

# 人本主义心理学导论

# LIJI WENKU.

〔美〕夏洛特·布勒等 著  
陈宝铠 译



21206140

1206140

责任编辑：刘卫平  
封面总体设计：郭力 钮初 呼波  
王大友 李明  
本书封面设计：呼波

INTRODUCTION TO HUMANISTIC PSYCHOLOGY

by

*Charlotte Buhler*

*Melanie Allen*

Wadsworth Publishing Company, Inc.,

Belmont, California, 1972.

人本主义心理学导论

〔美〕夏洛特·布勒 麦琳·埃伦 著  
陈宝铠 译

华夏出版社出版发行

（北京东直门外香河园北里4号）

新华书店经销

北京市人民文学印刷厂印刷

850×1168毫米32开本 4.625印张 83千字 插页2

1990年7月北京第1版 1990年7月北京第1次印刷

印数 1—3600册

ISBN7—80053—579—7/B·029

定价：3.15元

## 中译本前言

近年来，西方人本主义心理学随着新一轮中西文明交流已开始“输入”我国。马斯洛等人本心理学家的名字，对于许多中国读者，尤其是年轻人，已经相当熟悉了。但至今许多人往往把人本主义心理学看作一门书斋里的学问或学究的空谈，尽管实际上它与人生的关系极为密切。它所研讨的题目，从最严肃的道德伦理、人生意义到最平常的机卑自傲、思绪起伏、都会使你感到十分亲近、关切。

为了使读者较全面地了解这门科学，我们把第一届国际人本心理学大会主席C·布勒和她同事M·埃伦合著的《人本主义心理学导论》介绍读者。<sup>①</sup>这本书篇幅虽短，却包容广泛，能脉络分明地阐述人本主义心理学的理论体系、基本观点和研究成果。它是以第一届国际人本心理学大会总结文献为基础，将人本主义心理学发展到本世纪70年代（那正是美国人思想最波动的年代）为止的研究呈现给读者的。更可贵的是，本书对人本心理学在西方当代心理治疗和咨询中的临床应用以及在教育领域中的创新和努力有具体的介绍，对当代西方人生活体验中的情感纠葛（同一性、孤独感等）有深入的分析，能使我们感受到当代西方人的生活脉搏，了解西方人自己对这些体验的看法。生活意义、激情、绝望、

---

① 早在我读研究生时，导师章益先生就指定此书作为我给本科生讲心理学流派课的主要参考书之一。

痛苦……这些人所共有的生活内容，从前只出现于诗人、小说家笔下的闪烁光点，现在已被努力置于“科学的”分析之下。

西方人面临的问题在某种程度上也是人类共同面临的问题。近年来我国理论界对“人”的问题的兴趣已说明了这一点。在人类文明的进步中，人的问题已变得越来越重要。人们越来越认识到：科技进步和人类进步是不能分割开的。科技发展是人做出的同时又是为人做出的。脱离了人的进步，科技进步将失去控制而导致巨大的灾难。现在，人本主义心理学家以“系统的、科学的”方法来研究人本身了。他们宣称：人的科学的“真理”（客观规律）必将与人的进步的“价值”（伦理选择）融合为一。让我们看看他们的努力。

人本主义心理学的研究涉及非常广泛的领域。作为一部导论，本书在概览这个新思潮的总体时，自然不能有某些题目进行较深的探讨。我们愿意以此文作为补充，在我国读者较关心的一些题目上深入一步。我们将首先说明为什么人本主义思潮会在当代西方兴起，然后着重讨论人本主义心理学家非常重视也是我国读者最为关心的“健康人类的行为特征和情绪动力”问题。

## 人本心理学的崛起

心理学历来被看作一门研究人类内在心灵与所做所为的科学。一个缺乏心理学知识的人自然会期待心理学家能够帮助他理解自己，理解人生。从大的方面说，心理学对于人类的进步与文明也应该做出重要的贡献。但在心理学的实际发展中，却出现了许多可笑的对立：人类生活越是希望、需要心理学家的参与，“正统”心理学家越是回避，躲在实验室里不肯出来，以致某些“正宗”的心理学家（例如铁钦纳）竟以远离生活为“科学”的标志。当代中国的一位作家（柯云路），在描写、讽刺一种愚蠢的精神病态时，竟拿

一位以研究精神生活为终生职业的”“心理学家”作为典型角色。

为什么会出现这种局面？一是由于人的行为确实复杂，二是由于心理学家的作茧自缚（这也许是人类的一种心理规律）。科学的心理学诞生于哲学与生理学的联姻之中。然而从诞生之日起，心理学就产生了“恋母情结”。它尽力想抹掉哲学父亲的眉眼，向物理、化学这些舅舅看齐。为了象舅舅们那样整齐规范，它宁愿缩小自己的研究范围，不考虑人的生活体验，不考虑人的内在意识。因而尽管它成长了起来，并与其他学科（如进化论）婚配而有了几代传人，却仍未能越出母系家族的规范。即，他始终把人当作物来研究，并且始终不愿触动人的最为复杂、多变的内心体验或主观意识。这种主观生活尽管早就被心理学大师威廉·詹姆斯作为意识流的在波动精心描绘过，却始终没有进入“科学心理学”家的视界。而在人类实际生活中，正是这些主观感受的内容构成了他的“心理”，也是这些内容导致他的人生行动。他由于绝望而自杀，由于仇恨、挫折而谋杀，由于空虚而颓丧，由于孤独而忧伤。人们为了解这一切而不得不求助于哲学（这也许是存在主义哲学兴起的一个原因），诗歌，或小说。著名人格学家R·B·卡特尔曾这样形象地刻划过正统心理学的这种困境。他说实验心理学家明明知道手表掉在胡同里了，却偏偏跑到屋子里来找，因为屋子里有灯，亮堂些。实验的方法，可以控制的条件（作为灯）的确可以用于研究人的基本心理过程（感知等），但在屋子里再仔细寻找也不会发现反映人生迫切感受的“手表”。

正当心理学家们为研究对象和研究方法争吵不休的时候，人类又遇到了有史以来最大的心理危机：接连的世界大战、毁灭性核武器，大规模屠杀暴行，灭绝人性的政治迫害使人类反躬自问：活着就是为了互相灭绝吗？对人的本性的迷惑使人类最伟大的科学家也感到茫然。爱因斯坦，这位智慧超卓可以理解常人很难理

解的自然现象的巨人，却无法理解他的同类——人的行为的原因。他曾写信询问公认对人性有深刻洞察的心理学大师弗洛伊德，为什么许多素来正直的知识分子也卷入纳粹的暴行。弗洛伊德给他一个孩子也能想象出来的答案：因为人有恶的本性。

人本心理学正是在这样的时刻应运而生的。人本心理学家宣称他们的研究对象是人的内心生活体验，他们关心的是人类生活的迫切问题与真实感受。人本心理学承担了心理学诞生以来应当承担却没有承担起来的责任。

当然，人本心理学挑起的担子是十分沉重的。它的研究对象在传统心理学的字典里被称为“黑箱子”。当我们读到人本心理学家的著作时，我们对他们互相之间观点的相悖感到茫然，对他们自己也把握不定的若干议论放心不下。但是，人本心理学家确实在方法和结论上迈出了一大步。他们借助其他领域的许多方法和自己首创的一些有用手段，使他们结论的有效性逐渐增强了。

科学研究的关键是方法问题。传统心理学不以意识为研究对象的一个重要原因是缺乏研究意识的适当方法。人本心理学在研究意识经验方面迈出了新的一步，从方法论角度看至少有三方面的进展：(1)他们采取了一种积极的态度：对于难以把握的问题，不怕犯错误，“在缺少事实的情况下达到试探性结论，然后再用几年时间力求弄清他的预感是否正确”。<sup>①</sup>他们宁愿以前科学的手段作为研究的起点，冒被谴责的风险，也不愿把“复杂的心理学问题，特别是传统的真善美及其价值论问题……推给非科学主要是文学与宗教作为信仰问题处理”。<sup>②</sup>这种态度，比之因为缺乏合用的工具而放弃应该研究的题目，显然更为可取。(2)他们重

---

① 马斯洛：《人性能达的境界》，第9—10页，云南人民出版社1987年版。

② 同上，中译本前言，第1页。

新确定了“客观”标准。人本心理学家对研究“物”的科学与研究“人”的科学进行了比较，认为研究物的“客观”与研究人的“客观”有很大差别。前者所需要的那种冷静、超脱和不干预的客观观察在与人打交道时即显出它的缺陷。因为实验社会心理学研究发现，人对人的观察，往往会在一知半解的情况下，“以己之心，度人之腹”，这种主观之间(intersubjective)的所谓“超脱的”客观观察反而很容易成为错误的或不准确的。正因如此，马斯洛建议走“另一条通向客观的道路”。即通过对观察对象密切地、深入地、入迷地观察，达到更清楚、更准确的感知和了解。这有如热恋双方的相互了解，由于观察者与被观察者的密切关系；被观察者能够敞开心扉，毫无防范；观察者也会任被观察者自在表现，不去干涉。布勒在本书中提到的“深入性个案研究”即属此类客观。它那种深入持久的了解比所谓“不加以干涉”的客观问卷显然更有可能了解到真实的情况。弗洛姆则提出“生产性思维”作为对人进行深入了解的方式。他认为传统的客观是一种糊涂观念。客观性并不是“不偏不倚”的同义语，它与“兴趣”和“关心”密切相关。生产性思维意味着把思维对象看成是有自己独特存在方式的存在，还意味着对对象抱有深厚的兴趣和关心。“思维者没有兴趣的激发，很难有什么富有意义的发现和洞见”。<sup>①</sup>生产性思维还要求从现象的整体去把握观察对象。上述这种达到对人理解的新客观途径正是人本心理学家经常应用并奋力探索的。它对研究人的新方法提出了理论上的依据。(3)人本心理学家在方法应用上的开明态度。马斯洛认为，上述的客观方法在全部可用的方法中，只是在“特定的情境中对于特定的目的，有其特

---

① 弗洛姆：《生产性思维和生产性爱》，载林方主编《人的潜能与价值》第241页，华夏出版社1987年版。

殊的优点。”<sup>①</sup> 它并不排除其他方法。在心理学科之内，马斯洛认为第三种心理学(人本心理学)包括了第一种和第二种心理学(行为主义和弗洛伊德学说)，而不是象人们通常假定的那样，排斥它们的成果。在一种更广阔的意义上，我们可以说人本心理学与弗洛伊德理论是相通的。它们都是关于人类主观生活的理论，是一种“心理学”模式的心理学。当然人本心理学更注重人的积极面，研究的范围也更广阔。至于行为主义理论，在基本心理过程的研究上，人本心理学是非常敬重它的。只是不同意它以基本过程或动物研究的结论来推论人的精神生活特征。在学科之外，人本心理学家十分重视多学科的研究。人类学、比较心理学、社会学、神经学等等，甚至文学现象的分析也会使人本心理学家发现新的东西。人本心理学家认为健康的人对自己的各种体验都采取开放态度；在科学事业中，他们的方法也是开放的。因为他们相信唯有这种态度才会产生真正的进步。

有些更具体的进步表现在：作为现代科学标志之一的量化方法被成功地应用于对整体经验的分析。罗杰斯以相关分析证明：接受心理治疗之后，个人自我意象发生了确实的改变。马斯洛和他的学生也完成了对自我实现者的程度测量。这些成果向我们表明：人类的精神生活、人类的内心体验这些昔日令人无所措手足的题目已经开始置于科学家的系统研究之下。当然，一切还只是开始。

## 为什么要研究健康人格？

阅读本书时，你定会感到人本心理学家对人的尊重和对人性的强调。实际上，几乎每一位人本心理学家都看重人性中的积极

---

<sup>①</sup> 马斯洛：《人性潜能达的境界》，第23页。



面，他们都会谈到“健康人格”的问题。他们对健康人格(Healthy personality)的研究实际上表达了他们对于人“应该”怎样生活的一种看法。这是人有可能实现的建设性生活的图景。人本心理学家认为，它既是人类应当追求的价值目标，也是生物进化所赋予人的本性充分发展时所能达到的境界。它比传统所说的“道德情操”范围更大，更与人的现实生活密切相关。按照人本心理学家的说法，如果条件具备，它也是人自己更“愿意”达到的一种境界。

人本心理学家对健康人格的寻求至少有两个急迫的理由：(1)绝大多数人本心理学家都工作于临床咨询领域，面对痛苦的患者，他们要考虑把患者“引向哪里”的目标问题。(2)人本心理学产生于对人性探究的大讨论中，现实世界中的人性究竟是怎样的？人的发展前景如何？作为研究人的科学家，他们无法回避这些问题。

其实，在人本心理学家之前，许多哲学家、伦理学家、教育家也对“人应该怎样”做出过种种描绘，只是较局限于道德意识的方面。这些描绘的依据或来自宗教的教义，或来自哲学家的推论，或来自民间的传说。然而，在历史现实面前，这些伦理价值常常遭到可怕的嘲弄。许多“世风日下”，“忆昔怀旧”之说并非完全出自伤感。文艺复兴刚刚使人在神的面前抬起头来，18世纪欧洲批判现实主义文艺作品就把他那高大而自负的形象打翻，把他“温情脉脉的面纱”撕得粉碎。人的形象越来越贬损。以致当弗洛伊德把人的丑陋再次推上展台，当心理学史家波林称之为人类自尊的第三次打击到来之时，世界在一阵惊奇之后，竟也欣然接受了。历史学家应用弗氏理论对传奇中的英雄进行分析，文学家从中搜寻创作的灵感，临床咨询家把他的学说奉为经典。一种多么使人气馁的思潮！人们慨叹：人之异于禽兽者几希？

秉承科学传统的心理学家实际上也在研究“正常”人格。特质(trait)理论家撒下用因素分析程度编织的测验大网，在人群的

大海中捕捞人格的基本要素。这些要素的不同配置便被用来鉴定正常与异常的人格。然而这种正常的含义是什么呢？按照统计学的原理，“正常的”即是大多数人所具有的，是正态分布曲线的峰值带。奥尔波特问道，那么如果一种疾病流行很广，在统计中是大多数人具有的项目，它是否也应算作正常的？按照价值判断，显然不能这样看。所以他说，正常与健康，应该以价值判断作为衡量标准。尽管统计分布标准在别的场合也许很有必要，但在对人格的衡量这一方面，心理学家应当追求的是积极价值标准上的健康与正常，而不是统计上的常态曲线。一个适应统计标准规范的人只能是一个庸才。弗洛伊德从人群的病态中取样，使病态的人代表了全人类。统计学者从普通人群中取样，使平庸的人成为人类追求的目标。这对人类本身都是不利的。人本心理学家认为，应当从“最好的品种”中取样，从最健康、最高大、跑得最快的人中取样，说明人能够成为什么和人应该成为什么。在今天的世界上，更应从最有德性、最具伦理的人中取样来研究人类精神价值与道德发展的可能性，马斯洛称此为“成长尖端统计学”。他说我们所以要以最佳品种作为研究样本，是因为这些人的价值选择将是人类追求、向往的终极价值。那么，健康人格是怎样的呢？

## 健康人的特征

正如许多人根据个人经验不相信弗洛伊德对人类本性的刻画是真实的一样，许多人也会不相信人本主义心理学家对“健康人”特征的描述。人们总愿依据个人经验判断关于人的理论，因此，“你不是什么，你也不能认识或理解什么。”<sup>①</sup>一般人的经验显然处于

---

<sup>①</sup> 马斯洛：《人性能达的境界》，第159页。

上述两极的中间，所以对健康人特征也会有不好理解的方面。应该说明的是，人本心理学对健康人的描述是对“优良品种”尽可能客观的刻画，它经过不同研究者的推敲，有些已具体化为可以评定的量表，所以它可能将研究者主观价值的投射减少到了较低的限度。而我们在此对它进行逐项分析，正是为了对它有更深的理解。也是为了对研究者的“理由”有更深的理解。

统观人本主义心理学家对健康人特征的描述，我们会看到它与日常人格概念的某些区别。指出这些区别会有助于我们的理解。区别之一是：我们习惯于描述人格的外部行为特征，而人本心理学家常用健康人内在体验的质量或方式作为衡量标准。这一点在罗杰斯对功能充分发挥的人的描写中表现得特别明显。罗杰斯的心理学理论是在临床咨询中发展起来的，求助于咨询的患者主要症状就是内在体验的问题。所以他把内在体验的质量作为健康人格的标准也就可以理解了。区别之二是，人本心理学家使用许多概括程度很高的术语来标志健康人的行为，或使用一种我们不太熟悉的维度概括行为。这给我们的理解带来一定的困难。我们应该熟悉这些术语，以求更好地理解健康人行为的基本特征。

依据这两方面的考虑，我们试分析人本心理学家对健康人的特征描述，当然我们只能选取几位理论家的说法作为研究对象：他们是马斯洛，罗杰斯，弗洛姆，奥尔波特。

马斯洛列举了健康人的许多特点，他的结论来自对“优良品种”的观察与了解。但我们细加分析，可以发现能以三种类别加以概括。一类是关于个人内心体验方式的，例如体验常新、神秘(高峰)体验的产生、不自卑、不因内心体验的冲突而苦恼，对体验到的各种发自自然本性的冲动欣然接受等。另一类是关于个人的认知方式和智慧水平的，如对现实(物理或人际世界)的高度洞察力、

以问题为中心、面对问题能区分手段与目的、创造力等。再一类是与人际交往、相互关系有关，例如，民主的性格结构、对他人的接受，行为的自然流露(坦率、自然)、超然独处的需要、独立于环境或他人的影响，博爱宽容之心(社会感情)，与人建立深厚关系的能力等。如果我们还是以这3个类别分析罗杰斯与弗洛姆的健康人，我们会发现，罗杰斯的健康人可以说是生活在内心体验中的人，他列举了“功能充分发挥的人”的5个特点：(1)对个人各种体验均开放接受；(2)充分体验个人的存在；(3)充分相信个人的体验能够引导个人做出正确的决策；(4)存在的自由：即个人在内心中体验到自己做出选择的自由，而他自发、自由、自愿做出的选择与实际的可能也是一致的；(5)创造性。我们看到其中四条都是说明一个人如何才能具有完美的内心生活。弗洛姆认为健康人主要表现在“生产性上”，即具有生产性的爱和生产性的思维方式。生产性的爱是指在人际关系中着重付出的一面，它指爱者对被爱者的无私地关注和给予以及责任感、理解和尊重等。生产性的思维则是由于对思维对象的全神贯注而获得对对象完整深刻了解的思维方式。弗洛姆并以存在和占有两种不同方式的对比说明人在学习、记忆、交谈、阅读、行使权威、掌握知识、信仰、爱等方面的不同表现。“占有”是一种病态，它并没有真正达到原初所追求的目标。例如，对知识的占有意味着某人以知识的储存为目的，却丢掉了掌握知识是为了使用知识这一基本目标；而“存在”则是一种“健康”的处理问题的方式，它表现于各种活动中。例如存在方式的学习是积极思考而不是被动记忆，是追求、研究和探索真理而不是占有某个观点不放。存在-占有是一对概括面很广的概念，它可以解释许多不同的行为。有趣的是，弗洛姆较少提到健康人内心生活的方面，这也许与他的社会、文化论倾向有关系。值得注意的是奥尔波特对健康人的看法。因为他经常对各

位学者的“健康观”加以总结，他的概括也许更有意义。奥尔波特最初提出三条标准：(1)自我延伸，即一种广阔的、开朗的自我观；(2)自我客观化：巧妙处理个人体验的能力；(3)一元化人生观：一种统一的生活观体系。后来他又加上：(4)博爱宽容的感情；(5)处理实际生活的技巧；(6)对一切生物的同情心。我们看到奥尔波特的概念更概括，更新颖了，并且对智慧、与人交往和内心体验三个类别都有涉及。

对于上述理论家所列的每一个特征当然还可以再做出更充分的描述，但我们已经基本清楚人本主义心理学家心目中的理想人格是怎样的了。我们从中可以看出：(1)同一个理论家，对健康人格的描述维度有一定的交叉重叠。这似乎是需要进一步分析讨论的。(2)不同理论家对健康人格有许多相似的描述。这有一种互相验证的作用，说明健康人格的特点是客观存在的事实。按照我国的传统，我们也许可以把健康人格的特征描写为“明察秋毫”，“质朴浑厚”，“道法自然”，“随心所欲不逾矩”，等等。我们不得不承认：在我们的文化传统中，“修身养性”的目标和西方人本心理学家的说法也有共同之处。当然，不同理论家会明显偏重于不同方面的特点。

我们在人本主义心理学家的健康人意象中，看到一个突出特点是强调人的内心生活。这或许是由于人本心理学家对人类精神生活的重视，或许是因为临床心理学家听到的都是关于内心生活体验的倾诉。但这种现象的意义何在？内心体验在人生中的位置如何？幸福依赖于外在物质标准还是内在生活质量？我们暂且不去回答这些问题。先来看看人本心理学家对体验的进一步研究：

我们看到：在罗杰斯那里，良好的体验是由于内在本性的引导。因而体验中产生的冲突(即自怨、自卑、内心矛盾等)是与本

性相违的。当我们透过罗杰斯的专用术语，或许有点不很确切地理解他的健康人时，我们可以把它设想为“达观者，大悟大彻者”。他那种自得其乐、与世无争的味道太浓了。难怪罗杰斯十分欣赏中国道家的形象。老庄思想的那种飘逸、清静、洒脱、逍遥，确实描绘出一幅典型的内心和谐图画。然而，在马斯洛那里，意象开始发生变化。他的健康人比罗杰斯的更为入世。内心体验不是以和谐清静为取向，而具有某种“功利”的色彩。例如他的高峰体验，给人带来的是狂喜和沉醉。高峰体验在马斯洛看来是人的自然本性对人生的最大馈赠，但并不是每个人都能容易地把握到它的价值。即便在自我实现的人中，也是那些有哲学家、艺术家气质的人更有获得这种独特感受的机会。更有趣的是，马斯洛认为在这种“极度的幸福感”或欣喜若狂、如醉如痴的体验中，个人不但摆脱一切压抑和紧张，而且从中会产生对世界真实面目的认识，体会到世界的真正价值。这时由于自我实现者不再以功利的眼光观察一切，他们不再把所见的人与物当作满足自己需要的工具，所见的世界便是真、善、美的统一。由此，他还归结出存在价值的14个侧面。

如此看来，常人是否难以获得高峰体验？马斯洛认为并不如此，他说人们可以在不同的时刻获得不同的高峰体验，并且任何行业中的任何常人都可能在生活中得到这种体验，从母亲看到在自己操劳下的孩子茁壮成长产生的巨大满足，到一般人沉浸在音乐的美感中，莫不如此。

这种高峰体验的出现也会给人带来积极的后果。它可以治疗通常意义上的心理障碍。也可以使人改变对自己、对他人及对生活的看法。还可以使人变得更加自重，更有创造性。即使在痛苦乏味的生活里，高峰体验的曾经存在或短暂出现，也会使人感到生活的意义，使他免于崩溃。总之，包括在高峰体验这一名下的

审美体验、创造体验、爱与被爱的体验、宗教体验、顿悟之感等等均可使人感到生活更美好，更值得。

我们已经很清楚地看到：这种特定的内在体验的出现是人本心理学家认定的健康人标志之一。而且虽然马斯洛认为只有基本需要得到满足走向自我实现的人才有机会获得这种体验，虽然罗杰斯认为得到无条件关怀以及与人建立真诚关系的需要得到满足而成长为功能完全发挥的人才更富有体验存在的能力，在物质的满足与精神体验的产生上却并没有一一对应的因果关系。马斯洛引用里尔克给青年诗人的信说：“假如你感到生活贫乏，不要抱怨生活，应该责怪自己，因为是你自己还没有足够的诗人才华，将生活中的丰富内容概括表达出来。”<sup>①</sup>这也就是说，高峰体验“完全可能产生于非常平凡低下的生活天地里”，关键是要有获得这种体验的能力。

## 健康人从何而来？人本主义 心理学家提出的依据

仅仅描述健康人的特征而没有指出达到这种特征的途径或可能性，仍然会使人将人本心理学家的图画看成是一种空中楼阁和空洞的说教。人本心理学家突出的贡献恰恰在于他们论证了这种可能性——尽管这种论证常常受到事实的挑战和他人的批评。概括地说，人本心理学家认为健康人的生活方式是人的生物本性充分展开时必然达到的境界，即人的潜能是人生价值的基础。传统的观点，实际上也是当今世界上人们仍然相信的观点是：符合理

---

<sup>①</sup> 《人的潜能与价值》，第369页。

想的人格只有通过对人的生物本性的抑制才能达到。人只有经受“天人欲”的锤炼才能达到理想的境界。以这种观点看待罗杰斯“对机体冲动的接受”，有的文章自然就得出罗杰斯是强调个人的享乐、自私自利的看法。这是理解人本心理学观点的一个关键。许多人本心理学家均认为健康人应接受自己的内在冲动，而内在冲动性质如何？人们饿了要吃，渴了要喝，困了要睡，这是善还是恶？传统观点认为先让他人吃喝为善，但若以现代社会标准来看，当基本需要的满足不再是多么困难的事情时，满足自己的内在冲动又有什么“恶”？当然，这里的关键是如何满足。一个比较容易引起纠纷的话题是性的满足，但应当说这里也是如何满足的问题。因为现在已经没人会认为，自由恋爱是丑恶的了。正是基于这样一种立场，罗杰斯认为，他由25年临床咨询所得的结论是：人的基本属性自然发挥作用时是建设性的，是可以信赖的。虽然人也会做出错误的举动，但当人完全利用他的机体秉赋时，他会在“极其复杂的条件下从众多可能性中选择此时此刻最有广泛意义和真正合意的行为，当然他会犯错误，但他对自己每一次行动的后果充分开放，便能纠正那些证明是不那么合意的行动。”<sup>①</sup>用通俗的话来说，罗杰斯的健康人会在现实社会中找到社会许可、个人满意的行为方式。马斯洛对于人的生物本性的相信使他将自己的努力称之为生物伦理学。他认为健康的有机体自身能够进行有效的选择，这种选择必定会引起个人主观的幸福状态。饥饿的满足引起舒适，高级动机例如尊重与爱的满足引起内心体验的丰富和适意。而正是这种主观幸福状态才是一个颇为良好的向导，使人能达到对于他本人是最佳的境界。马斯洛认为人的许多变态行为例如罪行和丑恶只是人“向健康状态

<sup>①</sup> 《人的潜能与价值》，第324页。



的笨拙摸索”，这就是说，一个人如果曾经体验到由其机体内在本性引导的较健康状态，他就会选择这种状态而抛弃他的“笨拙摸索”。人选择变态的满足是由于他无知，由于他没有体验过真正合乎本性的需要满足。马斯洛还把对真、善、美这些超越一般需要的追求看作同基本需要一样，是“严格意义上的生物性需要”，这些需要的遗传基础虽然微弱，却是实存于人类机体中的。它的不能满足同维生素缺乏一样令人痛苦，它的满足则带来更高级、更沉迷，更使人幸福的主观体验。

## 对人本主义心理学健康人格概念的分析

### 对健康人格的价值含义的分析

我们看到，人本心理学家是从人的生物本性、尤其从人与动物的区别论证健康人格的价值的。他们的健康人把为自己(实现自己的生物潜能)与为他人(对他人、社会甚至人类所做的贡献)之间的对立消除了。从某种角度看，颇有“主观为自己，客观为大家”的意义。那么，从“我们”的观点看，即从共产主义价值观来看，人的价值如何呢？一位思想比较解放的我国理论家在阐明他所理解的共产主义的人的价值观时说，“人的价值就是作为主体的人的需要同客体的人的一种关系，即客体的人对于主体的人的需要的肯定或否定关系”。我们看到，这是一个笼统的表述，它会引起不同理解。大概作者也意识到这点，他又进一步补充说：“就是说，某个人的价值，在于他能否或在多大程度上满足其他人的物质和精神需要”(着重点为引者所加)。①作者在同书同一章中又特别强

① 李连科：《世界的意义—价值论》，第208页。