

西方心理学大师经典译丛

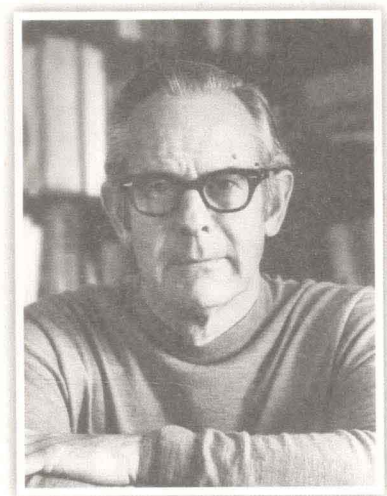
主编 郭本禹

# 人的自我寻求

*Man's Search for  
Himself*

[美] 罗洛·梅 著  
Rollo May

郭本禹 方红 译



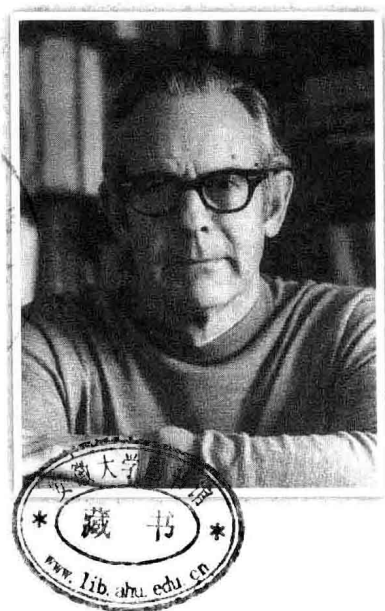
西方心理:

# 人的自我寻求

*Man's Search for  
Himself*

[美] 罗洛·梅 著  
Rollo May

郭本禹 方红 译



中国人民大学出版社

· 北京 ·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

人的自我寻求 / (美) 梅 (May, R.) 著; 郭本禹, 方红译. —北京: 中国人民大学出版社, 2013. 7

(西方心理学大师经典译丛/主编郭本禹)

ISBN 978-7-300-17739-7

I. ①人… II. ①梅…②郭…③方… III. ①存在主义-心理学学派-研究  
IV. ①B84-066

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 147186 号

西方心理学大师经典译丛

主编 郭本禹

人的自我寻求

[美] 罗洛·梅 著

郭本禹 方红 译

Ren de Ziwo Xunqiu

---

出版发行	中国人民大学出版社		
社 址	北京中关村大街 31 号	邮政编码	100080
电 话	010-62511242 (总编室)		010-62511398 (质管部)
	010-82501766 (邮购部)		010-62514148 (门市部)
	010-62515195 (发行公司)		010-62515275 (盗版举报)
网 址	<a href="http://www.crup.com.cn">http://www.crup.com.cn</a> <a href="http://www.ttrnet.com">http://www.ttrnet.com</a> (人大教研网)		
经 销	新华书店		
印 刷	北京中印联印务有限公司		
规 格	155 mm×230 mm 16 开本	版 次	2013 年 9 月第 1 版
印 张	16.25 插页 3	印 次	2013 年 9 月第 1 次印刷
字 数	199 000	定 价	48.00 元

---

❗必究 印装差错 负责调换

# 总译序

## 感悟大师无穷魅力 品味经典隽永意蕴

美国心理学家查普林与克拉威克在其名著《心理学的体系和理论》中开宗明义地写道：“科学的历史是男女科学家及其思想、贡献的故事和留给后世的记录。”这句话明确地指出了推动科学发展的两大动力源头：大师与经典。



何谓“大师”？大师乃是“有巨大成就而为人所宗仰的学者”<sup>①</sup>。大师能够担当大师范、大导师的角色，大师总是导时代之潮流、开风气之先河、奠学科之始基、创一派之学说，大师必须具有伟大的创造、伟大的主张、伟大的思想乃至伟大的情怀。同时，作为卓越的大家，他们的成就和命运通常都与其时代相互激荡。

作为心理学大师还须具备两个特质。首先，心理学大师是“心理世界”的立法者。心理学大师之所以成为大师，在于他们对心理现象背后规律的系统思考与科学论证。诚然，人类是理性的存在，是具有思维能力的高等动物，千百年来无论是习以为常的简单生理心理现象，还是诡谲多变的复杂社会心理现象，都会引发一般大众的思考。但心理学大师与一般人不同，他们的思考关涉到心理现象背后深层次的、普遍性的与高度抽象的规律。这些思考成果或试图揭示出寓于自

---

<sup>①</sup> 《辞海（缩印本）》，275页，上海，上海辞书出版社，2002。

然与社会情境中的心理现象的本质内涵与发生方式；或企图诠释某一心理现象对人类自身发展与未来命运的意义和影响；抑或旨在剥离出心理现象背后的特殊运作机制，并将其有意识地推广应用到日常生活的方方面面。他们把普通人对心理现象的认识与反思进行提炼和升华，形成高度凝练且具有内在逻辑联系的思想体系。因此，他们的真知灼见和理论观点，不仅深深地影响了心理科学发展的命运，而且更是影响到人类对自身的认识。当然，心理学大师的思考又是具有独特性与创造性的。大师在面对各种复杂心理现象时，他们的脑海里肯定存在“某种东西”。他们显然不能在心智“白板”状态下去观察或发现心理现象背后蕴藏的规律。我们不得不承认，所谓的心理学规律其实就是心理学大师作为观察主体而“建构”的结果。比如，对于同一种心理现象，心理学大师们往往会做出不同的甚至截然相反的解释与论证。这绝不是纯粹认识论与方法论的分歧，而是对心灵本体论的承诺与信仰的不同，是他们所理解的心理世界本质的不同。我们在此借用康德的名言“人的理性为自然立法”，同样，心理学大师是用理性为心理世界立法。

其次，心理学大师是“在世之在”的思想家。在许多人看来，心理学大师可能是冷傲、孤僻、神秘、不合流俗、远离尘世的代名词，他们仿佛背负着真理的十字架，与现实格格不入，不食人间烟火。的确，大师们志趣不俗，能够在一定程度上超脱日常柴米油盐的束缚，远离俗世功名利禄的诱惑，在以宏伟博大的人文情怀与永不枯竭的精神力量投身于实现古希腊德尔菲神庙上“认识你自己”之伟大箴言的同时，也凸显出其不拘一格的真性情、真风骨与真人格。大凡心理学大师，其身心往往有过独特的经历和感受，使之处于一种特别的精神状态之中，由此而产生的灵感和顿悟，往往成为其心理学理论与实践的源头活水。然而，心理学大师毕竟不是超人，也不是神人。他们无

不成长于特定历史的社会与文化背景之下，生活在人群之中，并感受着平常人的喜怒哀乐，体验着人间的世态炎凉。他们中的大多数人或许就像牛顿描绘的那般：“我不知道世上的人对我怎样评价。我却这样认为：我好像是在海上玩耍，时而发现了一个光滑的石子儿，时而发现一个美丽的贝壳而为之高兴的孩子。尽管如此，那真理的海洋还神秘地展现在我们面前。”因此，心理学大师虽然是一群在现实生活中特立独行的思想家，但套用哲学家海德格尔的话，他们依旧都是“活生生”的“在世之在”。

## 二

那么，又何谓“经典”呢？经典乃指古今中外各个知识领域中“最重要的、有指导作用的权威著作”<sup>①</sup>。经典是具有原创性和典范性的经久不衰的传世之作，是经过历史筛选出来的最有价值性、最具代表性和最富完美性的作品。经典通常经历了时间的考验，超越了时代的界限，具有永恒的魅力，其价值历久而弥新。对经典的传承，是一个民族、一种文化、一门学科长盛不衰、继往开来之根本，是其推陈出新、开拓创新之源头。只有在经典的引领下，一个民族、一种文化、一门学科才能焕发出无限活力，不断发展壮大。

心理学经典在学术性与思想性上还应具有如下三个特征。首先，从本体特征上看，心理学经典是原创性文本与独特性阐释的结合。经典通过个人独特的世界观和不可重复的创造，凸显出深厚的文化积淀和理论内涵，提出一些心理与行为的根本性问题。它们与特定历史时期鲜活的时代感以及当下意识交融在一起，富有原创性和持久的震撼力，从而形成重要的思想文化传统。同时，心理学经典是心理学大师与他们所阐释的文本之间互动的产物。其次，从存在形态上看，心理

<sup>①</sup> 《辞海（缩印本）》，852页。

学经典具有开放性、超越性和多元性的特征。经典作为心理学大师的精神个体和学术原创世界的结晶，诉诸心理学大师主体性的发挥，是公众话语与个人言说、理性与感性、意识与无意识相结合的产物。最后，从价值定位上看，心理学经典一定是某个心理学流派、分支学科或研究取向的象征符号。诸如冯特之于实验心理学，布伦塔诺之于意动心理学，弗洛伊德之于精神分析，杜威之于机能主义，华生之于行为主义，苛勒之于格式塔心理学，马斯洛之于人本主义，桑代克之于教育心理学，乔姆斯基之于语言心理学，奥尔波特之于人格心理学，吉布森之于生态心理学，等等，他们的经典作品都远远超越了其个人意义，上升成为一个学派、分支或取向，甚至是整个心理科学的共同经典。

### 三

这套“西方心理学大师经典译丛”遵循如下选书原则：第一，选择每位心理学大师的原创之作；第二，选择每位心理学大师的奠基、成熟或最具代表性之作；第三，选择在心理学史上产生过重要影响的一派、一说、一家之作；第四，兼顾选择心理学大师的理论研究和应用研究之作。我们策划这套“西方心理学大师经典译丛”，旨在推动学科自身发展和促进个人成长。

1879年，冯特在德国莱比锡大学创立了世界上第一个心理学实验室，标志着心理学成为一门独立的学科。在此后的130多年中，心理学得到迅速发展和广泛传播。我国心理学从西方移植而来，这种移植过程延续已达百年之久<sup>①</sup>，至今仍未结束。尽管我国心理学近年取得了长足发展，但一个不争的事实是，我国心理学在总体上还是西方取向的，尚未取得突破性的创新成果，还不能解决社会发展中遇到的

---

<sup>①</sup> 在20世纪五六十年代，我国心理学曾一度移植苏联心理学。

重大问题，还未形成系统化的中国本土心理学体系。我国心理学在这个方面远没有赶上苏联心理学，苏联心理学家曾创建了不同于西方国家的心理学体系，至今仍有一定的影响。我国心理学的发展究竟何去何从？如何结合中国文化推进心理学本土化的进程？又该如何进行具体研究？当然，这些问题的解决绝非一朝一夕能够做到。但我们可以重读西方心理学大师们的经典作品，以强化我国心理学研究的理论自觉。“他山之石，可以攻玉。”大师们的经典作品都是对一个时代学科成果的系统总结，是创立思想学派或提出理论学说的扛鼎之作，我们可以从中汲取大师们的学术智慧和创新精神，做到冯友兰先生所说的，在“照着讲”的基础上“接着讲”。

心理学是研究人自身的科学，可以提供帮助人们合理调节身心的科学知识。在日常生活中，即使最坚强的人也会遇到难以解决的心理问题。用存在主义的话来说，我们每个人都存在本体论焦虑。“我是谁，我从哪里来，我将向何处去？”这一哈姆雷特式的命题无时无刻不在困扰着人们。特别是在社会飞速发展的今天，生活节奏日益加快，新的人生观与价值观不断涌现，各种压力和冲突持续而严重地撞击着人们脆弱的心灵，人们比以往任何时候都更迫切地需要心理学知识。可幸的是，心理学大师们在其经典著作中直接或间接地给出了对这些生存困境的回答。古人云：“读万卷书，行万里路。”通过对话大师与解读经典，我们可以参悟大师们的人生智慧，激扬自己的思绪，逐步找寻到自我的人生价值。这套“西方心理学大师经典译丛”可以让我们获得两方面的心理成长：一是调适性成长，即学会如何正确看待周围世界，悦纳自己，化解情绪冲突，减轻沉重的心理负荷，实现内心世界的和谐；二是发展性成长，即能够客观认识自己的能力和特长，确立明确的生活目标，发挥主动性和创造性，快乐而有效地学习、工作和生活。



我们相信，通过阅读大师经典，广大读者能够与心理学大师进行亲密接触和直接对话，体验大师的心路历程，领会大师的创新精神，与大师的成长并肩同行！

**郭本禹**

**2013年7月30日**

**于南京师范大学**

# 译者前言

## 一、罗洛·梅的主要生平

罗洛·梅（Rollo May）于1909年4月21日出生在俄亥俄州的艾达镇。他的父亲是基督教青年会的秘书，因而全家总是搬来搬去。他幼时的家庭生活很不幸，父母都没有受过良好的教育，而且关系不和，经常争吵，两人后来分居，最终离婚。他有4个弟弟和一个妹妹，作为家中的长子，他很早就承担起家庭的重担。

罗洛·梅很早就对文学和艺术产生了兴趣。他在密歇根州立学院读书时，最感兴趣的是英美文学，而很不喜欢农学课程。他主编的一份激进的文学刊物惹恼了校方，因而不得不转学到俄亥俄州的奥柏林学院。在此他投身于艺术课程，学习绘画，深受古希腊艺术和文学的影响。1930年获得该校文学学士学位后，他随一个艺术团体到欧洲游历，学习各国的绘画和艺术。他在由美国人在希腊开办的阿纳托利亚学院教了三年英文，这期间他对古希腊文明有了更深刻的体认。他对文学和艺术保持终生的兴趣，并且在其以后的心理学著作中充分表现出来。1932年夏，罗洛·梅参加了维也纳阿德勒（Alfred Adler）暑期研讨班。与弗洛伊德（Sigmund Freud）强调性本能的作用不同，阿德勒强调人的社会性。他在研讨班中与阿德勒本人进行了热烈的交流和探讨。他非常赞赏阿德勒的观点，并从阿德勒那里接受了许多关于人的本性和行为等方面的心理学思想。可以说，阿德勒为他开启了心理学的大门。

1933年，罗洛·梅回到美国，在密歇根州立学院担任学生心理咨询员，并编辑一本学生杂志。但他不安心于这份工作，希望得到进一步的深造。原本希望到哥伦比亚大学学习心理学，但他发现那里所讲授的全是行为主义的观点，与自己的兴趣不合。他改入纽约联合神学院学习神学，于1938年获得神学学士学位。在联合神学院，罗洛·梅还结识了被他称为“朋友、导师、精神之父和老师”的蒂利希（Paul Tillich）。蒂利希是流亡美国的德裔存在主义哲学家，罗洛·梅常去听他的课，第一次系统地学习了存在主义哲学，了解到存在主义鼻祖克尔凯郭尔（Soren Aabye Kierkegaard）和存在主义大师海德格尔（Martin Heidegger）的思想。他思想中的许多关键概念，如生命力、意向性、勇气、无意义的焦虑等，都可以找到蒂利希的影子。

从联合神学院毕业后，罗洛·梅被任命为新泽西州蒙特克莱尔公理会的牧师。他对这个职业并不感兴趣，最终还是回到了心理学领域。20世纪40年代初，他到纽约城市学院担任心理咨询员，同时进入纽约著名的怀特（William Alanson White）精神病学、心理学和精神分析研究所学习精神分析。他在怀特研究所受到精神分析社会文化学派的影响。当时该学派的成员沙利文（Harry Stack Sullivan）为该所基金会主席，另一位成员弗洛姆（Erick Fromm）也在该所任教。社会文化学派与阿德勒一样，也不赞同弗洛伊德的性本能观点，而是重视社会文化对人格的影响。该学派拓展了罗洛·梅的学术视野，并进一步确立了他对存在的探究。

在怀特研究所学习之后，罗洛·梅于1946年成为一名开业心理治疗师。在此之前，他已进入哥伦比亚大学攻读博士学位。但1942年，他感染了肺结核，差点死去。这是他人生的第一大难关。肺结核在当时被视作不治之症，他在疗养院住院三年，经常遭遇死亡的威胁。但难关也同时是一种契机，他在面临死亡时，得以切身体验自身的存在，并以自己的理论加以观照。他选择了焦虑这个主题为突破点。结

合自己深刻的焦虑体验，他仔细阅读了弗洛伊德的《焦虑的问题》、克尔凯郭尔的《恐惧的概念》以及叔本华（Arthur Schopenhauer）、尼采（Friedrich Wilhelm Nietzsche）等人的著作。他认为，在当时的疾病状况下，克尔凯郭尔的话更能打动他的心，因为它触及到了焦虑的最深层结构，即人类存在的本体论问题。从疾病中康复之后，他在蒂利希的指导下，以其亲身体会和内心感悟写出了博士学位论文《焦虑的意义》。1949年，他以优异成绩获得哥伦比亚大学授予的第一个临床心理学博士学位。

自20世纪50年代起，罗洛·梅的学术成就突飞猛进，陆续出版多部著作。一方面，他积极推动存在心理学在美国的发展。1958年，他组织了第一次存在心理学的专题讨论会，这次讨论会后来形成了美国心理治疗家学院。1959年，他在美国心理学会的年会上发起了存在心理学特别专题讨论会，这是存在心理学第一次出现在美国心理学会官方日程上。1959年，他开始主编油印的《存在探究》杂志，该杂志后改为《存在心理学与精神病学评论》（*Review of Existential Psychology and Psychiatry*），成为存在心理学和精神病学会的官方杂志。另一方面，他积极参与人本主义心理学的活动，推动了人本主义心理学的发展。1963年，他参加了在费城召开的美国人本主义心理学会成立大会，此次会议标志着人本主义心理学的诞生。1964年，他参加了在康涅狄格州塞布鲁克召开的人本主义心理学大会，此次会议标志着人本主义心理学为美国心理学界所承认。他曾对行为主义者斯金纳（Burrhus Frederic Skinner）的环境决定论和机械决定论提出过严厉批评，也不赞成弗洛伊德精神分析的本能决定论和泛性论观点，将精神分析改造为存在分析。他还通过与其他人本主义心理学家争论，推动了人本主义心理学的健康发展。其中最有名的是他与罗杰斯（Karl Rogers）的著名论辩，他反对罗杰斯的性善论，提倡善恶兼有的观点。

20世纪50年代中期，罗洛·梅积极参与纽约州立法，反对美国医学会试图把心理治疗作为医学的一个专业，只有医学会的会员才能具有从业资格的做法。60年代后期和70年代早期，他投身反对越南战争、反核战争、反种族运动，倡导妇女解放运动，批评美国文化中欺骗性的自由与权力观点。到70年代后期和80年代，他成为一名更加温和的存在主义者，反对极端的主观性和否定任何客观性。他坚持人性中具有恶的一面，但也对人的潜能运动和会心团体持朴素的乐观主义态度。

1948年，罗洛·梅成为怀特研究所的一名成员，1952年升为研究员，1958年担任该研究所的所长，1959年成为该研究所的督导和培训分析师，一直工作到1974年退休。他曾长期担任纽约市的社会研究新学院主讲教师（1955—1976），还先后做过哈佛大学（1964）、普林斯顿大学（1967）、耶鲁大学（1972）、塞布鲁克研究所（the Saybrook Institute, 1974—1975）的访问教授，以及纽约大学的资深学者（1971）和加利福尼亚大学的雷根特学院的教授（1973）。此外，他还曾担任过纽约心理学会和美国精神分析学会主席等多种学术职务。1975年，罗洛·梅移居加利福尼亚，继续他的私人临床实践，并为以人为本主义心理学大本营塞布鲁克研究所和加利福尼亚职业心理学学院（the California School of Professional Psychology）工作。

1938年，罗洛·梅与德弗里斯（Florence DeFrees）结婚。他们在一起度过了30年的岁月后离婚。两人生有一子两女，儿子罗伯特·罗洛（Robert Rollo）曾任阿默斯特学院的心理咨询室主任，女儿卡罗琳·简（Carolyn Jane）和阿莱格拉·安妮（Allegra Anne）是双胞胎，前者是社会工作者、治疗师和画家，后者是纪录影片的编剧。罗洛·梅的第二任妻子是肖勒（Ingrid Scholl），他们于1971年结婚，十年后分手。1988年，他与第三任妻子约翰逊（Georgia Miller Johnson）走到一起。约翰逊是一位荣格学派的分析心理学治疗师，

是他的知心伴侣，陪伴他走过最后的岁月。1994年10月22日，罗洛·梅因充血性心力衰竭在家中去世，享年85岁。

罗洛·梅曾先后获得十多个名誉博士学位和多种奖励，其中包括ΦBK颁发的拉尔夫·沃尔多·爱默生（Ralph Waldo Emerson）奖（1970），纽约大学颁发的杰出贡献奖（1971），纽约临床心理学家协会颁发的马丁·路德·金（Martin Luther King）博士特别爵士奖（1974），哥伦比亚大学教育学院颁发的杰出毕业生奖（1975），他尤为满意的是两次获得克里斯托弗（Christopher）奖章，美国心理学会颁发的临床心理学科学和职业杰出贡献奖（1971）和美国心理学基金会颁发的心理学终身成就奖章（1987）。1987年，塞布鲁克研究所建立了罗洛·梅中心。该中心由一个图书馆和一个研究项目组成，鼓励研究者以罗洛·梅的精神进行研究和出版作品。1996年，美国心理学会人本主义心理学分会设立了罗洛·梅奖。这些荣誉和奖章是对他一生贡献的认可。

## 二、罗洛·梅的基本著作

罗洛·梅一生孜孜不倦地从事著述，即使到了80岁高龄时，他仍然坚持每天写作四个小时。发表了大量论文，出版了20余部著作。他的著作大致分为三个阶段，每个阶段的主题相对集中。他的大多数著作都被多次重印或再版，并被翻译成多国文字出版。

第一阶段是在1939—1949年间，罗洛·梅出版了三部早期著作，即《咨询的艺术：怎样给予和获得心理健康》（*The Art of Counseling: How to Give and Gain Mental Health*, 1939）、《创造性生命的源泉：人性与神的研究》（*The Springs of Creative Living: A Study of Human Nature and God*, 1940）和《咨询服务》（*The Ministry of Counseling*, 1943）。其中《咨询的艺术：怎样给予和获得心理健康》一书是他于1937—1938年在教会举行的“咨询与人格

适应”研讨会上的讲稿。该书是美国出版的第一部心理咨询著作，具有里程碑式的意义。该书后来再版多次，到2011年，已印刷150 000多册。他的第二本书与前一部著作并无大的差异，只是更明确地表述了健康人格和宗教信仰，所以，他后来拒绝其再版。

第二阶段是在1950—1970年间，罗洛·梅先后出版了一系列关于存在心理学的著作。《焦虑的意义》（*The Meaning of Anxiety*, 1950）一书是在他的博士学位论文基础上修改而成的，标志着其思想的初步形成。《人的自我寻求》（*Man's Search for Himself*, 1953）标志着其思想的全面展开，也是他早期最畅销的一本书。他与安吉尔（Ernest Angel）和埃伦伯格（Henri F. Ellenberger）联合主编的《存在：精神病学与心理学的新方向》（*Existence: A New Dimension in Psychiatry and Psychology*, 1958）一书，是一部收录欧洲存在心理学家论文的译文集，他为该书撰写了两篇长篇“导言”，即“心理学中的存在运动的起源和意义”和“存在心理治疗的贡献”。这两篇“导言”清晰明快地介绍了存在心理学的思想，其价值不亚于欧洲存在心理学家的论文本身。该书旨在向美国心理学界系统介绍欧洲存在心理学和存在心理治疗思想，被誉为美国存在心理学的“圣经”，标志着美国存在心理学本土化的完成。他主编的《存在心理学》（*Existential Psychology*, 1961）是1959年美国心理学会年会关于存在心理学特别专题讨论会的论文集。《心理学与人类困境》（*Psychology and the Human Dilemma*, 1967）是一本他自己的论文集，收录了他20世纪五六十年代发表的论文。该书探讨了在焦虑时代生命的困境，阐明了自我认同客观现实世界的危险，指出自我的觉醒需要发现内在的核心性，是对《人的自我寻求》一书中主题的进一步深化。《存在心理治疗》（*Existential Psychotherapy*, 1967）是由他为加拿大广播公司（CBC）系列节目“观念”所做的六篇广播讲话稿集结而成的，简明扼要地阐述了他的许多核心观点，其中许多主题在其

以后的著作中以扩展的形式呈现。《梦与象征：人的潜意识语言》（*Dreams and Symbols: Man's Unconscious Language*, 1968）是他与卡利格（Leopold Caligor）合作出版的一本书，该书通过分析一位女病人的梦，阐发了关于梦和象征的观点。罗洛·梅关于象征的观点还可见于他主编的《宗教与文学中的象征》（*Symbolism in Religion and Literature*, 1960）一书。《爱与意志》（*Love and Will*, 1969）是他最富原创性和建设性的著作，一经面世便成为美国最受欢迎的畅销书之一，曾荣获“爱默生”奖。

第三阶段是在1970—1995年间，罗洛·梅开始将自己的思想拓展到诸多领域，先后出版了数本著作。《权力与无知：寻求暴力的根源》（*Power and Innocence: A Search for the Sources of Violence*, 1972）一书正如其副标题所示，目的在于探讨美国社会和个人的暴力问题，认为暴力是人确定自我进而发展自我的一种途径，但这并非整合性的途径。围绕自我的发展，他又陆续出版了《创造的勇气》（*The Courage to Create*, 1975）和《自由与命运》（*Freedom and Destiny*, 1981）。前一本书探讨了创造性的本质、局限以及创造性与潜意识和死亡等的关系，后一本书将自由与命运视作矛盾的两端。人是自由的，但要受到命运的限制；反之，只有在自由中，命运才有意义。《祈望神话》（*The Cry for Myth*, 1991）一书是他晚年一部重要的著作，认为神话能够展现出人类经验的原型，能够使人意识到自身的存在。在现代社会中，人们遗忘了神话，与此同时也意识不到自身的存在，由此导致人的迷失。罗洛·梅在这一阶段还出版过一本论文集《存在之发现：存在心理学著作》（*The Discovery of Being: Writings in Existential Psychology*, 1983），该书以他在《存在：精神病学与心理学的新方向》中的导言为方向，较全面地展现了他的存在心理学和存在治疗思想。罗洛·梅深受存在哲学家蒂利希的影响，先后出版了三本关于回忆蒂利希的书，它们分别是《保卢斯：友谊的



回忆》(*Paulus: Reminiscences of a Friendship*, 1973)、《作为精神导师的保卢斯·蒂利希》(*Paulus Tillisch as Spiritual Teacher*, 1988)和《保卢斯：导师的特征》(*Paulus: The Dimensions Of a Teacher*, 1988)。罗洛·梅积极参与人本主义心理学运动，他与罗杰斯和格林(Thomas C. Greening)合著了《美国政治与人本主义心理学》(*American Politics and Humanistic Psychology*, 1984)，他还与罗杰斯、马斯洛(Abraham Maslow)合著了《政治与纯真：人本主义的争论》(*Politics and Innocence: A Humanistic Debate*, 1986)。《我对美的追求》(*My Quest for Beauty*, 1985)一书是罗洛·梅的自传。作为一个学者，他在回顾自己的一生时，以自己的心理学理论对美进行了审视。贯穿全书的是他早年就印刻在内心的古希腊艺术精神。在他对生活的叙事中，不断涉及爱、创造性、价值、象征等主题。罗洛·梅的最后一部著作是与其晚年的朋友和追随者施奈德(Kirk J. Schneider)合著的《存在心理学：一种整合的临床观》(*The Psychology of Existence: An Integrative, Clinical Perspective*, 1995)。该书是为新一代心理治疗实践者所写的教科书，书中提出了整合、折中的存在心理学观点，并把他的个人人生体验用于心理治疗，对自己的心理学思想作了最后的总结。

### 三、本书的主要观点

《人的自我寻求》一书于1953年由诺顿出版公司(W. W. Norton & Company Inc.)出版，并分别于1967、1973、1982、2009年再版。1982年再版时加上了一个副标题——“生命和个人完满的路标”(*Signposts for Living and Personal Fulfilment*)。

《人的自我寻求》的中心主题是关于个体人格如何在孤独的时代得以重建。在内容上分为三个部分，每个部分都有集中论述的主题，而这些主题又彼此关联，服务于共同的主题。本书第一部分是“我们