

THE PARADOXICAL SELF

Toward an Understanding of Our Contradictory Nature

存在心理治疗译丛

主 编◎王学富

过与不及

——理解我们的矛盾本质

科克·施奈德/著 高剑婷 吴 垠/译

全国百佳图书出版单位
时代出版传媒股份有限公司
安徽人民出版社

THE PARADOXICAL SELF

Toward an Understanding of Our Contradictory Nature

存 在 心 理 治 疗 译 丛

主 编◎王学富

过与不及



——理解我们的矛盾本质

科克·施奈德/著 高剑婷 吴 垠/译

图书在版编目(CIP)数据

过与不及:理解我们的矛盾本质/(美)施奈德(Schneider,K.)著;高剑婷,吴垠译.—合肥:安徽人民出版社,2014.12

ISBN 978-7-212-05833-3

I. ①过… II. ①施… ②高… ③吴… III. ①矛盾—研究 IV. ①B024
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 282791 号

The Paradoxical Self: Toward an Understanding of Our Contradictory Nature
by Kirk J. Schneider

Copyright © 1999 by Humanity Books
through The Yao Enterprises, LLC.

Simplified Chinese Copyright © 2015 Anhui People's Publishing House
All rights reserved.

安徽省版权局著作登记: 1211961 号

过与不及:理解我们的矛盾本质

(美)科克·施奈德 著
高剑婷 吴垠 译

出版人:胡正义
责任编辑:张旻 郑世彦
装帧设计:宋文岚

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽人民出版社 <http://www.ahpeople.com>

合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场八楼

邮编:230071

营销部电话:0551-63533258 0551-63533292(传真)

印 制:合肥创新印务有限公司

开本:710×1010 1/16 印张:10.5 字数:150 千

版次:2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

标准书号:ISBN 978-7-212-05833-3 定价:26.00 元

版权所有,侵权必究

译丛序言

在中国,科克·施奈德的书渐渐被翻译进来了,继罗洛·梅、布根塔尔、弗兰克尔、欧文·亚隆之后,他成了中国读者了解的另一位西方存在主义心理学家。

施奈德算是新一代的美国存在一人本主义心理学领域的代表人物。他是一位临床心理治疗学家,也同时是这个领域著述甚丰的学者。在他撰写和主编的书中,有一些已经被翻译成中文,如《唤醒敬畏》(科克·施奈德著,杨韶刚译),《存在一人本主义治疗》(科克·施奈德、奥拉·克鲁格著,郭本禹、余言、马明伟译),《存在心理学》(科克·施奈德、罗洛·梅主编,杨韶刚、程世英、刘春琼译)。在我主编的这套“存在心理治疗”译丛中,包括施奈德的《过与不及》(*The Paradoxical Self*)(高剑婷,吴垠译),《存在整合心理治疗》(*Existential - Integrative Psychotherapy*)(方红,赵秀文译),《敬畏之心》(*The Rediscovery of Awe*)(王学富,蒋慧译)以及他和布根塔尔、皮尔逊主编的《人本主义心理学手册》(*The Handbook of Humanistic Psychology*)。

前不久,他的另一本书叫《极化思维》(*The Polarized Mind*)也在美国出版了。

施奈德一直在世界各地举办演讲、开办存在心理治疗工作坊。

2010年,他受邀参加第一届存在主义心理学国际大会(2010·南京),在会议上做主题报告——《基于敬畏的心理学》。这个主题演讲给听众带来很多启发,特别是中国的专家、学者、心理咨询师们开始了解和思考“敬畏”与心理学的关系。

2011年,他又受邀到南京大学中华文化研究院讲课,并在南京直面心理咨询研究所讲课。

2012年,第二届存在主义心理学国际大会在上海举办,施奈德是特邀讲员,继续就“基于敬畏的心理学”这一主题发表演讲,并举办存在心理治疗的“现场展示会”。

2013年,施德奈应广东外语外贸大学杨韶刚教授的邀请,在广东省第二届大学生心理健康教育国际论坛上做主题演讲。

这便是施奈德的中国之旅。

我是在2008年年底第一次见到施奈德。当时我在美国富勒心理学院做访问学者,霍夫曼(Louis Hoffman)(当时在洛基大学任教)邀请我去洛基大学参加一场存在心理治疗的研讨会,也就是在这次研讨会上,我认识了施奈德,同时也认识了时任美国人本主义心理学会会长的艾尔金斯(David Elkins)。在参加研讨会期间,我还参加了施奈德举办的存在心理治疗工作坊。在这段时间里,我跟施奈德有了一些交谈,他给我留下颇深的印象:他是一个极喜欢跟人探讨思想的人。他总是沉静地坐在那里,用舒缓的语调跟你探讨某一个话题,渐次深入。你会永远记得他那专注而又柔和的眼神。

我跟施奈德交谈中,也谈到两个人,就是杨韶刚和郭本禹。他们是中国存在主义心理学领域最早的翻译者、研究者、教育者。

我跟霍夫曼(Louis Hoffman)(美国人本主义心理学会前任会长)和杨吉膺(Mark Yang)结识更早几年,我们一直在探索在存在心理学领域开展中国与西方的对话,例如,通过举办国际会议、研讨会,开始培训课程、合作研究等方式。2009年,霍夫曼、杨吉膺、卡克劳斯卡斯(Francis J. Kaklauskas)、陈俊雄(Albert Chan)主编了一本书:《存在主义心理学:东方与西方》。我和几位中国学者(如申荷永、包兆会、王文胜)参编了部分章节。我们还设想在2010年在中国举办一场存在主义心理学国际大会,并开始了会议的联络与筹备。通过我的朋友郑洪女士的介绍,我结识了孙立哲先生,得到他的热情回应与支持。然后,我们又联络了南京晓庄学院的陶勍恒教授。于是,在晓庄学院心理研究所,中方几家机构(南京晓庄学院心理研究所、北京万生心语机构、南京直面心理研究所)召开了第一次筹备会。2010年,我们与霍夫曼所组织的美国和其他国家、地区的存在一人本心理学家团队共同举办了第一届存在主义心理学国际大会。在这次会议

上,施奈德受邀请做会议开场的主题报告。我们也邀请了郭本禹在大会上做专题报告,却没有联系上杨韶刚。后来才知道,他当时正在美国加州大学做访问学者。期间,他跟施奈德过从甚密,施奈德曾邀他到家作客,谈话之间,施奈德也向杨韶刚提到了我。到了2012年,美方的大会组织者跟复旦大学心理系孙时进教授的团队合作,在上海举办了第二届存在主义心理学国际大会。在会议第一天的接待晚宴上,我在寻找杨韶刚,他也在寻找我。我们自此结识,成为朋友。这次跟杨韶刚兄见面,我收获了一份礼物,便是他翻译的施奈德的书:《唤醒敬畏》。更重要的是,霍夫曼、杨吉膺作为美方的会议筹备者,也有了一个新的合作者。结果是,2014年,第三届存在主义心理学国际大会得以在广东外语外贸大学举办。这次会议的一个遗憾是,施奈德未能前来参加。

2015年,存在心理治疗世界大会将在伦敦举办,因为这次大会将有来自全世界各个国家的专家参与,使它成为有史以来存在主义心理治疗领域真正的世界盛会。施奈德是这次会议的主题报告讲员,而我也是一届会议的特邀讲员。我们将在伦敦见面,我还会继续关注他在思想上的进展。

我本人也一直想向中国读者介绍施奈德。在介绍他的思想之前,我先说一说这个人,讲一讲他的故事。我一直以为,一个人的思想或理论,根源于他的生命故事,甚至,一个人的思想或理论,本身也是他的生命故事。当我们了解这个人,了解他的生命故事,我们就了解了他的思想、他的理论。

我最早了解施奈德这个人,是参加他在洛基大学举办的一场存在心理治疗工作坊。当时的体会是,他在治疗营造成一个“场”,这是一种关系的场、情感的场,其中有一种柔和的、感化的力量,触及人的内心深处,让对方愿意敞开自己,甚至敞开内在的伤害。随即,觉察产生了,医治发生了。这一次,我现场感受到存在一人本心理学所说的“关系的治疗”,其中融会了施奈德所说的“敬畏”,敬畏里有医治的奥秘。

到了2010年,在第一届存在主义心理学国际大会上,施奈德的主题报告向我们阐述了他的“基于敬畏的心理学”,主张“唤醒”我们文化里的敬畏,“唤醒”我们内心里的敬畏。在其感发之下,我还写了一篇文章:《回归良心》。

之后,我介绍施奈德跟南京大学生的赖永海教授认识。在2011年,南京大

学中华文化研究院邀请了施奈德来做两天的讲座。同时他又到南京直面心理咨询研究所来做讲座。我为他做翻译，一直陪着他，又跟他有个人的交谈，对他的思想就有了更为切近的了解。跟他在一起的时间里，他总会邀请我跟他一起探索思想，朝深处走。我记得他对我说过一句话：许多人的困难是走到深处，他的困难是待在浅处。事实上，施奈德是可以“深入浅出”的。记得他在南大讲演的时候，因为许多听众没有心理学背景，我建议他“浅”一些，他便让自己“浅”一些，而且“浅”得很精彩，“浅”得更受欢迎。

在人类科学的许多领域里，都有一些严肃而深邃的人，他们是学者、哲学家、科学家、艺术家、心理学家，他们有着施奈德所追求的“深”。这种“深”里，有一种单纯，有一种迷恋，也正是因为这种单纯和迷恋，他们有所独创，而人类需要这样的深度。存在心理治疗可以说是一种深度心理学，它的一个特征，就是让我们从浅入深，从琐屑的关注进入存在的根本。

说到这里，我想到孟德洛维兹(Ed Mendelowitz)讲的一个故事，是关于施奈德的。罗洛·梅被认为是“美国存在主义心理学之父”，而施奈德和孟德洛维兹都是他的学生。施奈德住旧金山，孟德洛维兹住波士顿。据孟德洛维兹讲述，有一天，施奈德要从旧金山到波士顿，临行前，罗洛·梅对他说：“你到波士顿去，我介绍一个人跟你认识，他叫艾德(即孟德洛维兹)。”于是，施奈德与孟德洛维兹在波士顿见面了。他们都是迷恋深思的人，见面之后就一边在街上走，一边探讨思想，不觉之间走累了，随意走进一个街边酒吧，坐下来继续谈论哲学、文学艺术、心理学。这时周围发生了一些变化，开始有女子跳裸体舞。他们这才发现撞进了一个有色情表演的酒吧。这时，孟德洛维兹说，他就无法专心谈论哲学了，而施奈德兴致正高，完全不理睬环境发生了什么。孟德洛维兹感慨：自愧弗如呀！

后来，在南京见到施奈德，就此事向他求证，他又深思良久，仿佛在追忆，然后慢悠悠地说：“我其实也是一个很感性的人。”

他的回答让我喜欢，在我的理解里，一个存在主义者不仅是深思的，更是感性的、情感的。

一个人的倾向，不是一朝一夕形成的。在施奈德跟我的通信中(包括在他的演讲和书中)会提到在他幼年发生的一个创伤事件：在他三岁那年，他七岁的哥

哥死了。施奈德把这看做是他个人生命中一个“存在性的经验”，他甚至说，这是他第一次接触“存在主义”。他讲道：“哥哥的死给我的家庭关系和常规生活造成了一个裂痕，在这个家庭里，曾经充满了那么熟悉的笑容和爱的行为，这时一下子陷入了痛苦与焦虑的旋涡，我成了一个被吓坏了的孩子。如果不是因为在这时得到一个儿童精神分析师的帮助，简直无法想象我的生活会变成怎样。”

他继续说道，那位分析师对他的生命有极深的参与，让他感受到一种“同在”（presence）的力量，这帮助年幼的施奈德尝试走进自己的生命体验里，渐渐把内心的害怕与恐怖变成一种惊异（wonder）与发现（discovery），并由此生发了想象与哲学的思考，最终引导他感受到心理学的魅力，尤其是存在一人本心理学和他之所谓“基于敬畏的心理学”的魅力。

在施奈德看来，最好的治疗是这样一个过程，其中不断发生一种转换：恐惧变成了惊异，惊异变成了恐惧，然后恐惧又重新变成了惊异。他说：“这种情形不正是我们每次参与内在的战斗所体验到的吗？我们这样做，直到我们最终经历到比恐惧更多的惊异感，或者获得了更整全的生命体验，不管它来自我们的认知、我们的情感或者我们的直觉。”

在30岁的时候，施奈德出版了第一本书：《过与不及》，这本书标志着他充分发现了克尔凯郭尔（Soren Kierkegaard）和贝克尔（Ernest Becker）的思想对临床心理学的意义。到目前为止，他一共写了8本书。

关于施奈德的思想，我们最需要了解的一点是，他有一个使命，并且对之孜孜以求：为心理学重设一个存在一人本主义的基础。在他看来，尤其美国的心理学，在过去一个世纪里，曾经几度转换。最开始，心理学建基于实验科学，然后是行为主义简化论和精神分析决定论，其后是认知心理学，最近又开始转向神经科学。但是，施奈德认为，在我们这个时代，心理学世界需要回答这样一个问题：人类失掉了存在根基意味着什么？追根溯源，人类的大多数麻烦都与这个基本问题相关，在各样心理痛苦机制（不管是认知的，还是神经的）的背后起主导作用的是深蕴心理学所说的“崩裂焦虑”（disintegration anxiety）和“本体不安全感”（ontological insecurity）。认知—行为心理学有一个概念，叫“灾难化思维”，它也可以证明失掉了存在根基与人类生活的关系。灾难化思维基于灾难化的经

验,它意味着,人类所经验到的害怕、恐怖和焦虑皆基于一种置身于宇宙的无助感(the sense of cosmic helplessness)。这种失掉根基的存在,一方面给人造成了恐怖感,另一方面又让人产生敬畏感。人类越是沉入存在的恐怖,越是孜孜以求解决之道。施奈德说:“我们正在致力于帮助心理学看到我们作为人类正在遭遇的两种情形——其一,悬置伤害给我们造成的无根基感和无助感;其二,发展一种全面参与这种无根基感的能力。”像维克多·弗兰克尔、罗洛·梅、欧内斯特·贝克尔、鲁迅以及其他,他们寻求的是:对惊异的体验,通向意义的可能性以及提升人类心灵的途径。

鉴此,当今时代的心理学面对的最大问题就是,当我们意识到这种失掉存在根基的事实之后,我们应当选择怎样活着、怎样应对甚至怎样发展得好。施奈德说:“这正是东西方伟大的神秘思想传统的相遇之点,在这个相遇之点上,我们发现了‘基于敬畏’的心理学。”

任何一个有所创导的思想者都不是孤立的,也不是从零开始的,在他们前面,已经有许多先驱给他带来思想的启发,成了他继续探索的根源或资源。当我问到对施奈德产生影响的思想渊源时,他列举了这些伟大的名字:蒂利希(Paul Tillich)、詹姆士(William James)、海契尔(Abraham Heschel)、贝克尔(Ernest Becker)、克尔凯郭尔(Soren Kierkegaard)、尼采(Friedrich Nietzsche)、宾斯万格(Ludwig Binswanger)、莱因(R. D. Laing)、布根塔尔(James Bugental)和梅(Rollo May)。而在他的个人生活里给他带来影响的人中,他首先提到他的母亲,他说他的母亲“有敏锐的心理学头脑”。他又讲到他的父亲,他的父亲的博士论文主题是“培养孩子的创造力”。在施奈德眼里,在培育孩子的人本主义精神方面,父亲是一个卓越的教导者和极具创意的人。在施奈德的成长环境中,他接触到许多人本主义心理学的书籍和研究论文。

至于施奈德在心理学上的成就,他自述,这得益于他的导师罗洛·梅和布根塔尔的启发。他致力于发展存在整合模式的心理治疗,培育“基于敬畏”的心理学,对于把存在—深蕴心理学应用于社会、政治和宗教生活领域有着广泛兴趣,他自视为心理学和哲学领域存在—神学或存在—灵性思考的当代承传者。他的工作,是为了展示这些不同视域的丰富性,使人类过完全的、充满活力的生活,而

不是片断的、简单的“超凡脱俗”的生活。这种全面而有活力的生活，是对悖论的整合，是向存在的进化不断敞开。

总体来说，施奈德心理学思想的核心关注是：人类与宇宙存在的无限性的关系。从哲学的角度来看，面对无限的存在，人类的生活是一个渺小与伟大的悖论：我们既渺小又伟大；我们既独立于那伟大的生命链，又是属于它的一部分。不管怎样，“一种充满爱意的悬置也许是我们能够达到的最高境界”。

最近一些年，施奈德开始了在中国的游历，中国给他带来了极大的启发，这启发来自以下这些方面：中国古代的智慧，当今时代的抗争以及对纯洁精神的寻求。在他看来，东西方文化在存在主义思想上的相遇恰逢其时，可以通过彼此的学习，实现人类生活的平衡与活力。施奈德在中国参加了两届存在主义心理学国际大会，并在南京、北京、上海、广州等地做了一系列演讲，这些经验让他看到了许多中国学生和中国心理学同行对存在心理学的热情，对此，他的内心充满了喜悦与认同。他说：“我在中国和东方的游历让我得益良多，我有这样一个期望：我们这一代人终会实现我们先辈的展望——心理学能够真诚体现人性的关怀。”

这套“存在心理治疗”译丛一共五本书（其中，《人本主义心理学手册》分为上、下两册），我在这里不一一介绍。事实上，在每本书的序言里，都对其中的心理学思想做了很好的阐述。我相信，存在心理治疗将在中国的社会文化土壤里生根、成长和结果，产生出越来越重要的意义。

最后，我受安徽人民出版社的邀请，具体来说，是郑世彦先生直接跟我联系，让我承担这套“存在心理治疗译丛”的主编。后来证明，我有点受之有愧。我对各位译者关顾太少，出力也少。而且我做事有一个坏习惯，总是把事情拖在最后，包括这个序，都是被“逼”出来的，迫不得已而为之。各位译者做了独立的工作，责任编辑张旻、郑世彦两位做了很多的贡献。但我做得太少。写出这一点，也是为了表达一下歉意，对译者、编者、读者。

南京直面心理咨询研究所

王学富

序 言

3

科克·施奈德(Kirk Schneider)此书的与众不同之处在于,作者既拒绝了肤浅乐观主义的空虚,同时也避免了沮丧的悲观主义态度,他是通过对悖论(paradox)的论述来实现这一点的。

这种悖论式的生活,保罗·蒂利希(Paul Tillich)、克尔凯郭尔(Kierkegaard)、尼采(Nietzsche)等人都曾讨论过,但在我们这个伪繁荣的时代却被遗忘。施奈德认为,生活中真实的快乐与创造力,来自于这种两极(polarity)并存的状态。他重视知识深邃的思想家们所指出的这种悖论。他的思想与克尔凯郭尔、蒂利希、厄内斯特·贝克尔(Ernest Becker)为伍,也与历史上许多其他思想家比肩。

尽管这不是克尔凯郭尔所说的“适合于在午睡时间细读”的书,但这是一本可以召唤我们回到生活和心理学的基本法则的著作。它使我们想起蒂利希所认为的基本性的东西,即“不顾一切……也要生存下去”。《过与不及》将会帮助心理学再次回到其伟大的使命。

罗洛·梅

平装版前言

在本书出版十年之际,世界发生了重大的变化:苏联的解体;海湾战争的浩劫;中东地区的暂时(尽管不稳定)和平;海地和索马里的动荡局势;非洲的人口爆炸;波斯尼亚的种族清洗;以及我们国家里“信息高速公路”的兴起,极右翼白人至上民兵组织运动(militia movement)的发展,以及青年犯罪的增加。

此外,在医疗保健领域,每天都有引人侧目的新发展。人们准备用化合致幻药(designer drugs)来抹去烦人的记忆;用基因治疗来根除生育上的缺陷;而计算机的使用则会从根本上改变友谊、爱情和知识。

所有这些改变将去向何方?我们正在迈向一个怎样的世纪?当然,答案是未知的。不过有一点很清楚,那就是我们所处的世界仍然悬浮在抑制(constraint)(包括保守、匮乏、脆弱)和扩张(expanse)(包括繁荣、富饶、豪华)之间,徘徊于我们的渺小与强大之间。虽然我们当中有一些人认识到了这种悬浮不定之美,认识到它所带来的丰富和矛盾的潜能,不过,仍有很多人却无法了解这种美妙,拼命死守着两个极端(extremes)。极端会带来简单的答案和快速的解决方法,但是上面提到的那些事件表明,走极端几乎总是失败的。

现在,我比以前更坚信本书中所涉及的概念的有效性(参见我和罗洛·梅合写的《存在心理学:一种整合的临床视角》,1995)。我越发意识到收缩、扩张和整合是人类历久弥新的维度,会不断地给予我们生机、支持和挑战。我的一个朋友本杰明·童(Benjamin Tong)博士对中国哲学颇有研究,他将《过与不及》一书视为一本不折不扣具有道家思想的书籍。阴(微小—接纳的特性)和阳(猛烈—大胆的特性)相生,以及无为而为(effortless effort)的概念与我的观点十分相似。而去存在(to be),就是投身到存在(existence)的起起落落当中,就是承认我们既“一无所有”(no-thing),因而又“拥有一切”(everything)。不过,这里说的“拥有一切”是人性的,而不是神性的。它是我们所是的一切——生气、悲伤、喜悦、害怕。它既不冷漠,也不狂热。但它又是这些(以及其他可能的)状态中的任何一

种。关键在于,我们对这些既定状态保持在场(presence),我们有能力识别其价值,以及认识到某一天它们会转变为新的状态、新的价值。

马丁·布伯(Martin Buber)宣称,邪恶在于固定不变,健康在于弹性通融(参见《美好与邪恶》,1953)。这一点反映在我们生命中的每时每刻——我们的心跳、呼吸、肌肉组织、职业和人际关系。甚至宇宙也以变通为特征——收缩和扩张、光波和粒子、质量和能量、产生和毁灭。

今天,我们站在一个新的意识起点上,更多地认识到整体主义、多元文化主义和共存光荣的世界观。我们越发意识到抱持生命中的对立面带来的益处;对于他者的存在,我们不再那么恐惧。但是,正如蒂利希预言的那样,即使“有很多人得到了解放”,但仍然会出现“新的、更尖锐的悖论、新的张力,以及令人更加痛苦的不和谐”(参见本书第180页)。对心理历史学家布鲁斯特·史密斯(Brewster Smith)来说,我们的“问题”仍然摇摆于扩张和他所称的“耗竭”之间[参见《美国心理学家》,1994,49,(5),405—411]。在扩张一端,史密斯列举了自私的个人主义、资本主义的物质主义和后现代的无政府主义;在耗竭(depletion)一端,他提到了空虚、碎片化和前面这些情况所导致的犬儒主义。与本书视角相关的是,他认识到贫乏与超荷、僵硬与盲目之间的相互作用,以及它所预示的不断增长的灾难。

现在我们最大的挑战(我想史密斯也会赞同),是如何将信念与质疑结合起来。信念是指伴随实际生活而产生的信仰、信任或中心感(centeredness);质疑是指对于可变性和神秘性抱以开放的态度,并能容忍信念出错的可能性。这一挑战——建立一个“流动着的中心”的挑战(参见 Schneider,在印)的利害关系,既大又广。细想一下,如果缺乏信念,我们的世界将会怎样:绝望增长,价值感匮乏,人们越发依赖权宜之计。而在另一个方面,如果缺乏质疑,则意味着教条的永存、妄自尊大以及狭隘,这种狭隘性又会再次导致信念缺乏。由此循环往复。

近年来我认识到,这本书是我对上述困境的解答。通过描述源于生活世界(先于理论的描述和思考性的停顿)的理论,我对许多其他的存在——人本主义学者以不同形式提出的理论进行了综合:信念和质疑、有条理和无根据、渺小和强大都是人类形态的组成部分,倘若我们不尊重这些形态,也许我们可以实现很多事情,比如,秩序、革命、智力和体力,但最终我们会失去智慧。

如果说本书希望表达一个观点,那就是传达停息(pause)的必要性,这对个人与集体都是必要的(参见罗洛·梅在《自由与命运》一书中关于这一主题的核

心论述,1981)。因为停息是全面的——它既是情感的、直觉的,又是分析的,所以它能孕育智慧。当我们停息时会产生很多东西——记忆、想象、可能性,否则它们会丧失。所有这些维度都需要加以处理,不只是为了忍耐,更是为了成功(参见米兰·昆德拉,《慢》,1996)。现今的很多文化,尤其是我们(美国)的文化,已经不再善用停息。他们不善于抱持悖论状态(一种全面的治愈),也无法获得智慧。这是因为他们(和我们)不鼓励停息的孕育。而如果停息得到重视,敬畏、惊奇和社会敏感性也会得到重视,这样也许就能够协调和平衡劳动,带来合理的经济计划,产生令人尊重的环保政策。辨别、洞察和对话的氛围里很难出现偏激。

最后,对于本书的使命,我并不抱以天真的态度。现在,我比以前更加意识到悖论的运作有多么复杂;人们只能在一定水平或一定背景下达到整合;我也意识到要改善这些,需要付出多少努力。不过,现在我也更加坚信,人们开始愿意接受悖论性的挑战,人们认为“非此即彼”的原则只是一种防御,未来的世界一切将见分晓。

科克.J. 施奈德

1999年8月

前言

正如雄辩需要沉默,革命需要和平一样,伟大的灵魂需要躯体与其接触,而这种需要所为何故? 我们被我们所不曾有的和对立的东西所滋养;对立满足了我们的需要。

——威廉·H.加斯

对立,矛盾,悖论。我们沉浸其中,却有很多人否认其力量。“我们被我们的对立面所滋养”,但却对此罔视或置之不理。我们的生活要么过于简单化——局限于狭小的个人、文化或职业的框框内;要么过于狂热,像武士、杀手、独断家、横行霸道者、学究和爪牙那样。我们不得不“安排”、“清理”、“挣脱”。我们要么“赞成”,要么“反对”;要么成为“朋友”,要么成为“敌人”;要么“拥有全部”,要么“一无所有”。我们的世界因为这些对立而碎片化,我们心烦意乱。虽然这些否定还没有足以推动人类走向毁灭,但精神失常、偏见、压迫——每种社会和情感的“破坏”都源于此。

同时,对我们生活世界中的悖论(矛盾、对立)的最微弱的肯定也能减缓上述弊病。然而,问题在于我们中的太多人害怕甚至厌恶这种方案。表面来看,它似乎有些说不通。为什么这么多的人对能拯救他们的事物如此排斥? 为什么一代

又一代的人们摒弃了它？

这就是我在此书中要提出的问题，也即带来这么多痛苦，也带来了期望与提升的悖论到底是什么？我们该如何面对它、了解它并把它带进我们的生活？

据此，本书是为那些有着相关思考并面对相关挑战的学生、专业人员和普通读者而作的。

科克.J.施奈德

于马萨诸塞州，牛顿城

致 谢

本书起源于深夜的无数次讨论。十分感谢 J. A. 布里克(J.A.Bricker),是他让这些具有挑战性、辩论性和支持性的讨论得以实现。

11

很感谢约翰·加尔文(John Galvin)、艾琳·塞琳(Ilene Serlin)、唐·库珀(Don Cooper)、斯坦利·克里普纳(Stanley Krippner)、杰拉尔德·斯特奇勒(Gerald Stechler)、以及琳达·康迪(Linda Conti),他们阅读了初稿的手稿,并提出了宝贵的意见。

我很感谢塞布鲁克研究院(Saybrook Institute)和韦斯特·乔治亚学院(West Georgia College)的人性化与严格要求。此外,我还要感谢吉姆与伊丽莎白·布根塔尔夫妇(Jim and Elizabeth Bugental)、唐·赖斯(Don Rice)和鲍伯·马赛克(Bob Masek)。

我要特别感谢罗洛·梅(Rollo May),他为我提供了重要灵感。

最后,我要对尤拉特·罗琳奈特斯(Jurate Raulinaitis)表达诚挚的谢意,感谢她的编辑工作及其提供的大力协助。

很感谢得到允许能够引用下述资料:

- J. Van den Berg, *A different existence: Principles of phenomenological psychopathology*. Pittsburgh: Duquesne University Press. Copyright © 1972 by Duquesne University.
- L. Binswanger, The case of Ellen West. (W. Mendel & J. Lyons, Trans.). In R. May, E. Angel, & H. Ellenberger (Eds.), *Existence: A new dimension in psychiatry and psychology* (pp. 237—364). New York: Basic Books. Copyright © 1958 by Basic Books.
- W. Sadler, *Existence and love*. New York: Scribner. Copyright © 1969 by Charles Scribner's Sons.
- L. Binswanger, The existential analysis school of thought (E. Angel, Trans.). In R. May, E. Angel, & H. Ellenberger (Eds.), *Existence: A new dimension in psychiatry and psychology* (pp. 191—213). New York: Basic Books. Copyright © 1958 by Basic

12