

开启神圣灵魂世界的『生命之钥』

坎贝尔生活美学

从俗世的挑战到
心灵的深度觉醒

REFLECTIONS ON THE
ART OF LIVING

A JOSEPH CAMPBELL
COMPANION

「美」戴安娜·奥斯本 (Diane K. Osborn) ◎ 编 朱侃如 ◎ 译

关于思想与心灵的探索
essays on the exploration of thought and the mind



浙江人民出版社
ZHEJIANG PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE



REFLECTIONS ON THE
ART OF LIVING

坎贝尔生活美学

从俗世的挑战到心灵的深度觉醒

A JOSEPH CAMPBELL COMPANION

[美] 戴安娜·奥斯本 (Diane K. Osbon) 编
朱侃如 译

图书在版编目(CIP)数据

坎贝尔生活美学：从俗世的挑战到心灵的深度觉醒 / (美)
奥斯本编；朱侃如译. —杭州：浙江人民出版社，2017.6
ISBN 978-7-213-05484-6

浙江省版权局
著作权合同登记章
图字：11-2013-67号

I. ①坎… II. ①奥… ②朱… III. ①生活—美学—研究 IV. ①B834.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 092394 号

上架指导：神话学 / 哲学 / 心理学

版权所有，侵权必究

本书法律顾问 北京市盈科律师事务所 崔爽律师
张雅琴律师

坎贝尔生活美学：从俗世的挑战到心灵的深度觉醒

[美] 戴安娜·奥斯本 编

朱侃如 译

出版发行：浙江人民出版社（杭州体育场路347号 邮编 310006）

市场部电话：（0571）85061682 85176516

集团网址：浙江出版联合集团 <http://www.zjcb.com>

责任编辑：朱丽芳

责任校对：朱 妍

印 刷：北京富达印务有限公司

开 本：720 mm × 965 mm 1/16 印 张：17.75

字 数：253 千字 插 页：8

版 次：2017 年 6 月第 1 版 印 次：2017 年 6 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-213-05484-6

定 价：69.90 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与市场部联系调换。

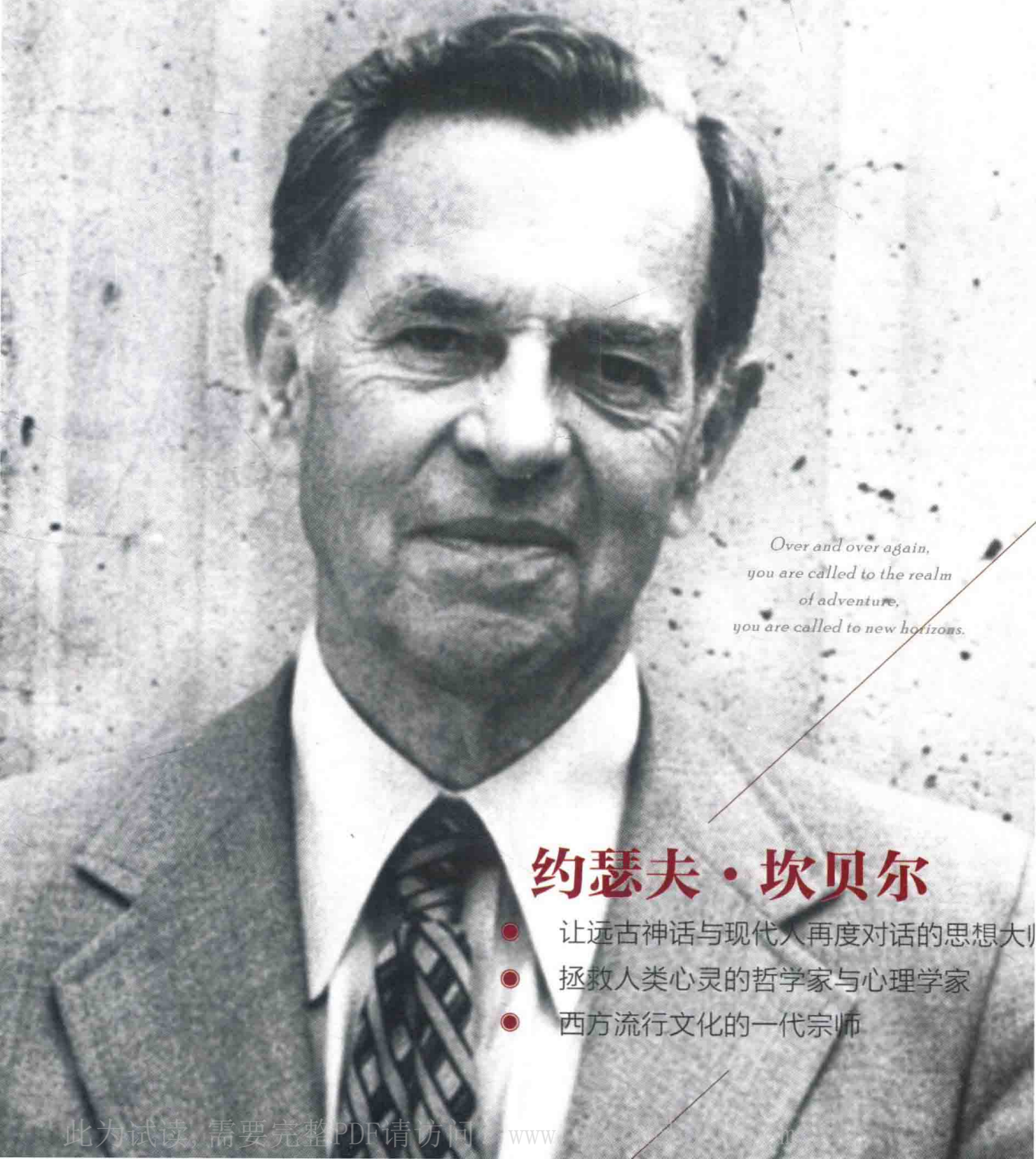
献给 约瑟夫
献给 年轻的帕西法尔^①们
献给 不朽的生命

① 帕西法尔是神话《圣杯骑士》中寻找圣杯的青年武士。

JOSEPH CAMPBELL

THE HERO'S JOURNEY

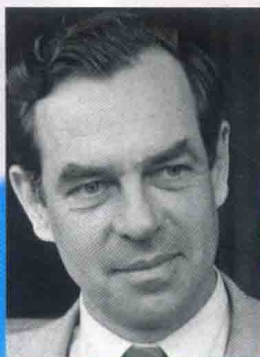
20 世纪最伟大的神话学大师



*Over and over again,
you are called to the realm
of adventure,
you are called to new horizons.*

约瑟夫·坎贝尔

- 让远古神话与现代人再度对话的思想大师
- 拯救人类心灵的哲学家与心理学家
- 西方流行文化的一代宗师



JOSEPH CAMPBELL

*A good life
is one hero journey
after another.*

坎贝尔传奇的一生有如其著作中的探险英雄，在启程—启蒙—归来这样一种仪式性的三阶段之后，完成一种向上的循环，画出一个首尾相贯的圆。

神话的召唤

约瑟夫·坎贝尔 1904 年生于美国纽约一个生活严谨的天主教家庭，这个距神话时代最为遥远的现代繁华大都市，却造就了美国当代最著名的神话学家。孩提时代，坎贝尔跟随父亲去参观自然历史博物馆，在那里他看到了林林总总的原始图腾，这使他开始对美国原住民印第安人的生活与文化产生兴趣，并促成他日后对民族学、人类学的关注与研究。11 岁那年，坎贝尔被特许进入公共图书馆成人区阅读，他直觉上认为，了解这些神话是通往人类心灵奥秘最直接的途径。



灵性大师克里希那穆提的启蒙

19岁的坎贝尔跟家人一起游历欧洲，途中经历了一次有趣的人生奇遇。他在甲板上看到了三位肤色深棕的人，其中之一就是克里希那穆提。在一位年轻女士的引荐下，他认识了这位伟大的灵性导师。这次经历让他醍醐灌顶，并成为他认识印度和亚洲世界的开始。



大文豪乔伊斯为他引路

1927年，坎贝尔来到巴黎。一次偶然的机会，他发现巴黎所有书店里都有乔伊斯的著作《尤利西斯》，而这本书在美国是禁书，无处可寻。坎贝尔对乔伊斯的作品非常着迷，甚至在他新婚期间，乔伊斯和坎贝尔的妻子占有同样的分量。坎贝尔经常一手挽着太太，一手拿着乔伊斯的作品《芬尼根的守灵夜》。



与荣格等心理学大师共事

坎贝尔结束在巴黎的学习后，前往慕尼黑大学重拾对中世纪文学的研究。在这期间，他结识了当时在美国闻所未闻的大人物：心理学大师弗洛伊德、荣格以及德国大文豪、诺贝尔文学奖得主托马斯·曼。弗洛伊德和荣格让他认识到神话与心理学的关联，让他发现神话能够激发和活化人们的心灵。而坎贝尔与荣格的缘分，也一直延续到其花甲之年。

永恒的“英雄之旅”

THE HERO'S JOURNEY

英雄的胜利改变了自己，
也改变了他人的命运。



英雄要经历一系列的试炼和考验，由
此变得更强大。

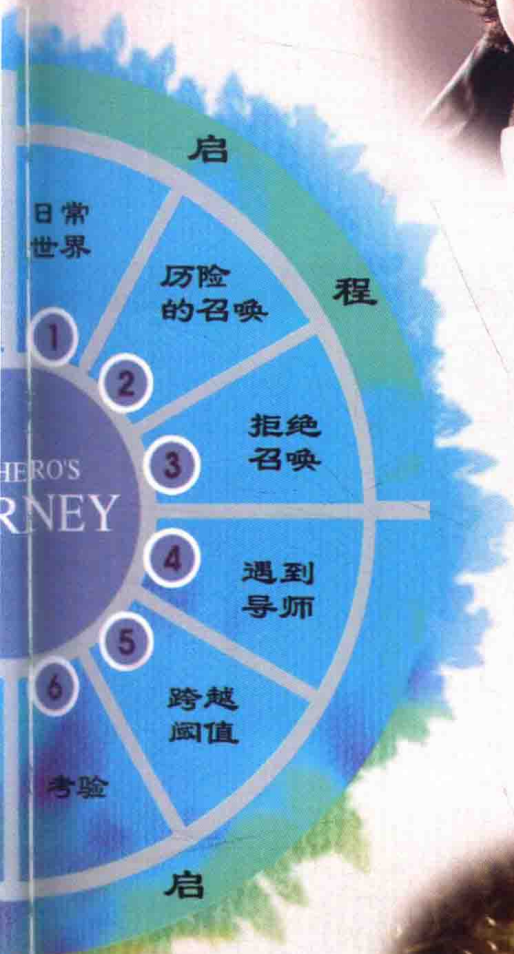


保护的力量永远存在于心灵庇护所中，甚至存在
于不熟悉的世界中。





在凡人眼中，英雄与他们一样平凡。



日常世界的英雄会受到召唤，催促他踏上未知的旅程。



这是全新的体验，一切都要从头学起。

20 世纪 80 年代，“坎贝尔热”席卷全美，“感恩而死”摇滚乐队不断从中发现音乐创作的灵感，更有无数的艺术家，甚至游戏编程人员都对坎贝尔顶礼膜拜。著名心理学家希尔曼曾说：“这个世纪里没有一个人，包括弗洛伊德、托马斯·曼和克洛德·列维-斯特劳斯在内，能像坎贝尔那样，把世界及神话人物角色的深邃意义，带回到我们的意识中。”约瑟夫·坎贝尔在 1987 年因癌症去世。《新闻周刊》上悼曰：“英雄已去，信念长存。”

他就是约瑟夫·坎贝尔，是当代神话学巨擘，才华横溢的心理学家，思维独特的哲学家和作家，极具启发性的心灵导师、演说家和思想家，是影响西方流行文化的一代宗师。

THE HERO'S JOURNEY

坎贝尔神话系列作品



发现之旅

《神话的力量》



宇宙之歌

《指引生命的神话》



神话之源

《千面英雄》



幸福之悟

《追随直觉之路》



灵性之途

《英雄之旅》



生命之钥

《坎贝尔生活美学》

平凡生活，神圣生命

有学者认为，约瑟夫·坎贝尔虽深受瑞士心理学大师荣格之“集体无意识”，以及由此形成的“原型”等理论影响，却能跳出荣格有限的神话知识，开拓神话学探索的新路径，自成一家。在美国公共电视节目中曾与坎贝尔进行一系列访谈的著名电视新闻记者比尔·莫耶斯^①则认为：“我从未见过比坎贝尔更会说故事的人。听他谈原始社会，我有如置身在无际苍穹下广袤的草原上，或是在群树覆盖的浓荫森林中。”对我而言，坎贝尔最迷人之处正在其说故事的能力，以及他对各文化素材的渊博知识。

在这本书中，坎贝尔以说故事的方式冶众家于一炉。他除了旁征博引西方宗教及神话传统外，还广泛涉及印第安神话、东方的佛教、印度教、日本文化，甚至连伊斯兰文化、埃及神话也囊括在内。最难得的是，他能将这些神话故事与日常生活的事例相融合，以浅显优美的语言赋予它们心理上的和实际存在的意义，而使读者

^① Bill Moyers，美国哥伦比亚广播公司记者，曾任美国第36任总统林登·约翰逊的新闻秘书。1970年步入电视业，致力于把当代杰出思想家带入电视荧幕。比尔·莫耶斯对约瑟夫·坎贝尔的采访已集结成册，是当代神话学大师坎贝尔的毕生精髓之作——《神话的力量》（*The Power of Myth*），该书简体中文版已由湛庐文化策划、浙江人民出版社出版。——编者注

乐于接受他的诠释。这些令人会心微笑的生动故事全书俯拾皆是。例如，圣母玛利亚显灵替苦女抹地、观世音菩萨化现教化众生、耶揄喇嘛放生的肤浅、坎贝尔的私人导师亨利·齐默尔（Heinrich Zimmer）到达涅槃彼岸的有趣比喻，以及一只小老虎被羊抚养长大的印度寓言等，皆只是众多发人深省故事的一小部分而已。

对坎贝尔而言，所有宗教及神话的典故都应以超越具体历史事件的象征性角度来解读，才能掌握其神髓而获得启发，这是他一贯的立场。由于坎贝尔有这样的解读观点，即使是大家耳熟能详的故事也因此有了新意，例如：耶稣被钉上十字架，并不是为世人赎罪，而是在精神上新生。这一点很值得读者在阅读过程中细细品味。

诚如多位学者所指出的，坎贝尔似乎深受大乘佛教的影响，强调超越涅槃解脱与生死轮回的分别，这个基本态度也很明显地表现在他的许多诠释中。例如，坎贝尔常说要从关心身边的人开始，以一种自愿且喜悦的态度来参与尘世的苦难；也说不必等到死后进天堂或静坐修炼离开尘世，才能实践宗教精神得到新生，只要能效法耶稣走上十字架的勇气在精神上死去，当下便能展现新的生命。

我在多年前即有机会接触佛教，但个人总隐约觉得佛教强调出世的概念与俗世生活有冲突，来世似乎是毫无保障的承诺，而因果轮回的说法更让佛教有“黑色宗教”之嫌。然而在开始翻译坎贝尔的作品《神话的力量》时，他对抽象艰涩的哲学思想所做的栩栩如生、深入浅出的解说，破除了我对佛教为“黑色宗教”的恐惧，也对“把超世俗的精神运用在现世”的看法有了新的感悟。

因此，读者可以直接将坎贝尔的经验和隽语运用到自己的生活之中。例如，坎贝尔教导我们要有自己的神圣空间，不论时间长短，每天都要在此空间进一步开发自己内在的精神。他亦讲到对工作及金钱的态度，以及如何看待失业及规划自己的职业生涯等。坎贝尔也分析了“色情艺术”、“说教艺术”与“真正艺术”的区别，并说：“名气并不重要，名气的光环转眼即逝……”这些陈词滥调、老生常谈，却很可能成为一个人在碰到人生重要关卡时受用的警句。

还值得一提的是，在本书中，坎贝尔循例谈论到其专精的“神话与现代社会”、“英雄的历险”等主题，更有不少篇幅是有关女性的历险、角色认同与社会功能等主题。坎贝尔借由童话及神话故事中的女性角色（例如《一千零一夜》的故事），以他个人的西方背景对东方国家女性的观察，提出的兼容神话传统与当代社会的女性观点，将有助于现代女性在致力女性觉醒与外在追求后，想要进一步超脱，提升内在自我时的省思。神话中的女性并不像一般电影情节那样，只是等待被英雄救援，或当英雄与恶魔、恐龙与怪兽搏斗时在一旁尖叫而已，而是有其主动、包容的积极角色。

本书英文原版书名的直译应为《生活艺术的省思：约瑟夫·坎贝尔隽语集》（*Reflections on the Art of Living: A Joseph Campbell Companion*），中译本的书名为《坎贝尔生活美学》，基本上不失原意且能更传神地表达出本书启发生命、丰富生活的主旨。全书由“在生命的磁场中”（第一部分）格言式的精神智慧展开，然后引领读者进入“俗世生活的挑战”（第二部分）中各个层面，发掘其中可能闪动的精神之光。在这个基础上更进一步，提升到超世俗的终极“心灵的觉醒”（第三部分）境地，最后再以回归尘世的“神圣生活的艺术”（第四部分）作结，使精神生活得到平衡圆满的发展。由于本书是依据坎贝尔座谈会演说内容，以及坎贝尔相关著作的摘要汇聚而成的文集，因此读者在阅读本书时除依序而下的读法外，如为求思绪上的连贯，不妨先略过引文部分；或者也可单独挑选自己喜爱的主题先下手，因为基本上每一章甚至每一小节都可说是独立成篇的。

最后，要在此感谢外子昌雄从头到尾的校读，使得文中富含广泛意义的宗教、哲学词汇，有了较好的诠释。没有他的协助，本书不可能以今日的面貌呈现。此外，出版社的编辑同仁在编校过程中多方的支援与协助，也在此一并致谢。



你知道内封封底上的神话人物是谁吗？
扫码关注“湛庐教育”，
回复“坎贝尔生活美学”，精彩故事抢先看！

REFLECTIONS
ON THE
ART OF LIVING

序 言

活在狂喜之境

在新的物理学领域中，没有磁场和物质并容的地方，因为磁场是唯一的
真实。

——爱因斯坦

东方的神秘主义和西方的科学在某一个点上交会了。哲学家们在《奥义书》中提出的“汝即彼”（Tat tvam asi），即“梵我一如”的命题，乃是约瑟夫·坎贝尔哲学的底线。物质并不存在，每件事物都是一个磁场。所有的分别与局限，只存在于我们自己的心中。

将自己或自己的族群独立出来——例如，说“喔，不，我们是不同的”，就是把自己和整体对立起来。将我们从整体中区分出来，无疑是断送了自己的选择机会，并筑起自我禁锢的城墙。一旦在思想和生活中制造了二元性，我们就制造了对立。

1983年，在伊沙兰（Esalen）研究中心的一个为期一个月的讨论课程中，约瑟夫·坎贝尔与10位小组成员密切互动，并以其专业的敏感度分析了每个人的生活。

我们完全沉浸在神话的世界中，小组形成了一股强大的凝聚力，甚至研究中心主任都希望旁听其中的一节课。坎贝尔毫不犹豫地回应道：“这不合适。”这个研习课程创造了一个神圣的领域，让每个人都能安心地去了解自己的心灵深度，表达个人的疑虑，并交换神奇而令人狂喜的故事。最后，坎贝尔表示这是一个有缘的聚会，研习课程随之圆满结束。他那满含优雅魅力的磁场所散发出的真正人性，乃是留给我们最珍贵的礼物。正如帕西法尔所说：“他非天使，亦非圣人，而是一个追求行动的活生生的人，天生具有勇气、慈悲和忠诚的美德。因为对这些内在特质坚定不移的信念，而不是超自然的恩典，他终于赢得了圣杯。”^①

编这本书的灵感来自我和坎贝尔相处的时光。本书内容大部分取材自伊沙兰研究中心长达一个月的密集研习课程。书中的内容，部分是出自他相关的作品，用意是求取平衡并使本书增色。本书第一部分“在生命的磁场中”以及其他章节中的格言，则是和他相处的这些年中，记录在我日记里的一些他最偏爱的表达方式。本书其余的篇幅可分成三个部分，相当于意识的三个层面或阶段。

► 俗世生活的挑战

第一部分主要和身体的骨盆能量中心有关，亦即生存、性欲及权力。在这部分中，坎贝尔和大家分享他对金钱、异性、衰老、死亡、婚姻、战争、繁殖及仪式等议题的看法。他教导说，去做别人要我们做的事，是一种奴隶道德，而且是通往疾病以及导致精神与身体分离的道路。他建议我们，当别人说话时，不要听他说的字句内容，而要看他以“什么态度”在说话——傲慢、恶意或是轻视？比如，有人会说我们自私，通常是因为我们没有按照“他们”的意思去做。我们一旦局限了自己的选择，就限制了自己的世界观。若这局限达到相当的程度，我们就会成为急切防止他人打破自己所设界线的“世界警察”。

① 摘自《上帝的面具：创造性神话》（*The Masks of God: Creative Mythology*）。

► 心灵的觉醒

“心灵的觉醒”这一部分是要使我们能开放自己内在的深爱及真实的潜能。一旦能爱自己，便可迈向内心的喜悦。依照约瑟夫·坎贝尔的说法，那是我们最高的热情。“Entheos”这个词是“充满神性”的意思。朝向那使我们充满神性的事物，朝向那时间不存在的地方，正是我们用来改变周遭世界所需的一切。然而，我们是否真能自然地进化到那样的境地，亦即回到自己的正途，并平衡地悠游在世间。

► 神圣生活的艺术

当进化到最后层次“神圣生活的艺术”时，我们将了解到自己有能力去揭开“幻象的面纱”(maya)，以彰显遍布大地之上的天父之国，因为我们都是那制造幻象面纱的人。也就是在那一刻，苍穹的韵律穿过我们，宇宙与我们的心跳合而为一。

坎贝尔教导我，超越象征本身，去感受它们所代表的丰富内涵。对于不能够这么做的人，坎贝尔认为：“就像去餐厅吃饭却只吃菜单，而不吃菜单所描述的正餐一样。”世界上有许多人都在吃菜单，其结果是一种空虚感和精神的贫乏感。

在他面前我们了解到，他所专注的每件事物都是点亮他浩瀚博学之心的一次创作灵思的火花，那是涌现丰富内涵和养分的无底源泉。他的容貌显示出他自己正是这些神奇与奥秘的最大资源。因此，坎贝尔的第一挚爱为什么是美国印第安人，就不令人感到惊讶了，因为对印第安人而言，大自然的每一部分都是神圣的。

生活在那种狂喜之境中是健康的，而遵循你内心真实的喜悦，依照坎贝尔的意思，并不是自我沉溺，而是充满活力的。你整个生理系统都清楚地知道，这就是活在这个世上的方式，也是你所能回馈这个世界的最佳方式。每个人都有一条等待着自己