

心灵安顿丛书

听傅佩荣讲 人生问题

原声讲堂 傅佩荣 著

人生中最有意义的时光是在信仰、希望、挚爱和顿悟中度过的。

——卡尔·荣格（世界著名心理学家）



上海三联书店

心灵安顿丛书

听傅佩荣讲 人生问题

傅佩荣 著

上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

听傅佩荣讲人生问题/傅佩荣著. —上海:上海三联书店,2008.4

ISBN 978-7-5426-2796-4

I. 听… II. 傅… III. 人生哲学 IV. B821

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第044694号

本书中文简体字版由傅佩荣先生授权出版

听傅佩荣讲人生问题

著 者 / 傅佩荣

责任编辑 / 黄 韬

装帧设计 / 海云书装

监 制 / 李 敏

出版发行 / 上海三联书店

(200031)中国上海市乌鲁木齐南路396弄10号

<http://www.sanlian.com>

E-mail: shsanlian@yahoo.com.cn

印 刷 / 北京佳信达艺术印刷有限公司

版 次 / 2008年4月第1版

印 次 / 2008年4月第1次印刷

开 本 / 720×1000 1/16

字 数 / 310千字

印 张 / 19.5

印 数 / 1-8000册

ISBN 978-7-5426-2796-4

C·266 定价:36.00元

上 篇 从自我出发

自序

从自我出发……003

第一章

自我认识 005

我是谁……006

我是人——在自然界，面对其他生物……006

我是中国人——在人类世界，语言观念……007

我是上班族——在社会之角色，维生条件……008

我是父、母、子、女、夫、妻——特定人伦关系……009

我是傅某某——名实相符……010

人是什么……012

创造论——为神、天、道等所造……012

演化论——由低等生物演化……013

德日进的综合——重构意识定律……014

弗洛伊德的看法——潜意识……018

我要成为什么人……021

意识浮现：自由、动态、开展……022

向外的限制，向内的深化……022

爱与信仰……025

自我实现：知、情、意……030

第二章

自我定位 039

我在哪里……040

自然界（宇宙、环境、生存、竞争、欣赏、和谐）……040

宗教界（信仰、生死、超越的世界）……044

历史（传统、承先启后、文化之情）……047

社会（家庭、社团、国家、人类）……050

自我（个人之关系网）……054

人的安顿……055

人的生理、心理、伦理……056

人性向善……063

择善固执……067

珍惜现在……073

过去、现在、未来……073

第三章

自我成长…………… 077

生命要求成长……078

时间中的生命……079

误会（会衰老、会厌倦、会失去、会独立）……079

成长的方向……081

内敛（清明意识）……081

扩大（整体意识）……082

自由（和谐意识）……083

成长的方法……086

知：求真……086

情：求美……089

意：求善……094

人生境界……096

困境中之觉悟……096

追求中之代价……100

峰回路转……103

和谐圆融……106

第四章	自我超越	109
	何以要超越.....	110
	人生不完美.....	110
	生命是动态的.....	110
	人追求快乐.....	111
	超越途径之一	112
	平面的自我超越.....	112
	否定的自我超越.....	114
	立体的自我超越与提升.....	114
	超我（欲望主体）.....	115
	大我（行动主体）.....	115
	忘我（认知主体）.....	116
	无我（感受主体）.....	116
	超越途径之二	116
	智慧（苏格拉底，老子的区分、避难、启明）.....	117
	审美（庄子外化而内不化，道在万物）.....	128
	信仰（否定、提升、涤净、光明）.....	139

下 篇 重归心灵家园

自序	最后一张王牌.....	151
第一章	人生的悲剧与喜剧	153
	生命的原始要求.....	154
	从自我肯定到整体和谐.....	154
	自我的能力和限制.....	155

和谐之内在困境·····	156
悲剧不可避免吗·····	157
以希腊悲剧为典型·····	159
面对共同的命运·····	164
怜悯与恐惧·····	166
喜剧如何可能·····	172
快乐结局之幻灭·····	173
道家的秘诀·····	175
适性与逍遥·····	180
人生问题的定位·····	181
我能够做什么·····	183
我应该做什么·····	183
我愿意做什么·····	185

第二章 人生是荒谬的吗····· 189

现代人的孤立处境·····	190
超越界的退隐·····	190
自然界的疏离·····	192
社会与他人的张力·····	194
存在主义的伤痛·····	195
从虚无到荒谬·····	196
西西弗神话·····	202
反抗与自由·····	207
儒家的思考线索·····	212
从事实到价值·····	212
人性向善论·····	213

	道德如何化解荒谬·····217
	洞察人性与超越荒谬·····219
	存在即是存在得更多·····219
	有多少力量就有多少爱·····220
	重新开展自我的向度·····221
第三章	寻找真正的信仰····· 225
	信与不信之间·····226
	信仰混淆的时代·····228
	为什么要有信仰·····230
	存在与价值之根基·····236
	谁的信仰是真的·····237
	独特的辨认·····237
	全盘的付托·····239
	普遍的传扬·····240
	认识宗教的究竟·····244
	教义、仪式、规范、合理表达·····244
	从行善到解脱·····250
	密契的合一经验·····252
	感受与实践·····256
	善处孤独的个人·····256
	充满辩证的历程·····259
	走向终极的关怀·····262
第四章	最后一张王牌····· 265
	我对人生厌烦吗·····266
	无根的族群·····267

人我的隔阂·····	269
为何逃避自我·····	271
面对空间：我在哪里·····	274
生存领域与物理空间·····	274
生活世界与心理空间·····	275
生命的中心与重心·····	278
面对自己：我是谁·····	281
界限状况的压力·····	282
自由想象的方法·····	286
掌握一张王牌·····	293
面对未来：我要去哪里·····	297
了解一切即宽容一切·····	297
接受命运与超越命运·····	299
谁的未来是梦呢·····	300

上 篇

从自我出发

自序 从自我出发

如果忽略自我，人生问题难免显得空泛。大道理与小秘诀都是别人的体验，虽然可以参考，但总是不够贴切。负责的态度，大概只有正视自己的生命，努力“从自我出发”。如何着手呢？首先要规划蓝图，彻底想通四个步骤。本篇的目的即在于此，将依序探讨：自我认识、自我定位、自我成长与自我超越。

关于“自我认识”，原是千古至难之事。三岁小孩知道自己的名字，八十老翁却未必明白自己是谁。答案固然可以因人而异，思考的方法及架构则有恰当与否的分别。哲学之可贵，不在于提供什么至理名言，而在于妥善说明问题，让人随着线索去反省。譬如，为了认识自我，必须设问：我是谁？人是什么？我要成为什么人？

以常识为基础，进入知识领域，再领悟个人的智慧。那么，我是谁？五个角度看出五个答案：人、中国人、上班族、人伦特定角色，以及傅某某。扣紧最广义的“人”来说，不妨细究创造论、进化论，以及德日进与弗洛伊德的理论。毕竟知识的进展可以提供明确的观念。然后，我要成为什么人呢？自由选择并非漫无目标，而是针对意识之深化与心灵之丰富；此时，爱与信仰有如明灯与标竿，使自我不致孤立困陷在狭隘的领域，如此可进而考虑自我实现的途径。

第二步是自我定位。试问：我在哪里？答案也有五项：自然界、宗教界、历史、社会、自我。这五项构成一张网，是个人不可须臾或离的。麻烦在于：人的生命是动态开展的，因此所谓的“定位”，必然包含前进的方向，否则何以回应生命的要求？说是麻烦，其实却是最可贵的优越条件，因为它不容许人安于小成，却须永远向着更高的境界努力。此时，传统儒家的人性向善论，

表现了高度的说服力，从人之生理、心理、伦理一贯而上，落实在人与人之间的适当关系上。求真与求美，需要特定条件配合；求善则是人人可为，永无止境。

接着，自我需要成长，而成长很容易出现幻觉，譬如向外投射，把会衰老、会厌倦、会失去、会独立的当成对象，最后好梦成空。因此，成长必须掌握方向与方法。就方向而言，主要有三：由内敛而凝聚清明的意识，由扩大而开拓整体的意识，再靠自由来达成和谐的意识。就方法而言，仍然不外乎针对自己在知、情、意的潜能，使自己本身逐渐成为理想的典型。若是持之以恒，人生各种境界将朗朗呈现。关于“境界”，我们特别讲述了尼采的“精神三变”、齐克果的“人生三阶”，以及王国维在《人间词话》中的阐释。

最后一步是自我超越。何以要超越？因为人生不完美，同时生命是注定要变迁的，不自我超越就下坠。超越的歧途是平面的及否定的，就是以同质交换来避免原地踏步的尴尬，不然干脆离群索居，或借用阿 Q 心态来嘲讽世间。正确的超越之道，有何特色？它对于主体之欲望、行动、认知、感受，分别显示为“超我、大我、忘我、无我”。看似消极退让，其实却是心灵自由无待之前提。具体办法呢？一是智慧，二是审美，三是信仰。在此，我们向道家的老子与庄子学习，同时设法欣赏密契主义的心路历程，由否定到提升，由涤净到光明。

本部分四章，涵盖了我这几年对于“自我”问题的学习及思考的心得。我自认为十分幸运，一面读书教书，一面有机会与群众结缘，分享专业知识与个人体会。每隔几年又可以集文成书，或通过演讲方式广为流传。读者的肯定与鼓励，只会催促我精益求精，而不会让我稍有松懈。这部分所谈正是我的人生观，从自我出发之后，仍须自强不息，以求日新又新。

傅佩荣

第一章 自我认识

希腊的戴尔菲神殿上刻了一句话：“认识你自己。”“认识你自己”能够刻在神殿上，代表它是希腊人经过几百年的经验累积下来的智慧，是很难达成的一个目标。希腊哲学家苏格拉底（Socrates）常以这句话来教导别人，但是他最后说：他只知道一件事，就是自己无知。苏格拉底成为哲学家，就是因为他知道自己无知。许多人以为知道一些事情，知道一些有关自我的知识，到最后却发现他所了解自我，并不是真正的自我。

希腊有一出悲剧，名为《俄狄浦斯王》，里面出现了一个人面狮身的怪兽——司芬克斯，他提的问题当时很多人没有办法回答。那个问题其实并不难，我们今天都知道答案。“有哪一种动物可以发出声音，早上四只脚、中午两只脚，晚上三只脚？”答不出来的人就会被吃掉。这里面含有象征意义，如果一个人连这个问题都答不出来，代表他对于“自己是什么”都不了解。因为这个问题的答案就是“人”。我们小时候在地上爬，好像四只脚，现在两只脚，将来晚年难免需要拐杖，又变成三只脚了。

这说明希腊时代对人的问题非常重视，对自我的了解更觉得是个很大的困难。所以我们今天谈自我认识，要谈三个问题：第一，我是谁？第二，人是什么？第三，我要成为什么人？这三个问题是有相关性的。

我是谁

首先，“我是谁”这个问题很难回答。我们用一种结构的方式来设法了解。譬如我们可以提出五个答案，这五个答案几乎所有的人都会碰到。第一，我是人；第二，我是中国人；第三，我是上班族；第四，我是亲戚与朋友；第五，我是傅某某，每一个人都可以说出自己的名字。所以这五个答案是人人可用，放诸四海而皆准。关键在于这五个答案每一个都有相当复杂的内涵，需要再作分析。

我是人——在自然界，面对其他生物

当我们问“我是谁”而发现“我是人”的时候，是在什么情况下呢？譬如，我们去动物园参观，会想到，为什么这么多动物都被关在笼子里，而我们却可以在外面观察。当你去登山或潜水的时候，就会发现你跟大自然里许多动物都不一样，你是属于一种特殊的类，叫作“人类”。

人类是非常特别的。我记得1989年在柏林参观动物园，所有的馆我都没兴趣，只对其中一个馆发生兴趣，那个馆里全部是猩猩或人猿。这些跟我们的祖先竞争过的动物，因为它们跟人类最接近，也称为灵长类。我在里面观赏的时候，发现有六个大的玻璃房间，里面住着六种不同的人猿，从外表看，我们当然是比它们进化多了，穿的衣服很整齐，打领带，它们是非常原始的，从古到今都没什么变化。当到第五个玻璃柜的时候，那里面的猿特别大，

它的脸比我的大四倍。当时我想，如果在原始的丛林里，我碰到它的时候只好拼命逃了，根本不是它的对手。就人类外在能力来说，根据研究，在体形相似的情况下，猩猩的力气比人类大四倍，所以千万不要轻易向猩猩挑战。但猩猩为什么不会轻易攻击人类呢？因为它发现人类有一个很特殊的现象——人类会直立地站起来。除了人类之外，没有任何动物可以一直站着。因为在结构上人类的头在脊椎的上面，而其他动物的头都在脊椎的前面，前面跟上面不一样，差别很大。人类就靠这些在自然界里、在生物学的研究中，发现自己是特殊的，称为“人类”。这样一种生物是有他的特色的。

我们说，我是人，这个答案是正确的，但是我们必须知道，为什么人有特别的条件，我们等一下还会回到这一点。

我是中国人——在人类世界，语言观念

第二，我们再问：“我是谁？”我是中国人。提到“中国人”这三个字，马上就有个传统的观念出现了，我们有很多历代的宝贵经验，我们的科学技术在公元15世纪之前领先全世界。我们可以细细地叙述祖先的光荣，但是我们不能否认的一点，就是“今天的中国人是处在一种非常可悲的情境”。整个中国的近代史，尤其这两百年来，更使我们觉得非常悲哀。你什么时候觉得自己是中国人呢？打开电视、报纸一看，就知道中国人有两岸的问题；你到欧洲或美国去旅行的时候更觉得难过。我们台湾地区偶尔上电视就是“立

问：何谓潜能？

答：潜能是与生俱有的。人有意识，也有潜意识。潜能、潜意识都用“潜”，意思就是说，我们的生命有一些部分是要随着成长过程而开发出来的。像一个小孩子，他的潜能是慢慢长高，但是心灵上的潜能未必会自动展现，所以需要刻意培养，像我们幼年时的才艺，经培养之后果然得以实现。所以潜能是指知、情、意三方面。每一个人都会在某一方面有特别敏锐的能力，我们称作他的特定潜能，这种能力不一定是外表的成就，也可能是他对于人与人之间的亲情的体会，也有些人特别喜欢服务人群，帮助别人，这些都算是潜能的范围。

问：如何激发潜能？

答：要如何去激发潜能，以我个人的看法是，多去看一些伟人传记或欣赏电影、小说，借重别人经验所累积的成果，通过他们来观照，可以看到自己也可以和那些人一样。我们常说：“舜何人也？予何人也？有为者亦若是。”就是每个人在年轻的时候对自我的期许，一有期许出现，就代表你的潜能跃跃欲试，准备要开发出来了。

法院”的表演，成为“世界十大奇观”之一。我们到外国之后发现很多人跟我们不一样：皮肤不一样、语言不一样、观念不一样，我们有时候会觉得：“非我族类，其心必异。”而那只不过是一种阿 Q 式的想法而已，认为自己是比较正确、比较对的，而觉得跟别人来往时自己吃了亏，受了委屈。

我暑假到欧洲去，在荷兰才知道：我们在荷兰的华侨有十万人，百分之八十开餐馆，在荷兰的中国餐馆则有两千五百多家。再看，美国人的统计资料证明什么？美国人最喜欢吃中国菜。我们中国数千年的传统，发展到今天的结果，居然是让全世界的人都欣赏中国菜。但中国菜要怎样做出来呢？第一，需要劳力。我们在自己故土不愿意花劳力，到外国去则很乐意花劳力，替别人服务，那是为了做生意。传统的士、农、工、商观念，在世界上其他地方完全瓦解。工、商成为我们生存的资本，读书的人或是农业社会的一些美德，已经不能再谈了。这个时候你会疑惑：中国人到底是什么？你想到过去，没有用，因为已经过去了。在两相对照之下，越是过去的成就，越使我们悲从中来。怎么办呢？这时我们就会有一种国家民族意识。

我是上班族——在社会之角色，维生条件

第三，我是谁？我是上班族。为什么？我活在世界上必须生存，因此需要工作、赚钱、养活自己、养活家人。上班族的生活包括什么？早上起来立刻要赶车子上班，到了周末就非常开心；但是不要忘记，到下礼拜又是蓝色的星期一。蓝色一点都不美，蓝色代表忧郁，那是使人忧郁的星期一。所以