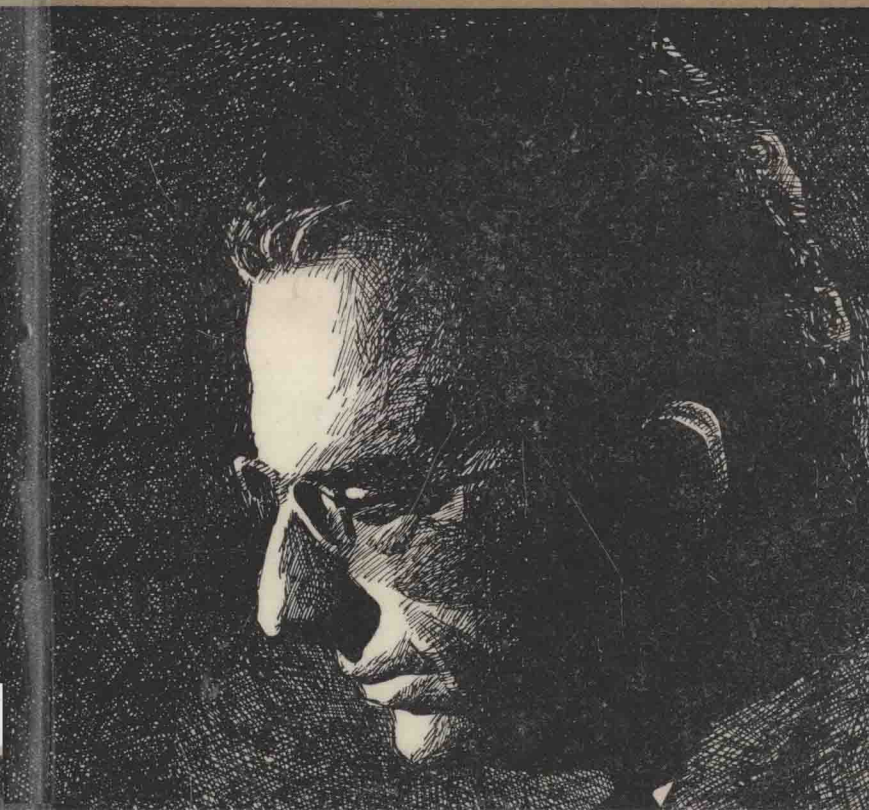


写作参考系列之四

# 逃避自由

E·佛洛姆

## 写作参考



写作参考系列之二

# 逃避自由

(内部参考资料)

上海文学杂志社

写作参考系列之二

逃 避 自 由

弗 洛 姆

上海文学杂志社出版发行

上海译文印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 95千字

1986年10月第1版 1986年10月第1次印刷

沪内刊登登记证 177

工本费 1.00元

## 前 言

“逃避自由”这本书，在欧美是一本非常畅销的书。到目前，已再版了二十四次以上。这是由于本书所讨论的主题，是二十世纪最重要的问题之一——“人类的自由”，以及由于本书作者佛洛姆立论的严谨、生动和深刻。

佛洛姆是当代心理学权威，他出生于一九〇〇年，原籍是德国法兰克福，曾经先后在海德堡大学、法兰克福大学，和慕尼黑大学研究社会学。一九二二年在海德堡大学得到博士学位。其后，专攻心理分析学，并以心理分析学说，来研究文化与社会等问题。一九三二年，佛氏赴美，以客座教授名义执教芝加哥心理分析学院。随后，即定居美国，并且改入美国籍，先后执教于华盛顿心理学院、纽约科学学院，且为国家心理分析学会的会员。佛洛姆著有丰富而精辟的著作。最畅销的书，除了《逃避自由》外，还有：《爱的艺术》、《自我的追寻》、《健全的社会》、《心理分析与宗教》、《禅与心理分析》、《佛洛伊德的使命》等。

佛洛姆从心理学的角度，来研究自由的问题，他以佛洛伊德的“性本能冲动”作为出发点，并进而考虑到社会人群关系中所形成的冲动和欲求。藉着这样做，他超越了佛洛伊德用性来概括一切的“泛性主义”。佛洛姆沉痛地指出，现代有关自由的问题，不仅仅是因为自由遭到机械主

义，或集权主义的压力，而且是因为人类根本想逃避自由，放弃自由。

佛洛姆认为，自由固然是心理上的问题，但和社会与经济，也有不可分的关系。因此，他在处理自由这一问题时，也不厌其烦地分析了文艺复兴时期，及宗教改革时期的社会背景与经济环境，使读者可以很清楚地瞭解了“自由”之所以成为“逃避对象”的基本原因。我一向认为，对一个研究社会问题的人而言，想找出社会问题产生的原因，并不是件最困难的事。最困难的该是：在找出问题产生的原因后，应如何解决问题，佛洛姆写的“逃避自由”之所以有价值，不在于它消极地指出“人为什么要逃避自由”，而在于给读者提供了建设性积极的答案：佛洛姆认为真正的自由必须建筑在“自发的爱和工作”上。

同时，佛洛姆在本书中，还提出了一项极饶趣味的假说，他认为推动历史的力量是“社会人格”。关于这一点，他在本书附录“人格与社会发展过程”中曾作详细说明。

这本书不仅是为心理学家、心理社会学家或精神分析学家而写的著作，而是诉诸智识人全体的文明批评的书。那是直接面对着现代的问题，如何使整个人类的迷失和不知所措的现代人救赎问题与文化颓势挽救过来。

# 目 录

## 前 言

- 第一章 个人之出现与自由之暧昧…………… (1)
- 第二章 宗教改革时期之自由…………… (15)
- 一、中世纪的背景及文艺复兴运动…………… (15)
- 二、宗教改革时期…………… (33)
- 第三章 现代人的两种自由观念…………… (62)
- 第四章 逃避的心理机构…………… (76)
- 一、极权主义…………… (79)
- 二、破坏性…………… (97)
- 三、舍己的自动适应…………… (99)
- 第五章 自由与民主…………… (108)
- 一、个人人格的幻觉…………… (108)
- 二、自由与自发…………… (119)
- 附录：人格与社会发展过程…………… (134)

# 第一章 个人之出现 与自由之暧昧

在我们讨论主题——自由对现代人的意义，及现代人为什么和如何试图逃避自由——之前，我们必须首先讨论一个似乎可能已不存在的概念。然而，讨论这个概念却是想要了解现代社会中之自由，所必需的一个前提。这个概念就是认为，自由是表示人类存在的一个特征，以及人类之发现其为一个独立而个别的生物的程度不一，而自由的意义则视此种发现的程度而改变。

当人类从与自然界同一的状态中觉醒过来，发现他是一个与周遭大自然及人们分离的个体时，人类社会史于是开始了。然而，在历史的漫长时间中，这种觉醒一直是隐晦不显的。个人仍继续与大自然及社会，有着密切的关系；虽然他已部分地发觉，他是一个单独的个体，但是他还依然觉得，他是周遭世界的一部分。这种个人日渐脱离原始关系的“脱颖”过程——我们可称此过程为“个人化”——在宗教改革到目前这数百年当代历史中，已达到其顶峰状态。

在个人的生命史中，我们也发现这种同样的过程。一个婴儿脱离母胎，呱呱坠地，成为一个独立的生物个体。虽然这种生物的分离，是个人存在的开始，但是在功能上，

婴孩仍与母亲连系在一起，经过一段相当长的时期。

只要个人尚未完全割断这个把他与外界联接在一起的“脐带”，他便没有自由；但是这些关连予他安全感，和一种相与感，及一种附着感。笔者欲称此种关连为“原始关系”，因为在个人化过程导致个人完全“脱颯”之前，这种关系便已存在。这些关系是正常人性发展的一部分，就此意义而言，这种关系是有机体的；这些关系所隐含的意义表示个人没有地位，而且表示给予个人安全及指导个人的生活方向。这些关系把婴孩与母亲，把原始社会的人与其家族及自然，或者把中古时代的人与教会及其社会阶级，连接在一起。一旦达到了完全个人化的阶段，以及个人解脱这些原始关系时，个人又遭遇到一项新工作，就是：如何在这个世界中有所作为及生根，以及用什么其它方法来寻求安全。这时，自由的意义便不同于在达到此演化阶段前的自由的意义。走笔至此，须作一停顿。笔者认为应就个人与社会的演变，更具体地讨论这些概念，以便澄清这些概念。

这种由胎儿变为一个“人”的突然转变，以及这种切断脐带的行为，就是个人脱离母体而独立的分界。但是，就两个身体的分离这一浅薄意义而言，这种独立才能算是真的独立。就功能的意义而言，婴孩仍然是母亲的一部分。婴孩仍须由母亲喂养，携带及照顾。慢慢地，婴孩开始知道，母亲及其他目的物是与他本身分离的个体，在这个演化的过程中，有一个因素是婴孩神经及一般身体的发展，亦就是婴儿抓握目的物及控制目的物的能力。婴儿透过自



己的行为，感到外面的世界。教育的过程促进了个人化的过程。这个过程带来很多挫折与禁令，这时，个人所遇到的不是慈爱的母亲，而是具有不同目的的人，且这些目的常与孩童的希望是冲突的，不仅如此，他所遇到的人通常是存有敌意和危险的人物。(原注：笔者须在此指出，本能的挫折，就其本身而言，并不会引起敌意。扩张性的挫折，孩童企图表现自己而遭到打击，以及父母所表现出的敌意——简言之，就是压抑的气氛——这些才使得孩童产生一种没有权力的感觉，而敌意便由此种感觉油然而生。)这种敌意是教育过程的一部分，但决不是全部，在区分“我”与“你”的过程中是一重要因素。

婴孩生下数个月后，才能辨识其他的人，才能够微笑，过了数年之后，才不会把自己与宇宙混为一谈。(参考 Tean Piaget 著：THE MORAL JUDGEMENT OF THE CHILD)直到这时为止，孩童显示出一种特殊的自我中心，这种自我中心是只有孩童才有的，它并不排除对他人的喜爱与感到兴趣，因为，他还未曾真正地感觉到“他人”是与自己分离的个体。同样地，在最初这几年中，孩童之依赖权威，也不同于以后之依赖权威。因为在孩童心目中父母——或任何其他权威——还不是一个完全分离的个体，他们是孩童的宇宙中的一部分，而这个宇宙还仍旧是孩童的一部分；因此，服从他们与一旦两个人已变得真正分离时的那种服从，在性质上是不同的。

休斯 (Rupert Hughes 美国小说家) 在“牙买加的强风”一书中，曾生动地描写出一个十岁小孩，突然发现她是个

“人”的经过情形：

“然后，一件相当重要的事情突然发生在艾蜜丽的身上。她突然地发现她是谁了。这是毫无理由来解释的，为什么早五年，或甚至于五年后，这件事不会发生在她身上，而偏偏就在这个下午，这件事发生了。她正在船头起锚机的后面(她把一个挂钩放在起锚机上，当作门环)的角落里玩住家家的游戏；玩腻了，便漫无目的地走到船尾，一边胡思乱想到蜜蜂和仙女，这时，一个念头突然闪入脑海，想到：她就是“她”。她一动不动地停下脚步，开始观察她的身体。她不能看到身体的全部，只能看到她的上身的正面，她的双手——她把双手抬起来，仔细地观察；但是，这已足够使她对她那突然发现是属于她的身体，有一概略的认识。

“她开始相当嘲弄地大笑。她想：“哈！真想不到，在所有的人中，你偏偏要长成这个模样！——现在，你不能摆脱这个模样了，但是，这不会很久的：你会由小孩子，变成大人，再变得老态龙钟，然后你就不会玩这个鬼把戏了！”

“为了想要避免任何人打扰此一最重要的时刻，她开始攀登索梯，想要爬到桅顶上的高架上。每一次，当她挪动一只手臂或一条腿时，都会使她觉得新鲜而惊讶地发现，手臂和腿是那么随心所欲地服从她。当然，记忆告诉她，以前手臂和腿一向是这样做的，但是，以前她从未发觉这是多么令人惊异的。坐在高架上，她开始极端小心地检查双手的皮肤。因为这是属于她的。她把上衣脱下一点，露

出肩膀来，看看在衣服里，她的确仍然是存在的，然后，又把肩耸起来，触到她的腮帮子。温暖的肩膀接触到她的面颊，给予她一种舒服战栗的快感，就像某位好友的爱抚一样。但是，没有一位精神分析家能告诉她，这种感觉是经由她的面颊，还是经由她的肩膀，传达到她的心房，也不能分别，那一个是爱抚者和那一个是被爱抚者。

“当一旦完全深信这项惊人的事实，即是：如今她是艾蜜丽时（至于她为什么一定要说“现在”，连她自己也不知道，因为，她以前从未曾幻想过，转生为另外一个人。）她开始严肃地揣测这项事实的涵意。”

孩童年岁月增，脱离“原始关系”的程度也越大，于是，便越加渴望自由与独立。但是，如果我们了解在此日益个人化的过程中的辩证特质，才能充分地明白这种渴望自由与独立的因果关系。

这个过程分为两方面，一方面是，孩童在身体、情绪与精神方面日益强壮。同时，身体、情绪及精神各方面的功能也日益统一。于是，一个由个人意志及理性引导的，有组织的构造在日渐地发展着。如果我们把人格的这个有组织而完整的整体，称作“自我”（Self），我们也可以说：“个人化的成长过程的一面，就是自我实力（Self-strength）的成长”。个人的条件及社会的环境限制了个人化的成长。而社会环境的限制尤为主要，因为，在这方面，个人之间的差异虽然很大，但是，每一个社会只能达到某一程度的个人化，一般的人不能超越这个程度。

个人化的过程的另一方面，就是“日益的孤独”。“原始

关系”给予安全感，并把个人与外界做基本的联系。孩童从世界“脱颀”而出，发觉他是孤独的，是一个与他人绝休戚的个体。这种与世界——这个世界与其个人比较起来，是强而有力的，而且常常是具有威胁性和危险的——分离的状态，产生一种无权力和焦虑的感觉。只要一个人是此世界的完整的一部分，只要他没有觉察到个人行为的可能性与责任，那么他便不必害怕这个世界。当一个人已成为一个独立的整体时，他便觉得孑然孤立而面对着一个充满危险的世界。

这时，便产生了想要放弃其个人独立的冲动，想要把自己完全隐没在外界中，藉以克服孤独及无权力的感觉。然而，这些冲动及由此冲动而产生的新的关系，与在成长过程中所切断的关系，是不一样的。正如同孩童不能重新投入母胎中的情形一样，在心理上，他也不能倒转个人化的过程。如果想要这样做，就必须采取“服从”的态度，但是，在服从的过程中，权威与服从此权威的孩童之间的基本矛盾还是未曾消除的。在意识上，这个孩童可能觉得安全与满足，但是，下意识地，他发现，他所付的代价是放弃自己的力量及完整性。因此，服从的结果与当初想要服从的目的正好相反：服从增加了儿童的不安全感同时，产生了敌意与反抗，而这种反抗是更令人惊吓的，因为反抗的对象正是儿童所依赖的人。

然而，服从并不是避免孤独与焦虑的唯一方法。另外一种方法，也是唯一一种有创造性的，结果不是导致无法解决的冲突的方法，就是与人类及自然，自动自发地建立

关系，这种关系是在不否定个人的情况下，把个人与世界联系起来。这种关系——其最极致的表现就是爱与创造性的工作——固着于整个人格的完整性与力量中，因此，所受的唯一限制，就是自我成长过程中的那些限制。

个人化过程中可能产生的两种结果便是服从与自发的活动，关于这二者的问题，在以后还要更详细地讨论；现在，笔者想要讨论一个普遍的原则，就是从个人化的过程中，及个人日渐获得自由的过程中，所产生的辩证过程。一方面，儿童变得日益自由，可以发展和表现自我，而不受原来约束他的那些关系的妨碍。可是在另一方面，儿童也日益地脱离了给他安全与保障的那个世界。个人化的过程虽然是其个人人格日增力量及日渐完整的一个过程，但同时，也是一种过程，在这种过程中，失去了当初与他人无分彼我的同一性，儿童日渐与他们分离。这种日渐分离的情形可能产生一种孤立状态，从而产生凄凉之感，和造成强烈的焦虑与不安。如果儿童能发展内在的力量及生产力，这种日渐分离的情形也可以产生一种新的接近他人的情况，因为，内在的力量与生产力是与外界建立此种新的关系的前提。

如果自我的成长能与这种分离及个人化的过程配合发展，那么儿童的发展将会是谐和的。然而，这是不可能的事。当个人化的过程自动地发生时，由于许多个人的及社会的因素，自我的成长受到了妨碍。这两种趋势之间的差距，产生了无法忍受的孤立与无权力的感觉，这种感觉又导致精神的机构 (Psychic mechanisms)，以后，笔者把它称

作“逃避的机构”(mechanisms of escape)。

在动植物种类演化史上，人类历史也可说是日渐个人化及日渐获得自由的一个过程。当人类试图摆脱强制性本能时，便开始脱离人类以前的阶段。如果我们能够本能地了解一种特殊的行为方式——这种行为方式由遗传的神经构造来决定——我们便可以在动物界方面，观察到一种显明的趋势。就发展的程度而言，越是低等的动物，越能适应大自然，其活动也越受本能及反射行为机构的控制。某些昆虫的社会组织完全是由本能所造成的。在另一方面，发展程度越高的动物，于初生的时候，其行为方式越有伸缩性，同时其结构的调整也越不完全。人类的这种发展达到了其巅峰状态。初生的时候，人类是所有动物中最不能自立的。人类之适应自然，主要是靠学习的过程，而不是靠本能的决定。“在高等动物，尤其是在人类方面，本能若不是一个日益消失的，也是一个日益萎缩的东西。”(L. Bernard; Instinct, Holt & Co., New York, 1924, p. 509)

当本能之无法固定行为超过某一程度时，当对自然的适应丧失其强迫性的特征时，当遗传的天赋机构不再能固定行为的方式(way to act)时，遂出现“人类”。换句话说，“人类的存在与自由，从开始起便是不可分的。”在这里，笔者所指的自由，不是就“有自由做什么”的积极意义而言，而是就“解脱什么”的消极意义而言，质言之，就是“解脱”本能的约束，也就是说，本能不再决定人的行为。

就上述所讨论的意义而言，自由诚然是意义暧昧的。人类初生时没有动物所具有的那种本能，可以做出适当的

行为；人类依靠父母之期间，较任何动物都长，而他对环境的反应，不及自动调整的本能行为那么迅速和有效。于是，人类没有这种本能的能力，他可能因而要遇到许多危险及恐惧。然而，就是人类的这种不能自立的现象，才使得人类得以发展；“人类生物的弱点，就是人类文化的条件。”

人类从有生命开始，就必须对各种不同的行为方式(Courses of action)做一抉择。在动物方面，从某一种刺激(例如饥饿)开始，到满足因这种刺激而发生的紧张(这几乎是完全固定的一种行为方式)为止，这是一连串不间断的反应。在人类方面，这一连串的反应便受到妨碍。这种刺激还是有的，但是满足的方式却是“取舍自由的”，这就是说，他必须在许多行为方式中，做一取舍。人类并非只能从事某一先决的本能行为，而必须在脑海中斟酌许多可能的行为方式；人类开始思想。他对于自然，由纯粹的被动适应，变为主动的适应；他可以有所创作。他发明了工具，藉以支配大自然，他日益地脱离大自然。他开始朦胧地发觉自己——或者说，发觉他的团体——与大自然不是同一的。他渐渐也明白，他的命运是悲剧性的：既是自然的一部，又要超越自然。他开始发觉，死亡是他的最后命运，虽然他试图以各种幻想，来否认这项事实。

在圣经中有一段叙述人类被撵出天堂的神话，这段神话很明显地说明了人与自由间的这种基本关系。

这段神话认为人类历史的开始与一项选择行为是同时发生的，但是它强调的是这个首次自由行为的罪恶及因此罪恶而产生的痛苦。在“伊甸园”中，男人与女人，人与自

然，和谐地相处在一起。那里一片安宁和平，也不必工作。在那里，没有选择，没有自由，也没有思想。男人不得吃智果。他违反了上帝的命令，他突破了与自然合而为一的谐和状态。从代表权威的教会的观点而言，这是本质上的罪恶。然而，从人类的观点来看，这是人类自由的开始。反抗上帝的命令表示使自己从高压强制中解脱出来，表示由无意识的人类史前生活，升华到人的程度、反抗权威的命令——犯了罪——就其积极的人性一面而言，是第一项自由行为，质言之，就是第一项“人”的行为。在圣经的这段神话中，就其正面而言，人所犯的罪是吃了智果。作为一项自由的行为而言，这种反抗的行为则是理性的肇始。这段神话还谈到此首次自由行为的其它后果。人与自然之间原有谐和状态破裂了。上帝宣告男人与女人之间的战争，及自然与人之间的战争。人脱离了自然，由于变成了一个“个人”，而朝着做人的方向，迈进了第一步。他已做出了首次的自由行为。这段神话强调这次行为所导致的痛苦。由于想超越自然，想脱离自然及其他的人类。使他裸露，使他觉得羞耻。他是孤独而自由的，但也是无权力和恐惧的。新获得的自由显然象是一个天罚；他脱离天堂的可爱的枷锁，获得了自由，但是他却不能自由地去管理自己，去实现他的“个人人格”。

“解脱”与积极的自由，亦即“自由而为”是不一样的。人之脱离自然乃是一项漫长而延续的过程；大体而言，他多少仍与他已脱离的世界维持关连；他仍是自然的一部分——他居住的土地，以及那日、月、星辰，还有那树木与



花草，动物与人群，都和他有着关系。原始的宗教证明人之与自然为一体的想法。有生命的和无生命的自然，是他的人性世界的一部分，换言之，他仍是自然世界的一部分。

这种原始关系阻止了人类的充分发展人性；这些原始关系阻止了人类理性与批评能力的发展，这些原始关系使人们只有透过家族，社会或宗教的社会的媒介，才能发现自己和他人，而不能以人的身分，来发觉自己和他人。换言之，这些原始的关系妨碍了人的发展，使他不能像一个自由、自决而有生产性的个人般的发展。但是，这不过是就一方面而言，就另一方面而言，这种与自然、家族、宗教的同一性，使个人有安全感。他属于而且根深蒂固地生活在一个有组织的整体中，在这个整体中，他拥有一个无可怀疑的位置。他可能受到饥饿或压迫的痛苦，但是，他不会受到所有痛苦中最痛苦的一种——那就是全然的孤独与怀疑。

我们看到，人类日渐获得自由的过程，与个人生长的过程，有着相似的辩证性质。一方面，这是日益增长力量与统一的过程，这是日益可以控制自然，增长理智，日渐与其他人类团结的过程。在另一方面，这种日益个人化的过程，却意味着日渐的孤独、不安全，和日益怀疑他在宇宙中的地位，生命的意义，以及日益感到自己的无权力及不重要。

如果人类发展的过程是谐和的，如果这个过程是按着某一计划而进行的，那么此种发展的双方面——日益增长力量及日益个人化——就会完全地平衡。但是，事实上；