

博士后文库

意义与人生

意义治疗的理论研究

◎ 贾林祥 著

YIYI YU RENSHENG
YIYI ZHILIAO DE LILUN YANJIU

中国海洋大学出版社

博士后文库

江苏省教育厅高校人文社会科学项目
(04SJD880050)

意义与人生

意义治疗的理论研究

贾林祥 著

中国海洋大学出版社

· 青岛 ·

图书在版编目(CIP)数据

意义与人生:意义治疗的理论研究/贾林祥著. —青岛:中国海洋大学出版社,2006.5

(博士后文库)

ISBN 7-81067-873-6

I. 意… II. 贾… III. 精神疗法—研究 IV. R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 046102 号

意义与人生:意义治疗的理论研究

贾林祥 著

出版发行 中国海洋大学出版社

社 址 青岛市鱼山路 5 号 邮政编码 266003

网 址 <http://www2.ouc.edu.cn/cbs>

电子信箱 hdcbs@ouc.edu.cn

订购电话 0532-82032573 82032644(传真)

策 划 宋文红

责任编辑 庞桂美 电 话 0532-82032123

印 制 日照报业印刷有限公司

版 次 2006 年 5 月第 1 版

印 次 2006 年 5 月第 1 次印刷

开 本 889mm×1 194mm 1/32

印 张 8.375

字 数 225 千字

定 价 28.00 元

版权所有

侵权必究

序

《意义与人生：意义治疗的理论研究》是贾林祥在其博士后研究报告的基础上扩充完善而形成的。因为我是他读博士学位时的指导老师，他约我为其博士后的成果作序，我对这个理论不太熟悉，只能勉为其难了。

意义治疗理论是奥地利著名精神医学家和心理医生弗兰克尔结合其自身在纳粹集中营的生活经历和医疗实践而提出的一种心理治疗理论和方法，被称为维也纳的第三个心理治疗学派，也被看作是当代超个人心理学的一个重要支脉。由于这一理论充盈着强烈的人文关怀意识、深刻的人性解读策略以及对生命意义与价值的急切追寻，因此对物欲横流、竞争残酷、人心不古、世风日下的当今世界起到了及时警示和积极的引导作用。20世纪中期，这一理论公诸于世后立即在西方学术界产生了广泛影响，得到众多专家、学者和患者的认可。这种理论对日本的精神医学与精神治疗方法也产生了深远的影响，日本学术界曾把意义治疗与传统的禅宗思想以及坐禅、静坐等工夫融合在一起，著名的森田疗法就是这种结合的突出表现。20世纪70年代弗兰克尔曾到我国台湾讲学，意义治疗理论也因此在台湾得到普及和推广。但在内地，由于各种原因，这一理论并没有引起学界的足够重视，这与我们正处于社会转型时期的实际情况是很不相称的。随着改革开放进程

的进一步加快,我国内地的物质生活水平有了明显的提高,但与经济的高速发展和物质生活不断丰富相伴而生的则是生活节奏的加快、工作压力和精神压力的加大,人们的心理问题甚或心理疾病也在不断增多,而更为重要的是这些心理问题或心理疾病几乎都以焦虑、失望、空虚、孤独以及人生价值和生命意义的失落等新的形式表现出来。因此,重新审视和寻找人生的意义、设法维系心身健康就成了必须直面和解决的难题。从这种意义上讲,作者以弗兰克尔的意义治疗理论作为其博士后研究的选题不仅具有重要的理论意义,也具有不言而喻的现实价值。

就我所知,目前心理学界已经开始译介弗兰克尔的著作,翻译出版了弗兰克尔的《无意义生活之痛苦——心理治疗法》、《人生的真谛》以及《活出意义来》等,也出版了刘翔平教授撰写的著作《寻找生命的意义——弗兰克尔的意义治疗学说》。此外,还发表了一系列关于弗兰克尔及其思想的学术论文。但全面探究这一理论产生的背景、阐释这一理论与中国传统文化的内在关联,结合当下特殊人群的生存状况来践行或考察这一理论有效性的研究却很少见,作者则在此方面进行了有益的尝试性研究。

本书结构完整,逻辑严密,详略得当,分析到位,论述具有说服力。首先阐述了选题的意义以及国内外对这一问题的研究现状;第一章从社会文化、哲学和心理学等三个方面全面系统地分析和研究了意义治疗理论产生的背景;第二章对与意义治疗理论有关的几个预设性概念进行了详细的鉴别和研究并探讨分析了弗兰克尔将心理治疗转换为意义治疗、将深度心理学转换为高度心理学的深层原因;从第三章到第五章,作者参照弗兰克尔的原著并结合着自己的理解,全面系统地介绍和探究了意义治疗的基

本理论问题、神经症的心理学蕴涵以及对神经症进行治疗的相应技术与方法；第六章介绍和探究了意义治疗理论与宗教之间的关系，认为意义治疗理论虽然具有一定的宗教含义，但它并不是一种宗教；第七章从特殊人群的生存状况出发，采用实证研究和文献分析的方法探讨和研究意义治疗理论在服刑人员和癌症患者等特殊群体中的应用；第八章则结合着对中国传统儒家和道家思想中所蕴涵的意义治疗思想的分析，探讨弗兰克尔意义治疗理论与中国传统文化的内在关联。

我国心理学的发展深受国外心理学的影响，而且还处在初级发展阶段，这就注定了我们的心理学必须吸纳国外心理学的养分，所以要研究国外的心理学。国外心理学的研究可以有两种方法：一是实证研究，即用经验实证方法探讨和验证国外心理学家提出的理论概念；二是理论研究，就是对国外的心理学发展进行理论概括并进而进行分析和评价。毋庸置疑，两种研究模式都是必需的。贾林祥的这本书是理论研究的成果。我愿为其作序，以彰显该研究的价值和意义。

叶浩生

2006年2月2日

目 录

引言	(1)
第一章 意义治疗理论产生的背景	(14)
第一节 意义治疗理论产生的社会文化背景	(14)
第二节 意义治疗理论产生的哲学背景	(21)
第三节 意义治疗理论产生的心理学背景	(38)
第二章 意义治疗理论的预设性概念	(50)
第一节 “意义”、“体验”与“理解”	(50)
第二节 从心理治疗到意义治疗	(60)
第三章 意义治疗理论的基本观点	(67)
第一节 意义治疗理论的基本命题	(67)
第二节 人生意义的具体蕴涵	(81)
第四章 神经症的心理学蕴涵	(116)
第一节 神经症及其根源	(116)
第二节 焦虑症的心理学蕴涵	(119)
第三节 强迫症的心理学蕴涵	(125)
第四节 抑郁症的心理学蕴涵	(133)
第五节 精神分裂症的心理学蕴涵	(140)

第五章 意义治疗的技术	(148)
第一节 意义治疗:一种引导人们积极向上的 心理治疗理论	(148)
第二节 矛盾意向法:意义治疗的基本技术	(153)
第三节 去反思	(169)
第四节 自我分离与自我超越	(175)
第五节 治疗者应注意的问题	(178)
第六章 意义治疗与宗教	(182)
第一节 精神关切在意义治疗中的作用	(182)
第二节 意义治疗的宗教性蕴涵	(189)
第七章 特殊人群的意义治疗	(207)
第一节 癌症患者与意义治疗	(207)
第二节 服刑人员与意义治疗	(217)
第八章 意义治疗与中国传统文化	(235)
第一节 儒家学说中所蕴涵的意义治疗思想	(236)
第二节 道家学说中所蕴涵的意义治疗思想	(244)
参考文献	(254)
致谢	(260)

引 言

意义治疗(Logotherapy)是奥地利著名精神医学家和心理医生弗兰克尔(又译法兰克尔、弗兰克)在吸收存在主义和人本主义心理学、超越弗洛伊德的精神分析和阿德勒的个体心理学的局限性的基础上,结合其自身在纳粹集中营的生活经历和医疗实践而提出的一种心理治疗的理论和方法,被称为维也纳的第三个心理治疗学派。这一理论是对精神分析学和存在主义哲学的进一步发展,在国际上产生了重要的影响。

20世纪西方资本主义的发展既给西方社会带来了经济的高速增长和物质财富的极大丰富,又给人们带来了深重的灾难,导致了西方社会的贫富两极严重分化,失业和通货膨胀的阴影也时刻笼罩在人们的心头。人们普遍感到在现代社会中人性遭到了前所未有的严重扭曲,人被严重地“异化”了。社会生活压力的加大、社会分配的不公进而造成了西方社会中的人际关系冷漠,人也丧失了其存在的意义感和价值感。加之战争的阴影时刻威胁着人的存在,人的自由被剥夺,人们也因此而感到生活渺茫、前途无望,使得心理疾病的发病率不断上升。这些心理疾病主要以焦虑、失望、空虚、孤独以及人生价值和意义的失落等新的形式表现出来,如果再用以往的心理治疗理论和方法,不仅不能解决现代人所罹患的这些心理疾病,反而有可能进一步加重其病症。面对这种现实,人们就不得不另辟蹊径,研究和探讨更适合于解决现代社会心理疾病的理论和方法。

人是一个身、心、灵的统一体,人有自己区别于其他一切生物的精神活动和自己对整个世界的看法,也有自己不同于其他任何生物的生活方式,但在现代功利性评判标准的规约下,人所独具的特性几乎被尽数吞噬,人再也不被按其本来的面目来看待了,人本

来所具有的意义也都悉数丢失了。为了科学地理解人究竟是什么,人生的意义和价值何在,一些关注社会现实的心理治疗学家在20世纪30年代就对西方社会的现实情况进行了剖析,并试图通过对人的内部经验世界的重新建构、通过分析患者的症状而了解其存在的方式,从而使其从心理上摆脱一切外物和异化力量的控制,并进而帮助其意识到自己的完整存在和自己真实的心理需求,使其通过对自己心理的自我内部调节,重新追寻失落的人生意义并为自己的生活寻找新的定位和方向。在这些心理治疗学家中,奥地利的弗兰克尔以一种新颖的视角和独特的观点来看待现代人所遇到的心理疾病,他认为造成现代人心理疾病的根源在于人们丧失了生活的意义、失去了生活的目标和方向,因此他提倡让人去追寻生存的意义,并在由“深度心理学”特别是由精神分析和个体心理学所提供的理论基础之上,将一个超越精神分析和个体心理学的重要思想,即“人生价值、信念和意义”引入心理治疗。他认为心理医生要帮助患者克服不正确的价值观和人生理想,主张人应该对生活持积极乐观的态度,把人看作是主动选择生活、发现生活意义的人,应从精神概念来进行心理治疗,从而使他的心理治疗理论表现出与以往任何心理治疗理论都不同的特点,即充分重视患者的主动性和积极性,并设法在治疗过程中帮助患者发现生活的意义,以促进患者的意义系统发生变化,从而使其对自身的遭遇采取更有效、更成熟、更合理的态度,并经由这些态度的实现,赋予一般人难以接受的挫折以更多的意义,借此保持和增进心理平衡。这一理论本着积极探索人生,重塑人生的原则,最大限度地肯定和发挥患者的主动性,使其走出迷途,步入新的境界,表现出了巨大的创见。与当代心理治疗领域的其他现存理论体系相比,意义治疗建立了一种更能激励人健康向上并理解人的整体的新的理论取向,为人们提供了一种新的生活哲学和咨询方法,从而表现出与原有心理治疗相异的独具色彩的心理治疗理论体系,这就是目前被称为维也纳“第三心理治疗”学派的意义治疗理论。弗兰克尔认为,尽管精神分析和个体心理学在当今时代仍有一定的市场,但这种“深度心理学”是否还适合考察人类的存在?由于“深度心理学”

浓厚的心理主义色彩必然导致治疗过程中的惟科学程序，而忽视人性的存在，因此这是一种从一开始就注定要失败的企图。既然如此，在心理治疗过程中，就不仅要考虑一种理论的深度还要考虑其高度，不仅要考虑人的生理方面，还要考虑人的心理方面，同时更要进入人的精神领域，因为精神才是人格的核心。

20世纪中期以前，在对患者进行心理治疗时，仅考虑了患者的生理和心理因素，这也是绝大多数心理治疗不能真正正确地对待一个完整的人的原因所在；20世纪中叶以后，发达资本主义国家所普遍存在的心理问题是人生目标的缺失，即一种存在空虚感强烈地笼罩在人们的心头，最明显的表现就是人们的生活水平提高了，工作满意感增强了，家庭也很和睦，但却不知道自己究竟为什么活着。这实质上是一种自我层面上的疾病，是意识中的问题，是一种生活的无意义状态。针对这种现象，弗兰克尔认为，每个人都具有探求各种真善美价值的人生意义的意志，这是一个健康人的精神支柱，如果某人无法找到生活的意义和价值，势必沦入一种精神的空虚，产生心理问题，这就说明人生意义的失落和价值观的错位不只是一种道德问题，而且也是一种心理问题，这样的问题如果不能得到有效地解决，势必会影响人的心理健康。已有的心理治疗理论，因其对人的精神的忽视而不能真正解决人们因“无意义”和“存在性空虚”而导致的各种心理疾病，因此“重新发现人的精神”的呼声日益高涨，人的“精神实在性”在心理治疗领域也逐渐开始引起人们的重视。事实上，如果不从生理、心理和精神这三个层面来进行考虑，我们就根本不可能捕捉到人的本质，因此，我们确实有必要从生理、心理和精神等多种维度来看待生命现象。正是由于这种原因，弗兰克尔提出了一种“维度存在论”，这种理论使我们对自我的关注从詹姆士所强调的神经和心理方面转移到精神维度和理智维度。这样一来，自我就能够通过意志的存在主义作用超越心理物理状态，进入一个自由与责任构成的新的精神维度。由此形成的形象或映像使我们既能够把握住自身的整体性与统一性，又能够看到存在于我们生理、心理和精神过程之间的差异，并在这种情况下依然保持一种意义感。弗兰克尔认为，通过引入精神维度，

在心理治疗中就可超越“深度心理学”的局限,探求一种对精神存在及完整人性的意识,这就要求用“高度心理学”对原来的“深度心理学”进行补充。弗兰克尔在使用“精神”一词时赋予了其特殊的意义,并用“noetic”一词来指称这种意义,意义治疗正是立足于精神层面而展开治疗的。

从本质上讲,意义治疗是一种存在人本主义心理治疗,相对于精神分析和个体心理学,意义治疗不仅看到了人要受生物、心理和社会因素的制约,而且还看到了人性对人的制约;不仅看到了人要受外界影响的制约,也看到了理性对人的制约。由于人在本性上是具有精神自由的,而人的理性又使人具有了自由和责任,因此可以说,在心理治疗的历史上,弗兰克尔第一次从心理学意义上,由对自我的存在分析而进入心理治疗,第一次在存在主义心理治疗和人本主义心理学之间架设了一座桥梁,完成了从心理治疗到意义治疗的转变。

意义治疗理论对人性的解释、对生命的意义和价值的看法,对于功利盛行、竞争残酷、生活糜烂的当今世界起着一种警示世情、振奋人心的启发和导向作用,因此引起了西方学术界的广泛关注。弗兰克尔在20世纪70年代曾到我国台湾讲学,意义治疗理论也因此在台湾得到普及和推广。但在我国内地,由于各种各样的原因,这一理论并没有引起学者的足够重视,这一点可从已出版的各种有关心理治疗的学术专著中看出。尽管目前我国有关心理治疗和心理咨询的专著很多,但就我们所掌握的情况来看,介绍和研究意义治疗理论的专著相对比较少,这与内地的实际情况是极不相称的。众所周知,我国内地目前正处于社会转型的关键时期,人们的物质生活水平有了大幅度提高,但与经济的高速发展和物质生活不断丰富相伴而生的,则是人们所面临的精神压力也越来越大,心理疾病的罹患者不断增加。如何使人们在享受“小康”的物质生活的同时,也能达到心理上的“小康”状态?达到物质生活与精神生活的平衡并因此获得人生的意义,保持心理健康?这已经成为人们迫切需要关注和解决的普遍问题。我们认为意义治疗理论特别是意义治疗的核心方法——矛盾意向法最适合于解决社会转型期

国人所普遍存在的心理问题。从维持和提高整个国民心理健康的意义上讲,我们迫切需要研究弗兰克尔的意义治疗理论。

从更为具体的群体来看,大学生、下岗人员、癌症患者和服刑人员等都是特定环境中的特殊人群,他们也会因其各自的处境和所面临的实际困难而在某一时期出现精神空虚、存在性挫折以及无意义感等心理不健康现象,因此也需要我们从意义治疗的角度进行研究。但由于取样的限制,我们仅对服刑人员进行了相应的问卷调查,对癌症患者的意义治疗也只准备进行理论的探讨和分析;而对大学生和下岗人员的意义治疗,我们拟以其他方式来进行研究,因此本书并不涉及这些群体。但是,由于大学生群体是所有这些群体中更为特殊的一个群体,因此我们拟在前言这一部分进行简要地说明。大学生正处于人生发展的重大转折时期,而现阶段也正是我国社会发展的转型时期,个人发展和社会转型时期的价值多元化,使大学生的心理问题绝大部分表现为社会发展进程中有关价值观的自我矛盾的意向。从当今中国大学生的价值取向和心理状况来看,一些学生只崇尚科学技术而漠视人文知识的学习和人文精神的熏陶,对人生的意义缺乏足够清晰的认识;同时激烈的学业、就业竞争又使他们感到孤独、压抑、人情冷漠和精神高度紧张。由于他们把生活的意义局限于现实的生活之中,遭受挫折后很容易看不到希望,陷入迷惘、焦虑的困境或形成孤独、抑郁的病态情绪,因而也最容易罹患心理疾病。当代大学生的诸多心理问题的产生,都与在探索人生意义的过程中所出现的个人—社会动机、个人—社会价值和个人—社会意义的矛盾等有着千丝万缕的联系。因此,从心理症状入手,深入剖析和揭示人生价值及相关的社会意义,对于具有较强理性认识能力的大学生而言,其作用是重大的。而要做到这一点,就需要意义治疗理论的指导和帮助。

在阅读相关资料的过程中发现,弗兰克尔的意义治疗理论与中国传统的儒家学说和道家学说之间有着一定的内在联系,在中国传统的儒、道思想中蕴涵着丰富的意义治疗思想,因此充分挖掘和分析儒家和道家学说中所蕴涵的意义治疗思想,不仅有利于用具有浓厚中国传统文化色彩的意义治疗思想对国人进行相应的治

疗,也有利于在此基础上建立起契合中国本土文化色彩的本土意义治疗理论和方法。对此问题,本文拟在最后一部分进行分析和研究。

意义治疗理论公诸于世后,立即在欧美各国产生了广泛影响,得到众多学者和患者的认可。第二次世界大战后,意义治疗的理论和方法对于日本的精神医学与精神治疗方法也产生了深远的影响,日本学术界曾把意义治疗与传统的禅宗思想以及坐禅、静坐等工夫打成一片,著名的森田疗法就是这种结合的突出表现。从目前的情况看,西方各国仍然非常重视意义治疗理论,出版和发表了众多的研究成果,美国学者还做了大量的研究来验证弗兰克尔提出的某些理论,例如设计了一种心理测量工具——PIL(purpose in life,生活目标量表)来测量人们完善其生活所确立的有意义的目标的程度。而且,为了引起人们对意义治疗的理论和方法的重视,从1980年起,国际上每年都要举行一次意义治疗大会,并于1980年创办了《国际意义治疗学论坛》,专门刊登有关意义治疗的理论研究和临床应用研究成果,以便能使弗兰克尔所提出的意义治疗理论更好地为人类服务。相关的研究主要有:“Treatment of Erythrophobia by Paradoxical Intention”, “Logotherapy and Education in a Post-Petroleum Society”, “The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy”, “Foundations and Applications of Logotherapy”, “The unconscious god: psychotherapy and theology”, “The unheard cry for meaning: psychotherapy and humanism”以及“*The will to meaning: foundations and applications of logotherapy*”等等。从国内的研究情况来看,台湾学者对意义治疗以及意义治疗与中国传统文化关系的研究比较多,而内地则只有一些论文和几部专著,如发表在2000年第5期《青年研究》上的“意义的追求——谈弗兰克尔的意义疗法”,发表在1997年第9期《医学与哲学》上的“*法兰克尔的意义治疗学*”,发表在1997年第5期《中国临床心理学杂志》上的“*法兰克尔的意义治疗*”以及发表在2004年第8期《医学与哲学》上的“*试析弗兰克尔的意义治疗理论*”等等。这些研究有一个共同的特点,即均从某一侧面和角度进行

研究,很难使人们对意义治疗理论的全貌有一清晰的认识。也有几篇文章探讨了意义治疗与中国传统文化之间的关系,如发表在2002年第4期《中南工业大学学报》上的以“追寻人生的意义——发掘中国传统思想中的意义治疗智慧”为主题的一组文章;发表在2002年第5期《道德与文明》上的《道家养德调心的意义治疗思想蠡测》等,这些文章初步分析和探讨了中国传统文化中所蕴涵的意义治疗思想。1991年翻译出版了弗兰克尔的《无意义生活之痛苦》,1994年翻译出版了弗兰克尔的《人生的真谛》,1999年出版了刘翔平的专著《寻找生命的意义——弗兰克尔的意义治疗学说》,这些著作均对意义治疗理论及其方法进行了系统的介绍。2000年翻译出版的《弗兰克尔:意义与人生》则侧重于对弗兰克尔的传记阐述,对意义治疗理论本身的介绍并不系统。我们拟在以往研究的基础上,对弗兰克尔的意义治疗理论进行全面、系统地研究,并在此基础上探询意义治疗与中国传统文化之间的关系,充分挖掘中国传统文化中所蕴涵的意义治疗思想,以期建立一种契合中国本土文化的本土意义治疗理论体系。

本研究拟采用文献法、问卷调查法和深度访谈法进行研究。

本研究大致可以分为以下八章内容:

1. 意义治疗理论产生的背景

弗兰克尔意义治疗理论的产生既有其社会根源,又有其哲学根源和心理学根源,同时弗兰克尔本人也具有创立一种新的心理治疗学派的愿望和信心。本章主要对导致意义治疗理论产生的这些先行背景性资源进行分析,首先是对当时的社会文化背景及弗兰克尔生活经历的分析。20世纪初期,西方社会的各种矛盾导致了新的心理问题和心理疾病的出现,因而迫切需要一种更为关切人性和人生意义的心理治疗理论;而当时维也纳的社会环境和学术氛围相对比较宽松,这就为一种新的心理治疗理论的出现提供了条件;同时也与弗兰克尔本人的努力分不开,从青年时代起,弗兰克尔就致力于思索和酝酿一种新的人生哲学,一种既不同于精神分析又有别于个体心理学的新的心理治疗理论,而他在纳粹集中营的生活经历又为他的这种理论思索提供了很好的实验场所。

其次,分析了意义治疗理论产生的哲学背景。古希腊哲学中蕴涵着非常丰富的人文主义思想传统,而这种人文主义思想传统在柏拉图和亚里士多德的思想中得到了集中体现。弗兰克尔在酝酿和形成其意义治疗理论的过程中,就从这两位先哲的思想中汲取了丰富的营养;近代西方哲学中所出现的存在主义和现象学思潮对人生态度和人生责任、人生需求和人生理想、人生追求和人生道路以及幸福、生死等一系列人生问题的论述,都成为弗兰克尔创立意义治疗理论时所依托的重要哲学根据。第三,分析了意义治疗理论产生的心理学背景。弗洛伊德的精神分析理论和阿德勒的个体心理学对弗兰克尔意义治疗理论的产生有着直接的影响,可以说意义治疗理论正是弗兰克尔在吸收和扬弃精神分析和个体心理学的基础上所创立的不同于此二者的一种新的心理治疗理论,人本主义心理学虽然没有对意义治疗理论产生直接的影响,但其中所蕴涵的自由选择、人性以及人生意义的有关思想和观点,却对已经初具雏形的意义治疗理论产生重要影响,并将继续影响意义治疗理论的发展。可以说,弗兰克尔就是在当时的西方社会环境和维也纳的文化学术背景下,从西方哲学特别是古希腊以来西方哲学所蕴涵的人文主义思想中吸收了丰富的营养,扬弃并超越了当时存在于维也纳并对整个世界产生重要影响的两个心理治疗学派,从而创立了被称为“维也纳第三心理治疗学派”的意义治疗理论,由于其中蕴涵着丰富的人文主义气息以及深刻的存在人本主义思想,因而它也成为在人本主义心理学基础上发展而来的超个人心理学的一个重要支脉。

2. 意义治疗理论的预设性概念

本章主要分析了意义治疗理论产生的几个预设性概念,并在此基础上分析了弗兰克尔将心理治疗转变为意义治疗的原因和必然性。与意义治疗理论密切相关的几个预设性概念分别是“意义”、“理解”与“体验”,由于“意义”是一个与人自身关系极为密切的问题,因此才会有众多学者关注和研究这一问题;正因为人丧失“意义”而陷入精神空虚并出现各种各样的存在性心理病症,才会出现“追寻生命意义”的呐喊;而要把握和实现“意义”则需要人去

“理解”和“体验”“意义”，弗兰克尔的意义治疗理论就是通过使人“理解”、“体验”和追寻生命的“意义”而达到治愈神经症之目的。弗兰克尔之所以要将对神经症的治疗由心理治疗转向意义治疗，原因在于他认为，精神分析理论和个体心理学都只看到了人类存在的一个方面，精神分析理论将神经症的产生归因于人的自我在意识方面受到了限制，而个体心理学则将神经症的产生归因于人的自我在责任感方面受到了限制。在弗兰克尔看来，只有将这两者结合起来才能产生一幅关于人类的真正完整的图像，因为当我们客观地看待人类生活时，就会发现意识和责任在人生舞台上都发挥着基本作用。在精神分析和个体心理学所提供的理论基础上，弗兰克尔将一个超越精神分析和个体心理学的重要思想即“人生价值、信念和意义”引入心理治疗，从而表现出了与原有心理治疗相异的独具色彩的心理治疗理论体系，建立了一种理解人的整体的新的理论研究取向，使神经症的治疗实现了从心理治疗到意义治疗的转变。

3. 意义治疗理论的基本观点

本章主要论述和分析了意义治疗理论的基本观点。首先，论述了弗兰克尔意义治疗理论的基本命题，即意志自由、意义意志和生命意义。弗兰克尔所谓的意志自由指的是“人精神上的意志自由”，并且他将意志自由看作人类的基本特征，认为人之所以具有意志自由，是因为人始终保持着选择自己的方针和对待它们的态度自由；弗兰克尔把人的原始驱动力看作是运用自己的精神自由，通过自己的选择战胜环境的限制并努力去探索人生的意义，这种追寻人生意义的意志就是意义意志；弗兰克尔将人看作是一个“在世的存有”，而“世界性”是人的存在的基本面向，人的存在的意义实践活动也必然是在“世界”中的意义活动，因此“追求意义的意志”是一种“生命意义”。意志自由、意义意志和生命意义是意义治疗理论三个理论基石，三者环环相扣、紧密关联，其中意志自由是意义意志的心理学前提，没有意志自由，人就不可能对生活进行态度上的选择，而只能被动地受本能需要的支配；意义意志则是生命意义的促动力，人们对生命意义的追求就是在意义意志这