

傅佩荣



从自我出发

傅佩荣

从自我出发

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

从自我出发 / 傅佩荣著. —北京: 北京理工大学出版社, 2011.1

(傅佩荣文集)

ISBN 978-7-5640-4021-5

I. ①从… II. ①傅… III. ①人生观—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第247558号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街5号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室) 68944990 (批销中心)
68911084 (读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司

开 本 / 787毫米×1092毫米 1/32

印 张 / 7.875

字 数 / 133千字

版 次 / 2011年1月第1版

2011年1月第1次印刷

定 价 / 24.00元

责任校对 / 王 丹

责任印制 / 母长新

图书出现印装质量问题, 本社负责调换

自序

从自我出发

如果忽略自我，人生问题难免显得空泛。大道理与小秘诀都是别人的体验，虽然可以参考，但总是不够贴切。负责的态度，大概只有正视自己的生命，努力“从自我出发”。如何着手呢？首先要规划蓝图，彻底想通四个步骤。本书的目的即在于此，将依序探讨：自我认识、自我定位、自我成长与自我超越。

关于“自我认识”，原是千古至难之事。三岁小孩知道自己的名字，八十老翁却未必明白自己是谁。答案固然可以因人而异，思考的方法及架构则有恰当与否的分别。哲学之可贵，不在于提供什么至理名言，而在于妥善说明问题，让人随着线索去反省。譬如，为了认识自我，必须设问：我是谁？人是什么？我要成为什么人？

以常识为基础，进入知识领域，再领悟个人的智慧。那么，我是谁？五个角度看出五个答案：人、中国人、上班族、人伦特定角色以及傅某某。扣紧最广义的“人”来说，不妨细究创造论、进化论以及德日进与弗洛伊德的理

论。毕竟知识的进展可以提供明确的观念。然后，我要成为什么人呢？自由选择并非漫无目标，而是针对意识之深化与心灵之丰富；此时，爱与信仰有如明灯与标杆，使自我不致孤立困陷在狭隘的领域，如此可进而考虑自我实现的途径。

第二步是自我定位。试问：我在哪里？答案也有五项：自然界、宗教界、历史、社会、自我。这五项构成一张网，是个人不可须臾或离的。麻烦在于：人的生命是动态开展的，因此所谓的“定位”，必然包含前进的方向，否则何以回应生命的要求？说是麻烦，其实却是最可贵的优越条件，因为它不容许人安于小成，却须永远向着更高的境界努力。此时，传统儒家的人性向善论，表现了高度的说服力，从人之生理、心理、伦理一贯而上，落实在人与人之间的适当关系上。求真与求美，需要特定条件配合；求善则是人人可为，永无止境。

接着，自我需要成长，而成长很容易出现幻觉，譬如向外投射，把会衰老、会厌倦、会失去、会独立的当成对象，最后好梦成空。因此，成长必须掌握方向与方法。就方向而言，主要有三：由内敛而凝聚清明的意识，由扩大而开拓整体的意识，再靠自由来达成和谐的意识。就方法而言，仍然不外乎针对自己在知、情、意的潜能，使自己本身逐渐成为理想的典型。若是持之以恒，人生各种境界将

朗朗呈现。关于“境界”，我们特别讲述了尼采的“精神三变”、齐克果的“人生三阶”以及王国维在《人间词话》中的阐释。

最后一步是自我超越。何以要超越？因为人生不完美，同时生命是注定要变迁的，不自我超越就下坠。超越的歧途是平面的及否定的，就是以同质交换来避免原地踏步的尴尬，不然干脆离群索居，或借用阿 Q 心态来嘲讽世间。正确的超越之道，有何特色？它对于主体之欲望、行动、认知、感受，分别显示为“超我、大我、忘我、无我”。看似消极退让，其实却是心灵自由无待之前提。具体办法呢？一是智慧，二是审美，三是信仰。在此，我们向道家的老子与庄子学习，同时设法欣赏密契主义的心路历程，由否定到提升，由涤净到光明。

本书四章，涵盖了我这几年对于“自我”问题的学习及思考的心得。我自认为十分幸运，一面读书教书，一面有机会与群众结缘，分享专业知识与个人体会。每隔几年又可以集文成书，或通过演讲方式广为流传。读者的肯定与鼓励，只会催促我精益求精，而不会让我稍有松懈。这部分所谈正是我的人生观，从自我出发之后，仍须自强不息，以求日新又新。

李佩榮

目录

自 序 / 1

第一章 自我认识	1
◎我是谁	4
◎人是什么	11
◎我要成为什么人	22
第二章 自我定位	43
◎我在哪里	46
◎人的安顿	64
◎珍惜现在	85
第三章 自我成长	89
◎生命要求成长	92
◎成长的方向	95
◎成长的方法	101
◎人生境界	114

第四章 自我超越.....	129
◎何以要超越	131
◎超越途径之一	133
◎超越途径之二	138
附录 问与答.....	177



希腊的戴尔菲神殿上刻了一句话：“认识你自己。”“认识你自己”能够刻在神殿上，代表它是希腊人经过几百年的经验累积下来的智慧，是很难达成的一个目标。希腊哲学家苏格拉底（Socrates）常以这句话来教导别人，但是他最后说：他只知道一件事，就是自己无知。苏格拉底成为哲学家，就是因为他知道自己无知。许多人以为知道一些事情，知道一些有关自我的知识，到最后却发现他所了解自我，并不是真正的自我。

希腊有一出悲剧，名为《俄狄浦斯王》，里面出现了一个人面狮身的怪兽——司芬克斯，他提的问题当时很多人没有办法回答。那个问题其实并不难，我们今天都知道答案。“有哪一种动物可以发出声音，早上四只脚，中午两只脚，晚上三只脚？”答不出来的人就会被吃掉。这里面含有象征意义，如果一个人连这个问题都答不出来，代表他对于“自己是个人”都不了解。因为这个问题的答案就是“人”。我们小时候在地上爬，好像四只脚，现在两只脚，将来晚年难免需要拐杖，又变成三只脚了。

这说明希腊时代对人的问题非常重视，对自我的了解

更觉得是个很大的困难。所以我们今天谈自我认识，要谈三个问题：第一，我是谁；第二，人是什么；第三，我要成为什么人。这三个问题是有相关性的。

我是谁

首先，“我是谁”这个问题很难回答。我们用一种结构的方式来设法了解。譬如我们可以提出五个答案，这五个答案几乎所有的人都会碰到。第一，我是人；第二，我是中国人；第三，我是上班族；第四，我是亲戚与朋友；第五，我是傅某某，每一个人都可以说出自己的名字。所以这五个答案是人人可用，放诸四海而皆准。关键在于这五个答案每一个都有相当复杂的内涵，需要再作分析。

我是人——在自然界，面对其他生物

当我们问“我是谁”而发现“我是人”的时候，是在什么情况下呢？譬如，我们去动物园参观，会想到，为什么这么多动物都被关在笼子里，而我们却可以在外面观察。当你去登山或潜水的时候，就会发现你跟大自然里许多动物都不一样，你是属于一种特殊的类，叫作“人类”。

人类是非常特别的。我记得1989年在柏林参观动物园，所有的馆我都没兴趣，只对其中一个馆发生兴趣，那个馆里全部是猩猩或人猿。这些跟我们的祖先竞争过的动物，因为它们跟人类最接近，也称为灵长类。我在里面观赏的时候，发现有六个大的玻璃房间，里面住着六种不同的人猿，从外表看，我们当然是比它们进化多了，穿的衣服很整齐，打领带，它们是非常原始的，从古到今都没什么变化。当到第五个玻璃柜的时候，那里面的猿人特别大，它的脸比我的大四倍。当时我想，如果在原始的丛林里，我碰到它的时候只好拼命逃了，根本不是它的对手。就人类外在能力来说，根据研究，在体形相似的情况下，猩猩的力气比人类大四倍，所以千万不要轻易向猩猩挑战。但猩猩为什么不会轻易攻击人类呢？因为它发现人类有一个很特殊的现象——人类会直立地站起来。除了人类之外，没有任何动物可以一直站着。因为在结构上人类的头在脊椎的上面，而其他动物的头都在脊椎的前面，前面跟上面不一样，差别很大。人类就靠这些在自然界里、在生物学的研究中，发现自己是特殊的，称为“人类”。这样一种生物是有他的特色的。

我们说，我是人，这个答案是正确的，但是我们必须知道，为什么人有特别的条件。我们等一下还会回到这一点。

我是中国人——在人类世界，语言观念

第二，我们再问：“我是谁？”我是中国人。提到“中国人”这三个字，马上就有个传统的观念出现了，我们有很多历代的宝贵经验，我们的科学技术在公元 15 世纪之前领先全世界。我们可以细细地叙述祖先的光荣，但是我们不能否认的一点，就是“今天的中国人是处在一种非常可悲的情境”。整个中国的近代史，尤其这两百年来，更使我们觉得非常悲哀。你什么时候觉得自己是中国人呢？打开电视、报纸一看，就知道中国人有两岸的问题；你到欧洲或美国去旅行的时候更觉得难过。我们台湾地区偶尔上电视就是“立法院”的表演，成为“世界十大奇观”之一。我们到外国之后发现很多人跟我们不一样：皮肤不一样、语言不一样、观念不一样，我们有时候会觉得：“非我族类，其心必异。”而那只不过是一种阿 Q 式的想法而已，认为自己是比较正确、比较对的，而觉得跟别人来往时自己吃了亏，受了委屈。

我暑假到欧洲去，在荷兰才知道：我们在荷兰的华侨有十万人，百分之八十开餐馆，在荷兰的中国餐馆则有两千五百多家。再看，美国人的统计资料证明什么？美国人最喜欢吃中国菜。我们中国数千年的传统，发展到今天的结果，居然是让全世界的人都欣赏中国菜。但中国菜要怎

样做出来呢？第一，需要劳力。我们在自己故土不愿意花劳力，到外国去则很乐意花劳力，替别人服务，那是为了做生意。传统的士、农、工、商观念，在世界上其他地方完全瓦解。工、商成为我们生存的资本，读书的人或是农业社会的一些美德，已经不能再谈了。这个时候你会疑惑：中国人到底是什么？你想到过去，没有用，因为已经过去了。在两相对照之下，越是过去的成就，越使我们悲从中来。怎么办呢？这时我们就会有一种国家民族意识。

我是上班族——在社会之角色，维生条件

第三，我是谁？我是上班族。为什么？我活在世界上必须生存，因此需要工作、赚钱、养活自己、养活家人。上班族的生活包括什么？早上起来立刻要赶车上班，到了周末就非常开心；但是不要忘记，到下礼拜又是蓝色的星期一。蓝色一点都不美，蓝色代表忧郁，那是使人忧郁的星期一。所以星期一的工作效率，全世界都一样，是最低的。忧郁的星期一之外，现在的社会分工越细，人与人之间的竞争压力越来越强，使得原来应该休息的星期日也渐渐变成黑色的星期日。在这里我们发现，“上班族”这三个字对每一个有工作的人都适用。想想看，一天二十四小时里所想的事情、所想的人，哪一样不是跟我们的上班有

或多或少的关系呢？结果我们发现一个困境，就是有一天会退休，退休之后我们习以为常的上班族生涯就不能再延续了。一个朋友退休之后觉得非常无聊，就要求太太每天买菜之前要写个菜单，让他批个“可”，因为他上班已经批了几十年，习惯了，不容易改掉。所以上班往往操纵我们现在的生命，给我们现在的生命许多复杂的外貌与压力。在我们想到我是上班族之后，接下来问：我是谁呢？

我是父、母、子、女、夫、妻——特定人伦关系

我们刚才提到亲戚与朋友。的确，这里就比较特殊了。因为我们有时候可以把前面三个“我”摆在一边不去想它，但是第四个就不同。我一定是父、母、子、女中的一个，没有人例外。即使是独生子女，也有堂兄弟或表姐妹。如果成家的话，总是夫妻中的其中一方。下一步还有相互之间的朋友。所以在这一栏里是比较特殊的。人是以特定的身份互相对待：如果你是父或母，一定有子或女；如果你是子或女，一定有父母。每一个角色都是相对于另一个人而存在出现的。在传统里，中国人非常重视这些角色。中国人讲究五伦，父子、夫妇、兄弟、朋友四伦都在里面了。君臣，我们暂且不谈，把它列在上班族里，我有老板、有属下。在此我们可以明白为什么这一栏特别重要。在思考“我是谁”的时候，要

问有哪一个答案是不能替代的？我是人，这个世界上少一个我，差别不大。我是中国人，中国人有十三亿，少一个我当然比前者的差别大一点，但也不是很大。我是上班族，上班族少一个我，少一个工作人口，问题更大一些了。再到下一栏就很重要了。你的任何关系的对方少了一个你，都会觉得生命少了一部分，或是生命里少了一段回忆。

我是傅某某——名实相符

再到第五个“我是谁？”我是傅某某。你把名字说出来之后立刻出现新的问题。这名字代表什么？前一阵子报纸刊登了：中国内地因为人口太多，发现以三个字称呼名字不太够用，很多人就以四个字来称呼名字，因为四个字重复的机会比较少，就比较不会重复。但用三个字的名字你会发现，很多历史上的伟人像王阳明之类的，现在也有人叫王阳明，还好没有人敢叫孔子。所以在这个时候就会发现，当你喊一个名字“张三”，很多人都“有”，到底哪一个张三呢？这个名字是可以替代的，这样一来，它就不能专属于你一个人。

另一方面，有时候我们也会忘记我是谁？譬如，金庸的小说《射雕英雄传》有所谓东邪、西毒、南帝、北丐，里面有个西毒欧阳锋。欧阳锋这个人喜欢练武功，到最后

上当了，走火入魔，倒立在地上行走，忘了自己是谁。见人就问：“我是谁？”别人说：“你是欧阳锋。”他再问：“欧阳锋是谁？”这是很麻烦的问题，他没有办法再回到自己身上来。所以这时候会发现，当你说我是傅某某时，这个名字到底代表什么？我们常在做梦的时候发现自己不能认同自己的身份，常梦到自己是动物，像一只苍蝇或是一只猫，都可以成为梦中的自我。所以当一个人问“我是谁”时，他的答案可以有五个，我们把这五个列出来，在结构上加以分析，内容的重要性可以人人不同。

有的人说：“中国，你是我唯一的爱！”他可以凭中国人的身份遨游四海。的确，当你出国旅行时，最不能忘记的绝对不是上班族或人什么的，而是中国人。你在飞机上听到有人讲中文就会非常开心，因为到外国去跟别人讲话，外文不通的时候，就会觉得沮丧，而讲中文就非常开心了。听到有人讲中文，会觉得“他乡遇故知”，虽然这个人以前是你的仇人。这就说明认定自己是谁的时候，很多时候是受环境影响。所以，我们在思考这个问题时，要特别去问哪一个身份是不能替代的？哪一个身份是我唯一可以满足实现的？这个问题的答案就变成：越往下走越不能替代，越往上走则越广、越宽。

这是第一部分我们要思考的问题：我是谁。我是人，我是中国人，我是上班族，我是一个亲戚或是一个朋友的