

人類微妙心理的探討

# 人與人之間的心理



黃筱雲 譯 · 世一書局印行

# 目 錄

前 言	.....	三	
第一章	情人眼中出西施（欲望）	.....	七
第二章	出生的無可奈何（意志）	.....	三七
第三章	得而復失，彌足珍貴！	.....	五一
第四章	天上火紅的雲彩（記憶）	.....	六七
第五章	踏上台階的突然間（思考）	.....	八五
第六章	拙劣的喜悅！（知能）	.....	一〇三
第七章	想好好玩，就好好玩吧！（訊息聯絡）	.....	一一五
第八章	哎！討厭！（感情）	.....	一三三
第九章	愛而不得，搶了！（情動）	.....	一六一
第十章	哈姆雷特和鐘樓怪人（個性）	.....	一九一
第十一章	心理學的學習（展望）	.....	二〇九



## 前 言

經常有初見面的學生對我說：「老師好厲害啊！居然可以把我正在想的事，瞭解得一清二楚。」然而，持相反意見的人卻說：心理學，只不過是以艱深難懂的字句，加以綴飾的學問罷了！至於別人心情的瞭解，是簡而易知的事情。這兩種看法，都有它的正確之處，也有它不對的地方。

以今天的心理學來說，它確實是經由實驗和觀察而得來的。所以，它不但可以準確地把人的心理動向，加以說明，亦可加以預測。在今天，對於昔日那種爲惡魔或其他事物所困擾的精神病患者，或神經質的人，其異常心理也能有詳細的瞭解。並對於日常生活中，經驗到的欲望、意志、思考、感情等的微妙變化，也都能有相當地說明。

然而，若只是前進到此種層面是不夠的。終究在自然科學中，它的對象，除了人之外，尚有其它的事物。因爲其他的事物也都各自有它們存在的法則，所以成爲自然科學探討的對象。

但是因爲心理學的研究對象，和研究心理學者，均爲人類，所以彼此的心靈，也就

能溝通了。基於此，心理學並不只是把研究對象，列爲人的心理，由外界的種種來加以說明和解說。而首先必須要能「如同此人，身歷其境」，去了解其心理狀況。這不僅要有對於自然的冷靜、客觀態度，還要俱備如同置身於研究對象所歷情境的豐富想像力。

既是如此，也許有人要問：與其攻讀心理學的教科書，不如由名作家作品中，所描繪的人性來研討，不是來得更爲恰當嗎？確實有許多名作家的作品當中，對人性都能有很深入的解剖。所以，對我們讀者來說，這實在是瞭解人類心理的最佳參考。然而，這並非就是心理學的真正面貌。

筆者是想由本書，以對人類關係心理的探討，共同和讀者們研究。

每個人自出生起，必定先接觸家族這層關係，並且即使有不喜歡，也須在各種不同的團體中生活。最先由儒教得來的「人間」二字，以前是指「人類」，而今所說的「世間」、「人間世」所意味的，卻是影射人類本身的各種現象。

本書不僅有系統地探討心理學知識，更致力於實際應用知識的嚐試。而這到底能有多少的成效呢？就全在於各位讀者的批評和判斷了。

筆者於戰後至今，約將近有十年，在日本女子大學、一橋大學、影星培養所，Y W C A 等的教養講座當中，和年輕人們一起不斷地在研究心理學。因此，教學的當中，對

筆者而言，也是在受教。所以，本書是筆者從年輕人身上，體察出來的結晶，內容有許多的實際個案和例子。若說本書能對各位讀者有所助益的話，其最大的原因，就是在於「教學相長」。

筆 者



## 第一章 情人眼中出西施（欲望）

人類的欲望是永無止境的。人類和動物的一個最大不同點，就是除了食欲、睡眠、休息、口渴等的生理欲求外，人類尚有其它對社會的需求。比如，我們希望比別人在工作上，有更好的表現，不要為人所詬病、無論如何要雪除宿恨、追求虛榮……等等各種不一的欲求。如此，在人類社會生活當中，人類的欲求，即不斷且地增多。

然而，同時在社會生活中，也會有許多的約束和束縛，來限制、禁止人類的欲求。而且，有時人無法使自己的需求，立即獲得滿足，就會將它寄託、轉移到未來的事物上。有時也會因他人的關係，而放棄自己個人的欲望。

社會便如此巧妙地把人的欲求給予控制了。但是，相反地社會對於每一個人生存上極為重要的欲望滿足，卻給予永遠不斷地保證。

社會的真正目的，就是控制無止境的人類欲望，而避免人與人之間的爭執，和國與



國之間的戰爭。對人而言，談欲求的自由滿足，便是在社會這框框中，開始成立的。

譬如：社會主義的社會，與資本主義的社會，所談論的政治自由，即指受到了限制的自由。但，在這不自由上所實施的計畫性經濟，卻免掉了資本主義社會，所呈現的經濟危機恐慌。這也就是意味著，在社會主義的社會裏，保證著經濟的自由。人類的理想，還是希望由配合個人的勞動生產量，取得社會生產物的階段，進入到依滿足個人欲望需求，取得其個人的社會生產物的階段。

總之，人類的欲求，不管基於生理上的個人生存，或是種族延續的需求，還是對社會活動的索求，其處理方式，必為如下四種：

第一、興起某種需求時，即能順利獲得滿足，這是無須再加解說的。

第二、欲望的滿足，是經由其它事物的延期轉移得到。這種欲求滿足的延期，人類和動物是不一樣的。因為人會秉持著決心，能對未來滿足的取得作假想。故換個角度來說，人類在社會生活中，常會有把欲望的滿足，加以延伸轉移的事發生。由此可知，人類會於「延期」和「假想」的方式中，發展為心念上的滿足，而轉為現實上的滿足。這也就是說，人類的智慧是人類欲求之源。對最先期的人類來說，當其心頭浮現出甘美食物且吃得飽飽的光景時，卻不能將其慾求滿足，轉換改變的情景也有。這一情況下浮現

在心頭的意念，就會成爲欲求的原動力。

第三、替代欲望滿足的轉移改變，而把它壓抑抹殺掉，這稱之爲「抑制」。「抑制」和轉移改變，是不盡相同的。大體上，它是把欲求的滿足，給放棄了，這是後面所述及的堅定意志力的作用。

第四、在意識裏頭，自己自認把欲望加以抑制，就可斷念。實際上，並沒有如此，在潛意識的底層，還是會藉著別種的方式，去嚐試這種欲求的滿足。

人類的智慧，能由個人自我意識來加以控制，也可在無意識的當中，輕易地加以抑制。但不論是那一種，都可說是在因爲欲望無法取得滿足時，卻仍需處理渡過的不得已情形下，發展出來的。出自聖經雅達姆和伊普的話，由於人類吃了「智慧的果實」，才有人類的墮落。但是，人類爲著欲望無法得到滿足，而嚐盡種種的苦難，經由這些體驗，才生出這些智慧來的。以下，讓我們共同來研討，如何在「欲求不獲得滿足」時，作種種的處理。

### （一）合理化

我們都有過在欲求沒能獲滿足時，總得設法將那現時不滿的情緒，給予合理化，讓

自己感到滿意的經驗。這不祇要以理論，來作合理的說明，自己也不要注意在意它的不合理，而要替自己找尋認為合理的理由及藉口。

例如，在接受學校的入學考試，沒有被錄取的情況下，會以「合理化」的方式，把這「欲望不滿足」給予處理和舒解。「也就是自我安慰道：『我並不一定要到學校去讀書，自己獨自自修學習，也一樣可以的。又何必要花費那學費，特意到那學校去而卻也沒有什麼收穫呢？』，這樣為自己找尋各種的理由，連自己也深以為是的合理論點。這種以知性的理由，看來雖似合理化，實際上，在無意識的深層裏，它只不過是受挫的精神，所產生出來的，不合理解決的方法罷了。

不過，因時地的不同，這種的「合理化」也能有它意想不到的效果。考試不及格時，與其要終日不時地悶悶不樂，惦記在心，不如為其找出合理的理由，將心境一變，重新邁出成功的脚步來得好。然而，由欲求不滿而來的合理化，在例子中，能有所明白的，就是對這不滿原因，不能求諸於自己的失敗，和能力不足之故。反而，對自己評論過高，陷於自滿，如此，就會有更加無法解決的問題了。

## （二）找理由

將未滿足的欲求合理化，是為滿足虛榮心，而找種種不一的理由藉口。可是，也有以更為單純的牽強附會，來解決的。這個稱之為「編理由」。在伊索寓言裏，酸葡萄故事中，所出現的狐狸的話，就是這類例子。

有一隻肚子餓了的狐狸，看到串串成簇的葡萄，牠好想吃那葡萄，然而卻無奈何！因為牠連爬上那葡萄棚的力氣也沒有，於是就在牠要離去時，說：「那葡萄還未熟呢！它仍是酸的，算了罷！」

人類和這種情形一樣地，也會在自己能力不足，無法把事情完善地給予處理時，以這種「藉口」，為自己找理由。例如，也有的女性對那些不向自己表示好感的男士們，會說出類似伊索寓言裏那狐狸「吃不到葡萄說葡萄酸」的話。「跟那種人喝茶，或是看看電影是可以，但卻是沒有什麼意思」等的話語。

以這類的「理由」，來處理欲求不滿，不像（一）所述及的「合理化」那般的麻煩、費事，且也能有讓自己接受的說服力。

與此相反的，就是把對方給予理想化、美化了。縱然，在這方面有什麼缺點，也沒

有關係，無所謂，而深感滿足。亦即所謂的「情人眼中出西施」。在美國則有和前面所述的酸葡萄，相映成趣的「甜檸檬」之說。

但，這種「情人眼中出西施」的理由，是如何產生的呢？這是因各種不同的情形，而有所不同的。例如起初，對某一位女士有種種的不滿挑剔，但，不知從幾時起，就改變為一種理想化，情人眼中出西施的心理了。

生長在法國一位相當有名的偉大作家史坦塔魯，在他的『戀愛論』中，把這種由情人眼中出西施的心理轉變，稱之為「結晶作用」。「我所說的結晶作用，也就是對所愛的人發現她的優點，這種精神的作用。」「對戀愛中的男人，他所愛的人的一切，都是視之為完美的」。

「情人眼中出西施」，這種「自我找理由」的心理，如果任何人沒有他自己的適當對象，可以加以適用的話，就會自用在本身的。也就是川柳中所說的：「除自滿、自傲外，沒有可以愛的。」因為沒有別人示愛，所以除了自滿自傲外，別無他法的緣故。因此，這種自傲自滿的心理，只要有任何的機會，就會每每擴大這種結晶作用，最後就會形成除自己之外，別人都是差勁不行的心理，且自認為是天下第一美人的情形。就因為如此，漸漸地對別人也無法產生出愛情，進而就演變成也無法獲得別人喜愛的悲劇。

不過對每一個人來說，任何人，或多或少都有點自滿自傲的心理。假若一個人全然都不自滿，想對自己做公正公允的品評，這實在是會令人受不了的。

創立精神分析這門學問的精神醫學家「佛洛伊德」，認為人在孩童時期，在還沒有向人示愛之前，是停留在那對自己的自我愛階段。在希臘神話裏出現的拿奴啓索斯的美少年，當他在河邊看到水中的自己影像，說自己變成了水仙的故事，我們可以把這種對自我的愛憐叫做自我愛。這種自滿自傲的心理，被認為在一個人的欲求不滿足的心理，難以消除時，就會退化到自我愛這種幼稚的階段。

但是這種自滿自傲的心理，並不是僅在這種情況才會產生，對於一個從小即受到寵愛，隨時欲求都得到滿足的人，也會有這種心理的出現。在這種情形，就像從前的昏君一樣，對自己的能力過於高估，自認為一等人的傲慢心理，就是形成這種自滿自傲的心態背景。所以，這和那種原先開始，就沒能使欲求滿足，而引起的自傲自滿心態，是截然不同的。

雖然在表面上，所表現出的自滿自傲態度，都是如此相似，但卻因它構成的心態背景不一樣，所以祛除這種心理，自然而然也就有必要使用到各種不同的方法了。比如，對那種由於在愛情上沒能取得滿足平衡的來說，只要給予她愛情的滋潤，就可消除她心

中的那種傲慢之心，反之，若對於那種過於高估自我價值的傲慢心態的人，再向她示愛的話，只會更助長她的傲慢、不可一世的心理罷了！

### (三) 隔離

對某件事情覺得不滿，感到興趣索然。而把這件事給擱著，暫且與之保持距離，而於生活的其他領域中，尋求其它欲求的滿足，而將這種欲求不滿的心理，給予忘懷，這就叫做隔離。

試以下列的情形，來做參考。比如，工作中，上司的故意找麻煩、同事間不能好好地相處、職位不能獲得晉升等等的情形。當然，其合理化的自我安慰就是：「我只不過是爲了生活，才會跟這般沒水準的人，在一起工作，我的世界裏，自有更高的理想世界。」或者就是自找理由的自我欺騙。「在公司裡，大家不能跟自己好好相處，只不過是因爲嫉妬自己是個美人的緣故。」這些想法是能將那欲求不滿的情緒，給予消除掉。但，這種不滿情緒，一直都和它引發的地方和背景，結合在一起，所以，這種不滿的情緒，是無法祛除的，而終至悶悶不樂，老是惦記在心上。

這種以「隔離」的心理態度，來處理欲求的人，就會將工作的世界，視爲另一部份

，從心理生活中給予隔離，想通而能自得其樂了。或者，就是把這討厭的環境，認為只是發生在夢中的事物，亦即假想世界的事物，並非現實的真正一切，將它從自認為現實生活的世界中，於心理上給予排除謝絕。因此，在那夢中或那假想世界，所發生的種種，對自己的心理上，都無任何的關係和影響。在那世界和夢中出現的人物，只不過是在舞台上扮演的人物而已。

這種尋找「隔離」的心態，也就是在工作中所引發起的欲求不滿足感，並不能給予自己帶來影響的心念。就如同「今朝有酒今朝醉」、「只要今天夠了就行」的心理，是一樣的，以前或昨日的不滿，是不能給今天帶來任何的影響，而且「工作上的種種拂逆，也都在工作中解決了」。這也是一種解決欲求不滿的心理方法。

現在的人是屬於他的週遭、家族、公司等各種團體裏的一個份子。因而，適應各類不一的團體，和許多的人保有不同的關係而生活著。所以，適用於每一個團體的想法和看法，也不一樣，這當中，也就引發出矛盾和對立。在當今的社會裏，每一個人於任何一個團體中，都是不能把自己的作風，堅持到底的。自然而然也就不不得不在這當中，產生那種「隔離」的心態了。

如果整個社會實行民主化，消除以階級或階層而來的差異與懸殊，各團體所呈現的



看法差異，也就自然減少，那麼「隔離」的心態，不是也就沒有它的必要了嗎？然而，像現代的社會裏，所有的團體中，都錯綜複雜地交纏著資本主義的人類關係，所謂義理的封建式的人類關係餘波。所以，任何人總須要有某種程度上的「隔離」心態。對於那些能作自由地「隔離」的人，適合各種團體，有其不同的標準尺度的人，我們不如稱之為「想得通」、「看得開」的合理主義者。

這些在封建社會裏，由於身份、地位在表面形式上的強制實行，和它的行禮、用語上的分別使用，而產生出來的「隔離」感。不過，在今天的資本主義社會裏，由於行為上所顯現出來的表面上的「隔離」感，雖已不存在了。但只是它被引用在生活技術層面上而已。所以，今日「敬語」這種所謂的「形式」上的「隔離」訓練，亦即靈活使用，於現今的年輕一輩來說，已經不行了。比如，在買東西的時候，店員客氣地問道：請問您要那個呢？聽到店員這麼一說，現在的年輕一輩，就會慌慌張張地說：請給我那個，自己反倒對自己用起敬語來了。所以，這只是在「表面」上的日常生活中消跡，但代之而起的，則是存在於「內面」、「潛意識」裏的「隔離」。

可是，這種「隔離」感，卻因個人的個性不同而有所不同，也就是說，有善於此道的人；也有不善於此道的人。大體而言，固執和牢騷滿腹這類型的人，比較不善於這種