

Spiritual Intelligence
The Ultimate Intelligence

SQ

Danah Zohar

Jon Marshall

灵商

人的终极智力

【英】达纳·佐哈 伊恩·马歇尔 著

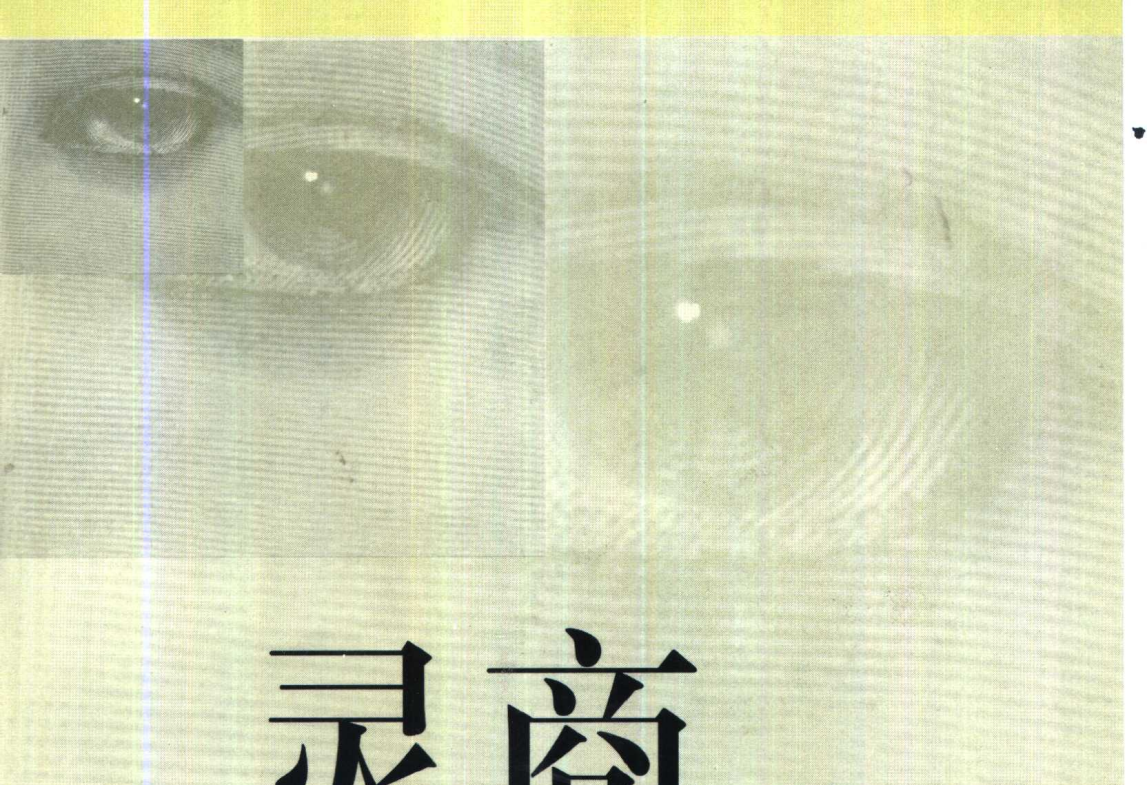
王毅 兆平 译

SQ 心灵智力就是灵魂智力

SQ 是一种能够治疗自己和创造自己整体的智力

SQ 是一种能创造性地发现新价值的智力

上海人民出版社



灵商

人的终极智力

【英】达纳·佐哈 伊恩·马歇尔 著

王毅 兆平 译

上海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

灵商:人的终极智力/(英)佐哈(Zohar,D.),

(英)马歇尔(Marshall,I.)著;王毅,兆平译.

上海:上海人民出版社,2001

书名原文: Spiritual intelligence the ultimate intelligence

原出版者: BLOOMSBURY, 2000

ISBN 7-208-03862-7

I. 灵... II. ①佐...②马...③王...④兆...

III. 智力—研究 IV. B848.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 046188 号

特约编辑 徐庆蓉

责任编辑 陈惠玉

封面装帧 甘晓培

灵商:人的终极智力

[英]达纳·佐哈 伊恩·马歇尔 著

王毅 兆平 译

世纪出版集团

上海人民出版社出版、发行

(上海福建中路 193 号 邮政编码 200001)

新华书店上海发行所经销

商务印书馆上海印刷股份有限公司印刷

开本 850×1168 1/32 印张 11.75 插页 4 字数 268,000

2001 年 8 月第 1 版 2001 年 8 月第 1 次印刷

印数 1-8000

ISBN 7-208-03862-7/B·309

定价 18.80 元

20 世纪初期,当心理学家们发现了测量智力的方法和手段后,亚理士多德关于人是“理性动物”的定义就转变为一种对智商的着迷。到了 90 年代中期,丹尼尔·戈尔曼又将情感智力,即情商的研究普及开来。他指出,情商是智商得以正常发挥作用的基本前提。当我们进入到公元 2000 年时,已经有了来自心理学、神经病理学、人类学和认识科学等方面的足够证据,向我们表明存在着第三种“商”,即“灵商”,或心灵智力。

作者强调说,不同于智商——这电脑也具备,也不同于情商——这在高等哺乳动物中也存在,灵商是人类独有的,它是三种“商”中最基础性的,与人类寻求意义的需求相联系。它是新世纪开始时人们头脑中最优先要考虑的问题。我们依据灵商而产生对意义、视野和价值观念的渴求,发展建构它们的能力;灵商使得我们去梦想,去追求梦想的实现;灵商支撑着我们所信奉的那些东西,支配着我们的信念和价值观念、我们自身生活的塑造和行动。本书探讨了灵商的科学证据,并告诉我们如何来测试灵商,如何提高和发展灵商。

译者序

“认识你自己”，古希腊阿波罗神殿里的这条箴言，无疑是永恒地诱惑着人类。而且，如果仅仅是定性分析的话，人类仍嫌不够精确，仍处于“初级阶段”，还要进一步定量测量。于是，现代西方心理学和认知科学中就有了各种各样“商”的说法，我们也认为很管用地引进了这些说法。

达纳·佐哈和伊恩·马歇尔夫妇合著的这本《灵商：人的终极智力》，在人们业已熟悉的“智商”和“情商”之外，又提出了一个“灵商”概念，认为：“当我们进入到公元 2000 年时，已经有了来自心理学、神经病理学、人类学和认识科学等方面的足够证据，向我们表明存在着第三种‘商’，即‘灵商’，或心灵智力。”

“智商”作为个人智力水平的数量化指标，最早是 20 世纪初德国心理学家斯特恩提出来的。他认为，通过测验得到的儿童的心理年龄除以他的实足年龄所得商数，可以表示儿童的聪明程度。1916 年特曼在修订斯坦福—比奈智力量表时，称之为智力商数，简称智商，通常以其英文缩写 IQ 为符号，被世界各地广泛采用。一个儿童，如果他的心理年龄与实足年龄相等，智商就为 100，表示中等智力水平，其值越高表示儿童越聪明。到了 50 年代后期，考虑到人的心理发展的速度是先快后慢，计算心理年龄的方法相当困难，也缺乏科学性，美国心理学家韦克斯勒就提出依据统计学原理，用离差表示智商的方法，也称为离差智

商。比方,一个年龄组或团体的平均智商为 100,标准差为 15 或 16,高于或低于标准差,就显示着智力强弱上的超常。

智商测量所关注的是人的智力发育和水平,即“聪明”程度。这可以说一直是人们对自身本质的基本理解和强调。然而,“聪明”却是一种很微妙的东西,单纯的“工具理性”意义上的智力常常显得笨拙,显得迂阔无当或是钻牛角尖,我们中国人所嘲笑的“书呆子”,含义之一就是指着这样的人。于是,到了 20 世纪 90 年代中期,丹尼尔·戈尔曼在许多神经学专家和心理学家的研究成果上提出,作为人的本质之一,我们还有着一种“情感智力”——“情商”,它至少具有与智商同样的重要性。

通俗地理解,所谓“情商”,也就是一个人的情感状态和质量,是他情感的成熟和丰富程度,是他的这种情感状态对其生存和发展的功能效用。情商使我们具有觉察我们自己 and 他人感情的意识、动力和能力,它使我们具有移情、同情、产生动机以及对痛苦和欢乐作出适当反应的能力。如同戈尔曼指出的那样,对智商的有效使用来说,情商是一种基本需要。比如,如果一个人的感情受到了损害,就必然影响到他的智力运用,他的思维就不会有效,而且可能铸成错误。所以,各个民族都有大量关于热爱、同情和冷静、制怒之类的忠告。

然而,如果我们更深一层地体会,就会发现,聪明和情感又都似乎还只是技巧意义上的东西,在它们的下面似乎需要也的确还有着一种更为深层内在,更有份量的东西,更具决定性和控制力的东西。它在基本原则、基本动力的基础上形成技巧,把应对转变为创造,把适应转换为主动的革新。这样一种东西,本书的作者就命名为“灵商”。

不同于智商——这电脑也具备,如 486 与 586、奔腾 2 与奔腾 4 的“智力”差别;也不同于情商——这在高等哺乳动物中也

存在,如狗或者是黑猩猩,都可能有甚至令人也深为感动的情感反应;而灵商才是人类独有的。它是三种“商”中最基础性的,与人类寻求意义的需求相联系。我们依据灵商而产生对意义、视野和价值观念的渴求,发展建构它们的能力;灵商使得我们去梦想,去追求梦想的实现;灵商支撑着我们所信奉的那些东西,支配着我们的信念和价值观念,在基础上支撑着我们自身生活的塑造和行动。对于“智商”、“情商”和“灵商”三者之间的区别,作者的这种分辨与强调,在我看来是思考透彻,有着相当说服力的。这就与那种为“商”而“商”的故弄玄虚和哗众取宠划清了界限。(前不久有一本谈如何投资的书介绍进来,里面提出了一个关于赚钱能力的“财商”概念。此书的热销是合乎逻辑的事,不过,如果把一些分支能力——哪怕它们成了一个时代的热点——也统统称之为“商”的话,我们就会有营销能力的“营商”,上网能力的“网商”,做饭能力的“厨商”,唱卡拉 OK 能力的“OK 商”,等等,不一而足了。)

就逻辑而言,亚里士多德关于人是“理性动物”的定义显然并不应该限于单纯的“工具理性”的智力,这个理性应该是一个本质性的、整体性的概念,因其本质和整体而必然包容了“情商”和“灵商”。智商和情商——不论是分说还是合论——都不能充分说明人类智力的错综复杂性,不能充分说明人类心灵和创造力的丰富多样性。如同丹尼尔·戈尔曼解释的那样,一个人的情感智力允许他对自己身处其中的情境作出判断,然后在里面适当行事,允许这个情境来指引他。但是,心灵智力却允许甚至是刺激一个人去首先询问他是否想要呆在这个特定的情境里,是不是宁可改变它,去创造一个更好的情境?这就是超越情境界限来行动,允许这个人来引导情境。这一层与电脑和动物来比较就更为清楚。电脑具有高智商,它知道什么是规则,并且能够

遵循规则不犯错误;哺乳动物往往具有高情商,它们具有它们所在环境的情境感觉,并且知道如何作出适当的反应。但是,电脑和动物都不会询问为什么它们拥有这些规则或这个情境,或者两者是否有可能不同或者是更好。它们在界限内工作,玩“有限的游戏”,而灵商允许人类去进行创造,去改动规则和变更情境。它允许我们与界限开玩笑,玩“无限的游戏”。有了“灵商”的提出和加入,人类智力的整体画面变得更加完全。我们用灵商来提出和解决有意义有价值的问题,用它在一个更为宽广、更为丰富,并且不断提供意义的环境里安排我们的行动和生活,用它对行动的某个过程或者某段生命历程进行评价:这一段比那一段更有意义。因此,作者的结论是:智商和情商这两者的有效运转,灵商就是必要的基础。它是我们的终极智力。

具体而言,在作者看来,高度发展的灵商的各种标示包括:

- 灵活变通的能力(积极的和自发的适应性)。
- 高度的自我意识。
- 面对和利用苦难的能力。
- 面对和战胜痛苦的能力。
- 被想象和价值所激励的生命本质。
- 不愿引起不必要的伤害。
- 倾向于发现不同事物之间的联系(形成“整体”)。
- 询问“为什么”或者“如果……将会怎么样”等问题并寻找“根本性”答案的明显倾向。
- 存在心理学家称之为“环境独立型”的特性——具有反对习俗的能力。

当然,对于单个的人来说,智商、情商和灵商这三者轻重多寡常常很不相同,一个人可能智商高而情商低,或者是情商颇高而智商不高,或者是智商和情商都算上乘但却缺乏创造性——

缺乏灵商。这种种情况在我们日常生活里,在我们周围的人群中,在我们自己身上,都是不难看到的。但是,从根本上说,正如作者所言,人类是心灵动物,因为我们总是被一种需要所驱使,这就是询问一些“基本的”或者“终极的”问题:我为什么出生?我生命的意义是什么?当我感到疲倦、消沉或沮丧时,我为什么应该继续前进?是什么使这样做变得值得?实际上我们已被限定,已被这种特殊的人类在自己的所作所为和经历中寻求意义和价值的渴望所驱使。我们渴望在某个较为广阔的、赋有意义的环境里看待自己的生活,我们渴望有什么可以让我们去追求,有什么可以使我们超越自己和眼前的瞬间,有什么可以赋予我们和我们的行动以价值感。一些人类学家和神经生物学家认为,正是这种对意义的渴望,以及它所带来的价值演变,使人类大约在 200 万年前首次走出丛林。他们认为,对意义的需求导致符号创造,导致语言的演变进化,并导致人类大脑的不寻常的发育生长。

而且,在身为西方学者的作者看来,放在现代社会的整体氛围中,灵商的意义就更加凸现出来。作者认为,我们今天的集体灵商是相当低的,尤其是西方当代社会。人们生活在这种精神上毫无生机的文化中,这种文化是以物质主义、利己、狭隘的自我中心、意义匮乏和无人献身为特征的。遍及全球的西方文化,充斥着对各种事物、经验和其他东西的直接的、物质的、自私的操纵。人们滥用我们的各种关系和自然环境,就像滥用自己的最根本的人类价值一样。人们经受着符号想象的极端匮乏,忽视人的各种本质,专注于更为疯狂的工作,专注于“挣钱和消费”的行为,极端地忽略了在我们自己和他人以及我们的世界中那些崇高的、神圣的事物。毋庸讳言,这样的社会病、心灵病在我们这片土地上同样存在,而且病症不轻,对此,我们有着“道德沦

丧”、“人心不古”、“世风日下”等等自己的叫法。书中以一章的文字来论述在一个精神上缺乏生机的文化中如何发展心灵智力。作者强调,作为一个个的个体,我们可以行动起来提高我们个体自身的灵商,社会的进一步发展依赖足够的个体如此行动。我们可以通过询问为什么,寻找事物之间的联系,揭示我们在事物的背后和内部获得的意义,来变得更爱思考、超越自己、承担责任、更具有自我意识,对自己更诚实和更无畏,也就是提高我们的灵商,从而提高自己的生命价值和生存意义。

关于本书的内容,还有几个特色是可以指出的。作者夫妇二人都有着哲学、心理学、精神病理学方面(还有物理学和神学)的专业背景,在本书的第一部分中介绍了什么是“灵商”,“灵商”在我们这个时代的重大意义和迫切性之后,就在第二部中着重引证和阐释了关于“灵商”的种种科学证据,主要是脑科学方面的证据。尽管作者承认它们都还是远未成熟的,但决不愿意让读者把灵商理解为仅仅是他们哲学意义上的人性思辨。

找到心理状态和情感现象的生理依据,这其实也就是近现代心理学发展的一种努力。心理学要脱离哲学的怀抱,就必须有自然科学特别是生理学的基础。在心理学发展史上,首先是英法等国,然后是德国,在生理学上作出了重大的贡献。英国的贝尔和马让迪分别发现了感觉神经和运动神经的差异律;苏格兰的霍尔明确地指出反射运动的性质并预见到反射弧的概念;法国的弗卢朗创用了精密的切除法,探测了脑的各部分的机能,并提出了大脑机能统一说;布罗卡发现了言语运动中枢。这些研究都促进了生理心理学的发展。19世纪德国为实验心理学的建立开辟了道路,著名生理学家缪勒的《人类生理学手册》一书概括了到当时为止的全部重要的生理学资料,并于1838年提出神经特殊能量学说,推动了感官心理学的研究;他的学生赫尔

姆霍茨最先测量了神经冲动的传导速率,后来又提出了视觉三色说和听觉共鸣说,此外还有黑林提出了视觉四色说,他们共同为实验心理学起了奠基作用。而韦伯于 1834 年提出了心理学上第一个定量法则——韦伯定律。费希纳发展了韦伯定律,创建了心理物理学,直接促成了实验心理学的诞生。冯特作为缪勒和赫尔姆霍茨的学生,于 1879 年在莱比锡创建了世界第一个正式的心理实验室,标志着作为一门独立科学的心理学的诞生。显然,现代心理学发展的这么一种努力方向,也就是《灵商》一书的作者的努力方向,他们对灵商的探讨和界定,也是力图建立在一个坚实的科学基础之上。书中用不小的篇幅谈到了神经心理学家和神经病理学家对人类大脑中一个“上帝之点”的研究,这个天生的心灵中枢位于大脑颞叶里的神经连结中,在实验中,每当受试者被带入讨论心灵性主题时,在用正电子发射扫描的局部解剖图上,他的这些神经区域就变得明亮;谈到当大脑专注于对我们经验进行统一并赋予意义时,它存在着一个神经过程——一个真正把我们的经验“结合”在一起的神经过程。科学家首先识别出了大脑神经组织的两种类型:作为智商基础的串联神经连结和作为情商基础的并行神经连结,然后科学家们又研究了神经连结的统一,研究了穿越整个大脑的同步神经波,而这就是灵商的基础。这种研究已经由关于大脑的睡眠和清醒意识以及认知活动的结合的研究,发展到由于新的磁脑电图仪技术而大大增强了的大脑振动电磁场和它们的伴生磁场的全颅骨研究。此外,神经病理学家和生物人类学家对人类语言起源的研究,也证实着实验室里的这些成果。

然而,并非一切心理现象都可以由生理学或病理学来解释。生理学或病理学的构成类型固定有限,而每一个活生生的人都被彼此不同,而且他此刻与下一刻又不相同。任何自然科学意义

上的定位和定量,都不能导致蔑视社会的、环境的、文化的乃至偶然的、随机的因素所起的作用。我们每一个人都是独一无二的,我们每一个人在同我们的独一无二的体验的对话中创造出我们自己的命运。对此,两位作者也充分注意到了。他们相当多地谈到西方社会与东方社会、西方文化与东方文化、人在这两种文化中活的感受和反应等等的差异,而且显然更为强调东方文化中的原生性和创造性。所以,在本书的第三部分,作者采用了一个对我们东方人来说相当熟悉的莲花意象,作为一个复杂的、从无意识到理性自我等多层面却又内在相通的模型,来描述我们的心灵智能的构成及其运作,需要注意的是:与我们讨论道德和情感问题时由本能出发最后归结到理性的通常思路不同,作者强调的是要由理性自我的外层回溯到真正的内在自我。

自我(self)是心理学中的一个重要概念,但在心理学文献中有不同的用法。英语的 ego 和 self,在汉语中都译为自我,但这两个词在弗洛伊德的精神分析和荣格的分析心理学中都有不同的用法。在弗洛伊德的精神分析中,ego 指理性,是本我与超我之间的调节者,在荣格的分析心理学中,ego 指意识,self 则指集体无意识总体。作者的基本观点就是 self 重于 ego,应该由 self 来支配 ego。在本书通篇使用的莲花意象中,自我(self)有一个(理性)的自我(ego)的边缘部分,一个联想(情感)的中间层次和一个统一(心灵)的中心。一个均衡发展的、精神上具有灵性的自我,需要各个层次的某些东西。在传统社会里——既包括在笛卡儿以前的西方社会和 17 世纪理性时代的初期,也包括今天在所谓的不发达世界如尼泊尔那样的社会——那种位于中心的、鼓舞人心的、赋予活力的、赋予意义的、成为一体的存在的心灵层次,体现为一种中间层,社会的传统浓缩成了更深刻的心灵洞察力和各种价值,因此个人是通过他的文化和文化的传统来

涉及心灵中心的。作为个体,他不必直接涉及他自己的中心。而西方文化是自我为主的文化,它的重点是强调公众人格面貌和形式关系,强调单独的个人必须不断地作出理性的决定。这就是为什么在西方大多数人是依据自己的外在性来生活,错误地相信这样的自我就是自我的全部。作者强调,一个人必须依据自己的内在性来生活,这种原生的内在自我被喻为莲花的花梗,“就像婴儿,我们以清白无邪、无差异的意识开始。莲花的花梗产生自原始的、无差异的起始存在的淤泥中,喻示着人类处于某种原始的、无差异的整体状态中的这种起源”;被喻为“莲花心宝”,“花瓣本身非常完整,围绕着核心并进一步指向边缘”。这样的起始性的、原生性的、内在性的自我就是人生存和发展的根基与源泉——进一步发展的意义和价值的源泉。作为有着物理学专业背景的作者,他们又使用了量子物理学的理论来加以论证。“从本质上来说,心灵智能代表着一种自我的生气勃勃的整体状态,在这种状态中自我同它自己和整个宇宙成为一个整体。我相信这个更加完整的自我模型唯有把现代西方心理学、东方哲学中的精华和许多 20 世纪的科学发现加以整合才能进行描述。”

在第四部分和第五部分中,作者分析了为什么我们的灵商发展受阻,怎样评估一个人自己的灵商,以及如何用灵商进行自疗,如何在他们所称的“愚钝的文化”中做一个心灵智力高超的人,如何运用灵商建设新的道德体系。有一些方法读者是不妨试试的,如第十四章中用来评估自己灵商的四组问题,第十五章中关于如何更深入地了解自我的那些练习。第十二章“我属于哪一种人格类型?”作者引入了常规型、社会型、探究型、艺术型、现实型和进取型等 6 种不同人格类型的分类。这是美国心理学家霍兰德认定的 6 种人格类型,其经典著作《进行职业选择:职

业人格和工作环境的一种理论》于1958年出版后,“霍兰德测试”就成为世界上最广泛使用的职业指导测试,6种人格类型,每一种人格都能够同一连串最适合它的职业联系起来。作者以灵商理论对这6种不同人格的特征及其发展潜力进行了分析。这一部分内容,相信许多读者都会饶有兴趣地“对号入座”,据此对自己或者自己的朋友来分析一番。

我们使用灵商来生存和进行创造。当我们需要灵活的、想象的或创造性的自发冲动时,我们就会召唤它。作为一种创造性和本质性的心灵智力,人们不但可以凭借灵商来努力对付自己生活中各种有关美好和邪恶的心灵问题、道德问题,而且它引导我们去展望各种尚未实现的可能性——去梦想、去追求,去脱离污浊,去靠拢美善,在这个意义上,“灵商”所承担的作为人们“临界”之罗盘的功能是非常重要的。作者认为,生活中大多数引起争论的关于存在的问题,都是出乎预料和不熟悉的,都越出了既定的规则,超出了过去的经验,都是我们不知如何去应对的。在混沌理论中,“边缘”是在有序和混沌之间,是轻松地知晓与完全糊涂之间的界线。这就是一个我们能够处于最佳创造状态的位置。灵商作为我们那个深藏的对意义和价值的直觉,是我们临界的向导,是我们处在这种临界状态时的内在引导和突破动力。

然而,对于灵商的实质和重要性说了这么多,却并不能导致我们把灵商理解为从20世纪60、70年代走过来的中国人曾经非常熟悉的一个提法——“精神原子弹”,好像它可以没有限制、没有边界地解决任何问题和所有的问题。灵商并不是这样的。所以,我非常喜欢作者对灵商实质的又一方面的精微思考:灵商赋予我们一种随着理解和同情使刚性的规则变得柔和的能力,一种同样的发现了同情和理解何时就达到其限度的能力;灵商

使我们意识到我们有着关于存在的问题,并能够让我们去解决它们——或者至少能够使我们面对它们而保持平静。它给予我们一种生活奋斗的“深刻”之感。

要超越我们已有的生存,或者说更为清醒地认识它,我们才可能更好地生存。这就是我读过这本《灵商:人的终极智力》后的一种基本感受。我想起了我们很多中国人都很熟悉也很喜欢的一副对联:

荣辱不惊,看庭前花开花落

去留无意,望天上云卷云舒

还有本书这个别致的“序”中那几句精彩的话:

我想知道,你是否能保持精神饱满的状态,

——即使每天的生活并不舒心,

你是否能从上帝的存在中寻求自己生命的来源。

我想知道,你能否身处颓境,却依然站立在湖边对着银色的月光喊出声“真美”!

是的,我们能不能真正从内心深处领悟到这种人生态度里的美和真、分量和价值呢?也不仅仅是理解和宽容,更有坚韧的努力和创造。

本书的翻译由兆平先生和我共同完成,他译完了前面六章,我接着完成了后面九章。有一些我以为相当到位的译法,如与“精神分裂症”相区别的“精神分裂症型”,是由兆平先生确定的,这为后面的翻译提供了便利。我也对全部译文进行了校改。

王 毅

2001年6月于大连辽宁师大

序

你为生存做些什么，我不关心；
我想知道，你的渴求，你是否敢于梦想
那内心的渴望。

你的年龄有多大，我不关心；
我想知道，为了爱、为了梦、为了生气勃勃的奇遇，
你是否愿意像傻瓜一样冒险。

我不关心，是什么行星使你的月亮位于方照，^①
我想知道，你是否已触及自己悲哀的中心，
是否因生活的种种背叛而心胸开阔，
抑或因为害怕更多的痛苦而变得消沉和封闭！

我想知道，你是否能面对痛苦——我的或者你自己的，
用不着去掩饰，使其消退或使其凝固。

我想知道，你是否能安享快乐——我的或者你自己的，
你是否能充满野性地舞蹈，让狂喜注满你的指尖和足尖，
而不告诫我们要小心、要现实，要记住人的存在的局限。

我并不关心你告诉我的故事是否真实，
我想知道，你是否能为了真实地对待自己而不怕别人失望，

^① 从地球上看来，外行星在太阳东或西 90 度的时候叫做“方照”。——译者注

2 灵商:人的终极智力

你是否能承受背叛的指责而不出卖自己的灵魂。
我想知道,你是否能忠心耿耿从而值得信赖;
我想知道,你是否能保持精神饱满的状态,
——即使每天的生活并不舒心,
你是否能从上帝的存在中寻求自己生命的来源。
我想知道,你能否身处颓境,却依然站立在湖边对着银色的
月光喊出一声“真美”!
我并不关心你在哪里生活或者你拥有多少金钱,
我想知道,在一个悲伤、绝望、厌烦、受到严重伤害的夜晚之
后,
你能否重新站起,为孩子们做一些需要的事情。
我并不关心你是谁,你是如何来到这里,
我想知道,你是否会同我一起站在火焰的中心,毫不退缩。
我并不关心你在哪里受到教育、你学了什么或者你同谁一
起学习,
我想知道,当一切都背弃了你时,是什么在内心支撑着你。
我想知道,你是否能孤独地面对你自己,
在空寂的时候,你是否真正喜欢你结交的朋友。

(一封请帖,灵感来自奥里阿山梦想者、
印第安人长者,1994年5月)①

① 引自让·休斯顿:《关于可能性的热情》。