

人为什么

王行刚 / 著

如此痛苦

减轻

心灵的创伤

法则：智力、理性和欲望始终与痛苦不分不离，
如同土壤里必会长出草木，天空必有鸟鸣掠过。

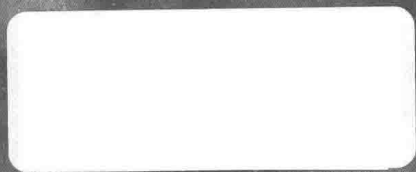


華齡出版社

人为什么

王行刚 / 著

如此痛苦



责任编辑：潘笑竹

封面设计：刘会强

责任印制：李未圻

图书在版编目（C I P）数据

人为什么如此痛苦 / 王行刚著. -- 北京：华龄出版社，
2017.6

ISBN 978-7-5169-0851-8

I. ①人… II. ①王… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第082153号

书 名：人为什么如此痛苦

作 者：王行刚 著

出版发行：华龄出版社

印 刷：江苏印联实业有限公司

版 次：2017年7月第1版 2017年7月第1次印刷

开 本：880×1230 1/32

印 张：5.75

字 数 110千字

定 价：26.00元

地 址：北京市朝阳区东大桥斜街4号 邮 编：100020

电 话：84044445（发行部） 传 真：84049572

网 址：<http://www.hualingpress.com>

自序

PREFACE



人是有思想的，当成为自己所创造的事物工具时，留下的只能是心灵的创伤和痛苦。语言、文字、钞票、建筑物和车辆已经主宰了人的自由的灵魂。

我们赞美那些智力卓越、接受法则约束、具有理性精神、能为自己和他
人而奉献的人！憎恶那些贪婪、纵欲、无法无天、只为自己活着的人！

人为什么如此痛苦？源于存在。只要万物存在，有思想的人必然承受这
伴随的必然产物。摆脱痛苦，只能是空想，只能是虚幻的灿烂彩虹。没有人
不被痛苦折磨过，肉体好似被撕裂，精神宛如被雷劈。然而绝大多数人都能
从痛苦之魔掌中挣脱，调整自己，重新开始生活。

法则、智力、理性和欲望始终与痛苦不分不离，如同土壤里必会长出草
木，天空必有鸣鸟掠过。我们研究痛苦并不是为了消灭它，而是为了如何有
效地与之交流，减轻心灵的创伤。即使做不到，我们还是要尽力而为之！

著者

2017年1月

目录

CONTENTS



第一章 我与己我

003 第一节 我的本质

011 第二节 己我

第二章 痛苦的本质

021 第一节 痛苦的生理心理基础

033 第二节 从无生命物质的反应到人的知识

047 第三节 社会性生物基础的发展

061 第四节 痛苦与快乐

第三章 法则及痛苦

067 第一节 法则

071 第二节 “自由—权利”盟友的形成

- 085 第三节 冲突
- 091 第四节 政治法则及痛苦
- 100 第五节 道德法则及痛苦

第四章 智力及痛苦

- 105 第一节 古代类人猿社会痛苦
- 107 第二节 狩猎采集时期大迁徙痛苦
- 111 第三节 农业及取代狩猎采集者痛苦
- 117 第四节 初级农业文明阶段及痛苦
- 125 第五节 游牧民族对农耕民族造成的痛苦、
西方在全球扩张及其带来的痛苦
- 132 第六节 后工业革命时期及痛苦

第五章 理性及痛苦

- 141 第一节 伟大的时代
- 153 第二节 后悔

第六章 欲望和痛苦

- 169 (一)
- 176 (二)

【第一章】



我与己我



第一节 我的本质

在众多人称代词中，“我”的应用最多。在人的思维中，“我”是潜意识的词语。实践活动中，思维、行动往往是从“我”出发的。一种典型的现象就是：不管个人还是群体，在意识和行动上都首先考虑自己的生存和发展，然后才考虑他人或其它群体。

“我”是什么呢？“我”是自我和己我的统一体。自我是构成我的基石，生而存在就是因为有自我。己我是“我”与外界发生关系时产生属于我的内容。己我根据“我”与外界发生的直接和间接的关系，又分为直我和间我，直我就是“我”直接面对的内容，间我就是“我”在行动中自我与直我之间的中间过渡内容。也就是“我”是由自我、直我和间我三个部分组成，自我是基石，直我是我与外界直接发生关系的部分，间我是自我与直我的中间环节。

随着科学技术和社会的进步，人的社会性越来越被加强，个体越来越离不开他人，人与人之间的关系越来越复杂和紧密。己我是在历史条件下逐步形成的。己我与社会分工同时出现，或者更早。“我”又分成个体或群体，

如个人、我的单位、我的地区、我国等。

农业文明时期，人的活动范围局限于区域，接触的人群少。随着工业文明时代来临，人类的视野一下子开阔了。先进的科学技术使人与人之间距离缩短，使人与人之间、人与社会之间的依赖性加强。人的社会性与以往相比，不可同日而语了。随着社会进步，人的社会性必然随之发展。在此前提下，己我逐渐形成。

现代科学技术使社会变化速度加快。即使离开一小段时间，我们也会发现社会中的许多关系都发生了变化。有些变化甚至让自己一下子适应不了。人对社会和他人的依赖性正在被加强。

在人际关系中，物质、精神方面的社会交往也变得复杂多样。物质的形态变化、数量增加给人们生活带来了快捷便利。交往不仅仅停留在吃穿住行等方面，更多在心灵上。社会生活中的道德也变得具体和复杂，善恶评价因为时间、地点、事件而变得谨慎、难以抉择。生产活动中的合作变得更为重要，人们只有合作，才能获得更多利益和效益。

这些为己我的出现和内容逐渐丰富提供了客观条件。己我就是我与外界发生关系时表现出来属性。这种属性是在人类发现自我后才逐渐被加强的，而且是在人与人之间生而平等的原则确立的情况下，才有可能真正地谈论己我。也就是说自我和己我划分是在资产阶级制度确立之后，才真正地被确定下来。当人与人在政治、经济等方面平等后，自由受到保护，才能真正地享有自我和己我。

自我、直我和间我统一于“我”。自我是主体，直我是实践对象，间我是实践的中介。主体认识世界，就要有自我、直我和间我的全盘考虑，不能

只为自我利益打算，否则就有可能破坏我的统一性，损害自我利益。一心谋取自我利益，不顾自我利益的人，必然受到最后惩罚。这种惩罚是通过直我和间我传递到自我。只顾自我利益会导致社会中人人自危，人人自保，结果是人人都受到伤害。

举一个经济领域的例子。一个种韭菜的人（自我、直我和间我的统一体“我”），把田地分成大小不等两块。小块不打农药用于自我食用；大块打农药，产量高，品色好，用于市场卖个好价钱。他的韭菜可能通过中间商（自他、直他和间他的统一体“他”）作为中间环节，把韭菜卖到消费者（自你、直你和间你的统一体“你”）手中，也可能直接卖给消费者。自我在这个经济活动中既获得健康蔬菜，又获得经济效益。第二年，他不种韭菜了，要想吃韭菜他只有去买。如果别人也采用去年他的方法种韭菜，卖给他的是打农药的，这就会损害自我的健康。一个人为攫取利益不择手段，他人也会为利益不择手段，最终损害了自己的利益。

破坏我的统一性会带来严重的问题。

首先带来的是个人问题。一个只顾及自我利益的个体，在利益传递链“自我—间我—直我”中，只会把所有利益都放在自我身上，一切从自我利益出发，所思考的范围有限，在与他人发生关系时，他人会意识到你只顾及自我利益，就不愿与你交往和合作。个体的利益也就受到更大损害。

这个过程还涉及到另一个问题：顾及他人利益。这在时间上可以分成三种类型：没有顾及他人利益，短期顾及他人利益，长期顾及他人利益。

短期顾及他人利益的人，或因时间、空间的原因而存在投机现象，或因短见而不讲诚信。长期顾及他人利益的人是讲诚信的人，长久地兼顾自我利

益。兼顾他人的利益，这样最终受益的是自我，愈是长久地坚持兼顾，自我愈将长久地受益，虽然短期内受益很小或不受益。没有顾及他人利益的人其实就是把利益全部放在自我身上。

其次带来社会问题。一是只考虑自我利益，都从自我出发，不择手段获取利益，没有人能逃脱利益被损害的处境，这样就形成互相残害，互相欺骗的社会环境。二是只考虑群体利益，群体间就会相互攻伐，结果会造成社会混乱，矛盾迭起，危及国家利益。三是只考虑一国利益而不顾及他国利益，国家间难以友好相处。

自我和己我统一于我，就是要求“我”与他人、社会发生关系时，在思想上全盘考虑，不能只为自己利益着想，还要顾及他人利益；在行动上按照公平正义的原则，处理我与他人的利益分配问题。

利益关系可以被分成两种类型：“自我一直我”和“自我一间我一直我”。“自我一直我”类型中，种韭菜的人直接把韭菜卖到消费者手中，不经过中间商，这种类型中间我不参与经济活动。“自我一间我一直我”类型中，种韭菜的人把韭菜卖给中间商，由他们批发给零售者，再卖到消费者手中。不管哪种类型，自我、间我和直我都是起点与终点，即是“自我一直我一自我……”或者“自我一间我一直我一自我……”。自我、间我和直我三个我的属性或者说三个组成部分中，虽然自我为基础，但间我和直我并不从属于自我，而是平等的三者关系。直我和间我并不只是为自我服务的，我并不是被分裂为自我、直我和间我三个部分。想到我就应该想到自我、直我和间我，考虑自我利益时必须考虑直我和间我的利益。例如，我去开工厂做豆芽，目的是为了获取经济利益，这本来对社会和个人都有好处。但是为了获取短期利益，生产毒豆芽，事情就变质了。这是在“自我一间我一直我”利益链中，只考虑自我利益，没有考虑间我和直我的利益。间我和直我组成

了己我，己我的利益最终体现在自我身上，己我的利益是由他人或社会带来的。不顾及己我利益的人，他人或社会也不会顾及自我利益。

顾及己我利益的结果，是他人或社会也会回报自我利益，最终自我从这个利益链中受益。

把我分成三个组成部分，就是从主观上清除只为自我利益的思想。社会的发展已经不允许个体或群体极端自私的思想和行为。高度发达的社会结构和复杂的社会关系，个体之间、个体与群体、群体之间已经紧密联系在一起，一荣俱荣，一损俱损，没有个人或群体脱离社会而能够生存与发展。

我被分成三部分，由此可见在社会活动中发生关系对象之间至少有两方，如种韭菜的人甲和消费者乙。如果乙的职业是卖菜油饼的，常买甲的韭菜，而甲常买乙的菜油饼。

甲在种韭菜时有三种情形。第一种，把土地分成大小不一两块，小块不打农药自用，大块打农药用于市场买卖。第二种，不分成两块，全部打农药，自己也食用。第三种，不分成两块，全部不打农药，自己也食用。很明显第二种情形，对自我健康不利，甲需要健康，可能不采用第二种。第三种情形中韭菜品色不好，卖不上好价钱，甲要赚钱。可见第一种情形甲既可保证自己健康，又能供给市场品色上好的韭菜。问题是当甲选择第一种情形时，以自我为中心，没有顾及己我的利益。如果缺少监督机制和措施，甲必然选择第一种。

当乙做菜油饼去卖时，也会出现三种情形。第一种，自己吃时不用地沟油，卖给他人时用地沟油。第二种，全部用地沟油，不管自己还是他人吃。第三种，全部不用地沟油。让乙去选择，他自然会选择既能保证自我健康又

能经济效益最大化的第一种。

在道德和法律约束下，让甲乙去选择方案，刚开始二人都可能选择第三种，但是当他们发现既没有监督、顾客又不能分辨真假时，在利益驱使下，二人可能都选择第一种。由此可见，市场质量监督、顾客辨别能力与甲乙二人选择方案紧密相关。市场质量监控力远比顾客辨识真假能力重要。

甲买乙的菜油饼，乙买甲的韭菜，在这个经济活动中当二人都选择第一种方案，都只考虑自我利益，没有顾及己我利益，结果是自我利益都受损害，进而损害自我利益。二人没有把自我和己我统一到己中来，把二者割裂开来。若甲乙都选择第二种，是一种同归于尽的做法，这种状况在现实生活中不是不存在。甲乙二人都选择第三种，这种状况是社会最需要的，也是甲乙二人需要的。

具体到甲乙二人发生关系时，他们的交集将会出现九种状况，若甲乙选择情形用 S_i 表示，即 S_1 、 S_2 、 S_3 分别表示选择第一、第二、第三种情形。假定甲乙二人考虑自我利益和己我利益平等，即二人在这两种利益中从最基本方面来说是平等的，都取0.5。取对自己和他人都有利的第三种记为 $0.5+0.5=1$ ，即 $S_1=1$ 。取对自己和他人都不利的第三种记为 $0+0=0$ ，即 $S_2=0$ 。取第一种对自己有利而对他人不利为 $0.5+0=0.5$ ，即 $S_3=0.5$ 。数字越高表示越好，如表1-1所示。

乙 \ 甲	第一种	第二种	第三种
第一种	$0.5+0.5=1$	$0+0.5=0.5$	$1+0.5=1.5$
第二种	$0.5+0=0.5$	$0+0=0$	$1+0=1$
第三种	$0.5+1=1.5$	$0+1=1$	$1+1=2$

表 1-1 情形选择的交集

甲乙二人都选择第三种时最好，交集数为2；都选择第二种时最差，交集数为0。

如果甲乙二人都选择第三种情形，需要什么条件呢？

首先，完备的法律制度，对甲乙的行为有限制。社会形成一种正气，提倡人人不仅为自我利益考虑，还要为己我利益考虑，决不能以牺牲社会或他人的利益为代价而攫取个人利益。

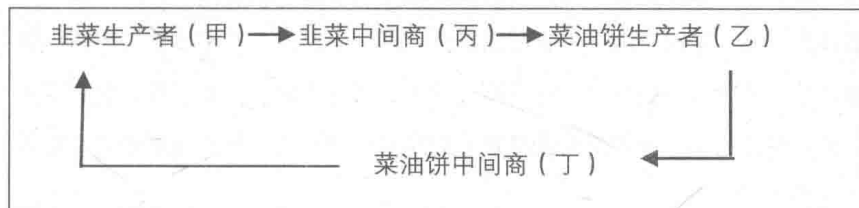
其次，行政部门管理到位，监控措施得当，对待违法者严惩不贷。

再其次，消费者要明辨是非，造假者阴谋不能得逞。

最后，就是甲乙二人具有高尚的道德修养，在理性上具有正确的认识，在行动上兼顾他人或社会利益，不做对社会不利的事情。

如果经济活动规模扩大，选择第一种情形，受危害的人数加大。甲生产的韭菜、乙生产的菜油饼各有一部分用于自己和员工食用。在韭菜生产者（甲）、消费者（乙）和中间商（丙）三方中互有需求，甲需要乙的菜油饼，也离不开中介丙把大批量韭菜批发出去；乙需要甲的韭菜，也离不开中介丙；中间商丙离不开甲乙。在这个经济活动中，甲乙丙三方都要遵守相关食品法规，本着对消费者负责任的态度去做事，用道德情操去做事，在行政部门监控下完成活动。然而，追逐利益最大化往往使人利令智昏，唯利是图，为利益不择手段。如果再有一个批发油饼中间商丁，则他们之间关系如图1-1。

图 1-1 经济活动关系



在这些经济活动中，道德缺失以及铤而走险的做法不外乎为利益所驱使，利用法律手段严惩不法者是有效方法，但更根本的是思想的转变。

自我和己我都是从我出发，但是思维上不一样。自我是以我为中心；己我则强调，受我的影响，他人或社会是否给我带来利益。己我利益有滞后性和传递性特点。只有整个社会成员都愿意自觉把我统一于自我和己我，为他人和社会考虑，自我才能真正地享受他人和社会的馈赠。

短期利益是人为割裂自我和己我的主要因素。只看到自己利益而看不到子孙后代利益，只看到团体利益而看不到国家利益，都是只关注短期利益的行为。我统一于自我和己我，就是为长远自我获得最大利益而考虑的，人人都为他人和社会考虑，人人都会获得最大化的利益。我统一于自我和己我，就是强调自我利益与他人或社会利益一致，损害他人或社会利益必然会损害自我利益。个体由自我和己我组成，只考虑自我利益，而忽视他人和社会利益，最终自我利益必受到损害。一个群体，一个国家莫不如此。



第二节

己我

把“我”看成自我和己我的整体，是科学的做法，也是百利而无一害的思想。既然“我”具有整体性，一旦被破坏就会引起整体性缺失，破坏我的发展。自我是存在体的基础，没有自我谈不上其他。自我之于己我，正如“皮之不存，毛将焉附”。但是，单是自我支撑不了“我”的参天大树，必须有己我，也就是外界对我存在的支持。己我不是简单地依附自我，而是独立存在的。自我离不开己我，己我与自我具有同等的地位，也就是离开社会 and 他人而独立的存在是不可能的。

己我是“我”在考虑自我利益同时，也考虑他人的利益，以及由此带来的反作用。如，种韭菜的人，如果同时考虑自我和消费者的利益，消费者也考虑自我的利益，二者相得益彰，都会有良好的生存和发展的外在和内在条件。己我对自我的作用，主要体现在己我作为自我外在发展条件的存在。自我发展需要外在条件，自我是“我”发展的基础，是内在因素。这个内在因素能否使“我”发展，离不开外在条件，离不开他人和社会。因而一个人的发展，在自我的具备下，外在条件就成了成功的关键因素。种韭菜的人为了