仅仅是背离弗洛伊德的异端。

我想坚持的是，事实的许多这一类动力特征、这一类向量的性质，恰恰落入了“价值”一词的语义范围。至少，它们在事实和价值之间的二

歧鸿沟上架起了桥梁，这种二歧之分已被大多数科学家和哲学家循惯例而不加思索地认为是科学自身的一个规定性特征。许多人把科学规定为在道德上和伦理上是中性的，关于目的或应该没有什么可说。他们就这样给一个不可免的后果敞开了大门，那就是说，假如目的必须来自某处，又假如目的不能来自知识，那么，它们便只能从知识以外的地方到来。

“应该性”由“事实性”所创造。这一点通过一些易懂的阶段引导到一个范围更广的概括。事实的“事实程度”、它们的“事实的”性质的增强同时也引导到这些事实的“应该的”性质的增强。事实程度产生应该程度，我们可以这样说。

事实创造应该！某物被看到或认识得越清楚，某物也变得越真实越不会被误解，它也会获得越多的应该性质。某物变得越“是”，它也变得越“应该”——它获得更高的需求度，它更高声地“要求”特殊的行动。某物被理解的越清楚，也变得越“应该”，它也变成行动的更佳向导。

在实质上，这表示，当任何事物十分明确，十分肯定，十分真实，毫无疑义时，它就会在自身内部提出它自己的需求，它自己的需要品格，它自己的适合性。它“要求”某些行动而不要求其他行动。假如我们规定伦理学、道德和价值为行

动的向导，那么，弓！向最坚决的行动的最容易理解和最好的向导就是非常确实的事实；事实越真确，它们也越是行动的好向导。

我们可以利用一个不能确定的诊断作为一个例子说明这一点。我们都见过青年精神病医师的犹豫不决和摇摆不定，对患者宽容、敏感和下不了决心，他们在诊断中完全不能肯定是怎么回事。当他参照许多其他诊疗意见和一连串相互印证的测试又假如这完全符合他自己的观察并做过反复核实时，他会变得十分肯定，例如，确诊患者是精神变态；于是，他的行为以一种非常重要的方式向肯定改变，向坚决和有把握改变，变得确切知道该做些什么，以及什么时候和如何去做。这种确定感武装了他，使他敢于反对患者亲属的不同意见和对立看法，反对任何其他有不同想法的人。他能排除对立径直行事仅仅因为他没有怀疑；这是以另一种方式说，他理解了问题的真情。这一知识使他能够不顾他可能加之于患者的痛苦，不顾患者的眼泪、抗议、或敌意，毫不犹豫地破浪前进。只要你相信自己，你便不再惜力。肯定的知识意味着肯定的伦理决断。诊断的确定意味着治疗的确定。

在我自己的经验中，我也有一个例子能说明道德的坚定是怎样来自事实的确定的。在读研究

生期间，我曾研究过催眠术。大学有一项规定禁止催眠，理由是，我猜测，它不能成立。但我确信它能成立（因为那时我正在做这件事），并相信它二惑通向知识的一条康庄大道，一种必需的研究途径。我的无所顾忌使我自己也感到吃惊；我甚至不惜说谎或偷偷摸摸地进行。我不过是做必须做的事，因为我敢绝对肯定它是一件应该做的正当事。（请注意“应该做的正当事”这一短语，它同时既是一个认知词，又是一个伦理词。）①我只不过比他们懂得的要多些。我无须生这些人的气，我仅仅认为他们在这件事上是无知的而不重视他们。（这里我撇开了不适当的确信感这一非常困难的问题；那是另一个问题。）

①“错误”、“不好”、“正确”也是这样的认知-评价词。那位英语教授的故事是一个进一步的说明。他告诉他的学生有两个不雅的词他们写作时最好不要用，一是“lousy”，一是“swell”。等了一会儿以后，一个学生问道：“那么，它们究竟是什么意思呢？”

另一个例子：当父母犹豫不定时，他们是软弱的；当他们确信时，他们变得坚强、肯定而明确起来。假如你确切知道你的所做所为是什么，你就不会瞎摸，即使你的孩子哭喊，有痛苦，或抗议。假如你知道，你必须拔出一根刺或一个箭

头，或者假如你知道你必须动刀才能救孩子的命，你就能毫不手软地去做。

这正是知识带来明确决断、行动、抉择的地方，使我们知道该做什么，因而给了我们手臂的力量。这非常象一位外科医生或牙科医师所处的情境。外科医生剖开了肚子找到发炎的阑尾，他知道最好把它割掉，因为如果让它烂在肚子里就会死人。这是一个例子，说明真理命令必须的行动，“是”命令“应该”。

所有这一切都和苏格拉底的信念有联系，苏格拉底曾认为，没有人会自愿地选择虚假抛弃真理，或择恶弃善。这里的假设是：无知使错误的选择成为可能。不仅如此，而且全部杰弗逊的民主论都以这样的信念为依据，即：充分的知识引导到正确的行动，没有充分的知识也不可能有正确的行动。

自我实现的人对事实和价值的认识。若干年前，我曾报告说，自我实现的人是（1）对现实和真理很有认识的人，也是（2）对是非一般不会混淆的人，他们能比一般人较快并较有把握地做出伦理决断（95）。第一个发现从那时以来经常得到支持，我也认为我们今天能比二十年前更好地理解这一点。

然而，第二个发现一直是某种难解之谜。当然，我们今天关于心理健康的心理动力问题知道得更多了，因而我们能够更安于这一发现，并更倾向于希望未来的研究能够肯定它是事实。

我们当前讨论的上下文允许我提出我的强烈的印象（这当然必须得到其他观察者的印证），即这两个发现可能是有内在联系的。那就是说，我认为对于价值的明确认识在一定程度上是对于事实的明确认识的一种结果，或者说，它们甚至可能是一回事。

我称之为B-认识——对存在的认识——的东西，或对他（Otherness）、对人或物的内在本性的认识，更经常地出现在更健康的人中，并似乎不仅是对深层确实性的一种认识，而且同时也是对有关对象的应该性的一种认识。那就是说，应该性是深刻认识的事实性的一个内在固有的方面：它自身也是一个有待认识的事实。

这一应该性，要求的品格，或需求性或固有的行动需求，似乎只对那样的人有影响，他们能清楚地看到所得印象的内在本性。因此，存在认知能引导到道德的肯定和决断，正如高智商能引导到对一套复杂事实的明确认识，或也如一位体质敏感的美术鉴赏者往往能非常清晰地看到色盲不能看到或其他人视而不见的东西。一百万色盲

不能看到地毯的绿色，那也没有什么要紧。他们可能认为那地毯是灰色的，但这对于那位清晰、生动而无误地看到事实真相的美术家毫无影响。

因为更健康的、更有认识的人很少是“应该盲”——因为他们能让自己认识什么是事实所希望的，什么是事实所要求的，什么是事实的暗示、需要或恳求——因为他们能让自己象道家那样任由事实引导——他们因而会在一切价值决断方面较少踌躇，这些决断取决于现实的性质，或其本身就是现实的一部分性质。

只要一个对象的事实面和同一对象的应该面可以分开，分开谈论“是认识”和“是盲”以及“应该认识”和“应该盲”便可能是有益的。我相信，一般人因而可以被说成是“是认识”而“应该盲”。健康人是更能认识“应该”的人。心理治疗导致更高的“应该认识”。我的自我实现被试的更坚定的道德决断可能直接来自更明确的“是认识”，更明确的“应该认识”，或同时来自两者。

即使有可能使问题复杂化，我仍不禁要附加说，应该可以部分地理解为一种对潜能、对理想的可能性的盲目性。作为一个例子，让我引述亚里士多德所说的关于奴役的应该盲。当他审查奴隶时，他发现奴隶确实在性格上是奴性的。这一描述性事实那时被亚里士多德认为是奴隶的真正

的、最内在的、本能的性质。因此，奴隶是本性如此，他们应该成为奴隶。金西也犯了类似的错误，把简单的、表面的描述和“正常状态”混淆了。他不能看到本来“可能”成为怎样的。弗洛伊德和他关于女性软弱心理的学说也是如此。女性在他的时代通常的确不怎么样，但不能看到她们进一步发展的潜能正如不能看到一个孩子有机会就能长大成后译。对未来可能、变化、发展、或潜能的盲目必然导致一种见状哲学，把“现在的是”（包括全部现有和可能有的）当作标准。正如西利说到描述的社会科学家时所说的，纯描述仅仅是一张应邀加入保守党的请帖。①脱离价值的“纯”描述，除了其他问题以外，仅仅是草率的描述。

①迄今为止，我在“应该认识”的题下分别列出了几种认识。一种是感知领域的格式塔-向量（动力的或方向的）方面的认识。第二种是对作为现在存在的未来的认识，即对作为未来成长和发展的潜能和可能性的认识。第三种是统一型的认识，在这种认识中，知觉对象的永恒面和象征面连同它的具体面、直接面和有限而同时被认识。我不能肯定，我所说的“实体化”。对一项活动作为一个目的而不仅仅作为一个手段的深思熟虑认识，和这种认识如何相似或如何不同。由于它们是不同的操作，我愿暂时仍然让它们分隔

开。

道家的倾听。一个人能找到对自己是正确的东西，办法是仔细地、象道家那样地倾听自己内部的呼声，为了让自己被铸造，被引导，被指引而倾听。好的心理医师以同样的方法帮助求诊患者——让他听到他已被淹没的内部呼声，他自己本性的微弱命令，要知道，按照斯宾诺莎的原理，真正的自由是由接受和爱必然、爱真实的本性所组成的。

同样地，一个人要发现怎样对待世界才是正确的，也要靠同样地倾听它的本性和呼声，靠对它的需求和暗示的敏感，要安静下来让它的呼声能被听到；要能承受，不干预，不要求，并由它自然发展。

我们在日常生活中时时刻刻都在这样做。切开一只火鸡能够弄得更容易，只要我们知道关节在哪里，怎么掌握刀和叉，即对有关事实有充分的了解。假如事实已被充分了解，它们就会引导我们、告诉我们该做什么。但这里还蕴含有这样的意思：事实是不会高声说话的，理解事实是困难的。要能听到事实的声音必须保持安静，非常受纳地谛听，以道家的方式谛听。那就是说，假如我们希望让事实告诉我们它们的应该性，我们必须学会以一种非常特殊的方式洗耳恭听，这种

方式可以称为道家的一一静默的，不作声，安宁的，充分地听，不干预的，接纳的，耐心的，尊重眼前的问题，谦恭对待眼前的问题。

这也是一种关于古老苏格拉底学说的现代说法：从来没有什么人有了充分的知识还会去作恶。虽然我们不能走得那么远因为我们现在当然知道还有除无知以外的恶行，但我们仍然可以同意苏格拉底的看法，把对事实的无知看作恶行的主要原由。这等于说事实自身在其本性范围内荷有一些暗示，告诉我们应该对它们做些什么。

用钥匙开一把难开的锁是另一种类型的活动，最好也用道家的方式进行，轻轻地、细心地、摸索着进行。我想我们都能理解这是一种非常有效的方法，有时是最好的方法，解决几何学问题（156）、治疗问题、婚姻问题、职业选择、等等，以及道德意识问题、是非问题也应如此。

这是接受事实的应该性质的必然结果。假如有这种性质存在，我们就必须认清它。我们知道这不是一件容易做到的事，我们应该研究那些能使我们达到最大可能“应该认识”的条件。

第九章 存在心理学简说^①

一、存在心理学（Being-psychology）*的定义（它的论题，问题，研究范围）

（也可以称为本体心理学，超验心理学，完善心理学，目的心理学）

①这些片断还不是最终的形式，它们也没有形成一个完整的结构。它们以（89）和（95）中提出的观点为基础，并推演这些观点到它们的理想限度。它们是在我作为加利福尼亚州拉霍亚地区西方行为科学研究所安德鲁·凯客座研究员任期内于1961年写成。另一些关于存在心理学的解释见（84）和（86）。

*马斯洛所说的Being-psychology和兴起于欧洲的existential psychology（存在主义心理学）不是一回事。两者的不同见马斯洛的《存在心理学探索》一书第二章。——译者

1. 讨论目的（而不是手段或工具），目的状态，目的体验（内在的满足和愉快）；人，自身作为目的（庄严的，独特的，不能类比的，和每一他人同样可贵，而不是工具或达到目的的手段）；使手段变成目的、使手段活动转化为目的活动的技术。讨论物本身，象它们处在自身本性状态中的样子，只有在它们是自我生效时，内在有效时，它们的固有价值 and 自身价值才无须证

实。此时此地的状态，现在被充分体验，现在本身（作为目的），不是作为过去的重复或未来的序曲。

2. 讨论终结和末端状态；即完成、顶点、终局、结尾、全体、极致、完美（没有任何缺欠的状态，不再有任何需要，不可能再做改善）。纯愉快的状态，欢乐、幸福、狂喜、入迷、实现、现实化；希望实现的状态，问题得到解决，愿望得到批准，需要满足，目标达到，梦想成为现实等等的状态。已经在那里的状态；已经到达那里而不是正在努力争取到达那里。高峰体验。纯粹成功的状态（一切否定的暂时消失）。

2a. 完成和终局的不愉快、悲剧状态，只要它们能产生存在认知。失败、无望、绝望、防御瓦解的状态，价值系统的无能为力，面临真正犯罪的深渊，所有这些在有足够力量和勇气的某些情况下，都能迫使人达到对真理和真实的认知（作为一个目的，不再作为一种手段）。

3. 觉得完美、认为完美的状态。完美概念。理想、模式、极限、范例、抽象定义。人，作为他潜在的存在，或可以被设想为完美的、理想的、模式的、真诚的、丰满人性的、范例的、超儿的、值得模仿的，或在这些方面具有潜势或向量（即在最佳境遇下他会成为、能成为的样

子，或作为潜势存在的人；人性发展的理想限度，他在逐步趋近，但绝不会一劳永逸地达到）。他的注定目标、他的命运。这些理想的人类潜能使我们能从理想中推知心理治疗、教育、家庭训练、成长的极致、自我发展等等的至远目标（参看下文“规定存在价值的操作”）。讨论内核的定义和人的规定性特征；他的本性，他的“固有内核”或“内部核心”；他的本质，他现时存在着的潜能，他的必要条件（本能，体质，生物本性，内在固有的人性）。这使得“丰满人性”、“人性程度”或“人性萎缩程度”的说明（定量的）成为可能。欧洲概念的哲学人类学。“必要条件”，规定性特征（人性概念的定义），要和典范（榜样，柏拉图的理念，理想的可能，完美的观念，英雄，模板，冲模）区分开。前者是极小值，后者是最大值。后者是纯粹的、静态的存在，那是前者力图变成的，前者所有的是很低的归类条件，例如，人是无羽毛的两足动物。而且，人类成员资格是全或无的，不在其内，就其外。

4. 无欲求、无目的状态，无缺失性需要、无激动、非竞争、非努力的状态，享受奖赏、得到满足的状态。取得收益。（因此，能“让一个人的兴趣、希望、口的完全处于视野以外，能在某一时刻完全放弃一个人的个性，继续作为纯认

识的主体……能清晰的观察世界”——叔本华。)

4a. 无畏状态；无焦虑状态。勇气。无碍的、自由的流动，无抑制、无阻挡的人性。

5. 超越性动机（在一切缺失性需要、一切缺失和要求得到满足以后的行为动力）。成长动机。“非激发的”行为。表现。自发性。

5a. 纯（始发的和 / 或整合的）创造的状态和过程。纯此时此地活动（在可能的范围内“摆脱”过去或未来）。即席创作。人与情境（问题）的相互吻合，以人-境融合作为一种理想限度的运动。

6. 关于希望（或注定的目标、使命、命运、天职）、自我的完成的描述、实证以及临床上或人格学上或心理测量上说明的状态；（自我实现，成熟，充分发展的人，心理健康，真实，真正自我的得到，个体特性的完成，创造性人格、自我同一性、潜在势能的领悟、确认或实现）。

7. 存在认知。和心灵以外的实在打交道，集中于实在的性质而不是正在进行认识活动的自我的性质或兴趣。看透人或物的本质。颖悟。

7a. 存在认知发生的条件。高峰体验。最低点或孤寂体验。死前存在认知。严重精神病倒退状态下的存在认知。存在认知式的治疗洞察。对存在认知的畏惧和躲避；存在认知的危险。

(1) 存在认知印象的性质。存在认知下所描述的和完美推断的实在的性质，即在最佳条件下的描述和推断，实在被设想为不依赖于观察者。非抽象的实在。（参看关于存在认知和缺失认知的解释。）

(2) 存在认知观察者的性质。真实，因为超脱、无欲念、不自私、“无偏见”、道家思想、无畏、此时此地（参看关于纯洁认知的注释）、承受、谦虚（不骄傲）、没有得失的考虑，等等。我们自己作为最有效的实在观察者。

8. 超越时间和空间。时间和空间被遗忘时的状态（被吸引，集中注意，着迷，高峰体验，低点体验），无关或有阻碍或有害时的状态。宇宙、人、物、经验，只要它们是无时间的、永恒的、无空间的、普遍的、绝对的、完美的。

9. 神圣的东西；崇高的、实体的、精神的、超验的、永恒的、无限的、唤起敬仰的、绝对的；敬畏状态；崇拜、供奉状态，等等。“宗教”虔诚状态，就其自然主义的一面而言。从永

恒面看的日常世界、日常的物和人。统一的生命。统一的意识。暂时和永恒的融合状态，局部和普遍、相对和绝对、事实和价值的融合状态。

10. 单纯状态（用儿童或动物作为范例）。（参看存在认知），（用成熟的、聪明的、自我实现的人作为范例）。单纯感知（典型的状况是对重要和不重要没有分辨；事事同样有可能出现；事事同样有趣；形和基很少区分；只有雏型的环境结构和分化，手段和目的很少分化，因为事事自身往往同样有价值；没有未来，没有预知，没有预警，因而没有惊异，忧虑，失望，期待，预测，焦虑，排练，准备，或烦恼；一件事情象另一件一样有可能发生；无干预的承受；接受发生的一切；几乎没有抉择、偏爱、挑选、分辨；对有关和无关很少区分；很少抽象、怀疑）。单纯举止（自发，表现，冲动；没有畏惧、控制、或抑制；没有狡诈，没有别有用心的动机；诚实；无畏；无企图；无计划、无预谋、无排练；谦恭〔不骄傲〕；没有不耐烦〔当未来未知时〕；没有改善或改造世界的冲动——单纯和存在认知有很多交迭；或许它们将来会证明是完全等同的）。

11. 倾向终极整体的状态，即倾向整个宇宙，倾向全部实在，以一种统一的方式看的实

在；每一事物也都是每一别的事物，任何事物都和每一事物有联系；全部实在不过是一个我们从不同角度观察的事物。帕克的宇宙意识（18）。对世界一部分的着迷观察就好象它是整个世界。看某一事物就象它是所有的一切，这是一种技术，例如在艺术和摄影术中，在剪裁、放大、扩充中，等等。（切断对象和他物的一切联系，从背景中突出出来，去掉它的嵌入状态，等等，让它显现自身，绝对地，新鲜地显现）。观察它的一切特征，而不是依据效用、危险、方便等等概念进行抽象。一物的存在即全物；进行抽象必然会从手段的观点进行观察并使它脱离物自身的领域。

超越分割、离散、互相排斥，超越排中律。

12. 观察到或推论出的存在特征（或价值）。存在王国（参看存在价值表）。统一意识。（参看有关存在价值操作定义的备忘录，下文第四节）。

13. 二歧（两极、对立、矛盾）已得到解决（被超越，相结合，相融合，整合）的一切状态，例如，自私和不自私，理智和感情，冲动和控制，信赖和意愿，意识和无意识，相反的或敌对的利益，愉快和悲哀，眼泪和笑，悲剧和喜剧，阿波罗（太阳神）和狄俄尼索斯（酒神），

浪漫和经典等等的二歧统一。一切能使对立转化为协作的整合过程，如爱、艺术、理智、幽默，等等。

14. 一切协同状态浓世界上，在社会中，在个人内部，在本性中，在自我中）。自私变得和不自私同一的状态（当我追求“自私的目的”而必须为其他每一个人造福的时候；当我成为利他的而使我自己也得益的时候，即当二歧已得到解决并被超越的时候）。能使美德得到报酬的社会状态，即当美德能够得到外部奖赏也如得到内在满足一样的时候；当德性、直爽、智慧、优美、诚实等等不会代价太高的时候。能培养和鼓励存在价值使之实现的一切状态。能使人易于从善的状态。阻止怨忿、反价值和反道德（对卓越的仇视和畏惧，对美、善、真等的仇恨和畏惧）的状态。一切能增进真、善、美等等之间相关关系的状态，使这些美德趋向理想统一的状态。

15. 能使人的困境（存在的两难处境）暂时得到解决、整合、被超越、或被遗忘的状态，例如，高峰体验，存在幽默和笑，“愉快的结局”，存在公道的胜利，“有价值的死”，存在爱，存在艺术，存在悲剧或喜剧，一切整合的时刻、行动和领悟，等等。

二、《存在心理学探索》（89）中所用“存

在”一词多种用法的简要说明

1. 它被用来指代整个宇宙、每一存在物、实在的一切。在高峰体验中，在着迷、集中注意状态，注意力能会聚于某一单个的物或人，并得到一种反应，“似乎”那就是全部存在，全部实在。这表示在整体上看一切都是相互关联的。唯一完整的东西是整个宇宙。任何有缺陷物都是局部的，不完全的，切断了固有的联结和关系，为了暂时的、实际的便利才如此。它也指代宇宙意识。并表示层次整合而不是二歧化。

2. 它指代“内核”，个人的生物本性——他的基本需要，能力，爱好；他的不能再简化的本性；“真正的自我”（霍尼）；他的内在的、根本的、固有的本性。同一性。由于“内核”既是遍及全种的（每一婴儿都有被爱的需要），又是个体的（只有莫扎特才是完美莫扎特式的），这个说法能表示“成为丰满人性的”和 / 或“成为完全特异的”。

3. 存在意味着“表现一个人的本性”，而不是竞争、努力、紧张、意愿、控制、干预、命令（含有一只猫就是一只猫的意思，而不是说一位女性扮演者是一女性，或一个小气鬼“试图”成为慷慨的）。它指代不费力的自发性（象一个聪明人表现出智慧，象一个婴儿显得孩子气那样），

使最深层的、最内在的本性在行为中表现出来。由于自发性很难做到，多数人都可以称为“人的扮演者”，即他们“试图”成为他们所设想的人的样子，而不是恰好成为他们本色的样子。因此，它也意味着诚实，坦荡，自我揭露。多数运用过自发性的心理学家暗自抱有未经充分审查的想法，认为神经症不是最深层本性的一部分，不是内核的一部分，或人的真实存在的一部分，而宁可说是人格更表面的一层，它掩盖或歪曲了真实的自我，即，神经症是对真实存在、对一个人深部生物本性的一种防御。“试图”可能不如“成为”（表现）好，但它比试也不试要好些，比无希望、不竞争、放弃好些。

4. 存在能指“人”、“马”等等概念。这样一种概念具有规定性特征，以特定的作用表明它的成员资格包括什么，排除什么。就人类心理学说，这是有局限性的，因为任何一个人既能看作是“人”这一概念或类的一员，又能看作是某一独特类如“爱迪生·西姆斯”的唯一成员。

并且，我们还能以两种绝然不同的方式利用类这个概念，或尽量减少或尽量扩大规定。尽量减少规定能使类几乎不排除任何一个个体。这不能给我们提供任何划分等级的依据或以任何方式在人与人之间进行区分。一个人或者是类的一

员，或者不是类的一员，或在类内或在类外。两者必居其一。

除此以外，类还能以它的完美范例（楷模，英雄，理想的可能性，柏拉图的理念，推演到理想的极限和可能）来规定。这种用法有许多优点，但它的抽象和静态性质必须注意到。在描绘我能找到的现实最优秀人物（自我实现的少，他们没有一个是绝对完美的）和另一方面描绘理论上的纯范例概念（从对现实非完人的描述出发进行推演构成的）之间有很深刻的区别。“自我实现的人”这一概念所表明的不只是那样一些人，而且是他们趋近的理想极限。这应该不难理解。我们习惯于蒸汽机或汽车的蓝图或图解，那自然绝不会和我的汽车或你的蒸汽机的照片相混。

这样一种概念定义并使我们有可能把本质的东西和外周的东西（偶然的、表面的、非本质的）区分开。它提供了一些标准，能区分真实的和不真实的，真的和假的，必需的和可以省却的或可以牺牲的，长远的、永恒的和过渡的，不变的和可变的。

5. 存在能表示发展、成长和变化的“终局”。它指代最终的产物或限度，或目标，或变化的末端，而不是变化的过程，如下句中表明

的：“这样，存在心理学和变化心理学能和谐一致，儿童，虽然单单是他自己，却能向前运动并成长。”这听起来非常象亚里士多德的“终极因”，或末端，最终的产物，意思是橡籽在它的本性中现在就有橡树，那是它将会变成的。（这是一种诡谲的说法，因为我们有拟人化的倾向，说橡籽“试图”成长。它不是这样的。它不过“是”一个婴儿。正如达尔文不会用“试图”一词解释进化，我们也必须避免这一用法。我们只能把它向它的极限成长解释为它的存在的副象现，解释为同时期的机制的“盲目”副产品，和过程。）

三、存在价值（作为高峰体验中所见世界的描述）

存在的特征也就是存在的价值。（可以类比为人性丰满者的特征，人性丰满者的爱好；高峰体验中人格（同一性）的特征；理想艺术的特征；理想儿童的特征，理想数学证明、理想实验和理论，理想科学和知识的特征；一切理想心理治疗（道家的不干预）的长远目标；理想人本主义教育的长远目标；某些类型的宗教的长远目标和表现；理想的良好社会和理想的良好环境的特征。）

1. 真：诚实；真实；（坦率；单纯；丰富；本质；应该；美；纯；洁净和未掺假的完

全)。

2. 善：（正直；合乎需要；应该；公正；仁慈；诚实）；（我们喜爱它，被它吸引，赞成它）。

3. 美：（正直；形态匀称；活泼；单纯；丰富；完整，完善；完全；独一无二；诚实）。

4. 完整：（统一；整合；倾向单一；相互联结；单纯，组织；结构；秩序，不分离；协同；同法则和相结合的倾向）。4a. 二歧超越：（接受，坚决，二歧、两极、对立面、矛盾的整合或超越）；协同（即，对立转化为统一，敌对者转化为相互合作或相互鼓励的伙伴）。

5. 活泼：（过程；不死气沉沉；自发，自我调整，充分运转，改变着又保持原样；表现自身）。

6. 独特：（特有的风格；个人的特征，不能类比，新颖；可感受到的特性；就是那样；不象任何别的东西）。

7. 完善：（没有什么多余的；也不缺少任何东西；一切都在合适的位子上，无须改善；恰当；正是如此，适宜，正当，完全；无可超越；应该）。

7a. 必需：（不可免；必须正象那样；任何一丁点也不要改变；那样就很好）。

8. 完成：（完给；终局；合法；事情已经完成，格式塔不再改变；目的实现；终点和末端；没有缺失，全体，命运的实现；终止；顶点，圆满封闭多新生前的死；成长和发展的终止和完成）

9. 公道：（公平；应该；适宜；成体系的性质；必需；不可免；无偏私；不偏袒）

9a. 秩序：（合法则；正确；没有多余的东西，完善安排）

10. 单纯：（忠实；坦率；本质；抽象，无误；基本骨架结构；问题的中心；不转弯抹角；仅仅必需的东西；无修饰，没有多余的东西）。

11. 丰富：（分化；复杂；错综；全体；无缺失或隐藏；都在眼前，“无所谓重要或不重要”；即一切都同等重要；没有什么是不重要的，一切顺其自然，无须改善、简化、抽象、重新安排）

12. 不费力：（自如；不紧张，不力争，或无困难；优雅；完美的运转）。

13. 欢娱：（玩笑；欢乐；有趣；高兴；幽

默；生气勃勃，不费力）。

14. 自足：（自主；独立；除自身以外不需要任何别的东西；自我决定；超越环境；分立；依据自己的法则生活，同一性）

四、以可测形式呈现的、说明存在价值含义的操作定义

1. 首先看到的是自我实现（心理上健康）的人的描述特征，象他们自己报告的那样，象研究者以及和他们关系密切的人所认识的那样（价值1、2、3、4、4a、5、6、7、（？）、s、9、9a、10、11、12、13、14，还有颖悟、接受、自我超越、认知的新鲜、更多的高峰体验、社会情感、存在爱、非力争、存在尊重、自我实现的创造性——creativeness_{sa}①）。

2. 作为自我实现的人的偏爱、选择、迫切需要、价值，见于他们自身，见于他人，见于外界中（假定有相当好的环境条件和相当好的选择者）。有某种可能除自我实现的人以外还有许多人有同样的、虽然较弱的偏爱、需要，但要有非常好的环境条件和非常好的选择者条件。任何存在价值偏爱可能性的增大有赖于（1）选择者心理健康的增进，（2）环境的合作，和（3）选择者的力量、勇气、活力、自信等等的增强。

假设：存在价值是很多人（大多数？所有人？）所深深渴望的（能在深蕴治疗中发现）。

假设：存在价值是能使人得到终极满足的东西，不论人是否有意识地寻求、偏爱或渴望它；即，存在价值带来完善、完成、实现、宁静、命运实现等等感受。在引起良好效果（治疗和成长的效果）②的意义上说也是如此。

①作者建议用写在下角的限制词说明许多主观概念，在这里，“sa”表示“自我实现的”（self-actualizing）。——原编者

②参看《存在心理学探索》（89）第三章。

3. 向调查研究者报告的世界的特征（或这类特征的迹象），这些特征是高峰体验者在高峰体验中领悟到的（即，在种种高峰体验中世界看来如何）。这些资料一般都能得到文献中关于神秘体验、爱的体验、审美体验、创造体验、父母和生育体验、理智领悟、治疗洞察（不经常）、体育运动、躯体感受的普通报告所印证，也能得到宗教著述某些方面的印证。

4. 高峰体验者向调查研究者报告的自我的特征（“敏锐的同一性体验”）；（包括一切价值，除第9条和自我实现的创造性可能是例外；此时此地的性质；非力争的价值，可以认为是对第

5、7、12条的阐明，诗意的交流）。

5. 调查研究者观察到的高峰体验者的行为特征（与上文4相同）。

6. 对于其他存在认知（当有足够力量和勇气时）也同样；例如，某些山麓体验；某些最低点和孤寂体验（精神病倒退、面临死亡、防御的崩溃、价值体系的幻觉、悲剧和悲剧体验、失败、面临人的困境或存在主义的两难处境），某些理智的和哲学的卓识、构建和洞察；关于过去的存在认知（“拥抱过去”）。论据的这一“操作”或来源自身是不充分的，即，需要其他的证实。有时支持其他操作的发现，有时和那些发现矛盾。

7. 被观察为“优秀”艺术的特征（“优秀”迄今的意思是“本研究者们所推荐的”）；例如，绘画，雕刻，音乐，舞蹈，诗，其他文学艺术；（除第9条以外的一切价值，对第7和第8条也有一些例外）。

一项试点实验：儿童的非写实绘画由艺术裁判按十分制评级，一种标准是从“最大一般美感值”到“最小一般美感值”，另一组裁判按十分制评价“完整性”，又一组评价“活泼性”，第四组评价“独特性”。四种变量是正相关。一项试点调

查：留下的印象是可能通过对绘画或短故事的审查做出有关艺术家健康的胜过随意判断的判断。

可以检验的假设：美，智慧，善良，和心理健康之间的相关关系随年龄而增进。对以十进位为区分的不同年龄的人的美、善良、智慧和健康进行评级，每一项评级由不同的裁判组做出。全部评级都应该是正相关，对三十多岁的人相关值应该更高，四十多岁再升高，等等。假设迄今只得到偶见的支持。

假设：对小说按所有十五种存在价值进行评级将证明，“贫乏”的小说（由裁判做出）不如“杰出”的小说更接近存在价值。对于“杰出”音乐和“贫乏”音乐也同样。非规范的陈述也是可能的；例如，哪些画家，哪些语言，哪种舞蹈有助于提高或增强个人特征、诚实、自足、或其他存在价值，或能以范例说明这些价值。还有，哪些著作、诗词是更成熟的人所爱好的。如何才能利用健康人作为“生物学的试金”（存在价值的更敏感、更有效的观察家和选择者，象煤矿中的金丝雀）？

8. 关于各年龄阶段儿童心理健康的增进和减退的原因我们知道的很少，但仅就我们所知而论，大体也能看出，健康的增进意味着趋向种种并也许是全部存在价值的运动。学校、家庭等等

的良好外部条件可能被认定是引向心理健康或存在价值的。用可以检验的假设来表述，那就是说，心理上更健康的儿童，例如，要比不那么健康的儿童更诚实（更美，更有德性，更完善，等等），健康可以用投射试验测定，或用行为选样或精神病学访谈或典型神经症的症候鉴别。

假设：心理上更健康的教师应该能引导他们的学生向存在价值运动，等等。

非规范式的问题：哪些条件能增进儿童中的整合作用，哪些条件能使之削弱？如诚实，美，娱乐，自足，等等？

9.“优秀的”（价值2）或第一流的数学证明是“单纯，（10）、抽象真理（1）、完善和完成和“秩序”（7、8、9）的终极形式。这些证明能被认为而且常常被认为是非常美的（3）。一旦做出以后，它们看起来似乎很容易而且确实容易（12）。这一趋向完善的运动，对完善的渴望，爱，崇拜，在某些人那里甚至是需要，等等，已被粗线条地类比为一切机器制造者、工程师，生产工程师，工具制造者，工匠，企业、军队中行政工作和组织管理的专家，等等。他们也表明在追求上述存在价值。这可以依据他们在以下两种情况之间做出的选择测定：例如，一台精致简单的机器，和一台非必要复杂的机器；一个平衡的

锤子，和一个很不平稳的锤子，一架“充分”运转的引擎，和一架部分运转的引擎（5），等等。更健康的工程师、工匠等等会自发地证明更希望他们的一切产品具有存在价值或更接近存在价值，这些产品比由那些较不成熟的工程师、工匠等等制作的存在价值较差的产品更受欢迎，卖更高价钱，等等。类似的事情可能也适用于“好的”实验，“好的”理论，和“好的”科学研究。很可能，在这里的上下文中对“好的”这个词的强大行列式的用法正如数学上的意义一样是“更接近存在价值的”。

10. 大多数（主张洞察、揭露、非权威、道家方式的）心理治疗家，不论哪一学派，当他们能被引导谈论心理治疗的终极目标时，今天甚至仍然会谈到人性丰满的、真挚的、自我实现的、有个性的人，或某些近似的说法，既就描述的意义也就理想、抽象概念的意义这样说。当逗引出进一步的细节时，这往往意味着某些或全部存在价值；如诚实（1），好行为（2），整合（4），自发（6），趋向充分发展、成熟和潜能之间的和谐运动（7、8、9），本质上的充分表现（10），成为一个人可能成为的一切并接受一个人深蕴自我的一切方面（11），不费力，自如地发挥作用（12），有能力娱乐和享受（13），独立，自主，和自我决定（14）。我怀疑任何医师会真地反对这些品质中

的任何一种，尽管有些人可能还想追加。

关于成功和不成功心理治疗的实际影响，罗杰斯派有过大量的证明，据我所知这些证明无一例外都支持或符合这样的设想：存在价值是心理治疗的长远目标。这种作法在心理治疗之前和以后还可以用来检验未经验证过的假设——治疗还能增进患者的美和他对美的享受的敏感和渴望。对于自我实现幽默感的一组类似假设也是可以验证的。

试点实验：来自两年小组治疗实验的非定量观察：大学男生和大学女生两者，在我和参与者自己看，一般似乎都变得更美或更漂亮了（而且据生人判断测定也确实变得更美、更有吸引力了），因为在小组成员的合意生活中有增强的自爱、自尊，更多的乐趣（出自对他们更深的爱）。一般地说，假如我们强调治疗的揭示面，不论它所揭露的是什么都在一定意义上早已存在了。因此，揭示疗法所揭露的或显示的不论什么，都非常可能是生命体在体质上和气质上或遗传上所固有的；即，它的本质、它的最深处的实在是在生物学上给定的。揭示疗法所驱散的东西因而证明是，或至少表明是非固有的或非内在的，而是偶然的、表面的，是生命体获得的或强加于生命体的。那些表明存在价值能由于揭露疗

法而得到增强或实现的有关证据因而支持了一种信念，认为这些存在价值是最深层、最基本、最内在的人性的属性或规定性特征。这个大命题在原则上完全是可以验证的。罗杰斯的“趋向和离开”的疗法（129）提供了大范围的可能性，能研究什么有助于趋向存在价值和什么会助长脱离存在价值的运动。

11.“创造的”、“人本主义的”、或“全面发展的”教育的长远目标，特别是非语言的（艺术、舞蹈，等等）教育的目标，和存在价值有很多交迭，并可能证明和存在价值是同一的，加上各式各样的心理治疗附加物，那很可能只是手段而不是目的，那就是说，这种教育半有意识地需要象理想的心理治疗一样的最终结果。所有各种已经做出和将要做出的关于治疗效果的研究，因此能大体上和“创造性”教育进行类比。在教育方面也象在治疗方面一样，能够看出有随着有效规范概念盘旋上升的可能性——即，能使学生最佳“存在化”的教育是“良好”教育；这样的教育能帮助学生变得更诚实、更善良、更美、更整合等等，这很可能对于高等教育也适用，假如把获得技巧和工具排除在外，或仅仅作为达到终极存在的手段。

12. 对于大的神学与非神学宗教的某些说

法，以及每一种宗教的合乎教法的与神秘主义的说法，上述的原则也差不多同样适用。它们总的说是宣传：（1）有一个上帝，他是大多数存在价值的体现；（2）理想的、宗教的、上帝的臣民是最能表现或至少渴望得到这些上帝般存在价值的人；（3）一切技巧、礼节、仪式、教义都可以认为是为了达到这些目的的手段；（4）天堂是这些价值的所在或状态或达到价值目标的时刻。拯救、赎罪、皈依，都是对上述真理的接受，等等。由于这些命题是由选出的证据支持的，它们需要一种处于它们自身之外的选择原则；即，它们和存在心理学相符合，但不能证明存在心理学为真。宗教的文献是一个有用的储库，等待着智者的挑选和利用。至于上述的其他命题，我们可以把事情掉转过来并作为待试的理论命题，例如说，存在价值是“真正的”或有作用的、有效益的、有帮助的宗教的限制词。这一标准现在也许由禅宗和道家和人本主义的一种结合体系达到最佳的满足。

13. 我的印象是，大多数人在艰难或恶劣的环境条件下会离开存在价值，因为这些条件威胁缺失性需要的满足，如集中营，监狱，饥谨，瘟疫，恐怖，周围的敌意，被遗弃，无依托，价值系统的广泛崩溃，价值系统的不存在，无希望，等等。现在还弄不清楚为什么少数人在这些完全

同样的“恶劣”条件下能趋向存在价值。但两种趋向的运动都是可以验证的。

假设：“良好条件”的一个有益的说法是“协同”，本尼迪克特曾把它定义为“社会体制的条件，能使自私和不自私相融合，能把事理妥善安排，使我追求‘自私的’满足时会自动地帮助他人，而当我试图利他时能自动地也奖赏并满足我自己；即，这时自私和利他之间的二歧或两极对立已经解决并被超越。”于是又假设：一个好的社会是能使美德得到报酬的社会；一个社会或亚团体或一对伴侣或一个人自身中越有协同作用，我们也越接近存在价值；不好的社会条件或环境条件是使我们的个人利益相互敌对或相互排斥而使我们彼此拆台的条件，或使个人满足（缺失性需要）供应短缺以致不是所有人都能满足需要，除非以危害他人为代价。在好的条件下，我们追求美德，追求存在价值，无须付出代价或很少付出代价；在良好条件下，有德行的事业家在财政上是更成功的；在良好条件下，有成就的人受人爱戴而不是受人仇视或惧怕或忌恨，在良好条件下，赞美也更有可能（和爱欲或权势无关）。

14. 有某种证据表明，我们称为“好的”工作和“好的”工作条件总的看有助于使人趋向存在价值；如，人在不那么合意的工作中更珍视安全和

有保障，而人在最合意的工作中往往最珍视自我实现的可能性。这是良好环境条件的一个特例。这里又暗含着趋向非规范说法的可能性，如说哪一类条件能促进完整、诚实、特异风格等等的形成，从而以“引向存在价值”的短语取代“良好”这个词。

15. 基本需要的层次系统和它们的优势顺序已由一种“重建生物学”的操作发现，即，这些需要的受挫引起神经症。也许不会等到太久远的一天，我们将得到十分敏感的心理学工具，足以验证一个假设：任何一种存在价值受到威胁或受到挫折，都会引起一种病态或存在不适，或一种人性萎缩感，也就是说，存在价值也是上述意义上的“需要”（我们为了完成自己或变成丰满的人而渴望得到它们）。无论如何，现在已有可能提出一些可以调查的问题，那是迄今还没有调查过的：“生活在一个不正直的世界中会有什么影响？生活在一个邪恶的世界，丑陋的世界，一个分裂的、破碎的世界，一个死气沉沉、静止不动的世界，一个陈腐而又僵化的世界，一个不完善、未成熟的世界，一个没有秩序或公正的世界，一个非必要复杂化的世界，一个过于简单化、过于抽象化的世界，一个吃力的世界，一个缺乏幽默感的世界，一个不容独处或独立的世界中会有什么影响？”

16. 我已经指出过，“良好社会”的一个可用的操作意义是它能够向它的所有成员提供基本需要的满足达到怎样的程度，提供自我实现和人性完成的可能性到怎样的程度。除这一说法以外，还可以再加上一个命题：“良好社会”（和不好的社会对照地看）提倡、珍视、争取、促进存在价值的实现。这也可以用非规范的词句说明，象我们上文所说的那样。抽象化理想的优美心灵会完善地实现存在价值。良好社会（优美心灵组织）和协同的社会在怎样的范围内是同一的呢？

五、存在爱怎样能带来无偏私、中立、超然、更大的清晰性？

什么时候爱会带来盲目性？什么时候爱意味着更大的清晰性，什么时候又弄得看不清问题？

拐角转折的一点在于：当爱变得对于对象本身非常深切、非常纯洁（无矛盾心理）时，对象的善就成为我们所需要的，而不是看它能为我们做些什么，这时对象越过了手段的阶段，变成了一个目的（有了我们的容许）。这里可以举苹果树为例：我们能非常喜爱它，不想让它成为任何别的东西，它成为那样子我们就很高兴。任何干预（插手）都只能造成危害并使它不那么象一棵苹果树，或不能靠它自身固有的、内在的规律那么完善地生活。它看来是那样的完美，我们甚至

怕碰它，怕削弱了它。自然，假如它被看成是完美的，便没有改善它的可能了。事实上，改善（或修饰，等等）的努力本身就是一种证明，即有关对象被看成是不够完美的，改革者头脑中的“完美发展”画面据他看要比苹果树自身的最终结局更好，即他能比苹果树做得更好，他懂得的更多；他能比它自身更好地塑造它。因此我们半意识地觉得改善狗的人并不真是一个爱狗者。真的爱狗者看到谁剪狗的尾巴将会发怒，也看不惯修剪或整形狗耳，或按照来自某一杂志的形式有选择地育种，弄得它神经质、病病恹恹、不怀孕、不能正常生育、患癫痫病，等等。（但这样的人确实自称是爱狗者。）那些培育矮树的人，或训练熊骑自行车或猩猩吸烟的人也一样。

真正的爱因而是（至少有时如此）非干预、非要求的，能在事物自身中得到乐趣；因而能不带狡诈、预谋、或任何自私的算计注视对象。这有利于较少的抽象（或选择对象的局部或某些属性或个别特征）。较少的少于整体的观察，较少的原子化或分解。这等于说，这里有较少主动的或强求一致的结构、组织、塑造、铸型、或削足适履，以求符合理论或先定概念；即，对象保持更完整、更统一，那等于说，保持本来面目。对象较少按照有关或无关、重要或不重要、形或基、有用或无用、危险或不危险、有价值或无价

值、有利或无利、好或坏、或其他自私的观察标准被测定。对象也不那么容易被成规化、类化、或纳入某一历史序列、或只看作一类的一员，作为一种类型的一个样品或一例。

这意味着对象的（整体的）各部分（既包括核心又包括外周）的一切方面或特征（既包括重要的又包括不重要的）都能更容易得到同样的关心或注意，每一部分都会成为有趣的和奇妙的；存在爱，不论是对爱侣、对婴儿，对一幅画、或对一朵花，都几乎总是能保证这种普遍分布的，以强烈和着迷的关心进行的观察。

从这种整体的网络中看，微小的瑕疵也能被看成“逗人喜爱的”，迷人的，珍贵的，因为有独特之处，因为它们赋予对象以特性和个性，因为它们使它成为它本身而不是什么别的东西，也许恰恰是因为它们是不重要的，外周的，非本质的。

因此，存在爱者（存在认知者）会看到一些细节，这些细节往往逃过缺失爱者或非爱者的眼睛。他会更容易地看到对象自身性质的本来面目，接受它本身的资格和存在方式。它自己娇嫩的、软骨的结构更容易屈服于承受的观察，这种观察是非主动的，非干预的，不那么批慢的。那就是说，它为人所见的形态，当接受存在认知

时，要比一种结构被认知者强加于它时更由它自身的形态所决定。后一种认知者会更容易成为太粗鲁、太不耐心的，太象屠夫肢解死尸一样，为了他自己的口味挑挑拣拣，太象征征服者要求无条件投降，太象雕塑家按照模型雕塑粘土，而粘土是没有自己的构型的。

六、什么人在什么条件下选择或不选择存在价值？

可以得到的证据表明，存在价值更经常被“健康人”（自我实现的、成熟的、多产的性格，等等）所选取。也被占压倒优势的“最伟大的”、最受人赞美的、最受人爱戴的人物所选取，这是全部人类史的记载。（这是否他们为人赞誉、爱戴、被认为伟大的原因？）

有关选择的动物实验表明，牢固的习惯、以前的学习等等能降低生物性效能、灵活性、对自我康复选择的适应性，例如，肾切除的白鼠就是如此。关于熟悉作用的实验证明，人们会继续选择和偏爱甚至低效能的、烦人的、起初不喜欢的东西，假如以前有十天以上被迫选取了这些东西的话。一般的经验也支持这些发现，例如，在良好习惯的形成方面就是如此。临床经验表明，对习惯的和熟悉的的东西的这种偏爱，在更焦虑、胆怯、僵化、拘束的人中，也更强烈，更僵化，更

带强制性，更神经质。临床证据和某些实验证据表明，自我力量、勇气、健康、和创造性更有可能使成人和儿童宁愿选择新的、不熟悉的、不习惯的东西。

就适应意义说的熟悉还能切断选择存在价值的倾向。坏的味道不再有坏味。惊人的事不再惊人。恶劣的条件适应了便不再引人注目，即不再被意识到，即使它们的恶劣影响可能在没有意识觉察的情况下继续存在，例如，持续噪音、持续丑恶、或长年缺乏食物的影响。

真正的选择意味着可供选择的事物在同等条件和同一时刻下的呈现。举例说，因习惯于重播质量很差的留声机便宁愿选取这种机具而不要高保真留声机。习惯于高保真的人宁要高保真。但当两组人都面对两种选择——质量低和质量高的音乐重播时，两组人最终都选择了高保真机的较佳重播（Eienberg）。

占压倒优势的关于分辨的实验文献证明，当可供选择的事物同时在一起而不是远远分隔地呈现时，分辨更有效。我们可以预期，在两幅画中选取较美的，在两瓶酒中选取较纯正的，在两个人中选取较活跃的，这种选择当可供选择的对象在空间和时间上更靠近时也更有可能。

拟议实验：假如质量的全域是从1（不好的卷烟、酒、织物、奶酪、咖啡，等等）到10（好的卷烟、酒，等等），习惯于1级的人很可能选择1，假如唯一可供选择的品种处于另一级，如10，但有可能这个人将选择2而不是1，选择3而不是2，等等，这样最终引导到选择10。可供选择的对象必须在上述谈论的范围内，等级不能相距太远。对于起初偏爱高质量酒的人也可以用同法测验。让他们在10和9、9和8、5和4等等之间选择，他们很可能也会继续选择较高的价值。

在上述的各种意义上，揭示洞察疗法能被看作引向“真正选择”的过程。在成功的治疗以后，做出真正选择的能力要比治疗前大得多，即，它是在体质上而不是在文化上决定的，它是由自我而不是由外部的或内部的“他人”所决定。选择是有意识的而不是无意识的，畏惧已极度缩小，等等。成功的治疗增强了喜欢存在价值的倾向，也更以存在价值为榜样。

这表示选择者的性格因素也必须保持恒常或被估计在内；例如，要通过实际感受理解“较好”选择（在价值的层次系统中位置较高，向存在价值上升）能给人以较好体验，这对于精神受创、受到消极限制、或一般神经质的人，对于害羞、胆怯的人，对于狭隘的、贫乏的、受强

制的人，对于僵化的、定型的、因袭习俗的人来说会有更大的困难。（因为他们可能惧怕尝试这种体验，或惧怕体验这种爱好，或可能拒绝这种体验，抑制它，压抑它，等等）。这种性格上的制约大体上也适用于体质的和获得的两种决定因素。

许多实验证明，社会暗示，不合理的广告，社会压力，宣传等等，对于选择的自由甚至认知的自由有很大的影响；选择的对象可能被误解然后被误选。这种有害的影响在遵奉的人中比在独立、坚强的人中更大。有一些临床心理学和社会心理学的理由使我们能够预测，这种影响在年轻人中比在年长人中更大。不过，所有这些来自闭下条件作用、宣传、权威暗示，或虚假广告、闭下刺激、隐蔽的阳性强化等等的影响和类似的东西，都依赖于盲目、无知、缺乏见识、隐匿真相、说谎、和对情境的缺乏意识。这一类影响的大多数都能消除，只要使无知的选择者自觉地意识到他是怎样被操纵的。

真正自由的选择——这时选择者内部固有的本性是主要的决定因素——是由摆脱社会压力得到增进的，是由独立人格而不是依附人格、由年龄上的成熟以及力量和勇气而不是软弱和畏惧、由真理、知识和清醒的意识得到增进的。满足这

些条件的每一种都应该能够增高存在选择的百分比。

价值的层次系统，其中存在价值是“最高”一层，在一定程度上是由基本需要的层次系统决定的，是由缺失需要对成长需要的优势、体内平衡对成长的优势等等决定的。一般地说，如果有两种缺失要满足，更占优势的是“较低的”一种，它会被优先选释。因此，可以期待的对存在价值的高度可能的选择机会，在原则上依赖于较低的、更占优势的价值的先行满足。这一结论产生许多预测，例如，安全需要有保障的人比安全需要受到挫折的人更有可能选择真而不是假，美而不是丑，善而不是恶，等等。

这意味着一个古老问题的重述：在什么意义上“高级乐趣”（如贝多芬）比“低级乐趣”（如爱尔维斯·普莱斯利）优越？怎么能以此证明为什么人会“耽于”低级乐趣？这能教育吗？特别是这能教给一个不想受教的人吗？

对高级乐趣的“抗拒”是什么？一般的回答（除所有上述考虑以外）是：高级乐趣比低级乐趣在感受上更优越，如对任何一个曾有机会得到这两种体验的人来说都是如此。但必须有上述所有特殊的实验的条件才能使人有能力做出真正的选择，即有能力充分地 and 自由地比较这两种感

受。成长在理论上所以是可能的仅仅是因为“高级”感受优于“低级”感受，因为“低级”满足会变得令人厌烦。（参看《存在心理学探索》第四章关于“通过乐趣和厌烦的成长以及随之发生的对新的高级体验的寻求”的讨论。）

另一类型的体质因素也决定选择和价值。小鸡、实验室白鼠、田间动物都曾被发现从出生时起就在选择能力上有差异，特别是对有益食物的选择；就生物学的意义说，有些动物是善择者，有些是非善择者。后者会得病或死亡假如任他们自己选择食物。儿童心理学家曾以非正式的方式报告过人类婴儿的同样情况，儿科专家等也有过这一类的报告。所有这些生命体在为得到满足和克服挫折而斗争的能力上也有差异。此外，对成人进行的体质研究表明，不同的身体类型对满足的选择也有所不同。神经症是对选择能力、存在价值喜爱、真正需要满足等等的强有力的破坏者。我们甚至有可能依据对生命体健康不利的选择说明心理上的不健康，如毒品、酒精、不好的食物、坏朋友、不合适的工作等等。

除一切明显的影响以外，文化条件也是可能达到的选择范围的主要决定因素，例如关于事业、关于食物的选择等等。特别是，经济工业条件也很重要，如大规模的、追求利润的、成批销

舍的工业在向我们提供例如廉价的和优质的服装方面是非常好的，但在供应优良的、无毒的食品如无化学物质的面包、无细菌的牛肉、无激素的禽类等等方面则是：非常不好的。

因此，我们可以期待存在价值更受以下几种人的喜爱：（1）更健康、成熟的人；（2）年长的人，（3）更坚强、更独立的人；（4）更有勇气的人；（5）更有教养的人；等等。能促进存在价值为更多人所选择的条件之一是巨大社会压力的消除。所有上述说法对于那些不安于运用“好”、“坏”、“高”、“低”等词的人都能以一种非规范的形式表述，虽然这些词也能在操作上给予规定性的说明。例如，非人的战神（罗马神话）会问：“什么时候、谁和在什么条件下真理而不是虚假会被选中？整合而不是解体、完善而不是不完善、秩序而不是紊乱会被选中？等等。”

另一个古老的问题也可以用这种更佳处理的方式重新表述：即，人基本上是善良的还是邪恶的？不论我们如何规定这些词的意义，人都证明具有善恶两种冲动，并在善恶两种方式中行动。

（自然，这种说法并没有回答哪一方面是更深、更基本、或更类似本能的。）为了科学调查研究的方便，我们最好把这个问题改换一个提法：在

什么条件下和在什么时候谁将选择存在价值，即成为“善良的”？什么使这一选择的可能性缩小或增大？什么样的社会使这种选择的可能性增大？什么样的教育？心理治疗？家庭？这些问题又引出进一步的问题：我们怎样才能使人变得“更好”？我们怎样才能改善社会？

第十章 一次人类价值讨论会的评论

这四篇文章看起来似乎完全不同而实际上并非如此。①他们在价值信念方面都有一些共同的基本观点的改变。这是一些革命性的改变，是仅仅在最近才发生的、我们大家都应该意识到的改变。

①文章是由**C?比勒**、**H?芬加雷特**、**W?莱德勒**和**A?瓦茨**于**1961年12月15日**在旧金山加州心理学会的一次集会上提出的，讨论会主席**L?N?索罗门**曾概述每一位作者的观点：

在领头的文章中，比勒博士从一种精神分析的立脚点出发，探索生命的基本倾向作为一种与自然和谐的价值体系的一个可能的基础。她提出一些用于研究这一领域的实证操作，并说明现在据她看什么是最有希望的方法。

芬加雷特博士抓住了道德内疚的哲学问题，提出了一个具有深刻意义的问题：行为是否总是必然反映一种对于行动背后的愿望的内部认可（在某种意识水平上）。他对这一问题的肯定回答引导到某些有趣的结论，涉及道德内疚和神经症内疚之间的区别问题。

莱德勒博士在他的文章中把他作为一位分析家的体验公之于读者，特别谈到那些引导他达到他的信念的重要事件，他何以认为心理治疗今天必须是有价值方向的。一位医师不能再“长久沉默地倾听，漫不经心地，没有批评地，不给予劝告地——不介入地。”价值是在这样的时刻进入心理治疗的。这时医师变得十分解放，能在他和今日患者——缺乏自身同一性的青年——的治疗相遇中依据他自己的理解和良心行事。

瓦茨博士的文章提出一种对于西方读者可能感到是很新颖的理论，它同时也，是极为重要的关于人的本性的理论。他吸收了道家的传统观念，描绘了皮肤以内的人和皮肤以外的世界。两方面都以皮肤作为一个共同的边界，那是属于双方的。这样的想法很容易助长关于一个统一领域中的行为的理论概括，它对于任何价值与道德的理论都有丰富的含义。

在这些文章的任何一篇中都没有对价值的来源问题进行人类以外的探讨。不涉及超自然的东西，没有圣书，没有视为神圣的传统。所有的发言者都同意，引导人类行动的价值必须在人和自然实在自身的本性中寻求。

不仅所说的价值的所在是自然的，而且发现这些价值的程序也是自然的。价值只能由人的努力和人的认识去揭露（或发现），诉诸人的实验的、临床的和哲学的经验。这里涉及的力量没有一种不是人的力量。

进一步的涵义是，它们只能是被发现、揭露或找出，而不是（或也如）被发明、构建或创造。这又意味着，它们在某种意义上和在某种程

度上存在着，它们可以说是等待着我们去发现它们。在这个意义上，价值是象其他自然界的秘密一样被看待的，那是我们现在可能还不很清楚但毫无疑问将来终究会屈服于我们的探测和搜索的。

这四篇文章在涵义上都抛弃了简单化的科学概念，一种认为科学是“客观的”（就这个词的传统含义说的）、仅仅是公开的、仅仅是“外在的”看法，期待一切科学陈述都能套入物理主义的形式中，即使现在不能将来也能。

这样一种对心灵的认可当然必定会破坏绝对客观主义的科学论。有些人会感到，这样的“心灵主义”会毁灭一切科学，但我不同意这样一种愚蠢的看法。相反地，我要说，内部保留着心灵的科学是远更强大的而不是有所削弱的科学。例如，我认为，这一扩大的、内容更丰富的科学概念肯定能较好地处理价值问题。我们知道，力求成为纯客观和非人格的科学是狭隘的，其中根本没有价值、目标或目的的地位，因而不得不把它们划到存在的界限以外。它们的事实性不得不遭到否认，或者，永远置于科学认识能达到的范围以外（这使它们成为“无关紧要的”，不值得认真审查）。谈论价值变成“不科学的”或甚至反科学的，于是它们被推到另一边，推给了诗人、哲学

家、艺术家、宗教家和其他心肠虽热而头脑较软的人。

换句话说，这些论文实质上是“科学的”，即使在“科学”一词的一种较古老的和较原始的意义上说也一样。据我看，这些论文在精神和方法上都和1920或1925年前后关于维他命的讨论没有什么本质的不同。他们那时也如我们今天一样处于临床的、前实验的阶段。

假如事情是如此，我们自然应该保持讨论和设想的开放和多样化。我们不应过早地封闭，使多种可能关在门外。这一讨论会中研究的多样性似乎是很适合需要的，假如有时间甚至能谈得更多。现在已不是传统学派的时代，我很高兴地注意到20年前学派之间的激烈论战已由一种对于合作与分工的谦和承认所取代。

我相信我们也需要谦虚地无约束地承认，我们是被迫对价值问题关心的，不仅是由于科学和哲学的内在逻辑的驱使，而且也由于我们的社会文化或宁可说我们的整个种族当前所处历史地位的促动。通观历史，价值问题只有在争论不休和有疑问时才有人研究探讨。我们的处境是传统的价值体系已经全都失败了，至少对于富有思想的人是如此。由于我们的生活没有值得信仰和赞许的价值似乎是不可想象的，我们现在正处在投身

于一个新的方向的过程中，即科学价值观的方向。我们正在尝试一种新的实验，区分作为事实的价值和作为愿望的价值，希望能由此发现我们能相信的价值，而所以相信是因为这些价值是真的，并不是因为它们满足幻想的。

第四编 教育

第十一章 知者和所知

我的大题目是：人与人之间沟通的许多困难是人内部沟通障碍的副产品；人与世界之间的沟通，不论是来是回，主要依赖于双方的同型性（结构或形式的类似）；世界能传递给人的仅仅是他配得上的，应得的或“企望的”；在很大程度上，他能从世界接受的和能给予世界的，仅仅是他自身的存在。如李希滕贝格评论某书时说的：“这样的著作象镜子，假如是一只类人猿向里看，就不会有什么天使向外看。”

因此，对人格内部结构的研究是理解人能传递给世界什么和世界能传递给人什么的必要基础。每一医师、每一艺术家、每一教师对此都有直觉的了解，但这个问题应该进一步阐明。自然，我这里是就沟通一词的广义而言。我概括了全部感知和学习过程，全部艺术和创造形式。我概括了始发过程的认识（原始的、神话的、隐喻的、诗的认识）以及语言的、理性的、次级过程的沟通。我想谈我们看不见、听不到的东西，以及能触及我们的一切；谈我们无言语和无意识表现的东西，以及我们能清楚说出或构造的一切。

这个大题目——带有外部类似困难的内部困

难——引出的一个主要后果是：我们应该期待我们和外部世界的沟通能随着人格发展的改善，随着人格的整合和完整，随着摆脱人格各部分之间的内故而得到改善，即，我们对实在的认识应该改善。于是，一个人能象尼采所说的那样变得更有理解力。尼采说，一个人必须为自己赢得名望才能使别人理解他。

人格内部的分裂

首先，我所说的内部沟通的失败是什么意思呢？从根本上说，最简单的例子是人格的分裂，其中最富戏剧性、通常最熟知的是多重人格。凡是我在文献中能够找到的这一类病历我都进行了审查，有几例我曾亲身接触到，连带审查了不那么带戏剧性的神游和健忘症。据我看，它们都落入一个一般的模式，我能作为一种初步的普遍的理论表述出来，它对我们现在的研究会有些效用，因为它能说明我们所有人的某些内部分裂问题。

在我所知的每一例中，具有“正常的”或外现的人格的人是一种羞怯的或安静的或含蓄的人，往往多为女性，因循惯例并有控制，谦恭甚至能克制自己，不侵犯别人，“善良”，但往往胆小怕事，并容易受欺。在我所知的每一例中，那个突然爆发进入意识并控制全身的“人格”是完全相

反的，冲动性的而不是有控制的，放纵自己而不是克制自己，大胆、粗鲁而不羞怯，藐视习俗，热衷于享乐，侵犯他人、要求他人为自己服务，不成熟。

这显然也是一种我们在我们所有人当中都能看到的、以较不极端形式出现的分裂现象。这是冲动和控制、个人要求和社会要求、不成熟和成熟、不负责任的寻欢作乐和承担责任等等之间的内部冲突。我们在既成为恶作剧的小淘气又成为清醒、负责、能控制冲动的公民方面能取得多大程度的成功，我们也就能在怎样的程度上减少分裂和更加整合。顺便说，这也是对多重人格理想治疗的目标：保留两种或全部三种人格，但要有一种优美的融合，或在意识控制或前意识控制下的整合。

这些多重人格的每一种都以不同的方式和世界交往。他们不同地谈话，不同地书写，沉迷于不同的活动，以不同的表现陷入情网，选择不同的朋友。在我接触到的一例中，“任性儿童”人格写一手大笔、散乱的字体，说儿童的口头语，并时有拼音错误；“能克制自己、受人欺压”的人格写的字却是小心翼翼的、因循惯例的、守规矩的中学女生的手笔。一个“人格”，读书和学习，另一个不能这样做，太没有耐性，也没有兴趣。

如果我们曾想到让他们一试的话，他们的艺术作品一定也会有很大不同。

在我们其余的人中，同样地，我们自己的那些遭到拒绝并被逐入无意识存在状态的部分也能并必然会突然发作，对我们和外界的沟通，不论是吸收和输出，都将产生公开的影响，既影响我们的行动，又影响我们的认识。这一方面通过投射测验，另一方面通过艺术表现是很容易得到证明的。

投射测验表明，世界在我们看来是什么样子，或不如说，它表明我们如何组织世界，我们能从世界中取出什么，我们能让它向我们说明什么，我们选择观察的是什么，以及我们在选择中拒绝倾听或拒绝观察的是什么。

在我们的表现面也有类似的情形，我们表现我们是什么（95）。我们分裂到怎样的程度，我们的表现和沟通也相应地分裂、偏颇、片面到怎样的程度。我们整合、完整、统一、自发以及能充分发挥作用到怎样的程度，我们的表现和沟通也在怎样的程度上成为完整、独特、有自己的风格、活跃并富有创造性，而不是受到抑制、习俗化和矫揉造作的，并成为诚实的而不是假冒的。临床经验证明，这适用于绘画和文字艺术表现，也适用于一般的表现动作，或者也适用于舞蹈、

体育运动和其他全身活动的表现。这不仅适用于我们有意对他人施加的沟通作用，而且它似乎也适用于我们非有意施加的作用。

我们自身的那些遭到我们排斥和压抑（出于畏惧或羞耻心）的部分并不是不再存在。它们没有死而是潜伏了起来。我们人性中的这些潜在的部分此后可能对我们的沟通产生不论什么样的影响，它们往往都是不为我们所注意的，或者我们似乎感受不到是我们的一部分，例如，“我不知道我怎么会说出这样的话。”“我不知道什么东西支配了我。”

在我看来，这种现象意味着表现不单单是一种文化的事情；它也是一种生物学现象。我们必须讨论人性中的类似本能的因素，讨论那些人性内在固有的方面，那是文化不能扼杀只能压抑的，而不论文化怎样，它们仍将继续影响我们的表现——即使是在卑怯的方式下。文化只是人性的必要原因，不是充足的原因。但我们的生物因素也只是人性的必要原因，而不是充足原因。的确，只有在一种文化中我们才能学会一种口语。但同样真确的是在同样的文化环境中一只黑猩猩却不能学会说话。我这样说是因为我模糊地觉得沟通是太绝对化地在社会学水平上受到研究，而在生物学水平上研究得很不够。

追踪上述这一问题，探讨人格内部的分裂如何污染我们和世界的沟通，我将援引几个著名的病理例子。我引用它们还因为它们似乎是一个普遍规律的例外，这个普遍规律说，健康的和整合的人会成为一個优越的感知者和表现者。有大量临床和实验两方面的证据支持这一概括；例如，H·J·爱森克和他的同事的工作。然而也有例外迫使我们审慎地对待这个问题。

精神分裂症患者是控制和防御正在瓦解或已经瓦解的人。这样的人于是倾向于溜回个人自身内部的世界，他和他人以及自然界的接触往往会被破坏。但这也包含着他和世界沟通中的某些破坏。对外界的畏惧切断了和外界的沟通。内部的冲动和呼声因而也能变得十分高涨，扰乱了现实的试探。但也很真切的是，精神分裂患者有时表现有一种局部的代势。由于他太陷于被禁止的冲动和始发过程认知，据说他偶尔会在解释他人的梦和探测他们深藏的冲动中显得非常敏锐，例如，探测他人隐匿的同性恋冲动等等。

我们还可以从另一方面来看。有些治疗精神分裂最佳的医师自己就是精神分裂者。我们在各处都能看到有报告说，以前的患者能成为特别优秀和理解病人清的护理员。这一点的有效与嗜酒者互诫协会的原理大致相同。浅的一些朋友是精

神病专家，他们现在正在寻求这种参与性理解，办法是用LSD（一种麻醉药）或墨斯卡林取得一种短暂的精神病体验。不入虎穴，焉得虎子？

在这一领域中我们也能从精神变态，特别是从“陶醉”型变态人格中学到很多知识。他们可以简略地描述为没有道德意识，没有内疚，没有羞耻感，没有对他人的爱，没有抑制，很少控制，他们能相当有效地做他们想做的事。他们会变成伪造者、骗子、多婚配者、娼妓、靠机智而不是靠努力工作赚得生计。这些人，由于他们自己的贫乏，一般不能理解他人中的良心谴责、悔恨、无私的爱、同情、怜悯、内疚、羞耻心或难为情。你不是什么，你也不能认识或理解什么。它不能向你传递它自身。由于你是什么迟早会传递它自己的信息给你，精神变态者最终会被看作冷酷的、可憎的和可怕的，即使起初他似乎是那么兴高采烈地无忧无虑，寻欢作乐，没有神经质。

又一次我们得到了一个例证，它说明病态虽然包含沟通的普遍切断，却也包含着在特殊的方面有更高的敏锐和技巧。精神变态者在发现我们的精神变态因素方面是非常敏锐的，不论我们怎样小心翼翼地掩饰。他能认准并利用我们心中的骗子，膺造者，说谎者，偷窃者，伪装者，假冒行为，并能利用这种技巧谋生。他说，“你不能

欺骗一个诚实的人，”并似乎非常相信他具有探测任何“灵魂中的窃贼”的能力。（自然，这也表示他能看出偷窃的不存在，那又意味着人品在外表和举止中变得可见了，至少对于强烈感兴趣的观察者是如此，即，人品把自身传递给那些能理解它并赞同它的人。

男性和女性

个人内部的沟通和人与人之间的沟通这两者的密切关系能在男性和女性的关系中特别清楚地看出来。请注意我不说“两性之间”，因为我的论点是：两性之间的关系在很大程度上决定于每一个人（不论男或女）的内部的男性和女性之间的关系。我能想到的最极端的例子是男子妄想狂者，他经常有被动的同性的性关系渴望，一种想被强壮男子鸡奸和污辱的愿望。这一冲动极为可憎，不能为他所接受，他力图压抑它。他用一个主要方法（投射法）帮助他否认他的渴望，把它从他自身中分裂出去，同时让自己想别的事情，谈别的事情，并集中注意于有吸引力的主题。是他人要强奸他，不是他愿意被强奸。因此，在这些患者中有一种猜疑性，它能以最明显的哀婉情绪表现出来，例如，他们不愿让任何人走到他们背后，他们会保持背靠墙的姿势不动，等等。

这听起来并不象是很疯狂。通观历史，男人

们总是把女人看作引诱人的妖妇，因为他们受到她们的引诱。男子在爱上一个女子时会变得温柔体贴，不自私而文质彬彬。假如他们生存在一种把这些作为非男子气的文化环境中，他们会迁怒于女子，因为她们使他们变得软弱（去雄）了，于是他们发明萨姆逊和戴莉拉的神话来证明女人是多么可憎。他们投射恶意。他们谴责镜子，因为镜子有反映作用。

美国的女人，特别是“进步的”和受过教育的女人，经常向她们自己身上很深的依赖、被动和顺从的倾向作战（因为这对于她们在潜意识中意味着自我或人格的一种放弃）。于是，这样的女人很容易把男人看作可能的统治者和强奸犯并按照这样的理解对待男人，经常驾驭男人。

为了这样的理由以及其他理由，男人和女子在多数文化中和多数时代中是彼此误解的，彼此不是真正友好的。就现实的情况看，我们可以说他们彼此的沟通一直是而且现在仍然是不好的。常常是一个性别统治另一个性别。他们有时能设法过下去，办法是切断女人世界和男人世界的联系，依据男女性格有很大不同而无交迭的看法进行彻底分工。这能得到某种类型的和平，但肯定不会有友谊和相互理解。心理学家关于两性之间改善理解必须提出的建议是什么呢？荣格派以特

殊的明晰说明的心理学解决，但也是一般都同意的答案是：性别之间的敌对主要是个人内部（他或她的内部）男性和女性成分之间的无意识斗争的一种投射。两性之间的和谐依赖于个人内部的和谐。

正在他自身内部向他和他所处的文化环境确定为女性的品质进行战斗的男人，也会在外部的世界向这些同样的品质进行战斗，特别当他的文化珍视男子气胜过女子气时是如此，而这样的文化是常情。如果认为女子气是富于感情，或缺乏逻辑，或依赖性，或爱色彩，或对孩子温柔，他会惧怕他自身中的这些品质而向它们作战并力图成为反向的人物。他在外部世界中也会向它们作战，拒绝它们，把它们完全移交给女人，等等。搞同性恋的男人在诱惑或勾引别人时经常遭到他们想接近的男人的粗暴毒打，极可能是由于他们的诱惑所引起的畏惧。这一结论肯定已受到这样的事实所支持，即毒打往往发生在同性恋动作之后。

我们在这里所看到的是一种极端二歧化的、非此即彼的亚里士多德式的思想方法，那是哥尔德斯坦、阿德勒、柯尔齐布斯基等认为非常危险的。对于这同一问题，我的心理学说法是：“二歧化意味着病态化；病态化意味着二歧化。”认

为你不是一个男人，地地道道的男人，就是一个女人而别的什么也不是，有这样认识的男人注定要同自己做斗争，并永远离开女人。他懂得心理“两性”事实到怎样的程度，意识到非此即彼定义的专断和两极化过程的病因性质到怎样的程度，他在怎样的程度上发现差别能彼此融合并形成一定结构而不必彼此排斥和相互敌对，他也将怎样的程度上成为一个更整合的人，能接受并享受他自身内部的“女性”（如荣格所称的“Anima”）。假如他能和他内部的女性和谐相处，他便能和他身外的女性和谐相处，更理解她们，减少对待她们的矛盾心情，甚至更赞美她们，因为他认识到她们的女性比起他自己的衰弱得多。翰变式是多么优越。你肯定能和一位你所敬重和理解的朋友更好地交往，这和你同一位你惧怕、憎恨而深感神秘的敌人交往大不相同。要和外部世界的某一部分交朋友，最好先同你自己身内的那一部分交朋友。

我在这里并不想说，一个过程必然先于另一个过程。它们是并列的，也可以有另一种方式的开端，即，接受外部世界中的X，能有助于接受内部世界同样的X。

始发和次极两种过程的认识

抛弃内部心灵世界而支持作为常识的“现

实”的外部世界，这种倾向在那些必须首先成功地和外部世界打交道的人中是更为强烈的。而且，环境越强硬，对内部世界的排斥必然也越有力，而对于一种“成功的”顺应说也更危险。于是，对于诗意、幻想、梦境、情绪激动的畏惧，在男人中比在女人中、在成人中比在儿童中、在工程师中比在艺术家中更严重。

还请注意，我们这里又有了一个关于深刻的、西方的或许也是一般人类的二歧化倾向的例证，认为在可供选择的或不同的事物之间，一个人必须选择其一或另一事物，而这含有排斥未被选中对象的意思，好象一个人不能同时兼有二者。

我们又有了一個能够说明这样一种看法的事例，这种看法认为，我们在自身内部对于哪方面是视而不见、听而不闻的，我们在外部世界中对那方面也会同样的盲目和耳聋，不论是在游戏、诗意、美感、始发创造性等等方麵都是如此。

这个例子还由于另一原因而特别重要。在我看来，协调这种二歧化的努力对于教育家可能是一个最好的出发点，有助于完成解决全部二歧化的任务。那就是说，这可能是一个良好的和实际的开端，能教育人类中止以二歧式的方式思考问题，学会以一种整合的方式思考问题。

这是对于那种过分自信和孤立的唯理论、唯文字论、唯科学论（这些论调正在集结势力）的强大正面攻击的一个方面。宏观语义学家、存在主义者、现象学家、弗洛伊德主义者、禅宗佛教信仰者、神秘主义者、格式塔治疗家、人本主义心理学家、荣格派、自我实现心理学家、罗杰斯派、柏格森派、“创造性”教育论者以及许多其他学者，全都帮助指出，语言、抽象思维、传统科学有局限性。思维和科学曾被认为是控制黑暗的、危险的、邪恶的人类深层动机的手段。但现在我们确实知道，这些深层动机不仅是神经症的源泉，而且也是健康、欢乐和创造性的源泉，我们开始谈论健康的无意识，健康的倒退，健康的本能，健康的非理性和健康的直觉。我们也开始希望这些能力能拯救我们自己。

宏观的理论答案似乎在于把握整合的方向，摆脱分裂和压抑。自然，我所提到的所有这些学术运动自身也能很容易变成分裂的力量。反理性主义、反抽象主义、反科学、反智力论也是分裂因素。得到恰当说明和构想的智力是我们最伟大、最强有力的整合力量之一。

自律和同律

在我们试图理解内部和外部、自我和世界的关系时，我们面临的另一个难题是自律

（autonomy）和同律（homonomy）之间的复杂相互关系。我们会很容易地同意安贾尔的说法

（5），认为在我们内部有两大意向或需要，一种趋向自私，一种趋向无私。自律的倾向，从它自身看，引导我们趋向自我满足，趋向和世界争胜的力量，出于它自身的法则愈益充分地发展我们自身内部独特的自我，亦即出于它自身内在的动力、心灵自生自长法则而非环境的法则。这些心灵的法则和外部现实非心灵世界的法则是不同的，分离的，甚至对立的。这一对自身同一性的追求，或对自我（个体特征、自我实现）的探索，肯定已经由于成长及自我实现心理学家的努力，弄得对于我们都很熟悉了，且不谈存在主义者和许多学派的神学家。

但我们也意识到有同样强烈的倾向，似乎和上述倾向矛盾的倾向，要放弃自我，使我们自己淹没于非我中，放弃意愿、自由、自我满足、自我控制、自律。在它的病态形式中，这导致血统、乡土和本能浪漫主义，导致受虐狂，对人的轻视，不是寻求完全在人以外的价值，就是寻求人的最低动物本性以内的价值，两者都出于对人的轻视。

在另一本著作中，我曾在高同律和低同律之间作出区分（89）。本文中我愿在高自律和低自

律之间进行区分。我希望这样做能表明，这些区分有助于我们理解内部和外部之间的同型性，并由此为改善人格与世界之间的沟通打下一个理论的基础。

在感情上可靠的人中所发现的自律和力量与不可靠的人的自律和力量是不同的（95）。非常宽泛但并非太不准确地说，是与世界争胜的人格增强，这种争胜是在一种非此即彼的二歧方式中进行的，在这种方式中两者不仅是完全分离的，而且是相互排斥的，好象彼此是仇敌。我们或许可以称之为自私的自律和力量。在人人不是铁锤就是铁砧的世界中，这样的人是铁锤。在我最初用猿猴来研究“力量”的这些不同性质时，我把这称为专制的或法西斯的统治。在以后对大学生的研究中，它被称为不可靠的高统治（95）。

可靠的高统治完全是另一回事。这里有对世界和他人的感情，有大哥哥般的责任感和对世界的信任感，和世界打成一片的情感，而不是敌对感和畏惧感。这些人物的优越力量是为了欢乐，为了爱，为了帮助他人而利用的。

依据种种理由我们现在发现，可以说这些不同是心理上健康和不健康的自律之间的不同，也是心理上健康和不健康的同律之间的不同。我们也发现，这一区分使我们能看到自律和同律是相

互联系而不是彼此对立的；因为当人更健康、更真诚地成长时，高自律和高同律会在一起成长，一起出现，并最后趋向溶合，构成一个更高的统一体，把两者都包括在内。自律和同律、自私和无私、自我和非我、纯粹心灵和外部现实等等的二歧化现在都会趋向消失，并能看作不成熟和不完善发展的副产品。

虽然这种二歧超越在自我实现的人中能作为一件通常的事情被观察到，它却也能在我们大多数其余的人中，在我们自我内部和自我与世界之间最高整合的时刻看到。在男女之间或亲子之间最高的爱中，当人达到力量、自尊、个人特征的极点时，他也同时会与他人打成一片，失去自我意识并在一定程度上超越自我和自私。在创造的时刻，在深刻的美感体验中，在顿悟体验中，在生孩子时，在跳舞时，在体育经验中，和在其他我曾统称为高峰体验的时刻，也能发生同样的情况（89）。在所有这些高峰体验中，要明确区分自我和非我已成为不可能。人整合起来了，他的世界也整合起来了。他感觉良好，他的世界也显得良好了。等等。

首先请注意这是一个实证的论述而不是一个哲学的或神学的论述。任何一个人都能重复这些发现。我确切无疑地是在谈论人的体验而不是超

自然的体验。

第二，请注意这含有不同意各种神学陈述的意思。神学是说，超越自我的界限意味着摒弃或否定或失去自我或个人特征。在普通人的高峰体验中以及自我实现的人们中，这些是越来越高的自律发展的终端产物，是达到自我同一的终极结局；它们是自我超越的结果而不是自我湮灭的结果。

第三，请注意它们是暂短的体验，不是恒久的体验。假如这是进入另一世界，也总有回归日常世界的时刻。

充分发挥作用，自发性，存在认知

我们开始能以一种科学的方式对更整合的人格有所认识了，因为它影响着信息的接收和发出。例如，罗杰斯和他的同事的许多研究

（128）表明，当患者在心理治疗中有好转时，他以不同的方式变得更整合了，更“对经验开放”（更有效地理解），并更充分地发挥作用

（更忠实的表现）。这是我们实验研究的主体，但也有许多临床的和理论的作者，他们在每一点上都赞同并支持这些一般的结论。

我自己的试点探索（不足以称为当代意义上的研究）从另一个角度达到了同样的结论，这是

一种对相对健康人格的直接探索。首先，这些探索支持那一发现，即整合是心理健康的一个方面的规定性。第二，它们支持那个结论，认为健康人更自发，更善于表现，他们做出行为反应更容易，更全面，更忠实。第三，它们支持又一结论，认为健康人能更好地理解（理解自己、他人、和现实的一切）尽管如我曾指出的，这不是一种一律的优越性。有一个流行的故事让精神病人说“ $2+2=5$ ”，而神经症患者说“ $2+2=4$ ，但我不能容忍它！”我或许也能附加说，无价值的人——一种新的病态——说“ $2+2=4$ ，那又怎么样！”而更健康的人实际上会说，“ $2+2=4$ ，多么有趣！”

或者换一个说法。约瑟夫·鲍苏姆和我最近公布了一项实验报告（13），我们发现，可靠的人看照片上的面孔往往比不可靠的观察者所看到的更热情。何以如此，这是仁慈心的投射呢，还是天真的投射，或更有效的感知和理解呢？仍有待未来研究，我们需要的是一个实验，能使被观察的面孔具有已知的热情或冷静的水平。然后，我们将可以问，那些观察到或归属为更多热情的观察者是正确的还是错误的？或者他们对热情面孔判断正确，而对冷静面孔判断有误？他们看到的是他们想要看到的吗？他们是在要求自己喜欢他们的所见吗？

最后说几句关于存在认知的话。在我看来这是一种最纯的最有效的对现实的观察和理解。虽然这有待于实验的检验。它是对认识对象的更真确更可靠的认知，因为最超然、最客观、最少受到观察者的愿望、畏惧和需要的污染。它是非干预的、没有要求的、最能接受的。在存在认知中，二歧倾向于溶合，分类倾向于消失，对象被看作是独一无二的。

自我实现的人更倾向于这样的观察。但我曾经能够在我所问过的几乎所有的人都得到这种观察和认知的报告，是在他们生活最高潮、最快乐、最完美的时刻做出的（高峰体验）。现在，我的观点是：仔细地讯问表明，当认识对象变得更个体化、更统一、更整合、更有趣、更丰富多采时，观察着的人这时也变得更活跃、更整合、更统一、更丰富多采、更健康。它们是同时发生的，并能从任何一方开始。即，对象（世界）变得越完整，人也变得越完整。同样地，人变得越完整，世界也变得越完整。它是一种动力学相互关系，一种互为因果的关系。一个信息的意义显然不只是依赖于它的内容，而且也依赖于人格能够对它做出反应的程度和范围。更“深的”含义只有更“深的”人才能理解。他的个子越高，他能看到的也越多。

如爱默生所说，“我们是什么，我们也只能看到什么。”但我们现在必须附加说，我们看到的什么又倾向于使我们相信它是什么和我们是什么。个人和世界之间的沟通关系是一种相互形成和彼此升降的动力学关系，一种我们可以称之为“可逆的同型”作用。高水平的人才能理解高水平的知识；但高水平的环境也倾向于提高人的水平，正如低水平的环境倾向降低人的水平一样。它们会相互影响使彼此更相似。这些看法也能应用于人与人之间的相互关系，也应有助于我们理解人怎样相互帮助和彼此塑造。168

第十二章 教育和高峰体验

假如你拿起一本教科书或挑出一本讨论学习心理学的书，它的内容据我看大半都会是不切题的，即不切“人本主义”的题。它大都会说学习是联想的获得，是技巧和能力的获得，对于人的性格，那是外部的而不是内在固有的东西，对于人的人格和人自身也是如此。拣起钱币或钥匙或财物或诸如此类的什么东西也象拣起强化物和条件反射一样，那在某种很深刻的意义上看也是容易消耗掉的。你获得了一种条件反射，那又有什么关系；假如我对一个蜂音器的响声的反应是流口水然后这又消失了，对于我什么也没有发生；我没有丧失任何重要的东西，不论什么。我们几乎

可以说，这些大本的讨论学习心理学的书没有多少重要性，至少对于人的核心、人的灵魂、人的本质说是如此。

受到这一新的人本主义哲学的启发，也产生了一种新的学习、教导和教育概念。简要地说，这样的概念坚持认为，教育的功能，教育的目的——人的目的，人本主义的目的，与人有关的目的，在根本上就是人的“自我实现”，是丰满人性的形成，是人种能够达到的或个人能够达到的最高度的发展。说得浅显一些，就是帮助人达到他能够达到的最佳状态。

这样的目的要求我们在教授学习心理学课程时做出非常认真的转移。它将不是一个联合性的学习。联合性的学习一般地说肯定是有用的，对于学习那些没有根本意义的事情或学习那些最终可以调换的手段——方法来说是极为有效的。我们必须学会的许多事情是那样的。假如一个气需要记住某一外语的词汇，他将通过死记硬背学会它。在这里，联合的定律是有帮助的。或者，假如一个人要养成驾驶中的各种自动的习惯，例如对红绿灯的反应之类，条件作用也很重要。特别是在一个技术化的社会中，它是重要的，有用的。但是，就成长为一个更好的人说，就自我发展和自我完成说，或就“成长为丰满的人”说，这

些最高的学习经验是非常不同的。

在我的生命中，这样的经验远比上课、听讲、记忆头部十二条神经和解剖人脑、或记忆肌止端、或在医学院在生物课或其他这一类课程中所学的同类知识更重要。

对于我经历过的更为重要的经验是有了头一个孩子。我们的头一个孩子改变了作为心理学家的我。他使我曾非常热衷追求的行为主义显得十分愚蠢，使我不能再对它有任何容忍。那完全是不可能的。有了第二个孩子，又懂得人甚至在诞生前就是多么不同，使我不可能再依据那种相信人能教任何人学任何事的学习心理学来思考问题。或者那种华生的理论：“给我两个婴儿，我能使一个成为这样，一个成为那样。”就好象他从来没有过任何孩子。我们现在已经非常清楚，任何父母都不能按照自己的意愿任意造就自己的子女。孩子们自己使自己成长为某种样子。我们充其量能做到的和我们经常能施加的最大影响不过是作为某种被孩子反抗的对象，假如孩子太坚持自己的意愿时。

另一个远比我曾得到的任何特殊课程的教育和任何学位更为我所重视的深刻的学习经验是我的人格心理分析：发现我自身的同一性，我的自我。另一个基本的经验——远更重要的经验——

是结婚。就教育意义而论，这肯定远比我的哲学博士学位更重要。假如一个人想的是我们都想要的那种智慧，那种理解力，那种生活技能，那么他必须想的问题就是我愿称之为内在的教育，内在的学习，学习做一个一般的人，然后再学习做这个特殊的人。我现在正忙于把握住这一内在教育概念的一切副现象。肯定有一件事是我能告诉你们的。我们的传统教育看来是患有重病了。假如你按照这一框架想问题，想到成为一个好人，又假如你对你在高中学过的课程提出问题，“我学的三角课如何能使我成为一个更好的人？分，一个声音就会回答说，“天晓得！它根本不能！”在一定意义上说，三角学对我是浪费时间。我早年的音乐教育也不很成功，因为它教一个深深爱好音乐并对钢琴极为迷恋的孩子不要学它。我有一位钢琴老师，他实际上是告诫我不要接触音乐。我不得不在长大成人以后重新自学音乐。

请注意我已经在谈论目的。这是对19世纪科学和当代职业哲学的革命扬弃，那种哲学实际上是一种关于技术而不是一种关于目的的哲学。因而我曾拒绝把实证主义、行为主义和客观主义当作讨论人性问题的理论。因而我曾拒绝那来自历史偶然的整个科学模式和它的全部工作，这种偶然曾使科学从研究非人格、非人的物，实际上从

没有目的的物作为开端。物理学、天文学、力学和化学，直到它们变得脱离价值、价值中立，使纯描述成为可能时，才真正有所发展。我们现在已经越来越清楚，重大的错误在于：这一从研究事物发展而来的模式曾不合理地应用于对人的研究。这是一种可怕的方法。它是无成效的。

大多数建筑在这一实证主义基础上的心理学，以客观主义、联想主义、脱离价值、价值中立的科学模式为依据的心理学，当它由无数细小事实构成象珊瑚礁或象一座座山一般堆积起来时，肯定不是虚假的，但却是琐细的。我愿在这里指出，为了不致低估我自己的科学，我认为我们确实知道大量对人确有重要关系的事情，但我要坚持说，对人有重要关系的事情我们已经知道大都是由非物理主义的技术学会的，即由我们已经越来越明确意识到的人本主义科学技术学会的。

在最近一次林肯中心节的开幕仪式上，麦克莱施谈到世界形势时说过一段话：

错误不在于科学的伟大发现——有知识总是比无知识好些，不论什么知识和什么无知。错误在于知识背后的信念，认为知识将改变世界。那是不可能的。知识没有人的理解就象一个答案没有它的问题一样——是无意义的。人

的理解只有通过艺术才可能达到。是艺术的工作创造了人的观点使知识转变为真理，

在某种意义上我不同意麦克莱施的看法，虽然我理解他为什么这样说。他谈论的是缺少这一新的革命、缺少人本主义心理学的知识，也就是缺少那样一些科学的概念，即不仅放弃要成为脱离价值和价值中立的想法，而且要真正承担发现价值的必须任务和责任——依据经验并发现、证明、核实人性自身中固有的那些价值。这一工作现在正在积极地进行着。

麦克莱施所说的在1920-1930的时代是适当的。今天只有在你还不知道有新心理学的情况下才是适当的。“人的理解只有通过艺术才能达到”，那在过去是正确的。幸运的是，今天它不再是正确的了。现在已有可能搜集那些有助于人类理解的知识，在它内部带有价值暗示、有矢量、有方向的知识，走向某处的知识。

“是艺术的工作创造了人的观点使知识转变为真理。”我拒绝这种说法，我们最好讨论一下这一点。我们必须有某些标准区分好的艺术和不好的艺术。据我所知，这些标准在艺术批评领域中还不存在。它们刚刚开始存在，我愿留下一个暗示，一个经验的暗示。一种可能性刚刚开始浮现，我们将会有一些客观的标准分辨好的艺术和

不好的艺术。

假如你们的处境和我相似，你们就会知道在艺术中我们已陷入价值的全盘混乱。在音乐中，正试图证明约翰·凯奇（John Cage）有某些胜过贝多芬的优点，或胜过爱尔维斯·普瑞斯利

（Elvis Presley）的优点。在绘画和建筑中，类似的混乱也存在。我们不再有任何共有的价值。我不愿浪费时间去读音乐评论，它对我毫无意义。艺术批评也一样，我也已经不读了。书评我发现也经常是无益的，存在着一种全盘的混乱和价值标准的无秩序状态。例如，《星期六论坛》最近发表了一篇赞扬让·简奈某一低劣著作的评论。这是一位神学教授写的，简直是一团混乱。评论说，恶现在已变成善，因为这位教授在玩弄词句说有某种似乎矛盾的现象：假如恶成为彻底的恶，它就在某种程度上变成善，从而也就有了对鸡奸和吸毒的美的狂想，那对于花费大量时间力图从这种事的痛苦中解救人的可怜的心理学者来说是不可理解的。一个已经成长的人怎么能把这种观点向青年推荐作为伦理学的一章和一种引导呢？

假如麦克莱施说艺术作品能引导人到真理，他想到的一定是他挑选出的特定艺术作品，但他的儿子也许并不赞同。于是，麦克莱施实际上没

有更多的话可说了，这一点无法说服任何人。我想这可能是某种信号，表示我们现在正处于一个转折点。我们正在转过一个拐角。某种新事物正在发生，有了一些可以觉察到的差异——不是兴味或专断价值方面的差异。这些差异是以经验为根据的发现。它们是正在被发现的新事物，由此并产生各式各样关于价值和教育的命题。

发现之一是人有高级需要，他有类似本能的需要，那是他的生物资质的一部分——例如，需要得到荣誉，需要受到尊敬，需要有自我发展的自由。高级需要的发现带有各种革命的杨义。第二，是我对社会科学曾提出过的论点：许多人开始发现，物理主义的、机械论的模式是一种错误，它已经引导我们……到何处？到原子弹。到美妙的杀人技术，如在集中营中看到的。到艾希曼*。

*Eichmann. 纳粹军官，曾执行命令屠杀集中营里成千上万的犹太人。——译者

我们是不能用实证主义哲学或科学驳倒艾希曼式的人物的。那是不可能的。直到他死他也不懂，他不懂错在哪里。就他而论，没有什么错；他的任务完成得很漂亮。他确实做得很漂亮，假如你忘掉目的和价值的话。我要指出的是，专业科学和专业哲学就是奉献给忘掉价值这种命题

的，就是排除价值的。由此必然把社会引导到艾希曼，原子弹，或天知道到哪里！

我担心，这种把好的方法（或才能）和内容（与目的）分割的倾向会引向这种危险。

对于弗洛伊德做出过的伟大发现，我们现在能够有所添加。我们现在正在改正他的一个大错误，那就是他认为无意识仅仅是不合乎需要的恶。但无意识也含有创造、欢乐、幸福、善和它自身的人的伦理和价值等等的根苗。我们现在知道，有健康无意识这种东西也如有不健康的无意识一样。新心理学正在全力研究这一点。存在主义的精神病学家和心理治疗家实际上正在把这种理解付诸实践。各种新的疗法也在实践中。

因此，我们有一个好的意识和一个不好的意识——又有一个好的无意识和一个不好的无意识，而且，就一种非弗洛伊德的意义说，善是真实的。弗洛伊德受到他自己的实证主义的局限。请不要忘记，弗洛伊德出自一种物理主义、化学主义的科学。他是一位神经学家。一项白纸黑字的宣誓曾表示要发展一种心理学能完全还原为物理学和化学的陈述。这就是他献身的目标。当然，他自己已证明他的观点不能成立。

说到我宣称我们已经发现的这一高级本性，

问题在于我们对它做出怎样的解释？弗洛伊德式的解释是还原论的。他是把它解释掉了。假如我是一个仁慈的人，这是一种反作用造作（reaction formation），为了掩盖我要杀人的价怒。在一定程度上，这里的杀人比仁慈是更基本的本性。仁慈是一种试图遮丑、压抑的方式，是一种防御手段，使我不致认识到我是一个真正的谋杀者这一事实。假如我很慷慨，那是针对吝啬的反作用造作。我在内里是真正的吝啬。这是一种非常奇特的说法。现在已很清楚，这在一定程度上是用未经证明的假定进行辩论。例如，他为什么不说杀人是针对爱他们的一种反作用造型？这也是同样可以说得通的一个结论，而且，事实上对于许多人来说，是更真确的。

但让我回到主要的想法上来，回到科学中这一令人兴奋的新发展、历史中这一重要的新时刻上来。我有一种非常强烈的意识，觉得我们正处在一股历史潮流的中间。从现在起再过一百五十年，历史学家对于今天的时代将说些什么呢？什么是真正重要的？什么是正在进行着的？什么是已经完成的？我相信，构成报刊大标题的许多东西已经完成了，人类“生长的尖端”是现左正在成长并将在一二百年内繁荣昌盛起来的东西，只要我们设法坚持下去。历史学家将谈论这一运动是历史的冲击，而现在，如怀特海德曾指出的，当

你得到一个新的模式时，一个新的范式时，当有了一种新的观察方法，老的说法有了新的定义，现在意味若另外什么东西时，你会突然得到一种启示，一种豁然开朗的醒悟。你能以一种不同的方式看事物。

例如，我所谈论的新事物引起的后果之一是对弗洛伊德某一论点的直接否定，以经验为根据的（非伪善的、或专断的、或先验的、或从愿望出发的）否定，否认在个人的需要和社会、文明的需要之间存在着一种必然的、内在固有的对立。事实恰恰不是如此。我们现在已经知道有办法设置条件使个人的需要变得和社会的需要协调一致而不是对立，使两者为同样的目的进行工作。这就是一种以经验为依据的陈述，我是这样看的。

另一种以经验为依据的陈述是关于高峰体验的。我们曾研究高峰体验，问过成组的人和单个的人以下一些问题：你生活中最欢乐的时刻是什么？或如某一调查者所问的，你曾体验过超常的欢乐吗？有人可能会认为，对一般人提这样的问题可能仅仅招来自眼，但实际上却有许多回答。显然，超常的欢乐都是作为个人的感受隐秘保存着的，因为在公开的场合是不好说的。这些欢乐使人难为情，不体面，它们“不科学”——那对许

多人意味着一种根本的罪恶。

在我们对高峰体验的调查中，我们发现许许多多激发物，许多能激发高峰体验的经验。显然，多数人，或几乎所有的人，都有高峰体验或狂喜的时刻。或许也可以这样提出问题：在你的一生中唯一最欢乐、最幸福的时刻是什么？或许象我所提出的如下问题问自己：在那样的时刻你对自己有什么不同的感觉？世界看起来有何不同？你觉得自己象什么？你的冲动是什么？如果你在变化，你改变得如何？我要报告说，两种最容易取得高峰体验的途径（就经验报告的简单统计而论）是通过音乐和性。我愿把性教育撇开，鉴于这种讨论还不成熟——尽管我敢肯定有一天我们会不再把它当成笑料，而是认真对待并教导儿童，说正象音乐、爱、卓见、美丽的草坪、逗人的婴儿等等许多通向天堂的道路一样，性也是其中之一，正如音乐是其中之一那样。它们碰巧是最容易的途径，最广泛存在的，最容易理解的途径。

就我们鉴定和研究高峰体验的目的看，我们可以说提出一系列激发物的名单是必要的。由于名单太长，需要概括说明。似乎任何关于真正卓越、真正完善的体验，关于任何趋向完全正义或趋向完美价值的经验，都可能引起高峰体验。当

然并不是如此。但这是我对许多我们集中研究过的事物要做出的一种概括。请不要忘记，我在这里是作为一个科学工作者说话的。这听起来不象是科学的谈论，但这是一种新的科学。很快将发表一篇学术论文说明，从这一人本主义科学中，我要说，已经出现了自亚当和夏娃以来的真正的生育改进之一。这是一篇论述高峰体验的文章

(145)，在自然生育孩子时的体验。这能成为高峰体验的强大源泉。我们知道应该如何鼓励高峰体验，我们知道以怎样的方式生孩子才最有利于产妇得到一种伟大而神秘的体验，这也可以说一种宗教体验——一种萌发，一种启示，一种醒悟。顺便说，那也是人们在交谈时所提出的一种说法——简直变成一种不同的人，因为在相当数量的高峰体验中会随着带来我曾称之为“对存在的认知”那样的结果。

我们必须为所有这些未耕耘过的、未研究过的问题提供一套新的词汇。这一“存在认知”实际上含有柏拉图和苏格拉底所说的认知的意思；你可以说，差不多等于一种幸福的工艺学，纯卓越、纯真理、纯善等等的工艺学。是的，为什么不可以是欢乐、幸福的工艺学呢？我必须添加一句话，这是唯一已知的、在父辈中诱导高峰体验的技术。当我的妻子和我开始在大学生中进行这些调查时，我们偶尔发现了许多值得探讨的线

索。其中之一是，虽然妇女谈论得到孩子时的高峰体验，男人却没有这样说过。现在我们有办法让男人也能从生孩子得到高峰体验了。这在某种浓缩的意义上表明人在改变，看事物不同了，生活在不同的世界中，有不同的认识，在一定意义上此后永远趋向幸福的生活。现在这些都是论据，是通向隐秘体验的种种途径。我想我最好说到这里为止，因为这一类资料太多了。

迄今为止，我发现这些高峰体验的报告很多来自我们或可称为“经典”的音乐。我还没有发现任何高峰体验来自凯奇的音乐或来自安迪·沃霍尔电影，来自抽象表现派绘画等类艺术。我确实没有这样的发现。带有伟大欢乐、狂喜入迷、似乎看见另一世界或另一种生活水平等等的高峰体验报告都来自经典音乐——伟大的经典杰作。我也必须报告，这融化于、融合成舞蹈或韵律。只要涉及这一领域的研究，它们之间的确没有什么不同，它们融合在一起了。我甚至可以附加说，当我谈论音乐把它当作通向高峰体验的一条途径时，我是把舞蹈也包括在内的。在我看，它们已经融为一体了。韵律的体验，甚至最简单的韵律体验——好的伦巴舞（古巴人约一种舞蹈）或孩子们艘用鼓敲打出的鼓点：我不知道你是否愿把这称为音乐、舞蹈、韵律、体育，或别的什么东西。对躯体的爱，对躯体的觉知，对躯体的崇敬

——这些显然是通向高峰体验的良好途径。这些转过来又是通向“存在认知”，认识柏拉图式的本质、内在价值、终极存在价值的良好途径（不是有保证的、但在统计上是很有可能成为良好途径的），这种认知又是有治疗效果的，它既能促进疾患的治愈，又能促进趋向自我实现的成己，趋向丰满人性的成长。

换句话说，高峰体验往往是有结果的。它们能有非常非常重要的结果。音乐和艺术在一定意义上有同样的作用，这里有某种程度的交迭。它们能象心理治疗一样起作用，只要一个人保持他的目标端正，知道他在干什么，意识到他正在走向何处。我们一方面肯定能提到症状的消除，如陈腐思想、焦虑的消除等等；或者另一方面，我们能提到自发性、勇气、奥林匹斯山神或上帝般幽默之类的发展，以及感性觉知、躯体觉知等等的发展。

远非最少可能发生的情况是，音乐、韵律和舞蹈是有助于发现自我同一性的最佳途径。我们是以这样一种方式构成的，它能使这种类型的诱因、这种类型的刺激对我们的自主神经系统、内分泌腺、我们的情感和我们的情绪发生种种作用。事实正是如此。我们只是还没有足够的生理学知识，弄不清为什么会如此。但这是的确的确

的，是我们不会弄潜的体验。它有点象痛楚，那也基不会弄错的体验。在体验上空虚的人中，这种人不幸在人口中占很大的比例，即在一些不知道他们自己身内正在进行着什么事清而只能靠钟表、日程安排、常规、定律、邻人的暗示生活的人——受他人左右的人——中，这是发现自我是怎么一回事的一神途径。这里有来自内部的信号，有内部喊出的声音：“天啊，这多好，这是肯定无疑的！”这是一条通道。我们教导自我实现和发现自我的途径之一。自我同一性的发现是通过冲动的声音得到的，通过倾听你自身内部的主要部分、倾听它们的反应、倾听你内部正在进行的活动得到的。这也是一种实验的教育，假如我们有时间讨论这个问题，它将引导我们进入另一平行的教育设施，另一种类型的学校。

数学也能象音乐一样美妙，一样引起高峰体验。自然，有一些数学教师是极力防止这种情况的。直到我30岁时，直到我读到某些讨论这个问题的著作时，我才懂得数学也可以当作一种美学研究。历史学或人类学（在学习另一种文化的意义上）、社会人类学、或古生物学、或科学研究也能如此。在这里我想再提出我的论据。假如一个人和杰出的创造者、大科学家、有创造性的科学家一起工作，那就是他们谈话的方式。科学家的形象必须改变，它正在让位给一种对于有创造

性的科学家的理解，这样的科学家是靠高峰体验生活的。他为了光荣时刻的到来而生活，这时一个问题解决了，这时他通过一架显微镜突然间看到事物以一种非常不同的方式显现，这是启示、萌发、豁然开朗、理解、狂喜的时刻。这对他是至关重要的。科学家对此是非常非常羞涩和难为情的。他们在公开场合拒绝谈论这方面的感受。要采取非常非常精心的安排才能得到这方面的资料，我曾设法完成了这一任务。现在我们已知道这是怎么一回事，而假如一个人设法说服一位有创造性的科学家相信他不会因为这些事情而贻笑大方，他将会羞报地承认，他确曾有过高度激动的体验，例如，当一项关键的相关关系得到证实的时刻等等就是如此。他们仅仅不愿谈对这些事的感受，至于通常的教科书，更不会劳神讨论这样的问题。

我在这里要说的是，我们有可能改善现在这种状况，假如我们充分意识到我们正在进行的工作所具有的重要意义，即假如我们在哲学上也有足够的洞察力，我们将有可能利用这些体验，利用这些极易引起狂喜、极易使人得到启示的体验，使人豁然开朗、极端幸福、欣喜若狂的体验。我们将有可能利用它们作为一种模式来重新评价历史教学 and 任何其他教育工作。

最后，我在这里想要说明的问题——我敢肯定地说，这对每一位从事艺术教育的人都是一个问題——是：音乐、艺术中的有效教育，舞蹈和韵律中的教育要比通常的“核心课程”远为接近我这里所谈论的那种内在教育，那种以学习一个人的自我同一性为一项基本任务的教育。假如教育做不到这一点，它就是无用的。教育应该使人学会成长，学习向哪里成长，学习分辨好坏，学习分辨合意和不合意，学习选择什么和不选择什么。在这一内在学习、内在教导、内在教育的范围内，我想，艺术，特别是我曾提及的那些艺术，是非常接近我们的心理和生物的核心，非常接近这一自我同一性、这一生物性同一性的，因此，不该认为这些课程是某种搅打过的奶油或奢侈，而必须使它们变成教育中的基本经验。我的意思是说，这种教育能够成为无限和终极价值的一种闪现。这一内在教育最好能有艺术教育、音乐教育和舞蹈教育作为它的核心。（我想，把舞蹈作为第一项选择给孩子们。对于2至4岁的孩子它最容易学——仅仅是节奏。）这样的体验作为模式和手段也是非常合适的，我们也许可以用来把其余的学校课程从它们已经陷入的脱离价值、价值中立、无目标的无意义状态中挽救出来。

第十三章 人本主义教育的目标和内涵

在他临近死亡的日子里，阿尔杜斯·赫胥黎正处在—项重大突破的边缘，在科学、宗教、和艺术之间做出一项伟大综合创造的边缘。他的许多思想在他最后的小説《岛》（52）中有所阐述。虽然《岛》作为艺术品不是很重要，但它作为一部讨论人能变成什么样子的散文著作却是非常有启发的。其中最革命的思想是属于教育方面的，因为在赫胥黎的理想国中教育体制的目标和我们自己的社会的教育体制有根本的不同。

假如我们看一看我们自己社会中的教育，我们可以看到有两种分明不同的因素。首先，有压倒多数的教师、校长、课程设计者、学校督察，他们的工作主要是让学生得到在我们工业社会所需要的知识。他们不是特别有想象力和创造性的，也不会常常问—问他们为什么要教授他们所教授的东西。他们主要关心的是效率，即灌输最大数量的事实给最大可能数量的学生，用尽可能少的时间、费用和人力。另一方面，有少数倾向人本主义的教育家，他们把培养较好的人作为目标，或用心理学的术语说，以自我实现和自我超越为目标。

课堂学习往往以使教师满意从而得到奖励为不言明的目标。学生在通常的课堂上很快就懂得，创造性会受到惩罚，背诵记住的反而会得到奖赏，因而集中注意于教师要他们说些什么，却不求对问题的理解。由于课堂学习的中心在行为而不在思想，学生学习的也正是如何行动，同时保持他自己的思想不变。

事实上思想往往是有碍于外在学习的。有了真知灼见，宣传、灌输和操作条件作用的效果统统都会消失。让我们以广告为例。对于广告的最简单的药剂是真相。你可能在为广告的闭下效果和动机研究操心，但你所需要的一切是能证明某一种牌子的牙膏有臭味，于是你就不会受世界上一切广告的影响了。真相对外在学习的破坏性影响的另一个例子是一个心理学班级对教授开的一次玩笑，当这位教授讲条件作用课时，学生们密谋向他施加条件作用。教授没有发觉学生的恶作剧，开始越来越多地点头，到讲课快结束时他已在频频地点头了。一当学生们告诉这位教授事情的真相时，他立即中止了点头，自然，此后学生方面不论怎样微笑也不能再使他点头了。真相使学习消失了。从这一点暇发，我们应该问问自己，有多少课堂学习确实是受到无知支持的，其中又有多少由于真知而被破坏。

学生们自然已经浸透着外在学习的态度，并会象黑猩猩对拨弄者的技巧做出反应那样对分数和考试做出反应。在美国最好的大学之一中，一个男生坐在广场上读一本书，他的一个朋友走过他身边问他为什么要读那本没有被指定的书。读一本书的唯一理由竟会是它可能带来的外部奖赏。在大学的拨弄者技巧的包围中，这样提问是合乎逻辑的。

有一个关于厄普顿·辛克莱（Upton Sinclair）的故事可以说明大学教育中内在和外在方面的不同。辛克莱年轻时发现他攒不够大学学费。他仔细翻阅了大学学年制规则，发现有这样的规定：假如学生不能通过一门课，他将得不到这门课的学分，必须以另一门课的学分作为替代。对于这第二门课，学校将不收学费，因为学生已经为他的学分付过一次费了。辛克莱利用这一规定，故意让每门课都考不及格，结果赢得了自由的教育。

“赚取学位”这一说法概括了侧重外在方面的教育的弊端。学生在大学里投资一定量的小时数（称为学分）以后便机械般地取得他的学位。大学中所教授的一切知识都有以学分形式标明的“现金价值”，这种价值在所教授的各门课程之间很少或全无区分。例如，一学期的篮球训练正

如一学期的法国哲学课一样赚取一定数目的学分。由于最后的学位才被认为具有真实的价值，在完成高年级学业前离校将会被社会看成是浪费时间，被父母看成是小小的悲剧。你们都听到过母亲悲泣诉说她的女儿中途辍学的愚蠢行为吧，为什么她要在高年级时去结婚白白“浪费”她本来可以得到的教育呢？在大学三年的学习价值已经完全被遗忘了。

在理想的大学中，将不再有学分、学位、必修课。一个人可以学习他想学习的任何东西。一位友人和我曾试将这一理想付诸实行，我们在布兰代斯大学组织了一系列讨论会并称它为“新生讨论会——理智生活入门。”我们宣布这个课程不设必读或必写的作业，也不给学分，不论讨论什么都由学生自己选定。我们并说明我们是什么人——一个是心理学教授，一个是开业的精神病学家，期望通过我们对讨论会的说明和我们自己专业兴趣的说明能向学生表明谁应该来和谁不该来。参加这个讨论会的学生是出于他们的自愿，并且至少要对它的成败承担一部分责任。在传统的学校教室里，情况恰好相反——那是强制性的，学生总是出于某种原因而不得不进去听课的。

在理想的大学中，任何需要内在教育的人都

是可以如愿的——因为任何人都能进步和学习。学生群可以包括有创造性的、聪明的儿童以及成人；包括低能者也如包括天才一样（因为甚至低能者也能通过感情和心灵学习）。大学将是无所不在的一一不局限于一定建筑物和一定时刻，教师将是任何有体会并愿与他人交流的人。学院与生命同长，活到老学到老。甚至死亡也能成为一种哲学启发的、高度教育的体验。

理想的大学将是一种教育的隐退，使你能试着发现你自己；发现你喜欢什么，需要什么；你善于做什么，不善于做什么。人们将选取种种主题，出席种种讨论会，虽不敢十分肯定他们应走哪条路，但已在寻找自己的使命，而一旦找到了它，他们能很好地利用他们所受到的技术教育。换句话说，理想大学的主要目标将是自我同一性的发现，同时也是使命的发现。

我们说自我同一性的发现，这是什么意思？意思是找出你的真实愿望和特征是什么，并生活在一种方式中使它们能表现出来。你经过学习成为真诚的、忠实的，也就是让你的行为和言谈成为你内在感受真实而自发的表现。我们大多数人已学会避免真诚。你可能正处于一场战斗中，你的内脏正因恼怒在激荡，但假如电话铃响了，你仍会拿起话筒，亲切地应一声“喂”。真诚是虚伪

向零点的下降。

有许多教导真诚的方法。训练组是一项尝试，使你意识到你真正是怎样的人，你对他人怎样反应，办法是给你一个变得诚实的机会，说出你的内部真正在进行什么活动，而不是掩饰真相或斯文回避。

我们描绘为健康、坚强和鲜明的人，似乎是在谛听他们内在感受声音方面比多数人更清晰的人。他们知道他们需要的是什么，也同样清楚他们不需要的是什么。他们内在的爱好告诉他们，某种颜色和另一种不协调，他们不需要毛衣，因为它使身上发痒，或他们不喜欢肤浅的性关系。另一些人，恰恰相反，似乎很空虚，失去和他们自身内在信号的接触。他们吃、喝、拉、撒、睡，都按钟点安排，而不是接受他们自己身躯的暗示。他们做一切事都以外部标准为根据，从选择食物（它对你有益）和服装（它正时兴）到价值和伦理判断（我爸爸说的）都是如此。

我们非常善于使我们的孩子弄不清他们自己的内在呼声。某个孩子可能说，“我不想喝牛奶”，而他的妈妈却回答，“为什么，你知道你需要喝点牛奶。”或者孩子说，“我不喜欢菠菜，”而她告诉他，“我们爱吃菠菜。”自知的一个重要部分是有能力谛听来自内部的这些信号，但做妈妈

的弄得这些信号混淆不清，这对她的孩子不会有什么好处。她也能很容易地说，“我知道你不喜欢菠菜，但因为如此这般的理由，你无论如何得吃一点。”

有审美能力的人对于色调、外貌的协调、式样的适宜等等似乎比多数人有更清晰的冲动声音。智商高的人对于理解真理、看出这种关系为真、那种关系非真似乎有同样强有力的冲动声音，正如有审美能力的人似乎能看出这个领带适合这件夹克衫而不适合那件一样。最近在儿童中进行了大量关于创造性和高智商之间有何关系的调查研究。有创造性的儿童似乎是那些有较强冲动声音告诉他们什么是对什么是错的）儿童。非创造性的高智商儿童似乎已经丧失了他们的冲动声音，变得循顺常规，总是期待父母或老师给予指导或启发。

健康人对于伦理和价道问题似乎也有清晰的冲动声音。自我实现的人在很大程度上已经超越了他们文化的价道。他们与其说仅仅是美国人不如说是世界公民，首先而且重要的是人类的成员。他们能客观地看他们自己的社会，喜欢它的某些方面，不喜欢另一些方面。假如教育的一个终极的目标是自我实现，教育就应该帮助人超越他们自己的文化强加于他们的条件作用而成为世

界公民。这里便有了一个如何才能克服他们的文化适应的问题。你如何才能在一个年幼孩子的心灵中唤醒对全人类的同胞意识使他长大成人以后能仇视战争并尽一切努力避免战争呢？教堂和全日学校已经审慎地回避开这项任务，并以向孩子们讲授多安多彩的圣经故事作为替代。

我们的学校和教师应该追求的另一个目标是使命的发现，一个人的命运和归宿的发现。一部分要理解你是什么人，一部分要能够谛听你内在的声音，这就是发现你要用你的生命做什么。发现一个人的自我同一性和发现一个人的事业，揭示一个人将为之献身的圣坛，几乎是同义词。发现一个人的终生事业有点象发现一个人的配偶。在婚姻方面，有一个风俗要年轻人“进行实战”，和许多人接触，进入一、两次恋爱，在结婚前或许还要进行一次严肃的试婚。这样，他们才能发现他们在另一性别的成员中喜欢什么和不喜欢什么。当他们变得越来越意识到他们自己的需要和愿望时，那些非常了解自己的人最终也恰恰能彼此发现并结识。在你寻找你的事业、你的终生事业时，有时也有非常相似的事情发生。你感觉它很合适，忽然你发现，一天二十四小时似乎不够长了，于是你开始抱怨人生的短促。在我们的学校中，却有许多职业顾问根本不懂得人的存在的可能目的，或甚至不懂得什么是对于基本的幸福

所必需的。所有这一类型的顾问所考虑的只是社会对航空工程师或牙科医生的需要。没有一个人提及，假如你对于你的工作不满意，你就丧失了自我完成的最重要的手段之一。

总起来说，学校应该帮助孩子们观察他们自身的内部，并从这种自知中得到一系列价值观念。但在我们今天的学校中并不讲授价值。这可能是从宗教战争时代传递下来的惯例，那时教会和国家被分割开了，统治者断定价值的讨论是教会的事，非教会的学校应该关心其他问题。我们的学校，在严重缺乏真正的哲学和训练有素的教师的情况下，不讲授价值也许还是一件好事，正如它们由于同样的理由不讲性教育也是好事一样。

人本主义教育哲学所产生的许多结果之一是对自己的不同看法。这是一个非常复杂的概念，几句话很难说清楚，因为几个世纪以来它第一次谈到一种本质，一种内在的性质，谈到种族性（Specieshood），谈到动物性。这和欧洲存在主义者，特别是萨特的看法显然不同。萨特认为人完全是他自己的设计，完全是而且仅仅是他自己专断的、没有辅助的意愿的产物。在萨特和一切受他影响的人看来，一个人的自我变成了一种专断的选择，一种命令式的意志，要成为什么样的

人或做什么事而没有任何关于什么是好、什么是坏，什么是善、什么是恶的准则。萨特基本上否认生物学的存在，完全放弃了任何绝对的或至少是任何遍及全人种的价值。这非常接近于使强迫性神经症成为一种生活哲学，其中你能发现我曾称之为“经验空虚”的特征，即不存在从内部发出的冲动声音。

美国人本主义心理学家和存在主义精神病学家大都更接近心理动力学家而不是萨特。他们的临床经验使他们设想人有一种本质，一种生物的性质，一个物种的成员性质。我们很容易就能说明“揭示”疗法能帮助人发现他的自我同一性，他的真实自我，一句话，他自己的主体生物学，于是，他能进而实现它，“造成他自己”，进行“选择”。

难题在于人种是唯一的一种物种，它发现自己很难成为统一的物种。一只猫就是一只猫，似乎没有什么问题。这是容易理解抓猫似乎没有什么复杂性或矛盾或冲突，没有迹象渴望成为狗。它们的本能是非常明显的。但我们没有这种明确的动物本能。我们的生物本质，我们的本能残余，是微弱而难以捉摸的，它们很难把握。那些外在的学习比我们深蕴的冲动更有力量。人种中的这些最深部的冲动，处在本能几乎已经完全丧

失的场所，它们在那里是非常微弱的，极端纤细娇嫩的，你必须深挖才能发现它们，这就是我说到的内省生物学的所在，生物现象学的所在，意思是说，寻求自我同一性、寻求自我、寻求自发和自然的必要方法之一，是闭上你的眼睛，隔断噪音，摒除杂念，放下一些事务，完全以一种道家的和承受的方式使自己放松（很象你在精神分析卧具上的所为）。这里的技术就在于等着瞧会发生什么事，会想到什么。这也是弗洛伊德称之为自由联想、随意浮游而不是有什么固定任务的活动，而如果你这样做取得成功，并懂得怎样去做，你将会忘记外部世界及其嘈杂声音，并开始听到这些微小的纤细的来自内部的冲动声音，来自你的动物本性的暗示，不仅来自你的普通的种族本性，而且来自你自己的独特本性。

这似乎是一种非常有趣的矛盾现象。一方面，我谈到揭示或发现你的特质，在全世界你和每一他人不同之处。另一方面，我又谈到发现你的种族性，你的人性。正如卡尔·罗杰斯所说，“当我们寻求我们自己个人的同一性进入作为特殊而独特的自我越深时，我们也越能发现整个人的种族，这种情况是怎么发生的呢？”那不会使你想到R·W·爱默生和新英格兰的先验论者吗？发现你的种族性到足够的深度，将会和发现你的自我性结合起来。变成（懂得如何成为）丰

满的人意味着两种活动同时进行。你在了解（在主观上体验）什么是你所特有的，你何以是你，你的潜能是什么，你的风格是什么，你的步调是什么，你的爱好是什么，你的价值是什么，你的身体的趋向如何，你个人的生物因素引你到何处，即你和他人有何不同。而同时它又是了解一个人成为象其他人一样的人意味着什么，即了解你和他人有何相似之处。

教育的目标之一应该教人懂得生活是宝贵的。假如生活中没有欢乐，就不值得生活。不幸许多人从未体验过欢乐，体验过那些我们称之为高峰体验的全面肯定生活的极少的时刻。弗洛姆（35）谈到能经常体验欢乐的乐生者，也谈到似乎从未体验过欢乐时刻的欲死者，他们对生活的理解是微乎其微的。后一种人会追逐他们生活中的各式各样愚蠢的机会，好象他们希望能有一个意外事件来拯救他们脱离自杀的痛苦念头。在逆境下，如在集中营中，觉得生活每时每刻都很珍贵的人曾为求生而斗争，而另一些人却任自己毫无抵抗地走向死亡。我们开始发现，那些正在进行局部自杀的吸毒上瘾者会很容易放弃吸毒，只要你能给他们的生活提供某种意义作为替代。心理学家曾把酗酒者描绘为极度沮丧、厌烦生活的人。他们形容这些人的生存为一种无尽头的平板经历，没有任何起和伏。柯林·威尔逊（159）在

他的著作《新存在主义导论》中指出，生活必须
有意义，必须充满高度紧张连续时刻才能肯定生
活使'白'有价值。不然，死的愿望就可以理解的
了，因为谁甘愿忍受无尽无休的痛苦或烦恼？

我们知道儿童能有高峰体验，在童年期，这
是常有的。我们世知道，现在的学校制度是一种
压碎高峰体验、禁止它们出现的极端有效的工
具。不怕看到儿童欢娱景象的天然尊重儿童的
老师在教室中是罕见的。自然，一间教室坐满35个
孩子又要在一定时间内教完一节课，这种传统的
模式会强迫教师比她教学生学习体验一种欢乐感
时更注意秩序和安静。但我们的官方教育哲学和
师范学院似乎由此得出一个不言自明的想法，认
为一个孩子过得快活是危险的。要知道，甚至学
习阅读、减法和乘法这样的困难任务（在工业化
社会中是必须的）也能弄得很有吸引力并成为一
种乐趣。

幼儿园教育能做些什么来对抗死的愿望，小
学一年级能做些什么来增强生的愿望呢？也许它
们能做的最重要的事是让孩子得到一种成就感。
儿童在帮助某一比他们自己幼弱的孩子完成某件
事时能得到很大的满足。不加管辖和约束能使儿
童的创造性受到鼓励。由于儿童模仿老师的态
度，老师能受到鼓励变成一个欢乐的、自我实现

的人。父母把他们自己歪曲的行为模式传递给孩子，但假如教师的行为较健康、较坚强，孩子将转而模仿教师。

首先，不象作为讲课者、条件者、强化者和老板的教师的流行模式，道家的辅导者或教师是承受型的而非干扰的。我有一次曾听说，在拳击界有一个年轻人，他自己觉得很不错并想当一名拳击手，到体育馆找到一位负责人说，“我愿当一名职业运动员，愿列入您的门下。我愿受您管教。”在拳击界，那时要做的事是试试他。好的经理会挑选出一位职业拳击手并说，“领他去拳击场。把他打翻在地上，训练训练他。让我们看看他的能耐如何。让他把他的本事全使出来。练练他。”假如证明这位拳击手有希望，是一个“关生的”材料，好的经理要做的则是接收他并训练他，看他是否能成为一位拳击家，一位更好的拳击家。那就是说，他认为他的风格是一种天赋，是给定的，他只能在给定的风格上建造他的未来。他不是一切都从头来过，说，“忘掉你已经懂得的，完全按这样的新方式来做”，那等于说，“忘掉你的身体类型”，或“忘掉你的所长”。他承认他的现状并依据他自己的才能把他培育成一位他有可能成为的最佳拳击家。

我深深感觉这是能够使很多教育界起作用的

方式。假如我们要成为辅助者、顾问、教师、引导者或心理治疗家，我们就必须接受有关的人并帮助他理解他已经成为何种类型的人。他的风格是什么，他的能力倾向如何，他适于干什么，不适于干什么，我们建造的基础是什么，他的有价值的原材料是什么，有价值的潜能是什么，我们不要使他受到压力而而造成一种接受他的本性的气氛，使畏惧、焦虑和防御降到最低的程度。最重要的，我们要关心他，即欣赏他和他的成长和自我实现（117）。所有这些听起来都很象罗杰斯派的医师，他的“无条件的积极关怀，”他的和谐一致论，他的开放和他的照顾。的确，现在已有证据表明这能“使他显露出来”，使他有所表现，有所动作，有所尝试，甚至出错，让他自己为人所见。在这一点上的适当反馈，如在训练小组或基本的交朋友小组或非指示咨询中常见的那样，能帮助他发现他是怎样的人。我们必须懂得珍视儿童在学校中的“闹剧”，他的狂想、入迷，他瞠目结舌的惊讶，他酒神般如醉如痴的热情。至少，我们能欣赏他冲淡的狂喜，他的“兴趣”，他的业余癖好，等等。这些能有助于很大的发展。特别是能引向艰苦作业，坚持不懈的，全神贯注的，富有成果的，有教育意义的作业。

反过来，我想也可以设想高峰体验、敬畏、神秘、惊奇、或完美成就的体验都是学习的目标

和奖赏，既是它的开端也是它的终局（67）。假如这对于伟大的历史学家、数学家、科学家、音乐家、哲学家等等是真实的，我们为什么不应该试着把这些研究也扩大为儿童的高峰体验的来源？

我应该说明，我所得到的支持这些提示的有限知识和经验大都来自聪明的有创造力的儿童而不是迟钝的或被剥夺基本权利的或病态的儿童。但我也应该说明，我在辛那依社区中*、训练组中（141）、Y理论企业中（83）、伊萨冷型教育中心中（32）、格罗夫型幻觉剂研究中（40）、且不说莱因型精神病患者研究中（65），所得到的有关这些被认为前途无望的成年人的经验和其他这一类经验，已经告诉我绝不要事先就把任何人一笔勾销。

*收容和教育吸毒者的地方，参看本书第十六章介绍。——译者

内在教育的另一个重要目的要看到儿童的基本心理需要得到满足。除非他的安全、归属、爱和尊重等需要能得到满足，儿童是不能达到自我实现的。用心理学的话说，儿童这时没有焦虑，因为他觉得自己是可爱的，知道他属于这个世界，有人尊重他，需要他。大多数到辛那依来的吸毒者提到，他们都曾经历过一种几乎缺乏任何

需要满足的生活。辛那侬中能创造一种气氛使他们觉得似乎自己是四乡南孩子，然后让他们慢慢地在这种气氛中长大，在那里他们的基本需要能够一一得到满足。

教育的另一个目的是使意识保持清新，使我们能不断地觉察到生活的美妙无穷。我们在这个文化中常常变得失去敏感，以致对许多事情视而不见，听而不闻。劳拉·赫胥黎有一个小巧的立方放大镜，你能插入一朵小花，观看立方镜各边的光线在花朵上的变化。注视片刻以后，观察者会变得忘怀一切并由此引起幻觉体验，好象在观看一件东西的绝对具体的方面和它的美妙存在。保持日常体验清新的极佳方法是想象你就要死去——或和你朝夕相处的别的什么人就要死去。假如你真地受到死亡威胁，你会以不同的方式观察事物，比你平常更密切地注意一切。假如你知道某人就要死了，你会更集中注意而又更亲切地看他，而不带我们经验中常有的那种漫不经心的专断性质。你必须向定型倾向作战，绝不要让你自己以惯例态度对待任何事情。从根本上说，最好的教导方法，不论是历史、数学、或哲学课，都在于让学生意识到其中的美。我们有必要教我们的孩子领会统一与和谐，领会禅宗的体验，能够同时看到短暂和永恒，能够在同一个对象中看到圣洁和亵渎。

我们必须再一次学会控制我们的冲动。弗洛伊德治疗过分压抑者的日子早已过去，今天我们所面临的问题恰好相反，是每一种冲动都迫不急待地表现出来。要告诉人控制并不是非成为压抑不可。达到自我实现的人有一套阿波罗式的控制系统，使控制和满足在一起发生作用，使满足带来更大的愉快。例如，他们知道，假如你坐在一张摆满美食的整洁桌前吃东西那将更为惬意，尽管准备烹调和收拾桌子要有更多的控制。就性关系说，也有类似的问题。

真实教育的任务之一是超越虚假问题并力求解决严肃的存在生活问题。一切神经症问题都是虚假问题。但邪恶和痛苦的问题是真实的，每一个人或迟或早都必须正视。是否有可能通过受苦达到高峰体验呢？我们曾发现，高峰体验含有两种成分，一种是感情的欢乐，一种是理智的启示。两者并不一定要同时出现。例如，性乐高潮在情感上可以是极为满意的，但不会以任何方式给人以启发。面临痛苦和死亡时，一种非欢乐的启示可以发生，如玛加尼塔·拉斯基的著作《欢乐》（66）中所指出的那样。我们现在有讨论死亡心理的大量文献，可以使明显看出有些人临近死亡时确能体验到启示，得到哲学的卓识。赫胥黎在他的著作《岛》（52）中，举例阐明一个人如何带着和解和承受的心情死去而不是以一

种不庄严的方式被拖离人世。

内在教育的另一侧面是学习如何能成为一个好的选择者。你能教你自己进行选择。你面前放著两杯葡萄酒，一杯廉价的，一杯昂贵的，看你喜欢哪一杯。试一试你是否能闭上眼睛分辨两种牌子的香烟有何不同。假如你不能分辨，也就没有什么不同。我曾发现我能分辨好坏葡萄酒，因此我现在宁愿多花钱买好酒。另一方面，我分不出松子酒的优劣，因此我总是爱买便宜的松子酒。既然我分不出优劣，还挑什么呢？

什么是我们所说的自我实现呢？我们希望我们理想的教育制度能造就的心理特征是什么呢？达到自我实现的人有良好的心理健康状态，他的基本需要已经得到满足，那么，是什么动机驱使他变成如此忙碌而胜任的人呢？一个原因是，所有自我实现者都有一个他们信仰的事业，一个他们为之献身的使命。当他们说“我的工作”时，指的就是他们生活中的使命。假如你问一位自我实现的律师他为什么进入法律界，什么东西能补偿那许多繁琐事务的劳累，他最终会象这样向你诉说，“是的，我一看见有什么人捉弄另一个人，气就不打一处来。那是不公平的。”公平对于他是终极价值。他说不出为什么他重视公平，正象一位艺术家说不出他为什么珍贵美一样。换句话

说，自我实现的人所以会做他们所做的事，似乎是为了终极价值的原故才那样做，这些终极价值似乎又是为了捍卫一些具有内在价值的原则。他们保护并热爱这价值，假如这些价值受到威胁，会惹得他们恼怒，激发他们行动，并往往做出自我牺牲。这些价值对于自我实现的人不是抽象的；它们是他们的一部分正如他们的骨骼和血管一样。自我实现的人是由永恒的真实、存在价值，由纯真和完美激励着的。他们越过了两极，力图看到潜伏的浑一，他们力图整合一切，使它内容更丰富。

再一个问题：这些价值是类似本能的吗？是生命体中固有的吗？就象对爱的需要或对维生素D的需要是生命体中固有的那样？假如你从你的食谱中排除所有的维生素D，你将生病。我们能依据同理说爱也是一种需要。假如你剥夺了你的孩子们的所有的爱，那会杀死他们。医护人员已经懂得，得不到爱的婴儿会由于感冒而夭折。我们对真理的需要也是如此吗？我发现假如我被剥夺了真理，我会得一种古怪病——我好似患妄想狂一样，不相信任何人，怀疑每一件事，寻求每一事件的暗含意义。这种顽固的不信任肯定是一种心理疾病。因此，我要说，真理的剥夺会导致一种病态——一种超越性病态。超越性病态是由于一种存在价值被剥夺而引起的疾病。

美的剥夺也能引起疾病。审美方面非常敏感的人在丑的环境中会变得抑郁不安。那很可能影响她们的月经，或使他们头痛，等等。

我做过一系列实验证明美的和丑的环境对人的影响。当被试者在一间丑陋的屋子里判断所看到的人面照片时，他们会认为这些人是精神病、妄想狂患者或危险人物，这表明在丑的环境中人的面孔并由此推及人本身看起来也不好。丑对你的影响有多大，依赖于你的敏感和你能不能较容易地使注意力从令人不快的刺激物转移开。进一步看，生活在一种不合意的环境中和龌龊的人在一起是一种致病的因素。假如你与美的和正派的人相处，你会发现你的感受较好，自己也随着提高。

公正是另一种存在价值，历史曾提出大量事例说明，当人们长期被剥夺了公正时会发生什么事。在海地，人们弄得对每一件事都不相信，对所有人都怀疑，认为一切的背后都隐匿着霉烂和腐朽。

关于虚无的超越性病态是我非常感兴趣的问题。我曾遇见过许多年轻人，他们有一切条件能达到自我实现；他们的基本需要已经得到满足，他们正在有效地运用他们的能力而没有任何明显的心理病兆。

但他们受到了破坏和干扰。他们不相信任何存在价值，包括人过三十都会拥护的一切价值，并认为真理、善良、热爱等一类字眼完全是空洞的陈词滥调。他们甚至对于自己是否有能力建造一个较好的世界丧失了信念，于是，他们能够做的一切仅限于以一种毫无意义和破坏的方式表示抗议而已。假如你没有价值生命，你可能不致成为神经症患者，但你会受到认识病和心灵病的侵袭，因为你和实在的关系在一定程度上受到歪曲和扰乱。

假如存在价值象维生素和爱一样不可缺少，又假如它们的缺失能使你生病，那么，人们谈论了几千年的宗教的或柏拉图式的或理性的生活似乎便成为人性的非常重要的一部分。人是由许多层次的需要构成的，层次系统的基部是生物性需要，顶部是精神性需要。和生物性需要不同，存在价值本身以及它们彼此之间是没有高低层次的。一种存在价值和另一种是同样重要的，每一种都能依据其他各种予以说明，例如，真必须是完善的、美的、内容丰富的，而且十分奇特，在奥林匹斯山神传说的意义上，它还必须是爱开玩笑的。美必须是真的、善的、内容丰富的，等等。假如存在价值都能依据彼此的概念互相说明，我们将能依据因素分析原理得知，有某种一般因素在所有这些存在价值的背后——用统计术

语说，有一个G因素。存在价值不是一堆互相分离的枝条，而是一块宝石的不同侧面。献身于真理的科学家和献身于公正的律师两者都是献身于同一使命。他们每一位都已经发现，一般价值中最适合他的那一侧面就是在他的终身事业中所利用的那一面。

存在价值的一个有趣的现象是能超越许多二歧式，如自私和不自私，灵与肉，宗教和世俗，等等。假如你在做你所热爱的工作，献身于你最崇尚的价值，你会成为尽可能“自私的”而同时又成为不自私和利他的。假如你已经把真理作为你内心最珍贵的价值，就象它是你的血液一样成为你的一部分，那么，假如你听到世界上任何地方有一种谎言流传，你就会如芒刺在背非要弄个水落石出不可。在那样的意义上，你自身的边界这时将远远超出你个人私利的范围而包容整个世界。

让我们再看看“宗教”和“世俗”的二歧式。我在童年接受的宗教仪式似乎非常可笑，它使我对宗教完全失去兴趣并毫无“寻找上帝”的念头。但我的宗教界朋友，至少那些已经超越类似老农把上帝看成又有皮肤又有胡须那种认识水平的人，却象我谈论存在价值那样谈论上帝。神学家今天认为头等重要的问题已经成为这样的问题——如

宇宙的意义，宇宙是否有一个发展的方向，等等。对完善的追求，对价值信奉的揭示，是宗教传统的本质。许多宗教团体开始公开宣称，宗教的外部装饰和标志，如礼拜五不吃肉等等，是不重要的，甚至有害，因为这会混淆视听，使人忽略宗教的真谛，这些团体现在又一次在理论和实践上献身于存在价值。

享受并献身于存在价值的人也更能享受他们基本需要的满足，因为他们使这种满足成为神圣的。对于那些能从存在价值的角度也如从需要满足的角度一样彼此相待的爱侣，性交也能变成一种神圣的仪式。要体验精神生活，无须在柱顶上打坐十年。只要能在一定程度上体验存在价值，就能使肉体 and 它的一切欲望成为神圣的。

假如我们承认存在价值的唤醒和实现（那也是自我实现的一个方面）是教育的一大目的，我们将会有一种新型文明的巨大繁荣。人会变得更坚强、更健康，并在很大程度上掌握他们自己的命运。对自己的生活承担更大的责任，有一套合理的价值指导自己的选择，人会主动地改造他们在其中生活的社会。趋向心理健康的运动也是趋向精神安宁和社会和谐的运动。

第五编 社会

第十四章 社会中和个人中的协同作用

我愿把这一章献给露斯·本尼迪克特作为对她的纪念，①她于1941年在布林马尔大学曾做过一系列演讲，提出了协同作用（synergy）这一概念。这一概念没有传开仅仅是因为她的手稿丢失了。我初次读到这些讲稿时震惊地发现，她给我的复制件已成为唯一尚存的了。我怕她不愿发表它——她似乎不很在意它是否发表。我又怕它可能丢失。我的担心证明是有道理的。她的女执行人玛格丽特·米德翻遍了她的文件和文稿也未能找出那份手稿。我让人把它打印出来，摘用了尽可能多的部分。这些摘录很快就要出版了（9,41），因此，在这一章中我只引用很少几段。

①露斯·本尼迪克特（1887-1948）是哥伦比亚大学人类学教授，也是一位诗人，笔名安·辛格顿，她的主要兴趣是研究美国印第安人。第二次世界大战期间，她研究过日本文化，为同盟国宣传提供了基本的资料。她的著作有：《文化的类组》；《种族、科学和政治》；《菊与剑》。——H·L·安施巴赫编注

协同作用的提出和定义

露斯·本尼迪克特在她晚年曾力图克服并超越“文化相对论”，由于误解那已经和她的名字联在一起了。我记得她对此感到非常恼火。她认为她的《文化的类型》（10）实际上是探讨整体论问题的。它是整体论的而不是原子论的力作。她把社会作为有机统一体，用她所特有的诗一般的感受、韵味和语调进行描述。

当我于1933-1937年研究人类学时，各种文化确实都有自身独特的异质。没有什么科学的方法把握它们，无法做出任何概括。每一种文化似乎都和另一种不同。一种文化就是一种文化自身，除此以外你就再也说不出什么了。本尼迪克特坚持不懈地力求完成一项比较社会学研究。对于一位女诗人，这是以一种直觉的方式实现的。她搜索的词汇是她作为一位有资格的科学家在公开场合不宜使用的，因为它们是规范性的，含蓄的而非冷静的，只能在马丁尼鸡尾酒会上说说而不能印成文字。

提出。如她描述的，她曾用大张的新闻纸写下她所知的有关四对文化的一切，这四对文化是因为她觉得彼此不同而选为研究对象。她有一种直觉，一种感受，她曾以不同的措词说明，我已

在过去的注释中提到过。

在每一对文化中，有一种是焦虑型的，另一种不是。一种是乖戾的，另一种不是。乖戾显然是一个非科学的词，她不喜欢乖戾的人。四对文化中的一方都是乖戾而下流的人，另一方的四种文化都是美好的人。在另一些时刻，在战争威胁我们的时候，她谈到士气低和士气高的文化。一方面她谈到仇恨和侵犯，另一方面谈到爱和感情，她不喜欢的四种文化有些什么共同点和她喜欢的四种文化相对立呢？她尝试地说这些是不安全的文化和安全的文化。

优秀的文化，安全的文化，那些她喜欢的、觉得有一种力量在吸引她的文化，是祖尼人，阿拉佩施人，达科他人，和爱斯基摩人的一支（我忘记是哪一支了）。我的现场研究（未发表）可以加上北方黑人作为安全文化之一。下流、乖戾的文化，那些使她为之战栗并受她鄙弃的文化是朱克契人，奥基布瓦人，多布人，和克瓦求特人。

对于这些文化她可能做出的各种概括她都一一尝试逮，你或许会称之为那时流行的所有标准说法。她依据种族、地理、气候、大小、财富、复杂性等各个方面对它们进行比较研究。但这些

标准不起作用，即对于四个安全文化是共同的，而在四个不安全的文化中不存在。在这样的基础上不可能做出任何整合，没有条理，没有分类基础。她问道，哪些文化多自杀者，哪些文化没有自杀者？哪些是多配偶的，哪些不是？哪些是母系的，哪些是父系的？哪些是大家庭的，哪些是小家庭的？这些分类的原则没有一条是起作用的。

最后确实起作用的是我只能称之为行为功能的东西，而不是外显行为本身。她认识到，行为不是答案，她不得不寻求行为的功能或作用，行为所持有的意义，它试图说的是什么，它表现的性格结构是什么。我认为正是这一跳跃才是人类学理论和社会理论中的一次革命，它为比较社会学打下了基础，提供了一种对社会进行比较研究的方法，把各种社会放在一个连续系统中而不是把每一种社会都看成是独一无二自成一类的。下文是引自她手稿中的一段话：

让我们以自杀为例。人们曾多次证明自杀和社会环境有关，在一定条件下自杀率上升，在另一些条件下又下降。在美国，自杀率是心理灾变的指数，因为它是一个人对于他不再有能力对付或不愿对付的情境所能采取的一种快刀斩乱麻的行动。但自杀，列为文化的一项共

同的特征，在某一自杀比较普遍的其他文化中可能是一种带有非常不同意义的行动。在旧时的日本，它是打败仗的战士的可敬行为，是恢复荣誉胜过生命的地位的一种行为——武士法典中人的全部责任。在原始社会中，自杀有时是妻子或姊妹或母亲在过度悲伤中的尽节尽情；它是重新肯定，对近亲的爱比生活中任何其他东西更可贵，亲人已死时，生命也不再有价值了。在以此为最高伦理法规的社会中，自杀是理想的最后证明。另一方面，在某些部落中，自杀更象中国人的自杀概念，如他们所说的，是死在另一个人的“门前台阶上”，意思是，自杀是向一个虐待过自己的人或向一个他所怀恨的人进行报复。这样的自杀在原始社会中是一个人能够对另一个人采取的最有效、有时甚至是唯一可能的行动，它比得上其他文化中的法律诉讼，和我们上述说过的任何种类的自杀都不相同。

定义。本尼迪克特最后不是选用安全和不安全的概念而是选择了“高协同”和“低协同”的概念，后者较少规范性，较客观，不致被怀疑有投射一个人自己的理想和爱好之嫌。她说明这些概念的含义如下：

是否有什么社会学条件和高侵犯或低侵犯

相关？我们的一切基础计划能够在这方面做到怎样的程度要看它们的社会形式提供共同的利益的范围如何，消除那些损害集体中他人利益的行为和目标的程度如何……从各种比较的资料看，能得出的结论是，非侵犯较突出的社会都有良好的社会秩序，使个人能以同一行为在同一时间既为他自己的利益又为集体的利益服务……非侵犯的出现（在这些社会中）不是因为人们是不自私的，把社会责任摆在个人愿望之上，而是因为社会的安排使这两者一致。合理地考虑时，生产——不论是培育甘薯还是打渔——是一种普遍的福利，假如没有人为的制度歪曲亨实，保证每一收成、每一网鱼都能丰富乡村的食物供应，一个人就能同时既成为一个好的农夫、渔民，又成为一个有益于社会的人。他得了利益，他的同胞也得了利益……我将谈到低协同文化，它的社会结构会助长彼此对立和对抗的行为，并谈到高协同文化，它能促进相互强化的行为……我曾谈到过一些高社会协同的社会，那里的制度保证人们能从他们的事业中彼此受益，也曾谈到过一些低社会协同的社会，在那里，某一个人的利益变成征服他人的一种胜利，而非胜利者的大多数人不得不设法迁移（着重号是我加的）。

具有高协同作用的社会是这样的社会，在那

里，社会制度的建立能超越自私与不自私的两极，超越自利和利他的两极，在那里，仅仅自私也能得到奖赏。高协同社会是美德有好报的社会。我愿讨论高协同和低协同的某些表现形式和某些问题。我将利用我的笔记，那已有二十五年的历史，抱歉的是我已很难分辨哪些是本尼迪克特的思想，哪些是我自己的思想。我曾多年以不同的方式利用这一概念，因此这里存在着一定程度的融合。

原始社会中的高协同和低协同

财富的引流与汇聚。关于经济制度，本尼迪克特发现，那种外露的、表面的、票面价值的事情——不论社会是富或穷，等等——并不重要。重要的是安全的、高协同的社会有一种她称为财富分布的引流系统，而不安全的、低协同的文化有一种她称为财富分布的汇聚机制。我可以非常简短地用隐喻扼要说明汇聚机制，那是任何能确保财富吸引财富的社会安排，对富有的再给予，对没有的再剥夺，贫穷弄得更贫穷，富有变得更富有。在安全的、高协同的社会中，相反地，财富倾向于分布开，象经过虹吸管那样从高处引流到低处。它总是以某种方式由富足流向贫穷，而不是从贫穷流向富有。

引流机制的一例是我所见的北方黑足印第安人在太阳舞仪式期间的“散财”。在仪式期间，全族的圆锥形帐篷围成一个大圆圈。部落的富人（指那些艰辛劳动积累较多者）会堆积起许多毯子、食物、各式各样成捆的东西，有时还有非常动人的东西——我记得还有成箱的百事可乐。一年中一个人能积累的东西不管有多少都堆积在那里。

我想起我当时看到的一个人在仪式进行中的某一时刻，按照大平原地区印第安人的传统，他大摇大摆地踱步，并且，我们可以说是在夸耀他的成就。“你们都知道我曾经做了些什么，你们都知道我做这又做那，你们也都知道我多么灵巧精明，我是多么能干的牧场主，多么勤快的农场主，因而我曾怎样地积下了大量的财富。”接着，他以一种非常有气派的姿态，一种非常自豪但并不使人难堪或感到受辱的姿态，把这一堆物品散给寡妇、孤儿、盲者、病人。在太阳舞仪式的末尾，他所有的一切全散光了，什么东西也没剩下，除了他穿的一身衣服还在。他已经以这种协同方式（我不说自私或不自私，因为很明显这两极已被超越）散掉了他所有的一切，但在这样的过程中却证明了他是多么令人赞叹的一个奇男子，多么能干，多么聪明，多么坚强，多么勤劳，多么慷慨，因而也多么富有。

我记得在我进入这个社会时我给弄糊涂了。我曾想找出谁是最富有的人，却发现富有的人一无所有。当我问这片印第安人特区的白人行政官员谁是最富有的人时，他提到一个从未被当地印第安人提起的人，而是在人名录上有所记叙的有最多家畜，最多牛羊和马匹的人。当我回到我的印第安消息灵通人士面前并问他们关于杰米·麦克胡的情况，关于他的马匹时，他们耸耸肩表示轻蔑。“他是守财奴”，他们说，因此，他们甚至根本不认为他富有。受尊宠的首长即使一无所有也是“富有的”。那么，美德是以什么方式得到报偿的呢？以这种正规的方式表现确实慷慨的人是部落中最受景慕、最受尊敬、最受爱戴的人。这些人造福部落，他们是部落的骄傲，他们温暖着全部落人的心。202

换一种说法，假如受尊宠的首长，这位慷慨的男子汉，曾发现一个金矿或发了一笔大财，全部落的人都会非常高兴，因为他非常慷慨。假如他是一个吝啬鬼，象在我们社会中常有的，那就会象是对待忽然发了大财的朋友那样；财富很容易使他们凌驾于我们之上并反对我们。我们的制度在这一类情境中会助长忌妒、猜疑、怨恨，使我们彼此距离越来越远，最后变成真正的仇家。在本尼迪克特列出的财富分配引流制度中，这种

类型的施散是其一。另一种是仪式性的好客，比如在许多部落中富人会邀请他的所有亲属来访作客并照顾他们。也有解囊相助、相互支援、食物分享的合作办法，等等。在我们自己的社会中，我想我们的收入和财产累进税或许也是引流机制的一例。在理论上，假如一个富有的人加倍富有，那对我和你都是好事，因为其中有很大一部分将输入公共的财库。让我们设想它会用于共同的福利。

至于汇聚机制，例子有昂贵租金、高利贷款（我记得，夸求特尔的年利率高达1200%，相比之下，我们甚至在滨水区所见的利率也是小巫见大巫了）、奴隶劳动和强迫劳动、劳动的剥削、过高的利润，以及相对地看对穷人比对富人克税较重，等等。我想，你能看出本尼迪克特关于制度的涵义、影响或韵味的论点。施散钱财自身作为简单的行为看是无意义的。我认为这在心理学水平上说也是如此。很多心理学家不了解行为是对心灵的一种防护，正如它常常是心灵的一种直接表达一样。它是掩藏动机和情绪、意图、想法的一种方式，正如泄露它们一样，因此，绝不要从票面价值看待它。

利用与占有。我们还可以看一看财产的占有和实际利用的关系。我的翻译，英语不错，曾在

加拿大上学，受过大学教育，因而是富有的，因为在这样的部落中，智慧和财富有很密切的关系，甚至从我们的观点看也是如此。他是那个社会中唯一拥有一部小汽车的人。我们大多数时间都在一起，因此我能看到他几乎没有用过他的车。人们会来找他说，“特迪，借你的车用用行吗？”于是，他就把车钥匙递过去。就我所能理解的说，占有这部车对于他意味着偿付汽油费，修理和安装轮胎，在居留地出车救助他人，对不会开车的人还要亲自出马相助，等等。这部车属于任何需要它并提出要求的人。很明显，他在全区拥有这部唯一的车，这是一种自豪、愉快和满足，而不是给他招来妒忌、恶意和敌对。别人为他有车而高兴，如果是五个人有车而不是只有他一个人有车也会很高兴。

给人安适和令人畏惧的宗教。对于宗教制度也可以依据协同概念做出区分。你会发现，上帝或神、鬼、超自然的东西在安全的或高协同的社会中都一律会成为相当仁慈的、助人的、友爱的，有时甚至在某种程度上会象我们社会中某些人所说的成为渎圣的。例如，在黑足印第安人中，任何人都可能暗自享有个人的精灵，那个他曾在一次幻觉中或许在一个山丘上看到的精灵，能在一次扑克牌比赛中受到乞求而显灵。和二这些个人的神相处得如此融洽，以至一个人觉得完

全有理由暂停比赛，并到一个角落里和他的精灵商量决定是否吊牌。另一方面，在不安全或低协同的社会中，神、鬼、超自然的东西一律都是残忍的、可怕的，等等。

我曾在布鲁克林大学（1940年左右）以一种非正规的方式让一些学生当被试核实过这种关系。被测验者有二三十人，问卷是从安全或不安全两个方面设计的。我问正规信教的人一个问题：设想你一觉醒来并忽然觉得上帝就在室内或在窥视你，你会有什么感觉？安全的人倾向于回答觉得很安适，受到保护；不安全的人倾向于回答觉得很可怕。

那么在更大得多的规模上，你可以发现在安全的和不安全的社会中情况也差不多是如此。西方关于报复之神和仁爱之神的对立概念表明，我们自己的宗教文件是由山种你可以称之为安全和不安全的宗教的混合物构成的。在不安全的社会中，拥有宗教权力的人一般会利用权力谋取个人的某种私利，以求达到我们会称之为自私的目的，而在安全社会中的宗教权力，例如在祖尼人中，会被用来求雨或求丰收，为整个社会带来福利。

这种对心理涵义的对照研究可以使人在祈祷

的方式、领导的方式、家庭关系、男女之间的关系、性欲的表达、感情联系的方式、亲属联系的方式、友谊的联系等等方面得出分明的印象。假如你有这种差别感，你一定能沿着这条路线一直预测出你在这两类社会中能够期待的是什么。我只想再附加一件事，这对于我们西方人可能有点出乎意料。高协同的社会都有办法排除羞辱，低协同的社会做不到。在后一种社会中，生活是蒙受耻辱的，令人难堪的，伤害人的。那是必然的。在本尼迪克特所说的四种不安全的社会中，羞辱引起怨恨，延续不断，由于某种原因而永无宁日；但在安全的社会中，有一条途径能结束羞辱生活，还清你的债，使你解脱出来。

我们社会中的高协同与低协同

你现在一定已经想到，我们自己的社会是一个混合协同的社会。我们的既有高协同又有低协同的制度。

例如，在慈善事业中我们有普遍的高协同，那在许多别的文化中是完全没有的。我们的社会是一个非常慷慨的社会，并常常是以一种非常适宜的、非常安全的方式出面的。

另一方面，在我们的社会中显然也有一些制

度使我们彼此对立，使我们必然会成为对手，把我们置于一种情境中，弄得我们不能不为有限的利益争吵。这好象是一场有与无的比赛，使一个人能得胜而另一个人必然输光。

也许我能用一个熟知的例子作为说明，如多数学院中所采用的评分制，特别是曲线图上的评分。我曾经陷入那样的处境，能清楚看到就象是我被放在一个和我的兄弟敌对的位置上，使他们的得益变成我的受害。设想我的名字从Z级开始，而评分是按字母顺序排开的，我们还知道只有六个A级。自然，我只能坐在那里希望在我前面的人会得低分。每一次某人得一个坏分数，都对我有利。每一次某人得到一个A级，都对我不利，因为它降低了我得A的机遇。因此，我很自然地要说，“我希望他掉下来。”

这一协同原理是非常重要的，不仅因为它有助于一门客观比较社会学的发展，不仅因为它有可能引起一种想法，使这种比较社会学能为一种超文化的价值体系开辟道路并依据这种价值体系评价一种文化和它的一切内涵，不仅因为它为理想国的理想提供了一种科学的基础，而且因为它对其他领域中更专门的社会现象的研究也很重要。

首先，我觉得还没有足够多的心理学家，特别是社会心理学家，意识到有重大紧要的事情正在一个领域中发生，这个领域甚至还没有一个恰当的名称，我们或许可以称之为组织管理理论或工业社会心理学，或企业或事业理论。大多数对于这一领域有兴趣的人认为麦葛瑞格尔的《企业的人性面》（114）是一本入门的著作。我建议你可以把它称之为社会组织管理水平的Y理论看作高协同的一例。它表明，有可能以某种方式安排社会机构，不论是事业中、军队中或大学中的机构，使组织机构中的人彼此合作并必然结为同事和队友而不是敌手。我在最近几年曾研究过这样的事业单位，我相信可以依据高协同或安全社会组织概念来说明它，至少能在一定程度上这样说明。我希望这些新的社会心理学家能试用本尼迪克特的概念对两种组织管理进行细致的对比研究，一种是上述的高协同组织，另一种是以非协同的学说为依据，即认为东西的数量有限，“假如我要多得，你就必须少得。”

我还想向你推荐李克特的近著《管理的新模式》（78），它是一本记述广泛细致调查研究的文集，讨论我们可以称为工业组织管理协同作用的各方面问题。这本书有一处甚至讨论到他所说的“权势混杂”（P.57），力图解决一个他认为很难处理的矛盾，即好的领工，好的负责人，从实际

效果看评级较高的那些人要比另一些人更放权。对于这样的事实——你越放权，你也越有权，你应怎么说呢？李克特对于这个难题的处理是很有意思的，因为你能看到一个西方人在极力对付一个不那么西方的概念。

我要说，没有什么理想国能够由有见识的人构成而不欢迎协同概念的。我现时觉得，似乎任何理想国或优美心灵组织（我想这个名称更好些）都必须有一套高协同制度作为它的一种基础。

个体中的协同

自居作用。协同概念也可以应用于个体水平，应用于两个人之间的人际关系性质。它对深爱关系做出一个相当适宜的界说，这种深爱我曾称为存在爱（89,pp.39-41）。爱曾有过各种界说，如说你的兴趣就象我的兴趣，或两系列基本需要汇合为一，或你的脚上长了鸡眼好象我的脚也痛，或我的幸福好象依赖于你的幸福。已有的多数爱的定义都隐含着这一类自居作用。但这也象高协同概念，即两个人以某种方式安排他们的关系使一个人的利益也成为另一个人的利益，而不是一个人的利益成为另一个人的不利。

对于美国（例如，61）和英国（142）低下经济阶层中的性生活和家庭生活的一些新近研究描述了他们称为剥削的关系，那显然是一种低协同关系。在那里经常有谁掌权当家的问题，或谁是头，或谁更爱谁的问题，结论是更爱的人的人是傻瓜，或一定会受伤害，等等。所有这些都是低协同的说法，它意味着物品的数量有限，而不是数量很多。

我想，自居概念，不仅来自弗洛伊德和阿德勒而巨也有其他人谈到的自居，在这一新的基础上能扩大阵地。也许我们能说，爱可以定义为自我的、个人的、自我同一性的扩展。我想我们和孩子、和妻子或丈夫、和亲近我们的人在一起时都有过这种体验。你会有一种感觉，特别是和幼小的孩子在一起时，宁愿你自己在夜里受凉咳嗽而不是你的孩子咳嗽。孩子咳嗽比你自已咳嗽更使你痛苦。你较强壮；因此，假如你能承担咳嗽那要好得多。显然，这是两个存在物之间心理皮肤的一种融合。我要说这是自居概念的另一个侧面。

自私和不自私的二歧融合。在这里我愿跳过本尼迪克特。她似乎过多谈论直线连续系统中的极端，自私和不自私的二歧化。但我显然觉得她的意思又分明含有对这种二歧式的一种超越，在

严格的、格式塔的、创造上方位统一的意义上的超越，它将证明，看来似乎是一种二重性的东西仅仅是因为它还没有充分发展到统一才是那样的。在高度发展的、精神病学上健康的人中，自我实现的人中，或不论你愿怎样称呼的这一类人中，假如你试图评价他们，你将发现，他们在某些方面是非常不自私的，但在另一些方面又是非常自私的。理解弗洛姆关于健康自私和不健康自私研究的人，或理解阿德勒社会情感说的人，会理解我这里的意思。由于某种原因，两极性、二歧式、关于某一“多”意味着另一“少”的假设，所有这一切都将消失。它们彼此融合，而你有了一种单一的概念，一种我们现在还没有适当字眼表示的概念。高协同这样看时能代表一种二歧化的超越，一种对立的融合，融合成一种单一的概念。

整合认知和意动。最后，协同概念对于理解个人内部的心理动力是有价值的。有时这是非常明显的，如把个人内部的整合看作高协同，把普通病态的精神分裂看作低协同，如某人的极度不安而自己折磨自己。

在种种对于动物和婴儿自由选择的研究中，我认为可以用协同说帮助进行理论陈述方面的改善。我们可以说，这些实验证明有一种认知和意

动的协同作用或融合。这是这样的一些情境，打个比喻说，能使头脑和心脏、理性和非理性都说同一种语言，使我们的冲动引导我们沿着明智的方向前进。这也适用于坎农的体内平衡概念，他称为躯体“智慧”的概念。

也有一些情境能使特别焦虑的、不安的人倾向于认为，他们想得到的东西对于他们一定是不好的，味道好的很可能是腐败的。明智的、正确的或应该做的事，非常有可能是某种你不得不督促自己去做的事。你不得不强迫自己那样做，因为在我们很多人中都有一个根深蒂固的想法，认为我们所希望的、渴求的、喜爱的，以及那些味道好的，很可能是不明智的，不好的，不正确的。但食欲实验和其他自由选择实验表明，恰恰相反，更可能的是我们享受的正是对我们有益的，至少相当好的选择者在相当好的条件下是如此。

我愿用弗洛姆的一句话作为结论，这句话给我的印象很深，“病态即想得到不利于我们的东西。”

第十五章 规范社会心理学问题①

请往意我们的研究班规定，发表意见要注意

切实可行，而不是提出梦想、幻想或希望的满足。为了强调这一点，不仅你们的论文必须说明你们心目中良好社会的特征，而且还必须提出一些明细的规定，说明达到它应采取的方法，即，政治学。下一年，课程的名称将改为“规范社会心理学”。这是要强调经验态度将在本班盛行。它意味着我们将依据程度、百分数、证据的可靠性、需要得到的缺失资料、必要的调查和研究、可能性等概念讨论问题。我们将不会在二歧化、黑或白、非此即彼、绝对完善、不能达到或不可避免等方面浪费时间。没有什么是不可能的）。我们认为，改革是可能的，进步、改善也是可能的。但不可避免的进步，在某一未来时刻达到一种完善的理想，并不一定有可能，我们也不愿费心讨论这样的闷顺。（退化或灾难也是有可能的）。一般地说，仅仅反对什么事是不够的。较好的选择应该同时提出来。我们将对这个问题进行整体论的研究，改革或改善个体的人或整个社会或使之革命化。而且，我们设想，两者的改变并不一定非要有一先一后的顺序，即，或人在先或社会在先。我们的设想是两者能同时改变。

①1967年春，在布兰代斯大学曾为高年级生和研究生举办以一学期为期的专题研究班，本章是依据开班讲话要点写成的，除了为指定的参考

读物和文章提供一些假设、规则 and 问题的普通背景材料以外，我还希望这些提示能使研究班学生的努力保持在经验和科学的范围内。研究班的科目规定是：“理想国的社会心理学：为心理学、社会学、哲学或其他社会科学研究开设的研究班。讨论理想的和优美心灵的文选。研究班所关心的应该是依据经验提出的现实问题：人的本性许可建立怎样好的一种社会？社会可能造就怎样好的人性？什么是可能的和可行的？什么是不可能的？”

我们有一个总的想法：除非我们有某种关于个人目标的想法，即要成为怎样的人的目标，并据此判别某一社会是否合理，任何关于规范的社会思想都是不可能的。我进一步设想，好的社会，任何试图改善自身的社会的直接目标是所有个人的自我实现，或某种相近的标准或目标。

（超越自我——在存在水平上的生活——据认为对于那种个性坚强而自由的人或自我实现的人最有可能。）这里的问题是：我们是否有关于健康的或合乎需要的或超越的或理想的人的一种可信的、可靠的概念？这一规范的想法本身也是有争论的和可以辩论的。难道有可能去改善社会而不抱有关于人的改善的某种想法吗？

我认为，我们也必须有自主的社会需要

的某种想法（不依赖于心灵内部或个人心理健康或成熟）。我认为，关于人的改善的想法，一个又一个的改善，不是一种解决社会改革问题两可行办法。甚至最好的个人处于不好的社会和制度环境下也会有不当的行动。你能树立一种社会制度使人与人相互攻击，也能树立另一种社会制度鼓励人与人彼此协作。那就是说，你能造成一些社会条件，使一个人的有利条件能成为另一个人的不利条件。这是一个基本的假设，是可以辩论的，也应该是可以证明的（83,pp、88-107）

1. 标准或规范是普遍的（对全人类都适用），还是民族的（有政治、军事的统治权），或亚文化的（一民族或国家内较小群体），或家族的和个人的？我认为，只要存在分立的和主权的国家就不可能有普遍的和平。鉴于今天有可能发生的这种战争（只要我们有国家统治权，我认为这就是不可避免的），任何规范的社会哲学家长远地看必须接受有限制的国家主权，例如，象全球统一的联邦制拥护者所建议的那样，等等。我认为规范的社会思想家在各个时代都会自动地为达到这样的目标而奋斗。但这一点一旦被采纳，接着要解决的问题就是改善现存的民族国家，地区的再划分，象美国国内各州的划分或美国的亚文化群体的划分，如犹太人群体或华人群

体等等，最后，还有把各个家庭弄得真正美满宜人的问题。这甚至也不排除单个的人怎样能使自己的生活和自己的环境更优美的问题。我想这一切是同时可能的，它们在理论上或实践上并不是彼此排斥的。（我建议以我的《优美心灵组织管理》一书中“社会改善论；渐进革命论”作为讨论的基础〔53,pp.247-260〕）

2. 精选的或非精选的社会。关于我的优美心灵组织，可参看《动机与人格》（95）第350页。还有“优美心灵组织，良好社会），刊于人本主义心理学杂志（91）。我的《优美心灵组织管理》也有散见的章节可供参考。我的优美心灵组织定义是很明确指精选的亚文化，即，它是仅仅由心理上健康的或成熟的或自我实现的人和他们的家庭组成的。在理想国学说史中，这个问题有时受到正视，有时又被忽略。我认为，必须经常有意识地对此作出决断。在你们的文章中，你们必须详尽说明，你们谈论的是非精选的全人类，还是精选出的一个较小的群体，附带有特定的入选条件。假和你心目中确有一个精选的理想群体，你还必须回答是驱逐还是同化破坏者的问题。一旦他们被选入或诞生于这样的社会中，是否也必须保留在社会中？或者，你是否认为需要喊要规定一些条款，必要时实行放逐或监禁，等等？对罪犯，对作恶者，等等，进行督制？（我

假定，依据你们关于心理病理和心理治疗的知识，关于社会病理和理想国尝试的历史知识，你们会理解，任何非选择的群体都可能受到有病的或不成熟的个人所破坏。但是，由于我们的选择技术还很贫乏，我的意见是，任何力求成为理想的或伏美心灵的组织也必须能够开除那些选择漏网的不良分子。》

3. 多元论。承认和利用体质和性格中的个体差异。许多理想国的安排好象所有人都是可以互换的，都是一样的。我们必须承认一个事实，即在智力、性格、体质等等方面人之间确实存在着很大幅度的变异。对个体性、癖好、个人自由的认可必须详细说明应该考虑的个体差异幅度。在幻想的理想国中，没有低能儿，没有疯子，没有衰老，等等。而且，经常有某种规范以隐蔽的方式作为合乎需要的人的标准，这种标准从我们对于人类变异幅度的现有知识看已显得过于狭隘。各式各样的人怎么可能都符合仅仅一套规则或法则呢？你是否愿意考虑广阔的多元论，例如，服装、鞋帽的样式等等？在美国，我们现在容许在食物中有一种非常广阔虽然并不完全的选择幅度，但在服装的样式方面只容许有非常狭窄的选择幅度。例如，傅利叶，曾依据充分承认并利用非常广阔的体质差异幅度建立他的全部理想国方案。柏拉图则不同，他的理想国只有三种

人。你需要多少种人？能有一个没有异常人的社会吗？自我实现概念是否已使这一问题过时？假如你接受最大幅度的个体差异和性格与才能的多元论，那么，这就是一个实际上承认人性大部分或全部特征的社会。自我实现是否表示对癖好或异常的实际承认？承认到什么程度？

4. 亲工业化或反工业化？亲科学或反科学？亲知识或反知识？许多理想国是索罗*式的，乡土味的，基本上是农业的（例如，包索地的生活学校）。其中很多曾经离开并反对城市、机器、金钱经济、劳动分工等等。你同意吗？分散的、乡村化的工业如何实现？人与环境的道家和谐如何实现？花园城市？花园工厂？住宅就在邻近，上下班无须两地奔波？现代技术必须使人受奴役吗？自然在世界上的各个地区都会有小群的人回到农业，这自然对于小群的人也是可行的。对于全人类是否也行得通呢？但也有一些社会是有意围绕着工业制造而不是农业和手工业建立起来的，过去和现在都有。

*索罗（Henry David Thoreau, 1817-1862），美作家和哲学家。——译者

有时候在反技术、反城市的哲学中可以看到有一种隐蔽的反理智、反科学、反抽象的思想。

有些人把这些东西看作是去圣化，是和基本的、具体的现实脱节的，是无血性的，和美与情感对立的，不自然的，等等。（82,126）。

5. 中央集权的，计划社会主义的，或非集权的无政府社会。有多少计划是可能的？必须中央集权化吗？必须实行强制统治吗？大多数知识分子对于哲学无政府主义很少了解或不了解。

（我推荐你们看《玛那》〔79〕。）玛那哲学的一个基本的方面是哲学的无政府主义。它强调非集权化而不是集权化，强调地方自治，个人责任，对任何类型的大机构或任何类型的权力积累都不信任。它不认为武力能作为一种社会技术。它和自然与现实的关系是生态学的和道家的。等等。在一个社群范围内有多少等级是必须的，例如，在一个以色列的集体农庄中或一个弗洛姆式的工厂中，或一个合作的农场或工厂中，等等，命令是必须的吗？统治人的权力呢？增强多数意志的权力呢？惩罚的权力呢？科学的社群可以作为一个无领袖的优美心灵“亚文化”的范例。非集权的，自愿的，但又是合作的，多产的，并有一种强大有效的伦理法在起作用。辛那依亚文化（高级组织的，具有层次结构的）可以与此对比。

6，恶行的问题。在许多理想国的讨论中，

这个问题简直不存在。它或者离开愿望太远，或者被忽略。没有监狱，没有任何人受到惩罚。没有任何人伤害别人。没有犯罪，等等。我接受的一个基本假设是认为，不好的行为或心理病态行为、恶行、暴行、妒忌、贪婪、剥削、懒惰、不道德、恶意等等问题，必须认真对待并处理。

（“认为有什么地方存在着一种事物的图式能消灭冲突、斗争、愚蠢、贪心、个人的妒忌，那是通向失望和投降的一条捷径”——大卫·李·梁塔尔。）恶的问题必须从两方面探讨，既从人格内部探讨，又依据社会方面的安排探讨，即在心理学上和社会学上（也意味着历史上）探讨。

7. 不现实的圆满论的危险。我认为，圆满论——要求理想的或完善的解决，是一种危险。理想国的思想史表明有许多这样不现实的、不能达到的、非人的幻想（例如，让我们全都彼此相爱。让我们全都平等地分享一切。所有的人在各个方面都必须作为相同的人看待。任何人都不能具有左右任何别人的权力。任何压力的应用都是恶。“没有不好的人；只有未得到爱的人”）。这里有一个共同的序列，圆满论或不现实的期望导致不可避免的失败，再导致幻想的破灭，再导致冷漠、沮丧或对一切理想和一切规范的希望 and 努力的敌视。那就是说，圆满论往往（总是？）最终会导致主动反对规范的希望。当圆满证明是不可

能的时候，改善也往往会被认为是不可能的。

8. 如何对待侵犯，敌意，战斗，冲突？这些能废止吗？侵犯和敌意是否在某种意义上来自本能？哪些社会制度孕育着冲突？哪些能使冲突尽可能减少？假定在人类分割成主权国家的条件下战争是不可免的，那么在一个统一的世界中是否可以设想武力是不需要的？这样的世界政府会需要武警或军队吗？（作为讨论的基础，我建议参看我的《动机和人格》〔95〕的第十章“破坏性是类似本能的吗？”和本书附录二。）我的一般结论是：侵犯、敌意、争斗、冲突、残忍、虐待狂在精神分析卧具上即在幻想中、梦中等等都一般地并也许普遍地存在。我认为，侵犯行为作为一种真实性或可能性能在每一个人身上发现。一点侵犯性也看不见的地方，我怀疑会找到压抑或压制或自我控制。我认为，当一个人由心理发展不成熟或神经症向自我实现或成熟过渡时，侵犯的性质会有非常显著的改变，因为施虐狂的或残忍的或卑鄙的行为是在未发展的或神经症的或不成熟的人中发现的侵犯质，而当一个人向人格成热和自由前进时，侵犯的性质会变为反抗的或正直的愤怒，变为自我肯定，对剥削和统治的抵抗，拥护正义的激情，等等。我并设想，成功的心理治疗能使侵犯的性质沿着第二种方向改变，使它从残忍变为健康的自我肯定、我还设想，侵

犯的文字发表能使实际的侵犯行为减少。我认为能设法建立某种社会制度使任何性质的侵犯更有可能或更少可能发生。我认为，某种暴力的排遣对于男性青年比对于女性青年更需要。有什么办法教导青年人如何聪明地处理和表现他们的侵犯，在一种使人满意的而不是对他人有害的方式中表现？

9. 生活应该简单到怎样的程度？什么是生活复杂化的合意限度？

10. 社会必须容许个人、儿童、家庭有多少私下活动？多少在一起的活动，社群活动，友谊，社交，公共生活？多少独处，“放任”，不干扰？

11. 社会能宽容到怎样的程度？每一件事都能被原谅吗？什么是不能容忍的？什么必须受惩罚？社会对愚蠢、虚伪、残忍、心理病态、犯罪行为等等能宽容到怎样的程度？社会安置方面对于智力有缺陷的人，对于衰老、无知、残疾等等必须有多少保护？这个问题也很重要，因为它提出了过度保护的问题，这对于那些不需要保护的人是否有妨碍？这是不是有可能导致对思想、讨论、实验、爱好等自由的妨碍？它也提出无菌气氛的危险问题，提出理想国作者中的倾向性问

题，他们往往既排除了一切恶，也排除了一切危险。

12. 必须接纳的公众趣味幅度有多宽阔？对于你不赞同的东西必须有怎样的容忍？对于堕落、价值贬损、“低级趣味”的容忍如何？对于吸毒成瘾、酗酒、服用麻醉药、吸烟又如何？对看电影、电视、报纸的趣味又如何？据说这是公众想要的东西，很可能这有统计资料的支持。你将干扰（统计说明的）公众需要到怎样的程度？你是否准备对优秀者、天才、能手、创造者、胜任者一方和低能者的另一方投同样的票？你将如何对待英国广播公司？能让它总是说教吗？它应该反映尼尔逊*评级法到怎样的程度？对于不同的人是否需要三个频道？五个频道？电影、电视剧等等的制作者是否有教育和提高公众趣味的责任？这是谁的事业？或者它不关任何人的事？举例说，对同性恋者、鸡奸者、裸露狂者、性施虐者、性受虐者应该做些什么？能容许同性恋者引诱儿童吗？假定一对同性恋者在完全隐蔽的场所进行他们的性生活——社会应该干预吗？假如一个性施虐狂者和一个性受虐狂者私下彼此得到满足，这是公众的事务吗？能允许他们公开登广告彼此相求吗？能容许爱穿异性服装的人在公开场合显示自己吗？裸露者应受到惩罚或限制或监禁吗？

*尼尔逊（W?A?Neilson.1869-1946），美教育家及作家。——译者

13. 领导者（和追随者）、胜利者、优秀者、坚强者、领班、企业家的问题。是否有可能全心全意崇敬和爱戴（事实上）高于我们的人？是否有可能出现又爱又恨的后果？如何保护优越者免遭妒忌、仇视，被“恶眼相看”？假如所有新生婴儿都得到完全平等的机会，能力、才干、智力、强度等等方面的个体差异将会在一生中表现出来，那该怎么办？是否应该给更有才干、更有用、更多产的人更高的奖励、更多的报酬、更多的优惠？“灰色显赫”的思想在什么地方才能起作用，即，付给强有力的人比别人更少的报酬（指金钱），虽然也许以非金钱方式使他得到酬谢，即高级需要和超越性需要得到满足，如被容许有自由、能自主、有可能自我实现？领袖、首领等等甘于贫困（多少是简朴）的誓言是怎么回事？应该给企业家、有高成就需要的人、组织者、创始者、有兴趣经营事业的人、愿意领头、运用权力的人多少自由？如何赢得自愿处于从属地位的人？谁甘愿收拾垃圾？强者和弱者将发生怎样的关系？胜任者和不胜任者又怎样？当权者怎样才能赢得爱戴、尊敬、感激（当权者指警官、法官、法律制定者、父亲、船长……）？

14. 恒久的满意是否可能？立即的满意是否可能？我建议参看“低级怨言、高级怨言和超越性怨言”（本书第18章）并以它作为讨论的基础。还有柯林·威尔逊讨论他称为“圣·纽特幅度”的著述（159）。还有《人的工作和本性》（46）。可以认为，满意对几乎所有的人都是一
种短暂的状态，不论社会条件如何都是如此，因此，寻求恒久的满意是无用的。试与天堂、乐土的概念，与期望从巨富、闲暇、退休等等得到的好处相比，与此相似的是发现，“低级”问题的解决不如“高级”问题和“高级”怨言的解决更使人满意。

15. 男性和女性怎样彼此适应，彼此喜爱，彼此尊重？大多数理想国是男性写出的。女性关于理想社会是否会有不同的看法？大多数的理想主义者不是公开以家长的身分出现就是隐蔽的家长。无论哪一种情况，在历史上女性总是被认为在智力、办事能力和创造性等方面低于男性。现在，女性至少在先进国家已经得到解放，自我实现在她们也同样是可能的，这将如何改变两性关系？男性中需要有怎样的改变才能适应这一新型女性？是否有可能超越简单的统治与从属的等级？优美心灵的婚姻将是怎样的？婚姻在自我实现的男性和自我实现的女性之间将是怎样的？女性在优美心灵社会中将发挥怎样的作用，负怎样

的责任，做什么工作？性生活将有怎样的改变？女性和男性将怎样界说？

16. 习俗化的宗教、个人的宗教、“精神生活”、价值生活、超越性动机的生活等等问题。所有已知的文化都有某种类型的宗教，而且是从来就有的。现在非宗教或人道主义或非习俗化的个人宗教第一次成为可能的了。在优美心灵组织或在小的优美心灵社区中会有怎样的宗教或精神生活或价值生活呢？假如群体宗教、宗教机构、传统宗教继续存在，它们将有什么变化？它们和过去的宗教会有哪些不同？应该怎样培养和教育儿童，使他们向自我实现的目标迈进，并追求价值生活（精神生活，宗教生活，等等）？如何使他们成为优美心灵社会的一员？我们能从其他文化传统、从民族学文献、从高协同文化那里学习吗？

17. 亲密团体、家庭、兄弟关系、友爱、伙伴关系问题。似乎有一种类似本能的需要，需要从属关系、寻根问源，需要在面对面的团体中自由表达和接受喜爱和亲密之情。很清楚，这必须是较小的集体，不超过五十或一百人。无论如何，亲密和喜爱在亿万人的大范围是不大可能实现的，因此，任何社会必须从某种亲密团体开始，自下而上地组织起来。在我们的社会中，它

是血缘家庭，至少在城市中是如此。有宗教的教友关系，妇女社团，兄弟会。训练小组、交友小组彼此以真诚和坦率相待，寻求友谊、表现和亲密关系。是否有可能使这一类事情成为惯例？工业社会往往是高度流动的，人员大量流动。这是否会割断同他人的联系？还有，这是否会成为跨代的团体？或者它们只能是同辈的团体？看来儿童和青少年是不能完全自律的（除非特意培养他们的自律）。是否有可能使某些非成人的同辈团体依据他们自己的价值观生活，即不要父母、长辈的指导？

问题：没有性关系的亲密是否可能？

18. 有效的相助者；有害的相助者。有效的不相助（道家的不干预）。菩萨。假定在任何社会中强者愿意帮助弱者，或无论如何不得不这样做，什么是帮助他人的最好办法。（在他人较弱，较穷，较不胜任，较不聪明时）？什么是帮助他们变强的最好办法？假如你是强者或长者，怎样做才比较明智而不致越俎代庖？假如他们很穷而你富有，你怎样做才能帮助他们？一个富国怎样做才能帮助穷国？为了便于讨论，我暂且规定菩萨式的为人，（1）他愿帮助他人，（2）他同意当他自己变得更成熟、更健康、更仁慈时，他愿成为一位更好的助人者；（3）他懂得什么

时候应该采取道家的和不干预的态度，即不帮助；（4）他表示愿意或随时准备给他人以帮助，但其是否被接受要看他人意愿；（5）他认为，帮助他人是自我成长的最好途径。这就是说，假如一个人希望帮助他人，那么他能做到这一点的最好办法就是自己先变成一个更好的人。问题：一个社会能够同化多少不助人的人，即寻求他们自己个人得救的人，隐士，虔诚的乞丐，洞穴中的沉思者，回避社会独善其身的人，等等？

19. 性和爱情的制度化。我猜测，先进社会性生活的趋向是，两性几乎在发身期即在结婚或没有其他约束的情况下结合。现在有些“未开化”的社会也有这一类的情况，即婚前的杂交加上婚后的一夫一妻制或接近如此。在这些社会中，因为性是可以自由得到的，婚姻配偶的选择几乎完全不是依据性的理由，而是一种个人爱好的问题，也是作为一种文化上的伴侣，例如，为了养育子女，为了经济生活上的分工等等。这一猜测是否合理？它的含义是什么？在性的驱力或性的需要方面，特别是在妇女中（在我们的文化中），现在已经出现很大幅度的差异。设想每一个人都有同等强烈的性欲，那是不明智的。在一个良好的社会中，如何才能适应性欲方面的大幅度差异呢？

性欲、爱情和家庭方面的民俗现在正在世界上许多地方非常迅速地变迁，包括在许多理想式的社会中也如此。（参看罗伯特·里默的小说。）多种安排正在提出来并在试验。这些“实验”的资料现在还得不到，但将有一天它们不能不受到认真看待。

20. 最佳领导人的选择问题。在我们的社会中，有许多群体，例如青少年，往往会选择不好的而不是好的领导人。即，他们选择的人将领导他们走向毁灭和失败——选择的是失败者而不是胜利者——妄想的人物，心理病态的人格，吓唬人的人。任何优良的社会要想发展必须选择好的领导者，他们最适合实际的要求，有真才实学，能够胜任。怎样才能扩大这样良好的选择？什么样的政治结构更有可能把野心家推上权力的宝座？什么样的政治结构能使这样的事较少或不可能发生？

21. 什么样的社会条件最有利于人性的丰满发展？这是对人格—文化研究的一种规范的说法。与此有关的是社会精神病学的文献，还有心理卫生和社会卫生运动的新文献，各种形式的小组治疗也正在试验，还有优美心灵的教育组织，如依萨冷研究所和学院。现在是讨论如何使

教育更优美心灵化的时候了，包括在中学，在大学，和教育一般的问题，然后再进一步研究其他社会制度问题。优美心灵管理（或Y理论管理）是这种规范社会心理学的一例。在这一理论中，社会和社会中的每一制度，只要能帮助人趋向更丰满的人性就可以说是较好的，只要有损于人性就可以说是不好的或心理病态的。社会病态和个人病态的问题毫无疑问也必须从这一角度进行探讨，正如从其他角度探讨一样。

22. 促进健康的团体本身能否成为引向自我实现的途径？（参看关于优美心灵工厂、辛那依、有意建立的社区等等的调查资料。）有些人相信，个人利益必然和集体利益、机构利益、组织利益、社会利益以至文明本身对立。宗教的历史往往表明，在各个神秘主义者中会出现一种分裂，他们个人得到的启示使他们起来反对教会。教会能促进个人的发展吗？学校能做到这一点吗？工厂呢？

23. “唯物论”如何与实际性相联系？“唯物论”如何与实在论相联系？我认为，低级的基本需要比高级需要占优势，高级需要又比超越性需要（内在价值）占优势。这意味着唯物论比“唯心论”占优势，但也表示它们两者都存在，都是心理学的现实，在任何优美心灵的或理想国的思

想中都必须加以考虑。

24. 许多理想国曾设想一个完全由心智正常的、健康的、有效能的公民组成的世界。即使一个社会起初仅仅选择这样的人，其中有些人还是会变成有病的、衰老的、虚弱的或不胜任的。谁将照顾他们？

25. 我认为社会不公平的废除将容许“生物学的不公平”准确无误的显现，包括遗传的、胎期的和诞生时的不平等。例如，一个孩子生来就有一颗健康的心脏而另一个生来就有一颗不好的心脏——那自然是不公平的。一个更有才能，或更聪明，或更强壮，或更美丽，另一个则相形见绌，那也是不公平的。生物学的不公平可能比社会的不公平更令人难以忍受，这里更有制造借口的可能。一个良好的社会对此能做些什么？

26. 无知、错误的信息、真相的隐瞒、新闻检查、盲目性，在社会或社会的任何部分中是必需的吗？是否某些真相只能保留在统治集团中？独裁统治，不论是否仁政，似乎都需要某些真相隐瞒。什么真理被视为是危险的，例如，对于青年人，等等？杰弗逊式的民主需要充分接触真理。

27. 许多实际的和幻想的理想国都依赖一位聪明的、仁慈的、机智的、坚强的、有效率的领袖，一位哲学家国王。但这有保证吗？（参看斯金纳著《沃尔登I》〔140〕中的弗拉泽可以得到一个现代的变式。）谁将挑选出这位理想的领袖？如何保证领导权不致落入暴君手中？这一类的保证是否可能起作用？好的领袖死了将会出现怎样的情况？无领袖状态、权力分散、权力保留在每一个人和每一无领袖团体中的状态是可能的吗？

28. 至少某些成功的理想社会，不论过去的或现在的，如兄弟家园（Bruderhof），曾把私下或公开忏悔的坦率、彼此的争论、相互以诚、真和回报相待等等注入文化中。当前，训练小组（交朋友小组）和优美心灵（Y理论）工厂和工业企业的辛那依式的团体、各种类型的治疗小组等等也是如此。参看依萨冷小册子（32），《隧道背：辛那依》（164），我的《优美心灵管理》的第154-187页（83），《柠檬食者》（141），《应用行为科学杂志》（56）、《人本主义心理学杂志》（57）的最后几页，等等。

29. 如何使热情的和怀疑的现实主义相结合？如何使神秘主义和实际的机智及有效的现实测验相结合？如何使理想主义的、完美的、因而也是

不能达到的目标（作为罗盘的指向是需要的）和对手段不可免的缺陷的宽容接受相结合？

第十六章 辛那依和优美心灵①

首先，为了不致引起任何误解，我必须承认我一直过着非常闭塞的生活。我对于这里正在进行的一切几乎一无所知，我来到这里的目的是要看一看不象我那么闭塞的人怎样生活。我想看一看我能学到些什么。我能对你们有用也许正因为我是一个没有经验的人，从你们的观点看，一个正在对你们已经习惯的事情进行观察的人，他或许能注意到一些仅仅因为你们太熟悉而可能忽略的事情。也许我能以这种方式对你们有所帮助，不过能告诉你们的只是我对这一类事情曾有过的反应如何，以及我正在解决的问题是什么。

①这篇文章是依据一次即席谈话写出的。1965年8月14日马斯洛在纽约州斯塔腾岛德托普村做了这次谈话。德托普村是辛那依的一个分支，辛那依是由原吸毒者管理的社区，上瘾者到这里寻求治疗。

我是从事心理学理论和研究工作的。我过去曾进行过临床的心理治疗，但那里的情况和这里有很大的不同，用的是不同的方法，求诊的是不

同的人——一般是大学生和享有特权的人物。我曾用一生的时间学习如何小心谨慎地待人，体贴娇惯，温文尔雅，就象他们是易碎的瓷器一样。这里正在进行的引起我兴趣的第一件事是，已有证据表明，我过去的态度可能完全是一种错误。我所知的关于辛那侬的情况，以及我昨天晚上和今天下午的亲眼所见，都表明，把人看作易碎的茶杯，以及你认为绝不要对任何人高声说话以免伤害他，或认为人会很容易大哭大闹或自杀或发狂，所有这些想法可能都已经过时了。

你们团体中的设想似乎是相反的，即人是非常顽强而不是脆弱的。他们的承受性极高。最好是直截了当地对待他们，不要拐弯抹角，或轻手轻脚地从背后包抄他们。应该直插问题的中心。我建议称这种方式为“无废话疗法”。它可以用来清除防御，文饰，面罩，回避，世俗的客套。世界是半盲目的，你也许会这样说，而我在这里看到的却是视力的恢复。在这些团体中，人们拒绝接受通常的面罩。他们剥开面罩，拒绝接受任何废话，任何借口或遁辞。

当然，我曾提出一些问题，曾被告知这一假想是很起作用的。有什么人曾自杀或出过什么问题吗？没有。有什么人由于这样对待而发疯吗？没有。昨晚我亲眼看到了这一点。有非常直率的

谈话，效果很好。这和我一生的训练发生了矛盾，对于我这样一个理论心理学者来说，这太重要了，它有助于我弄清人性大体上是怎样的。它提出了一个真实的有关整个人类的本性问题。人有多么坚强？他们能承受多大份量？主要的问题是人能接受多少诚实？它对人有多少好处？有多少坏处？我想起了埃利奥特说过的一句话：“人类承担不了太多的真实。”他是说人不能直截了当地承受真实。另一方面，你们在这里得出的经验却表明，人不仅能承受诚实，而且诚实可以是非常有益，非常有疗效的。它能使事情更快地运转。即使诚实造成伤害时也是如此。

我的一个朋友对辛那侬很感兴趣，我曾听他说过，一个吸毒上瘾者经历过那里的治疗后，在他的生活中第一次体验到了真正的亲密关系，真正的友谊，真正的尊重。这也是他对诚实和直爽的第一次体验，并在他的生活中第一次感到他能成为他自己而人们不会为此而杀害他。这是非常愉快的：他越是保持他的本来面目，人们也越喜欢他。这时，我的朋友说出了使我非常感动的话。他想到他很喜爱的一个朋友也许也能从这种生活中受益。他甚至说：“可惜他不是吸毒者，不然他就能到这样奇妙的地方来了。”这听起来简直近于疯狂了。就某种意义说，这是一个小理想国，一个世外桃源，在这里你能得到真正的直

爽，真正的诚实，和诚实中含有的尊重，有一种象一个球队一样在一起活动的真正团体的生活经验。

在此我又想到：难道这不正是良好社会的某些因素吗？不正是“愚蠢”的排除吗？早年，我曾研究过北部黑足印第安人。他们是极好的人。我对他们非常感兴趣，和他们一起生活了一段时间并逐渐和他们熟识起来。我有一些很有趣的体验。我进入这片少数民族保留区时有一个印象，好象这些印第安人是被存放在一个架子上，就象存放蝴蝶标本等一类收集物一样。后来我才慢慢地改变了我的印象。在保留地上生活的印第安人是很具有教养的人，当我把他们和村中的白人相比较时，我简直弄得越来越糊涂了。我逐渐发现，这些白人是我一一生中所遇到的最芜杂的人群。于是，问题产生了：收容院在哪里？谁是看管人，谁是住院者？每一件事都混淆不清，在这个小型的良好社会中就是如此。保留地不是拐杖，而是沙漠中的绿洲。

在我们的一次午餐谈话中，我有了另一种想法。我们讨论的基本问题是：人最普遍的需要是什么？在我看，似乎有相当大量的证据表明，人类最基本的需要是有数的几种，那不是很复杂的。第一，他们需要有一种安全感，觉得是有保

障的，幼小时需要照顾，觉得没有危险。第二，他们需要有一种归属感，如有一个家，一个部族，或团体，或有某种组织使他们能感到自己有权利作为其中的一员。第三，他们必须有一种感受，觉得人们对他们怀有感情，觉得他们值得他人喜爱。第四，他们必须有受到敬重的体验。以上就是有关这个问题的一些想法。你能谈论心理健康，谈论成熟和坚强，成长和创造，认为这些都是这一心理药物——象维生素一样的药物的一种后果。假如这是正确的，那么，美国人口的大多数就都患有这些维生素缺失症。有各式各样的手法掩盖这一事实，但真实的情况是，一般美国公民在这个世界上都缺少真正的朋友。只有很少数的人能有心理学者所说的真正的友谊。婚姻就理想的意义说也大都并不美好。你可以说，我们的这一类问题，这些人所共知的难题——不能抵制酗酒，不能抵制吸毒，不能制止犯罪，不能制止任何坏事——都是由于缺乏这些基本的心理满足而造成的。问题在于，德托普村这里是否能提供这些心理维生素？当我今天早晨在此地漫步时，我的印象是它能提供。记住它们是什么：首先是安全，没有焦虑，没有恐惧；其次是感情，你必须有喜爱你的人；再次是归属，你必须归属于一个团体；最后是尊重，你必须能受到他人的敬重。难道德托普的有效不正是因为它能提供一

种环境，使这些感受有可能获得吗？

我有许多印象和想法涌上心头。我曾经提出过千百个问题，试想过千百种答案，所有这些都似乎是这个问题的一部分。让我这样说：你是否认为这种直率的诚实，这种听起来有时甚至近于残酷的粗鲁，能为安全、情感和尊重提供一个基础呢？它有伤害，而且必然会有伤害。你们每一位都有过这样的经验。你是否认为这是一个好主意？这里有一个我们刚刚见到的前景。真是剑拔弩张，没有温文尔雅。非常爽快，非常直接，非常生硬。你认为这对你能起作用吗？这是一个我非常想听到回答的问题。另一个问题是，这一特殊的团体活动是否能提供那种归属感？在这样的活动中，人人都彼此投合，每一件事情都由团体关照吗？这种情感以前是否缺失？很有可能这种粗杂的诚实并不是一种侮辱，反而含有一种尊重。你能相信你的所见，相信事实就是如此。这能成为尊重和友谊的基础。

我记得，很久以前，曾听过一位分析家的谈话，那时还没有团体疗法。他也谈论过这种诚实。在那时他所说的听起来很可笑，好象他有点不近情理。他说的意思是“我让我的患者承担他们能够忍受的最高焦虑负荷。”你知道那意味着什么吗？让他们尽量多承担，那就是他将提供的

治疗，因为他能提供的越多，整个疗程进展也就越快。从这里的经验来看，它似乎并不那么可笑了。

这也涉及教育思想，可以把德托普看作一种教育制度。它是一个绿洲，一个小型良好的社会，它提供了所有的社会都应该提供但并未提供的东西。长远地看，德托普提出了全盘的教育问题和社会文化如何利用教育的问题。教育不限于书本和文字。德托普的课程是一种广义的教育，教人学会如何变成一个优秀的成年人。

〔注意：说到这里开始了一场讨论，在马斯洛和德托普人之间有活跃的交谈。不幸，德托普人许多有趣的评论没有在磁带上录下来，下面录下的只有马斯洛的看法。不过，那本身是广泛而自足的，没有交谈的上下文也可以理解。〕

德托普和自我实现论。大体上，每一个人都能达到自我实现一谭如未能自我实现，那是因为发生了什么事打乱了发展过程。这里添加的论据是超过我所认识到的，对成熟、责任和美好生活的追求是那么强有力以至使它能够承受你们所托出的所有这些粗鲁的东西。至少这对某些人是适用的。这些人不得不在这里打开他们的道路，越过痛苦和难为情，等等；我深感这是比我所能认

识到的更强有力的自我实现需要。当然，这里的人是能够承受这种粗鲁对待的人。不能承受的又是什么人呢？有多少人曾因为诚实太痛苦而回避诚实呢？

关于责任心的发展。似乎教养成年人的一种方法是让他们承担责任，相信他们能承担责任，并让他们为尽责而奋斗，流汗。让他们自己尽心尽力，而不是过分保护他们，纵容他们，或包办代替。当然，另一方面，完全不管也不行，但那是另一回事。我推测，这里所出现的情况正是责任感的这种发展。你从任何人那里都听不到一句大话，假如你必须做某事，你就不能不去做。似乎没有任何借口可以不去做。

我可以从黑足印第安人那里举一个例子说明我的意思。他们是坚强的人，自尊的人，而且是最勇敢的战士。他们是硬汉子，敢于承担责任。如果你注意观察他们如何发展到这一步，我认为那是通过对他们的孩子的尊重得到的。我可以举几个例子。我记得有一个小男孩，一个蹒跚学步的孩子，力图打开一个通向小屋的门。那是一扇很大的门，他开不开。他不停地推来推去。要是美国人，这时就会走过来为他打开那扇门。黑足印第安人可以坐在那里半个钟头看着那小孩使劲推门直到他能自己把门推开为止。小孩弄得满头

大汗，气喘吁吁，这时人人都称赞他，因为他能自己完成任务。我要说，黑足印第安人要比旁观的美国人更尊重那个孩子。

另一个例子是我非常喜欢的一个小男孩的行为。他有七、八岁的样子，我仔细端详，终于看出他是印第安人中的富家子弟。在他的名下有几匹马和一些家畜，还有一包贵重的药品。有一个成年人走来要买那包药物，那是他最值钱的财产。我从他的父亲那里得知，当他面临这一难题时他有些不知所措了。请记住，他还只有七、八岁。他所做的是到野外自己去思索。他走了大约两三天，在外面过夜，自己考虑该怎么办。他不请求他的父亲或母亲给予劝告，他们也不告诉他该怎么办。过后他回来了，宣布了他的决定。要是我们，我敢说我们将会告诉一个七岁的孩子该怎么办。

关于新的社会疗法。这是一种想法，可能证明对于你们是有专业兴趣的。有一种新的工作在你们的面前展现，那是一种行动主义者的工作，它更需要的是实际经验而不是书本训练。它是老式的行政官员和教师的一种结合。你必须从事人的工作。你必须喜欢直接和人打交道，而不是离开他们很远。你必须对于人性有尽可能丰富的知识。我曾称它为“社会疗法”。这似乎是在一两年

内非常缓慢地发展起来的。在这方面做得最有成效的人不是得到过博士学位之类的人；他们是“白丁”，完全是自己弄懂一切事情的。他们懂得他们所谈论的事情。例如，他们知道什么时候应该用力，什么时候应该放松。

美国人有三分之一，其余的世界有百分之九十八的人，你可以称之为“没有特权的人”，对于这些人需要做许多工作；另外，如何教导不识字的人学习也成为强迫的任务；还有利用精神病学知识帮助人成熟并增强责任感的问题，等等。现已感到从事这些工作的人很短缺。我的印象是通常的学院训练可能对此有些帮助，但那是很不够的。现时，这些工作的很大一部分已落在社会工作者的手中。一般社会工作者，就我所知，通常并不理解应该做些什么。那就是说，缺乏实际的经验。因此，最好是这些工作至少有一部分能由有经验的人而不是只听过讲课的人去做。德托普令人感兴趣的原因之一就在于它是由经历过实际考验的人管理的。你们知道如何对同一条船上的其他人讲话，而这是一种工作；它可能是一种新型的专业。

关于当前的社会革命。我能用半小时举例说这一革命在不同领域发生的情况。所有的教会都在改变，宗教正在改变。有一场革命在进行。有

些地方进展得比其他地方更快些；但它们都是沿着同一的优美心灵的方向在发展，即，沿着人性更丰满的方向发展。这是人所能达的坚强的、创造的和欢乐的目标，是享受生活的、身心健康的人的方向。你可以说这是优美心灵的宗教，它正在出现。我曾写过一本书，即《优美心灵管理》

（83），那是讨论劳动环境、工作任务和工厂等等问题的。在这些问题上也有一场革命。有些地方整个工作环境弄得非常适合人性而不是非常糟，所采取的措施能使人性得到发展而不是削弱。

有些书和文章及调查研究也以同样的方式在讨论婚姻、爱情和性的问题。它们都指向某种理想，指出我们正在前进的方向，使一个人成长得尽可能高大，使他的本性尽可能地充分发展。

当然，社会的总量现在仍然象一块僵死的沉重的东西。但有许多生长点。许多不同的点，你可以称之为未来的波涛。你知道，世界上还有许多别的地方也在讨论这些事情。也许有几十处之多。我们很少听到它们的情况，因为它们是独立地发展的。假如你有了一个精彩的想法，假如我有了一项发现，有了某一创见，我知道，正如我能酝酿成功一样，某些人在同一时间也在酝酿着。那往往是对现状的一种反应，敏感的人将做出迅速的反应。

这也在教育中进行着。我想，如果我们共同努力把所有的经验，不论好的或不好的，都聚集起来，我们将有可能剥开整个可诅咒的教育制度的表皮。但我们也能重建教育。我们能提出好的建议——我们应该有一个真正的教育制度。这是一个爆炸性的问题，因为它要求一种人的现实，人的需要，人的发展，而不是某种千百年来的传统遗产，它早已过时了。

谈论优美心灵教育是很困难的。我想你们对此能够有所贡献，如果你们接受我所提出的想法，把这当作一种开拓性实验的话。干起来吧，只当全世界的人都在你们背后注意观察，看你们的努力的成果如何——什么起作用，什么不起作用，什么好，什么不好，什么成功，什么失败。

关于交友小组。让我告诉你们一件事。昨夜我参加了一个交友小组的活动，我简直不能想象如果我在那里呆的时间较长会做出怎样的反应。在我一生中从来没有什么人对我那么粗鲁。它和我所习惯的社会——大学教授的社会完全不同。教职员会议肯定不会象这样的交往。那并不是什么可诅咒的事，假如我愿避免一切客套，没有什么人会对我说一声“呸！”我记得有一位教授就是这样，我想即使粪便埋到他的颈部他也不会说那是“粪便”。昨夜完全不同，它使我有点震惊。在

我习惯的社会中，每一个人都非常客气，因为他们都想回避交锋。在你的周围有一大群谨小慎微的老处女——我指的是男性“老处女”。我想如果你们有可能参加我们的教职员会议并有所交锋，那一定是一件大好事。那会把整个事情弄得底朝天。我猜想，那一定是大有好处的。

一个重要的研究课题。在这里出现了一个问题，我想提出来请大家研究。这是一个很重要的问题，我猜想你们实际上还没有得出答案。问题是为什么有些人留下来而另一些人不愿留在这里？这个问题包含的意思是：假如你认为这是一种教育制度，那么就要问它对多少人口是有好处的？你能期望有多少人愿意受教？有多少人不愿受教？你知道，没有来过的人是不能作为失败来计算的。

你们这里的人克服了一个障碍，你们克服了一种恐惧。对于那些不能越过这种恐惧的人你们是怎样看的？他们和你们有什么不同？这是一个实际问题，因为你们将从这里毕业，将来要在别处兴办和这里一样的事业。那时你们必须解决怎样才能使更多的人留下来的问题。

关于心理治疗。你看，对于精神分析，对于个人的心理治疗，问题也一样。他们依据他们的

经验得出的理论认为：正是这种直率会把患者逐出治疗。他们所做的是非常温存地对待患者并这样一个月又一个月地度过，然后才真正开始接触问题的深部。他们力图首先建立一种关系然后再施加一点压力。这和此地的方法是矛盾的，在这里，谁也不会等上六个月，集中的治疗立即开始。问题是哪种方式更好？对谁更好？对多少人更好？和正规的精神分析过程比较，似乎这里的进程要快得多。

这使我想起了另一件事。我所接受的理论，和我在治疗中应用过的理论，都强调不需要让患者知道真实情况，认为那样做没有多少好处。要做的是帮助他们自己发现他们自己的真实情况。可以预计，这将需要很长的时间，因为真情不是很容易看清的好事。你不得不逐渐地面对真情。我向你们报告的是向你们提供一个对比的画面，说明这里的做法是把真情和盘托出，直接捅到你的面前，没有人会几个月坐等你自己为你自己发现真情。至少留下来的人能接受这种作法，它似乎对他们有益。但这和全部精神病学理论是矛盾的。

关于自我认识和团体。由于某种原因，团体是一种帮助。没有人能知道为什么，他们所知道的一切就是团体总是能起作用。我有丰富的印象

但还没有来得及分析研究。我不能肯定从中能得出什么原理，因为还没有时间仔细思考。从昨晚我们的一席谈中，我有一个非常明确的感受，即团体反馈给你的东西是你从一个人身上进行一百年精神分析也得不到的。谈论某人象什么和你在别人眼里象什么然后让五六个人对你提供的印象表示赞同与否的看法，那将是很有启发的。也许你根本不可能形成你的自我同一性概念或你自己的真实画像，除非你也能得到外界对你的面目的画像。这是一个新的设想。在精神分析中还没有提出这样的设想。你在别人看来如何是不必重视的。你的真实面目如何只能依靠你自己的内脏、内部条件和你的梦与幻想在你自身内去发现。

我觉得，假如我留在那个团体中，我会听到许多我以前从未听到过的事情。我将得到的是一种特殊的资料，就好象有一台电影摄像机，它能把他人看到的我赤裸裸地显示给我自己看。然后，我能掂掂它的份量，一面打量一面思索，问一问自己，他们的看法是对还是错？其中有多少是真情？我觉得这能使我更多地了解我自己。'这一对自己的认识在寻求自我同一性中是有用的。

在你熬过了痛苦以后，自知终究是一件非常好的事情。知道某事总比怀疑它、思考它要好得多。“也许他不理睬我是因为我不好，也许他们

那么对待我是因为我不好。”对于普通人，生活仅仅是一连串的“也许”。他并不知道人们为什么嘲笑他或不笑他。觉得自己不必再做猜想是一种非常安然的感受，自知是好事。

第十七章 优美心灵管理

一个基本的问题是：什么样的工作条件，什么样的工作，什么样的管理，什么样的奖赏或报酬对人性的健康成长及其较丰满和最丰满的发展有益。那就是说，什么样的工作条件对于人的实现最有利。我们也可以反过来问，假定已有一个相当繁荣的社会和相当健康或正常的人民，他们最基本的需要——衣、食、住等等的满足已有保障，那么，如何才能使这些人最有效地发挥作用，以促进某一组织机构的目标和价值的实现呢？如何使他们得到最好的对待？在怎样的条件下他们的工作最有成效？他们将为怎样的奖赏，不论是金钱的还是非金钱的，最有成效地工作？

优美心灵（Eupsychian，读作yew-sigh-key-an）的工作条件往往不仅对于人的实现有利，而且对于一个组织机构的健康与繁荣，以及这个机构所制出的产品或提供的服务的量与质也有好处。

管理的问题（在任何组织机构或社会中）于是可以用新的方式进行研究：在一个组织机构中如何设置社会条件方能使个人的目的和组织机构的目的融合一致。这在什么时候是可能的？什么时候是不可能的，或有害的？促进社会和个人协同作用的力量何在？另一方面，什么力量会扩大社会和个人之间的敌对？

这样的问题显然触及个人和社会生活的最深层的争端，触及社会、政治和经济理论以及一般哲学中最深刻的争论。例如，我的《科学心理学》（80指出，人本主义的科学有必要也有可能超越那种脱离价值的、机械形态的科学，超越那种科学强加于人的限制。

也可以设想，经典的经济学理论，建立在一种不适当的人类动机论的基础上的理论，也有可能由于承认人的高级需要，包括自我实现的冲动和对最高价值的爱，以至完全革命化。我相信，对于政治科学、社会学，对于人的和科学的科学与职业也有类似的情况。

上述的一切在于强调，这不是谈论什么管理的新花招，或什么“诀窍”，或肤浅的技术，它不是用来更有效地操纵人们以求达到非他们自身所需要的目标。这不是一种进行剥削的向导。不，

它宁可说是以一种更新的价值体系与一套基本的传统价值观念相对抗，新体系宣称自身不仅更有效而且更真确。人性曾被低估，人有一种高级本性，它和人的低级本性一样也是“类似本能”的，这一高级本性包括需要有意义的工作，需要担负责任，需要创造，需要公平和正义，需要进行有价值的活动，并宁愿做得好些再好些等等，新体系在这样的发现中得出了某些真正具有革命意义的结论。

仅仅以金钱作为“报酬”这样一个框架显然已经过时。的确，低级需要的满足是能用金钱购买的——但当这些目的已经达到时，人们就只受高级“报酬”的激励了，例如，归属感，感情，尊严，敬重，欣赏，荣誉，以及自我实现的机会和最高价值的培养——真，美，效率，卓越，正义，完善，秩序，合理，等等。

这里显然有很多需要考虑的问题，不仅马克思主义者和弗洛伊德派需要考虑，而且政治的或军事的权力主义者、“专横”，老板或自由主义者也需要考虑。

第十八章 低级怨言、高级怨言、 超级怨言

事物发展的一般原理大致是这样的：人们能够生活在不同的动机层次水平上。那就是说，他们能过一种高级生活，也能过一种低级生活，他们能在丛林中刚可生存的水平上生活，也能在一个优美心灵的社会中生活，一切基本的需要都得到照顾，过着一种较高水平的生活，并思索诗的本质或数学或其他同类的问题。

判别生活的动机水平有各种不同的方法。例如，你可以通过人们对何种形式的幽默发笑来判别。生活在最低需要水平上的人往往觉得敌意的和冷酷的幽默非常使人开心，例如，一位年老的贵妇被一只狗咬了，或流浪街头的低能儿受到其他儿童的折磨，等等。林肯型的幽默——富有哲理的、带有教育意义的幽默——引起的是微笑而不是捧腹大笑；这和敌意或征服他人毫无关系。这种高级类型的幽默很难被生活在低级需要水平上的人所理解。

投射测验也能作为鉴别动机水平的一种方法，在这种测验中，我们的动机水平能通过各种征兆和表现动作显露出来。罗夏测验能用来指示被测者正在追求什么，他的希望、需要和渴求是什么。一切已经得到充分满足的基本需要会被遗忘并从意识中消失。已满足的基本需要在某种意义上说简直是中止存在，至少是中止在意识中的

存在。因此，这时人所渴求、需要和期望的便成为动机层次上刚刚在他面前展现的东西。对这一特定需要的集中注意表明一切较低的需要已经得到满足，也表明那些更高的需要，那些超出他正在渴求的需要的需要，对于他来说还没有进入可能的王国，因此他甚至还没有想到它。这能从罗夏测验中测出。同样的，这也能从梦和梦的分析中判定。

同样的，我认为，怨言的水平——那就是说，一个人的需要、渴求和希望的水平——也能成为动机水平的指标，它可以说明人的生活处于怎样的状况，我们在工业环境中对怨言水平的研究也能用来作为对整个组织机构健康水平的一种测度，特别在有足够大量选样时更是如此。

例如，让我们看看那些生活在专横、混乱工业环境中的工人们的情况，他们感到面临贫困的威胁甚至饿死的可能，这将决定工作的选择，老板的行为方式，以及工人不得不承受虐待的态度，等等。这样的工人会有怨言或牢骚，他们很容易陷入层次较低的基本需要短缺的困境。在这一最低的水平上，产生的是关于寒冷、潮湿、危及生命的险情、疲劳、住房不足和一切这一类基本生物性需要得不到满足的抱怨。

当然，在现代工业环境中，如果你遇到这一类的怨言，那就是一种管理极端不善的迹象，有关组织机构中生活水平极低的表现。这样的抱怨，这一类低级怨言，目前甚至在普通的工业环境中也很少出现。从积极的意义上看，那就是说，这些超出现时可能的希望或渴求——也差不多是在同样低级的水平上。例如，墨西哥的工人可能在安全和经济保障的水平上发出积极的抱怨，如被任意解雇，不能计划家庭预算，因为不知道他的职位能保留多久，等等。他可能抱怨完全没有工作上的保障，抱怨头目的专横，为保持他的工作而不得不忍受侮辱，等等。我想，我们能把那些来自生物水平和安全水平，或者也可以把来自集群水平和希望归属于非正式的，社交性团体的抱怨称为低级抱怨。

高级需要大都表现在尊重和自尊水平上，涉及的问题有尊严，自律或自主，自我尊重，来自他人的尊重，价值感，由于自己的成就得到称赞、奖励和信任等等。在这一水平上的怨言可能大都涉及尊严的丧失，对自尊和名望的威胁等方面。有关超级怨言，我想到的是在自我实现生活中怀有的超越性动机。更明确地说，可以概括为存在价值。这些有关真、善、美、公平等等的超越性需要也在工业环境中表现出来，如关于无效率（甚至当无效率并不影响有关人的荷包时）的

抱怨很可能在工业中出现。这时，抱怨者实际上是对他生活于其中的世界的不完善进行评论（不是一种自私的抱怨，几乎可以说是一种非个人的和利他主义的、哲学家的抱怨）。或者，他可能抱怨没有告诉他全部真相，全部事实，或抱怨自由交往中的其他障碍。

对真相、诚实和全部事实的这一偏爱超越性需要的一部分而不是“基本”需要的一部分，有闲心在这一水平上发出怨言的人严格地过着一种水平非常高的生活。在盗贼、暴君或不干净的人所操纵的、冷酷的社会中，这种超级的报怨是难得见到的——只会有低级的抱怨。关于正义的抱怨也是超级抱怨，我在优等管理条件下工人座谈记录中看到过许多这一类的抱怨。他们往往对一种非正义的情况很反感，即使这种非正义对他们个人的收入有利。另一种超级怨言是对于某一德行没有受到应得的奖励而恶行反而受奖的激愤，对不公的激愤。

换句话说，上述一切都有力地表明，人总是要抱怨的。没有伊甸园，没有极乐土，没有天堂，除非是一些短暂的时刻。不论人得到什么满足，都不能设想他们会完全满意。因为那样本身就是对人性会发展到顶的一种肯定，那将意味着在这一点以后不再有什么改善了，这当然是荒谬

的说法。我们不能设想千百万年的发展会带来这样一种完美。人总是能够把不论什么满足、幸福、幸运塞进自己怀里的。他们得到这些幸福会有片刻的极度欢乐，接着，一旦他们习惯了以后，他们就会忘掉它们，并开始走向未来寻求更高的幸福，因为他们会不停地发现，不论现时事态多么美好，它们也能变得比现时更完美。这在我看来似乎是一个不断进入无垠未来助永恒过程（160）。

因此，我要非常着重地强调这一点，因为我在管理学文献中看到大量的失望和幻灭，有时甚至全盘放弃开明管理的哲学而退回专制管理，因为管理在缺少感激的情况下已经深感失望，尽管条件已有改善而抱怨之声仍不绝于耳，但是动机理论告诉我们，绝不能期望怨言的中止；我们只能期望怨言变成越来越高级的怨言，期望它从低级到高级再发展到超级水平。这在原理上和我写过的人类动机论是一致的，动机是没有尽头的，仅仅是随着条件的改善不断向越来越高的水平发展。它和我的挫折水平概念也是一致的。我不认为挫折必然总是坏事；我设想，挫折也是有层次的，从低挫折到高挫折的运动是幸福、幸运、良好社会条件和人格成熟的标志。如果你抱怨城市花园设计的不完善，引起了妇女委员会的热烈讨论，并抱怨公园中玫瑰花坛的管理不善，这本身

就是一件美妙的事情，因为它标志着抱怨者正生活在一个较高的水平上。关于玫瑰花坛的抱怨说明你的肚子是满足的，你的住所是不错的，你的炉子是热的，你不用害怕淋巴腺鼠疫，不用害怕暗杀，因为警察和消防部门很起作用，政府有效率，教育制度良好，地区政治昌明，许多其他先决条件也已经满足。关键是：高水平的抱怨不能仅仅被认为是象任何其他抱怨一样；它必须作为一种标志，说明已有哪些先决条件得到满足才使这一抱怨高度在理论上成为可能。

假如开明而聪明的管理深刻理解上述这一切，那么，它将期待条件的改善会提高抱怨水平并提高以上概括说明的挫折水平，而不是期待改善的条件会使一切抱怨消失。这样，他们就不会因为花了钱，费了力，好不容易改善了工作条件，怨言仍不绝于耳，以至深感幻灭并怒气难消了。我们必须学会去寻求的东西是：这些怨言是否在动机水平上升高了？这是真正的检验，当然，这也是我们能够期待的一切。而且，我认为，这也意味着我们必须学会对怨言水平的上升深感愉快而不只是满足。

有些特殊的问题在这里出现了。其中一个是什么叫做公平和不公平。肯定会有许多人际之间的琐细攀比和抱怨——也许某人有较好的台灯，

或较软的椅子，或较高的报酬等等。这些事情可能非常琐碎，甚至有人会计较起办公桌子的大小或花瓶里插的是一朵花还是两朵花之类的问题。往往我们将不得不在一定意义上进行一种特别的判断，要弄清这究竟是一种公正水平的超越性需要，还是一种优势等级的表面标志，想在这种等级制度上比他人高些并力图爬上名望的阶梯。甚至也可以认为，从这一类事和其他问题的联系看，它显然涉及安全保障需要，如达尔顿书中举的几例所说明的。我记得有一个例子说，假如老板的秘书对某人的态度比较友好而对另一个人比较冷淡，那就意味着后者将会被解雇。换句话说，我们必须根据特定的事例推测动机水平。

另一个也许较难解释的事例是从动机的方面分析金钱的意义。金钱能代表动机层次中的几乎任何问题。它能代表低级、中级或高级价值，也能代表超越性价值。当我试图指明它们所代表的特定需要水平时，有些时候我简直做不到——遇到这样的情况我只有让它们滑过去，认为这些事例是不能评估的，不再企图对它们在动机层次中的水平进行评估。

当然也会有另外一些难评估的事例。或许最审慎的办法是根本不对它们进行评估，只把它们作为不能利用的资料推在一边。当然，假如你正

在进行一项大规模的、细微的个人研究，你也可以再回访有关的人，以便确切地了解，他们的某一怨言——如关于金钱的怨言就动机水平看究竟意味着什么。但在本文的研究中，这是不可行的或不可能的，甚至也是不必要的。为了实验的目的，通常要用两种典型作为调查的对象，一种是优良管理的工场，一种是管理不善的工场，对这样的两套班子进行评估，我们更没有必要利用同样的标准。

真正不良条件的意义。让我们记住不良条件的极端究竟是怎样的。在管理学文献中，我们看不到那种真正不良条件的任何事例，那却是临时工或非专业劳动者经常会感受到的。在那里，条件的恶劣已经使工人濒临罢工的边缘，或许我们能用水牢或监狱或集中营一类地方的条件来与之类比。或者，在美国国内，我们可以举很小的、只有一两个工人的企业为例，这种企业经常处于高度竞争和勉强维持的境况中。在那里，几个镍币和银币都是重要的，老板只能靠榨取雇员最后一滴血求得生存，他力图尽可能长久地依赖雇员，在他们离去以前榨取最大的利润。让我们不要陷入那样的幻觉，认为一个在管理上只是相对不良的大型公司是“条件不良”——其实条件并非不良。让我们记住，人类会有百分之九一十九的人是宁愿用几年时间在我们国家管理最坏的

大型公司里谋取一个职位的。我们必须有一个更宽的比较尺度。我想，对于这样的研究或许更合理的是开始收集我们自己经验中真正不良的事例。

另一个复杂问题。良好条件有一个特征是近来初次引起注意的，当然在我第一次发现时是感到惊奇的，那就是良好条件虽然对于大多数人有促进成长的作用，但对于某一小部分人却有一种不好的、甚至灾难性的影响。如果给予权力主义者以自由和信任，那只会助长这些人的恶劣行为。自由、宽容和责任会使依赖成性和完全被动的人陷入焦虑和恐惧的深渊。我对此了解不多，因为它引起我的注意只有几年。但牢记这一类问题是有益的。我们应该在提出有关理论和实验之前对此进行更多的观察，积累更多的实际事例。这样说吧：在心理病态一端有相当一部分人，举例说，是很容易被引诱去偷窃的，但他们也许从未认识到这一点，因为他们一直是在被他人注视的环境中工作，这使偷窃的引诱几乎没有机会进入他们的意识。让我们设想，例如一家银行突然走向“自由化”，去掉一切控制，开除了密探，等等，并信任雇员；那么，肯定在10个或加个雇员中会有一人——我确实不知道会有怎样的比例——在他有意识的生活中受到引诱而去偷窃。他们有些人可能会下水，如果他们认为自己不会被

发觉的话。

这里重要的是不要认为良好条件必然会使所有的人都变为成长的、自我实现的人。某些形态的神经症不会做出这样的反应。某些种类的体质或气质更不可能做出这样的反应。最后，当人完全受到信任，凭他自己的荣誉等等行事时，身上的那一小部分偷盗、虐待狂和一切其他罪恶行径将会由这些“良好条件”引发出来，这些行径你几乎能在地球表面上的任何人类中发现。我记得1926至1927年我在康乃尔大学学习时荣誉制度实施的情况。确实令人惊异的是，我估计约有百分之九十五（或更多）的学生由于这一制度提高了荣誉感而非常欣慰，制度对于他们是非常有效的。但也总有百分之一、二、三的人，不但制度对于他们不起作用，而且他们反而利用这种条件进行抄袭，说谎，在考试时作弊，等等。荣誉制度还不能普遍施用于诱惑太大、利害彼关的情境。

所有以上想法和方法大体上也能应用于许多其他社会心理情境。例如，在学院情境中，我们能依据怨言，依据教职员、行政人员和学生的怨言水平，对学院社会生活的开明水平做出判断。在这样的情境中，能有各种怨言，各种追求，构成一系列不同的层次。对于某一婚姻情境

也适用，我们可以说从婚姻中的怨言或牢骚的水平甚至能判断这一婚姻是否美满，是否健康。某一妻子抱怨她的丈夫有次忘记给她买花，或在她的咖啡中放糖太多，或其他类似的事情，这当然和另一位妻子埋怨她的丈夫打坏了她的鼻子或打掉了她的牙或毁了她的容貌等等所处的水平不同。一般地说，孩子对父母的抱怨，或对学校、对教师的抱怨也一样。

我想我能由此得出一个一般的结论：任何包含人际关系的组织机构发展的健康状况或水平在理论上都能由评估怨言和牢骚的层次高度这种方法做出判断。要记住的事情是，不论婚姻、学院、学校或父母多么好，总能看出还有要改善的问题，也就是说，还会有怨言和牢骚。理所当然的是，有必要把这些怨言区分为正号的和负号的，那就是说，人们对于任何更基本需要的满足的被剥夺或受到威胁或有丧失的危险，都会有非常敏锐的抱怨，尽管一个人在这些满足很容易得到时并不注意它们或认为是理所应当的。那就是说，假如你问一个人他所在的地方有什么好处，他不会想到要对你说他的脚不会弄湿，因为地板没有遭水淹没，或他的办公室里没有虱子和蟑螂，等等。他会认为这些都是理所当然，不会把它们当作正号（+）。假如任何这一类理所当然的条件消失了，你就会听到怨声载道。以另一种

方式说，这些满足不会引起赞美或感激，尽管当它们被剥夺时确实会招致强烈的抱怨。另一方面，对照地看，我们必须说还有正号的或积极的关于改良的牢骚、抱怨或建议。这些抱怨大都是关于动机层次中刚刚高一级的需要的评论，或对眼前刚可期待的、下一步有希望得到的满足的评论。

我设想，在原则上，要扩大对这一怨言的研究，最重要的事情是收集极端意义上的恶毒老板和恶劣条件的实例。例如，我认识一个家具商——他恨死了他的老板，但又找不到另一个更好的工作，因为在那一行业中已没有更好的工作——他总是怒气冲冲，因为他的老板招呼他不是称他的名字，而是打口哨。这种侮辱是慢性的、故意的，弄得他几个月来越来越恼怒。另一个例子是我亲身的体验，发生在我大学生活中为旅馆餐厅和饭店服务的那段时间。我签订了一项暑期工作合同，写明是在一家避暑旅馆中当侍者（大约是1925年），我花了路费到达了那家旅馆，但却被派去当侍者的助手，工资要低得多，而且没有一点小费可赚。我简直是陷入了骗局——我没有足够的回程路费，而要再找另一项暑期工作已为时太晚；老板答应很快就让我当侍者，我相信了他的话。作为一个没有小费收入的助手，我工作一个月只能赚十几二十块钱。这是一周七天的

工作，每天工作十四个小时，没有休息日。老板还要求全体服务人员额外加班准备各种沙拉，说做沙拉的厨师要迟到一两天。我们加班工作几天以后问他做沙拉的厨师在哪里，瘫说“明天就到，，”。这样的事持续了约两周，越来越明显的是老板在欺骗我们大家，并力图从这种骗局中赚取额外的利润。

最后，在7月4号的假日，旅馆里有三四百客人，我们被要求大半夜留下来准备一种花式甜点心，样式非常好灌洲旦做起来要花很多时间。全体服务人员商议好以后无抱怨地接受了这项工作；但在4号这一天摆上正餐第一道菜以后，我们全体走出餐厅离开了岗位。这对于我们当然是很大的经济损失，因为要找到好的工作已经为时太晚，就是随便什么工作也很难找到了。但仇恨和报复的念头十分强烈，这样做的满足直到三十五年后的今天我仍有所感。这就是我所说的确实恶劣的条件和引起内战的条件。

无论如何，收集这一类遭遇的事例，可能成为提出一个清单的基础，可以使优等管理条件下的工作者更意识到他们的幸福（他们通常甚至不会注意到这种幸福，他们会认为这是理所应当，是正常现象而已）。那就是说，最好能有一个真正恶劣条件的清单并请他们核对是否有任何同类事情

发生，而不是要他们自愿参与抱怨。例如，看是否有臭虫，或是否太冷，太热，噪音太大，太危险，或是否有腐蚀性化学药品溅在他们身上，或是否在危险机器上没有安全警报装置，等等。任何人有一份这样的包含两百项目的清单都能认识到，这两百项恶劣条件都不存在本身就是一项正号的善。

第六编 存在认知

第十九章 简论单纯认知

“Suchness”是日语“Sononlama”的同义词。

*（说明可在铃木**的著作《神秘论：基督教和佛教》[144]中找到，特别是在第99和102页上。）照字义，它指事物“本来的状态”。它也可以用英语的词尾“-ish”来表示，如在“tigerish”中，意思是恰似一只虎，或者，象nine-year-oldish、Beethovenish、或德语amerikanish中的-ish（这三个词的中文意思分别为：就象九岁一样，就象贝多芬那样，就象美国人一样。）这些说法都涉及对象完形性或格式塔的特定说明，还它本来面目，赋予它自身特有的个体性质，使它和世上一切其他事物区分开。

古老的心理学名词“quale”能表明“suchness”一词的含义，涉及感觉方面的问题***。“quale”指那种不能描述或界说的性质，例如，红颜色与蓝颜色不同，我们感到不同，却说不出如何不同。是红色的红（reddishness）或红色的“Suchness”不同于蓝色的“Suchness”。

在英语中，当我们谈及某人而说“他会
的！”时，我们也暗

*Suchness，可译为本来面目或原样；
Sonomama，日语，直译原地不动。

**铃木大拙（贞太郎）（SuzuRi,Daisetz
Teitaro.1870-1966），日本哲学家，曾用英语写过
一些讨论禅宗佛教问题的著作，在西方和美国很有
影响。——译者

***quale，古希腊文，指可感受的特性。特
别是指从实体中概括的特性。——译者

含有这样一种意思。这意味着，那是可以预
期的，那适合他的本性，那符合他的本性，他的
特性就是如此，等等。

铃木在他那本书的第99页首先说
明“Sonomama”相当英语的“Suchness”以后，继续
解释说，这和统一的意思是一样的意思，和“在
永恒之光的照耀下生活”是一样的意思。他援引
威廉·布雷克的说法，表明当他说“在你的手掌中
把握无限，在一小时中把握永恒”时，他就是在
谈论“Sonomama”。铃木这样说很清楚是表示，
这种“Suchness”或“Sonomama”和存在认知是同样

的意思（89），而且他也表示，“以Sonomanla的态度看事物”，在事物钓Suchness中看事物，和具体的感知也是同样的意思。

哥尔德斯坦关于脑损伤者的描述说明（39），说他们已还原到具体性（例如，当他说明他们的颜色视觉已还原到具体的性质而抽象的能力已经丧失时），非常象铃木关于“Suchness”的说明。即，脑伤者看到的不是一般范畴的绿，或蓝，而是只能看到每一特定的颜色，象它自身的Suchness那样，和任何别的东西没有关系，不是在任何一种连续系统中，也不是在任何程度上的任何别的东西，不比任何别的东西更好或更坏，不是更绿些或更不绿些，而似乎它仅仅是全世界唯一的颜色，没有任何东西能与之相比。这就是我所理解的Suchness的一种元素（不可比性）。假如我这样说是正确的，我们就必须非常审慎，不要把哥尔德斯坦所说的还原到具体和健康人新鲜而具体的感知能力混淆起来，健康人不是还原到具体的。而且，我们还必须把这一切和存在认知区分开，因为存在认知不仅是具体的Suchness，而且也可以是抽象，是抽象一词种种含义的抽象，更不必说它也可以是对整个宇宙的认知。

把上述的一切和高峰体验本身区分开也是合

乎需要的（89），或和铃木所说的悟道（Satori）体验区分开。例如，存在认知总是当人达到高峰体验时到来的，但它也可能在没有高峰体验时到来，甚至可以从一种悲剧体验中得到。于是，我们也必须在这两种高峰体验和这两种存在认知之间做出分辨。首先，有柏克（18）的宇宙意识，或种种神秘论者的观点，在这样的意识中，整个宇宙被感知到，其中的每一事物和每一另外的事物都被视为是彼此有联系的，包括感知者在内。参加我的试验的人曾描述这种意识说“我能看到我属于这一宇宙，我并能看出在宇宙中我处在什么位置上；我能看到我是多么重要，而且也能看到我是多么不重要，多么渺小，因而，它使我既感到谦虚又感到重要。”“很明确，我是这个世界必需的一部分，可以说我是在这个家庭内部，不是从外部往里面看，不是和这个世界分隔开的，不是在一个山崖上看山谷那面的山崖，而是在事物的心脏部位中，在这个家庭中，在这个非常大的家庭中并从属于它而不是一个孤儿，或过继的孩子，或象外面的什么人从窗户往里看，从外面往屋子里看。”这是一种高峰体验，一种存在认知，我们必须把它和另一种体验和认知严格区分开，在那种体验和认知中，会出现迷恋，会有一种针对特定对象意识收缩，例如，针对人的脸或对绘画，针对小孩或对树木等等的收缩，而这

时，世界的其余部分完全被忘掉，自我本身也完全被忘掉。那是这样的时刻，这时，对于有关对象有那么多专注和迷恋，而世界上一切他物又那么干净地被遗忘，使一种可以感觉到的超越油然而生，或者至少是自我意识完全丧失，或者自我离去了，世界走开了，那就是说，知觉的对象变成了全部的宇宙。这一对象看起来好象就是整个世界。在这样的时刻，它是唯一存在的事物。因此，所有应用于观察整个世界的感知法则现在都应用于观察这个和世界分割开的对象，这个我们所迷恋而它本身已变成整个世界的对象。这是两种不同的高峰体验和两种不同的存在认知。铃木进一步也涉及这两种体验，但未加区分。即，他有时谈到在一朵小小的野花中看到整个世界。接着在另一些时刻，他又以一种宗教的和神秘的方式谈到和上帝或和上天或和整个宇宙合一这样的大彻大悟。

这种割绝一切而集中收缩的入迷状态非常象日本人的忘我概念。那是这样的一种状态，这时，你是以一种全心全意的态度在做不论什么事，不想任何别的事，没有任何犹豫，没有任何非难，也没有任何种类的怀疑和抑制。那是一种纯粹的、完美的、完全自发而无任何种类障碍的行动。这只有当自我已被超越或忘怀的时候才有可能。

这种忘我状态常常被认为好象和悟道状态是一样的。很多禅宗文献谈到忘我好象那就是一个人无论做什么事当时的全神贯注，例如，劈木材时的专心和全力以赴。但信奉禅宗的人又说，这似乎也象那种与宇宙合一的神秘感相同。这两种说法很明显在某些方面是非常不同的。

因此，我们也必须对禅宗的反对抽象思维有所批判，禅宗认为似乎只有具体事物的本来面目才具有价值而抽象似乎只能是一种危险。这自然是我们所不能同意的。这将是一种自愿的自我还原到具体，带有哥尔德斯坦明确列出的不良后果。

这样考虑，我们心理学家很明显不能承认具体感知是唯一的真理，或唯一的善，我们也不能承认抽象仅仅是一种危险。我们应该还记得，我们曾说明自我实现者是又能具体又能抽象的人，只要情境需要；我们也应该记得这样的人能从两种活动中都得到享受。

在铃木的书中从第100页开始，有一个极好的例子足以说明这一点。在那里，那朵小花是作为它自身的本来面目被观察的，同时也把它看成象上帝一样，象是全身放射出天堂的光辉，挺立

在永恒之光的中间，等等。这朵花这时显然不仅是作为纯具体的本来面目被观察，而且也作为把每一件别的东西排除在外的整个世界被观察，或者以一种存在认知的方式作为整个世界的象征被观察，即作为一朵存在-花而不是一朵缺失-华被观察。当这朵花作为一朵存在花被观察时，当然所有这一类存在的永恒和神秘，以及天堂的光辉等等都是真的，而一切的一切都是在存在的王国中被观察的；即看这朵花就象透过这朵花窥见了整个存在王国。

接着，铃木又批判丁尼生，因为丁尼生在他的诗中采摘了那朵花并进行抽象的思考，甚至还可能在解剖它。铃木说明这是一件坏事。他以日本诗人对同样体验的处理作为对照。日本人不采摘那朵花，不肢解它。他在哪里发现它就让它留在哪里。铃木在第102页上说，“他不让它脱离它所处的环境总体，他在它原地不动的状态中思考它，不仅思考它本身，而且联系它所处的环境进行思考——在最广泛、最深刻的意义上的环境。”

在第104页上，铃木援引了托马斯·特拉赫恩的说法。第一段引语是有意义的，能说明统一的意识，即存在领域和缺失领域的融合，同页第二段引语也不错。但在第105页，麻烦开始出现。

铃木谈到单纯状态，好象统一意识、暂存和永恒的融合在某种程度上近似于儿童状态，在同页脚注中引述特拉赫恩说明儿童具有原初的单纯。铃木说这是再访伊甸园，复归天堂，在那里，知识的树还没有开始结出果实。“是因为我们吃了知识的禁果才养成了理智化的习惯。但就方法方面说，我们从未忘记原来有过单纯的住所。”铃木使这种圣经的单纯、这种基督教的单纯观和“原地不动”联系起来，和看到原样联系起来。我认为这是一个很大的错误。基督教对知识的畏惧，如在伊甸园寓言中所说的，所谓知识是亚当和夏娃堕落的原因，这种说法在基督教中一直是一种反理智论，一种对智者、对科学家等等的畏惧，同时也是一种感觉，认为对亚西西的圣弗朗西斯的那种单纯的信念或虔诚总比那种理智的知识要好些。而在基督教传统中的某些方面，甚至有一种看法，认为这两者是互相排斥的，即，假如你知道得太多，你就不能有一种简单、单纯的信仰，而信仰当然比知识强，因此最好不要研究得太多，不要学媳太多，或不要当科学家或干这一类的事。在我所知的所有“未开化的”教派中，当然也都是反理智而不相信学习和知识的，似乎知识是一种“仅仅属于上帝而不属于人”的事。①

①我曾设想有这样的可能性：这一传说中的“知识”也可以是指过时的性欲意义上的“知

识”说的，即吃苹果可能意味着发现被禁止的性欲。意味着这方面的纯洁丧失，而不是传统解释所说的意思。因此，或许也和传统的基督徒反对性欲有关。

但无知的单纯和聪明的或老练的单纯是不一样的。而且，儿童的具体感知和他认识事物本来面目的能力显然也和自我实现的成年人不同。两者至少在这样的意义上是根不一样的。儿童还没有还原到具体多他也还不曾成长到抽象。他的单纯是因为他无知。这和聪明的、自我实现的、年长的成人的“第二次单纯”或我称为的“第二次天真”是非常、非常不同的，这样的成年人了解整个缺失领域，了解整个世界，一切它的罪恶、它的竞争、贫困、争吵和眼泪，但又能上升到所有这一切之上，在统一的意识中能看到存在领域，看到整个宇宙的美，能在一切罪恶、竞争、眼泪和争吵中间看到还有另一面的存在。通过缺陷，或在缺陷中，他能看到完美。这和特拉赫恩所说的无知儿童的幼稚单纯是一种非常不同的事情。儿童的单纯和圣洁的人或贤人所达到的那种境界确实不同，后者已经在缺失领域中走过，同它做过斗争，吃过它的苦头，但又能完全超越它。

这一成人的单纯或“自我实现的单纯”或许同那种统一的意识有交迭，甚至可能是同义的，在

统一的意识中“存在”（存在领域）和“缺失”（缺失领域）融合或整合起来。这是一条途径能分化出健康的、现实的、可理解的和人的完美，那是坚强的、有力量的和自我实现的人确实能够在一定程度上得到的，而这种完美恰好依赖于对缺失领域的充分认识。这和儿童的存在认知是完全不同的，儿童对于这个世界一无所知因而最好说只有无知单纯。这也不同于某些宗教人士的幻想世界，包括特拉赫恩的幻想，他们以某种方式拒绝了整个缺失领域（就弗洛伊德的意义说）。他们视而不见。他们不愿承认它的存在。这种不健康的幻想好象是仅仅看到“存在”而没有任何“缺失”。它是不健康的，因为它仅仅是一种幻想，不然它就是建筑在否认或幼稚无知的基础上，建筑在缺乏知识或缺乏经验的基础上。

这等于是把高级涅槃和低级涅槃、向上的统一和向下的统一区分开（93），把高级倒退和低级倒退、健康倒退和不健康倒退区分开。对某些宗教界人士有诱惑力的是使对天堂的认识或对存在世界的认识变成向童年或向无知单纯的倒退，不然就是回到尝知识禁果之前的伊甸园，不论怎么说都是一回事。那好象是说，仅仅是知识使你倒霉的。它的含义是，“变得愚蠢些、无知些，你将不会再倒霉。”“你将进入天堂，你将进入伊甸园，因此你将不愿了解任何有关眼泪和争吵的世

界的事情。”

但一般地说“你是不能再回去了”，你不能真的倒退，成人严格地说不能变成孩子。你不能解除知识，你不能真地再变得单纯起来；一旦你看到一个东西，你便不能消除你的所见。知识是不可逆的，感知是不可逆的，认识是不可逆的；在这样的意义上，你不可能再回去。甚至完全放弃你的神智和力量，你也不可能真地倒退。你不能渴望有什么神话的伊甸园，假如你已成人，你不能渴望再有童年，因为你根本不可能再得到它。唯一可能的选择是理解继续前进的可能性，发展得更成熟，前进到第二次天真，老练的单纯，统一的意志，对存在认知的理解，这样才能在缺失世界中间继续前进。只能这样才能超越缺失世界，只有依赖真知，依赖成长，依赖丰满的成年。

因此，有必要强调几种对事物本来面目认识的不同：（1）某些还原到具体认知的人，包括脑损伤的人；（2）尚未成长到具有抽象能力的儿童的具体感知多（3）健康成人的具体感知，它和抽象能力是十分适合的。

这种说法也适用于华兹华斯型的自然神秘论。儿童实际上并不是自我实现的好模式；他也

不是存在认知的好模式；他也不是具体感知的好模式；或sonomama或本来面目感知的好模式。这是因为他没有超越抽象；他甚至还没有达到抽象。

对于麦斯特·埃克哈特和铃木以及其他许多宗教界人士，也有必要说，他们关于统一意识的说法，即永恒和暂时的融合，是完全否认暂时。（例如，参看第111页上部关于埃克哈特的引语在那一页铃木论及现在。）这些人士几乎总是否认世界的真实而宁愿只把神圣的或永恒的或上帝般的当作真实来对待。但我们必须在暂时中看永恒，必须在世俗中并通过世俗看圣洁。必须通过缺失领域看存在领域。我要附加说，再无其他的观察途径，因为就地理上的意义说，没有任何存在领域存在于彼岸某处，或和这个世界十分不同，是什么现世以外的东西，或如亚里士多德所说的什么非现世的东西。只有现在的这个世界，只有一个世界，把存在和缺失融合起来的事业实际上就是要求能够在对待这同一个世界时既保留缺失态度又保留存在态度。假如我们有任何其池说法，我们就会跌入彼岸性（Otherworldliness）的陷阱，那最后就会变成腾云驾雾的寓言中的某处，就象另一所宅第，另一间屋子，我们能看到、摸到，而在那里宗教变成彼岸的、超自然的，而不是现世的、人道主义的和自然主义的

了。

鉴于谈论存在领域和缺失领域可能被误解为在实际物理空间和实际物理时间中的两个分立的领域，两个彼此隔离的领域，我最好强调说明，谈论存在领域和缺失领域实际上是谈论对同一世界的两种感知、两种认识和两种态度。说统一的态度而不说统一的意识可能更恰当些。我们设想存在认知和缺失认知仅仅是两种认知态度或方式，这能消除一种混淆，在铃木著作的下文中可以看到这种混淆的一例，他在那里又认为有必要谈到轮回、化身、再生、灵魂，等等。这是把这些态度实体化为真实的、客观的东西所致；、假如我们把这两种认知视为态度，那么，这些轮回等等就完全不适用于那种新的感知方式，那种感知是一个人在学过音乐结构课以后听了一场贝多芬交响乐后会有有的。这也含有这样的意思，即贝多芬交响乐的意义或结构在上课以前就存在了，那仅仅是由于感知者在一定程度上打开了眼界。他现在能够感受了，现在他有了正确的态度，知道寻求什么和如何寻求，能看到那音乐的结构和那音乐的含义和贝多芬想说的是什么，他想传达的意思是什么，等等。

第二十章 再论认知

存在认知和缺失认知的特征比较①

存在认知	缺失认知
<p>1. 视世界为整体，完全，自足，统一。或者是宇宙意识（伯克），即整个宇宙被感知为单一的事物，个人自己也附属于它，或者人、物、或所见世界的一部分被视为好象就是整个世界，即，世界的其余部分被忘却。对统一的整体性感知。世界或对象的统一被感知。</p>	<p>视世界为部分，不完全，不自足，依赖于其他事物。</p>
<p>2. 排他地、充分地、仔细地专注，全神贯注，入迷，集中注意；完全注意。倾向形基不分。细节的丰富，从多方面观察。以“关切的态度”观察，全面地，强烈地，彻底地投</p>	<p>对一切有关原因同时注意。明显的形基区分。视为世界的一部分，和所有其他部分有联系。被仪式化，仅从某些方面观察；对某些方面有选择地注意和有选择地不注意；偶然地</p>

入。情感贯注。相对重要性变成不重要的，各个方面都同等重要。

观察，仅从某种观点看问题。

3. 不做比较（就多罗塞?利的意思而言）。就它自身看，由它自己看。不与任何他物竞争，类的唯一成员（就哈特曼的意思而言）。

置于一个连续系统或在一个系列之内，进行比较，判断，评价。作为一类的一个成员，一个例子，一个样品来看。

4. 和人的事务不相干。

和人的事务有关。例如，它有什么好处，能用它做什么，它对有益还是有害，等等。

5. 重复的体验能使人有更丰富的感受。认识越来越深刻。“对象之内的丰富。”

重复的体验变得枯竭，贫乏，不那么有趣和吸引人了，使它丧失了它为人所需的品质。熟悉带来厌倦。

6. 看作是不需要的，无企图的，非所欲

有动机的认识活

求的，无动机的认识活动。似乎它和认识者的需要无关。因而能看作是独立的，有它自身存在的权利。

动。对象被看作是需要的满足物，有用或者无用。

7. 以对象为中心。忘我的，超越自我的，不自私的，不计利害的。认识者和被认识者的同一和融合。全神贯注的经验使自我消失了，全部经验都能组织在对象自身的周围，使对象成为一个中心点或结合点。对象不受自我的感染，不同自我相混淆。认识者的自我克制。

以自我为结合的中心点，自我投射到感知印象中。感知的不仅是对象，而且是对象与认识者自我的混合。

8. 让对象成为它自身。谦恭的，承受的，被动的，无选择的，不强求的。道家的，对于对象或印象不加干预。放任的接受。

认识者的主动塑造，组织，和挑选。他改变它，重新安排它。他忙来忙去。这必然比

9. 看作是目的自身，自身印证的。自身肯定。由于它自身的原故而令人感兴趣。具有内在价值。

10. 在时间与空间之外。看作是永恒的，普遍的。“一分钟是一天，一天是一分钟。”认识者在时空中的无定向，对于环境没有意识。印象和环境无关。非历史性。

11. 存在的特点被认为是存在的价值

12. 绝对（因为没有时间和空间，因为离

存在认知累人，后者或许还有消除疲劳的作用。尝试，追求，努力。意愿，控制。一种手段，一种工具，不具有自身蕴含的价值而只具有交换价值，或只为他物而存在，或只作为到达他处的入场券。在时间与空间之内。暂时的。局部的。在历史中，在物质世界中。

缺失性价值是手段价值，即效用如何，合意不合意，对某一目的是否合适。评价，比较，谴责，赞成或不赞成，判断。

和历史、文化、人物、地方价值观念有关，和人的兴趣与需要有关。可以感到它正在

开地面，因为作为它本身看待，因为其余的世界和历史完全忘怀）。这和过程知觉相符，和知觉内转化的、活跃的组织相符—但它是严格知觉内的活动。

过渡。它的现实性依赖于人，假如人要消失了，它也会消失。作为一个整体，它从一个症候群转移到另一症候群，即有时和这一症候群有点关系，有时又和那一症候群有点关系。

13. 二歧式、两极化和冲突的解决。不一致被看作同时存在，是合理的，必要的，即看作一种高级的统一或整合，或从属于一种超越分歧的整体。

亚里士多德的逻辑，即，分离的事物被看作是被肢解的，割裂的，彼此完全不同的，互相排斥的，往往带有敌对的利益。

14. 具体地（和抽象地）被感知。一切侧面同时被感知。因而不可言喻（指通常语言无法表达），能够稍许用诗和艺术等等描绘，但甚至这也只能为一个已有同样体验的人所理解。基本上是美感体验

只能是抽象的，类化的，图式的，成规的，系统化的。分门别

（就诺斯洛普的意思而言。》非抉择的偏爱或选择。所见的是它的本来面目（和幼童、未开化的成人或脑损伤的具体感知不同，因为这种体验和抽象能力并存）。

类。“还原到地抽象”。

15. 带有自身特性的对象，具体的、独一无二的例证。分类不可能（抽象的侧面除外），因为它是它这一类的唯一成员。

法则性的，普遍性的，统计的合法性。

16. 内部与外部世界之间的动态同型性增进。正如世界的荃本存在为某人感知，他也同时更接近他自身的存在多反过来说也一样。

同型性减退。

17. 对象常常显得很崇高、神圣，“非常特殊”。它要求或唤起

对象“正常”，天天见，很普遍，很熟悉，没有什么特殊

敬畏，尊崇，虔诚，惊诧。	感，“习以为常而无所谓。”
<p>18. 世界和自我往往（不总是）被看作是有意味的，悦人的，喜剧的，有趣的，滑稽的，可笑的。但也是辛辣的。并怀大笑（接近于流泪）。哲学的幽默。世界，人，儿童，等等，被看作逗人喜爱的，可笑的，迷人的，可爱的。可能产生哭笑的混合。喜剧悲剧的二歧溶合。</p>	<p>幽默的低级形态，假如有点幽默的话。完全枯燥无味的严肃问题。敌意的幽默，无幽默感。庄严肃穆。</p>
<p>19. 不可互换。不能代替。别的都不行。</p>	<p>可以互换。可以代替。</p>

①对《存在心理学探索》第六章（89）的修正，并参看第七章关于高峰体验中存在认知者（对自我）特征的说明。

单纯认识（存在认识的一个侧面）

在单纯的人看来，每一件事都会变得同样有可能发生，每一件事都同等重要，每一件事都同样有趣。理解这一点的最好方法是通过儿童的眼睛看事物。例如，对于儿童，“重要”一词起初没有任何意思。眼光触及的任何东西，任何偶然闪现在眼前的东西都象任何别的东西一样重要。似乎只有雏型韵结构活动和环境的分化过程（有些作为“形”突出显露，有些作为“基”退入背景中）。

假如一个人没有任何期望碍事，假如他没有任何预感或忧虑，假如在某种意义上没有未来（因为儿童完全是在此时此地活动的），那么，也就没有惊喜，没有失望。这件事象那件事一样也有可能发生。这是“完美的等待”，是没有任何要求的旁观，不期待什么事发生和什么事不发生。没有什么预测。而没有预见意味着无忧无虑，或没有凶兆。任何儿童对痛苦的反应，举例说，都是总体的，没有抑制的，不加任何控制的。整个机体进入激动状态，由于疼痛和愤怒而大喊大叫。这有一部分能理解为对此时此地其体事件的具体反应。这是可能的，因为没有关于未来的期待，也没有未雨绸缪，没有演习或预见。不知道什么是未来也就没有任何热望（“我不能等待”）。当然也没有什么不耐烦。

在儿童中，不论发生什么事都会无怀疑地接受。由于记忆力很差，对过去很少依赖，幼童中很少可能把过去引入现在或引向未来。结果是，儿童变成完全此时此地的了，或你可以说是十足单纯或全然没有过去和未来的了。这一切都是说明进一步的具体感知的方式，说明儿童的存在认识的方式，也是说明老练的成人的偶见存在认识的方式，这些成人已能在一定程度上达到“第二次天真”。

这一切都和我的创造性人格概念有关，我认为创造性人格完全是此时此地的人，他的生活没有未来或过去。关于这一点的另一说法是：“有创造性的人是单纯的人。”单纯的人可以说是一个虽已成长但仍能象儿童那样观察，思考，或做出反应的人。在“第二次天真”中恢复的也正是这种单纯，或许，我也可以称之为“第二次单纯”，那是能重新恢复儿童般能力的明智老年人的特征。

单纯也可以看作存在价值的直接感知，象安徒生童话中所描绘的那例L童一样，他能看出国王没有穿衣服，而所有在场的成年人都受到愚弄认为国王是穿上衣裳的（正如阿施实验所证明的。〔71〕）。

行为方面的单纯，是专心或入迷时非自我意识的自发性，即，没有自我意识，自我忘却了或超越了自我。这时，行为完全是由入迷状态构成的，完全被自己身外的有趣世界所吸引，它意昧着“不企图对旁观者施加影响，”没有什么狡诈或预谋，甚至一点也没有觉察到自己是他人观察的对象。行为纯粹变成一种体验，而不是达到某种人际关系目的的手段。

第七编 超越和存在心理学

第二十一章 超越的种种意义

1. 超越在一种意义上是自我意识、自我觉知的丧失，是堕落型青年自我关注的丧失。它是一种忘我的心境，和变得专心一意、入迷、集中注意时的心境一样。就这一意义说，对心外某一事物的沉思和专注能产生忘我的心境并因而丧失自我意识，在这一特定意义上能达到自我超越或有意识的自我超越。

2. 超越在超心理学的意义上是超越个人自己的皮肤、躯体和血流，好象和存在价值等同，存在价值会变成自我本身的内在价值。

3. 时间的超越。例如，我在一次学院师生队列中的厌烦体验，觉得在表示学位的穿戴中有点滑稽可笑，接着突然滑入一种心境，似乎自己成为永恒境界中的一个符号，而不只是当时特定地点的一个厌倦的、烦恼的个体。我的幻觉或想象是。师生队列伸展开来，进入未来，伸展到很远很远，比我能够看到的更远。队列以苏格拉底排头，我认为，这一点的含义是，许多远在队列前部的人一直站在那里，他们是过去时代的人

物，而我是所有那些杰出学者、教授和智者的一个后继者和追随者。接着，我的幻觉又看到队列在我身后伸展开来，进入模模糊糊、迷迷蒙蒙的无限中，在那里，有许多现在尚未出生的人，他们将加入这学术队列，这学者的队伍，智者、科学家和哲学家的队伍。在这样一个队列中我突然一阵激动，感到它的尊严，感到我的学位服的荣罐，甚至觉得我自己作为这一队列的一员也变得崇高了。那就是说，我变成了一个象征；我代表着我自身皮囊以外的某种东西。我已不再仅仅是一个个体。我也是永恒导师的，个“角色”。我是那导师的柏拉图式的本质。

这种时间的超越就另一种意义说也是真实的，即我能以非常亲密爱慕之情和斯宾诺莎、林肯、杰弗逊、詹姆士、怀特海德等等友好结交，似乎他们仍然活着。这种情况等于说，他们确实是以某种特殊的方式仍然活着。

在又一种意义上，你也能超越时间，这里是指为尚未出世的子子孙孙或其他后继者而勤奋工作说的。对这种意义的超越，爱伦，惠利斯

（157）在他的小说《探索者》中曾描述过，小说主、人公临死时想，他能够做的最好的事情莫过于为后人植树了。

4. 超越文化。就一种非常特殊的意义说，自我实现者，或超越型自我实现者，是世界公民。他是人类的一员。他出身于某一特定文化，但又超出那一文化，而能够说是以种种方式独立于它之外，并从一个高度俯视它。或许就象一棵大树那样，它的根扎在泥土中，但它的枝却在很高的上方伸展开，并能俯视深埋着它的根部的泥土。我在著述中曾谈到自我实现者对适应现存文化潮流的抗拒。一个人能审查他自己出身于其中的文化，能以某种超脱的和客观的态度进行这样的审查。这类似心理治疗中的作法，即一方面在体验着，同时又能以一种批判的或评论的或超脱的和撤离的方式自我观察自己的体验，因而能批评它，赞成或反对它，并采取控制的态度，而且有可能改变它。一个人对他曾有意识地接受其中某些部分的文化所采取的态度，和以一种不加分辨的方式无思考地、盲目地、无觉察地；无意识地完全赞同一个人的文化是十分不同的。

5. 超越一个人的过去。对于一个人的过去可能有两种态度。其一可以说是一种超越的态度。他能对自己的过去有一种存在认识。那就是说，他自己的过去能为他现在的自我所包容和承受。这意味着充分的接受。即能原谅自己，因为理解自己。这意味着超越悔恨、内疚、羞耻、难为情等等。

这和视过去为不由自主的境况不同，事情碰上了，处境完全是被动的，完全由外部因素所决定。在某种意义上，这象是对自己的过去承担责任。它表明“已经成为一种力量，正如现在也是一种力量一样”。

6. 超越自我 (ego; self)，自私，自我中心，等等。这是当我们对外部任务、事业、责任和对他人和现实世界负责等等做出反应时对自己的超越。当一个人在尽自己的职责时，这也能看作是在永恒的名义下这样做，因而能代表一种自我的超越，自身低级需要的超越。当然，实际上这最终是一种超越性动机的形式，对“要求”要做的事的趋同作用。这是对越出心理的需要的一重敏感。转过来这又意味着一种道家的态度。“与自然和谐一致”这一短语意味着有能力对超出心理的实在让步，承受，应答，共处，好象一个人从属于它，或与它和谐相处一样。

7. 作为神秘体验的超越，一种神秘的融合，不论是和另一个人或和整个宇宙或和任何介于两者之间的存在相融合。我在这里所指的是宗教的神秘论者在各种宗教文献中精彩描述伪神秘体验。

8. 超越死亡，痛苦，疾病，邪恶，等等。

这时，个人处于高水平的心境足以和死亡、痛苦等等的必要取得和解。从超然的或奥林匹斯山神的观点看，所有这些都是必需的，也能够理解为必需的。假如能达到这样的心境，如在存在认识中实现的那样，痛苦、反叛、愤怒、怨恨等等便可能全都消失或至少大大减轻。

9.（和上文有交迭。）超越即接受自然的世界，以道家的方式听其自然，即超越自我的低级需要——那就是说，超越自私的、皮囊内的需要，超越自我中心的判断，如从个人出发对心外事物做出是否有危险，是否可食用，是否有效用等等判断。这种超越的终极意义可以用“客观地观察世界”这句话表明。这是存在认知的一个必需的方面。存在认知意味着超越个人的自我，超越低级需要，自私，等等。

10. 超越我们对他们的极性。在人与人之间超越零与全的赌博。上升到协同作用的水平（人际协同，社会制度的或文化的协同）。

11. 超越基本的需要（或者由于满足了它们使它们从意识中正常地消退，或者由于能放弃这种满足而克服这些需要）。这是以另一种方式说“变成主要受超越性动机支配。”它意味着和存

在价值的一致。

12. 趋同爱是超越的一种形态，例如，对自己孩子的爱，或对亲密朋友的爱。这意味着“不自私”。意味着超越自私的我。它也表示有扩大的趋同圈子，即和越来越多的人打成一片，直到和所有的人打成一片。这也能说成是越来越广阔自我。这里的界线是限于和人类打成一片。这也能以心理内部和现象学的方式表现，如体验自己是兄弟团体的一员，是人类的一员。

13. 安贾尔型同律（homonymy）的一切例证，不论高级或低级的（5）。

14. 从走马灯中脱身。穿过屠场而不沾血腥。出于污泥而不染。超越广告意味着在它之上，不受它影响，不受触动。在这样的意义上，一个人能超越各种约束，奴役，等等。以同样的方式，弗兰克尔，贝特海姆，还有许多别的人能超越甚至集中营的处境。让我用1933年中纽约时报头版的一张图片为例作为说明，画面上有一位大胡子犹太人由一辆垃圾车运载着在柏林街头嘲笑的人群面前游行示众。我的印象是他对人群满怀同情，以怜悯的心情看着他们，或许还有深深的宽恕，认为他们是不幸的，是病态和低于人类的。超脱于他人的恶意或无知或愚蠢或幼稚是可能

的，即使这种恶意是指向自己的时候也一样，虽然要做到这一点是很困难的。但一个人还是能够在这样的情境中——包括自身这时的处境在内——似乎十分客观地观察着，自身超脱地从一个高高在上的、非个人的或超越个人的峰巅俯瞰一切。

15. 超越他人的意见，即超越他人的反应和评价。这意味着有一个自我决定的自我。它表示一个人能够以正确的态度行事，甚至不惜以不受欢迎为代价，能够成为一个自主的、自我决断的自我，能写一个人自己要写的文字，成为一个人自己要成为的人，不受人操纵或诱惑。这些人在阿施型实验中是抗拒者（而不是遵从者）。对常规化的抗拒，能够从角色中解脱，即超越一个人的角色，成为一个人而不是一个角色。这包括抵制暗示，宣传，社会压力，不怕被投票压倒，等等。

16. 超越弗洛伊德的超我，上升到内在良知的水平，上升到内疚、应得韵适度的懊恼、悔恨和羞耻的水平。

17. 超越自身的软弱和依赖性。从一个孩子变成自己的母亲和父亲，以父母的态度对待自己，成为父辈的而不仅仅是子辈的，能成为坚强

的和负责的而不仅仅是依靠长辈，超越自身的软弱肃上升到坚强。由于我们在自身内部同时具有这两种品质，这种超越在很大成分上只能是一个程度的问题。但无论如何，还是能够说，有些人主要是软弱的，他们和他人的关系是弱者对强者的关系，而一切适应机制、应付机制、防御机制都是弱对强的防御。对于依赖和独立也可以这样说。对于不负责和负责也一样。也可以说，一方面是海上的船长，汽车的司机，另一方面仅仅是旅客。

18. 超越当前的情境。象哥尔德斯坦（39）所说的，“依据可能和存在发生关系，正如依据现实一样。”这是上升到刺激束缚、此时此地束缚和现实束缚之上。哥尔德斯坦的还原到具体能够被超越。或许这里最好的说法是上升到可能的领域也如回归到现实的领域一样。

19. 超越二歧式（极化，黑与白的对立，非此即彼，等等）。从二歧上升到超分歧的整体。超越原子论，赞同层次式的整合。把分散的东西结合为整体。这里的极限是把宇宙作为一个统一体的整体论观察。这是终极的超越，但沿着这条路线向这一极限迈进的每一步自身都是一种超越。任何二歧都可以作为例证。例如，自私与不自私，或阳性与阴性，或父母与子女，教师与学

生，等等。所有这些都能被超越，使相互的排斥、对立和零与全的赌博都退居脑后，也就是说我们已上升到一个高级的立脚点，看到这些对立中相互排斥的异物能够彼此协同结合为一个统一体而成为更实在、更真切、更符合实际的了。

20. 超越存在领域中的缺失领域。（当然，这和其一他各种超越都有交迭。事实是，每一种超越都和其他每一超越交迭。）

21. 超越自己的意愿（支持一种精神——“不是我的而是你的意愿要实现”）。向自己的命运或使命让步，和它融合在一起，象斯宾诺莎或道家所说的那样热爱自己的使命。亲爱地拥抱自己的使命。这是上升到自己个人意愿之上，有所负荷，有所控制，需要控制，等等。

22. 超越一词还意味着“超过”，仅仅表示能比自以为可以做到的做得更多，或比自己过去已经做到的做得更多，例如，仅仅能够比往常跑得更快，或成为一个更好的舞蹈家或钢琴家，或成为一个更精巧的木匠，或任何其他高超人物。

23. 超越也意味着能变成神圣的，而不仅仅停留在世人的水平。但在此必须小心，不要把这种说法理解为有任何超人类或超自然的东西。我

想用“超常人”或“存在人”一词来表示，这种变得非常高或神圣的能力是人的本性的一部分，尽管在现实中往往很难得见。它现在仍然是人性的一种潜能。

要上升到二歧化的民族主义、爱国主义、或种族歧视之上，不认为“他们”反对“我们”，或超越我们——他们情结，或阿尔德雷（6）的敌意——和睦情结。例如，皮亚杰所说的日内瓦儿童不能设想自己既是日内瓦人又是瑞士人。他只能想自己或者是日内瓦人或者是瑞士人。需要有进一步的发展才能成为包容更广泛的，超分歧的，更整合的。我和民族主义、爱国主义、或我们文化的一致并不必须损伤我和人类或和联合国更广泛、更高热情的一致。事实上，这样一种超越分歧的热忱自然不仅是更广阔的，而且也是更健康、更充满人性的，胜过狭隘的地方主义，那被认为是敌对的或排他的。那就是说，我能成为一个好的美国人，当然我必须是一个美国人（我是在美国文化中长大成人的，那是我无从摆脱也不想摆脱的，不是非摆脱才能成为一个世界公民的）。强调世界公民没有根底，不出身于任何地方而是有什么“宇宙人”，那不会比一个有根底的世界公民好些，因为后者在某一家庭中长大，在一定地区、在一定文化中说一定语言，因而有一种从属感，以它作为基础才能建立高级需要并达到超越性需

要的水平。要成为人类的丰满的一员并不意味着排斥较低的层次；而是在层次整合中包容低层次，例如文化多元论，欣赏差异，享受不同种类的饭店住宿条件和不同口味的食品，从异国旅游中和对其他文化的种族研究中享受乐趣等等。

24. 超越意味着在存在王国生活，说存在语言，有存在认知，过高原生活。它既意味着极顶的高峰体验型的存在认知，又意味着宁静的存在认知。在大彻大悟或伟大转变以后，或在伟大而神秘的体验、伟大的启蒙、伟大的觉醒以后，一个人在新鲜感消失时也能安静下来，在习惯于好事甚至伟大的事物时也能偶尔升入天堂并和永恒与无限安然相处。从诧异和吃惊中度过以后便开始平静而安详地生活在柏拉图式的本质或存在价值中。这里的措辞是和极顶的或在感情上强烈的彻悟或存在认知对照而言的，它是一种高原认知。高峰体验必然是短暂的，就我能辨别的而言也确实是短暂的。但一种启示或卓见可以保留下来。有过这种体验的人不可能再变得象他以前那样天真、单纯或无知。他不能退回到“无视”这一切的境地。他不能再变得盲目了。但必须有一种语言能描述习惯于转变、启蒙，或生活在伊甸园中'这样的觉醒的人通常是以一种统一的方式或以一种存在认知的方式前进的，就象那是一种日常的事情——当然，什么时候他愿意，什么时候就

能做到这一点。这一宁静的存在认知或高原认知能置于他自己的控制之下。他能开关自如地对待这种认识。

丰满人性、终局、或成为目的本身这种境界的（瞬间的）到达就是一种超越。

25. 在超越不介入的、中立的、不关心的、旁观型的客观时到达道家的（存在水平的）客观（旁观型客观自身又超越纯自我中心的和不成熟的不客观）。

26. 超越事实与价值之间的分裂。事实与价值的合而为一（参看第8章）。

27. 对消极事物的超越（包括恶，痛苦，死亡，等等，也包括更甚的消极事物）见于高峰体验的报告，在高峰体验中，世界是作为善被接受的，这时人能理解他所认识的恶。但这也是对压抑、障碍、否认、排斥的超越。

28. 超越空间。在最简单的意义上说，这可以是全神贯注于某事，使人忘记了自己在哪里。但它也能上升到最高的水平，这时人和整个人类打成一片，因此，地球另一边的同胞成为他自己的一部分，在一定意义上他也处在地球的另一

边，正如他在空间中的此地一样。这也适用于存在价值的投射，因为存在价值是无所不在的，因为存在价值是自我（Self）的规定性特征，而一个人的自我也是无所不在的。

29. 和以上几条有些交迭的是对努力和力争的超越，对愿望和希望的超越，对任何定向特征和意向特征的超越。在最简单的意义上说，这自然是对满足状态的纯享受，对希望的实现和达成、对在那里而不是力争到那里、对已经到达而不是尚在旅途等等的纯享受。这也可以理解为“处于幸运中”，或象加雷特夫人的说法，“高度的无忧无虑”。它是任由事物发生的道家情感，而不是制造事物的发生，是完善幸福和接受这种不争持、不期待、不干预、不控制、以及少私寡欲的道家态度。这是对野心、实力地位的超越。这是拥有状态而不是非拥有。于是，自然他什么也不缺少。这表示有可能过渡到幸福、满意的状态，能够知足。纯欣赏。纯感恩。幸运的状态和感受，恩遇感，无偿恩遇感。

处于一种目的状态意味着在各种不同意义上对手段的超越。但这必须斗份审慎地讲清楚。

30. 在各有特征的超越类型中挑选出由超越畏惧而进入无畏或勇气的状态（两者不完全相

同），对于研究的目的以及治疗的目的都是特别有意义的。

31. 帕克（18）关于宇宙意识的讨论也是有益的。这是一种特殊的现象学状态，表明人能以某种方式领悟整个宇宙或至少是宇宙的统一和整合，理解宇宙中的一切事物，包括人的自我

（Self）。他于是觉得似乎自己有权归属于宇宙，成为宇宙大家庭中的一员而不是一个孤儿，进入宇宙之内，而不是在外面向内看。他觉得自己很渺小，因为宇宙广阔无垠，同时又觉得自己是一个重要的存在，因为他有绝对的权力在宇宙中占有一席之地。他是宇宙的一部分，而不是一个陌生的来客或一个入侵者。在这里，有非常强烈的归属感，而不是放逐感，隔离感，孤独感，不是受到排斥，没有根底，无家可归。在这样的领悟以后，人能明显感受永远有这种归属感，觉得有了一席之地，有权住在那里，等等。（我曾利用高峰体验中的这一宇宙意识型的存在认知和另一类型的认知进行比照，后者来自浓缩意识

（narrowing down Consciousness），即对某人、某物或某一正在发生的事件的强烈而完全的专注和入迷，他或它这时代表了整个世界，整个宇宙。我曾称这种感受为浓缩型的高峰体验和存在认知。）

32. 或许还应对超越做出一种特殊的、与上述有别的说明，着重于存在价值的投射和以存在价值自居的意义，着重于此后主要受存在价值所激励的状态。

33. 人甚至能在一种非常特殊的意义上超越个体差异。对待个体差异的最高姿态是意识到并接受这些差异，但也欣赏它们，最终深怀感激之情，认为这是宇宙智慧的美妙创造——承认差异的价值，惊叹它们的多姿。这当然是一种较高的姿态，因而我认为也是一种超越。但也有另一种超越不同于对个体差异的这种感激之情，而是跃升到差异之上，承认终极人性或人类属性中的基本共性，各种人之间的相互依存和打成一片，大家都是兄弟或姐妹，于是，个体差异甚至性别差异都在一种非常特殊的方式中被超越了。那就是说，有时人能很清楚地意识到个人之间的差异，但另一些时候人又能撇开这些个体差异，认为和普遍的人性以及人与人之间的相似性对照来看，这些差异是比较不重要的。

34. 一种具有理论研究价值的超越是超越人的局限，不完善，缺陷，和有尽头。这种超越感或来自敏锐的完善终端体验，或来自完善高原体验，这时，人能成为目的本身，成为“神”，成为一种完美，一种本质，一种存在（而不是形成过

程），庄严而神圣。可以说这是超越普通的、日常的人性，追求非凡的、超越性的人性或这一类的说法。这可以是一种实在的现象学的状态多可以是一种认识，也可似是一种设想的哲学限度或理想限度——例如，柏拉图的本质或理念。在这样敏锐的时刻，或到达某种程度的高原认知时，人变得完美了，或能把自己看作完美的，例如，在那样的时刻，我能爱所有的人，接纳、宽恕所有的人，甚至和伤害我的恶和解。我能理解并欣赏事物的存在方式。我甚至能在主观上有和仅仅属于神的品格相等的感受，如全知，全能，和无所不在（即，在一定意义上人能在这样的时刻变成神，圣贤，神秘主义者）。或许最好的说法是，充其量这也只是人性的一部分，即超越性的人性。

35. 超越个人自己的信条或价值体系或信念体系。这值得另文讨论，因为心理学有一种特殊的处境，其中第一种力量、第二种力量和第三种力量一直被许多人认为是互相排斥的。这种看法自然是错误的。人本心理学是包容更广泛的，而不是排他的，是后弗洛伊德和后实证主义的科学。这两种观点与其说是错误或不正确，不如说是有局限性和有偏颇。它们的精华非常适合一个更大的、包容更广泛的结构。自然，在把它们并入这一更大的、包容更广泛的结构时，肯定会在

某些方面改变它们，校正它们，指出某些失误，但将吸收它们最精粹的、虽有偏颇的特征。在知识界中会有敌对一和睦情结（enmity-amity Complex），使对弗洛伊德或对赫尔，或由此而对伽利略或爱因斯坦或达尔文的忠诚能成为一种局限性的、排他型的热忱，这时人会结社或联谊，既收纳一些人又排斥另一些人。人本心理学则是一个特殊的、包容广泛性或层次整合性或整体论的例子，但特别指出上述情结对于心理学家，以及哲学家，科学家，和知识界是有益的，因为现在仍有一种分割为所谓“学派”的倾向。这就是说，一个人对于某一学派能够采取或分歧或整合的态度。

一个浓缩的说明。超越指的是人类意识最高而又最广泛或整体的水平，超越是作为目的而不是作为手段发挥作用并和一个人自己、和有重要关系的他人、和一般人、和大自然、以及和宇宙发生关系（整体的层次整合意义是已设定的，认识 and 价值的同型也一样）。

第二十二章 Z理论

我最近发现越来越有必要在两种（更恰当地说，两种程度）自我实现的人之间做出区分，一

种是明显健康的，但很少或没有超越体验，另一种，超越体验在他们那里很重要，甚至具有核心意义。作为前一种健康型的自我实现者，我可以举出罗斯福夫人，*或许还有杜鲁门和艾森豪威尔。作为后一种的例子，有阿尔杜斯·赫胥黎，或许还有施魏策尔、布伯和爱因斯坦。

*MrS·Eleanor Roosevelt，富兰克林·德·罗斯福总统的堂妹，后与罗斯福结婚。罗斯福曾称赞他的夫人“心地好”，虽然相貌平庸。——译者

不幸的是，我在这一水平上不再能做到理论上的明晰。我发现不仅自我实现者能超越，而且不健康的人，非自我实现者也有重要的超越体验。我觉得我已在除自我实现者以外的许多人中发现有某种程度的超越，象我对这个词所做的说明那样。或许它还会更广泛地被发现，只要我们能有更好的方法和更明确的概念和理论。我在这里所说的毕竟只能是从我最初的探索中得到的印象。我的初步印象是：不仅在自我实现的人中有对超越的认识，而且在有很高创造力或才华的人中，在很聪明的人中，在非常坚强的人中，在强有力而负责任的领导者和管理者中，在特别善良（有德性）的人中，和在“英雄”人物——那些曾克服逆境并由此而变得更坚强而不是更衰弱的人物中，也有这样的认识。

在现在还说不清楚的程度，超越型自我实现者是我所说的“高峰人物”而不是“非高峰人物”（85），是“说yes的人”而不是“说n。的人”（159），是对生活采取积极态度而不是消极态度的人（在赖希所说的意义上），渴望生活而不是厌倦生活的人。

健康型的自我实现者主要是更实际、更现实、更入世、更能干和更凡俗的人，他们更多地生活在此时此地的世界或生活在我简称为缺失的王国，缺失需要和缺失性的认知的世界。在这种世界观中，对于人或物主要是以'种实际的、具体的、此时此地的、实用的方式来看的，当作缺失需要供应者或阻挠者对待；或作为有用或无用，有帮助或危险，对个人重要或不重要来对待。

“有用”在本文中既有“对生存有用”的含义，又有“从基本缺失性需要向自我实现和自由的高度成长”白护含义。更具体地说，它代表一种生活方式和一种世界观，不仅由基本需要的系列（为单纯的躯体生存，为安全和保障，为归属、友谊和爱，为敬重和尊严，为自尊和价值的追求）所引起，而且也来自个人特有的潜能实现的需要（即同一性、真实自我、个体特性、独特性、自我实现等需要）。那就是说，它涉及的不只是一个人的人类共性，而且也是一个人自己的

特有潜能的实现。这样的人生活在世界上，并在世界上达刻自身的实现。他们把握环境，引导环境，利用环境达到有益的目的，如（健康的）政治家或实务家的所做所为。这些人往往是“实干家”，而不是沉思者或冥想家；他们是有效率、重实际的，而不是审美的；重视现实检验和认知，而不是情感和体验。

另一类型（超越者？）可以说远更经常地意识到存在王国（存在王国和存在认知），生活在存在水平；即目的水平，内在价工巍平（85）；更明显地受超越性动机支配；或多或少能经常有统一的意识和“高原体验”；有或曾有高峰体验（神秘的，神圣的，极度欢乐的），并随带着启示或卓识或认识，能改变他们对世界和对他们自身的看法，也许是偶然的，也许是经常性的。

可以公平地说，“仅仅健康的”自我实现者在总体上看能实现麦格雷戈Y理论（83）的期待。但关于超越型自我实现的人，我们必须说，他们不仅已经实现而且已经超越或超过Y理论。他们生活在一种我在这里为了方便可以称之为Z理论的水平上。而且，由于它和X、Y两种理论同处于一个连续的系统，三者可以形成一种整合的层次。

很明显，我们这里讨论的是非常错综的问题，而且实际上是讨论的一般生活的哲学。延伸的和推论的处理将需要写多卷和多种著作。

但我想，一个浓缩的开始能用表1作为辅助得到理解。用基斯·戴维斯（27）的非常方便的摘要表作为基础，我做了一些扩充（由斜体字表明）。它很难说是容易理解的，但我确信，任何真有兴趣的人能从中或多或少地理解我要传达的意思。更扩充的讨论可以在参考文献的各个项目中找到。

最后要审慎：应该注意到这一层次安排留下了一个困难的有待解决的问题——在以下渐进顺序或层次之间的交迭或相关的程度：

1. 需要的层次系统（能归结为埃里克森年龄系列中的危机，或以年龄不变为条件）。
2. 基本需要满足的渐进过程，从婴儿期，经过童年期，青年期，成年期，到老年，但在任何时代都一样。
3. 生物学的、种系的演化。
4. 从疾病（萎缩，发育不全）到健康和丰

满人性。

5. 从生活在不良环境条件下到生活在良好条件下。

6. 从成为体质上或总体上的一个“劣等样品”（就生物学者的用语说）到成为一个“优等的样品”（就动物园管理员的用语说）。

自然所有这些复杂问题都使，“心理健康”这个概念甚至比通常的含义更不切实际。使我们更有必要用“丰满人性”的概念作为替代，后者能恰当地应用于所有这些变异情况而无困难。反过来说，我们又能用“人性的发育不全或萎缩”这一概念来取代不成熟，不幸，病态，诞生缺陷，贫乏等等言“人性萎缩”能包含所有这些概念。

超越者和仅仅健康者之间的差别（程度上的）

非超越的和超越的自我实现者（或Y理论和Z理论的人）都具有自我实现的全部描述特征

（95），只有一项例外，即高峰体验、存在认知和阿斯拉尼称之为高原体验（宁静、沉思的存在认知而不是高潮的认知）的存在或不存在，或者更可能的是较大或较小数量和不同重要程度的存

在。

但我的强烈印象是，非超越的自我实现者与超越者相比，不具有或较少具有下列特征：

1. 对于超越者，高峰体验和高原体验成为他们生活中最重要的事情，是制高点，是生命的确证，是生活最宝贵的方面。

2. 他们（超越者）说的是存在语言，诗人的、神秘主义者的、先知的、笃信宗教者的语言，是生活在柏拉图理念水平或斯宾诺莎水平的人的语言，而且，他们在永恒面的笼罩下，这种语言是那么自如，正常，自然，是无意识脱口而出的。因此，他们应该能够较好地理解寓言，修辞手段，悖论，音乐，艺术，非语言交流和沟通等等（这是容易检验的命题）。

3. 他们能进行统一地或神圣般地（即凡人中的神圣化）观察，或者他们能在实际的、日常的缺失水平上观察事物的同时，也看到一切事物中神圣的一面。他们能随意地使每一件事物神圣化，即从永恒的方面观察事物。这一能力是添加在缺失领域内良好现实测验之上而不是与之相互排斥的。（禅宗的“无特例”概念对此是很好的说明。）

表一 组织管理水平和其他层次因素的关系①

	专制的	监守的 (维持生活)	激励的 (动机的)	同学般、兄弟般的同事	Z理论组织管理，组织管理超越
依赖于：	权力	经济物资	领导艺术	相互帮助	对存在自身和对存在价值的献身
管理倾向：	权威	物质奖赏	激励	整合	假设人人都能献身。发信号者。共同工作者。
雇员倾向：	服从	安全	成绩	责任	赞美；爱；接受事实上的优越。
雇员心理：	依赖个人	依赖组织	参与	自我训练	尊奉，自我牺牲。
需要满足：	给养	维持生活	高级秩序	自我实现	超越性需要；存在价值。
道德尺	遵	满足	动机	对工作和集体的	对存在价值的献身。

度：	从		献身	
----	---	--	----	--

①以上第5栏“Z理论组织管理”全部为马斯洛添加的：从下页起各栏全部都是马斯洛添加的。添加的部分原文为斜体，中译文未变体，原表为戴维斯所做（27）——译者

和其他思想的关系：

麦格雷戈的理论：	X理论		Y理论		Z理论
马斯洛的需要优势论：	生理需要	安全保障	中级	高级	超越性需要，存在价值。
赫兹贝格的因素：	维持生活	维持生活	动机的	动机的	
怀特的主题：	组织管理员				
布雷					

克和莫顿的管理方格:	9,1	3,5	6,6	8,8	
动机环境:	外部的	外部的	内部的	内部的	溶合
动机样态:	消极的	对工作多为中立的	积极的	积极的	
管理权力样态:	专制的		参与		第一位，卓越，非个人的，包括自愿放权。
个人发展的的心境水平:	业主	老板；父亲；主教	不成熟的平等	健康；成熟	超越；超自我成熟的存在水平；超个人。
人的形象:	被利用的物，可以互族；无个体性。业主。	玩物，孩子，或慈悲的独裁者。	共同利益和共同需要满足的合作者。缺失性爱。	人人都是将军。强烈的同一性。自主人之间的联合。真正的自	圣贤、政治家、实用主义者。神秘主义者。菩萨。存在人。牧师式的献身和非个人性。赫拉克

				我。自我实现。	利特型的人。
客 观：	不相容的； 拥有的；不 等同。 占有-客 观；旁观者- 客观；			存在- 爱-溶合- 客观	道家客观； 超越的客观； 不干预的客 观；爱的客 观。
政 治：	奴隶；物。	族长	为共同利 益而联合	评议 员；人人 都是将 军；充分 自主。	存在政治； 无政府；存在 谦卑；分权。 非个人性。超 个人性。
宗 教：	恐惧与愤怒 之神	父神	爱-仁慈	人道主 义	超人道主义 （以宇宙而不 是以人类为中 心。）
男- 女：	占有； 剥削。	负责 的和感情 的占有	爱-仁 慈；彼此 的需要满 足。	相互尊 重；存在 爱 （？）； 充分自 主。	存在爱；融 合；自如状 态。
经	保持活着。 实利主义。	慈善 的占有；贵	民主的； 伙伴关系；高级	伦理-经 济学；道 德-经济 学；社会	无政府；分 权；存在价值 作为最有价值 的报酬。精神

济:	最低需要经 济学。	人行为 理应高 尚。	需要经济 学。	指标包括 在计算系 统中。	经济学。超越 性需要经济 学。超个人经 济学。
科学 水平:	物-科学	低于 人类的 科学	人本主义 科学		超人类的科 学；以宇宙为 中心的科学和 超个人的科 学。
价值 水平:	脱离价值	低于 人类的 价值	人本主义 价值		超人类价 值。存在价 值。宇宙价 值。
方 法:	原子论的-二歧化的-还原的-分 析的→			有结构 的；整体 论。层次 整合。协 同作用。	整合的
畏惧 一勇 气:	畏惧←.....→勇 气.....→				超越勇气和 畏惧，在勇气 和畏惧之外。
人性 程 度:	人性衰弱；	发育 不全→	丰满人 性	超越人的， 超个人的。
矢量 方	倒退←.....→形成-进步-成长-存在				

向:					
卓越:→卓越程度增高.....→				
心理健康:→健康与人性程度增高.....→				
教育:	训练	控制教育	相互教育	内在教育。	超越人的教育。道家的人格教育。赫拉克利特型的人。“不是我的意愿，而是你的意愿。”奉献。拥抱你的命运。责任。负责。
	←.....	外部教育→	即席应答训练。无须准备就能应付情境的信心。	
医师与治疗水平：帮助水平：	机械师；外科医生。	兽医；家长权威（使人畏惧和受人信赖）；给予命令。	慈父和严父（能受人爱戴拜给人以亲爱的印象，关心人但令人费解）。镜子。	存在主义的；我一你；同事；哥哥，寻求同一性，寻求命运，寻求价值。	道家引导。咨询。宗教指导。圣贤。听其自然。存在价值分享。菩萨。悲一爱一同情。
	肮脏，邪恶；单方面	“自然	爱-性。	圣洁	天堂-存在状

性:	的; 短暂的, 利用的 (糟蹋另一个人)。	的”去圣化的。	狂喜。欢乐。	化, 通向天堂。	态。超性欲的爱晴。
沟通的方式或水平:	命令	命令		相互关系	存在语言
怨言水平:	低级	中级		高级	超级怨言
报酬; 工资; 奖励:	物质货品和财物	现在和未来的保障	友谊, 感情, 团体归属	尊严。地位。荣誉。称赞。光荣。自由。自我实现。	存在价值。正义。美。善, 卓越, 完善; 真理, 等等。高峰体验。高原体验。

4. 他们远更自觉地和有意识地受超越性动机的支配。存在的价值, 或存在自身既被看作事实又被看作价值, 例如, 完善、真理、美、善良、统一、二歧超越、存在娱乐等等 (85) 是他们的主要动机或最重要动机。

5. 他们出于某种原因好象是彼此认识的, 并在初次相遇时几乎立即达到亲密相交和互相了

解的程度。接着他们不仅能以语言方式交往，而且少能以非语言方式交往。

6. 他们对美更敏感。这很可能证明是一种美化一切事物的倾向，包括美化一切有在价值，或比他人更容易看出美，或比他人更容易有审美反应，或认为美最重要，或能从常规或习俗不认为美的人或物中看出美（这有点概念混淆，但这是我现在所能做出的最好的说明）。

7. 他们关于世界的看法比那些“健康的”或实际的自我实现者事倾向整体论（后者也具有同一意义上的整体论观点）。人类是一个整体，宇宙是一个整体，“国家利益”或“神父的宗教”或“不同等级的人或智商”等类概念或中止存在或很容易被超越。假如我们承认人皆兄弟，认为国家政权有权决定战争就是一种愚蠢或不成熟的表现形式，假如我们认为反对战争是终极的政治需要（今天也是最迫切的需要），那么，超越者更容易有这样的想法，他们会更敏锐、更自然地这样想。以我们“通常的，，或不成熟的方式思考问题对他们来说是一种费力的事，即使他们能这样做。

8. 和这一整体论看法相交迭的是自我实现者协同倾向的增强——心理内部的、人与人之间

的、文化内部的、国与国之I'off的协同。本文不能详尽讨论这一问题，因为那会离题太远。一个简短的——或许不是很有意义的——说明是：协同超越了自私与不自私之间的分歧并在一个超越纵坐标的概念下包容了两者。它是一种对竞争的超越，对赌博输赢的零与全的超越。感兴趣的读者还可参看已有的有关著述（83）。

9. 自然也有对自我（ego, Self), 对自我同一性的更大、更容易的超越。

10. 这样的人不仅是可爱的，如一切最佳自我实现者那样，而且他们也更令人肃然起敬，更“不同凡响”，更神化，更圣洁嗽中世纪的意义说），更受尊崇，就过去的意义说也更“可怕”。他们也更经常在我心中引起这样的想法，“这是一个伟大的人物。”

11. 这一切特征的一个后果是：超越者更容易成为创新者，新事物的发现者，在这方面胜过健康的自我实现者，后者宁可说倾向于去做一件“现世中”不得不去做的非常好的事情。超越的体验和启示能使人对存在价值，对理想，对完美，对什么是应该做的，什么是实际能做到的，什么是潜在的i因而也对什么是或许有可能完成的等等看得更清楚。

12. 我有一个模糊的印象，觉得超越者不如健康者那样“愉快”。他们可能更入迷，更狂喜，体验到更高度的“愉快”（这个词太弱），胜过一般快乐的和健康的自我实现者。但我有时得到这样的印象，觉得他们也容易，或许更容易受到一种宇宙悲哀或存在悲哀的侵袭，对于人们的愚蠢，他们的自我挫败，他们的盲目，他们彼此的残酷对待，他们的眼光短浅等等感到忧心忡忡。也许这种哀愁来自现实与理想之间的强烈对照，这种理想是超越者很容易很生动地看到的，而且在原理上也很容易达到。也许这是超越者必须付出的一种代价，以抵偿他们对世界的美，对人性的神圣可能，对那么多的人间邪恶的非必要，对似乎显然需要一个良好的世界等等的直接观察，例如，一个全球政府，协同的社会制度，为了人类的善而进行教育，而不是为了较高的智商或更熟练于某一原子化的工作而进行教育，等等。任何一位超越者都能坐下来并在五分钟内写出一个实现和平、友谊和幸福的处方，一个绝对实际可行、绝对能够做到的处方。但他却看到所有这一切都没有做起来，或者，正在这样做的地方，却做得那么迟缓，使大屠杀、大破坏有可能抢先一步。无可惊奇，他会感到哀愁或愤怒或不耐烦，尽管长远地看，他同时也很“乐观”。

13. 超越者要比仅仅健康的自我实现者更容

易解决有关“精英论”的深刻冲突，那是自我实现学说中所固有的，因为自我实现者和一般人比较起来，终究是更优越的人。冲突有可能解决是自我为他们能很容易地同时生活在缺失领域和存在领域，他们能那么容易地使每一个人神圣化。这表明他们能更容易地调和两方面的情况，一方面是在缺失世界中绝对需要某种形式的现实检验，比较和精英论（你必须为了工作挑选一名技艺高超而不是低劣的木匠师傅；你必须在罪犯和警察、病人和医师、诚实人和骗子、聪明人和笨坯之间做出某种区分），另一方面是人人都有超限制的、平等的、无法比较的神圣性。在一种非常重视经验和实际需要的意义上，罗杰斯谈到“无条件的积极关怀”对于有效的心理治疗是一种先决条件。我们的法律禁止“残酷而异样的”惩罚；即，不论一个人犯了什么罪，他必须被当作一个有尊严的人来对待，不能降低到一定点以下。认真对待宗教的有神论者说，“人人都是上帝的孩子。”

每一个人，甚至每一个生物，甚至那些美丽的无生物等等的这种神圣性都能非常容易、非常直接地在其现实中被每一位超越者所感知，他几乎一时一刻也不会忘记它。这种感知和他的极优越的对缺失领域的现实检验相融合，使他能够成为神一般的惩罚者，对软弱、愚蠢、或不胜任进

行对比教育，但这种惩戒和对比不是一种轻蔑，更不是一种压榨和掠夺，甚至当他以现实主义态度认识到缺失世界中这些可分等级的性质时也是如此。关于我所发现的这一反论，我有一个对我自己非常有用的说法，那就是：事实上优越的超越性自我实现者对待事实上低下的人总是采取对待一个兄弟的态度，把他看作家庭的一员，必须爱护他，照顾他，不论他做了什么事，因为他终究是家庭的一员。但他仍然能象一位严厉的父亲或兄长而不仅仅作为一位宽恕一切的母亲或慈母般的父亲那样行事。这种惩罚和神一般的无限爱护是完全相容的。从一种超越的观点看，很容易看出，即使是为了越轨者自身的利益这时也最好是惩罚他，使他受到阻挠，对他说一声“不”，而不是满足他或讨好他。

14. 我的深刻印象是，超越者更显著的特征是：在知识的增进和神秘感、敬畏感的增强之间有正相关的关系——而不是更通常的负相关。当然，在大多数人，科学知识被认为是一种削弱神秘感因而也削弱畏惧的力量，因为对于大多数人，神秘孕育着畏惧。于是，人们把求知作为减轻焦虑的手段（89）。

但对于高峰体验者特别是超越者，以及一般的自我实现者，神秘与其说是令人生畏的，不如

说是有魅力的，是一种挑战。自我实现者在一定程度上容易对已知的事情感到厌烦，虽然这种知识可能有用。高峰体验者特别是如此，因为在他们看来神秘感和敬畏感与其说是一种惩罚，不如说是一种奖赏。

无论如何，我在我曾访谈过的最有创造性的科学家中发现，他们知道的越多，他们也越容易进入一种心醉神迷的欣喜状态，自觉无知，谦卑，自视渺小，对广阔宇宙面前的敬畏，或在蜂鸟嗡嗡声前的眩晕，或如婴儿般的神秘，所有这些混为一体，在主观上感受为是一种积极的奖赏。

因此，谦卑和自己承认无知，但又幸福愉快，这就是超越者大科学家的感受。我认为可能我们也都有过这麟勺体验，特别是孩提时期，不过超越者似乎更经常如此，感受也更深，也最珍贵这些感受，认为是生活中的高潮。这种说法的含义既适用于科学家，也适用于神秘主义者，也适用于诗人，艺术大师，企业家，政治家，母亲们，和许多其他类型的人。无论如何，我认为这是一种认识理论也是一种科学理论（是可以验证的），即在人性最高发展水平上，知识和神秘感、敬畏、谦卑、终极的无知、尊崇以及奉献等情感是正相关而不是负相关的关系。

15. 超越首，我想，应该比一般自我实现者更不怕“怪人”和“刺头”，因而也更有可能是善于鉴别和选拔有创造力的人才（这样的人有时候看起来是很古怪的）。我推测，自我实现者一般是重视创造性的，因而能做出更有效的人才选拔（因而也应该能使最佳人选担任经理、人事干部或顾问）。但要能赏识威廉·布雷克式的人物，在原理上需要对超越有更深的体验和更大的重视。类似的鉴别力在对立的一极也适用：超越者也应该更善于识别那些没有创造力的怪人和刺头，这样的人我想在数量上要比有创造力的更多。

我在此提不出实际的经验。这气理论的推导，作为一种易子验证的假设提出。

*William Blake (1757-1827), 英国诗人和艺术家。——译者

16. 从理论上推导，超越者应该更能“访解恶”，这是就理解恶有时是不可避免的意义说的，而在更卜阔的整体论的意义上说甚至是一种必需，即“从止面”在一种神一般的或奥林匹斯山神似的意义上说是如此。由于这意味着对恶的更深刻的了解，它应该能够引起更大的同情而又更不含糊和更不退让的对恶的战斗。这听起来似乎矛盾，但稍微想一想，就能看出一点也不自相矛

盾。更深的了解意味着在这一水平上有更强大（而不是更微弱）的武器，更有决心，更少内心冲突，不模棱两可，不追悔，因而能更迅速地行动，更坚定不移，更有成效。假如需要，你能怀着同情心打倒某一恶人。

17. 我预期能在超越者中发现另一似乎矛盾的现象。他们更容易认为自己富有才华，是一个具有更高智慧或更高领导艺术的、“超个人”的、临时的监护者的工具。这好象是一种特异的客观或对自己的超脱，那在非超越者看来有点象骄傲，浮夸，或甚至妄想狂。我发现最能说明这个问题的例子是怀孕的母亲对她自己和她的未降生的孩子的态度。什么是自我？什么不是自我？难道她不是有权这样要求，这样自我赞美，这样骄傲吗？

我想我们听了这样的话：“我是完成这任务的最佳人选，我请求把它交给我，”这时我们一定会感觉到吃惊，正象你听到同样可能的判断——“你是完成这一任务的最佳人选，因此，取代我做这件事是你的责任，”一定会感到吃惊一样。超越随带着“超个人”的忘我。

18. 超越者大体上（我没有资料）更易于有深刻“宗教的”或“重视精神生活”的意识，不论就

神学或非神学的意义说都是如此。高峰体验和其他超越体验实际上也可以看作“宗教的或精神的”体验，只要我们对后一类概念重下定义，排除那些历史的、因袭的、迷信的、习俗的附加含义。仅仅从因袭的观点看，姐祥的体验的确能被认为是“反宗教的”，或宗教的替身，宗教的代理，或一种“关于通常被称为宗教或精神性的东西的新说法”。某些无神论者比某些牧师远为虔诚，这种似乎矛盾的现象很容易验证，因而能获得操作上的意义。

19.或许在这两类自我实现者之间可能显露的另一定量性质的不同——我还不能完全肯定——是超越者更易于做到超越自我（ego, Self），超越自我同一性，超越自我实现。说得更明确些，我们也许可以说，关于健康型的自我实现者我们的说明已经”很充分了，说他们主要是坚强的个性，他们知道他们是什么人，他们到哪里去，他们需要什么，他们擅长什么，一句话，他们是坚强的自我，善于正确地运用自己的力量，按照他们自己的真正本性发挥作用。但这自然还不足以说明超越者。超越者当然是这样的；但他们又不止于此。

20. 我设想——仍作为一种印象，尚缺乏具体资料——超越者由于更容易领悟存在王国，会

比更实际的自我实现者有更多的目的体验（本来面目的体验），更多的入迷体验，那是我们在儿童中常常可以看到的，他们会看着一个水坑中的光色发呆，或非常有兴趣地注视着雨珠沿着玻璃窗向下流动，或抚摸皮肤的平滑，或追踪毛虫的蠕动。

21. 在理论上，超越者应该多些道家思想，而健康型的自我实现者则较重实用。存在认知使种种事物看起来更象是一种奇迹，更完美，正如它理应成为的样子。因此，存在认知很少有改造对象的冲动，因为对象的本来面目就很姣好，不那么需要改造或打扰。因此，更大的冲动应该是仅仅注视它和审查它而不是对它或用它做什么事。

22. 有一个概念——“越过矛盾心理”，它虽然没有添加任何新的东西，但却把上述的一切和全部内容丰富的弗洛伊德理论结构紧紧维系在一起，这概念我认为更有助于说明一切自我实现者的特征，并可能证明在某些超越者中更适用。它表示全心全意和无冲突的爱，接受，表露，而不是更常见的爱与恨的混合，这种混合物常被当作“爱”或友谊或性欲或权威或权力等等。

23. 最后，我请大家注意“报酬水平”和“报酬

种类”问题，尽管我不能肯定我的两类自我实现者在这方面会有多大不同，假如有所不同的话。最重要的是这一事实本身，即除金钱报酬外还有许多种类的报酬，而随着物资的丰富和人品的成熟，金钱作为报酬的重要性在不断减退，高级的报酬形式越来越重要。而且，即使在金钱报酬仍然显得重要的地方，那也往往不是因为它自身原有特性的原故，而是作为地位、成功、自尊的一种象征，有了它可以赢得爱、赞美和尊重。

这是一个易于调查研究的题目。我收集广告已有一段时间，这些广告希图吸引专业的、行政的或执行的雇员，还有为和平队和志愿服务队寻求工作者的广告，有时甚至是寻求不那么熟练的蓝领雇员的广告。在这些广告中设置的有吸引力的诱饵已不仅仅是金钱，还有高级需要和超越性需要的满足，例如友好的共事者，宜人的环境，有保障的未来，鞭策，成长，理想的满足，责任，自由，一种重要的产品，对他人的同情，有益于人类，有益于国家，有实践个人想法的机会，能使你感到自豪的公司或团体，合理的学校制度，甚至有意思的钓鱼活动，有美丽的山峰供你攀登，等等。和平队走得更远，以致把低工资和工作艰苦、要求自我牺牲等等作为一种引诱，说明这一切都是为了帮助他人。

我设想，更高的心理健康会更看重这些种类的报酬，只要钱够用，有恒常的经济收入就行。自然，会有很大比例的追求自我实现的人或许已经以某种方式把工作和娱乐融合为一，即他们热爱他们的工作。你也可以说，他们已经以某种方式从他们作为一种消遣的工作中得到报偿，从能使他们得到内在满足的工作中得到报偿。

我能想到的进一步调查有可能在我的两类自我实现者之间发现的唯一不同是：超越者可能会主动寻求那些更有可能带来高峰体验和存在认知的工作。

本文谈到这一点的一个理由是：我相信在设计优美心灵组织、良好社会时的一个社会上的必需在于，领导要和特权、剥削、财产、奢侈、地位、统治他人的权力等等分开。我能看到的唯一途径，使较有能力的人，使领导者和经理免遭仇视，免遭弱者无力妒忌，免遭被剥夺基本毛聆权利者、能力较差者、需要帮助者忌恨，免受竞争失败者颠覆的唯一途径是付给他们不是更多而是较少的金钱，是宁可付给他们“高级的报酬”和“超越性报酬”。从本文以及其他著作中（83）迄今提出的原理推论，这将使自我实现者和心理发展较差者两方面都感到满意，并将抑制相互排斥和敌对的阶级或等级制度的发展，那是我们在人类

历史上屡见不鲜的。要使这一后马克思的、后历史的可能性成为实际，我们需要做的一切就是要学会不付给太多的金钱报酬，即更重视高级的而不是低级的东西。在这里也有必要消除金钱的象征化，即，不应该让它象征成功，值得尊重，或值得爱。

这些改变在理论上应该是完全可行的，因为这已经符合自我实现者的前意识的或不完全意识到的价值生活。究竟这一世界观是或不是超越者更突出的特征仍然有待揭示。我推测是这样的，主要的理由是，历史上神秘主义者和超越者从来都似乎自发选择简朴生活而避免奢侈、特权、荣誉和财富。“普通人”因而大都爱戴并尊敬他们而不是害怕和仇视他们。因此，这也许能成为设计美好世界的一种帮助，使最有能力的、最清醒的、最有理想的人能被选择、被拥戴为领导者，导师，显然仁慈而不自私的当权者。

24. 我禁不住还要表达一个仅仅是模糊的猜测，即有可能我所说的超越者似乎在某种程度上更易于成为谢尔登式的外向结构，而那些不经常超越的自我实现者似乎更常常是中层结构。（我提及这一点仅仅因为这大体上较易于验证。）

尾声

由于很多人对此极难置信，我必须明确地说，我曾在企业家、事业家、经理、教育家、政界人物中发现也有很多超越者，正如我曾在宗教界人士、诗人、知识界人士、音乐家和其他被认为是超越者和已有定论的超越者中所发现的那样。我必须说，这些“专业”的每一种都有不同的风俗，不同的行话，不同的外表，不同的服装。任何执政者都将谈论超越，尽管他连超越的最细微末节的特征是什么也不了解。而大多数企业家将会小心翼翼地掩藏他们的理想主义，他们的超越性动机和超越性体验，装出一副“坚韧不拔”、“现实主义”、“只求私利”的样子，以及用精辟的引语所突出的各种说法来表示他们不过很肤浅，出于防御。他们更真实的超越性动机往往并不是遭到压抑而仅仅是被抑制着，我有时发现很容易就能突破表面的保护层，只要提出一些非常直率的非难和疑问。

我还必须审慎从事，以免给人一种假象，好似我有数量众多的研究对象（我较详访谈和观察过的只有三、四十人，另有一、二百人只是一般的交谈，读过有关的材料，进行过观察，但不是很仔细，也缺乏深度），好象我的资料很可靠

（这都是探索或调查或草测，而不是审慎的最后研究，是初步的接触而不是正规印证的科学，那些要到以后才会到来），或者我的选择有代表性（我选择的是我能得到的，主要集中在最好的抽样上，包括智力、创造性、性格、力量、成功等条件）。

同时，我必须坚持说，这是一种依据经验的探索和报告，是关于我所认识到的问题的报告，而不是出自我的梦幻。我发现，假如我愿称这些报告为前科学的而不称之为科学的（科学一词在许多人看来意味着印证而不是发现），那将有助于消除我在自由探索、提出论断和假说时的科学不安。无论如何，本文中的每一论断大体上都是可以验证的，可以证明为正确，也可以证明不能成立。

第八编 超越性动机

第二十三章 超越性动机论：价值生活的生物根源

一

追求自我实现的人（更成熟的，人性更丰满的），就定义说，他们的基本需要已经得到适当满足，现在是以另外的高级方式受到激励的，这可以称为“超越性动机”^①（metamotivation）。

①本章提出了二十八条加着重号的命题，作为可验证的论点。

就定义说，追求自我实现的人，他们的全部基本需要（包括归属，情感，受尊重和自尊）都已得到满足。这就是说，他们有一种有所依归感，有根有底感，他们的爱情需要已经满足，有朋友，感到为人所爱，值得被爱，他们在生活中有一定的社会地位和工作岗位，能得到他人的敬重，并有适当的价值感和自尊。反过来说，——就这些基本需要受挫的意义说，就病理学的意义说——即这些追求自我实现的人不觉得有任何焦虑，不觉得无保障、不安全，不觉得孤单、受排

斥、无根底或被隔离，不觉得无人爱、被拒绝、或无人需要，不觉得受轻视、被人瞧不起，不觉得毫无价值，也没有任何自卑和无价值的伤残感（95,chap.12）。

当然这也可以有其他的说法，我也曾说明过。例如，鉴于基本需资被认为是人类的唯一动机，因此有可能，而且在某些场合也有必要说，追求自我实现的人是“无动机的”（95，chaP.15）。这是把这些人归入东方哲学的健康观一类，认为健康是超越追求，超越欲望或需要。（古罗马的斯多葛派也有这一类看法。）

也可以说追求自我实现的人是在表现而不是在争取，他们是自发的，自然的，比他人更从容自如。这种说法还有一个好处，即符合对神经症的看法，认为神经症是一种可以理解的争取机制，是一种合理的（虽然愚蠢而可怕）努力，以求满足更深层的、更内在的、更生物性的自我的需要。

这些说法的每一种在特定的研究场合都有它自己的操作效用。但就某些目的说，最好也能提问：“追求自我实现的动机是什么？自我实现中的心理动力是什么？什么力量促使他行动和奋斗？什么驱策（或牵引）这样的人？什么吸引

他？他希望得到什么？什么使他恼怒，使他献身，或自我牺牲？他觉得对什么热心，专心？他珍重什么，企求、渴望什么？他愿为什么而死（或生）？”

很明显，我们必须在两种动机之间做出区分，一种是自我实现水平以下的人的普通动机，即受基本需要所激励的人的动机，另一种是他们所有基本需要都已得到足够满足，因而主要不再受这些需要所激励，而是受“高级”动机所激励的人的动机。因此，我们最好称追求自我实现的人的这些高级动机和需要为“超越性需要”，并在动机范畴和“超越性动机”范畴之间进行区分。

（现在对我更清楚的是，这些基本需要的满足对于超越性动机不是充足条件，虽然它可能是一个必要的先决条件。我有个别的被试者，在他们那里，显然的基本需要满足和“存在性神经症”、无意义状态、无价值状态等等是并存的。超越性动机似乎并不会在基本需要满足以后自动到来。我们还必须说到“对超越性动机的防御”这一追加因素。为了便于理解和理论上的成立，这意味着有必要对追求自我实现的人提出附加定义，即他不仅（1）没有疾病，（2）基本需要有充分满足，（3）能积极运用他的能力，而且（4）受到某些价值观念的激励，那是他所追

求，探索，并甘愿为之献出忠诚的。）

二

所有这样的人都献身于“他们身外的”某项任务，号召，事业，或热爱的工作。

在直接地考察追求自我实现的人时，我发现至少在我们的文化中他们无一例外都是虔诚的人，献身于某一“他们身外的”任务，某一事业，或责任，或心爱的工作。这种献身精神非常突出，我们能用事业、使命等旧时的词汇恰当地说明他们对他们的“工作”的忘我而深厚的激情和热忱。我们甚至可以沿用命运或命中注定这样的词汇。我有时甚至谈到宗教意义上的奉献，把自己奉献给为某一特定任务而设的祭坛，某一自身以外而又大于自身的奋斗目标，某一非个人的事业。

我想还可以就命运的概念多说几句。这是一种使用并不适当的词汇表达某一印象的方法，当你倾听追求自我实现的人（和某些其他的人）谈到他们的工作或任务时，你会得到这样的印象（83），你会觉得那是一项心爱的工作，而且，似乎他“生来”就是为了干这件事的，对于这件事他是那样的适合，似乎这件事正是为他准，备的。

你很容易会感到那好象是一种先定的和谐，或者，象是完善的爱情或友谊，双方谁也离不开谁，你为了我，我想着你。在最美满的情况下，他和他的工作就象一把钥匙和一把锁那样彼此吻合相依相随，或者象唱出的一个音符和钢琴键盘上弹出的某一曲调交响共振。

应该说上述的一切对我的女性被试者似乎也适用，甚至在一种不同的意义上也适用。我至少有一位妇女被试完全献身于尽母亲、妻子、家庭主妇之责。她的事业，你可以非常合理地称之为养育她的孩子，使她的丈夫过得幸福，维护和许多亲戚的密切关系。这方面她做得非常好，而且就我所知，她是以此为乐的。她全心全意地爱她的命运，从不想别的什么事情，并能尽心尽力去做。另一些妇女被试对家庭生活和职业工作曾做出种种结合的安排，给人以同样的献身于某事的印象，似乎这事情既是可爱的，又是重要的，值得去做的。有些妇女也曾使我不禁认为，她们会把“有了一个孩子”这件事本身当作最充分的自我实现，至少在一段时间内是如此。然而，我应该说，在谈到妇女中的自我实现时，我的信心稍差。

在理想的情况下，内部的要求和外部的要求相一致，“我需要”和“我必须”一致。

在这样的情境中，我往往有一种感觉，似乎我能把这一交互关系（或合铸，或融合，或化学反应）的两类决定因素拆开，这种交互作用由两重性创造出统一性，而这两类决定因素能各自独立变化并且有时确实这样改变着。其一可以说是个人内在的反应，如“我爱孩子（或绘画，或研究工作，或政治权力）胜过一切。我入迷般地爱，……我无法摆脱，我需要……。”这我们可以称之为“内部的要求”，它的感受是自我沉迷而不是责任。它和“外部的要求”不同而且是分隔开的。后者宁可说是对环境、情境、问题、外界要求于个人的东西的一种反应，就象一场火灾“要求”扑灭，或一个无助的婴儿需要人照顾，或某个明显的不公正要求纠正一样。在此，人感到的宁可说是责任或义务或职责所在，无可奈何地被迫做出反应，不论他原先的计划如何，想做什么。这宁可说是“我必须，我不得不，我被迫如此”，而不是“我要如何”。

在理想的情境中，幸运的是我曾有过许多这样的时刻，这时“我要”和“我必须”是彼此一致的。内部要求和外部要求配合得很好。这时，观察者会由于他所见到的强迫性、不可抗拒性、先

定性、必然性、和谐性等等所达的程度而吃惊。而且，观察者（正如有关的人一样）会觉得不仅“它不得不如此”，而且“它应该如此，那是对的，合适的，正当的”。我常常感到这种相互依存，这种“二合一”有格式塔（完形）的性质。

是否可以把这仅仅称为“意向”，我很难说，因为那可能表示，它的发生仅仅是出于意愿，目的，决断，或计算，而并不充分着重面临来潮而宁愿顺从命运同时愉快地拥抱命运的主观感情。理想的情况是，人也发现自己的命运；命运不仅是做出的，构成的，或判定的。它是认识到的，好象一个人一直在不知不觉中等待着它。也许更好的说法是“斯宾诺莎式的”或者“道家的”抉择或决断或目的——甚至意志。

把访些情感传递给那些不能直觉地、直接地理解的人的最好方式是利用“陷入情网”作为比喻。这显然不同于尽责，或做合理的或合逻辑的事。至于“意志”，如果提到的话，显然也只能用于非常特殊的意义。而当两个人彼此十分相爱时，双方就都会懂得磁铁是怎么回事，铁屑是怎么回事，同时成为两者又如何？

这一理想情境能引起幸运感，也引起矛盾心理和自愧弗如感。

这一比喻也有助于传递那种难以言传的感受，即他们的幸运感，巧遇感，感恩之情，敬畏心，庆幸这一奇迹的竟然发生，惊喜他们的被选中，感到有一种骄傲和谦卑的奇特混合，以及对不幸者的同情胜过了自鸣得意，那是人人都能在爱侣中发现的。当然，幸运和成功的可能也会使各式各样的神经症畏惧、惭愧感、逆反价值、约拿*综合症等等都进入活动状态。必须克服这些对我们最高可能性的防御才能全心全意地拥抱最高价值。

*《圣经·旧约全书》中的先知，喻带来不幸的人。

五

在这一水平上，工作和娱乐的二歧化已被超越；报酬，业余爱好，休假，等等，必须在更高的水平上加以说明。

那么，自然，关于这样的人可以确实富有意义地说，他是他自己那样的人，或他就是他自己，或他在实现他的真我。一个抽象的说法，从

这样的观察向终极而完善的理想的推论大致是这样的：这个人是世上最适合这一特定工作的人，而这一特定工作又是世上最适合这一特定人的工作，最适合他的才华、能力和爱好。他是为它准备的，它也是为他准备的。

自然，一旦我们承认这一点并有所感受，我们便进入另一话题范围，即存在话题（89），超越话题。现在我仍只能以存在语言进行富有意义的谈话了（“存在语言”，神秘水平的交往，等等）。例如，在这样的人那里，很明显，工作和娱乐之间通常或习惯的割裂已经完全被超越

（80,83）。那就是说，对于这样的人在这样的情况下，工作和娱乐之间肯定已无区别。他的工作就是他的娱乐，他的娱乐就是他的工作。假如一个人热爱他的工作并从中得到的享受胜过世上任何其他活动，假如他在工作的任何中断以后都热切希望再得到它，回到它那里去，那么，我们怎么能说一个人被强迫去做他所不愿做的事并称之为“劳动”呢？

例如，这时“休假感词还能有什么意义呢？在这样的人那里，常可观察到，在他们的假期中，在他们完全有自由选择他们愿意做什么的时期中，在他们对于任何其他的人都没有承担什么外部的义务时，恰恰是在这样的时期中他们愉快

地并全身心地献身于他们的“工作”。或者，“想得到某种乐趣”，寻求某种消遣，这时又意味着什么呢？“娱乐”一词的意义又如何呢？这样的人是怎样“休息”的呢？呢？什么是他的“责任”、职责、义务”？什么是他的“业余癖好”？

在这样的情境中，金钱或报酬或薪水又有什么意义呢？显然，最美好的命运，可能降临任何人之身的最大幸运，莫过于因为做了他热爱的事而掣报酬几这正是或几乎完全是我的许多（大多数？）被试者所遇到的情境。自然，金钱是受欢迎的，一定数量的金钱是需要的。但它肯定不是最终的需要，不是目的，不是终极的目标（在富裕的社会中对幸运的人而言）。这样的人得到的薪金支票仅仅是他的“报酬”的一小部分。自我实现的工作或存在工作（存在水平上的工作），由于它自身固有的奖赏价值，使金钱或薪金支票转变为一种副产品，一种副现象。这自然和大多人的情况有所不同，大多数人是为赚钱谋取生计而从事他们并不愿意去干的业务。存在领域中钱的作用肯定和缺失与基本需要领域中钱的作用有所不同。

假如我说明，在猴子和类人猿中对这些问题已做出一定的调查研究，我想那将有助于理解我的论点，即这些是科学的问题，能用科学的方法

进行调查研究。最明显的例子自然是关于猴子好奇心的大量研究文献，和关于人类对真理的渴望与满足的其他先驱研究（89）。但在原理上同样容易做到的是探索猿猴和其他动物的审美选择，不论是否在畏惧的条件下，试验的对象选择是否健康，或者是在较好或较次的条件下进行选择，等等。对于其他存在价值如秩序、统一、公正、合法、完全等也一样，在动物和儿童中，这些都应该是有可能进行探讨的。

自然，“最高”也意味着“最弱”，最可牺牲，最不急需，最少自觉，最容易压抑

（95,chaP.8）。基本需要，由于占优势，可以说是推进到行列之首，因为它们对生命本身更必需，对肉体健康与生存更不可少。不过，超越性需要也确实存在于自然世界和普通人中。在这一理论中并不需要超自然的干预，也没有必要任意发明存在价值，它们并不是先验的，也不是逻辑的产物，或意志行为所批准的。存在价值能够由任何人所揭示或发现，只要他愿意并能够重复这样做。那就是说，这些命题是可以证实或证伪的，并且是可重复的。许多这样的命题能够公开处理或演示，即同时由两位或更多的研究者观察到。

那么，假如高级的价值生活可以承受科学的

调查研究并显然处于（人本主义界说的）科学管辖范围之内（82,126），我们便有理由肯定，这一领域中的进展是可以预期的。高级价值失活知识的发展不仅能增进人的彼此理解，而且开辟了自我改善和人类改善以及所有社会制度改善的新的前景（83）。当然，不言而喻，我们无需想到“同情的策略”或“精神的技术”便不寒而栗：很明显，它们一定会和我们现在已知的那种“低级的”策略和技术根本不同。

六

这种热爱事业的人往往能和他们的“工作”打成一片（投射不干作，肇今于手作），矛盾干作赅汐懊们亨拿的丁个坪牢俘修征。工作成为他们自身的一部分。

假如你问这样的人，自我实现的、热爱工作的人：“你是谁？”或“你是什么人？”他往往会依据他的“职业”回答，如：“我是律师”，“我是做母亲的”，“我是精神病学者”，“我是艺术工作者”；等等。即，他告诉你，他把他的职业或任务和他的身份、他的自我等同起来。那往往成为他整个人的一个标签，即变成他的一个规定性特征。

或者，假如你问他：“假定你不是一位科学

家（或一位教师，一位驾驶员），你愿意成为什么人？”或者，“假定你不是一位心理学家，又如何？”我的印象是，他的反应很可能是一阵困惑，若有所思，感到突然，难以即时作答。或者，能成为一种逗趣，彼此逗着说笑。实际上，回答是：“假如我不是一位母亲（或人类学者，企业家），我就不成其为我了。我就成了另一个人。我不能想象自己成为另一个人。”

这种反应类似一种困惑的反应，当你面对这样的问题如“假定你是一个女人而不是一个男子？”时会有的。

一个初步的结论是，在追求自我实现的人那里，他们心爱的职业往往被看成是自我的一个规定性特征，被等同于、结合于、内投射于自我。它成为他的存在的一个不可分解的方面。

（我不曾向某些愿望未得到满足的人故意提出这样的问题。我的印象是，上述结论对于某些人（他们的职业对于他们是一种外部的的工作）是不大适用的，而在另一些人那里，工作或职业能变得在功能上成为自主的*，即，他仅仅是一位律师而不是一个和律师分离的什么人。）

*功能自主（functionally autonomous）是G·奥

尔波特提出的概念：指一件事本身带有强制性，但长久训练以后也能成为一个人自发的习惯如从小练钢琴的孩子，起初是强制的训编：几年以后可能会变得不弹钢琴就“手痒”。——译者

七

他们为之献身的任务似乎可以解释为内在价值的体现或化身（而不是作为外在于工作本身的目的的一种手段，也不是作为功能上自主的工作）。这些任务是受到热爱的（是内投射的）因为它们体现了这些价值。即，最终所爱的是这些价值而不是工作自身。

假如你问这些人他们为什么热爱他们的工作（或者，更具体地说，什么是他们工作中的较高满足的时刻，有哪些奖赏使得一切必须的劳作成为值得的和可以承受的，或有哪些高峰时刻或高峰体验），你将会得到许多特殊类型的回答，如表一中开列和概述的。

此外，自然，你也将得到许多某种类型的“目的答案”-如“我不过是爱我的孩子，仅此而已。我为什么爱他？就是爱嘛”，或“我能从提高我的工场的效率中得到很大的快感。为什么？再没有别的什么原因了。”高峰体验，内在的快

感，有价值的成就，不论它们（令人满足）的程度如何，都不需要进一步的确认或证实。它们是内在的强化因素。

表一

自我实现者的动机和满足，通过他们的工作和其他途径得到的本需要满足以外）。

由于带来公正而感到高兴。

由于制止了残酷和压榨而感到高兴。

和谎言与虚伪进行斗争。

他们希望善有善报。

他们似乎喜欢愉快的结局，关满的完成。

他们憎恨罪恶的得逞，也憎恨在罪恶面前退避三舍的人。

他们是善于惩恶的人。

他们力图矫正事态，净化不良情境。

他们以做好事为乐。

他们赞美守信、才华、美德，等等。

他们避免招摇、名望、荣耀、受爱戴、受祝贺，或至少是不追求名誉。不论怎么说，名誉似乎都没有什么了不起。

他们琴需要人人都说好。

他们总是选择自己数量有限的目标，不是对广告、对运动、或对他人的督促做出反应。

他们更喜欢和平、安宁、文静、适意，等等，而不喜欢躁动、格斗、戈争，等等。（他们不是各条战线上的一般战士），但在“战争”中能过得快活。

他们似乎也很精明、现实，不常有不实际的时候。

他们喜欢有效率，厌恶没有效率，拖拖拉拉。

他们的战斗不是起因于敌意、妄想狂、自大狂、权力欲、反叛等等，而是为了正义。那是以问题为中心的。

他们设法以某种方式做到既热爱现实世界同

时又力求改善它。

无论如何都有希望能改善人、自然和社会。

无论如何他们似乎都能很现实地既看到善又看到恶。

他们在一项工作中能迎接挑战。

有机会改善环境或改善操作是一种巨大的奖赏。他们能从改善事物中得到乐趣。

观察总是表明仙们对他们的孩子非常喜欢，能在帮助孩子成人成才中得到很大乐趣。

他们不需要或不寻求或甚至非常不喜欢奉承、称赞、出名、地位、威望、金钱、荣耀，等等。

感激的表示，或至少意识到自己的幸运，是常事。

他们有一种行为理应高尚的意识。那是优越者的责任感，就象见多识广的人有耐心、能宽容，如对待孩子的态度。

他们会被神秘的、未解决的问题、未知的、

困难的问题所吸引，而不是在这些问题面前畏缩不前。

他们能把规律和秩序引入杂乱无章的情境或肮脏不洁的情境，并因而深感满足。

他们憎恨（并与之斗争）腐败、残暴、恶意、不诚实、浮夸、假冒和伪造。

他们力求使自己从幻觉中解放出来，勇敢地正视事实，去掉障眼物。

他们为人才浪费而深感惋惜。

他们不做卑鄙的事，他人做卑鄙的事时他们会发怒。

他们往往认为，每一个人都应该有机会发展他的最高潜能，应该有公平的机遇，同等的机会。

他们极愿把事情做好，“工作做得出色”，“把需要做的事情做好”。这许多说法加在一起等于“创造好的作品”。

当老板的一个有利条件是有权使用公司的钱财，有权选择扶助某些事业。他们喜欢在他们认

为重要的、美好的、有价值的事业上花自己的钱。以善行为乐。

他们喜欢看到并帮助他人自我实现，特别是青年人的自我实现。他们喜欢看到幸福，并促进幸福。

他们由于认识可钦敬的人（勇敢的、诚实的、有效率的、直爽的、宽宏的、有创造力的、圣洁的、等等）而得到很大快乐。“我的工作使我接触了许多杰出的人。”

他们勇于承担责任（他们能克尽自己的责任），当然也不惧怕或回避他们的职责。他们响应职责的呼唤。

他们一致认为他们的工作是有价值的，重要的，甚至是基本的。

他们崇尚较高的效率，使一项作业更麻利，更紧凑，更简单，更迅速，更少花费，能版出更好的产品，用较少的办法去做，程序简单，不那么笨拙，不那么费力，有安全防护，更“文雅”，不那么艰苦。

有可能对这些得到奖赏的时刻进行分类，并

归并为较少的几个范畴。当我试着这样做时，我很快就看清，最好而且最“自然”的分类大都是或完全是属于一种终极而不能再简化的抽象“价值”，如真理、美、新颖、独特、公正、严密、简洁、善、干净、效率、爱、诚实、单纯、改善、秩序、文雅、成长、清洁、真确、宁静、和平，等等。

对于这些人，专业似乎不是功能自主的，而宁可说是终极价值的一种载体，一个工具，或一种化身。对于他们，举例说，法律的职业是达到正义目的的一种手段，而不是目的本身。或许我能以上述方式传递我对这种细微差别的感受：对于某一个人，法律之所以受到喜爱，是因为它是正义，而另一个人，一位纯粹的脱离价值的专家，也可能喜爱法律，但仅仅把它看作一套自身可爱的法则、判例、程序，它们和运用它们的目的或产物无关。可以说他爱的是运载工具本身，并不涉及它的目的，就象一个人爱一种游戏，那是除了作为一种游戏如下棋以外再无其他目的的。

我曾不得不学会区分几种不同的以某一“事业”或某一职业，或某一行当的自居作用。一种职业能成为达到隐蔽的和压抑的目的的一种手段，正象它能成为一种目的自身一样容易。或

者，更恰当地说，它能受缺失需要或甚至神经症需要的激励也象受超越性需要激励一样。它能受一切或任何那些需要以及超越性需要的激励以任何构型做出多重决定或过度决定。“我是一个律师，我爱我的工作”，从这样简单的陈述中不能得出很多的解释。

我的强烈印象是，人更接近自我实现、更接近丰满人性等等时，我也更有可能发现他的“工作”受超越性动机支配而不是受基本需要激励。对发展水平更高的人，“法律”更有可能成为一种寻求正义、真理、善良等等的途径，而不是为了经济保障、赞誉、地位、威望、优越、支配他人，等等。当我提问：你的工作的哪一方面是你最喜欢的？什么能给你最大的愉快？什么时刻你能从你的工作中得到满意的刺激？当我提出这一类问题时，这样的人更容易以内在价值的概念，以超个人的、超越自私的、利他的满足等等概念作为回答，例如说，看到公正的实现，完成了一件好事，真理取得进展，善有善报，恶有恶报，等等。

八

这些内在价值很大部分和存在价值有交迭，或许和存在价值是等同的。

虽然我的“资料”（假如我可以这样说）肯定不够坚实，不容我在此做出任何精确论断，但我一直是从这样的设想出发的，即我已经发表的存在价值分类表（85）和以上开列的已发现的终极价值或内在价值表十分接近，因而在此是有效用的。很清楚，在这两表之间有相当大量的交迭，而且两表还可能接近相等。我觉得利用我对存在价值的说明是合乎需要的，不仅因为我这样做能使它在理论上很贴切，而且因为存在价值在操作上可以用那么多不同的方式做出规定性的说明（85,AppendixG）。那就是说，它们是在许多不同调查路线的终端发现，因而引起一种猜想，认为在这些不同的途径如教育、艺术、宗教、心理治疗、高峰体验、科学、数学等等之间有什么共同的东西存在。假如事情真是如此，我们或许可以添加另一条通向终极价值的道路，即“事业”、使命、天命，也就是追求自我实现的人的“工作”。（在此谈到存在价值理论上也是有利的，因为我的强烈印象是，追求自我实现或人性更丰满的人显示，不论在他们的职业以外或在职业范围内和通过他们的工作，都有一种对存在价值的热爱和由此而得到的满足。）

或者，换一种方式说，一切基本需要都已得到合理满足的人现在开始受到存在价值的“超越性激励”，或至少在或大或小的程度上有终极的

价值在起作用，不论这些终极价值是以怎样一种结合出现。

另一种说法是：追求自我实现的人主要不是受到基本需要激励的；他们主要是受到超越性需要——存在价值的超越性激励。

九

这一内投射表示自我已经扩大到包括世界的各个方面在内，因而自我和非我（外界，其他）之间的区分已被超越。

这些存在价值或超越性动机因而不只是心灵内的或属于机体的了。它们是内部的，同样也是外部的。超越性需要，就它们是内部的来看，和一切外在于个人的所需，两者是互为刺激与反应的。它们的活动变得越来越分不清了，即趋向融合在一起。

这意味着自我和非我之间的不同已经瓦解（或已经被超越）。在世界和个人之间这时较少分化，因为他已把世界的一部分并入自身并以此规定自身。他变成一个扩大的自我，我们可以这样解释。假如正义或真理或合法性现在对他那么重要使他和它们打成一片，那么，它们现在何在

呢？在他的皮囊内还是皮囊外呢？此刻这种区别已接近于毫无意义，因为他的自我不再以他的皮肤作为边界。内部的光现在似乎和外部的光没有区别。

简单的自私在此肯定已被超越并不得不在较高的水平上做出规定性说明。例如，我们知道，一个人有可能把食物让给孩子吃，这能比他自己吃得到更多的快乐（自私？不自私？）。他的自我已大到足以包容他的孩子。伤害他的孩子等于伤害了他。很明显，这个自我不再能等同于那个生物性的实体，那是从他的心脏沿着他的血管供应血液才存在的。心理的自我显然能大过他自己的躯壳。

正如亲爱的人能并入自我，成为自我的规定性特征，热爱的事业和价值同样也能并入一个人的自我。例如，许多人那么热情激昂地投身于防止战争或反对种族歧视或贫民窟或贫困的活动，因而他们完全愿意做出巨大牺牲，甚至达到甘冒一死的程度。而且很清楚，他们并不是单单为了他们自己生物躯体的正当理由才这样做的。某种人的东西现在变得大于他的躯体了。他们是为了捍卫作为一般价值的正义，为了每一个人的正义，作为一种原则的正义。对存在价值的攻击这时也成为对任何一个已把这些价值并入他的自我

的人的一种攻击。这样的一种攻击已变成一种人格的侮辱。使个人最高的自我和外部世界最高的价值融成一片，至少在一定程度上意味着和非我的一种融合。但这不仅适用于自然世界，而且也适用于其他的人。那就是说，这样一个人的自我的最受珍视的部分，这时和其他追求自我实现的人的最受珍视的部分是同样的。这样的自我是相互交迭的。

价值和自我的这种结合还有其他重要的后果。例如，你能爱外部世界中或他人中的正义和真理。你能在你的朋友追求真理和正义时感到更愉快，而在他们离开真理和正义时感到由衷的悲哀。这是容易理解的。但假如你看到你成功地接近真理、正义、美和美德时又如何呢？当然，你也可能会发现，在一种特殊的对一个人自己的超脱和客观态度中（我们的文化对此没有留下位置），你会爱你自己，赞美你自己，象弗洛姆（36）曾描述过的那种健康为自爱那样。你能敬重你自己，赞美你自己，体贴你自己，奖励你自己，自觉有德，值得爱，值得尊重。因此，一个具有杰出才能的人也可能会保护他的才能和他自己，好象他是某种东西的载体，那是他自己同时又不是他自己。他可能会成为他自己的保护人，姑且这样说吧。

发展水平较低的人似乎更经常地是利用他们的工作达到低级需要的满足，神经症需要的满足，出于习惯把工作当作达到某一目的的手段，或作为对教养期待的一种反应，等等。但很可能这只是程度的问题。或许，所有的人在一定程度上都（潜在地）受超越性动机支配。

这些人，虽然实际上是为法律，或为家庭，或为科学，或为精神病学，或为教学，或为艺术在工作着，即为工作的某一惯常类别服务，受它的激励，忠实于它，但似乎也受到内在的或终极的价值或终极的事实，或实在的各个方面）所激励，而职业只是这些价值的载体（85,89）。这是我观察他们并和他们交谈得到的印象，例如，问他们为什么喜欢行医，或在操持家务中，或主持一个委员会，或有了一个孩子，或写作中，究竟有哪些深感得益的时刻？他们有充分的理由可以说他们是为了真、善、美，为了建立秩序、公正、法和完美而工作，假如我把上百的具体报告归结为十来种内在价值（或存在价值）就会得到这样的结果，这些报告说明了他们的渴望是什么，什么使他们感到满足，他们珍视的是什么，他们日复一日地工作是为了什么，以及他们为什么要工作。（自然，这是指低级价值以外的价

值。)

我没有审慎地以一个特定的控制组为研究对象，没有以非自我实现的人为对象。我可以说，人类的大多数是一个控制组，的确如此。关于一般人对待工作的态度，不成熟的人、神经症的和濒临病态的人、心理变态者的态度，我确有相当丰富的体验，毫无疑问，他们的态度是以获取金钱屯得到基本需要的满足（而不是以存在价值）为中心，是纯习惯，受刺激制约，是神经症的需要，是常规和惰性（未经审查的或无疑问的生活），是做他人所期望或要求去做的事情。然而，这一直观的常识或自然主义的结论，对于较细致、较严格控制和有计划、能做出肯定或否定结论的审查，自然也是很容易感受到的。

我的强烈印象是，在我选为自我实现者的被试和其他人之间并不存在一条分明的界线。我相信，我所研究的每一位自我实现的被试多多少少都符合我的上述说法；但同样真确的是，其他不那么健康的人也有一定比例是在某种程度上受存在价值支配，受超越性动机支配的，特别是那些天赋较高的人和处境特别幸运的人是如此。也许，所有的人都在某种程度上受超越性动机支配。①

①对此我有充分的信念，建议成立合作机构进行超越性动机的调查研究。这些研究和那些专门的所谓动机研究应该是同样值得进行的。

事业、职业或工作的传统类别可以作为其他多种动机活动的渠道，且不说纯习惯或常规或功能自主。它们可以满足或徒劳地寻求满足任何一种或所有各种基本需要以及各式各样的神经症需要。它们可以成为一种“演出的”渠道，或成为“防御的”活动，正如成为真实的满足一样。

既有我的“依据经验的”印象的支持，又有一般的心理动力理论的论证，我敢说我们将最终发现，最真确而又最有效的说法是：所有这些各式各样的习惯、决定因素、动机、和超越性动机是同时在一种非常复杂的形式中起作用的，这一形式更倾向于以一种动机或决心而不是以其他多种动机为核心。这就是说，发展水平最高的人我们知道都是在更高程度上受超越性动机支配的，比一般的或较弱的人较少受基本需要的左右。

我的另一推测是，“混淆”的因素在这里也有作用。我曾报告过我的印象（95,chap.12），我的自我实现被试似乎能够很容易并坚决地为他们自己“明辨是非”。这和目前广泛流行的价值混淆形成鲜明的对照。不仅有混淆，而且存在着一种变

黑为白的奇怪逻辑，一种对于善良的（或力求成为善良的）人的自发仇视，或对于优越、杰出、美、才华等等的仇视。

“政治家和知识界的人都使我厌烦。他们似乎是不真实的；近来我看到很多人包括妓女、窃贼、卖破烂的等等却是在我看来似乎相当真实的人。”（和纳尔逊·阿尔格兰交谈的印象。）

这种仇视我曾称之为“对抗评价”。我可以同样便当地称之为尼采式的忌恨。

十一

人或人性的完满定义因而必须包括内在价值，作为人性的一部分。

那么，如果我们要给真实自我、自我同一性、真诚的人的最深层的、最真确的、最基本的体质方面下定义，我们将会发现，要做到概括全面，我们不仅必须容纳人的体质、气质，不仅涉及解剖学、生理学、神经学和内分泌学，不仅考虑他的能力、他的生物学类型、他的基本的类似本能的需要，而且必须包括存在价值，那也是他的存在价值。（这应理解为对萨特型的武断存在

主义的直截了当的否决，萨特认为自我是由命令创造的。）存在价值同样是他的“本性”的一部分，或他的规定性或本质的一部分，和他的“低级”需要并存，至少在我的自我实现被试中是如此。存在价值必须包括在任何关于人或丰满人性或“某人”的任何终极的说明中。的确，存在价值在多数人中并不十分明显或未能实现（未能成为真实的、起作用的存在）。但是，就我现在所看到的说，它们在任何降生到这个世界上的人中都没有被排除于潜能之外。（自然，也可以想象，我们将来可能发现与此矛盾的新论据。最终还将涉及严格语义的和理论建设的考虑，如在一个低能儿中我们将赋予“自我实现”概念哪些意义？）无论如何，我坚持这至少对于某些人是适合的。

关于充分发展的自我或人的概括全面的定义应该包括这一价值系统，他是以这种价值追求作为超越性动机的。

十二

这些内在价值在性质上是类似本能的，它们的作用是（1）避免疾病，（2）达到最充分的人性或成长。由于内在价值（超越性需要）的被剥夺而引起的疾病，我们可以称之为超越性病态。因此，“最高的”价值，精神的生活，人类最高的

抱负，也是科学研究的正当主题。它们也属于自然世界。

我现在要提出另一论题，它也是来自我对我的被试和一般人之间的对照观察（非系统化的和无计划的）。这个论题是：我认为有许多理由称基本需要为类似本能的或生物学上必要的

（95, chap.7），但主要是因为人需要基本的满足以避免疾病，避免人性的萎缩，并且，从积极的方面说，是为了向前和向上运动，以达到自我实现或丰满人性的实现。我的强烈印象是：非常类似的情况对于自我实现追求者的超越性动机也完全适合。在我看，这些超越性动机也是生物学的必需，为了（1）避免“疾病”，（2）实现丰满人性。由于这些超越性动机是生命的内在价值，不论单一的或联合的都是如此，这就等于说存在价值在性质上是类似本能的。

这些“疾病”（来自存在价值或超越性需要或存在事态的剥夺）是新的疾病，以往还没有这样说明过，没有被作为病态看，除非是无意地或暗指的，或者，象弗兰克尔所说的那样（34），仅仅非常一般和泛泛地提到，还没有拆开，化为可以调查研究的形态。一般地说，它们曾受到宗教家、历史学家和哲学家世代代的讨论，受到惯常的心灵学和宗教缺陷的束缚，而不是物理学

家、科学家和心理学家的讨论。作为精神病学的或心理学的或生物学的“疾病”或发育不全或衰弱症，在某种程度上，它们又和社会学的以及政治上的失调、“社会病态”之类的问题有交迭（表2）。

我愿称这些“疾病”（或更恰当地说，人性的萎缩）为“超越性病态”，并说明这些病态是由于存在价值被剥夺而引起的，不论是局部剥夺或总体剥夺（参看表2和表3）。从我以前用各种操作得到的有关各种存在价值的描述和分类推论，便有可能形成一种周期表（表3），迄今尚未发现的疾病可以在表中列出，作为未来预测约参照。它们将在怎样的范围内被发现并得到说明，我的印象和假设也将在怎样的范围内得到印证。（我曾以电视世界，特别是电视广告作为研究各种形式超越性病态的丰富源泉，如内在价值的庸俗化和破坏，当然，也有许多其他资料唾手可得。）

表二

一般超越性病态

异化。

颓废，沉沦，无目的。

无欢乐。

生活热情的丧失。

无意义。

失去享受的能力；无所谓。

厌倦；无聊。

生活本身的无价值，生活不再是自身的确证。

存在的真空。

理智因的神经症。

哲学性危机。

无感情，退隐，命定论。

无价值状态。

生活失去神圣的光彩。

精神上的不适和危机。“干巴”，“枯燥”，呆滞。

价值生活的抑郁症。

想死；生活放任。生死无所谓。

觉得自己无用，不为人所需。无效状态。

无望，麻木，失败，停止竞争，屈服。

完全被动。无助感。丧失自由意志。

极端怀疑。有什么是值得注意的呢？

绝望，极度苦闷。

郁郁不乐。

徒劳。

犬儒主义；对一切高级价值不相信，丧失信念，或以还原论解释一切。

牢骚满腹。

“无目的”的破坏，怨恨，肆意破坏。疏远长者、父母和权威，

脱离任何社会。

表三

存在价值和超越性病态对照

存在价值	能致病的剥夺	对应的超越性病态
1. 真	不诚实	无信念；不信任；犬儒；怀疑主义；猜忌。
2. 善	恶	极端自私。仇恨；排斥，厌恶。只依靠自己，只为己。虚无主义。犬儒主义。
3. 美	丑	俗气。特定的不愉快，丧失情趣，紧张，疲倦。市侩气。苍白。
4. 统一：整体	混乱。原子论。丧失内部的联系状态	解体，世界正在“崩溃”。专断。
4a.	非白即黑。丧失梯度或程度	非此即彼的思维。看什么都是一场决斗或战争

超越分歧	感。张制的极化。强制的抉择。	或冲突。低协作。简单化的生活观。
5. 活跃；发展	死气沉沉。生活机械化。	死气沉沉。机器人化。完全被动感。运动的丧失。厌倦；丧失生矛盾热情。经验空虚。
6. 独特性	千篇一律；可以互换	丧失自我感、个性感。觉得自己可以与他人互换，无个性特征，觉得没有人需要他。
7. 完美	有缺陷；草率，低劣手艺，滥竽充数。	沮丧（？）；失望，无所事事。
7a. 必然	偶因论；不一致。	混乱，不可预测。不安全。警戒。
8. 完成；终局	未完成	永远的未完成感。无指望。力和竞争。试也无用。

9. 正义	不公正	无保障，愤怒，犬儒主义，不信任；无法无天；混乱的世界观：极端自私。
9a. 秩序	无规律。混乱。权威破产。	不牢靠。疲惫。丧失安全感，不可预测。有必要警戒，惊醒，紧张，戒备森严。
10. 单纯	混乱的复杂，不连贯。瓦解。	过于复杂；混淆不清；迷惑，冲突，失去方向。
11. 丰富；完整；全面	贫乏。极端。	沮丧，不自在；对世界不感兴趣。
12. 轻松自如	吃力	疲劳，紧张，笨拙，粗野，僵硬。
13.		冷酷；沮丧；抑郁寡

兴致勃勃	幽默丧失	欢；丧失生活热情。丧失享受能力。
14. 自我满足	机遇；偶然；偶因论。	依赖于观察者（？）。依赖成为责任。
15. 富有意义	无意义。	无意义。失望。生活乏味。

表三中的第三栏是一个很初步的尝试，不应太认真地看待，只能作为对未来研究的一种提示。这些特殊的超越性病态似乎是与一般超越性病态的“基”相对的“形”。*我曾唯一详尽讨论过的特殊超越性病态（89,chap.5）是第一种，或许这一已出版的著述对于说明其他超越性病态的进一步尝试可以作为一个促进因素，我认为那是完全可以做到的。我想，读一读宗教病理学文献，特别是神秘主义传统的文献，会有启发。我推测，在“独具风格”的艺术、社会病理学、同性恋亚文化群等领域中，在爱唱反调的存在主义文献中（159），也能找到一些线索。存在心理治疗的病历，心灵的疾病，存在性的空虚，神秘主义者的“干涸”和“贫瘠”，由于一般语义学者的解剖而弄得二歧化、咬文嚼字和过于抽象，艺术家所极

力反对的庸人习气，社会精神病学家所谈论的机械化、机器人化和丧失个性，异化，自我同一性的丧失，过分的惩罚，牢骚、抱怨和无助感，自杀倾向，荣格所说的宗教病态，弗兰克尔的理智失调，精神分析学家的性格障碍——这些以及其他许多价值紊乱无疑也是有关的资料来源。

*形基概念是格式塔心理学中说明知觉结构的概念之一。“形”是相对于“基”而突出显露的。如大海中的一叶风帆。——译者

概括起来：假如我们同意，这一类紊乱、疾病、病态或萎缩（来自超越性需要满足的被剥夺）确实是丰满人性或人的潜能的一种减损，假如我们同意，存在价值的满足或实现能增强或实现人的潜能，那么很明显，这些内在固有的终极价值可以被看作是类似本能的需要（83,PP.33-47），和基本需要处于同一论题范围和同一层次系统。这些超越性需要，虽然有某些特征使它们和基本需要区分开，但仍然处于和例如维生素C或钙等类需要相同的论题和研究范围。它们也落入广义的科学领域之内，肯定不应作为神学家、哲学家和艺术家的独占财富。心灵的或价值的生活于是也落入自然的王国中，而不是一个不同的和对立的王国。它既是心理学家又是社会科学家敏感的研究对象，而且在理论上也终将成为神经

学、内分泌学、遗传学和生物化学研究的问题，只要这些科学有了可供利用的适当方法。

十三

有钱的和沉迷的年轻人的超越性病态在一定程度上来自内在价值的丧失，来自受挫的“理想”，来自对社会的幻灭感，认为（误解地）社会仅仅被低级的或动物的或物质的需要所支配。

这一超越性病态论提出下述容易验证的命题：有钱人（低级需要已得到满足）的社会病态大都是内在价值饥饿的结果。换一个说法：有钱、有特权、基本需要已得到满足的高中学生和大学生的恶行大都是由于“理想”的受挫，那是在年轻人中常常会有情况。我的假设是，这种行为可以是一种混成品，一方面是继续寻隶某种信念，一方面是由于失望而忿忿不平（我有时能在某一年轻人中看到完全的失望或绝望，甚至怀疑这一类价值的存在）。

自然，这一受挫的理想和有时的绝望也有一部分是由于受到了遍及全球的狭隘到了愚蠢程度的动机理论的影响。撇开行为主义的或实证主义的理论——或称非理论（它们简直无视这一问题，对这一问题采取一种精神分析式的否认态

度),*还有什么理论能为青年男女所得到呢?

不仅全部官方十九世纪科学和正统学院心理学没有向青年提供什么有益的东西,而且大多数人赖以指导生活的主要动机理论也只能引导青年走向沮丧或犬儒主义。弗洛伊德派的学者,至少在他们的正式著述中(虽然在良好的治疗实践中有所不同)对于所有高级的人类价值仍然一直采取还原论的态度。最深层的和最真实的动机被看作是危险的或肮脏的,而最高的人类价值和美德实质上是骗人的,不是它们的原样,而是“深层的、黑暗的、)流脏的”东西伪装后的翻版。我们的社会科学家在这方面大体上也同样是令人失望的。绝对的文化决定论仍然是许多或大多数社会学家和人类学家公认的正统教义。这种说法不仅否认内在的高级动机,而且有时甘冒否认“人性”本身的危险。经济学家,不仅在西方,而且在东方,也基本上是实利主义的。我们不能不对经济学的“科学”说几句冒犯的话,一般地说,它不过是一种全然虚假的人类需要和价值理论的精巧技术应用,这种理论仅仅承认低级需要或物质需要的存在(133,154,163)。

*否认(denial)是精神分析学说中的防御机制之一,指用否认事实的态度避免热虑。——译者

青年人怎么能够不深感失望和幻灭呢？得到一切物质的和动物的满足而又并不快乐，不象他们被告知可以期待的那样（不仅是那些理论家而且父母和教师的习俗智慧以及广告家咄咄逼人的灰色谎言都曾这样说过），他们又能得到什么别的结果呢？

那么，什么是“永恒的真理”？什么是“终极的真理”？社会的绝大部分都同意把这些真理交付给教会，给教条主义的、制度化的、习俗化的宗教机构。但这也是对高级人性的一种否认！它实际是说，寻求着真理的年轻人肯定不会在人性本身中找到它。他必须到一种非人的、非自然的源泉中去寻求终极的东西，这样的源泉今天已经受到许多聪明的青年人的怀疑和明确的拒绝。

这种放纵状况的最终产物是物质价值越来越有力地统治舞台。结果，人对精神价值的渴求一直不能满足。于是，文明已经到达了一个真正濒临灾难的阶段。（**E.F.** 舒马赫）

我所以在这里集中讨论青年人“受挫的理想”，是因为我认为它是今天研究的热门。但是，自然，我认为任何人的超越性病态也都来自“受挫的理想”。

这种价值荒和价值饿既来自外部的剥夺，也来自我们内在的心理矛盾和反向价值。

我们不仅由于环境的价值剥夺而被动地形成超越性病态，而且也畏惧最高价值，包括我们自身内部和外部两种最高价值。我们不仅受到吸引，而且也深感敬畏，震惊，战栗，恐惧。那就是说，我们往往有内心的矛盾和冲突。我们设防抵御存在价值。压抑，否认，反作用造作，*和或许还有其他一切弗洛伊德的防御机制都是可供利用并已被用来防范我们内在的最高价值，正如它们被动员起来防范我们内在的最低价值一样。自卑和不相称感能引导到对最高价值的回避。怕被这些价值的高大所淹没也能导致回避。

*反作用造作（reaction formation）是一种用相反方式替代受压抑愿望的防御机制。如妻子患绝症时，丈夫可能下意识地希望摆脱她，但又觉得这样想太可憎，结果反而故作姿态对她表示过分关怀。——译者

做出以下的基本假设是合理的：超越性病态能由自我剥夺引起，正如能由外部强加的剥夺引起一样。

基本需要的层次比超越性需要占优势。

基本需要和超越性需要处于同一层次整合系列，即在同一连续系统中，同一论题范围内，它们具有同样的被需要（对人是必需的，有益的）的基本特征，它们的被剥夺会引起“疾病”和萎缩，它们的“消化吸收”，巨促进丰满人性的成长，趋向更大的愉快和欢乐，趋向心理上的“成就”，趋向更多的高峰体验，并且，一般地说，趋向更经常地生活在存在水平。即，它们都是生物学上合乎需要的，都能促进生物性的成功。不过，它们的不同也是可以确切说明的。生物性的价值或成功一直是只从消极面看的，如生命的简单耐力，生活能力，疾病的避免，个体及其后裔的生存。但我们在此也指生物进化成功的积极标准，即不仅指生存价值，也指臻于完善的价值。基本需要和超越性需要的满足有助于造成“较好的样品”，生物的优胜者，在优势等级上的较高者。不仅更强壮、更优胜、更成功的动物有更多满足，更好的生活地域，更多的后代，等等一不仅弱小的动物优势等级较低，更可能牺牲，更容易被吃掉和更少可能繁殖后代，更可能挨饿，等等，而且较好的样品还能过一种更多满足、更少挫折、痛苦和恐惧的完善生活。我不想陷入描述

动物快乐的麻烦——但我认为那是可以做到的——却能合理地提问，“一位印第安农民和一位美国农场主在生物生活以及心理生活方面是否毫无区别，尽管他们都繁殖后代？”

首先，很清楚，基本需要的各层次比超越性需要占优势，或换一个说法，超越性需要不象基本需要那么强有力（不那么紧迫或逼人，较微弱）。这样说是作为一种概括的统计陈述，因为我发现也有个别例外，有些人会有一种特殊的才能或一种独特的敏感，使真或美或善的需要比他们的某一基本需要更为重要和更为迫切。

其次，基本需要可以称为缺失性需要，具有各种已说明过的缺失性需要的特征，而超越性需要似乎具有已说明过的“成长需要”的特征（59,chap.3）。

十六

一般地说，超越性需要在它们自身彼此之间是同样有力量的一一我不能查出有一般的优势等级。但在任何给定的个人中，它们可能是并往往是按照特异才能和体质不同而有高低层次的排列。

超越性需要（或存在价值，或存在事实）就我所知不是按照优势层次排列的，它们似乎全都是同样有力的。另一种说法——就其他目的看有意义的说法是，每一个人似乎都有他自己优先考虑的事，或高低层次，或优势等级，那和他自己的才能、气质、技能、能力等等是相应的。“美”对于某人可能比“真”更重要，但对于他的兄弟，另一种情况也许能以同样的统计概算表明。

十七

事情看来似乎是这样的：任一内在价值或存在价值都是由大多数或所有其他存在价值所充分规定的。或许它们形成了某种类型的统一，这时每一特定的存在价值从另一角度看简直就是达样的整体。

我的（非肯定的）印象二缝，任一存在价依都是山全部其他存在价值所充分并恰当规定的。即：真，充分完善地说明，必然是美，善，完满，正当，简单，有秩序，合法则，生动，全面，单一，超越分歧，不费力，和有趣味的。

（“真理，全部真理，别无他物”的公式肯定非常不适当。）美，充分加以说明，必然是真，善，完整，生动，简单，等等。似乎所有的存在价值

都具有某种统一性，每一单个价值似乎是这个统一整体的一个侧面。

十八

价值生活（精神的、宗教的、哲学的、价值论的，等等）是人类生物学的一个方面，是和“低级的”动物生活处在同一的连续系统上（而不是处于分隔的、二歧化的或相互排斥的领域）。它因而很可能是遍及全人类的，超越文化的，尽管它必须由文化促进才能实现，才能存在。

这一切意味着，所谓精神的或价值的生活，或“高级”的生活，也是和肉体的或躯体的生活，亦即动物的生活，物质的生活，“低级”的生活处于同一连续系统中（属于同一种类和性质）。也就是说，精神生活是我们生物生活的一部分。它是生物生活的“最高”部分，但仍属它的一部分。

于是，精神生活也是人的本质的一部分。它是人性的一个规定性特征，没有它，人性便不成其为充分的人性。它是真实的我的一部分，是一个人的自我同一性、内部核心、人的种族性的一部分，是丰满人性的一部分。纯自我表达或纯自发能达到怎样的程度，超越性需要也能表达达到怎

样的程度。“揭示”或道家疗法或存在治疗或言语疗法（34）或“个体发生”技术（20）应该能揭示和增强超越性需要，也如揭示和增强基本需要一样。

深层诊断和治疗的技术应该最终也能揭示这些超越性需要，因为，似乎矛盾而事实确系如此，我们“最高层的本性”也是我们“最深层的本性”。价值生活和动物生活并非处于两个分隔的领域，并不象大多数宗教和哲学所设想的那样，也并不象古典的、非人格的科学曾设想的那样。精神的生活（沉思的、“宗教的”、哲学的或价值的生活）处于人类思想管辖范围之内，在原则上能由人自己的努力得到。尽管它已经被古典的、脱离价值的科学、以物理学为模型的科学抛出实在的领域，它仍然能由人本主义科学重新肯定为研究的对象和技术的对象。这样一种广阔的科学必须研究永恒的真实，终极的真理，最后的价值，等等，认为它们是“真实的”和自然的，以事实为依据而不是以愿望为依据，是人性的而不是超人的，是合法的、科学的课题，呼吁我们进行调查研究。

在实践方面，自然，这样的问题是更难研究的。低级生活比高级生活占优势，这意味着高级生活不过是较少可能发生。由超越性动机支配的

生活有多得多的先决条件，不仅要有一系列基本需要的先期满足，而且要有大量“良好的条件”（85），这才能使高级生活成为可能，即，需要有远为良好的环境，经济的匮乏必须克服，多种选择必须可以自由地利用，同时要有条件使真正的和有效的选择活动成为可能，协同的社会制度几乎是必需的，等等（83）。一句话，我们必须非常审慎地说明，高级生活仅仅在原则上是可能的，一绝不是很有可能，或很容易达到的。

让我也更明确地说，超越性动机是遍及全人类的，因而是超越文化的，是人所共有的，不是由文化任意制造出来的，这一点需要十分清晰的解释。由于这是一个注定要引起误解的论点，请让我做如下说明：超越性需要在我看来似乎是类似本能的，即有一种可以鉴别的继承性，遍及全人类的决定作用。但它们是潜在性，而不是现实性。它们的实现分明而绝对地需要文化的促进。但文化也可能不足以使它们实现，而的确，这恰恰是全部历史中大多数已知文化实际上的所作所为。因此，这意味着有一种超文化的因素，它从某一文化的外部和上方批判那一文化，说明它促进或压制自我实现、丰满人性和超越性动机的程度如何（85）。文化能和人的生物本质协同作用，也能和它敌对，文化和生物学在原则上并不是彼此对立的。

因此，我们能否说每一个人都渴望高级生活，精神价值，存在价值等等呢？在这里，我们一下子跌入了语言的陷阱。我们在原则上当然能说这样一种渴望必须被认为是在每一个新生儿中都有的潜能，直到后来出了别的问题。那就是说，我们最好的想法应该是：这种潜能假如丧失了，也是在出生以后丧失的。就今天社会现实的方面也可以打赌说，大多数新生儿由于贫困、剥削、偏见等等将不能实现这一潜能，将不会上升到最高层次的动机水平。的确，在今天的世界上存在着机会的不平等。我们也应该明智地承认，成年人的情况是各有不同的，这取决于他们的生活状况，在哪里度过一生，他们的社会、经济、政治环境，心理病态的程度和总量，等等。但完全放弃超越性生活的可能性也是不明智的（作为一种社会战略问题看，且不说别的），而这在原则上对于任何活着的人都适用。“不可救药的”终于已经“治愈”了，不论就精神病的意义和自我实现的意义说都是如此，在辛那侬就有这样的例子。特别是对于未来的世世代代，我们更不应放弃这种可能性，如果放弃就是最大的愚蠢。

我们所说的精神生活（或超越性生活，或价值生活）很明显是根源于人的生物学本性。它是一种“高级的”动物性，其先决条件是健康的“低

级”动物性，即两者是在层次系统上整合起来的（而不是相互排斥的）。但是这种高级的、精神的“动物性”非常胆怯和微弱，非常容易丧失，非常容易被更强大的文化势力压碎，因此它只有在一种支持人性并积极促进人性最充分发展的文化中才能广泛实现。

正是这样的考虑使我们有可能解决许多不必要的冲突或分歧。举例说，假如黑格尔的“精神”和马克思的“自然”实际上是处在同一的连续系统中而有层次地整合起来的（通常，这也称为“观念论”和“物质论”），那么，种种解答便都能由这一层次连续系统的性质提供。例如，低级需要（动物的，自然的，物质的）在于分具体的、实证的、操作的、有限度的意义上要比我们所说的高级基本需要占优势，后者又比超越性需要（精神，理想，价值）占优势。这就是说，生活的“物质”条件有充分的理由优先于高级理想（比后者占优势，更有力），甚至也优先于意识形态、哲学、宗教、文化，等等，在明确可以规定和限定的方式上说也是如此。但这些高级的理想和价值绝不仅仅是低级价值的副现象。它们宁可以说具有同样的生物学和心理学实在的性质，尽管在力量、紧迫或先后方面有所不同。在任何优势层次系统中，如在神经系统中，或在强弱次序中，高级和低级都是同等“真实”和同等人性的。

假如你愿意，你肯定能从斗争的观点看历史，为丰满人性而斗争，或为一种内在的、德国教授型的理念而斗争，即，从自上而下的观点看历史。或者你同样能在物质环境中发现最初的或基本的或终极的起因，即，从下而上地看问题。（于是你能承认这样的说法是正确的：“自利是一切人性的基础”，但那是就自利占有优势的意义上说的，如把自利当作一切人类动机的充分说明就不正确了。）对于不同的理解目的，两者都是有价值的理论，都有可派定的心理学意义。我们无须论证“精神比物质优越”，或者反过米论证。假如俄国人今天为观念论和精神哲学的升起而烦恼，那是不必要的。就我们关于个人内部和社会内部的发展所知的事实而论，一定量的精神性是完善物质论非常可能的结果（我深感迷惘的是，为什么富裕能解放某些人使他们追求成长而同时又使另一些人固结在“实利主义”的水平上）。完全同样可能的是，宗教家要培养精神价值，最好从衣、食、住、行等等入手，那要比布道更不可缺少。

把我们的低级动物继承物放在和我们“最高的”、最精神的、最价值论的、最贵重的、最宗教的继承物同一阶梯上（从而说明精神也是动物的，即高等动物的），也帮助我们超越了许多其他分歧。例如，恶魔的呼唤，堕落肉欲、邪恶、

自私、自我中心、自我追求，等等，都已经从神圣的、理想的、善良的、永恒的东西、我们最高的抱负等等分化出来并互相对立了。有时，圣洁的或最好的品质被认为处于人性范围之内。但更经常的情况是，在人类的历史中，善良已被设想为处于人性之外，在人性之上，是超自然的。

我的模糊印象是，大多数宗教、哲学或意识形态一直是有些倾向于承认恶或最坏的东西是人性内在所固有的。但甚至我们“最坏的”冲动有时又被外化为撒旦的呼唤等等一类的东西。

我们“最低级的”动物本性也经常自动化地诬蔑为“坏的”（95），尽管在原则上它也同样可以被认为是“好的”-在某些文化中，过去曾经而现在仍然被认为是好的。或许，这种对我们低级动物本性的诬蔑在某种程度上是由于二歧化的本身（二歧化形成病态，而病态又促进二歧化，那在一个整体的世界中常常是不正确的）。假若如此，那么超越性动机的概念应该能提供一个理论的基础，以便解决所有这些（大都是）虚假的二歧式。

十九

快乐和满足能在层次系统上从低到高进行安

排。欢乐主义理论因而也能被看作是从低到高即到超越性欢乐主义的排列。

存在价值，作为超越性需要的满足来看，因而也是我们所知的最高的快乐或幸福。

我曾在别处提过（81），有必要意识到有一种快乐的层次系统，例如，痛苦的解除，通过热水浴的满足，和好友相处的愉快，听伟大音乐的欢乐，有了孩子的幸福，最高爱情体验的喜悦，直到和存在价值的融合，而且这样的意识是很有意义的。

这样的层次系统对于欢乐主义、自私、责任等等问题提供了一种解决。假如你把最高快乐包括在一般快乐之中，那么在非常真确的意义上也可以说人性丰满的人也仅仅在追求快乐，即追求超越性快乐。或许我们能称这种追求为“超越性欢乐主义”，并指出，在这一水平上不再有快乐和责任之间的矛盾，因为人类最高的责任不外是对真理、正义和美等等的责任，而那也是人类所能体验的最高快乐。而自然，在论述的这一水平，自私和不自私之间的相互排斥也消失了。对我们好的对任何别人也是好的，使人满意的也是值得称赞的，我们的嗜好现在是可以信赖的、合理的和明智的，我们享受的是对我们有益的，追

求我们自己的（最高的）善也是追求一般的善，等等。

假如我们说及低级需要欢乐，高级需要欢乐，超越性需要欢乐，这便是一种从低级到高级的秩序（95），含有各种操作的和可检验的意思。例如，我们上升越高，在人口中发现的人次越少，先决条件越多，社会环境必须越好，教育质量必须越高，等等。

二十

由于精神生活尸类似本能的，一切“主体生物学”的技术都适用于精神生活的教育。

由于精神生活（存在价值，存在事实，超越性需要，等等）是真实自我的一部分，那是类似本能的，因而在原则上精神生活是可以内省的。它有“冲动的呼唤”或“内部的信号”，这虽然比基本需要微弱，但还是能“听到”，因而它能归入“主体生物学”的规程中。

因此，在原则上，一切有助于发展（或教育）我们感性觉知，我们躯体觉知，我们对内部信号的敏感性的原则与训练（这些信号是由我们的需要、能力、体质、气质、躯体等等发出的）

——这一切也适用于我们内在的超越性需要，即，可以用于培育我们对美、对法、对真理、对完善等等的渴望。或许我们还能发明象“体验上的丰富”一类的词汇来描述那些对自我内部呼唤特别敏感的人，在他们那里，甚至超越性需要也能由内省发现并由此得到享受。

正是这种体验上的丰富在原则上应该是“可教导的”或可恢复的，至少在一定程度上是如此，或许要适当利用致幻药剂，利用依萨冷式的非言语方法^①，沉思和冥想技术，对高峰体验或存在认知的进一步研究，等等。

①加利福尼亚大苏尔伊萨冷研究所擅长这一类方法，这种新的教育暗含的假设是：躯体和“精神”都能接受爱，两者有协同作用，并且是在层次上整合着的，而不是相互排斥的，即，你能拥有两者。

我不希望被理解为神化内部信号（内部发出的呼声，“良心的微弱呼声”）。在我看，自身体验的知识肯定是一切知识的开端，但又绝不是一切知识的结尾。它是必要的，但不是充足的。内部发出的呼声偶尔也可能是错误的，甚至在最聪明的人中也难免。无论如何，这样的聪明人只要有可能会以外部现实检验他们的内部命令。对

于自身体验的知识进行实际的检验和印证因而总是有条不紊的，因为有时内部肯定的事情，即使出自一位地道的神秘论者，也会证明是恶魔的呼声（53）。让个人私有的良心胜过一切其恤来源的知识和智慧不能说是聪明的考虑，不论我们多么重视内部体验也不能如此。

二十一

但存在价值似乎和存在事实是一样的。实在最终即事实价值或价值事实。

存在价值能同样地被称为存在事实（或终极实在），在最高水平的明晰性（阐发、觉醒、洞察、存在认知、神秘感知，等等）上应如是说（89,Chap.6）。当最高水平的人格发展、文化发展、明晰性、情绪解放（没有恐惧、抑制、防御）和无干预都彼此和谐时，这时便有理由肯定，不依赖于人的实在能极清晰地以它自身（不依赖于人）的本J比被看到，极少受观察者的干扰（82）。这时，实在被描绘为真的、善的、完全的、整合的、活跃的、合法则的、美丽的，等等。即，那些足以最准确最适当说明所见实在的描述词也就是和传统上被称为“价值词”完全相同的词。是和应该的传统二歧化原来是生活低水平的特征，并已在生活的高水平上被超越，事实和

价值已经融合。很明显，那些同时既是描述的又是规范的词有理由被称为“融合词”。

在这一融合的水平上，“对内在价值的爱”和“对终极实在的爱”是同一的。对事实的忠诚在此也表示对事实的爱。最严格地力图达到客观或感知，尽可能减少观察者以及他的恐惧、希望和自私计算的污染影响，能产生一种情感的、审美的和价值论的结果，一种我们最伟大、最明晰的哲学家、科学家、艺术家、心灵论的创作者和宗教领袖所追求的结果。

对终极价值的思索变成和对世界本质的思索一样了。寻求真理（充分规定的）可以和寻求美、秩序、独特、完善、正确（充分规定的）完全一样，因而真理可以通过任何其他存在价泣被发现。于是，科学不是变得和艺术、爱、宗教、哲学不能分割了吗？关于实在本质的一项基本的科学发现不是也成为一项精神的或价值论的印证了吗？

假若这一切都是这样的，那么我们对于真实事物的态度，或至少当我们处于我们最佳状态时和它也处于最佳状态时我们对于实在所得到的一瞥，便不再仅仅是“冰冷的”，纯认识的，理性的，逻辑的，超脱的，无牵连的同意。这种实在

也唤起一种热烈的感情反应，一种爱、忠诚、献身的反应，甚至唤起高峰体验。在它的最佳状态时，实在不仅是真实的，合法则的，有秩序的，整合的，等等，而且也是善良、美丽、可爱的，等等。

从另一个角度看，我们也可能被说成是在提供对广大的宗教问题和哲学问题的含蓄解答，例如关于哲学和宗教对于生活意义的探究，等等。

这里提出的理论结构是作为一套假设提出的，是可供检验和印证的，或也可能证伪的。它是由具有不同科学可靠水平的事实组成的一种网络，包括临床的和人格学的报告以及纯属直觉和推测的材料。或者换一种方式说，我相信它能得到证实，我敢担保证实即将到来。但你们（读者）不要过于相信。即使它看起来是对的，即使它很合意，你们也应该更审慎些。它终究是一套推测，可能是真实的，但最好经过核实。

假如存在价值和一个人的自我相符合并成为它的规定性特征，这是否表示，实在、世界、宇宙因而也和自我相符合并成为自我的规定性特征呢？这样一种说法意味着什么呢？这肯定听起来象是经典的神秘论者和世界或和他的上帝融为一体。它也使我们想起东方对这一意义的种种解

释，如说自我这时已融化于整个世界并已消失了。

我们能否说这是在提高绝对价值的可能性使之更富有意义呢，至少是表明实在自身可以说是绝对的呢？假如这一类的事情证明是富有意义的，那么它仅仅是人本主义的呢，还是超越人类的呢？

至此，我们已经达到这些词传意能力的极限。我提及这一点这不是一个点仅仅因为我想让大门开着，让问题悬着。很清楚，这不是一个封闭的系统。

二十二

不仅人是自然的一部分，自然是人的一部分，而且人必须至少和自然有最低限度的同型性（和自然相似）才能在自然中生长。自然已使人演化形成。人和超越人的东西的沟通因而无须说成是非自然的或超自然的。这可以看作是一种“生物的”体验。

海舍尔（47,P,87）宣称，“人的真正的完成依赖于人和超越他的东西的沟通。”自然，这在某种意义上显然是正确的。但这种意义需要阐

明。

我们已经看到，在人和超越他的实在之间并没有绝对的裂隙。人能和这种实在融成一片，把它归并在他关于他的自我的规定性中，对它的忠诚就象对他的自我的忠诚一样。他于是变成它的一部分，它也变成他的一部分。他和它相互交迭。

这样的说法架起了一座通向另一论题范围的桥梁，即，通向人的生物进化论。不仅人是自然的一部分，而且他和自然也必须有一定程度的同型性。即，他不能和非人的自然全然矛盾。他和自然不能完全不同，不然，他现在就不会存在。

他的生存这一事实本身证明，他至少和自然是相容的，能为自然所接受。他同意自然的要求，并且，作为一个物种，至少在存活范围内，一直顺从这些要求。自然没有处决他。从生物学的观点说，¹也相当精明，能接受自然法则。如果他敢于抗拒，那将意味着死亡。他和自然和好相处。

这是说，在某种意义上，他必须和自然相似。当我们说到他和自然的融合，或许这就是我们所说的部分含义。或许他面对自然的激动（察

觉它是真、善、美的，等等）有一天被理解为一种自我认识或自我体验，一种自身存在的方式，充分作用的方式，峨象回到家里一样，一种生物的确实性，“生物神秘主义，'，等等。或许我们能把神秘的或高峰的融合不仅看作是和最值得爱的东西的沟通，而且也是和一个家庭成员的真正一部分相融合，因为他也属于这个家庭，并且可以说也就是和这个家庭的成员相融合。

.....我们发现我们越来越信服的一个指导思想是：我们基本上和宇宙一致而并不陌生。
（墨菲）

对于神秘体验或高峰体验的这一生物学的或进化论的解释——在这里和精神的或宗教的体验也许并无不同——使我们再次想到，我们最终必须超越把“最高”和“最低”（或“最深”）对立起来的过时看法。在这里，历来所未有的“最高”体验，人能设想的和终极实在的欢乐融合，也能同时看作是我们最基本的动物性和种族性的“最深”体验，是对我们与大自然同型的深刻生物本性的承认。

这种经验主义的或至少是自然主义的说法，在我看来也使我们觉得不太必要或很少兴趣把“超越人的”视为非人的和非自然的或超自然

的，正象海舍尔所说的那样。人和超越人的东西沟通可以看作是一种生物体验。尽管宇宙不能说是爱人类，它至少能说是以一种非敌意的方式接纳人，容许人生存下去，容许他成长起来，并且有时也容许他有极大的欢乐。

二十三

存在价值和我们个人对待这些价值的态度不是一回事，也和我们对它们的感情反应不同。存在价值在我们内部引起一种“必需感”以及一种自愧感（自觉不相称）。

存在价值最好能和我们人类对待这些价值的态度区分开，至少要在可能的范围内进行区分，虽然这很难做到。这一类对待终极价值（或实在）的态度有：爱，敬畏，崇拜，谦恭，尊崇，惭愧，惊奇，诧异，赞叹，高兴，感激，畏惧，欢乐，等等（85,p.94）。这些很明显是一个人看到某种不同于他自身或至少在文字上可以分开的东西时从内心发出的感情上和认识上的反应。自然，人在强烈的高峰体验和神秘体验的时刻越是和世界融合，这些自我内部的反应也越少，自我作为一种分离的实体也越消退。

我想，保持这一可分性的主要理由——即，

除理论的和研究的明显益处以外——在于强烈的高峰体验，启示，寂静，狂喜，神秘融合并不是非常多的。即使在最敏感的人中，一天也难有多少时刻是在这样非凡的感受中度过的。更多得多的时间是在相对宁静的对终极价值的沉思和欣赏中（而不是在和它们的高度融合中）度过的，那是在深刻的启示中显露出来的。因此，谈到罗伊斯型对终极价值的“忠诚”（131）是很有益处的，讲责任、职责和献身也同样。

此外，这里提出的理论结构使我们不可能认为这些对存在价值的反应是以任何一种形式随便或偶然做出的。从以上所说的来看，更自然的会认为这些反应在某种程度上是被要求、命令、呼吁做出的，是相宜的、合适的、正当的、合乎需要的，即，就某种意义说，我们觉得存在价值是值得甚至有权要求或命令我们的爱、敬畏和献身的。人性丰满的人可能不得不有这样的反应。

我们也不应忘记，看到这些终极事实（或价值）往往使人尖锐地意识到他自己的无价值，不合格和有缺陷，他的根本存在的渺小、有限和无能为力，仅仅能作为一个人和人类的一员。

描述动机的词汇必须是层次系统的，特别是因为超越性动机（成长动机）必须有不同于基本需要（缺失性需要）的特征描绘。

这一在内在价值和我們对待这些价值的态度之间的不同导致我们用一套层次化的词汇代表动机（取方词最一般和最广泛的含义）。我在另一篇文章中曾强调，满足、快乐或幸福的层次是和各种需要上升到超越性需要的层次相应的

（82）。除此以外，我们还应记住，“满足”概念本身在超越性动机或成长动机的水平上已被超越，这时满意能成为无止境的。幸福的概念也是如此，在最高水平上，幸福也能完全被超越。这时它可能很容易变成一种无边的哀愁或清醒或非感情的沉思。在最低的基本需要水平，我们当然可以谈论被驱动，极度渴求、力争或急需如何，例如，当断绝氧气或感受巨痛时就是如此。当我们沿着基本需要的阶梯上升时，欲求、希望或宁愿、选择、想要等一类的词汇会变得更贴切。但在最高水平，在超越性动机水平，所有这些词汇都变得不适合主体的心境了，而热望、献身、企求、爱、崇拜、景仰、敬重、被吸引或入迷等一类词汇才更适于描绘被超越性动机所激起的情感。

除这些情感外，我们当然还不能不正视一项

困难的任务，要找出一些适当的词汇以传达感到的适当、责任、合宜、纯正、爱本质上值得爱的、需要甚至命令爱、要求爱、应该爱的对象等等的含义。

但所有这些词仍然设定在需要者和他的所需之间有一种分离。我们怎么描述当这一分离已被超越而在需要者和他的所需之间有某种程度的同一或融合时所发生的情境呢？或者，在需要者和就某种意义说需要他的东西之间的融合？

这也可以说是一种斯宾诺莎式的对自由意志与决定论二歧式的超越。在超越性动机的水平上，人自由地、愉快地、全身心地拥抱自己的决定因子。人选择并向往自己的命运，不是勉强的，不是“自我削弱的”，而是亲爱的，热情的。而看得越深，这一自由意志与决定论的融合也越“自我和谐”。

二十五

存在价值需要行为的表现或“庆贺”以及诱导的主观状态。

我们必须同意海舍尔（47,p.117）对“庆贺”的强调，他说明那是“一个人对他所需要或尊崇的

事物表示敬意的行为.....它的实质是要人注意生活的崇高或庄严的方面?一庆贺是分享较大的欢乐，参与永恒的演出。”

应该注意到，最高的价值不仅是承受式地为人欣赏和冥想的，而且往往也引导到表现的和行为的反应，那自然要比主观的状态更容易研究。

在这里我们又发现“应该”的另一种现象学意义。我们觉得庆贺存在价值是合适的，正当的，是令人愉快的责任，似乎这些价值应该得到我们的保护，似乎这是我们起码应该做的，似乎仅仅出于公正、恰当和自然我们也应该保护、促进、增强、享有并庆贺这些价值。

二十六

区别存在领域（或水平）和缺失领域（或水平），并承认在两种水平上的语言差别，是有一定的教育上和治疗上的好处的。

我曾发现对我自己极有效用的是在存在领域和缺失领域之间、即在永恒领域和“实用”领域之间进行区分。仅仅作为一个战略和策略的问题，为了生活得好些和丰满些，为了自己选择生活道路而不是承受被动的生活，这也是一种帮助。在

匆匆忙忙的日常生活中极容易忘记终极价值，青年人特别是如此。极常见的是，我们仅仅是反应者，可以说仅仅是对刺激进行反应，对奖赏和惩罚、对紧急情况、对痛苦和畏惧、对他人的要求、对肤浅的东西进行反应。要拿出一种特殊的、自觉的、很大的努力，至少起初必须如此，才能使我们的注意转向内在的事物和价值，例如，也许是寻求实际的独处生活，或受伟大音乐的陶冶，和善良的人相处，领受自然美的影响，等等。只有经过实践，这些战略才变得容易而能自动进行，使人甚至无须想望或尝试就能生活在存在领域中，生活在“统一的生活”、“超越的生活”、“存在的生活”中。

我已发现，这种词汇在教导人更清晰地意识到存在价值、存在语言、存在的终极事实、存在的生活、统一的意识等方面也是有效用的。这种词汇当然有些笨拙，有时难以理解，但确实有一定的作用（85，附录一：存在分析的一例）。无论如何，它已证明在设计调查研究方面具有操作上的效用。

据我偶尔的观察，在这方面还可以得出一项亚假设：高度发展或成熟的人（“超越者”？），甚至彼此第一次相遇，就能用我所谓的存在语言在生活的最高水平上相互极迅速地结交。关于这一

点我要说的仅仅是：它表明，似乎存在价值只对某些人而不是另一些人才确实和真正存在并容易被察觉，而和另一些人的交往也可以是真确的，但这种交往只能发生在较低和较不成熟的旨趣或意义水平上。

现时我还不知道应该如何使这一假设经受检验，因为我发现，有些人能运用这一词汇而并不真正理解它，就象有些人能流利地谈论音乐和爱而并不真正体验什么是音乐和爱一样。

还有一些印象，甚至更模糊：和这种用存在语言自如交往并行的可能是一种很深的亲密关系，一种共同的情感交流，分享共同的忠诚，进行同样的工作，意气相投，休戚相关，或许是在侍奉同一个主人。

二十七

“内在的良心”和“内在的有罪感”有终极的生物根源。

受到弗洛姆关于“人本主义良心”的讨论（37）和霍尼对弗洛伊德“超我”的再探（50）两部著作的启发，其他人本主义作家已同意在超我以外还有一个“内在的良心”，以及“内在的有罪

感”或“内疚”作为一种由于出卖了内在的自我（Self）而应得的自我惩罚。

我相信，超越性动机论的生物根源能进一步阐明并充实这些概念。

霍尼和弗洛姆，由于反对弗洛伊德本能论的特定说法，或许又因为太匆忙接受了社会决定论，拒绝了生物论和“本能论”的任何解释。这是一个严重的错误，从本章的背景材料出发能较容易看出这一点。

人的个人生物学毫无疑问是“真实自我”（"RealSelf,"）的一个必要成分。成为你自己，成为自然的或自发的，成为真确的，表现你的同一性，所有这些也都是生物学的说法，因为它们表示接受一个人的体质的、气质的、解剖结构上的、神经的、内分泌的和类似本能的动机的本性。这样的说法既符合弗洛伊德的思路又符合新弗洛伊德派思路（且不说罗杰斯的、谢尔登的、荣格的、哥尔德斯坦的，等等）。它是对弗洛伊德探寻道路的一种澄清和矫正，弗洛伊德那时对此只能有模糊的一瞥。我因此认为它是符合“后弗洛伊德”传统的。我想弗洛伊德曾试图以他的种种本能论来表示一些类似的意思。我也相信这个说法是对霍尼以“真实自我”概念试图说明

的原理的一种承认和修正。

假如我对内在自我的更生物学的解释得到证实，那么，它一定也支持对神经症犯罪和内在有罪的区分，内在有罪来自反抗人自身的本性和力图成为非人本身。

但从以上说过的观点看，我们应该把内在价值或存在价值包括在这一内在自我之内。在理论上，可以预期，对于真理或正义或美或任何其他存在价值的一种出卖必然会引起内在的有罪感（超越性犯罪？），一种应得的和生物学上合理的有罪感。这大致符合这样的意思：痛苦最终是一种祝福，因为它告诉我们，我们正在做对我们有害的事情。当我们出卖存在价值时，我们受伤了，在某种意义上说，我们应该受伤。而且，这也表示对“需要惩罚”的一种重新解释，它也可以从积极方面说成是希望，通过赎罪能再一次感到“清白”。

二十八

许多最终的宗教职能可以由这一理论结构出发而臻于完善。

从人类一直在寻求的永恒和绝对的观点看，

或许存在价值也可能在一定范围内服务于这一目的。它们是凭自身的权力存在的，不依赖于人类变幻莫测的妄想。它们是被觉察到的，而不是发明出来的。它们是超越人类的，超越个人的。它们存在于个人生活之外。它们能被设想为一种完美。可以想见，它们能满足人类对确定性的渴望。

不过，在一种可以列举的意义上说，它们也是属于人的。它们不只是他的，而且是他本身。它们要求受到崇拜，尊敬，祝贺，要求人为它们做出牺牲。我们值得为它们而生，为它们而死。思考它们或和它们融合能给予我们作为人所能企望的最大欢欣。

不朽在这里也得到一个十分确定的和经验的意义，因为这些价值作为一个人的自我的规定性特征体现在他身上，在他死后仍继续存在，即，在某种真正的意义上，他的自我超越了死亡。

对于有组织的宗教所力求完成的其他职能来说也是如此。显然地，所有或几乎所有的宗教经验都能吸收到这一理论结构中并能用一种富有意义的方式或以一种可以经受检验的说法表现出来，这些经验是任何传统的宗教都曾描述过的，不论是神学的或非神学的，东方的或西方的。

对《宗教、价值和高峰体验》一书的评论

自《宗教、价值和高峰体验》第一次出版以后，社会上一直意见纷纭，使我深受教益。有些意见和我这里要谈的问题有关。这些意见是对那本书的有益补充。或者，也可以说，它们是对极端看法的警告，防止对我的论点进行歪曲利用和片面利用。自然，这对力求成为整体论的、综合的、兼收并蓄的思想家来说是一种典型的冒险。他们必然会知道，大多数人是以原子论的方式进行思考的，非此即彼，或白或黑，全有或全无，互相排斥和分隔。一个能够表达我的意思的恰当例子是：一位母亲送给她的儿子两条领带作为他的生日礼物。当他系上一条领带好让她高兴时，她却悲哀地问道：“为什么你讨厌另一条？”

我想我能用一项历史的研究有力地说明我对极化和二歧化的警惕。我在许多有组织的宗教的历史中看到有一种两翼发展的倾向：一翼是“神秘的”和个体的，另一翼是律法主义的和组织化的。虔诚而深刻的宗教人士能很容易而又自动地把这些倾向整合起来。他在其中受到教养的各种

礼仪和信仰自白对于他仍然有深厚的体验根基，富有象征的意义，成为原始意象，是统一的。这样的人可以象他的众多的同教派人一样，完成同样的活动和行为，但他绝不会象他们大多数人那样降低到行为水平。大多数人已丧失或忘记主体方面的宗教经验，并重新定义宗教为一套习惯、行为、教条、仪式，这些东西的极端发展完全变成律法主义的和官僚主义的、惯例化的、空虚的，并且是地地道道反宗教的。神秘体验、启示、深刻的醒悟，连同创始这一切的神授先知，都被忘得一干二净，或转化为它们的反面。有组织的宗教——教会，最终可能变成宗教经验和富有宗教体验者的主要敌人。

但在另一翼，神秘主义者（或体验论者）也有自己的陷阱，对于这一点我强调得很不够。正如更阿波罗型的一翼能使风向转到一个极端，使宗教化为仅仅行为的一样，神秘型的一翼也有一种危险，使宗教化为仅仅体验的。对他的入迷和高峰体验感到无限的欢乐和惊奇，他可能被引诱特地去寻求这样的体验，并把这些体验作为生活中唯一的或至少是最高的善而给予绝对的珍视，放弃了其他的是非标准。集中注意于这些神奇的主观体验，他可能甘冒脱离世界和脱离他人的危险，而一意寻求高峰体验的触发，不论任何触发。总之，他已不是暂时的自我沉迷和内向寻

求，而可能简直变成一个完全自私的人，追逐他自己个人的得救；力求自己升入“天堂”，不考虑他人能否同往，最后甚至利用他人作为触发物，作为达到他更高意识状态的唯一目的的手段。总之，他可能变得不只是自私而且也邪恶了。从神秘主义的历史中，我得到的印象是：这一倾向能扭曲地发展到卑鄙、醒嫂、丧失同情、或甚至极端施虐狂的地步。

通观历史可以看到的对于（极端化的）神秘论者的另一可能的“门顶陷阱”*是使触发物逐步升级的需要。即，需要有越来越强烈的刺激才能引起同样的反应。假如生活中唯一的善成为高峰体验，又假如达到这一目的的一切手段都成为善，又假如多些高峰体验比少些好，那么，人就能用强制手段解决问题，主动地推动事态发展，努力争取、追逐这些体验，并为达到目的而战。因此，他们往往过渡到魔术，过渡到秘诀和秘传，过渡到奇异情调、秘学、戏剧化和努力尝试、冒险、巫术。对神秘事物的健康开放态度，现实地谦虚承认我们所知的有限，对天恩和普通好运的谦恭承受——这一切都能埋在反理性、反经验、反科学、反言传、反概念之中。高峰体验于是可能奉为达到知识的最佳甚至唯一途径，从而一切对于启示的效度的检验和印证都可以摔在一边。

*指设置在门楣上的机关以惊打入门者的恶作剧。——译者339

内在呼声，“启示录”有可能是错误的，这是从历史得到的教训，本应该广为宣示使一切人明了并记取，这一教训现在已被否认，因而已经没有办法发现内在的呼声是善是恶。（萧伯纳的圣乔安曾面临这样的问题。）自发性（来自我们最佳自我的冲动）弄得和冲动性以及冲动行为（出自我们病态自我的冲动）混淆不清，于是已经没有办法区分两者。

急躁（特别是青年人固有的急躁）驱使人追求各式各样的捷径。药物用得适当能有帮助，滥用会变成危险。顿悟变成“一切”，耐心而训练有素的“坚持到底”被延搁起来或不受重视。不是意外的欢乐，而是不断的突击列入日程，使人想望，做广告，推销，挤入生活，并能被看作是一种商品。性爱，本来是通向神圣体验的一条可能的途径，却也能变成仅仅是发生性关系，即，失去了神圣的光辉。越来越多奇异的、矫揉造作的、吊胃口的“技术”可能步步升级，直到它们变成必需的，直到精疲力竭和引起阳萎。

有些人对外来、奇异、不寻常、珍奇的追求

往往采取游历的形式，离开这个世界，“到东方去旅行”，到另一个国家或一个不同的宗教世界去。不过来自真正神秘论者的、禅宗僧侣的、现在也来自人本主义的和超个人的心理学家的深刻教训是：神圣出于平凡，它可以在一个人的日常生活中，在他的邻居、朋友和家庭中，在他的后院中被发现，而旅行可能成为对神圣的一种逃避——但这个教训很容易忘掉。到别的地方去寻找奇迹在我看只能是无知的一种表现，不懂得每一件事都是一个奇迹。

教士的等级曾被认为是唯一看管通向神国的秘密热线的责任者，拒绝这一看法我认为是向人类解放迈出了一大步，对于这一成就我们应该感谢的人中也有神秘论者的一份。但这一卓见也有可能被滥用，被愚蠢的人加以夸张并弄成二歧化。他们能把它歪曲成拒绝向导，拒绝导师、贤哲、医师、咨询家、长者、辅助者，结果是不能沿着通向自我实现和存在王国的道路前进。这往往是一大危险，也是一种不必要的障碍。

总之，健康的阿波罗式的态度（那意味着和健康的狄俄尼索斯式的态度相结合）也能变成一种极端的、夸张的和二歧化的、强迫症的病态，。但健康的狄俄尼索斯式的态度（那意味着和健康的阿波罗式的态度相结合）也能在发展的

极端变成歇斯底里，带有它的一切症状。①

*阿波罗是希腊神话中的太阳神；狄俄尼索斯是酒神。

①减尔逊的《局外人》丛书提供了一切必要的例子。——译者

很明显，我在此提出的是一种遍及一切方面的整体论态度和思想方法。经验的东西不仅必须受到重视并回到心理学和哲学中来，作为对仅仅抽象和深奥、先验和我曾称之为“充满氦气的词汇”的对立面，它也必须和抽象的和文词的东西相结合，即，我们必须留一个位子给“以经验为根据的概念”和“富有经验意义的词汇”，那就是说，留一个位子给以经验为依据的理性而不是先验的理性，后者我们几乎已经认为就是理性自身了。

经验主义和社会改革的关系也是如此。眼光短浅的人把它们视为对立的，互相排斥的。自然，在历史上这种情况是常见的，今天在许多地方仍很常见。但这是不必要的。这是一种错误，一种原子论的错误，是和不成熟联系在一起的二歧化与病态化的一例。经验印证的事实是，自我实现者，最有经验的人，也是最富同情感的人，

最伟大的社会改良家和改革者，最有力的反对不公正、不平等、奴役、残暴、剥削和掠夺的战士（也是最佳的，为卓越、效率、胜任而奋斗的战士）。事情已经愈益明显，最优秀的“助人者头”也是人性最丰满的人。我可以称之为菩萨的道路的东西是自我改善和社会热情的结合，即，成为更好的——“助人者”的最佳途径是成为一个更好的人。但成为更好的人的一个必需的方面是帮助他人。因此，一个人必须而且能够同时做这两件事。（“孰先孰后”的问题是一个原子论的问题。）

说到这里我想提一提我在我的《动机和人格》修订版（95）的前言中的论证，说明规范的热情和科学的客观并不是不相容的，而是可以相互给合的，最终的结果是一种更高的客观形态，即道家的客观。

这一切等于说：小写“r”的宗教*，在个人发展的高水平上，和理性、科学、社会热情是完全相容的。不仅如此，而且它在原则上能很容易地把健康的动物性、实利与自私同自然主义的超越、精神和价值结合起来。

*指英文religion一词第一个字母的小写，即代表一般人的宗教，以和各种宗教组织机构区

分。——译者

也由于另一些理由，我现在认为我的《宗教、价值和高峰体验》一书（85）太倾向个人主义的宗教，而对集体、组织机构和社会又太苛刻。甚至在近六七年，我们已经懂得，不必把组织机构设想为必然是官僚主义的，因为我们已经从组织发展和Y理论管理、训练组迅速积累的经验、交友小组和个人成长小组的经验、辛那依社会的成功、以色列集居区居民生活等等方面的调查研究中，对人道主义的、关心人的需要的集体有了更多的了解。

实际上，我可以比以往任何时候都更坚定地说，许多以经验为根据的理由表明，人的基本需要只能由他人和通过他人即社会得到满足。对社会的需要（归属，接触，集团性）本身就是一种基本需要。孤独、离群、被集体驱逐、拒绝——这些不仅是痛苦的，而且是病态的起因。自然，近几十年来也已经得知，婴儿中的人性和人类特性只是一种潜能，必须由社会使之实现。

我对大多数乌托邦尝试失败的研究告诉我要以更实际可行的和可以调查研究的方式提出一些最基本的问题。“人性能容许社会进步到怎样的程度？”“社会能容许人性成长到怎样的程度？”

最后，我还要给高峰体验添加更高的品质考虑，不仅有最低点的体验，有葛罗夫的心理松弛疗法（40），使人能正视死亡和手术后的幻觉并得到痛苦的缓解，等等，而且有高原体验①。高旅体验是对奇迹般的、使人敬畏的、神圣的、大一统的情境和存在价值的宁静而平和的反应，而不是带有强烈情绪的、顶点的、自动的反应。就我现在所能说明的，高原体验总是带有理性的和认识的因素，高峰体验则并不总是如此，后者能成为纯情绪的和绝对情绪的。高原体验比高峰体验远更依赖意志的作用。人几乎能随意地学会用这种大一统的方式进行观察。于是这对我们也许可以称之为一种宁静的、认识上的幸福的观察和欣赏，但它能具有一种随便的和漫不经心的性质。

①以后将有对《高原体验》（R.Johnson, Asrani）更详尽的研究，这里只是非常简略的预先说明，还有对《自如状态》（Asrani）的研究，我希望很快能够把我对这两本书的研究写出来。

但在高峰体验中更有一种惊异、不相信和美感的震动，有一种初次经历这种体验的感受。我曾在别的文章中指出，老化的躯体和神经系统忍受高峰体验震撼的能力已有削弱。在此我要附加

说，成熟和年老也意味着初次感、新奇、纯粹无准备和惊异感的某些丧失。

高峰体验和高原体验两者和死亡的关系也有不同。高峰体验往往也含有一种“小死”的意味，一种多含义的再生。不如高峰体验强烈的高原体验较经常的感受是纯粹的享受和幸福，可以说就象一位母亲安静地坐着，长时间地看着她的孩子玩耍并欣赏着、赞美着、思索着，不十分相信这是真实的。她能体验到这是一种非常愉快的、连续的、默默的感受，而不是某种立即终止的高峰爆炸。

老年人，和死亡达成某种妥协，很容易被深深触动，带着（温情的）哀伤和泪水看出他们自己必死命运和大自然永恒性质的鲜明对照。这一对照能使所看到的一切显得更深刻和珍贵，例如，“海潮将永久存在而你将很快逝去。依恋它吧；欣赏它吧；充分地意识到它。要感激啊。你是幸运的。”

作为今天的话题，非常重要的是要认识到，高原体验能通过长期艰巨工作达到，学得，和赢得。我们能有意地期望它。但我不知道有什么办法能避免必要的成熟，体验，经历，学习。所有这些都需要时间。在高峰体验中暂时的一瞥肯定

是可能的，无论如何任何人总有机会得到高峰体验的。但是，要在统一意识的高原上找到栖居之地（姑且如是说），那就完全是另一回事了。它往往需要一生的努力。这不应和许多青年人所想象的某日晚上能忽然发现通向超越的道路相混淆。因此，它不应和任何单一的体验相混淆。“精神的训练”，不论传统的和新的（近来不断有新发现），都需要时间，工作，锻炼，研究，约束。

关于这些显然和超越生活、超个人生活以及和体验存在水平生活有关的状态，还有很多问题要说。我在此简短提及只是希望能扭转一种倾向，不要再把超越体验和突然的、高潮的、短暂的、象登上埃佛勒斯峰那样的高峰体验视为等同。还有高原，在那里人能停留“接通”。

用几句话概括起来，我要这样说：人有一种高级的和超越的本性，这是他的本质的一部分，即，作为一个进化的物种的一员的生物本性的一部分。这对我意味着一种品质，关于它，我最好说得更清楚些，即，这是对萨特的存在主义的直截了当的拒绝，拒绝它对人类特性的否认，对生物学的人性的否认，拒绝它不能正视生物科学的存在。确实，“存在主义”一词现在被许多不同的人赋予不同的用法，它们甚至是彼此矛盾的，因

此，我这里的指控不能适用于所有使用过这一称呼的人。但正因为有这么多种多样的用法，这个词现在几乎已经没有用处了，我的意见是最好废弃不用。麻烦的是我没有更好的词作为替代。但愿有什么方法能同时这样说：“是的，人在某种意义上是他自己的计划，也确实在造成他自己。但他能把自己造成什么样子也是有限度的。‘计划’在生物学上对所有的人都是先定的；人只能变成一个人。他不能为自己采取一种计划变成一只黑猩猩。甚至也不能变成一个女人。也不能再变成一个婴儿。”正确的称呼必须把人本主义、超个人和超人类三者结合起来。此外，它还必须是依据经验的（现象学的），至少在基础部分应该如此。它必须是整体论的，而不是分解的。它必须是经验论的，而不是先验的，等等。

对于沿着本书的路线继续前进的有兴趣的读者请参阅近期创立的（1969）《超个人心理学杂志》（P.O.Box4437,Stanford,California 94305）和玛那周刊（Manas Weekly）。

附录二

似人灵长目动物的性行为 and 统治行为①

同心理治疗中患者幻想的某些类似

哲学博士马斯洛；医学博士兰德；文学硕士红曼

本文目的是描述人类和似人灵长目动物在统治与服从、男性与女性的性欲与性格方面的某些类似，我们曾在自己的工作中发现这些类似。

①我们没有对有关这一题目的全部文献进行全面的审查；本文几乎完全是以本文首要作者的调查研究为依据，这些研究已列入附录的参考文献（94,95,97-109）。

这些动物行为中公开表露的迹象往往显示出和人类的隐秘希望与幻想、梦、神话、性格适应、神经症与精神病的动作与症状，以及特别是亲子之间、男女之间、医师与患者之间并一般地说强者与弱者、统治者与被统治者之间公开的和

隐蔽的社会交往与心理交流有可惊的相似。这一相似提供了关于人类心理学问题的一种透视，那是用行为观察法不容易得到的。

我们要强调声明，这里讨论的是有趣的和有启发性的类似，而不是对任何事的证明。猴子和人猿不能证明任何关于人的事情，但它们能给予我们许多提示，正如我们能够表明的那样。这些类似之处肯定已经充实了我们的认识，对许多人类心理学问题提供了另一种观察维度，使我们能看到许多过去看不到的事实。它们也提出了许多问题、思辩和假设，那在我们看是很新颖的，自然，也是有待于其他技术印证的。

很明确地说，我们正在进行的是一项智力竞赛，而且，在科学研究的思想酝酿水平上、在科学研究的水平上、在“初级过程创造性”水平上

(95)，它是十分适当的，甚至也许是必需的。当然，在科学中是需要审慎的，我们也希望能做到这一点（我们着重声明只谈类似也是为此）。但只有审慎是不够的。在推进科学中，在思考和理论中，一定的大胆也是需要的。

似人灵长目动物中的统治-服从特征群

这一特征群可能广泛适合所有似人灵长目动

物，而且就其基本图式说甚至也适合大多数其他动物。对于所有的脊椎动物纲从新鳍类或真骨类鱼到人类（两栖类除外）都有过这样的描述。但就我们的目的看，最有效用的是从旧大陆的猴子和拂娜开始，它们中的特征群表现为最赤裸裸的施虐—受虐，形态。类人猿和新大陆的猴子在某些方面有变异，这在以前的通讯报导（101）中已有说明，进一步的讨论可以推延到下文。

总之，据观察，当两只猴子初次彼此见面时，它们会无一例外的立即形成一种统治—服从等级系统，即其一将居于首领或领主的地位，而另一将成为从属的一员。在实验条件下，这种状况和性别是无关的。当个头大小有明显差距时，通常较大的是统治者。因此，两性现象在野外几乎总是确保雄性统治。在实验室，当然，你可以做出种种选择。假如选出的雌性比雄性壮大，她将成为统治者，而他，则为从属者。两雄性或两雌性结成对子时，个子较大的通常成为统治者。由于在这些实验以前只有在野外或在兽群中的观察结果可供利用，我们可以理解为什么人们会相信统治是一种雄性的绝对特权。把同等大小的猴子结成对子使大小的因素排除在外时，更细微的决定因素便浮现出来。肯定，不犹豫，自信的姿态，趾高气扬——总之，给旁观者不可抗拒的印象——自信的品质，将决定结局。好象动物初次

相识一见之下就能知道谁是统治者谁是从属者。由于这涉及两个动物，这种情况的发生有时似乎表现为一个动物承认对方的统治，有时又表现为一个动物采取统治的姿态，但更经常的是这两种态度同时呈现。典型的表现是持续平视，一个目光下垂或向一隅旁视。姿态也不同，从属的一方取畏缩和让步的态度，尾巴低垂，腹部接近地板。它显得犹豫不定。它可能怕得打颤，或躲在一角或避开对方。

然而，地位的不同往往迅速表现为一种虚假的性动作。下属的动物，不论雄雌，作承受状（取雌性的性姿态），统治的一方，不论雌雄，骑上去。这必须称为虚假的性动作，因为它极经常是一种表示动作。性兴奋可能看不到。生殖器竖起在爬骑一方的雄性动物中可能不出现。可能没有骨盆部位的冲刺，或者只有轻微的有名无实的动作。也可能骑上头部而不是后部，等等。没有插入动作。唯一的急需有时似乎仅仅是取得高于从属者的位置，和它的姿势或态度无关。有时下属的动物急切地或情愿地进入这一情境；有时很勉强。在少数几例中，勉强的服从表现为一种面对面的性姿势而不是承受腹背的骑爬。这种统治骑爬和服从承受大都更经常地发生在关系建立之初，而不是在地位已经确立以后。

此外，统治的动物先占有食物供给而对方并不反对。它可以并确实以种种方式欺负从属一方。但这在一种已经稳定的关系中也很少发生。统治的动物先占取任何合乎需要的东西——最好的休憩处，笼中的新颖物品，笼子的前部，等等。

在动物园或实验室中可观察的限度内，这种相对的地位通常是恒久不变的。母兽进入发情期和发生再调整的情况时，事态会有改变（105），或者，当几个下属动物联合起来推翻一个首领时也会出现变化（106）。在某些实验条件下也曾报告有改变，例如，注射激素，使动物受伤，用药物刺激等。

人类中的统治与服从

在低于灵长目的物种中，统治可能涉及体力的利用，例如，这就象前青年期或少年男孩结伙或集群中的情况。斗殴或正式的拳击可以确立一个男孩的统治等级：战斗往往采取摔交的形式，当胜利者压在失败者身上有一定时间时才算得胜，这常常以数数表明或要败者承认失败（“叫叔叔”）。

但运用武力的威胁本身，或一个明显的外部

迹象——个子较大，明显的自信，强壮的肌肉，大摇大摆，趾高气扬——可能就足够了，如在猴子中的表现。这一点我们在男孩中可以又一次看到；在前少年期的男孩女孩中有时都能看到，有些女孩可能要试试她们的力气但最终会承认男孩较强。大多数孩子对于他们的父母和其他成人也有这样的默认。

在长大后的生活中，对统治权的争夺也表现在人际关系的各个领域：既在外现的行为中，又在梦、幻想、神经症的和精神病症的症候群中。但特别是在性的领域中我们能在我们从灵长目动物得到的资料 and 人类行为模式与幻想之间看到相似之处。

假如成熟不能导致（弗洛伊德式的）生殖霸权下的健康结合，我们可以把阳性的性活动和统治、控制、操纵、侵犯和甚至施虐行为看成是一回事。这可能适合广泛的现象。在极端的情况下，共事者可能受到束缚和实际伤害。或者他可能弄得不能活动，受到惊吓，成为被动的，被操纵、统治、利用。在此，如同灵长目动物的优势竞争一样，权力、统治和侵犯的方面盖过了生殖驱力并利用这些驱力开辟通道。竞争的形式基本上是非性欲的，和参与者的性别无关。于是，在优势竞争中有几种可能的组合：

1. 男性与男性的关系。
2. 女性与女性的关系。
3. 男性与女性的关系，男子统治。
4. 男性与女性的关系，女子统治。

后两例往往是欺骗性的，并经常假托为“正常的”生殖性调整。

但甚至在这里，在行为方面“正常的”性动作中，统治和服从的幻想往往也会被发现。

在行为上“正常”（对于摄影机镜头的正常）的性交中，幻想可能表现一种统治一服从冲动，而不是一种爱，一种性，或繁殖后代的冲动。这一点通常反映在一种方式中：用screwing和fucking等词*表现压服的侵犯，轻视，征服，占居统治地位，或甚至表现残酷。这些词被用于许多非性欲的情境。“Did I get screwed!”这样叫喊可能是说他被人利用了。“I got raped”**，一位男子或女子这样说可能是他或她受人利用，被愚弄、’诬骗或剥削，或者对于一个傲气凌人或轻浮的女子，男子很容易会说as he ought to be raped”，***似乎这样就能制服她。

*这两个词在美国俚语中都有性交的意思，但也用来表示利用、欺骗、压榨等意思。

**raPe. 动词，原意强奸。这句话的意思是“我被强奸了”。

***这句话的意思是“她应让人强奸”。——译者

成年人——有意识地，前意识地，无意识地——经常会用幼稚的语言把性行为理解为或描述为男子做某种（压服的、残酷的、不好的）有害于女子的事情，女子被认为是无助的，不愿意的，软弱的。孩子可能认为他的父亲在性行为中是在杀死或伤害他的母亲。当他看到动物交尾时也会这样想。

对性行为的理解可能实质上是施虐与受虐的和操纵的，因而也相应地在语言中这样表达。

下属者的顺应方式

在动物中。对统治的动物的“奉献表示”是多种多样的，从一种象征的姿势表示承认另一方的优势，到在严重情境中真的“放弃”雄性角色，试图以此逃避另一动物的伤害和惩罚。

完全屈服的动物当食物投入时会逃避到笼子的最远一角躲起来，并以此表明它不会为食物而争夺。为了得到食物，它会常常从事坎普夫

（59）称之为“卖淫行为”的活动，即它会向统治的一方做出性奉献的表示。它也会以此避免被攻击或求得保护。这些奉献表示往往只是表面的，很轻微的，人们可能很想说是“符号式的”。这些表现和发情期的真正性行为不同。屈服动物遇到统治型爬骑时，曾被观察到有以下反应：害怕，恐惧，不感兴趣，仅仅限于讨好，为难，不耐烦，被动，战战兢兢，韧性的灵活，或试图逃跑。在许多例子中（但非完全如此），反应的形式表明，承受统治型爬骑是不愉快的。

性奉献和顺从可能作为达到几种目的的手段，这些目的可以归并在自我保存和在有威胁的情境中对付畏惧的题目下。包括抵御攻击，回避惩罚，得到食物，和其他利益与权利。

在人类中。人从早期童年开始便学会顺从的行为形式。当他实际上是软弱无力的时候，他学会顺从他的父母和其他成年人。他不得不这样做，因为他的（或她的）生存本身依赖于父母的照顾。还有，有威胁的情境和畏惧的事物也只能仰赖父母（或他们的代理人）的帮助才能对付。只有得到父母的许可，儿童才能坚持自己的意

愿，而且他的坚持不致构成对父母的威胁才行。一般地说，当他年轻时，只有成为父母恩爱的对零才能求得安全保障。他不能作为真正的主体以阳性自持的行为对待他的父母，除非他们容许他这样；或者他们并不知道他是在利用种种隐蔽的妥协形式坚持他的所做所为，例如，显然没有能力得到他父母所要求的学业好成绩。

这种孤弱的情况，只要孩子还小，就会既给个人又给人类的文化、艺术和社会的方面留下深刻的印象。达·芬奇在他的笔记中谈到有关海狸的（未经证实的）传说^①。当被敌人追击时，海狸会自行阉割去雄性以求生存：不是雄性能使它幸免一死。男孩或成年人有时也会以否认或放弃他的男性角色以求逃避竞争或攻击的危险，或解除受惩罚的威胁。^②

①参看美国精神分析学会1955年冬季会议关于受虐狂问题的讨论，讨论情况在美国心理分析学会期刊1956年7月号上曾由马丁·斯坦予以报道，特别是替道夫·列文斯坦的陈述曾对各种形式的受虐狂进行区分。他坚持认为，受虐狂在求得生存中确实有一定的作用，它是“弱者的武器……每个孩子……面对他人攻击处境危险时都会利用的武器”（见该刊第537页）。放弃优势或男性可以看作是比较放弃生命本身更可取。

②这或许仅仅是一种人类投射之见，因为我们不知道有动物对动物的阉割：动物或厮杀，争斗，或逃跑，或奉献。只有人才有名副其实的阉割。

同样地，成年人也可能运用顺从形式作为对付威胁，逃避惩罚，和取得恩宠和赞成的一种手段。换句话说，这样的成年人会不坚持他的意愿，将不去战斗、竞争或挑战，而是试图以“贬抑”自己、以让步或逢迎、以自愿的顺从和绥靖来逃避危险。这不是一种全或无的情况——有许多中间的等级。一只非自愿而不得不顺从的猴子可能保持某种程度的优势——面对他的性对手而不是奉献它的尾部。这种妥协的造型在人类中也是常见的。完全彻底的顺从是罕见的。在某种情况下总要做出一定的努力，尽可能保持自尊，意志，自由。

迎合，不断的微笑，友好的表示，由于不能取胜而做出的种种姿态——所有这些都可以看作是试图避免危险，甘愿接受统治并表明自己对于统治的一方不构成威胁。其他的方法是绥靖，顺从，奉承，谦恭，邀宠，卑躬屈膝，没有要求或责难，哀诉，畏缩，表示畏惧，尊崇，请媚，自贬，由于无能、孤弱或畏惧或疾病而请求帮助，依附，乞怜，不断赞美，做出“善良”的样子，仰

慕，称颂，崇拜，被动，不抵抗，“你总是对的”，等等。所有这些都是顺从的孩子、弱者一方采取的调和手段，这样做能使自己适应施虐受虐狂的父母、强者一方并共同生活。这些也是弱小群体适应较强大群体通常惯用的手段。

显然，这些顺从手段（“奉献”手段）都可以看作是性化的，因为这些手段大都可以称之为“女性的”，甚至在我们的文化中也是如此，而在更传统的施虐受虐狂的文化中则确实是女性的，在后一种文化中女人不象男人那样受尊重。弱者能使强者得到安慰，并以女性化和用一种象征的方式对强者提供性服务来回避危险。强大和自命的强大也可以通过性渠道肯定自己，并证实自己的力量。

为什么奉献及其变式在平息和遏止强者的忿怒中如此有效？我们并不确知。我们只知道它确实能起作用，而似人动物的类比又使我们不能不设想，这里至少有类似本能的起源。例如，生态学家曾为我们描述过狼和狗中的“骑士反应”。两只动物可以打得很厉害，甚至达到拼一死活的程度，但假如一方承认失败，在地上打滚，露出它的咽喉和腹部，不再战斗，胜利者便不再攻击而是转身走开。在某种同型的形态中，这一类的现象也能在许多其他物种中看到。在似人灵长目动

物中，性奉献显然具有同样的含义，或至少有同样息事和救生的效应。

在某些较低的物种中，这是能使雄性进攻者把雌雄对象区分开的机制。假如它应战，那就是雄性对手，而战斗将继续下去；假如它不还手而是采取另一种姿势（随物种而有变异），那就是雌的，而性活动就会接着开场。在某些鸟类中，雌鸟不仅以性引诱姿态表示顺从，而且会向雄鸟求食就象一只羽毛未丰的幼鸟所表现的一样。尚未发现有任何一例表明雄鸟在野外也会这样做。在此也可以举出人类中显著的类似。对于许多男子，女性或儿童中承认畏惧、孤弱、不抵抗、请求容纳等等诉说能引起类似的“骑士反射”。在我们的文化中，大多数男子，特别是不成熟的男子，对于强悍、自持、自信、自足的女性不感兴趣，而假如他感兴趣，我们可以推测那一定是他的女性成分受到了她的男性成分的吸引；即，在无意识和幻想的水平上，这可能仅仅是一种角色的颠倒，因为强悍的妇女也能被侍从的男性所吸引，正如一个男人被女人所吸引一样，或者象一位母亲被她的儿子所吸引。甚至这也使我们想到“骑士反射”。（自然，我们不要忘记，至少在我们自己的文化中，我们发现心理上成熟和坚强的男子也能被心理上成熟的女性所吸引，这样的女性对于一般较脆弱的男子可能会显得太“强

悍”。)

统治，服从，男性，女性

许多文化中的年轻人和神经过敏者都有一种倾向——把从属地位和女性地位以及统治地位和男性地位等同看待或混淆起来。处于从属地位的男人，不论他情愿还是不情愿，在和一位老板、上级官员或任何发号施令者的关系中，他都可能象是被弄成一个女性那样做出反应，甚至接受正当的命令也象是被人骑上或强奸了一样。他对一种现实情境所做出的反应就好象他被命令变成女性一样多即，要他做出性奉献的动作。这，就象在猴子中的情况，和性别是无关的，即，它可以发生在对男老板的反应中，也可以是对女老板的反应。有些人以甘愿的或甚至急切的屈服对这种从属关系做出反应，但他们往往受到轻视。

军队隐语例证：这样的人和行为被称为“brownnose”，“beingcornholed”，“asskisser”，“asslick”有时也用这样的说法：“他在卖身投靠”。其他人可能向这种行为开火，似乎那是有损他们男子气概的事情，即使当统治一方的要求和命令很自然或完全正当也不能那样逢迎。那就是说，这种统治关系已被性化，正如性关系被看作是统治一服从的隐喻。

*这些隐语相当中文“拍马屁”，“下流坯”，“舔屁股”等。——译者

而且，在那些对男性比对女性更重视的文化中，被推入从属地位意味着被贬抑或被降格。在这样的文化中，这种态度是男人和女人共同的。感到她们的女性和低下地位或从属地位是同义的妇女可能以种种无意识的方式否认她们的女性或无意识地仿效男子，或者她们在争取尊重或地位或自尊时幻想自己是男子。这表明她们似乎在想，要成为坚强的，胜任的，聪明的，或取得成功，唯一的办法就是变成男的。于是，依据同样的设想，要成为好的女性的妇女可能觉得必须放弃她的力量、智慧或才华，怕这些品质在一定程度上是男子气而非女性化。

这在女孩子中已经明显观察到了。女孩子会公开要求与阴茎对等的活动方式，如站着小便。在成年人中，这一点不能经常明显看到（在精神病患者中或在某些女同性恋者中有例外），而是在幻想中才能看到，或在男子的去势或阉割中，或在种种形式的、对被推入（不论真地或象征性地）女子地位的抗拒中看到。

同性恋

我们已经从胡克那里学会谈论多种多样的同性恋，并放弃单一的解释和理论。然而，能那么容易而又简括说明的猴子中的同性恋行为，即，作为统治与服从地位的一个函数看的行为，也能被类比为人类同性恋的某些形态，不论是外显的还是掩盖着的。有统治作用的女性同性恋肯定是存在的，她极强烈地把女子性角色和男子的全面统治等同起来，抹煞了她的性格、她的个性，因此她似乎没有可能接受“软弱”的角色。她觉得自己非常强有力，几乎和有征服力的男性一样。对于女性化的同性恋男子也一样，他觉得自己非常软弱，因此他似乎没有可能和他所歪曲的统治型男子的形象相符合，不可能成为强奸者，掠夺者，自私的和傲慢的搜取一切他所需物品的人。而且他的性奉献还能成为一种保护自己或赢得同情的方法，如在男人的监狱中。同样的机制在“正常”人中也能看到。

一个无意识被动而心存畏惧的人，奉迎和讨好给他治病的医师，做了这样一个梦：“我正沿着一条积雪的小路在阿拉斯加的野外走向某地。忽然有一只大熊用它的后肢站立在我的面前挡住了去路。在恐怖中我掉转身把我的后部对着它，急切而迅速地让它的生殖器插入我的肛门，希望它不要袭击我。这起了作用，我能继续前进了。”他因这个梦而十分不安，认

为这是同性恋。

让我们说，在人类同性恋的复杂网络中至少有一个因素是以施虐受虐含义解释的统治与服从的因素，这种解释的依据是有那么多的孩子报告和那么多的成年人幻想，“爸爸在杀害妈妈”，或者，在看到动物交尾时，认为“它在伤害她（指母兽）”。有些男子不能忍受和伤害者共处而（或）宁愿和受害者在一起。有些女子不能或不愿和受害者共处而（或）宁愿和伤害者在一起。大概在这样的病历中，把性和统治区分开而不是混同应该能治愈同性恋的这一方面的病态。

移情的性化

在治疗中，患者的实际从属地位，他事实上的软弱，他的必要的谦恭，在求人帮助和在暴露自巴各种害羞、难为情的事情中自尊的降格，这些不仅引导到惯常的敌意幻想和言词表现，成且也助长一种性化的关系。患者赖以生活的性格类型或防御手段在这里会以某种性转换样态泄露出来，它最经常表现为一种统治化的形式。那就是说，这或者是强奸，或者是阉割，不然就是企图统治医师，或者，更经常的是把自己作为一个性对象献给医师以赢得他的爱（尽管自然也会有许多其他威得爱的幻想方式）。所有这一切都可以

既和医师又和患者的性别无关，正如猴子的情况一样。这可以称为“向医师的奉献”，并必然极经常地表现出和童年期有同型的情况，那时，患者作为一个孩子曾向他的父或母“奉献”，特别是向更强有力的一方奉献（与性别无关）。我们可以提出这样的假设：任何缩小事实上的从属地位的治疗气氛和技术一定也会减轻这种关系的性化。

有一位二十三岁的独身患者，生活中总是怕见长者，特别是怕见有权成的长者。对于这些人，他从未意识到有任何敌对的情感、愿望或幻想；对于他的父亲，他也持同样的态度。的确，如果有谁批评他的父亲，他甚至会满怀激情地为父亲辩护。在分析治疗中，这位患者对分析家也逐渐形成这样的态度。有一天他来诊所说了这样一个梦：

他处于某种监禁的气氛中，有一个高大男人强迫他顺从鸡奸。这时，他醒过来了。

和这个梦有关，这位患者突然忆起前一天发生的一件事，能代表他第一次对一位长者的有意识的敌意幻想。当他离开分析家的诊所并进入他的汽车时，他看到分析家的车就在近旁。他的幻想是他想让自己的车冲击分析家的车尾。这一幻想当然只是转瞬而逝并受到了抑制。那梦显然是一

种投射的报复姿势。

宗教的奉献

我们不仅可以就尼采的意义谈到“基督教的女性一面”（其他宗教也一样），而且能得到关于所有宗教经验祭献面的较深理解，特别是关于信仰转变的经验、把性和统治与服从的混淆区分开的经验是如此。转变经验，如詹姆斯、贝格比等许多人所描绘的，往往是以明显的性方式说明的，也作为对傲慢和自立的放弃，以利子顺从和奉献，带来心境的安宁，如在“成功的”例子中就是如此。个人意愿和自足的必要放弃，如在这些说明中所呈现的，能够得到较好的理解，只要我们明确意识到我们同时既有统治又有被统治、既想支配又想服从的自相矛盾的心理，只要我们能意识到顺从的乐趣。在西方的男子中，这被认为对于男性概念（未演化的）是特别危险的，甚至被认为是一种阉割，变成女性，是一种同性恋反应，即，已经性化的反应。

一位患者在同性恋恐慌中跑开并躲藏在另一城市的旅馆房间里。他不能入睡并经常惊吓不安。突然有一夜，当他仰卧在床上时，他觉得有一个重量压在他身上。他温柔地顺从它并觉得，它是上帝。他觉得很安宁并深深入睡，

几个月来第一次睡得这么好。第二天早晨，他精神抖擞地醒来，放松了，并决定好好工作侍奉上帝，现在他就是这样做的。他回到妻子那里并恢复了和她的异性关系。

我们可以假设，人的两性或自相矛盾的冲动（既是男性的又是女性的，或者，也等于说，既要统治又要服从），对于他总是有危险的，因为他认为女性即顺从，而顺从即女性，因而觉得自己被阉割了，降低了自尊心，削弱了男子气。对于他的女性顺从或奉献冲动，他很少给予发泄的机会或很少任其合法表现出来。但是，他似乎更有可能满足这种倾向而不致危及他作为男性的形象，只要他顺从的是上帝，是某一全能全知的人物，这时不存在竞争的问题。跪在上帝面前不能算是一种无男子气的行为，和跪在一个对手或竞争者或同辈面前不同。就格式塔心理学的意义说，这是“合适的”，适宜的、“符合而恰当”，正好是所需要的；那不是一种失败。

而且这种令人满意的奉献自然也可能是给予一个人的，只要那人被视为足够神圣的、足够“伟大的”，例如，拿破仑，希特勒；又如，林肯，施魏策尔。

就我们所知，在大多数文化中，妇女大都比

男子更倾向于宗教（就上述意义说），注意到这一点也是很有意思的。她们似乎不那么感到奉献是一种威胁，也较有能力以一种比较简单的方式欣赏奉献。因而妇女往往也较少受到伤害，不那么叛逆，不太“神经质”，容易承受社会从外部施加的征服。崇拜征服者不致损害她们的人格完整，不象在男子中那样，男子必须向自己的遵奉倾向作斗争，不然就会丧失自尊。换句话说，不论就何种意义而论的强奸对于男子都比对于妇女造成的心理上的创伤更严重。

统治与性的健康分化：去性化

深层疗法希望达到的效果之一是把生活的这两个领域区分开而不再相混。保持两者的分化状态，懂得阴茎实际上并非棍棒、刀剑或掠夺工具，子宫也不是垃圾桶或咬人的嘴或吞食的井口，性交中上下的位置仅仅对于性交的方便和快感才是有意义故，从上级接受命令不等于被强奸；不需要对强者做出性奉献以平息他们的恼怒。我们希望于妇女的是不要让她们的性屈服变成她的自我或自尊的放弃，那不是一种征服，不能承认性的顺从决定她此后的奴隶地位。男子必须懂得，与妻子性交时，他既没有征服对方，也没有建立支配权，也不是完成一个施虐的动作。她也没有因此承认在其他生活领域中的从属地位。

如果他觉得他受到欢迎而不是憎恶，他在性交行为后也无需感到内疚或害怕，如果他不是在征服而是在合作。等等。

这一切等于是把性从统治与服从中分化出来。似乎这一点仅仅对于人类才是真正、充分可能的，虽然也有对黑猩猩中的这一分化的某些研究。

有一篇论文（101）其理论涵义迄今仍未受到注意，曾强调三大类似人灵长目动物中被称为“统治质”的质区分。简单地说，全部新大陆的猴子表现有一种统治的放任质。全部旧大陆的猴子和拂拂表现有那种我们在本文中曾多次讨论的施虐受虐或支配暴虐型的统治质。类人猿（其中我们仅知的是黑猩猩）表现有一种更友善、更利他、更合作的统治质。我们没有足够的论据，甚至在黑猩猩方面也没有，因而还不能非常确信这一点。但我们所做的已经表明，虚假的性行为、统治与性的混同、统治的骑爬行为等等确已绝对减少。当然，暴行、畏缩、怯懦也少见。

这说明（自然，不能说明更多的问题），统治与性的混淆是一种比性与统治的分化较低的演化发展阶段，并类似我们的猜测：人类中的这种分化可能是更高心理成熟和发展的相关现象或副

现象。考虑到这样设想的重要意义，它肯定需要比以往更多的调查研究资料。

评论性的涵义是：人类中性与统治的混同可能是不成熟或神经症或人类独特能力丧失、轻度心理病态、人性萎缩等等的一种迹象。

健康的女性和男性

自然，这里有许多理论的可能性，它们全都使人极感兴味。我们只提一点，因为我们有论证这一难解之谜的资料。有可能证实人的健康成长或心理治疗并不希望达到废除统治一服从关系的结果，不论是男女之间最深层次的这种关系，或父母子女之间的这种关系都无须废除。很可能情况是所说的“统治质”中的改变，即从拂拂质到黑猩猩质的改变。在黑猩猩中，统治一服从综合症还能看得到，但已呈现出一种完全不同的风格，成为一种慈爱的、养育的和承担责任的力量，为弱者服务的力量，它被称为兄长式的统治。这时，再说“统治”和“服从”就变成了用词不当，可能会引起很大误解。作为替代，或许也可以用“仁爱的力量”和“信任的依赖”一类的说法。

无论如何，在人类中健康方向的转移是从贬低从属地位（带有相互敌意）趋向接受和亲爱态度

的转移。与此同时出现的是强弱地位的去性化，是领导地位的去性化，因此，不论男人和女子都能无焦虑和无屈辱地成为弱者或强者，这完全视情况的需要而定。不论男女都必须能够既领导又顺从，例如，一位医师必须能成为慈母般的，不幸的寡妇必须也能随时象孩子的“父亲”那样行事。

我们在实质上是在讨论雌雄同体的老问题，讨论男子或女子中的“男性”和“女性”之间的冲突，讨论女性妒忌、阉割焦虑、阳性抗议和男子气概。

我们在此不试图详尽阐明研究的结果，但可以指出以下有意义的事实。有证据表明，性激素不仅引起改欲而且也促发统治欲。那就是说，同样的激素能同时产生性综合症和统治一服从综合症。无怪它们那么密切地相互联结着。的确，问题现在已转变为探讨它们是如何变成相互分离的，独立的。例如，性交行为的位置如何变得脱离了统治一服从的含义，阴茎如何成为单一的性工具而不是一种权力武器，肛门如何成为单一的排粪器官而不再是一种性受纳器，雇员如何能接受必要的命令而不觉得是女性化的服从命令。

结束语

总之，对于欣赏理论思辨和操作游戏的你们，这里有很多乐趣。例如，涉及弗洛伊德理论时，我们打开了一条通道，有可能把奥狄浦斯论和阉割论结合在一个单一的和统一的系统中。两者都能置于更一般的说法中：“强者与弱者能彼此相互适应并能使这些相互适应表现为病态的性欲化。”对于弗洛伊德和阿德勒这两种理论，我们还展示出另一种前景，即，在我们所讨论的方面，两种理论可能是同型的平行的说法，是在古代的水平上说同一件事情，一个是从熔合物的性欲方面，另一个是从同一熔合物的统治欲方面进行探讨。我们已经触及迄今仍很神秘的健康男性和女性的定义问题，而我们的讨论显然是处理这一神秘之谜的一种方式。我们不过是刚刚提到强烈的性欲线索，把它从阶级和等级的关系网络中抽离出来。我们曾完全回避了文化和我们灵长目继承性相互关系的错综复杂问题，尽管我们确信对于似人灵长目动物的研究很值得社会学家的注意。我们暗示有另一条途径研究精神分析的本能论，还有一条途径能达到对施虐—受虐、对专制主义、对催眠、对成就需要、对各种类型的爱的定义、对宗教奉献、甚至对仆役问题的理解。等等，等等。

两种不同文化中的青少年犯罪

A·H·马斯洛和R·狄亚兹·葛瑞罗

访问墨西哥的人很快就会注意到，墨西哥孩子和美国孩子的行为举止不同。一般的印象是：墨西哥的孩子“行为较好”，举止较文雅，较愿助人。他们似乎能和成年人很好地相处，高兴和成年人在一起，信赖、服从、尊重成年人，没有任何公然敌对的迹象。同时，他们又很能和其他孩子在一起玩耍（不是离不开成年人），给人的印象是他们要比美国孩子更能既和成年人又和孩子们愉快相处。另一项共同的观察，也来自意大利的报告，说明在兄弟姐妹之间似乎看不出有什么敌对的现象。在墨西哥，生活是这样安排的：孩子们只能成为兄弟姐妹的游玩伙伴，不象美国孩子们那样可以到处游荡。较大的墨西哥孩子，不论男孩女孩，都不得不照顾他们的弟弟和妹妹，而且似乎他们也愿意这样做。无论如何，对于美国抚养孩子的父母，差别是惊人的，不会看错的，或者换句话说，墨西哥的父母要比美国的父母和他们的孩子关系好些。他们的孩子似乎不那么憎恶权威，要求较低，较少抱怨，不那么惹人

嫌，不那么经常哭喊。他们也更爱笑，似乎过得更愉快。他们很少有不敬父母的时候，或很少有公开的冒犯或悖逆。对成年人更经常有感情的表达，例如，亲吻父亲，拥抱母亲和祖母，等等。顺着这样的印象，你会发现，虽然没有充分的统计数字，所有了解这两种文化的人都同意，①在墨西哥，青少年犯罪、耍流氓和破坏要少得多，几乎从未发生过青少年团伙袭击成年人的事。②传统上，青年团伙和团伙打，而不是和成年人打，或许也和警察打，不论青年人和成年人都不尊重警察。

假如这些印象可以肯定是有根据的，那么，这些差异是怎么形成的呢？美国社会学家和犯罪学家的某些通常解释似乎是说不通的。墨西哥的孩子更贫困，甚至贫困到饥饿的程度（但他们似乎觉得自己比美国的孩子更有保障）。墨西哥的家庭，特别是下层阶级的家庭，要比美国相应的家庭更经常破裂（估算父方遗弃者高达32%）。

⑧

在任何墨西哥家庭中，父亲一天工作后经常不回家（他往往更愿意和男朋友相聚，也许只有星期天是例外），这种可能性要比在美国家庭中大得多（24,12）。墨西哥的父亲更常见的是有几个情妇，这在一定程度上是公开的，④⑤而把自

己的妻子作为亲密伴侣的则少得多，也很少有可能参与日复一日的抚养孩子的事务。墨西哥的父亲虽然身不在但心却常在（77,158,28,12）——美国的父亲更为常见的则是身在而心不在。甚至在美国的父亲要施加纪律的场合，他也往往会被他的孩子们视为施虐者，因为邻里大多数其他父辈会设立较宽容的标准。在墨西哥；父母一辈的人 would 认为容许孩子发脾气是软弱。孩子没有教养是父母之过。

①得克萨斯大学社会学家罗森葵斯特博士和昌西哥国立大学社会学家索里斯·基洛加在他们关于墨西哥和美国青少年犯罪的比较研究中就是从这一共同的想法开始的。

②里西哥报纸上近来有几篇编者的评论抱怨大城市中“青少年犯罪”的近期出现。1959年5月14日的《埃克索西尔报》，说：“青年已变得深深相信，他们必须敢作敢为，放荡不羁，不负责任，象吉卜赛人那样。”有一种成见认为青年会结伙闯进电影院并捣毁家具，有些青年会调戏妇女。特别是家境富裕的青年会组织窃贼并粗基袭击其他青年人。迄今还很少有袭击成年人的。以前曾引自《埃克索西尔报》的一个事件是闯入一家正在上演爱尔维斯·普莱斯利主演故事片的影院。在里西哥的历史上，这种事不过只发生过三

四次。

③拉米莱兹（127）曾提及此。他的家庭选样取自一家公立医院的总数。1950年墨西哥人口普查表明，一家之主是妇女的在墨西哥城当时是17%。在西部哈利斯科当时是15%，在北部新莱昂是10%，其余的是男性当家。

④“你是否认为大多数已婚的男子还有爱人？”在墨西哥城的一次选样调查中，男性人口有51%，女性人口有63%，答曰：是（29）。

⑥波多黎各大学生的一次选样调查中男生的36%和女生的42%同意这样的说法：“大多数已婚的男子还有爱人”（作为一个陈述句看待）（33）。

我们希望说明的是，答案的一部分可能存在于另一方面，那是很容易观察到，也很容易核实的。

1. 首先，墨西哥虽然在迅速工业化，但仍然保留着比美国多得多的传统文化。我们这里所说的远不限于天主教会的影响，因为在墨西哥也有非常强大的反教会势力在起作用，并存在极强烈的传统社会文化信仰。我们的意思是说，关于

教养孩子有一种共同的大家都赞成的价值系统，它仍然是十分单纯的、统一的和普及的。所有的父亲（和母亲和孩子）都知道，父亲“应该”如何对待他的孩子，实际上，在父亲对待孩子的态度方面，相似的程度远比美国更高，尽管有阶级和派系的差异以及城市和乡村的差异

（24,12,28,158,77）。或者换一个说法，墨西哥的父亲（或母亲）更“懂得”什么是教养孩子的“正确”途径（无意识地和前意识地，而不是充分理智地）。作为对比，美国的父母思想是混乱的，不确定的，内疚的，和内心冲突的。他的传统已经丧失，又没有新的价值系统可供利用（没有习惯的、无疑问的、自动反射般的确定系统）。他必须试着用理智弄清事物的轮廓，研究有关的问题，读“权威”著作（他不是权威，但每一位墨西哥的父母都在某种意义上是“权威”）。每一位美国的父母都必须靠自己重新解决问题，好象那对他来说是一个崭新的问题。今天几乎任何一位美国的父亲都不能以确信的态度，都不能以坚决、肯定的态度，带有德性感而无冲突或内疚地行事，例如，象阿兰·惠勒的《探寻同一性》

（Quest for identity）中那位父亲那样行事。

墨西哥的孩子因而能更确信父亲会做些什么。尽管事实上惩罚的有无和程度如何常常取决于父亲的心境。墨西哥的父母，特别是父亲所设

置的限度要比美国的父母所设置的更明确，无改变，前后一贯，后者有时甚至从不设置任何限制（在这些明确的限度内，墨西哥的孩子当然是受到抚爱、宠爱和容许自由的，特别是母亲往往如此）。父母，特别是父亲，会坚决而迅速地惩罚对这些限度的任何严重侵越，不带有美国的父母所特有的那种迟疑不决、顾虑和内疚。不论父亲和母亲可能分开多远，在墨西哥他们都会绝对同意必须尊重这些限制中的任何一项（a su madre se la respeta）。

这些方面的差异在两种文化的父亲之间要比在母亲之间有更多的体现。我们的假设是，母亲的主要任务——母亲的身分要求，是无条件地爱，使孩子得到满足，健康、舒适和平安；父亲的主要任务——父亲的身分要求，是支持和保护，在家庭和现实（世界）之间进行调节，并使他的孩子得到训练，变得坚强起来，通过教育、奖励和惩罚，学习判断是非，对不同的事物进行有差别的评价，运用理智和逻辑（而不是通过无条件的爱），通过能在必要时说“不”而有准备地生活在家庭以外的世界中。墨西哥的父亲似乎能比美国的父亲更容易地完成这一任务。例如，依据我们的观察，在美国远比在墨西哥更常见的是：父亲不仅怕老婆，而且也怕他的葺子（因此往往也怕惩罚孩子，怕拒绝孩子的要求，使孩子

的希望落空)。①

①弗南德·马里那等(33)说,波多黎各63%的男生和67%的女生选择了这样的说法:“许多男孩怕他们的父亲。”69%的男生和76%的女生选择:“许多女孩怕她们的父亲。”选择有关母亲的同样陈述的百分比要小得多。

父权制,在美国早已不存在,在墨西哥家庭中依然非常活跃。它不仅受到男人支持,而且妇女也支持。甚至被丈夫亏待的妻子,由于他围着其他女人转而受到伤害,在他确实已经暴露时也不会公开抱怨,而是默默地忍受,同时侍候他,悉心照顾他,象对待来访皇族一样对待他,特别注意帮助他维护在孩子们面前的权威。①

我们在此不准备谈论较深的家庭动力问题,它曾被前述画面所遮掩,无论如何 in 涉及孩子的范围内都是如此,例如,墨西哥妇女有更强的“体力”,责任感,可靠,墨西哥男子有更深的被动性,不负责任,自卑,等等。表面“行为上的”父权制无论如何总会延迟孩子终不免会对父亲产生幻灭感,延迟对父亲的神圣、全知和全能感的丧失,这种感受在美国孩子的生活中肯定要比墨西哥孩子来得早些。我们下文将说明男性和女性的明确二歧化的种种影响,这在墨西哥比

在美国也更分明，在美国，性别角色对于孩子往往弄得很模糊。此外，我们还想强调说明，我们关心的不是这些政体对成年人的影响，而只关心它们对孩子和青少年的影响。②

①康弗斯一弗加拉（24）认为，她在关于二十五个低收入工人家庭的研究中最突出的发现是，母亲承认父亲在他的家庭角色方面有极大的重要作用和她的几乎无限的自找牺牲的顺从。这和美国一般妻道形成鲜明对照，在美国，妻子不尊宠丈夫，或是向他发怒，或在公众面前和他厮打，或在孩子面前戏弄他。

②狄亚兹·葛瑞罗曾讨论过艾些对成年人的这一类影响（28）。

我们要强调，和我们眼下讨论问题有关的是，墨西哥孩子遇到的是一套更稳定、更广泛一致的、关于儿童教养的成人价值观念。孩子的生活是由成人价值观念支配的，这些价值观念是明确的，肯定无误的，对于他怎样做才算“正确”以及什么是“错误”等等是不容怀疑的。

2. 但在墨西哥和美国的青少年之间还有另一方面突出而又有趣的不同，在墨西哥，传统上男性和女性角色一直是分开的。最强烈的文化势

力维护着这种分化。一项自明之理强有力地表明，使两者保持着区分是有一定目的的。墨西哥公共教育部部长（1943）在为公共教育法的一项改变而辩护时说过下面一段话：

教育的理想是使妇女更女性化和男子更男性化，或用不同的话说，教育应该使男孩和女孩纯化或强化他们的性别特征而不是使这些特征隐退、消失或被替换。①

而在他对墨西哥全国发出的通报中又说：

追求精神复兴的教育将分清并深化男性和女性。②

①Novedades,Dec.12.1943.

②Ley Organica de la Educaciou
Publica,Secretaria de Educaciou
Publicd.Mexico,1942.

弗南德-玛里那等（33）依据有效的证据做出一个适用于几个拉丁美洲国家的明确而持久的性别角色定义并进一步证明在波多黎各也完全适用。不论对这种男性女性角色的分离做何解释，作家、心理学家、人类学家等等都同意，在墨西

哥这是实际的存在。于是，例如一位墨西哥的精神分析专家桑蒂亚哥·拉米雷兹（127）想看一看，能否以墨西哥被征服的历史事实解释这一男性和女性角色的极端分离。他的历史论证是正确的，说男人——父亲最初是西班牙人，女人——母亲，是印第安人。男的是强有力的、有统治权的征服者，而女的是被压服的、受屈辱的和顺从的。你可以不同意拉米雷兹关于性别角色分化起因的分析，但可能承认今天的性别角色是由四个世纪长久的历史事态微妙说明的。

我们无须援引证据。任何访问墨西哥的人都会看到男的和女的所展现的不同行为。很容易看出，女子的服装、步态和一般的举止总是表明她生活中的主要目标是进一步增强她的女性和女子气。男子的行为较复杂些，但有两点是很有趣的。一方面，他会显示出极端夸张，；J男子模式（我们理解的男子模式指一种性欲上的庸突香度，性别的吹嘘，优势和优势吹嘘，以及在抽象问题和智力问题上的最后发言权，也如在家中最后说了算一样）。另一方面，他会显示自己一点也不忧虑，更好的是，他会表现出很热诚的样子，有自发的感情表达，握手，拥抱，以及许多和其他男子身体接触的方式。我们记得有一件逗人的事：一位青年墨西哥精神病学家和美国精神分析专家一起训练时，曾非常痛苦地叙述，他简

直不能理解他们，一当他要用手臂搂抱他们时（在墨西哥这完全是一个自然的姿态），他们就会退缩，如他所说的，“吓得要死”。他后来发现，他们简直弄不清他的善意！

从摇篮到坟墓，在生命发展的每一阶段，对于男子和女子都有明确规定的事务要做，都有一定的行为方式和期待。在城市中是如此（28），在大多数农村地区也一样（155,77）。

3. 墨西哥的孩子远比美国孩子更有可能完全在家庭的怀抱中抚养成人。西班牙的传统是把家庭封闭在大门和围墙之内，几乎完全与外界隔绝（除亲属外），这种作法现在仍然流行。兄弟姐妹更有可能完全限于在彼此之间游玩，而不是和街区的伙伴或同龄的朋友结群，他们更有可能在围墙内或在家屋内、在成年人的眼皮底下玩耍，这也和美国孩子不同。特别是在城市，8岁的美国男孩可能和其他8岁的男孩结伴而不是和他的4岁小兄弟、更不可能和他的任何一个姐妹一起玩耍。

我们把这看作是对前述的孩子靠成人价值观念生活的画面的附加印证。①而且，我们看到有可能以对照的方式解释美国的画面，如让美国的孩子退回到孩子的价值观而不是靠成人价值观生

活。美国的成年人，特别是父亲们，能被看成是已经放弃了他们为孩子建设世界的理想角色，不再为孩子提供一套明确的价值观念，或“是”“非”观念，并因而留给孩子一项任务，即让他自己去决定是非，在他愿意并有能力这样做以前很早就这样做。这，我们认为，不仅使他心中孕育着不安和焦虑，而且种下了他深以为正当的针对父母（特别是父亲）的敌意、轻蔑和憎恶，他们使他陷于失败，让他去做一件超出他的力量限度的大事而且不给予任何解答，他们实际上是使他对一种价值系统的深邃需要受到挫伤，使他对世界观、对这些价值所涉及的限制和控制的需要受到挫伤。当让他们成为他们自己时，我们看到这些孩子是需要价值的，他们会感到无价值状态的危险，这时就会转向唯一的其他外部的价值来源，即其他孩子，特别是年纪大些的孩子。

①墨西哥的孩子和青少年靠成人价值观生活的证据在墨西哥有许多来源。阿伦·肖尔博士曾以墨西哥式的主题统觉测验研究过一个墨西哥村庄的孩子们（136）。他的预定目的是研究权威和侵犯。这项研究在40个孩子中进行，男孩女孩都有，年龄6-15岁，大多数在6-12岁之间。他发现自己不得不承认这样的事实，即34%的孩子的陈述根本不符合他的权威或侵犯的标准。这些说法

涉及的活动和思想有下述的性质：要安慰别人，要勤勉，要和别人友好相处，要喜欢工作，要服从，要当个好孩子，当个好学生，要说自己很快乐，要请求原谅，请求宽恕。要宽恕、称赞、抚爱、拥抱孩子，把孩子抱在怀里，哄他睡觉。把水和食物供给别人。要表现良好的教养，要说谢谢，要尊重别人，要表达爱和感情，遵从命令，要注意，要倾听，等等。他不得不设想一个新的范畴来区分这种种说法。他需要用什么样的方式来说明它，最后称它为A-4并指出，它至少包含两个因素：社会文化（价值观念？）的内化和感情的自发表达。但成年人的无所不在或人文主义的评价在下述例子中是很明显的。初级教科污全国评选委员会刚刚公布了一项通告，要组织一场竞赛以选定一二年级适用的读本。哲学家、作家、教育家等等组成了这一委员会，由教育部长托里斯·波代特点名选出。除书中的技术细节外，他们强调说明，这些课本必须通过清晰的例证教导孩子（特别是在配套的作业课本中）例如在自然科学的学习范围内——“当我锻炼身体时我很愉快。当我帮助母亲和父亲做事时，当我对大家友好而没有仇敌，当我同不洁和缺乏秩序作斗争时，当我尽我的所能帮助改善我的家庭、学校和我住的地方时，当我帮助我的邻居或任何需要帮助的他人时，我很愉快”（Revista Tiempo，

May25.1959)。有关算术和几何的目标所说的是：“要发展精确、肯定、确切、自找批判和尊重真理的习惯……”。有关历史和文明的研究是：“要意识到理解、容忍、公正、尊重和相互帮助是良好人类关系的唯一基础”，而以后，作为一个重要的目标：“在家庭成员中的尊欢、服从和爱”（同上）。吉拉尔多·安吉尔曾引违

（3）玛加里他·费德贾教授关于墨西哥青少年价值观的一项未发表的研究。她发现，在一种近于刻板的方式中，青少年（男女都～样）这样填满下列句子。“我最等敬的人是……比我年长的人。”

这意味着什么我想我们能以下述问题作为最佳表达，“假如所有的人都在20岁左右死去，那么，对于孩子们的安全和价值将会发生什么情况呢？”在我们看来似乎很清楚，在这样丫个科学幻想世界必然要发生的情况正是今天在美国少年帮伙文化中确实正在发生的（在中、上层阶级也如在下层阶级中一样），也是我们确实能够在东方牧童电影中，在那些美的典型中，那些以经典形式出现的青少年价值系统的例子中看到的，那是放映在我们眼前让我们研究的（或者，也可以用弗洛伊德的语言说，是生殖器阶段的价值系统）。

我们假设，青少年暴力，耍流氓，残酷，藐视权威，反对成人战争，不仅是一个标准的弗洛伊德式的成长动力学问题（力图长大成人，和人的依赖需要作战，针对软弱、幼稚、怯懦等等的对抗病态恐惧机制），而且也意味着在反对那些使他们遭受失败的软弱的成年人的可以理解的报复行为中的一种敌意的和轻蔑的鞭打。我们觉得，这主要是指向父亲而不是指向母亲的，男孩表现得比女孩更猛烈，可以预期，最通常的人际攻击也一定是男孩对男人的攻击（并攻击男子所代表的一切）。

可以把我们的假设简括为：

1. 这里的含义是：所有人类，包括儿童，都“需要一个价值系统”（93），“一个理解系统”（95），“一个定向和献身的框架”（35），“需要对于宇宙及其对我们的意义逐步达到一个概念的把握”（120）。

2. 缺乏这样的系统，或这样一个系统的破裂，会弄出某些心理病态。

3. 它也会引起对这样一个系统的渴望，接着就会出现对价值观念的追求。

4. 任何价值系统，不论好或坏，都比系统的缺乏或混乱更受欢迎。

5. 假如没有成人价值系统，某种孩子的或青少年的价值系统就会受欢迎。

6. 青少年放荡不羁（姑且这么说）是这种青少年价值系统的一例。

7. 这要和其他青少年价值系统区分开，例如，和牧童世界或和学院兄弟世界不同，因为附加有对那些使他们遭受失败的成年人的敌意和轻蔑。

8. 我们假设，价值系统在其涉及法律、秩序、正义、是非判断等原则的范围内，主要是由父亲传递的。

9. 只要他——父亲，没有价值系统，或在价值问题上不确定或软弱，他的孩子就会被抛回到过去的状态，只能依赖他们自己不充分的努力。

10. 一个心理上软弱（无价值观，无明确男性角色感）的父亲形象甚至会干扰弗洛伊德所说白抽肠种初级的自居作用（对父亲的模仿）。结

果，孩子对于“他应该如何”的问题会感到茫然。他会匆忙地抓住牧童的理想以及和池一样困惑的同辈的想法。

11. 这些努力是很不够的。

判断需要类似本能的标准

对于人类最深邃的希望、冲动和需要的发现，我曾象弗洛伊德那样而不是象动物行为论者那样进行研究（95）。我曾通过心理病理发生学的路线进行探索，从成年人的病态进行分析追溯到它的早期起源。我的问题是，使人患神经症的原因何在？神经症从哪里来？更近期，我又问，品格纷扰和价值畸变从哪里来？同样地，问一问人性丰满的、心理上健康的人从哪里来，那也是有教育意义的。或者，更进一步，人类能达到的最高峰是什么？妨碍他达到高峰的原因何在？

我的结论很一般地说是这样的：神经症，也象其他心理病态一样，主要是由于缺乏某些满足（客观上和主观上可觉察的需要或希望的满足）。我认为这些基本需要是类似本能的，因为它们必须得到满足，不然病态（人性的萎缩，即，那些规定人性的特征有某些丧失）就会出现。这表示，神经症要比曾经设想的更接近于缺失性病症。①进一步的假设是：除非这些需要得到满足，健康是不可能的，即，基本需要的满足是一个必需的条件，尽管不是充分的条件。

①但基本需要受挫并非心理病态的唯一决定因素。

这一改造的生物学方法在生物学和医学科学中有很可敬的历史。例如，它曾被用来搜寻隐匿的生物性需要，如营养学家，他们曾发现我们对维生素、矿物质等等的“类似本能”的需要。在这里，溯源也是从面对一种疾病如软骨病或坏血症开始的，病的起因可以追溯到一种缺失，它于是被称为一种“需要”。一种“对维生素C的需要”，表示它对于达到健康和避免疾病是一种必要的条件。这能进一步核实，假说也能用其他有控制的实验印证，例如，用预防控制、替代控制等测验，这些方法同样也能应用于基本的心理需要。

本附录是我1954年关于“基本需要的类似本能性质”（我的《动机和人格》（95）的第七章）一说的扩充和改进。概括地说，我在那一章中提出的主要论点是：

1. 人的机体有它自身的本性，要比过去的看法告诉我们的更值得信赖并更有自我管理的能力，

2. 我们有充分的理由假设，人有一种内在的或先天的趋向自我实现的成长倾向；

3. 大多数心理治疗专家不得不承认有某些类似本能的需要，它们的受挫会导致心理病态；

4. 这些需要为他提供了一种现成的达到生物性终点、目标或价值的基础框架。

在那一章中，曾列出旧时本能理论的错误，并审慎考虑过这些错误能否避免的问题。那时得出的结论是：

1. 用行为的概念说明人的本能，这样的努力是注定要失败的。行为（在人类中）可能是而且往往是针对冲动的一种防御，它表现的不单是冲动，而宁可说是多种冲动合成的行动，是对这些冲动的控制及其表达。宁可说是意动因素，是驱力或需要，才似乎有可能是先天的，在某种意义上和某种程度上是先天的。

2. 在人类中没有发现有象动物中那样丰满的本能。在人类中似乎只有动物本能的部分残余，例如，只有驱力，或只有能力。

3. 没有任何理由能说明，为什么人不应该具有人类特有的需要或能力，而且，实际上，已有某些临床证据表明，人确实具有一些动机（可能是先天的），那是人类所独有的。

4. 人类中类似本能的驱力一般是比较弱的，不象动物本能那样强烈。这些驱力很容易受文化、学习、防御过程的克服和压抑。猜神分析可以看作是恢复这些似本能需要的冗长、费力的过程，让它们能成长壮大足以抵抗畏惧和习惯的压制！那就是说，它们需要帮助才能出现。

5. 在大多数关于人类似本能需要的讨论中深埋着这样的信念，认为人体内在的动物是一种邪恶动物，我们最原始的冲动仅仅是贪婪，坏念头，自私，破坏。这是不正确的。

6. 人类中的似本能冲动可能由于废置不用而完全消失。

7. 本能不应该和学习与理性分割而二歧化。理智本身也是意动的。无论如何，在优秀人品中冲动和理智倾向于协同而不是敌对。而且，似本能的驱力能非常迅速地纳入手段行为和趋向目的的渠道，即，它们会变成“情操”。

8. 我相信，许多有关本能和遗传的混乱看法都来仁卜一种无意识的和错误的设想，认为遗传论者必然在政治上是保守的或反动的，而环境论者必然是开明的或进步的。虽然这曾经如此，但并非必需如此。这是一种误解。

9. 据认为人的深层驱力能在精神错乱的、神经症的、酗酒的人和动物、低能者、儿童中看得最清楚。这是一种误解。这些驱力也许在最健康的、最进化的和最成熟的人身上才能最清楚地看到；在这样的人中，能看到这些最深层的驱力和需要可以“下降”也可以“升高”，例如，一种对真理的需要，一种审美的需要，等等。

种种标准相继提出，用来判断一种需要在性质上可能是类似本能的概率如何。我现在要讨论的正是这些标准，并连带谈一谈可以附加的修改意见。我还想就每一丝种标准对几种需要的适用性进行比较；首先是对维生素需要的适用如何；第二，是对爱和归属需要；第三，是对好奇需要；最后是对神经质需要。你将看到在维生素需要和爱的需要之间各项标准的适合程度是多么接近。否认其一，你很可能会不得不也否认其二。好奇，或认知需要，是我称之为一种成长性的需要（或超越性需要或存在价值），是和缺失性需要（87,89）相对照而区分开的，因为它在性质上虽然是类似本能的，但仍表明和基本需要有重要的不同。至于神经质需要，十分明显，它并不符合这些标准，因而不能说是类似本能的。嗜好需要和由于习惯而形成的需要也表明有类似的情况。

一种需要是类似本能的，那么它应该符合以

下标准：

1. 满足的长期缺乏会引起病态，特别是这种缺乏在早年生活中发生时。（但不容忽视，满足的短时缺乏也能引起合意的效应，如，食欲，挫折忍受，健康性延迟的能力，自制，等等。）

维生素：+（+号表示“对”，或“符合标准”）

爱：+

好奇：+

神经质需要：满足的缺乏引起焦虑和其他症状但并不引起品格病态；相反，一种神经质需要的满足剥夺可能引起心理健康的增进。

1a. 关键期的剥夺能引起有关欲望和（或）需要的完全而长久的丧失，很可能永远不会再习得或复原，个人从而会长久萎缩，并由此而丧失人类的一项规定性特征，他不再具有丰满的人性。

维生素：我们的所知还不足以说明这是否正确。各种维生素的剥夺会引起不同的后果，我们对此了解得很少。

爱：+（如心理变态者所表明的）

好奇：对此我们也没有足够的资料能使我们做出可靠的判断，但文化的资料和临床的证据相当明显地表明，在生活惯例化的孩子中，好奇自身可能丧失而且往往长久丧失，例如，早期好奇得不到满足的孩子，会弄得愚钝，满足于无知，呆滞，蒙昧主义，迷信，等等。

神经质需要：标准不适用。

1b. 直接剥夺的影响，例如，罗森茨威格所说明（130）。

维生素：维生素缺乏症，等等。

爱：渴望爱和情人；D?M?莱维所说的“亲吻迷”（70,72）

好奇：增强的好奇，不由自主的好奇，好奇的持续不绝，视淫，等等。

神经质需要：神经质满足的缺乏能引起焦虑，冲突，敌意，等等，但也能导致冲突缓解，焦虑缓解，等等。

1c. 基本需要的神经症化，例如，它变得无

法控制，不能满足，自我异化，僵化，固定不变，强迫的，不加区分的，选择不当的对象，伴随焦虑，等等。对于需要的态度变得自相冲突，充满畏惧，矛盾心理，否认事实。需要变成危险的了。

维生素：不适用（？）

爱：+

好奇：？（视淫？）

神经质需要：一

ld. 品格、价值系统和世界观的畸形；为达目的使手段歪曲和病态化（93）。机体发展出一种应付系统和这种缺乏打交道。

维生素：？

爱：+

好奇：+（犬儒主义，虚无主义，厌烦，不信任，无价值，等等。）

神经质需要：-

1e. 人性的萎缩；人性规定性特征的丧失，本质的丧失；倒退；向自我实现成长的障碍。

维生素：+（有沿基本需要层次倒退的趋向，向任何一种遭受挫折的优势需要倒退。）

爱：+

好奇：+

神经质需要：—

1f. 各种不同的情绪反应，不论急性的或慢性的，例如，焦虑，威胁，愤怒，忧郁，等等。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：±混合的、矛盾的、冲突的情绪。

2. 缺失满足物的复得如果不是太晚，能使健康恢复（或多或少）并使疾病得到治疗（或多或少），只要病态不是不可逆转，即，复位控

制，情感依附治疗。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：-

3. 该需要有内在固有的满足物，这些满足物确实能满足该需要而且只有它们能满足该需要；疏通学习而不是联想学习或专断学习。没有什么完全令人满意的升华或替代是可能的。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：-

4. 适当得到某一“真正的”满足物在一生中都能避免病态，即，预防控制。

维生素：-

爱： +

好奇： +

神经质需要： -

4a. 适当得到某一“真正的”满足物在一生中都能积极促进趋向自我实现、时代健康精神和美好人格的健康成长。满足对总的机体和特定人格都有良好效应。（参看我的《动机和人格》第六章“心理学理论中基本需要满足的作用”。）

维生素： +

爱： +

好奇： +

神经质需要： -

5. 长期来需要能得到满足的人（健康人）没有渴求的表现；他的需要处于理想水平；他能控制或延迟满足或有一段时间没有满足也过得去，他比别人能更好地忍受长时期没有满足；他能公开地承认需要并欣赏需要；对需要不设防。需要是可以满足的，正如神经质需要是不可满足的。

维生素： +

爱： +

好奇： -

好奇的满足常常孕育着好奇的增强而不是减弱。神经质需要：一（神经质需要得到神经质满足对于渴求没有影响，除非是瞬时影响。）

6.“真正的”满足物是在真正自由选择情境中受到健康机体偏爱并选定的。个人越健康，偏爱越强烈，他也更有可能成为一位“优秀的选择者”。换一个说法，在个人心理健康和他将偏爱和选择他所需要的真正满足物而不是虚假满足物的这种可能性之间，有一种很高的临床相关关系。

维生素： -

（但有某些综合物质如糖精能愚弄机体〔165〕。）

爱： +

好奇： +

神经质需要： -

7.“真正的”满足物味道良好，或者说要比虚假的满足物味道更好，在特定的方式和现象学上可以描述的方式上说是如此，例如，真正的满足物留下一一种得到满足的、满意的、或愉快的感受，或许甚至是高峰体验或神秘体验（即使是没有感觉到的需要也一样，如在某些贫困的人那里，在真正的满足物到来之前，告诉他说他曾多么需要它，或告诉他说这就是他一辈子都缺失的东西，等等）。

这是对“需要”或“欲望”等词下最后定义所以有困难的一个原因。即有时会有有一种情况，这时一个人会不知道他缺少的是什么，他的不安没有什么对象，但在他体验过某一满足以后，他却知道得非常清楚，什么是他曾经想要的，欲求的，或需要的。

维生素：+（但糖精，某些以甜开始的盐类，又是例外，这些物质能愚弄机体。）

爱：+

好奇：+

神经质需要：一或？神经质需要的满足味道可以很好，但这似乎不那么经常，不会长久持

续，似乎混杂着其他感受，更容易引起懊悔，在回顾时有不同的判断，等等。

8. 在个人的早期（教育前）生活中往往有公开的需要表露。在文化能够起作用以前，或在学习开始以前，需要或某种欲望的任何表露一般地说能增强一种推论，认为这种需要是类似本能的。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：-

9. 它（需要）能用顿悟疗法、揭露疗法（或由于一般健康的增进），（或由于社会中的良好条件）——即解除防御、控制、畏惧的疗法揭示出来，给予承认，肯定，和加强。

维生素：+（很可能如此）

爱：+

好奇：+

神经质需要： -

9a. 对于真正的满足物的偏爱能由任何身心或社会健康的进步所增强。

维生素： +（很可能如此）

爱： +

好奇： +

神经质需要： -

10. 它是跨文化，跨阶级，跨等级的。它和全人类的普遍性越接近，它也越有可能是类似本能的。（这不是一个绝对的证明，因为所有人类文化都对每一婴儿提供某些经验。否则必须用事实说明，需要已经永远被扼杀，或暂时受到压抑。）

维生素： +

爱： +

神经质需要： -

11. 所有那些可以说是可靠的、健康的、或

协同的文化或亚文化或工作环境都能更充分地满足基本需要并较少形成威胁。所有不可靠的、有病的、或低协同的文化、亚文化、或工作环境都不能满足某些基本需要，构成对它们的威胁，对于它们的满足索取的代价太高，使它们的满足不可避免地会和其他基本需要的满足发生冲突，等等。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：-

12. 需要的跨物种发生当然会增强需要是类似本能的可能性，但这不是一种必须的标准或充分的标准，因为在一切物种中也有物种特有的“本能”，包括人类在内也是如此。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要： -

13. 需要显示出持续一生的动力，象弗洛伊德曾描述过的那样（除非在生活早期即被扼杀）。

维生素： +

爱： +

好奇： ?

神经质需要： -

14. 神经症患者在寻求这些需要满足时被发现是掩饰的，畏惧的，妥协的，胆怯的，绕圈子的。

维生素： ?

爱： +

好奇： +

神经质需要： -

15. 有易于学习的、适宜的手段行为，有易

于疏通的、适宜的目的对象和目的状态，等等（121）。需要本身在其开端时必须被认为是潜在的而不是实现的，因为它必须被运用'演习、训练，被某一文化代表“拖出来”才能实现。这或许可以称为是一种学习，但我认为这样一种说法会引起混淆。“学习”一词已经荷有太多含义。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：-

16. 这种需要最终是自我协调的（意思是说，假如它不是如此，它能由揭露疗法弄成如此）。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：-（对此，相反的说法才是正确的，这种需要绝大多数时候觉得是自我疏离或不

协调的。)

17. 假如人人都喜欢这种需要及其满足，它就更有可能是基本的和类似本能的。神经质的、有瘾的和习惯的需要只有某些人才喜欢。

维生素：+

爱：+

好奇：+

神经质需要：-

18. 最后，作为一种很无把握的未来可能性，我建议想一想由于致幻药物的利用而得出的种种发现，或许还有其他解除抑制的药物也一样，例如，酒精。或许抑制最高控制中枢，象酒精的作用那样，会使人格更内在生物的和非文化的方面即更深层的内核自我（Core-Self）得到解放。我从LSD（一种麻醉药物）的作用探查到某些这样的可能性。（这不是弗洛伊德的超我，超我宁可说是把一套武断的社会控制施加于生物的或本来的机体之上，它抑制了机体自身的作用。）

我没有提到别人用过的两项标准，因为在我

看来它们似乎不能成功地把生物性需要和神经质需要、习得需要、或有瘾需要区分开，它们是：

（1）为了有关的满足情愿承受其他痛苦或不适；（2）受到挫伤而引起好斗和焦虑。

我限制自己只讨论全人类范围的似本能特征，没有谈先天特异的个体特性，但这对心理治疗医师和人格理论家也非常重要。虽然心理治疗的直接目标可能是人性的恢复，健康动物性的恢复，我们仍须了解，心理治疗还有一个基本的长远的目标，那就是个人同一性的恢复，真实自我、确实性、个体特性、自我确认的重新发现。那是一种努力，目的是要发现个人的自然倾向，他的先天个体特性，他的生活真谛的答案，这些答案是由他的体质、他的气质、他的神经系统、他的内分泌系统等等以微妙的方式向他暗示的（不是强迫命令的），用一句话说，这些答案来自他的身体和他的身体所偏爱的作用方式，来自他的“生物定数”，来自他的最大和最易得的幸福可以在其中寻觅的方位。在这里，我们所关心的不只是莫扎特式的特殊天赋和能力，而且是更普通的人的特殊才能问题。例如，职业向导最终涉及的就是对某某个人特有的先天秉赋问题，如果在实践中还不能做到至少在理论上先要明确这一点。

在缺乏更好的论据时我们不得不看重的临床直觉知识也许有一天能够以更可靠的方式得到验证和系统化处理。作为医师，我们试图发现，什么是某人更容易做的，什么最适合他的本性，最舒适地符合他的需要（象鞋子的跟脚或不跟脚），什么他觉得“恰好”，什么使他最少受到压迫，他最适于做什么，什么最符合他的个性。

（这些哥尔德斯坦〔39〕曾称之为“偏爱的行为”。）我们也可以向实验家提出同样的问题。我们已经知道如何才能富有成果地就不同品种的狗提出这一类问题，如在杰克逊实验室中所做的那样。也许有一天，我们对于人类也能这样做。

而且，为了集中论述我要探讨的主题，我的考虑还略去了一切更直接的生物学技术，包括人类遗传学家（双生子研究，基因的直接微观研究，等等）、实验胚胎学家和神经生理学家（电极埋置研究，等等）的技术，也略去了有关动物行为、儿童和发展心理学的文献。

为了这样的整合，迫切需要把两大套资料联结起来，两者在今天彼此是很少接触的，即，一方面是生物学的、行为学的、生态学的资料，另一方面是心理动力学的资料。这一任务的能够完成，我是毫不怀疑的。（就我所知，我们至少已经有了一项这样的尝试，即考尔特兰德的精采专

我在本文中提出的一切论述大都是以临床证据和经验为依据的，因而不象来自有控制实验的证据那样近似可靠。然而，这大多是以容易得到实验证实或证伪的形式呈现的。

本书由“行行”整理，如果你不知道读什么书或者想获得更多免费电子书请加小编微信或QQ: 2338856113 小编也和结交一些喜欢读书的朋友 或者关注小编个人微信公众号名称: 幸福的味道 为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网站的名称为: 周读 网址: www.ireadweek.com

如果你不知道读什么书，
就关注这个微信号。



微信公众号名称：幸福的味道

加小编微信一起读书

小编微信号：2338856113

【幸福的味道】已提供200个不同类型的书单

- 1、 历届茅盾文学奖获奖作品
- 2、 每年豆瓣，当当，亚马逊年度图书销售排行榜
- 3、 25岁前一定要读的25本书
- 4、 有生之年，你一定要看的25部外国纯文学名著
- 5、 有生之年，你一定要看的20部中国现当代名著
- 6、 美国亚马逊编辑推荐的一生必读书单100本
- 7、 30个领域30本不容错过的入门书
- 8、 这20本书，是各领域的巅峰之作
- 9、 这7本书，教你如何高效读书
- 10、 80万书虫力荐的“给五星都不够”的30本书

关注“幸福的味道”微信公众号，即可查看对应书单和得到电子书

也可以在我的网站（周读）www.ireadweek.com

自行下载

备用微信公众号：一种思路

