

西方心理学经典

个体心理学经典著作
理解生命真谛 实现自我价值

THE SCIENCE OF LIVING

理解生命

ALFRED ADLER

[奥] 阿德勒◎著 欧阳瑾◎译

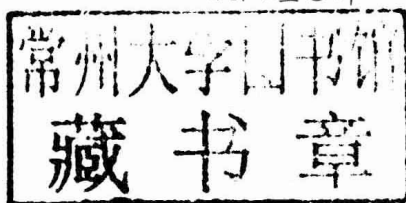
天津出版传媒集团

天津人民出版社

理解生命

[奥] 阿德勒◎著

欧阳瑾◎译



天津出版传媒集团

天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

理解生命 / (奥) 阿德勒著 ; 欧阳瑾译 . -- 天津 :
天津人民出版社 , 2018.5
ISBN 978-7-201-12771-2

I . ①理… II . ①阿… ②欧… III . ①个性心理学
IV . ① B848

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 330325 号

理解生命

LIJIE SHENGMING

出 版 天津人民出版社
出 版 人 黄 沛
地 址 天津市和平区西康路 35 号康岳大厦
邮政编码 300051
邮购电话 (022) 23332469
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>
电子邮箱 tjrmcbs@126.com

责任编辑 李 荣

装帧设计  同人文化传媒

制版印刷 三河市华晨印务有限公司

经 销 新华书店

开 本 787 × 1092 毫米 1/16

印 张 10

字 数 121 千字

版次印次 2018 年 5 月第 1 版 2018 年 5 月第 1 次印刷

定 价 32.00 元

版权所有 侵权必究

图书如出现印装质量问题, 请致电联系调换 (022-23332469)

译者序

在现代西方心理学的发展史上，奥地利精神病学家阿德勒（Alfred Adler，1870—1937）无疑占有重要的位置。他既是“个体心理学”的创始人、人本主义心理学的先驱和现代“自我心理学之父”，也是“精神分析学派”内部第一个反对弗洛伊德“泛性论”的心理学家，对后世西方心理学的发展做出了重要的贡献。

1870年2月7日，阿德勒出生于奥地利首都维也纳的郊区。尽管他的家境富裕，从小生活舒适安逸，但由于他体弱多病，并且自认为长相丑陋，因此阿德勒认为自己的童年是很不幸福的。他5岁时的一场大病，加上一个弟弟的死亡，使得他从小就有要当一名医生的愿望。中学毕业后，阿德勒进入维也纳医学院，系统地学习了心理学和哲学方面的知识，并且接受了良好的医学培训。在后来的实习与行医期间，阿德勒读到了弗洛伊德《梦的解析》一书，便写了一篇捍卫弗洛伊德观点的论文，产生了一定的社会反响。于是，弗洛伊德便在1902年邀请他加入了维也纳的“精神分析小组”，并让他担任这一组织的主席。但不久之后，阿德勒与弗洛伊德两人之间的分歧便日渐显露出来，因此到了1911

年，阿德勒便辞去了“精神分析小组”主席一职，随后又退出该小组，另起炉灶，创立了“个体心理学协会”。

尽管阿德勒是在弗洛伊德的“精神分析学派”内部破茧而出，并且开创出了自己的学说，探讨“个体心理学”与“精神分析学”这两种理论之间的差异，却属于非常专业的心理学范畴，显然并不是普通读者追求的方向。但在目前竞争压力巨大、社会发展变化迅速、新生事物层出不穷的背景下，普通读者了解“个体心理学”的一些基本原理，将它们应用于日常生活当中，并且据此而调整好自身的状态，让每个人的努力始终都保持在有益于人生（也包括有益于社会）的层面上，无疑会让自己的生活过得更加轻松，也会让整个社会变得更加和谐。

阿德勒认为，每个人在幼儿时期就已形成了一种“生活方式”，并且会据此形成自己的人生目标。不过，由于每个人的生活方式都不相同，每个人的人生目标也不相同，所以，研究心理过程应当以每个人的特殊心理经历为对象。这一点，也正是阿德勒将其心理学称为“个体心理学”的原因所在。

阿德勒强调人格的统一，强调人们的行为各有其目的，认为未来比过去重要得多。他认为，我们都是自己生活的主角与创造者，会用独特的生活方式来表达我们的人生目标。

阿德勒认为，每个人长大之后都必然会面对所谓的人生三大问题，即社会问题、职业问题、爱情和婚姻问题。尽管许多专家、学者对他的这种分类都存有异议，但不可否认的是，他的这一理论所重视的社会因素和个人经验正是其他心理学流派所欠缺的方面。比如，阿德勒认为，人天生是一种社会动物，人的行为会受社会驱力所推动，因而他更重视社会兴趣，相信社会可促进人格的发展。再如，阿德勒认为，一个人满足性本能的方式决定于他的生活方式，而并非是与此相反，即并非是一个人的生活方式决定于他满足性本能的方式。我们认为，这些方面都有

别于弗洛伊德的精神分析学，也更接近于现实情况。

此外，在教育领域，阿德勒强调教师不应该放弃任何一个儿童，或者将儿童身上出现的问题归咎于遗传；在心理治疗领域，阿德勒主张医生应当与患者面对面，友好而坦诚地进行交流；在爱情和婚姻领域，阿德勒提倡人们积极改善婚姻生活的质量，而不是建议人们去结束一段姻缘。这些主张，非但符合阿德勒所处时代的社会主流思想，也很契合如今我们提倡的“和谐社会”“以人为本”及“人类命运共同体”等理念，从而证明了这一心理学流派具有持久旺盛的生命力。这一点也正是我们推出阿德勒这几本心理学著作并系统地介绍“个体心理学”的原因所在。

自然，阿德勒及其“个体心理学”对西方心理学发展的贡献，远不止于我们所提到的这些。他提出的许多概念和方法都已逐渐渗透到心理学主流体系中。比如，自卑感和自卑情结的概念已经被整个心理学体系所吸纳，而他提倡的社区治疗、家庭治疗和合作治疗等心理疗法，也已经被全社会普遍接受。

我们相信，结合自身现实与社会现实系统地了解这些方面，对如今的每一个人来说都会有所裨益。因此，我们精心选取了阿德勒的一部分作品翻译出来，以便普通读者也能够一览这位与弗洛伊德齐名的大师的作品。本书从人类生存的科学入手，阐述了“个体心理学”当中诸如“自大情结”“自卑情结”“生活方式”及“社会适应性”等核心概念与观点，然后结合临床案例和治疗经验，指出了儿童、青少年以及成年人面临的各种问题，对自卑、忧郁、嫉妒、懦弱等负面心理产生的原因进行了剖析，并且给出了相应的建议 and 治疗方法，是我们适应社会、完善自我和理解生活艺术的经典指南。当然，由于译者并非心理学方面的专业人士，因此在翻译过程中出现谬误也是在所难免的，敬请读者批评指正。

定居美国4年之后，1937年5月28日，阿德勒在讲学途中因心脏病发作，病逝于英国苏格兰的阿伯丁。《纽约先驱论坛》为他发了一则讣告，如此评价道：“阿德勒，自卑情结之父，拒绝成为精神分析的某个零件。他既有点像科学家弗洛伊德，又和预言家荣格相似。他就是他，一个传播福音的人。”在我们看来，阿德勒开创的“个体心理学”，他提出并践行的诸多理论与疗法，就是他传播给整个人类的福音。

原 版 序

阿尔弗雷德·阿德勒博士在心理学领域里所做的工作，尽管从方法上而言都是科学性的和概括性的，但从本质上来看，是对我们的独立个体所做的研究，也因此才被人们称为“个体心理学”。这种心理学的研究对象，就是具体、特殊且独一无二的个人。所以，唯有研究我们碰到的每一个男人、女人和儿童，才能真正习得这种心理学。

在阿德勒博士对现代心理学的此种贡献当中，最为重要的一点，就是在揭示所有精神活动结合起来为个人所用，以及一个人的所有官能与努力都与同一个目标紧密相关这一过程中，“个体心理学”所用的方式。这样，我们就能深入理解人类同胞的种种理想、困难、努力与失望，而所用的分析方式，也将使得我们可以对每一种个性都获得一种全面而生动的印象。根据这种整合思想，我们就可以实现诸如“终极目标”这样的东西了。不过，我们必须将这种“终极目标”理解为基础性的终极目的。以前，人类还从未有过哪种方法，像“个体心理学”一样严谨而又具有强大的适应性，能够在所有现实当中，紧紧追随人类那最不稳定、最具易变性和最难捉摸的心灵。

由于阿德勒不但认为科学是人类共同努力的结果，而且认为才智本身也是人类共同努力的结果，因此我们可以看到，他对自己做出独特贡献的自觉性，远远超过了被其过去与当代合作者所公认的、那种淡化了的程度。因此，研究阿德勒博士与所谓的“心理分析”运动之间的关系，是很有裨益的。并且，不论如何简单扼要，我们都应当首先来回顾一下促成整个心理分析运动的种种哲学动力。

潜意识是一种关键记忆，即生物学记忆，这是现代心理学的一种共同观点。不过，从一开始就属于治疗歇斯底里症专家的弗洛伊德却认为，一个人在性生活当中的成功与失败才是最重要的，并且几乎是唯一重要的东西。身为天才精神病理学家的荣格力图揭示出那种超越个体的记忆，或者说种族记忆的重要性，想要扩展这种令人苦恼的狭隘的观点。他认为，种族记忆与性生活的力量一样强大，并且对人生具有一种更高的价值。

而将潜意识的概念更加牢固地与生物学现实联系起来的任务，则留给了阿尔弗雷德·阿德勒这位经验广博而全面的内科医师。他原本是心理分析流派里的一位心理分析学家，曾经用这种方法做过大量的工作，对记忆进行分析，并将记忆从一种聚合的情绪状态中归纳出清晰性与客观性来。不过，他却表明，每个人的整体记忆体系都是不同的。个人并不会全都根据同一种中心动机来形成自己的潜意识记忆。比如说，我们不会全都围绕着性欲，来形成自己的潜意识记忆。在每一个人的身上我们都会看到，他们会用一种具有个人化的方式，从所有可能经历的事情当中选择自己的经历。那么，这种选择所依据的原则又是什么呢？阿德勒回答说，从根本上来讲，这一原则就是一种简单的需求意识，就是某种必须得到补偿的自卑意识。这就好像是说，每个人都意识到了自己的整个生理现实，并且孜孜不倦地坚持着，把所有的注意力都集中在为生理现实当中存在的种种缺陷获得补偿似的。

这样，一个人的整个人生，比如说一个身材矮小者的整个人生，就可以理解为通过某种方式马上变得伟岸起来而进行的一种努力，而耳聋者的整个人生，就是努力为自己听不见而获得补偿。当然，情况并非如此简单，因为一系列缺陷可能引发出一系列的指导思想。而且，在人生当中，我们还得对付自己想象出来的各种缺陷以及各种异想天开的追求。不过，即便是在这些方面，我们所遵循的原则也是相同的。

性生活完全没有控制我们的所有活动，而是完美地融入了那些更加重要的追求当中，因为性生活明显受到了情绪的控制，而情绪则是由整个生命经历塑造出来的。这样，弗洛伊德的分析法虽然的确真实地说明了某种给定的人生原则在性方面所导致的种种后果，但也只是在那种意义上来说，它才是一种真正的分析。

如今，心理学开始以生物学为基础了。人们认为，从一开始，心灵的种种倾向性以及精神的成长，就受到了为了弥补生理缺陷或劣势位置所做出的努力的制约。一个人性情当中所有的异常之处或者独特之处，都是这样产生出来的。这一原则，既适用于人类，也适用于动物，并且很可能还适用于植物界。因此，我们应当认为，不同物种所具有的特殊禀赋，源自它们在自身环境当中所经历的种种缺陷与劣势，而这些缺陷与劣势，通过物种的活动、成长与结构，已经成功地获得了补偿。

将补偿看作一种生物学原理，这种观点没有什么新鲜的，因为人们早已知道，为了补偿其他的受损部位，我们的某些身体部位会过度生长。比如说，如果一个肾脏丧失了功能，那么另一个肾脏就会生长异常，直到它能够发挥出两个肾脏的功能；倘若心脏瓣膜出现了裂缝，那么整个心脏就会长得更大，从而弥补此种供血效率不足的情况；若是神经组织受损，那么另一种毗连组织就会努力承担起神经组织的功能来。为了应对某种特殊工作或者努力过程中出现的迫切需要，整个机体进行这种补偿性成长的现象数不胜数，因此我们无须再加以说明。不过，首

次整体将这一原则应用到心理学领域，将它当成是一条根本原理，并且说明了这一原理在心灵和智力中所起作用的，却是阿德勒博士。

阿德勒不但建议医生应当学习“个体心理学”，而且建议普通的非专业人士，尤其是教师，都应当学习“个体心理学”。心理学中融入文化，已经成了一种普遍必要的现象。尽管公众反对，我们也应当大力提倡这种做法，因为公众的反对态度，是以这样一种观念为基础的：虽然毫无益处，但现代心理学还是需要将全部精力集中在疾病与痛苦等病例上。诚然，精神分析学方面的著作，已经揭示出了现代社会当中那些最核心和最普遍的弊端。不过，如今我们面对的，却不再是一个反思自身过错的问题，而是我们必须从过错中汲取教训的问题。我们一直都在努力地生存着，仿佛人类的精神不是一种现实，仿佛我们可以无视心理方面的种种事实而确立起一种文明生活似的。阿德勒提倡的，并不是对精神病理学进行全面的研究，而是根据他业已确定其基本原理的一种积极而科学的心理学，来对社会和文化进行实实在在的改良。不过，假如太过害怕面对真相，那么我们就不能做到这一点。没有更加深入的了解，我们非但不可能对人生当中的那些正确目标形成一种更加清晰的、不可或缺的意识，而且也不可能更加清晰地意识到自身所犯的错误。或许，我们都不想去了解那些丑陋的事实，但越是真正认识人生，我们就会越发清晰地感受到那些真正对人生构成了障碍的错误，就像是光线聚集起来，使得阴影更加清晰一样。

一种积极的、有益于人类生活的心理学，不可能仅仅源自心理现象，更不用说仅仅源自临床的病理表现了。这种心理学，还需要一种规范性的原理。在这种需要面前，阿德勒没有退缩，而是认识到了我们在世间共同生活所遵循的那种逻辑性，仿佛它具有绝对形而上学的有效性似的。

认识到这一原理之后，接下来我们就必须对与之相关的个体心理状态进行判断。一个人的内心生活与集体生存的关联方式，可以区分为三种所谓的“人生态度”，即一个人对社会、对工作和对爱情的总体反应。

通过对待整个社会，即对待其他任何个人以及对待其他所有人的感受，任何一个男人和女人都可以了解到，自己在社交方面的勇敢程度如何。身处社交场合时感到害怕或者是有一种没有把握的感觉，往往都会表达出一种自卑感，而不管其外在表现究竟是一种胆怯还是抗拒，是一种缄默不语还是焦虑过度的形式。对于所有与生俱来的疑虑或者敌视感、不明确的谨慎感以及渴望有个藏身之处的感觉来说，倘若总体上影响到了一个人的社交关系，那么这些感受都表明了一种逃避现实的相同倾向，而这种倾向，又会阻碍一个人对自我进行肯定。我们对待社会的理想态度，或者更准确地说，对待社会的正常态度，应当是毫不勉强、不假思索地认为人类都是平等的，并且认为这种平等不会因地位不平等而加以改变。社交勇气所依赖的，就是这种身为人类大家庭里的一员而具有的安全感。而这种安全感，又取决于个人自身生活的和谐。通过一个人对邻居、所处市镇、国家以及其他民族的感觉，甚至是在报纸上看到与这些方面相关的新闻时的反应，他就可以推断出其心灵本身的安全程度来。

一个人对待工作的态度，正是密切取决于他在社会上的这种自我安全感。在一个人能够获得自己应得的那份社会利益与权利的职业当中，他必须面对社会需求的逻辑性这个问题。假如一个人觉得自己太过弱小，或者是与社会格格不入，那么这种感觉就会使得他无法相信自己的价值会获得别人的认可，因此他甚至不会努力去获得别人的认可了，相反，他不会去冒险，只是为了金钱和利益才去工作，并且会压制自己，不去想他究竟能够做出何种最切实的贡献。这种人往往既不敢给别人提供最好的东西，也不敢要求自己获得最好的东西，因为他害怕那样做会得不偿失。或者，这种人往往会在经济生活当中寻找某种安宁而波澜不惊的偏僻之所，因为在这种地方他可以去做自己喜欢的事情，而无须去适当地考虑自己所做之事有没有益处，或者能不能够带来利益的问题。在这两种情况下，非但整个社会因为没有得到个人最好的贡献而会承受

损失，而且这个并未实现自身社会意义的个人，也会产生出一种深刻的不满足感来。现代世界里有许多的人，与他们从事的职业都存在公开的冲突。而从一种世俗的意义来看，这种人当中既有成功者，也有不成功者。他们信不过自己所从事的职业，把无法实现某种现实正义的责任归咎给社会和经济条件。不过，他们往往都太过没有勇气，无法为实现自身经济功能的最佳价值而奋斗，这也是事实。他们都不敢公开宣称有权提供自己真正信仰的东西，如若不然，他们就会对社会真正需要他们做出的那种贡献嗤之以鼻。

因此，他们都是用一种利己主义的精神，甚至是一种鬼鬼祟祟、不那么正大光明的精神，去追求自己的利益。诚然，我们必须认识到，整个社会在组织方面还存在诸多不合理的地方，因此除了有可能做出错误判断之外，一个决心真正去为社会公益服务的个人，常常也会遇到强烈的反对。不过一个人需要的，却正是这种拼尽全力的奋斗感。而需要的程度，也不亚于整个社会受益于此的程度。一种职业，倘若无法让人体验到某种克服困难之后的胜利感，而只是让人在困难面前低头，那么我们是 impossible 去热爱这种职业的。

这些人生态度中的第三种，即对待爱情的态度，则决定了爱情生活的道路。只要前面两种人生态度，即对待社会的态度和对待工作的态度得到了正确的调整，那么最后这种人生态度自然就不会有问题。如果这种人生态度是扭曲和错误的，那么在与其余两种态度脱节的情况下，它就无法自行纠正错误。尽管我们可以想到改善社交关系与职业状况的办法，但若是把思想全都集中在个人的性问题上，那么我们几乎可以肯定，这种做法会让问题变得更加严重。因为这个问题完全属于结果的范畴，而不属于原因的范畴。一个在普通社会生活当中受了挫折或者在职业领域遭到了失败的人，在性生活当中的做法，就会像是尽力要为自己没能在恰当领域里获得成功的种种表现获得补偿似的。实际上，这正是

我们理解所有性异常行为的最佳办法，而不管这些性异常行为是让一个人变得孤僻离群、是让性伴侣受到侮辱，还是用其他方式扭曲一个人的本能。一个人的友谊关系，也与爱情生活紧密相关，形成了一个整体。至于原因，则不是像最初的精神分析学家所认为的那样，不是因为友谊是性吸引力的一种升华形式，而是与之正好相反。性冲动（即性是一种具有叛逆性的精神因素），其实是一种异常现象，用于取代能够激发出有益友谊的那种亲密关系；而同性恋呢，往往就是一个人无法与异性产生爱情的结果。

我们赋予种种感官的意义与价值，也与爱情生活紧密地结合在一起。许多优秀的诗人，早已证明了这一点。我们感受大自然的特点，我们对壮美海洋与陆地的反应，以及我们对形状、声音和色彩等的意义的反应，连同我们在那些有如暴风雨般动荡不安和忧郁悲伤的场景中对别人的信任感，都涉及了我们人类能够彼此相爱的完整性这个方面。因此，我们的审美人生，连同审美人生对于艺术与文化的所有意义，最终都是通过个人，从社交勇气与智力的有效性当中形成的。

我们不当认为集体感是一种非常难以产生出来的东西。集体感与自我主义本身一样，都是自然而然、与生俱来的。事实上，作为一种人生原则，集体感还具有优先的重要性。我们无须刻意地去产生这种感觉，只需在受到压抑之处将集体感释放出来即可。这就是我们在经历人生的过程中保留下来的生存原则。倘若有人认为，公共汽车司机、铁路工人和送奶工可以不具有一种高度本能的集体感去为人们服务，那么我们就可以推断出，这种人必定拥有一种高度神经质的统觉结构。坦率地说，抑制这种集体感的，就是人类心灵当中那种强烈的自负心理。而且，这种自负心理极其微妙、不可捉摸，因此尽管少数艺术家已经领悟到了它的无处不在，但在阿德勒之前，没有哪位专业的心理学家能够将其阐述清楚。出乎所有人意料的是，经常出现这样的情况：许多小记者

或售货员心中的野心都足以导致一位大天使^[1]堕落，而世界上那些伟人的野心，就更是如此了。每一种让一个人与生活之间的联系变得痛苦不堪的自卑感，都会导致他用另一种上帝般的自负，来让自己心中充斥着一种想象出来的伟大感，并且最终达到这样一种程度：在许多情况下，此种幻觉都会膨胀得极其厉害，甚至不需要一个人在尘世间变得至高无上才能平静下来，而是会创造出一个全新的世界，并且让他自诩为这个新世界里的上帝。这种对人性深度的揭示已经得到证实。不过，人们显然并不是在对那些怀有实实在在的野心（无论这种野心是多么像拿破仑那样狂妄）的人进行研究，而是在对那些消极抗拒、拖延不决和佯装有病者进行的研究中证实的，因为正是这些方面，最清晰地说明了一个痛苦地认为自己无法主宰现实世界的人会拒绝与现实世界协作，无论这样做会给他带来多么不利的后果；他这样做，部分是为了主宰一个狭窄的领域，部分甚至是出于一种非常荒谬的感觉，因为这种人认为，倘若现实世界得不到他非凡的协助，就终有一天会崩溃，并且缩小到他自己业已缩小了的那个世界的程度^[2]。

这样，便导致了一个问题：在明知人类心灵当中具有此种过度自负的倾向，并且不敢只是再自诩为神奇异人来增强这种自负心态的情况下，我们又该如何去做呢？阿德勒的回答就是，我们应当对自身的所有经历都保留某种态度。此种态度，他称之为“对半”态度。我们对于正常行为的那种概念，应当允许整个世界、整个社会或者我们面对的个人

[1] 大天使，又称天使长或总领天使，是宗教传统当中常见的一种天使，基督教、伊斯兰教、犹太教和琐罗亚斯德教等宗教中都有。据基督教《圣经·新约全书·启示录》中记载，神的御座前有7名天使侍立，一般都解为7名大天使，但伊斯兰教里只承认有4名大天使。

[2] 译者注：若是觉得这种说法有些夸张，那我们不妨回想一下这个事实：几乎所有最狭隘的派系，无论是宗教教派还是世俗派系，都相信会出现一种世界性的灾难，即认为他们已经逃避、不再希望去加以改变的这个世界必将走向毁灭，并且只有一小部分人会幸存下来，而幸存下来的，就是他们自己那一派系。

在正义一边以某种方式做到与我们完全平等。我们既不应该贬低自己，也不应当贬低自身所处的环境。我们应当认为，每个人都是正义当中的一半，从而平等地肯定我们自己与别人的现实情况。这一点，非但适用于我们去跟别人进行联系，而且适用于我们对雨天、假日或者负担不起的舒适品，甚至是对刚刚没赶上的那趟公共汽车的精神反应。

若是理解得正确的话，这种情况并不是一种艰难而令人反感的、理想的谦卑状态。实际上，要求具有与其他所有生物完全平等的现实与全能，而不管我们可能在什么样的具体表现当中碰到其他生物，这是一种很有意义的、精彩的假设。倘若要求低于这种程度，那就是一种虚伪的谦卑，因为事实上我们进行任何交流所导致的结果，其中一半的现实都取决于我们进行交流的方式。一个人应当在自身发生的每件事情当中，都按照自己所属的那一半，来确认自己的作用。

在职业领域里，我们常常都特别难以遵循这条建议。在业务当中，人们会面对许多赤裸裸的现实，它们会比社会生活当中通常允许出现的情况更加常见；并且，要让一个人自身的目标与一个杂乱无章的世界的现状同等有效，几乎是不可能做到的。因为那样做的话，就意味着承认现状是一个人的实际问题，并且事实上也是一个人正当的行为领域。劳动分工虽说本身符合逻辑并且有益于社会，但也给人类带来了狂妄自大地创造出全然虚伪的不平等、差别和不公的机会，因此我们如今才会生活在一种几乎无法维系的经济混乱之中。对于此种异常状况，绝大多数人常常会发现，他们很难不屈不挠地与自身进行对抗，很难一方面承认自身所处的现实，一方面又同等地努力地去改善这种现实。他们很容易通过内心的某种托词，默许这种混乱状况，或者是致力于去寻找某些肤浅的、逃避实际问题的补救措施；有的时候，他们还会认为自己的职业生涯必然会受到那些天生卑劣之事的玷污，却全然没有意识到，这样一种态度会让他们变得自高自大、傲慢无礼，并且从深层意义上来看，还

会使他们变得寡廉鲜耻。很少有人想到，正确的办法就是在人性的基础上，在同样的处境与职业当中与他人结成同盟，并且把这种同盟当成一种社会服务，去维护其恰当的尊严和对其加以改良。不过，这正是一个能够真正适应其经济功能的唯一途径。许多埋怨自己的工作条件普遍不好的人，在把工作当成人生一种职能去进行重新组织方面其实什么都没有做。并且，他们也从来都没有想过，要去与导致他们失败的那种不合规的个人主义做斗争。从“个体心理学”当中，我们得出了这样一条绝对命令^[1]：每个人的职责，就是努力把自己所从事的职业变成一种兄弟关系、朋友情谊和一种带有强大合作精神的社会统一体，而不管各自从事的职业是什么；倘若一个人不想这样去做，那么他自身的心理状态就会非常危险。诚然，在如今的许多职业当中，要达到这条绝对命令的要求，是极端困难的。而更加重要的是，一个人应当让自身的努力都指向协调一致。除非从广义上来说，一个人是在努力让从事的职业变成一种全面表达其自身的形式，否则的话，他的职业就永远摆脱不了自身诸多的精神力量。因此，一个人的职业观念，非但必须是一种能够让他在其中具有行动独立性的执行机构，而且应当是一种能够让他在其中具有某种指导权威性的立法机构。在一个人的职业生涯中，此种“对半重视”的做法，会让他既承认现实，同时又利用唯一实事求是并且必然具有合作性的方式，去与现实做斗争。

倘若没有社会组织方面的这种实践，那么尽管“个体心理学”中的教育原理放之四海而皆准，它们也会毫无用处。从广义上来看，前文当中关于个人职业义务的论述，对一个人履行自身的整体社会职能而言，也是适用的。一个人的职能，既包括成为本民族与人类当中的积极一

[1] 绝对命令，德国哲学家康德用以表达普遍道德规律和最高行为原则的一个术语，亦译“定言命令”。它强调意志自律和道德原则的普遍有效性，从而体现了康德伦理学的实质。