

心理叢書 5



西洋厚黑學

LOOKING OUT FOR #1

如何追求第一

Robert J. Ringer 著

傅天心 譯



看完此書，你當
更能確定追求人
生最大幸福的意
義和方法，從友
誼、愛情、經濟
狀況到您個人
生活領域……

PDG

心理叢書 5



西洋厚黑學

LOOKING OUT FOR #1

如何追求第一

Robert J. Ringer 著

傅天心 譯



看完此書，你當
更能確定追求人
生最大幸福的意
義和方法，從友
誼、愛情、經濟
狀況到您個人生
活領域……

「文明帶給人類進步，也帶來對生命本質的困惑迷惘。羅勃·林傑這個自由主義者從全新的觀點出發，帶領你跨越人生的七大障礙——觀點的、真實的、人的、衛道運動的、財務的、友誼的和愛情的——追求最大幸福。這個目標非常清楚確定，就看你自己怎麼選擇。作者根據親身經歷，輔以科學研究調查，文筆犀利、風趣，引人入勝。」

西洋厚黑學



定價170元

如何追求第一

looking out for #1

西洋厚黑學

羅勃·林傑 著／ 傅天心 譯



尖端出版

三版序

不管你視此書爲危言聳聽的邪說異端，還是立論中肯的警世之作，作者羅勃·林傑至少能確切指出生活的目標。書中傳統神話和科學討論交互並見，落實於真實生活，化爲有實際效用的概念，對讀者的生活哲學裨益良多。

看完此書，你當能更確定追求人生最大幸福的意義和方法，從友誼、愛情、經濟狀況到您的個人生活領域，從來沒有一本書如同「追求第一」一般，充滿如此圓熟的生活智慧和實際的力量。

西洋厚黑學 目錄

導論·····	7
第一章 追求你的最大幸福·····	10
第二章 觀點的障礙·····	33
第三章 現實的障礙·····	46
第四章 人的障礙·····	75
第五章 衛道運動的障礙·····	138
第六章 財務的障礙·····	181
第七章 友誼的障礙·····	260
第八章 愛情的障礙·····	287
第九章 起跑線·····	322

在我們的浩瀚宇宙裏，
當存在著某一文明星球，
在這星球上，
每一居民皆為獨一無二之個體，
掌握自己的生命，
認知無窮的真實，
而「政府」這種團體永遠不存在。
本書謹獻給這個「期盼」，
以及如此期盼著的人類——

導論

如果我不坦白招認寫這本書的唯一理由是為了撈錢，我就對不起那些深知我為人的朋友。

或許你已經不明究竟裏地買了這本書，如此一來你我之間就產生了某種價值交易的關係。我用我的見解來交換你的金錢。而且，我想這些見解會讓你活得更愉快。你瞭解了這只是一筆交易，就毋須認為我讓你分享這些見解是種恩惠——我可從沒這麼想過。我的興趣是想再多賣你幾本書，好多撈幾文錢；這是你的保障。如果我想保有你這位顧客，唯一的方法就是讓這本書的價值高過你買它所花的費用。

我不想改變你，要你去追尋別個目標；我不想幫助你去摧毀某種「邪惡」；我也不想得到你的支持去對抗任何東西。如果你明瞭我只是想提供你一項有價值的產品（別忘了這是一筆交易），那麼你現在的心境就很適宜去面對橫在前頭的現實問題了。

丟掉先入爲主的成見

如果你能先試著去除心靈上所有先入爲主的觀念——不管是有關友誼、愛情或生活中任何其他的事——都會對你研讀此書大有助益。我知道這種事情說起來容易做起來難，不過我希望你儘量努力，因為你絕對值得花這個時間。

希望你也順帶清除對我可能產生的任何先入爲主的印象。不要把我想成一個保守主義者，我不是這種人；也不要把我想成一個自由主義者，我也不是那種人。很簡單，我只是一個人，因而在我的性格中會有許多不同的層面。我知道也許你是獨一無二的，絕不同於其他的芸芸衆生；但如果你也視我爲另一個獨一無二的人，那我們的關係就更融洽了。

由於我強調的重點是個人，在我的思想裏也就沒有性別的差異。因此，若你在本書的文句中看到我使用某種性別，那麼相對的性別你也可以自動代用。（當然，為了明顯的理由而使用的男性或女性代名詞是例外。）

繫好你的安全帶

清除你的心靈，讓它有如一張白紙。忘掉那些沒有根據的傳統觀念，忘掉那些別人一再灌輸給你的「道德」標準，也忘掉那些你被迫承認為「正確」的信念。看這本書的時候，請讓你的智慧控制一切。更重要的是，你必須時時刻刻記得自己是個獨一無二的人——你自身的幸福高於一切。

我不打算給你法律刑事上的意見；也不想扮演你的婚姻顧問；更不希望你以為我說的話是某種保證，就馬上採取急進的行動。如果你失敗了，我可不想擔負這個罪過；同樣地，如果你成功了——不管是在愛情上，財務上，或本書所提及的其他領域——我也從未想過要去分享你的幸福。不論是成功或者失敗，你都得獨自負責，我絕不奉陪。

話說回來，由於我們已經建立了一種我認為相當合理的價值交易關係，所以我可以很誠心誠意地告訴你：我衷心期望你看完本書，能清除橫阻在你前面的所有障礙，追求幸福的生活。

第一章 追求你的最大幸福

你的最大幸福是什麼？

追求你最大幸福是一種自覺的、理性的努力，每個人都會自動去追求幸福，少做一些會引起痛苦的決定，但是人生依然有幸有不幸，關鍵之處就在「理性」。

你先得知道自己正在幹什麼，也明白為什麼要這麼做，然後才能採取理性的行動，在這個和諧的基礎上避免痛苦，享受快樂。如果連自己在幹什麼都搞不清楚，那就表示你並沒有真正在生活，你只不過是白耗時間。一般人往往會做一些自以為能帶來最大快樂幸福的事情，不管他們做這些事的動機是自私還是利他，只要他們的行動缺乏清醒的意識——不完全知道自己在做什麼；不完全知道自己為何這麼做；或兩者兼而有之——我們就可以判斷這是自私的行為，而絕不是理

性的行為。

如果想在歡樂與痛苦之間做一個清楚又聰明的抉擇，就得提高警覺，也就是說要把大腦反應提到一個較高的水平。行動是出於理性的判斷，而全然不受你基於個人喜惡或出於別人影響的抉擇所束縛。如果行動不是基於理性的選擇，你就會失去控制，而任何失去控制的東西，不管對其本身或對周圍環境都是一種危險。

當你置身在「知覺清醒表」的高處時，你只依自己的理性抉擇行事；否則，你是根據別人替你做好的抉擇行動，這會很危險。如果你過去的行動已經習慣於後者，我可以告訴你一個好消息，你的唯一出路就是往上爬——爬到「知覺清醒表」的高處。

有什麼好處？

行動不受你的抉擇左右為何那麼重要？有什麼好處？答案你已經知道：更多的歡樂，較少的痛苦——為了自己的最大幸福而去選擇較好的生活。

以日常生活的範疇來說，這意味著你能精神煥發，取代往日的消極頹廢；能賺取足夠的金錢去買你想要的東西（或做你想做的事情），取代過去望洋興歎之苦；能真正享受愛情帶給你的歡樂，不必再空自磋砣；對那些你一向反感的人，能建立溫暖的友誼，不必再勞神去應付；對生活

感到健康充實而不厭惡；能有一個比較明澈清醒的心靈，一改過去的紛亂困惑；能有更多閒暇，不再常常感到時間不夠。

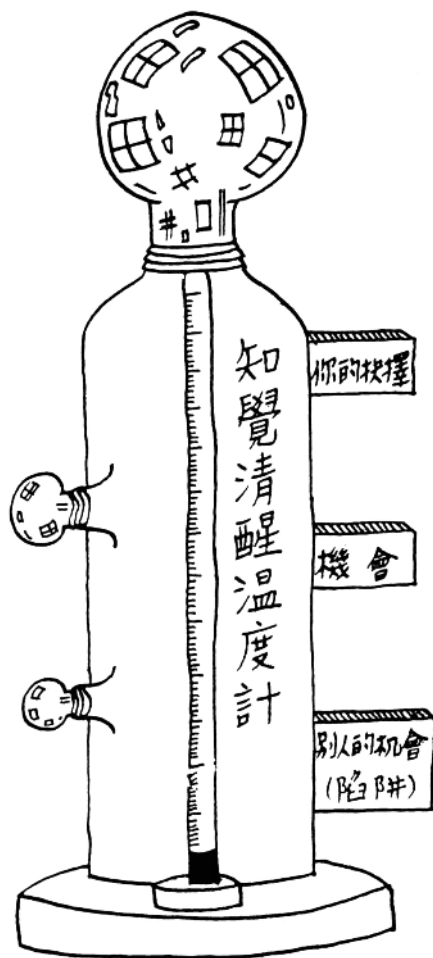
「追求你的最大幸福」之所以重要，是因為這個目標能帶給你一個簡單又不複雜的生活，讓你更能去做那些會帶給你最大快樂的事情。這個重大發現是根基於一個瞭解——瞭解生命的意義就是要活得痛快，你不但能夠，而且應該讓你的生活充滿歡樂而不是沮喪與痛苦。有了這種覺悟，你自然會感到自制和自重，然後，你才會永遠活得快樂！

覺得舒服

快樂是什麼？我認為，與其在一大堆嚴謹的定義上打轉，不如跳出這個文字陣，但憑與生俱來的感覺，就能明白快樂的意義。當你碰到一件愉快的事情，或對痛苦毫無感覺時，不需要文字描述，你就會直接感覺很舒服。

去掉掉種種不必要的成分，我認為每個人在生活中的主要目標就是感覺舒服。快樂並不是一件神秘的事，毋須勞動文字學家或心理學家去研究。你碰到某些愉快的事，反映這種經驗的心理狀態就是「快樂」；也就是說當你感到舒服的時候，那就是「快樂」。

我們經常會忽視一個事實：人生的主要目標就是追求最大快樂，而其他的所有附屬目標，不



管是大的或者小的，只不過是要達到這個主要目標的一種工具。當這些附屬目標達到某種程度，不脫合理的範圍，我們就會感到舒服。

快樂或不快樂都是程度問題，並不是可以簡單地一分為二。今天你可能比昨天快樂，而昨天的快樂也可能兩倍於一個月前，而且你希望今後又比以往要快樂。快樂與否時刻刻都在變化，而其多寡全在於你目標中理性的有無，和你達成目標的程度。目標中的理性成分愈大，就愈容易達成目標。

◎快樂天秤理論

在這兒我得告訴你一個好消息：你擁有一個連自己都不知道的奇妙利器——是一台迷你電腦，就裝在我們稱之為「腦」的大型電腦裏面。這台迷你電腦我就稱之為「快樂天秤」。

你面臨任何已知的兩難抉擇時，「快樂天秤」就自動替你衡量比重，然後選出一個會帶給你最大快樂的抉擇。關於「快樂天秤」，我們僅有一個小問題：有時會故障。它並不是隨時都能把真相搞清楚，因此有時會做出錯誤的抉擇。其實，正如其他任何型式的電腦，只有在操作員輸入正確的資料時，電腦才管用。如果你把非理性的思想輸入「快樂天秤」，它就會回報你非理性的抉擇。高爾特(John Galt, 1779~1839，蘇格蘭小說家，以下的話出自“Atlas Shrugged”。

一書)說得好：「只有理性的人——除了理性的目標，他別無所盼；除了理性的價值，他別無所求；除了理性的行動，他別無所歡——才有快樂的可能。」

即使你幸而擁有如此奇妙的裝置，要讓它維持適當的功能卻得仰仗你的努力。它永遠可以幫你作抉擇（事實上，連「不作抉擇」也是個抉擇——「不採取行動」的抉擇。）而且這些抉擇也往往能著眼於你最大的幸福，不過它的成功率卻與你的知覺清醒程度和追求理性的能力有直接關連。

雖然每一個人在行動前都會替自己準備一個好理由，但是我們卻循著不同的途徑去追求幸福。有些人使自己變成殉道者而樂在其中（我很懷疑這種方式也能稱得上是理性的抉擇）；有些人藉著充實自己的學識而快樂；還有一些人則把快樂建築在財富的累積上。誠如魯比斯(LouiseROP-Looris)在一篇闡釋亞里斯多德哲學的文章上所說的：「在人生旅途上，我們努力以赴的目標多多少少都是為了得到快樂。由於每個人對「什麼才是快樂？」的定義不同，因此表現出來的行為也就互異。」

如果有人想要你相信應該怎麼做才會快樂，麻煩就來了。布勞恩(Charry Browne)就曾提出這樣的疑問：「如果有人告訴你，施捨才會使你快樂；這是否表明了施捨會使「他」快樂？」他警告我們千萬別被別人的意見束縛，否則只會把自己弄得更迷惑。

你怎麼知道你的「快樂天秤」有沒有發揮正常功能？大腦中感覺歡樂與感覺痛苦的不同機能

通常都能給你一個清楚易懂的訊號。在心理上你只有兩種情況，一種是你覺得很好，另一種則否。如果你覺得很好，那就別再懷疑了；你的天秤運作良好。如果你感到煩惱，那麼你得去清除某些障礙，而清除障礙實際上是一種心理層面的工作。

在這裏，我們又要碰到一個宇宙間古老不可避免的真理：天底下沒有不勞而獲的事。你要獲得，就必須先付出。你想得到更多快樂，就必須付出更大的代價。至於你願意付出的代價大到什麼程度，全憑自己決定；在採取行動之前，你先得衡量能得到多少利益，再決定你願付出多少代價。

你真正擁有的其他抉擇是什麼？你並沒有選擇要誕生在這個世界上，但事實上你已經存在了；所以撇開必須付出的代價不談，你只剩兩個選擇。

第一個選擇很簡單，就是自殺。雖然每年都有不少人選擇這個辦法，但這似乎不是一個理性的抉擇。第二個選擇是不採取任何行動——對所有既成事實一概接受，讓生活中充滿困惑、挫折、衝突和其他負面因素；這麼做會使生命變成一種負擔，而不再是一件值得慶幸的存在。

大多數人都會採取第二個抉擇——不採取任何行動——因為這個辦法似乎最容易。不過我相信採取這種辦法的人是以眼前一時的方便在欺騙自己。他們是用整輩子悠悠長痛來交換暫時又猛烈的短痛。明白這一點，就有助於解釋很多緊纏著你的悲愁。一個人如果經年累月過著毫無歡樂的生活，那麼他等於是一個活死人。如果你對現在所擁有的生命都不能活得痛快，那你又何必擔