

A GUIDE FOR
THE PERPLEXED

[英] E. F. 舒马赫 (E. F. Schumacher) 著

心智模式 决定你的一生

每一个期待幸福的人，都应重新审视自己的心智模式。
因为心智模式是关于思维的思维、关于智慧的智慧。

畅销书
《小的是美好的》
作者舒马赫
一生最重要的
作品

一本让你顿悟至狂喜的书
一本让你离真理更近的书
真理必叫你得以自由

《高效能人士的七个习惯》作者史蒂芬·柯维博士极力推荐



A GUIDE FOR
THE PERPLEXED

[英] E. F. 舒马赫 著
(E. F. Schumacher)

心智模式 决定你的一生

图书在版编目(CIP)数据

心智模式决定你的一生 / (英)舒马赫 (Schumacher, E. F.) 著, 江唐译.
—北京: 中国青年出版社, 2012.4

ISBN 978-7-5153-0651-3

I. ①心… II. ①舒… ②江… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 047762 号

A Guide for the Perplexed

Copyright © E. F. Schumacher 1977

Simplified Chinese translation copyright © 2012 by China Youth Press

All Rights Reserved.

心智模式决定你的一生

作 者: [英] E. F. 舒马赫

译 者: 江 唐

责任编辑: 李玲香

美术编辑: 夏 蕊

出 版: 中国青年出版社

发 行: 北京中青文文化传媒有限公司

电 话: 010-65516873/65518035

网 址: www.cyb.com.cn www.diyijie.com

制 作: 中青文制作中心

印 刷: 三河市文通印刷包装有限公司

版 次: 2012 年 5 月第 1 版

印 次: 2012 年 5 月第 1 次印刷

开 本: 787 × 1092 1/16

字 数: 150 千字

印 张: 11.5

京权图字: 01-2011-2815

书 号: ISBN 978-7-5153-0651-3

定 价: 25.00 元

我社将与版权执法机关配合大力打击盗印、盗版活动, 敬请广大读者协助举报, 经查实将给予举报者重奖。

举报电话:

北京市版权局版权执法处

010-64081804

中国青年出版社

010-65516873

010-65518035

「 除了期待幸福，
人没有理由推究哲理。」

—— 圣奥古斯丁

目 录

Contents

- 007 推荐 史蒂芬·柯维：人生是一种选择
- 009 第1章 在思维的地图上
没有标在地图上的教堂 / 010
无可置疑的真理就是全部真理吗 / 019
从尘世生活的沉思中获得最高幸福 / 022
- 027 第2章 世界的四大存在层次
- 041 第3章 心智模式的进程
从被动到主动的进程 / 042
从必然性到自由的进程 / 045
内在和谐统一的进程 / 047
广阔丰饶的内心宇宙 / 051
现代唯物主义科学观的荒谬图景 / 054
- 057 第4章 契合I：头脑和心智
运转你的心灵而不只是大脑 / 058
真理必叫你们得以自由 / 065
- 071 第5章 契合II：“理解的科学”与“操纵的科学”
我们太聪明了而失掉了智慧 / 072
人的最高价值是什么呢 / 079

- 085 **第6章** 四种认知领域：第一种领域——认识你自己
我的内在世界正发生着什么 / 086
裸露的注意力 / 092
心的祈祷 / 099
- 109 **第7章** 四种认知领域：第二种领域——认识其他存在
只是沟通的问题吗 / 110
与至高者契合 / 117
- 127 **第8章** 四种认知领域：第三种领域——认识他人眼中的我
- 135 **第9章** 四种认知领域：第四种领域——认识这个世界
国度、权柄和荣耀归于谁 / 136
进化论科学吗 / 148
宇宙的生命场 / 153
四种认知的统一性 / 156
- 159 **第10章** 更高层次的心智模式：解决人生两大问题
生活要比逻辑更复杂 / 160
艺术是感知真实的媒介 / 169
什么是“好的” / 173
- 179 **结 语**：现代世界还有救吗

史蒂芬·柯维 推荐

人生是一种选择

在早期的职业生涯中，我读了两本书，它们对我的影响极其深远。这两本书分别是维克多·弗兰克尔的《追寻生命的意义》和E. F. 舒马赫的这本《心智模式决定你的一生》。它们让我懂得了个人责任和选择的概念，并提供了实用的框架和工具，使我得以帮助学生以及后来成千上万起点不同的读者在职业和个人生活中变得更有效率，取得更大的成就。

我从舒马赫的这部作品中，学到了个人可以通过自己的选择使生命更有意义。舒马赫在书中描述了四种生活状态。最高的水平体现在驾驭自我意识的能力上，也就是说，能意识到自己已经意识到的事物。这一能力是人类特有的禀赋。人类并不是自己所有经历的简单相加；人类可以对这些经历以及它们之间的相互关系进行深入反思，并基于这些意识做出选择。

这一思想不仅对我的教学、写作和个人生活产生了巨大影响，也影响了我养育孩子的方式。我的孩子从小就知道，为自己找借口终究难逃惩罚，把责任归咎于他人也是不对的。如果他们说：“这不是我干的，而是他。”我就会问：“你为什么要选择对此事做这样的回答？”在我的家里，每个人都明白，我们总有选择的权利，谁都不会成为受害者，从来都不会。每个人都要对自己的行为负责，因此我们不能把自己的境遇归咎于他人。

有时孩子会问：“那么，我该怎么办呢？”我的回答始终都是：“使用你的聪明才智和主动性。”凭借它们两者，最终肯定能解决问题。久而久之，我们家就流传了一个经典笑话：爸爸认为聪明才智和主

动性是所有问题的答案。我承认我是这样认为的，我觉得人的内在才智和创造力是对生活中挑战的最好回答。

读《心智模式决定你的一生》时，我正在杨百翰大学任教。我非常喜欢这本书，甚至把它当作我主讲的《组织行为和管理》这门课的必读书。我通过和学生们签订合约的方式告诉他们个人的责任，学生们应该在合约中略述自己希望通过这门课取得怎样的成绩，最重要的是，他们将做出什么贡献。然后，由他们决定各自将采用的责任制度，因此他们不仅对自己，而且对与他们共同生活和工作的人也负有责任。

让学生们背负学习的责任真正改变了他们的生活。他们在自控能力上不断跃上新台阶，这不仅体现为学习成绩的提高，也表现为参与更多的锻炼、养成正确的饮食习惯和有意识地生活等方面。

我曾经有个学生，多年来一直都是靠自己的威望、英俊的外表和运动能力勉强有点人缘。有一天，他走进我的办公室，询问他的课业成绩。我说：“不要来问我。去问你自己的意识，和你交好的那些人怎样？他们怎么评价你的？”

“噢，你知道……”然后他把所有导致他表现糟糕的理由列数了一遍。我对他说：“瞧瞧你都在做什么吧。你在说明你是所处环境的受害者。你的做法跟我们原先的承诺背道而驰。这是你应得的分数。”后来这个学生告诉我：“你无法想象这件事对我生活的影响，我感觉到有人在监督我，使我不能放弃生活的责任。”

如今，我所讲授的大部分内容都是得益于《追寻生命的意义》和《心智模式决定你的一生》的启发。这两本书过去在我心里播下的种子已经开始生根发芽，并在父母赋予我的包容的沃土中茁壮成长。我对他们不胜感激，感谢弗兰克尔和舒马赫，是他们使我可以和大众共同分享这“丰收”的喜悦。

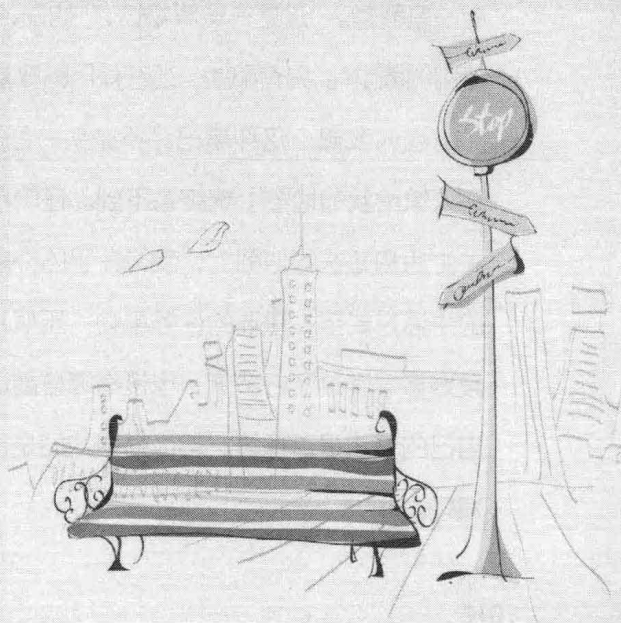
第1章

在思维的地图上

没有标在地图上的教堂

无可置疑的真理就是全部真理吗

从尘世生活的沉思中获得最高幸福



没有标在地图上的教堂

我在几年前¹去列宁格勒时，有一次为了弄清自己所处的位置，查看了一幅地图，结果却没能理清头绪。我能看到几座宏伟的教堂，可在地图上，这些教堂却杳无踪迹。最后有位翻译过来帮我，他说：“我们不把教堂登在地图上。”为了反驳他的说法，我指出了地图上清楚标明的一座教堂。“这是一家博物馆，”他说，“这不是我们说的那种‘还在使用的教堂’。只有那些‘还在使用的教堂’，我们才不作标明。”

当时我想：这种事已经不是头一回了，眼前明摆着的好些东西，在人家给我的地图上统统看不到。在中小学和大学里，在我拿到的有关生活和知识的地图上，我最在乎的许多事物，还有在我看来，对我的生活方式至关重要的许多事物，压根儿就找不到。我记得，我在满腹疑惑中度过了好多年，也没有哪位翻译过来帮我。直到我不再怀疑自己的看法是否理智，转而怀疑地图是否全面可靠，这份疑惑才有所减轻。

我拿到手的那些地图向我表明，我的所有先辈都是些可悲的幻想家，他们把非理性的信仰和荒唐的迷信作为依据，指导自己的生活，这一状况直至近年才有所改观。甚至就连约翰·开普勒或艾萨克·牛顿这样杰出的科学家，显然也把他们的多数时间和精力，用在了研究并不存在的事物这样没有意义的事情上。纵观历史，来之不易的巨额财富被挥霍在想象出来的神祇的尊崇和荣耀上——不光是我的欧洲祖先这样做，全世界的所有人，世代都这样做。到处都有成千上万看似健康的男男女女，屈从于毫无意义的约束，比如自愿斋戒；用禁欲折磨自己；把时间浪费在朝圣、奇特的仪式、反复的祈祷之类的事情上；他们背过身去，不肯面对现实——甚至在这个文明时代，竟然还有人在这样做！——他们这样做没有任何理由，完全是出于愚昧和愚蠢；如今这些东西除了作为博物馆的陈迹，不应该再严肃看待了。我们是从什么样的错误历史中一路走来的啊！每个当代孩童都知道是幻想和虚构的东西，前人们却信以为真，这是怎样的一场历史啊！如今，我们的整个过去，除了最近的这个阶段，只适合放进博物馆陈列起来，人们可以到那儿去满足他们的好奇心，看看他们的先辈是多么的古怪无能。我们的祖先写下的东西，大体上也只适合存放在图书馆里，作为陈迹，供历史学家和其他专业人士研究、写书。过去的知识被视为有趣的，偶尔还是令人振奋的，但对解决当前的问题而言，它们没有什么研究价值。

中小学和大学教给我的就是这些！还有其他一些类似的内容，不过不像我说得这样言简意赅、直接了当。在这件事上，百无禁忌地直



言不讳，这样的态度是不可取的——对祖先们必须尊重；对于自己的落后，他们也无能为力；他们付出了艰苦的努力，有时甚至碰巧接近了真理。他们对于宗教的投入，只是他们不够成熟的诸多表现之一，这在未成年人身上不足为奇。当然，甚至在今天，人们对宗教还是抱有一定兴趣，前人对宗教的兴趣更是可以理解的。人们仍然允许在适当的场合提到上帝或造物主，尽管每个受过教育的人都知道，其实并没有什么上帝，当然也没有能够造物的神明，我们周围的事物之所以存在，是一系列无意识的进化演变的结果，是偶然和自然选择的结果。不幸的是，我们的祖先不了解进化论，所以他们就编出了所有这些异想天开的神话。

为**真实生活设计的、真实知识**的地图，上面除了据说是**经得起检验、确乎存在**的东西，别无他物。哲学地图的绘制者们的首要原则，似乎就是“如有可疑，就将它排除在外”，或者把它放进博物馆。但我觉得，什么样的事才是经得起检验的，这一问题十分微妙，并不容易回答。将这项原则反其道而行之，改成“如有可疑，就将它突出标明”，岂不更为明智？毕竟，在某种意义上，无可置疑的事情是死气沉沉的；它们对生者构不成什么挑战。

认定任何事情是真实的，都要冒犯错误的风险。如果我把自己的头脑仅仅局限在我认为无可质疑的知识范畴里，那么我的确降低了犯错误的风险，但同时我也提高了这一风险——遗漏掉人生中最微妙、最重要、最有益的事物。继亚里士多德之后，圣托马斯·阿奎那教导说：“从最崇高的事物中可能获取的最微妙的知识，也比从低微的事物中

获取的最确凿的知识更可取。”² 这句话里，“微妙”知识是作为“确凿”知识的反面出现的，表明了它的不确定性。也许这一情况在所难免，惟其如此，崇高的事物才不会像低微的事物一样，容易被人们所了解，否则的话，一切事物也就都无可质疑了，全部知识只能局限于无可质疑的事物，这样的话，真可谓是巨大的损失。

中小学和大学向我提供的思维地图，不仅像我在前文提到的列宁格勒地图一样，没有标明“还在使用的教堂”；它们也没有标明医学、农业、心理学、社会学和政治学等巨大“非正统”领域的理论与实践，更遑论艺术和所谓的超自然或超常现象了，即便偶尔提及超常现象，也只把它们说成是心智不健全的表现。更何况，在这张“地图”上体现出来的所有最明显的教条，都认为艺术不过是自我表达或逃避现实的可能性而已。即使在大自然当中，除了偶然所致，也不会有什么艺术美感；就是说，哪怕最美丽的外表也可以充分归结为——我们是这样被告知的——生殖的效用，即它对自然选择的影响。其实，除了“博物馆”，整幅地图从左到右，从上到下，都是用功利主义的色彩绘制的：凡是在地图上有所体现的，都可以理解为对人的舒适有益的，或者对无处不在的生存斗争有用的。

不足为奇的是，我们对地图上给出的细节越是备感熟悉——越是注意到它给出的内容，习惯于它没有给出的内容——我们就会变得越发迷惑、不快和玩世不恭。但我们当中某些人，曾体验过与已故的莫里斯·尼克尔（Maurice Nicoll）博士所作的叙述相似的经历：

有一次，在礼拜天的一堂希腊文《新约》课上，经校长允许，



我结结巴巴地斗胆提问，某个寓言究竟是什么意思。得到的回答十分令人费解，这让我头一次经历了恍然大悟的一刻——就是说，我突然意识到，其实所有人都一无所知……从那一刻起，我开始自己动脑思考，或者更确切地说，我知道我可以这样做……我清楚记得那间教室的模样，窗户开得高高的，好让我们看不到外面的光景，还有那些书桌，校长就座的那个讲台，他那学究气的瘦脸盘，他扯动嘴角和双手抽动的神经质习惯——还有突然之间，知道他一无所知这一内心的发现。所谓“一无所知”，指的是真正举足轻重的事情。这是我的内心第一次从外部生活的力量中解脱出来。从那时起，我确定无疑地知道——这意味着，我所依凭的总是个人内心的可靠洞察，这是唯一的、真正的知识源泉——我对人家传授给我的宗教知识所抱的厌恶，都是正确的。³

唯物主义科学观绘制的地图，让所有至关重要的问题悬而未决。更有甚者，它们连可能获取答案的途径都不肯标明：它们不承认这些问题的有效性。半个世纪之前，在我的青年时代，这一状况令人绝望；如今更是雪上加霜，人们更为缜密地运用科学方式对待一切课题和学科，将古代智慧的最后一抹残余也摧毁殆尽——至少在西方是这样。有人以科学客观性的名义大声宣告：“价值和意义只不过是心理防卫机制和反应结构而已”⁴；人“只不过是由氧化系统提供能量的一套复杂的生化系统而已，这套氧化系统为一些计算机供应能量，而这些计算机含有用于保存编码信息的庞大存储设备”；⁵ 西格蒙德·弗洛伊德甚至向我们保证：“对此我可以肯定地说，人的价值判断，受他们

对幸福之欲求的绝对主宰，因此价值判断只是他们用各种论据，来为自己的幻觉提供支撑的一种尝试而已。”⁶

这些以客观科学之名作出的论断，带给人们的压力，人们如何经受得住？除非像莫里斯·尼克尔那样，突然获得“这一内心的发现”——明白不论说出这些话的人有多么博学，他们对真正重要的事其实一无所知。人们要的是面包，给他们的却是石头。他们恳求指点，他们要怎么做才能“得救”，结果他们被告知，救赎的想法没有任何可以理解的内容，只是初期的神经官能症而已。他们渴求指引，作为有责任感的人应当如何生活，结果他们被告知，他们就是计算机那样的机器，没有自由意志，因此没有责任可言。

“当前的危险，”在神智健全方面毋庸置疑的精神病医生维克托·E. 弗兰克尔博士说，“其实问题并不在于科学家职能的普适性缺失，而在于他自诩可以包打天下……因此我们必须反对的，并不是**科学家专业化**，而是**科学家泛专业化**。”在多个世纪的神学霸权主义之后，近三个世纪里，我们处于更加咄咄逼人的“科学霸权主义”当中，其结果便是某种程度的迷惑和无所适从，这一现象在年轻人当中尤为突出，到了足以让我们的文明随时崩溃的地步。“今天真正的虚无主义，”弗兰克尔博士说，“就是简化论……当代虚无主义挥舞的不再是‘虚无’这个词；今天的虚无主义伪装成‘没有别的，只有某某’的面目出现。人的现象就此变成了次要现象。”⁷

但这些仍然是我们的现实，是我们目前的一切。在这种生活中，我们发现自己仿佛置身于一个陌生的国度。奥尔特加·加塞特曾说：



“生活仿佛是冲着我们径直发射过来的。”我们不能说：“等一下！我还没准备好呢。等我理清头绪再说。”在我们还没做好准备的时候，就要作出决定；在我们还没有看得清楚分明的时候，就要瞄准目标。这很奇怪，乍看起来，也很不合理。似乎人没有被充分地“编排好程序”。他们不但在出生后和很长一段时间里完全无助：甚至在他们充分成长之后，他们的行动也不像动物那样稳健。他们犹豫、怀疑、改变主意、东奔西跑，不确定如何得到自己想要的，但最重要的是，他们不确定什么才是自己想要的。

像“我应该做什么？”或者“我要做什么才能得救？”这样的问题之所以古怪，是因为它们与目的有关，而不是与手段有关。没有什么专业化的回答是恰当的，比如“告诉我你想要什么，我就告诉你如何得到它。”问题的关键就在于，我不知道我想要什么。也许我只想要幸福。但回答是：“告诉我你需要什么才能幸福，然后我就建议你怎么做。”——这个答案还是不合适，因为我不知道我需要什么才能幸福。也许有人说：“要想幸福，你需要智慧”——但什么是智慧？“要想幸福，你需要能让你获得自由的真理”——但什么是能让我们获得自由的真理？谁告诉我在哪儿能找到它？谁能带我去找它，或者起码为我指明前进的方向？

在这本书里，我们将尝试着将世界作为一个整体来看待。有时，这一做法被称作是哲学思考，而哲学一向被定义为爱智慧和寻求智慧。苏格拉底曾说：“惊奇是哲人常有的感受，哲学始于惊奇。”他还说：“没有哪个神灵是哲学家，或者会去寻求智慧，因为他已经有智慧了。