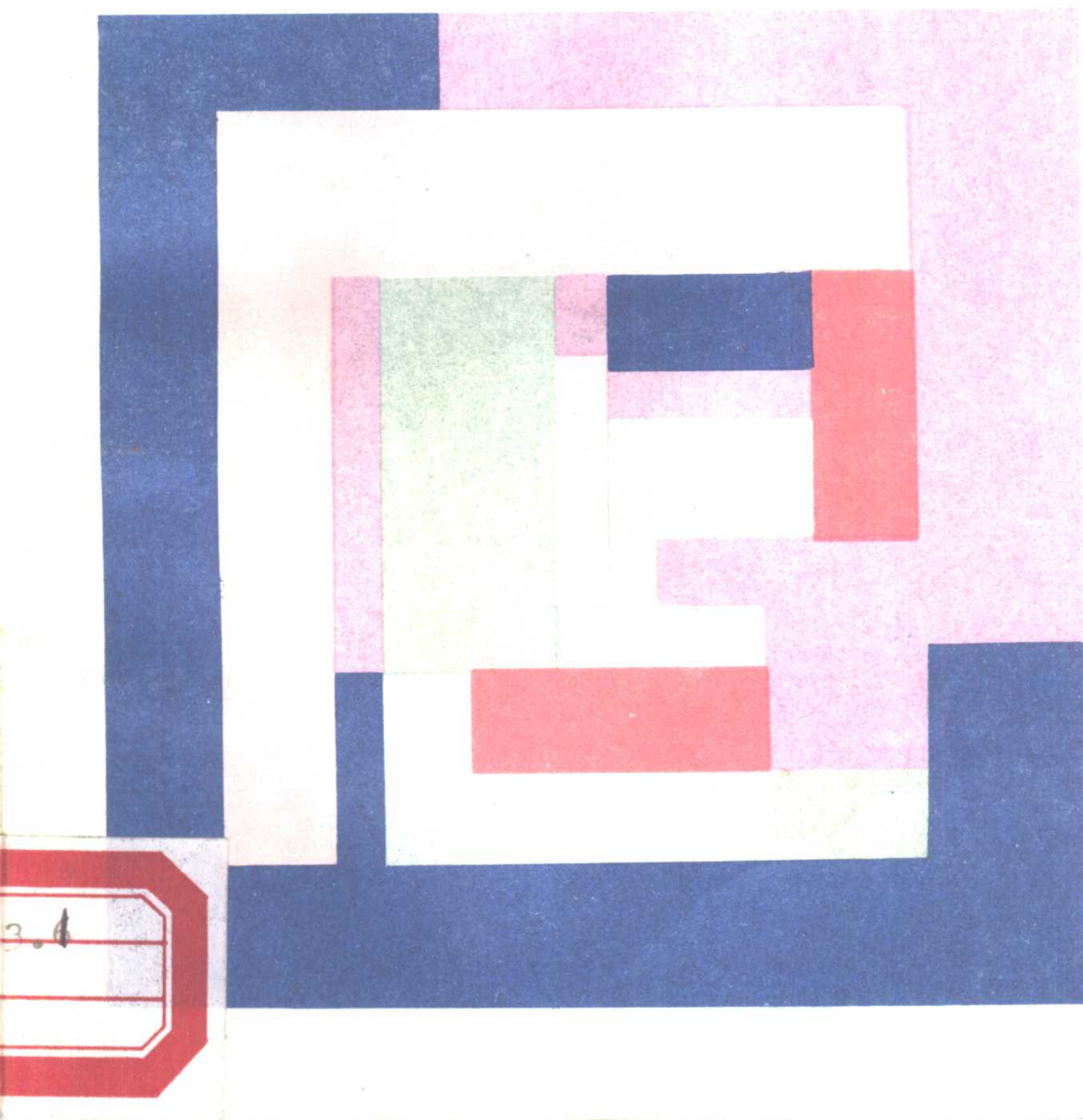


爱的艺术

- [美] 埃利希·弗洛姆著
- 孙依依 译 于 晓 校

工人出版社



朋友译丛



爱的艺术

〔美〕埃里希·弗洛姆著

林德佩 译 于 编

000.20 心理学 504.1 151 弗洛姆 E. 爱的艺术

● 工人出版社

1955.12 120页 32开

0.15元 0.15元 0.15元 0.15元

Erich Fromm
THE ART OF LOVING
George Allen & Unwin Ltd
London, 1982

爱的艺术

孙依依 译 于晓 校

工人出版社出版（北京安外六铺炕）

新华书店北京发行所发行

昌平上苑长城印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 印张：4 字数：86,000

1986年5月第1版 1987年4月北京第3次印刷

印数：43,551—163,550册

统一书号：7007·154 定价：0.79元

译者的话

爱是一门艺术吗？——这确是一个十分新鲜而又有趣的问题。

自有人类以来，大概也就有“爱”了，而自有“爱”以来，也就有如此之多说不清、道不明的“爱的悲剧”、“爱的苦恼”、“爱的失败”、“爱的夭折”……

埃利希·弗洛姆在他这本轰动一时的小册子《爱的艺术》中感叹万分地说，对人来说，恐怕再没有什么事会象“爱”这样，总是首先以如此巨大的希望和期待开始，却又常常如此有规律地以失败告终。而更令人莫名其妙的是，人类如果在其它事情上迭遭失败，那么一定会非常渴望知道失败的原因，并努力去学习怎样才能做得更好，否则就会干脆放弃任何尝试。唯独在“爱”这个问题上，一方面，人们绝不放弃对爱的渴望和追求，但另一方面却又从不觉得应当考查一下在“爱”上失败的原因，从而也就茫然不知怎样才能真正地“爱”。弗洛姆不禁问道，我们每个人都不妨问问自己，在生活中究竟见到过多少真正“会爱”的人呢？

之所以如此，就是因为人们总是朦朦胧胧地感到：关于爱，似乎没有什么可以学习的东西；人们倾向于认为，爱，多半看一个人的“运气”如何……

《爱的艺术》这本小书，就是想努力纠正这种极为流行

的成见。它力图告诉人们：爱是一门艺术，正象生活是一门艺术一样。这就是说，如果我们想要学会如何去“爱”，那就必须象学习任何一门艺术——作诗、绘画、吟唱、行医……一样地着手。因此，爱，并不是任何一个人都能轻易享受到的一种生活情趣、也不是与一个人达到的自我成熟度毫不相干的身外之物。爱，首先就需要学习、需要知道有关“爱”方面的知识。弗洛姆在扉页上引了这样一段格言：

一无所知的人，也就一无所爱。

一无所能的人，也就一无所悟。

一无所悟的人，也就是酒囊饭袋。

然而，一个有所悟的人，

也就有所爱、有所思、有所见。……

知识越深入、爱也就越充溢。

……

当然，要学习爱，就象学习任何一门艺术一样，光有“知识”是不够的，它还需要去“实践”。《爱的艺术》用了一章的篇幅讨论了这个问题。但是，弗洛姆的重点却是在“爱的理论”方面，这是因为，爱的实践，完全是每个人个人的事，在这方面，至多只能有一些原则性的建议；爱，最忌讳的就是千人一面、模式泡制，它需要的恰恰是每个人自己去培养起一种全身心的能力，从而可以去细细体验、默默领会……。这种全身心的能力就是“爱的能力”，而这，恰恰也就是“爱的理论”的内容。从某种意义上讲，学习“爱的理论”，本身已经是在进行“爱的实践”，因为在这里，正如某些西方评论家所说，弗洛姆这位心理分析大师实际上是采用了某种“心理分析疗法”式的手段：他用相当大的精力来分析、揭示在爱方面人们常常被之迷惑的许多“幻相”；我

们以为自己是在“爱”、实际上真正想得到的却是某种别的东西；我们以为这样能“爱”，结果却恰恰是背道而驰……于是，读者常常会突然发现：这里说的不正是我吗？由此，读者被带入了某种情景之中，不知不觉地在这情景中找到了自己的位置，情不自禁地开始“回忆”起了些什么并试图回答些什么……，随着“幻相”之昭然大白，读者的心灵似乎也经受了一次洗炼，他（她）似乎明白了些什么，又似乎丢失了些什么，他（她）似乎觉得学到了一些什么，却又觉得还应再学点什么——他（她）若有所思、若有所悟、若有所见，而这，似乎也就是启迪爱的心身能力之必要前提，因为他（她）已经开始在自己分析自己，他开始在考虑自己走向爱的途径……

排除在“爱”方面种种幻相的干扰，使人们能专注于真正的爱本身，这大概也就是弗洛姆的主要目的。他所要打破的一个最大“幻相”或许也就是：人们常常把“爱”看成是关于“对象”的问题（俗话所谓“找对象”），而不是看成是一种心身能力（亦即有能力去爱）的问题。因为人们总是以为，自己要“爱”是比较简单、比较容易的，但要寻找一个合适的“对象”去爱——反过来说也就是被合适的对象所爱——则是比较困难的。因此，大多数人实际上都是把爱的问题看成主要是“被爱”的问题，而不是看成“去爱”的问题、去爱的能力的问题。这样，对他（她）来说，爱的问题也就是千方百计去变得能够被爱，变得在别人（可能的“对象”）眼中显得可爱。于是乎，或是装模作样，以图讨人欢喜；或是追逐名利，以作“交换”资本；再或是怨天尤人，苦于无人来爱，……所有这些，在弗洛姆看来都是本末倒置，因为这些人不是立足于自己本身去爱，而是寄希望于别

人来爱，也就是说，他（她）把爱当成了别人亦即“对象”的事，而不是看成自己的事。这样，爱就成了一种被动的状态，而不是一种主动的能力。在弗洛姆看来，归根结底，“爱”的失败在很大程度上都与这种“幻相”有关，因为如果一个人不是极其主动地去发展自己的全部人格力量，以培养一种主动的心身能力，那么他所作出的全部爱的努力注定只能是付诸流水。

与此针锋相对，弗洛姆提出了他自己关于爱的本质的命题：爱的本质是主动的给予，而不是被动的接受。给予什么？给予自己的生命、给予自己的爱的能力，亦即以自己的生命去激发对方的生命力，以自己的全身心的爱的能力去引发另一个人的爱的能力。所以说：爱，就是生产爱的能力。因此，爱的问题、爱的困难，恰在于自己本身，亦即自己是否具有这样一种能生产爱的能力，是否能够培养、完善自己的这种不能由别人替代的全心身能力。《爱的艺术》的主旨也就是想探讨这种心身能力如何才能培养、完善，又是如何地容易被阻碍、压抑。也因此，《爱的艺术》在风格上也就与其它许多谈论“爱”的书籍有很大的不同：它并不用华美的语言、丰富的例子这些外在的东西来使读者眼花缭乱，而是以问题本身——爱的能力、爱的失败等等——的不可回避的内在力量来促使读者自己分析自己；同时，弗洛姆把爱的心身能力看成是一个人从小开始就已经在不自觉地形成、发展的过程，因此，他的论述范围也就比通常远为广泛，例如，书中讨论了父爱、母爱……以及它们对一个孩子以后是否具有爱这种心身能力的影响，等等。《爱的艺术》在欧美一般被公认为是关于“爱的理论”方面写得最有吸引力的书之一，多半也与弗洛姆的独特风格有关。

二十世纪以来的西方资本主义社会，一直是一个危机不断的国度。弗洛姆本人于1900年3月23日生于德国，亲身经历了两次世界大战，尤其在二次大战时，由于是犹太人而横遭迫害、流亡美国，因此他对于西方社会的现状几乎持一种全盘否定的态度。在他于1980年3月18日在瑞士去世之前不久，他与西德影响很大的《星星》杂志编辑部作了最后一次谈话，认为“我们这个工业社会的确在渐渐衰亡、沉沦下去”，主要原因“首先是因为这个社会缺少爱”，而在他看来，人“缺少爱是无法活下去的”，“人的苦难是由于缺少爱所引起的。从苦难中，将会滋长出对爱的新的和强烈的冲动，而这就是对生命的渴望”。《爱的艺术》显然就是在这样一种思想的指导下，迎合了西方普遍的社会心理所写的。该书于1956年在美国首次出版，顿时引起轰动，人们争相抢购，以图先睹为快，第一版在几天之内就销售一空。第二年立即又由英国著名的乔治·艾伦和昂温公司出了英国版；1962年又出了新版并连续重印十次之多。随后1975年、1978年、1979年、1980年、1982年又分别重版重印（本书即据1982年英国版译出）。无怪乎西德权威的《明镜》周刊评论说：“弗洛姆的著作在出版上的成功，表明他的思想已经成为时代精神”。德国著名作家O·F·瓦尔特甚至直接根据弗洛姆的理论写成了一部畅销小说《野蛮化》。而西方的中学教师们对学生常说的一句口头语也是“要象按时读报那样读弗洛姆的书”。弗洛姆在当代西方社会生活中的影响于此可见一斑。

用马克思主义的观点去探讨爱的理论，是马克思主义伦理学的一项重要内容。弗洛姆虽然非常推崇马克思，但他的哲学理论基础完全是非马克思主义的（关于这方面的分析，

可参看《现代西方著名哲学家述评》一书中的有关评论),不过他对爱的一些具体分析还是可以给我们提供一些参考材料的;同时,弗洛姆谈爱很明显地带有浓厚的西方文化背景,而我常常想,爱虽然是人类普遍的,但中国人对爱的态度与西方人对爱的态度,是否也有一些区别呢?弗洛姆书中也特地谈到了中国式思维问题,在这方面,此书或许也能从“爱”的角度为文化比较提供一些参考因素。本书中译本如果能在以上两个方面具有一些参考价值,那也就是译、校者的最大愿望了。

孙依依

1985年9月于北京沙土窝

序

对于那些期望在爱的艺术方面得到轻松指导的人来说，阅读本书会使他们感到失望。因为本书的目的恰恰相反，它想要表明：爱，并不是任何人都可以轻易纵情享受的、与人的成熟程度不相关联的一种生活情趣。它希望使读者明白：一个人如果不是极其主动地发展自己的全部人格，使自己具有一种能动的生活态度，那么他所有对爱付出的努力必定如同付诸流水；一个人如果不能够爱他的同胞，不真正具有谦和、勇敢、忠贞的教养，就不可能得到爱的满足。而在缺乏这些品质的文化环境中，要想具备爱的能力也就难乎其难。我们每个人都不妨问问自己，我们究竟见过多少真正会爱的人呢？

然而，说明爱的难度之大并不等于有理由在困难面前退避三舍，更不等于可以不去努力认识获得爱的条件。为了避免不必要的复杂，我尽可能用通俗易懂的语言来讨论这个问题。出于同样的考虑，我也尽量少提及关于爱的其它文献。

不过还有一个问题我未能找到完全令人满意的解决办法，这就是如何避免重复在我以前的著作中已经表达过的思想。尤其是那些熟悉《逃避自由》、《自为的人》、《健全的社会》的读者，将会发现本书中的许多思想在这些书中已经有所表达。但是，《爱的艺术》决不是一种简单的重述，

它提出了许多以前的著作中没有表达的思想，而且十分自然地使某些老的观点阐发出新意，因为它们现在全都被集中在一个主题上展开，这个主题就是：爱的艺术。

埃利希·弗洛姆

目 录

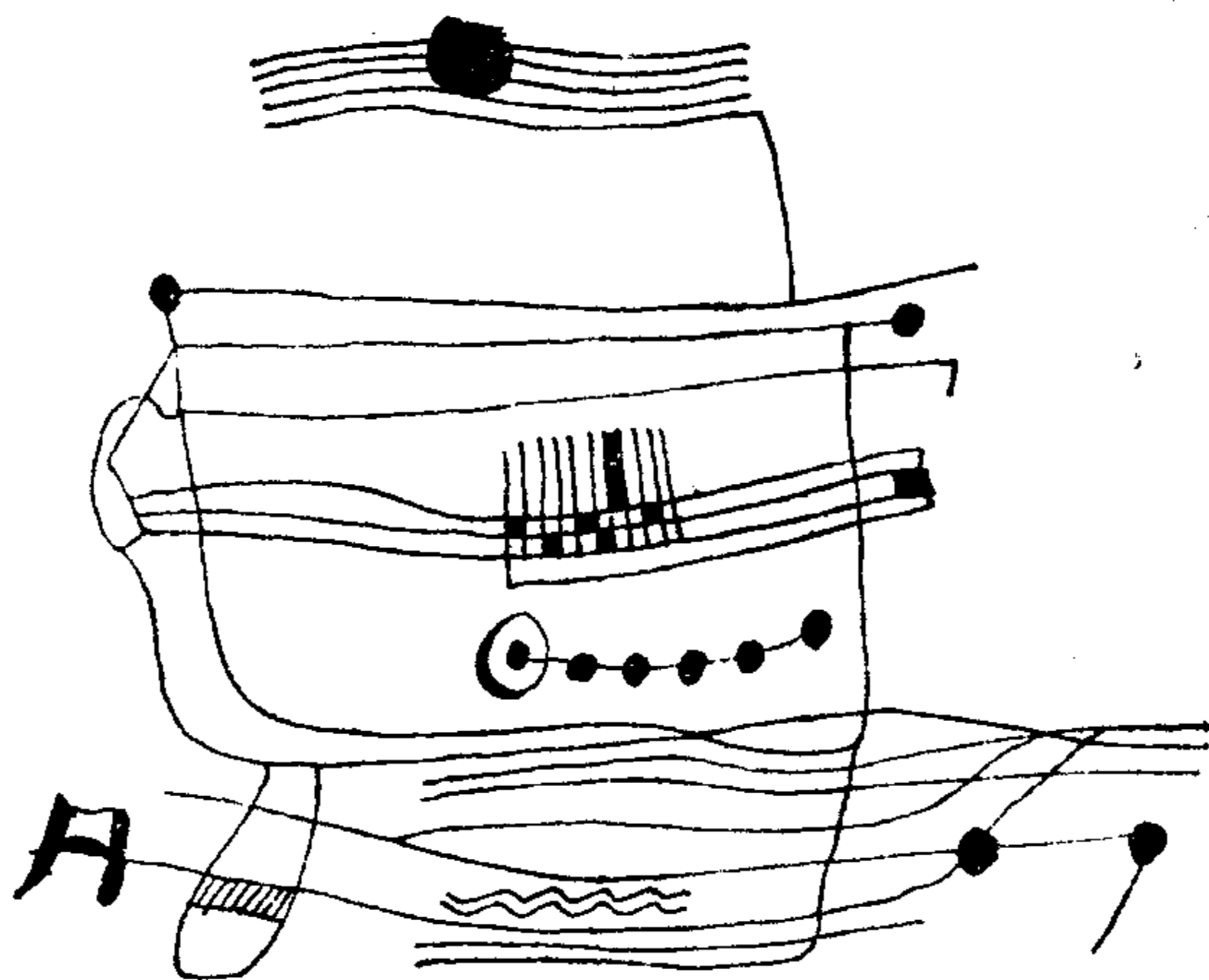
译者的话

序

第一章	爱是一门艺术吗？	1
第二章	爱的理论	9
第三章	爱及其在当代西方 社会中的衰变	73
第四章	爱的实践	95

第一章

爱是一门艺术吗？



爱是什么？是一门艺术还是一种愉悦感？如果是前者，那么爱就需要知识、需要努力。如果是后者，那么体验这种愉悦感就是一个机遇问题，是一种只要运气好就会“堕入其中”的东西。这本小书是以前一种假定为基础的，而毋庸置疑，今天大部分人所相信的则是后者。

这并不是说人们认为爱是不重要的。人们对爱是极为渴望的；他们观看着无以数计的关于幸福的和不幸福的爱情故事的电影，聆听着成千上万粗劣不堪的爱情歌曲——然而几乎没有人认为，在爱的方面有什么需要学习的东西。

这种奇怪的态度是以某些先入为主的假定为基础的，这些假定或是单独或是混杂在一起导致人们坚持这种态度。大多数人都把爱的问题看成主要是被爱的问题，而不是看成主动去爱和爱的能力的问题。这样，对他们来说，爱的问题就是如何能够被爱，如何变得可爱。他们沿循着几种途径追求这个目标。一种途径——这种途径尤为男子们所采用——是获得成功，在其社会地位许可的范围内变得有钱有势。另一种途径——这种途径尤为女子们所采用——是靠修饰其肉体、穿着等等而使自己迷人。还有一些使自己迷人的方式则是男女皆可采用的，譬如培养优雅的风度、谐趣的谈吐，变得热情、得体、讨人喜欢。使自己可爱的众多方法与那些使

自己成功的方法完全是一回事，就是“赢得朋友，影响他人。”事实上，在我们的文化中，大多数人心目中的可爱，无非是指成为一个既为大众喜爱又富有性感的混合物。

在这种认为关于爱没有什么需要学习的态度的背后还有另一种假定：爱的问题是一个关于对象的问题，而不是关于心身能力的问题。人们认为去爱并不困难，但要寻找一个适当的对象去爱——亦即被适当的对象所爱——却是困难重重。这种态度有一些植根于现代社会发展状况的原因。一个原因是，“爱的对象”的选择在二十世纪发生了巨大的变化。在维多利亚女王时代，就象在许多传统文化中一样，爱在大多数情况下不是一种发自内心的、由之会导致婚姻的个人经历。相反，婚姻是按照习俗缔结的——或是由各自的家族、或是由婚姻代理人，即便不借助于中间人的帮助，也总是在社会考虑的基础上缔结婚姻，而爱则被看成是随着婚姻的缔结自然产生的东西。最近几十年，浪漫的爱情观在西方世界几乎成了带有普遍性的生活方式。在美国，人们对于习俗的考虑虽不是完全没有，但在很大程度上都在追求“浪漫的爱”，寻求由之应该发展为婚姻的那种爱的个人体验。这种新的爱的自由观必然极大地提高与爱的功能的重要性相对立的爱的对象的重要性。

与这个因素紧密相关的是当代文化的另一个典型特征。我们的整个文化是以购买欲为基础的，是以一种互利交换的观念为基础的。现代人的幸福体现在眼看着商店橱窗时的那一阵心醉神迷状态之中，也体现在买下他以现金或分期付款方式能够买下一切东西之时。他（或她）以一种同样的方式来看待人们。对一个男子来说，一个有吸引力的姑娘——或对一个女子来说，一个有吸引力的男人——就是他（她）们

所值的价钱。“有吸引力的”通常意味着一整套在人格市场上为人喜爱、为人追求的适宜的品质。特别使人成为有吸引力的东西（不管是物质上的还是精神上的）则依赖于时代的风尚。在二十年代，一个抽烟喝酒、流里流气、色情十足的姑娘，是有吸引力的；而今日时尚则更多地要求善操家务、羞羞答答的女性。在十九世纪末和二十世纪初，一个男人必须富于进取、雄心勃勃才能具有一副有吸引力的“卖相”，而今日他却必须和蔼可亲、宽容大度。总而言之，通常情况下，只有在考虑到这类人性商品处于自己的交换可能性所允许的范围内时，堕入情网的感觉才会发展起来。我尽力满足成交条件；对象也应当从社会价值的立场认为我称其心意，同时必须是在考虑了我的公开的或潜在的财产与前途后会要我的。这样，当两个人在考虑了各自的交换价值的限度以后，感到他们已经找到了在市场上所能得到的最佳对象时，他们便恋爱上了。如同购买不动产一样，那些可以加以发展的潜在的可能性在这种交易中常常起着不可忽视的作用。在一种买卖成风的文化中，在这种物质利益上的成功具有突出价值的文化中，人类的爱情关系也遵循着那种统治着商品和劳动力市场的同样的交换模式，这自然是丝毫不必惊讶的。

导致这种认为关于爱没有什么可以学习的看法的第三种错误在于，人们常常把“堕入”爱网时的最初体验和存在于爱之中（或更确切地说，“置身”于爱之中）的持久状态混淆起来。如果两个象我们大家现在这样素不相识的人，突然打破了把他们分隔开的那堵墙，感到亲近起来，合为一体了，这种合为一体的时刻乃是人生中最令人激动、最令人兴奋的体验之一。这对于那些一直处于封闭、孤立、没有爱的状态中的人来说尤其是妙不可言、惊喜莫名的。这种突如其

来的亲近的奇迹如果又是与性的吸引和结合相联系或是由它们所引起的话，就更加容易发生。然而就其本性而言，这类爱是好景不长的。两个人之间愈是熟悉，他们之间的亲密愈是失去其神秘性，直至他们的对立、失望和彼此厌倦终于扼杀了残存在心中的那一点最初的兴奋。然而他们开始并不知道这一切。他们并不懂得，他们所产生的强烈的迷恋，那种证明他们相爱之深的彼此“发痴”的状态，实际上可能只是证明了他们先前的孤独程度。

这种态度——认为爱是再容易不过了的態度——历来是对于爱的流行看法，尽管事实处处都证明与之恰恰相反。几乎没有任何一种活动、一项事业会象爱那样，以如此巨大的希望和期待开始，而又如此有规律地以失败告终。如果其它任何活动也都遇到类似情况的话，人们就会急于知道失败的原因，渴望学会如何才能做得更好——或者干脆放弃这种活动。然而爱是不可能放弃的，因此似乎只有一种方式可以令人满意地克服爱的失败——那就是考察这种失败的原因，进而着手研究爱的意义。

首先应当意识到爱是一门艺术，正如生活是一门艺术一样；如果我们想学会如何爱，就必须象我们想学习任何其它艺术——例如音乐、绘画、雕刻、医学或工程技术——时一样地着手。

学习一门艺术需要哪些步骤呢？

学习一门艺术的过程可以简便地分为两个部分：一是精通理论；一是善于实践。倘若我想要学习医术的话，那么，我就必须首先了解关于人体以及各种疾病的事实。但是，具有了所有这些理论知识，决非意味着我已经掌握了医术。只有在经过大量的实践以后，理论认识的结果与实践的结果完

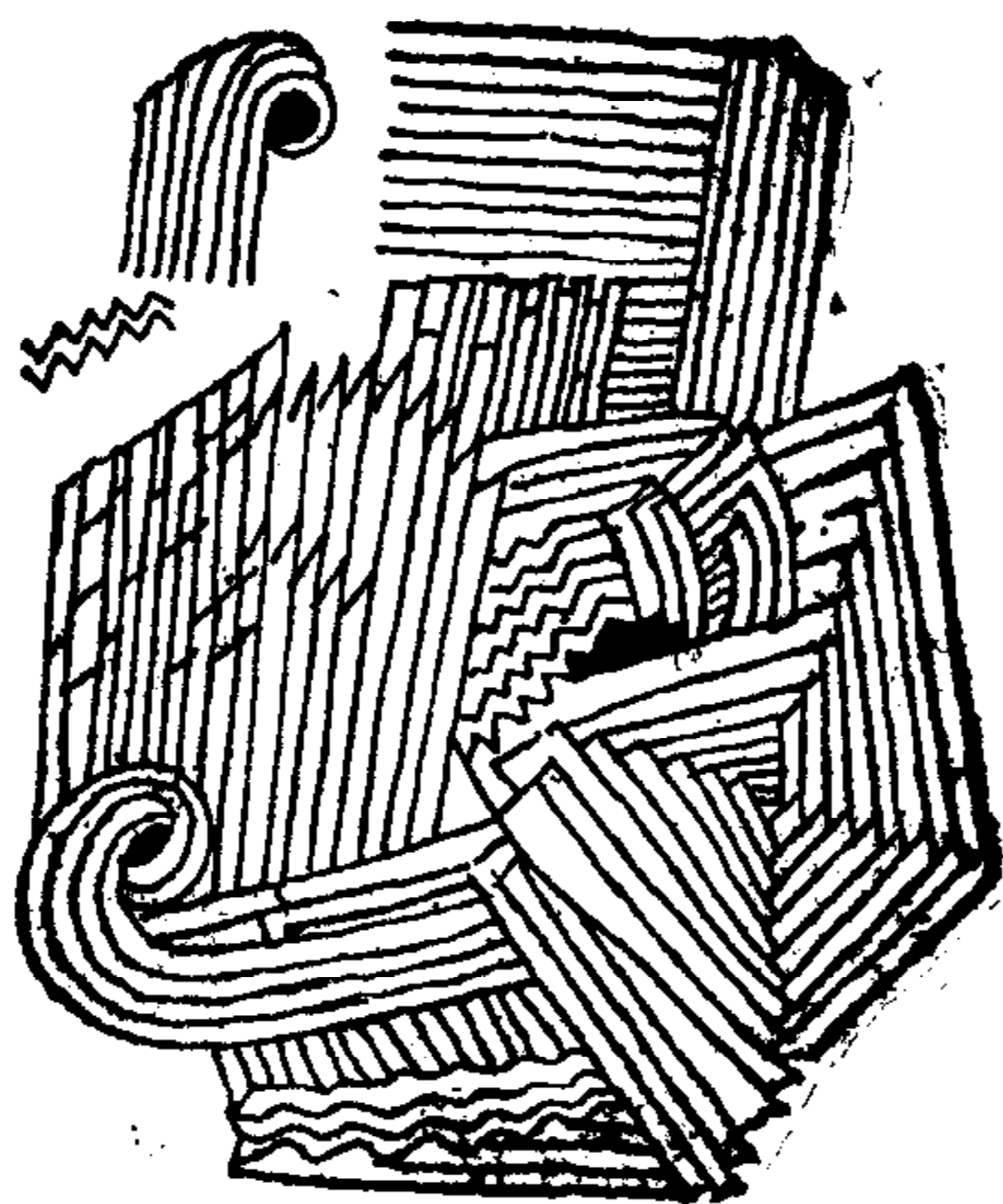
全融合为我的直觉（这是精通艺术的内核）时，才能说我已成为这门艺术的大师。但是，除了学习理论与实践以外，还有一个要想成为任何一门艺术的大师所必不可少的第三要素，这就是精通这门艺术必须是最高的旨趣所在，必须认定世界上没有其它任何东西能比这门艺术更为重要。这一点适用于音乐、适用于医学、适用于木匠活——也同样适用于爱。而且，如果要问为什么人们在爱上遭到明显的失败，却几乎从不试图去学习这门艺术？那么答案或许恰恰就在这一点上：尽管对于爱的渴望根深蒂固，但几乎其它的一切东西——成功、威望、金钱、权力——总是被看得比爱更为重要，我们的精力几乎全都被用来学习如何达到这些目标，再没有什么精力来学习爱的艺术了。

是不是只有那些我们认为能赢得金钱和名誉的东西才应被看成是值得学习的，而爱——在现代意义上它“仅仅”有益于灵魂，但却是无利可图的——则是一种我们没有权利对之费神过多的奢侈品呢？不管是不是这样，下面我们将按照上述那种划分来讨论爱的艺术：首先我将论述爱的理论（这将占去本书的较大篇幅）；其次我将论述爱的实践——但是正如在任何其它领域中一样，关于实践几乎没有什么可说的。

101

第二章

爱的理论



一、爱——对人类存在问题的解答

任何爱的理论都必须以一种关于人和人类存在的理论为研究起点。尽管在动物中我们也可以看到爱，或者说相当于爱的一种东西，但动物的亲恋主要是它们本能特性的一部分；而在人身上我们可以看到，这些本能特性只是作为残余的痕迹而起作用。在人的生存中，本质的东西恰恰就在于：他已经从动物的王国中、从本能的适应中脱颖而出。虽然他绝不曾离开自然，他仍是自然的一部分，但他已经超越了自然；而一旦从自然中挣脱出来，他便不可能返回于自然了；一旦从天国中被抛掷出来，——在这天国中他和自然处于原始的同一状态——假如他还想返回天国，小天使手中的闪光之剑便挡住了他的去路。人只能通过发展他的理性，通过找到一种新的和谐、一种人间的和谐而向前发展，而不能去追求那一去不复返的前人类的和谐。

当人降临世上（人类和个人都是一样），他便从一种确定的状态——象本能那样地确定——中被扔进一种不确定的、易变的和开放的状态。在这种状态中，唯有过去是确定的，关于未来则只有死亡才是确定的。

人天生赋有理性，他是“意识到自己存在的生物”；他有自我意识，有对其同伴的意识，有对其过去的意识，也有

对未来可能性的意识。他意识到自己是一个分离的实体，意识到自己生命的短促；他意识到自己生不由己，死亦不由己。他意识到他将先于他所爱的人死去，或者他所爱的人死在他的前面；他意识到自己只身一人，孤苦伶仃，在自然和社会的压力面前无依无靠，这一切使得这种分离不和的存在对他来说成为一个不堪忍受的牢狱。如果他不能从这个牢狱中解放自己，不能伸出手来，以这种或那种形式，与他人、与外界拥抱结合，他就会丧失其理性。

这种分离的体验引起了焦虑；确实，它是一切焦虑的根源。分离意味着隔绝，意味着人毫无能力行使人的权力。因此，分离意味着无依无靠，意味着不能主动地把握世界——事物和他人；它意味着外界能侵犯我，而我则无力对此作出反应。这样，分离便成了严重焦虑的根源。除此以外，它还引起羞耻心和负罪感。这种分离中的负罪和羞耻的体验，在《圣经》中亚当和夏娃的故事中得到了表现。当亚当和夏娃偷吃了“知善恶树”上的禁果之后，当他们违反了禁令后（如果不是随便地违反禁令，就不会有善和恶），当他们从原始的动物与自然的和谐中解放出来而成为人，即他们作为人而诞生之后——他们看到“他们全身裸露，并为此而感到羞耻”。按照十九世纪那种道貌岸然的道德观看待这个古老而原始的神话，这个故事的重要之点是告诉我们，亚当和夏娃为着性器官的裸露而感到窘迫；难道我们也应该这么看吗？并非如此。以维多利亚时代的精神去理解这个故事，我们就会遗漏其主要之点，这就是：男子和女子意识到自己，并且意识到对方之后，他们意识到了他们的分离和他们之间的区别，因为他们属于不同的性别。但是在他们认识到彼此间的分离时，他们依然是陌生的，因为他们尚未学会互爱

（这一点在这个事实中表现得很清楚，即与其说是亚当努力保护夏娃，不如说他通过责备夏娃而保护自己）。人类分离的意识，没有爱的重新结合——就是羞耻心的根源，同时也是负罪和焦虑的根源。

因此，人类最深切的需要，就是克服这种分离，脱离其只身一人的牢狱。实现这一目的的绝对失败意味着理性的丧失，因为，只有通过这样一种从外部世界的根本回撤，以使分离感消失——因为这个使人分离的外部世界似乎已经消失了——才能克服这种令人恐慌的完全孤独的状态。

人类——在任何时代、任何文化中——都面临着同一个问题，都要解决同一个问题：怎样克服分离，怎样实现结合，怎样超越个人的自身生活，并找回和谐。无论是对居住在洞穴里的原始人、照看着羊群的游牧人，还是对埃及的农民、腓尼基的商人、罗马的士兵，无论是对中世纪的僧侣、日本的武士，还是对现代的职员和工厂的工人，问题都是一样。因为它产生于同一个基础：人类的境况，人类存在的处境。答案则是多样化的。它可以通过动物崇拜而得到解决，可以通过人类牺牲或军事征服得到解决，也可以通过纵欲奢华、禁欲克己、拼命工作、艺术创造、爱上帝、爱人类以及其它不同的方法加以解决。尽管有过许多种答案——人类历史就是这些答案的记录——但是答案却不是数不清的。相反，一旦我们略去那些属于枝微末节的细小差别，我们就会发现已得出的答案是很有限的，并且这些答案只能是由人类在其所生活的多种文化中得出。宗教和哲学的历史就是这些答案的历史，就是这些答案的多样性的历史，也是它们在数量上的有限性的历史。

在某种程度上，问题的解答依赖于个人所达到的个性化

程度。在婴儿身上，自我（I-ness）的意识发展不快；婴儿仍然感到和母亲是一体，只要母亲在场，他便不会有分离感。他的孤独感为母亲的身体、乳房和皮肤的在场所弥补。只有当孩子发展了其孤独感和个性时，母亲的身体在场才不足以再治愈这些感觉，克服分离的需要才以其它的方式产生出来。

同样，人类在其幼年时期，仍然感到他和自然是合一的。土壤、动物、植物依然是人的世界。人视自己与动物相同一；早期人类穿着兽皮制衣，崇拜图腾动物或动物神就说明了这一点。但是，人类越是这些原始的结合中摆脱出来，他和自然界就越是分离，寻找摆脱分离的新途径之需求就越是强烈。

实现这个目的的一种方式各种各样的狂欢状况。这些狂欢可以有一种自我迷醉的形式，有时还借助于麻醉品。原始部落的许多仪式提供了一幅这类解决方法的生动画面。在这种迷狂的瞬间状态中，外部世界消失了，由外部世界而产生的分离感也随之消失了。又由于这种仪式是一种共同的实践，一种与群体混同为一的体验又添加进来。与之紧密相关，并且常常和这种狂欢的解决方法混合在一起的是性的体验。性高潮能够产生一种状态，类似于出神所产生的状态或某些麻醉剂所达到的效果。群交的性狂欢仪式是许多原始部落仪式的一部分。狂欢的体验之后，人们似乎能有一阵少受分离之苦。慢慢地，焦虑的压力逐渐上升，然后通过重复先前的仪式，使这种焦虑再次减少。

只要这种狂欢状态是在一个部落里共同实践的问题，它们就不会产生焦虑或负罪感。以这种方式来行动是正当的，甚至是至善至德的，因为它是大家共享的一种方式，是为巫

师或祭司所赞成、所要求的；因此，没有理由感到负罪或羞耻。但是，同样的解决方法，如果是由这种共同实践之后的另一层次文化中的某个人所选用时，情况就大不一样了。酗酒和麻醉瘾是个人在一种非狂欢文化中所选择的方式，与那些参与社会约定的解决方式的个人完全不同，前者就要大吃负罪和自责的苦头。尽管他们企图在酒精或麻醉剂中寻求解脱分离的方法，但是在狂欢的体验结束之后，他们感到更加分离，于是被迫愈益频繁、愈益强烈地求助于这种狂欢。与之差别不大的是求助于性狂欢的解决方法。在某种程度上，它是克服分离的一种自然和正常的形式，是对孤独问题的一种部分解答。然而，对于许多没有用其它方法来减轻其分离感的个人来说，寻求性高潮所起的作用与酗酒和毒瘾的作用没有多大差别。它成为在绝望中逃脱由分离而造成的焦虑的企图，其结果只能是愈加强烈的分离感。因为除了瞬息之间，性行为永远不会在两个毫不相爱的人之间架起桥梁。

所有狂欢型融合形式都有三个特征：它们是强烈的，甚至是狂暴的；它们发生在整个人格、精神和肉体中；它们是短暂的和周期性的。然而，人类在过去和现在都更为频繁地选用的一种融合方式，却导致了与之恰恰相反的情形：这种融合建立在与群体、群体的风俗、实践和信仰相一致的基础上。这里，我们又一次发现值得重视的发展过程。

在原始社会中，群体很小，它由享有共同的血缘和土地关系的人们组成。伴随着文化的发展，群体日益扩大；成为一个城邦的城民，一个大国的百姓，一个教會的成员。即便是最贫穷的罗马人也会因为他能说出“*civis romanus sum*”

（我是罗马公民）而感到骄傲；罗马和罗马帝国就是他的家庭，他的家乡，他的世界。在当代西方社会里，与群体

的融合也是克服分离的普遍方式。在这样一种融合中，个人的自我消失在一个大范围内，目的是要归属于群体的自我。如果我和其它人都一样，如果我没有与众不同的情感或思想，如果我遵从集体的习惯、服饰甚至观点的模式，那么，我就得救了；我就从骇人的孤独体验中得救了。独裁制度利用威胁和恐吓的手段，导致这种遵从；而民主制国家则运用启发和宣传的手段，同样导致这种遵从。不错，两种制度之间确有很大的区别。在民主国家里，可能出现不遵从，事实上，这种情况不可能完全没有；在极权制度下，只会有极少数超乎常人的英雄和殉道者拒绝顺从。但是，尽管存有这种区别，民主社会却表现出压倒一切的一致。原因在于这样一种事实，即对追求融合的问题必须做出一个回答，而且，如果没有其它的或更好的方式，那么，遵从群体的融合就成为占主导地位的方式。只有明白克服分离的需要之深切，才能明白对与众不同和偏离群体的恐惧之强烈。有时，对不一致的恐惧被理性化为对实际危险的恐惧，这些危险能够威胁那些不顺从者。实际上，人们想要遵从的程度远远高于他们被迫遵从的程度，至少在西方的民主国家里是这样。

大多数人甚至还没有意识到他们需要遵从。他们生活在幻想中，幻想他们追随着各自的想法和爱好，幻想他们是个人主义者，幻想他们所形成的观点是自己思考的结果，幻想他们的想法只是凑巧和大多数人的想法一模一样。而大家思想上的完全一致，又被当作“他们的”思想的正确性的一种证明。由于依然存在着体会个性的需要，这种需要就在细微的差别上得到满足。手提包或毛线衣上的缩写名称啦、银行的金属名片标志啦、属于民主党而不是共和党啦、属于埃尔克派而不是圣殿派啦，这些都成为表现个性区别的东西。广

告口号“它与众不同”表现出这种对区别的情感需要，尽管事实上这种区别已所剩无几。

这种不断增长的消灭区别的倾向是与平等的概念和体验密切相关的，因为平等正在最先进的工业社会中发展。在最初的宗教意义上，平等意味着我们都是上帝的孩子，我们都共享同样的人-神实体，我们都是同一的。它也意味着个人间的差异必须得到尊重，一方面我们都是同一的，另一方面我们每个人都是一个单一的实体，是一个独特的宇宙。例如，这种对个体单一性的确认在犹太教法典的规定中表述为：“无论何人拯救了一条生命，他仿佛拯救了整个世界；无论何人毁灭了一条生命，他仿佛毁灭了整个世界。”平等作为个人发展的条件也是西方启蒙运动的哲学概念的含义。它意味着（尤以康德阐述得最为明确）任何人都不是实现他人目的的手段。人人都是平等的，因为人人都是目的，而且仅仅是目的，而决不是互为手段。各派社会主义思想家追随启蒙运动的思想，把平等界定为废除剥削，废除人对人的使用，全然不顾这种使用是残酷的还是“人道的”。

在当今的资本主义社会里，平等的含意已经改变了。平等，在今天指的是机械般行动的人的平等，是已丧失了全部个性的人的平等。今天的平等与其说意味着“同一”，不如说意味着“一样”。它是抽象的一样，人们从事一样的工作，享有一样的娱乐，阅读一样的报纸，怀有一样的感情和一样的思想。在这一点上，人们也必须持着怀疑主义的态度来看待某些被赞为进步象征的成就，例如妇女的平等。不用说我并不反对妇女的平等；但是，这种平等倾向的积极方面决不能欺骗任何人。它是消除差别之趋势的一部分。平等是以这样的代价买来的：妇女是平等的，因为她们没有任何区别。

启蒙哲学的这种主张：“I am n'a pas de sexe”——灵魂没有性别，已经成为普遍的实践。性区别正在消失，随之性爱也在消失，因为性爱正是建立在这种性区别基础上的。男人和女人变得一样了，不再是对立两极上的平等者了。当代社会鼓吹这种无个性的平等，把它作为理想，因为这个社会需要个个都一样的原子人，使他们平滑而又毫无摩擦地聚成一团；所有的人都遵从着一样的命令，然而每个人都确信他在顺从着自己的愿望。正象现代化的大批量生产要求商品的标准化的那样，社会进程也要求人的标准化，而这种标准化则被称为“平等”。

通过相一致达到的融合并不是强烈而狂暴的，它是平静的，为常规所支配着，而正因为如此，它常常不足以抚慰分离的焦虑。当代西方社会中酗酒、吸毒瘾、强迫性性行为、以及自杀现象的增多趋向，正是群体一致相对失败的症候。不仅如此，由于这种解决方法所关注的主要是精神而不是肉体，因此与狂欢型解决方法相比，更加不足以抚慰分离的焦虑。群体相一致只有一个好处：它是永久的，而不是短暂的。个人在三至四岁时，被导入这种相一致的样式中，此后，从未失去过与群体的联系。甚至他的葬礼——他期望成为他在世上的最后一桩大的社会事务——也恪守着这一模式。

除了用以消除从分离中产生的焦虑的相一致方式外，当代生活的另一个因素也必须引起重视：工作常规和娱乐常规所扮演的角色。人成为一个“九点至五点”，他是劳动力的一部分，或是职员和经理官僚势力的一部分。他很少有积极性，他的任务由工作组织所指派；甚至在高低不等的阶层之间也很少有区别。他们全都按照指派的方法，用指派的速度，执行着由整个组织机构指派的任务。甚至情感也是被指派

的：快乐、容忍、可靠、雄心以及与人人和谐相处的能力。虽然没有用很激烈的方法，但娱乐终究也是用相同的方法加以常规化了。图书是由读书俱乐部选择的；电影是由片主和影院主人选择的，而且广告宣传也是由他们出钱支付的；其余的活动也一样：星期天开车出游、看电视、打扑克、社交聚会。从生到死、从早到晚、从周一到周一——所有的活动都常规化了，都预制好了。身陷常规之网的个人怎样才能不忘他还是一个人、一个独特的个体，一个有希望、有失望、有悲哀、有畏惧、渴望爱而害怕空虚和分离的人、一个仅有一次生命机会的人呢？

达到融合的第三种方式在于创造性活动，无论是艺术家的创造性活动，还是手艺人的创造性活动。在任何一种创造性工作中，创造者都把自身和他的材料融为一体，而材料则代表着外在于他的世界。无论是一位木匠做了一张桌子、还是一位金银制造商铸了一块玉宝，无论是农民种植粮食还是画家作了一幅画，在所有各类创造性工作中，工作者和他的对象都成为一体，在创造的过程中，人将自身和世界结成一体。然而，这种情况只发生于生产性工作中，只发生于那种由我来计划，由我来生产，由我看到工作结果的工作中。在现代社会里，在一个在无止境的生产线旁的工人或职员的工作过程中，这种工作的融合性质已所剩无几了。工作者成为机器或官僚机构的附属品。不再是他——因此，不会产生出超越相一致水平的融合。

在生产性工作中所实现的联合不是人与人之间的联合，在狂欢的聚合中所实现的联合是短暂的联合；凭借一致所实现的联合仅仅是虚假的联合。因此，它们都只是对存在问题的片面回答。全面的答案在于实现人与人之间的融合，在于

实现与另一个人的溶合，在于爱。

这种对人与人之间联合的追求是人的身心中最为强劲最为有力地奋争着的欲望。它是最基本的情感，是维系人类、民族、家庭和社会生存的力量。不能实现这种联合意味着疯狂或毁灭——自我毁灭或毁灭他人。没有爱，人类不能存在一天。但是，如果我们把人与人之间融合的实现称之为“爱”，我们会发现自己处于一种严重的困难境地。联合可以通过不同的方式得到实现——但是，这些方式间的不同点并不比各种爱的形式间的共同点缺少意义。难道它们都可称之为爱吗？或者说，难道我们仅仅为了某一种特殊的融合——这种融合是以往四千年的东西方历史上所有伟大的人文宗教和哲学体系中的理想善行——而保留“爱”这一名词吗？

如果解决这一困难同解决所有的语义困难是一样的，那么，答案只能是主观武断的。问题是我们应当明白，当我们说爱的时候，我们所谈论的是哪一类融合。我们所说的爱是作为对存在问题的成熟回答呢，还是我们说到的那些可称之为“共生性融合”的爱的不成熟形式呢？下面，我将只把前者称为爱，但是却从讨论后一类“爱”开始。

共生性融合以孕妇与胎儿之间的关系为其生物学模式。她们是两个人，但也是一个人。她们生活“在一起”（共——生的），她们互为需要。胎儿是母亲的一部分，他从母亲那里吸收所需要的一切；母亲仿佛是他的世界；母亲哺育着胎儿，保护着胎儿，而母亲自己的生命力也被婴儿所增强。在心理共生的融合中，两个肉体是独立的，但也存在着同样的心理上的依附。

共生性融合的消极形式是屈从共生性融合，或者如果我们使用精神分析的临床术语，就是受虐狂。受虐狂者通过使

自己成为另一个人的重要部分来逃避不堪忍受的孤独和分离感，而那个人则指挥着他，引导着他，保护着他，仿佛是他的生命和氧气。一个人的屈从使另一个人的力量膨胀，不管那个人是人还是神；他是一切，我什么也不是，只是他的一部分。作为一部分，我是崇高、权力以及确定的一部分。受虐狂者不必做出决定，也不必冒任何风险；他从不独处，但也没有独立；他没有完整性；他尚未全部出生。在宗教领域内，崇拜的对象被称作偶像；在世俗的范围内，在一个受虐狂者的爱的关系里，基本的机制，即偶像崇拜的机制，则是一样的。受虐狂可以和生理的、性欲的关系搅在一起，在这种情况下，就不仅仅是精神参与的屈从，而且也是整个肉体的屈从。受虐狂可以屈从于命运，屈从于疾病，屈从于有节奏的音乐，屈从于由毒品或催眠昏睡下所产生的狂欢状态——在所有这些情况下，人皆会抛弃自我的完整性，使自己成为他人或它物的工具；他无需通过生产性活动来解决生存问题。

共生性融合的积极形式是统治，或者使用相应于受虐狂的心理学术语，叫做施虐狂。施虐狂者则想通过使另一个人成为自己的重要部分而逃脱他的独处和监禁感。他通过使另一个崇拜他的人成为自己的一部分的方式来抬高和强化自己。

施虐狂者依赖屈从者，恰似后者依赖前者；没有另一者，二者皆无法生存。区别仅仅在于施虐狂命令人、利用人、伤害人、凌辱人，而受虐狂则被命令、被利用、被伤害、被凌辱。在现实的意义上，这是一个不容忽视的区别；而在更深的情感意义上，它们之间的差别就不如它们的共同点——不完整的联合——来得重要了。如果明白了这一点，那么，

通常发现某人以施虐狂或受虐狂两种态度行事，以不同的方式对待不同的对象，就不会大惊小怪了。希特勒主要是以一种施虐狂的方式对待人民，但又以受虐狂的方式对待命运、历史和自然的“更高力量”。他的结局——在普遍毁灭中自杀——和他的成功之梦一样地具有特色——完全的统治^①。

成熟的爱与共生性融合恰成对照，它是在保存人的完整性、人的个性条件下的融合。爱是人的一种主动能力，一种突破把人和其同伴分离开来的围墙的能力，一种使人和他人相联合的能力；爱使他克服了孤独和分离的感觉，但也允许他成为他自己，允许他保持他的完整。在爱中，矛盾出现了：两个人变成一个，而又仍然是两个。

如果我们说爱是一种活动，我们面对的困难在于“activity”一词的意义不明确。按照这个词的现代用法，它通常指一种行动，一种由于耗用精力而造成现存情形发生变化的行动。这样，如果一个人从事商业、研究医学、在无尽头的生产线旁工作、制造一张桌子、或从事体育运动，都可被看作在活动着。所有这些活动的共同特征是趋向于实现一个外在的目的。没有考虑到的是活动的促动因素。例如，一个人被深深的不安全感和孤独感驱使而不停地工作，或者被野心——贪婪钱财驱使而工作。在所有这些情况下，人是一种情感的奴隶，他的活动实际上是一种“被动”，因为他是被驱使的；他是受害者，而不是“行动者”。另一方面，如果一个人静坐出神，除了体验自身以及他与世界合为一体外毫无其它意图或目的，则被认为是“被动的”，因为他没有

^① E. 弗洛姆《逃避自由》，伦敦1942年版。

“干”任何事情。实际上，这种凝神疗法的态度是最高的主动活动，它是灵魂的主动活动，它只是在内心自由和独立的条件下才是可能的。主动性的一个概念，一个现代的主动性概念，指的是花费精力以实现外在目的；而主动性的另一个概念则是指人的内在力量的使用，它不管是否引起外在变化。斯宾诺莎对后一种主动性概念已作了极其清楚的阐述。他区别了主动和被动情感之间、“行动”和“情欲”之间的不同。在主动情感的运动中，人是自由的，他是情感的主人；在被动情感的运动中，人是被驱使的，什么是动力的对象连他自己都不知道。这样，斯宾诺莎得出结论^①：善和力量是同一个东西，妒忌、猜疑、野心、任何的贪婪都是情欲；爱是一种行动，是人的某种能力的实践，它只能在自由的情况下实践，从来都不是强迫的后果。

爱是一种主动活动，而不是一种被动的情感；它是“分担”，而不是“迷恋”。在最一般的意义上，爱的主动性特征可用这样的表述来描述：爱主要是给予，而不是接受。

给予什么？对这个问题的回答似乎很简单，但实际上它充满着含糊不清的意义和复杂性。最普遍的误解是认为，给予就是“让出”什么东西，就是被剥夺，就是牺牲。一个人的性格如果还没有超越接受取向、剥削取向、或者积存取向的阶段，他就会以这种方式体验给予的行为。市场性格愿意给予，但这仅仅是为了换取接受；没有接受的给予对于他来说就是被欺骗^②。非生产型取向占主要地位的人把给予当作一种力量的枯竭。因此这类人中大多数都拒绝给予。有的人认为给予是牺牲，因而以此为德行。他们感到这是正义，因为这种给予是痛苦的，人应该给予；对于他们，给予中的善

① 斯宾诺莎：《伦理学》。

② E·弗洛姆《为自己的人》，伦敦1949年版。

在于承认了牺牲的行为。对于他们，给予比接受是更高的道德标准就意味着经历被剥夺比体验享乐更好。

对于生产型性格，给予则具有完全不同的含义。给予是潜能的最高表达。正是在给予的行为中，我体验到我的力量、我的财富、我的能力。这种提高生命力和潜能的体验使我充满了欢乐。因为我作为流溢、消耗、活着的我而体验着我自身，因此是快乐的^①。给予比接受更快乐，并不是因为它是一种被剥夺，而是因为在给予的行为中表示了我生命的存在。

把这个原则运用到各类特殊现象中从而认识其原则的有效性并不困难。最基本的例子存在于性领域。男子性功能的极点在于给予的行为；男子把他自身、他的性器官给予女子。在性高潮的瞬间，他把他的精液给予了女子。如果他有性交能力，他就禁不住要给予。如果他不能给予，他就不具有性交能力。对于女子，过程也没有什么不同，只不过多少更复杂些。她也在给予自身；她打开了通向其女性核心的大门；她在接受的行为中给予着。如果她没有这种给予的能力，如果她仅仅是接受，那么她就是阴冷的。对于她，给予行为再次出现时，她的作用不再是一个爱人，而是一个母亲。她把自身之物给予正在体内长大的胚胎，她把乳汁给予婴儿，她把体温给予孩子。不给予将是痛苦的。

在物质的范围内，给予意味着富有。并不是他有许多他才富有，而是他给予了许多他才富有。就心理意义而言，积存者因为损失了一些东西而感到焦虑是他贫穷的表现，是他力量枯竭的表现。而不管他有多少东西，任何能给予自身之物的人都是富有的。他作为一个能赠予自身之物给他人的

^① 比较斯宾诺莎的快乐定义。

而体验着自己。只有被剥夺了全部最低限度的生存必需品的
人才无法享受给予物质行为的快乐。但是，日常经验表明，
在一个人眼中，什么是最低限度的必需品，不仅取决于他实际
拥有的财产，同样也取决于他的性格。众所周知，贫穷者比富
有者更愿意给予。然而，贫穷超过了一定的界限，就不可能给
予。并且贫穷也是堕落，这并不仅仅因为贫穷所直接引起的苦
难，而且因为它剥夺了贫穷者给予的快乐。

然而，最重要的给予范围不是物质的领域，而是特定的人
类王国。一个人把什么给予另外一个人呢？他给予了他自身
之物，给予了他所具有的最宝贵的东西，给予了他的生命。这
并不一定意味着他为另一个人而牺牲了他的生命——但是他
给予另一个人的是他生命的活力；他给予另一个人的是他的
欢乐、他的旨趣、他的理解、他的知识、他的幽默、他的悲
哀，给予了他的生命活力的全部表达方式和全部证明方式。
这样，在给予他的生命时，他使另一个人富有起来，通过提
高他自己的生命感，他提高了另一个人的生命感。他并不为
接受而给予，给予本身便是极大的快乐。但是在给予中，他
不能不使另一个人身心中的某些东西复苏，而且这种复苏过
来的东西又反射给他自己；在真正的给予中，他禁不住接受
了那些还给他的东西。给予暗示着使另一个人也成为一
个给予者，而且他们分享着他们共同使之复返生命的东西。
在给予的行为中，某种东西诞生了，给予的双方都感激为
他们所诞生的生命。尤其是对于爱，这就意味着：爱是一
种产生爱的能力；软弱无能就是没有能力产生爱。这个思想
已由马克思完美地表述过，他说：“假定人就是人，而人跟
世界的关系是一种合乎人的本性的关系，那么，你就只能用

爱来交换爱，只能用信任来交换信任，等等。如果你想得到艺术的享受，你本身就必须是一个有艺术修养的人；如果你想感化别人，你本身就必须是一个能实际上鼓舞和推动别人前进的人。你跟人和自然的一切关系，都必须是同你的意志的对象相符合的、你的现实的个人生活的明确表现。如果你的爱没有引起对方的反应，也就是说，如果你的爱作为爱没有引起对方对你的爱，如果你作为爱者用自己的生命表现没有使自己成为被爱者，那么你的爱就是无力的，而这种爱就是不幸^①。”但是，不仅在爱中的给予意味着接受，教师也会受到他的学生的教育，演员也会受到他的观众的鼓舞，心理分析家也会受到他的病人的治疗——只要他们并不把对方作为对象看待，而是真正生产性地相互联系在一起。

几乎无须强调这样一个事实，即作为给予行为表现出来的爱的能力依靠人的性格发展。它以获得某种以生产性为主的取向为前提；在这种取向过程中，人克服了依赖、自恋的无限权力和利用他人的愿望或积存的愿望，而且获得了对其自身的人的能力的信心，获得了依靠自己的能力去实现自己的目标勇气。缺乏这些，他便会害怕给予他自己，——因此也就害怕爱。

除了给予这一因素之外，爱的主动性还在这一事实中显明自己：它总是包含着一些基本因素，这些因素在爱的所有形式中都存在着。它们是关心、责任、尊重和认识。

爱包含着关心，这在母亲对孩子的爱中是最明显不过的。如果我们看到母亲对于婴儿缺少关心，如果她忽视了喂养孩子，忽视了给他洗澡，给他生理上的舒适，无论怎么说她爱，我们都不会相信这是真的。如果我们看见她关心着孩子，

^① 马克思《1844年经济学——哲学手稿》，汉译单行本第108页。

那么她的爱就给我们以极深的印象。甚至对动物或花朵的爱也是一样。如果一个女子告诉我们，她爱花朵，而我们却看到她忘了给花浇水，那么我们就不会相信她“爱”花朵。爱是对我们所爱的生命和人或物成长的主动关注。缺乏这种主动的关注，就不是爱。爱的这一因素在《约拿书》中得到过极好的形容。上帝告诉约拿到尼尼微去警告那里的居民，如果他们不改正他们的恶劣行径，他们将受到惩罚。约拿没有完成这个使命，因为他害怕尼尼微的居民将会悔改，因此上帝会宽恕他们。约拿是一个具有很强秩序感和法治意识的人，但没有爱。可是，当他企图逃走的时候竟发现自己在鲸鱼腹内，这象征着由于他缺乏爱与人类休戚与共之心而给他带来孤立和监禁的情形。上帝拯救了他，他到尼尼微去了，并按照上帝告诉他的话劝诫当地居民，然而他所害怕的事情到底发生了。尼尼微的百姓忏悔他们的罪过并改过自新，于是上帝便宽恕了他们，并决定不毁灭这个城市。约拿感到极度的愤怒和失望；他希望做到的是“正义”而不是仁慈。最后他在一棵树荫下找到一些安慰，这棵树是上帝为保护他免受日晒而造的。但当上帝使这棵树枯萎的时候，约拿便觉得沮丧并且愤怒地抱怨上帝。上帝回答说：“你怜悯这棵葫芦树，但你对它既没出过力也没使它长大，它在一夜之间长大，又在一夜之间死去。在尼尼微那个大城市里有十二万多分辨不清是非的百姓，何况还有那么多牲口，难道我不该饶恕它？”上帝对约拿的这番回答应该在其象征意义上加以理解。上帝向约拿阐明，爱的真谛是为某些东西“出力”，并“使某些东西成长”，爱和劳动是不可分的。人人都爱自己出过力的东西，同时也为他所爱的东西而出力。

照顾和关心包含着爱的另一方面，即责任。今天责任常

常意味着义务——某种从外部强加在人身上的东西。但是，真正的责任则是一种完全自愿的行动；是我对另一个人的需要——表达的或未表达的——的反应。有责任感意味着有能力并准备“反应”。约拿并不感到对尼尼微的居民负有责任，他也会象该隐那样问：“我是我兄弟的赡养人吗？”一个爱着的人则会反应，他兄弟的生命并非只是他兄弟自己的事情，也是他自己的事情。他感到他对他兄弟负有责任，就象他对自己负有责任一样。这种责任，就母亲和婴儿来说，主要是指照顾身体的需要。在成年人的爱中，则主要是指关心另一个人的精神需要。

如果不是爱的第三个因素——尊重，责任就会很容易地堕落为统治和占有。尊重并不是惧怕和敬畏。根据它的词根（*respicere*，看），尊重意味着能够按照其本来面目看待某人，能够意识到他的独特个性。尊重意味着关心另一个人，使之按照其本性成长和发展。这样，尊重意味着无利用。我希望所爱的人以他自己的方式、为他自己而不是为着服务于我的目的而成长和发展。如果我爱另一个人，那么我就会感到和他或她是一体，但他还是他，并非把他作为为我所用的对象而需要他。很显然，只有我实现了独立，只有我不需要拐杖就能站立和行走，不统治也不利用任何他人，尊重才是可能的。尊重的存在只有建立在自由的基础上；正象一首古老的法国歌曲这样唱道：“*L'amour est l'enfant de la liberté*”（爱是自由之子），从不是统治之后。

对一个人来说，没有认识就不可能有尊重；没有认识的引导，关心和责任将是盲目的。没有关心的推动，认识也是空虚的。认识有许多层次，作为爱的一个方面的认识，并不淹留在认识的外围，而是深入它的核心。这只有当我超越对我

自身的关心并且在另一个人中看到他自己的时候才是可能的。例如，我也许知道一个人在生气，尽管他并没有明显的表露，但我对他的了解可能比这更深；那么我知道他在焦虑，在烦恼，他感到孤独，也感到内疚。因而我知道他的生气只是某种更深的东西的外在表现，于是我就把他看作一个焦虑和窘迫的人，也就是说，一个受苦的人，而不是把他看作一个生气的人。

认识与爱的问题之间还有一个更为基本的关系。融合另一个人以便超脱自身的分离之牢狱这一基本的需要是与另一个人的特殊欲望——了解“人的秘密”——密切相关的。不仅生命在其生物学方面是一个奇迹和秘密，人在人性方面对他自己和他的同胞也是一个深奥的秘密。我们了解我们自己，然而，即便是使出全身解数，我们也并不懂得我们自己。我们了解我们的同胞，然而我们并不懂得他，因为我们不是一样东西，我们的同胞也不是一样东西。我们越是深入到我们的存在或他人的存在的深处，我们就越是远离认识的目的。但是我们禁不住地期望深入到人的灵魂的秘密中去，深入到内心世界最核心的地方中去，这个地方就是“他”。

有一种方式，一种绝望中才采用的认识这个秘密的方式：就是完全支配另一个人，使他做我们想做的，感受我们想感受的，思考我们想思考的，使他变为一样东西，我们的东西，我们的占有物。这种认识企图的最高阶段就是极端的施虐狂——使一个人受苦的欲望和能力；折磨他、逼迫他在受苦中泄露自己的秘密。深刻而强烈的残酷和破坏性的本质动机就存在于这种想要深入人的秘密、深入他的因而也是我们自己的秘密的渴望中。I·巴贝尔曾经非常简洁地表达过这种思想。他引用了俄国内战时一名军官的话（此人刚刚用脚

踩死了先前的主人），他说：“用枪打——这么说吧——用枪打，你只是打倒一个敌人，……只用枪打你永远不会发现灵魂，永远不会达到一个家伙的灵魂深处，不会知道灵魂是怎样表现自己的。我不想饶恕我自己，我不止一次地践踏敌人一小时以上。你瞧，我想知道生命到底是什么，在我们的内心深处生命是个什么样^①。”

在儿童身上，我们常常清楚地见到这条通往认识的途径。孩子把某样东西拆开、打碎以便认识它；或者“拆开”一只动物，残酷地扯下蝴蝶的翅膀以便认识它，硬要了解它的秘密。这种残酷本身是以某种更深刻的东西为动机的：即认识事物和生命的秘密的愿望。

认识“秘密”的另一途径是爱。爱是对另一个人的主动渗透，在渗透中，我的求知欲被融合所平息了。在融合的行动中，我认识了，认识了自己，认识了每一个人——而我什么也不“知道”。我通过人类认识生命活力的唯一可能途径认识着——即通过体验融合——而不是借助我们的思想所能给予的知识。施虐狂是以了解秘密为动机的，而我仍象过去一样无知。我一层层扯下其它的存在物，而我所做的一切只是毁坏了他。爱是认识的唯一途径，爱在融合的行动中回答了我的追求。在爱的行为中，在给予自身的行为中，在对他人渗透的行为中，我找到了自己，我发现了自己，我发现了我们两人，我发现了我。

了解我们自己和了解我们的同胞的渴望在特尔斐格言中被表述为“认识汝自己”。它是全部心理学的主要动机，但是由于这一愿望是为了了解人的全部，了解人内心最深处的秘

① I. 巴贝尔《故事集》，纽约1955年版。

密，因此这个愿望在一般的认识中、在理性的认识中是决不能实现的。即便我们上千次地了解我们自己，但我们还是没有达到心灵的最底层。我们对于自己依然是个谜，就象我们的同胞对于我们仍然是个谜一样。全面认识的唯一方式就在于爱的行为：这种行为超越思想，超越语言。它是勇敢地投入融合的·体验。然而，思维认识是心理学的知识，是在爱的行为中获得全面认识的必要条件。为了能认识他人的本质，或者说克服幻想，克服我对他的非理性曲解，我必须客观地了解他人和我自己。只有当我客观地了解了人，我才能在他的终极本质、在爱的行为中认识他^①。

认识人的问题与宗教上认识上帝的问题是一致的。传统的西方神学曾试图通过思维认识上帝，作出一些关于上帝的陈述。据说人能够在他们的思想中认识上帝。在神秘主义中（正象在后面我试图要说明的那样，这是一神论的必然结果），通过思想了解上帝的意图被摒弃，而代之以与上帝融合为一体的体验，在这种融合中，不再有关于上帝的认识的地盘——当然也不需要这种认识。

与人融合的体验，或者就宗教意义而言与上帝融合的体验，绝不是非理性的。恰恰相反，就象 A·施维茨所指出的，它是理性主义的结论，是理性主义最大胆、最基本的结论。它不是偶然的，而是以我们对自己的认识的基本局限性的认识为基础的。我们知道，我们永远无法“抓住”人的秘密，无法“抓住”宇宙的秘密，但我们又知道，我们能够在爱的

①上述陈述特别暗示心理学在当代西方文化中的作用。尽管心理学的广为流行表明了人们认识人的兴趣上升，但也同时暴露出今天人与人之间的关系中极其缺乏爱。因而，心理学知识变成一种在爱的行动中取得全面认识的替代品，而不是朝着这种认识迈进的一步。

行动中了解人和宇宙的秘密。作为一门科学的心理学有它的限度，因此正象神学的逻辑结论是神秘主义那样，心理学的终极结论就是爱。

关心、责任、尊重和认识是互相依存的。它们是在一个成熟的人身上所能发现的共存因素；也就是说，在一个生产性地发展了自己的能力、只想拥有自己曾为之出过力的东西、放弃了全知全能的自恋梦想、已经获得了基本内在力量——而这种内在力量又只能由真正的生产性主动活动所给予——的谦卑的人身上的共存因素。

至此，我已谈到作为克服人的分离、作为寻求融合之实现的爱。但是在普遍的、生存的融合需求之上，出现一个更为特殊的生理需求：男女两极之间的融合要求。这种关于两极相分的思想在神话故事中得到过最明显的表述。最初男和女本是一个人，他们被一分为二，从那时起，每个男性就一直在寻求着所失去的自身的女性部分，以便与她再度融合（这种异性原初结合的思想也体现在《圣经》故事中。夏娃是抽取了亚当身上的一根肋骨而造出来的。尽管在这个故事里，按照父权制精神，女子被看作是次于男子的）。这个神话的含义是极其清楚的。性的两极相分引导着男子以一种特殊的方式寻求融合，寻求与另一性别的融合。男性与女性之间截然相反的原则也存在于每一男子和每一女子之中。正象在生理上，每一男子和女子都具有相反的性激素一样，它们在心理上也是两性的。他们自身带有接受和渗入的本性、肉体和精神的性能。男子——女子也是如此——只有在他的女性和男性的两极融合中才能找到其自身内的融合。这种极性是一切创造力的基础。

男女两性也是人际之间创造力的基础。生物学上的一个

明显事实就是精子和卵子的融合成为一个孩子诞生的基础。而在纯心理范围内，情况也没有什么不同；男子和女子之间的性爱使他们各自获得了新生（同性恋者的偏向是不能得到这种两性的融合的，因此同性恋者处在无法解决的分离痛苦之中。然而，这种失败的痛苦是由同性恋者与那些不能性爱的异性恋者分担着的）。

阴阳两极的原理同样也存在于自然界；这不仅在动物和植物中显而易见，而且在接受和渗透这两种基本功能的两极中也是明显的。例如，土和水、河与海、夜与昼、暗与明、物质与精神，等等。伟大的穆斯林诗人和神秘主义者鲁比^①极其美妙地表述过这一思想：

是呵，从未有过爱人追求而不为所爱的人追求。
当着爱之闪电射入这颗心，便知道了爱也存在于那
颗心。

当着对上帝的爱溢满你的心房，不用怀疑，上帝也
爱着你。

孤掌难鸣，没有那只手怎能拍得响这只手。
神圣的智慧是为彼此相爱的人造就的命运与命令。
为着那神定的目的，世界的每一片都是成双成对。
智者说，天是男人地是女人；大地养育天降之物。
地缺热，天便送来热；地失去了润泽，天便复送润泽。
天转天转，好象丈夫为妻子寻找食物；
地忙地忙，忙着照料家务，生养、哺乳孩子。
把天地看作有灵性的吧，因为他们做着有灵性的人
做的事。

^①R·A·尼古森《鲁比》，伦敦，1950年版，第122—123页。

没有地，哪有花树能开花？天降水、热有何用？

上帝赋予男女以欲念，好让他们的结合繁衍世界。

上帝也将欲念种植于存在的各处以寻伴侣。

白昼和星夜形似敌人；但二者都为一个目的尽力。

每个人都为完善共同的职责爱着另一个。

没有夜，人性受不到补益，日也就无从耗用了。

讨论阴阳两极的问题必然要对爱和性这一题目作进一步的讨论。以前，我已谈过弗洛伊德的错误，他把爱看作只是性本能的表达——或者说性本能的升华，而没有认识到性欲是爱和融合的需求的一个表现方式。然而，弗洛伊德在错误的路上走得更远。与生物学物质论相一致，他把性本能看作是身体内部化学反应所产生的压力带来的结果，在这种压力下人们痛苦不堪，要寻求解脱。性欲的目的在于排除这种痛苦的压力；性满足则是这种排除的实现。这种观点只在这个范围内才有合理性：即当有机体营养不良时，性欲以饥饿、口渴的同样方式起作用。按照这个概念，性欲是一种渴望，性欲的满足就是这种渴望的排除。事实上，以这种性行为的概念而论，手淫也可算是一种理想的性欲满足方式了。弗洛伊德的自相矛盾之处在于，他忽视了性欲的心理—生理方面，忽视了男一女两极、以及通过融合在这两极间架起桥梁的欲望。这个有趣的错误也许是由于弗洛伊德的极端父权主义造成的，这种父权主义使他假定性特征是男性的，从而使他忽视了特殊的女性特征。他在《性欲理论三讲》一书中表达了这个思想，他说：利比多表现出有规律的“男性本质”，而没有考虑到，这是男子身上还是女子身上的利比多。同样的思想也在弗洛伊德的另一个理论中改头换面地得到阐述，这种理论认为一个男孩体验妇女就象体验一个被阉割的男子，

而妇女自己也在寻求各种补偿男性生殖器丧失的方法。但是，女子并不是被阉割的男子，她的性特征按其本质是女性的，而不具有什么“男性的本质”。

异性之间的性吸引只是部分地由排除压力之需求引起；而主要地是由与另一性极的融合需求引起的。事实上，性爱的吸引绝非只表现为性吸引。不仅在性功能中，而且在性格中也有男性特征和女性特征。男性特征可以界定为渗透、引导、积极、纪律和冒险等品质；女性特征则可界定为生产性接受、保护、现实、忍耐和母爱等性质（我们必须永远记着，在每个个人身上都混合着两类特征，只不过与“他”或“她”的性别相一致的性格特征更占多数而已）。常常出现这样的情况，如果一个男子的男性特征由于他在情感上还只是个孩子而受到削弱，他就会试图通过只强调自己在性别上的男性角色来弥补这种不足。结果就是唐璜式的人，他需要在性上证明他的男性能力，因为他不敢确信自己在性格方面的男性特征。当男性无能更加严重时，施虐狂（使用压力）成为主要的——也是变态的——男性特征的替代物。如果女性的性特征变弱或变恶，那么它就转而成为色情受虐狂或占有欲。

弗洛伊德由于过高评价性而遭到了批评。这种批评常常是为了从弗洛伊德的体系中排除一个基本因素，因为这个因素通常在持传统观念的人中引起批评和敌视。弗洛伊德敏锐地意识到这种动机，并且为着这个缘故不遗余力地修改他的理论。的确，在弗洛伊德生前，他的理论具有挑战性和革命性特征。但是，在1900年左右真实的东西，五十年后就不再真实了。性欲习俗改变得如此之多，以至弗洛伊德的理论对西方的中等阶级已不再具有任何冲击力了。今天，正统的精神分析家们仍然认为他们在勇敢地坚决地捍卫着弗洛伊德的

性理论，其实这只不过是一种堂·吉珂德式的激进主义罢了。事实上，他们的心理分析不过是挂挂招牌而已，从不试图提出会引起当代社会批评的心理问题。

我对弗洛伊德理论的批评并不是因为他过份强调性问题，而是他未能更深刻地理解性问题。他在发现人际情感的重要意义上跨出了第一步，他根据自己的哲学前题，对这些情感进行了生理学解释。然而，在心理分析的进一步发展中，通过把弗洛伊德的观点从生理学转向生物学的和存在的范围，以修正和深化弗洛伊德的概念则是势在必行^①。

二、父母和孩子之间的爱

一个婴儿诞生之时，仁慈的命运使他对与母体的分离而带来的焦虑毫无所知，因此他并不感到死亡的恐惧。甚至在出生后，婴儿也与他在母体中的状况相差无几。他不能意识到客体，也没有意识到自身和外在于他的世界。他只感觉到温暖和食物的有益刺激，尚且不会区分温暖、食物和它们的来源——母亲。母亲就是温暖，母亲就是食物，母亲就是满足和安全的欣快状态。这种状态，用弗洛伊德的话，就是一种自恋。外部现实——他人和事物，只是在满足或妨碍身体的内部状态时方有意义。实在的只是内在的东西；外在的东西之所以实在，只是因为我的需要，而决不是由于它本身的性质或需求。

当孩子长大、发育后，他便渐渐能够按照事物的本来样子来知觉它们了；喂养时的满足与母亲的乳头、乳房分别开

^①弗洛伊德自己在其后期的生本能和死本能的概念中曾朝这个方向迈出了第一步，他的关于爱欲（eros）是综合和统一原则的概念与他的利比多概念大相径庭。但是，尽管生本能和死本能的理论已被正统精神分析家们所接受，但他们并未由此而对利比多概念做出根本修正，特别是在诊疗所内。

了。最终孩子体会到，他的口渴、解渴的奶、乳房、和母亲是不同的。他学会知觉那些作为不同的存在，作为自在的存在许多其它事物。在这时，他学会了给这些事物起名称。与此同时，他学会了把握这些事物；学会了火是热的且会伤人，母亲的身体温暖而又舒服，木头是坚硬而沉重的，纸是轻的且能燃烧。他学会了如何去把握人：当我吃的时候母亲会笑；当我哭的时候她会把我抱在怀里；当我大便时她会夸奖我。所有这些体验凝结成这样一种体验：我被爱。我被爱因为我是母亲的孩子。我被爱因为我无依无靠。我被爱因为我漂亮、讨人喜欢。我被爱因为母亲需要我。用一个更一般的方式来表达：我被爱因为我是我之所是，或者更确切地说，我被爱因为我在。这种被母亲所爱的体验是一种被动的体验。为了被爱，我无须做任何事情——母爱是无条件的。我要做的一切就是存在——作为她的孩子而存在。母爱是天堂，是安宁；它无需去获取，它也无需被报答。但是，母爱的无条件性也有一个消极的方面。母爱不仅不需要被报答，而且也不能被获取，被产生，被控制。有了母爱，就象有了祝福；没有母爱，生活中就失去了美——我无法创造母爱。

对于大多数八至九岁半的孩子来说^①，问题几乎全在于被爱——因为他的存在而被爱的问题。在这个年纪以前，孩子还不会爱，他对于被爱的反应是感激和快乐。在孩子发展到这一点时，一种新的因素注入这个过程：一种新的情感，由孩子自身的主动性而产生的爱。孩子第一次想到要给母亲（或父亲）一些东西，要造出一点东西——一首诗，一幅画，或者无论一点什么东西。在孩子的生活中，爱的思想第一次从被动转

^①苏勒思《精神病学中的人际关系理论》，伦敦 1955 年版。

为主动，转到了创造爱。从这第一次开始一直到爱的成熟要花许多年的时间。终于这孩子——他现在也许已是一个青年——克服了他的自我中心，他人不再只是满足他的需求的工具。其它人的需要与他自己的需要是同等重要的，事实上，其它人的需要变得更为重要了。给予已经比接受更令人满足，更令人快乐；爱也比被爱更重要了。通过爱，他脱离了由于自恋和自我中心而构成的孤独和分离的牢房。他感受到了一种新的融合，一种分享和一种合一的感觉。更重要的是他感到了与其依赖被爱而接受，不如通过爱而产生爱的趋势；为着被爱，他不得不幼小、无助、病歪歪的——或者“乖”。幼儿的爱遵循着这样一条原则：“我·爱·因·为·我·被·爱”。成年人的爱则遵循这个原则：“我·被·爱·因·为·我·爱”。不成熟的爱说：“我·爱·你·因·为·我·需·要·你”。成熟的爱则说：“我·需·要·你·因·为·我·爱·你”。

与爱的能力的发展密切相关的是爱的对象的发展。在孩子最初的年月里，他最依恋的是母亲。这种依恋开始于婴儿出生前，那时母亲和孩子仍然是一体，尽管她们是两个人。孩子的诞生在某些方面改变了这种情况，但没有想象的那么多。尽管孩子生活在母体外，他依然完全依赖于母亲。日复一日他变得越来越独立了：他学会了走路，学会了谈话，学会了独自探索世界；与母亲的关系失去了一些最紧要的意义，继而代之的是与父亲的关系变得越来越重要了。

为了理解这种从母亲向父亲的转变，我们必须考虑母爱与父爱在性质上的根本区别。我们已经论及过母爱。母爱依其真正的本性是无条件的。母亲爱这新生的婴儿因为这是她的孩子，而并非因为孩子实现了任何特定的条件，或达到了任何特定的期望。（当然，我在这里说母爱和父爱时，是

指在马克斯·韦伯“理想类型”的意义上，或在荣格的原型[archetype]的意义上的母爱和父爱，而并不是每个母亲和父亲都以这种方式爱。我指的是母亲的和父亲的原则，这种原则在真正的母亲和父亲身上得到体现。）无条件的爱与一种最深切的渴望是相符合的，这种渴望不仅仅是孩子的，也是每个成人的。另一方面，因为人的长处而被爱，因为他值得爱，而被爱又总使人困惑。也许我没有使那个我希望爱我的人感到高兴，或许是这样，或许是那样，但总有一种爱会消失的恐惧。此外，“应得”的爱很容易留下一种痛苦的感觉，即他并不是因为其自身而被爱，他被爱只是因为他讨好了别人，究其根本，他并没有被爱，只是被人利用了。怪不得我们都那么渴望母爱，无论是孩童时代还是已长大成人。大多数孩子都很幸运地获得了母爱（这一点我们随后将讨论）。对于成年人，同样的渴望却更难以实现。在最令人满意的发展中，它将是正常的性爱的一个组成部分；常常它以宗教的形式获得表达，更多的则是以神经病的形式得到表达。

与父亲的关系却很不相同。母亲是我们来到人世的源地，她是自然、是土壤、是海洋。父亲并不代表任何一种这样的自然之家。在孩子生活的最初岁月里，父亲和他很少有联系；在这些年代里，父母对孩子的重要性不可同日而语。但是，尽管父亲并不代表自然世界，他却代表着人性存在的另一极——思想的世界，人造物的世界，法律和秩序的世界，纪律的世界，旅行和冒险的世界；父亲是孩子的老师，他向孩子指出了进入人世的道路。

与这种作用密切相关的是社会—经济的发展。当私有财产出现时，当私有财产能由一个儿子继承时，父亲便开始寻找那能够继承他财产的儿子。自然这个儿子是父亲认为

最适合做他的继承人的儿子，是最像他的儿子，因而也是他最喜欢的儿子。父爱是有条件的爱。其原则是：“我爱你因为你实现了我的期望，因为你尽你的义务，因为你象我”。象无条件的母爱那样，我们在有条件的父爱中发现了一个消极的方面和一个积极的方面。消极的方面是这样一个事实，即父爱必须是值得给予的，如果一个人不去做期待他所做的事，父爱就会丧失。父爱实际上具有这样的性质，即服从成为主要的优点，不服从则是主要的缺点，——对不服从的惩罚就是收回父爱。积极的方面也是同样重要的。由于父爱是有条件的，因此我就能够通过做点什么事获得它，我可以为得到父爱而努力，这种爱与母爱不同，它是在我的控制之内的。

母亲和父亲对待孩子的态度是与孩子自身的需要相符合的。婴儿在生理上和心理上都需要母亲无条件的爱的照顾。六岁以后，孩子开始需要父爱，需要父亲的权威和引导。母亲的作用在于使孩子在生活中安全，父亲的作用在于教育和引导孩子应对他所处的特定社会向他提出的难题。在理想的情况下，母爱并不力图阻止孩子成长，也不试图对孩子无依无靠的状况加以保险。母亲应该相信生活，不应过份焦虑，这样就不会用她的焦虑影响孩子。孩子长大成人，并最终和她分离，这个愿望应是她生命的一部分，父爱则应该由原则和期望所引导；父爱应该是耐心的、容忍的，而不该是恐吓与独断。他应该给成长中的孩子以日益增强的能力感，最终使孩子成长为自己的权威，而不依靠父亲的权威。

最后，一个成熟的人逐步达到这一点，他是他自己的母亲，也是他自己的父亲。他仿佛有一种母亲和父亲的良知。母亲的良知说：“不端行为、甚至犯罪都不会使你失去我的

爱，失去我对你生活和幸福的希望。”父亲的良知说：“你做错了，你免不了要自食其果，最重要的是如果要我喜欢你的话，你必须改变你的方式。”成熟的人不受外在的母亲和父亲的形象的影响，而在内心建树起父母的形象。然而，与弗洛伊德的超我概念不同，他并不是通过把母亲和父亲合为一体而建树于内心的，而是通过把母亲的良知建立在他自己爱的能力之上和把父亲的良知建立在他的理性和判断力之上而建树于内心的。并且，成熟的人的爱既有母亲的良知又有父亲的良知，尽管它们似乎互相矛盾。如果他仅仅保持父亲的良知，他会变得严厉和缺乏人性；如果他仅仅保持母亲的良知，则很有可能失去判断力，妨碍他自己和其它人的发展。

在从母亲中心到父亲中心，以致最后综合在一起的发展过程中，存在着精神健康和实现成熟的基础。这一发展的失败则是引起神经病的基本原因。尽管更充分地发展这种思想超越了本书的范围，简短地谈一谈或许有助于说明这一点。

引起神经病发展的一个原因在于这样一个事实，即一个孩子有一个爱着但又过分放纵或盛气凌人的母亲，和一个软弱而又无动于衷的父亲。在这种情况下，孩子可能滞留在对母亲的早期依恋里，发展成一个依赖母亲的人，他感到无依无靠，具有接受型的人所特有的骚动感。也就是说，希望接受和受到保护、照顾，而缺乏父亲的品质——纪律、独立和独自掌握生活的能力。他也许会试图在每个人身上找到“母亲”、有时在妇女身上，有时则在具有权威和权力的男子身上。另一方面，如果母亲冷酷、感觉迟钝和盛气凌人，他可能会把受母亲保护的需要转移到父亲这里，继而转移到所有的父亲形象上——在这种情况下，最后的结果和前者的结果是相似的；他也许会发展成一个片面的、由父亲定向的

人，完全热心于法律、秩序和权威的原则，缺乏期望或接受无条件爱的能力。如果父亲是个专断独行的人，同时又和儿子紧密地联系在一起的话，这样的发展更加强烈。所有这些神经病态发展的特征是某一个原则——父亲的原则或母亲的原则——没有得到发展，较为严重的神经病态的发展便是这样，或者是母亲和父亲的作用被混淆了，既同外在的人混在一起，也同人内心的这些作用混在一起。进一步的考察会表明，某些类精神病，如迷狂神经病，是因更多地依靠片面的对父亲的依恋而发展；而其他人，如歇斯底里、酗酒、没有能力坚持自己的权力和应付现实生活，以及意志消沉，则产生于母亲中心。

三、爱的对象

爱主要地不是和具体的人相联系，它是一种态度，一种性格的取向，这种态度的取向决定了一个人和作为一个整体的世界的联系性，而决非只是和一个爱的“对象”相联系。如果一个人爱的只是另一个人，而对其它人漠不关心的话，那么他的爱就不是爱，而只是一种共生性依恋，或是一种放大的自我主义。然而大多数人认为，爱是由对象而不是由能力组成的。事实上，他们甚至认为当他们除了“所爱”的人以外不爱其他任何人时，这种爱才是他们强烈相爱的一种证明。这是上面我们已经论述过的同一种谬误。因为他没有明白爱是一种能动性，是灵魂的一种能力，而是认为所要找到的只是一个正确的对象，此后一切便顺理成章地发生了。这种态度就象一个想绘画的人，但是他不去学习绘画技术，

却说什么必须等待正确的对象，当他找到了这个正确的对象时，他就会画出美丽的图景来。如果我真的爱一个人，那么我一定爱所有的人，爱这个世界，爱生活。如果我能对某个人说：“我爱你”，我一定能说：“在你身上我爱每一个人，通过你我爱这个世界，在你身上我也爱我自己。”

然而，说爱是一种指向所有的人而非只是一个人的取向，这种说法并非就是说，在各种类型的爱——而爱的类型则取决于所爱对象的种类——之间没有任何区别。

1. 胞 爱^①

最基本的爱的类型是胞爱，它构成了各种类型的爱的基础。我说胞爱，是指对任何其它人的责任感、关心、尊重和认识，以及深化自己生活的期望。这就是《圣经》里所说的那种爱，“爱你的邻居就象爱你自己”。胞爱是对全人类的爱；它以不排他为特征。如果我发展了爱的能力，我就不会不爱我的同胞。在胞爱中，有着与全体人的融合、休戚相关和互相报答的体验。胞爱建立在这样一种体验上——我们都是一个人。才能、智力、知识上的差别较之人性同一这个人类的核心来说是微不足道的。为了体验这种同一性，有必要从边缘深入到核心。如果我只看到另一个人的表面，那么就只看到了我们之间的差异，这些差异使我们相分离。如果我从表面深入到核心，我就会看到我们的同一性——我们的兄弟关系。这种从中心到中心——而不是从边缘到边缘——的相

①原文是 brotherly love，在基督教里，brother 是指所有爱上帝的人，上帝也爱所有人，因此大家皆是兄弟，情同手足，彼此相爱，故称为胞爱。

关性就是所谓“中心相关性”。或者象西蒙·威尔曾经非常漂亮地表述的那样：“同样的话（例如一个人对他的妻子说，‘我爱你’），根据人们说话的方式，既能表示寻常的意思，也能表示不寻常的意思。这种方式取决于一个人存在范围的深度，这些话便从那里不受意志支配和管束地涌上舌尖、说出口来。靠着某种奇迹般的一致性，这些话到达听者心中相同的区域，这样听者就会辨别出——如果他有点辨别力的话——这些话的价值是什么^①。”

胞爱是平等的爱；但是即使我们是平等的，我们却常常不“对等”。因为我们是人，我们全都需要帮助。今天是我需要帮助，明天是你需要帮助。但是这种需要帮助并不意味着这个人无依无靠，其它人则是有力量的。无依无靠是瞬息的，人自己的脚有站立和行走的能力却是永久的和共同的。

然而，爱无依无靠的人，爱穷人和陌生人，则是胞爱的开始。爱自己的骨肉不足为道，动物也爱它的后代并且照顾它们。无依无靠的人爱他的主人，因为他的生活有赖于主人；孩子爱他的父母，因为他需要他们。只有爱那些对实现某种目的帮不上什么忙的人，爱才会开始显示出来。值得注意的是，在《旧约全书》里，爱的中心对象是穷人、陌生人、寡妇和孤儿，甚至是民族的敌人——埃及人和埃多米人。通过对无依无靠者的同情，人开始对他的同胞产生了爱；在自爱时也爱着需要帮助、软弱和不安全的人。同情意味着认识和认同。“你们知道陌生人的心了”，《旧约全书》说，“因为在埃及的土地上，你们也是陌生人；……因此爱陌生人吧^②！”

①西蒙·威尔《庄重和优雅》，伦敦 1955年版。

②霍曼·科亨在《犹太教源流的理性宗教》一书（1929年第二版）中表达了同样的思想。

2. 母 爱

在上面讨论母爱与父爱的区别时，我们已论述了母爱的性质。正如我在上面所说，母爱是对孩子生命和需要的无条件肯定。但是在这里对这种叙述必须做一重要补充。对孩子生命的肯定有两个方面：一方面为保护孩子的生命和成长，关心和责任是绝对必要的。另一个方面则比这种保护更深一些：对孩子逐渐灌输热爱生活的态度，从而使孩子产生这种感觉：活着是美好的，做个小男孩或小女孩是美好的，活在这个世界上是美好的！母爱的这两个方面在《圣经》的创世故事里得到过简洁的表述。上帝创造了世界，创造了人。这与简单的关心和存在的肯定相符合。但是上帝超越了这种最低限度的要求；每天在创造了自然和人之后，上帝都要说：

“这是美好的”。在这第二步中，母爱使孩子感到：降临人间是美好的；母爱在孩子身上逐渐灌输了对生命的热爱，而不仅仅希望活着就是了。同样的思想在《圣经》的另一段象征故事中得到了表述。上帝答应给亚伯拉罕及其后裔的土地

（土地常常是一种母爱的象征）被描写为“到处都流动着奶和蜜”。奶是爱的第一方面的象征，是关心和肯定的象征。蜜则象征着生命的甜蜜、生活的幸福和对生命的热爱。大多数母亲都能给予“奶”，但只有少数的母亲能够给予“蜜”。为了能给孩子以蜜，一个母亲不仅必须是一个“好妈妈”，而且必须是一个幸福的母亲——能达到这个目标的人为数可不多。母亲对孩子的这种影响怎么说都不夸张。母亲对生命的热爱会象她的焦虑一样感染孩子。这两种态度都对孩子的整个人

格有很深的影响。的确，人们可以在孩子们——以及成年人中间区别出哪些人只得到了“奶”，而哪些人则同时得到了“奶”和“蜜”。

与胞爱和性爱的对等关系正好相反，母亲和孩子的关系就其本质而言是不平等的，在这种关系里，一方需要的是全然的帮助，另一方则给予这种帮助。由于母爱具有利他、无私的特点，因此一直被视作最高尚的爱，最神圣的情感。然而，母爱的真正实现似乎并不在于母亲对初生婴儿的爱，而是在于对成长中的孩子的爱。实际上，只要婴儿尚小且还完全依赖母亲时，绝大多数母亲是爱孩子的。大多数妇女都想要生养孩子，和新生儿在一起便感到非常幸福，而且渴望着照顾孩子。尽管除了孩子脸上的一个微笑或满意的表示外，她们并没有从孩子那里“得到”任何回报。爱的这种态度似乎部分地根植于一种本能的特征中，而这种本能特征是女性和动物同样都具有的。但是不管这种本能的因素占有多大比重，总还有人类特有的心理因素起作用。一种就是母爱中的自恋因素。只要婴儿仍然被看作是母亲自己的一部分，她对婴儿的爱和迷恋也许就是其自恋的一种满足。另一种促动因素或许可以说是母亲的权力欲，或者说是占有欲。一个无依无靠、完全附属于母亲意志的孩子，自然成为使盛气凌人和占有欲很强的妇女得到满足的对象。

尽管这些动因是很常见的，但是比起那些可以称之为超越需要的因素来，它们就不那么重要，也不那么普遍了。这种超越的需要是人类最基本的需要之一，其根源在于人类的自我意识，在于人类并不满足于只是扮演造物的角色，在于他不能接受自己只是从杯里掷出来的骰子而已。他需要作为创造者的感受，需要作为一个超越了被创造的被动地位的人

的感受。实现这种创造的满足有许多方法；最自然也最容易的方法就是母亲对她的创造物的关心和爱。在婴儿身上她超越了自己，对婴儿的爱给予她生命以内涵和意义。（男性却没有能力通过生育孩子而满足超越需求，这使得他们极力通过创造人造物和思想而超越自己。）

但是，孩子必定是要长大的。他必定要离开母亲的肉体，离开母亲的乳房，最终他必定成为一个完全独立的人。母爱的真正本质是关心孩子的成长，也就是说，希望孩子与自己分离。这里体现出母爱和性爱的根本区别。在性爱中，本是分离的两个人成为一体；在母爱中，本是一体的两个人分离为二。母亲必须容忍分离，而且必须希望和支持孩子与她分离。正是在这一阶段上，母爱成为一个至为困难的任務，它要求无私，要求能够给予一切，而且除了所爱者的幸福以外一无所求。也正是在这一阶段上，许多母亲未能完成母爱的任务。自恋、盛气凌人、占有欲使得妇女只有在孩子尚小的时候才能成为一个“爱”孩子的母亲。只有真正爱着的妇女，只有把“给予”看成比“接受”更为幸福的妇女，只有坚定地植根于自身存在的妇女，才有可能在孩子与她分离的时候，成为一个爱着的母亲。

自身一无所求而只为孩子成长的这种母爱或许是最难以实现的爱形式，同时也是最容易使人误解的，因为母亲爱她幼小的婴儿实在是再容易不过的了。但也正是由于这种困难，因此对于一个女子来说，只有她能够爱丈夫、爱他人的孩子、爱陌生人、爱全人类，只有她能够爱，她才是一个真正爱着的母亲。一个不能在这个意义上爱的女子，只有当孩子尚小时，她才能做一个慈爱的母亲，但是她不能做一个爱着的母亲，这里，检验的标准是看她是否愿意承受分离，并

且在分离后继续爱着。

3. 性 爱

胞爱是平等者之间的爱；母爱是对无依无靠者的爱。尽管二者互不相同，但有一点却是共同的——究其本质，它们都不仅限于只爱一个人。如果我爱我的兄弟，我就爱我所有的兄弟；如果我爱我的孩子，我就爱我所有的孩子；不，不仅如此，我还爱所有的孩子，爱所有需要我帮助的人。性爱却与这两类爱不同；它是对完全结合的渴望，对只和一个人融合的渴望。它的本质是排他性的，而不是普遍的；这种爱或许也是最有欺骗性的爱的形式。

首先，它常常和爆发性的“堕入”情网的体验相混淆——一直存在于两个陌生人之间的屏障突然倒塌了。但是，正如前面所指出的那样，这种突如其来的亲密体验从本性上说是短命的。陌生人变成亲密无间的熟识者后，不再有屏障需要打破，不再有突如其来的亲密感可以实现了。对“所爱”的人象知道自己那样知道得那么多，或许我该说象知道自己那样知道得那么少。如果对另一个人真会有更深的体验，如果一个人真的能够体验另一个人个性的无限性，那么，那个人就从不会变得这样熟悉——而克服屏障的奇迹就会天天重新出现。但是，对于大多数人来说，他们自己以及其他人，很快就会探究无遗了。对于他们，亲密感主要是通过性交往而建立的。因为他们所体验到的与另一个人的分离主要是肉体的分离，因此肉体的融合也就意味着分离被克服了。

除此以外，对许多人来说，还有其它一些因素可以表示分离的克服。诉说自己的私生活，自己的希望和焦虑，表现自己的天真或幼稚的方面，建立一种面对世界的共同兴趣，

所有这些都被当作是在克服分离。甚至表现出气愤、仇恨，缺少抑制力也被当作亲密的表现，而且这也可以解释夫妇双方常有的那种变态的相互吸引，只有当他们在床上或发泄彼此的仇视和狂怒时，他们似乎才亲密起来。但是所有这些类型的亲密都随着时光的流逝而越来越减弱。其结果是寻求对另一个新识者、新的陌生人的爱。这个陌生人再次转变为“亲密者”，堕入情网的体验又一次使人兴奋和紧张，这种紧张又逐渐地消失，而最后则以希望另一次新的征服、一次新的爱而告结束——总是幻想新的爱会不同于以前的那些爱。这些幻想很大程度上是由性欲的欺骗性造成的。

性欲的目标是结合，而这种欲求绝非仅是一种肉体的欲望、一种痛切的紧张得到减缓。孤独的焦虑、征服或被征服的愿望、虚荣心、伤害甚至破坏的愿望都能刺激性欲，就象爱也能刺激性欲一样。性欲似乎很容易和任何一种强烈的情感交织在一起并被这种情感所刺激——而爱只是这类情感中的一种。由于在大多数人的意识中，性欲是和爱的概念结合在一起的，因此他们很容易错误地得出结论，只要他们在肉体上互相需要，他们便彼此相爱着。爱的确能激发性结合的愿望；然而这时，肉体上的关系并没有贪婪，没有征服或被征服的愿望，而只是温柔地交融。如果肉体结合的欲望不是由爱所激起的，如果性爱不是同时也是胞爱，那么其结果只不过是短暂而放荡的结合而已。在一瞬间，性吸引创造出融合的幻觉，然而，没有爱，这种“融合”只能使两个陌生人还象以前那般疏远，有时还会使他们彼此感到羞耻，乃至互相仇视，因为当幻想消失后，他们感到比过去更加显著的陌生。温柔决不象弗洛伊德所认为的那样，是性本能的升华，它是胞爱的直接结果，它不仅存在于爱的非肉体形式中，也

存在于爱的肉体形式中。

性爱具有排他性，这是胞爱和母爱所不具有的。性爱的这种排他特征需要进一步加以讨论。性爱的排他性常常被曲解为占有性依恋。人们常常看到“热恋”中的两个人是不会爱其它任何人的。事实上，他们的爱是一种两个人之间的自我主义；他们是互相认同的两个人，是通过扩大一个人为两个人而解决分离问题的两个人。他们有克服孤独的体验，然而由于他们与其它人相分离，因此他们仍然是互相分离、彼此疏远的；他们的融合体验是一种幻觉。性爱是排他的，但是它在另一个人身上爱着整个人类，爱着有生命的一切。性爱只是在我能完全地、强烈地将自己只和另一个人融合的意义之上才是排他的。性爱只是在性结合的意义之上、在它承担了全部生命的意义之上——而不是在深深的胞爱的意义之上——才排除对其他人的爱。

如果性爱是爱的话，那么它就有了一个前提，即我从我存在的本质去爱，并且在他或她存在的本质上体验着另一个人。本质上，整个人类都是同一的。我们全都是太一的部分；我们即是太一。这样的话，我们爱谁都都一样了。爱，本质上应是一门意志的艺术，一门决定以我全部的生命去承诺另一个人生命的艺术。确实，这是婚姻不可分解性观念的理论基础，正象它是许多传统婚姻形式背后的理论基础一样，在这些传统的婚姻形式中，配偶之间从不互相选择，只是为了对方而被选择，然而却期望他们彼此相爱。在当代西方文化中，这种思想显得更加虚假。爱被认为是一种自发的情感反应的结果，突然被一种不可抑制的情感抓住的结果。持有这种观点的人只看到了两个人所含有的特征，而没有看到事实上所有男子都是亚当的一部分，所有女子都是夏娃的一部分。他

们忽略了性爱中的一个重要因素——意志。爱某个人并不只是一种强烈的情感，它是一项决定，一种判断，一个允诺。如果爱只是一种情感，那么，永远彼此相爱的允诺便没有基础。一种情感出现了，但也可以消失。当我的行为并不包含判断和决定时，我怎么能断定这种情感将永远持续下去呢？

把这些观点考虑进去，便可以达到这种认识：爱只是一种意志和承诺的行为。所以从根本上说，这两个人是谁就无关紧要了。不管婚姻是其它人所安排的，还是个人选择的结果，一旦婚姻实现，意志的决定就应保证爱的继续。这种观点似乎忽略了人类本性和性爱的矛盾特征。我们都是一个人，然而我们每一个人又是唯一的、不成双的实体。因为我们都是一个人，因此我们能象胞爱那样，以同样的方法爱每个人。但是，因为我们又都互有差别，因此性爱要求某种特殊的、高度个性化的因素，这些因素只存在于一些人之间，而并非存在于所有人中间。

性爱完全是个人的吸引，是两个特定的人之间独特的吸引的观点，和性爱只不过是一种意志的行为的观点，这两种观点都是真实的，或者更贴切地说，真理既不是这种观点，也不是那种观点。因此，一个人如果在性爱关系上不成功，这种关系就会轻易消失的观点和性爱关系永不会消失的观点一样是错误的。

4. 自 爱^①

尽管没有人反对爱的概念可以运用于各种不同的对象，但是，人们却普遍认为，爱他人是善行，爱自己却是罪过。人们认为，如果我爱自己，我就不会爱别人；自爱和自私是一回事。这种观点在西方思想中有着很深的历史。加尔文说，

自爱是“一只害虫”^②。弗洛伊德虽然用精神分析的术语表述自爱，然而，他对自爱的价值判断和加尔文的判断却是一样的。在弗洛伊德看来，自爱 and 自恋一样，是利比多向自身的转向。自恋是人发展的第一阶段，一个在随后的生涯中返回到自恋阶段的人是没有爱的能力的；如果走向极端，他就会神经失常。弗洛伊德假定，爱是利比多的表现，利比多不是转向他人——爱，就是转向自己——自爱。这样，爱和自爱就在这个意义上——利比多在一种爱中多，在另一种爱中则少——是彼此排斥的。如果自爱是恶行，那么无私便是美德。

于是问题出现了：心理观察是否支持这一命题——爱自己和爱他人之间存在着根本的矛盾吗？爱自己和自私是同质的现象还是彼此对立的？更进一步，现代人的自私真是以他个人的全部理智、情感和肉欲的可能性对他自己的关注吗？

“他”还没有变成他的社会经济地位的附属物吗？他的自私是和自爱一致的还是由缺少自爱所引起的呢？

在我们开始讨论自私和自爱的心理属性之前，应该强调在爱他人和爱自己互相排斥的这样一种观点中的逻辑错误。首先，如果说，“爱我的邻居象爱任何一个人一样”是一种美德的话，那么爱我自己也必定是美德，而不是恶行，因

①保罗·特里奇在《理性社会》书评（发表在《心理学田园》1955年9月号上）中曾提议最好放弃使用“自爱”（Self-love）这一含混的词，代之以“自我的自然确证”（natural self-affirmation）或似是而非的“自我接受”。尽管我同意这一建议中有许多合理之处，但我仍然不敢苟同。在“自爱”一词中，自爱的矛盾因素已表述得非常清楚，爱是对一切对象（包括本人）都一样的一种态度。同样不应忘记，“自爱”一词，按照它在这里所使用的意义，是有一段历史的。《圣经》是在祈使人们“爱你的邻居就象爱你自己一样”时说到自爱的。爱克哈特大师也是在同一个意义上使用自爱一词的。

② J·加尔文《基督教的本质》，英译本1928年版，第622页。

为我也是人。任何一种人的概念都得把我包括在内。一个宣称这样一种排他性的学说只是证明了它自身本质上的矛盾。

《圣经》中“爱你的邻居就象爱你自己一样”这句话所表达的思想，暗含着人对自身完整性和唯一性的尊重、对自我的热爱和理解，与对另一个人的尊重、热爱和理解是不可分割的。爱自己和爱其他任何人不可分割地联系在一起。

现在，我们已经接触到构成我们结论之基础的心理学前提。一般地讲，这些前提可以表述如下：不仅他人，而且我们自己都是我们情感和态度的“对象”；对他人的态度和对我们自己的态度本质上是有联系而非矛盾的。对于我们正在讨论的问题来说这意味着：爱他人和爱我们自己并非二者必居其一。恰恰相反，我们看到，在所有那些能够爱他人的人身上，都会发现某种爱自己的态度。原则上，就“对象”和爱者自身的联系而言，爱是不可分割的。真正的爱是生产性的表示，它意味着关心、尊重、责任和认识。它不是为某人所爱的意义上的一种“情感”，而是为所爱的人的成长和幸福的一种积极主动的奋斗，它根植于自身的爱的能力中。

爱某个人是爱的能力的实现和凝聚。爱所包含的基本肯定直接指向作为人类本质特征化身的那个所爱的人。爱一个人就意味着爱人类本身。那种威廉·詹姆士称之为“劳动分工”的爱，即一个人爱他自己的家庭，但对陌生人却没有感情，这只是缺乏爱的基本能力的标记。对人类的爱并不象通常所设想的那样，是随着爱一个具体的人而来的抽象观念，而是爱一个具体的人的前提，尽管一般来说，对人类的爱是在爱具体的个人时获得的。

从这里可引出，我自己同样也必定是我爱的一个对象，就象其它人是我爱的对象一样。人对自己的生命、幸福、成

长、自由的确定，根植于其爱的能力，也就是说，根植于关心、尊重、责任和认识。如果一个人有能力产生爱，他也就爱他自己；如果他仅仅爱其它人，他就根本不能爱。

如果承认爱自己 and 爱他人在原则上是有联系的，那么我们又怎么解释显然是排除了对他 人有任何真正关心的自私呢？自私的人只对自己有兴趣，一切为自己着想，他不愿给予，而只热衷于接受。他只是在盘算着他能从中得到多少的时候，才打量外部世界；他对其它人的需要缺乏兴趣，对其它人的尊严和完整缺乏尊重。除了自己，他一无所见；他只是从他（或它）们对己是否有用的角度来判断每一个人和每一件事，他从根本上是不能爱的。这难道不是证明，在关心他人还是关心自己之间不可避免地要作出选择吗？如果自私和自爱是同一的，那么情况正是如此。但是，这样的假设是很荒谬的，它会给我们所关注的问题带来很多错误的结论。自私和自爱远不是同一的，它们实际上是对立的。自私的人，爱自己不是太多而是太少，事实上他仇视自己。缺乏对自己的喜爱和关心，只不过表明他缺乏生产性能力，只能使他空空如也，处处不如意。他必然是不幸福的，必然是焦虑地谋划着从生活中捞取满足，而他本人又妨碍着自己获得满足。他看起来是太关心自己了，但实际上他只是用一种不成功的企图掩盖和补偿真正的自我关心的失败。弗洛伊德认为，自私者是自恋，好象他从他人那里收回了他的爱，并把这个爱转向他自己。的确，自私的人没有能力爱其他的人，但是，他们也没有能力爱他们自己。

如果把自私和对他人的过分关注——譬如，在一个过分挂念孩子的母亲身上所能见到的那种关注——作一比较，那么理解自私就更容易了。尽管那个母亲自觉地意识到她对孩

子特别溺爱，实际上，她对其所关心的对象有一种深深压抑着的敌视。她之所以过分地关心孩子，并不是因为她十分爱她的孩子，而是因为她不得不以此来补偿她所全然没有的爱孩子的能力。

这种自私本质的理论在精神分析学家对神经病患者的“无私”所进行治疗中得到证实。“无私”是在为数颇多的人身上出现的一种神经病症。但这些人通常并不为这种症状所烦扰，而是为与此相关的其它症状所烦扰，如消沉、疲劳、没有能力工作、性爱关系的失败等等。他们不仅没有感到无私是一种“症状”；相反，无私常常是这些人引以自豪的唯一性格特征。“无私”的人“自己不需求任何东西”；他“只是为他人而活着”。他认为自己无足轻重，并以此为荣。但是，使他百思不得其解的是，尽管他是无私的，他却并不幸福，他与最亲近的人的关系并不令人满意，这使他感到非常困惑。精神分析表明，他的无私并非和他身上的其它病症无关，而是他身上的病症之一，而且事实上常常是最重要的病症。他没有能力去爱，也无法享受任何东西，却充满着对生活的敌视，尽管他表面上是无私的，而内心深处却隐藏着一种难以觉察到的强烈的自我中心感。只有当他的无私也被理解为是他的病症之一，从而纠正他的全部病症的根源——缺少生产性能力，这个人的病才能好起来。

无私的本性在影响他人时变得特别明显，在我们的文化环境中，它常常体现为“无私”的母亲对孩子的影响。她认为通过她的无私，孩子便会体验到什么是被爱，什么是学习，什么是去爱。然而，她的无私所带来的结果和她的期望却截然相反。孩子并没有表现出确信自己被爱着的那种幸福；他们焦虑、紧张、害怕母亲的非难并急于实现母亲的期望。通

常,他们受隐藏在母亲身上的对生活的敌视的影响,——他们只是感觉到而没有清楚地认识到这种敌视——最后,他们自己也染上了对生活的敌视。总之,“无私的”母亲的作用和自私的母亲的作用并没有什么区别,确切地说,前者往往更糟糕,因为母亲的无私使孩子们不愿去批评她。他们觉得不该让她失望;他们受到的教育是在德行伪装下的对生活的厌恶。如果有机会研究一位真正自爱的母亲的影响,那么您就能懂得,被一个自爱的母亲所爱比其它任何东西都更能使孩子体验到什么是爱、享乐和幸福。

最能概括这些自爱思想的,莫过于爱克哈特大师的这段话:“如果你爱自己,你就会象爱你自己那样爱其它的每一个人。只要你对其它人的爱不及对自己的爱,你就不会真正地爱你自己,但是如果你同样地爱所有的人,包括爱你自己,你就会爱他们象爱一个人,这个人既是上帝又是人类。这样的人就是一个爱自己、同样也爱其它所有人的伟大而正义的人^①。”

5. 对上帝的爱

我们已经谈过,对爱的需要,是建立在分离的体验、以及由此而产生的通过融合以克服分离焦虑的需要这样一种基础上的。爱的宗教形式,也就是我们称之为对上帝的爱,从心理学上讲也是如此。对上帝的爱也是从克服分离并实现融合的需要中产生的。事实上,爱上帝和爱人一样,有许多不同的性质和方面,而且,在很大程度上,我们发现了同样的差异。

^① 《爱克哈特大师讲演集》, R·B·布兰克尼译, 伦敦 1955 年版。

在所有的有神论者中，不管他们是多神论者还是一神论者，上帝都代表着最高的价值，最令人向往的善。因此，上帝的特定含义取决于什么是一个人最向往的善。所以，理解上帝概念的含义必须从分析崇敬上帝者的性格结构开始。

在我们已有的知识范围内，人类的发展可以描述为人从自然、从母亲、从与低等血液的结合中、从与土壤的结合中显露自身的过程。人类历史之初，虽然人已脱离与自然的原始融合，但他仍然依附于这些主要的结合。只有在复返或坚守这些主要结合时，他才感到安全。他仍然感到与动物和植物的世界的密切结合，并且试图通过坚持他和自然世界的合一来找到二者的融合。许多原始宗教证明了人类发展的这个阶段。动物被转化为图腾；在最肃穆庄严的宗教活动或战争中，人穿上兽皮衣服；人把动物当作神来崇拜。在人类发展的下一个阶段，当人的技能发展到匠人的和艺术的技术程度时，当人不再仅仅依靠自然界的赐物——找到的果实或捕杀的动物——时，人便把他亲手生产的东西转变为神。这就是崇拜以泥土或金银制造的偶像的阶段。人把自己的能力和技术外射到他所制造的东西上，这样，他以一种异化的方式，崇拜着他的技能、他的财富。在更往后一个阶段上，人给予他的神以人的形式。这似乎只是到了人更加意识到自己、发现人是世界上最高级最尊贵的“东西”时才能发生。在这种人格神崇拜的阶段中，我们看到了两个方面的发展。一个方面是神的男性或女性的特征；另一方面是人所达到的成熟程度，而成熟程度则决定了神的性质和人爱神的性质。

让我们从以母亲为中心的宗教到以父亲为中心的宗教的发展开始讲起。根据十九世纪中叶巴克芬和摩根具有决定性意义的伟大发现——尽管大多数学院派一直抵制他们的

发现——几乎无可怀疑曾经有过一个从母系氏族制的宗教到父系氏族制的宗教的发展，至少在许多文化中是如此。在母系氏族制阶段，最高的存在是母亲。母亲是神，也是家庭和权威的权威。为了理解母系氏族制宗教的本质，我们只须回忆一下前面所说的母爱的本质。母爱是无条件的，它是全部的保护和整个的包围；因为它是无条件的，也就不能被控制或被获取。母爱给予被爱者以一种极乐的享受；它的消失又使被爱者产生一种失落和完全绝望的感受。由于母亲爱孩子只是因为他们是她的孩子，而不是因为他们乖、听话，或是满足她的愿望和要求，因此，母爱是建立在平等基础上的。所有的人都是平等的，因为他们都是母亲的孩子，因为他们都是大地母亲的孩子。

人类进化的下一个阶段是父系氏族制阶段，这是唯一一个我们具有完备知识、无需依靠推论或虚构的阶段。在这个阶段，无论宗教上还是社会里，母亲的地位已被废黜，而父亲则成了至高无上的存在。父爱的本质是他提出要求，建立原则和纪律，而他对儿子的爱取决于儿子对这些要求的服从。他最喜爱的是最象他、最服从并最适合成为他的继承者的儿子，作为其财产的继承者。（父系氏族社会的发展和私有财产的发展是联系在一起的。）结果是，父系氏族社会是等级制的，兄弟之间的平等让位于竞争和彼此间的冲突。无论是印度、埃及、希腊文化，还是犹太—基督教、伊斯兰教，我们都置身在父系氏族世界中，男性神居众神之首，或除了一个男性神——上帝以外，其它所有的神都被排除在外。然而，由于人的心里不能完全根除对母爱的渴望，因此，万神殿上不能把爱母的形象完全驱逐出去也就不足为怪了，犹太教里，各种神秘主义思潮重新被引入上帝的母性方面。天主

教中，教会和圣母玛利亚是母亲的象征。甚至在新教里，母亲的形象也没有完全根除。虽然她仍是隐藏着的。马丁·路德所创立的主要原则是：人所做的任何事都不能获得上帝的爱。上帝之爱是恩赐，宗教的态度是相信这种恩赐，使自己渺小和无依无靠；没有什么善行能影响上帝，或者使上帝爱我们，就象天主教教义所要求的那样。这里，我们能辨别出，天主教教义的善行是父系氏族社会图景的一部分；通过服从和实现父亲的要求，我就能得到他的爱。另一方面，马丁·路德的教义尽管也表现出明显的父系氏族制特征，但它的内部却带有一种隐藏着的母系氏族制的因素。母爱是不能获取的；要么它在那里，要么它不在那里；我所能做的一切就是相信它（正象大卫王所说：“你叫我相信母亲的胸膛^①”），并且把我自己变成一个无依无靠、毫无力量的孩子。但是路德信仰的奇迹之处是，母亲的形象从表面图景中被驱逐出去，代之以父亲的形象；取代被母亲所爱的确定性，对于来自父亲的无条件爱的强烈怀疑，成为其主要特征。

我之所以必须论述一下母系氏族制和父系氏族制在宗教方面的区别，是为了说明对上帝的爱之特征依赖于母系氏族制和父系氏族制在宗教中各自占有的份量。父系氏族制使我爱上上帝就象爱一位父亲；我相信他是正义而严格的，他赏善罚恶；最终他将选我为他最亲爱的儿子；就象上帝选了亚伯拉罕——以色列，以撒选了雅各，上帝选了他特别喜爱的民族。在宗教的母系氏族制方面，我爱上帝就象爱一位包容一切的母亲。我相信她的爱，不论我贫穷或无能，也不论我是否有罪，她都会爱我，她不会只要其它孩子而不要我；无论

① 《旧约·诗篇》

我发生了什么事，她都会营救我、拯救我、宽恕我。毋庸赘言，我对上帝的爱和上帝对我的爱是不能分离的。如果上帝是父亲，他爱我就象爱一个儿子，而我爱他就象爱一位父亲。如果上帝是母亲，她与我的爱则决定于这个事实。

然而，对上帝的爱作一番母性与父性因素的区别只是决定这种爱的本质的一个因素；另一个因素是人的成熟度，以及在他的上帝概念和他对上帝的爱中所达到的成熟程度。

由于人类演化是从母权制社会结构转向父权制社会结构，——宗教也是如此——因此我们大体上能从父系氏族制宗教的发展中，追溯逐渐成熟的爱的发展过程^①。在这一发展过程的初始，我们看到一个专横、忌妒的上帝，他把他所创造的人，当作自己的财产，他有权对人做出一切他所乐意做的事。在宗教的某个阶段，上帝将人逐出伊甸乐园，免得他吃了智慧果而变成上帝；在宗教的另一阶段，上帝又决定以洪水毁灭人类，因为除了他的宠子挪亚以外，没有其它的人使他高兴；在宗教的其它阶段，上帝还要求亚伯拉罕杀掉他唯一的心爱的儿子以撒，以最大的服从行为来证明他对上帝的爱。但是与此同时，一个新阶段开始了；上帝与挪亚缔结了契约，在这个契约中，上帝答应他不再毁灭人类，通过这个契约，上帝约束了自己。上帝不仅为自己的允诺所约束，而且也为自己的原则——正义原则所约束。在这个基础上，上帝必须同意亚伯拉罕的要求，宽恕罪恶之地所多玛城，如果那里至少有十个正义之士的话。但是这种发展要比仅把上帝从一个专横的部落首领的形象转变为一个爱的父亲、一个受自己制定

^① 在印度教里，母亲的形象大有影响，例如加里女神；在佛教和道教里，神或女神的概念并无本质区别，如果没有完全被摒弃的话，这一点在西方的一神教中尤为如此。

的原则约束的父亲的形象进了一步；它还把上帝从一个父亲的形象转变为一种原则的象征，这些原则就是正义、真理和爱。上帝就是真理，上帝就是正义。在这一发展过程中，上帝不再是一个人，一个男人，一个父亲；他成为各种现象背后的同一原则的象征，成为将要生发于人心中的精神之花的象征。上帝不能有名称。一个名称，总是指代一件东西或一个人，指代某种有限的事物。如果上帝不是一个人，也不是一件东西，他怎么能有一个名称呢？

这种转变最显著的事件是《圣经》故事中上帝对摩西的启示。当摩西告诉上帝，如果他不能告诉希伯来人上帝的名字，他们就不会相信他是上帝派去的。（因为偶像的本质就是具有一个名字，偶像崇拜者们怎么能理解一个无名字的上帝呢？）上帝作了一个让步。他告诉摩西，他的名字是“我正在变成我正在变成的”。“‘我正在变成’即是我的名字。”

“我正在变成”意味着上帝不是有限的，他不是一个人，也不是一种存在。这句话最恰当的解释是：告诉他们，“我的名字是无名”。禁止制作上帝的偶像，禁止徒然地宣布上帝的名字，最终完全禁止宣布他的名字，目的都是一个：使人摆脱上帝是一个父亲，上帝是一个人的思想的影响。在后来的神学理论中，这个思想发展得更远，以致建立起这种原则：甚至不能给上帝以任何肯定的属性。说上帝聪明、勇敢、善，这就意味着上帝是一个人；我能做的最多就是说，上帝不是什么，亦即陈述否定的属性，假定他不是有限的，不是不慈悲的，不是不正义的。我越是认识到上帝不是什么，对上帝的认识就越多^①。

^① 参见麦莫尼德在《对困惑者的引导》一书中的否定。

沿循一神教而走向成熟的思想只能得出一种结论：完全不提上帝的名字，不论及上帝。这样，上帝就变成一神教神学中潜在的东西——无名的上帝，一个结结巴巴无法表述的整一，指称隐藏在现象世界后面的、全部存在的基石——整一；上帝成为真理、爱和正义。上帝是我，因为我是人。

很显然，从人格神到纯粹的一神教原则的这种演变对于爱上帝的本质产生了极大影响。亚伯拉罕的上帝象一个父亲，能被爱、或被恐惧，时而是他的宽恕，时而是他的愤怒占主导地位。既然上帝是父亲，那么我就是孩子。我还没有完全摆脱纯属想入非非的那种无所不知、无所不能的愿望。我尚且不能客观地认识到我作为一个人的局限、我的无知、我的无依无靠。象一个孩子，我依然声称必须有一个援救我、照看我、惩罚我的父亲。当我服从他时，他喜欢我，他因为我的赞美而自得，也因为我的不服从而生气。很明显，大多数人在他们的人格发展中，并没有越过这个婴儿的阶段，因此对大多数人来说，相信上帝就是相信一个有助于人的父亲——一种孩子气的幻想。尽管这种宗教概念已被人类历程中一些杰出的导师和少数人弃而不用，但它仍然是占统治地位的宗教形式。

既然情况如此，对上帝观念的批判，例如弗洛伊德所作的批判，就是相当正确的。然而，弗洛伊德的错误在于他忽视了一神论宗教的另一方面，而且是真正核心的方面，这个方面的逻辑恰恰引导出对上帝概念的否定。真正的宗教徒，如果他追随一神教思想的本质，那么他不会从上帝那里乞讨任何东西，也不会指望从上帝那里得到任何东西；他不是象一个孩子爱他的父亲或母亲那样爱上帝；他已学会谦卑地感受到他的局限，因为他对上帝一无所知。在人类发展的早期阶段，

上帝对于他是一个象征，在这个象征里，人表达了人所力求的一切——精神世界的王国，爱、真理和正义的王国。他相信“上帝”所代表的原则；他思考真理，实践爱和正义，认为他全部生命的价值，在于生命给予了他更全面地显示其人的力量的机会，——这是唯一重要的实在，是“最高关注”的唯一对象；最后，他既不论及上帝，甚至也不提到他的名字。爱上帝，如果他真要使用这个词，那么，就意味着寻求获得爱的全部能力，寻求实现上帝在他心中所代表的一切。

从这一观点出发，一神教思想的逻辑结论必然是否定全部“神学”，否定全部“关于上帝的知识”。然而在这样一种激进的非神学观点和非一神论体系之间，还是存在着一种区别，如同我们在早期的佛教或道教中所见到的那样。

在所有的一神论体系、甚至在非神学的神秘主义体系中，都假定精神王国的真实性。这个王国超越于人之上，使人的精神能力和人对得救与新生的追求有意义、有效果。在非一神论体系中，没有任何存在于人之外或超越于人之上的精神王国。爱、理智和正义的王国之所以作为实在而存在，只是因为人在自己的演变过程中能够在自身中发展这些能力。以这种观点，除非人自己给予生命以意义，否则生命就没有意义；除非帮助了其他人，否则他就是完全孤独的。

对上帝的爱已经说了这些，但在此我想说明，我个人并不信奉有神论的上帝概念。在我看来，上帝的概念只是一定历史条件下的概念。在这个概念里，表达了在一定的历史时期，人类对更高能力的体验以及对真理和整一的追求。但是我也认为，严格的一神教结论和非神论关于精神实在的最高关注虽然互有区别，却没有必要互相冲突。

然而，正是在这一点上，爱上帝这个问题的另一方面摆

在我们面前。我们必须讨论这个方面，以弄清问题的复杂性。我指的是东方（中国和印度）和西方在宗教态度上的根本差别；这个差别可用逻辑概念的术语表达。从亚里士多德以来，西方世界一直追随着亚里士多德哲学的逻辑原则。这种逻辑建立在同一律（A是A）、矛盾律（A不是非A）和排中律（A不能既是A又是非A，不能既不是A又不是非A）的基础上。在下面的引文中，亚里士多德十分清楚地说明了他的观点：“同样属性在同一情况下不能同时属于又不属于同一主题；我们必须预想到各项附加条件，以堵住诡辩家乘机吹求的罅隙^①。”

亚氏逻辑公理如此深深地渗透在我们的思想习惯中，以至人们认为它是“自然”和不证自明的，而另一方面，X是A又不是A的陈述则显得很荒谬（当然，这个陈述指称在一确定时间内的主词X，而不是指此一时的X和彼一时的X，或者X的一个方面与其另一方面的对立）。

与亚氏逻辑相对立的逻辑可称为矛盾逻辑，它假定A和非A作为X的谓词并不互相排斥。矛盾逻辑在中国和印度人的思想中，在赫拉克利特的哲学中曾占主导地位，随后，在辩证法的名义下，它又成为黑格尔和马克思的哲学。矛盾逻辑的基本原理曾由老子作过清楚的描述：“明道若昧^②”。庄子也说：“是亦彼也，彼亦是也”。这些矛盾逻辑的表述公式是肯定的：是又不是（是一不是）。另一个公式表述的是否定：既非此又非彼（非此一非彼）。我们在道家思想中，在赫拉克利特和黑格尔的辩证法中，看到了前一种思维表达

① 亚里士多德《形而上学》，理查德·霍布译，伦敦1955年版。

② 老子《道德经》，马克斯·缪勒编《东方圣书》，伦敦·牛津大学出版社1927年版，第120页。

方式；而在印度哲学中，则后一种表述公式时常出现。

虽然更为详尽地描述亚氏逻辑和矛盾逻辑之间的差别超出了本书的范围，但我还是要提出几个例证，以便使这一原则更加易于理解。在西方思想史上，矛盾逻辑在赫拉克利特的哲学里得到其最早的哲学表述。赫拉克利特假定，对立双方的冲突是全部存在的基础。他说：“他们并不懂得，相反者如何相成：对立造成和谐，如弓与六弦琴^①。”更清楚地说：“我们走下而又不走下同一条河，我们存在而又不存在^②。”或者“生与死，醒与梦，少与老，都始终是同一的东西^③。”

相同的思想在老子的哲学中得到了更富有诗意的表述。道家矛盾思想的典型例子是：“重为轻根，静为躁君^④。”或者“道常无为而无不为^⑤。”或者“吾言甚易知，甚易行，天下莫能知，莫能行^⑥。”道家的思想，正象印度和苏格拉底的思想一样，思维所能迈上的最高一层台阶就是知道我们一无所知。“知而不知为上，不知而知病矣^⑦。”至高的上帝不可名状，只是这种哲学的一个结论。终极的实在，最高的太一是不能用言语或思想教授的。正象老子指出的那样，“道可道，非常道；名可名，非常名^⑧。”或者换一种说法则是：“视之不见，名曰夷，听之不闻，名曰希，搏之不得，名曰

① W·开普勒《前苏格拉底哲人》，阿列佛·K·佛拉格公司，斯图加特1953年版，第134页。参照《古希腊罗马哲学》中译文。

② 出处同64页注②，第32页。

③ 出处同64页注②，第69页。

④ 出处同64页注②，第112页。

⑤ 出处同64页注②，第133页。

⑥ 出处同64页注②，第77页。

⑦ 出处同64页注②，第113页。

⑧ 出处同64页注②，第47页。

微，此三者不可致诘，故混而为一^①。”相同的思想还可表述为另一个公式：“知者不言，言者不知^②。”

婆罗门教的哲学非常关注多重性（万象）和整体（梵）之间的关系。但是无论在印度还是在中国，矛盾哲学从未与二元论观点相混淆。和谐（整一）即寓于它由之产生的冲突对立中。“婆罗门教的思想中心从一开始，便围绕着共时性对抗——现象世界外显力量和形态的统一这一对矛盾^③。”宇宙以及人的终极能力超越了概念和知觉的范围。因此，“既非此，又非彼。”但是，正如芝谟所指出的，“在严格的非二元论的现实意义上，‘真实和非真实’之间并没有对抗性^④。”在研讨多重性背后的整一性过程中，婆罗门教的思想家们得出结论，已知觉的对立双方反映的不是事物的本质，而是知觉着的思维的本质。知觉着的思维必须超越自身以获得真正的实在。对立只是人的思想中的一个范畴，其自身并非实在的组成成分。在《梨俱吠陀》中，这一原则是以这样的形式表述的：“我是二：生命力和生命质；我是同时的二。”这种关于思想最终只能在矛盾中把握的观念，在《奥义书》中形成了更为极端的连续，该书主张，思想——尽管有其全部的细微区别——“只不过是一种更难以捉摸的无知水平，事实上，是掩饰自己过错的最得心应手的欺骗手段^⑤。”

矛盾逻辑与上帝的概念有着重要的关系。既然上帝代表着终极的实在，既然人的思想在矛盾中知觉实在，所以，不能对上帝作出肯定的陈述。在《奥义书》中，一个全知全能

① 出处同64页注②，第57页。

② 出处同64页注②，第100页。

③ H. R. 芝谟《印度哲学》，伦敦1955年版。

④ 出处同上。

⑤ 出处同上，第424页。

的上帝的观念，被看作是无知的终极形式^①。这里，我们看到了道之不可名性、向摩西展现自己的上帝之无名之名和爱克哈特之“绝对无”之间的联系。人只能认识终极实在的否定，永远不能认识其肯定。“同时，人不可能知道上帝是什么，即便他全然意识到上帝不是什么。……这样，对一切都不满足的思想就吵吵嚷嚷地追求着万物中最高的善^②。”在爱克哈特大师看来，“神情整一（上帝）是否定之否定、否认之否认。……每一造物都包含着否定：它否认它是其它的事物^③。”上帝在爱克哈特大师看来变成“绝对的无”，就好象终极实在对于犹太教神秘主义教派来说是无止境的太一一样，只不过是进一步的推论罢了。

为了阐述在对上帝的爱的概念中所存在的一个主要区别，我已经论述了亚氏逻辑和矛盾逻辑之间的区别。矛盾逻辑的先师们说，人只能在矛盾中知觉实在，永远不能在思想中知觉终极的实在——单一、太一本身。从这里可引出一个结论：人不能以在思想中寻找答案为终极目的。思想只能引导我们懂得，却不能给我们以终极答案。思想的世界也是在矛盾中得以把握的。能够最终把握世界的方法只有一种，它不是在思想中，而是在行动中，在同一的体验中。这样，矛盾逻辑引出这样的结论：爱上帝既不是在思想中知上帝，也不是思考自己对上帝的爱，而是体验与上帝同一的行动。

这个结论导致强调正确的生活方式。全部的生命，每一细小的行动，每一重要的行为，都奉献于知上帝，但是这种知不是在正确思想中的知，而是在正确的行为中的知。这一点在东方宗教中是很清楚的。在婆罗门教、佛教以及道教

① H·R·芝谟、出处同上页注③，第424页。

② 《爱克哈特大师讲演集》，R·B·布兰克尼译，纽约1941年版，第114页。

③ 出处同上，第247页。

中，宗教的终极目的不是正确的信仰，而是正确的行动。在犹太教里，我们也发现了同样的着重点。在犹太教传统中，几乎不曾有过超越信仰的教会学派（除了一个特别的例外——法利赛人和撒都该人之间的差别，本质上是两个对立的社会阶层的差别）。犹太教（尤其是从本世纪初以来）所强调的是正确的生活方式——“哈拉卡”（法则，这个词实际上和“道”的含义是一样的）。

在近代史中，同样的原则在斯宾诺莎、马克思和弗洛伊德的思想中得到陈述。在斯宾诺莎的哲学中，强调的重点从正确的信念转变到了人生的正确行动。马克思这样陈述这个原则：“哲学家们只是用不同的方式解释世界，而问题在于改变世界。”矛盾逻辑把弗洛伊德引向精神分析疗法的过程——日益深化的自我体验。

从矛盾逻辑的立场出发，所强调的不是思想，而是行动。这种态度还导致了其它一些结论。首先，它导致了容忍，这一点我们在印度和中国的宗教发展中都可看到。如果正确的思想不是终极真理，也不是得救的途径，就没有理由为着他人的思想得出不同的表述公式而与他们争斗。这种容忍在瞎子摸象的故事里得到了极好的描述。第一个人摸着象鼻子说：“这只动物就象一根水管子；”第二个人摸着它的耳朵说“这只动物就象一把扇子；”第三个人摸着象的腿，把象形容为象一根柱子。

其次，矛盾的观点导致了强调改变人，而非一方面发展教条，一方面发展科学。按照印度、中国和神秘主义的观点，人的宗教使命不是正确的思考，而是正确的行动，或者在凝神思考的行为中与太一合一。

西方思想的主流恰恰与之相反。由于人期望在正确的思

想中找到终极真理，因此主要强调的是思想，尽管正确的行为也被认为是重要的。在宗教发展过程中，这导致了对教义的系统阐述，导致了对教义系统阐述的无休止争论，以及对“无信仰者”或异教徒的不可容忍。而且，它还导致了强调“信仰上帝”是宗教态度的主要目标。当然，这并不意味着没有“人应该正确地生活”的概念。然而，尽管有这样的概念，信仰上帝的人虽然没有体验过上帝，但是他仍然感到自己胜过一个虽则体验上帝但并不“信仰”上帝的人。

强调思想还有另一个在历史上十分重要的后果。人能够在思想中发现真理的信念，这不仅导致了教条，也导致了科学。在科学思想中，正确的思想是唯一重要的；就思维的诚实而言，或者就科学思想在实践中的运用——技术而言，皆是如此。

简言之，矛盾的思想导致了容忍和向自我转变的努力。亚里士多德的观点则导致了教义和科学，导致了天主教，导致了原子能的发现。

在爱上帝的问题上，这两种立场之间的差别所导致的后果已经全面地叙述过了，现在，只需扼要地概括一下。

在占统治地位的西方宗教体系中，爱上帝本质上与信仰上帝、信仰上帝的存在、信仰上帝的正义及爱是相同的。爱上帝本质上是一种思想的体验。在东方宗教和神秘主义中，爱上帝是一种强烈的同一情感体验，并且与这种爱在每一生活行动的表现不可分割地联系在一起。爱克哈特大师对这个目的作了最激进的表述：“如果因此我被变成了上帝，他使我与他成为一体，那么，靠着活着的上帝，我们之间便没有区别了。……一些人设想，他们将要看到上帝；他们将要看到上帝，仿佛上帝站在那边，而他们在这边；但情况并非如

此。上帝和我：我们是一个。通过知上帝，我使他成为我自己。通过爱上帝，我渗透在上帝中^①。”

现在，我们可以回到人对父母的爱和对上帝的爱之间一个重要的相似之处。孩子作为“全部存在的基础”，通过与母亲的联系而出现。他感到无依无靠，需要母亲包罗一切的爱。然后，他转向新的情感中心——父亲，父亲是思想和行为的指导原则；在这一阶段，他的行为动机是得到父亲的称赞，避免父亲的不悦。到了完全成熟的阶段，他便不再受作为保护和控制力量的父母亲影响；他在自己身上建立起母性和父性的原则。他已成为他自己的父亲和母亲；他就是父亲和母亲。在人类历史中，我们看到——而且能够预测——相同的发展过程：从象一个无依无靠者依附于母亲之神那样爱着上帝开始，经恭顺地依附于父亲般的上帝，到上帝不再是外在力量的成熟阶段。在这个阶段上，人将爱和正义的原则融入自身，他和上帝成为一体，直至最后，他只是在诗的、象征的意义上说及上帝。

从这些考虑出发，对上帝的爱是不能与对父母的爱相分离的。如果一个人不从对母亲、氏族制度、家族的乱伦依附中解脱出来，如果他还是象孩子似的依赖于一个惩赏分明的父亲或任何权威，那么，他就不能发展出更成熟的对上帝的爱；他的宗教信仰就是早期阶段的宗教信仰，在这个阶段，上帝是作为一个保护一切的母亲或是一个惩赏分明的父亲而为人所体验的。

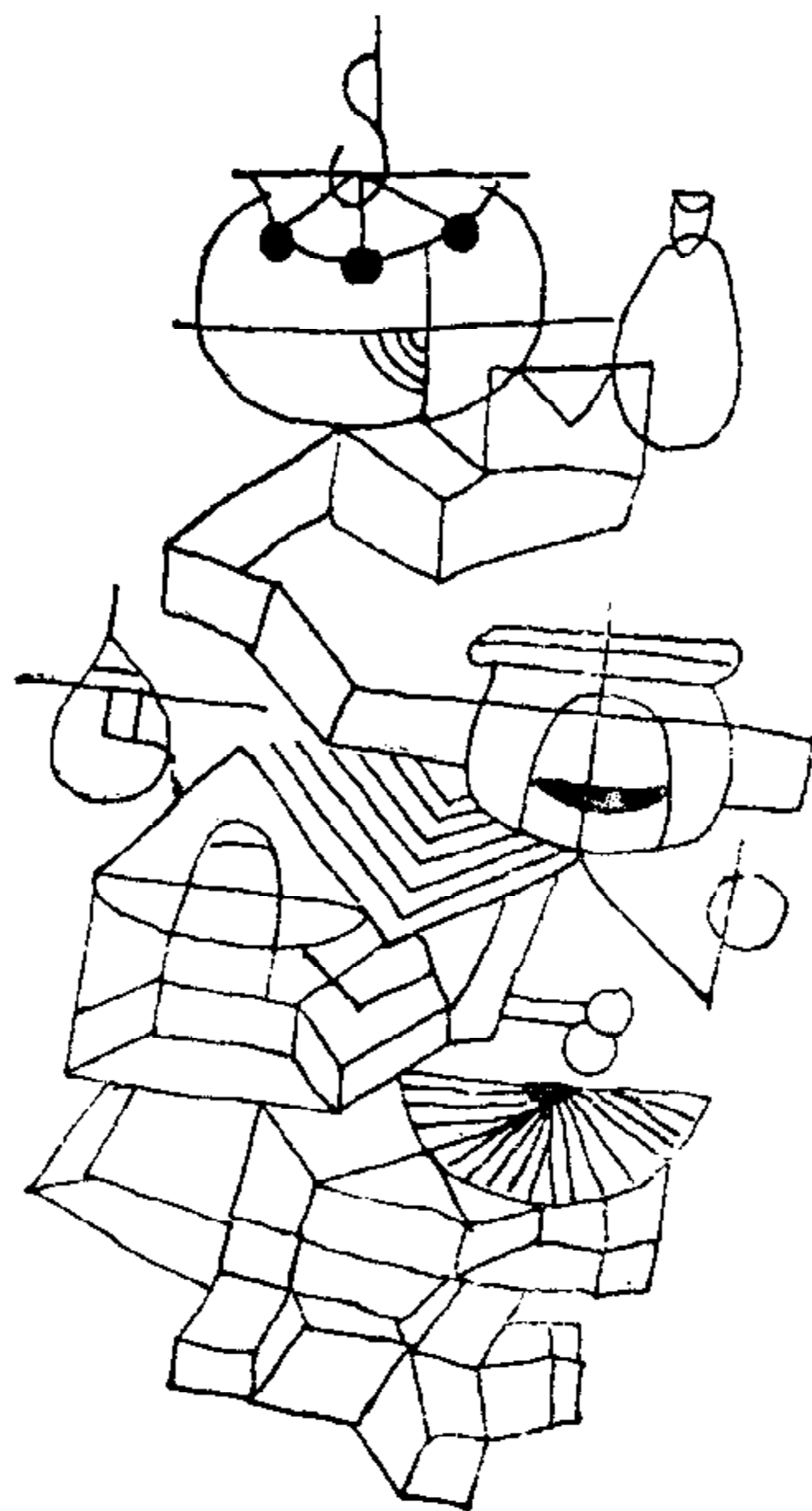
在当代宗教中，我们看到了从最初、最原始的宗教发展到最高的现实宗教的全部阶段。“上帝”一词既指代部落首

^① 出处同67页注^②，第181—182页。

领，也指代“绝对的无”。同样，每个人在自身之上，在他的无意识中，也保留着他从无依无靠的婴儿起的全部发展阶段，正象弗洛伊德已指出的那样。问题是他长到了那一阶段。有一点是确定的：他爱上帝的本性总是和爱人类的本性相符合，不仅如此，他爱上帝爱人的真正特性常常是无意识的，这种特征为一种更成熟的思想——我的爱是什么——所掩盖着和理智地控制着。尽管对人的爱直接嵌入他与家庭的关系中，但是究其根本，这种爱是由他在其中生活着的社会结构所决定的。如果社会结构是屈从于权威的结构——市场和公众舆论之公开权威或暗藏的权威——那么，他的上帝概念一定是婴儿式的、远非成熟的概念，这种情况深深地根植于一神教的历史中。

第三章

爱及其在当代西方 社会中的衰变



如果爱是成熟的生产型性格的能力，那么，生活在任何既定文化中的个人所具有的爱的能力，就取决于该文化施加在一般人性格上的影响。如果我们谈论的是当代西方文化中的爱，那么，我们就要发问：西方文明的社会结构和从这种社会结构中产生的精神，是否有助于爱的发展。实际上，提出这个问题便是要作出否定的回答。任何客观地观察西方生活的人都不会怀疑，爱——胞爱也好，母爱也好，还是性爱——在西方生活中，相对来说只是罕有的现象了。代之以爱的是各种形式的虚假之爱，事实上，这些虚假之爱正是爱在衰变时的种种形态。

资本主义社会一方面建立在政治自由的原则上，另一方面建立在以市场作为全部经济、进而作为社会关系立规者的原则上。商品市场决定了商品交换的条件，劳动力市场控制着劳动力的买卖。可用之物和可用之人的能力和技术都在毫不运用武力和欺骗的商品市场上，转化成可供交换的商品。如果市场上不需要鞋子的话（尽管它有用，而且也许是需要），那么鞋子就是没有经济价值（交换价值）的；如果在现存的市场条件下，对劳动力没有需求的话，那么劳动者的能力和技术也就毫无交换价值。资本所有者可以买到劳动力，并且命令他为有利可图的资本投资而工作。劳动力所有

者必须按照市场条件将劳动力出卖给资本家，否则他就得挨饿。这种经济结构在价值的等级制中得到反映。资本命令着劳动力；积累的财富尽管是死的，但是，它们比劳动力、比人的能力、比生命更值钱。

自资本主义产生以来就是这种基本结构。尽管这种结构仍然是现代资本主义的特征，但是一些因素已发生了变化，使当代资本主义有了特殊的性质，并对现代人的性格结构产生了深远的影响。我们目睹了资本主义发展的结果——不断增涨的资本集中过程。大企业的规模不断扩大，较小的企业被排挤。投资于企业的资本所有权与对这些企业的管理职能越来越分离。成千上万的股东“拥有”企业，但是并不占有企业，只有得到很高报酬的管理官僚在管理着企业。这种官僚对企业的发展和他们的权力比对获取最大利润更有兴趣。资本的不断集中和一个握有权力的管理官僚的出现与劳工运动的发展是平行的。通过劳动者工会，工人个人不必在劳动力市场上为自己讨价还价；他融合在一个大的劳动者组织里，并为一个代表他与工业巨头相对立的有权力的官僚组织所引导。好也罢、坏也罢，无论在资本领域还是在劳动力领域，主动权已由个人转至官僚机构手中。越来越多的人失去独立性，依附于大经济帝国的管理者们。

另一个产生于资本集中并且也是现代资本主义特征的决定性因素是组织劳动的特殊方式。高度集中、高度分工的企业，产生了一种相应的组织劳动的方法，在这种方法下，个人失去了其个性，他成为机器的一个可磨损的齿轮。现代资本主义中人的问题可以这样表述：

现代资本主义需要大量安稳合作的人，这些人期望越来越多地消费，而他们的口味则被标准化，并且很容易受影

响，很容易被预测到。现代资本主义需要人感到自由和独立，感到不附属于任何权威、原则或良心——但是却愿意被命令，愿意从事期望他们所做的工作，愿意与社会机器毫无摩擦；这些人不用武力就能指挥，不用领导就能引导，不用目的就能激励；他们只有一个目的：行善、奔忙、运转、前进。

结果是什么？现代人与他自己、与他的同伴、与自己异化了^①。他被转化为一种商品；在现存的市场条件下，他对自己生命力的体验成为一种必须带来最大可得利润的投资。人的关系本质上是异化的机械人之间的关系，人人都把自己的安全基于与群体的密切联系上，没有思想、情感或行动上的差异。虽然人人都尽量与其它人接近，但是他们仍然是完全孤独的，他们充满深深的不安全、焦虑及负罪的感觉，只要不能克服分离，其结果就总是如此。我们的文明提供了许多掩饰方法，帮助人们有意识地不注意这种孤独：首先，官僚化的严格程序，机械的工作能帮助人们忘记自己最基本的人的欲望，忘记对超脱和融合的渴求。由于单凭例行公事并不能做到这一点，因此人们便依靠常规娱乐克服其无意识绝望，被动地消费由娱乐业提供的声响和视像；进而，购买新东西，随即再更新它们也成了人们的一种满足方式。现代人实际上很接近赫胥黎在《华丽的新世界》一书中所形容的情景：美味的食品、漂亮的衣着、感觉的满足，然而却没有自我，除了和他的同胞有浮于表面的联系外，没有任何朋友，在那些赫胥黎曾经非常简洁地表述过的口号左右下行动着，

^①关于异化问题和现代社会对人的性格的影响问题的更详细论述，见E·弗洛姆的《健全的社会》一书，伦敦版。

“一旦个人只是运用感觉，整个社会就会晃荡”；或者“今天能开心，就别等到明天”；或者，如同最出色的陈述所言“今天，人人都快活。”今天，人的幸福在于“开心”。开心则在于消费和“吃下”商品时的满足：视像、食物、饮料、香烟、人、演讲、图书运动——这一切都被消费了，囫圇吞下了。世界是满足我们的食欲的巨大对象，是一只大苹果、一只大瓶子、一只大乳房；我们是吸吮者，永恒的期望者——也是永恒的失望者。我们的性格适合于交换和获取，适合于物物交换和消费；每一样东西——精神的以及物质的，都成为交换和消费的对象。

爱的情形只能与现代人的社会特征相符合，因为这是必然的。机械般动作的人是不能爱的；他们只能交换他们的“人格部件”，只能希望得到公平的交易。最意味深长的爱的表达方式之一，特别是带有这种异化结构的婚姻形式，就是“组”的观念。在任何一篇关于幸福婚姻的文章里——不管这类文章有多少，所描绘的理想婚姻都是那种顺利地发挥功能的一组人。这种情形和那种顺利地发挥职能的受雇者的观念相去不远；他应该是“适度独立的”、配合默契的、宽容大度的，同时又是雄心勃勃的、锋芒毕露的。这样，婚姻律师告诉我们，丈夫应该“理解”妻子，并帮助妻子；他应赞不绝口地评论妻子的新衣服和可口佳肴。反过来，当丈夫疲惫不堪、满腹牢骚地回到家中，妻子也应该理解他；当他谈论工作上的麻烦时，妻子应该聚精会神地倾听；当他忘记了妻子的生日时，妻子不该生气，而应理解。总之，这种关系充其量只是这样两个人之间表面上很融洽的关系，他们一生都是陌生人，从未达到一种“中心关系”，但是，两人彬彬有礼地彼此相待，都努力使对方感到更好一些。

这种爱和婚姻的概念，主要强调在另一个人身上找到庇护所，以躲避不可忍受的孤独感。在“爱”里，一个人终于找到了一个躲避孤独的场所。建立起一个二人同盟以反对世界，并且，这种二人性为我主义被误认为是爱的亲密。

强调组的精神、彼此容忍等等，相对来说只是近年来发展的结果。在第一次世界大战后的年代中，流行的则是这样一种爱的概念：彼此间的性满足是满意的爱情关系之基础，特别是幸福婚姻的基础。人们认为，婚姻不幸福的原因常常是婚姻的配偶们没有进行正确的“性调整”；而后一种错误的原因则是对“正确的”性行为缺乏知识，从而配偶双方或一方采用了错误的性技术。为了“治愈”这种错误，并且帮助不能互爱的不幸夫妇，许多书籍对正确的性行为做出了指导和忠告，或隐或现地允诺，幸福和爱将随之而来。这里，潜在的思想是，爱是性愉快的产儿，而且，如果双方学会怎样互相做到性满足，他们就会彼此相爱。这种观点很符合当时一般人的幻想，即大家普遍认为，正确地使用技术，不仅可以解决工业生产上的技术问题，而且也可以解决人类的所有问题。人们忽视了这样一个事实：真实的情况和这种假设正好相反。

爱不是充分性满足的结果，但是，性愉快，甚至所谓性技术的知识，反倒是爱的结果。如果撇开日常的观察，这个命题仍需要证明，而这种证据能在众多的精神分析资料中找到。最常见的性问题的研究——女子的性冷淡、以及男子或多或少的心理无知形式——表明，这些问题的原因不在于缺少正确技术的知识，而在于抑制使之不可能爱。恐惧或仇视异性是这些困难的基础，这些困难则阻止一个人把自己完全给予另一个人，阻止负责任的行为，阻止在即刻而又直接的肉

体接触时信任性配偶。如果一个性抑制者能够从恐惧或仇视中解脱出来从而达到爱的状态，那么，他或她的性问题就得到了解决。如果不是这样，关于性技术的知识再多也无济于事。

然而，尽管精神分析疗法的结果表明，认为知道正确的性技术就会带来幸福和爱的观点是错误的，但是，作为这种观点的基础的假定——爱是相互间性满足的结果——却在很大程度上受到弗洛伊德理论的影响。对于弗洛伊德，爱基本上是一种性现象。“人通过经验发现，性（生殖器）爱给予他最大的满足，以致于性爱实际上成为他全部幸福的标准，所以他不得不沿着性关系的道路寻求他的幸福，使得性（生殖器）爱成为他生命的中心点^①。”对于弗洛伊德，胞爱的体验是性欲的结果，且只是性本能转变成一种有着“抑制目的”的冲动。“带有抑制目的的爱，起初确实是感官的爱，现在，在人的无意识中也仍是这样^②。”至于融合的感觉，合一的感觉（“海洋般的感觉”）——这种感觉是神秘主义体验的本质，是最强烈的与他人融合感的根基——弗洛伊德把它解释为“是一种病态的现象，是向早期‘无限制自恋’的退化^③。”

弗洛伊德进一步指出，爱就其自身，是一种非理性的现象。在他看来，根本不存在什么非理性的爱与作为成熟人格的表现为的爱之间的区别。在一篇论“转移的爱”的文章^④中，弗洛伊德指出，转移的爱与爱的“正常”现象，本质上

① S·弗洛伊德《文明及其不满足》，J·瑞伏德英译本，第69页，伦敦，1953年版。

② 出处同上，第69页。

③ 出处同上，第21页。

④ 《弗洛伊德全集》第10卷，伦敦版。

并没有什么区别。堕入情网常常接近于变态，总是伴随有盲目地对待现实的冲动性，并且是一种儿童时期爱的对象的转移。作为理性现象的爱，作为成熟的最高实现的爱，对于弗洛伊德不是研究的课题，因为它根本就不存在。

然而，把“爱是性吸引的结果，或者干脆说，爱就是性满足，只不过爱是意识感觉中的反映”这样一个概念完全归咎于弗洛伊德的影响，是错误的。实际上，这种因果链来自其它方面。弗洛伊德的思想部分地受十九世纪精神的影响，并且部分地借助第一次世界大战后所盛行的时代精神而普及起来。在影响弗洛伊德的概念和大众的诸因素中，首先是对维多利亚时代严格的道德规范的反动。决定弗洛伊德理论的第二个因素在于当时流行的人的概念，这种概念建立在资本主义的结构基础上。为了证明资本主义符合人的本性需要，必须说明人在本性上是竞争的、彼此敌对的。经济学家以对经济利益的无可满足的欲望“证明”之；达尔文主义者以适者生存的生物学规律“证明”之；而弗洛伊德则通过这一假定——男子为一种对全体女子性征服的无止境欲求所驱使，只是由于社会的压力才阻止他如此行动——得出了同样的结论。所以，人必然是互相嫉妒的，只要所有产生这种情况的社会和经济原因不消失，这种彼此间的嫉妒和竞争就会继续下去^①。

对弗洛伊德的思想有过较大影响的最后一个因素是流行于十九世纪的唯物主义。人们认为，所有精神现象的基础，都可在心理现象中找到；因此，弗洛伊德把爱、恨、野心、嫉妒等统统解释成性本能的种种结果。他没有看到，基本实

^① 依赛·德·福赖《爱的影响力》，伦敦，1954年版。

在于人类存在的整体性中。首先，在于人的普遍境遇；其次，在于为特殊的社会结构所决定的生活实践（马克思在其“历史唯物主义”中迈出了超越这类唯物主义的关键性一步。按照历史唯物主义，肉体或本能，诸如对食物及财产的需求等等，皆不能用以理解人，只有人的整个生活过程，他的“生活实践”，才是理解人的钥匙）。根据弗洛伊德的观点，对本能欲望完全的无限制的满足会创造出精神的健康和幸福。但是，临床事实明显地表明，把一生都献给了无节制的性满足的男子和女子，并没有得到幸福，却常常遭受到神经冲突或病症的痛苦。所有本能需要的完全满足，不仅不是幸福的基础，而且甚至不能担保人的神智正常。然而，弗洛伊德的思想只能流行于第一次世界大战之后的年代，因为当代的资本主义精神已发生了改变：从过去强调整节俭到现在强调挥霍，从过去把自我节欲作为经济成功的手段，到现在把消费当作市场扩大的基础，当作焦虑不安、自动化了的个人的主要满足手段。“不要推延任何欲望的满足”，不仅成为所有物质消费领域的主要倾向，而且也成为性领域内的主要倾向。

把符合本世纪初资本主义精神的弗洛伊德的概念和当代最杰出的心理学家之一、已故的 H·S·沙利文的理论概念作一番比较，是饶有趣味的。我们发现，与弗洛伊德的体系相对立，在沙利文的精神分析体系中，性和爱之间是有严格的区分的。

那么，按照沙利文的概念，爱和亲密的含义又是什么呢？“亲密是这样一种涉及两个人的情形：它允许个人价值的全部成分都生效。个人价值的生效需要一种我称之为合作的关系；所谓合作，就是指在追求越来越多的同一性——也

就是说越来越多地相互满足的方式——过程中，一方明显地按照另一方表达出来的需求调整自己的行为，同时保持相应增长的安全实施^①。” 如果不用沙利文这种多少过于复杂的句式表述这一概念，我们就会看到，爱的本质在于一种合作的情境；处于这种情境中的两个人感到：“我们按照规则游戏，以保证我们的声望和优越感^②。”

正象弗洛伊德的爱概念是对十九世纪资本主义父权制下男子的体验所作的一种描述一样，沙利文的描述指的是二十世纪市场人格的异化体验。它描述了“二人为我主义”，描述了两个人把共同的利益放在一起，肩并肩地对抗敌对的、异化的世界。实际上，沙利文的亲密定义原则上对任何合作组的情感都是有效的，这个合作组里的每个人都“在寻求共同的目标中，根据另一个人所表达的需要调整自己的行为。”

（值得注意的是，这里，沙利文谈到表达的需要，那么，人们至少可以说，爱是对两个人之间所表达的需要反应）。

爱作为彼此间的性满足，爱作为“互相配合”和逃避孤独的方法，是当代西方社会中爱的解体的两种“正常”形式，是由社会规定其模式的病态的爱。病态的爱还有许多具体形式，它导致有意识的痛苦，并被精神分析学家以及日益增多的普通人当作神经病态。在下面的例子中，我们将简略

①H.S.沙利文《精神分析的人际理论》，W.W.诺敦出版公司，纽约，1953年版。第246页。必须注意，尽管沙利文是在谈到前青春发动期骚动时给出的这一界说，但是他认为这种骚动是前青春发动期产生的集合性趋向，“当然这些骚动完全发展后，我们便称之为爱。”他还说，前青春发动期的这种爱“代表着某种成熟的、精神分析上界定为爱的起始。”

②同上，第246页。沙利文给出的另一个爱的界说，——爱开始于一方感到另一方的需求和自己的需求同样重要——这比上述界说少带一些市场原则的色彩。

地叙述一些较为常见的形式。

神经性病态爱的基本条件在于这样一个事实，即“恋爱者”一方或双方仍然依恋双亲的形象，并把曾对父亲或母亲所具有的感情、期望和畏惧在成年后转移给所爱的人；这样的人从未摆脱那种婴儿期依附性模式，并且在成年后的实际需求中寻找这种模式。在这类例子中，这些人在情感上仍然只是一个两岁、五岁、或十二岁的孩子，而在智力上和社会上则处于实际年龄的水平。在较严重的情况下，这种情感上的不成熟引起其社会作用的紊乱；如果情况不这么严重的话，冲突则限制在密切的私人关系的范围内。

下面的例子涉及到我们前面关于以母亲或父亲为中心的人格的讨论，这种类型的精神病态的爱在今天常见的，患有这种病的男人在他们的情感发展中，仍然坚持对母亲的一种婴儿式依附。这些人仍然感到自己象孩子；他们期望母亲的保护、爱、温暖、照顾和赞慕；他们期望母亲的无条件的爱。这种爱的给予，除了他们需要它以外，没有其它的理由，因为他们是母亲的孩子，他们是无依无靠的。如果这些人试图引诱女子爱他们，甚至他们的企图得逞后，他们常常是充满柔情和迷人的。但是，他们与女子的关系（事实上，也是与其它所有人的关系）仍然是表面的，不负责任的。他们的目的是被爱，而不是去爱。这类男子通常有很强的虚荣心，或多或少掩饰起来的自高自大的思想。如果他们找到合适的女子，那么，他们便感到安全、飘飘然而不可一世，也能施展大量的柔情和魅力，这就是这些男子为什么常常如此富有欺骗性的原因。但是不久，当这个女子不再满足他们虚幻的期望时，冲突和不满便开始发生了。如果这个女子并不总是常常钦佩他，如果她声称要过自己的生活，如果她希望

自己被爱和受到保护，在极端的情况下，如果她不愿意宽恕他与其它女子的爱的关系（或者甚至不愿有羡慕她们的兴趣），这种男子便感到深受伤害和失望，通常，他们要推理一番，认为这个女子“不爱我了，她是自私的，或者是盛气凌人的”。任何缺少爱的母亲对其迷人的孩子的态度的举止言行，都被看作是缺乏爱的证明。这些男子通常把他们的柔情行为、取悦他人的愿望和真正的爱相混淆，这样，他们得出一个结论，他们受到很不公正的对待；他们把自己想象成伟大的爱情者，并且悲痛地抱怨，他们的配偶忘恩负义。

以母亲为中心的人，很少有不发生严重紊乱而起正常作用的。事实上，如果他的母亲以过份保护的方式“爱”过他（也许是盛气凌人的，但毫无危害），如果他找到一个与母亲相同类型的妻子，如果他的特殊天资和才能允许他施展魅力和令人赞慕时（如同某些成功的政治家那样），那么，他在社会中就是“调整得很好的”了，但决不是达到了更高的成熟水平。然而，在不是这么有利的条件下（自然，这种情况是更常见的），即使不是他的社会生活，至少也是他的爱情生活将使他感到非常失望；当这种人孑然一身时，冲突、常常是非常强烈的焦虑和意志消沉便接踵而来了。

把感情固恋在母亲身上的一种更严重的变态形式是更深、更缺少理智的。形象地说，这种程度上的人，既不是要回到母亲的保护怀抱里，也不是要回到她滋养人的乳房前，而是要回到她接受一切，也毁灭一切的子宫内。如果心智健全的本质是人离开母体来到世界的话，那么，严重的精神疾病的本性就是为母体所吸引，丢弃现实而回到母体中。这种固恋常常出现在母亲对自己的孩子处于吞没—毁灭的关系之时。她们有时以爱的名义，有时以义务的名义，希望把孩

子，包括青少年甚至成年男子都留在自己身边。孩子不通过母亲就不能呼吸；除了表面的性爱——对所有其它女子的侮辱之外，他不能爱；除了是一个永久的罪人或残疾人之外，他不能自由和独立。

母亲的破坏性、吞没性方面，是母亲形象的消极方面。母亲能给予生命，也能夺走生命。她是一个拯救者，也是一个破坏者；她能创造爱的奇迹，然而没有任何人比她更能伤害人。在宗教偶像（如印度教女神凯利）和梦境象征中，经常能看到母亲的这两个对立方面。

另一种神经病态的形态，可在固恋父亲的病例中见到。

典型的例子是，一个男子，他的母亲冷漠而高傲，而他的父亲（部分地由于他的妻子很冷漠）则把全部柔情和兴趣集中在儿子身上。他是一个“好父亲”，但同时又是一个权威。当儿子的行为使他高兴时，他就夸奖他，送他礼物，流露出柔情；但只要儿子使他不高兴，他就离开他，或者责骂他。而在儿子这一方，由于父亲的柔情是他的唯一感情寄托，因此，便象个奴隶似地依恋父亲。他的主要生活目的是使父亲高兴，当他做到这一点时，他感到幸福、安全和满足。但是，当他犯了错误、失败或没有使父亲高兴时，他就感到泄气、没有爱、被抛弃了。长大以后，这样一个男子总是力图找到一个父亲人格，使自己以同样的方式与他相联系。他整个一生变成一连串沉浮上下，取决于是否能赢得父亲的夸奖。这样的男子在他们的社会生涯中，常常是非常成功的。他们尽职、可靠、热情——只要他们选择的父亲人格懂得怎样对待他们。但是，在和女子的关系上，他们始终保持高高在上、不可接近的态度。女子对于他们并不是中心；通常，他们对女子怀着一种蔑视的态度，常常以父亲对小女

孩的关心作掩饰。最初，他们也许会用其男性特征给女子留下深刻印象，但是，当他们的妻子发现，自己注定要扮演一个二流角色——因为她们的丈夫时时刻刻都把自己的感情献给占主导地位的父亲人格——时，这些男子便变得越来越令人失望；也就是说，除非妻子也碰巧依恋其父亲，而乐于有一个喜怒无常的孩子般的丈夫外，这些男人只能越来越叫人伤心。

由另一种双亲间关系造成的爱情的神经紊乱的情况更加复杂。父母双方互不相爱，但又只限于吵吵架，表现出一些不满足的迹象。与此同时，疏远使它们与孩子的关系很不自然。一个小女孩往往体验一种“适宜的”气氛，但是从不允许她与父亲或母亲亲密地接近，因此，留给这女孩的只是迷惑和畏惧。她从来不敢肯定父母亲在想什么；家中总有一种不为人知、神秘莫测的气氛。结果，女孩缩回到她自己的世界，始终和他人保持疏远的关系，在日后她的爱情关系上，也保持同样的态度。

此外，这种返向自我世界的态度还导致了强烈焦虑的发展，一种在世上没有坚实基础的感觉，它常常引起以受虐作为体验强烈兴奋的仅有途径的癖好。通常，这样的女子宁可丈夫发脾气和大声喊叫，也不愿他保持一种更正常的明智的态度，因为，这至少会使她们去掉紧张和畏惧的重负；她们经常无意识地挑起这类行为，以便结束感情上精神病态的痛苦不安。

下面，要叙述一下非理性爱的其它常见形式，但是，我们将不再深入分析构成其病因的儿童生长期的特殊因素。

那种常见的、并且经常被当作“伟大的爱”来体验的（电影和小说常常描绘这种爱）爱的虚假形式就是“偶像崇

拜型爱。”如果一个人没有达到和自我同一的感觉水平——这种水平根源于他自己的生产能力的发展——他就趋向于把所爱者当作偶像加以崇拜。他和自己的能力相异化，并把它们外射到所爱者身上，把她作为至善和全部爱的承担者、全部阳光、全部的至福而加以崇拜。在这个过程中，他剥夺了自己的全部力量感，在所爱者身上失去而不是找到自我。由于从长远来看，通常没有人能实现她（或他）的偶像崇拜式的期望，因此，失望便必然出现了。作为一种补救，他寻求一个新的崇拜偶像，有时，这种寻求构成无止境地循环。这类偶像崇拜型爱的特征是，在其初期，爱的体验强烈而突然。这种偶像崇拜型的爱常常被形容为真正的、伟大的爱；尽管显露出爱之强烈、爱之深切，但是，它只体现了偶像崇拜者的饥饿和绝望。勿用多说，两个人常常在彼此的崇拜中发现对方，有时在某些极端的情况下，表现了一种感应性精神病的情景。

另一种爱的虚假形式也许可称作“感伤型爱”。它的本质在于这样一个事实，即爱只在幻想中得到体验，而不是在此地此时与另一个活生生的人的关系中得到体验。这类爱的最广泛形式是消费者在其手中的连环画、杂志的爱情故事及爱情歌曲里体验爱的替代性满足。所有未能得到满足的爱、融合和亲近的欲求，都在这些产品的消费中得到了满足。一对不能逾越分离之墙的夫妻，当他们双双沉浸在银幕上幸福或痛苦的爱情故事中时，都会感动得掉下眼泪。对于许多这样的夫妻来说，在银幕上看到这些故事，是他们体验爱的仅有机会，当然这种体验不是他们彼此间的，而是共同作为他人的“爱”的旁观者而体验的。只要爱还是一种白日梦，他们就能体验到；只要爱一落入两个现实人之间的真实关系中，

他们的情感就僵死了。

感伤型爱的另一个方面是爱在时间上的抽象化。一对夫妻也许由于回忆起他们过去的爱情而深深感动，虽然在当时并没有体验过爱——或者是由对未来的爱的憧憬而感动。多少对订婚或新婚夫妇在梦想着未来的爱的天堂，而在他们生活的现在却已开始互相厌倦！这种倾向与现代人所特有的一般态度相吻合——他生活在过去或未来，而不是生活在现在。他感伤地回忆起他的童年和母亲，或者幸福地规划着未来。无论爱是通过分享其它人的虚构体验而得以体验，还是把它从现在移入到过去或将来，爱的这种抽象和异化形式都起着缓和现实痛苦、缓和个人孤独感和分离感的麻醉剂作用。

神经性病态爱的另一种形式是使用“外射手段”以躲避自身的问题，代之以关心“所爱”者的缺陷和软弱之处。在这方面，个人的举止和集团、民族或宗教的行为是非常相似的。他们一点都不放过其它人身上哪怕是非常细小的缺点或不足，然而对自己身上的缺点或不足却视而不见，好象他们自己是那么完善、无懈可击。因此，他们总是忙于试图指责或改造其它人。如果两个人都这么做——情况经常是这样——那么爱的关系就转变成一种彼此间外射的关系。如果我自己盛气凌人、优柔寡断或贪得无厌，那么，我就指责我的配偶是这样，并且按照我的性格特点，要么想治愈她，要么想惩罚她。对方也同样这么做。于是，双方都忽视了自己的问题，而未能采取任何有助于自己发展的步骤。

外射的另一种形式是把自己的问题外射到孩子身上。首先，这种外射常常发生在对孩子的希望中。在这种情况下，对孩子的希望主要地是由把自己存在的问题外射到孩子身上

这样一种方式所决定的。当一个人感到自己不成器的时候，他就试图使孩子成大气候。但是，这个人必然在自己身上和孩子身上都遭到失败。前者是因为存在的问题只能由每一个人自己而不是由代理人加以解决，后者是因为他缺少引导孩子自己去寻求答案所必需的品质。当一个不幸的婚姻面临解体时，孩子也会充当外射的目标。在这样一种情况下，父母之间陈腐的论据是，他们不能分离，以免剥夺一个融和的家庭给孩子所带来的幸福。然而，任何深入的研究都表明，对孩子来说，这样一个“融合家庭”的紧张和不愉快的气氛，比公开的决裂更有害，因为后者至少教育孩子，人能够靠勇敢的决断结束一种不可容忍的生活状况。

在这里，必须指出另一个常见的错误，即爱必然意味着无冲突的幻想。正如人们习惯地认为，痛苦和悲伤在任何环境下，都是应该避免的，他们相信，爱意味着没有任何冲突。而且，他们满有理由地以这样一个事实作为根据：他们周围的争斗似乎只是对牵涉进去的任何人都毫无益处的破坏性的轮流更迭。但是，真正的原因则在于大多数人的“冲突”，实际上是企图躲避真正的冲突。这些“冲突”只是关于一些细小的或表面的问题的不一致情况，而这些问题就其本质而言，是不易澄清或解决的。两个人之间的真正冲突不是破坏性的，真正的冲突不用掩盖或外射，而是在内心世界的深层上得以体验。它们使人头脑清醒，它们产生净化，通过这种净化，两个人都变得更有知识，更有力量。这使得我们有必要重申上面已说过的一些要点。

只有当两个人都在其存在的中心互相交流，双方中每一个人都从其存在的中心体验自己时，爱才是可能的。只有在这个“中心的体验”中才有人的实在，才有生命，才有爱的

基础。这样体验的爱是一种不断的挑战；它不是一块歇息的地方，而是一种运动、成长、工作的共同体；不管是和谐还是冲突、是享乐还是悲伤，对于这样一种基本事实——两个人从他们存在的本质中体验他们自己，他们与自我溶为一体，并由此互相同一，而不是逃离自我——也是第二位的。爱的存在只有一种证明：这种关系的深度、双方各自的生命力和力量，我们藉此才可以辨别出是否爱着。

正象机械式的人不能彼此相爱一样，他们也不能爱上帝，爱上帝的解体和爱人类的解体都达到了同样的程度。这个事实与所谓我们正目睹宗教在这个时代中复兴的观点，显然是矛盾的。没有什么能比这更加远离真实情况了。我们目睹的（尽管有例外）是偶像崇拜式上帝概念的复归，是把对上帝的爱转变为一种适合异化性格结构的关系。偶像崇拜式上帝概念的复归，是很容易看到的。人们焦虑不安，由于没有原则或信念，他们发现自己除了向前走以外别无目标；因此，他们仍然是孩子，他们希望父亲或母亲在需要的时候来帮助他们。

的确，在宗教文化中，如同中世纪文化那样，一般人都把上帝看作有求必应的父母。但同时，他也很严肃地看待上帝，认为他生命的最高目的是根据上帝的原则而生活，把“得救”作为最高的关注，其它一切活动都是次要的。今天，再没有人做这样的努力了。日常生活与任何宗教价值都严格地区分开。日常生活完全用来努力追求物质享受、追求在人格市场上的胜利。现世努力的原则是公正持平和自我主义的原则（后者常常被贴上“个人主义”或“个人主动性”的标签）。具有真正宗教文化的人，也许可以和八岁的儿童相比较，他们需要父亲作为帮助者，然而，在他们的生活

中，却开始采纳父亲的教诲和原则。当代人更象一个三岁的孩子，当他需要父亲时，他大声哭喊；而当他能玩耍时，他就很自信了。

一方面，我们只是象婴儿似地依赖一个人格化的上帝，而不是根据上帝的原则改变生活。这样一来，与其说我们接近中世纪的宗教文化，不如说我们更接近一个崇拜偶像的原始部落。另一方面，我们的宗教状况显示出一些特征，不仅新，而且也是当代西方资本主义社会所特有的。我可以再提一提在本书前面部分已做过的陈述。现代人把自己变成一种商品；他把其生命精力当作一笔将给他带来最大利润的投资来体验，按照人格市场考虑他的地位和身价。他与自己、与他的同胞及自然相异化。他的主要目标是与那些同样专注于公平而有利可图的交换的人有效地交换他的技术、知识，交换他自身和他的“人格部件”。除了人的生存，生命没有目的；除了公平的交换，生命没有原则；除了人的消费，生命没有满足。

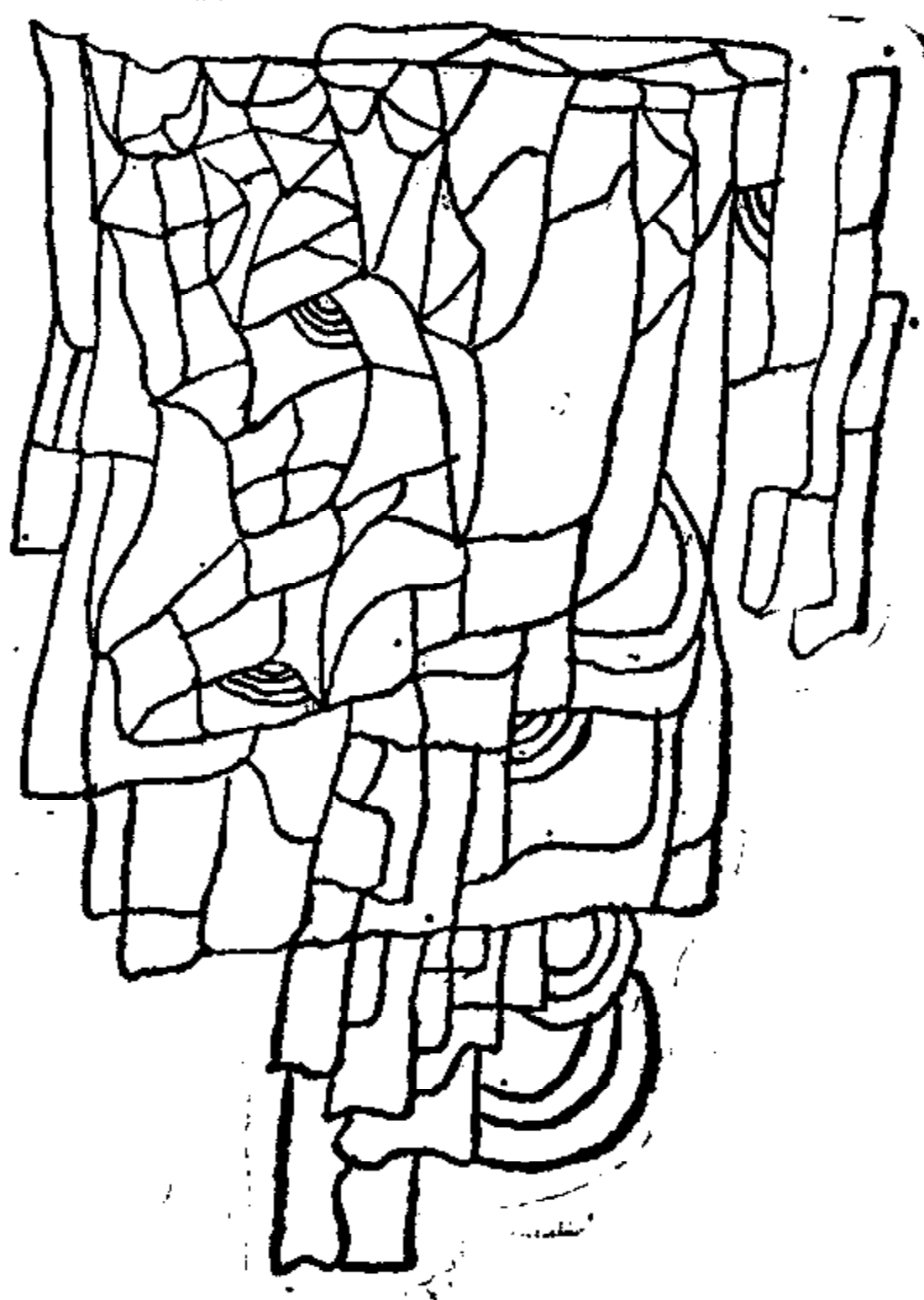
在这样的环境下，上帝的概念能意味些什么呢？它已从原始的宗教含义转到了适应只讲成功的异化文化的含义，在最近的宗教复兴中，对上帝的信仰已转变成一种心理方法，以使人更加适应竞争的奋斗。

宗教与自我暗示及精神疗法结成了同盟，帮助人们从事商业活动。在二十年代，人们尚未呼唤上帝以“改进人的特性”。一九三八年的畅销书——带勃·卡纳吉著《怎样赢得朋友和影响他人》，仍然停留在严格的世俗水平上。卡纳吉一书在当时的作用正如今今天最大的畅销书——N·V·皮尔牧师所著《肯定思维的力量》一书所起的作用一样。在这本宗教著作中，甚至没有问一问，对成功的绝对关注本质上是否和

一神教的精神相一致。相反，这一最高的目的从来都是不可置疑的，而对上帝的信仰和祈祷则被推荐为提高人的能力以获得成功的方法。正象当代的精神分析医疗家推崇雇员的幸福，以便更多地引起消费者的注意那样，一些牧师推荐对上帝的爱，以使人获得更大的成功。“让上帝成为你的伙伴，”与其说意味着人在爱、正义及真理中和上帝成为一体，不如说意味着使上帝成为买卖上的伙伴。正象胞爱为不偏不倚的公平所取代那样，上帝已经转变成遥控指挥的宇宙公司董事长；你知道他在那里，他管理着一切事情（虽然没有他可能也行），你却从来没有见过他。但当你正在“做你的事”的时候，你要感激他的引导。

第四章

爱的实践



我们已经讨论了爱的艺术的理论方面，现在，我们面对一个更加困难的问题——爱的艺术的实践。除了去实践，关于一门艺术的实践还能有什么可以学习的吗？

事实增加了问题的困难。今天，大多数人，因而也就是本书的许多读者，都希望得到一个“你自己怎样去做”的处方，就这本书来说，这意味着我们应该教授怎样去爱。任何带着这种想法阅读最后一章的人，恐怕是要大失所望的。爱只能是一种属于每个人自己的体验；事实上，几乎人人都至少以一种起码的方式——在儿童期、青春期、或者成年期——获得过这种体验。对爱的实践所能讨论的就是爱的艺术的前提、爱的艺术的入门方法、以及这些前提和方法的实践。要想达到目的，只有迈开自身实践的步子，而讨论将在迈出关键性一步之前结束。然而我认为，讨论方法有助于精通艺术，至少对那些不期望得到“处方”的人来说是这样。

任何艺术的实践都有一定的基本要求，不管我们讨论的是木工艺术、医学艺术、还是爱的艺术。首先，一门艺术的实践要求纪律。如果我不按照一定的纪律行事，就做不好任何事情；一件事，只是因为“我乐意”才去做，也许仅是一个良好的或有趣的嗜好，但我永远不会成为那门艺术的行家。然而，问题不仅是具体艺术实践中的纪律问题（譬如，每天

有一定时间的实践)，而且也是人的整个一生中的纪律问题。人们也许认为，对于现代人来说，没有什么比学会守纪律更容易的了。他不是一天八小时都在非常守纪律地做着严格常规化了的工作吗？然而事实上，现代人在工作的范围以外，极少有自我纪律。当他不工作时，他就想懒散、没精打彩，用一个好一些的词，想“松弛、松弛”。这种懒散的愿望，多半是反对生活的常轨化。正因为人们被迫一天八小时把他的精力耗费在不是他自己的目的和方式上，而是由工作的节奏为他规定的目的和方式上，因此，他便反抗，而且使用了一种婴儿式的自我放纵的形式反抗。此外，在反对权威主义的斗争中，他已对所有的纪律、包括非理性权威强制的纪律、以及自己强加的理性纪律失去信任。然而，没有这样的纪律，生活就散了、就混乱、就缺少集中。

集中是精通一门艺术的必要条件，这几乎无需证明，任何一个曾经试图学会一门艺术的人都知道这一点。然而，在我们的文化中，集中甚至比自我纪律更为少见。相反，我们的文化导致了一种无集中的、散乱的生活模式，几乎没有其它任何文化可以相比。你可以同时做许多事情：阅读、听广播、谈话、抽烟、吃、喝。你是张着嘴的消费者，渴望并准备吞下每一样东西——电影、烈酒、知识。一人独处的困难，清楚地表示出集中的缺乏。对于大多数人来说，静静地坐在那里，不说、不抽、不读、不喝，是不可能的。他们变得很紧张、坐立不安，必须用嘴或手去干些什么（抽烟是缺少集中的症候之一；抽烟占去了手、嘴、眼睛和鼻子）。

第三个因素是耐心。任何一个曾试图精通一门艺术的人都知道，必须有耐心才能取得成就。如果一个人想急于求成，那么他永远也学不会一门艺术。然而，对于现代人，实践耐

心就象实践纪律和集中一样地困难。我们的整个工业体系真正鼓励的恰恰是其对立面：迅速。我们的全部机器都是为迅速而设计的：汽车和飞机把我们迅速地带往目的地，而且是越快越好。一部机器若是能在原有的一半时间内生产出同样多的产品，那么这部机器就比旧而慢的机器好两倍。当然，这样做有重要的经济原因。但是，如同在许多其它方面一样，人的价值已由经济价值来决定了。对机器有好处的，必然对人有好处，这就是逻辑。当现代人没有迅速地做某些事情时，他们便认为，他们丢失了某些东西——时间；然而，他并不知道怎样利用他赢得的时间——除了打发掉它以外。

学会任何一门艺术的最后一个条件是对精通这门艺术的最大关注。如果这门艺术不是某种最重要的东西，学徒是决不能学会它的。最多，他会成为一个很好的爱好者，但只是如此而已，他决不会成为一个行家。因此，这个条件对于爱的艺术如同对于任何其它艺术一样，是必不可少的。尽管爱的艺术与其它艺术相比，爱好者比行家更多一些。

关于学习艺术的一般条件，还有一点是必须强调的。人们往往不是直接而是间接地开始学习一门艺术的。一个人在开始学习某种艺术之前，必须学会大量其它的，通常似乎与这门艺术无关的东西。一个木工学徒往往是通过学习怎样种树开始学习木工活的；一个人学弹钢琴往往要从练习弹奏音阶开始；一个人学习禅宗射箭术是通过练习呼吸开始的^①。在任何艺术上，一个人如果想成为一个行家，那么，他的整个生命必须贡献给这门艺术，或者，至少他的整个生命是与这门艺术联系在一起的。人自身变成艺术实践的工具，并根

^①E·海里奇《射箭术中的禅》，伦敦，1954年版。

据它必须实现的特殊功能，时时保持相适应的状态。就爱的艺术而言，这意味着任何渴望在这门艺术中成为行家的人，必须通过在其生命的每一阶段都实践纪律、集中和耐心，从而开始学习这门艺术。

怎样实践纪律呢？对这个问题，我们的祖先本该作出更好更完备的回答。他们的指训是清晨早起，不要沉溺于不必要的享乐之中，努力工作。这类纪律显然有其不足。它刻板而专断，是以俭朴和节约的美德为中心的，而且在许多方面是敌视生活的。但作为对这类纪律的反动，一个日益增长的趋势是怀疑任何纪律，这种趋势使人在业余生活中的无纪律、懒散、放纵成为对八小时工作时间内强加于我们的常规化生活方式的补充和平衡。在固定的钟点起床，白天，把相当量的时间用于诸如沉思、阅读、听音乐、散步等活动上；不要沉溺于躲避现实的活动，如读神秘故事、看电影，至少不要超过一定的限度；不暴食，不暴饮；这些都是显而易见的起码的准则。然而，重要的是，纪律不应像规定那样，从外面强加于人而付诸实践，它应该成为一个人自身意志的表现，它使人感到愉快，而且，人让自己慢慢地习惯于某类行为，以致到后来，如果停止实践这种行为，人就会想念它。西方社会的纪律概念（包括每个美德概念）的一个不幸方面是，它的实践被看作是某种痛苦的东西，而且正因为痛苦，它才是“善的”。很久以前，东方人就认识到，对于人——对他的肉体和他的灵魂——是善的东西，也必须是令人愉快的东西，虽然在开始时，必须克服某些抵制。

在我们的文化中，实践集中更加困难，每件事似乎都是反对集中的能力的。在学习集中时，最重要的步骤是学会不读、不听、不抽或不喝，做到个人独处。的确，能够集中意

味着能够一人独处，很显然，这种能力恰恰是具有爱的能力的一个条件。因为如果我不能自力更生而依附于另一个人，那么，尽管他或她可能是一个救命恩人，这种关系也不是爱的关系。独处的能力是爱的能力的条件，尽管表面看来恰恰相反。任何试图独处的人都会发现，独处是如此地困难。独处时他会感到烦躁、坐立不安，甚或感到非常焦虑。他会想，这么做没什么价值，傻瓜才会这么做，还花费了那么多时间，等等、等等，并以此作为不愿继续实践下去的理由。他还会发现，各种各样的想法涌进他的头脑，并占据了他的身心。他会发现自己考虑着白天的计划，或者考虑他非做不可的工作中的某些困难，或者晚上要到哪里去，以及充斥于他头脑中的任何事情，而不让其头脑有一隙空闲。实践一些十分简单的练习是大有益处的，例如，放松自己，坐在那里（既不是没精打彩，也不是僵直挺硬），闭上眼睛，并且力图使眼前一片空白，努力去掉所有妨碍自己的情景和思想，然后顺从呼吸，既不要考虑它，也不要强迫它，而是顺从它，在这样做时感觉它；而且要努力有一个“我”的感觉；我=自我；我，作为我的能力的中心，作为我自己的世界的造化，我等于我自己。每天早晨至少要做二十分钟（如果可能就更长一些）这样的集中训练，晚上睡觉前再做二十分钟①。

除了这种训练以外，还必须学会集中精力做每一件事——听音乐、阅读书籍、与人谈话、观赏风景。这一刻正在从事的活动必须是唯一要紧的事，必须对此全神贯注。只要

①尽管在东方，特别是印度文化中，关于这一点已有相当多的理论和实践，但近年来西方也开始追寻这种目标。在我看来，最重要的是金德勒派，其目标是感觉人的肉体。为理解金德勒派，请参见夏洛蒂·西尔德在纽约新校中的讲演和课程。

人的精力是集中的，正在做的是什么无关宏旨，重要的事情和不重要的事情都取得了一个新的实在范围，因为它们吸引了人的全部注意力。学习集中要求尽可能地避免琐碎无聊的谈话，即并非真正的谈话。如果两个人在一起谈论他们都知道的某棵树的生长，谈论他们刚刚一起吃下去的面包的味道，或者谈论他们工作中的某个共同经验，这样的谈话可能是恰当的，只要他们体验正在谈论的东西，而不是用一种抽象化的方式谈话；另一方面，谈话可以涉及到政治、宗教问题，然而这却是琐碎无聊的；如果两个人说的都是些陈词烂调，如果他们的心并不在他们的谈话上，这种情况就发生了。这里我要补充一句，正如必须避免琐碎无聊的谈话一样，我们也必须避免不良的交往。所谓不良的交往，不仅是指与那些堕落的、毁人的人交往；人们应当避免与他们交往，因为他们的生活常规是有害的、令人沮丧的。不良的交往还指与那些行尸走肉者的交往、与那些虽生犹死者的交往、以及与那些无论其思想还是其谈吐皆琐碎无聊浅薄之至的人交往，这些人不是谈话，而是喋喋不休；不是思想，而是套用陈腐的观点。然而，不可能总能避免与这样的人交往，这甚至也是不必要的。一个人如果不搭理这种陈腐且琐碎的谈话方式，也不用同样陈腐且琐碎的方式答话，而是直截了当、极近人情地答话，那么他常常会发现这些人改变了他们的行为——这种改变常常是由意想不到的冲击造成惊人效果所导致的。

与他人交往中的集中，首先意味着能听。大多数人并不是真正在听其它人讲话，甚或给人出主意。他们既不严肃地对待他人的讲话，也不认真地对待他们自己的回答。结果，这种谈话使他们疲劳。他们为这样一种错觉所支配，即如果他们集中精力听人谈话，他们就会更加疲劳。但是，事实恰恰

相反。如果集中精力地行事，任何活动都使人更清醒（尽管自然的且是有益的疲劳会随之而来），而任何精力不集中的活动都使人昏昏欲睡，到夜晚却难以入眠。

精力集中，意味着完全生活在现在，生活在此时此地，当我正在做某件事情的时候，并不考虑下一件要做的事。勿用说，这种集中必须首先为互相爱恋着的人们所实践。他们必须学会互相亲近，而不应象大家习惯了的那样，以各种方式相互疏远。集中的实践在开始时是困难的；仿佛人们永远不会做到这一点。不需多说，这意味着必须耐心。如果不懂得做成每件事都需要一定的时间，而是想强迫快些完成，就确实不会做到精力集中，也不会在爱的艺术上获得成功。要想知道什么叫实践，只需看看孩子是怎样学走路的。孩子跌倒了，爬起来；又跌倒了，再爬起来；还是跌倒了……然而，那孩子还是继续努力，不断提高，直到有一天他学会了走路，不再跌倒了。一个成年人如果有孩子的耐心和集中，去追求对他来说是重要的东西，那么他能取得何等的成就啊！

如果一个人对自己不敏感，他就不能学会集中。这是什么意思呢？这是不是意味着人应该用全部时间考虑自己、“分析”自己，还是别的什么呢？如果我们谈论的是对一台机器敏感，那么解释这一点的含义并不怎么困难。例如，任何一个驾驶着汽车的人总对这辆车敏感。他会注意到细小的反常声音，因此而捕捉到马达上的微小变化。同样，驾驶员对道路表面的变化、前后车辆的移动也是敏感的。然而，他并不时时考虑所有的这些因素；他的思想处于一种放松的警觉状态，他精力集中地面对所有相关的变化，安全地驾驶着他的汽车。

如果我们观察一下对他人的敏感情况，我们就会发现，最

明显的例子是母亲对其婴儿的敏感和反应。在孩子身体上的变化、要求和焦虑还没表现出来以前，母亲就已经察觉到了这一切。孩子的哭声会使她惊醒，然而其它的即便是响得多的声音也不会吵醒她。所有这些，意味着她对孩子生命的表现是敏感的；她并不焦虑或担忧，但她处在一种警觉的平衡状态中，接收着来自孩子的任何有意义的信息。同样，人能对自己敏感。例如，人意识到一种疲劳或压抑的感觉，而人并不屈从这种感觉，或者用总在眼前的压抑思想助长这种感觉，相反，人们问自己：“出了什么事？”我为什么这么压抑？当人烦躁、生气、趋于幻想或其它躲避活动时，也会这样做。上述每一个例子的重要之处在于它告诉我们，只要意识到它们就行了，不要千篇一律合理地说明它们，而我们所能采用的也正是这种方法；而且，敞开胸怀，面对发自我们内心的声音，因为它会告诉我们——常常是相当迅速地——我们为什么焦虑、压抑和烦躁。

普通人对自己肉体的变化过程（乃至极细微的疼痛）有一种敏感；他能察觉到这些变化。这种肉体敏感性相对来说是很容易体验的，因为大多数人都会有一个身体健康时感觉如何的印象。而体验人的精神过程的敏感性就困难得多了，因为许多人从不知道什么样的人才是最理想的人。他们把父母和亲戚的心理机能，或者把他们降生于其中的那个社会群体的心理机能当作标准，只要他们与之没有不同，他们便感觉正常；而且没有什么兴趣去观察事物。例如，有许多人就从未见到过具有爱、或完整性、或勇气、或集中的人。很显然，为了对自己敏感，必须具有一个完全的、健康的人的形象，如果在幼年或后来的生活中从未有过这种形象，那么怎么能得到这种体验呢？当然，这个问题的回答并不简单，但是这

个问题暴露了我们教育制度中的一个重要因素。

当我们教授知识时，我们遗漏了教授对人的发展最重要的知识：一个成熟的、爱着的人的身教，这种教育只能是由这样一个人的在场才能实现。在我们自己的文化的最初年代，或者在中国和印度，最受人尊敬的人是那些具有突出的精神品质的人。乃至教师也不仅仅是信息的源泉，他的作用还在于传播某些人生态度。在当代资本主义社会——俄国共产主义也是如此——被提议作为钦佩和仿效对象的人可以是任何人，唯独不是具有精神品质意义的人。在公众眼里，给予一般人一种替代性满足感受的人才是本质上值得钦佩和仿效的人。电影明星、电台节目主持人、专栏作者、重要的企业家和政府首脑，这些都是仿效的模特。他们能起到这种作用的主要资格，常常是因为他们或多或少地与新闻有联系。然而，这种情况似乎并非完全没有指望。如果考虑到象阿尔伯特·史怀哲这样的人在美国也能成为著名人物这一事实；如果想到有可能使我们的年轻人熟悉活着的和历史上的伟大人物——这些人以其自身表明了，人作为人而不是哗众取宠者所能取得的成就；如果考虑到古往今来所有伟大的文学艺术作品，那么，似乎还有一个机会创造出完美的人的形象，以及对不良行为的敏感。如果我们不能始终保持一个成熟生命的形象，那么，我们确实面临着整个文化传统毁于一旦的可能性。这个传统的基础主要地不是在传递一定的知识，而是在传递一定的人的品格。如果后代人不再看到这些品格，那么，一个五千年的文化也将毁于一旦，即便它的知识传递下来并进一步得到发展。

至此，我已经讨论了实践任何一种艺术所需要做的事情。现在，我将讨论对爱的能力有特殊意义的那些特性。根据我

所说的关于爱的本质的那些话，实现爱的主要条件是克服人的自恋。自恋就是人当作真实去体验的东西只存在于他自身中，而外在世界的现象本身并不具有现实性，只是从它们有用的观点或对人构成危险的意义上才被体验。与自恋相对立的是客观性；这是一种按照其现实面目，客观地看待人和事物的能力，是能够把客观的图景和由欲望恐惧所构成的图景区别开的能力。精神变态的所有形式都显示出客观能力的匮乏达到了极端的程度。对于精神失常的人来说，唯一存在的现实是他心中的现实，是他的恐惧和欲求的现实。他把外部世界看作他内心世界的象征和他的创造物。当我们做梦时，情况也是如此。在梦里，我们制造事件、表演戏剧，这些都是我们的愿望和恐惧的表达（虽然有时也是我们的洞察力和判断力的表达），而且，当我们熟睡时，我们相信我们梦中的产物就象我们醒来所看见的现实一样真实。

神经失常者或做梦者完全没有对于外部世界的客观观点；但是我们所有人，都是或多或少的精神病患者，或者是或多或少的熟睡者；我们所有人都有非客观的世界观，这个世界被我们的自恋倾向所歪曲。我还需要举例子吗？任何人都能通过观察自己和邻居、阅读报纸发现例证。只是他们在对现实的自恋歪曲程度上有所差异而已。例如，一个女子打电话给医生说，当天下午她想去医生的办公室。医生回答说，他当天下午没有空，但是他能在第二天见她。她的回答是：不，医生，我的住地距离你的办公室仅有五分钟路程。她不能明白医生的解释。对于她来说，距离这么短并不能给医生匀出时间。她自恋地体验着这一情景：因为她有时间，所以医生也有了时间；对于她，唯一的现实是她自己。

不这么极端（或许只是不这么明显吧）的扭曲是在人际

关系间的扭曲，这种扭曲是很常见的。天下有多少父母是在体悟着甚或切身地关注着孩子的自我感觉和独自感受呢？他们不都常常是根据孩子对他们的顺从、给他们的快乐、给他们带来的荣耀等等来体会孩子的反应吗？天下又有多少丈夫不就因为从小对母亲的依恋致使他们把一切命令都看成是对他们自由的限制，从而总感到自己的妻子也有点盛气凌人吗？天下又有多少妻子因为她们的丈夫没有满足她们或许从孩提时期就已勾画出来的一个光辉骑士的幻象，从而总把他们的丈夫看成是窝囊废和傻瓜蛋呢？

对其它民族缺乏客观性的作法已是臭名昭著的了。每天，另一国家都被描写为堕落的、青面獠牙的怪物，而自己的国家则代表着真、善和高尚。所有的敌对行为都是由一个标准来判断的，即他人的每个行为都是由另一个人判断的。即便是敌对方面做了些好事，也被看成是邪恶的迹象，看成是用来欺骗我们，欺骗大家的；而我们做的坏事，由于它们服务于我们的崇高目的，也成了必要的、正义的事。确实，如果考察一下国与国之间的关系，以及人与人之间的关系，那么，我们就会得出这样一个结论，客观性是个例外，或高或低的自恋扭曲才是标准。

客观地思维的能力就是理性，理性背后的情感态度是谦卑。只有从幼稚的无所不知、无所不能的梦中醒来，只有达到一种谦卑的态度，客观地思维和运用理性才有可能。

就爱的艺术之实践的讨论而言，这意味着：爱依赖于相对的无自恋，它需要发展谦卑、客观性和理性。人的整个生命必须为此而努力。谦卑和客观性是不可分割的，就象爱是不可分割的一样。如果我不能客观地对待陌生人，我就不能真正客观地对待我的家庭，反之亦然。如果我想学会爱的艺

术，须力求在每种情况下都保持客观，从而敏感地对待我没有保持客观性的情况。我必须努力懂得，我的关于另一个人及其行为的印象，由于受到自恋倾向的扭曲，因而和那个人不受我的兴趣、需要和恐惧影响的现实存在是不同的。一旦获得客观性和理性的能力，就走完了精通爱的艺术之路的一半路程，但是，必须对每一个和我们发生关系的人都保持客观性和理性。如果某个人想把客观性只留给所爱的人，认为在他和世界其它的关系上能省却客观性的话，那么，他不久就会发现，他在两边都失败了。

爱的能力，依赖于人从自恋、从与母亲和氏族的乱伦性固恋中解脱出来的能力；依赖于生长的能力和发展一种我们与世界及我们与自己关系上的生产型倾向的能力。这种解脱、诞生、觉醒的过程，要求一种品质作为必要条件——信念。爱的艺术的实践是要求信念的实践。

什么是信念？难道信念必定是相信上帝、或相信宗教教义的问题吗？难道信念必然和理性、理性的思考相对立、相分离吗？甚至在开始理解信念问题时，人们就必须区分理性的信念和非理性的信念吗？我理解的非理性信念就是建立在屈从于非理性权威基础上的对某个人或某种思想的信仰。与此相反，理性信念则是根植于人对自己的思想或情感的体验的一种确信。理性信念主要的不是信仰什么，而是我们的确信具有的肯定性和必然性。信念与其说是一种特殊的信仰，不如说是一个充满完整人性的性格品质。

理性信念根植于生产型理智和情感的主动性。据说信念在理性思维中没有一席之地，但在实际上，理性信念是理性思维的一个重要的组成部分。例如，科学家是怎样得出新发现的呢？他是从一开始就实验接着实验，资料接着资料，而

对期望发现的东西没有一个预想吗？在任何领域，很少有真正的重要发现是靠这种方法得出的。当然，如果科学家只追踪一个幻想，那么他也不会得出重要的结果。在人类努力的任何领域，创造性思维的过程常常是可以称之为“理性的想象”开始的，这种想象本身就是在此之前的大量研究、反思和观察的结果。当科学家收集到足够的资料，或者演算出一个数学公式，使得他原有的想象似乎确实可信时，可以说他已得出一个暂定的假设。仔细地分析这个假设，以辨别其含意，并且大量收集证实资料，就可引出一个更充分的假设；最后，或许会得出其结论，产生出一个广泛适用的理论。

科学的历史充满着理性信念和真理想象的例子。哥白尼、开普勒、伽利略和牛顿，都是为一种不可动摇的理性信念所鼓舞。布鲁诺为此遭焚，斯宾诺莎为此被驱除出教会。从一个理性意象的形成，到一种理论的形成，每一步都要以信念作支撑；唯有有信念，才能把意象看作理论上可行的目标来追求；唯有有信念，才能把假设看作可能可信的设想；唯有有信念，才能最后得出理论，才能至少等到这种理论的有效性得到普遍认可。这种信念，根植于人自身的经验，根植于人对自身思考、观察和判断能力的信任。对于非理性信念，把一些东西当作真理接受，只是因为某个权威或大多数人这么说，而理性信念则根植于建立在自己的生产型观察和思考基础上的独立的确信，而不管大多数人的意见如何。

思想和判断并非只存在于显出理性信念的经验领域。在人际关系方面，信念也是任何有意义的友谊或爱的一个必不可少的特性。“相信”另一个人意味着确信他的基本态度、他的人格核心、他的爱的可靠性和不变性。这里，我不是指一个人不可以改变他的观点，而是指他的基本动力的始终如一；

例如，他对生命和人的尊严的尊重构成他自身的一部分，这一点是不会变化的。

同样，我们也相信我们自己。我们意识到在我们的人格中，存在着一个自我、一个核心，它是不可改变的，不管环境变迁、观点和情感上的一定变化，它坚持贯穿我们的生命。这个核心是“我”这个字背后的真实存在，我们对自己的实在的确信也正是建立在这个核心的基础之上。除非我们信任我们的自我的持续性，否则，我们的实在感就会受到威胁，这样，我们就得依赖其他人，把他们的认可看作是我们的实在感的基础。只有信任自己的人才会相信他人，因为只有他才能确信，他将一如既往，因此，他会在将来按照今天所期望的那样去感知和行动。信任自己是我们的承诺能力的一个条件；既然如同尼采所说，人可以界定为具有承诺能力，那么，信念就是人类存在的条件之一。谈到爱的问题，就是要信任自己的爱；相信自己的爱具有在他人身上产生爱的能力，并相信自己的爱的可靠性。

相信他人的另一含义是指我们相信其他人的潜在可能性。这种信念的最起码的形式是母亲对她的新生婴儿的信念：这个婴儿将活着、长大、走路和说话。然而，孩子在这方面的发展这样有规律，以致这种期望似乎并不需要信念。这和那些可能不发展的潜在可能性是有区别的，譬如：孩子的爱的潜在可能性、幸福的潜在可能性、运用其理智的潜在可能性，以及类似艺术才能这样的更为特殊的潜在可能性。它们是种子，如果给予适当的发展条件，就会生长，就会显现出来，如果没有这些条件，它们就被窒息而死了。

在这些条件里，最重要的条件之一是，在孩子生活中起重要作用的人要信任这些潜在的可能性。这种信念的存在，

使教育和控制之间产生了区别。教育就是帮助孩子实现他的潜在可能性^①。教育的对立面是控制，控制建立在对潜在可能性的发展缺乏信念的基础上，建立在确信只有成年人才能给孩子灌输好的东西、同时压抑似乎是不好的东西，孩子才能顺利成长的基础上。对机器人不需要有信念，因为机器人本来就没有生命。

信任他人的极点是信任人类。在西方世界，这一信念在宗教方面的表达就是犹太—基督教，在世俗领域，这一信念的最有力的表达是一百五十年来人道主义的政治和社会思想。象信任孩子一样，它建立在这样一种观念的基础上：给予了适当的条件，人类的潜在可能性将有能力建造一个由平等、正义和爱的原则所支配的社会秩序。人类尚未完成这样一种秩序的建造，因此，要确信人类能够做到这一点，就要求信念。但是，象所有的理性信念一样，这不是一厢情愿的思想，而是建立在人类过去的成就的基础上，建立在每个人内心体验的基础上，建立在理性和爱的体验的基础上。

非理性信念根植于对一种使人感到压倒一切的、强大的、无所不知、无所不能的权力的屈从，根植于对自己的权力和力量的放弃；而理性信念则建立在相反体验的基础上。我们对这个思想怀有信念，因为它是我们自己观察和思考的结果。我们信任自己的、其他人的以及整个人类的潜在可能性，因为，而且只是因为具有自己的潜在可能性生长的体验，我们具有自己的潜在可能性生长的现实，以及自己的理性和爱的力量的体验。理性信念的基础是生产性，我们怀有信念

^①教育一词的词根是 e—ducere，照其字面意义是指使某种潜在的事物显现出来或诱发出来。

地生活，意味着生产性地生活。那么，信仰权力（在统治的意义上）和使用权力就是信念的反面。相信现存的权力，就是不相信目前尚未实现的潜在可能性的生长。它是仅以明了的现实为基础的对未来的预言；但是，未来会证明它是一个重大的估计错误。非理性信念深深地忽略了人的潜在可能性和人的成长。对于权力，没有理性信念可言，只有对权力的屈从；对那些持有权力的人，只有保持它的希望。尽管对许多人来说，权力似乎是世上最真实的东西，但人类的历史却已证明，在人类所有的成就中，它是最不稳定的。由于事实上的信念和权力是互相排斥的，因而所有原先建立在理性信念基础上的宗教和政治制度，如果它们依靠权力或与权力结盟的话，它们就会腐败，最终会失去它们具有的力量。

信念需要勇气，也就是需要冒风险的能力和承受痛苦和失望的意愿。任何一个以保险和安全为生命之首要条件的人，都不可能有信念；任何一个把自己锁在保险柜里，依靠远离他人、独自占有以保证其安全的人，只会使自己成为一个囚徒。爱和被爱，都需要勇气，需要有勇气去选择那些可以作为最高关注对象的价值，需要有勇气做出决断，把全部赌注押在这些价值上。

这种勇气和臭名远扬的吹牛大王墨索里尼所说的勇气是很不一样的。墨索里尼叫喊过这样的口号：“提着脑袋活着！”他的这种勇气是虚无主义的勇气。这种勇气根植于一种对生命的破坏性态度：因为没有能力爱生命，所以愿意抛弃生命。这种绝望的勇气是爱的勇气的对立面，正象权力的信念是生命的信念的对立面一样。

信念和勇气可以实践吗？当然可以。信念时时都能实践。养育孩子需要信念；入睡需要信念；开始工作也需要信念。

而且，我们都已习惯于这样一种信念。无论何人，没有这种信念，就会对孩子过分地焦虑，就会失眠，就无法从事任何生产性工作；或者由于抑制自己与他人的接近而变得多疑，甚至染上疑心病，或者不能做出任何长远打算。坚持自己对某人的判断，即便舆论或某些意想不到的事实似乎与之相反；坚持自己所确信的观念，尽管大家都不这样认为；所有这一切，都需要信念和勇气。承担起生活中的困难、障碍和悲哀，把它们看作一种挑战，战胜它们将使我们更加强壮，而不要把它们看作不公正的惩罚，抱怨它们不该落在我们头上，要做到这一点，也需要信念和勇气。

信念和勇气的实践，要从日常生活中的微小细节开始。首先要注意到何时何地自己失去了信念，然后再深入想想自己当时是怎样找出理由来掩饰这种丧失了信念的行为的；同样，要先认识到何时何处自己胆怯如鼠地行事过，然后再反省自己是怎样为这种行径找到理由，使其合理化的。要认识到，每一次对信念的背叛都会使人变得更加软弱，而加重的软弱又会导致新的背叛，如此反复，构成恶性循环。然后，你就会认识到，当你意识到害怕自己没有被爱时，实际上，真正的担忧——尽管常常是无意识的——却是对于去爱的恐惧，是害怕自己去爱。爱意味着在没有任何担保的情况下把自己承诺出去，把自己完全地给予出去，希望着我们的爱将在所爱的人身上产生出爱。爱是一种信念的行为，任何少有信念的人，也很少会有爱。还能多说说信念的实践吗？其他人也许能；如果我是个诗人或传道士，我也许会试试。不过，既然我不是诗人，也不是传道士，因此我甚至连试也不能试了，但是我确信，任何一个真正关心信念的人，一定能够学会有信念，就象一个孩子能学会走路一样。

对于爱的艺术之实践，还有一种必不可少的态度，前面，我们只是含蓄地提到过这种态度，现在，它应该得到明确的讨论。前面我已说过，能动性，并不意味着“做点事”，而是指一种内心的活动，一种对自身能力的生产性运用。爱是一种能动性或主动行为；如果我爱，那么我就处于一种主动地关心所爱者的常态中，不过，不仅仅是关心他或她。如果我懒惰，如果我不是处在一种意识、警觉、主动的常态中，那么我就不能主动地把自己与所爱者联系在一起。睡觉是非能动性的唯一的本来状态；懒惰在清醒的状态中是没有地盘的。今天，有很多很多人都处在自相矛盾、啼笑皆非的情况下：当他们醒着的时候，他们却半睡着，而当他们睡着的时候，甚至在他们想睡的时候，他们却又半醒着。只有完全的清醒才能不厌烦或不使人厌烦，而的确，不感到厌烦或不使人厌烦是爱的主要条件之一。从早到晚，始终保持思想和情感的主动活动，保持眼睛和耳朵的主动活动，避免内心的懒惰（不管这种懒惰以什么样的形式出现：接受、藏在心里不说不做、或者干脆虚掷时光），做到这些，对于爱的艺术之实践，是必不可少的条件。以为人能把生活分割开来：在爱的领域内是生产型的，在所有其它领域内则是非生产型的，这只是一种幻想而已。生产性不允许这样的劳动分工。爱的能力要求一种敏感、清醒、增强生命活力的状态，这种状态只能是在生活的其它许多领域内同样具有这种生产型和主动的倾向之结果。如果一个人在其它许多方面不是生产性的，那么，他在爱的方面也不会是生产性的。

爱的艺术的讨论，不能局限在个人怎样获得和发展本章所描述的那些特征和属性上。它还和社会不可分割地联系在一起。如果爱意味着对每个人都持有一种爱的态度，如果爱

是一种性格特征，那么，爱就不仅必然存在于一个人与其家庭以及朋友的关系中，而且必然存在于他与所有在工作、事业或职业中有所接触的人的关系中。在对自己的爱和对陌生人的爱之间，不存在这样一种“劳动分工”。相反，对陌生人的爱的存在正是对自己的爱的存在之条件。如果一个人采取了这样一种见解，那么，这确实意味着在他所习惯的社会关系中，发生了一个相当剧烈的变化。爱邻居这种宗教思想对于大多数人来说，只不过是嘴上说说而已，实际上（而且还是在最好的情况下）它是由公平的原则决定的。公平，意味着在商品交换、服务交换中，在情感的交换中，不使用欺骗和诡计。“你给我多少，我给你多少，”这是资本主义社会中盛行的道德公理，不管给的是物质商品还是爱。甚至可以说，公平伦理的发展是资本主义社会对伦理的特殊贡献。

产生这一事实的原因在于资本主义社会的本性。在前资本主义社会里，物质交换或是由直接的武力、由传统、由爱或友谊的契约所决定的。在资本主义社会，决定一切的因素是市场交换。商品市场也好，劳动力市场也好，甚至服务市场也一样，每一个人都在市场条件下，为买而卖，毫不使用武力或欺骗。

公平伦理很容易与《圣经》中的待人原则“黄金处世律”相混淆。“你要人家怎样待你，你也要怎样待人”这一公理，可以解释为“你和别人交换时要公平”。但实际上，这句话在最初只是《圣经》中“爱你的邻居，就象爱你自己一样”这句话的一个更为流行的说法。的确，犹太—基督教中关于胞爱的伦理规范与公平伦理是完全不同的。爱你的邻居，意味着感到对他负有责任，你和他是一个人。而公平伦理意味的不是感到有责任，不是感到你和他是一个人，而是感到疏

远和分离，它意味着尊重你的邻居的权力，但不是爱他。黄金处世律在今天成为最流行的宗教公理，并非偶然；由于它能以公平伦理的术语加以解释，因此它成为唯一的一个人人都能理解、并且人人都愿意实践的宗教公理。但是，爱的实践必须从认识公平和爱的区别开始。

然而这里，一个重要问题产生了。如果我们的整个社会和经济组织建立在每个人都寻求他自身利益的基础上，如果它只是由掺和了公平的伦理原则的利己主义原则所支配，那么，一个人如何能够一边做着买卖，在现存社会的体制中行事，而同时又实践爱呢？难道实践爱不正是意味着放弃自己的全部物质关注，过一种最贫困的生活吗？这个问题已由基督教的教士以及象托尔斯泰、阿尔伯特·史怀哲和西蒙娜·维尔这样的人以一种激进的方式提出来并加以回答了。还有其它一些人^①也同意这样的观点，即在我们的社会里，爱和正常的世俗生活是格格不入的。他们得出的结论是，在今天说到爱，只不过意味着参与到一个总的欺骗中；他们声称，在当今世界里，只有一个殉教者或一个疯子才能爱，因此，关于爱的所有讨论，只不过是说教而已。这种可尊可敬的观点，用来为大儒主义或玩世不恭的态度寻找其合理化的根据倒是很现成。实际上，一般人感到“我很想做一个好基督徒，不过，如果我真是这样做了，那么我就要饿肚皮了”，说的就是这个意思。这种“激进主义”导致道德上的虚无主义。

“激进的思想家”和“一般人都是不会爱的机械般的人”，两者间的区别只是，当着前者知道它并认识到这个事实的“历史必然性”时，后者还没有意识到它。

^① 参较赫伯特·马尔库塞文《精神分析修正主义的社会含义》。纽约1955年版。

而我则确信：爱和所谓“正常”生活的绝对不相容性只在抽象的意义上是正确的。资本主义社会的基本原则的确和爱的原则是不相容的。但是，具体地看待现代社会，就会发现它是一种复杂的现象。例如，一种没有用途的商品的推销员，不说谎就不能取得经济效益；而一个技术工人、一位化学家或者一个物理学家却能够做到这一点。同样，一个农夫、一个工人、一名教师以及各种各样的实业家，都能在不停止获取经济效益的情况下实践爱。即便是某人认识到资本主义的原则与爱的原则格格不入，但是，他也必须承认，“资本主义”自身是一个复杂的不断变化的结构，它依然允许大量的不顺从和大量的个人自由的存在。

然而，我并不希望这种说法含有这样的意思：我们可以一边期望现存的社会制度无限地继续下去，同时又希望胞爱的理想能够实现。在现存的制度下，能够爱人们的，必然是与众不同的人；在今天的西方社会，爱必然是一个非常的现象。这并非完全是因为许多职业不容许爱的态度，而是因为对于一个以产量为中心、贪欲商品的社会精神来说，只有不顺从这种精神的人才能洁身自好，出污泥而不染。因而，那些真正认为爱是对人类存在问题的唯一合理答案的人必然要得出这样的结论：如果爱要成为一种社会的、而非高度个人化的、凑凑合合可有可无的现象，那么，就必须对我们的社会结构作一番重要的剧烈的变革。这种变革的方向，在本书的范围内，只能稍作提示^①。我们的社会是由管理官僚、职业政治家们所操纵的；人们以所谓“批量建议”为动力，他们的

^①在《健全的社会》一书里，我力图详细地讨论这个问题。《健全的社会》纽约1955年版。

目标是，生产多少，消费多少，并且只是这个目的。所有的主动活动，对经济目标来说，都是次要的，手段变成了目的；人是一个机器般的人——吃得好，穿得好，但是毫不关心只有他才有的、同时也是只有他才能关心的人的属性 and 作用。如果要人能够去爱，那么，他就必须被摆到至高无上的地位。经济机器必须服务于他，而不是他服务于机器。他必须能够分享经验、分享工作，而不是充其量只分享盈利。社会必须以这样的方式加以组织：在这样的社会里，人的社会的爱的本性不是与他的社会存在相分离，而是与其社会存在结合成一体。如果，象我已经力图说明的那样，爱，真的是对人类存在问题的唯一合理、唯一令人满意的回答，那么，任何相对的排斥爱的发展的社会，从长远的观点看，都必将腐烂、枯萎、最后毁灭于对人类本性的基本要求的否定。的确，谈论爱不是“说教”，其理由很简单，因为谈论爱意味着谈论每个人终极的真正的需要。这种需要晦暗不清，但并不意味着它不存在。分析爱的本质正是要发现爱在今天的普遍匮乏，正是要批判应对此负责的社会条件。相信爱可以成为一种社会的，而不只是例外的个别现象，正是建立在洞察人类本性基础上的理性信念。