

HarperCollinsPublishers  
哈珀·柯林斯出版集团

+ 写给  
+ 现代焦虑者的  
+ 哲学指南

# 存在主义 救了我



[美]  
戈登·马里诺  
著

王喆  
柯露洁  
译

THE  
EXISTENTIALIST'S  
SURVIVAL GUIDE

How to Live  
Authentically in  
the Authentic Age

Gordon Marino

北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.

THE EXISTENTIALIST'S SURVIVAL GUIDE

存在主义救了我

写给现代焦虑者的哲学指南

王喆 柯露洁 译

〔美〕戈登·马里诺 著

Gordon Marino

How to Live  
Authentically in  
an Inauthentic Age

 北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.

## 存在主义救了我

[美] 戈登·马里诺 著  
王喆 柯露洁 译

## 图书在版编目(CIP)数据

存在主义救了我/(美) 戈登·马里诺著;王喆,  
柯露洁译. —北京:北京联合出版公司, 2019.7  
ISBN 978-7-5596-3253-1

I. ①存… II. ①戈… ②王… ③柯… III. ①存在主义—通俗读物 IV. ① B086-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 092042 号

**THE EXISTENTIALIST'S SURVIVAL GUIDE:  
How to Live Authentically in an Inauthentic  
Age**

by Gordon Marino

THE EXISTENTIALIST'S SURVIVAL GUIDE:  
How to Live Authentically in an Inauthentic Age  
Copyright © 2018 by Gordon Marino.  
Published by arrangement with HarperOne,  
an imprint of HarperCollins Publishers.  
Chinese Simplified translation copyright © 2019  
by United Sky (Beijing) New Media Co., Ltd.  
ALL RIGHTS RESERVED

选题策划 联合天际·王 微  
责任编辑 牛炜征  
特约编辑 何 川  
美术编辑 晓 园  
封面设计 左左工作室

出 版 北京联合出版公司  
北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088  
发 行 北京联合天畅文化传播公司  
印 刷 三河市冀华印务有限公司  
经 销 新华书店  
字 数 144 千字  
开 本 787 毫米 × 1092 毫米 1/32 7.5 印张  
版 次 2019 年 7 月第 1 版 2019 年 7 月第 1 次印刷  
I S B N 978-7-5596-3253-1  
定 价 58.00 元

未  
UnRead  
—  
思想家



关注未读书



未读 CLUB  
会员服务平台

本书若有质量问题,请与本公司图书销售中心联系调换  
电话:(010) 5243 5752 (010) 6425 8472-800

未经许可,不得以任何方式  
复制或抄袭本书部分或全部内容  
版权所有,侵权必究

谨以此书

献给我心中所爱

苏珊·埃利斯·马里诺

## 引言

我希望这本书能体现真诚。我这么说，并非不尊敬其他作家或勤于思考之人，但在我看来，以不炒思想史冷饭的方式真诚下笔，或许能汲取并传播索伦·克尔凯郭尔（1813—1855）等存在主义哲学家的些许智慧。自成年以来，我对他们的学说用力颇深。

斯多葛学派的哲学家塞涅卡（前4—65）告诉我们：“和哲学家一起学习，每天都应该有所收获，应该日渐明智或趋于明智。”对于像我这样数十年来与克尔凯郭尔及其追随者并肩而行的人来说，上面这句话真是至理名言：要么我因而变得更为明智，要么我便是在浪费时间。若是前者，那我应当能够传递些许智慧；若是后者，那我就应保持缄默，心无旁骛地整理存在主义思想史。

存在主义是哲学联邦中的一员，而哲学就是爱智慧（而非知识），这里的智慧，可以被理解成一种有关如何生活的前理论认识。神经质的我在最终提笔写这本书的时候，开始觉得自己传授不了什么有价值的东西，哪怕连拾人牙慧都做不到。我知道，再

没有比一个作者在书中抱怨写书困难更令人厌烦的事了。这就好像文字处理软件变成了战火纷飞的阿勒颇（Aleppo）<sup>①</sup>！然而，当我第一次坐到键盘前，面对屏幕上的空白文档时，就像一个拳击手被重重击倒，卧床不起。对我来说，写作就像与胸无点墨、空洞无趣的自我进行搏斗。

我天生福薄，总是忧心忡忡。其实，我应该算是忧郁人群中情况最严重的那一类。不客气地讲，我就是个彻头彻尾的抑郁症患者。平心而论，我一直很努力地做个好人，至少从我脱离了游走在法律边缘的日子以来，我一直竭尽所能地教书育人。但我不是道德楷模，也不是什么圣人，一如我不是那种能够知足常乐、安然入睡，第二天清晨起床还能元气满满地拥抱新一天的人。

本书旨在阐述存在主义哲学家针对如何更好地生活所提出的真知灼见。书中提到的这群人除了资质过人以外，在幸福感和道德水准上，和我相比也只不过半斤八两。其实对于普罗大众来说，存在主义哲学家就是名副其实的神经病。那么，这些人（抑或是我——他们的追随者）何德何能，竟然要给人们开具生活的药方？

读到这里，你或许会觉得我接下来要说“从另一方面来看”“尽管……但是”，例如“尽管我的话削弱了本书的中心思

---

① 叙利亚北部重要城市。——译者注，下同

想，但请继续读下去”。嗯，没错，下面我会说“但是”——尽管我缺点不少，问题很多，但是存在主义哲学家，尤其是克尔凯郭尔，能帮我一一克服。虽然听起来有些矫情，但克尔凯郭尔确实曾抓住我的肩膀，将想要自挂屋梁的我一把拽下。

克尔凯郭尔、尼采(1844—1900)和陀思妥耶夫斯基(1821—1881)<sup>①</sup>等存在主义哲学家坦然面对生活，出淤泥而不染，过着真实的生活。他们比其他任何派别的哲学家都要了解我们内心的挣扎，比如，焦虑、抑郁以及对死亡的恐惧等情绪。如今，这些人类内心的纠葛通常被人们用医学术语归类。但是，存在主义哲学家则以其独特委婉的方式提醒我们换一种视角看待这些负面情绪。下面，我将尽力把这些视角呈现给大家。

---

克尔凯郭尔、尼采和陀思妥耶夫斯基等存在主义哲学家坦然面对生活，出淤泥而不染，过着真实的生活。

---

想必一些读者肯定对“存在性威胁”(existential threat)这一表达有所耳闻，但对存在主义却一无所知。对于那些歪着脑袋

---

① 俄国作家，其小说《地下室手记》被认为是存在主义文学的开创性作品。

问“什么是存在主义”的人，我已经准备好要做一个调查问卷了。

---

存在主义哲学家长久以来一直在思考有关生命本身有何意义的问题，那些我们一旦从停靠的港湾中起航，开启每一天的生活，便会浮现在眼前的问题。

---

我所倚靠的存在主义，究其本质而言，就是强调“个人”。这一流派的哲学家从第一人称视角出发，由内而外地思考存在。形形色色的哲学家之中，该把哪些人归入存在主义阵营，对此，众说纷纭。只有让·保罗·萨特（1905—1980）曾接受“存在主义哲学家”的称号，但没过多久他就撕掉了这个标签。除此之外，学者们并没有官方统一的存在主义哲学家名单。比如，我在编辑《存在主义重要作品集》（*Existentialism: The Essential Writings*）时，就选择了阿尔贝·加缪（1913—1960）——从诸多方面来看，他似乎明摆着就是个存在主义哲学家，并且几乎每部存在主义作品集都收纳了他的作品。然而，在我浏览大卫·E·科珀（David E. Cooper）的名作《存在主义》时，却发现这位著名教授并不认同加缪是个存在主义哲学家，因为“加缪和其他存在主义作家的不同之处在于，他的写作目的不是减轻、克服那种与世割裂的疏离感”。真奇怪，我本以为作家们只要竭尽全力表



现出这种疏离感，就能加入存在主义阵营。

更复杂的是，许多作家虽然被归为存在主义哲学家，但他们并不觉得自己是哲学家。大多数时候，你只有在哲学系才能找到研究存在主义的课程，然而，虽然在存在主义作品集或存在主义课程的大纲上很少能见到亨利·戴维·梭罗（1817—1862），但将这个与克尔凯郭尔同时代的哲学家归入存在主义阵营，绝对是没有问题的。

虽然没有统一的存在主义哲学体系，但一系列哲学主题还是将这些天差地别的知识游侠联系到了一起。存在主义哲学家长久以来一直在思考有关生命本身有何意义的问题，那些我们一旦从停靠的港湾中起航，开启每一天的生活，便会浮现在眼前的问题。有人认为，存在主义萌芽出现在科学开始取代信仰〔用马克斯·韦伯（1864—1920）的话来说，便是“挣脱自然之魅惑”〕之时。都怪哥白尼，他唤醒了沉浸于幻梦中的人们。从此，人们不再相信伊甸园是地球的中心，地球又是宇宙的中心，上帝仿佛置身于戏院那样在宇宙中俯瞰着人类历史的一幕幕。存在主义这个令人费解的学说横空出世还有一个原因，即随着西欧民族国家的崛起，纲常分明的封建制度土崩瓦解，人们逐渐认识到自己在社会和宇宙中的地位。

到了近代，灾难降临时，存在主义蓬勃发展。经历了第一次世界大战的腥风血雨，许多人求助于认为人生并非由理性主导的作家，以期理解（至少能够应对）人类的疯狂行为。第二次世界大战和灭犹太屠杀再次突破了人类疯狂的底线，人们对存在主义

的兴趣迅速高涨。

然而，20世纪中叶，当存在主义逐渐为人所接受的同时，分析哲学也在英美高校内大行其道。该哲学流派源于奥地利哲学家鲁道夫·卡尔纳普（Rudolf Carnap, 1891—1970）倡导的逻辑实证主义运动，逻辑实证主义认为如果命题无法被验证，便不值得思考。而随着形式逻辑的不断发展，人们的思维逐渐固化，疯狂追求逻辑的形式和清晰性。

如果按照《圣经》区分语言和精神的方法，分析哲学的精神就在于剔除一切和形而上学相关的成分，抛弃那些无法回答的有关哲学本质和根源的问题。笃信分析哲学的人认为，所有无法清晰定义的东西都是一派胡言，要么应弃之不顾，要么应将其交由诗人处置。

我想起了在宾夕法尼亚大学读研时参加的一次研讨会（20世纪80年代初，宾夕法尼亚大学是分析哲学的大本营）。上课之前，一位赫赫有名的教授高声朗读了克尔凯郭尔的一句话（这句话概括了本书的主旨，接下来我还会多次引用）：“自我是一种自身与自身发生关联的关系，或者是在一个关系中，这关系自身与自身所发生的关联。”<sup>①</sup>（《致死的疾病》）教授放下课本，轻笑几声，不无遗憾地大声说道：“一个理性的人怎么会把这‘盘’字当真呢？”

---

① 原句：“The self is a relation that relates itself to itself or is the relation's relating itself to itself in the relation.”

尽管当时的我初出茅庐且暗自追随克尔凯郭尔，但“盘”这个比喻实在太形象了，就算克尔凯郭尔听到，怕是也会忍俊不禁吧。

如果存在一条可以判定存在主义哲学家的标准，那这标准便是对学院派哲学深恶痛绝。马丁·海德格尔（1889—1976）教授就是鼎鼎有名的例子。虽然克尔凯郭尔获得了神学博士的学位，但他从来都没有当过教授。事实上，克尔凯郭尔表达过对学者的轻蔑，在他看来，虽然这些学者构建起抽象的城堡，他们自己却住在“狗窝”里。克尔凯郭尔瞧不起这些教授，将他们视为虫豸，鄙视他们没有真才实学，只会拾人牙慧。存在主义“三巨头”——萨特、波伏娃（1908—1986）、加缪，虽然是高产作家，但都没有在大学就职过。尼采年轻时就早早地辞去了巴塞尔大学的教授一职，理直气壮地对自己说：“我不是人，我是超人。”他斥责那些手握粉笔的教书匠缺乏勇气与创造力，辱骂他们是“死守概念的干尸”。

存在主义至少有两个分支，其中之一是现象学，该学派主要从认识论角度探讨我们能知晓与不能知晓的东西。该流派诞生于德国犹太哲学家埃德蒙德·胡塞尔（1859—1938）的几部开拓性巨著。埃德蒙德·胡塞尔在其导师弗朗兹·布伦塔诺（Franz Brentano, 1838—1917）<sup>①</sup>的启发下创建了现象学。布伦塔诺发现，

---

① 德国哲学家、心理学家，他影响了包括胡塞尔、迈农（Alexius Meinong）、卡济梅尔兹·塔多斯基（Kazimierz Jerzy Skrzypna-Twardowski）在内的许多著名哲学学者。

观念、想法、感觉等意识活动和物质世界的东西不同，前者具有意向性，常常指代超出其自身的东西。比如，我脑海中窗外那棵松树的意象超越了意识的范畴。然而，松树本身却无法指代任何东西。简而言之，人们将观念投向了某物，而某物只是其自身而已。

如果我们只对外在物体存有印象和观念的话，如何确信这些物体是真实存在的呢？毕竟，人和世界是由观念联系的，你无法在脱离观念的情况下去检验观念是否在所谓的真实世界中指代某些物体。哲学家将这种两难的境地称为“自我中心困境”（ego-centric predicament）。胡塞尔对这类问题采取迂回战术，创造了现象学，该术语源于希腊语的“现象”一词。他恳请我们摘掉概念的眼镜，重新认识世界，他号召人们“回到事物本身”（back to the things themselves）。胡塞尔凭直觉“排除”事物存在的问题，转而力图对事物自身做出纯粹描述。尽管有些勉强，但胡塞尔要求我们不要凭借概念来看世界，而是以孩童的目光重新审视世界。萨特是胡塞尔的追随者，他既是一位传统意义上的哲学家，也是一位小说家。萨特在小说《恶心》中列举了许多例证，以胡塞尔的方式审视世界本来的样子。小说的故事发展到一半，主人公洛根丁（Roquentin）紧盯着一棵栗子树的树根，心想：“这个树根……以一种我无从解释的方式存在。它盘根错节，无法动弹，没有名字，让我痴迷，我盯着它，不停地思考它的存在方式……我很清楚，你无法将其身为树根（如水泵般吸取水分）”

之功能付诸其如海狮般厚硬的皮肤，付诸其油腻、起结、顽强的外观。”水泵的比喻帮你了解树根的共性，却不能解释洛根丁眼前这个树根具体的特征，这些特征从不同角度看都是不同的。

胡塞尔因强调具体存在而被誉为存在主义先驱。而现象学家（包括追随胡塞尔的萨特在内）主要着手解决意识结构问题。萨特在他那本有时让人摸不着头脑的巨作《存在与虚无》中描写了这样一个场景：一个男子正透过锁眼偷窥一位女子，突然这个偷窥狂感觉有人走到了他的背后，他顿时羞愧不已，觉得自己从观察的主体变成了观察的客体。通过对这一场景的详细描写，萨特证实了“同他的存在”（being-with-others）与“为他的存在”（being-for-others）是意识不可分割的部分。

海德格尔和萨特都是实践现象学方法论的先驱，但这一方法论并不为英美哲学家所接纳。不论你相信与否，我随机截取了萨特《存在与虚无》中的一段话，这段话说得直截了当：

因为意识内部藏着“在其内部”这一本体论角度的本源，因而意识是一种抽象概念。相反，因为现象必然会为意识所“反映”，所以现象也是抽象的。

萨特以这一思想为中心，一写就是六百多页，一直在阐述因为意识本身就是意识的客体，因而，意识是抽象的。对于我的研究生院的分析说服学教授来说，这种主张便是路德维希·维特根

斯坦（1889—1951）所说的“正在休假的语言”。现在，面对如此羞辱，存在主义现象学家可以这样反击：“干巴巴的经院派语言是时候跳出藩篱好好休个假了！”

但还有另一派存在主义哲学家，对于他们来说，“存在”所研究的对象是具体的存在，而非脱离现实的抽象理论。本书中大部分观点取自克尔凯郭尔、列夫·托尔斯泰（1828—1910）、陀思妥耶夫斯基、米格尔·德·乌纳穆诺（Miguel de Unamuno, 1864—1936）<sup>①</sup>、加缪等文采飞扬的存在主义代表。其他不说，单凭这些作家行云流水的文笔以及勇于直面世间纷扰的胆量，便能如磁铁一般吸引读者注意力，让人不忍释卷了。

从前苏格拉底（前 469/470—前 399）时代起 [在柏拉图（前 427—前 347）的对话录中，前苏格拉底哲学家的影响力仍十分显著]，哲学家们就从未停止争论，究竟什么才是智慧最佳的寓所——神话、寓言故事、诗歌、理性、解释、推理。接下来，读者将会领略存在主义哲学家是如何恰到好处地将诗歌和推理这两个要素相互融合的。我将在这些作家的帮助下稳步前行。他们当中绝大多数人的学说都能逻辑自洽，但他们仍然选择将自己对“如何生活”的见解寄托于寓言故事。

克尔凯郭尔在哲学领域才华横溢，他在本书中将会以诗人哲

---

① 西班牙著名作家、哲学家，著有小说《迷雾》。

学家或哲学诗人的形象出现。然而，他打心底里认为自己是一个歌德式的浪漫诗人。在他并不算连贯的作家生涯中，与其说他所有的论述以逻辑见长，倒不如说是颇有神话意味。究竟要如何传达那些可以改变和维持人生状态的真理呢？克尔凯郭尔独创了一套方案并将其付诸实际，这套方案就是“间接交流法”。

在克尔凯郭尔看来，我们的知识储备足以应对生活中的一些本质问题，比如，如何成为一个正直而有信仰的人。培养刚正不阿的品质绝非易事，而获得新知也并不是培养这一品质的必要条件。正如鲍勃·迪伦所言，你不需要一位德育教授来教你如何明辨是非，正如没有天气预报员，你也能知道风向。我们真正最需要做的是热情地拥抱思想——即便这种说法听起来有点太无趣、太抽象。这时，寓言故事就可以派上用场了。

---

在克尔凯郭尔看来，我们的知识储备足以应对生活中的一些本质问题，比如，如何成为一个正直而有信仰的人。培养刚正不阿的品质绝非易事，而获得新知也并不是培养这一品质的必要条件。

---

克尔凯郭尔认为，宗教式的说教是有关道德和精神生活的对话，其目的不是传播思想，而是唤醒良知，鼓励人们多关注正确

的东西。克尔凯郭尔最为深刻的日记之一是他 21 岁度假时写的。当时，他在日记中提醒自己：“只信奉发人深省之真理。”人们对真理的渴求不应仅限于求知，而应凭借真理塑造自己，就算不能让自己更幸福，也至少要让自己更优秀。虽然我会因此被冠以说教的高帽，但我们应当对这样的真理诚心以求，并将其运用到生活中。

---

人们对真理的渴求不应仅限于求知，而应凭借真理塑造自己，就算不能让自己更幸福，也至少要让自己更优秀。

---

与自视为哲学家的人交流，不出片刻，你便会直面这个问题：“你的论点是什么？”柏拉图及其老师苏格拉底认为，几何证明是论证的典范。然而，存在主义的论述往往采用讲故事或者描写刻画的形式。凡有共鸣者都可以在故事中看到自己的影子。

苏格兰哲学家大卫·休谟（1711—1776）提出了许多令人费解的哲学问题，自他逝世后，哲学家们就一直试图揭开这些谜团。然而，休谟临终前却欣然地把这些问题丢到一边，走出书房打起了台球，仿佛他并未因这些谜团而寝食难安。相比之下，存



在主义哲学家（如斯多葛派）通常认为哲学是一种生活方式，而他们会以极为认真的态度来看待和思考。

比如，加缪在其唯一一本哲学专著《西西弗的神话》的开篇，写了如下几句金玉良言：

真正严肃的哲学问题只有一个，就是自杀。评判人生值不值得一活，本身就是在回答这个最为基本的哲学问题。其他问题，诸如世界是否有三个维度、精神有九种还是十二种范畴，都是次要的，都只是小把戏而已，人们必须先给出这个最基本问题的答案。

给出什么答案呢——“人生值不值得”。用莎士比亚的话说：“生存还是毁灭？”29岁的加缪写下了这句话，仿佛用手指戳着读者的胸膛，决绝地说着，若“人生不值得”，那我们不如自杀算了。在加缪看来，人对意义的渴求与生俱来，而宇宙却冷若磐石、意义寡然。所谓人生，便是人和宇宙的冲突。加缪建议我们还是把了结自己的念头收回去。荒诞的意识值得拥有，正如加缪所说：“蔑视能战胜一切命运。”若不蔑视，付之一笑亦可。

分析学派哲学家托马斯·内格尔反对加缪的荒诞哲学，认为加缪就是个疯疯癫癫的可怜虫，而他则沉着冷静地将这种荒诞经历的起因解释为人类从两种不同视角看待人生的独特能力：一种