

分类号\_\_\_\_\_

U D C \_\_\_\_\_

编号\_\_\_\_\_

学 位 论 文

卡尔·罗杰斯人本哲学思想及渊源探析

The Analysis of Carl R·Rogers'  
Humanism Philosophy and Its Origin

詹 伟 鸿

指导教师：吴仁平教授

申请学位级别：硕 士

论文提交日期：2007 年 4 月

学位授予单位和日期：江西师范大学

答辩委员会主席：\_\_\_\_\_

评阅人：\_\_\_\_\_

江西师范大学政法学院

专业名称：外国哲学

答辩日期：2007 年 5 月

2007 年 月

二 00 七年四月

## 摘 要

摘要：罗杰斯作为 20 世纪世界最为著名人本主义心理学家，提出的“个人中心疗法”、“无条件积极关注”、“会心团体疗法”等心理咨询与治疗技术，自 20 世纪 50 年代以来，其影响从心理学开始逐渐渗透到教育、管理、政治、国际关系等各个经济社会部门，至今魅力不减。罗杰斯心理学的基础概念是其人格心理学中的“自我”。“现象场”是主体能意识到的一切内容，甚至包括潜意识。而“现象场”中那些与“我”(I)“我”(me)“自己”相关的事物或事件构成了“自我经验”，经过主体对“自我经验”中的内容知觉、符号化后形成的与个体相关的核心知觉即自我，上述概念是一种相互包含的逻辑关系。自我就是指那些与个体密切相关的核心知觉或意识场，它在个体的发展中发挥着极其重要的作用。自我还是一个有组织的、不断改变的知觉组合。罗杰斯与马斯洛等人本主义心理学家受西方同期新兴科学哲学观影响，一反精神分析学派、行为主义对心理学的还原分析方法，强调人格的格式塔结构，主张采用整体主义的心理学研究方法把主体视为一个有组织结构的，相对稳定的独特知觉系统。值得指出的是，罗杰斯特色的心理治疗方法提出虽然是其几十年心理学研究和实践的结晶，但也深受后现代主义哲学家马丁·布伯与克尔凯郭尔的影响。马丁·布伯的“我一你”关系学说与罗氏的无条件积极关注技术、克尔凯郭尔强调生命是一个不断“生成”过程的理论与罗杰斯把个体视为一个有组织的开放系统颇有渊源。

针对斯金纳主张利用行为科学知识，运用科学控制方法对人类进行控制，把人类建成一个人人具有生产力“乌托邦”的企图，罗杰斯从行为科学这一特定学科科学方法的阐述开始，论及了科学理论产生过程中目的与价值、科学的发现与辩护的矛盾。主张科学都有主观的期望或假说在先，尤其是科学家主观的期望给科学发展划定一个主观范围，科学自身无法运用客观的科学方法研究这一范围，而只能是依靠主观的价值判断在不同的期望间做出选择。发现的过程并非单一的逻辑过程，离开主观的价值判断，行为科学的完全控制带来的只能是僵化的世界。罗杰斯这些思想为现代假说—演绎体系的发展增添了有利的部门科学佐证。在此基础上，罗杰斯对行为科学的目标做了重新设定，对行为科学自身的性质有了更为理性的认识。

罗杰斯晚期的许多思想深受中国传统哲学的思想影响，老子的自然无为、“见素抱朴”人生态度以及“致虚守静”的认知方式，孔子的针对个别的启发式教育理念，对罗杰斯坚定人性本善的信念，超越自然科学非此即彼的二歧式思维，整和多种学派和方法来研究人类心理这一复杂对象，无疑有重要的启发意义。也从一个侧面昭示了中国传统哲学具有融通中西方文化并进行现代转换的可能性和现实性。

关键词：自我；“我一你”关系；个人中心疗法；行为科学；道家

## Abstract

Content: Carl R. Rogers is the most famous psychologist of 20th century. With his psychological consults such as “Client centered psychotherapy”, “Unconditional positive regard”, “Encounter group psychotherapy”, aroused great effects, sweep through education, management, political, international relationships and other economic or society department since 1950's. The basis concept of Rogers' psychology is “self”. “Phenomenal field” means all contents that one can realize, even include someone's consciousness, the content of “Phenomenal field” which relates with “I”, “me” is called “self-experience”, after the symbolizing and awareness of “self experience”. It transfers to “self” or “Concept of self” or “Self-structure”. It has the logic reasoning between the upper concepts, “Self-experience” relates to some center awareness and concept of someone, it play a most important role of someone's development. “Self” is also an integrated but changeable “Gestalt” structure. Rogers, Maslow·A·H and other Humanism psychologist affected by the science philosophy of their times. Strongly disapproves of the attitude hold by Psychoanalysis and Behaviorism, strengthen personality is an integrated “Gestalt”, advocates the wholly research method in psychology. Although Rogers' psychological therapy is based on his own psychological experience, Rogers also learned much from Martin·Buber “I-You” relationship, Kierkegaard, s strongly strengthen the attitude of life is a long term also teach Rogers much.

Specifically for Skinner, B.F “behavioral control”, which advocates making use of behavior science knowledge, applying the behavior science on human being, attempts to establish a everybody happy society, Rogers finds the paradox between science research and scientist subjective value, advocates that science all has the subjective expectation or hypothesis, the science developing is delimiting by a subjective range of scientist. The science has no way to apply and study this developing range, it can only be depended on scientist subjective value, science research is not only a process of logic reasoning, it also needs our humans' subjective value and judging.

The later period of Rogers's psychology research accepts some Chinese tradition philosophy. Lao Zi's natural inactivity, Lao Zi's attitude towards life, Lao Zi's cognition way, Confucian's educational concept enlighten Rogers .It has made clear to us that Chinese tradition philosophy has the change-over possibility to west culture.

Keywords: self; “I-You” relation; Client-centered psychotherapy; behavior science; Taoist



# 目 录

## 摘要

## Abstract

1. 卡尔·罗杰斯个人及其思想简介 .....	1
1.1 卡尔·罗杰斯个人简介 .....	1
1.2 卡尔·罗杰斯思想及其发展历程简述 .....	3
2. 卡尔·罗杰斯关于人的价值的哲学 .....	7
2.1 自我的发展 .....	7
2.1.1 “现象场”中的“自我经验” .....	7
2.1.2 机体评价过程 .....	8
2.2 做你真实的自己——人格的独立性、完整性、交互性理论 .....	12
2.2.1 个体的体验是最高权威 .....	12
2.2.2 整体性的人格研究方法 .....	13
2.2.2.1 自我结构的格式塔范式 .....	13
2.2.2.2 完整体验和接纳当事人自我及情感体验 .....	15
2.3 与哲学家的对话 .....	16
2.3.1 马丁·布伯“我一你”关系对罗杰斯无条件积极关注技术的启发 .....	16
2.3.2 克尔凯郭尔——生命处于不断的“生成”进程之中 .....	19
3. 对行为主义科学的哲学思考 .....	20
3.1 斯金纳行为科学控制论 .....	21
3.2 行为科学目的与价值的矛盾关系 .....	23
3.2.1 科学家的目的和价值与科学研究的关系 .....	23
3.2.2 行为科学的新目标 .....	29
4. 卡尔·罗杰斯人本主义思想与传统中国哲学思想的联系 .....	32
4.1 卡尔·罗杰斯人本主义思想与老子道家思想的联系 .....	32
4.2 卡尔·罗杰斯人本主义思想与其他中国哲学思想的渊源 .....	41
4.2.1 以人为中心疗法的人性观和中国儒家的人性观 .....	41
4.2.2 罗杰斯心理治疗方法与佛教的空观智慧、无我理论等菩萨精神的联系 .....	44
5 结 语 .....	48
6. 致谢	

## 引言

罗杰斯作为美国著名心理学家，人本主义心理学的创始人。在当代心理咨询和教育领域享有盛誉，他的心理疗法自上个世纪的50年代以来在美国和欧洲引起轰动，其影响遍及全世界，而且至今魅力不减。罗杰斯倡导的人性理论和人格学说，一反20世纪50年代主流的精神分析学派和行为主义心理学，突显了人类的价值和尊严。提倡的“当事人中心疗法”也渗透到了教育、哲学、管理等领域。其著作的读者群更是从心理学家到家庭主妇。综观罗氏的整个学术领域，他的人性观点和人格理论是其整个人本主义思想的核心和基石。

在国内，罗氏作为人本主义心理学的代表人物之一，其“以人为中心的心理治疗”、“无条件积极关注”的心理治疗技术、“会心团体”疗法知名度虽高，但客观地说，国内学术界对罗杰斯的研究大都集中在罗杰斯人本主义思想的概述上，虽在罗杰斯的师生观等教育观点上有较多的论述，但对作为罗氏理论基础的人性论和人格理论的专门研究确实不多。至于罗氏著作的翻译和出版，只是近几年才有，对罗杰斯和他著作进行专门研讨的专著，更是缺乏。这和同是人本主义心理学家的马斯洛形成鲜明对比。

罗氏的人性和人格学说有深厚的哲学基础，其学术的哲学渊源不仅有西方哲学中长期的人本主义思想，存在主义哲学和现象学方法更是对其有直接的影响。罗杰斯晚期的思想与东方传统哲学有不少沟通，对道家思想、儒家思想、禅宗、佛教亦有不少的借鉴和吸收。

## 1. 卡尔·罗杰斯个人及其思想简介

### 1.1 卡尔·罗杰斯个人简介

卡尔·R·罗杰斯（1902—1987），20世纪最为著名心理学家，人本主义心理学创始人及代表人物之一。生于美国芝加哥一个对宗教十分虔诚的家庭。亲情和睦、家教甚严、浓厚的家教氛围是童年罗杰斯生活环境的主要特征。在这样家庭环境中长大的孩子，孤独而又敏感。“所以，我是一个相当孤独的少年，专注于阅读，一直到高中毕业，我只有过俩次约会。”“我们家不喝任何饮料，不开舞会，不玩纸牌，也不去戏院，我们只是卖力的干活。我记得我喝

第一瓶汽水时内心油然而生的罪恶感。”<sup>①</sup>12岁时，罗杰斯举家迁往其父在郊外买下的一个农场。对飞蛾着迷、对羊羔、猪仔和牛犊的养殖感兴趣，14岁的少年耕耘在莫里森《饲养科学》几百页厚的农业科学书籍的字里行间。学习如何进行实验，控制组和实验组怎样匹配，如何通过随机方法保持实验条件的等值性，以便能够确定某种饲料对肉产量和奶产量的影响。

罗杰斯的生活之路正如他自己所主张“体验是最高的权威”，初入威斯康星大学时罗杰斯选择的是农业，后转向历史。大学三年级时，被选为学生代表，去中国参加一个国际基督教学生联合会。旅行的结果是罗杰斯彻底从家庭死板的教义中脱离出来，并与一位童年相识的姑娘结婚，后者成为罗杰斯一生的伴侣，“她坚韧而持久的爱情和友谊，已经成为我生活中一个最重要、历久弥鲜的意义源泉。”<sup>②</sup>

罗杰斯大学毕业之后初入神学院，想做一名牧师。但由于对思想探索自由的虔诚与牧师那烦琐冗长布告的矛盾，使他最终穿过大街去到对面的哥伦比亚师范学院学习心理学课程。在那里华生、海瑞森、伊利亚特、马里安让这位20世纪最为著名的心理学家在他自己热爱的领域耕耘了一生。先学习儿童心理辅导专业，后转到临床心理学并担任当时新设立的儿童辅导所见习医师，接着在纽约罗彻斯特预防虐待儿童协会担任心理学家。12年讲求效率的心理咨询实践中，成功与否的标准只有一条，那就是“它行得通吗？它有效果吗？”<sup>③</sup>罗杰斯对权威、对教材、对他自己开始提出质疑。开始逐步形成他个人的观点。《问题儿童临床治疗》的成功，让他得到俄亥俄州立大学的教授职位，也让他得以摆脱日常的事务，专注与心理学的研究和教学，“才成为一个心理学家真正的活动起来”<sup>④</sup>俄亥俄州立大学5年，芝加哥大学12年，威斯康星大学4年，《个人形成论》《个人中心疗法》《会心团体疗法》等著作的相继出版，担任美国应用心理学会主席，提倡的“当事人中心疗法”也渗透到了教育、哲学、管理等领域。其著作的读者群更是从心理学家到家庭主妇。自20世纪50年代以来，他的影响遍及全世界，而且至今魅力不减。

---

<sup>①</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论——我的心理治疗观》，中国人民大学出版社 2004 年版，第 5 页。

<sup>②</sup> 同上，第 7 页。

<sup>③</sup> 同上，第 9 页。

<sup>④</sup> 同上，第 11 页。

## 1.2 卡尔·罗杰斯思想及其发展历程简述

在当代中国学者面前，卡尔·罗杰斯更多的是以心理学家、教育学家的面目而为他人所认识，卡尔·罗杰斯当然首先是一位论著等身，誉满全球的心理学家和教育学家，他的“以人为中心疗法”（person-centered therapy）、“会心团体治疗”（encounter group therapy）、“以学生为中心”的心理治疗和教育等思想，自从他们诞生之日起至今，就一直高举人性的伟大旗帜，号召人们相信人性。旗帜鲜明的同心理学中的行为主义、精神分析主义展开论战，其影响自50年代以来，先后波及教育、哲学、管理学等经济社会领域。

在当代西方，罗杰斯已被公认为地位最高、贡献最大、影响最广的一位人本主义心理学的领袖。罗杰斯以人为中心的思想为主线，构建了人本主义心理学的基本理论，开创了心理学治疗的新模式，提出了当代教育与改革的人学纲领。但笔者却以为，透过罗杰斯心理学的思想和著作可以看到，罗杰斯一生一直在向世人宣扬了一种相信人性、尊重人性的人本哲学。在精神分析主义、行为主义、理性主义等片面歪曲人性、否定人性的环境中，大声疾呼相信人性，并用科学的形式向世人提供了这样做的理由。

20世纪中叶的精神分析理论是残缺不全的，弗洛伊德抓住了人性的阴暗面，即我们人类的动物性遗传，包括为了争夺权力而使用暴力和竞争性的性行为倾向。20世纪50年代主流的心理模式，即弗洛伊德的精神分析，主张人类的内驱力—性与攻击性—从本性上来说是自私的，可以用文化的力量来加以遏制，但是要付出代价，而且非常艰难。按照弗洛伊德的理论，心理治疗的途径只能是这样一种医患关系：病人一定要有强烈的焦虑，经历内心的挫折，并最终不得不接受分析师关于事实真相的冷峻解释。与此同时，心理学中另一主导潮流—行为主义，主张对个体行为分解、测量、观察实验，强调行为条件在主体行为中的决定作用。哲学上的科学主义、理性逻辑主义带给心理学学科归纳与综合的科学方法，进一步完善了心理学学科体系，同时也把人支解得七零八碎，让坐在分析师对面的被试成了一只比实验室里个头偏大而且会说话的老鼠。

客观的讲，罗杰斯初入心理学领域，在哥伦比亚大学师范学院学习的心理学课程，正是精神分析理论、行为主义方面的内容。他接受了系统的弗洛伊德体系和行为主义心理学方法的训练。行为主义大师华生还是他的老师。只是在

后来的心理咨询实践中，在以“它行得通吗？它有效果吗？”为唯一标准的实际心理学服务中，才逐渐对教材、对权威幻想破灭，开始领悟到“除非我的目的是要证明自己才智过人，学识不凡，否则，我最好是依靠当事人作为治疗过程的向导。”“只是在后来我才充分意识到——那就是：只有当事人知道伤痛在哪里，该往何处走，关键问题是什么，而哪些经验被深深的埋藏着。”<sup>①</sup>在罗杰斯看来，“人的社会性是欲望之本性使然”。正如他反复强调的，人的本性发展的越充分，人就越发可以信任。罗杰斯在20世纪40年代倡导的当事人中心疗法，把治疗关系而不是领悟作为变化的核心，提倡尽量减少当事人的挫折感，主张在治疗关系中运用共情以及无条件积极关注的技术。强调个人的体验在当事人心理发展中作用。鼓励当事人与治疗者、教师与学生之间真诚透明的沟通。罗杰斯并不鼓励他人用某种哲学体系生活，他在几十年的心理咨询与治疗实践中，也并非按行为主义、精神分析某种心理学的范式而工作。“我不鼓励或劝说他人拥有或坚持某种哲学体系，或者某个信念，或某个原则。我只是试图通过我对自己的经验的当下意义的解释去生活，而且容许他人自由发展他们自己内在的自由，以及他们对自己经验的有意义的解释。”

但毋庸置疑，罗杰斯却是一位非常有哲学情怀的学者。罗杰斯承认自己继承了存在主义哲学。在他的著作中，也经常提到克尔凯郭尔。罗杰斯在回答“生活的目标是什么”的问题时，经常引用克氏的名句“做你的真实自我”。而马丁·布伯的“我一你”关系学说更是无条件积极关注技术的理论支柱之一。笔者以为，透过罗杰斯心理学的思想和著作看到的是，罗杰斯一生一直在努力向世人宣扬了一种相信人性、尊重人性的人本哲学。也许罗杰斯自己也是这么认为的，他在《自传》中对自己做了如下的描述：“我是一位心理学家。作为临床心理学家，我当然是一位人本主义取向的心理学家；作为心理治疗家，我对人格变化的动力学持有浓厚的兴趣；作为科学家，我研究这种变化的能力是有限的；作为教育家，促进学习的可能性向我提出了挑战；作为朴素的哲学家，我探讨科学哲学和人类价值的哲学与心理学。”<sup>②</sup>

“作为朴素的哲学家，我探讨科学哲学和人类价值的哲学与心理学”，的确，正如罗杰斯自己所说，他的哲学兴趣和贡献的最重要方面正是上述两部

---

<sup>①</sup> 同上，第11页。

<sup>②</sup> Boring&Lindzey, 1967.p39引自车文博，《人本主义心理学》，浙江教育出版社2003年版，第343 页。



分，笔者以为，罗杰斯的这种哲学兴趣和贡献似乎也是必然，它与罗杰斯的研究领域和努力方向密不可分，与行为科学这一科学自身的属性密不可分。前面曾提到，罗杰斯早年曾受过严格的行为主义、精神分析学派等科学心理学训练，只是到后来从事实际心理咨询，应用前两者理论和方法无法取得理想的效果，才破除对权威理论和人物的幻想，逐渐从心理咨询的实践中总结出罗氏特点的共情、无条件积极关注等治疗技术。但技术作为工具理性、实践理性的范式，有待与理论理性、交往理性想结合。“完全的科学认识不仅仅是实验，还必须提升为规律与理论。就是进行实验，也有与理论思维的关系问题。”<sup>①</sup>衡量和评价技术知识的正确性的标准是客观事物的尺度与人的内在尺度的统一。技术知识的合乎规律性反映的正是技术知识与科学知识之间的关系，技术理性应用必须以理论理性为指导，当然也会不断丰富和发展理论理性。罗杰斯的共情、无条件积极关注等心理咨询技术是对心理咨询技术的创新，而技术的创新恰恰离不开理论基础的支持，需要对人性的形而上学假设。而且创新意味着对传统权威的突破和挑战，会在一系列具体问题上受到抵制和攻击。“我的观点激起了心理学家，咨询师和教育家极大的愤怒、蔑视和批判。有些精神病学家感到，我的工作对他们最为珍视而且毫不怀疑的许多原理造成一种深度的威胁。或许，比起狂风暴雨般袭来的严厉的批评，毫无批判精神的，囫圇吞枣的信徒们造成的损失更加让我痛心。”<sup>②</sup>面对别人的批评以及囫圇吞枣的“信徒们”，罗杰斯需要把自己的心理咨询技术上升到理论的高度。但为什么罗杰斯会在人类价值哲学与科学哲学这两个方向有所突破呢？这与行为科学这一学科的性质不无关系，与心理咨询这一技术的属性更是紧密相关。行为科学是研究人类行为的科学，具体讲，就是对个人及群体的组织活动行为，以及对其行为产生的原因，行为的各种表现进行分析研究。它涉及到人的本性和需要，甚至行为的动机、意志、欲望、情感、道德等也属于其研究之列。而心理治疗作为一种技术，其面对的对象常常是心理体验、内心情感与冲突甚至是略带神秘色彩的领域。罗杰斯为避免自己的理论陷入重情主义、自然主义的窘境之中，需要对他的人性理论和治疗技术做出哲学上的思考。这就使罗杰斯对人性的哲学思考以及对行为科学这一科学的哲学理解超出同时代的许多心理学家。需要指

---

<sup>①</sup>刘大椿著：《科学技术哲学导论》，中国人民大学出版社2000年版，第138页。

<sup>②</sup> [美] 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社2004年版，第14页。

出的是，罗杰斯的人性观、价值观思想是在自己长期的心理咨询实践中逐渐形成的，而不是在哲学上思辨的结果。只是在后来的发展中，罗杰斯逐渐接触和了解到其他人本主义哲学家之后，才认识到他自己人性观、价值观有哲学上的证据与支持。

罗杰斯一生的两位哲学导师，丹麦的克尔凯郭尔和犹太哲学家马丁·布伯都是宗教哲学家。两者的理论阐述方法虽有不同，而且具体理论也有很大差异。但在回答人的价值、科学的价值这些问题上，其基本的价值取向却是一致的。

另一方面，卡尔·罗杰斯的哲学思想也的确是“朴素”的，相对西方哲学史上的众多哲学大师，他的思想没有太多的思辨论证，更无自己成形的形而上学体系。客观的说，罗杰斯只有对待上述两个方面的哲学观点，而且是零星散布在他心理学的论著中，更没有一本专门论著自己哲学思想的代表论著。正因为如此，要对罗杰斯在哲学上的认识作个总结，方法只有在罗杰斯众多的心理学思想和心理学著作中寻找那零星散步的哲学观点并同其渊源作些对比。本文主要在阅读罗杰斯的一些主要原著和相关学者对罗杰斯论著基础上，在这方面的一个尝试。文章也按照罗杰斯自身阐述，主要分为罗杰斯论人的价值哲学和罗杰斯的行为科学哲学两方面论述，在论述的第一部分，为对罗杰斯人性哲学作更为深入的阐述，对他相关思想的渊源作了探析。即探讨卡尔·罗杰斯思想与克尔凯郭尔和马丁·布伯这方面思想的继承和发展。最后一部分浅述罗杰斯思想同中国传统思想，主要是道家思想、佛教、儒家思想的联系与区别，在罗杰斯后期思想中，他从东方哲学汲取了营养。

## 2、卡尔·罗杰斯关于人的价值的哲学

### 2.1. 自我的发展

“自我”概念是罗杰斯整个心理学的基础理念。根据罗杰斯自己称，他本来也不想用这个术语，原因是这一概念含义模糊、缺乏科学应有的准确性。但在后来的心理学治疗实践中，许多当事人在很多不知如何表达的时刻都使用“自我”这一词，才逐渐得到他的认同，并发展成为他整个思想体系的一个核心概念。确切的说，罗杰斯的整个人格发展理论就是自我寻求发展的理论。为了让这一问题有进一步的阐述，有必要对“自我”这一概念进一

步解释，而为了这一解释能清楚明白，又不得不对与这一概念相关的几个概念作些介绍，他们是“现象场”、“自我经验”、“符号化”、“机体评价过程”。

### 2.1.1 “现象场”中的“自我经验”

现象场（Phenomenal field）是罗杰斯吸收现象学方法与格式塔心理学“场”理念的一个结晶。它并非罗杰斯首创，在他的著作中也并不是自始至终的使用这一概念，而是经常与“经验”、“机体经验”等术语混合使用。<sup>①</sup>实质上，

“现象场”这一概念描述的是每一个体在现时所具有精神世界的统称。这其中既包括主体意识到的内容，包括那些还没露出“冰山一角”的潜意识之流。<sup>②</sup>罗杰斯本人曾在1951年出版的《当事人中心疗法》中对自己运用的这一概念有过这样描述：“这个私人的世界可称为‘现象场’、‘经验场’或者用别的某个过程术语来描述。它包括有机体所经验的一切东西，不论它们是否被有意识地知觉到。例如，椅面作用于我的臀部的压力，我也许已经‘经验’了整整一个小时，但只有当我思考它或谈论它的时候，这经验才符号化并进入当前的意识。”<sup>③</sup>罗杰斯这样对现象场概念的分析有一个让人容易误解之处，就是容易把这一概念划归为一个生理学的概念。因为既然未被主体意识所知觉到的经验也是“现象场”的一部分，那是否意味着体内的神经元活动、细胞分裂、血糖变化等自然反应也属于“现象场”变化呢？罗杰斯在后来的著述中否定了这一点。“它包括意识中全部现象，也包括个体未曾意识到的事件，比如它包括饥饿这个事的心理方面，哪怕当事人当时迷在工作或玩乐中，以至完全没有察觉到饥饿；它包括记忆和过去经验对人的影响，只要它们是活动的，在限定着或扩展着个体赋予各种刺激的意义；当然它也包括当时立刻呈现于意识的所有东西。但它不包括神经元放电或血糖变化这些事迹，因为这些不能被直接意识到。因此它是一个心理学而不是生理学的定义。”<sup>④</sup>据此可以判定，区分哪些内容是否是“现象场”或“机体经验”一部分的关键是这一内容能否最终为主体所意识到。现时未被主体意识到的经验只要有被主体意识的可能，它就属于

<sup>①</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 74 页。

<sup>②</sup> 刘放桐著：《新编现代西方哲学》，人民教育出版社 2000 年版，第 442 页。

<sup>③</sup> Rogers，1951，P483 转引自江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年，第 74 页。

<sup>④</sup> Rogers，1959，P19 转引自江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 75 页。

“现象场”或“机体经验”的一部分，但从本质上不可能被主体所觉知和意识的物体和现象不在此定义的内涵之中。这一概念十分类似于同为心理学家的弗洛伊德的“意识——潜意识——无意识”概念的划分。不同的是，罗杰斯不像弗洛伊德那样，把未被主体当下所意识到“前意识”“潜意识”等做出“恶”这样的价值判断。罗杰斯没有对“潜意识”做出价值上的或事实的定性判断，而仅仅是阐述了这一概念的内涵。按照罗杰斯对这一概念的阐述来看，“现象场”或“机体经验”反映的只是主体知觉自身及它物、或者“符号化”自身及它物的一个自然过程，本身亦无做出价值判断的可能。

在此基础上，罗杰斯引入了另一个概念：“自我经验”，它是“现象场”的一个组成部分，指的是在个人的经验或现象场中，有一些被个体认为与“我”（I）“我”（me）“自己”有关的事物或事件。它是形成自我概念的最原始材料。而自我概念与自我经验不同，它是主体在个人现象场中对那些被认为与“我”“自己”相关的“自我经验”知觉后所形成的一个独特部分，以“自我经验”中那些与“我”“自己”相关的材料为基础，通过主体的意识作用，形成的一个有着内部联系结构的核心知觉。主体意识对“现象场”中的“自我经验”知觉的过程就是“符号化”。“符号化”的结果是主体最终形成自我概念，即罗杰斯整个人格心理学的核心“自我”。“现象场”是主体能意识到的一切内容，甚至包括潜意识。而“现象场”中那些与“我”（I）“我”（me）“自己”相关的事物或事件构成了“自我经验”，经过主体对“自我经验”中的内容知觉、符号化后形成的与个体相关的核心知觉即自我。仔细观察不难发现，上述概念是一种相互包含的逻辑关系。自我就是指那些与个体密切相关核心的知觉或意识场，它在一个个体的发展中发挥着极其重要的作用。自我还是一个有组织的、不断改变的知觉组合。

### 2.1.2. 机体评价过程

具体到每个个体“自我”或“自我概念”的形成过程而言，情形远非上述的简单。其大致的情形是这样的，每一个个体在出生阶段，由于尚未有意识，个体完全处于主客不分的混沌状态。又由于“自我”的形成从逻辑上是以“自我经验”等原始材料的积累为前提的，因此、此时的个体毫无自我可言。随着婴儿一天天长大，个体不断同外界接触，逐渐有感觉经验的积累，感觉经验中一部分核心就成为了“自我经验”。在主体内部逐渐形成的意识将“自我经

验”中那些与主体密切相关的材料上升到知觉层面，即“符号化”之后，每个个体形成了他人生中第一个自我。这些自我内容十分简单。个体在处理外界刺激时简单的根据经验在自身机体上产生的满足感来评价经验，并进而产生对该种经验相联系事件是趋近还是回避的态度。自我这种处理外部刺激的反应机制，罗杰斯称之为“机体评价过程”。借助机体评价过程处理经验，“若经验使个体满足、愉悦，他就将其知觉为积极的，反之若经验令他烦恼、难受，他就将其经验为消极的。”<sup>①</sup>正是由于婴儿在处理外部刺激时大都完全出于机体自身的评价而作出。尚未习得一些有条件的价值感（Conditions of worth）<sup>②</sup>（个体在发展过程中，由于需要积极关注的满足，对其有影响的重要他人，尤其是父母以自身的价值判断影射到对婴儿需要的满足，造成婴儿个体在加工经验时形成一些固化的价值评价标准。笔者注）。因而自我大多是统一而无矛盾对立的亦不可能有自我分裂，即精神分裂的可能。

正如国内研究罗氏理论的江光荣教授所言，要是每个个体的发展都循着这一路径下去，那每个个体发展将是十分健康的。这一理想状况不能如期实现的一个重要因素，即有一种需要婴儿个体无法满足，而必须向外寻求解决，即上述提到的积极关注的需要。“婴儿个体对积极关注的需要是如此强烈，以至于个体感到需要别人的积极关注比要求自身运用机体评价过程迫切得多”。<sup>③</sup>而能够给予这种需要的就是婴儿父母等重要他人，他们握有是否给予婴儿积极关注需要的支配权，从某种程度上说，他们握有是否促进儿童发展的支配权。正因为积极关注需要对婴儿成长如此重要，在罗氏的理论中，他主张的是一种无条件的积极关注（Unconditioned positive regard），“即像字面上的意思一样，无条件地给予孩子关怀、喜爱和认可”<sup>④</sup>在无条件关注下成长的儿童有安全感，会积极按自身机体评价过程对外部刺激作出反应。但由于实际生活中的父母并非人人如此，大多数父母会在有意识、无意识间按照自己价值观念对某事物经验作出价值判断，并把自己的价值判断影射到对婴儿积极关注需要的满足。如此

---

<sup>①</sup> Rogers, 1951, P483 转引自江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 82 页。

<sup>②</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 87—89 页。

<sup>③</sup> Rogers, 1959, P223—224 转引自江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 88 页。

<sup>④</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 87—91 页。



儿童自我的发展就不能充分运用机体评价过程这一自身有利工具对外部经验作出评价和取舍，而间接的以是否能迎合父母的价值观而获得发展。随着孩子逐渐独立生活的需要，个体自身又逐渐发展出另一种积极关注的需要——个体自身积极关注的需要。即个体需要对自己的能力、喜爱作出判断和认可。这种需要的产生和满足是个体能否最终走向独立的一个必要条件。在这一同时进行双向的过程中，即父母的有条件积极关注及个体自我关注需要满足过程中，个体自我结构中逐渐习得一些有条件的价值感。认为有一些经验值得追求，而另一些不值得追求。而这些有条件价值感的形成大多并非主体运用自身机体评价过程作出的选择，而恰恰是父母或其他重要他人在他们价值观指导下有条件的积极关注的结果，是对某些需要积极关注，对另一些需要剥夺关注的过程。罗氏认为，有条件价值感是以后个体发展自我异化、自我分裂的必要条件。此时的个体在外部经验的刺激下，一方面机体要按照机体评价过程，如实地对刺激进行筛选、判断；另一方面，又由于价值条件的作用，有选择的处理与价值条件相同、相近一些经验，而故意排斥、扭曲或歪曲一些与价值条件不相一致的经验。它们要么被主体认识到，要么经过主体意识加工，以歪曲的形式得到反映。这样，“个体在婴儿时期的那种统整的内外一致的状态被打破了，个体不再能过一种内外和谐、协调一致的生活”<sup>①</sup>罗杰斯说“在我看来，这是发生在人身上的一种基本的异化。他不是真实地面对自己，面对自己自然而然产生的对经验的机体评价，而是为了维持他人对自己的积极关注，曲解自己经验到的价值，仅仅依据对于他人的意义来知觉自己的经验。当然，这不是他们自觉的选择。而是儿童身上一种自然的——然而也是悲剧性的发展”<sup>②</sup>

罗杰斯理论中阐述的关于人格发展的内容，虽然其中涉及“现象场”、“符号化”、“自我经验”，“自我结构”“机体评价过程”等概念，但综观这一人格发展的系统，我们不难发现一个问题，即作为自我经验的评价方式的机体评价过程是怎样习得的？个体在处理外界刺激时简单的根据经验在自身机体上产生的满足感来评价经验，并进而产生对该种经验相联系事件是趋近还是回避态度。这种能力是后天习得还是仅仅属于人类的一种先天本能？罗杰斯对

---

<sup>①</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 93 页。

<sup>②</sup> Rogers, 1951, P226 转引自江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社 2000 年版，第 93 页。

这一问题的回答是：它是先天的，是人人生而有的本能。罗杰斯认为人体在处理不断接受的刺激时，总能从中选择那些在当时和长远来看维持和增强有机体的刺激和行为，并将其迅速符号化。罗氏曾用“机体智慧”代替“机体评价过程”来形容个体这一过程，并常提到：“有机体本身的自发反应往往比理性思考更符合该有机体物种的本性，在反映的要求上，有机体的身体比他的大脑往往更可靠”<sup>①</sup>罗杰斯这种哲学上的先验假设是在自己长期心理治疗实践的基础上提出的，他认为人生而有建设性积极发展倾向，人人都有发展自己、完善自己的自我实现趋向。这种自我实现趋向是一种生物的本能，它是由遗传而得来的。罗杰斯曾说：“我们从临床经验中得到的最革命性的观念之一，是一种越来越确信的认知，即：人性最内里的核心，人格的最深层面，其‘动物本性的基层’，在其本性上是积极的——从根本上说是社会性的，是向前运动的，是现实的。”<sup>②</sup>

罗杰斯这种相信人性建设性积极发展的信念是“当事人中心疗法”的一个理论前提之一。从逻辑上说，只有当事人自身具有趋向成熟的积极倾向，才能在治疗关系中以当事人为中心开展心理治疗。反之，则会导致主体行为逐渐退化。对人性问题的追问与回答是每个心理学家不可回避的问题，对这一问题的不同回答与心理咨询和治疗时不同的方法取向紧密相连。弗洛伊德强调“潜意识”的恶，于是在精神分析中，分析师就千方百计、追根刨地的追问当事人“潜意识”中恶的因素。行为主义心理学对人性作机械的理解，在治疗时就偏重对条件的观察、测量。采用对心理或生理元素的原子式分析得出行为的原因。其实，即使在人本主义心理学阵营内，对这一问题的取向也并不一致。总体看来，罗洛·梅认为人性是中性的，不可忽视人性中破坏性的存在；而马斯洛、罗杰斯则对人性持乐观主义态度，虽然也看到人性中恶的一面，但认为那仅仅是由于需要无法满足而采取的防御行为。罗杰斯曾说：“我不想大家对此有何误解，我对人性的看法不是波莉娅娜式的盲目乐观。我清楚地意识到，出于防御和内在的恐惧，个体能够而且确会做出令人难以置信的残酷行为、幼稚行为、倒退行为、反社会行为，等等，然而，在我的体验中，最令人振奋和鼓舞的部分，就是在最深的层次上与这些个体打交道，并发现他们身上具有我们

---

<sup>①</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第82—83页。

<sup>②</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第83页。

大家都有的强烈的积极倾向。”<sup>①</sup>

## 2.2 做你真实的自己——人格的独立性、完整性、交互性理论

### 2.2.1 个体的体验是最高的权威

笔者认为，在罗杰斯的人格理论中，除了自我实现这一生物本能上的先设之外，还有一个哲学上的先设，它集中反映了罗杰斯认识论上的倾向，它集中体现在罗杰斯对现象场概念的理解和分析上。罗杰斯人格理论中这一认识论的假设即：“人总是按照现象场中他（她）所知觉到的样子来构造他的现实。”从哲学形而上学的角度来说，世界分为主客二元，即存在与思维，物质与精神的对立统一，对这一本体论问题的回答划分出哲学两大派别：唯物主义和唯心主义。认识论问题与本体论问题相互区别，又相互联系。从本体论上说，客观现实独立于我们的主观而存在，它不以我们主观意象为转移，有其自身的运动和发展规律。但从认识论角度看，个体的世界永远是他知觉到的世界。罗杰斯曾举过这样一个例子，两个晚间在两部乡间公路上驱车疾驶的人，突然发现前面路中间有个东西，一人所见是一块大石头，立刻惊慌起来；另一个人自小在西部乡间长大，立刻就知道那是一团风滚草，因而没事一般。<sup>②</sup>人总是反映和意识他直接知觉的世界，并受他所直接知觉世界的支配；罗杰斯认为“人永远是依据自己知觉到的样子来对外部世界作出反应的”<sup>③</sup>那如何保证自己的知觉与客观现实符合的呢？罗杰斯认为个体在运用自己的知觉的过程中，总是会不断与客观现实相互作用，以此不断检验和修正自己的知觉，保证自己知觉与客观现实的一致性。

正是基于这样的认识论假设，罗杰斯在自己的“以人为中心疗法”中强调倾听当事人，强调当事人自己解决心理问题的重要性。因为每个个体都生活在一个属于自己的认识论世界中，每个个体都有自己的现象场，而这些是无法用行为主义的那种“刺激—反应”和观测变量而获知和控制的。它是当事人自身的“存在”，一个人如何知觉客观世界，取决于他有怎样的参考系（frame of reference），即由他过去经验形成的，在当时已经存在的内部世界。每个人都是根据他已经具有的参考系来对经验加工，从而建构他的主观世界。因为外人

---

<sup>①</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第24页。

<sup>②</sup> Rogers, 1951, P84 转引自江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第78页。

<sup>③</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第78页。

总是不可能完全知道另一个人所具有的内部参考系，因此也就无法真切的了解在这个人眼中世界是个什么样子。<sup>①</sup>

在罗杰斯提出“以人为中心疗法”那样一个时代，哲学上理性主义、科学主义占据上风，反映在心理学上则是行为主义倾向大行其道，人们相信人只是一只比实验室里大一点的老鼠，它的一切都可以通过科学的刺激反应，通过变量的控制和测量而获知，人本身失去了作为一个独特物种所具有的特性。罗杰斯的这一强调个体知觉重要性、独特性的理论，无疑是反其道行之，有重要的时代意义。

## 2.2.2整体性的人格研究方法

罗杰斯的人格理论还有一种十分重要的倾向，那就是特别注重人格作为一个整体而存在的意义。其实，大多数人本主义心理学家，如马斯洛、罗洛·梅等都对行为主义、机能主义那种把人支解为各个部分，然后对各个元素集中分析的科学实验方法持批评态度。马斯洛、罗杰斯、罗洛·梅等人本心理学家大多是先吸收行为主义这一科学方法开始的，他们不但有着十分深厚的心理学、生理学科学实验研究的功底，像马斯洛、罗杰斯还是行为主义大师华生的弟子，只是后来在他们自身的研究中，认识到单纯运用科学主义的元素分析方法有许多不足之处，发现人作为一个整体而运动的事实，进而鼓励用整体主义研究方法。马斯洛认为之所以要采用整体主义的研究，而不应该只是对心理或生理元素的原子式分析，这是由心理学本身这一学科研究对象所决定。作为心理学研究对象的人的意识和行为，本身是作为一个整体而活动。研究客体自身的非线性导致对客体的研究不可能完全遵照“控制—反应”的科学实验模式。

### 2.2.2.1自我结构的格式塔范式

值得一提的是，马斯洛、罗杰斯这种在心理学研究中强调人自身整体性的观点，与他们多年的心理学研究和实践密不可分。在当时西方心理学界也的确是方法论上的创新，意义十分重大。但笔者以为，这跟20世纪中后期以来，西方科学发展的新趋势，新潮流所带来的科学研究方法论的改变亦不无联系。20世纪自然科学的发展，尤其是相对论、量子力学的提出给近代自然科学、线性科学片面强调分析的、简单性的方法带来冲击。“科学史表明，近代以来自然科学发展的主旋律一直是沿着古代毕达哥拉斯、阿基米德等人开创的方向前进

---

<sup>①</sup>江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第79页。

的，这便是探索复杂的自然现象中所蕴涵的简单性与和谐性，并力求将这种简单性、和谐性以人的直观容易把握的数学形式或语言表达出来。”<sup>①</sup>“牛顿学说在天体力学和物理学及化学中的成功应用，又使人们对这种科学理想的态度几乎成了一种坚定的哲学信念”。<sup>②</sup>但自然界本身是普遍联系的整体，它确实不像我们想象的那么简单，复杂性才是造化的本性。而近代以来的科学在方法上只注重分析，忽视综合；在研究对象上，只注重对线性系统和可积系统的研究分析，忽视非线性系统和不可积性；在科学问题的处理方式上，常常把非线性系统和不可积系统简单化和理想化。20世纪的自然科学发展出现了一系列探索复杂性的新科学，在广义上，系统论、控制论和信息论更是这些新学科的代表。除此之外，以耗散结构理论、协同学、超循环论、混沌学及分形研究为代表的非线性科学，代表着自然科学发展的新趋势。那种片面追求必然性、确定性、有序性的经典科学受到科学内部以及科学外部的多重批判，甚至即将走向终结。格莱克曾说：“混沌开始之初，经典科学就终止了。因为自从世界上有物理学家们探索自然规律以来，人们就特别忽略了无序，而它存在于大气中，海洋中，野生动物群数的涨落中，以及心脏和大脑的振动中。”<sup>③</sup>

伴随着经典科学自身发展的窘境以及现代化所带来种种弊端。西方自20世纪中叶以来开始反现代化浪潮。在哲学上，以后现代主义为代表，否定由启蒙时期以来作为蒙昧主义对立物的，以个人自律为标志的理性主义，而以一种非理性主义取而代之。在论辩方式上，表现为“复古主义”，“借鉴于东方”和“诉诸未来”三中形式。<sup>④</sup>不可否认当时西方的这种反现代浪潮也给心理学带来不小的影响。马斯洛、罗杰斯在50年代后期以来逐渐吸取存在主义、现象学等后现代化主义哲学的精髓，另一方面也从东方的道家精神汲取营养。这些在马斯洛后期的两部名著《科学心理学》及《人性的远征》中都有所体现。而罗杰斯在回答人生的目的时，则直接以老子“生之蓄之，生而弗有，长而弗宰”的词句表达。（英文（The way to be is to be）直译为“生存乃行事之道”）<sup>⑤</sup>

<sup>①</sup> 王鸿生著：《世界科学技术史》，中国人民大学出版社2005年版，第346页。

<sup>②</sup> 王鸿生著：《世界科学技术史》，中国人民大学出版社2005年版，第347页。

<sup>③</sup> [美]詹姆斯·格莱克著：《混沌：开创新科学》，上海译文出版社1990年版，第4页。

<sup>④</sup> 刘大椿：超越可能意味着愚昧，《自然辩证法研究》1998.10，第29页。

<sup>⑤</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第153页。



罗杰斯对人格整体的强调集中体现在“自我”概念的分析和阐述上。上面曾阐述过，“自我”或“自我结构”是指主体在总结提炼众多的自我经验材料后，并把这些材料符号化，形成的一个有组织结构的，相对稳定的独特知觉系统。这样一个知觉系统的组合，本身作为一个整体而存在，有一定的组织结构，其中一个小部分的改变会导致整个结构的改变。罗杰斯特地引用格式塔心理学教科书上那幅著名的两可图形“老巫婆和美少妇”为例来说明这一点。知觉者在一种心向下时，那幅图被知觉为一个丑陋的老妇；当知觉场中出现极少一些改变后，霎那间整个画面一下变成一位迷人的少妇。人的自我结构也具有这样的属性，当事人自我观念的转变往往是一变俱变，通体改变。<sup>②</sup>

### 2.2.2.2完整体验和接纳当事人自我及情感体验

此外，罗杰斯在心理咨询的实践中，在强调“以人为中心疗法”中助益性关系培养中，格外注重治疗中完整体验和接纳当事人自我及情感全部体验的重要性。主张治疗师完全进入当事人的内心世界，而丝毫不想进行评价和判断；准确意识并捕捉当事人那些隐含不显、朦胧隐晦，甚至混乱无序的经验，完整地共情理解当事人经验中那些模糊不清经验的意义。尽管如此，罗杰斯坦言真正接受他人及其感受绝不是一件容易的事。“接纳并不是唾手可得的。我们很难容许我们的孩子、父母、配偶对特定问题的看法跟我们自己有差异；我们不容许我们的当事人或学生跟我们有差异。就民族的层面来说，我们不能容许另一个民族的所思所想和我们有差异。”<sup>③</sup>

罗杰斯心理学理论的完整性还体现在把个体作为一个完整的存在，而不是仅仅是一个众多心理特征、生理功能总和。个体是一个对经验开发、不断趋向自我完善的过程，而不仅仅是一个已经完成的产品。“人是一个变化之流，而不是一块固体的物质；是不断变化的群星灿烂的潜能，而不是一定数目的特征组合。”<sup>④</sup>

## 2.3与哲学家的对话

如上所述，既然每个个体的内部参考系，即个人现象场只有个体自己最清

---

<sup>②</sup> 江光荣著：《人性的迷失与复归》，湖北教育出版社2000年版，第84页。

<sup>③</sup> [美]卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社2004年版，第19页。

<sup>④</sup> [美]卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社2004年版，第113页。

楚，外人无法完全获知，自我则是一个有着内部组织结构的整体。那作为个体外在的我们是否真正有能力去了解另一个客体呢？作为他人的存在是否有与别人进行平等对话的可能呢？罗杰斯没有给这个问题以一个正面直接的回答，但就个体如何与他人对话时，提出自己的意见，“个体在与他人对话时，应把他当作一个全部存在、一个活生生的人，确认他有能力创造内心的完善。”<sup>①</sup>罗杰斯把人际关系或对话分为两类：一种是把人际关系看成是一种机会，利用它来强化对方对于某类话语或观念的认同，即把对方看成一个客体——一个根本上说是可操控的、机械的对象。另一种是把人际关系看成是对他者“全部存在”的强化，即把他者看作个人所具有的存在的一切可能性，那么他的行为就会倾向于支持这种假设。罗杰斯说“从个人的角度，我更喜欢第二种假设。”<sup>②</sup>

### 2.3.1 马丁·布伯“我一你”关系对罗杰斯无条件积极关注技术的启发

罗杰斯这一对话理论的提出，深受犹太哲学家马丁·布伯关系本体论的影响。马丁·布伯（Martin Buber, 1878-1965）作为20世纪存在主义思潮兴起的先驱者之一，他是一位宗教哲学家，是伟大的德国心理病理学家尤根·布留勒

（Eugen Bleuler）的学生。他从犹太教思想传统出发，对近代西方哲学，尤其是对笛卡尔以来的近代西方哲学传统提出批判。认为关系才是本体，强调“我一你”关系的直接性、相互性、相遇性。他的主要代表作是1923出版的《我与你》，布伯认为世界的本体不是某种独立的实体的存在，而是关系。关系先于实体，实体由关系而出，因此，他的本体论又被称之为“关系本体论”。具体而言，关系分为“我一它”和“我一你”两种，代表西方哲学传统的，尤其是笛卡尔主客二分后的哲学思想恰恰是“我一它”关系范畴。笛卡尔的“我思故我在”高扬主体的权威，康德的先验主体几乎包容现象世界的所有，现象学则以纯粹主体去构造整个认识世界。布伯认为，这样的“我一它”关系其实并不完整，这种关系强调的只是主体对客体的利用，主体高高在上，“我”是世界的中心，而“它”作为一个被动者，“我”只能在世界之外去感知、去经验

“它”，“我”具有对象化“它”的能力，“它”只不过是满足“主体”需要的对象而已。这种“我一它”的关系中我与它本身的地位就是不平等的，在这

---

<sup>①</sup>[美] 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 50—51 页。

<sup>②</sup>[美] 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 51 页。

种哲学的态度下，主体只会一味的去认识和利用客体，把客体当作满足主体需要的手段而已。当今的理性主义、科学主义、人类中心主义就是其代表性思潮。与这种关系相对的是“我一你”关系，布伯认为这种“我一你”关系是世界之根本，布伯说“泰初有关系”，<sup>①</sup>即关系处在世界本体的地位。他认为世界的真正本体并非主体的“我思”，也不是某种独立于主体之外的客体，而是主体与世界上各种存在物之间的“关系”。“我一你”关系具有直接性、相互性的特征。在“我一你”关系中，人直接融合与世界之中，面对客体毫无概念，毫无中介。布伯说：“与‘你’的关系直接无间，没有任何概念体系，天赋良知，梦幻想象横亘于‘我’与‘你’之间，……一切中介皆为障碍。”<sup>②</sup>布伯认为‘我一你’要达到纯粹的关系，就要排除一切中介，因为一旦纯粹关系夹杂了别的东西，就会是“使关系本身丧失实在性。”

布伯批评了笛卡尔的“我思故我在”的主体观点，强调“我一你”关系的先于主体观念而存在。那作为主体的我是这样产生的呢？布伯说：“人通过‘你’而成为‘我’”。<sup>③</sup>也就是说，关系先于“我”而出现，作为实体的“我”的观念是后于“我一你”关系的。“仅当原初词‘我一影响—你’与‘你—作用—我’分崩离析之时，仅当‘作用’影响皆沦为对象时，‘我’才脱离无限本源的原始体验成为一实体。”<sup>④</sup>而只有在产生我之后，“我一它”才会产生。其顺序是原初的“我一你”关系产生了主体的观念“我”，最后才会有“我一它”的主客二分观念。“我一它”发端于“我”与“它”之组合，它在本性上后于“我”“它”作为对象化的产物，必后于主体“我”。“我一你”源于自然的融合，“我一它”源于自然的分离，也就是说，人在认识到自己是“我”而与“它”分离之前，本来是生活在“我一你”一体的关系之中的。人生之初，本无自我意识，人一旦意识到有我，他就进入“我一它”的范畴之中，把自己当作主体，把“它”当作对象或客体。

布伯在阐述“我一你”关系的本源初性时经常论及“之间”、“语言”、“言说”等概念和关系。在布伯看来，世界呈现为双重的。在“我一你”关系下，这种言说是：“对...说”（speak to）；而在“我一它”关系中，这种言说

<sup>①</sup> 马丁·布伯著：《我与你》，三联书店86年版，第33页。

<sup>②</sup> 同上，第127页。

<sup>③</sup> 同上，第44页。

<sup>④</sup> 同上，第37—38页。

则是“谈及...”（speak about）。正是“对...说”体现了布伯的对话思想，“对...说”是以“你”为开端的，表明人是伙伴，是平等的，在你我之间是相互回应的，而“谈及...”则以“它”为对象，表明我它之间的对象化关系，它在言谈中化为对象，人只有在把“它”作为对象来感知、看、听、触摸之后，才能谈及这一对象“它”<sup>①</sup>

罗杰斯曾坦言布伯及克尔凯郭尔对自己思想的影响。“我不是存在主义哲学的研究者，我最先熟悉的是克尔凯郭尔和马丁·布伯的著作，我在芝加哥大学时一些研究神学的学生竭力向我推荐这些著作，这些学生确信我会发现这些人的思想与我旨趣相投，在这一点上他们没有说错。”<sup>②</sup>在“当事人中心疗法”的咨询中，治疗师与当事人的关系意义重大。治疗师怎样看待当事人？是把当事人作为一个外在的心理不健全的客体？还是共情的溶入当事人的个人体验中？罗杰斯说：“在治疗的最深层次，当事人能够自由地体验自己的感受，没有理性的抑制或告诫，没有受到对矛盾情感的认知的束缚。我也能够用同样的自由去体验我对当事人这种感受的理解，没有任何有意识的评价，没有任何进行诊断或者分析的想法。”<sup>③</sup>罗杰斯认为一旦治疗关系中出现了这种体验的整体性、合一性、完整性。当事人或治疗师就获得了常说的“超越此世的品质”。“在这种时刻，借用马丁·布伯的话，出现了一种真正的‘我一你’关系，它是存在于个人和我之间的一种永恒的生命体验”。<sup>④</sup>罗杰斯在谈及如何与当事人进行真正平等对话时，曾坦言布伯关系本体论，对自己思想的启发，“耶路撒冷大学的存在主义哲学家马丁·布伯有一句格言：‘肯定别人’。这句在我看来特别意味深长。”<sup>⑤</sup>罗杰斯认为在与当事人的言谈中，如果把当事人当作固定不变的，已经被诊断和分类的，已经被治疗者塑造成型的客体来接受，那治疗者是尽他自己的力量来支持这种狭隘的假设。如果治疗者把对方作为一个当事人形成的过程来接受，那么治疗者就是正在做治疗者能做的来确认对方，或者说使对方的潜能得以实现。罗杰斯说：“正如布伯所说，肯定意味着接纳另一个人的全部人格，确认他，理解他，尊重他，促其变化。我在内心确认他，那么在他内心那

<sup>①</sup> 孙向晨：马丁·布伯的“关系本体论”，《复旦学报》1998.4. 第94页。

<sup>②</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》，中国人民大学出版社2004年版，第185页。

<sup>③</sup> 同上，第188页。

<sup>④</sup> 同上，第188页。

<sup>⑤</sup> 同上，第50页。

种人格就能得到完善、得到发展。”<sup>①</sup>在心理治疗甚至延伸到所有人际关系中，只有把对方看成是一个活生生的、完整的人，尊重、接纳对方的全部人格，才能真正促进对方的完善和发展。

### 2.3.2 克尔凯郭尔——生命处于不断的“生成”进程之中

克尔凯郭尔是19世纪丹麦宗教哲学家，是存在主义奠基者之一。他对19世纪上半叶西方社会呈现出的世俗化倾向以及它在宗教信仰领域中所带来的后果进行分析和批判。批判了哲学的理性在宗教信仰里的泛滥，导致宗教信仰的危机。力图恢复个体与基督教信仰之间的密切关系。克尔凯郭尔极力强调个体在“上帝”面前的谦卑和无能为力。认为理性和民主所带来的只是人的平均化，而不是“真正意义的个体”的出现。认为只有“上帝”才对我们拥有绝对的权威。除了“上帝”这个绝对至上的存在能够对我们发号施令之外，再也没有什么人能够对另一个人拥有权威，由此，个体之间的平等关系得以确立。<sup>②</sup>在澄清了关于个体与“上帝”的关系以及个体之间在“上帝”面前的平等关系后。在个体如何成为基督徒的问题上，“克尔凯郭尔主张排除教会的势力，淡化宗教仪式的作用，摒弃知性的理解作用的帮助，而将之变成一桩与“上帝”、与“永恒福祉”之间的“密谋和约定”。<sup>④</sup>人生的最大意义在于，以个体的有限性、时间性去追求“上帝”的无限性、永恒性。而成为一名基督徒也绝非一劳永逸，个体将永远以最为充沛的激情行进在通往“永恒福祉”的路途上，处于不断的“生成”进程之中。

“对于克尔凯郭尔的某些思想我并没有多少共鸣，但他许多深刻的洞见和信念完美地表达了我所持有但未能明白说出的观点。虽然克尔凯郭尔是生活在一百年前的古人，我却禁不住要认定他是一个敏锐而极有远见的同道。”<sup>④</sup>在

《个人形成论》中，罗杰斯曾把现代人的生存目标归为五个维度，即第一个维度：强调选择一种负责的、道德的、自我克制的生活态度致力于爱护并保存人类现有的一切。第二个维度：强调采取强力行动来克服各种障碍所带来的乐趣。它涉及充满信心地发起一种变革，以及解决个人的、社会的问题，或者克服自然界的障碍。第三个维度：特别推崇丰富而高度发展的自我意识来表达一

---

<sup>①</sup> 同上，第50页。

<sup>②</sup> 王齐：理性时代的信仰危机及出路，《浙江学刊》，2003.2，第24页。

<sup>③</sup> 王齐：理性时代的信仰危机及出路，《浙江学刊》，2003.2，第25页。

<sup>④</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社2004年版，第185页。



种自我充实的生活。第四个维度：重视对人和自然的感受能力，认为灵感来自于一种超个人的源泉，而个人的生活和成长是对这种源泉作出的诚挚的回应。第五个维度即最后一个维度：强调感官享受和自我愉悦。欣赏简单直接的生活乐趣和当下体验的丰富多彩及生活的自由开放。但罗杰斯并不主张生命的意义是为了达到上述某个静止的目标，而主张把生命看成一个动态的远离人格面具，远离“应该”，向着自我导向转变的过程。生命是一个实现潜能的生存过程，而不是某个固定的目标。“每当看到当事人似乎更开放地趋向于成为一个过程、一种流动性、一个变化时。不禁让我想起克尔凯郭尔对个人真实存在的描述：‘一个真实存在的个人不断地处于形成的过程中，并把他所有的思想转化为过程的术语。因为个人并没有任何完成的东西，个人只是一种风格，每次开始的时候，他都是在语言的潮流中兴风作浪。这样，最习以为常的表达可以经由一次次的新生成为他全部的存在。’”<sup>①</sup>

### 3、对行为主义科学的哲学思考

卡尔·罗杰斯作为20世纪最著名的人本主义心理学家之一，他把研究的主要领域放在心理咨询、心理治疗这一实践性很强的方面。他在近60年的心理学研究和治疗的实践中，除了不断地把心理咨询与治疗的理论同实践相结合，还不断创新和发展这领域的知识。尤其是自50年代以后，罗杰斯特色的“以人为中心”心理咨询思想逐渐成熟，开始走出心理学这一学科领域的限制，而渗透到哲学、教育学、管理学等众多学科领域。罗杰斯著作的对象除了心理治疗工作者，也为其他群众所喜爱。《个人形成论》1961年出版更是给罗杰斯带来了意想不到的全国声誉，他在事后发现：“自己是在为众人写作，包括护士、家庭主妇、商界人士，僧侣、牧师、教师、青年人等等。”<sup>②</sup>此后几十年间，罗杰斯成为美国心理学的代言人，备受大众媒体关注。凡是涉及人类心灵的话题，从创造性，自我认知到民族性格，他都会受邀面对公众发表自己的见解。多年的心理治疗实践加上心理治疗理论的逐步成熟，还有对众多社会问题发表自己见解的需要。此时的罗杰斯站在一个更加宏观的知识领域，以自己广阔的视野对心理学这一行为科学自身的认识更加理性和深刻。对行为科学这一学科的目

---

<sup>①</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004年版，第159页。

<sup>②</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004年版，导言第1页。

的、价值、研究和治疗的方法的认识更加成熟。尤为值得指出的是，在当时行为科学、精神分析理论占据心理学中心的背景下，罗杰斯认识到了行为科学这一科学自身的许多限制，恰当的给行为科学定位，在行为科学的目的和方向上做出了自己的贡献。

行为科学作为一门实践性很强的学科，除了其理论自身包含的理论理性之外，更有不少实践理性的内容。行为科学是在对人的行为充分认识的基础上，把相关的认识成果应用到实际的经济和社会生活中，大部分行为科学家希望利用这种科学的控制能促进经济和社会的发展，但也有可能落入到希特勒之流，成为这些权利欲极强的人控制人民的强有力工具，为任何有权利的个人或组织服务。科学本身只是一种工具，它所产生的作用具有两面性，行为科学也是如此。卡尔·罗杰斯认为当代人们对行为科学所即将产生的消极作用方面的估计十分不足。大多数人，其中最多的是普通大众的态度就是如此，他们要么否认行为科学正在发生的科学进展，要么干脆认为根本就不可能针对人类的行为有真正科学的研究。他们认为：“从某种意义上说，人永远是一个自由的主体，人这种动物永远不可能对自己持有一种客观的态度，因而不可能有真正的行为科学。”<sup>①</sup>“就像当初对原子分裂理论不曾有过任何担心一样，普通大众的态度也与此类似，一个走在大街上的人不必否认行为科学的可能性，他只要对于正在发生的进展视而不见就可以心安理得了。”<sup>②</sup>

### 3.1 斯金纳行为科学控制论

在对第一种态度批评之后，卡尔·罗杰斯着重引出和批评了以哈佛大学著名心理学家斯金纳（Skinner, 1948）等人对行为科学的认识。斯金纳鼓励心理学家利用自己所拥有的知识和控制力，把行为科学的知识充分应用到生活的各个领域——婚姻、孩子的抚育、道德行为、工作、游戏和艺术追求等各个方面，建成理想的乌托邦。斯金纳强调行为科学的控制力量，他说：“我们必须接受这样一个事实，即对人类事务进行某种控制是不可避免的。如果人不参与设计和创造那些影响人们行为的环境条件，那么，我们就不会在人类事务中利用理智。环境的改变一直是文化模式进步的条件，如果我们不能在更宏大的范

---

<sup>①</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 350 页。

<sup>②</sup> 同上，第 351 页。

围做出改变，那么我们就不可能运用更有效的科学方法。”<sup>①</sup>而且斯金纳认为这种控制力只会被善意地利用。斯金纳把他利用行为科学要达到的目标归结为：“让人幸福快乐、见多识广、技术娴熟、行为得体、具有生产力。”<sup>②</sup>通过科学的有控制的实验法来发现实现这些目标的方法，当个体接触到前面提到已经提及的方法和条件时，人们就极可能会导致前面提及的那些行为，于是，人们会变得具有生产力，或者变得顺从听话。斯金纳始终相信通过科学的行为主义方法和控制，就一定会创造出他理想中的人格和社会。他说“既然我们已经知道正强化如何起作用，以及负强化为什么不起作用，我们在设计我们的文化时就能更周密严谨，因而也更容易取得成功。我们能够获得这样一种控制力：受控制者要比在旧制度控制下更为小心翼翼地服从某种规则，但他们却同时感到自由。他们在做自己想做的事情，而不是被强迫做这些事情。这正是正强化巨大威力的源泉——根本不需要任何管制，也就不会有任何抵抗。通过精心的设计，我们不是控制最终的行为，而是导向行为的倾向——动机、欲望、愿望。最令人称奇的是，在这样的情况下，自由永远不会成为一个问题。”<sup>③</sup>

斯金纳竭力鼓吹的这种利用行为科学来为人类行为设定理想目标，并利用有控制的正强化实验方法达到这个目标的理论，却遭到了不少学者、特别是人本主义者的质疑。他们质问：个人自由的命运会怎样？个人权利的民主观念又到哪里去了？而斯金纳对此的回答是：“要利用科学方法来研究人的行为，必不可少的假设就是：个人是不自由的。科学分析的进程已经发现行为的各种原因，所有这些原因都源于个体的外部。用一个自由的内在的个人来解释外部生物机体的行为，只不过是一种前科学的赝品。”<sup>④</sup>随着斯金纳主张的行为科学应用的推广，我们不得不接受科学用来表达事实的理论架构。而困难在于，这一架构显然有悖于关于人的传统民主观念。每当我们发现某个事件对塑造个人的行为产生了一定的作用，个人自身的民主作用似乎就所剩无几；而且随着科学的解释越来越广泛，原来会被个人看作是属于自己的贡献，这时似乎趋向于零。个人引以自豪的创造能力，个人在艺术、科学和道德领域的原创性成就，他的选择能力，以及我们认定他所具有的对自己选择负起责任的权利——所有

---

<sup>①</sup>同上，第352页。

<sup>②</sup>同上，第352页。

<sup>③</sup>同上，第352页。

<sup>④</sup>同上，第355页。

这些，在这幅新的人类自画像中都变得黯然失色。我们从前曾经相信，个人能够通过艺术、音乐、文学自由地表达自己，自由地探究事物的本质，以自己的方式找到自我拯救的道路；个人能够主动行动，还能自发地和频繁地改变自己行为的进程；然而斯金纳却坚持认定：行动都是由施加到个人身上的外部力量引起的；那些难以解释和预测的行为，其所以难以解释和预测，仅仅是由于我们目前还没有找到它的原因。此外，对人性和政治的民主哲学，斯金纳认为那只不过是革命家号召人民革命的工具。“在号召人们反抗暴政时，有必要为个人增添斗争的力量；有必要通过教育让人们知道，他有权进行自我管理并能够自我管理。向普通老百姓灌输一种关于他的价值、尊严以及自我拯救的力量的新观念，不论现在还是将来，往往都是革命家使用的惟一策略。”<sup>①</sup>

### 3.2 行为科学目的与价值的矛盾关系

针对斯金纳极力主张利用行为科学控制人类的观点，罗杰斯明确表态不希望与此观点有何瓜葛。“我觉得，我在自己力所能及的范围内为促进行为科学的进展尽了自己的一份力量，但是，如果我和他人努力的结果竟会使人变成机器人，成为一个由人自己所创造的科学来塑造和控制的傀儡，我的确感到十分悲哀。如果未来的美好生活归结于通过对个人环境以及个人奖赏的控制，最终使大家毫无例外地成为具有生产力。适应良好甚至感觉幸福的人，那么，我不想与此有任何瓜葛。在我看来，这是一种美好生活的赝品，它似乎什么都不缺，惟一缺少了能使生活变得美好的真正要素。”<sup>②</sup>

#### 3.2.1 科学家的目的和价值与科学研究的关系

罗杰斯并非只是简单的否定这种行为科学控制论。他接着阐述了科学研究中目的和价值的矛盾关系，认为行为科学也同样存在科学的目的与价值的矛盾。而斯金纳之所以没有认清科学研究中的目的与价值的矛盾关系，恰恰是低估了科学研究中主观目的的作用。罗杰斯说：“在任何科学努力之中，不论是“纯”科学还是应用科学，个人预先总会对科学的目的或价值做出一个主观的选择，科学工作总是被认为服务于这些目的或价值的。主观的价值选择能促使

---

<sup>①</sup>同上，第356页。

<sup>②</sup>同上，第356页。

科学的追求变为现实活动，但主观的价值选择必定始终存在与这一追求之外，而且它永远不会成为科学追求的组成部分。”<sup>①</sup>

科学研究以实验归纳的客观方法为指导，确实能够解释许多行为的客观原因。但它似乎只是在主体主观研究的目的之中而进行研究，而且对科学研究成果意义的解释似乎也是主观给予的。“科学是基于这样一种假设，即行为总是有其原因的——一个特定事件引起一个特定结果，所以，一切都是被决定了的，不存在个人自由，主观的选择也是不可能的。但是我们必须想到，科学自身以及任何具体的科学追求，科学研究过程的每一次改变，对一个科学发现的意义所做的任何解释，针对如何应用这个发现所做的每一个决定，都依赖于当事人的主观选择。”<sup>②</sup>科学研究过程中的研究目的、方法、结果意义的阐释是个人判定的。科学家研究甲而非乙，那是因为他觉得甲研究对他具有更大的价值。他为自己的研究选择A方法而不是B方法，那是因为他觉得A方法价值更高。他用方法1而不是方法2解释自己的发现，也许是因为他相信方法1更接近他所着重的标准，似乎价值选择与科学追求本身密不可分，但与科学活动有关的价值选择又始终而且必然存在与科学研究活动之外。罗杰斯并不否认科学能够以某些价值本身作为研究对象。但认为对价值研究判断的依据只能是“另外的某种价值”。例如，现在有把“读、写、算”的能力与“解决问题的能力”两者作为教育的目标，科学研究能够为我们如何达到上述目标提供越来越准确的信息，科学也能够研究上述两种价值哪种更好。但判定“那种更好”的标准却只能是另一种价值。我可能注重大学的学业成绩，从而判定“读、写、算”的能力培养是教育目标，我也可能更看重个人素质提高，从而认为“解决问题的能力”更切重教育主题。但在这过程中，我做出判断的价值选择却在科学研究之外。

科学中主观设定的目的在促动主体研究动力的同时，似乎也为研究划定了不可逾越的界限。科学研究离不开主体为其设定的目的和价值，但最初确定的目的或价值却始终而且必然存在于它所引起的科学活动之外。“这至少意味着，如果我们为人们选定了某一个或一系列目标，并且接着开始在很大范围内控制人们的行为直到最终实现这些目标，那么，我们最初的狭隘选择就会让我们作茧自缚，因为科学活动绝不可能超越其自身而重新选择目标，只有主观的

---

<sup>①</sup>同上，第357页。

<sup>②</sup>同上，第357页。



人才能做得到这一点。”<sup>①</sup>正是基于对科学研究的目的与价值矛盾关系的思考。罗杰斯批评斯金纳在《沃尔登二世》中把行为科学的知识运用和操重于生活的所有领域、“让人幸福快乐、见多识广、技术娴熟、行为得体、具有生产力”，意图构建那样一个乌托邦社会的理想。认为在僵化的主观设定目标后的行为科学控制，只会导致人类陷于严重的封闭状态。

笔者认为罗杰斯提出的这一问题，指出了科学哲学领域的一些带根本性的问题，诸如：人类理性的认识范围、思维能不能真正的把握存在或者说科学的知识是不是切实的反映客观实在，又是否能够完全的把握外界客观事物。对这一点的回答，罗杰斯肯定清楚思维的有限性与无限性统一的关系。就其科学的本性而言，科学理性的思维方式是认知，是主体在头脑中形成的关于客体的观念和印象，以认知为其认识对象的根本方式，通过认识活动对对象进行思维加工，以便形成概念、做出判断以及进行推理，从而构成概念、定律、理论等。认识活动的成果是知识形态的东西，如概念、原理、判断、定律、公式等等。它的研究程序一般是运用科学方法将从观察实验中得来的经验事实，经过逻辑加工处理，形成假设，再经过反复论证、补充、修正，最终上升为理论。由于客观世界本身的纷繁复杂、千差万别，再加上人类感觉器官局限，还有我们已有的科学方法、逻辑思维等方面的历史局限性，我们对事物的认识无法做到完全认识的地步，这是人类所有认识本身的局限。科学的理性认识也同样具有这种局限。但如果把人类作为一个整体，站在历史延续性的角度来看，人类又最终能在微观和宏观的角度彻底的把握客观事物，人类只有尚未被认识的事物，而没有认识不了的事物。思维与存在具有同一性。

上述是认识论一方面的问题，另一方面，除了思维与存在同一性、理性能否把握客观事物的问题，理性自身还有理论理性与实践理性的区别。这就是近现代西方哲学谈到的工具理性与价值理性、主观理性与客观理性、理论理性与实践理性的区分。理论理性与实践理性虽然都是人类理性的范畴，但两者思维方式、复杂程度、评价标准都有许多不同。技术理性是实践理性的一个组成部分，实践理性除了人类改造自然界的实践外，还包括人类改造社会、改造自身的实践。康德曾经对理论理性和实践理性做过区分，他说，理论理性要解决的是“我能知道什么”，而实践理性要回答的是“我应当做什么”。“自然哲学

---

<sup>①</sup>同上，第359页。

讨论的是一切实有的事物，而道德哲学讨论的是应有的事物”。<sup>①</sup>黑格尔同意康德把理性划分为理论理性和实践理性的观点。在他看来，理性的理论方面“是认识真理的冲力，亦即认识活动本身——理念的理论活动”，其实践方面则是“实现善的冲力，即意志或理念的实践活动”。<sup>②</sup>“理智的工作仅在于认识这世界是如此，反之，意志的努力即在于使得这世界应成为如此。”<sup>③</sup>马克思在肯定以往哲学家把理性划分为理论理性与实践理性的基础上，深刻批判了以往哲学的唯心主义先验论本质，使哲学回到唯物主义的基点。马克思认为“改造世界当然要认识世界，要对世界做出正确的解释，但认识世界归根到底是为了改造世界，人们认识世界获得了客观真理和科学知识，不仅对客观世界的事物要做出正确和满意的解释，还必须通过改造世界的实践转化为客观实在的有利于人们社会生活和社会发展的物化对象。因此，主体在达到对客体的观念的理论的掌握之后，必须进一步过渡到客体实践的把握。”<sup>④</sup>在人类改造客观世界的过程中，主观的需要和目的通过对客观的东西的改造而实现，客观的东西按照人的目的和愿望而得到改变，使之成为符合人的目的和需要，对人有用的东西。但在人类对客观世界改造之前，人类区别于所有一切事物的一个本质特征，是人类已经在头脑中对这种改造活动有了设计。他在自己的头脑中已经建构出改造的方法、目的、结果。这就是人类的意识，意识是人类的实践区别于动物的本能活动的一个根本特征。

实践观点同样是马克思对以往哲学家关于思维与存在观点的一个突破，是在把人类的理性划分为理论理性和实践理性的基础上，对实践理性的进一步阐释和拓展。恩格斯指出：“全部哲学，特别是近代哲学的重大的基本问题，是思维和存在的关系问题”。思维和存在的关系问题作为哲学的基本问题，包括两个方面的含义，即思维和存在何者为第一性的问题。以及思维与存在有无同一性的问题，前者涉及的是唯物唯心的哲学党性问题，后者则是认识论方面的问题。以往的哲学家在只阐述到思维能否客观认识存在，即人类思维能否把握客观事物就止步了。马克思批评了以往哲学家在这个问题上的局限性，称这种唯物主义认识论为“半截子唯物主义”。指出：“以往的哲学家只是用不同的方

---

<sup>①</sup> 康德著：《纯粹理性批判》，华中师范大学1991年版，第668页。

<sup>②</sup> 黑格尔著：《小逻辑》，商务印书馆1980年版，第142—143页。

<sup>③</sup> 同上，第410页。

<sup>④</sup> 夏甄陶著：《认识发生论》，人民出版社1991年版，第402-403页。

式解释世界，问题在于改变世界”。<sup>①</sup>这就是说，以往的哲学家在对思维与存在有无同一性问题的解释是有缺陷的。“思维与存在的同一性问题除了包括思维能否认识和解释已有的存在的问题外，还应包括人类在改造世界的实践过程中思维能否设计目前不存在但将来会出现的事物问题”。<sup>②</sup>

此外、实践理性与理论理性在思维方式上也有的区别。理论理性以探索客观事物的真理性为目的，并不改变物质客体的现实存在形式，而只是在主体的头脑中再现客体，总是表现为由感性直观向理性思维的运动以及两者的统一，而且常常表现为用科学的思维方法进行概念、定义、判断的推演。其结果最终也以理论形态表现出来。科学抽象有赖于正确的思维方法。科学认识论认为科学思维必须遵循的基本规则是：在逻辑上要求严密的逻辑性，达到归纳和演绎的统一；在方法上把握分析与综合这两种思维方法，善于把它们辩证地结合起来；在体系上使思想进程反映历史进程，实现逻辑和历史的一致。同时，在理论的研究中，特别需要善于运用从抽象上升为具体的辩证方法。从抽象上升到具体，是科学认识上升到理论层次的重要标志。“思维中的具体”是科学认识的结果，是被透彻地加以研究和被理解了的具体。它不同与“感性的具体”，不是向“感性的具体”的简单回复，而是思维掌握具体，把它当作“精神的具体”复制出来，达到具体和抽象的统一、客观现实内容和主观思维形式的统一。“思维中的具体”也不止于“抽象的规定”，而是许多规定的综合，是多样性的统一。<sup>③</sup>在这种过程中，具体既是认识的起点，又是认识的终点，从“感性上具体”到“思维中的具体”，构成科学认识螺旋式的上升运动，其中的中介或桥梁就是“抽象的规定”。

与此不同，技术理性的思维方式则是通过人有“目的”的设计活动表现出来的，人类进行的任何活动都是有目的、有计划的活动。人在进行实际的活动之前，总是预先在自己的头脑中对活动进行周密的计划，包括实践的目标、方法、预期结果等等。就像人类的任何活动一样，科学技术也是如此，科学技术哲学本身可以细分为科学哲学与技术哲学，这种划分的一个十分重要标准就是上述的理论理性与实践理性的区别，科学理性是理论理性一个十分重要的组成

---

<sup>①</sup> 马克思 恩格斯著：《马克思恩格斯选集》，人民出版社1972年版，第19页。

<sup>②</sup> 陈凡、王桂山：从认识论看科学理性与技术理性的划界，《哲学研究》，2006.3，第96页。

<sup>③</sup> 刘大椿著：《科学技术哲学导论》，中国人民大学出版社2000年版，第168页。

部分，甚至前者可以近似等同于后者，而技术理性与实践理性则是一般与特殊的关系（实践理性还包括人类社会实践、人类对自身的改造）。这样，相对于理论理性与实践理性区别，科学理性与技术理性也有类似不同。技术哲学通过人工自然的活动，一般是从社会需要出发形成技术问题，确定技术目标，再经过规划设计，使技术原理具体化，形成技术方案，最后通过研制或施工制造出所需要的人工物品来。当然这种设计和创造需要基础，而不是凭空臆造、也无法凭空臆造。这个基础就是理论理性或科学理性。人们只有在对事物的结构、形态、运动规律充分把握的基础上，才能进行合乎目的的对即将要人工创造的事物进行合理的设计、规划，并依此对这些物质形态的结构、属性、功能、进行必要的选择、加工制作和重新组合，并依据当前社会的背景，恰当的选择理想客体、工艺方法、操作规程等等，最终造出人工自然。不难看出，技术理性相对与科学理性对自然界的“纯粹理论把握”，里面包含着科学理性的内容，更涉及到社会科学、社会现实等诸多因素。正是由于科学理性与技术理性本身这种思维方式的差别，导致两者在复杂程度、评价标准方面也存在区别。科学的目的在于正确的解释自然，科学知识是否正确就在于理论能否恰当的解释世界，是否与客观实际相符合、一致。然而，评价技术的标准却不一样，技术活动是人类改造客观实践，创造人工自然的活动。马克思指出人的活动有两个尺度，人是按照自身之外的客观事物的尺度和自己内在尺度进行生产的。这说明人类的生产不管在何种基础、何种水平上，都必须是客观事物尺度与人的内在尺度的统一，合客观规律性与主体目的性的统一。<sup>①</sup>

在对科学理性和技术理性的联系与区别了解的基础上，我们对罗杰斯重点研究的行为科学这一科学的特定领域进行分析，行为科学这一概念本身有广义狭义之分。从广义上说，把行为科学看作是一个学科群，把一切与行为有关的研究，甚至包括整个自然界一切生物的行为、各种社会动态和自然现象全部列入行为科学的研究之列。得到公认的行为科学有心理学、社会学、社会人类学以及在观点和方法上与之类似的其他学科的部分。狭义的概念则把行为科学解释为运用心理学、社会学、人类社会学等学科的理论与方法，来研究工作环境中个人和群体行为的一门综合性学科，而并非一学科群。60年代后，世界上狭义的行为科学有组织行为学、管理心理学、管理行为学等，主要是从狭义角度

---

<sup>①</sup>陈凡、王桂山：从认识论看科学理性与技术理性的划界，《哲学研究》，2006.3，第100页。

谈行为科学，即研究人类行为的行为科学。具体讲，就是对个人及群体的组织活动行为，以及对其行为产生的原因、行为的各种表现，进行分析研究。它涉及到人的本性和需要，行为的动机、意志、欲望、情感、道德等，也属其研究之列。行为科学研究的主要内容包括有：个体行为、群体行为、领导行为和组织行为等四个方面。

我们在此不对行为科学狭义和广义的概念进行过多论述。但无论从行为科学广义或狭义的角度来看，站在理论理性与实践理性的视角来观察，行为科学是指运用社会学、心理学、人类学等学科的理论和方法，来研究工作环境中的个人和群体的行为的一门科学。它是行为科学家在熟知社会学、心理学、人类学等部门理论科学知识的基础上，把人类自身作为客观物，在充分把握人体活动规律、对感情、意志、记忆等人类自身现象理性认识的基础上，结合社会学、人类学等相关学科的科学知识和方法，研究人类与群体关系的科学。不难看出，行为科学是一门诞生不久的交叉科学，而且更确切的说它是一门技术科学。因为是技术科学，研究过程肯定本身肯定会有依据相关科学理论进行实验、即塑造一个“人工自然”的过程，只不过这里的“人工自然”不是具体的客观外界事物，也不是老鼠、猩猩之类的动物，而是把人类自身作为科学研究直接的实验对象。而且，更糟糕的是，因为是技术科学，行为科学家肯定要在科学实验之前，主观的设定科学的目的、控制的方法等等，例如，哈佛大学的斯金纳博士正是一名敢于把自己拥有的行为科学知识进行客观实践的倡导者，他希望借助行为科学实验，把人类建设成为一个和谐的“乌托邦”。他把实验的目标设定并仅仅设定为：让所有的人感到幸福、工作效率高。借助科学的控制方法，他相信所有的被试就会产生幸福的感觉，人类社会从此不再有痛苦，而且人们的生活效率极高。

### 3.2.2 行为科学的新目标

针对斯金纳博士的这种“乌托邦”设想，罗杰斯表示不敢苟同，甚至惟恐大家在这一问题上把与斯金纳教授相提并论。“我无论如何都做不到像斯金纳那样，认定所有这一切都只是幻觉，认定主动性、自由、责任、选择都不是真实的存在。”“在我看来，这种世界将会毁灭个人，毁灭我在治疗最深入的时候所了解到的个人。在这种治疗的时刻，与我相处的那个人自发而率真，自由而负责任，也就是说，他意识到了他具有某种选择自我实现的自由，意识到

了自己的选择会产生的后果。”<sup>①</sup>

罗杰斯认为任何一种科学追求，不管是“纯粹”的还是应用的，都是在追求某种人们主观选定的目的或价值中得以实施。重要的是这种选择应该公开做出，因为我们追求的某种价值永远不能由被它引出并赋予意义的科学活动本身所检验、评价、证实或否定。最初确定的目的或价值始终而且必然存在与它所引起的科学活动之外。如果我们为人们选定了某一个或一系列目标，并且接着开始在很大范围内控制人们的行为直到最终实现这些目标，那么我们最初的狭隘选择就会让我们作茧自缚，因为科学活动绝不可能超越其自身而重新选择目标，只有主观的人才能做到这一点。因此，如果我们仅仅把幸福状态确定为人类的目标，而且为了能使人变得幸福，如果我们还把整个社会都置于成功的科学规划之中，那么，我们会陷于严重的封闭状态，于是乎没有任何人会主动地对这一目标提出疑问。这是因为我们的科学操作不可能超越自身而对其指导性目标提出质疑。“无庸质疑，我仅仅要指出，严重的僵化，无论对于恐龙还是对于独裁政治的生存进化，恐怕都没有什么适应价值。”<sup>②</sup>

或许还有人会这样想：持续的科学追求本身将会使目标得到演进；最初的研究结果会改变此后科学进展的方向，随后的研究结果则会使之进一步改变，于是科学就会产生自己的目的。似乎有许多科学家私下持有这种观点。这一描述的确有道理，但它忽略了这一持续发展过程的一个要素，即个人的主观选择会介入任何一种科学方向的改变。科学的发现和实验的结果绝不会而且永远也不可能告诉我们科学要追求的下一个目标是什么。哪怕是在最纯粹的科学之中，科学家也必须断定发现结果有何意义，而且在追求目标的过程中，他必须主观地决定后面的哪一步最有价值。“如果谈及科学知识的应用，那么，让人感到失望的是，在原子结构方面日益增多的科学知识本身，并没有对这些知识的应用目的做出必要的选择。这是一个必须由人做出的主观的个人选择。”<sup>③</sup>

在批评了斯金纳主张用行为科学知识控制人类的观点后，罗杰斯提出科学应该发端于一套主观选定的价值标准，“那么，我们就可以自由地选择我们想

---

<sup>①</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 356 页。

<sup>②</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 359 页。

<sup>③</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 360 页。

要追求的价值，而不会被束缚于某种严密控制的幸福状态以及生产力之类的愚蠢目标。”“假设我们首先提出一套与斯金纳的那类目标完全不同的目标、价值、目的；假设我们公开地提出这些目标，让大家把它们作为可接受也可拒绝的价值选择；假设我们选择的价值强调过程的流动要素而非静态属性；”<sup>①</sup>

在罗杰斯看来这种新的行为科学观可能会看重以下一些特征：把人看作是一个形成的过程，一个通过自身潜能发展而获得价值和尊严的过程；把人看作是一个自我实现的过程，不断实现更具有挑战性和更丰富多彩的经验；在这个过程中，个人致力于创造性地适应不断更新与不断变化的世界；在这个过程中，知识可以超越其自身，例如相对论超越牛顿的经典物理学，而相对论有朝一日也会被某种新的观念所超越。

罗杰斯认为行为科学的目的是，“简而言之，科学能否发现这样一些方法，使人类能够通过其行为、思想、知识顺利地变成一个持续发展和自我超越的过程？科学能否预测和解放似乎‘不可预测的’人的自由？”<sup>②</sup>

罗杰斯认为行为科学作为一种方法，当然也可以服务于使人变得博闻强记、感觉良好、顺从听话等一类静态的价值目标，但其功能之一的确可以用来促进和实施上述的另一类动态价值目标。行为科学有可选择的空间，我们可以这样选择：利用我们日益增长的知识，通过我们的前人做梦都不曾想到的方法来奴役人民，使人失去个性，并借助精心选择的工具来控制他们，使他们在懵懵懂懂之中将自己的人格丧失殆尽。如同斯金纳博士所倡导的那样，利用我们的科学知识使人得到必要的快乐感受，行为适应良好，具有生产力。如果我们愿意的话，我们还可以这样选择：让人们变得循规蹈矩、从众乐群、温顺听话。当然我们也可以做出相反方向的选择。我们可以选择以适当的方式利用行为科学，要解放人，而不是控制人；促进建设性的变化而不是服从；促进创造而不是满足于现状；推动每个人能主导自己的过程；帮助个人、团体甚至科学理论本身实现自我超越，以便能以新颖的适应方式来应对生活及问题。

罗杰斯认为如果我们下定决心，要利用行为科学知识让人们获得自由，那么，我们就必须公开而坦诚地在生活中始终面对行为科学自身的大悖论。我们将认识到，从科学的角度来考察人的行为，可以肯定无疑地说，行为是由某种

---

<sup>①</sup> 同上，第 360 页。

<sup>②</sup> 同上，第 361 页。

先行的原因所决定的。这是一个伟大的科学的事实。但是，负责任的个人选择，是人之为人的最基本要素，是心理治疗的核心体验，它的存在先于任何一种科学研究。“我们必须认识到，否认负责任的个人选择的体验，就如同否认行为科学的可能性一样，都是执迷不悟的愚蠢行为。我们经验中的这两个要素似乎是对立的，就如同关于光的波理论和粒子理论之间的矛盾，尽管二者是相互矛盾，但又都可以被证明是真实的。我们绝对不能否认对主观生活的客观描述；同样，如果我们否认主观生活本身，那同样是有害无益的。”<sup>①</sup>

#### 4、卡尔·罗杰斯人本主义思想与传统中国哲学思想的联系

人本心理学是20世纪40、50年代在西方兴起的心理学流派,针对盲目照搬自然科学方法的机械主义心理学的种种弊端,马斯洛、罗杰斯、弗洛姆等人本心理学家重新回到哲学中寻求智慧,道家哲学成为他们注目的对象。罗杰斯吸收老子思想而创立“以人为中心疗法”;马斯洛更是对道家表现出特殊喜好。晚年的马斯洛坦言,“在心理学中探险并走遍了各条道路”,“认真考虑全部道家的观点之后”,他主张,作为科学家、医师、教师和父母,必须使自己“更符合道家追求的形象。”道家哲学对罗杰斯人本心理学的影响主要体现在哪些方面?这一文化现象对我们认识道家哲学的普适价值及其现代转换有何启示?对东西方文化的融会互补有何借鉴?本文就此略抒浅见。

罗杰斯及其开创的“以人为中心疗法”在当代心理咨询和心理发展历史上享有特别的声誉。尽管罗杰斯“以人为中心疗法”在理论上以西方文化思想为主要依据,在实践中强调突出个体意识、自我依赖的观点,但罗杰斯与他的“以人为中心疗法”和中国文化还是很有些渊源的。

##### 4.1 卡尔·罗杰斯人本主义思想与老子道家思想的联系

1922年,罗杰斯到北京参加世界基督教徒学生联合会,在中国的见闻使他原有的一套信念受到很大冲击。这次经历以及从中得到的感受使罗杰斯相信:人最终必须信任、依靠自己的经验,才能做真正的自己。这一思想深深地影响着他日后的人格研究。罗杰斯在1964年以后加入西部行为科学研究所的研究工作后曾经公开表明过东方哲学思想,尤其是《老子》对他个人的心理咨询工作产生的启发。他在《存在之道》一书中说:“近年来我发觉自己很喜欢佛教、禅宗的法门,尤其是老子的言论……”

---

<sup>①</sup>同上,第365页。



老子的生存哲学是以自然无为的“道”导入的。从这种“道”本原出发，老子对天地万物的生成过程进行了哲学考察。即：“道生一，一生二，二生三。万物负阴而抱阳，冲气以为和。”（《老子》四十二章。下引只注章数）上述两处“一”字系指道的普遍本质或各种具体存在对象所具有的共性。也就是说，作为宇宙本原的道虽然不是具体的存在，但各种具体对象的产生却是道的本质的流转和滞留，它们反过来又各以其具体的存在形态而显示出道的共性。因此这两处所说的“一”字，既揭示了道在演化天地万物过程中的分化性，又揭示了道与具体存在者之间的关联性及其对诸多存在者的规定性。<sup>①</sup>关于道的内涵，《老子》一书中说得含混不清。这大概吻合老子哲学关于道的定义——道是微妙玄奥的，“道可道，非常道”（第一章）。老子对“道”的描述还有：“道之为（注：帛书《老子》甲、乙本均无‘为’字物），<sup>②</sup>惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有精，其精甚真，其中有信。”（二十一章）“道”是老子哲学体系的核心，整个世界万事万物都是从“道”那里派生出来的。后人对道究竟是什么议论不一，但不外乎：1.道是世界万物的本原；2.道是本体论的高度概括；3.道是一种高度的政治智慧，可以理解为一种普遍规律。正是基于这种致思方式，老子认为道演化为具体存在者的过程，完全是以其自性、自因和自身所具有的力能为向度的。它“生而不有，为而不恃，长而不宰”（五十一章），其本身即内含在具体存在者之中。老子把这种情况称为“自然无为”，即：“道常无为，而无不为。”（三十七章）“道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。”（五十一章）总之，道是万物的本原，创生万物，调养爱护万物，却不主宰万物；它的规律就是对立转化，返本复初。

老子根据对道之真朴特质及其外显属性的考察，将“少私寡欲”、“知足之足”、“见素抱朴”等，作为呵护人自身的自然生存的原则。所谓“少私寡欲”，并非教人奉行禁欲主义，而是要人在物欲声色面前“去甚，去奢，去泰”（二十九章），把自己的消费享受控制在合理的限度之内。所谓“知足之足”，就是要人把物质享用定位在生理欲求的基本满足上。在老子看来，以“慈”、“俭”养生能使人坦然长寿，而贪得无厌、腐化堕落则使生命走向灭亡，故“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得”。（四十六章）所谓“见素抱朴”，

<sup>①</sup> 丁原明：老子的生存哲学，《哲学研究》2003.3，第40页。

<sup>②</sup> 北京大学哲学系中国哲学教研室：《中国哲学史》，北京大学出版社2001年版，第70页。

则要求人始终固守住从道那里察得的一份真朴之性，并借以抵御享乐腐化给生命带来的麻痹和灾害。老子强调，生命能量的培蓄不在于占有和挥霍多少物质财富，而在于确立一种淡泊宁静的生活理念去厚藏根基。人要想保持健康长寿，呵护自身生存，就必须以真朴之性去充实自己的生命精神，并通过这种内在精神的充实去调节人与自身、与消费行为之间的矛盾。

罗杰斯心理治疗思想的根基是人。他“强调人不只是以某种角色身份出现的，人是一种完整的实在，是相互作用的统一体”。从这个“人”出发看人生、社会，就会引发出自我(self)、现象场(phenomenal field)、机体智慧(organismic Wisdom)、机体评价过程(organismic valuing process)、实现的倾向(actualizing tendency)等重要概念。在其心理治疗的方法论中，则涉及到真诚一致(genuineness)、无条件积极关注(unconditional positive regarding)、共情(empathy)或共情性理解(empathic understanding)等。对于心理治疗的理想后果，按罗杰斯的描述，这个“人”将会对经验或体验开放;表现出存在主义的生活;信任自己的机体;在生活和人生中更有自由感、选择感并能迸发出他的创造力。这些概念和描述，从表面上看与老子哲学相去甚远，但深入的分析将把我们带进一个明朗的境界，在那里，罗杰斯的心理治疗思想和老子哲学发生着奇妙的关系。

总体的比较老子的思想与罗杰斯思想，发现在以下的几个方面有些相似之处：

第一、老子与罗杰斯的人性学说以及由此引发的生存之道相似。

在老子看来，宇宙中有四种东西是最主要的、最关键性的，而人的价值占了其中之一。“故道大、天大、地大、人亦大。域中有四大，而人居其一焉。”(二十五章)。这是为什么我国心理学家认为老子哲学中推崇“人贵论”的依据。在对人性的认识上，老子主张的人性是‘朴’，即从道那里获得的自然性;罗杰斯则认为，人性是由所谓实现倾向所决定的，是可以信赖的。这个实现倾向即是“……对有机体的履行、实现、维持和增强的趋向”。<sup>①</sup>老子有言曰：“人法地，地法天、天法道，道法自然”(二十五章)。这给我们的启示是，人效法大地，间接地从天、再从道那里获得自然性、自在性。老子所主张的“人法地”的精神，给了我们更深刻的启迪:人应效法大地，或者说人应以大地

---

<sup>①</sup>江光荣著：《心理咨询和治疗》，安徽人民出版社1995年版. 第295页。

为法则——大地的意义在其宏大、厚朴和生机，因此它能无所不包，无所不纳，运行不止，生机勃勃；进而言之，人的价值和尊严，人的生命意义也应如此。

人的生存可以分为自然生存、社会生存和精神生存的三种范式，老子的哲学在本质上堪称人类怎样生存的哲学，统摄了对人的自然生存、社会生存和精神生存的三重思考。人的感性生命作为肉与灵的有机统一，与生即具有生理本能和自然欲望。倘若人的本能需要和自然欲求得不到基本满足，抑或人的消费行为超越了生理机体的承受能力，都将难以维持自己生命的存活和健康。这就遇到一个既要满足其基本欲求，又不能使其本能欲求无限膨胀的矛盾。这个矛盾既是一个养生学问题，又是一个生活哲学问题。而对它的处理，实际上关涉到怎样协调人与其自身的关系，怎样呵护人的自然生存的问题。老子的理智之处，在于他根据对道之真朴特质及其外显属性的考察，将“少私寡欲”、“知足之足”、“见素抱朴”等，作为呵护人自身的自然生存的原则。

人类要想世代代存续下去，不仅要安顿好个我自身的自然生存，而且还要安顿好人类这个大我的社会生存。人是社会的人，是在人与人、人与外在物的互相限制、束缚而又不断调谐中得以展现其自身的。故而，所谓社会生存是指个我生命或自然生命走出自我规限而进入社会领域后，究竟选择或创制一种什么样的生存方式以协调各种关系，并借以继续安顿自家生命的问题。相对而言，人的社会生存比人自身的自然生存更具有根本性，因为社会生存才是人的生存的真正内涵和本质。按照老子的致思方式，既然人的感性生命是一个察道而生的自然的存在，那么它的本性就是自由的，因而在社会中应过自由的生活。在老子看来，人的生存环境的营造不在于去有意作为，而在于顺任事物的自性去发展，在于利用事物自身的力量而不加干预，以最终实现人的生存目的。这也就是他所提倡的“自然无为”。老子说：“道常无为而无不为。侯王若能守之，万物将自化。”（三十七章）“我无为而民自化，我好静而民自正，我无事而民自富，我无欲而民自朴。”（五十七章）“是以圣人处无为之事，行不言之教。”（二章）老子对用“自然无为”的方法去创造一种理想的生存环境是充满自信的，认为作为现实社会主宰者的“侯王”，只要去“为无为”，“事无事”（六十三章），就会顺应天道，一切任其自然，于是也就消解了那些人为的矫饰、压榨、束缚和纷争，从而使人们过上“甘其食，美其服，安其居，乐

其俗”的“小国寡民”(八十章)的圆融和乐的生活。

罗杰斯作为人本主义心理学的代表,力图突破当时心理学中精神分析学派、行为主义要么把人本性界定为恶、要么把人等同与实验室里老鼠的判定。主张心理学应该研究人的价值和尊严,咨询和心理治疗应该为恢复和提高人的价值、尊严作贡献,人不是像精神分析学家眼中的无理性的生物体,一种受着各种内在力量奴役的微小卑劣的生物体;人也不是行为主义心理学家眼中大一些的“白鼠”或“鸽子”,而是通过学习和各种外在条件的制约才成为人的。罗杰斯认为,人性是由所谓实现倾向所决定的,是可以信赖的。这个实现倾向即是“……对有机体的履行、实现、维持和增强的趋向”。<sup>①</sup>有机体本身具有智慧即所谓机体智慧,能够通过机体评价过程表现出来,从而对自我和经验(体验)进行价值判断,在人的活动发展过程中,增进自我,保持自我与经验(体验)的协调,以保证人性向充分发挥机能方向发展。在这里,做人或成为人(becoming a person)是一致的。值得注意的是,罗杰斯所用becoming一词的本意,是指人之成为人的过程是持续不断进行的,没有终结,没有完成,只有状态永存。

马斯洛,罗杰斯等人的人性思想明显地折射出道家色彩而与西方传统观点相悖。在马斯洛《基本需要的类似本能性质》和罗杰斯《我的人际关系哲学及其形成》等论文中,他们均指斥了将人性解释为恶的动物性这一西方文明已普遍相信的观点的片面性。马斯洛认为人的本性是由自然演变而形成的人类所特有的“似本能”所决定的,而这一人类共同特性是中性的或者是好的,是“先于善和恶”的,如果压抑或否定这种本性则将引起疾病或阻碍人的成长。罗杰斯基于这一认识,提出了独特的人格理论和心理治疗理论,既不同意斯金纳提出的以社会规范等外在力量控制、压抑人的生物本性来达到个人完善的主张,又不同意弗洛伊德提出的通过代表社会价值的“超我”对“本我”的压抑或实现升华来促进个人完善的主张,而是强调发现和保持人的内在本性对于发展人格的重要意义,主张合乎本性地生活,“摘下面具”,“没有任何做作”,“心理治疗和自我治疗的首要途径是发现一个人的真实本性”<sup>②</sup>;罗杰斯在《成为一个人意味着什么》等文中强调,促使来访者抛弃那用来应付生活的伪装、面具,让他们变成自己,乃是

<sup>①</sup>江光荣著:《心理咨询和治疗》,安徽人民出版社1995年版,第295页。

<sup>②</sup>马斯洛著,林方译:《人性能达的境界》,云南人民出版社1987年版,第111—112页。

“以人为中心疗法”的目标。

第二、老子的理想人格与罗杰斯充分自我实现的人有许多相似的特征。

如果说老子所关注的人的自身生存和社会生存是着眼于现实层面的话，那么他所关注的人的精神生存则是从超越的层面立论的。老子追求的超越是指超越人欲物累，超越人为造作、财货名利和社会性规范的钳制，并通过这种超越而使生命获得一种精神性的存在形态。因为按照老子的思想逻辑，他虽然把人欲物累和肆意妄为等视作破坏人的自身生存和社会生存的因素，并试图以“少私寡欲”的自然之德和自然无为来消除这些破坏性因素，但是这些方法或途径却仅局限于生命存在的现实层面，而没有开显出生命存在的超越性一面，即没有开显出生命的那种超越时空和肉身的精神性的存在形态。故而，老子所企冀的精神生存实际上是一种精神上的超拔与解脱，并表现为一种空明的心灵境界。而这种心灵境界则是透过虚己无身、涤除玄鉴、与道冥合等，逐层加以开显的。<sup>②</sup>

虚无之道的超越意义在于即物而不滞于物，即象而不滞于象，即有而不滞于有。同样，心灵之虚己也并不是要人持虚无主义的人生态度，而是揭明人类唯因道之虚无才能保持主体自我虚位而达于真朴的生存状态，才能透过人的主体性的逐渐淡化而从自我执着和自我封闭中惊醒过来。所谓“吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾何有患”（十三章），就是启导人类在虚无之境的洞照下，将主体自我从人欲物累、名利财货及一切规范的束缚压制下疏离出来，从而保持其自由真性和独立人格。因此，老子所强调的虚己无身可视为对人类生存本质的形上反省，并在“自然”的视野下透显着独具魅力的人文思想和人文关怀。<sup>③</sup>老子反对工具性的智巧并非要取消人类的智慧，而是着意确立一种同世俗智巧相对立的“道”的智慧。所谓“知不知上，不知知病”（七十一章），“其出弥远，其知弥少”（四十七章），就预示着对知性的追逐必然导致心智的外驰，必然产生对物的崇拜和人为的价值设定。因此，欲对人类生存予以深切的形上沉思，将个体生命、社会生命真正提升到超越的精神生命，就必须透过知性文化的迷雾把人直接融入“道”的本真生存当中。老子说的“致虚极，守静笃”（十六章）；“专气致柔能婴儿乎？涤除玄鉴能无疵乎？”（十章），就是

<sup>②</sup> 丁原明：老子的生存哲学，《哲学研究》2003.1，第43页。

<sup>③</sup> 丁原明：老子的生存哲学，《哲学研究》2003.1，第44页。

要人在虚静无为的状态中洗清杂念，摒除妄见，聚敛心智而不外逐于物，把心灵深处打扫得像明澈透亮的镜子那样，使人“返自观照内心的本明”<sup>①</sup>，以一种主体虚位的本真状态在世间生存。可见，老子的涤除玄鉴既是一种自我修养、自我体验，又是对人类过于崇拜自身知性能力的一种超越，它展示了人透过某种直觉和反观的身心修炼工夫所达致的圆满的生存状态。<sup>②</sup>虚己无身、涤除玄鉴的终极归宿，即与道相冥合，亦即达于“天人合一”的境界。“天人合一”则是一个以“自然”为标识，天下万物各顺其性、各适其存的无限关联而又无限自由的整体世界，它是一个具有根源性的关于一切存在和人类生存的原始生存境域。老子既然强调人在物欲、名利、人为等面前保持主体虚位的人生态度和人在“致虚守静”中体道悟道，那么这也就等于将主体自我指向了与“道”相冥合的本真生存当中。老子主张“道法自然”，以及“希言自然……故从事于道者，道者同于道，德者同于德，失者同于失。同于道者，道亦乐得之；同于德者，德亦乐得之；同于失者，失亦乐得之”（二十三章），均说明体道悟道即是与道相冥合，而人与道相冥合也就超越了那种俗世的主体与客体相接近或相同一的主客二元论的认知模式，从而使人在本质上归属了那个道的原始境域。<sup>③</sup>

老子说：“绝圣弃智，民利百倍。”（十九章）老子反对标榜圣人，反对卖弄世智辨聪，如此才能使“民”从中获得莫大好处。老子这种主张在罗杰斯那里得到积极的回应。“假如我不去考虑表现我自己的聪明才智，那么，我觉得依靠来访者完成这个治疗过程更好……来访者了解自己的问题，了解应向什么地方努力，了解什么问题最重要，了解自己隐藏着什么体验”<sup>④</sup>

罗杰斯眼中充分发挥机能的人，是一个无所不包、无所不纳的人。这体现在这个人“能对他的经验(体验)完全开放”。不论体验的是什么，“…环境中形态、颜色或声音的构型对感觉神经的冲击，或来自过去的记忆痕迹，或内脏性恐惧感或愉快感或厌恶感，这个人都将‘体验’它，使它完全达于意识。”<sup>⑤</sup>充分发挥机能的人，能够在每一时刻都充分体验生活。这属于一种存在主义生活中呈现出的流动性和变化性。“它意味着，一个人成为正在进行的机体体验

<sup>①</sup> 陈鼓应著：《老子注释及评介》，中华书局1996年版，第101页，转引自丁原明：老子的生存哲学，《哲学研究》2003.1，第44页。

<sup>②</sup> 丁原明：老子的生存哲学，《哲学研究》2003.1，第44页。

<sup>③</sup> 丁原明：老子的生存哲学，《哲学研究》2003.1，第44页。

<sup>④</sup> 钱铭怡著：《心理咨询和心理治疗》，北京大学出版社1994年版，第217页。

<sup>⑤</sup> 江光荣著：《心理咨询和治疗》，安徽人民出版社1995年版，第298页。

过程的参与者或观察者，而不是对它进行控制”。在此，我们又体会到人的自在性或自然性；同时，我们也能体会出这个人因此而具备的如大地一般的运动性、变动性和生机勃勃感。

在人本主义那里，对人的主体精神的关注还表现为个体对自身的认同，罗杰斯把积极的自我看待作为自我实现的一个重要假设，罗洛·梅的存在主义本身就是个体意识到自己的存在，他还把接受自我作为心理健康的首要条件。他认为，现代人患有心理疾病，不是由于性本能受到压抑，而是感到丧失了人生意义和存在的价值。马斯洛则说：“处于高峰体验的人具有最高程度的认同”<sup>②</sup>这与道家的认同自己如出一辙。

罗杰斯关于人格的基本假设是：有机体有一种先天的自我实现的动机，它表现为一个人最大限度地实现各种潜能的倾向。自我实现者就在于他们顺应自然，实现了这种倾向。也许，在自我实现的初期，有时免不了要有一定的自我约束和自我控制，但罗杰斯认为，随着人自身的发展，当个体进入高峰体验时，他们不会以主观的欲望破坏自然，不会以矫揉造作来代替自己的天性，人的行为变得更加自然，人会产生一种返朴归真或与自然合一的欢乐情绪，正如道家的修炼，进入一种非功利的至真至美的境界，并最终将达到精神极度自由的“天人合一”。马斯洛认为自我实现者与孩童有一定的相似之处，他们都用天真的、不带批评的眼睛看待客观事物，他们都倾向于真实地表述自己，不会矫揉造作，不会害怕别人的嘲讽，他们的思想言行均发自于他们的天性，自然、坦率、纯真，他们从不控制自己的感情。这就又不自觉地与道家走到了一起。道的本性就是自然，在老子那里，处于混沌之初的婴儿未受世事的污染，没有虚伪，没有奢欲，不会做作，也不会贪婪，淡泊至纯而不加粉饰，他反对儒家的所谓仁义道德，就是为了追求纯真的自然。

### 第三、罗杰斯心理治疗方法所体现出的老子哲学思想。

老子哲学中的无为思想，充分体现在罗杰斯心理治疗的方法论中，并坚定了他的方法论信念。正如罗杰斯所说：“我最喜欢的并总结了我很多更为深刻的信念的是老子的另一段话‘我无为而民自化，我好静而民自正，我无事而民自富，我无欲而民自朴’”（五十七章）罗杰斯坚持治疗者不用自己的观点去影响来访者，不去“干涉”来访者的内心世界或其现象场，而是由来访者主导咨询的治疗过程，即由来访者掌握咨询和治疗的主题和方面，这是一种十分鲜明的无

---

<sup>②</sup> 郑雪著：《人格心理学》，暨南大学出版社2001年版，第295页。

为而治的思想体现。

诚然，老子的无为思想中含有为的一面，为所当为；罗杰斯的无为中也有其有为的一面，即表明咨询者或治疗者的作用在于体现出自己是一个完整的人。治疗者所能做的“最好工作是创造出一种气氛，一种能够让来访者(也包括咨询者或治疗者本人)不感到威胁和限制，能够自由地感受情感、探索自我的氛围。”<sup>①</sup>这种氛围能促进来访者的改变和成长，是咨询或治疗产生效果的前提条件。如此，就必须注意在罗杰斯心理治疗方法论中强调的，咨询者或治疗者“当为”的三个方面的工作即真诚一致、无条件积极关注、共情或共情性理解。咨询者、治疗者首先要做到对自己的真诚一致，即自己所意识到的情感和态度与他实际所体验到的情感和态度是一致的。在咨询和治疗过程中，要做到真诚一致地表达自己的情感和态度。要想达到这样，就必须使自己心灵像天真烂漫的孩童一样。老子有言叹曰：“沌沌兮，如婴儿之未孩。”(二十章)若我们成人能保持婴儿心，不设自我屏障，不左思右想，当哭则哭，当笑则笑，则可达到老子所说“见素抱朴”(十九章)的生命境界。罗杰斯则称之为发现其真实的自我，真正成为他自己。<sup>②</sup>

咨询者、治疗者在向来访者表达真诚一致时，并不意味着咨询者、治疗者可以听任自己的冲动，想说什么就说什么，对自己的感受不作思考，一泻千里冲决而出。罗杰斯认为要作适宜的表达。倘若咨询者、治疗者真实的感受直率粗糙的表达会伤害到来访者的内心世界，这时应注意表达方式上的委婉。老子说：“圣人方而不割，廉而不判，直而不肆，光而不耀。”(五十八章)在此，若把“圣人”换成“咨询者”或“治疗者”，倒是对罗杰斯真诚一致在表达方式上的有益而直接的说明：咨询者、治疗者应做到方正而不显得生硬勉强；有自己的棱角即立场、观点、个性等但不至于把别人划伤；诚实正直却不要那么无所顾忌；发挥你柔和的影响而不要灼伤对方。

罗杰斯的另一个重要的方法论概念即共情或共情性理解。按照罗杰斯的诠释，它要求咨询者或治疗者具备一种能力，这种能力使他能进入和生活在来访者的情感和态度中。“感受来访者的私人世界，就好像那是你自己的世界一样，但又绝未失去‘好像’这一品质——这就是共情。它对治疗是至关重要

---

<sup>①</sup> Carl R. Rogers: A way of being. Houghton Mifflin Company, 1980, P41.

<sup>②</sup> 张新立，论罗杰斯心理治疗思想与老子哲学的关系，《徐州师范大学学报》（哲学社会科学版）1999.2，第141页。



的。感受来访者的愤怒、害怕或烦乱，就像那是你的愤怒、害怕和烦乱一样，然而并无你自己的愤怒、害怕或烦乱卷入其中。”当这种共情发挥到最佳地步时，罗杰斯认为治疗者“不仅能澄清来访者所能意识到的东西，还能澄清那些刚好处于其意识水平之下的东西”。这种共情是使来访者获得成长的“最有作用的力量”。若治疗者在此时能生活于来访者的内心世界，同时又保持自己冷静的头脑，两人一起探讨来访者的内心世界，当然就有利于来访者的改变和成长，有利于治疗效果的取得。在这个方面，老子的“圣人常无心，以百姓心为心”（四十九章）又一次得到微妙而鲜明的体现。咨询者或治疗者也无“常心”，每一次和一个独特的来访者作心灵的沟通时，他是以来访者之心为心的。

罗杰斯心理治疗思想中，与老子哲学思想有较为广泛和深刻的关系，其间确实存在着相同或相通之处。这对于我们更准确、更深入地把握罗杰斯心理治疗思想并应用于中国的心理咨询和心理治疗领域，对于心理咨询和心理治疗的中国化，都有一定的益处。无庸讳言，不可能将罗杰斯心理治疗思想中的方方面面和老子哲学一一挂钩对比、剖析和讨论。这是因为，罗杰斯生活在当代美国，老子生活在古代中国，两者的哲学观点和思想当然会有很大差异。但是，毕竟我们可以发现，由于前者受到后者的影响，他们在哲学观点和思想上有相同、相通之处。对两者的联系之处进行比较也是可行的、有意义的。

#### 4.2 卡尔·罗杰斯人本主义思想与其他中国哲学思想的渊源

4.2.1 以人为中心疗法的人性观和中国儒家的人性观。“任何心理治疗的理论都是以一定的人性观作为基础的。每一种心理治疗学派因其所持的人性观不同，就形成了自己独特的心理治疗理论与方法。在心理治疗中，治疗者选用哪一种治疗方法，往往与他自身所拥有的人性观有关。”<sup>①</sup>

弗洛伊德把人性看作是由生物性决定的本能冲动，认为人天生就具有侵略性和攻击性，人生就是逃避痛苦，迈向死亡。行为主义学派则把人看作是受控于环境的物体。与西方传统的心理治疗理论相比，罗杰斯的以人为中心心理治疗不同于弗洛伊德精神分析学派和行为主义学派。以人为中心理论对人性持有积极乐观的态度，它主张人性善。这与中国儒家的人性观有许多相通之处。

---

<sup>①</sup> 林孟平著：《辅导与心理治疗》，商务出版社（香港）1986年版，第40页。

罗杰斯认为,人天生就是善良的,每个人都是有价值的。人性倾向于创造,具有建设性,人性都是可以信任的。他认为“人都具有一个基本上是积极的方向”。这其中也“包括那些带有最多困扰的人,那些行为上最反社会的人,那些具有最不正常感觉的人”。<sup>①</sup>罗杰斯“以人中心疗法”的所有特点可以归纳为一点,即强烈的人本主义倾向,其人本主义精神主要表现在它对人性的态度上。首先,他认为人本质上是好的,有“善根”。其次,他相信人的本质是建设性的。他指出,每个人内心都有一股强大的力量,可以让自我积极向上的那一面生长。第三,他相信人能够自我依赖,自主自立。第四,他主张心理学应该研究人的价值和尊严,为恢复和提高人的价值、尊严做贡献。在中国文化思想体系中,孟子对人性的基本看法是性善论。他认为人生来就是善良的,先验地具有“侧隐之心”、“羞恶之心”、“恭敬之心”、“是非之心”等四种善端,四端扩而充之便发展为仁义礼智四德。对于人性善的原因,罗杰斯将其归结于人的生物性。他认为人天生就有一种基本的动机性的驱动力,他称之为“实现倾向”。它是一种独立的、基本的人类动因,它体现了生命的本质,体现了一种强烈生长的趋势,一种成长与发展的天性。这种天性朝向自我实现。他认为正是人的这种“自我实现”倾向,使人总是向着积极的方向发展。<sup>②</sup>

中国儒家传统人性观对人性善的看法与罗杰斯是一致的,但二者对善的根源的分析却有着很大的不同。中国的人性观从来就不认为生物性就是人性,而认为人具有不同于动物的共同的本性,只是由于后天的社会环境不同,才使人与人之间出现了各自不同的差异。这种人性观的判断最早见于孔子《论语》中“性相近,习相远”的论述。罗杰斯的潜能理论在他的人性论中占有很重要的位置。他认为自我实现倾向就是人整个机体的机能,好像人体内的发动机一样。人一定要充分实现自己的潜能,就好像一粒树种一定要长成一棵茂盛的大树一样。他认为,不但人,而且所有的生物有机体都具有这种潜能。中国儒家的人性论中虽然没有提出潜能这个词,但其理论中也包含着潜能的思想。对于人的潜能,孟子也曾有过颇似罗杰斯那样的论述,他讲的善端便指的是潜能。他说“凡有四端于我者,知皆扩而充之矣,若火之始然,泉之始达。苟能充之,足以保四海,苟不充之,不足以事父母。”<sup>③</sup>就是说,如果人在后天的成长中,个人的修养和环境的

<sup>①</sup> 江光荣著:《人性的迷失与复归》,湖北教育出版社2001年版,第56页。

<sup>②</sup> 袁贵仁著:《对人的哲学理解》,河南人民出版社1994年版,第67页。

<sup>③</sup> 袁贵仁著:《对人的哲学理解》,河南人民出版社1994年版,第69页。

教育把四端扩充起来,人的善的潜能就会像刚刚点燃的火,一定会形成燎原之势;像刚喷出的泉水,终将汇成江河,扩充到能安天下。如果在后天不能得到扩充,就会连赡养父母的能力都没有。<sup>②</sup>值得指出的是,孟子对人的潜能的认识,主要是指人的道德的潜能,罗杰斯指的潜能比较宽泛。对于潜能如何实现,孟子与罗杰斯的看法也不相同。罗杰斯认为人的潜能有如人的大脑、内脏、手、脚的机能那样,是人体的机能,是自然实现的。而孟子则认为,人的善端的实现,要靠后天自我的修养和环境的作用。

对于人所表现出来的恶的行为产生的根源上,罗杰斯和孟子的看法是一致的,他们都认为,人们恶的行为是由环境所造成的。孟子认为,每个人都拥有善端,一些人变恶,只是环境使然,他曾经以种大麦做比喻,说大麦的本性是能生长好的,但由于“地有肥硠,雨露之养,人事之不齐”,所以同时播下的种子,收成有好有坏。<sup>③</sup>罗杰斯认为人性中的恶是由环境造成的。他认为人的本性不是敌意、破坏、反社会或邪恶。人的恶行是受社会文化影响的结果。他说,我看到的每一个有恶行的人就像其他物种一样,其天赋本性基本上是建设性的,只是在成长的过程中被经验给毁了。他举过一个马铃薯在阴暗的地下室里发芽的例子,他说,马铃薯一定要发芽的,这是他的实现倾向,但它长的非常弱,这是阴暗的环境造成的。<sup>④</sup>从以上的分析中,我们可以看出,罗杰以人为中心理论的人性观与中国儒家人性观有许多相通之处。

尽管荀子认为人的本性就是好利恶害,但这种观点不为中国人所信奉。几千年来,在中国儿童启蒙教育的第一本书《三字经》中就开门见山地提出“人之初,性本善”,中国人沐浴在“人性本善”的春风化雨中,固守着“与人为善”的处世原则,“性善说”成为大多数中国人所共同信奉与坚守的人性准则。罗杰斯“以人为中心疗法”对人性的基本看法与中国文化中对人性的主体看法“性善说”相吻合,也符合大多数中国人在长期的文化环境影响中所形成的人性观念。

值得指出的是,以人为中心心理治疗的理论产生于西方文化,它和中国传统文化有许多差异。其最主要的差异之处就在于对人性观的研究起点上。中国

---

<sup>②</sup> 袁贵仁著:《对人的哲学理解》,河南人民出版社1994年版,第69—70页。

<sup>③</sup> 袁贵仁著:《对人的哲学理解》,河南人民出版社1994年版,第69页。

<sup>④</sup> 江光荣著:《人性的迷失与复归》,湖北教育出版社2001年版,第109页。

儒家的人性善主要强调善端在后天自我修养和环境教育中的扩充,强调社会化的作用。以人为中心治疗理论则把人性的善最终归结于人的生物本能。以人为中心理论对人性的分析,基本上是把人看作是一个孤立封闭的个人,人性的变化主要是由于人自身具有的有机体的评价过程和价值条件作用对外部经验加工的不一致造成的。而中国儒家对人性的研究是把人放在一个相对开放的大系统中,是在人与他人、人与社会、人与自然的关系中进行研究的。<sup>①</sup>

**4.2.2 罗杰斯心理治疗方法与佛教的空观智慧、无我理论等菩萨精神的联系。**罗杰斯的当事人中心疗法提出了心理治疗中双方关系的三条原则:真诚、无条件积极关注和共情,试图通过治疗关系来促进当事人的个人成长和人格改变。概括来说,“罗杰斯大量的学术努力其实只是围绕一个简明的信念:人们追求接纳,只要有了接纳,人们就会趋向自我实现。”<sup>②</sup>因此他的人际关系三原理是以无条件积极关注为中心的。“真诚”是为了保证接纳的真实性,而共情理解则是接纳的前提条件。

罗杰斯等人本心理学家认为:人天性中有一种自我实现式的发展需要,只是由于生活中的条件性关注太多而使人走上“自我异化”,自我(或理想)与经验(或现实)差距越来越大,个体心理出现障碍或顺应不良。这种使个体体验到积极关注的“价值条件”使人被迫否定自己对经验的体验而迎合他人的标准(如好学生为得到表扬而作弊等),个体否认了许多有益于自身成长的经验进而否认现实使自己进退两难。因此如果能在治疗中为个体成长提供契机,协助当事人澄清自我概念,生活本身所具有的巨大能量就会由于趋向成长的冲动而展示出来。所以当事人中心疗法以个体自我概念作为治疗基础,强调使当事人成为“真实自我”,这与佛教理论有相似之处。佛教认为人的心理疾病源于人的妄想执著。即执著于自我的存在与拥有而产生贪、嗔、痴从而不能正确认识、把握自己,心理治疗的方式也在于澄清自我概念,如实观照现实,通过般若智慧达到自由境界。

般若就是能够“观空”的智慧。空观以缘起论为基础,认为任何事物、现象都是由众多因素共同作用的结果。任何现象都是因“缘”而有,缘聚则生,

---

<sup>①</sup> 蔺桂瑞:以人为中心疗法与中国传统文化,首都师范大学学报(社会科学版),2002.3第60页。

<sup>②</sup> 卡尔·R·罗杰斯著,杨广学 尤娜 潘福勤译:《个人形成论:我的心理治疗观》中国人民大学出版社2004年版,导言第4页。

缘散则灭，没有常住不变的自性，即“无我”。通过缘起理法，一切事物本质上是空的，即“缘起性空”。而人由于“无明”及自古以来累积的“业力”执著于有一实在的自我，妄起分别心与烦恼意识，远离真实形成种种心理障碍。人与其他生命体同样如此，人由色受想行识五种因素合成，在时间的长河中生出、发展、变异、坏灭，迁流不息，没有一起主宰作用的因素，所以一切“无我”。克服执著妄想就要如实观照我们的人生世界：万物互为因缘、互相缘起，世界是个关系网，在阿赖耶识层面上人我一体，本无差等。既无差等，也不应分别，更不应执著。由于对我的执著带来了我的贪取、占有、利益等把我团团缚住，所以把我内在的那个心灵执著解开，看破放下才可使智慧复原。看破“我”的虚妄，放下对我的执著就是以平等心看世界，见人之得如己之得。即惟有我们真正视人如己，怀着同情与慈悲的时候，我们的智慧才能展发。这里的智慧有两层：我们怎么去帮助别人，而这建立在这样的基础之上：我怎样解开我内在所执著束缚的“痛苦”。<sup>①</sup>空观是生命的透明无执著状态，空观又使存在的一切如其本然，自在自如，即“妙有”。佛教的空观对罗杰斯的真诚透明也做了令人欣慰的最佳注释，并使无条件积极关注的态度有了取之不竭的情感资源。这即是菩萨无缘大慈、同体大悲、自利利他、无我无人的精神，因此我们可以得出结论，菩萨精神能为无条件积极关注的治疗实践提供指南。<sup>②</sup>

菩萨是大乘佛教的修行者、实践者，以智慧上求佛道，用慈悲下化众生。菩萨道是佛教的精髓。如果将心理治疗师与菩萨做一比较，最大的区别就是菩萨对众生的无条件积极关注中渗透了彻底的“忘我”、无私和空灵，也就是绝对的悲悯。菩萨不会与来访者产生价值冲突，因为他知道一切缘生；他也不会职业倦怠、情感衰竭，因为他将精进救人视为本分，胜解空性。“菩萨以极大的热情做事，但知道一切毕竟是空”，菩萨行中渗透了佛教的理性色彩和和平性质。因此金刚经云“（菩萨）我应灭度一切众生，灭度一切众生已，而无有一众生得灭度者，何以故？若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。”而且“菩萨于法应无所住，行于布施，所谓不住色布施，不住声香味触法布施。”菩萨这种以身命布施的大无我大无畏精神正是无条件积极关注的动

---

<sup>①</sup> 林安梧：儒释道心性道德思想与意义治疗，《道德与文明》2002.5。

<sup>②</sup> 包华：无条件积极关注与菩萨精神，《船山学刊》2005.3，第199页。

力源泉。众生平等，在菩萨眼中一视同仁，都是菩萨的福田。所以华严经云

“以一切众生为树根，诸佛菩萨为华果。以大悲水饶益众生，则能成就阿耨多罗三藐三菩提”。<sup>①</sup>无条件积极关注即体现着佛教试图普遍解救人类的最大决心和愿望。但这仅是发愿，菩萨精神重在实践，即六度（布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧）和四摄（布施、爱语、利行、同事）的具体行为，他们含摄了罗杰斯对治疗师要求的方方面面。如“同事”即完全站在当事人的思维、生活框架中，与罗杰斯的共情理解极为相似。但与罗杰斯“非指导性”的价值中立不同，菩萨教人的最终目的是进行价值引导，即抑恶扬善。菩萨戒律将此价值观落实到日常行为中，使菩萨行为有据可依。因此这也是我们值得进一步研究的。<sup>②</sup>

当事人中心疗法提倡以来访者为中心，治疗师为其提供理解接纳的成长契机，由于没有附加任何价值条件被称为“无条件积极关注”。当来访者体验到被接纳、受欢迎以及为人理解时，他那心理防御的坚硬外壳就被融化，体验到温暖、安全、信任并逐渐与经验、与他人达成和谐，主观、直接地体验自己的问题。从而“成为真正的自己”达成人格成长、心理健康。

无条件积极关注是治疗师的基本态度，罗杰斯认为在其理想状态下，“应是这样一种关心，它没有我们世俗所谓‘爱’的经验中要求对方报答的因素，是一个人对另一个人的那种纯粹的情感，在我看来是一种比两性之爱或父母之爱更为根本的情感。这种对一个人的足够关心又不让你渴望去妨碍他的自由发展，不会让你渴望为了自我膨胀的目的去利用他、解放他、让他以自己的方式自由成长是你最大的满足。”<sup>③</sup>这是一种贯穿人际疆界、跨越时空和地域的宽容接纳，类似基督教的博爱、佛教的慈悲等。但在实践中，由于心理治疗理论对技术和工具理性的崇拜，“无条件积极关注”中原本昭然若揭的悲悯精神常被忽视，或被蒙上工具色彩。甚至罗杰斯的信奉者也不能很好理解他的意旨，将无条件积极关注等理论视作武器，“勇往直前与人论战”，使罗杰斯备感痛苦，“很难说清给我造成重创的，究竟是我的‘朋友’还是我的‘敌人’”<sup>④</sup>这

---

<sup>①</sup> 同上，第 199 页。

<sup>②</sup> 同上，第 199 页。

<sup>③</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 163 页。

<sup>④</sup> 卡尔·R·罗杰斯著，杨广学 尤娜 潘福勤译：《个人形成论：我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版，第 14 页。

也说明此疗法的概念模糊、不易操作，无条件积极关注的内涵难以把握。将无条件积极关注从工具、武器用法中解放出来，就要凸显其宽容无私的悲悯精神。我们不妨用佛教的菩萨精神来诠释其内涵，因为在中国人心中，菩萨不仅是佛教慈悲的体现，更是助人者、救人者、无条件积极关注者。

无条件积极关注的滥用（不当使用）潜藏着心理治疗职业倦怠的危险，但这也由治疗师的情感宽容度、人格独立性和经验丰富性所决定。<sup>②</sup>罗杰斯深知理解、宽容、接纳的不易，尤其在崇尚自我奋斗的社会里，以自我为坐标和参照，每个人都相信“他人的所感、所思和所信都和我自己的一样”，我们很难容许我们的亲人、朋友对特定问题的看法与我们有差异；不容许他们以自己的方式利用他们的经验。“在某种真实的意义上，每个人都是一个海岛”。罗杰斯虽然肯定了接纳的价值，但并没有具体的办法来扩充治疗师的心胸，指明治疗师如何“清空”负性情绪和工作压力，只是幻想治疗师从真诚助人中自动获益，也达到“自我成长”，这显然与他自我至上的氛围相冲突。“无条件积极关注”要获得情感补给和心理能源首先的实质需要是宽容和真正忘我，因为“心如虚空，方能成其大”，虚己方可容人。这种以“无我”态度专业助人的中国式心理治疗师被称为菩萨。菩萨是人间佛教义理的实践者，体现着佛教的空观智慧和无我理念，并因此而能无条件关注世间病苦众生。因为有了“我”就会有人际间的价值冲突和情感倦怠，如果像宋明理学那样强调牺牲小我，成全大我，压抑自我需要和人性，也终将导致病态的双重人格人。因此强调“无我”、空观，这便是佛教的般若智慧。也是罗杰斯“无条件积极关注”技术获得实施的一个不可缺的理论和实践来源。

值得指出的是，罗杰斯的心理学研究不是宗教。宗教经验研究与宗教本身有着根本区别，两者所采用的方法和要达到的目的是有本质不同的。宗教作为一种文化形态，其起源是人类对自然界和社会各种现象猜测和歪曲幻想的结果，世界三大宗教产生的初始动因主要是下层人民在无力反抗统治阶级阶级压迫的情况下，把希望寄托于来世的“报应”“公正”和“幸福”，以此求得精神的解脱。在后来的发展中，统治阶级则利用这点麻痹人民，为他们自己的统治服务。客观的说，宗教作为一种古老文化形态，特别是作为一种对人类终极关怀的理念系统对人类社会的发展有重大意义。但它作为一种信念、一种信仰

---

<sup>②</sup>包华：无条件积极关注与菩萨精神，《船山学刊》2005.3，第199页。

体系其本身的科学性必然有其局限，它更多的是作为一种世界观、人生观方面的信念系统存在。而科学作为一种知识形态有其本身逻辑体系和理论架构，有其客观性和规律性。对宗教的科学研究就是在这一大的前提下进行的，宗教研究不提供特定的教义和宗教价值系统以及相应的仪式,也没有带宗教色彩的组织。它是利用科学的知识对各种宗教心理、宗教体验的解读，与宗教本身分属两个不同的系统。虽然“超越性”、“精神”等宗教主题也是当代心理学尤其是以马斯洛掀起的超个人心理学的研究主题，但超越性体验与宗教体验两者仍有区别，宗教经验只是各种超个人经验中的一种，而并非所有超个人经验都属于宗教经验。

## 5. 结语

罗杰斯的人本主义思想及人格理论有其鲜明的风格。罗杰斯作为美国当代心理学家和教育学家，是人本主义心理学的重要代表人物之一。渗透其人本主义思想的“来访者中心疗法”和“学生为中心的教育理论”在当代心理咨询和教育教学上都享有声誉。人格理论是罗杰斯人本主义思想的核心与基石，具有丰富的内涵和显著特征。罗杰斯以其“性善论”为基石建立了他的人格理论，对于人性的积极乐观态度是其人格理论的一个突出特点。他强调人有先天的发展和自我实现趋势，即使受到不利环境的制约，只要生存着，它就不会消失。他相信人具有成长的潜力和自我导向，在无条件的积极尊重下，个体有能力减少内在冲突、改变自我、增强自我整合能力与自尊，并且对情绪体验进行调整。罗杰斯充分相信人的潜力是巨大的，认为人生可以自己把握。在自我实现目标的驱动下，人会向更好的方向发展。无论是他的“自我观”，还是对健康人格的勾勒，都对心理学产生了重要影响。“来访者中心疗法”“学生为中心的教育观”的理论体系中，人格理论始终贯穿其中，成为他人本主义思想理论体系的核心与基石。

尽管对其理论还存在诸多争议之处，如：建立在存在主义和现象学的方法论之上，过多强调“自我选择”“自我设计”而忽视心理和行为的社会制约性，过多重视情绪情感因素在学习中的作用而忽视智力、认知因素，过多看重人的主动性和潜能性而具有个人本位主义倾向。但罗杰斯的人本主义思想为心理学和教育学注入一种生机和活力，在当代心理学和教育学中都产生了广泛而深刻的影响。



罗杰斯与斯金纳两大人格理论各有特色。罗杰斯受到现象学和存在主义的影响,重视主观经验及和谐的人际关系,认为每个人都是善良的、自由的,都有其独特的尊严与价值,都拥有自我实现的潜能。他的这种对人性的乐观态度,对于推动正常人乃至优秀人的心理研究做出了积极的贡献。并且,其人格理论来自实践,又能进一步指导实践,广泛用于医疗、教育、商业等领域,具有极强的实用价值。当然,该理论也存在某些明显缺陷:例如,他在主观唯心主义哲学的基础上解释了人的自由和自我实现,没有看到社会存在对意识的决定作用,片面地夸大了两者的作用和应用范围。此外,他过于强调“无条件积极关注”的绝对作用,无法解释为何有的人在只有条件关注的情况下也能健康、充分地发展。

斯金纳将可观察行为作为研究对象,关注能够改变个体行为的环境因素,这对消除唯心主义的主观性和改善环境具有积极作用;而且,他将强化理论应用并推广至行为矫正、语言学习、程序教学等方面,取得了很大的成功;但同时,他轻易地将动物水平推广到人的水平,否认了人和动物之间本质的差别并从新实在论和机械唯物主义观点出发,排斥研究人的内部心理活动,忽视了人的主观能动性,这些都是该理论的致命弱点。

这两大人格理论都不完善,各有所长,亦各有所短。马克思主义哲学认为,人是自然性与社会性的有机统一体,自然性是人的社会性的物质前提,人的社会性又制约着人的自然性。斯金纳和罗杰斯的理论虽各有其优点,但其在方法论上都存在着形而上学的错误,即割裂了人的自然属性与社会属性的联系,过于强调其一方面。斯金纳强调人的自然性(动物性)的同时否认人的社会性是人的根本属性,从而走向机械的“动物属性至上论”,把人同动物简单地等同,这样其严格的实验求证方法便形同“掩耳盗铃”;而罗杰斯尽管把握住了人的社会属性是人的根本属性,重视主观经验,肯定人的价值、尊严和自我实现的主观能动性。但他的“自我论”与“自由观”一旦脱离人的自然性前提也就变成虚空的主观的唯心论了,因此,我们在现实的理论抉择上既要重视斯金纳的科学求实的实验法又要扬弃其盲目的动物属性决定论。同样,我们在肯定罗杰斯重视价值、尊严、主观能动性等社会性特质的同时也要否定其空泛的主观唯心论。

人本心理学是20世纪40、50年代在西方兴起的心理学流派,针对盲目照搬

自然科学方法的机械主义心理学的种种弊端, 马斯洛、罗杰斯、弗洛姆等人本心理学家重新回到哲学中寻求智慧, 以道家哲学为代表的中国传统哲学成为他们关注的对象。罗杰斯吸收老子思想而创立“以人为中心疗法”。“无条件积极关注”等心理治疗也与道家的许多观点不谋而合。此外, 罗杰斯的人性观、心理治疗方法与儒家思想、佛教空观智慧、无我理论等菩萨精神也有联系。尽管人本心理学和超个人心理学的理论还有待完善, 马斯洛、罗杰斯等人对道家思想的理解未必十分准确, 对道家精华的了解也相当有限<sup>①</sup>, 但在他们的努力下, 道家哲学成功地走进了现代西方人的精神世界, 这一文化现象却是意味深长的。

---

<sup>①</sup>吕锡琛著: 试论道家哲学对人本心理学的影响—兼论中国哲学的普适价值及东西方文化的融会互补, 《哲学研究》2003.4, 第75页。

## 参考文献

1. [美] 卡尔.R.罗杰斯著, 杨广学 尤娜 潘福勤译:《个人形成论: 我的心理治疗观》中国人民大学出版社 2004 年版。
2. 江光荣著:《人性的迷失与复归》, 湖北教育出版社 2000 年版。
3. 刘放桐著:《新编现代西方哲学》, 人民教育出版社 2000 年版。
4. 康德著:《纯粹理性批判》, 华中师范大学 1991 年版。
5. 黑格尔著:《小逻辑》, 商务印书馆 1980 年版。
6. 夏甄陶著:《认识发生论》, 人民出版社 1991 年版。
7. 刘大椿著:《科学技术哲学导论》, 中国人民大学出版社 2000 年版。
8. 王鸿生著:《世界科学技术史》, 中国人民大学出版社 2005 年版。
9. 北京大学哲学系中国哲学教研室:《中国哲学史》, 北京大学出版社 2001 年版。
10. 江光荣著:《心理咨询和治疗》, 安徽人民出版社 1995 年版。
11. 马斯洛著, 林方译:《人性能达的境界》, 云南人民出版社 1987 年版。
12. 郑 雪著:《人格心理学》, 暨南大学出版社 2001 年版。
13. 林孟平著:《辅导与心理治疗》, 商务出版社 (香港) 1986 年版。
14. 马克思 恩格斯著:《马克思恩格斯选集》, 人民出版社 1972 年版。
15. [美] 詹姆斯.格莱克著:《混沌: 开创新科学》, 上海译文出版社 1990 年版。
16. 马斯洛著:《洞察未来—马斯洛未发表的文章》, 华夏出版社 2004 年版
17. 马斯洛著:《存在心理学探索》, 云南人民出版社 1987 年版
18. 马丁.布伯著:《我与你》, 三联书店 1986 年版。
19. 马斯洛著, 林方译:《动机与人格》, 华夏出版社 1987 年版
20. [美]爱得华.霍夫曼著:《马斯洛传—一人的权利的沉思》, 华夏出版社 2003 年版。
21. [美] 卡尔.R.罗杰斯著, 刘毅 钟华译:《罗杰斯著作精粹》中国人民大学出版社 2006 年版。
22. [美] 卡尔.R.罗杰斯著, 张宝蕊译:《卡尔.罗杰斯论会心团体》中国人民大学出版社 2006 年版。
23. 北大哲学系编译:《西方哲学原著选读》, 商务印书馆 1982 年版。
24. 彭聃龄主编:《普通心理学》北京师范大学出版社 2004 年版。
25. 马克思:《1844 年经济学哲学手稿》, 人民出版社 2000 年版。
26. 胡塞尔著, 倪梁康译:《现象学的观念》, 上海译文出版社 1986 年版。
27. 胡塞尔著, 张庆熊译:《欧洲科学危机和超验现象学》, 上海译文出版社 1999 年版。
28. 冒从虎主编:《欧洲哲学史》, 南开大学出版社 2002 年版。
29. 黑格尔著, 王造时译:《历史哲学》, 上海书店出版社 1999 年版。
30. 冯俊著:《笛卡儿第一哲学研究》, 中国人民大学出版社 1989 年版。
31. 卡尔.波普尔著, 何林 赵平译:《历史主义贫困论》, 中国社会科学出版社 1998 年版。
32. 弗洛伊德著, 傅雅芳 郝冬谨:《文明及其缺憾》, 安徽文艺出版社 1987 年版。
33. 弗洛伊德著, 高觉敷译:《精神分析引论》, 商务印书馆 1986 年版。
34. 李绍昆:《美国心理学界》, 台北商务印书馆 1991 年版。
35. 亚里士多德著, 颜一编:《亚里士多德选集》, 中国人民大学出版社 1999 年版。
36. 彭运平著:《走向生命的巅峰》, 湖北教育出版社 1999 年版。
37. 黄希庭著:《人格心理学》, 浙江教育出版社 2002 年版。
38. [美] 施特劳斯著, 李天然等译:《政治哲学史》河北人民出版社 1998 年版。
39. [美] 弗兰克.G.戈布尔著, 吕明 陈红雯译:《第三思潮—马斯洛心理学》, 上海译文出版社 2001 年版。

40. 杨适著：《人的解放—重读马克思》，四川人民出版社 1996 年版。
41. 孟德斯鸠著，《论法的精神》，陕西人民出版社 1999 年版。
42. 陈仲庚、张雨新著：《人格心理学》，辽宁出版社 1986 年版。
43. [美] 舒尔茨著：《成长心理学》，三联书店 1988 年版。
44. 南怀瑾著：《老子他说》，复旦大学出版社 1996 年版。
45. 葛荣晋著：《道家文化与现代文明》，中国人民大学出版社 1991 年版。
46. 王德有著：《老庄意境与现代人生》中国广播电视出版社 1998 年版。
47. 《马克思恩格斯论人性、人道主义和异化》中国人民大学编 1984 年版。
48. [美] 卡尔.R.罗杰斯著，李孟潮译：《当事人中心治疗》中国人民大学出版社 2004 年版。
49. [美]法伯著，郑刚译：《罗杰斯心理治疗—经典个案及专家点评》，中国轻工业出版社 2006 年版。
50. 雅斯贝尔斯著，王玖兴译：《存在主义哲学》，上海译文出版社 1994 年版。
51. 马斯洛，林方译：《人的潜能和价值》，华夏出版社 1987 年版。
52. (德)康德著，庞景仁译：《任何一种能够作为科学出现的未来形而上学导论》商务印书馆 1978 年。
53. Skinner, B.F. Science and Human Behavior. New York:Macmillan,1953,Quotation by permission of The Macmillan Co.

## 致谢

伴随论文的匆匆结稿，我知道自己在师大的日子也不多了。此时的心情有种莫名的感伤，是时候回首一下了，算是为自己告别生命中的一个驻点写点什么吧！回首一下，总结一下，去往生命中一个新的征途！

时间犹如白驹过隙，不知不觉我已在这土地度过七载生命的青春。回首往事，一切宛若发生在昨天，依旧那么的刻骨铭心。在综合楼教室静静的自习、在小树林大声的晨读、在足球场竭力的角逐厮杀、在文教路网吧的星际大战、同 5-2 室友在宿舍漫无边际的瞎聊，聊人生、聊前途、聊学习、聊政治、聊婚姻、……聊那些本该属于我们和不属于我们的话题。00 政教同学一张张热情洋溢的笑脸、老师一句句循循善诱的谆谆话语、还有 208 拥挤而直达广场的狂飙。七年里我在这片土地上成长着，有过欢笑、有过泪水、有过成功、也有过失落、……

我是幸运的，七年的师大学习和生活让我有了诸多值得感谢的老师：吴仁平老师、曾建平老师、蒋九愚老师、卓林老师、王初根老师、彭隆辉老师、康莉莉老师……，正是老师的关心和教导，才使我一步一步成长起来，学会思考，学会做人。

三年的研究生学习中，让我结识了许多同学，他们如兄长一样待我，以他们的亲身经历指导我的学习和生活，令我获益颇多，也让我十分感动。

我要感谢我的父母，二十几年来含辛茹苦的养育我，供我读书，这种艰辛无法描述，我只有揪心的痛。

## 独 创 性 声 明

本人声明所呈交的学位论文是本人在导师指导下进行的研究工作及取得的  
研究成果。据我所知，除了文中特别加以标注和致谢的地方外，论文中不包含其  
他人已经发表或撰写过的研究成果，也不包含为获得或其他教育机构的学位或证  
书而使用过的材料。与我一同工作的同志对本研究所做的任何贡献均已在论文中  
作了明确的说明并表示谢意。

学位论文作者签名：

签字日期：

年 月 日

## 学位论文版权使用授权书

本学位论文作者完全了解江西师范大学研究生学院有关保留、使用学位论文  
的规定，有权保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和磁盘，允许论文  
被查阅和借阅。本人授权江西师范大学研究生学院可以将学位论文的全部或部分  
内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或扫描等复制手段保存、汇  
编学位论文。

（保密的学位论文在解密后适用本授权书）

学位论文作者签名：

导师签名：

签字日期： 年 月 日

签字日期： 年 月 日