

B849
Q69

282

解忧消愁小丛书

外国人 怎样解忧愁

秦 烨 韩 震 梁 侠 周继明 著

农村读物出版社

1990·4

外国人怎样解忧愁

秦 烨 韩 震 梁 侠 周继明 著

责任编辑：任 鹤

•
农村读物出版社出版

肥城县印刷厂印刷

各地新华书店经销

•
787×1092毫米 1/32 1.75印张 39千字

1990年4月第1版 1990年4月山东第1次印刷

印数1—2400

书号：ISBN 7-5048-1287-0/Z·171 定价：1.80元

苦恼与超越

——古希腊哲学家其人其事漫谈

秦 烽

古代希腊的许多哲学家，都直接或间接地谈到了超越苦恼的问题。其中仍然有不少思想值得我们借鉴。

一般而言，在古希腊哲学家中，亚里士多德以前的哲学家大多对社会人生抱有积极进取的态度；亚里士多德以后，由于东方马其顿人的侵入，希腊奴隶城邦制处于瓦解之中，社会动荡日趋频繁，一部分哲学家不再关心社会与个人的关系等问题，而醉心于研究个人的完善与解脱。有意思的是，许多哲学家不仅对如何解除苦恼、达到幸福作了直接或间接的理论研究，而且还身体力行去实践自己的学说，用自己的行动为其学说作了生动的注解。

1. 苦恼与悲剧性

——兼谈苏格拉底之死

我们所谈的“苦恼”，并不是指由一些外在的鸡毛蒜皮的小事所带来的精神不愉快状态，从根本上说，这里所说的

苦恼，乃是由于理想与现实的冲突所引起的精神痛苦：人们理想中的东西实现不了，而和理想冲突的现实却成为必然的。这种必然性观念正是取得辉煌成就的古希腊悲剧的灵魂，用他的话说，这叫做“命运”。希腊的悲剧诗人正是用这种“命运”观念来加强悲剧的戏剧性效果。以埃斯库罗斯的《被缚的普罗米修斯》为例，普罗米修斯与宙斯对抗，盗天火使人类受惠，这应当是一个英雄行为，按理应当给他佩戴显示荣耀的桂枝，但普罗米修斯却被宙斯锁在高加索山的悬崖峭壁上，用矛刺穿他的胸部，让老鹰啄食他的心肺。这与中国式的喜剧性结局是截然不同的。这里就有命运在捉弄人，使人痛苦，这个神话便充分展示了理性与现实的分裂，它表明应该的并不一定就存在。而苦恼便根源于此。在这种意义上，可以说苦恼有一种悲剧意味。

在古希腊哲学的历史上，像普罗米修斯这样的“哲学的日历中最高尚的圣者和殉道者”^①不乏其人，我们可以从苏格拉底的命运来加深对这种悲剧意味的理解。

据说苏格拉底是位真诚坦率、温和可敬的人，从不好为人师、自以为是；与人交往尊重他人的自由权利，避免粗暴无礼。他为了保卫祖国，英勇顽强地参加了有名的伯罗奔尼撒战争中的3次战役。正是这样一位卓越的人物，在其68岁时，却被控告犯了亵神罪、诱惑青年罪而处死。所谓亵神罪，是指苏格拉底鼓吹了一种完全不同于公众确信的的神的新神——一种近乎精灵的所谓“灵机”。我们知道，宗教是雅典国家的基础，公众所确认的神是雅典国家存在的依据，没有它，国家便无法存在。而苏格拉底所鼓吹的“灵机”与公

^①马克思《博士论文》，人民出版社，1978年版，第8页。

众的神相矛盾，在人们看来，就是一种犯罪行为。所谓诱惑青年罪，主要指由于苏格拉底的干预，使得青年人对自己的境况感到不满，他们提出指控说，由于苏格拉底的干预，使得安托尼的儿子不满于从事他父亲的制革行业，由此他日夜酗酒，最后彻底堕落了。在雅典人看来，父母与子女的关系乃是生活的伦理基础，而苏格拉底鼓吹青年确信自我的价值，从而伤害了人民的精神和伦理生活，受到雅典人习俗反对。但另一方面，苏格拉底以他的良知与法庭的判决对抗，在他良知的法庭上宣告自己无罪，他扪心无愧。这种以理性来考察一切的良好法庭的神圣法律，与神圣的国家法律及朴素的习俗，两者相互对立，成为理想与现实冲突的具体生动的演义。我们知道，任何个人的精神和时代精神比较起来，简直可以忽略不计。因此，就当时的现实而言，他的死是必然的，因为他过分突出强调了个人内心理智的确信，违反了当时雅典的风俗、伦理和宗教。可见个人的力量在社会面前是何等地渺小，尽管以理性的形式出现，但只要游离于社会现实之外，无论是落后于还是超出于现实，都会被现实惩罚。人们只能审时度势、因势利导，在理想和现实之间找到一个合适的位置关系，这样对待生活，才能表现出个人的创造力，并充分完善自我以及实现个人的价值。

2. 苦恼与快乐

——昔勒尼学派与犬儒学派之争

苏格拉底饮鸩后，以他的学生为主体产生了所谓小苏格拉底学派三家，其中以昔勒尼学派和犬儒学派独具特色。这两派都以个人的主观感觉作为解脱苦恼、完善自我、达到幸福的依据，但在对快乐的看法上分道扬镳。昔勒尼学派以主体的满足为目的，认为寻求快乐是人的天职，把感官的

愉悦当作人的最高的本质的东西。如昔勒尼学派的创始人阿里斯底波宣扬人生的唯一目的是快乐，他从自然主义的感觉论出发，认为肉体的快乐比精神的快乐更迫切、更强烈，因此它优于精神的快乐。肉体的快乐既不在于过去，也不在于将来，而只在于现在。他认为只有现实的、眼前的、感性肉体的快乐才是真正的快乐。而快乐和痛苦往往是相互联系、相互伴随而出现的，要求得快乐，就必须善于辨别、避免痛苦。而要辨别、避免痛苦就必须要有知识，所以知识是必要的，凡是有知识的人都会慎重，都能为了达到快乐而克己，所以有知识的人得到的快乐多，遭受的痛苦少。据古代传记作家弟欧根尼·拉尔修记载，昔勒尼学派的创始人阿里斯底波一直追随在叙拉古君王狄奥尼修的左右，充当宫廷的食客。一次，狄奥尼修将口水吐在阿里斯底波的脸上，为了期待狄奥尼修赏赐给他一大笔钱，他若无其事地忍受着。别人为此指责他时，他回答说：“渔夫们为了捕到一条可怜的鱼，不惜让海水溅湿一身，而我为了捕获一条大鲸鱼，岂可能不忍受这一点？”^①另一位晚期昔勒尼学派的代表德奥多罗把快乐和忧愁当作最终目的，但认为快乐属于理智，忧愁则属于无理智。他和阿里斯底波有所不同，他不重视直接的主观感受，认为时下感觉到的苦和乐是无足轻重的，他主张用理智来享受感觉的快乐。快乐有多种多样，我们应当享受的快乐乃是我最为和谐的快乐，这种和谐指人的特殊的存在与本质的存在相一致，而这种本质的存在是理智和正义。因此，幸福必须用心、思虑去寻找，因为人们只有依靠理智和正义才能找到最为和谐的快乐。很显然，昔勒尼学派的这种快乐主义思想对后来

^①弟欧根尼·拉尔修：《名哲言行录》第2卷，第67节。

伊壁鸠鲁主义产生过很大影响。在昔勒尼学派中还有一位赫格西亚，他把一切都看得无所谓。他认为，身体为多种多样的痛苦所侵扰，灵魂也备受折磨，因此，选择生抑或选择死都无所谓。他把生活甚至生命看作是无所谓的、可以放弃的东西，鼓吹人应当处于一种无动于衷的漠然状态，并说这就是贤人的状态。据说，由于他对听众鼓吹这样一种对生活漠不关心的态度，使得人们对生活感到厌倦，有的甚至自杀。鉴于这种情况，据说他住在亚历山大里亚时，曾被当时的托勒密王朝禁止讲学。

同昔勒尼学派一样，犬儒学派也以主体的满足为目的，不过，犬儒学派所满足的内容仅仅只是一种自然的需要，除了这种最一般的自然需要外，他们消极地摒弃一切能引起快乐的事物，认为善就是将人的欲求限制在最低的程度以下。犬儒学派的创始人安底斯泰勒就认为，美德是唯一的善，除美德外，其他都是恶。善和恶是绝对对立的，其区别就在于道德。与此联系，他认为世上除了善人就是恶人。他强调道德与幸福是一致的，只有有道德才会有幸福；有道德的人能自满自足，无所需求。这就是说，凡是能超然于一切欲望之外的人，才是有道德的人。这样，他就把道德即幸福的思想发展到极端，只强调精神的善，把一切感性的肉体欲望都看作是恶，这就导致了绝对的禁欲主义。按照这种绝对禁欲主义原则，人们应当回到“自然人”的原始生活中去。据说犬儒学派成员有一套简单的行头：一根粗棍子，一件褴褛的、没有下装的、可以在夜里当被子使用了夹外衣，一个讨饭袋和一个杯子。打扮起来，完全是一副十足的乞丐样。由于他们生活放浪形骸，有的甚至甘愿过像动物一样的生活，因而被称为“犬儒”，最有名的犬儒学派成员，西诺卜的弟欧根

尼晚上就睡在市场上，或大街上，或木桶里。犬儒学派认为痛苦或苦恼来源于欲望，认为只有无欲才是神圣的，一个人愈近于无欲，他便愈近于神圣。这种逃避一切快乐的禁欲主义完全走向了昔勒尼学派的另一个极端。第欧根尼就讽刺靠国王赏赐而养肥的阿里斯底波是一条“御犬”，虽然他自己也在另外的意义上被称为“犬”。据说，一次第欧根尼在寒冷的河边洗菜，看见阿里斯底波从旁经过，就冲着他喊道：如果你也知道自己动手洗菜，你就用不着尾随着国王们了。阿里斯底波也同样地回敬他说：如果你知道如何同国王们周旋，你就用不着洗菜了。

3. 苦恼与至善

——柏拉图与亚里士多德论幸福

苏格拉底提出了一个有名的命题：美德即知识。真正把苏格拉底这一思想发扬光大的，是他最有名的弟子柏拉图。围绕快乐是否就是幸福等问题，他对什么样的生活是最美好的生活作了深刻的阐述，从而从侧面回答了如何解除苦恼、达到幸福的问题。他指出，有的人认为快乐就是幸福，而另一些人则认为知识、智慧和理性是幸福。但这都是有失偏颇的。幸福，既不能是单纯的快乐，也不能是纯粹的理性和智慧。就快乐来说，不能将一切快乐都笼统地说成是善，有了快乐就不是善，而是“万种魔障的根源”，它们以其疯狂搅扰人类的灵魂，给我们带来烦恼和痛苦，而灵魂是我们智慧和理性的居所；这样的快乐还防止智慧和理性产生，使它们被人忘却，不加爱护。但有的快乐则不然，它们乃是善，如那种“真正而纯洁的快乐”，按照柏拉图的说法，乃是“智慧和理性的家人”，还有伴随着健康和节制的那些快乐，等等。^①

^①参见《西方伦理学名著选辑》，商务，1984，上卷，第196页。

所以，单纯的快乐并不足以构成幸福的生活。就智慧和理性来说，人也不能过“一种只有智慧、理性、对万物的知识和记忆，而无或大或小的苦乐感觉，并完全不受这些以及相似感觉所影响的生活。”①在柏拉图看来，幸福的生活是一种善的生活，而善的生活应当是自满自足的，这种自满自足的生活应当是一种混合的生活，他用文学的语言比喻说：“有两道泉在我们身侧涌流着，一道泉是快乐，可以比作蜜泉；另一道是智慧，是一副清凉剂，里面没有掺着酒、含有味美而有益健康的水，我们必须设法由这两种造成无以复加的可口合剂。②但这种合剂中，以理性、智慧为主，否则，这种合剂就会成为一种纷乱的杂拌。”在这里，柏拉图用一种形象的比喻，把用理性控制情感和情欲，看作是幸福的生活，或符合道德的生活的根本，这是有其合理意义的。

但柏拉图把这一思想作了进一步的发挥。他认为，幸福的生活就在于人们克制自己的情欲，用理性去追求至善，使他的思想呈现出禁欲主义的倾向和理想主义的色调。所谓至善，在柏拉图看来，就是存在于现实世界之外的绝对的理念。他认为，人的灵魂有三个部分，理性、意志和情欲。三者之中，以理性最高、意志次之，而情欲最低。三者之中，只有通过理性才能把握绝对的善。用柏拉图的话说，理性的这种把握乃是一种“回忆”，而回忆到的就是“知识”或“智慧”。柏拉图根据灵魂不死的宗教观念，认为灵魂在进入肉体以前是和理念生活在一起的，只是进入肉体之后，由于肉体以及各种欲望的束缚，才使得灵魂忘记了理念。那些

①《西方伦理学名著选辑》上卷，第189页。

②《西方伦理学名著选辑》上卷，第193页。

能用理性战胜情欲的人，则能通过感性事物的触发，回想起从前就认识的理念。这样，柏拉图就从幸福的生活是用理性控制情欲的生活开始，发展到幸福的生活就在于用理性克制情欲，追求至善。而柏拉图的至善乃是各种具体道德规范的绝对化和理想化，完全游离于现实的社会伦理生活之外。正如亚里士多德所指出的那样，柏拉图的“善”的理念，不过是一种空洞的形式而已，这种“善”的理念它和人的行为没有任何关系，因此，这种独立存在的“至善”是人根本无法达到的。

事实上，柏拉图是一位真正怀抱幻想的人，他曾三次到叙拉古王庭，试图通过年轻的狄奥尼修来实现他的政治理想。但第一次就不欢而散，闹了个灰头灰脸。不过，他还来了第二次、第三次，其中第二次被狄奥尼修软禁扣留。据说第三次差点被变卖为奴，最后还是通过塔伦丁的毕达哥拉斯学派的干预和帮助，才得以回到雅典。这正如黑格尔评价的那样，“表面上看来，一个年轻的君主，在他左右或者在他后面有一个智慧的人、哲学家来教导他、感召他，似乎是一个很好的想法，虽有千百个政治性的小说都建立在这种想法上面，但这种想法本身就是空幻的。”^①

和柏拉图比较，亚里士多德关于幸福问题的阐述更加深刻丰富。亚里士多德认为，人和其他一切生命实体的差别就在于理性。一个人的行为是否符合德性，关键在于他的欲望，情感等等非理性的部分是否能服从理性的律令。因此，正确的行为必须遵循恰当的理性原则，这种理性原则就是适度和中道。适度就是指人的行为即不能过度，也不能不及。

①黑格尔《哲学史讲演录》第二卷，第197页，商务，1960年版。

要恰到好处，这也就是中道。他举例说，无论是勇敢还是节制的德性，只要过度或不及，都可能酿成恶果。如一个人行为畏首畏尾、退缩不前，不能应付事情的变化，就会成为一个懦夫；同时，如果一个人无所畏惧，敢冒一切危险，就会成为一条莽汉。对于节制来说也是一样，如果一个人毫无节制，纵情恣乐，就会成为一个放浪形骸的人；但如果像一个乡巴佬，忌避一切快乐，就会变得麻木不仁^①。亚里士多德认为，人的理性有两个部分，一部分负责判断行为中什么是正当的，其德性是实践智慧，如上所说的理性的原则——中道和适度，就属于理性的这一部分；理性的另一部分负责静观没有变化的真理，其德性是理论智慧。亚里士多德认为，后者更加重要。这种理性生活的内容就是静观真理，沉思永恒的“至善”，只有在这种时刻，理性和理性的对象才一起来，真正的自我得到了完满的体现。但这种沉思哲学的生活，并不是每个人都能同样地进行的，只有哲学家才能持久地过这种理性生活，所以只有哲学家才是最幸福的人。^②亚里士多德在这里的论述极其深刻，他把对真理的认识同人生的幸福与否联系起来，真正认识了人生的最大的道理，人们就会解除苦恼达到幸福。这就是像中国的孔夫子说的那样：“朝闻道，夕死可矣。”黑格尔后来说“自由就是对必然的认识”，与亚里士多德这一思想正是一脉相承的。

亚里士多德是赫赫有名的马其顿王亚历山大的老师，与柏拉图教育狄奥尼修形成鲜明对比的是，柏拉图是按照自己的理想来教育狄奥尼修，而亚里士多德则把亚历山大作为一

①参见亚里士多德《尼各马可伦理学》第二卷第6章。

②参见亚里士多德《尼各马可伦理学》。

个人，作为他自己来进行教育，除了少数几本书外，我们并不知道亚里士多德给亚历大讲授过些什么。不过这两位巨人之间存在着许多思想上的不同，这可以表明亚里士多德并没有给自己的学生强行灌输自己的思想和观点。在这一点上，亚里士多德比柏拉图要现实得多，认识也清楚得多。

4. 苦恼与宁静

—— 晚期希腊哲学家的人生理想

亚里士多德以后的哲学，无论是伊壁鸠鲁主义，还是斯多亚学派，或是皮浪的怀疑主义，已呈衰微之象，同亚里士多德哲学比较起来，晚期希腊的哲学家显得要肤浅得多。但由于晚期希腊处于城邦制趋于瓦解、社会动乱不安、德风衰败的时期，所以这一时期的哲学家对伦理问题特别关注。虽然这个时期的哲学流派林立，观点也各不相同，但在人生问题上，都希望超脱人生的苦难，以达到内心的宁静。如伊壁鸠鲁主义声称快乐是唯一的善，而最好的善则是心灵的无纷扰；斯多亚主义认为快乐是一种伴随物，没有价值，真正有价值的是由道德而达到的内心的宁静；怀疑主义怀疑一切道德判断的真实性，认为最好就是保持不动心。虽然他们在快乐问题上各执一端，但在把内心的宁静看作是一种最好的精神境界上，都是殊途同归。

伊壁鸠鲁主义对昔勒尼学派思想进一步展开。昔勒尼学派把快乐仅仅局限于主体感受性的满足，因而确切地说，这还不是哲学，因为他们没有把快乐上升为一般的原则。快乐是以个体性为特点的，伊壁鸠鲁主义把昔勒尼学派的观念变为哲学，使这种个别的快乐服从于理性的选择。他们认为，快乐是唯一的善，但这种快乐并不是指那种奢侈放荡的快乐，并不是过分的享受，据说伊壁鸠鲁就是一位生活非常有

规律，非常节俭的人，他和他的门人主要以水和面包为食。在伊壁鸠鲁看来，快乐就是身体的无痛苦和灵魂的无纷扰，即肉体的快乐和精神的快乐；具体地说，肉体的快乐就是消除身体的痛苦，而精神的快乐是解除心灵的烦恼，消除恐惧，超脱苦恼；因此，快乐的产生直接与消除痛苦，解脱苦恼相关。在两种快乐中，肉体的快乐乃是一切快乐的基础和前提，而精神的快乐则是“灵魂的最完满的幸福”。伊壁鸠鲁认为，只要有痛苦存在，有苦恼存在，就没有快乐；只有消除了痛苦和苦恼，才会产生快乐；要消除痛苦和苦恼，除了恰当的感官享受以外，最关键的是寻求一种理性的指导。理性能帮助我们认识到引起人们不安和苦恼、恐惧的事物的原因。他说：“理性能使我们思虑肉体的终结和消散，而使我们解脱对未来的畏惧；理性使我们如此完备地得到生命所能得到的一切快乐，以至我们没有必要把永恒纳入我们的欲望之中，但是理性并不逃避快乐，而且当环境使它脱离生命的时候，理性也不是没有享受过幸福的生活的。”^①他还从感觉主义出发论证了死亡并不可怕，在他看来，一切痛苦都在感觉之中，而死亡是感觉的丧失，当人们活着的时候，死亡并没有到来；而人们一旦死亡，也就没有感觉了，因此，死亡并不可怕。据说伊壁鸠鲁活了71岁，在他临死前，他从容地洗了澡，喝了一杯酒，并嘱咐他的弟子们要牢记他的学说，然后溘然长逝。

斯多亚学派把犬儒学派的禁欲主义观念上升为理论。他们认为，快乐并不是善，快乐可以引起善，也可以引起恶；可以是高尚的，也可以是卑贱的，所以快乐只是善的附属性

①《古希腊罗马哲学》商务1982第345页。

质。他们认为人的本性就在于人是有理性的动物，所以善就是依照人的本性和理性去生活，即道德就是依照本性而生活。而什么是依照本性而生活呢？依照本性的东西就是道德，这完全是在形式主义地绕圈子。他们把道德的行为看作是符合理性的行为，就这一点而言是有道理的，但他们由此发展成为一种道德的理性主义和禁欲主义，认为感情是人身上不正确的东西，因此，道德的行为要符合理性，就必须征服自己的感情。感情这种东西发展为猛烈的程度时，会使人们作出错误的判断，产生激情，而这种错误的判断和激情会引起内心的恐惧和苦恼，引起欲念。因此，人们应当对其加以限制，使其根除。他们由此认为，最高的道德境界是不动心、恬静、沉思、寡欲，这种人才会不为恐惧、痛苦和快乐等情感而苦恼，才会达到永远的幸福。可以说，这是一种消极处世的人生态度。斯多亚主义的信徒，如罗马帝国皇帝马可·奥勒留就认为：人应当接受一切境遇，忍受不幸，保持心灵的寂静和寡欲。

怀疑主义否认任何现存的规定性，认为人生短促，世事莫测，怀疑主义的创始人皮浪就主张对任何事物都不要去作确定的、独断的判断，一切关于善恶、正邪、美丑和荣辱的道德判断或评价都是不能确定的。一切行为和关系的善恶、正邪、美丑、荣辱、成败、生死之间都没有什么差别。因此，人们只有对现实的和将来的一切，采取一种漠不关心的处世态度，不动心，这样才能解除内心的烦扰，求得安宁和幸福。据说皮浪本人就是这样，他从不回避任何事物，也不注意任何事物，面对一切危险不论是撞车、摔倒、被狗咬，他都不去相信他的感觉。有时，他正对着一堵墙撞上去，却完全不相信感觉反应的确实性。所以，他的朋友和学生不得不

时常跟着他，以免他出危险。但即使遇到危险，他也能做到不动心。据说有一次皮浪和一些入乘船渡海，在海上船遇上风暴猛烈颠簸，船上的乘客都惊恐异常，而只有他和一头正在吃食的猪毫不惊慌。风暴过后，他指着猪对人们说，聪明人应当像猪一样不动心。

纵观古希腊哲人的名言警句，虽然各有不同，但在一点上却是共同的，即苦恼并不是一种不能超脱的情感，仰仗着对生活中真谛的认识，我们就可以超脱苦恼而达到幸福。在古希腊哲学家中，他们信仰智慧，知识——一种最深刻的哲学世界观——对人的行为的升华作用，真诚地信仰知识的力量，在这一点上，他们与苏格拉底是一脉相承的。但知还只是问题的一个方面，要能行才是目的，虽然他们大多并没有直接谈论“知行”问题，但他们都是从知入手的，由知而行、知之深才能行得好。亚里士多德甚至把对真理和至善的沉思看作是最幸福的事情。

莎士比亚说过：人一半是天使，一半是野兽。这个观念来源于古希腊人。在古希腊人看来，人的灵魂有理性和情感两个部分，用理性指导情感，就使人升华、超脱；而一旦沉溺于个人情感之中，人就会变得放荡堕落、软弱无能。完善的人生需要爱情、荣誉、快乐，但更需要理性的指导。知识乃是理性的成果，是人类理性生活的结晶。在知识中，我们可以找到无穷的乐趣，增加我们超脱苦恼、克服各种困难的信心。知识是一面镜子，不仅能照见整个世界，而且能折射我们自己，使我们对自身有充分的认识。对自我的充分认识乃是实现自我价值的前提，是我们获得个人幸福、超脱苦恼的基础。谁要超脱苦恼，达到幸福，谁就该先认识世界，认识你自己。

慰藉在天堂还是在尘世？

——中世纪欧洲对苦恼问题的认识

韩震 梁侠

从5世纪起，欧洲开始进入了一个称为“中世纪”的一千多年的历史时期。我们可以把这个时期分为三个发展阶段：公元5世纪末至10世纪末，是奴隶制社会土崩瓦解和封建社会在火与铁的洗礼中确立的时期；公元11世纪至14世纪，是欧洲封建制度得到繁荣发展的时期；公元15世纪至17世纪初为封建制度的解体时期。在这三个历史阶段，由于社会经济和政治状况不同，人们对自身需要和感受的反思也颇有差异，对苦恼与随之而来的如何看待和如何解除苦恼的问题，也有不同的认识。

1. 从火焰、刀剑和饥饿中皈依上帝

——中世纪早期的解除苦恼思想

中世纪的开始是以一场毁灭文明的大灾难为标志的，即由于蛮族的入侵和定居而引起的罗马帝国的溃崩，连年的掳掠和蹂躏导致了生产和经济的严重衰退，并几乎造成了文化的完全毁灭。历史上一一般称这个时期为“黑暗时代”。当然，这个时期的黑暗并不是绝对的，它只不过是以外部的破坏性的力量加速了奴隶制文明解体的进程。如果说在黑暗时代希腊和罗马的旧文化破碎了，没落了；那么，日耳曼人、凯尔特人和斯拉夫人的新文化却正在形成和成长。无论从历史发展的角度看，蛮族的铁蹄践踏罗马社会的意义如何重要，但从现象的画面上我们却只能看到文明的断壁残垣，人民流血的伤口和呻吟挣扎的痛苦状态。正像法国学者布瓦松纳所

说的，“如果说世界这样由于罗马的专制主义和罗马财政制度的消灭而得到好处，那它在许多世纪中却失去了秩序与内部和平的幸福。”

入侵罗马的蛮族多属处于原始社会向奴隶社会过渡阶段的日耳曼游牧民族。从日耳曼人诸部落内部来看，还受原始的平等和自由的习惯约束。但是日耳曼人远远没有把自由和平等的民主原则一同带到帝国来，他们只是在那里传播以强凌弱的屠杀和破坏性的掠夺。因此，本来封建制度的形成是社会进步的一个环节，然而，在西欧却因蛮族的外力加速其形成过程而蒙上了一种退化和灾难的色彩。蛮族人原始的残忍性，使他们在所到之处杀人放火，把所有的东西都劫走，留下的只不过是闪闪的火光和凄凉的废墟。回荡在欧洲大陆上空的已不是文明和繁荣，而只是“火焰、刀剑和饥饿。”从乡村到城市满目疮痍，“裸露的男男女女尸首都被犬和鸢鸟吞食掉。”

在这样一个残忍地听凭暴力野蛮肆虐的社会内，经济生活衰落了，有时似乎将要完全停止。农村人烟稀少，土地荒芜。蛮族对城市的破坏表现得更为残忍，征服者到处驱散市民，并毁灭可能保持文明生活记忆的每一件东西——寺院、教堂、会堂、剧场和马戏场，建筑和纪念物都同样地付之一炬。安顿下来的蛮族首领就变成了封建领主，这些领主之间又互相厮杀，抢掠农民，焚烧庄稼，拦劫商人，任意盘剥和虐待农奴。城乡一样到处是贫困和匮乏。许多逃脱了刀剑和烈火的人也多死于贫困和饥饿，或者被那些肆虐的疾病瘟疫夺去生命。活下来的人也成了蛮族氏族军事首领们任意驱使的农奴，毫无人身保障可言。到处笼罩的是绝望和悲观的情绪，人间仿佛提早来到了地狱。教皇戈列高里一世曾悲哀