

Man for Himself

Erich Fromm



译文心理

自我的追寻

[美]艾·弗洛姆 著 | 孙石 译

上海译文出版社

自我的追寻

〔美〕艾·弗洛姆 著

孙石 译

图书在版编目(CIP)数据

自我的追寻 / [美] 弗洛姆(Fromm, E.)著;孙石译.

—上海:上海译文出版社,2013.3

书名原文: Man for Himself

ISBN 978-7-5327-5901-9

I. ①自… II. ①弗… ②孙… III. ①个性心理学—
通俗读物 IV. ①B848-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 137912 号

Erich Fromm

MAN FOR HIMSELF

Henry Holt & Company, LLC.

Copyright © 1947 by Erich Fromm

All rights reserved

本书中文译文由台湾志文出版社授权使用

图字: 09-2010-591 号

自我的追寻

[美] 艾·弗洛姆 著 孙石 译

责任编辑/张吉人 装帧设计/未氓设计工作室

上海世纪出版股份有限公司

上海译文出版社出版

网址: www.yiwen.com.cn

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc

上海颀辉印刷厂印刷

开本 890×1240 1/32 印张 7.25 插页 2 字数 133,000

2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷

印数: 0,001-7,000 册

ISBN 978-7-5327-5901-9/B·350

定价: 30.00 元

本书中文简体字专有出版权归本社独家所有,非经本社同意不得转载、摘编或复制
本书如有质量问题,请与承印厂质量科联系。T: 021-57602918

前 言

本书在许多方面都可以说是《逃避自由》（*Escape from Freedom*）的续篇。在《逃避自由》一书里，我就现代人如何逃避自己和逃避其自由加以分析；在本书里，我则讨论为实现人的自我和潜能所涉及的伦理规范及价值问题。因此，本书内容难免须重新提出《逃避自由》一书中所陈述的某些观念，这方面我虽然已尽量予以扼要讨论，但无法完全剔除已经提过的一些重要观念。在“人性与性格”一章里，我提出的“人格学”方面的论题是前书所不曾阐述的，同时只是简略地提到前书所讨论的各项问题。读者如果希望明了人格学的完整轮廓，这两本书都必须阅读，但是若仅了解本书，我认为并无必要。

许多读者可能深感诧异，一位精神分析家也讨论伦理学问题，尤其是主张心理学不但应该揭露虚假的伦理判断，而且也应该建立客观和正当行为规范的基础。这种主张与现代心理学所强调的“适应”而非“善行”以及偏重于伦理相对论的普遍趋势恰好成为

对比。依我从事于精神分析医疗所获的经验，我益加相信伦理问题无论在理论上或在治疗上都不能忽略对人格的研究。我们所作的价值判断决定我们的行动，而且这些判断正确与否对我们的心理健康和幸福攸关至巨。仅将判断视为许多潜意识和非理性欲望的合理化——虽然也可以如此——会使我们对整个人格结构的了解受到限制并且发生歪曲。在最后分析中提出神经症本身就是道德败坏的征象（虽然“适应”绝非道德上成就的征象）。在许多情形下，一种神经症病状就是道德冲突的表示，而在治疗方面是否成功则赖对这个人的道德问题的了解和克服。

心理学与伦理学分立是晚近的现象。以往伟大的人本伦理思想家们（本书系以他们的论著为依据）都是哲学家兼心理学家；他们相信对人性的了解以及对其价值与生活规范的了解是相辅相成的。在另一方面，弗洛伊德和他的学派虽然因发现非理性（irrational）的价值判断而对伦理思想的进步作出非常宝贵的贡献，但关于价值问题却持着相对论的主张，这种立场不但对伦理理论的发展，而且对心理学本身的发展均有不良的影响。

关于精神分析的这种趋势，最显著的例外要算是荣格^①了。他看出心理学及精神治疗与人类在哲学及道德上的问题有密切关系。但是，虽然这种认识的本身极端重要，但在哲学上只是不赞成弗洛伊德观点的一种反应，并不能做到超越弗洛伊德的范畴而建立哲学为中心的心理学的。荣格认为“潜意识”与神话已成为实

① 荣格（C. Jung, 1875～1961），瑞士心理学家和精神分析大师。——译者

体直觉的新渊源，只是因其本源系属非理性而被假定为比理性的思想优越。西方一神教以及印度与中国的伟大宗教之所以有力量就是因为谈到真理问题，同时宣称他们的宗教是真正的信仰。这种信念虽然常常引起狂热反对其他宗教，同时也使信徒以及反对者们养成对真理的崇敬。荣格对任何宗教都加以折中的赞誉而放弃追求他自己理论中的真理。任何制度（只要是非理性的）、任何神话或信条，对荣格来说都具有相同的价值。关于宗教方面他是一个相对论者——他所极力抗争的是否定的而非肯定的合理相对论。这种非理性主义（不管是否隐藏在心理学、哲学、种族或政治方面）并非进步而是复古。18 及 19 世纪理性主义的失败不是因为它相信理性，而是因为它的概念狭隘。只有藉更丰富的理性和不懈的追求真理，才能够纠正偏于一面的理性主义——不是一种假宗教的教化主义。

心理学既不能与哲学及伦理学分立，也不能与社会学及经济学分离，我在本书中所强调心理学方面的哲学问题，并不意味着我相信社会经济的因素较不重要；这种偏重于一面完全是考虑到本书内容的表达问题，同时作者希望再出版一本以精神和社会经济因素为重点的社会心理学著作。

从事于观察非理性追求的执拗性和倔强性的精神分析家，对于人的自制和挣脱非理性情欲枷锁的能力似乎抱着悲观的看法。我坦白地说，在我从事精神分析工作当中越发被相反的现象所感动；被人追求幸福和健康的力量（这是人的天性的一部分）所感动。“治愈”就是要排除那些阻止幸福和健康的障碍。诚然，我们

不必担忧有这样多的神经病患，因为大部分人尽管遭遇到许多逆境的影响，但都是相当健康的。

有一点要提出说明的是，今天有许多人都希望心理学的书籍能够告诉他们如何达到“幸福”或“心境安宁”方面的秘诀。本书并没有这类的忠告，而是在理论上澄清伦理学和心理学的课题；其目的是使读者从根本上检讨自己而不是在表面上安抚自己。

E·弗洛姆

要以自己为心中的明灯
要依靠自己
坚持自己心中的真理
作为唯一的明灯

——释迦牟尼

信言不美，美言不信。

——老子

爱好真理的人才是真正的哲学家。

——柏拉图

我的民因无知识而灭亡；
你弃掉知识，我也必弃掉你。

——何西阿

即使我所指示的方法似乎相当困难，但并不是做不通。因为它很少被做到，所以才显得这么困难，假如救世之方轻易可得，不劳而获，为何那样多人没有做到呢？但凡是可贵的事情，都稀罕难得。

——斯宾诺莎

目录

前 言 / 001

第一章 问题 / 001

第二章 人本伦理：生活艺术的应用科学 / 006

一、人本伦理与极权伦理 / 006

二、主观伦理与客观伦理 / 012

三、人的科学 / 017

四、人本伦理学的传统 / 020

五、伦理学与精神分析学 / 025

第三章 人性与性格 / 032

一、人的情境 / 033

1. 人在生物学上的弱点 / 033

2. 人存在的与历史的二律背反 / 034

二、人格 / 042

1. 脾性 / 043

2. 性格 / 045

3. 自发创造性指向 / 068

4. 社会化过程中的指向 / 091

5. 各种指向的混合 / 095

第四章 人本伦理的问题 / 101

一、自私、爱己与利己 / 102

二、良心，人的自我呼唤 / 121

1. 极权的良心 / 123

2. 人本的良心 / 136

三、享乐与幸福 / 148

1. 以享乐作价值的标准 / 149

2. 享乐的种类 / 158

3. 手段与目的问题 / 165

四、信仰是性格的特征 / 170

五、人的道德力量 / 182

1. 人，性善抑性恶？ / 182

2. 压抑与创造 / 195

3. 性格与道德判断 / 199

六、绝对性与相对性，普适观与社会观的伦理 / 204

第五章 今日的道德问题 / 211

第一章 问 题

当然，知识是灵魂的食粮；可是朋友，我们必须注意，讲授伦理学的人都夸赞他所卖的东西，就像批发或零售肉体食粮的商人一样；他们不分好坏地夸赞其所卖的货品，而不知何者真正有益，何者真正有害；顾客之中除偶尔有内行人或医生外，也是茫无所知。同样，那些满腹经纶周游各地向求知者批发或零售知识的人，无不卖瓜说瓜甜；朋友，假如他们大部分实在不知道知识对灵魂的影响，我并不引以为奇；他们的顾客除非恰好是灵魂的医生，否则也同样茫然不知。因此，假如你能分辨善与恶，就可以安全地购买普罗泰戈拉^①或任何人的知识；否则的话，那么朋友，就须住手，不要靠碰运气而危害你宝贵的利益，因为买知识的风险远比买食物的风险大得多……

——柏拉图《普罗泰戈拉篇》

在过去几个世纪中，自豪与乐观精神代表了西方文化的特色：

自豪的是，人藉着理性去了解和征服自然；乐观的是，它实现了人类最热切的希望，也就是为最大多数人谋求了最大幸福的成就。

人之所以自豪是有道理的，因其具有理性而创造了物质世界，它的实在甚至超过了神话中的幻境和乌托邦理想世界的梦想。人驾驭了自然的力量而使人类获得富裕生活所必需的物质条件；虽然有许多目标尚未达成，但这指日可期，同时生产问题——也是过去的问题——在原则上已获得解决，这是毋庸置疑的。现在，人能够认识到人类团结一致共同征服自然的构想，不再是一种梦想而是可以付诸实现的，这种认识也是历史上所未有的。人难道不应该觉得自豪并且对人类的未来具有信心吗？

然而，现代人却感到惶恐不安而且越发彷徨失措。他虽然拼命地工作力求上进，但是对自己一切活动的徒劳无功却茫无所知。虽然他处事的能力增进了，但对个人生活、对社会却觉得力穷心绌。人虽然创造发明了种种新的、更佳的方法来征服自然，但他却陷入了那些错综复杂方法的迷津中，而未能觉察到这些方法只有实现了人的目的才有意义。人虽然成为大自然的主宰，但却沦为他自己所创造出来的机器的奴隶。人对一切事物虽然具有丰富的知识，但却忽视了人类生存最重要、最基本的问题，诸如人是什么，他应该如何生活以及如何发挥其所秉有的无比能力而予以创造性的运用。

现代人的危机不但导致希望的黯淡，而且也引起曾经促进政

① 普罗泰戈拉（Protagoras），西元前5世纪哲学家，诡辩派的代表人物，柏拉图对话录中有一篇以其为名。

治、经济进步的开明思想的消敛。真正的进步思想反被称为幼稚的幻想，而完全对人缺乏信心的“现实主义”却大行其道。崇高的思想及人的权能虽然曾给予人类力量和勇气而达到最近几世纪来的伟大成就，但是这种思想现在却被我们偏要走向认定人的根本无能和卑微的老路所左右。这种思想已有毁灭我们文化发展根源的趋势。

开明的思想教导人们信赖自己的理性，以它作为建立正确的道德规范的圭臬；同时教导人们对善与恶的明辨须依靠自己，而不须依赖天启和教会的力量。开明思想的真谛是“勇于求知”，它具有“信赖自己的知识”的含义，同时已经成为现代人一切努力和成就的一股激励力量。由于人类对自主和理性的存疑日增，使得人们既无法得到天启又缺乏理性的引导，于是产生了是非莫辨的现象。人们被驯至接受相对性的见解而认为价值的评断和道德的规范纯属爱好或偏爱，而且在此方面无法予以客观的正确说明。但由于人类若缺乏价值和道德规范就无法生存，这相对性的见解易使人类朝向不合理性的价值标准方面去追求；使得人类不得不回到希腊开明时代、基督教世纪、文艺复兴以及欧洲 18 世纪之启蒙运动所曾经需要改革的旧环境。然而对于今日人类，却是国家的种种需要、对有魄力领导者的神秘特质以及对强力机器与物质上成就的狂热追求，成为了人类道德规范和价值评断的根源。

我们对此现象能视若无睹吗？我们赞成在宗教和价值的相对论说之间任意选择吗？是否允许我们在伦理方面放弃理性？是否允许我们相信自由和奴役、爱与恨、真理与虚伪、诚笃与机会主义、生与死之间的选择只不过是许许多多主观上偏爱的结果？

诚然，除此之外尚有其的途径。正确的道德规范可以而且也只有靠人的理性来建立。人对于价值的分辨和评断也能和对其他方面依据理性而评断一样正确。人本主义伦理思想的伟大传统，已为依据人的自主和理性的价值标准奠定了基础。这些标准乃以“人们要想明辨是非则须了解人性”为前提。因此，这些标准基本上也属于心理问题。

倘使人本主义的伦理是以了解人性为基础，那么现代心理学，尤其是精神分析，应该是人本主义伦理发展最强大的推动力量之一。但是精神分析虽使我们对人的了解已大有增进，我们对人为什么要生存以及人应该做些什么，却未能进一步了解。心理分析的主要作用在于“探究”、证明价值评断和道德规范乃是非理性（而且常是无意识的）欲望和恐惧的合理化表现，因此不配称为客观的正确性。虽然这种“探究”本身有其特殊价值，但由于其仅局限于批评而不能进一步的发展，则会渐失效果。

在精神分析方面，为使心理学成为一门自然科学，而将心理学与哲学及伦理学方面的问题分离，实属错误。它忽视了一项事实，那就是人类的人格除非从整体上（包括其需要寻求生存意义的答案和生存上所不可或缺的道德规范）来观察，否则无法了解它。弗洛伊德的“心理的人”在立论上也和古典经济学的“经济的人”一样的不切实际。如不了解价值的本质和道德的矛盾现象，则不可能了解人和人在情绪与精神上的紊乱。心理学的进步并不在于把既定的“自然”范畴与既定的“精神”领域分离且特别注重于后者，而是恢复到人本主义伦理学的伟大传统；人本主义伦理学对人的观察系

以物质与精神的整体性为着眼点，相信人皆以他自己为目标，而且达到这目标的条件是“人必为己”。我撰写本书之目的在于重申人本主义伦理学的正确性，说明我们对人性方面所获的知识不会使我们走上相对性伦理学的道路，相反，会使我们相信伦理上行动的规范系以人性为根源；道德规范系以人的秉性为基础，如违反这些规范会使精神与情感瓦解。我说明成熟和完整人格的品性——自发创造的品性的构成乃是“善”（virtue）的根源和基础，同时在最后的分析中指出“恶”（vice）和人的自我（own self）和自残（self-mutilation）无关。人本主义伦理学的最高价值不是舍己（self-renunciation），也不是自私（selfishness），而是自爱（self-love）；不是否定个人，而是肯定真正的自我。人要想对价值获得信心，则须了解他自己以及了解他的本性是否具有向善和自发创造的能力。

第二章 人本伦理：生活艺术的应用科学

有一次苏西亚向上帝祷告：“主啊，我非常敬爱你，但并不完全畏惧你。主啊，我非常敬爱你，但我并不完全畏惧你。让我像你的天使一样，有你的圣名在他们的心中而畏惧你。”

上帝听了他的祷告，祂也和对天使一样将祂的圣名进入苏西亚的心中。但这时候苏西亚便爬在床下，像一只小狗，可是他又担心会变成动物而害怕，终于哭叫起来：“主啊，再让我像苏西亚一样的敬爱你。”

这次，上帝也听到他的哭叫。^①

一、人本伦理与极权伦理

如果我们也像伦理相对论一样，放弃寻求客观而正确的行为规范，那么我们能够找到的这种规范的标准是什么呢？应该采取哪一

种标准，完全要看我们所研究的规范是属于哪一类型的伦理体系而定。极权伦理的标准和人本伦理的标准，在基本上必然是不同的。

极权伦理是由权威来说明什么对人有好处，同时规定出法律和行为的规范；而人本伦理则是由人自己定出规范自己来遵守，人自己是这些规范的制定者，同时也是受这些规范约束的对象。

由于使用“极权”这个名词，所以需要权威的观念加以澄清。一般人对这个观念极为模糊，因为大多数人都认为我们当前所面对的是要不要独裁的、非理性的权威还是根本不要权威的问题。但是，这种抉择是错误的。真正的问题是我们究竟要哪一种权威。当我们说到权威的时候，是否就是指理性的或是非理性的权威呢？理性的权威是由健全的能力产生出来的。权威受到尊重的人，对于授权力给他的那些人所赋予的使命，必定能够圆满的执行。他对这些人不需要加以威胁，也不须以神秘的特质去博取他们的赞颂。他只要做到有相当助益的、不剥削的地步，他的权威就算是理性的而且不需要别人的畏惧。理性的权威不但容许而且需要由受这种权威约束的人予以检讨和批评；理性的权威始终是暂时性的，它是否被接受端视其行使的情形而定。在另一方面，非理性的权威以统治人民为出发点。这种权威可为物质上的或精神上的。就受统治人的焦虑和无助的状况而论，它也可以是绝对的或相对的。非理性的权威往往以一方统治另一方的恐惧作为基础，这种权威不但不需要批

① 格雷泽 (Nahum N. Glatzer) 著《时间与永恒》(In Time and Eternity)。纽约，1946 年出版。