

精神概论

——意识的由来、内容、性质和活动规律

邬茂鹏 朱永红 著

广东省出版集团
广东人民出版社

精神 概论

——意识的由来、内容、性质和活动规律

邬茂鹏 朱永红 著

广东出版集團
广东人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

精神概论/邬茂鹏、朱永红著. —广州: 广东人民出版社, 2011. 1
ISBN 978-7-218-06760-5

I. ①精… II. ①邬… ②朱… III. ①精神-研究 IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 088098 号

精神概论

邬茂鹏 朱永红 著

版权所有 翻印必究

出 版 人: 金炳亮

责任编辑: 陈 娟

封面设计: Teddy LEE (李天祺)

版式设计: 方 芳 玉 芝

责任技编: 黎碧霞

出版发行: 广东人民出版社

地 址: 广州市大沙头四马路 10 号 (邮政编码: 510102)

电 话: (020) 83798714 (总编室)

传 真: (020) 83780199

网 址: <http://www.gdpph.com>

印 刷: 广州市岭美彩印有限公司

书 号: ISBN 978-7-218-06760-5

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 8.25 插 页: 1 字 数: 100 千字

版 次: 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 32.00 元

如发现印装质量问题影响阅读, 请与出版社 (020-83795749) 联系调换。

售书热线: (020) 83790604 83791487 邮购: (020) 83781560

前言

人类对精神一词非常熟悉，但“精神面貌”、“精神境界”、“精神生活”、“精神文明”、“民族精神”、“勤劳勇敢，无畏艰险的精神”等一系列包含精神的词语，却并不都是一回事。中国的哲学家老子关于精神有这样的注释：道的本身为精，道的运用为神。老子对精神的这一注释，完全是认识上的总结，哲学上的概括，仍然是抽象的、笼统的。

在科学飞速发展的今天，物质运动的内在规律相对而言是不难理解和认知的，但人的精神作为非物质活动的客观存在，到底由哪些因素构成并如何运作？具有哪些特性？长期以来，研究精神几乎等同研究心理活动、大脑的生理机理或等同研究文化现象，而本书以生命科学角度研究及探讨精神，包括精神的内容、特性及活动规律，并试图回答关于精神的一系列基本问题。

2004 年我们开始对“精神”一词感兴趣，深入思考和探索几年后，发现并尝试解答了一直困扰的问题，即精神的元素，我们暂且称之为“精神要素”，然后从精神要素入手，写精神概论。我们认为精神有三大要素：本能、自我、欲望。众所周知，弗洛伊德的伟大思想

给后人尤其是心理学研究带来了前所未有的启迪，然而弗洛伊德大量精彩的心理分析并没有真正触及精神的内核，终究没有给我们留下开启精神大门的钥匙。我们坚信，尽管人的精神是如此复杂而又深邃，但正如物质的构成一样，人的精神里应当有一些基本要素是必然存在的，而且，精神正是由这些要素构成，按照自己的工作方式运作，并有其规律可循的。

我们还坚信，发现并揭示“精神要素”有着非凡的意义，同时也是一项开创性的工作。每一个人的精神构造都离不开三要素，不一样的是三要素之间的差异和要素之间的相互矛盾。精神要素的分析不仅适用于单个的人，而且适用于任何一个团队、企业，甚至任何一个国家和民族，不分国界，纵贯人类历史长河。

我们之所以说是发现并揭示精神要素，实在是因为这三要素是客观存在，任何一个人从出生之日起便具备精神，拥有了精神生活。不论民族、国家、宗教、地域的背景是多么不同，每一个人都可以随时用精神三要素来检验自己的精神状态。人与人精神状态不同，归根结底是人的本能、自我、欲望的差异造成的，因而呈现出不同的精神状态。精神状态在同一个人的不同时期或不同人的每一个时期都不尽相同，精神状态具体表现为意识活动。本书对意识的内容，意识的作用，特别是意识之间的相互作用的探讨，对意识活动规律的深入研究，希望能为解开精神生活之谜迈开科学的一步。

对精神要素及意识活动的分析有助于解决一系列人生问题或者说哲学问题：

比如说认识你自己的精神该从何入手？物质决定精神，精神反作用于物质，那么怎么个反作用？如何发挥主观能动性？什么是人性、人性有哪些特征？为何呈现人与人的差异、民族与民族之间文化差异？精神传承的内容？诸如此类问题，只有从本能、自我、欲望入

手，方能迎刃而解，科学地理解人类的生存与发展、文明与进步。

我们非常希望通过本书对精神要素、意识活动内容及其规律、选择与认知等一系列问题的研究和讨论，帮助大家懂得关于精神的一些基本问题，解决自身精神上的困惑，把握人生未来方向，真正成为自己命运的主宰。如果给读者带来一定的启发或帮助，当然最好不过的是您可以给予我们批评和指正，都将是我们的最大满足，同时也非常欢迎您与我们进一步讨论。

目 录

前 言	\ 1
第一章	本能 \ 1
第一节	精神的物质基础 \ 1
第二节	本能及原则 \ 6
第二章	自我 \ 11
第一节	自我与情结 \ 11
第二节	自我及原则 \ 14
第三章	欲望 \ 16
第一节	欲望及原则 \ 16
第二节	欲望与精神病症候 \ 21
第四章	本能、自我、欲望的关系 \ 24
第一节	本能、自我、欲望的表达式 \ 24
第二节	本能与自我的矛盾 \ 27
第三节	本能与欲望的矛盾 \ 29
第四节	自我与欲望的矛盾 \ 30
第五节	比较几种现代心理学关于本能、自我、欲望的观点 \ 31
第五章	精神起源 \ 41
第一节	本能意识的发生与发展 \ 41

第二节	自我意识的发生与发展\45
第三节	欲望意识的发生与发展\48
第四节	时空意识的发生与发展\50
第五节	关于精神起源的结论\53
第六章	精神要素的意义及应用\56
第一节	本能指数、自我指数、欲望指数\57
第二节	欲望值\62
第三节	精神活动规律小结\69
第七章	物质与精神\72
第一节	物体与生物体\72
第二节	生物体与精神\74
第三节	生物体的精神进化\77
第八章	意识\79
第一节	意识的概念\79
第二节	意识的活动及思维方式\81
第三节	意识的特性\88
第四节	意识的作用及其规律\89
第五节	意识流\94
第九章	选择和认知\103
第一节	选择的概念\103
第二节	连续性选择原理\107
第三节	认知与知识递进原理\110
后记之一	\115
后记之二	\118

第一章 本能

本能的运作机制只遵照一个原则即惟乐原则，这一特性在人的精神生活方面扮演着重要的角色。

第一节 精神的物质基础

精神生活是对应于物质生活而言的客观存在。精神生活，或者精神生活状态在每一个人的不同时期，甚至在每一天的每一时段都不尽相同，不同的人在同一时期的精神状态也有所不同。究竟精神是怎样构成、如何运作、又受什么因素影响？

我们知道，维持生命的所有必要条件，或者说生命存在的基本要素，首先是来源于外部的空气、水、阳光等；其次就是来源于生物体本身碳水化合物的基本构造，也即是一个新陈代谢的活体。对维持生命的最基本要素的认识，是理解生命的关键所在。

我们常见的鸡蛋，它实际上是一个完整的生物细胞。生物细胞作为生命的最基本单位（病毒除外），具备生命存在的所有特征。显微

镜的出现使得人们对生命的认知和理解在科学上迈出一大步，生命科学得到了前所未有的发展，对于人类文明进程起到了不可估量的作用。我们研究精神，正是从构成精神的最基本要素和最基本单位入手，来揭示精神活动的基本规律和精神生活的真相。人的精神有其最基本的构造、内容和特性。

在现实生活中，精神生活对每一个人来说都是不可缺少的，可以说没有精神就等于死亡，等于行尸走肉。至于精神生活的物质基础是什么，精神的基本构成及共性规律是什么等问题，让我们通过问答的形式来切入讨论。

问：你认为人的精神生活是否具有物质基础？如果有，那物质基础又是什么？

答：是的，没有物质基础就没有精神生活。狭义来看，精神的物质基础就是人的感觉器官和神经系统。广义来看，就是人体结构及生理机理，以及人类的物质生活。物质决定精神。

问：我知道感觉器官和神经系统是正常人体解剖学和生理学的内容，非常专业，我也知道心理学的认知过程离不开人的感觉。你是否可以用简明的方法来讲解人的感觉器官的基本常识？

答：最普遍让人了解的感觉器官：眼、耳、口（舌）、鼻，其中眼睛感觉光（颜色和图像等），耳感觉声音和位置觉，口（舌）感受味觉，鼻感受嗅觉（气味）。至于它们的结构，在这里就不一一陈述了。另外，不能忽视的最大感觉器官——皮肤，它掌管人的温度觉、触觉、痛觉等。

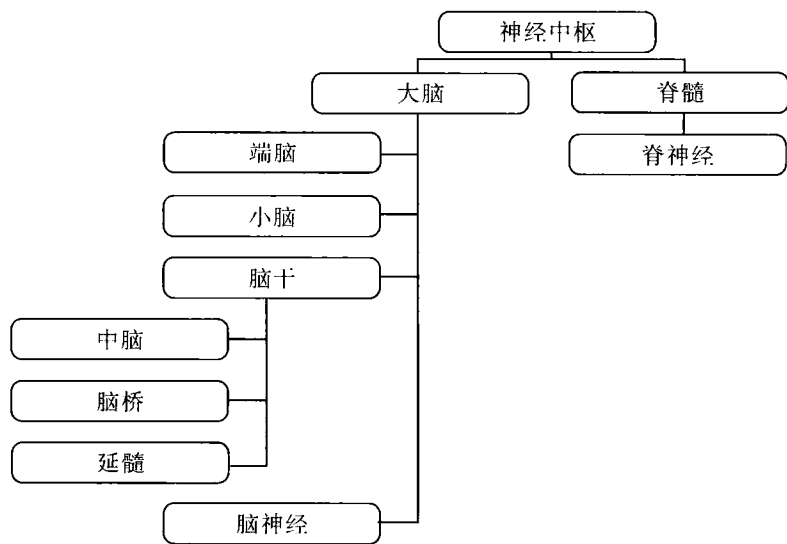
人们对自身的内脏感觉器官也许不太熟悉，如关节的平衡感觉，胃肠的饥饿等，及较为复杂的血液的二氧化碳跟氧气的比例、酸碱度、尿糖度等，这些都是解剖学家、生理学家研究的范畴。

总而言之，不管感觉器官（如眼睛）结构多么复杂，最终都与强

大的神经系统连接（如视神经）形成完整的反射弧：感受器—传入神经—中枢—传出神经—反应器。感觉器官就是反射弧中感受器的重要组成部分。换句话说，感觉器官把外界的各种信息（刺激）或各种能量形式转变成神经信号（电信号），神经信号（电信号）到达神经中枢（大脑），最后才形成感觉。

中枢神经（大脑）综合外界和内部的所有信息（刺激）并作出反应。反应往往表现为兴奋或抑制，完成反应是依赖肌体的反应器，如肌肉、腺体等。

问：经现代医学证实的中枢神经（大脑、脊髓）结构及功能有哪些呢？



神经中枢图

答：我们来看上图，首先，神经中枢（大脑、脊髓）不但有神经传导和分泌（激素）功能，而且还有记忆、联想等高级思维能力。再者，大脑还是认知器官，所有的感觉，如图像、声音、情形等都集中在神经中枢（大脑）形成反影。无论是大脑发出指令还是接受外来信

息，大脑最终认知的结果都是“满足”。

问：听完描述感觉和神经中枢的基本知识后，我明白了精神生活原来是有其物质基础的，或者说现代心理学的认知过程是离不开人的感觉和神经中枢的。

答：完全正确。

问：前面提及的反射弧是否就是俄国生理学家巴甫洛夫所说的神经反射理论？

答：对的。神经系统基本活动方式就是反射。反射就是动物有机体借神经系统实现的对一定的刺激所作出一定的有规律性的反应。实现反射的物质基础或全部神经结构叫做反射弧（感觉器官—传入神经—中枢—传出神经—效应器）。

现代科学证明：任何一个比较复杂的反射活动都不是一次单向传导所能完成的，而是在传入传出多次往返的传导，甚至多个反射弧参与后才能形成复杂的回路及复杂的神经联系。当然也是复杂的精神状态的基础，即思维基础。

反射是多种多样的，有简单有复杂，有先天具有的也有后天获得的。因此，我们把反射分为两大类：一是非条件反射，指人（动物）先天具有的、用不着学习就会的反射，也就是我们通常说的本能反应，如新生儿会自动吸吮乳头来满足自己的本能；二是条件反射，是人（动物）后天获得的，经过学习才会有的反射，如婴儿逐渐学会根据母乳气味的方位而找到母亲的乳头，认识母亲的容貌。随着人的成长，语言的形成，自然科学和社会科学知识的学习，不断形成众多复杂的条件反射是每个人不断塑造自我的必要过程。无论是条件反射还是非条件反射都伴随人的一生，成为人生的经验，造就丰富多彩的精神生活。

以上我们已经对神经系统的结构及其活动形式有了初步的了解，对人的精神活动的物质基础有了认识。为了让读者对人的生理结构及人的本能有更全面的认识，还是要简单地陈述组成人的机体的主要系统。

运动系统：主要包括骨骼和肌肉，组成人的基本形态。主管运动。

消化系统：包括口腔、咽、食道、胃、小肠、大肠、肛门及肝脏、胰脏等。分管摄取外来食物，分泌消化液等，完成消化、排泄功能。

泌尿系统：包括肾、输尿管、膀胱、尿道。主要功能为调节机体水平衡，排出多余水分及毒素。

生殖系统：男性生殖包括内阴（睾丸、附睾、输精管、射精管、尿道）、外阴（阴茎、阴囊）。女性生殖包括内阴（卵巢、输卵管、子宫、阴道）、外阴（阴道前庭、大阴唇、小阴唇）。主要功能为繁衍后代。

心血管系统：包括心脏、血管（动脉、静脉）、淋巴组织、淋巴管，还有脾脏等，主要向机体各部供给养分并输送氧气，带走二氧化碳，具有消除外来异物（细菌）的免疫功能。

内分泌系统：包括胰岛、肾上腺、性腺、胸腺、甲状腺等，内分泌腺体分泌激素，通过体液（血液）作用于靶细胞，起到调节、控制作用。如胰岛素可调节血液中血糖成分，使血糖的吸收量得到有效的控制。又如，性腺分泌男女荷尔蒙，促使男女的第二性征得到体现，如女性的乳房发育，男性胡子生长、喉结突出等。

内分泌系统的运作，往往受到大脑（神经系统）的支配或控制。无论是内分泌系统，还是前面讲到的神经系统，都是完成人体生理机能调节必不可少的重要系统，两大系统的比较点如下：

机能调节	作用	反应	形式	传递方式	作用点
神经系统	直接	快速	神经信号	神经纤维	效应器
内分泌系统	间接	慢	激素	体液	靶细胞

人体的所有系统，包括它们的生理机能都是完整的有机整体，是造物主的福赐，是人类本能的物质基础。其实本能的需要，就是人体各大生理系统甚至各器官的需要。

现在，我们可以给精神下定义了：

精神是以人的神经系统作为生物基础，并以物质生活作为物质基础的非生理性活动，具体表现为意识的活动。是独立于生理机理之外，有其自身活动规律的非物质客观存在。

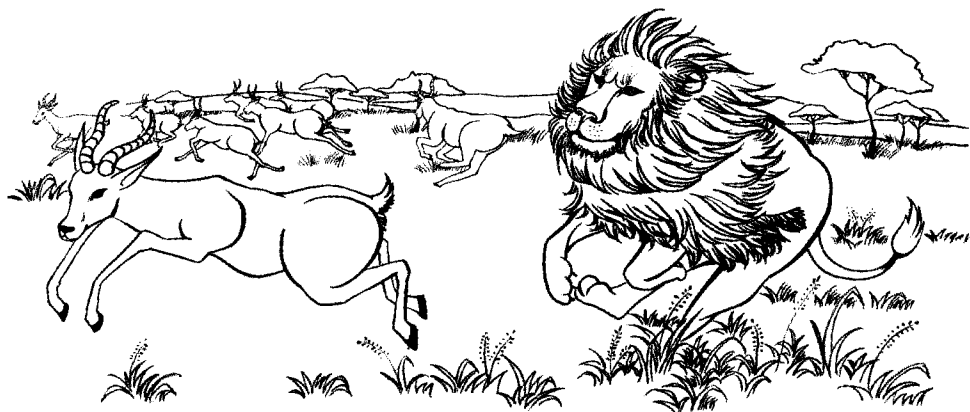
我们认为，精神活动的内容归根结底由三大要素组成，又称精神要素，包括人的本能、自我、欲望。

第二节 本能及原则

什么是本能？它是正常生物体的机体所具有的生理机理和原本能力。从物质层面上看，是机体构造及生理机理；从精神层面上看，是机体引发的需要所产生的本能意识。本能是精神生活的基本要素之一，相对于自我来说，本能是内在的。

为了让读者对人的本能及原则有更深入的认识，我们引入精神分析学鼻祖——弗洛伊德关于性本能的分析和例证，进而说明本能确实是人的精神活动中不可缺少的要素之一。

弗洛伊德把本能分为自我本能（如饥渴）和性本能，但其实一切生理机理都是本能的体现，饥渴与性一样，同属本能范畴，饥渴是摄



非洲大草原上，羚羊每天早上醒来时，它必须跑得比最快的狮子还快，否则就会被吃掉。狮子每天早上醒来时，它必须超过跑得最慢的羚羊，否则就会被饿死。狮子追逐羚羊的故事将动物依靠本能生存演绎得淋漓尽致。

取外界营养（能量）的本能，性本能只不过是人的本能的其中一种体现而已，性本能同样具备本能所具有的特性和工作原理。

弗洛伊德引入了里比多（libido）学说，里比多（性欲、情感）指的是一种力量、一种本能，即性本能。弗洛伊德认为：成人性生活的丰富多彩，都是由儿童的性生活分段发展而来的，甚至性倒错（性生活中，男女发生性生活或性观念异常）亦同儿童的性生活密不可分。

婴儿的初次性激动与其他重要的生活机能密切相关。婴儿成天除了吃就是睡，那情形与成人享受性生活的满足的情形毫无二致，婴儿经常张嘴吸吮的动作并不全是饥饿所致，更多情况下是获得满足的一种表达方式。婴儿把橡胶乳头含在嘴里睡觉的习惯也是为了享受吸吮的乐趣。如果婴儿能够像成人一样表达自己的愿望，他必定把吸吮这一动作视为毕生的幸事，因为这一动作既满足了他的生理欲望，同时

又满足了他的心理欲望。实践证明，吸吮确实会在精神上与人终身相伴。不仅如此，吸吮动作还是性生活的出发点和后来性满足的雏形。

关于性倒错，往往是由于把原属于生殖器官或刺激或冲动或感觉，甚至充血勃起等转移到其他器官上。尽管不是用性交的方式从生殖器官上得到快乐，但这种快乐他们依然能够获得。性倒错现象在同性恋者、自恋病患者等身上表露无遗。其实性倒错常常存在于正常人的性生活中，并伴随着其一生。

我们通过对弗洛伊德关于性本能的研究成果的分析，说明本能具备六大特性。

其一，本能具有先天性。例如新生儿进食是与生俱来的，人的性需求或性满足和身体的其他本能一样，都是人一生下来就具备的，即正常人体的结构及机能的原本能力，或者说是这些结构和机能的需求与满足。当然，本能在每个人今后的成长与成熟过程中会显示出差异。例如身材的高矮和大小，机能和能力的差异等。

其二，本能具有单向性。我们躯体的结构及生理机理，遵循的是一条成长→成熟→衰亡的道路，这一过程是不可逆的，亦即我们的生命只有一次。身体上某个器官如果缺失，就不可能再生（人类是一种细胞高度分化的动物），从某种意义上讲，它也就带来本能在结构或能力方面的缺损。但本能具有巨大的潜能，通过成长或锻炼可表现出来，经后天的锻炼会不断成熟和强大，并不断分化形成自我。

其三，本能具有顽固性。本能的执著赤裸裸地体现在本能释放后对满足、愉悦的追求。一旦生理上得不到满足，就千方百计地完成心理上或精神上的满足，例如梦遗、手淫等。新生儿要求进食的哭声就是一种执著，不达目的决不罢休，可以说这样的本能很顽固，这种顽固性甚至成为新生儿精神活动的主要内容。

其四，本能具有惟乐性。人体所有本能的实现都有一个共同的目的

的，就是在本能上要想求得最大限度的满足或者愉悦。本能的运作机制只遵照一个原则即惟乐原则，这一特性在人的精神生活方面扮演着重要的角色。由本能需求形成的所有行动，如寻食、求偶等，无不给他（她）带来极大的乐趣。

其五，本能具有惯性。例如随着新生儿的成长，进食的食物从液体转换成固体食物的时候，机体总是需要一段时间来适应；又如南方人大都习惯稻米食品，北方人大都习惯麦面食品，当南方人到北方生活不能适应，就是这种本能惯性在起作用。

其六，本能具有感性，即感觉和感情，相对于理性来说是直接的。从新生儿到儿童期，从接受妈妈的喂食到识得辨认妈妈的气味、容颜等，这样一种最为密切的母子关系，完全是感性带来的。感性将伴随着一个人的一生，并成为辨认事物、认知事物最原始、最直接、最永恒的方式方法，当然也是本能惟乐原则的重要保证。没有感性，惟乐无法实现。

另外，随着生命的老化，本能机能的减弱、溃退，直至走向死亡，都是大自然新陈代谢的必然现象，也是生理性疾病的起因和心理发生巨大变化（如恐惧、焦虑等情绪变化）的主要原因。

由于人的结构及机能非常复杂，所以，人的本能表现亦是多种多样的（如性、饥、渴等）。需要强调的是，梦同样具备本能的六大特征，是人的一种本能反映。

尽管本能的表现多种多样，但它们有一个共同的目标，就是满足。甚至人精神崩溃后成了神经病人，他所有的症候就是为了获得满足。

在人的精神生活里，本能自始至终坚守一种原则——惟乐原则。所有本能的释放，最终的结果都要求得到快乐和愉悦。把本能的这种惟乐原则渗透到人欲望的实现和自我完善的全过程，我们将可以看