

FUTURE VISIONS

洞察未来

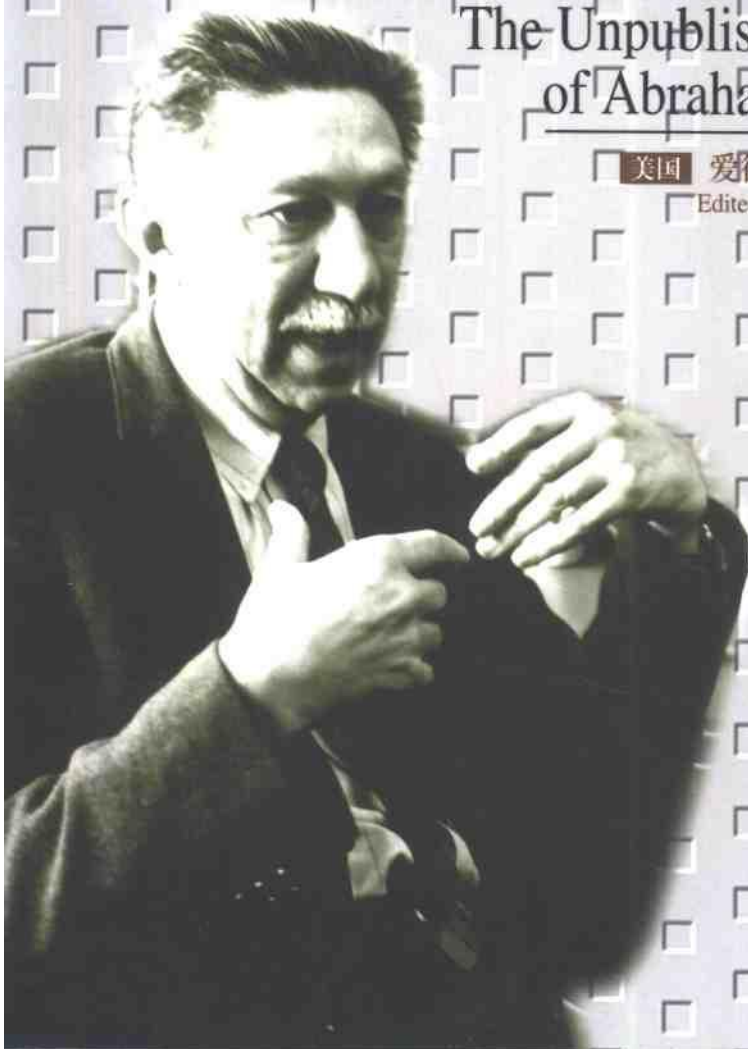
A.H. 马斯洛未发表过的文章

The Unpublished Papers
of Abraham Maslow

美国 爱德华·霍夫曼 编

Edited by Edward Hoffman

许金声 译



改革出版社

FUTURE VISIONS

洞察未来

A.H.马斯洛未发表过的文章

The Unpublished Papers
of Abraham Maslow

爱德华·霍夫曼 编 美国

Edited by Edward Hoffman

许金声 译

图书在版编目(CIP)数据

洞察未来/(美)马斯洛著;(美)霍夫曼编;许金声译.北京:改革出版社,1999.1

ISBN 7-80143 203-7

I. 洞… II. (C)马…②霍…③许… III. 人本主义-研究 IV. B84-067

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)39401 号

著作权合同登记

图字 01-98-1788

本书由美国圣贤出版公司授权,繁体中文版权独家所有
不得翻印,违者必究

洞察未来

[美]霍夫曼编 许金声译

改革出版社出版发行

社址:北京市东城区安德里北街 23 号

邮政编码:100011

北京宏伟胶印厂印刷

新华书店经销

1998 年 12 月 第 1 版 1998 年 12 月第 1 次印刷

850×1168 1/32 10.625 印张 200 千字

ISBN7-80143-203-7/B·010

定价:16.80 元

马斯洛心理学的意义

——中译者序

许金声

拿破伦有一句名言：在东方睡着一个巨人，让他睡吧，当他醒来的时候，就会震撼整个世界。这是一句让中国人听了颇感高兴的话。从马斯洛心理学来看，这句话并不夸张。它不过是说明了潜能与实现之间的关系。中国传统文化中有这样一些话：“人皆可以为尧舜”，“众生皆有佛性”，“满街都是圣人”等，也都是从潜能与实现的关系的角度来说的。从马斯洛心理学来看，所谓“东方睡狮”的真正含义，就是指中国人所具有的自我实现的潜能状态。

然而，长期以来，大多数的中国人并没有任何自我实现的感觉。直到最近，在我译的《做人的权利——马斯洛传》出版后，我曾亲自听到过这样的议论：“中国人有什么‘做人的权利’呵？凑合着活吧！”我能够体会这位发议论者的心态，这正是长期处在不利于发挥潜能的环境中的人容易产生的牢骚。我完全不同意这种看法，他没有看到，在改革的浪潮中，中国人的人格状态已经发生了极大的变化。

1986年，我曾经对中国人的人格发展发表过这样的看法：中国人的人格正在发生转化，转化的趋势是普遍人格从归属型转向自尊型。我还认为，决定这种转化的最重要的因素是经济结构的变化。市场经济发展完善的过程，也就是普遍人格从归属型转化为自尊型的过程。自尊型人格的增加，也反过来促进市场经济的成熟。

当时,这一观点曾被许多家报刊所转载。

所谓“自尊型”人格、“归属型”人格这种说法,是我以马斯洛的需要层次论为参考构架,对人格所作的一种划分。在一定时期内,在生存、安全、归属、自尊和自我实现五种基本需要中,一个人的需要满足状况是哪一种基本需要占优势,或者哪一种基本需要支配其行为的时间最多,他就属于哪一种人格。所谓归属型人格,是指人的最低的层次的生理需要、安全需要有了-一定的满足后,归属需要开始占优势,并在相当长的时间内支配人的行为的人格。归属型人格的典型特征是:安于现状,不求进取,以建立家庭为人生最后归宿。所谓自尊型人格,是指生存、安全、归属这三种基本需要都有了一定的满足,自尊需要已经在其行为中占优势的人格。这种人格具有积极进取的人生态度,要求更多地实现自身的价值。这种划分尽管简略、笼统,但它便于宏观地观察群体的人格状态以及分析人格的动力结构。

十多年过去了,中国社会有了很大的变化,中国人的人格发展又有什么新的动向呢?中国人的人格一直发生转化,包括从归属型向自尊型这种重要的转化。但如果说1979年起的改革开放使这种转化逐渐形成了一种规模的话,那么1992年邓小平南巡讲话以后,这种普遍人格转化的趋势,又被大大地强化了。在这一过程中,中国人自尊需要的潜能大量释放,在这种情况下,竞争加剧,生活节奏变快,社会流动开始频繁。最近几年,中国人的人格发展出现了新的势态。多数处于从归属型人格向自尊型人格转化的“边缘人”要继续完成这种转化;少数经受不住竞争的激烈与残酷的“边缘人”,也许会倒退到归属型人格的水平;一些已经完成自尊型人格转化的人,则面临一个新的课题,这就是“潜能的充分发挥”。

在世纪之交,中国人的人格发展正在形成一个新的热点,这就是“自我实现”。

这部分已经以自我实现为自己生存主题的人,主要是一些在社会上已经取得一定社会地位、经济地位,已有一定自身价值实现感的人。在他们之中,所占比例较大的有企业家、广大“白领”阶层、知识分子群体、以及演艺界、体育界、媒体人士等等。

当 21 世纪即将到来的时候,“自我实现”在中国开始有了群体规模,第一次有了实际的普遍意义。

一些统计数据可以作为这种看法的佐证。据吴晓刚等 1993 年在上海市调查,我国城市市民在择业和流动意向方面已经发生了变化。下面是调查的结果。

问题:假如只有以下两种情况,你愿意选择哪一种?^①

选择项	百分比
职业好,单位不好	58.7
单位好,职业不好	41.3

在过去的计划经济体制下,且不谈人们有多少择业的自由,即使有条件进行选择,对单位的考虑往往重于对职业本身的考虑。这是因为在“吃大锅饭”的情况下,大家都希望有一个稳定的“铁饭碗”。但是在改革浪潮的冲击下,人们的观念发生了变化。认为“职业好”更重要的人数开始压倒了认为“单位好”更重要的人数。而认为“职业好”更重要的人,很明显是着眼于自己才能和潜能的发挥。

稍微留意一下,任何人都可以在社会上,甚至在自己的身边观察到一些变化。

① 参阅吴晓刚《中国职工的择业与流动:变动中的劳动关系透视》,《管理世界》,1995 年第 3 期。

例如,现在的人比以前更加忙碌了。但是,另一方面“平常心”、“放松”、“心理平衡”、“战胜自我”、“超越自我”等却反而成了使用频率很高的词。社会流行用语的这种动向,正是社会上人格变化的一个标记。“平常心”这个最初出自于禅宗的词,长期以来,多是文人用于在官场上失意后的解嘲。而现在的情况却完全不同了。它的使用,是指如何使自己的潜能得到更好地发挥。对于要从归属型人格向自尊型人格转化的人来说,最重要的是要强调他们的事业心。而对于要从自尊型人格向自我实现型人格转化的人来说,他们已经有了强烈的事业心,最重要的是要用平常心来加以平衡。事业心与平常心之间的平衡与融合,正是自我实现型人格的典型特征之一。

应该指出的是,我们必须清楚地区分两个概念,这就是作为一种人格的自我实现与作为一种基本需要满足的自我实现。所谓人格,是指长期稳定的心理特征的总和。作为一种人格的自我实现,只有少数的人才能够做到,这种人可以称之为自我实现的人。但是作为一种基本需要满足的自我实现,不管你是什么类型的人格,不管你暂时生活在什么需要满足水平上,你都有可能做到。自我实现的人常常也会处于非自我实现的状态,非自我实现的人也可能有自我实现的时刻。马斯洛曾经写道:“自我实现意味着充分、忘我、集中全力、全神贯注地经历生活。”他还指出:“表达这种体验的关键词语是‘忘我’。”马斯洛在这里正是说的作为需要满足状态的自我实现。谁能够以积极进取的态度投入生活,并在生活中达到“忘我”的境界,他就在一定程度上和一定时间内获得了自我实现。

下岗职工能不能自我实现?从理论上来看,答案是肯定的。

按照马斯洛的需要层次论,对于下岗职工来说,“下岗”是需要满足条件的急剧恶化,他们的需要满足水平会因此急剧下降,自尊需要和归属需要的满足也会受到严重威胁。但是,由于政府有救济

金,他们的最低的生存需要和安全需要能够得到一定的保障,不至于完全匮乏。尽管对于下岗职工来说,他们的需要满足的重大问题是生存需要和安全需要,但是,他们在面临再就业问题时,也常常出于这些最低层的基本需要的驱使。但是,一个人在做一件事情的过程中,其动力结构却可能发生变化。也就是说,他们的潜能可以在应付生存危机的过程中得到挖掘,他们的需要层次可以在这一过程中迅速上升。

不管是谁,往往都只有在他的人生受到了平时生活中难以遇到的更大挑战的时候,他的生命才会迸发出火花,潜能才能够发挥得更加充分。这也是我们在平时难以体会到的,甚至不大关心的生活的哲理。在这个意义上,我们可以说,一个下岗职工,往往比一些仍然在机关办公室里“一杯茶,一张报纸”混时间的“在岗职工”有更大的自我实现的可能性。在现实生活中,的确也有一些下岗职工,正是在下岗之后,他们才表现得更有活力和创造力,作出了以前难以估计的成绩。关于这种情况,各种传媒已经有很多报道。在这里,我并不是要对具体的下岗政策发表什么议论。我只是要阐明,任何人,不管他正处在什么需要满足层次上,他都可以有自我实现的机会,关键在于他如何调动和调整自己。

“自我实现”在中国逐渐变为现实,中国人人格层次的普遍提高,至少是马斯洛心理学理论在中国具有生命力的基础。

关于马斯洛心理学的意义,著名英国作家柯林·威尔逊在本书英文版序言中作了极高的肯定:“……马斯洛时代尚未到来,他的学说和理论的重要价值属于未来的时代。在即将到来的 21 世纪,它们的意义将淋漓尽致地展现。”我认为,他的评价并不夸张,马斯洛心理学之所以具有普遍价值,是因为它已经得到了广泛的应用。它的意义之所以尚未充分展现,正是因为它所具有的超前性。这种超前性表现在,自我实现的人当前在人类中,毕竟只占极

少的比例。本书的编辑者爱德华·霍夫曼十分热爱马斯洛的心理学,对马斯洛心理学有深刻的了解。他把此书命名为“洞察未来”,是不无道理的。

在这本《洞察未来》一书中,我们不仅可以看到马斯洛关于自己已经发表了的思想的进一步思考,还可以看到不少他从来没有发表过的思想。

例如,需要层次论、自我实现论、高峰体验论是马斯洛最著名的理论。在这本书中,我们可以看到在他另外所有的书中看不到的一些观点。我们在理解马斯洛的这些理论时,常常会产生一些疑问,读这本书,我们会发现马斯洛早已做出了解答。例如,关于马斯洛的自我实现理论,一直有一种批评,就是认为马斯洛的自我实现的概念忽略了环境。持这种批评意见的人常常质疑:“自我实现是天生的吗?”“自我实现能够脱离环境吗?”这种看法首先没有弄清楚马斯洛心理学中的“类本能”这个概念。马斯洛说,基本需要的性质是类本能的(Instinctoid),尽管它在很大程度上是由人种的遗传决定的,但它与完全是先天的本能不同,是一种弱本能,在一定程度上可以由后天的环境所压制、推迟或者改变等。为避免混乱,我们可以把“基本需要”与“动机”这两个概念区分开。基本需要是先天的,是一种潜能,它们在环境的影响下形成的动机则是后天的,其实现与环境密切相关。在《和尚能够自我实现吗?》一文中,我们可以看到马斯洛对于环境的强调。当然,由于马斯洛所能够掌握的材料限制,他对佛教乃至和尚不一定有一个全面、深刻的看法,这也许是他生前没有发表这篇文章的原因。但是我们却可以从这篇文章中看到他对自我实现与环境关系的精彩的强调。马斯洛向来反对西方文化中心论,他主张不同的文化互相学习,在这篇文章中他再次指出“我们面临的一个巨大挑战,就是如何把东西方文明中关于自我实现和内在和谐的观念结合起来。”

在某种意义和程度上,马斯洛心理学就是一种沟通东西方文化的桥梁。例如,阿尔道斯·赫胥黎曾经指出,从高峰体验中概括出来的价值可以构成一种普遍的人生哲学。我曾经提出,高峰体验是一个可以用于文化比较的概念和参照系。人生的终极追求以及自我实现,乃是各种文化所必然遇到的根本问题。狭义的文化是指价值体系,它的核心问题是关于理想人格的设计。理想人格的设计分为“终极描述”和“过程描述”。所谓终极描述是指对于人格能够达到最高境界的描述,过程描述是指对于达到这个境界的具体建议。从人类现有的文化来看,大多数文化都有和高峰体验类似的特征。例如,中国儒家文化、道家文化的“天人合一”,大乘佛教的“涅槃”,基督教的“与上帝同在”,伊斯兰教苏菲派的“神人合一”,甚至尼采哲学的“酒神的迷狂”等,这些终极描述落实在个体身上,都可以看成是一种高峰体验。我们运用高峰体验的概念对不同的文化进行比较,我们可以明显地发现:它们关于理想人格的终极描述的差异,远远小于过程描述的差异。不同文化理想人格设计的终极描述的特征可以用高峰体验来概括,而它们的过程描述,却有“入世”和“出世”等尖锐的对立。例如,儒家主张“修身、齐家、治国平天下”,而佛家却主张“破执着”。终极描述之所以差异较小,是因为人性具有普遍性和共同性,不同的文化在描述人性发展的最高境界之时,在设想人的最佳状态时,容易趋于相同。过程描述之所以相对较大,是因为社会历史环境各不相同,在为理想人格发展的最高境界提出具体建议时,必然要考虑到环境的差异和影响。所谓“条条道路通罗马”,恰好可以用来说明这种情况。

我不揣冒昧大胆地认为,马斯洛的自我实现的概念在经过了修正和完善以后,将得到更加广泛的认同。国际社会甚至有可能把自我实现的概念用于衡量人类的生存质量,也就是说,自我实现的人越多,说明一个社会或者一种制度更好。在未来的发展中,世界

完全有可能进入全面对话的阶段,包括世界上各种文化与宗教的对话。融汇和吸收了东西方文化精髓的自我实现理论,将为不同的文化和宗教提供理解和宽容的概念性的基础。在若干年以后,人们将有可能在电视上看到基督教徒与伊斯兰教徒,甚至佛教徒在电视上心平气和地对话或者讨论。

在马斯洛提出高峰体验这一概念之后,这一概念得到了迅速的普及,人们都注意到了高峰体验对于心理健康的重要价值。但是,身体和心理是互相关联的,在《高峰体验对于健康的含义》一文中,马斯洛着重谈到了高峰体验对于身体健康的意义。他指出:“没有高潮,人类怎么能够得到休息与拥有平和的心境?怎么能够享受真正的具有存在性价值的娱乐(play)?没有高潮以及各种形式的高峰体验来提供一种完成感,我们就会总是感到自己处在游移不定的中间状态。我们总是在努力,总是在坚持,永远没有满足的时候。在这种状态下,我们永远只是‘手段’,而不是‘目的’。无论做什么事情,我们都如同一直在山腰攀登,永远达不到顶峰,得不到休息。”马斯洛的论述是通俗易懂的,甚至任何稍微善于思考者都能自发地想到他所说的那些道理。但是马斯洛的“高峰体验”这一概念,却具有极大的涵盖面,使我们能够领悟更多的东西。

《以自在的爱接纳所爱》、《恢复我们的感激意识》等文章是十分通俗的文章。它们尽管短小,但蕴涵着深刻的哲理,其中不乏值得我们咀嚼的警句。在《以自在的爱接纳所爱》中,马斯洛表达了一种自我实现的爱情境界。马斯洛的自我实现理论,尽管是西方文化的产物,但在相当程度上受了东方哲学,特别是道家哲学的影响。尽管在这篇文章中,马斯洛没有提到道家哲学,但字里行间道家的精髓已呼之欲出。例如,当马斯洛谈到什么是自在的爱时说:“如果我们在爱中抱有某些目的,例如,力图使对方有所改变,我们就难以完全融入爱的体验。当然,当沉浸于浓浓的爱意之中时,没有入

会把自己的爱与其他人作外貌或精神上的比较。爱人便是我们的终极目的,而不是达到某一目的的手段。与别处或者以前认识的其他人作参照和比较,就会限制和损伤我们的爱的体验,因此,其他人都与此无关。”马斯洛描述的状态,是检验我们的爱情质量的一种标准。“全神贯注、一心一意地投身到其中。世界广大,视若空荡,时光流逝,置若罔闻。这种状态也必然包含着自我意识的消失。正如人在音乐中完全忘记了自我,才算真正欣赏了音乐。在真正的创作中和专注的阅读中,也常常有忘我的情况。同样,完全的爱也是以忘我为标志的。”

在《恢复我们的感激意识》中,马斯洛现身说法,用自己的亲身经历来说明感激意识的重要性。他高度评价感激对于心理健康的作用:“领略了感激的人的性格起了变化,同高峰体验所带来的变化有相同之处。世界因此是美好的,人生因此是值得的。”

《生理性的不平等和自由意志》是一篇鼓舞人心的文章。我国的残疾人多达六千万,但马斯洛的文章的意义却远远不限于残疾人。在现实生活中,大多数人都曾经或多或少地埋怨命运,埋怨环境,埋怨生不逢时。马斯洛则主张我们只能够埋怨自己。他指出:“即使我们承认人们天生就有幸运与不幸运的事实,我们的自由意志仍然有很大的活动余地,我们完全可以成为积极主动的人,而不是一个任命运支配的小卒。我们仍有很大的余地来进行自助而不是放弃甚至堕落,我们仍可以尽力而为而不是一味抱怨。”“也就是说,我们的自由意志也是与生俱来的。带着自己遗传的天赋与身躯,我们做什么无疑要比获得了什么生理遗传更为重要。我虽然对先天的遗传无能为力,但如何对待它们,对待我的身体,以及任何给予我的东西,则是我的责任。我对这种责任的履行具有完全不同的意义,它能够使我感到骄傲、耻辱或者内疚。”——这正是马斯洛的自我实现理论所要告诉我们的真谛。当一个人真正做到了竭尽

所能之时，他也就超越了总是与他人进行比较的自尊需要，达到了自我实现的高度：“每一个人都有一个自己的成败层次等级，因为我们最后的结论在于：一个人的任务是很好地成为他自己。很明显，对于这一使命，世界上不存在着竞争的对手，一个人的对手只是他自己。”

本书的《超越自发性：艾萨伦培训中心批判》是一篇非常重要的文章。在这篇文章中，马斯洛批判了一种最常见的对于自我实现的误解，这就是把自我实现看成是自我表现。这种误解不仅在美国存在，在中国也存在。针对人们习惯采取的急功近利的短期行为，马斯洛告诫：“真正的成长是一生的任务。”

关于幸福问题，我们已经听到过许多评论。但是，马斯洛的论述仍然能够使我们感到耳目一新。我相信他的观点将得到许多人的共鸣。凡是在人生中有了一定的阅历，经历过人生艰辛的人，都容易醒悟到享乐主义的幸福观的肤浅。而马斯洛所阐述的人本心理学的幸福观，表现了人类心灵的进化。一个人只要是在逐渐走向成熟，他都不难体会到马斯洛在《幸福心理学》中阐述的幸福观。马斯洛写道：“我们必须学会享受高层次生活中以及创造性生活中的痛苦与烦恼，学会面对真正的难题而不是无关紧要的小问题。这是有可能呢？我认为是可能的。如果我们把这些问题置于我们过去、现在与将来的更广阔的视野中，如果我们将这些问题同其他人的难题做比较，并且从整个宇宙的角度来看，那么，我们就能够了解这些问题的真实位置，就能够真正享受高层次生活的痛苦与烦恼。没有痛苦与烦恼，生活就不成其为真正的生活。单调无聊，麻木不仁决不是真正的生活。”这正是马斯洛对我们发挥自己的潜能所提出的忠告。

在《高级动机和新心理学》中，马斯洛又指出：“我们必须放弃一个古老的错误观念，所谓极乐世界就是一种幸福的休闲状态。有

大量的临床证据表明,如果你喜欢钓鱼或者听贝多芬的音乐,于是决定隐退,整日沉浸在娱乐中,那么你最终还是会感到痛苦。当然,你在做这些事时也能够体验到真实的幸福,但是你却不可避免地会感到厌烦。所以,从某种意义上说,在经历了狂喜与幸福之后,我们必须准备好接受无法逃避的失望。我们应该理解,永无休止地寻求越来越大的快乐是人类基本的天性。”在这些话中,蕴涵着深刻的哲理,值得我们仔细咀嚼。

一些批评家常常指责马斯洛心理学有太多的乌托邦性质,认为他过分乐观。马斯洛是一个过分乐观的理想主义者吗?毫无疑问,马斯洛是一个乐观的理想主义者,但是,如果说他“过分乐观”也未免有些“过分”。在本书《赞成或反对——关于乐观的现实主义者》一文中,马斯洛阐述了他的现实主义态度,“我并不在人性中寻求完美。寻求这样的完美是一个大错误,它必定导致一生的不幸与幻想破灭。”在《悲剧心理学》中,我们更是可以看到他关于人类命运的悲剧意识。这种悲剧意识与人性以及人类需要满足的特点和客观性质息息相关的。具备这种悲剧意识是必要的,它能够使我们的理想主义有一个现实的根基。

在当代社会,关于权力主义问题是一个极为重要的问题。世界人民已经经历了两次世界大战的浩劫,直到现在也没有摆脱战争的威胁。世界上到处还充斥着奴役、不平等、不公正、欺骗、尔虞我诈等。在这里,当然有非常深刻的经济、政治以及社会方面的原因,我们在追溯这些原因的时候,不应该忘记对人格进行研究。对于人格的研究,可以反过来帮助我们更加透彻地理解经济、政治和社会方面的问题。在这本书中,收入了马斯洛的《斯大林主义者的人格》,就是一篇非常具有社会意义的文章。为了让读者更多地了解马斯洛这方面的思想。我还请此书的编辑者爱德华·霍夫曼博士查找并且复印了马斯洛的另一篇重要文章《权力主义者的人

格》。这篇文章是马斯洛在1943年第二次世界大战期间发表的，他大概是最早从心理学的角度论述这个问题的学者了。这篇文章，与《斯大林主义者的人格》也有密切的关系，我们特此把它作为中文版附录，供有兴趣的读者参考。

关于社会进步问题，包括中国人在内，已经有越来越多的人认识到渐进的重要性。我国政府已经把“可持续发展”作为战略目标。在发展的问题上，人们已经逐渐地抛弃了一味追求速度的做法。发展慢一些，至少可以避免许多在发展过程中产生的新问题。如果我们要把马斯洛后期的思想与所谓“新保守主义”联系起来，这未免有一些牵强。但是，我们可以毫不犹豫地认为，马斯洛的思想注定了他在看待发展问题时，会持有一种更加温和与稳健的看法。例如，他的需要层次思想与“可持续发展”问题、渐进问题、改良问题都有密切的联系。如果我们把握了他的需要层次论的思想，我们很容易合乎逻辑地推导出一种更加深刻的发展观。

中国长期以来，吃够了“左”的苦头。深入认识“左”的错误，我们才能避免重蹈覆辙。所谓“穷过渡”就是要跨越普遍人格的需要满足层次，强制推行一种政策或者计划。人对自己需要满足层次的超越，不是完全不可以做到，而是只有少数人，在一定条件下和一定时间内才能够做到。但是，对于大多数人来说，或者对于普遍人格来说，在较低的需要尚未满足的时候，就要求他们的行为表现出追求高级需要的特征，这完全是不可能做到的。所谓“实事求是”，在一定意义上就是要承认人的需要满足的这种现实。可以说，需要层次论思想，是我们为社会的运行和个人的行为正确定位、分清阶段、了解自己、了解环境的一种有效武器。无可非议，一个社会应该赞扬和提倡崇高的、理想的东西，但是这种赞扬和提倡应该仅限于道德感召的范围，切莫强行拔苗助长。

对于马斯洛的《儿童对于限制、控制和安全的需要》、《对罪恶

视而不见——自由主义政治理论的失败》等文章,我们可以从多种角度来加以理解。既可以从个体发展的角度来理解,也可以从社会进步的角度来加以理解。我们说,马斯洛心理学具有极大的涵盖面,在某种意义上看,就是指他的思想所具有的这个特点。

马斯洛的需要层次论甚至有助于我们理解当前世界所形成的格局。例如,“无产阶级之所以要推翻资本主义,就是因为在这个制度下他们连直接属于人的本性的那些需要都不能满足,处于完全非人的生活状况下。”^①但是,现在为什么西方的一些发达国家的无产阶级没有发动革命推翻他们所在的资本主义制度呢?用马斯洛的需要层次论可以对此提出一种解释。马克思主义经典作家在这里所说的“直接属于人的本性的那些需要”,可以理解为马斯洛所说的生存和安全需要。如同所有的行为一样,革命的行为也要受人的需要满足状况的影响。按照马克思主义理论,无产阶级发动暴力革命的原因是无产阶级的绝对贫困化。也就是说,无产阶级需要的满足每况愈下,最后导致最基本的需要的满足也受到了威胁。但是,由于需要满足层次的普遍提高,由于需要满足状况与人的行为密切相关,马克思主义经典作家描述的那种革命就难以发生了。正如马斯洛所说的:“越是高级的需要,对于维持纯粹的生存就越不迫切,其满足也就能够长久地推迟。”“剥夺高级需要不像剥夺低级需要那样引起疯狂的抵御和紧急的反应。”^②

尽管马斯洛心理学的意义十分广泛,可以从多种角度来理解,但是,它对于人类形象的重新塑造,却应该让我们更加重视。我同意这样的看法:人类关于自己的形象,一直在发生变化。迄今为止,已经经历过三次重大打击:当哥白尼提出太阳中心学说的时候,当

①:《马克思恩格斯全集》,第2卷,第90页

②: 马斯洛《动机与人格》,许金声等译,1987年,华夏出版社。

达尔文提出人是由猴子进化而来的时候,当弗洛伊德提出性本能学说的时候,人类关于自己的形象都遭到了重创。马斯洛的功绩正在于,他成功地重新塑造了人类的形象。“自我实现”这是人类所能达到的高境界。

“约拿情结”是马斯洛根据圣经中的人物约拿提出的一个独特的概念。他认为,大多数的人都没有真正理解人性所能够达到的高度,人们不仅惧怕自己身上最坏的东西,也惧怕自己身上最好的东西。联系到中国人的“枪打露头鸟”、“不敢为天下先”等落后的传统观念,用荣格的概念来看,所谓“约拿情结”已经几乎成了我们的一种“集体无意识”或者说“积淀无意识”。当然,这些观念的形成和破除,应该从社会结构方面追溯原因和进行调整。但是,对于个人来说,马斯洛的这些概念,可以帮助我们理解和提醒自身的不足。马斯洛曾经在生前发表的著作中多次提到约拿情结问题,但是都不详细,本书所收入的《约拿情结——理解我们对成长的恐惧》一文,可以帮助我们很好地理解他的这一思想。从马斯洛的这一概念,我们还可以看到他的自我实现理论与基督教的联系。

这本书的另一个特点,就是集中体现了马斯洛关于人本心理学在政治领域应用的思想。《为美国梦下定义》、《在人本心理学的基础上建立新政治学》、《关于美国政治的进一步思考》、《对罪恶视而不见——自由主义政治理论的失败》等都是这样的文章。马斯洛的看法有时候大胆得令人吃惊。他在《在人本心理学的基础上建立新政治学》一文中,提出了建立具有全人类性的普遍政治学的思想,而这种政治学是以人本心理学为基础的。尽管他的设想听起来有很强的乌托邦性质,但其中也不乏颇有启发性的新颖的看法,例如关于他把政治划分为“体内平衡政治”、“过渡性政治”和“精神性政治”三种不同层次的见解。他在这篇文章中还指出“对于个人、文化和国家而言,一个人不应以牺牲个人向自我实现的发展为代价

而过分强调安全、保障和归属感。理解这一点很重要。任何人本主义政治学都必须为通向自我实现留出一条道路。”“在当前的历史时刻，我们所面对的巨大问题是如何在保持一个稳定的社会的同时，却仍能开放通向自我实现的道路。”这些思想的现实意义是显而易见的。例如，当我们在纠正“穷过渡”错误的时候，也应该注意把握完整的人性需要。

今年10月，中国在国际人权条约上签字。这是非常重要的一件大事。究竟什么是人权？人权到底包括哪些内容？目前并没有一个全面的得到全世界一致公认的说法。马斯洛心理学也并不是要专门论述人权问题的理论。但是，做一个人意味着什么？他有可能达到什么样的高度？马斯洛心理学却能够给我们一个满意的说法。从这个意义上看，马斯洛心理学对于我们树立一种完整的人权意识，也能够提供帮助。

为了让读者更好地理解马斯洛的一些精彩思想，我还从《马斯洛日记》中选译了一些内容作为本书的附录。考虑到马斯洛关于黑脚印第安人的人类学考察曾经对他思想的发展有重要影响，在征求原编者的同意后，我们增补了原英文版中没有的《北美黑脚印第安人的文化与人格》一文，译文删去了原文中部分冗长注释。

四十多年以前，正是东西方对抗最紧张的时候，马斯洛却在《心理学能够为世界奉献什么？》这篇未发表的文章中写下了这样一段话：“我们现在的时代，可能出现的毁灭性灾难威胁着整个人类。但是，理想世界的前景此时比以往任何时候更加光明。因此，我觉得比以往更加有理由以最严肃认真的热忱态度，毫无玩世不恭、言过其实或忸怩害羞地追问：什么是人生的意义？我们怎样才能获得幸福和安宁？我们怎样才能成为优秀的人？我们怎样才能真诚、正直、而善良？我们怎样才能达到力所能及的目标？我们能够合情合理地要求人性什么？又是什么使它承受了过度的压力？人

性能够要求社会做什么？我们如何改变社会使所有这些事情都有实现的可能？”本书的编辑者爱德华·霍夫曼在他为《做人的权利——马斯洛传》的中文版写的前言中引用了这段话，他还为此评论说：“当一个新的世纪快要到来的时候，关于这样一些问题的回应又重新获得了生机与动力。的确，马斯洛关于人的创造性、潜能、成长、合作、协同作用和自我实现等具有远见的洞察，看起来随着时间的流逝，它的乌托邦色彩越来越淡化，而作为一种实现我们全球未来的生动的蓝图，越来越有现实性。”当《洞察未来》这本书的中译本即将出版的时候，我情不自禁地又想起马斯洛的这段话，它体现了马斯洛非凡的洞察力。

英文版序言

柯林·威尔逊^①

马斯洛去世已有四分之一多世纪的时间了,他的名誉和声望至今都没有任何下降的迹象。然而,与之相比,弗洛伊德和荣格的名声却遭到了重创。我认为,这一个事实具有非常重要的意义。在我看来,它意味着马斯洛时代尚未到来,他的学说和理论的重要价值属于未来的时代。在即将到来的 21 世纪,它们的意义将淋漓尽致

① 柯林·威尔逊是英国著名作家。他已经出版了一百多部著作,这些书涉及到心理学、哲学、犯罪学、小说等多种领域。

柯林·威尔逊生于 1922 年。1956 年当他 24 岁时,他写出了他的第一本书《局外人》(THE OUTSIDER),这是一本从哲学的角度来研究那些具有高度创造性的人的名著。其研究对象包括许多著名的画家、作家和音乐家。这本书立即成为当时的畅销书。在随后的 10 年中,他又陆续写了《宗教及其反叛》、《失败的时代》、《局外人之外》等系列关于人类成就和潜能的著作。这些著作体现了他对人类现状和命运的乐观而深邃的思考。

马斯洛与柯林·威尔逊于 1959 年开始通信。对于高峰体验、创造性、人类高层次动机和潜能的共同兴趣使他们结下了深厚的友谊。他们都受到了对方的著作的影响,尤其使马斯洛感兴趣和兴奋的是,柯林·威尔逊从历史的角度对人类的形象在西方文明中演变所做的考察。

1968 年,柯林·威尔逊开始为马斯洛越来越令人信服的心理学术体系写一部传记体的分析著作。1970 年,马斯洛因心脏病去世。1982 年,柯林·威尔逊这部著作以《心理学的新道路》为名出版。在过去的 25 年中,柯林·威尔逊为在各个领域内发扬马斯洛的人本心理学思想和超个人心理学思想作了很大的贡献。

致地展现。

在《心理学的新道路》这本1982年发表的关于马斯洛的书中，我提到了自己曾在1959年收到过马斯洛的一封信。马斯洛在信中解释说，他读完了我的《人的境界》(The Stature of Man)一书，并注意到了我关于现代文学已被我称之为“平庸之谬”所削弱的观点，他觉得这一观点与他关于“约拿情结”的想法很相似。正如有一次他在课堂上向学生提问：“你们当中谁认为自己将取得伟大的成就？”而当学生们目光茫然地看着他时，马斯洛又立刻反问道：“除了你们自己外，还能有谁呢？！”

在给我的回信中，马斯洛还附了一些他的论文。我立刻就被其中的那篇关于高峰体验的论文吸引住了。在我看来，马斯洛与弗洛伊德、荣格以及阿德勒相比已经有了巨大的进步，尽管阿德勒的“健康意愿”(will to health)的概念和马斯洛的想法很相近。在我给马斯洛回了信后，我们之间就开始了通信交流。在我们随后的交往中(如果我没有记错的话，那是在1966年)，当马斯洛邀请我到布兰代斯大学访问时，我们就会面了。像其他人一样，我被他的绅士风度所吸引。遗憾的是，我在60年代的后几年里一直呆在英格兰，因此以后我和马斯洛就没有再见面，但我们一直保持着通信联系。

究竟是我还是马斯洛提议写一本关于他的书，或许是出版商的建议吧——我现在已经回忆不起来了。但我记得，当时我们都认为这是一个极佳的想法。马斯洛去世时，我还在为这本书的最终脱稿而努力。到那时为止，马斯洛已经寄给我半打多自传性的回忆录磁带和一大箱子他的论文，其中的有许多篇尚未发表过。当我完成这部书稿时，我觉得其实在1969年，马斯洛还在世的时候，似乎冥冥之中仁慈的命运之神就安排了这个趁他健在与他合著这本书的计划。直到现在，我仍然认为它是我的非小说作品中最让自己满意的一本书。

抚今追昔,使我高兴的是,马斯洛在自己的漫长生命旅途中,成功地树立了一个具有开创性的形象。他曾多次告诉我,他自己也对此感到惊讶。弗洛伊德、荣格、阿德勒和赖希通过实际操作医师形象为他们自己赢得了声誉,他们都声称自己理解心理问题产生的根源。可以说,他们有自己“商品”的现成的“市场”。而据我所知,亚伯·一生中都在当教师,没有治过一个病人。他的心理学学术成果,如S—R理论等等,都是在他当教师的很早时期完成的。因此,当人们想到他的关于“人性具有高级极限”,以及弗洛伊德“把人性卖光”的信条时,他很可能被看成是一个模糊难辨的、无权声称自己是个心理学家的理想主义者,而被心理学界开除。庆幸的是,这种情况并没有发生,至少从公众舆论方面看是这样。在1967年~1968年期间,当我在西雅图华盛顿大学教书的时候,我曾经很高兴地发现,成堆的马斯洛的《存在心理学探索》堆放在书店的收款机旁,像畅销小说一样卖得很快。

如果现在需要解释什么是马斯洛的主要贡献的话,我会说,这个贡献就是自弗洛伊德以后,马斯洛对于人性作了最重要的描述。尽管有些人像我一样厌恶弗洛伊德,但是我们所有人都同意这一点,那就是弗洛伊德紧紧抓住了潜意识对人的作用,因此给心理学带来了一场革命。这一点就如同在世界地图上增添了某个新大陆一样重要。的确,在弗洛伊德以前,有许多人,包括莱布尼茨、F. W. H. 米尔斯、威廉姆斯·杰姆等,都认识到了潜意识的存在,然而只有弗洛伊德在某种程度上使潜意识的存在成为一个无可争议的事实,就如同人们发现南极洲一样。

然而,正如阿尔道斯·赫胥黎指出的那样,问题在于,弗洛伊德所描绘的人性画面就像是一座有“地下室的别墅”,地下室中充斥着老鼠和正在腐烂的垃圾。米尔斯曾经提出,人也有一个“顶楼”,它也许可以称为“高级意识心理”(super consciousmind)。但

是由于米尔斯的主要兴趣是心灵学研究，他的这个想法从未得到传播。

马斯洛是第一个对人具有心理需要作出清楚表述的人，而弗洛伊德把这些需要看成是“升华”不予考虑：如人们对创造的需要、对长远目标的渴望、对价值的追求以及与人为善的愿望等。在这一方面，马斯洛创造出了一个全新和完整的人性图画。根据弗洛伊德的观点，人最基本的需要是性，并且所有的心理问题，不只是其中一些，都是由于性的问题引起的。赖希(Reich)则向正确的方向迈出了一步。他认识到，这些性需要在某种程度上与我们最高级的渴望密切相关，通过这些性需要的推动，我们会对自身的成长产生一种灵感般的洞察力。荣格更进一步表述说：“人具有一种信仰的机能”，一种对于超越的朦朦胧胧的需要。

但是，当马斯洛强调指出，所有健康的人都会有高峰体验，这些体验并不高深和“神秘”，而是人们生活的普通组成部分，他就为洞察人性提供了一个新视角。马斯洛还谈到，人们的需要是分层次的，它们依次是：食物需要、安全需要、性需要、尊重需要和自我实现需要。他发现心理问题的根源就在于人们渴望获得某种创造的基本需要受到了遏制。

需要赶紧补充说明的是，马斯洛和我一样都知道，创造性未必一定与谱写交响乐或者写诗有关。人类学家爱德华·T·豪尔曾在他的《生命之舞》一书中指出：“简单地说，生活在某种程度上与作曲、绘画或写诗很类似。在我们生命中的每一天，也许会是艺术品的创作，也许会是不幸的天灾人祸”。其实就这一点而言，在马斯洛所处的那个时代，他从北美黑脚印第安人那里也学到了。

换句话说，自我实现蕴藏于人们对生活的某种态度中。米开朗基罗式的艺术家能体验到自我实现，一个退休的老木匠制作船模是自我实现，甚至一个普通的家庭主妇对自己新居室的整理与布

置,在某种程度上也是一种自我实现。但是自我实现需要一种创造性的力量。反过来,这种创造的力量不仅能给它的主体带来满足感,而且还能促进主体精神上(甚至还包括生理上)的健康。

在马斯洛看来,人不仅具有一种基本的“健康意愿”,而且还有一种与人为善的意愿,后者越强烈越好。我并不只是在谈论利他主义,因为就利他主义而言,阿诺德·斯珂恩伯格(Arnold Schoenberg)的音乐和库尔特·戈德尔(Kurt Godel)的逻辑演算也对人们有好处。肖伯纳在谈及哲学时曾说,我们的头脑除了我们自身的知识以外一无所有,谁使我们对自己的了解每增加一点,就等于创造了新的头脑,就如同任何女人一定能孕育新生命、生小孩一样。在肖伯纳的最差劲的一出戏《布兰科·波斯那特的出现》中,也有如出一辙的主题:一个劣迹斑斑的罪犯,由于认识到自己内心深处的行善而不是从恶,变得无私而不是自私的本性的动力,从而改邪归正。

在我看来,马斯洛的最伟大的贡献就在于,他发现了所有的人都具有一种“高级本性”,并指出了它的实现取决于人们是否意识到自己拥有这种高级本性。在把这个发现变成自己心理学的基础的过程中,马斯洛背离了两个多世纪以来的相反假设。在牛顿和笛卡尔之后,哲学开始把自己从古老的关于上帝和地狱的宗教观念中解放出来。结果便诞生了一种自认为是现实的人性哲学,因为它把善良、无私和利他等统统当作情感错觉予以摒弃。查尔斯·兰姆评论说,没有什么比先是秘密地行善,尔后又极其偶然地被人发现更让人高兴了。查尔斯·兰姆的这句玩笑话所隐藏的含义在于,我们每个人在“行善”的时候,都情不自禁地带有自私的成分,它已经由达尔文的“适者生存”学说给予了科学的证明。

因此,弗洛伊德关于所有的人类冲动必须被降到最低程度的论述,是与19世纪晚期绝大多数知识分子所持有的观点相类似

的。荣格则对弗洛伊德的这个观点的进行了驳斥。他指出，弗洛伊德关于所有艺术以及灵性仅仅是被压抑的性的表达的说法，“将导致对文化判死刑”。而弗洛伊德则回答说，是的，那正是我们对自己无法抗拒的命运的诅咒。

就这一点而言，我必须补充说明，我常常发现自己难以理解马斯洛一直对弗洛伊德所表现出的尊敬和钦佩，甚至他把自己描述为一个弗洛伊德主义者。难道是因为马斯洛担心若公开反对弗洛伊德，会使他自己作为一个心理学家的地位难以获得支持吗？他认为有这样一层保护性的伪装是必需的吗？其实，马斯洛甚至比荣格和阿德勒还更明显地反对弗洛伊德的学说与观点，他自己关于“人性的高上限”(higher ceiling of human nature)的信条，就是一个与弗洛伊德所代表的思想公开对抗的典型例子。或者这只是马斯洛对弗洛伊德的生活与工作的纯粹的能力和首尾连贯性的一种单纯的欣赏，因为弗洛伊德这方面的经历称得上是一部可读性极强的小说。当然，我们必须记住的是，当马斯洛还是一个年轻的心理学家时，弗洛伊德在科学上已经像达尔文、卢瑟福、爱因斯坦和普朗克等一样声名显赫，并一直在19世纪40年代和50年代期间美国心理学中保持着优势力量。

但是不论是哪种原因，如果马斯洛今天还在世的话，这时也不过才87岁而已——我猜测，他说不定会对弗洛伊德不再持先前那样的宽容的观点。

在我看来，马斯洛在62岁时就过早地去世，显然是一个悲剧——因为那时恰恰是他的工作刚开始得到广泛的欣赏与认可，目前的这本文集将展示出马斯洛永不停歇的思维已经着手解决的一些新的问题。他逝世前写的一篇文章《生理上的不平等与自由意志》，在含义上几乎具有神学的意义，特别是其中的这句话：“人们未必都必须都是凯旋而归的英雄才会被上帝接纳。”马斯洛在这里设

问,那些有先天性的致命缺陷者的情况是否驳斥了他关于人性的乐观的看法? 马斯洛给出的答案是:无论发生什么事情,我们都拥有自己的自由意志。这一看法,恰好与萨特的“即使是一个不久将死于癌症的人,也有权力决定自己何时屈服于病痛折磨”的观点呼应。当我反复地阅读马斯洛的作品时,我坚信他属于伟大的犹太传说中的“智者”,就如同传说中的斯宾诺莎和摩斯·孟德尔松一样(当然,他们从生物学上看都是残缺的人)。

我想,如果马斯洛能够比普通人活得更长久,他一定会拿出更多的时间来,把自己的许多闪光的思想组织成一个系统的整体。当然,我并不是说马斯洛的思想杂乱无章。毫无疑问,《洞察未来》和马斯洛生前出版的任何著作一样都很重要。任何有机会阅读这个文集的读者,都将发现其中处处皆有马斯洛的精彩的思想,尽管它们还需要进一步的深入研究。例如,马斯洛曾经谈及一位向他咨询的年轻人。小伙子对马斯洛说:“如果那辆小汽车的确撞伤了我,那么我的倒霉事将永无结束的日子。”而马斯洛却指出:“正因为车没有撞到你,你将‘错过’所有‘可爱的问题’和生命旅途中愉快的‘挫折’”。这里需要引起更广泛注意的是,我们的最基本问题,实际上是一种当前束缚我们的“井蛙之见”,就像是大都市中摩天大厦隔断和阻挡了我们视线一样。显然,我们需要的是类似城市交通图的东西,它能提供给我们所需的“道路的名称与位置”。而任何像马斯洛那样常常有思想火花的人,都是一位可以安下心来,绘制一张这种地图的理想的人。

我一直有一种感觉,那就是马斯洛已经解决了所有要解决的基本难题,但是他并未意识到这一点,这是意味深长的。例如,在他的《幸福心理学》一文中,他从“幸福需要一个更全面的定义,而不是仅仅限于没有痛苦的欢乐”开始论述。接下来,马斯洛讲到了“牢骚阈值”,并提到了我的“圣·尼奥特边缘”的概念,即“无动于衷阈

值”。我已经注意到，似乎存在这样一块意识区域，它对欢乐的刺激无动于衷，但它能被一些威胁或灾难的预兆唤醒。马斯洛曾一针见血地发问，人们是否常常生在福中不知福？当然，答案是我们几乎一直都如此。但是问题在于，当我们由于一些琐碎的问题而陷入困境时，怎样才能学会发现这一点呢？

我始终认为，人的难题似乎可以简单地表述。当我们面对自己感兴趣的事情、或是使自己激动和兴奋的挑战时，我们将处于自身的最佳状态。显然，每个人都期望一个更富有创造、更富有成果的生活方式。但是，当外界的挑战消失后，我们都倾向沉溺于一种慵懒的状态。

因此，我们就寻找自己生活的“目标”——它通常意味着一些自己感兴趣的复杂情况而使自己满足。然而，要找到一个能使你自己感兴趣，但基本上却浪费自己生命的生活目标，真是太容易不过了。例如，你可以无休止地举办晚宴，不断地邀请其他人来出席，使自己从不单独度过哪怕一个夜晚。

于是人们发现，他们实际面临的是一个对自己并非特别有益的选择：要么是高高兴兴地“沉溺其中”，但又不得不在内心谴责自己在整段整段地浪费宝贵的时间；要么是选择“避免陷入”，但又被空虚和无聊所麻痹，缺乏生活的目标。

但是还有第三种选择的可能性。人类与动物的不同，就在于他们的生活并不只是一种纯粹肉体意义上的生存。人类学会了使用自己的思维和想象，学会了长时间的独处，能够全身心地为自己的理想，有时甚至是幻想所强烈地吸引——当托尔斯泰创作他的巨著《战争与和平》时，他显然是数周，甚至数月地生活在自己的内心世界。

在我看来，人类已经达到了自己进化过程中的这样一个时刻，此时最迫切的需要就是学会这样一种巧妙的方法，在使自己保持

个体的独立状态的同时,使自己进入对事物的“迷恋状态”(也就是在精神上的完全投入)。H. G. 威尔斯评论说,“鱼是为水而创造的生命,鸟是为天空而创造的生命,而人类则是为精神而创造的生命。”但是,在人类学会这种使自己能够自如地进入这些“内在”的高级状态的方法之前,人类还不能够称自己是“为精神而创造的生命”,我们人类仍然是受到外部世界奴役的生命。

现在看来,马斯洛是我所能想到的最接近解决这个问题的人。他通过发现高峰体验的重要性实现了这一点。

我喜欢马斯洛所讲的一件轶闻趣事。据说,当一束阳光穿过窗户射进屋里时,一位年轻母亲正看着自己的丈夫的孩子们吃早饭。她情不自禁地想:“天哪,我是多么的幸运啊!”这位母亲此时进入了高峰体验——我模模糊糊地记得马斯洛在已经出版的版本中并没有提到那束阳光。如果真是这样的话,我明白马斯洛为什么没有提到它。诱发高峰体验的情景可能是有用的,但这种诱发并非是必不可少的。我们可以掌握诱发自己进入高峰体验的诀窍。

问题的关键,在于那位母亲在阳光射进屋里之前就是幸运的,只是她自己没有意识到而已。这一点,反过来又使我们懂得,我们实际上有一千个理由感到幸运,然而我们却感到厌烦甚至压抑,这不过是因为我们未能关注这些让自己觉得幸运的理由。

但是我们怎样才能掌握获得高峰体验的诀窍呢?又是马斯洛找到了问题的答案。他讲述了自己是怎样让学生描述他们过去曾经有过,然后又被遗忘的高峰体验的。换句话说,那些学生以为这些体验是想当然的事情,它们尽管令人高兴,却并没有马斯洛所说的那样重要。随后,当学生们开始描述他们的高峰体验,并倾听他们同学讲述这种经历时,令人感兴趣的现象发生了:马斯洛的学生们承认一直有高峰体验了。关注高峰体验,把它们看作生活的、正常的、必需的组成部分,就是获得高峰体验的一种必要条件。

我不知道马斯洛是否意识到了他无意中发现的这一切具有的重大意义。但在我看来,无论马斯洛本人是否意识到了这一点,他的确是在无意中发现了人类下一步进化的秘密。

尽管这里已经没有剩下太多的篇幅,我还是觉得有必要简要地介绍一下另一个发现。在我看来,这个发现具有同样重大的意义。芝加哥的心理学家尤金·根德林(Eugene Gendlin)发展了一种他称之为“集中关注”的方法。尤金劝说他的病人尽力进入自己的内心世界,并以精确的言语,表达他们自认为是令自己焦虑不安的东西。尤金的基本假设是,“未被集中关注的焦虑倾向于扩散蔓延,就像是这些焦虑已经注入到病人的精神血液中去了似的。然而若对这些焦虑予以精确的关注,就能使它们回到它们自身应该停留的那个较小位置。”我们都知道,鞋子里有了石子,即使很小,也能败坏一次愉快的散步。一个问题无论多么微不足道,都有可能使你彻夜难眠。另一方面,当你感到自己身上的某个地方老是发痒,十分烦人,你挠了它,那种全然地放松就会产生一种短暂的控制和目标感,一种中止被动状态变得主动的感觉。(这一点的确是弗洛伊德的“述说忧虑”的本质,但是弗洛伊德由于走进了他的性压抑理论的岔道,而忽略了它的重要意义。)

这就是问题的核心所在。人总是倾向于转回到被动应付的状态。而被动应付就如同是一片实验室中培育细菌的胶片:焦虑开始弥漫和放大。集中关注,就如同马斯洛所提到的年轻的母亲所做的那样,将使我们返回到积极主动的状态。问题似乎消失了——或者至少有看上去能通过一些努力,就可以解决的迹象。

我应当补充说明的是,另一位理解这一切的心理学家是皮埃尔·吉安特。皮埃尔把这个过程称作“过漏斗”。我一直相信,皮埃尔·吉安特也许是有史以来被低估的心理学家中最伟大的一位。

我的主张是,人类下一步进化的关键是对“两种模式”的清晰

认识,被动应付状态(我称之为“消极的错误”)则应该对我们绝大多数问题的负责。

肖伯纳曾经说过:“我已经解决了属于我这个时期的每一个主要问题,但是人们还不断地提出这些问题,就好像它们根本没有解决一样”。我猜想肖伯纳可能是正确的。肖伯纳的论断完全适用于亚伯拉罕·马斯洛。对此,我没有,哪怕只是最轻微的怀疑。阅读《洞察未来》,只会加深对这一点的确信。

英文版前言

爱德华·霍夫曼

几年前，在研究和写作亚伯拉罕·马斯洛的传记的过程中，我非常惊讶和兴奋地发现他留下了许多重要的论文尚未出版。从那以后，我一直希望能够发表马斯洛的这些论文，与那些对发挥人的潜能感兴趣，并受到马斯洛鼓舞和激励的人们共同分享他在这些论文中表达的独特思想。马斯洛是一位富有灵性的跨学科的思想家，他的这些论文范围极广，包括动机心理学、咨询和心理治疗理论、管理理论、组织发展理论，甚至涉及到政治、政府和世界和平等。

在编辑此书的过程中，我选择了与当代读者最密切相关、最合时宜的一些文章。除了每篇文章找到描述性的标题外，我主要是在按照马斯洛的风格对原稿的句法、拼写方面的错误作了一些修改。为了使读者便于理解，我还为每篇文章写了“编者按”，在马斯洛一生事业的大背景下简略地介绍这些文章。另外，我还附有一份马斯洛心理学术语表。

如果我的工作能够使马斯洛未发表的著作散发出光彩，唤起人们对他的所有重要思想遗产的兴趣，那么我的愿望就达到了。



目 录

马斯洛心理学的意义——中译者序·····	许金声(1)
英文版序言·····	柯林·威尔逊(17)
英文版前言·····	爱德华·霍夫曼(28)

第一部分 洞察人格

第一章 幸福心理学·····	(3)
第二章 高峰体验对于健康的意义·····	(8)
第三章 对自我实现理论的批判·····	(12)
附一:什么是自我实现? ·····	(20)
附二:自我、自我实现与社会	
——《弗洛伊德与20世纪》读后 ·····	(25)
第四章 和尚能够自我实现吗? ·····	(32)
第五章 以自在的爱接纳所爱·····	(35)
第六章 关于文化与人格问题的顿悟·····	(38)
第七章 儿童对于限制、控制和安全的需要 ·····	(41)
第八章 约拿情结 ·····	
——理解我们对成长的恐惧·····	(44)
第九章 赞成或反对——关于乐观的现实主义者·····	(49)
第十章 生理上的不平等与自由意志·····	(52)
第十一章 人本主义生物学	
——“完整人性”概念的精英论含义·····	(60)
第十二章 斯大林主义者的人格·····	(64)

附：权力主义的性格结构	(68)
-------------------	------

第二部分 洞察人性

第十三章 人性的精髓是什么?	(81)
第十四章 高级动机和新心理学	(86)
第十五章 笑声和泪水——心理学丢失的价值	(99)
附：幽默的意义	(108)
第十六章 人性基本上是自私的吗?	(110)
第十七章 科学、心理学和存在主义	(119)
第十八章 心理学能够为世界奉献什么?	(125)
第十九章 我们的审美需要——探索笔记	(127)
第二十章 悲剧心理学	(131)
第二十一章 生活在高级价值的世界中	(142)
第二十二章 恢复我们感激意识	(148)
附：感激的意义	(150)

第三部分 洞察社会

第二十三章 超越自发性——艾萨伦培训中心的批评	(155)
第二十四章 通过T小组建立共同体	(158)
第二十五章 友谊、亲密感以及共同体的培育	(163)
第二十六章 以人本心理学为依据建立新政治	(168)
第二十七章 关于美国政治的进一步思考	(175)
第二十八章 沟通——有效管理的关键	(177)
第二十九章 对罪恶视而不见 ——自由主义政治理论的失败	(182)
第三十章 北美黑脚印第安人的文化与人格	(190)

第四部分 洞察未来

第三十一章 未被注意的心理学革命·····	(227)
第三十二章 领导、下属以及权力	
——致亨利·盖格的信·····	(232)
第三十三章 报纸的动机层次·····	(242)
第三十四章 美国管理的动力·····	(245)
第三十五章 为美国梦下定义·····	(257)
第三十六章 开放的心理学——致 J. B. 莱因的信 ·····	(264)
第三十七章 行为主义与人本主义	
——致 B. F. 斯金纳的信 ·····	(265)
第三十八章 心理学对世界的意义	
——给约翰·D. 洛克菲勒的信 ·····	(267)
附：马斯洛心理学术语 ·····	(271)
亚伯拉罕·马斯洛生平简介 ·····	(281)
鸣谢 ·····	(303)

第一部分 洞察人格

第一章 幸福心理学

编者按：亚伯拉罕·马斯洛强调，人格理论研究的恰当的基础应该是情感健康，而不是心理病态。这是他之所以闻名的原因之一。在研究情感健康的过程中，他总是从日常生活中寻找具体的范例。在这篇写于1964年11月没有发表的文章中，马斯洛就人们普遍关心的有关幸福的问题提出了新的见解。

传统的享乐主义把幸福定义为没有痛苦的单纯的快乐状态，这种说法已经不再适宜了。我们必须重新为幸福下定义并丰富这一概念。我认为，对高级和低级“牢骚”或者烦恼的理解是讨论整个问题的关键。英国作家柯林·威尔逊(1959年，1964年)把这一问题称之为“圣·尼奥特边缘”或者“无动于衷阈值”。

关于幸福的传统定义很难使我们意识到自己现在正拥有的幸运。由此不得不问，如果意识不到自己的幸运，我们又怎么能够感觉到幸福呢？我们是否只有在回忆中才能够发现往昔的美好？但是情况的确如此。当我们身处困境时才会体会到我们曾经拥有的幸运，才会意识到我们早就该体会到的幸福。这样，关于幸福的定义又有了新的麻烦：我们是否可以合理地把幸福定义为关于过去的一种感觉呢？

我们必须重新界定幸福，把那些由于自以为理所当然不知珍

惜而渐渐忽略了的那些真正的幸福包括进去。同时,也有必要学习一些新的方法,将幸福从回忆之中招回,使我们能够重新感觉到这些真正的幸福。

通常,人们在痛苦时的感受比在快乐时的感受更加强烈。同样,我们也应该知道与快乐相比,我们更容易感受到痛苦、烦恼和挫折。另一点也很重要,由于习以为常,我们的快乐常常会失去它们非常美妙的高峰体验。这种神奇的感觉会渐渐消退,隐入我们的潜意识。例如,在我的生活中,在欣赏音乐方面就常常出现这种情况。

尽管真正的幸福常常非常短暂,但它们却总是清晰生动地留在了我们的记忆中。像动物反刍一样,我们可以随时回味,一如往昔美好。这种理智的由主观意志控制的过程,是我们每个人都能够学会的。而且它还能够拓宽和丰富我们的日常体验。

超越享乐主义

我认为,从享乐主义来定义“幸福”是错误的,因为真正的幸福一定包含着困难和挫折。例如,在创造过程中,尽管失眠、压力、紧张等随之而来,人们还是愿意经历这种过程中的痛苦煎熬。人们宁可为了孩子的调皮生气,也不想膝下无子。人们心甘情愿主动去爱护自己的家人和朋友,尽管这意味着分担别人的烦恼。因为,这远远比孤身一人的寂寞好得多。因此,我们必须重新定义“美好生活”与“幸福”,使它们包括这些痛苦的特权。

例如,贝多芬为了他的音乐而经历巨大痛苦。但是,有谁不愿意做贝多芬这样伟大的音乐家呢?换句话说,谁会因为创造过程中的阵痛而放弃创造永恒音乐作品的特殊荣幸呢?逃避生活中的挑战毕竟是可能的,人们可以畏缩地在平静中生活,不做丝毫努力。服用镇静药物或者注射镇静剂以及酒精就能够获得这一效果。

因此,我们必须学会享受高层次生活中以及创造性生活中的痛苦与烦恼,学会面对真正的难题不是无关紧要的小事。这是否有可能呢?我认为可能的。如果我们把这些问题置于过去、现在与将来的更广阔的视野中,如果我们将这些难题同其他人的难题做比较,并且从整个宇宙的角度来进行考虑,那么,我们就能够了解这些问题的真实位置,就能够真正享受高层次生活的痛苦与烦恼。没有痛苦与烦恼,生活就不成其为真正的生活。单调无聊,麻木不仁决不是真正的生活。

我认为,人的本性决定人会不断地追求更好。我们必须放弃一劳永逸的永远满足与安定的期望,因为,这种高峰体验只是在短暂的瞬间才有。例如,生孩子是要冒很多危险的。我们一定在此之前犹豫不决,非常担心:“如果孩子生下来就是残废怎么办?”“如果孩子生下来就体弱多病,甚至是死产呢?”因此,我们很自然地会问自己:“为什么要自寻烦恼呢?”

在恋爱和婚姻问题上也是一样,“为什么要自找麻烦?”我认为这种“为什么自找麻烦”的态度是自欺欺人,它必然导致不幸的生活。

我认为从心理学来说,自我实现的人会很乐意接受这些“麻烦”,而实际上这些麻烦比无聊、寂寞、空虚等要精彩得多。尽管友谊和爱情繁复复杂,牵扯精力,常常会带来忧愁,但内心的空虚、寂寞等情况更糟。

有一次,我为一个烦恼的年轻人做咨询,他说:“如果我被汽车撞死了,那所有的问题都不存在了!一切都将立即结束。也许,那样会好得多!”但是,请再想想,他将失去多少年轻人会经历的可爱的烦恼啊,那是一些愉快的生活!能够为一些有价值的东西担忧要比没有任何人和任何事情担忧要好得多。

例如,担心某件身外的事情就意味着忘记自己,这本身就是意

识活动的良好状态。外界没有任何东西可以引起你的兴趣、激动或者担忧,这意味着你陷入了完全自我的状态之中,而无法自拔,这是最糟糕的一种精神状况。

因此,我们也许应该把幸福重新定义为接受挑战,克服困难时所经历的真实的情感体验。

很显然,在心理学上有价值的生活并不意味着直接追求快乐。相反,幸福实际上是一种副产品,一种并发症,一种随之而来的东西。能够使自己回过头来意识到自己曾经很幸福的最好的方法(即使你当时并没有意识到),就是让自己完全投入一项有价值的工作中去。

我还研究了妇女在分娩时所经历的有价值的痛苦。一位被访女士说她的痛苦是值得的,因为它同一个良好的目的有关。正是这种痛苦,带来了她盼望已久的孩子。这表明了是她创造了一个新的生命,这是她的成就,她的骄傲。

这位妇女承受真实痛苦的态度说明了什么呢?它表明,这种痛苦不能够被看成是完全否定意义的痛苦。因此,首先我们要问:这种痛苦是产生于什么目的的痛苦?它是否值得?

我又想起了另外一个例子。我的同事大卫在第二次世界大战期间曾在潜水艇中服务。一天晚上,他坐在散兵坑里冻得发抖,忽然灵感一闪,一下子全明白了这种痛苦经历的意义。他不再把自己的注意力集中在令人烦恼的此时此刻,而是能够把自己的生活放在一个更加广阔的意义中来看。他明白自己承受这些真实的痛苦是为了有价值的伟大目标,他为此感到振奋,重新体验了一种爱国热情。

还有一个例子是一位强壮的职业拳击运动员,他将挨打引以自豪。因为这表明他“可以承受这些猛烈沉重的打击”。他会在你的面前敞开衣襟说:“使尽所有力气往这儿打!”他自豪地微笑

着，表示这样丝毫不能够伤害他。真的，人们甚至可以为伤疤而自豪，如果这是参加了一场光荣的战役的结果。怀孕留下的痕迹也是一样。它们都可以被浪漫地被看成是一种光荣的象征，一种美好的纪念，仿佛它可以使自己有资格成为一名盼望已久的俱乐部的成员。伤疤正是一种证明和标志，人们可以引以为自豪。

我也曾经听到过许多看着别人的小孩子玩耍的老妈妈带着遗憾而怀旧的口气说：“要是我年轻的时候能够意识到孩子们的可爱有多好啊，当初真不必时时刻刻为他们的淘气而烦躁操心。现在我才明白，他们当初是多么可爱，我当初可以多么幸福地体验这一切！”

考虑到这种情况，我们应该从另一个角度看待幸福问题。为什么呢？就像欣赏雕塑必须把它放在一个背景中一样，我们应该放宽视野，在更大的时间范围内看待我们现在的经历。这些整天为孩子的淘气烦恼，不能够视之为幸福的母亲们其实是为琐事所纠缠。她们应该想到，总有一天孩子会长大成人，不再调皮捣蛋。她们也早该有这样一种意识：拥有调皮的孩子是一种特权，是一件幸福的事情，因为没有孩子也是很可能的事。

从不孕夫妇那里，我们才了解到没有孩子是多么痛苦。许多夫妇结婚多年以后还没有孩子，当他们看到别人的孩子的可爱样子时，常常感到开心不已。这些夫妇也常常会克服许多困难领养一个孩子，其实是去买回那些养育孩子的诸多烦恼。这个例子也表明了，我们常常是在先经历了一番渴望与挫折以后，才能够充分感受到一种满足感。

以上所言，是想说明幸福远比享乐主义的传统定义要复杂得多。它不仅仅是指没有痛苦。现在，我们应该从心理学上对幸福进行全新的研究。

第二章 高峰体验对于健康的意义

编者按：在 50 年代晚期，马斯洛已经确信，高峰体验对于个人的精神健康有许多重要的意义。例如，他在理论上证明了各种形式的自我毁灭行为，包括吸毒等行为，都可以通过引发内部的“高峰状态”而得到医治。在这篇写于 1960 年 10 月未发表的文章中，马斯洛对高峰体验有利于身体健康的问题进行了令人兴奋的探讨。

高峰体验对于人们的身体健康是十分重要的。也就是说，从医学的角度看，高峰体验对于健康的生活是不可缺少的。正因为如此，我们可以理解：尽管一般大众对于高峰状态的体验的强度各有不同，但他们都普遍看重这种体验。一个内心矛盾重重、精神处于混乱状态的人很可能因为达不到高峰体验而失去理智。

心绪烦乱的人不会有高峰体验，只有情感健康的人才会有高峰体验。实际上，一个人的情感越是健康，他就越有可能产生高峰体验。同样，我们经历的高峰体验越多，精神世界就越是健康。

高峰体验之所以对我们的情感健康如此重要，原因之一在于高峰体验为我们提供了一个高潮，一个完全宣泄和释放的机会。相反，如达不到高潮状态就会使人感到焦虑和痛苦，很可能在体内产生毒素。例如，当性交过程被打断时，人体内血液的流动便会出现

紊乱。要是能够痛快地达到性高潮，情况便完全不同。所以，彻底的释放对于我们的身心健康都是必要的。完满的完成才能使连续不断的努力有一个结局。

人们可能提出高潮的必要性问题。例如，比较男性在性高潮中完全射精与部分射精的差别，就可以说明这一问题。奥地利出生的心理治疗学家威廉·赖希(Wilhelm Reich)曾经详细地讨论过这一问题。

没有高潮，人类怎么能够得到休息与拥有平和的心境？怎么能够享受真正的具有存在性价值的娱乐(play)？没有高潮以及各种形式的高峰体验来提供一种完成感，我们就会总是感到自己处在游移不定的中间状态。我们总是在努力，总是在坚持，永远没有满足的时候。在这种状态下，我们永远只是“手段”，而不是“目的”。无论做什么事情，我们都如同一直在山腰攀登，永远达不到顶峰，得不到休息。

事实上，任何真正的满足都带有一种微妙的终极体验，容许人们停下攀登的脚步。有时候，这种终极体验非常尖锐与强烈。但是，真正的完满感、真正的终极状态——真正的无以复加的终极体验，完美的高潮，这才算得上是真正的高峰体验。

完全的高峰体验不仅对精神上，而且对身体上都会产生重要影响。它是一种完全的释放，全部的耗尽，彻底的满足。男性的前列腺便是一个好的例子。前列腺的排精可以是部分的，也可以是彻底的。从医学上说，前列腺如果只能够部分排精，就可能引发各种疾病，以至于需要做手术，甚至导致癌症。完全的释放有利于身体健康，因为完全释放之后，体内便无所滞留了。这样看来，完全释放与部分释放在数量上和质量上都大不相同。

没有被吮吸过的乳房或者只是很少被吮吸过的乳房会产生疼痛，导致疾病，甚至导致癌症。

我认为,这种情况一定也适用于人体内其他有腺管或者无腺管的腺体。一个人经历灾难后如不能大哭一场,皮肤就可能出现疹子或者疔疮。人的肌肉的情况也大体一样,需要有完全的、强烈的收缩,哪怕是为了血液循环,使血液畅通地流动,避免阻滞。

这种情况与精神病学家大卫·利维对于患病期间萎缩情况的研究是一致的。例如,人的智力如果长期不使用,便必然会退化。对爱的需要,如果长期只是部分地得到满足,将永远处于饥渴状态。真正的使用必须包括完全的释放、充分的满足和完满的感觉。从来不用,必然导致萎缩;部分使用意味着不充分、不正常;只有彻底使用才谈得上健康。精神上的这种情况与前列腺之类的器官颇为相似。

不错,做事情因人而异,并非都无力一蹴而就。有一些人更容易感情冲动,做事情一鼓作气,他们对拖延很不耐烦或者根本就不会拖延。但这一事实并不影响上述原则。所有的人都或多或少地觉得,把事情搁置起来不去处理很令人厌烦,甚至使人难以忍受。

例如,简单明了的身体体验可以再次为这一观点提供例证。适时地排尿、通便就是一种巨大的满足,因为这意味着经过了顶峰状态,完全地释放,彻底地排空。

在精神与社会领域,我们应该更加清醒地意识到,我们在多大的程度上生活在持续不断的未完成的状态之中。

有多少次由于我们不能够插手、参加或者讨论某件事情而感到烦恼?有多少次我们打算向报刊投寄愤愤不平的信件却始终未能提笔?有多少次我们不得不将诱人的思想或者事情永远地放在了一边,至少是暂时地搁置起来?有多少次我们想扶正斜挂在墙上的画却不得不罢休,因为我们还没有得到允许?有多少次我们遭遇了愚蠢、粗鲁、低效率或令人作呕的行为,却只能够置之不理?有多少次我们面对不公正的事情义愤填膺,最后却只得忍气吞声?

我们都有解决事情、纠正错误、伸张正义和对事情进行最后清算的冲动。但是，面对多少事情，我们又感到无能为力？有多少次我们看电影、电视或者阅读报刊产生了改进社会的冲动，然而我们却无从着手？这一点可以理所当然地归结为现代异化的一个方面，也就是说，在官僚主义的工业化世界，人们很少能够在涉及正义的事情上有完满的完成感。我们能够完全地满足自己的不平、愤怒或者赞扬的冲动的机会越来越少了。

实际上，公众的账本是永远不能够算清的。不过，在个人的生活中，高峰体验给人以极为重要的满足感。

第三章 对自我实现理论的批判

编者按：马斯洛一生都为自己能作为一个科学家和以经验研究为基础思想家而感到骄傲。马斯洛在探索人性的过程中，完全拒绝那些看起来很有吸引力，但却缺乏证实的心理学概念。马斯洛对自己的自我实现理论的态度也是如此。在这篇写于1966年10月未发表的论文中，他试图进一步明确人本主义心理学中一些尚未得到证明的假设、规则和信条。

几年来，我一直感到应该对人本心理学所暗含的一些假设进行公开的探讨。一个敏锐的哲学家对这些未被证实的信条应该合理地提出质疑。在这篇文章中，我想评判一下人本心理学的几个特点和它的几个具体的理论。

首先，应该明确的是人本心理学和自我实现理论的整个模式有一个前提，那就是：人必须拥有生存的欲望。当一个人死亡的愿望极为强烈时，整个人本心理学的体系也就站不住脚了。因为如果这样的话，这个人显然就不会有自我肯定和高峰体验了。而正是这些才使生命拥有了价值。总之，当一个人确认生命没有继续存在的意义的时候，无论是不堪忍受，缺乏高峰体验，还是体验不到生命的乐趣，此时人本心理学都随之失去了价值。人本心理学的研究对

象,只是那些渴望生存和发展,希望自己生活得更快乐、更有意义,希望充分发挥自己的潜力,不断完善自己,不断超越自我的人。这些人即使永远不可能达到完美,但却能够一直朝着理想目标不懈努力。

其次,人本心理学假设人类有一个确定的本质,至少有某些永恒不变的人性。因此,它就理所当然地采用本能的理论作为它的特定理论形式。但是,这个理论形式同时也是关于能力和需求的理论形式,也就是能力不断地“要求”表达和实现自身。这一模式完全拒斥让-保尔·萨特的彻底的相对主义和激进、专断的存在主义的理念。与之形成鲜明对比,我认为人性并不具有无限的可塑性,而只是具有一些基本参量。

第三,自我实现理论的假设,强烈需要一种承认个体的差异的多元论。即,我们必须愉快而不是勉为其难地承认人们在遗传、结构和习性方面存在的差异。这种对个体差异在真正意义上的接受有以下几重含义,需要扼要地说明:

人类性格的成长是“园艺”式的,而非“雕塑”式的。不论是在心理疗法、咨询、教育或是家庭生活中,我们都应以这种模式来指导我们的生活。它意味着我们要努力把玫瑰培育成娇艳无比的玫瑰,而不是费尽心思去把它变成百合花。这同道家思想有某种相似,也就是强调接受人的真实的存在状态,即便处于这个自我实现状态的人与你截然不同,也能感到巨大的愉悦。这甚至还意味着应该绝对认可和尊重任何人的神圣和独一无二性。

举例来说,我最近访问了罗德艾兰州立大学,并参加了该校心理学系的一场讨论。我觉得,他们对于博士学位的理解非常偏狭,好像只有一种博士,只有一种评选标准。对此,我进行了猛烈抨击。我指出,世界上存在着各种各样不同的才能,而我们也恰恰需要这些多种多样的才能。如果用美国心理学界铁板一块的博士评价标

准来衡量的话,也许百分之九十潜在的心理学家都要被排除在外了。我们学位评估所谓的高标准,实际上已成为一种拒绝的理由,使一大部分兴趣旺盛的年轻人失去了成为心理学家的机会。

心理学研究生部如果只是根据学生的考分和实验技巧来吸纳人才的话,无异于只把有蓝眼睛和好胆囊的人当成好学生,简直毫无逻辑。这有点像在古代的中国,皇帝只根据手下人的书法水平来为他们安排相应的官职。

在前面的章节中,我曾谈到如何将一个人培养成一个优秀的职业拳击手。教练应首先观察这个人本身的特点和潜质,再根据这些特点发展他独有的拳击风格,而不是强迫他改变自己,让他与普遍的、抽象的典型拳击风格相一致。

总而言之,人本心理学是主张按照人的本来面貌来接受一个人,展现他的内在本质,并把心理医生看成道家式的帮助者。我们要努力使人们按照自己的方式活得更健康,更加充实。

我们应明确的第四个问题是,在评价一个人的情感健康时,我们是否只是简单地在自我实现理论中吸收了传统意义上的犹太教和基督教式的价值观?在这个问题上,由于我被人们认为仅根据自己对人们的主观喜好来评价其自我实现程度,我因此常常受到抨击。

我的回答是,迄今为止,自我实现的模式不仅是跨文化的,也是跨历史的。在日本和北美土著黑脚印第安人两种相差甚远的文化中,我发现他们在描述圣人或圣徒时有惊人的相似。然而,取样的失误和试图将自己的价值观带入研究中,也可能使我成了自己错误的牺牲品。所以,我们应该极其严肃地对待这个问题。

关于自我实现理论的第五个问题,是我的一个未加证明的观点:神经症应被看成是一种心理防御,而不是人性的普遍基础。不仅如此,神经症还应被看成是一种对真实自我、内心深层感受、完

整的人性以及自我实现的抗拒。

正是从这个假设出发,我坚定地认为,有效的心理咨询和心理治疗应该是道家式的。它不去侵犯,也不去干涉,更不是要进行重塑、校正和灌输。当然,纯粹的道家思想在原则上是不可能的,但成功的咨询家和治疗师都应尽量遵循道家思想,他们真正地尊重他人的内心世界,把自己看作是产科医生、园艺家或接生婆。他们的任务只是帮助他人发现自己并自由成长,让人们按照自己的方式实现自我的价值。

有意思的是,人类的大多数优点,如自尊、安全感、善良、爱别人、爱和被爱的需求等,都会因自省和顺其自然而得到肯定和加强。相反,人类的一些恶劣的品质,如残忍、抑郁、受虐狂等也可用道家式的内省的咨询方式和心理治疗成功地加以控制。事实上,这便是为什么要将前一部分人类品质看作是内在的,而后一部分则被看作是被动和病态的主要原因。谈到这里,我们可以下一个结论:通常的神经症,甚至包括少年犯罪那样的价值病态,都可以看作是对个人在满足基本需要和超越性需要上所做的努力,只不过这种努力是在焦虑、恐惧和缺乏勇气的状态下发生的罢了。

第六点值得注意的是,无论在什么情况下讨论自我实现问题,都应当具备这样一个前提:人们必须在价值观上具有选择的自由。在这种情况下,人们会选择存在性价值,而不是神经症的价值。这个说法自然又引出了“良好的条件”的问题。它包含有几重意思。首先,为了进行自由的选择,必须具备良好的条件,使人们能够充分地了解信息,知道真相,而不能对有用的信息加以封锁。这一点,既适用于那些带有浓厚政治色彩对新闻进行审查的非民主国家,也适用于我们国家中只有一家报社的城镇,以及具有垄断性质的公司或工会组织。同时,良好的条件还意味着,当公民进行价值选择的时候,不会有任何恐惧感或担心来自社会的压力。

在这里,还有一个问题需要加以考虑,那就是“优秀的选择者”,或者至少是“适度的优秀人选”的问题。我常常谈到动物园的管理员,他们想要的是一只“良种的、凶猛的老虎”或一匹“良种的、桀骜不驯的马”。他们和动物学家在这些概念上毫无异议,并认为是理所当然的,只有哲学家才会对这些概念绞尽脑汁,追根溯源。因此,如果要系统地阐述这个问题,我们必须集中精力弄明白一点:人们竭力逃避的是什么?人们努力想要达到的又是什么?从这个角度来看,毫无疑问,人们想要达到的就是自我实现。

第七,我必须坦率地承认,要客观地区分健康的高峰体验和躁郁性发作之间的区别,在目前几乎是不可能的。这是一个迄今还不能解决的问题。当然,我们可以通过现象学发现,躁郁性发作掩饰了绝望、恐惧和压抑。但是,对于那些拒绝接受人本心理学观点的人来讲,这一点并不是一个客观的、令人信服的道理。在某种程度上,在区分神经症的或神经病的高峰体验和健康的高峰体验时,我们也面临着同样的困难。在我们能够掌握更好的现象学和人格评估方法之前,这个问题将一直是整个人本心理学体系中的一个薄弱环节。

因此,我逐渐认识到,在整个心理学体系中,不仅要引入高峰体验这一概念,为了区分真假,还要介绍识别和确定这些概念的方法。这一点实际上意味着要对个体进行长期的跟踪调查。具体地讲,就是要引入时间变量,通过观察一个人经常、连续不断的变化来确定高峰。比如,我们现在已经发现,随着年龄的增长,人们对由药物产生的致幻体验越来越没有兴趣。因为由化学药品诱发的高峰体验,远不像“自然”的高峰体验那样持续的时间长久。

在这个问题上有一个有趣的观点:现代科学仪器的使用是必不可少的,因为需要对灵感、感悟、高峰体验和内心体会进行确认、肯定和证明,而目前我们完成这一任务只有一种方法,那就是去研

究“醒悟”以后发生了什么事情，并一再对这些现象进行检查。关于这个观念，我们还可以用古老的宗教方式来表达：“一个人怎么去辨别内心的声音是究竟是来自上帝，还是来自魔鬼？”这个问题答案就是：看看以后在这个人身上到底发生了什么。

第八点，通过这样的讨论，我发现问题的症结在于方法。也就是说，选择可靠的个体，而不是不可靠的个体，这本身是不是反映了我自己的价值观呢？我是按照个人的偏好来选择自我实现的研究对象吗？难道我没有把自己的价值观带入自我实现的理论中去？

也许我必须回答，在一开始我只能利用自己的直觉和信仰进行判断，这是毫无疑问的。但这仅仅是开始阶段的情况，随后在直觉的启发下，我完全可以发展出更加客观和准确的方法。例如，我曾经使用过埃弗里特·肖斯特鲁姆的自我实现测试(1963)或詹姆士·布根塔尔的对心理病人成功的治疗以及对他们自我实现的发现。

科学确实是一种分工合作。如果我作出价值判断，就像我对自我实现的人作出的判断一样，那么我的同行们则能够以一种冷静的科学态度，来检查我的直觉是否准确，我的研究从而更少地受到个人情绪、感情和取向的影响。事实上，如果只存在有着完美的想法和假设的科学家，那么也许科学根本就不会存在。世界上只不过拥有一大堆完美的想法，而根本找不到对它们进行分辨和选择的标准。

第九，阿道夫·艾西曼现象常常被当成一个用来反对人本心理学原则的例子，问题通常是这样提出的：当那些纳粹声称他们只是履行职责时，我们又能说什么呢？难道遵守命令和忠于职守这样的价值观又有什么错吗？很明显，这里我必须全面引入人的消解这一概念。事实上，这一概念对人本心理学的整个体系都是至关重要的。

我认为应该接受这样一个事实,终极存在价值不是由人类中某些“相当好”,而是“最好”的个体来决定的。也许,对于我们来说,那些已经自我实现的男人和女人们就像能在废弃的矿井里找到出口的金丝雀一样,对于好坏对错他们远比一般人要更为敏感。这说明我们中那些最优秀的人更能清楚地了解真相,当别人陷入黑暗的困惑时,他们却能一下子把握住隐藏在深处的真理。

这种现象引发了关于存在的知识的讨论,也就是在高峰体验中获得彻悟的可能性。在我的关于宗教心理学的书的附录中^①,我已经开始探讨这个问题,但还远远不够。无论如何,我必须在某种程度上承认,我的研究工作假设这种存在的知识在某些方面是完全可能的。

第十,尽管缺乏自信,我还是觉得自我实现理论必须面对这样的问题:优秀的人和精神上或体质上的弱者的关系,以及应对他们承担的责任。自我实现的人在多大程度上应参与到对这些在不同程度上丧失了自我的人的拯救中去?当然,有时我们对他人的评价往往是不正确的,例如,辛纳依(Synanon)这一康复组织就对许多被认为是“不可救药”的吸毒者就进行了有效的治疗。

第十一,必须强调,“好”这个词只适用于人类,这一点非常重要。很可能人类认为是非常好的,对蚊子、狗熊、老虎等来说却很糟糕。“好”这个词具有相对的生物的分类意义。但有趣的是,生物学的发现证明,在某种程度上,自然平衡对所有的物种同时都是很有益处的。对于人类家庭来说,同样的现象也很明显,当辱骂之类的情况在家庭中发生时,对所有的当事人的影响都是很糟糕的。

最后,必须指出,自我实现并不是足够的。我们不能孤立地看待个人的得救以及对于个人来说是好的事情。因此,社会心理学的

① 参见马斯洛:《宗教信仰,价值观与高峰体验》1964年。

研究是必要的。在追求对我们自己是好的东西时,也要考虑对他人是否好。我们最好能够用协同作用的原则来解释这些行为。当然,在某种程度上,即使协同作用的原则是普遍的,个人与他所在的组织、文化和社会的兴趣仍然可能是不同的。但是,不管怎样,不以他人和社会条件为参照,个人心理学理论很明显是不完善的。

当然,自我实现理论的这些假设还应被扩充成为一个更完整、更全面的表达形式。但是,在讨论到人的天性及其达到的高度时,这些假设常常得不到足够的重视,所以对此进行强调,是很有必要的。

附一：

什么是自我实现？

译者注：马斯洛在读了赫胥黎所写的《孤岛》后，有极深的感受。他在1965年3月28日写下了以下这篇日记。在这篇日记中，他从多种多样的角度对自我实现作了解释：

什么是自我实现？如何才能自我实现？如何分清楚不同的价值观？如何找到一个人真正的同一性？

在家中邀请了一些人聚会，试图以他们所习惯的语言阐述自我实现问题，其中大多数语言都来自赫胥黎。

1. 充分地、生动地、无私地、全神贯注地、一心一意地、没有自我意识地体验——成为一个整体——自我实现。不要只是终日忙忙碌碌，应积极思考。不要以“行为”代替感受和体验。行为淹没、掩盖和减弱了内在的声音，并可能成为对自知的回避。“噪音”淹没了内心之声。（开放地、表现性地、整合地和一元地）真正地（和谐地、诚实地、基本地、内在地）成为你自己（即内在核心，真实自我，生物核心，最深刻和最隐秘的自我）——拒绝成为破碎的、分裂的、带有不同层次的多重人格，或者成为在冲突中的自我，自我的冲动与压制性的控制（非阿波罗式的控制）相冲突——形成一体化的、

有组织的、和谐的人格；使自己成为一个整体；使多个自我统一。

2. 每日作出十多次的成长性的选择，而不是防御性的或畏惧性的选择——趋向自我实现。

3. 在能进行体验的范围之内倾听自己的冲动的心声。这是发现同一性的一种基本途径。所谓自我，就是数以千计的实际的大大小小的体验，使人归纳出“我是这种类型的人”——自知。凡此种选择 and 决定形成了真实自我。对身体的了解，关于激情、忧虑的意识，关于幻想和梦幻的意识，关于需要、需求和欲望的意识。

4. 当有疑问时，一定要诚实，在言行中对己对人都应该以诚相待。（他们深为真理力量受损而忧虑。他们认为人们比实际情形更为脆弱。此外，他们不知道伤害并不是世界上最糟的事情。我告诉他们，妄想狂的猜疑就更糟，此类人不知道事情真相，疑心极重。）[我们知道，完全自私的生活是行不通的。关键是到头来忘却自己。]

5. 在自我之中寻求众多的答案，即意味着负起责任，这本身就是向自我实现迈出的一大步——成为一个自我促动者。一个真正的人，成人而非孩童，掌握自己的命运。[内在核心——如果任务是发现自己的潜能，即从内心中微妙、纤弱、易被忽略的低语里发现自己喜欢什么而不喜欢什么，需要什么又不需要什么、什么使你烦闷，什么使你欢乐。相信什么，趣味是什么，仪表如何，节奏快慢，如何理解事物，具有何种气质（希尔顿式），尊奉什么，何时最感欢快、处于最高峰，何时能充分发挥能力，喜欢以何种方式行事。什么使你感到适宜，什么适合你的胃口什么又使你不适，易浮躁与否。积极抑或消极，热情抑或冷淡，自我认识程度，是否正视自己，衣服是否得体，自由联想能力——如果了解了这些，你就知道应当采取什么行动为佳，应对准什么方向，有必要进行何种妥协。]

6. 所有这些可使生活选择更为适当。“更为”之意——在整体

上什么对你而言是正确的，你的归宿何在，你的妻子或丈夫会是什么样的人，你的使命是什么。

7. 敢于与众不同，不随波逐流，不人云亦云，不循规蹈矩。

8. 勇敢，而不是胆怯。

9. 自我实现并不是一种终结状态；它是无定时无定量实现你的潜能的过程。通过学习而变得更加出色——自我实现。进行弹钢琴、做手术、吹玻璃等诸如此类能充分实现自己潜能的实践活动——自我实现。

10. 无论在什么时刻的真诚、和谐、诚实——自我实现。

11. 高峰就是超越性的自我实现。

12. 在学校中经历关于自己兴趣的试验，证实自己不喜爱化学、心理学或艺术，这是一种进步，是十分有价值的。〔在探索者面前无失败可言。他的每一次发现都对他有帮助。〕

13. 不必对自私过分忧虑。你将在你内心发现，在你的真实自我中，也存在同情、爱和仁慈。

14. 即便经过这一过程表现出你有心理疾病，也是值得的。因为如此一来，你就可以寻求帮助，而不是遮遮掩掩。

15. 成为你自己方法之一就是揭示你自己——你自己是怎样的人就做怎样的人。按照自己的愿望行事。敢于进行自我暴露。不要害怕把自己剖析于他人之前。如果将自己暴露于人，也有利于自己感知自己。抛弃虚假的大众自我(public selves)。不要“角色”。不要做戏。——所有这些都有如自我否定，从而也就成了分裂和变异。不要“电话式的声音”。

16. 分裂即是内在与外在、前意识与意识，一方面与另一方面的分离。“群集化”(SOCIATION)?“一元化”(MONIZING)?整合使之归顺为一，消除分裂。整体化(HOLIJING)?

17. 还需考虑信赖自己冲动这一模糊问题。这是一大难题，原

因在于有些人属于不应信赖自我冲动的人之列(病人),还因为有时我们都不应信赖自己的冲动。如何加以区别?“知道自己的冲动并充分意识之”,说此话当然是保险的。甚至在“接受自己的冲动”这一严格而有限的含义上也是如此。但是,冲动并非一个人的一切。让冲动左右自己也是一种分裂。需要做的是使冲动与现实尝试结合(有时即使你有睡眠的冲动,睡眠也可能是危险的),与对他人的考虑结合(有时性冲动需被抑制,因为可能对另一方或对孩子不好),与知识相结合(糖尿病患者不应屈服于吃糖的冲动),与理性和逻辑相结合。(阿波罗式的协调、整合和调谐大量的冲动意味着要推延或禁止某些冲动。问题在于何时应相信个人的冲动?相信多少?在什么条件下?谁应相信,谁又不应相信?能够合理地相信自己的冲动,表明达到了很高的健康状态(有如赖希的“完美性交高潮”)。

18. 此外还应加上“只有在决断之时,人才成为真正的人”(蒂利希)。但应注意,这应意味着真正的、和谐的、表里如一和自里而外的决断和选择。(实际可能会不同。选择行为和其他行为一样,作为对内心状态的一种诊断是令人怀疑的。)

19. 我想在此系统中还应加上一个问题:良好死亡,无论是象征性抑或实际的良好死亡,再生之前的死亡,良好的结局、结束、坚毅的终止。

20. 如何对待痛苦、疾病等?本理论的回答是“任其为之,顺其自然,消极对待之,无须与之相斗,权且体验之,不要否认,而应与其和平共处。”

21. 整个顺其自然的问题。道家任其为之的态度。事实上,若无这种顺其自然、不事干预、不抗争的态度,要真正倾听冲动的呼声(或现实的呼声)是不可能的。[亲身尝试,置身于各种场合,进行体验。每一个人或每一件事情都会使你对自己的情趣和能力有所

认识。]

22. 有意识地寻求伦理和道德原则。你的是非观是什么?应该对此进行考虑、研究;因不平而愤怒,见堕落而嘲讽。尽力与之做斗争。这应算作道德主义还是道德?

23. 善以待人,助人之正业,以此变得无私。友善地对待他人。

附二：

自我、自我实现与社会

——《弗洛伊德与 20 世纪》读后

译者注：马斯洛一生都在对人类的重要问题进行积极思考，为此，他常常夜不能寐。每当他失眠的时候，他就干脆记日记。1959 年 3 月 25 日，在读了《弗洛伊德与 20 世纪》一书后，他又写下了如下一些思想：

凌晨一点正——失眠。荷伯格发表在 B. 纳尔逊所编《弗洛伊德与 20 世纪》一书中的文章激动着我，我要进一步研究自我心理学与社会之间的关系。荷伯格将弗洛伊德与弗洛姆相比较——这对弗洛姆来说未必公平——但他却提出了许多必须加以阐明的问題，换句话说，他的误解具有代表性，需要加以澄清。荷伯格作为一名宗教主义者，其文章中有许多谬误。他的文章算不上好，但却使我有兴趣研究起来。实际上这个问题太大，我一直在回避，拖延解决它。还有，梅隆最近不断提出通过团体达到自我实现的问题，特别是他眼下正对犹太团体感兴趣。还有就是安基尔谈到自律和协同作用法则可以是不同的驱动力的问题。

如何考虑野蛮儿童以及丝毛狗等问题，这一切现象都表明人性是人类社会的产物。在通常意义上说，没有人类社会，就没有人性。所以人类基本需求之一，即对群居、归属感和集团的需求，是非

常具有社会性的。更不用说,人生许多基本需要的满足都要通过他人来获得。一个婴儿离开他人的帮助就不可能生存下来。一个人只能部分地表现真正的自我,它也是个人的创造,但人本身已经受到了文化的熏陶,因此文化又参与创造出真正的自我。当然,文化在为自我实现打通了许多道路的同时,也关闭了其他一些道路。文化只为某一类才能提供了施展的机会,例如棒球运动、小提琴演奏和科学研究等。文化对于另外的一些才能,却没有提供这样的机会。

但如果自我或自我实现的概念有什么意义的话,它们是作为文化的对立面从文化中解放出来而言的。与文化对立等于自律。这一点不可忽视。我在有关价值的论文中陈述的观点肯定是正确的。我认为,基因使人性可能产生,而文化或者将这种人性扶植,或者将它扼杀。凯洛哥,海因斯和芬奇有关猿猴与儿童的实验证实了我的上述观点。原始资料俱在,索利凡之类关于自我就是他人对你的看法的观点,属无稽之谈。怎么能把它们连在一起呢?

现在谈谈荷伯格(P145)。人类学一般说来是力图研究普遍人性。弗洛伊德的观点可能有所帮助,也可能没有。“……弗洛伊德一直在试图弄清楚古代中的现代因素和现代中的古代因素。”我猜测这意味着在原始的和现代的文明里,同时发现深层的和表面的人性。

“……对心理分析的爱好促使他去发现在原始社会和现代社会中都起作用的基本机制和动机。”我认为如果没有弗洛伊德的理论,他们就会接受克拉克霍恩有关普遍需要和价值的结论。

荷伯格惋惜地认为弗洛伊德有关人类学的图腾和禁忌的学说是错误的,但他却只字未提上述学说作为神话,大量无意识以及原始发展进程真相的正确性。上述学说道出了梦与诗的真理。

(P48)如果性与进攻性是人的本能,并且如果它们是惟一的

本能,那么弗洛伊德关于人与社会的关系的见解就是正确的。社会学家和人种学家轻松地制订了一个忽视或否认本能理论的法则。如果他们同意弗洛伊德的观点,或者同意基本需要理论,他们就要被迫改变全部理论。性和进攻的本能,如果存在,就必定是反社会性的。文化必定要反对本能的自由施展,它必定会要求弃绝本能。“这是因为无节制、无规则的类本能(*instinctoid*)的表现会使社会生活无法继续;更要紧的是,文化创造需要巨大的心理能量。而要获得文化创造所需的心理能量,就必须使心理能量脱离其原初的本能目标,将它导向各种文化目的”。(这套关于升华的理论是荒谬的。)到此为止假设包括下列一些方面:(1)升华。(2)本能。(3)所有本能都是性与进攻性的本能。这些都是相互独立的假设。(4)爱情和友谊是“目标受到压抑的力比多”的论点,即爱情和友谊实际上都是性,这又是一个假设,正像有关升华的假设一样,基本上错误的,更不能被作为普遍理论来接受。还有更值得注意的是,当弗洛伊德谈到性和力比多时,他并没有将爱或厄洛斯作为基本冲动。“……社会对人的最高要求是‘爱邻如爱己’。事实上没有什么能比这一要求更与人的本性相异了。”(P149)也就是说对邻人和儿童的爱并非自发的冲动。但我此刻就有事实说明,这种爱是人类的一个基本冲动。所以弗洛伊德在这里又犯了个错误,他的关于社会的理论也是错误的。请参看《文明及其不满》以及《群体心理学和自我的剖析》。“每一种文化都是建立在强制及本能的弃绝基础之上”(P151),“因此每一种文化所固有的症结是不会向任何改进的努力屈服的。”根本没有为其他本能留下一席之地,也根本没有与生俱来的社会本能,那么就留下了这个无法解决的问题:为什么会有人类社会存在,而不是由孤立的狒狒群取而代之?

(P151)“弗洛伊德持二元论看法之处,弗洛姆却认为是和谐的。”(为什么不呢?二者都对。病理学里的人是被分裂的。但人

的健康趋势却是协调的,这是客观存在。为什么没有人发现弗洛伊德关于人的哲学同他心理治疗的整合的目的是互相矛盾的?当然弗洛伊德并未将它们看作是一个整体。)

在弗洛伊德理论沉重,甚至是悲观的地方,弗洛姆却表现出对人类进步的令人惊异的信心。(又是一个表面的对立。两者都正确。事实上问题并不是乐观主义与悲观主义的对立,而是一个现实主义的问题。进步和解决症结的方法在哪里?应如何做?应什么时候做?任何大于零的进步机会都是希望和乐观的基础。当然心理分析疗法确实促成进步,并确实带来了进步。)

“当弗洛伊德抱着一个幻灭的旁观者的态度时,弗洛姆却总是位改革者。”(这里两分法同样太极端了。弗洛伊德并不总是幻灭,在他的心理分析疗法里更是很少幻灭。弗洛姆也并不总是改革者。“幻灭”意味着曾有过幻想。改革也是没错的。)我的理论将这一切都视为统一的,但苛刻的评论家总能挑出个别句子来断章取义,就像荷伯格对弗洛姆的评论那样。这提醒我要谨慎地写作,减少狂热与激动。为达到这一目的,命题的写作方式非常合适;它可以在保留所有线索的同时,一次只探讨一条线索。

(P151)“弗洛姆认为人的真正的心理结构并非与他本身分裂,在根本上两者是统一、完整和完美的。”不,如果有人说自我实现的趋势存在,这并不意味着这一趋势是惟一的。如果有人在成熟的高层次上指出这一点,那也并不意味着它在低层次同样适用。这一趋势甚至不意味着“基本上”;它只是意味着在不同的环境下。存在着统一的趋势(也存在着分裂的趋势)。存在着完善的趋势(从来也没有完美地实现,只是部分地实现)。“弗洛姆将人性的不完美和扭曲归咎于文化的腐蚀作用。”只说对了一部分。因为弗洛姆越来越多地以一位存在主义者而不是马克思主义者的态度写作,正确程度就更少。总之,问题是“人性的不完善在多大程度上归咎于文

化,又在多大程度上归咎于人的困境?”我实在应该完成有关邪恶的论文。

(P151)“从弗洛姆的著作中很难清楚地认识人,因为他仍在两者之间徘徊。早期的观点:社会进程创造了人;近期的观点:一个永恒不变的标准人性,存在于生活的各个时期和各种文化的人们之中。弗洛姆无法在马克思主义和存在主义、自我实现、成长以及自我等之间作出选择,但二者又一次都是正确的。可如何正确呢?而且两条真理之间的联系怎样呢?人在什么意义上由文化和社会所决定,又在什么意义上由基因所决定呢?深层的人性中的哪些方面具有普遍意义?我想主要是人的动机。弗洛姆正是忽视了这一点。在摒弃弗洛伊德本能论的同时,他也摒弃了基本需要理论。我想我的关于“类本能”的论文做了必要的纠正。

(P151)“人被认为本质上是善良、理性的;实际上在弗洛姆的学说里看不到弗洛伊德描述的那幅阴暗的画面的痕迹:人在自我的深层所进行的自我、超我和本我之间的原始搏斗。”这是因为弗洛姆在探讨哲学,而非心理病理学。并且,这些肯定的结论并未排除对立观点的存在。人既是善良、理智的,也是邪恶、非理性的。我想我已在文章中将这一点阐明了,但还需要强调。

(P152)“这就是人所渴望达到的一切,但社会不允许他,至少至今为止还没有允许他。因此邪恶和非理性的发源地不是个人,而是社会。”换句话说,真正的冲突存在于善良、健全的人性和病态的社会之间,是邪恶的社会腐蚀了人性的完善。又是一个两分法!要么这,要么那。问题是“这种说法真实到什么程度?”而不是“这种说法是对的还是错的?”我又一次感到多么需要重新解释“邪恶”的含义。

(P153)荷伯格谈到卢梭主义。注意这里:自然的人生来自自由、善良,同时也是依赖的、邪恶的。或者说他生下来即非恶,也非

善(善恶是成年人的概念)。这种说法的根据是攻击性和残酷性,不是一种手段,而是自我确认和类本能的。

(P155)“完美的社会(他想象这种社会在历史上可望实现)将为完美的人的出现提供必需的条件。”为什么要带上嘲讽腔调?毫无疑问,一个较好的社会为较完善的人的出现提供了必需的条件。但为什么非要用“完美”这个词呢?社会可以改进,人也是如此。

(P157)“弗洛姆正确地认为人的攻击性和毁灭性不仅仅是生物性的,多少也源于人的境遇,但弗洛姆却错误地将人的境遇与社会环境混为一谈……不仅是人的生理构成应对我们所熟知的历史上的人类恶行负责,也不单是社会秩序,尽管上述两点都有责任。这种邪恶起源于人的生存境遇——起源于他的自我超越本能和他的生物性局限所形成的张力——由此产生激励他骄傲的基本的不安与焦虑,这同时是悲剧性和喜剧性的。骄傲并不总是源于焦虑;有时骄傲是合理的、应该的。只不过它必须与生理上的谦卑共同存在。骄傲的翅膀下面总是坠着人性的局限的大石头。如果一个人能充分意识到这些局限,保持清醒的头脑,幽默地对待人的不完善,那么他完全可以拥有骄傲。

弗洛姆在书中多处暗示工业化社会所做出的“使大众幸福”的新的尝试(这种尝试是从对销售和利润有利为前提的)只不过是——一种欺骗,一种虚伪的幸福。目的是使大众“热爱其所处的奴役状态”。这种说法是愚蠢的。真理应该是真正的幸福的,真正自我实现的工人和消费者,对工业和利润都是有利的。(正像工业研究和部门所发现的那样,自我实现的、有创造力的和工人是惟一能发明新产品的工人)。一个在对他有益的情况下,基本需要不断得到满足的自我实现的奴隶?英国人至今仍被称为属民,这难道有什么关系吗?问题是:灵魂的现实到底是什么?即使是现在,在工业集团里,进行创造性科学研究的条件也比大学里优越。如果杜邦或

通用电气公司的老板让你成为自己的主人，你还是一名工业社会的如来吗？如果你因此得到比原来高出两倍的工资，那么这意味着奴役还是自由？过时的社会主义者在夸大其词。在他们眼里，工业仍像过去那样罪恶累累，尽管工业本早已改变了它的性质。继续阅读弗洛姆，一个念头出现在我的脑海里：协会的一项适当的、基本的工作将是研究生活环境以及获得基本需要满足的水准。

第四章 和尚能够自我实现吗？

编者按：在整个 50 年代和 60 年代，马斯洛稳稳地抓住了他颇有影响的关于自我实现的理论。尽管他清醒地认识到他的关于自我实现的例证都来自于生活在西方世界的男男女女，他仍然相信他的理论最终将被证明具有跨文化的有效性。在这篇他可能写于 50 年代中期到 50 年代末的日记中，马斯洛对关于东西方不同文化中自我实现的种种差异，提出了富有洞察力的推测。

东方文明中的出世者(inner-directed people)，如禅师与和尚等，是否比西方文明中的自我实现者在感情上更加和谐呢？答案很可能是肯定的。但是，东方和尚的精神和谐只发生一个很狭小的范围内，远没有达到既在自身内部协调，又与复杂的外界相同一的境界。为了精神的和谐和宁静而放弃外部世界，也就是逃避和拒绝整个世界，这归根到底还是一种不真实的形式。

为什么要这样说呢？首先，在东方文明中诸如佛教和尚这样的人的自我修行，是以他人不能够这样作为代价的。也就是说，佛教和尚必须从世界上其他辛勤工作的人那里得到物质支持，他们凭借不断的化缘来维持生活。

这种情况使我想到了某些人伪善地拒绝杀生却从不拒绝吃肉，而这些肉恰恰是通过别人的屠宰劳动才能得到的。所以，这些纯粹

从事精神活动的人只得通过乞讨来谋生，他们从不对别人和这个世界有什么实际的贡献，而只是索取。

拥有这样一种虚假的、建立在别人的“不健康”的基础之上的精神“健康”，其实就如同建立在奴隶制基础上的古代希腊民主制一样，是不堪一击的。这也有点像那些有大脑疾病的人，他们通过扭曲和缩小生活范围来避免焦虑，要求别人一刻不停和寸步不离地看护。或者就像是那些被过度保护、过分看管的孩子，以及强加在地中海妇女身上的现实而愚蠢的物质性的安全措施。或者，这有点像 16 世纪法国哲学家伏尔泰，他的哲学看起来严密而无所不包，但是对里斯本的大地震，他那非常自信的乐观主义却不由得轰然崩溃。

所以，东方的和尚所达到的这种自私的情感整合，不可避免地会引起内心失调和人格分裂。以轻视、忽略甚至否认他人的艰辛为代价而获得的个人宁静，到底有什么价值呢？而获得内在宁静的一个基本条件，就是保证他人的宁静。

这个原理同纯精神领域内所有的“自我主义者”(self-ists)都具有重要意义。我们必须考虑内在世界相对于外在世界所具有的依赖性，这是一个真正的挑战，但却是绝对必要的。

同样的原理也适用于僧人的独身生活。这种生活方式为避免婚姻和家庭生活的诸多麻烦提供了一条途径。可以肯定的是，不对任何人负担任何责任，当然可以使人获得宁静。但是，这样的生活同时也意味着放弃进入更高境界的机会。在有组织的宗教中，独身生活基本上是一种保证平安无事的手段，并没有促进成长的作用，它试图避免危机，而不是面对和战胜危机。

整个分析的线索是沿着这样的方向进行的，东方僧人对外部世界适应是通过“脑白质切除术”，对一切加以“了断”，而不是通过逐渐扩大自己的控制力使自己变得越来越更强来适应这个世界。

后一种方式显然比通过回避问题来适应社会的要求和责任更为“成熟”。

现在,让我们用另外一个同样有效的真理对上述原理进行一些补充,以达到一种平衡。这就是:个人的拯救不能单单依靠外在的世界。也就是说,佛教徒所主张的个人内心的平静,是外部世界的安宁的必要条件,正如西方人认为后者是达到前者的必要条件一样,二者都是正确的。

我想起了作家卡尔·桑德伯格有关美国西部拓荒者的一个寓言。这些拓荒者们渴望和平而友好的邻居。有一次他们在路上遇到了一队迎面走来的旅行者,这些人正准备露营。一个人对刚过来的队伍说:“我们刚离开我们以前的邻居,他们很不友好,很令人讨厌,你们那儿的人怎么样呢?”一个旅行者回答:“完全一样。”然后,另一个拓荒者和正在准备帐篷的另一个旅行者谈了起来,问他:“我们以前的邻居非常热心,非常善良,你们那儿的人怎么样?”回答是:“完全一样。”

桑德伯格的寓言似乎想说明这样的现象:别人的态度总是像镜子一样反映着我们自己的人格。那么,在一个没有爱的地方,你应该怎么做呢?首先要做的就是使你自己去爱,因为你也曾是这无爱的世界中的一员。佛曾经说过:“你并不是外界法则的牺牲品,而只是内在原因的牺牲品。”

这条古老的原理今天当然仍是有效的。一个充满敌意的人,即便是生活在乌托邦里也会充满敌意的,他甚至会去毁灭它,除非他先被改变。

所以,我们面临的一个巨大挑战,就是如何把东西方文明中关于自我实现和内在和谐的观念结合起来。一个好的世界有助于一个优秀的人表现出优秀的品质,它有助于创造出好的孩子,而他们今后更有可能成为优秀的成人。

第五章 以自在的爱接纳所爱

编者按：20 世纪早期至中期，社会相对平静，马斯洛逐渐将注意力转向宗教心理学。在花费数年时间收集大量宗教比较方面的材料之后，他又对后来称之为“高峰体验”的现象做了一些实证研究。结果使他确信，美国心理学严重忽视了宗教心理学对于认识人的人格的意义。马斯洛在这篇写于 1954 年未发表的文章中，简要地阐发了他读了吉杜·克里希纳姆提(Jiddu Krishnamurti)的《最初和最后的自由》(1954 年)之后的一些想法。

印度哲学家吉杜·克里希纳姆提的著作使我弄清楚了，无选择性的认知，意味着按其本来面目接受一种体验或者一个人，而不是试图对其进行控制或加以改变。

这种做法使我们能够在尊敬、享受、欣赏以及体验对方时采取一种顺其自然、迁就随和的方式，而不是支配、干涉、“要求”甚至改变对方的方式。如果我们在爱中抱有某些目的，例如，力图使对方有所改变，我们就难以完全融入爱的体验。当然，当沉浸于浓浓的爱意之中时，没有人会把自己的爱与其他人作外貌或精神上的比较。爱人便是我们的终极目的，而不是达到某一目的的手段。与别处或者以前认识的其他人作参照和比较，就会限制和损伤我们

的爱的体验,因此,其他人都与此无关。

完全的意识,或者说接近完全的意识,意味着集中精力于体验本身:全神贯注、一心一意地投身到其中。世界广大,视若空荡,时光流逝,置若罔闻。这种状态也必然包含着自我意识的消失。正如人在音乐中完全忘记了自己,才算真正欣赏了音乐。在真正的创作中和专注的阅读中,情况也是如此。同样,完全的爱也是以忘我为标志的。

在对以对象为中心和以方法为中心的人身上进行的心理实验中,虽然还不能够彻底证明,但已经有力地显示了情感健康的人更容易达到忘我的境界。而且忘记自我,可以使我们的大脑能更加有效地进行思考、学习以及从事其他活动。

不错,在爱中体验所爱的人最终是一个审美的过程。所谓审美,就是对审美对象的所有感官性质的终极体验。这种内在状态与对对象进行抽象概括和分门别类的活动截然不同。哲学家罗斯诺普(1946年,1979年)提出了同样的观点。从长远来看,戈登·阿尔波特的“会意规律的特性”最终会演化成这种观点。当吉杜·克里希纳姆提说“无意选择地面对现实”之时,他也暗示了这一概念。

换句话说,在存在性爱的极乐状态中,我们的确“审美地”体验着自己所爱的对象。在这里,更加确切的词语是“欣赏”和“享受”。在这两者中,欣赏似乎又更合适一些。因为它包含了温和地接受与不干涉之意。正如吉杜·克里希纳姆提确切地指出“事实就是如此,怎么还会有选择?”

哪怕仅仅只有一丝对于完美的理想、标准或者理论的追求,人对于极乐的体验都会大为减色,并且精华顿失。在心理疗法中,我们也学到过这一原则。在心理治疗中,不带有任何教导、改善或者求证的目的,也不带任何帮助的意图,纯粹地、安静地、任其自由地倾听,能够使人得以释放,非常有利于治疗。的确,这一经验使我们

可以这样说：“除非你忘掉自己所有的希望、理想和标准，全神贯注地倾听，否则你就不可能洞察真相，认清楚事实。”这种情况包含着客观的真正的实现。

因此，在爱情中，人们应该做的事情就是顺其自然。

第六章 关于文化与人格 问题的顿悟

编者按：马斯洛对心理学以及更广泛的社会科学的众多的贡献之一，就是他特别注重了文化因素对人类动机与人格的影响。特别是在他的朋友，哥伦比亚大学教授露丝·本尼迪克特的影响下，马斯洛后来在探讨个体人格与文化是如何始终紧密相关的过程中，阐述了“协同作用”和“忧心态”的概念。下面这篇未发表的短文写于1970年6月4日，即马斯洛因心脏病发作而溘然长逝的前四天。在这篇文章中，马斯洛述说了他在文化与人格这一跨学科领域所受的最重要的影响。

我关于忧心态社会问题思考得越多，就越认识到1932年前后我在威斯康星大学所学的社会人类学对我的影响有多深。当时，我是第一次阅读布罗尼斯拉夫·马林诺夫斯基、玛格丽特·米德、露丝·本尼迪克特和拉尔夫·林顿等人的作品。对于我来说，这完全称得上是一次巨大的意外发现，我曾经到处在各种心理学讲习班上宣传这一新的最高“天启”。我坚信心理学一直存在着严重的种族中心主义。我决心要成为一个非专职的人类学家，因为这似乎是成为一个优秀心理学家的前提条件，否则，自己只不过是没见过世面的“本地佬”。我记得我对不少人都讲过这样的话。

也正是这个时候，我作了一些研究，发表了很可能是第一篇由美国心理学家撰写的关于人格与文化的论文，那是斯塔格纳主编的《人格心理学》中的一章。在这本书出版之前，我已经积累了大量的材料，而那篇论文只是这些材料的粗略的摘要。

在威斯康星大学的那次顿悟之前，我在纽约市立大学读本科二年级时已经有过一次震动。这是由威廉斯·雷厄姆·萨姆纳的《社会风俗》一书引起的。我碰上这本书纯属偶然。当时我选修了一门叫“文明的哲学”的课程，这门课将由我非常崇拜的莫里斯·拉菲尔·科恩教授讲授。我极为渴望成为他的学生，与他一起研究。上课时，我才知道他已经外出休假，由斯科特·布坎南教授代替他的位置。他指定《社会风俗》作为这门课的主要教材。

我始终没有搞明白布坎南当时到底讲了些什么。其部分原因，是由于这本书对我来说是太难了。那时，我还没有掌握足够的知识，但部分原因也是由于他的思路混乱。关于布坎南的讲课，我至今仍然不明白他到底在讲什么。无论如何，那时候我把困难的原因归咎于自身，放弃了这门课。但是，我却因此迷上了萨姆纳的书。

我孜孜不倦地攻读《社会风俗》一书，似懂非懂。我一次又一次地阅读，后来在一个晚上，当我独自一个人在一家家具厂打工看门时，读着这本书，突然间茅塞顿开，心中充满了敬畏和钦佩。当时，我产生了一种毛发直立、不由自主颤抖的“高峰体验”。那时候，不仅仅有快乐，还有一种不可思议的感受。我感觉到自己的渺小、无能。

这一经历的关键，在于我立下了自己的誓言，要像萨姆纳一样去著书立说。我发誓要在哲学、心理学、人类学这几个领域作出像他那样的贡献。至于为什么要选择这三个领域，我已经记不清了。在那个晚上，我的种族中心主义土崩瓦解，我成了世界的

公民。

假如当时是在亚瑟王朝，我想当时我会在神坛前面彻夜执剑守护。我与那种精神是完全相通的。无论如何，我已经用自己毕生精力去努力做了。

第七章 儿童对于限制、控制 和安全的需要

编者按：马斯洛因为强调了健康人格的两个重要方面，即自我表达与创造性，在今天广为人知。而同时，马斯洛的另外一个重要观点却是鲜为人知的，即我们在儿童时期，需要有强有力的外部控制来引导我们内部的正常发展。马斯洛很可能是在 20 世纪 30 年代后期，非正式地从师于心理病学家阿尔弗雷德·阿德勒之时产生这一观点的。阿德勒认为“溺爱”孩子对于他们的社会化情感的成长极为有害。在这篇写于 1957 年 11 月没有发表的文章中，我们可以粗略地了解一些马斯洛关于有效教育儿童教育的观点。

儿童，尤其是幼儿，非常需要甚至渴望来自外部的控制、决断、纪律与安定。与大人们有能力自行其事不同，孩子们需要有明确的限制，因为他们还尚未成熟。儿童不知道自己是否能够自我控制或者有效地处理陌生的情况。如果没有明确的外部限制，儿童会感到恐惧，好像突然有人要求他们肩负起成人的责任。这种情感状态与治疗学家所称的“灾难性焦虑”十分相似，也颇像安娜·弗洛伊德所称的“怕被自己的本能淹没的恐惧”。

成人的责任之一，就是要控制自己的冲动。儿童做不到这一点。因此，让他们依此行事而不提供任何帮助就是强加给他们一个沉重的负担。对于成人的这种期待，儿童的典型反应就是恐惧，似乎他们的父母突然去世，现在要由他们自己当家作主了。

例如，先仔细观察一个正常的孩子处于极度激动和兴奋中的表现，然后再想象一下一个受到冷落或者忽视的孩子突然间倍受关注，得到了出乎意料的爱怜，在这种情况下，他又会怎么样呢？这种貌似幸运的情形，实际上会导致孩子内心的分裂与混乱，并且产生灾难性的焦虑。孩子甚至可能会完全失去自我控制以及协调运作的 ability。

有时候，需要把这样一个孩子抱起来，紧紧地搂住，直到他恢复自我控制 and 自我组织的能力，恢复和谐一致的状态。德裔精神病学家库尔特·戈尔茨坦对灾难性焦虑有着深入的论述。

我认为，这种情形的另一方面就是个体对于统一、整体性以及和谐的天然倾向，拒绝分离和分裂。所以，内心愈是有序，人就愈是容易感觉到幸福。内心愈是混乱，人就愈是感到恐惧。由于失去了意志力，失去了“决策能力”，我们的自我的一致性被破坏了。

当以下情形出现时，这种病理症状就会产生：一是当儿童面对他们不能够把握的活动的任务时；二是当他们的成年监护人突然看起来非常衰弱，情况不再容许孩子们平静而幸福地度过童年，而是期待他们早日当家作主时。

即使儿童表面上似乎很想得到绝对的随心所欲的自由，并且仿佛对外部的成人的控制很反感，这一心理原则仍然是适用的。例如，我们有时会听到年轻人尖刻地对溺爱他们的父母说：“我是孩子时，你们就应该让我这样做了！”的确，受到过分溺爱的孩子经常会对软弱的父母产生轻视、嘲笑，甚至厌恶的情绪。

全部观点似乎也可以这样来表述：儿童需要坚强、果断、自主、

自重的父母，否则就会感到恐惧。孩子们需要一个公平、合理、秩序井然、可以预知的环境。而这种环境只有强有力的父母才能够提供。

第八章 约拿情结

——理解我们对成长的恐惧

编者按：尽管马斯洛对人性和潜能一直持乐观的态度，但同时也认为自己是一名现实主义者。于是，在 60 年代，他越来越为这样一些问题困扰：“为什么没有更多的人在生活中充分发挥自己的潜能？”“是什么在人们的心中起阻碍作用？”在这篇写于 1966 年 11 月没有发表的文章中，马斯洛提供了一个尝试性的，但却十分精彩的答案。

今天，大多数人本主义、存在主义的心理学家都相信人性的一个普遍表现，就是对于成长的渴望，对于提高自我并且实现自我的冲动，以及发挥自己潜能的愿望。如果这一点没有疑问，我们还需要解释为什么大多数人的内心世界并没有得到充分的发展，也没有实现他们的自我。据我所知，解决这一问题最有效的模式还是弗洛伊德有关心理动力学的观点，即冲动本身与阻碍其表达的防御之间是一种辩证的关系。这样，一旦我们接受了这种假设，即最根本的人类冲动是要向健康、完善、完美和自我实现的方向发展，我们就有必要分析一下所有阻碍成长的障碍、防卫、逃避和抑制的倾向。

举例来说，弗洛伊德的术语“固着”(Fixation)和“倒退”对我

们是很有帮助的。在过去半个世纪中,心理分析领域的发现当然也有助于我们理解对成长的畏惧,以及成长中断甚至倒退。但是,我发现弗洛伊德的概念并不能够解释这一领域的所有问题。因此,设计一些新的概念是有必要的。

当我们立足于心理分析的知识,并且超越弗洛伊德的心理学时,就会不可避免地发现我称为“健康无意识”的心理机制。简单地说,我们不仅压制自己危险的、可怕的、可憎的冲动,也常常压制美好而崇高的冲动。例如,社会上普遍有一种对于感情脆弱的忌讳。人们常常耻于做一个心地善良、充满爱心的人,也就是高尚的人或者像圣徒一样的人。这种对于美好本性的忌讳在青春期的男孩子身上最明显。为了看起来体格健壮、态度沉着、无所畏惧,他们常常会残酷地抛弃所有可能被称为女人化的、女人气的、柔顺的特征。

不幸的是,这种情况并不限于男孩子,它在社会上相当普遍。一些十分聪明的人常常会对自己的智力持矛盾的看法。为了和“普通人”一样,他甚至会完全否定自己的智力,尽量去逃避自己的命运,就像圣经上的约拿一样。要一个有创造性的天才承认自己的天赋,完全接受它,发挥它,超越自己的矛盾心理,常常需要有半生的时间。

我发现的这种情况也同样适用于强大的人:那些天生的领导者、指挥官和老板等。他们也经常为如何看待和对待自己感到困惑。对于自高自大、偏执的防范,更确切地说,对于罪过的虚荣心的防范,使他们陷于一种内部冲突:一方面,每个正常的人都愿意公开、愉快地表达自我,发挥自己全部的潜能;另一方面,他又发现自己必须经常掩饰这些能力。

在我们的社会中,优秀的个体一般要学会像变色龙一样披上谦虚的外衣。至少,他已经学会不公开对自己以及对自己的能力的看法。我们的社会就是不允许一个聪明的人说:“我是十分聪明的

人。”这种态度会冒犯他人的。这常常被称为自夸,会引起对立的反应、敌意,甚至会遭到打击。

这样,一个人如果说自己很优秀,即使有理由这样说,即使这完全是事实,已经得到了证实,人们也会认为说话者是在宣称自己的支配地位,并相应地要求听者服从。这样,人们感到反感,并变得怀有敌意,也就不足为怪了。这种现象在世界上的各种文化中都很普遍。于是,优秀的个体便常常通过贬低自己来避免他人的攻击。

但是,问题摆在我们面前,我们必须自感坚强、充满自信才能够具有创造性,达到既定的目标,实现自身的潜力。结果,优秀的运动员、舞蹈家、音乐家或者科学家便被迫陷入这样一种矛盾的冲突之中:一方面,正常的内在精神使他希望最大限度地实现自身的潜能;另一方面,社会却要求他意识到别人会把他的真实能力看成是一种威胁。

我们说的神经症患者便可能是由于惧怕惩罚和敌意而过度压抑自己的人。他放弃了自己最高的可能性,以及实现自己全部潜能的权利。为了避免惩罚,他变得谦逊、逢迎、甚至还有受虐倾向。总之,由于害怕声张优秀而受到惩罚,他自愿降低了自己人格成长的可能性。出于安全的需要,他削弱并且阻碍了自己的发展。

但是,人的深层的本性并不能够完全被否定。如果它们不能够直接、自发、酣畅地表现出来,就不可避免地要以一种隐秘的、模糊的甚至鬼鬼祟祟的方式表现出来。至少,失去的能力会在噩梦中、在令人焦虑的自由联想中、以及在奇怪的口误中或者难以解释的感情中得到表达。对于这样的人,生活变成了一场永无休止的斗争。一种精神分析学已经让我们熟悉了这种冲突。

如果说神经症患者已经完全放弃了成长的潜能,杜绝了自我实现的可能性,那么他看起来却是一个典型的“好人”了:谦逊、顺服、腼腆,甚至自我贬低。这种潜力的放弃及有害后果的最具戏剧

化的结果，便是导致人格分裂。其中，受到否定与压抑的潜能最终以另一种人格的形式逃离出来。

在所有我知道的这类病例中，分裂之前所表现出来的人格，是一个完全传统、服从、温顺和谦恭的人。他一无所求，抑郁寡欢，毫无生物性的自私倾向。在这种情况下，戏剧化地出现的新人格，一般来说更加自私，追求享乐，易于冲动，难以拒绝诱惑。

于是，大多数优秀的人所做的便是与更广泛的社会妥协。他们对于既定的目标跃跃欲试，向自我实现的目标迈进。对于自身的特殊才能，他们常常希望一展身手，尽显其能。但是，他们也同样会将上述的倾向用谦逊、恭顺掩盖起来，或者至少会寡言少语，以隐藏其锋芒。这个可以帮助我们新的眼光来看待神经症。神经症患者是在争取自己与生俱来的完整人性，他们是要自我实现，充分发挥自己的潜能。但同时，他们又为恐惧而感到紧张，掩饰或者隐藏自己正常的冲动，使这些冲动带上罪恶感。这种罪恶感使他的恐惧得以减轻，同时，也抹平了其他人。

更简单地说，神经症可以看成是既有所有动物与植物共同具有的成长与表达的冲动，又与恐惧纠缠在一起。在这种情况下，成长是以一种扭曲、痛苦、毫无欢乐的形式发生的。正如心理学家安吉尔所作的恰当的评论（1965年），这种人可以说是在“逃避自己的成长”。

如果我们承认自我的核心至少部分地具有生物的性质，包括身体构造、组成、生理机能、性情、偏好、为生理所驱使的行为，那么同样可以说一个人会逃避自己命中注定的生物特性，或者甚至可以说，这样的人是在逃避自己的事业、责任和使命。也就是说，他在逃避一项适合他的特性的任务，他为之而生的任务。他在逃避自己的命运。

这就是历史学家弗兰克·曼纽尔为什么曾经称这种现象为

“约拿情结”。我们都记得圣经中关于约拿的故事。上帝召唤约拿去尼尼微城传话，但他却没有勇气接受这一使命，企图逃避。但是，无论约拿跑到哪里，都找不到藏身之地。最后，他终于明白必须接受自己的命运，听从上帝召唤，完成自己的使命。

在这个意义上，我们每个人都在被召唤去完成一项适合我们特性的任务。逃避、恐惧、犹豫不决、矛盾重重都是典型的“神经症”的反应。这些反应之所以是病态的，是因为它们造成了焦虑与心理障碍，产生了各种各样的症状。

但是，从另外的角度来看，同样这些机制也可以是走向健康、自我实现和完整人性的本能要求的体现。那些萎缩的个体，渴望着完整人性，但从来不敢大胆地去实现。而那些奔放的个体，则向着自己的命运昂首阔步。这两者之间的差异，简单来看就是恐惧与勇气之间的差异。神经症可以说是在恐惧与焦虑下实现自我的过程。在这个意义上，也可以看成是一种普遍的朝向健康的过程，只不过这种过程受到了阻碍和束缚。神经症患者也要求自我实现，但他是在曲折地蹒跚而行，而不是向着目标勇往直前。

第九章 赞成或反对

——关于乐观的现实主义者

编者按：当马斯洛在 19 世纪 60 年代成为人本心理学的领袖时，他发现自己经常被看成是对人性和潜能过分乐观的乐观主义者，甚至被称为“波利安娜”。^①马斯洛从来没有接受这种批评。他认为，那些自称为现实主义者的人，就是那些过去因“以自我为中心”而遭受挫折的理想主义者。在这篇写于 1967 年 10 月的未发表的文章里，马斯洛详细地谈了他关于这个问题的看法。

我不能接受那种现在在我们知识分子圈中流行的关于文学批评、音乐批评和政治评论的总体趋势。这个世界上的作家与评论者总的基调都是在渲染无助、痛苦、衰弱和无能。他们所具有典型的论调就是没有人能够影响世界，无论是政府、别人，还是他们自己。当然也有一些人除外。但这些人那种悲观、苦闷、抱怨和自怨自哀的总趋势中，显得少得可怜。

我必须坦白，我不那样认为。我并没有感到无助，被操纵，没有希望，我感到自己就是自己的主宰。我感到很积极，指引着自己前

^① 原文是“Pollyanna”，美国一小说中主人公的名字，指遇事过分乐观的人，含有贬义。——译注

进的方向。我有着某种决定自身命运的权利。回首过去，我一直拥有这种权利。

比如，最近我写了一封抗议信给两个美国参议员，是关于占领希腊的军事行动的。即使这封信本身并没有改变我们的外交政策，我也不会因此灰心丧气地宣告说：“它白费了！”“没人会听我的！”或者“我浪费了时间！”我觉得，我没有浪费时间。我所做的事情在两亿人中谁都可能做。

为什么我要期待只凭我自己的力量去决定美国的外交政策呢？为什么我要期待仅仅两封信就能影响政府的整个等级制度呢？我是这个世界上惟一的一个人吗？我是美国惟一的一个人吗？如果我因这两封信缺乏反馈就感到失望或幻想破灭，那不是意味着我想成为一个独裁者，全凭我自己去决定外交政策吗？那不是意味着我想完全依照我的想法来做事吗？那么别的人和他们的意见呢？

关于这件事，我觉得很现实，很民主。它涉及到了很多人，他们自然会有不同的想法。我想这很符合人的尊严感。实际上，它也完全满足了我的尊严。我很明显地行使了自己的发言权。但这并不意味着为了我的尊严，就要使每个人都同意我，或是听到我的言论就马上站在我这一边。

面对民主产生的政治决策，我完全接受民主的原则，做一个“输得起的人”或者“好的赢家”。在选举中，如果别人得到的选票比我多，那么我能做的就是心存美好的期望与诚恳的祝愿，消除失望和嫉妒，与他握手，并且说：“这是人民的心声。”

但是，在此之后，我还会继续发表我的意见，并且尽力使它们被接受，这也同样是在民主的程序之内。在另一种情况中，许多人由于非常信任的朋友的卑劣的背叛而感到绝望，但这也是一种同样的错误，甚至是很幼稚的错误。这种错误在于要求自己全知全能，希望自己在这种情况下具有像X射线一样的眼光。

我现在对于自己所认识的一种人已习以为常，这种人在刚有接触时使人觉得很有魅力，甚至很高尚。但到了后来，尤其是当我看到他们在各种不同情况下的行为的时候，他们在我心中的地位就逐渐下降了。（幸运的是，情况并不总是这样，也有足够多的人恰恰相反，我和他们越亲密，保持关系的时间越长，我就越尊敬他们，爱他们。）

例如，我与一个人在第一次见面时粗略交谈，感觉不错。后来发现他是一个十分愚蠢、浅陋，甚至有恶意的人，我是否会为此感到失望，以至对他再没好感与尊敬感？我为什么要企盼像个巫师一样或有一双能看透一切的眼睛？为什么我要期望仅仅通过简短的谈话就能做出没有错误的、永远不需要修正的判断？人在第一次接触对方时往往并不能很好地了解，这是非常自然的。对于我来说，第十次的印象总会比第一印象更加准确。这一点很容易理解，因为人们总体来说似乎都愿意给人以一个美好的第一印象。总之，我并不在人性中寻求完美。寻求这样的完美是一个大错误，它必定导致一生的不幸与幻想破灭。

第十章 生理上的 不平等与自由意志

编者按：也许，马斯洛最著名之处就在于他对个人在一生中所能取得的成就与所能获得的实现所抱的乐观信念。与其他人本主义奠基者，包括罗洛·梅、卡尔·罗杰斯等一样，马斯洛也强调个人对于世界贡献的独特性。然而，20世纪60年代已经有越来越多的证据证明了生理影响在人的发展上的作用，马斯洛对此也越来越敏感。在这篇写于1969年7月的未发表的文章中，他试图使他的心理学乐观主义与仿佛是现实的生物决定论相协调。

提出有关个人的能力与成就的各种问题，是非常重要的。从本质上来说，这个问题关键就是要接受人在生理上是不平等与不合理的这一现实。例如，有的婴儿一出生就很健康，而另一些却不健康。有的婴儿很聪明，有的却是弱智。有的长得漂亮，有的却很丑陋。这是运气和天恩的问题，是幸运或不幸运的问题，它不是我们所能改变的。它们是由命中注定的，是对于我们自由意志的限制。

另外，它与社会不平等在本质上是不同的现象。对于社会的不平等，我们总可以把指责转向外部世界。我如果受到了社会的不公正待遇，我可以辩解，可以抗议。我不必逆来顺受，被迫处在只能接受那些事实的境地，就像承认自己低劣、不健康、愚蠢、丑陋或有其

他什么缺陷一样。社会不公平比生理不公平更容易从心理上接受。生理不公平是一堵无法逾越的无形的墙，面对它，我们无可奈何，无能为力。

人在生理上不平等的这一事实引发了各种关于应该得到与否的深刻的哲学问题。当我出生时我是否应该得到一颗好的心脏？我是否应该为生在美国一样的富国而不是阿尔巴尼亚一样的穷国而感到荣幸？我能否为自己生在一个储藏有大量煤、铁以及其他资源的国家而感到骄傲？这些事实和我的行为有关吗？我们没有办法能说明我“应该得到”这种好运（或者厄运，就像在阿尔巴尼亚）。

这样，问题马上就产生了：我怎能同时既骄傲又谦逊呢？或者说在完全随机的背景下，这两个词本身具有什么样的意义？我为什么有权利骄傲？我在什么意义上感到骄傲？我能为自己的好运而骄傲吗？不，我必须把这一切归功于命运，归功于我有幸的出生。我不能把这些幸运归功于自己，因为我对它们的产生没做任何事情，从这点上讲，我必须谦逊，因为我是由于幸运而成了美国的公民，而不是阿尔巴尼亚的公民。所以，对于能生在美国，我始终要抱有一种谦逊的态度，不能把它看成是自己的功劳。也就是说，不能因此而“骄傲”。我们可以自豪的，只是那些通过自己的努力而取得的成就。

于是，另一个问题又出现了：即使我们承认人们天生就有幸运与不幸运的事实，我们的自由意志仍然有很大的活动余地，我们完全可以成为积极主动的人，而不是一个任人支配的小卒。我们仍有很大的余地来进行自助，而不是放弃甚至堕落，我们仍可以尽力而为，而不是一味抱怨。

也就是说，我们的自由意志也是与生俱来的。带着自己遗传的天赋与身躯，我们做什么无疑要比获得了什么生理遗传更为重要。我虽然对先天的遗传无能为力，但如何对待它们，对待我的身体，

以及任何给予我的东西，则是我的责任。我对这种责任的履行具有完全不同的意义，它能够使我感到骄傲、耻辱或者内疚。正是在这种情况下，骄傲、耻辱和内疚才具有了真正的意义，因为这里存在着自由意志、责任以及选择——自我选择与自由选择。我不能选择自己生下来是男是女，是高是矮，不知道自己将具有一双锐利或者衰弱的眼睛，也不知道自己是否会有某种残疾。但我却可以通过努力工作、学习、实现一生的计划等很好地运用大脑。在这个意义上说，我可以接受生理上的平等与不平等、幸运与不幸。同时，也接受自由意志、个人责任，做一个积极的主动的人，而不使自己倒退成小卒。我虽然不能保证生来就有很强壮的肺，但我却有责任使其处于最佳状态并不使它们受伤。

我的一个同事奥利弗·史密斯（不是真名）可能因使用致幻剂（LSD）而使自己的白血病进一步恶化，他的行为构成了我们之间存在着很大的差异。我绝不会去尝试使用有损于我身体的一些不知名的化学药品。事实上，我也从来没有用过。毫无疑问，这就是我的责任和我应该作出的选择。从这个意义上说，我保护了我天生的一切。更确切地说，我就像是自己生物遗传的保护者而非建构者和创造者。人们都是自己的才能、智慧和身体器官的保护者。一个人可能做得很好，也可能做得很差。正是在这种情形下，像骄傲、谦逊、羞耻、内疚、应该、负责和选择这样一类词语才真正具有了意义。所以我们必须问自己，我在人生中什么情况下能作出选择？另一方面，我在什么情况下已经被限定了不能作出选择？我可以为什么事情而理直气壮地感到骄傲？什么事情应该使我觉得羞耻？这样，问题又再一次回到这里：我们要使一生变得自主、积极，做一个有责任感的自己的主人，而不是一个被动的小卒。

我们以另一种方法来总结这一长串的推理。命运、基因遗传、生理因素等使我们受到了一定的限制。超越了这种限制，我们什么

也做不了。但在这个有限的范围之内，我构建了一片领地。在这片领地上，我既可能取得很大的成就，也可能一事无成。这是一片自由意志与自我选择能够发挥威力的领地，同时也是一片负有责任、应该感到内疚的领地。如果我是个截瘫病人，或者是个癌症患者，就像阿历克山大·索尔仁尼琴(Aleksandr Solzhenitsyn)的优秀小说《癌症病房》里所描写的一样，即使我已经极其衰弱，甚至已经快死了，我仍然居留在自由意志的王国中。就算是面对死亡，每个人依然拥有自由意志，有责任也可以进行选择。精神病学家布兰特·贝特海姆(Brunt Bettelheim)与维克多·弗兰克尔(Viktor Frankl)在回忆自己在纳粹集中营里生活的时候，都证实了这一观点。他们有力地证明，即使是在纳粹集中营里，一个人仍然可以很好地做自己的事情或者过得非常糟糕。一个人仍然可以保持自己尊严和高贵或者完全相反。在极端困难的情况下，一个人仍然可以有发挥最大能力或根本不能发挥能力两种状态。即使处在死亡的边缘上，一个人仍然可以成为积极主动的人，或者是软弱无助、牢骚满腹的小卒。

从这个意义上讲，任何人做事都可以尽可能地做得如想象的那样好。这是对于所有人类在任何条件下，在任何环境中，在生命中的任何时刻都适用的一个原则。如果他们做工作所取得的成绩比自己能达到的水平差，他们就会产生一定的内疚感。这就是我所说的“本质性内疚感”(Intrinsic Guilt)。这些人已经逃离了或者说背叛了他们的高级本性。

当然，一个人不仅要确信能很好地完成工作，而且还要首先确信这项工作是最值得做的。比如，最近，我与一位烟草公司的副经理谈过话，他被一种强烈的罪恶感所困扰，并且带有很大的心理问题。但是，他又没有足够的坚强放弃这份工作。

我再换一个方式来阐述这个思想：人们的首要责任就是做诚

实的、完满的自己。在这句话中，浓缩了许多概念，也包含了自我实现、内在的成长等。这一切加起来就是对现实的接受，以现实为原则，并按现实行动。所以，即使我生为一个瘫痪病人，我也能成为一个有积极主动的人，而不是一个被动的小卒。

除了这个首要的、最基本的责任以外，还有其他一些责任，它们同样也与自由意志、与自我选择相关。这些责任并不像生理遗传一样完全被先天决定。比如，我对别人负有责任，包括我的孩子、任何人的孩子和那些衰弱有病的人。但这种责任必须与那种成为自己的首要责任相统一。这事实上意味着一个人不可能对任何人什么事情都做，也不可能为某一个人什么都做，也许对婴儿要除外。一个人不可能越俎代庖，为另一个成人负全部的责任，也就是说，一个人必须允许另一个人自己负全部责任。如果我试图要干涉、改变他人，即使是一心一意想对他人有所帮助，采取细心呵护的方式去这样做，他人的这一首要责任也会受到侵犯。我们必须允许别人为自己负责。

这种责任的范围可以变得越来越大，我把它称之为“爱意确认圈”（Love Identification Circle）或“责任确认圈”（Responsibility Identification Circle）。范围越大，我在这个范围负的责任就越小。但是，在某种程度上，我对整个人类，对所有的生物与非生物，甚至整个宇宙本身都负有责任。也就是说，我不能够去毁坏它们。

在这种情况下，我也可以把我写的这篇东西与心理学意义上的胜利联系起来。当然，这个问题在一定程度上也涉及到对于现实的存在，即对一个人的本性、能力等的接受与准确的认识。正是在这种意义上，我要赞扬高尚的木匠和自我实现的管道疏通工。我要指出那种单一的长幼尊卑次序或高低贵贱等级的危险性。任何人，在任何情况下，都可以获得心理学意义上的成功，至少是在上述意

义上的成功,即把自己所做的事情做得尽量完美,成为真正的自我,接受现实的自我。

即使是在濒死的边缘,面对疾病或自身的局限,这条法则仍然是正确的。阿历克山大·索尔仁尼琴的《癌症病房》一书就很好地说明了这一点。他在这本书中描写了各种不同的人是怎样鼓起勇气给自己的重病之躯注入了新的力量;相反,另一些人在同样的命运面前又怎样显得非常胆怯与脆弱。人们既能使自己成为积极主动的人,也能成为任人支配的小卒。这两种人存在着巨大的、深刻的差别,我们也许可以这样说,这种差别在他们面对悲剧或经历巨大的痛苦和困难时显露得最清晰。

人们可能会说:“一个人未必非得是凯旋而归的英雄才会被上帝接纳。”这句话正好体现了心理学意义上胜利的法则。它也同样暗示了,在人生中并不只有惟一的成功与失败的层次等级,而是存在着许多。也许最终每一个人都有一个自己的成败层次等级,因为我们最后的结论在于:一个人的任务,是很好地成为他自己。很明显,对于这一使命,世界上不存在着竞争的对手,一个人的对手只是他自己。

并不是说,只有某一个人在成为自己的过程中能取得胜利。就这个意义而言,世界上的任何人都能够取得这种胜利。生命中的胜利或成功,不应该被定义为与其他某人的失败有关。这一点必须予以强调。我还要同样指出,世界上存在着太多不同的品质、不同的能力和太多需要完成的工作。因此,实际上任何人都能表现得非常出色。即使是在一般的、社会公认的意义层面上,他们也能够以成百上千种不同的方式把这些工作做好。人们常说“条条道路通罗马”,也就是这个意思。所以,我们都可以为自己的成就而感到自豪,并走向积极主动与自我实现。

如果你想超过你的同胞,凌驾于他们之上,或者在那种正负相

消的游戏(我赢就意味着你输)的意义上对他们形成挑战与竞争,那你无疑就处于非常危险的境地了。心理上的胜利并不是一种你赢我输,你死我活的游戏,因为每个人都能够胜利。你最好在自己的成就中去寻找优秀与完美,而不要在与别人的比较中陶醉。

表述这个概念的另一个有说服力的方法,就是想一想心理学家朱斯特·亚伯拉罕·米尔卢(Joost Abraham Meerloo)对心理学的看法^①。他把它称之为“在个人与社会局限的框架之内自由选择的科学。”这样一种观点,解决了关于自由意志与宿命论的各种矛盾,包括接受自己的命运而同时又去做一个积极主动的人,放弃关于生理上的不公平与不幸运的自我解嘲的托辞,而保持自尊感、自我行动与自我选择的观念准则。

米尔卢的另一句很有价值的格言涉及了心理胜利问题,它也关系到积极主动与消极被动的对立。它是这样的:“作为芸芸众生之一,一个人很容易感到软弱无能,但我们生活的这个世界正是因为(我们)的存在而有了改变,(我们)为这些改变负责,而不是全部。”这个观念还涉及到了一个问题,那就是如何使骄傲与谦逊统一。比如,怎样成为一个自尊的拾破烂者,同样如何成为一个真正谦逊的国王?

我们以上所进行的讨论都能放在个人自尊的题目之下,所进行的研究也是对这个题目的分析。探讨一下健康的自尊与不健康的自尊是非常重要的。我还要指出,通常研究表明,一个人自尊的程度越低,他就会越感到孤独、不幸,在人际交往中也就越无能。我所做的关于人类以及动物的支配行为的研究,也都很好地证实了这一切。

最后,我认为所有关于斯多葛哲学的著作都与我们的讨论有

①. 马斯洛没有提供有关米尔卢这些材料的参考文献。 编注

密切关系。也许重新读一下斯多葛哲学家的学说,体会他们的措辞,对我们将非常有帮助。我在这篇文章里所说的大部分只不过是斯多葛哲学观的另一种表现形式。事实上,精神病学家维克多·弗兰克尔的具有独到风格的存在主义的人格研究方法,在很大程度上也可称之为斯多葛哲学的一种形式。构建这种哲学联系也许是很重要的事情。

第十一章 人本主义生物学

——“完整人性”概念的精英论含义

编者按：到了 60 年代末，马斯洛越来越确信，人格功能中重要的个体差异是由天生的、生物性的因素造成的。特别是他后来认为：那些有时被他称为是“具有完整人性的人”，经常具有高峰体验，已经达到了自我实现，他们天生就容易拥有健康的感情，在社会生活中也容易获得成功。也可以说，他们构成了事实上的“生物精英”。现在，随着精神病学的研究日益发展，这个问题已经变得越来越突出。在这篇写于 1968 年 3 月 28 日的未发表的短文中，马斯洛对这个问题在社会政治学方面的几个麻烦的细节进行了探讨。

“完整人性”是一个具有定量意义的概念，也就是说，这一概念意味着一些人比另一些人更富有人性。对于个体，例如，对于严重的精神病患者来说，它还意味着他们的“人性”已经完全丧失了。因此，有关精神病患者这样的问题就自然而然地出现了：一个具有人的外表因而仍被看作是人的，他（她）已经失去了人的一些决定性的基本特征，还能被当作人吗？这样的人没有道德感，没有羞耻之心，没有罪恶感，也没有能力在思想上与别人沟通，也就是说，他不知道也不关心别人是怎样想的。

这类问题不可避免地会将我们引向“生物精英”或“生物贵族”这样的概念性难题。这些“生物精英”或“生物贵族”也许可以看成是生物学意义上而非社会学意义上的特权阶层。

我并不知道这个政治上的“热山芋”^①最终会产生什么样的后果。我甚至不敢发表关于这个问题的理论和研究材料，因为可能会有被他人滥用的麻烦。如果我将“适者生存”这个问题提出来进行讨论，以澄清我的概念和观点，并在坚实的基础上对其进行验证，许多非从事科学研究的人就会乘机利用它来达到个人的自私的目的。这正是我所担心的。它显然违背了我的初衷。实际上，这种情况在19世纪末的“后达尔文时期”就发生过，许多人运用达尔文的科学理论为他们在经济上的特权进行辩护。而在实际上，这种继承的经济特权与继承人在生物学上的优劣与否毫无关系。

在我致力于建立美好社会理论，即优心态理论的过程中，就不可避免地要面对“生物精英论”的问题。因为我预料到，那些在生物学意义上不完善的人总是以社会不公正作为他们不成功的托词，当没有这个借口的时候，他们对那些在事业上比他们更为成功的人的尼采式的怨恨和恶意的嫉妒，就会大幅度地增长。

因此，我一直在考虑，怎样才能使那些生物学上有天赋的人免于遭受那些生物学上平庸的人几乎是必然带有的恶意呢？后者有足够的理由抱怨老天爷给予他们愚蠢的大脑，而给予另一些人聪明的大脑。在我看来，在将来全球一体化的文明社会里，解决这个难题的惟一方法是：这些生物学上较优秀的人（即优势成员）应该是一个类似教士的阶层。他们在经济上的收入并不比社会上的普通人多，也不享有任何特权，生活上也比其他人俭朴。我所描绘的是文明社会的领导者，包括智者、教师、先驱以及革新者的一幅图

① 美国俚语。指麻烦的、棘手的问题。——译注

画，他们就像以前的主教一样起作用。他们穿着僧侣般简朴的衣服，过着无私的简朴的生活。

这种憧憬有助于我们制定一种可行的政策，这有十分坚实的心理基础。那些全身心投入事业的人把“超越性满足感”，或者说“存在性价值”或“内在性价值”当作是对他们最好的回报。他们在促进美、优秀、公正和真理的实现时觉得最幸福。对于这些人来说，他们能在这些价值方面得到真正意义上的回报，而不是金钱、实物或者感官享受。

即使现在，关于“生物精英”存在的可能性问题对那些有哲学倾向的生物学家也是很重要的。因为总有这样一些问题被反复提出来：由谁来决定我们应该怎样发展？应该偏好并选择哪种类型的人格？谁应该生存，谁应该灭亡？谁来决定我们后代的生理特征？例如，他们应是七英尺高吗？决策人应该是联邦议会，是全球性的机构，还是由物理学家、生物学家或其他科学家组成的小组？

事实上，这样一些问题太大了，也太复杂了。而且在现在，能否找到可能的答案也很没有把握。我们只是感到，对于这个任务，我们还不能够胜任。我希望这种力不从心的感觉会促使我们认识到：尽管面对抉择我们不知所措，但它可以激励我们努力向前，变得比以前更有准备。

我毫不怀疑，面对紧急情况，一部分人将倾向于求助那些年代久远的、具有超人智慧的、虚构的力量，例如《圣经》和超自然的上帝（当然，是由一些世俗机构所表达的上帝）。当然，大多数科学家都认为，除了人类自己以外，没有其他任何东西可以代替我们作出这些抉择。所以，怎样选出最聪明、最优秀、最能胜任的人来作出这种令人敬畏的抉择，才是最紧迫的问题。

我坚持认为，存在一种精神价值观（或者选择的原则），它不但可以激起人性中最好的一面，还可以充当每一个人的价值观；在我

们即将面对的重大决策点对我们起引导作用的原则。我有足够的数据和资料来说明这个观点至少是合理的。当然,很明显,必须要对这一论断进行非常仔细的反复权衡、检查和实验。

也许,事实将证明,有一种方法可以有效地使我们避开关于生物精英论的问题,至少能使这个问题变得不那么尖锐。这种方法就是用下面这种方式来表达以上的问题:我们应该怎样由智者组成一个机构或委员会来帮助决定人类应该如何发展?人类应向哪种理想类型发展?怎样选拔在生物学意义上最优秀的人?对问题这样表达,可能比简单地讲一些人在生物学意义上比另一些人优越更能使人接受,也不容易冒犯他人或使他人感到威胁。

当然,所有这些问题都与另一个真正的重大问题紧密联系在一起,两者同样重要,在性质上没有区别。这个问题就是:我们应该怎样向一个理想的社会前进?或者说,什么样的社会才是一个理想的社会?

第十二章 斯大林主义者的人格

编者按：30年代末，马斯洛在布鲁克林大学任教，他当时支持F. 罗斯福总统的民主派新政。因此，他常常被活跃在大学校园里的激进的斯大林主义者以及托洛茨基主义的同事们攻击为“法西斯分子”。这篇文章写于1938年至1941年期间，既没有发表，又没有注明具体日期。在这篇文章中，马斯洛展示了自己对在大萧条后如火如荼的政治斗争岁月里屡见不鲜的一种人格的思考。又过了几年，第二次世界大战结束后，划时代的著作《权力主义人格》（阿多诺等，1950年）出版了，这正是马斯洛为这一代表人格研究里程碑的著作作出了概念性的贡献。这篇文章对于研究马斯洛的思想具有重要的历史意义。

以下是我即兴的陈述，它们真实地表达了我对自己所积累的一些资料的记忆或总体印象，我还没有认真地分析过这些资料，因此，在缺乏进一步的证明之前，我的评论只是尝试性的。

简而言之，我强烈地意识到，对那些我曾经慎重和客观地研究过的斯大林主义者，够依照情感的安全与不安全的人格连续统一体来对他们作出评价。但是，这一连续统一体似乎并不构成一般的钟型曲线。相反，其分布趋向于双峰。也就是说，在连续性曲线的

两个终点或两个极端集中了大部分的人分布着大量的人。在这种情况下,我将集中进行这两种人格类型的说明。

粗略地做一个估计,在我所客观研究过的 30 个斯大林主义者中,大约有百分之九十的人在情感上是不稳定或缺乏安全感的。在这些人中,有相当部分的人甚至患有神经症,其症状有时非常明显,有时则不明显。这些明显都是精神病患者的症状。这些性格类型的人可以简略归纳为:他们是一些受过打击、深受痛苦和怀有敌意的人。一般来说,他们过着可悲的生活,其主要原因是他们都有个人被抛弃的经历,被他们的父母或更广泛的社会环境。

客观地说,这些人都存在于对被爱的渴求状态之中。在一般情况下,产生不安全感基本刺激因素还会被其他导致情感不安全的因素所加强,例如:贫穷、失业、宗教偏见和残酷的竞争等等。当然,这些因素并不一定是存在的。

更明确地说,这些斯大林主义者有以下特征:

- (1) 对他人有极深的怀疑和不信任感;
- (2) 自己内心的冲突感和受挫感;
- (3) 悲观主义情绪,尤其是在对他人能力的看法上;
- (4) 强烈的焦虑感;
- (5) 强烈的敌对冲动;

(6) 在自尊问题上的各种失调与混乱。这也许是最重要的一点,但由于太复杂,很难三言两语讲清;

(7) 涉及到权力表达时的各种混乱与失调。

关于最后一点,可以这么说,他们无意识地表现出了强烈的权力欲望与报复欲望,以及无意识地以“成者为王,败者为寇”的二分法来看待所有的人的倾向。另外,他们迫切希望改变自身的地位,即从失败者变成成功者,从被压迫者变成压迫者。

这种人怀着各种各样的动机加入共产党组织,一些人有较好

的想法，而另一些则很不光彩。好的动机形成的原因常常是出于对知识的理解，而另一些动机，虽然不是全部情况，是较为合理的。一旦他们个人的内心冲突缓和，个人的受挫感减轻，也很可能会放弃自身的信仰。如果我是共产党组织的领导人，我就不会同意这样的人成为党内的成员，因为他们中有一部分人在得到一个好的工作、组成一个满意的家庭等之后，无疑就会散伙离去。

总之，这样的人不会真正努力去理解他们的对手，因为他们的潜意识之中的动机不是去分析进而转变信仰，而是去仇恨人，去体验高高在上。他们通常使用的劝别人转变信奉马克思主义的技巧当然就不会有什么实际效果，因为它本质上是嘲弄、贬低或强迫。一句话，可以说他们的性格结构迫使他们即便是在劝诱他人时，也会鄙视那些将来的皈依者。在这些斯大林主义者中，我常常发现他们本质上没有对人类的爱心，而常常是相反的情况。

在连续曲线的另一端，我们发现的另一部分人与前者是那样迥然不同，以致使人觉得，把这两类人合在一起贴上同样的政治信仰标签是十分荒唐的事。我估计，这一部分的人约占斯大林主义者人数的百分之五到百分之十，但他们起的重要作用却远远超出他们的人数比例。

关于这一部分人，尽管有时候可能他们表面上表现得不大沉稳，但实质上他们的基本性格结构是非常稳定可靠的。他们首要的性格特征是，他们具有对他人的真正的爱心，无论是对个体还是群体。其次，他们认为人们在本质上是好的、可爱的和值得信任的。后一种观点我称之为总体上的乐观主义精神。

由于这些人有一种深植于心的对社会利益的关注，也就是说，他们对人类有普遍的爱心，同时又关心自己周围的人，他们无疑会尽力为改善人类命运而奋斗。例如，这些人实际上对他们周围的人、对家庭成员、对工作中的下属表现出了友善、同情、乐于助人和

无私，而不是仅仅说一些空洞的陈词滥调。关键在于，这些人曾被不公正、残酷、不公平、剥削和不幸所深深伤害，尽管他们可能没有被直接牵连进去。

从病源学的角度看，他们中有很多人在儿童时代没有经历过被抛弃或遇到大挫折的情况，也就是说，他们中没有人曾经经历被有意或无意地抛弃的感觉。他们对共产主义和世界进步的信仰不是出自他们自身的不幸，而是出自其他途径。这意味着不管他们是富有还是贫困、有工作还是没有工作、被社会善待还是恶待，只要他们的内心没有被外界所影响，他们的那种情感就会一直保持不变。具体地说，这表示他们在自己境遇很好的情况下，也会坚持马克思主义。

这些斯大林主义者总是努力去理解他们的对手、敌人，也常常会无意识地去同情他们。例如，他们对马克思主义的理解使他们倾向于把个体的资本家看做本质上是并不坏的人，只是外部压力使他们变成剥削者并做坏事。在这种思想方式之下，这些斯大林主义者就有可能同那些有不同信仰的人成为朋友。

具有这样性格特征的人，当存在促进世界进步的多种途径时，他们常常会成为世界进步的促进者。当然，并不是所有这样的人都是共产党员，相反的情况倒更多一些。从我对关于情感、安全感的研究中，我发现一些人 not 加入共产党有着各种各样外部的原因，而不是因为他们反对马克思主义基本理论，也就是说，他们可能通常更喜欢一个有着社会主义、国际主义思想的世界，但他们常常不同意共产党的某些具体政策。或者说，他们可能不喜欢某些共产党员，不赞成共产党的等级制度，不赞成苏联的发展模式。

我的更进一步的印象是，以上不同类型的人如果是共产党员，那他们常常对共产党的实际方针政策不满意，但有时却不得不强迫自己去对它表示忠诚。

附：

权力主义的性格结构

在这场战争中^①，很难分清谁是我们的敌人，谁是我们的朋友。过去常用的标准，现在已经变得毫无用处。但是，即使是如此，由于没有更好的标准，新闻界和领袖人物们仍然时时使用这些标准。我们不能根据一个人的住所、国籍、语言、宗教、肤色或其他种族特征以及经济地位、社会地位而判断他是不是一个法西斯主义者。所有这些决定性因素都可能适用于某个人，但却没有任何一个因素适用于所有的人。更糟糕的是，我们甚至不能相信人们的所言所行，因为权术和信仰往往会导致政策或行为的巨大转变。最后需要指出的是，在上述分析中，即使是对自己清醒的认识，也并不是确定无疑的，因为有许多人在不知不觉中有着权力主义的倾向。

现在，心理学家已掌握了有效的资料和原则来消除我们的迷惑，使基本事实更加明朗，帮助我们区分敌人和朋友。然而仅仅有这些标准本身，仍然是远远不够的。它们可能会由于过于从心理学角度出发而被考虑成了最坏的情形。但是综合考虑一下每个人的其他特点，就能作出更加简单、肯定的分析和判断。

① 指第二次世界大战，马斯洛这篇文章是1943年发表的。

在开始讨论性格结构的概念之前，必须要先了解场论。^①有人认为，关于性格结构的讨论过于从纯粹心理学的角度出发，去分析那些本质上应属于人与外部世界相互关系的问题，因此，它们常常遭到指责。但是，我并不同意这样一些指责。关注此种关系中的一方或另一方当然是有用的，也是可能的。我的这篇文章认为，排他性地关注于经济、政治、社会和其他文化因素，而忽视心理因素，会使我们对人与自己所生存的世界的关系缺乏正确的认识。在任何情况下，性格结构都应被理解为是许多决定性因素的具体化。应该承认，在所有这些因素中，最重要的也许就是有机体在自己生命历程中所经历的环境或场所。

也就是说，性格结构在很大程度上（虽然不是全部）是作用于每个人的所有环境因素的反映。下面将要讨论的世界观就更是如此。因此，我认为性格结构和世界观一样，是心理学和社会学的交叉点。

世界观

权力主义者的许多特征已经人所共知，下面列举其中的一部分。但是，这些特征并不一致，因此对权力主义者整体性格的理解也不一致。这就使许多人简单地认为权力主义者都是古怪的、疯狂的、不可理解的。但事实并非如此。这些人有自己的逻辑，使他们的行为不仅是理解的，而且从他们自己的观点看，也是非常公正、正确的。要想理解权力主义者单一特征的多样性，我们就必须首先理解他的基本哲学。我把这种基本哲学称为世界观。

权力主义者同其他心理上感到不安全的人一样，把他生活的

^① 此处指把物理学“场”的概念引入心理学的格式塔学派。马斯洛当时深受格式塔学派的影响。——译注

世界描绘成一个丛林。在这个丛林中，人与人相互争斗，整个世界都充满了危险、恐惧与残杀，人在本质上都是自私、邪恶、愚蠢的。如果做进一步类比，也就是在这个丛林中的动物不是吃掉对方，就是被对方吃掉。不是畏惧对方，就是鄙视对方。在这里，安全取决于自身的力量，而最主要的是统治权。如果自己不够强壮，惟一的选择就是找一个强大的保护者。如果他足够强大，可以依赖，就会出现某种形式的和平。

用更带心理学色彩的话来说，权力主义者从来不会互相爱护、互相尊重，就像丛林中的动物一样。在上述分析中，他只有两种可能，即畏惧别人或被别人畏惧。

一旦看出权力主义者所持有这种世界观，他们所做的一切，都是合符逻辑的、容易被理解了。设想我们自己身处真正的丛林，面对凶猛的野兽，我们就能很容易地体会到这一点。很显然，在那种情况下，我们如果想生存下去，就必须具有权力主义者的许多甚至全部特征。如果我们在那种情况下谈论爱情、友善、合作等诸如此类的东西，显然是感情用事、不切实际，就如同说：“让狮子和绵羊相爱吧！”或者说：“不要对狮子多疑，我们对它好，它就会爱我们。”或者说：“正因为我们保卫自己，所以老虎才攻击我们。”

如果世界真如丛林一般，人们就像动物一样互相对待，那么权力主义者的多疑、敌视、忧虑就无可非议了。但如果世界不是丛林，人们也并不残忍、自私、以自我为中心，只有在这种情况下，权力主义者才是错误的。

等级倾向

这种倾向将大多数人，甚至所有的人都看作是竞争对手。他们或者高高在上，使人感到畏惧、憎恨、巴结、崇拜；或者低人一等，被人嘲弄、羞辱、控制。人们就像站在梯子上一样，被垂直分成不同的

等级，被分成站在上面的和站在下面的。

相反，民主主义者总是尊重别人，不用非好即坏，非黑即白的方式，而是用各不相同的方式对待每个人。只要不伤害其他人，他总是愿意充分体谅别人的兴趣、目标、人身自由。另外，他更倾向于喜欢而不是讨厌别人。他认为，如果有充分的机会，人从本质上看都是好的。我们把民主主义者看待个体差异的方式称为对差异的感知力和鉴别力，以此与权力主义者追求等级的倾向相对比。需要强调的是，大家首先都是人，都是独特的，值得尊敬的，其次才有优劣之分。可以说：“生而为人，天赋有别而已”。谈到优劣，把它们同对差异的鉴别联系起来是可能的，但我们应给予这些术语不同的定义。当然，权力主义者也看到差异。但对他来说，正如弗洛姆所指出的：“差异就意味着优劣，不具备优劣的差异对他来说是无法想象的”。

优劣的普遍化

权力主义者总是倾向于将所有的人按照同自己的优劣关系分为两类，这种标准过于一般化，认为优等的或强壮的人在任何事情上都占有优势，而低贱的人在任何事情上都处于劣势。（这是因为，在丛林中，力量是最终起决定性作用的惟一因素）。

对于民主主义者来说，判别优劣的标准更具体、现实、更具功能性。他所考虑的是某一特定素质、能力，而不是作为整体的人。也就是说：“一个人之所以优秀，是因为他的某一件事做得好”。更进一步地说，民主主义者判别优劣的标准有时不是被判断者的能力，而是根据被判断者的目的、动机和任务。民主主义者眼中的优劣，其比较的基础是与需要处理和解决的任务、问题相联系的。而权力主义者眼中的优势，不是根据要完成的任务或工作效率对比出来的，而是用普遍化的方式进行判断的。

对于权力的欲望

权力主义者对于权力、地位、名誉有很强的欲望(因为权力在丛林中是那样地重要)。在极端的情况下,可以说他对权力有着显而易见的心理需要。这一点,在有神经症倾向的人身上表现得更为明显(参见阿德勒、霍妮、弗洛姆等人的著作)。另外,他们所渴望拥有的权力,特别是指对人的控制权力。具有民主主义性格结构的人首先很少考虑权力、地位和名誉等问题。其次,他们认为权力是指驾驭问题和事务的能力,而不是控制他人的能力。另外,具有权力主义性格结构的人还有一个特征,即一旦拥有了权力,他就会自私地用它来满足自己的心理需要,而且特别是在受到挑战的时候,他会用强硬、残忍、甚至是虐待狂式的方式运用他的权力。相反,具有民主主义性格结构的人如果拥有权力,不会用其来满足个人需要,而是用来满足他所控制的一群人的需要。

读者也许和我一样断然认为权力主义者追求的是“权力”,而民主主义者追求的则是“力量”。在这里,权力是阻挠人们对安全感、归属感以及爱等基本需要的代名词。其实潜意识中追求权力的真正目的不在于权力本身,而在于主体虚妄地希望权力所能够带来的一种心理满足感。而“力量”则相反,它是指解决存在于主体心灵之外的外部问题的能力,这些问题包括社会问题、智力问题和现实世界的问题。

敌视、憎恨与偏见

这是权力主义者最显著的特点之一,无需详细解释,需要指出的是,从心理学角度来说,他们所敌视、憎恨的对象具有随机性和偶然性。例如,从理论上讲,反犹太主义、反天主教主义和反黑人主义都不是构成权力主义者的必要因素,必要的因素只是他们对

恰好就在身边的某一群体的憎恨与敌视。从理论上讲，可以是长着长耳朵的人或是蓝眼睛的人，也可能是诗人、屠夫或者秃子。永恒不变的只是对某个替罪羊的憎恨，而不是对替罪羊的选择。

外部特征与内在本质

权力主义者的另外一个显著特征，就是力量、名誉或统治地位的外部表现，例如头衔、金钱、控制他人的权力、姓氏、出身等等是区别优劣的重要的决定性因素。判断谁应该受到尊敬，一部分原因是由于那些有声望的人有伤害他的能力。但事情并非完全如此。他们尊敬或者贬低他人，有时仅仅来自一个简单的、纯粹的事实，即对于那些受到尊敬的人，不论是由于什么原因，只要他们被人们认为是优等的、高高在上的人，权力主义者就会给予尊敬。而对民主主义者来说，这些外部表现和象征远远不如被判断者的本质特征、性格或能力更重要。他们更倾向于由一个人的内在本质而不是外部特征来评判一个人（虽然外部特征有时可能起作用）。对他来说，评判一个人，无论其职位有多高，荣誉有多显赫，名声有多响亮，都是远远不够的。他们所尊敬的人必须是个好人。换句话说，民主主义者通常只尊敬那些在实际作用上(functional)值得尊敬的人，他们不会因为人们认为应该尊敬某人或人们都尊敬某人而去尊敬这个人。

价值的单一标准与多种标准

权力主义者衡量所有的人和所有的成就只有一种价值标准，它就是我们在前面讨论过的普遍化的优劣标准。在西方文明中，优劣的差异是建立在单一基础上的，例如财富、出身、种族等等所有能赋予人控制他人的权力的东西。无论是在哪个领域，也不管讨论什么问题，权力主义者总是不由自主地对那些优等的人言听计从，

这只是由于用处于统治地位的价值标准来评判,这些人处于优势。相反,民主主义者承认价值的多种标准,愿意考虑和自己的观念不同的价值标准。这些价值标准是特定的、具有实际作用的。如果讨论历史话题,他会尊敬一名优秀的历史学家的意见,但不一定会因此在其余他并不占优势的领域也看重他的意见。他们敬佩约翰·多伊,因为约翰·多伊倾尽一生之力实现了自己的梦想,成为最好的化学家、垒球手、小说家或其他什么人,尽管其成就对评价者来说并不重要。

另外,对权力主义者来说,任何具有不同价值标准的人都会在某程度上对其构成威胁。对民主主义者则不是这样,如果有人与他有不同的价值标准,他不会因此而感受到威胁。

善良与懦弱相混淆

权力主义者总是有意或无意地将善良、同情、宽容同软弱混淆在一起,而将残忍、野蛮、自私和强硬与力量联系起来。民主主义者由于其自身的性格结构,没有这种倾向甚至正好与此相反。许多我们认为优良的品质,例如谦逊、诚实等,在权力主义者看来却是软弱、愚蠢或者低下。这样说并不武断。也并非没有意义。让我们回到最初的类比,权力主义者实际上是生活在心理的丛林当中,他们认为相信狮子、对狮子友善的绵羊是纯粹的白痴,其行为非常危险。如果真像权力主义者所假设的那样,所有的人都是一心为己、所有的人都自私自利,那么在这个世界上谁相信别人,谁就会被鄙视视为不现实的人。

利用他人的倾向

迄今为止,从我们所讨论的权力主义者的所有特征中可以清楚地看到,权力主义者总是认为其他人都是供他使用的工具,是达

到目的的手段，应该剥削的对象，或者棋盘上的棋子。我们甚至会发现，权力主义者倾向于认为，处于劣势的人并不是真正的人，如果这些人受到伤害、剥削、被剥夺权力甚至被杀死都无所谓。假定权力主义者认为“不是我活，就是你死”的世界观是正确的，那么这种想法也就顺理成章了。如果这样，能够杀害、伤害和剥削他人就成了一个人地位与力量的证明。

而民主主义者生活在另一种心理世界里，他们很少利用其他人，因为他们认为其他人是自己的兄弟而非敌手，不是对自己的威胁。这种反应就如同权力主义者对他的世界的反应一样，是顺理成章的。

施虐与受虐倾向

对于大多数人来说，很容易理解人为什么会需要权力。我们可以毫不困难地理解墨索里尼对权力的渴望，但要理解为墨索里尼卖命的人的动机则不太容易。那么怎样理解处于从属地位的权力主义者呢？必须清楚地看到，我们所讨论的权力主义者的倾向在同一个人身上具有两面性。每一个权力主义者都既是施虐狂，也是受虐狂。哪一种倾向占上风，在很大程度上取决于环境因素。如果处于控制他人的地位，他们就会很残忍；如果处于从属地位，他们就有受虐倾向。但正由于自身的这种倾向，即使自己是施虐的对象，他们也会理解并从内心深处赞同优于他们的人所实施的暴行。他们可以理解溜须拍马者，也可以理解奴隶，虽然自己并不是那样的人。同一原则还可以用来解释奴隶主与奴隶，以及权力主义者中的领导者与追随者的关系。

在这里，我们要谈谈一个重要的差别。那就是不应将所有顺从的、过分依赖他人的人都看作是权力主义者。心地善良的主人的奴隶、被过分保护的人、安全而又缺乏自尊的人、被庇护的人或是被

恐吓的人，他们也许都是顺从的、依赖性很强的人，但并不一定都是受虐狂或权力主义者。对于这些，我们就不能将狮子与兔子的故事类推到他们身上。如果要比的话，也只能用牧羊人和他的羊群来比喻，而不能用丛林中强大和弱小的动物来比喻（同上，见弗洛姆，第174页）。这些被动的追随者，虽然不是权力主义者，但在法西斯和民主国家中却占着相当大的比重。

满足的可能性

由于自己的本性，权力主义者事实上永远不会彻底满足，其欲望无休无止。显然，对权力的渴求是不会得到满足的，因为从理论上讲，满足感来源于对所有人的统治权，但即使是这样，也同样会感到自己受到威胁，例如，奴隶的憎恨，缺乏友谊，对他人的不信任，当然，还包括危及生命的紧要关头。权力主义者永远野心勃勃，这就意味着他们的幸福是短暂的。民主主义者则相反，他们可以找到幸福，因为他们大部分的基本需要都得到了满足。民主主义者所追求的满足感是可以实现的，而权力主义者所追求的满足感，即使从理论上来看，都是不可能实现的。

如果我们回想一下权力主义者追求权力是一种满足自己潜意识心理需要的方式，我们就可以明白他们的需要注定会得不到满足。他未满足的基本需要包括安全感、归属感与爱。由于权力主义者运用权力很少能满足这些需要，反而更易受挫折，因此对权力的需要通常是不能得到满足的。

但是，我们有可能区分相对“适应良好”与“适应不良”的权力主义者。只要不与其世界观相矛盾，只要拥有足够的权力保护自己，他们就能得到相对的满足。这样的人自然会比丝毫没有权力更容易获得满足。

负罪感与矛盾

在西方文明中,强大的文化力量使得权力主义和民主主义两种性格类型同时存在。其中一方包括资本主义、民族主义、军国主义、权力主义教育和家长制的家庭等等;另外一方包括基督教信仰、人道主义、社会主义和合作运动等。因此对大多数权力主义者来说,如果不是从小就一直生活在权力主义的文化背景下,就会不可避免地产生心理矛盾。他们总是重新解释与他们自身哲学相冲突的东西,将权力主义的内容硬塞进民主主义的形式中去。(例如,基督教信仰就经常被许多教堂和其他组织亵渎和歪曲。)

这种重新解释即使比较成功,也难免牵强附会,不付出极大的努力、承受巨大的压力是难以达到的。在我的大多数事例中,可以发现一种强烈的负罪感,这种负罪感有时非常明显。这种负罪感是敌对情绪的源泉之一,而这种敌对情绪则是我们国家权力主义性格的特征。

其他特征

这种描述显然可以不断地进行下去,但由于篇幅有限,在此我只能对权力主义者性格的其他倾向略提一、二。如果读者想详细了解这一问题,可以参考弗洛姆的著作和希特勒的《我的奋斗》。

1. 男女之间差别的深渊。男人总倾向于控制女人,认为她们更软弱,赋予她们更次要的角色。于是男人总倾向于把女人分为圣母和妓女两类,前者是好女人,但没有性感;后者有性感却是坏女人,这种倾向的另一方面是男性得意洋洋,他们对权力、强硬、残忍等词汇重新定义,用性和爱作为一种权力机制。

2. 往往具有同性恋倾向。

3. 战士般的信念和对待死亡的矛盾心理。

4. 权力主义社会中屈辱的作用是对身份的肯定。
5. 反对教育特别是反对低贱者受教育。
6. 具有逃避为自己的命运负责的倾向。
7. 心甘情愿地屈服,并渴望对更强大的保护者放弃个人独立。
8. 权力主义者通过强制性的规则、命令、纪律、既定的东西及其他强制性的机制获得虚假的安全感。

结束语

权力主义者是可以改变的吗?我们可以很肯定地说:“是”。因为心理治疗医生已多次通过心理分析以及短期疗法使权力主义者的情况得以改变。但这只是片面的回答,因为这些人毕竟是来治疗神经方面的或者由心理压力引起的疾病,而不是为了治疗权力主义。如果一个人没有恢复健康的主观愿望和意愿,治愈并不是那么容易的事。

还有最后一个问题,“权力主义者究竟是对还是错?”

如果仅从心理学角度考虑,答案是非常简单的。事实上,在权力主义者眼中造就普遍人性的条件只在一小部分人身上存在。惟一能最终实现这些条件的人我们称之为精神变态人格。可以说只有他们才是完全自私的、无礼的、没有良心的,与其他人没有任何基本联系或对其他入负有任何责任。

第二部分 洞察人性

第十三章 人性的精髓是什么？

编者按：在马斯洛生命的最后几个月里，他越来越强烈地感到人本心理学在阐述自己的观点和立场方面应该更加准确。在他看来，善意的观点比比皆是，其表达也很流畅，但它们关于“人性本善”(inherent goods of human nature)的诸多论述在概念上都是模糊不清的。从长远来看，他觉得这种状况只会削弱人本心理学在咨询、心理治疗、管理、组织发展以及其他领域的重要作用。这篇文章写于1970年3月，离马斯洛因心脏病去世几周时间。在这篇没有发表的文章中，马斯洛归纳出了人类心理的一些基本原则。

谈到人性，无论是对人本心理学，还是对组织发展理论和集体训练传统，它们似乎都隐含着同样的设想和信念。但是，它们很少公开地、清楚地表达出来。因此，使这些想法明确化，似乎就成了一个重要的任务。

1. 人本心理学使人类精神的形象焕然一新。作为基本原则，它指出我们每个人都有高级的本性，这种高级本性构成了人的本质的基本方面。这种观点在实践中意味着在良好的条件下，人们渴

望表现出这些高级品质,例如爱、利他、友善、慷慨、诚实、仁慈和信任等。

2. 除了上述自我实现的特征以外,那些发展高度完善的人还特别在直觉观察、了解真相、认识现实等方面富有效率。它意味着这些人不仅更加幸福,而且认知能力更强,与现实的联系也更加紧密。在这里,我认为神经症不仅是一种情感失调,也是一种认知紊乱,还有一种典型的盲目的意思。除了在洞察能力方面表现出过人的效率之外,这些人在行为方面也更有效率。也就是说,很难在他们身上找到情感压抑、情感障碍、情感麻痹和人类智能削弱的情况。我们可以将这个看法归纳为:那些发展充分的人,由于良好的环境而表现出高级本性的人,从事任何事业都更加容易脱颖而出。从实践的角度看,这也就意味着这些人都将是更加优秀的人类成员。

3. 我们可以将“良好的环境条件”主要定义为,有利于促进自我实现的在自然、社会以及生理等诸多方面的条件。这些条件也促进基本需要的满足,因为基本需要的满足是发展高级需要、完善人格和走向自我实现的必由之路。

4. 一个重要的观点是,人类如果过去和现在都生活在良好的环境条件下,那么他们就可以保持“善”的本性,也就是通常所讲的符合伦理的、有道德的、正直的本性。这一观点有力地驳斥了各种关于原罪、人类堕落和本性邪恶的说法。它也反对任何认为人类不可能是善的或正直的理论。

但是,这一观点并不排斥人类时善时恶的各种理论。为什么呢?因为这样的理论确实道出了实情。也就是说,我并没有宣称人本质上是善的,因为这个结论事实上是错误的。实际上,我只是认为人性在某些条件下可以是善的,并且力图说明具体需要哪些条件。

5. 这一观点指出了人类精神呈现出的崭新面貌的本质。更重要的是,它还指出了新的社会本质。社会因素是不可避免地与心理因素交织在一起的。其原因在于,基本需要的满足必须以人际关系、各种亚群体以及更广泛的社会环境为基础。这种情况意味着“良性社会”可以定义为“能够满足社会成员基本需要的社会”。进一步,这种情况还意味着“良性社会”就是那种能够为社会成员提供自我实现条件的社会。

当然,人类心理呈现的新的特征是正在形成中的时代精神、哲学思想或世界观的一部分。关于人类心理的这一新观点,如果有充分的经验性证据来证实,那么人类的所有知识和人们生活的所有方面都必须相应改变。也就是说,所有的社会机构都应该发生变化,而所有的人类活动也必须发生相应的变化。在这一大胆的观点中,我把自然科学也包含在内,因为它们同样是人类科学工作者的创造。我也希望那些涵盖面广的自然科学理论,例如生物学、化学、甚至物理学,都将由于人类心理的新的形象的出现而发生改变。

6. 应该注意的是,今天人们所说的 Y 理论(我将在其基础上补充我的 Z 理论)也得出了同样的结论。它宣称许多人,即使并非所有的人,在 Y 理论所谓的条件和前提下都将得到提高。

7. 这一整体理论框架所派生的一个必要的假设就是:人类心理的“善”,并不是无条件的、绝对的、永久的。我们甚至不能够说它在本质上就是善的。只有在一定的条件下,人性才表现为善。在恶劣的环境条件下,人们更容易表现出心理病态和丑恶行为。

因此,在任何关于 Y 理论、优心态理论以及人类精神新面貌的讨论中,我们都有必要特别指出,人实际上是有作恶和表现病态的潜在能力的。

当前的一个科学任务,就是确定这些特定的诱发恶劣行为和 心理病态的环境条件。其中一些条件很容易确定,因为它们就是与

那些使我们能表现出高级本性,允许我们向善的条件的相反的对立面。

8. 我们必须意识到有许多人基于不同的立场拒绝完全接受这种世界观。可以把这些人看成是绝望文化群体,甚至恶意文化群体。在其中,愤世嫉俗和怀疑一切等心理特征占主要地位。这些人通常相信人性没有达到善的境界,或者根本上就是恶的,他们会把看上去是善的东西通过更深层次的诠释来说明人在本质上还是邪恶的、变态的、自私的。

9. 绝望文化的拥护者具有一致的观点,他们都认为人类心理的外在表现是误导性的、不真实的。也就是说,在他们看来,所谓善良的人、社会进步以及良性社会条件这类事实只是表面现象,这些一贯持反对意见的人试图证明在这类事实的深处隐藏着阴暗的、消极的一面,从而坚持自己的怀疑主义和人儒主义。根据这一怀疑主义的观点,肉眼所看到的事实,并不是真实的隐而不露的事物的本质。

10. 通过重新认识思想史,将其视为暴露、贬抑人类与人性的一般过程,这样我们就可以理解,至少是部分理解这种怀疑主义的心理了。西格蒙特·弗洛伊德曾经发表过一个著名的论断,即哥白尼、达尔文和他自己三次沉重打击了人类的自恋心理。我可以把他的结论再推进一步,我可以进一步举出一些本质上是“揭露者”的人物,即那些拒绝接受事物的表面事实或者肉眼看来是显而易见的现象的人。例如,我可以举出卡尔·马克思和迈克斯·韦伯。他们坚持认为,一些深入的、更能够揭露本质或者罪恶的解释才是正确的。

许多当代的存在主义者都把笛卡尔看成是罪人,因为他强调精神与肉体是分离的。我认为这是不准确的。我可以举出柏拉图的例子作为补充。他的非物质的(柏拉图式的)概念或者本质的观

点表明,我们用肉眼看到的现象不如我们没有看到的一些现象真实。

我们还可以提出这样的观点:整个思想史就是说人性坏话的历史。正是因为这个原因,所有综合的企图都是徒劳的。国家主义失败了,技术性的科学失败了,强调普遍繁荣与富裕失败了,君主制失败了,贵族或者上层统治者失败了。就此而言,从古希腊开始贯穿大部分历史时期的民主制也失败了。不过我认为,美国的民主制还不是一个失败的例子,但它肯定需要大量的改进。当然,有不少人认为它已经失败了,我认为这种看法是错误的。

11. 最后,我不承认历史真实地反映了人类精神。它只不过记录了人类的精神历程,人类已经做了些什么。对于充分自我实现的人和良性的小型社会的认识表明,历史可以被看成是一种抽象的统计。也就是说,我们可以追溯历史,寻找自我实现的人、圣人、智者和其他一些人,而且的确可以找到这样一些人。我们因此可以得出以下结论,通过这种方式来选择性地解释历史,寻求人类能够达到最高境界的优秀人物,上述关于人类心理新特征的基本观点,就有了确切的以经验研究为基础的支持。但是,只要整个人类还是一个难以分割的统计整体,我们就不能够把历史和人类心理在良性条件下发展的前景混为一谈,它们之间是毫不相干的。在历史上,大量的人共同经历良性环境条件的情况是极为罕见的。除了某些十分短暂的、稍纵即逝的时期,人类历史就从来没有出现过面向大众的良性环境。

第十四章 高级动机和新心理学

编者按：马斯洛由于他提出的令人信服的人类动机理论而闻名世界，这一理论是在 20 世纪 40 年代中期形成的。他认为，人类动机包括先天的需求层次。需求满足的发展方向是走向自我实现。在马斯洛去世的前几年，他更加相信人类具有高级需求，而以往哲学和心理学的流派都忽视了这一点。这篇在 1966 年 8 月缅因大学讲演而尚未出版的演讲稿里，他提出了自己在这一方面正在形成的理论。

我今天早上改变了主意。我起初想讨论的是新心理学，即与行为主义和弗洛伊德主义心理学截然不同，通常被称为人本主义心理学和存在主义心理学的“第三种力量”。我本打算用历史学家的方法来考察这种新的思想运动，尤其是他在描述新的人类心理的形象方面所做的努力。

关于人性的观念已经发生了很大的变化。在如何看待人性方面发生的极其罕见的而又如此巨大的变化——可能要过一个世纪甚至两三个世纪才发生一次。现在我们正处在彻底改变对人类心理的认识这一重大变革的边缘，我起初想讨论的就是这次变革。现在我们有足够的时间来讨论这个问题。但在当时，当我和同事们…

同驱车外出，我决定改变计划，说出我当时苦苦思索的东西——部分因为它对咨询和心理治疗来非常重要，部分因为它包含了对人类新的、整体的、人本主义的和超人本主义观念的最新成果。

我并没有准备书面材料，但我愿意试一试。我同时也承认在这个题目上我有一些胆怯和害羞。后来我发现这种害羞一直是我脑力工作的一个特点：当任何新东西突然出现在我的意识里的时候，我首先做的就是同它斗争。从精神分析的方面看，我经历了一种明显的心理对抗，它通常只是一种普遍的恐惧心理。我开始失眠，打冷颤，甚至开始消化不良。但我也感到了一丝骄傲，好像是我在同强大的对手作斗争一样。我慢慢地明白了，在我的意识里，有一些理性的东西正在形成。所以到现在我将近 60 岁的时候，我知道如果我开始失眠，消化不良，变得阴郁和严厉，那么这就是一个好现象。在这种时候，我的妻子会恰到好处地鼓励说：“又有新思想要诞生了，是吧，亚伯？”

我正处在提出一个新理论的时候，但是我还没有足够的勇气来全部接受它包含的东西。它几乎吓坏了我，我对它推翻心理学主流思想意味着什么感到害怕，它激起了骄傲和谦卑，自大和恐惧的两种心理的剧烈冲突。好了，让我试一下，如果我的声音开始颤抖，你们会理解是因为什么。

高级动机的性质

我在资料掌握不多的情况下就开始了自己的调查，我试图了解自我实现者的动机。所谓自我实现者，就是在现实中不再被“基本需求”驱动的人，他们的“基本需求”已经得到了满足。这种人要比设想的数目多得多。当然，他们并不普遍，但是如果你有意寻找，你就会发现他们。由于自己的基本需求已经得到满足，他们在世界上具有一种安全感，而不是经常感到焦虑。他们也有的一种归属感，

感到自己是属于人类大家庭的一员而不是在这个家庭之外。他们拥有良好的爱情生活和感情关系。在内心里，他们觉得自己值得拥有这份爱情和感情。他们有许多朋友，如果幸运的话，有自己非常热爱的人。他们的自尊问题处理得很好，他们很自重，没有自卑感，有强烈的自我价值认同感。

这些人的情形是怎样的呢？在他们之中，如果不是所有的人，至少相当多的人都具有存在性的价值观。也就是说，他们忠实于这些价值也努力做到和这些价值一致。从统计数字来说，这种心理最健康的男人和女人大概占美国所有成年人的百分之一。在几乎所有的这些人中，他们都非常清楚自己生活的责任感，也就是说，他们有一种关于天职的使命感。事实上，他们都从事着自己喜欢的工作，而“做工”这个词完全不适合于他们的生活方式。

我在词典中翻找接近于“天职”这个词的较老的词汇，例如教士意义上的天职而不是那些冷酷的、惟利是图的职业。这些我所研究的所有自我实现的人都有教士意义上的职业。

我进一步意识到，这些使命和天职显然也是很平常的。这就是我马上要讲的下一个问题。例如，一位接受研究的对象是一位实习精神病医生，他很喜欢精神病学。另外一位女士则喜欢做一个大家庭的“大母亲”，就是全心全意地抚养许多孩子，呵护她的侄子、侄女，把照顾这些孩子当成自己的天职。还有一位是完全献身于法律事业的律师。因此，我们可以说一个人具体干什么职业并不是关键。一个人可以是自我实现的律师，也可以是一个极其卑鄙的律师。

然而，自我实现的人与一般人有一个很大的不同，他们的行为是表达他们永恒的、终极的价值的渠道或者媒介，这些价值也就是日常生活中的真、善、美和正义。例如，有一个人对不公平的事感到愤慨，他会卷起袖子，放下他正在做的事，同不公平的事作斗

争。为了战胜它，他会在晚上很晚才睡觉，拼命地工作。正义的实现能够使他获得一种深深的满足感。

在同这个人交谈的时候，我了解到他酷爱法律。他谈起法律来就像是赞美情人，看起来即使为它牺牲也在所不惜。同样，另外一个人对艺术美，如音乐，也有着同样的感受。还有一个人是搞科学研究的，他觉得探索和发现真理也能够产生类似的感觉。

对他们的研究使我感到吃惊。我记得柏拉图在《理想国》中指出，至善包含了对终极价值的思考。当我发现在现实生活中有的人在身体力行，始终遵循着这些终极价值，实际上就生活在这些价值中之时，我为此感到非常惊讶。这些人可能是律师、教育家、科学家或者是水果店的老板，但实际上，他们更是智者或圣人。当然，他们的头上并没有光环。他们像其他人一样，穿着平常的衬衣、裤子和鞋子。

我承认，我用了不少时间才得出这个结论。以前我一直都觉得神圣的、高尚的人，即那些喜欢正义和美的人，看起来是应该超凡脱俗和与众不同的。为了改变我错误的看法，我开始进行各种思维训练，我和我的大学学生多年来一直在进行这种训练。我觉得，我现在看到一个人时，能够清楚地而不是笼统含糊地说：“这个人百分之十四是个圣人。”

也就是说，我开始意识到每个人或多或少都有一些类似高尚的品质。所以，主要问题是“他有多少神圣性？”或者“他的神圣性达到了什么程度？”以及“他在多大的程度上害怕这种神圣性？”“他在多大程度上压抑了这种神圣性？”

因此，我最后想到了这样一点：在这个屋子里，每个人都有一定的神圣性。也就是具有那些富有智慧，喜欢正义，愿意为正义而斗争，以及有时被轻蔑地称为“童子军”或“好事先生”的人的品质。

从犹太人的传统来说，我所知道的最好的描述词是来自希伯

莱语的“正直而有道德的人”(Tzaddik)。在我们的文化中，它并不具有任何有害的或令人讨厌的含义。一个正直而有道德的人结合了圣人和政治家的最好的特点，是智慧和务实精神的化身。

在当今美国文化中，有许多人不愿意把自己当成这样的人。他们宁愿让别人把他们看成是坚强的、冷酷的、强壮的人，对任何事情都不心软的人。但是我已经学会了打破人们对于神圣品质的障碍。我可能会对一个看起来意志坚强的商人说：“现在，瞧，只要有人做了好事，我就会称他是一个童子军。那么，你凭什么能够叫童子军呢？你想给这个世界带来什么美好的东西呢？”

人们在听到如此直言不讳的话的时候通常会脸红。他们真的会脸红，这是我知道的惟一使大多数人脸红的办法，往往问他们性的问题也不会使他们脸红。但是如果我让他们说出他们的高级动机和冲动的时候，他们就很可能脸红。如果我一直问下去，坚持说他们乐于与人为善，他们常常就会承认，他们很愿意做这样或那样高尚的事情。

认同存在性价值

下面我要讲一讲我对存在性价值的思考。对于那些在生活中身体力行的人来说，这些价值实际上已经成了他们的标志。用弗洛伊德的话说，美、正义、真理等等价值已经深入到他们的内心深处，变成了他们自己的血肉，已经内在化了，被完全吸收了。存在性价值已经成了他们自身的一部分，如果有人试图把这些价值从这些个体那里去掉的话，这就等于把某个器官从人的身上取走一样。这无疑是有害的，甚至是致命的。

在这里，我又有了进一步的想。如果存在性价值既在个人之内又在个人之外，那么它们确切的实质和形态又是什么呢？一些难以用言语表述的特殊东西出现了。我的基本的自我认同包含了外

部世界的东西，这种自我认同也是使我的内部存在概念化的方式。如果真理的存在性价值相当重要，以致我作为一名科学工作者不能想象离开了真理还能继续生活，那么真理就是在那儿外在地客观地存在着。同时，真理也存在于你我的心中。突然，一种似是而非的统一性发生了。自私自利和利他主义，自我和他人，自身和世界的其他所有东西，这些看起来对立的事物都被超越了。可以说，我把世界融入了我自己，世界在我的血液中流动。

关于这一点，你可以读远东的哲学家、智者和西方思想家如斯宾诺莎的各种著作，这样问题就可以弄清楚了。可能世界上所有的重要宗教都对这种真实的心理状态作出了形象的比喻。当然，现在我是作为一位科学家来进行分析的，而不是作为一名牧师、神父或者犹太教教士。

我在下一步要以实验为基础对我的理论进行检验，去将着重验证以下问题：自我实现的健康的人把存在性价值内在化，这个假设在多大程度上是正确的？如果是这样，我们怎样才能帮助更多的人更完全地认同这些价值？如果我们把“优秀的人”定义为具有积极的存在性价值的人，然后用具体的办法帮助人们去认同这些价值，这样做大概是行得通的。这种方法可以称为超越性咨询。它是综合了一般咨询医师、心理医生和教育家多种角色的作用的咨询。

假设以实验为基础来看，我所说的一切都是正确的。这些存在性价值是人类的最高动机，即大多数心理成熟，健康发展健全的人都具有这些动机。作为一名超越性顾问，我可以对一个人说：“如果你很幸运，生活对你很好，你所生存的环境优越，能够使你得到你需要的所有的爱和尊重，那么你就会逐渐产生这些高级动机。一旦你觉得自尊、自我价值已经得到了足够的满足，你就会进入又一个动机领域。”

我把这一领域称为“超越性动机”领域。超越性动机不属于基

本需求的层次。因为“存在性需求”肯定不是通常所说的“匮乏性需求”。例如，婴儿需要爱，于是你亲吻他，抱紧他，让他依偎着你，再亲吻他，直到他满足为止。精神病学家大卫·M·利维所称的“代替疗法”，实际上就是对那些没有受到过关怀的人施以温柔的、充满爱意的关怀。

很明显，对于存在性价值的需求不同于匮乏性需求。对存在性价值的需求也就是“超越性需求”，它们有特殊的性质。我现在描述的是成长性动机，成长性需求同匮乏性需求有很大差异。首先，你决不会厌烦成长，永远不会。这与基本需求的满足完全不同，基本需求是肯定可以得到满足的。

例如，假如你喜欢吃牛排。你可以不断地品尝，一块、两块甚至到第三块时还觉得好吃，但是最终你会明白，过多的牛排会使你感到厌烦。爱也是这样，包括肉体爱，甚至用语言表达的爱都是这样。到了某一个限度，你就不再需要更多的肉体上的爱和绵绵情话了。你已经感到足够了。

但是存在性需求作为动机时就不会发生这样的情况。你绝对不会说：“我不想再知道任何真理了。”或者“我不想再看到任何正义了。”

现在，我的推理已经到了一个全新的阶段。我承认我是在根据经验在薄冰上滑行，但是这些想法常常使我辗转反侧，难以入睡。我似乎还可以提出一个假设，那就是，如果存在性需求被剥夺了，就会导致感情上的疾病，或者我所说的“超越性病态”。如果有十六种不同的存在性需求，那么就有十六种感情上的疾病或超越性病态的存在。

举个例子来说，我认为追求真理的权利长久地受到阻碍，就会引起某种感情上的问题；长久地剥夺接近美和正义等的权利，也会导致某种精神障碍。事实上，我认为每个人都有一种在日常生活中

体验存在性价值的内在需求,如果这种存在性需求被剥夺或遭受挫折,就会引起感情上的问题。

我能举出一些具体的例子来支持我的理论吗?完全能够。在人类历史上不幸地出现过整个社会的人民都被剥夺了自由和政治权利的先例。例如,在纳粹德国以及在斯大林统治下的苏联就是这样。在这些社会里,各种病状都出现了。在世界上,当前还有许多地方没有言论自由和出版自由,市民因为害怕坐牢或枪毙不敢公开发表某些言论。我认为在这些社会里,一些感情疾病是会出现的,这是我的观点。

在美国社会中,商业电视的冲击虽然不至于严重到要摧毁存在性价值的地步,然而也是非常有害的。我相信它将使人类道德沦丧,进而破坏人类的精神世界,尤其对那些没有抵抗能力的儿童毒害作用更大。在他们看的节目中,男主角给他们留下了深刻的印象。在商业电视的间歇广告时间,就是这个男主角告诉年轻的观众:“好了,孩子们,现在我想让你们买这种早餐麦片!”或者说:“这就是我想让你们告诉父母要买的玩具!”美国电视就是这样暗中破坏孩子们体验真理的能力的。我肯定,这种情况会在他们中导致各种超越性疾病的。

再以关于美的存在性价值为例。如果美的东西不再存在,我们每天生活在完全丑恶的社会里,情况会怎样呢?是的,这样的情况我们也能够体会到,因为在我们周围就有许多丑恶的地方。例如,在某些恶名昭著的城市街区,我们就可以发现这些地方对人们精神的坏的影响。当然,这些环境导致的许多心理疾病并不是美国医学协会在目录上列出的疾病。它们并不是侵犯了原本未受任何损伤的机体的疾病,也不是在说那些微不足道的、容易治愈的疾病,而是超越性疾病,这是全身性疾病,因此,会影响每个人的身心。

例如,一个人如果生活在一个无法接触到真理的社会环境里,

他就会从感情和身体上都产生一系列对那种生活方式的敌对的反应。或者说,如果有一个年轻人生活在一个完全失去了美的城市的街区里,这里每一样东西都充满了丑恶,这种状况就会在他的感情和身体上产生重要的影响。

如果你们到现在还跟得上我推理的思路的话,我现在所说的是存在性需求对我们的健康的必要性。我们可能只需要微量的精神需求,例如我们的身体需要硒和锌等微量元素一样。但是这种精神需求却是实实在在的,不可缺少的。正如为了健康的需要,我们的食物中要摄入一定量的硒和锌一样。我建议为了精神健康,我们都要吸收或体验纯正的真理、正义和美。缺少硒、锌或者维生素都会不可避免地导致某种疾病,我相信缺乏存在性价值也会导致疾病。

现在,你看出我的观点中丰富的社会涵义了吗?如果一个婴儿生活贫困,吃不到合适的食物,那么当今的任何社会工作者都会马上说:“是的,那个孩子在家吃的东西中没有足够的维生素B,我们必须给他提供,否则他就会生病。”同样,未来的社会工作者、咨询顾问、教育家和心理医生也会这样说:“那个孩子是在缺乏美这一存在性价值的环境中成长起来的,我们必须使他接触到美以防他出现超越性疾病。”

如果你接受我的观点,你就会看出我是怎样将整个论述由价值观、哲学等诸如此类的话题转到生物学、生理学范畴的。“人类需要生活在公正的社会里”或者“人类在生活中应该体验美”。这些说法不再是漂亮的抽象化的东西了。我们正试图说明,正如我们每个人天生都具有对微量元素的需求一样,我们生来也有体验存在性价值的高级需求。我的以上论述就是要说明,我们的高级需求和动机是有生物学基础的。

我承认,我的论证很难让人接受。我们已经习惯相信人类本质

上是有无限适应性的，环境需要人们怎么样，人们就会怎么样。但是我的论据还是很明显地表明并非如此。因此，我们必须以不同的思维方式来看待我们自己。这就是我说下面这句话的含义：“几个世纪以来，人类都低估了自己的天性。”因为我的理论表明，从某种意义上看，每一个新出生的婴儿都有可能成为一位柏拉图。每个孩子都有对美、真理、正义等高级价值的本能需求。

如果我们可以接受这个观点，那么主要的问题就不是“创造力是由什么造成的？”“贝多芬是怎样出现的？”而是“为什么在上帝的名下并非每个人都能成为贝多芬？”这就是现在要解释的问题。人类的潜能丧失到什么地步了？它是怎样被扭曲的？面对普遍的创造性，我们不应该大惊小怪，似乎任何人创造任何东西都是一个奇迹。

能接受这个观点的人就可以成为我所说的道家式的帮助者，他们对个人不是进行定型塑造和指导。我不是说婴儿成长时不需要我们的帮助。当然，他们也需要帮助，否则就无法生活。但是，我们应该以一种“美国式的道家”为指导。这将意味着作为父母、教育家、职业顾问等，我们有意识地为孩子们提供存在性需求，如同我们细致而周到地给他们维生素帮助，他们满足生理上对镁、锌和钙的需求。现在，合格的父母会说：“小约翰摄取足够的钙也许会变得健康。”从而确定约翰的食物是否有适量的矿物质和维生素。同样地，将来的父母也会这样说：“约翰成长时需要体验美、真理和正义。我们必须为他提供这些存在性需求，否则他就会受罪。”

这种方法就是我所说的超越性建议，它是指导而不是强迫个人去体验存在性价值。我记得我在大学里发现心理学的感受，我过去一直在学习法律、地质学和数学，而心理学是多么独特啊！这种感觉，就像是爱上了某人一样。一个人理想的职业就是能够展现他的自我的职业，这是找到自己个性和真正自我的方法，世界上最幸

运的人是因为爱而有所得的人，他们被某事吸引而且发现可以做这件事来度过一生。从这个角度来看，有效的超越性鼓舞会帮助人们发现自己独特的潜能，而且是通过我所说的道家式的、不干预的方法做的。

对原则的总结

我现在有足够的证据使我这篇关于高级动机的文章有说服力。我承认，它可能还不能让一位严谨的、实验主义的心理学家信服。到目前为止，大多数支持性的证据都是通过临床观察或者个人体验而不是通过实验室里的实验来得到的。尽管如此，我确信我们一定会获得实验性证据。从某些方面来说，已经有这样的证据了。根据现有的这些证据，我们可以得出以下主要原则：

1. 人类每个个体都具有高级性质，其存在的情况要比我们曾经设想的要好得多。对这种高级性质的认识，是当今心理学进行革命的一部分，而且已经得到了坚实的实验证据，甚至也可以从关于灵长类动物的遗传特征的研究中得到。

例如，在实验中，有许多给人留下深刻印象的资料。这些资料表明，猴子会完成各种指令，而仅仅为了从笼子中向外看一看，观察它们邻近的地方发生了什么事情。猴子会不顾一切地抓住几秒钟的时间向窗外看。你可以从它们的眼睛中看出匆忙的神色。同样，在实验室里，人们发现猴子喜欢看运动的东西而不是静止的东西。随着实验室研究的设计变得越来越复杂，人们就有可能了解猴子或人类婴儿喜欢哪些活动、感官体验等等。所以我们可以说人类有好奇的本能需求，我们体验新奇事物的动机是天生的。

2. 人类心理可以得到改进，而且确实在得到改进。现在有许多观点可以反对这一宽泛的论题。但是我不是说，人类在心理上可以变得完美。这是不可能的。除非是在某一很短的时间内才有可

能。我只是说，人类的心理可以得到改进，重要的是，我们应该促进这种改进。心理疗法和人本主义教育应该成为帮助人们改善心理的科学。我也不是在指人类进步是必然的、无限的，就像18世纪启蒙运动刚开始时一些思想家认为的那样，进步肯定不会自动实现。

有许多关于低等动物（如小白鼠）的实验的证据表明，一个激发性的环境对健康的机体的发育是很重要的。也就是说，如果不是生活在有适当刺激的环境中，成长中的小白鼠就会患脑萎缩。这种经验主义的原则看起来对人可能更适用。

3. 人类社会作为一个整体是可以改善的。人类社会可以被改善，也确实得到了改善。这一次我也不是在指完美进步，我也不是在说任何社会可以变得完美。我仅仅要说的是，人类社会是可以改进的，这个任务就靠我们了。我们可以学会怎样更有效地完成这个任务。注意：这样说并不是在否认人类社会有可能明天就毁于核灾难。这也是有可能的。社会改进并不是必然的。

4. 人类机能的充分激发会产生对生活的热情。现在许多年轻人错误地认为，正常的人在某种程度上非常枯燥、单调和乏味。许多精神病患者进行心理治疗时，坚持说因为害怕变得单调乏味而不想治愈他们的精神病。但是，这并不是看待个性发展的正确方法，而只是另一种低估人性的方法。追求存在价值、美德和心理健康，才是世界上最激动人心的事情。它不是味道蹩脚的汤，既不枯燥也不乏味。

5. 所有的人都有实现其潜力的权利。从原则上说，世界上任何新出生的婴儿都有能力做到这一点。人们也应该帮助他们做到这一点。这种观念肯定会将我们的讨论引入理想人类社会和它对每个成员的责任上。例如，在我们这个社会环境中，机会均等是什么意思？当今的美国社会，从基本需求和超越性需求来看，婴儿在个性成长上的机会很不平等。这种情况一定要改变。

6. 人类共同构成一个单一的种属。这个陈述看起来相当清楚。因此,从原则上说,我们应该建立起一种世界性的政治,这应该是讲得通的。

7. 人本主义和存在主义心理学家比以前更清楚地认识到,有的人都有一些潜在的需求和价值观,如它们被否认、贬低或者不能实现的话,就会导致某种疾病或者超越性病态的出现。此外,广义的人本主义科学在为人类提供关键价值方面可以起到帮助作用。这种观念的出现标志着科学理论的巨大的革命,而以往科学理论被认为是与价值无关的。

8. 最后,在经验体系中,极乐是存在的。它存在于每个人心中。极乐偶尔才能出现,尤其是在高峰体验或者神秘体验中,它们通常是短暂的、转瞬即逝的。从这个证据我们得出结论,我们必须改变幸福是一种永远可以得到的意识状态的想法。我的研究显示:人们总是在寻求层次越来越高的幸福体验,在最令人愉快的高峰体验或神秘体验中,尽管确有真正的幸福感和狂喜,但它们最终会消失,其中的新奇感和激情也会消失。不管我们可以活五百年还是一千年,寻求新的体验总是人的本性。

从这个角度来看,我们必须放弃一个古老的错误观念,所谓极乐世界就是一种幸福的休闲状态。有大量的临床证据表明,如果你喜欢钓鱼或者听贝多芬音乐,于是决定隐退,整日沉浸在娱乐中,那么你最终还是感到痛苦。当然,你在做这些事时也能够体验到真实的幸福,但是你不可避免地会感到厌烦。所以从某种意义说,在经历了狂喜与幸福后,我们必须准备好接受无法逃避的失望。我们应该理解,永无休止地寻求越来越大的快乐是人的天性。

好了,今天早上我已经说得够多了。这都是我关于超越性动机和人类高级动机的一些新想法。我确信在人本主义心理学和超人本主义心理学未来的发展中,这些观点将变得越来越重要。

第十五章 笑声和泪水

——心理学丢失的价值

编者按：在马斯洛富有影响的职业生涯中，他一直认为现代心理学忽略了人类人格的许多重要方面。关于这些方面，他常常提到对于利他精神、审美、创造性、圆满、正义、爱、真理的情感需要和能力。1961年3月，马斯洛在布兰代斯大学的一个研究生会议上做了一次演讲。在这篇没有公开发表的讲演稿中，马斯洛就幸福和悲伤的矛盾问题提出了他自由奔放的观点，他着重通过高峰体验来揭示两者的关系。

审美体验从心理学中消失了，从更加广泛的意义上讲，价值观也从这个领域中消失了。真理是至今惟一受重视的价值，但是，即便是它也没有成为终极价值。我希望在一般的人性的理论框架中为价值观寻找一个合适的位置。

我们先从幽默说起。如果我们提到世界上最优秀的人——那些自我实现的人，我们眼前就会出现一个颇为严肃的形象。在我们的印象中，这些人非常严谨，稍微有些傲慢。有趣的是，这种形象与我们概念化的犹太—基督教的神的形象相符合：天生缺乏幽默感，总是一本正经。这种概念化的思维本身提出了一个发人深省的问题：为什么我们从来不把伟人想象成笑咪咪的形象？我可以肯定地

告诉你们，那些我研究过的自我实现的人与一般所猜想的恰恰相反，他们富有幽默感，一点也不冷漠。他们的幽默也不是那种纯粹宣泄性的或者具有敌意的。总的来说，他们的幽默是自我实现的幽默，我把这种幽默称之为富有哲理性的、具有启发性的、存在性的幽默。在我研究过的所有历史上和当代的伟人中，亚伯拉罕·林肯似乎用完美的方式充分展示了这种幽默。

这种幽默是在人类心灵中的什么地方产生的？它不会仅仅从我们对快乐或者幸福的感受中产生，更不会只从一般意义上的“存在性领域”中产生。我们应该想想更重大、更流行、更华丽的字眼所代表的含义。我们必须以“狂喜”、“痴迷”和“极乐”，而不仅仅是“喜悦”作为我们讨论的对象。同时，呈现在我们面前的还有宇宙的荒谬性，人类存在的荒谬性以及人类相互关系根本的荒谬性。例如，我看到了企图成为神的卑微的小人物的形象和企图借助后腿站立的灵长类动物的形象。我们有必要对自己的那些野心勃勃的目标采取一种嘲弄的态度。一方面它们的确是严肃的，一方面我们永远也不可能真正实现这些目标。因为，这些目标最终是建立在对死亡这一现实的忽略的基础上的。

在真正的审美和爱的体验中，笑声常常此起彼伏。小说家托马斯·沃尔夫(Thomas Wolfe)非常贴切地描绘了这一现象：当我们看到美的事物时，我们倾向于用一种近乎陶醉的方式大笑。与此有些矛盾的是，我们同时也有哭的倾向：眼前的事物是如此美妙绝伦，我们禁不住泪流满面。

快乐和痛苦的统一

快乐和痛苦在人类的心灵中息息相关吗？是的，我观察到，在我们存在的最高水平上，包括快乐与痛苦在内的通常的情感分化已经融合到了一起。当然，对历史上的多数人来说，这两种品质是

作为一个连续统一体上对立的两极存在的。也就是说，生活中的快乐越多，痛苦就越少。或者说，一个人经历的痛苦越多，他体验的快乐就越少。但是，在自我实现的最出色的男人和女人中，这种明显的两极分化消失了，这两种特性在一定程度上水乳交融，难分彼此。

有许多例子是关于这种升华了的内在状态的例子。在高峰体验中，快乐与痛苦内在地交融在一起。其中最明显的例子是爱。我们可以列举出许多通常属于快乐的情景。诸如吸一支优质的雪茄烟，吃一顿美味的晚餐，参加一场激动人心的比赛等。但是，对另一个人的爱也能够包含在这一范畴中吗？似乎不能。爱具有完全不同的特质。

在做爱和性高潮的最大的快乐中，人们有时会描述一种“美丽的痛苦”和几乎同时产生的死亡意识。在这些能够想象的最具有生命活力的情景中，死亡不知不觉地溜了进来。为什么会这样呢？也许，这是因为任何在激情中完成的东西都包含某种不可避免的悲伤感——无论是做爱、绘画还是写作。对于许多作家来说，一种“出版后感到沮丧”的情绪状态是经常发生的。在这个时候，他们会感到悲伤和筋疲力尽。这样看来，一种分化的两极的确是存在的。但是，幸福和悲伤，快乐和痛苦这些表面的两极化是能够被超越的。由于这一原因，我们必须用不同的方式来对待它们。有关它们的情况是不尽相同的。

由于这种原因，我们能够准确地谈论爱：快乐越多，痛苦越多；幸福越多，悲伤越多。我们可以充满爱意陶醉地注视着一个正在兴高采烈地玩耍的小孩，同时一种悲伤的感觉又会油然而生。因为我们知道，这个孩子将不可避免地要遭遇到人生的失望、痛苦，陷入人生的困境。我们还很清楚，死亡是不可避免的。

我记得我的大女儿安(Ann)结婚的那天。那是非常不错的一

天，一切都很好。但是我却失声大哭。面对我们邀请的客人，我感到似乎有失体面。但是，我又不得不表达那种情感。事后，我试图分析我的行为反应。结婚无疑是一种高峰体验，我当然和安一样感到幸福。但是，就在那个时候，我确实产生了这样的想法：“安相信生活总是这样的，她和自己的丈夫将永远生活在幸福之中。”当我意识到安将不可避免地要遭受生活中的失落和遗憾时，便失声痛哭。

因此，在任何极度的幸福体验中，都同时伴有悲伤的一面。快乐潜伏在痛苦之中。当我们欣赏美丽的花朵时，常常会感到悲哀，因为它将在今后的某一天凋谢，它的生命注定要结束。我们知道，我们将永远不会再体验到它的美丽。我们自己也必然会在某一天死亡。

在“存在认知”的状态中，我们看到死亡在当前时刻中是存在着的。例如，我看到你的机体正在退化。你不再是十年前的你了。这种意识给我带来了悲伤。此时此刻，我能够看到你将要遭受的苦难。你不如我对真正的中年心理障碍知道得多。我们都知道人必有一死，但我们都不知道死亡是什么感受。在对存在性认知最深刻的感受中，死亡意识是存在的。这也就是有过高峰体验的那些人告诉我的感受。

请记住，我并不是在这里反省自己的思想感情。尽管这个论题开始于我的主观内省，但我所叙述的这些东西却是许多人提供给我的。应该承认的是，他们的描述曾经使我感到震惊。我们并不习惯于用这样一些词语来进行思考。在这个领域，我的理论的形成开始于20世纪30年代中期到末期我关于性行为的研究。那些被采访者常常提到性高潮中的悲伤、痛苦和死亡的感觉。做爱的时刻快乐越大，随之而至的悲伤就越大，就好像两种特质必定要紧密联系在一起。你如果非常爱一个人，你注视着她，就会意识到她也并

不能永恒。

换句话说，我正在以经验为依据，对快乐重新下定义。我要告诉你们的是，狂喜和痴迷的极端幸福，内在地包含有悲伤和痛苦的元素。用一种离奇的方式说，这种悲伤是美好的。如果我们把它去掉，也就摧毁了高峰体验。

一条相关的原则是，洞察常常会带来悲剧的感受。例如，假设你在40岁时发现你以前对生活的态度都错了。假设你意识到自己成年后20年的奋斗实际上都付诸东流，逝者如斯，再也无法改变，想到这里，一种悲伤的感觉就会笼罩你的心。

再举一个关于某一个时刻一去不复返的例子。如果你在生活中曾经有过一次高峰体验，而后来再也没有了。这也是一件令人悲伤的事情，因为它意味着你曾经到达天堂，但又被赶了回来。现代英国作家刘易斯(C. S. Lewis)1956年在他的《为欢乐而震惊》一书中讨论了这一现象。他经历过高峰体验，并有意识地想再次捕捉这种体验，但他没有成功。然后他真切地体验到了一种悲剧感，并且认识到快乐的持续存在必然会使我们感到诧异。

在经历了一次高峰体验之后，我们常常会问自己：“生活为什么不能够总是像现在这样？”此时，我们感到了有一丝遗憾。或者当我们获得一种突然的醒悟，感到自己十分聪明时，我们常常会自问：“我们为什么如此愚蠢？”“人类为什么如此无知？”

想象你自己在山峰的顶端，俯视着山下一条蜿蜒曲折的河流。河面上有一些人正慢慢地逆流而上，同时又有一些人正顺流而下。他们都身在江中，看不到前面的境况，而你却能够看到他们双方的过去和未来。也就是说，你能够看到在河叉口以及他们将要到达的地方正在发生的事情。但你站在山峰上，不能改变河道。而且，我要告诉你们的是，在存在性认知的状态中，你们不会“想要”改变什么。你是一个思考者、观察者、无为的道家。或者，想象你正在看一

出戏，剧中人不知道实际上正发生什么事情，但是神一样的旁观者却一清二楚。

在高峰体验中，你比那些身临其境的人拥有一个更高的视点。因此，你便有了悲伤或者荒谬的感觉。你就好像坐在栅栏上观看一场争斗，并且悲哀地喃喃自语：“这种冲突是荒谬的。”你可能既感到悲哀，又感到可笑。

例如，我们在思考匮乏性世界的人类的荒谬或种种错误时，我们会认为像纳粹这类事情是负面的和消极的。但是，如果我们从五千年的历史高度上来看，那么我们会允许自己把它理解为令人痛心和愚蠢的。

在存在性领域和匮乏性领域来回变动，对于我们来说是极其必要的。因为我们即使站在更高的山顶上，我们还必须不时回归到下面的日常竞争之中。健全的心灵必须意识到，当我们在河流上航行时，我们必须能够同时想到在山顶上看到的景致。

例如，在某个时刻，我可能在课堂上高谈阔论，后来却发现自己为了一件微不足道的管理上的小事卷入了与教务长的争论。这两种存在状态都是必要的。在一定意义上，与教务长争论来源于虚幻的高峰体验。

试图从存在领域的角度来看匮乏性领域是十分重要的。当然，如果我们接受了永恒的观念，我们的日常行为将会发生改变。陀斯妥耶夫斯基笔下的伊凡·伊里奇从来没有到达过山顶，因此一生卑微而愚昧。

如果我们不能够带着永恒世界的高峰价值回到这个匮乏性世界，那么我们的行为将是荒谬、琐碎和愚笨的。进一步说，我们会在内心将自己弄得支离破碎。

感受宇宙的荒谬

悲伤的情感也包含幽默吗？幽默是激情的倒退，但却是健康的充满诗意的倒退。真正古希腊意义上的悲伤或者悲剧，无疑可以看成是幽默。当然，我们不能绝对严肃地对待生活。一般来说，有些人对表面看来悲伤的事持幽默的态度，这样的人更能够得到人们的喜爱。这种幽默表现了他们情感的坚强而不是软弱。

例如，我听说岳母快要死于尿毒症时，她开始有了幻觉。她看到一些小人在壁纸上走来走去。意识到这是幻觉以后，她就为这些幻觉开起了玩笑。换句话说，她能够在自己的痛苦和困难中看到幽默的一面。我确信，如果夫妻双方对自身的疾病不耿耿于怀，那么婚姻将更加牢固。

一般来说，女人会说男人是令人讨厌的病人：一次轻微的感冒会变成是极大的悲剧。女人们细心照料着自己的丈夫，她们发现自己扮演了母亲的角色。这并没有什么，只是男人看上去有些不可思议。我认为，我们将更加欣赏那些能够对事件的整体采取永恒态度，并不总是陷入现实的痛苦时刻的人。

我们以一种极端的情形为例。你了解黑人诗人郎格斯顿·休斯(Langston Hughes)的幽默吗？了解传统的犹太幽默的实质吗？它们告诉我们，有时在人类生活的过程中不能够放声大笑，无疑将会逐渐毁掉一个人。你必须能够在整个形势中看到荒谬性，或许特别应该在你的剥削者、压迫者的愚蠢中看到这种荒谬。郎格斯顿·休斯已经描写了生活在美国的黑人的悲惨境遇中的荒谬。他暗示，如果他们能够对自己受压迫的不合情理的事实和荒谬进行嘲笑，他们在心理上将更加富有。

我记得曾经与精神病学家布鲁诺·贝特海姆(Bruno Bettelheim)讨论过悲剧和喜剧，他提出了一个精彩的观

点。他认为,随着美国黑人获得更大的权利和在更广泛的范围内被社会接受,他们在新情况下的心理问题反而会更多。贫民窟自我封闭的安全感将消失,并不可避免地导致新的焦虑和紧张的产生。我同许多黑人交谈过,他们好像都有一种不切实际的想法。他们认为种族融合可以解决我们所有的社会问题。这种想法太单纯了,就像相信结婚会解决所有的问题,新婚夫妇将“永远生活幸福”一样。事实上,在婚姻的城堡中没有人会永远幸福。充满希望的是,人们会从关注愚蠢的问题转向关注更加理智的问题。

发展自我实现理论的真正困难,在于我们应该如何把极乐的峰顶景致与匮乏性世界结合在一起。前者是过去和未来极端幸福的融合,后者则是积极解决社会问题所必不可少的。正因为如此,民权运动的倡导者们尽管讨论公正、和谐的未来时能够侃侃而谈,但他们又不得不现实地为了一杯咖啡而奋斗。这种奋斗并非可有可无,而是必须进行的。

我们不应该只采取东方式的理想主义的生活观念,我们也需要西方的实用主义。当我们面对真正的不公正时,我们不能够对自己说:“现在,在刽子手的屠刀面前,我们还是顺从地接受现实吧,因为,在未来的几千年里,这都将不失为一种可靠的策略。”

自我实现的人能够成功地生活在两种领域中。例如,我非常了解人类学家露丝·本尼迪克特。她是一个伟大的人。在一定程度上,她具有超凡脱俗的气质。她是一位诗人,每天至少有一个小时她要把自己与外界隔离开,把电话、工作会议之类的日常事务统统抛到脑后。她过着一种讲究自己隐私的严谨的生活。但是,她同时却通过自己的人类学实地考察、教学和写作,积极地从事有助于世界进步的工作。

在所有这些行为中,个人的勇气起什么作用呢?我发现,我们在四五十岁时比年轻时更容易表现出勇敢。人类的一个永恒问题

似乎就是如何把我们崇高的理想与我们自己的缺陷以及人类共有的缺陷结合起来。我们在这个世界的其他人的眼中，可能是一个英雄。但我们都明明白白地知道，我们只是具有很大局限性的动物。

我们如何把我们如神一般的品质与我们动物般的特性结合起来？这是一个基本的问题。如果你从众人中脱颖而出成为佼佼者，那么你将一定是成功地解决了这个问题。如果你不吸取过去的教训，你就不能够成为一名优秀的心理学家。你必须为你的志向和抱负增添夸张的成分。否则，你就是一个傻瓜，或者是一个在海岸上拾贝壳的“半吊子”。

但是，夸张自负是很危险的，因为我们当然不是神。我们要流汗，我们会死亡。在一定程度上，把这两类品质结合在一起是我们的任务。另一方面，如果我们不能够把握识别谬误的意识，那么我们将会变得像偏执狂。另一方面，如果我们保持我们的崇高理想，那么我们将成为平庸卑下的人。拥有太多过分自负的人，注定会变成一个偏执狂。如果对我们的缺陷过分关注，我们就会患神经症。

总之，永远应该注意：当没有了幽默，偏执狂就不远了。

附：

幽默的意义

译者按：这是马斯洛在1959年5月18日记下的一篇讨论幽默的日记。弗洛伊德在后期把幽默看成是一种成熟的防御机制。从这篇日记中我们可以看到，马斯洛赋予了幽默更大的意义。

一个美妙的想法！产生于阅读阿西莫夫和约海斯特的科幻小说。首先，玩笑(Jokes)如果“卡答”一声使人开窍(click)的话，可以引起高峰体验。玩笑不见得都能引起这种体验，但如果非常高明，确能引起高峰体验。层次低一些的幽默(Humor)也是如此。(对此还是思考一下)一个玩笑具有高峰体验的一切特征：压抑和戒备的消失，怀疑、恐惧、焦虑、悲哀的消失，突然的统一，“突然的光明”。关键在于，玩笑可以是人类困境解决的出路，它连接和填补了希望与现实、灵魂与局限(Limitation)之间的距离，具有非常深刻的统一功能。爱情、艺术和理性也有同样作用。

玩笑可以使人在傲慢的同时保持谦卑，因为人可以嘲笑自己的趾高气昂——这种嘲笑使傲慢变得可以接受，而不至成为妄想狂和自大狂，傲慢也因此不会是一种罪过。幽默感允许我们保持为完成某一事业而必需的骄傲。从人类的局限性，人所不可避免的死

亡等角度来看，自信心实在是疯狂、可笑的。但自信心同时又诱发了神性（你是人还是地鼠？）

因此，我们可以是渺小的，同时，又是伟大的，因为两者对我们来说都是必要的。当你努力接近神性的时候，你能始终保持着幽默感，是非常明智的。你必须持有足够的自我贬值能力和距离感，认识你是一个有着极大的局限性的、正在超越自我的人。正因为人做了尝试，他偶尔会成功，也正因为 he 确实做了尝试而值得尊敬。这是一种勇敢的举动，很接近于悲剧。事实上这就是悲剧：人努力成为神，并因此受到命运的惩罚。在喜剧里，人没有受到惩罚，毕竟他没有真正敢于成为神——这一切都是玩笑，不必当真。

第十六章 人性基本上 是自私的吗？

编者按：40年代中期，马斯洛的研究兴趣已经明确地转移到人类动机和人格问题之上。在此之前，他已经系统地阐述了“天生需求层次”的思想观点，并开始把这个观点应用到关于人性的研究中去。出于乐观主义的倾向，马斯洛彻底抛弃了弗洛伊德悲观的理论。后者认为，自我满足是压倒一切的人的驱力。下面这篇没有发表的文章写于1943年，是马斯洛在布鲁克林大学开设的人格心理学的课程讲义。

概 要

1. 所有关于人性的价值体系都植根于一定的心理学假设。也就是说，它们要么认定人类是“自私的”（邪恶的、软弱的、愚昧的、愚蠢的），要么认定人类是“无私的”（慷慨的、友善的、明智的、有理性的、有合作精神的）。当然，还有一些特殊的价值理论体系是建立在这两种假设的混合体之上的。例如，对贵族体制或者君主体制的信仰，或者像“必须恐吓人们，才能让他们变好”这样一些信念。

作为上述观点的必然结论，下面列举的每一个人，都可以看成是主张某种人性观的典型代表：基督、耶稣、约翰·卡尔文、西格蒙

德·弗洛伊德、阿道夫·希特勒、托马斯·霍布斯、亚历山大·汉密尔顿、托马斯·杰弗逊、马丁·路德、J. 雅克·卢梭、阿瑟·叔本华和亚当·斯密。

2. 许多世纪以来，人们对人性的看法始终被认为与宗教信仰、神学和哲学息息相关。但是现在，科学的思想方法开始被应用进来，人们对于最终找到完满明确的答案充满了信心。甚至可以说，科学答案的不少基本要素都已经找到了，至少对人性进行某些科学的分析已经成为可能。

3. “人性基本上是自私的吗？”这一问题本身存在着语义上的困惑。像“无私”、“自私”这样一些词语，并没有一致公认的含义。分析这些不可解决的争论，常常可以揭示出在这些词语在定义上隐含的差别。这种差别一般是人们没有意识到的。这些词语根本不适用于在科学研究中出现。即使是在同一个人的话语中，它们的具体含义也可能发生变化。通过使用某种语义技巧，比如，给出不明确的模糊定义，你既可以证明所有人都是无私的，也可以证明所有的人都是自私的。

4. 只有精神变态人格才被看成是完全的自私自利者。但是，即使是精神变态者，有时也会做出无私的举动。因此，有必要在自私的行为、冲动和个性本身三者之间作出区分。

5. 是否有完全意义上的利他主义者存在？让我们看看下面的一些例子：受虐狂、病态的依赖者、奴隶以及全心全意爱的表达者。你就会意识到将人的行为与动机区分开的必要性。因此，采用心理动力的研究方法是必要的，纯粹的行为主义只会产生混淆。区分“健康的”动机和“不健康”的动机也是必要的。

6. 上述争论来源于对动物的观察。伪达尔文主义。人类的近亲——黑猩猩具有诸如合作精神、利他主义和表达爱这样一些无私的行为。当然，根据动物的行为来推断人性，在逻辑上是站不住

脚的。但是如果有人挑起这一争论,通过指出无私的进化基础就可以对他进行反驳。

7. 总的来说,“自私”常常与情感上感到不安全有关。“无私”则可能意味着在感情上感到安全,意味着自我实现和心理健康。这样,我们可以认为无私是内心充实或者基本满足的表现,而自私则说明以前或现在不满足、饥渴和内心贫乏。在精神病学这个范畴内,埃里克·弗洛姆的名为《自私和自爱》(1939年)的文章对刚才讨论的内容将有所建树。

关于自私与无私的探索

自私的语义

在开始讨论的时候,我们通过对几种语义的考察,把问题说得更加明确一些。实际上,每一个对我们将要讨论的概念有所了解的读者都会这么做的。在通常的情况下,那些涉及基本而重要的难题,特别是当它们长期悬而未决,就总会包括一些令人困惑的词语。它们由不同的人以不同的方式使用,其定义有非常大的随意性。符号与客体之间的关系含混不清,加上各种各样不合理的抽象,使它们变得混乱不堪,难以理解。

如果某人对人性问题持极端观点,我们对他关于人性问题的阐发进行长期追踪考察,就很容易发现他的整个论点都是建立在自私与无私某种隐含的、不自觉的定义之上的。我发现,那些认为人的天性是自私的,而且认为这种自私是健康的人,他们最终会接受自私的下述定义:所谓自私的行为,就是那些对个体有益,或者是使个体感到愉快的行为。

但是,稍微思考一下就会发现,这个定义有失偏颇,因为它自动设定,或者说在实际上认为,人类所有的行为都是功利性的,都是为了满足个体对快乐和利益的追求。这样的方式正是一种试图

从一个隐含的、预先设定的定义来解决问题的方式。

那么,如何才能驳倒这个观点呢?有好几种方法可以考虑。例如,我们可以指出,无论如何,人类的行为之间总有差异,其中总有某些行为可以称为完全无私的行为。或者,为了便于讨论,我们可以先接受这种定义,然后,在此基础上,强调依然有必要从词语上加以区分。这种区别是个人可以通过他自己的行为,或者他人的行为来体会到的。

例如,如果我在星期一虐待一个孩子,星期二又善待他,这个孩子是能够区分我不同时间的行为之间的差异的。但是,即使我们从理论上认定所有的行为最终都是自私的,我们依然免不了要区分“自私的自私”和“无私的自私”的差异。不管怎样,我们并不能通过文字游戏来使实际存在的差异消失。我们必须识别现实生活中的人们是如何区分自私与无私的,即使这种区分是错误的。

上述思想还可以换一种方式来表述:在现实世界里,我们的确能够找到行为之间的差异,即使这些差异并没有反映到概念化的精神世界中。但是,如果这些差异在现实中确实存在,它们就应该反映到概念化的世界中去。例如,为饿得奄奄一息的朋友提供食物,与拒绝为他提供食物这两种不同的行为,我们就应该进行区分。毫无疑问,没有理由把这两种行为混为一谈,认为它们都是自私的。

有必要指出的是,那些人数较少,认为人类从本质上而言是无私的理论家,也存在这样的问题。他们通常对无私这个概念采用如下定义:如果一种行为对他人有益,或者能给他人带来愉快,这种行为就是无私的行为。这种陈述依靠某种预设的定义,自然而然地认为所有的人类行为都是无私的。

语义学专家将会指出问题的另外一个方面:价值评价是和自私与无私这两个词语联系在一起的。在我们的文化中,自私这个词

具有贬义色彩，其词义不受欢迎。与此相反，无私则是美德的象征，其词义悦人心意。语义学家们知道，词义和价值观念紧密相连，麻烦与困惑往往接踵而至。

从我们的角度来看，我们不应该对问题有偏见。我们不应该假定自私和无私究竟谁好谁坏，除非我们已经确信事实如此。在某些时候，自私可能是有益的；而在其他情况下，则可能是有害的。同样，无私的举动在某些情况下是好的，在某些情况下则是坏的。

综上所述，我们必须明白，如果想把自私和人性问题用科学的公正态度加以研究，我们就必须首先找到合适的词语，并给出更加精确和有意义的定义。其次，为了避免价值判断对定义和词语的影响，我们必须使用更加客观的、不涉及价值判断的术语。

来自动物研究的证据

那些企图证明人类从本质上看是自私的或者是无私的作者，常常使用动物行为来支持他们的观点。有时候，这些人是依靠古代的“洞穴人”而不是动物的行为来证实他们的观点的。这种情况在哲学家、神学家和政治理论家中尤其明显。这些作者常常求助于寓言，用诸如狮子、老虎和狼等动物来证明人类是无法信任的，这不是极其荒谬吗？

为什么是荒谬的呢？因为即使是从理论的角度而言，这样的理论也是完全站不住脚的。我们根本不能够单凭其他物种的行为就对人类的行为作出任何有意义的结论。实际上，对某个物种的特征来说是正确的判断，对于另一个物种来说，也许完全是错误的。因此，应用这种研究方法的理论家与其说是达尔文主义者，不如说是伪达尔文主义者。对心理学家来说，他们有时确实会为了种种原因利用动物研究的成果，但只要他们是慎重的，他们就会承认，这只是为了对实验技术加以改进，或者是为了对问题进行初步研究，并

不指望这些内容将揭示关于人性的真理。

在这里我不准备对伪达尔文主义及其错误进行细致深入的分析,但刚才的论述已足以说明其荒谬性。

无论如何,就人性问题而言,伪达尔文主义的研究方法常常会导致与设想完全不同的结论。可以打个比方,既然总是把人与老虎、狮子等进行比较,为什么不试着把人与兔子、马、鹿也作一番比较呢?

人与食肉动物可以比较,为什么人与食草动物不能够进行比较呢?很容易看出,伪达尔文主义的比较仅仅限于少数几个物种,而地球上的物种成千上万。

更重要的依据在于,如果我们选择人类的近亲类人猿,特别是我们熟悉的黑猩猩与人类进行比较的话,那么生物学上的遗传特性似乎并不是向自私、残忍、支配和专横等方向发展的,而是更加倾向于合作、友谊和无私。这些行为恰恰是黑猩猩常常表现出来的。除了在野外环境中取得的证据而外,现在的实验证据也证明了上述观点。例如,各种实验都表明,黑猩猩会帮助它们的伙伴,包括匀出自己的食物,救助将要饿死的邻居。强壮个体常常是弱小个体的保护者,而不是统治者。

那些在工作中与黑猩猩打交道的工作人员也发现,他们能够与这些动物建立真正的友谊,甚至友爱。这些关系不仅在黑猩猩之间存在,而且也在黑猩猩与那些在它们周围工作的人们之间存在。

但是,实际上我并不希望进行过多的诸如此类的观察。正如我在前面已经指出,这种论证的思路不管怎样还是错误的。但是,这种富有想象力的实验的确很具有诱惑力:只需要举出在动物中存在的无私甚至是利他行为,就足以推翻伪达尔文主义的观点。伪达尔文主义认为,通过对其他物种的研究,我们就可以准确地得知,人类从本质上看是自私的、残忍的和乐于支配他人的。事实表明,

这种看法是错误的。

我想对有关史前洞穴人的情况进行总结。一般的看法是洞穴人是原始、野蛮、好斗的，甚至是残忍成性的。但是，实际上并没有任何证据支持这种观点。科学家对史前洞穴人的了解仅仅限于解剖学，除此之外，一无所知。只是因为洞穴人看起来野蛮，人们就认定其行为必然凶残。与我们的现代文明相比，也许洞穴人要善良得多，对其他成员更具有利他主义倾向。我并不能证明这种判断是必然正确的。但从我们有限的知识出发，我们也同样不能够得出洞穴人凶残的结论。

我们必须承认，我们对洞穴人知之甚少。关于洞穴人依靠家族成员或是朋友来统治部落的说法只是传闻而已。它们根本就不是科学的结论。在有关自私人性的研究中，我们必须彻底抛弃任何倾向于借助动物行为或是人云亦云的洞穴人的行为研究方法。这些方法在我们正在探讨的问题中不值得一提。

健康的自私

在本文的前部分，我已经指出，像自私、无私等这样一些词汇，其本身就带有不同的价值观念，在某种程度上导致了偏见的产生。如果什么事被认定是自私的，那么通常人们的反应就是“应该反对它”。但是，精神病学和临床医学的发展却要求我们抛弃这些简单的方式和态度。

例如，对受虐狂的研究表明，大量表现为无私的行为产生于精神错乱或者是自私的动机。我们不应该总是被无私行动的外表所迷惑，因为表面的无私的下面也许掩盖了惊人的敌意、嫉妒或者仇恨。

在对此类病人实施精神治疗的过程中，常常有必要至少在某些时候，教会他们采取所谓健康的自私的行为方式。对于那些缺乏

自尊感和那些把自己的基本需要看成洪水猛兽的人来说，有必要用一套全新的方法来使他们认识自身。只有这样，才能最终获得心理健康。换句话说，从精神病学的观点来看，牺牲自己满足别人并非永远可取。

心理分析学家埃里克·弗洛姆曾经这样概括上述观点：一个既不自尊也不自爱的人是不会真正尊重别人，爱护别人的。因此，有必要区分健康的自私与不健康的自私，健康的无私与不健康的无私。更具体一些说，我们必须明白行为与行为的动机之间存在着差异。外在的行为也许是自私的，或者是无私的，引起这些行为的动机，同样可能有自私或者无私的差异。

这项一般意义上的结论以一种模糊的方式被证实，其依据是心理学上关于健康者与不健康者的临床经验。心理健康与无私行为之间存在着某种联系。这也许是正确的，但如果我们能够把行为按动机进行分类，并且能够更加精确地指出心理健康与我们所谓健康的无私之间的确有很密切的联系，那么这种联系就会变得更 valuable。

一项实验表明，当一个情感健康的人在行为上显得无私时，其根源往往由于他的基本需要得到了满足，从而表现出感情丰富。也就是说，他的行为是源于内心充实而非贫乏。而一个精神病患者自私的举动，往往是一种在被剥夺感驱使下的产物，其表现有恐惧感、不安全感和内心贫乏感。

在临床上，通常假定自私、敌意以及邪恶产生于个体的基本需要的满足受到了阻挠。无论它们是源于过去还是现在。

最后，我们引入新的词语来结束。我们把无私称为心理富足，把自私称为心理贫乏。

对儿童的观察

对儿童观察说明,刚才我们描述的现象,有可能在儿童身上得到清楚的体现。但不幸的是,人们通常不加深究就认定儿童在本质上是自私的,甚至比成年人有过之而无不及。这种看法产生的根源已经无法考察,因为即使是最随意的观察都会表明,儿童也同样具有多种多样无私的、利他的慷慨的行为,至少那些情感健康的儿童是如此。实际上,那些受过良好教育、身心健康的儿童,由于他们的无私给父母造成的麻烦一点不比由于他们自私造成的麻烦少。例如,有的儿童不仅会从同伴手中夺走玩具,也会把更加贵重的玩具送人。

儿童所具有的利他主义品质,至今还没有用实验方法来检验,因为这很难进行定量分析。但是这些障碍并不能否定儿童身上所表现的利他主义品质。很显然,已经有大量的证据可以证明,人类天生具有强烈的无私的品质。

第十七章 科学、心理学和 存在主义

编者按：60年代初，欧洲存在主义思潮对人本心理学开始产生影响，马斯洛对此非常关注。同美国国内的罗洛·梅以及卡尔·罗杰斯这些人一起，他开始把存在主义看成一种对心理学理论和心理治疗具有重要意义的哲学运动。在这篇日期为1966年2月8日的简短的论文中，他提出了自己的看法。

我们正处于这样一个过渡性的历史阶段，人类关于对自身的描述正在发生变化，各种人生哲学也层出不穷。以前的人的观念可以说是机械主义的人的观念，以前的社会科学可以说是机械主义的社会科学，而新的人的观念则是人本主义的人的观念，新的社会科学可以说是人本主义的社会科学。有些人也把它叫做“新人本主义”，还有一些人则把它叫做“新新人本主义”，甚至“新新新人本主义”，简直没完没了。这就像我们使用眼下仅有的词汇来谈论一种未来的感知方法，而这些词汇本身却正在被更换。于是，这就产生了一个在描述方面的难题。

一般说来，这种特别关注人性的理论，我们称之为**人本主义世界观**。所有的行为科学都正在受到它的影响。赞成这种观点的作家有刘易斯·芒福德(Lewis Mumford)以及《人本心理学杂志》的

撰稿者们。阿尔道斯·赫胥黎(Aldous Huxley)在他去世之前也试图对这种世界观表达他自己的看法。总之,这种观点反对一切非人类、非个人以及客体化倾向的研究方法。

最近一本用这种思想写的书是弗洛伊德·马特森(Floyd Matson)的《破碎的画面》(1966年)。另外还有一本是迈克尔·波兰尼(Michael Polanyi)的《科学、信仰和社会》(1964年)。这是一本值得一句一句反复阅读的书。这本书我读了四个月,现在我又开始重新阅读,所有从事行为科学研究的人都应该认真阅读这本书。

那么,科学观点中这种广泛的“两党制”体系是怎么回事呢?心理学领域到底发生了什么?科学中的机械主义和行为主义把人看作是完全被动的东西,就像台球桌上的台球一样。另一方面,在心理学内还有大量的小派别。例如,西奥多·瑞克(Theodore Reik)、阿尔弗雷德·阿德勒以及其他,从前他们只是在对机械主义的批判中才团结起来。近来,欧洲存在主义成了一股影响这些不同派别联合的重要力量。在美国,它已经被我们的思想家接受下来并实现了本土化。这是在近三四年里才发生的事情。

“新存在主义”不再把人看作是由马克思主义的经济力量或弗洛伊德主义的潜意识所支配的对象而是积极的行动者。

在今天,关于选择、个人体验、决定和责任的讨论与日俱增,不少文章谈论如何使你成为自己的主宰,或者如何把命运掌握在自己的手中。但在B.F. 斯金纳(斯金纳是最聪明的行为主义者)的作品中,你绝对不会发现这样的字眼。他所谈论的往往只是关于“强化”的问题。

在斯金纳的小说《沃尔登第二》(Walden Two, 1962)中,所有的人都生活在被制约、被管束和被塑造状态之中。这是由一个仁慈的先知所领导的消极的社会。斯金纳并没有告诉我们,是谁创造了这位先知。他也没有设想如果这位先知不是仁慈的而是邪恶的话,

情况会发生什么变化。与此相反,存在主义却强调每个人进行选择 and 反对别人意见的自由。这种关于人的图景非常有意义,它为新的社会科学研究开辟了道路。

近来关于自我和个人同一性问题有许多讨论,这种讨论暗含着我们称之为“人性”的东西,但是机械主义思想家却没有这样的关于人性的概念。对于一个存在主义者,总有什么要去揭示、去发现。存在主义者是产生作用者、自我推动者、决定者。

新的心理学也有关于健康和疾病的理论。我指的是什么呢?也就是说,疾病来自于对人的潜能的否定。一种健康的生活会不断寻求发挥这种潜能,并用它来指导生活。这是人类的一种高级能力,它使我们从猩猩或猿人中分离出来。存在主义认为,疾病来自于不能以这种高级方式生活,来自于人的自暴自弃,而不是病菌或什么外来伤害对人体的损害。

这种态度也产生了一种关于社会的理论。一个好的社会能够提供最好的条件,来满足个人成长的需要,充分发挥人的潜力。社会里的每一种制度都应以这个理想为目标。例如,从这个观点来看,宗教机构或者起积极向上的作用,或者是产生精神病态的根源。

科学是科学家个人本性的体现。可以肯定的是,那种非个人的观察模式来自于物理学的研究模式。这种非个人的视角是有限的、不足的,有时甚至是具有破坏性的。但这些局限并不是不可以突破的。总之,科学是可以用人本主义的模式来研究的。那种非个人的模式不能够同价值、个性、伦理和道德联系起来。但是,在理论上,科学是可以具有价值倾向的。

机械主义的心理学观念无法解释人性中更高层次的东西。当我们试图研究具有更高生活境界的人的时候,古典的分析模式就失效了。每当我试着同我的科学家朋友讨论这个问题的时候,他们

常常会问：“你为什么想要否认科学？你为什么憎恨科学？”但是人本主义者并不憎恨科学。我只把我的努力看成是要扩充科学，赋予它更高的理解力，因为，很多古典科学显然存在无法处理和解决的问题。这个事实一直是小说家、诗人和宗教人士的共识。他们对科学都有一种恐惧，这种恐惧今天的年轻人也同样感觉得到。事实上，有不少的人都认为，如果所有的核物理科学家现在突然都死掉，会是一件令人高兴的事。这些人认为，科学是对生活中所有美好的、令人鼓舞的东西的威胁。

这些看上去似乎是非理性的看法，实际上在某些方面具有无可置疑的正确性。主流科学有一种把自己世俗化的需要，有意地使自己变成一种工具，来取消神圣和情感性。我的心理学研究提供了这方面的例证，但我要讲一讲我的亲身经历，我在威斯康星大学医学院时第一次做手术的经历：

那时我没有真正意识到这一点，现在回首往事就很清楚了。我认为，教授们并没有让我们懂得，大家是在帮助一位同胞。病人只是被看成是一个东西，一件物体。

一名患乳腺癌的妇女需要动手术，为防止癌细胞扩散，必须用燃烧切割法切除乳房。手术用的是电动解剖刀，动手术时，有一半的学生都想呕吐。但是，那位主刀外科医生用随便而又冷静的口吻谈论切割方式，对那些因难受而逃出手术室的新生毫不在意。最后，他割下了乳房，把那团东西往大理石桌面一扔，当时那“扑通”的一声，过了30年我还记忆犹新。那乳房从美好而神圣的事物变成了一团脂肪和一堆垃圾，最后被扔进了废物桶。这里没有任何礼仪，也没有什么祈祷，连最不开化的社会都不如。这里只有纯粹的技术，专家显得镇静，冷漠无情，甚至还有一点故弄玄虚。

当别人把一个死者介绍给我作为解剖对象时，情况也一样。也许我不能说是介绍，因为我不得不自己去打听他的名字。他曾是个

伐木工人，在一次殴斗中丧生，是个年轻人。到了后来，我也学会了像别人那样看待他：他不是人，不过是一具将被解剖的尸体。医学院的新生试图使内心感情变得易于驾驭。他们需要控制自己的恐惧、同情及外表下面的脆弱感情，甚至抑制自己的眼泪。很多时候，当我们和病人达到沟通，对他们的疾病以及他们对死亡的畏惧有所理解时，我们真想大哭一场。实习医生们既然都是一些年轻人，他们就常常独出心裁，以年轻人特有的方式来训练自己。例如，他们坐在死尸上吃汉堡包，还特意照相留念。这是最典型的方式和程序。学生们几乎都这样干过，但是我没有。在饭桌上用餐时，有的人会突然从手提箱里拿出一只人手，放在饭桌上，或者对于身体的阴处开一开流行的玩笑。

我在医学院只呆了一年就退出了。教授们对生命和死亡默然视之，毫无尊敬的态度使我非常厌恶。但不幸的是，医学院的学生们也以能够表现学校所推崇的“冷酷”为荣。那么，除了种世俗化和技术化的趋向，现代医学就没有其他更人道、更具宗教意味的发展可能吗？现代医学中对人类高级情感的庸俗化正试图取消世界上的一切神圣和奇妙。这是一种堕落的态度——对人只有一种认识，那就是，“所谓人，无非就是价值 24 美元的化学药品。”或者，“所谓接吻，无非就是两个食管末端开口的并置。”像这样的例子，我已经有几十个了，有时候不知什么原因，我甚至觉得它们很可笑。

还有一个例子，我有一个朋友，他曾经与死亡擦肩面过。在一次大手术中，他险些死去。然后他告诉了我他的感受。这确实是惊心动魄的，非常奇妙的经历。他看到了不同的景象，包括清楚地看到了自己的一生，随后他就下决心改变一切。这件事发生在两年前，从那以后，他确实变了。他的手术经历显然给他造成了深刻的影响。在同这个朋友谈过以后，我认为应该对这样的经历进行研究，研究甚至应该从手术室就开始。

不久以后，我向一位大夫询问我这位朋友的经历是否典型，他毫不在意地回答：“当然了，非常普遍。你知道，只不过是幻觉。”这就是他全部的评论！那么，科学的实质就是对世界进行庸俗化吗？我很怀疑，因为真正伟大的科学家往往并不是这样。他们有一种真正的关怀感，谦逊和对自然的敬畏。但他们一般都不太愿意表达这种感觉。所以只有科学家们知道自己不会再被别人嘲笑，科学才能破除对人文关怀的偏见和恐惧。要达到这一点，也许我们要完全改变我们已有的观念。

第十八章 心理学能够 为世界贡献什么？

编者按：50年代中期，马斯洛打算与人合著一本包罗万象的书，企图囊括所有的现代心理学。这不是一本通俗易懂的入门书，而是一本深刻的有独特价值的论著。它与威廉·詹姆士的开创性的著作一脉相传，能够使当今的学院心理学焕发生机，并由此创造一个更加美好的世界。马斯洛后来放弃了这一计划，他意识到，自从20年代他上大学本科以来，心理学已经有了很大的发展，再写这样一本书已经不合时宜了。下面这篇没有标明日期的短文，他本来想用它来作该书的前言。

原教旨主义者相信，只有一条道路通向天国。非常不幸的是，一些科学家与他们十分雷同。他们在进行研究时只注重量化，将它作为进入神圣王国的惟一钥匙。他们特别强调非实用性，许多显然能够为人类造福的研究都被斥为“不科学”。不少科学家基本上只推崇某一种类型的实验技术，而对其他技术嗤之以鼻。这些人使我想起教会分裂者，他们如此专注于祷告词的正确发音，或者如何以一丝不苟地以正确的方式进行宗教仪式，以致于本末倒置，忘记了宗教本来的要义。

对于一个真正的科学家而不是技师或者匠人来说，宗教是一条达到真理、理解世界和回答人类重大和紧要问题的途径。但是，

另外一些人只不过是科学上的法利赛人。他们热爱做事情的方式，胜过所做的事情本身。

在我们现在的时代，可能出现的毁灭性灾难威胁着整个人类。但是，理想世界的前景此时比以往任何时候更加光明。因此，我觉得比以往更加有理由以最严肃认真的热忱态度，毫无玩世不恭、言过其实或忸怩害羞地追问：什么是人生的意义？我们怎样才能获得幸福和安宁？我们怎样才能成为优秀的人，真诚、正直而善良？我们怎样才能达到力所能及的目标？我们能够合情合理地要求人性什么，又是什么使它承受了过度的压力？人性能够要求社会做什么？我们如何改变社会使所有这些事情都有实现的可能？

如果今天的心理学对这些问题的回答，不能够比50年以前最智慧的人所能给出的答案更好，那么它作为一门科学学科已经失败了。但是，我相信心理学能够比以往更有可能对这些问题作出更好的回答。不仅如此，我还相信，世界的希望在于理解世界的本质，也就是通过所有的社会科学学科，特别是心理学来了解社会。

我一直努力保持我少年时的敬畏感和好奇心，对于人生、爱、幸福等基本问题，从我小时候上学就伴随着我。我一直都十分关注它们。我由衷地坚信，在心理学文献里有很多可以利用的材料，所以我将注意力集中在这些材料上。我在这样做的时候，毫不犹豫地放弃了社会科学的许多问题、实验和技术，因为它们很像希腊文字社团或者“大学生联谊会”的秘传物，其目的更像是支撑内部成员的自尊，把他们与一般人区分开，而不是弘扬那些谦卑地与历史上伟大思想家站在一起的公仆们的高尚情操。这些思想家都是了不起的提出问题和回答问题的人。他们包括亚里士多德、苏格拉底、笛卡尔、斯宾诺莎，还有现代心理学的思想家，如威廉·詹姆士、西格蒙特·弗洛伊德和马克斯·韦特海默。

第十九章 我们的审美需要

——探索笔记

编者按：由于很早就迷恋于音乐和美术，马斯洛一直认为审美是人类人格的一个重要特点。在威斯康星大学读书时，马斯洛曾经打算以对音乐心理学的研究作为自己的硕士学位论文，但没有被校方接受。他们认为，这个课题虽然新颖，但毫无“科学性”可言。尽管在以后的工作中，马斯洛很少对美学进行深入研究，但一直认为审美问题是值得认真对待的课题。他在1950年1月写了这篇文章，没有发表，也许是为自己在以后进行更全面的分析奠定基础。

我们关于审美的需要、冲动、愉悦、创造性，以及所有与审美有关的体验，很少能够通过实证进行把握。但是，审美的体验是如此强烈，审美的渴望是如此迫不及待，使得我们不可避免地想要设置一些概念来指称这些主观事物。为了解释这些强烈的体验，建立理论是很重要的。对于我们的审美需要，只有一事我们切不可做，那

就是置之不理。^①

在常识中,我们就很容易收集到零零散散的证据,证明关于审美需要假设的合理性,正如我们在证明认知需要的存在时所做的那样。如果别无他物,书目调查本身就可以证明这项研究的合理性。审美问题是一个尚未解决的问题,一个当今的心理学界应该攻克的问题。

不幸的是,除了大声疾呼“问题!问题!”之外,我们现在提供的只有几条有待以后讨论的假设所划分的区别。

首先,我们不能够说“一种”审美需要,就好像它仅指某一种特定的冲动似的。其实,显然审美冲动可以辨认出多种,其中的几种甚至所有的冲动都可以认为是审美需要。

人的审美反应,是大多数人认为不可言表的主观的自省的有意识的反应,即它不能够用言语描述,只有亲身经历后才会了解。但是,仍然有许多词语被普遍用于描述这种体验。例如,我们常常可以听到人们用如下语言来形容审美感受:心跳加快,屏息凝气,全神贯注,舒坦畅快,以及激动颤抖等。

真的,我常常觉得审美体验与心理学家所说的“感官冲击”也许有一些相似。例如,这种体验就好像一个人突然被冰凉的水浸泡时所产生的反应。目前,我只是对这种可能存在的相似性进行猜测,但是这一点却是容易检验的。

审美体验会导致各种简单的平常的反应,例如,我们会乐意收藏那些怡情乐性的事物,如绘画、音乐唱片等。或者,我们会去参观

^① 马斯洛曾经提出,科学研究有两种倾向:“以问题为中心”和“以方法为中心”。他认为,不应该为研究的精确性而牺牲问题的重要性。人本心理学的研究是“以问题为中心”,首先强调重要性,然后在研究中尽量改进方法,增加研究的精确性。马斯洛用这种解释来为自己关注人类的重要问题辩护。——译注

艺术博物馆、欣赏音乐会等。总之，现在我们能够说的只是欣赏、乐趣、愉悦以及鉴赏，还谈不上“真正的审美创造”。

从理论和实践两方面来说，审美创造与审美鉴赏是不同的，心理学家应该区别对待。不必说传说中有讨厌音乐的小提琴名家，就连品位高雅的鉴赏家也常常是毫无创造性。甚至在原则问题上，批评家与富有创造力的艺术家之间的论战似乎都是永无休止的。在分析艺术创作活动时，似乎有数种分类和区分可以援用，而其中大多数对心理学毫无用处。但是，有一种区分却十分重要，那就是表达性创造力和模仿性创造力之间的差异。

表达性创造力不一定具有交流性的或者容易为众人所接受，但它在心理治疗中的意义却非常重要，例如，纯粹表达性的绘画，对于创作者之外的人可能有意义，也可能毫无意义。且不谈该绘画实际具有什么样的美感，它至少可以给创作者本人带来极大的愉悦和情感的宣泄。

显而易见，交流性的艺术却与之大不相同，因为其中含有其他交流形式所具有的动机的一部分或者全部，而且会产生多种效果。例如学术讲座就是这样。如果我们的根本兴趣在于审美享受以及审美创造，那么我们会对表达性艺术更感兴趣，而非交流性的艺术。

有时候，一首诗、一幅画会像一场学术讲座一样具有说服力，或者说，它的目的是表达性的，但同时又具有交流性。例如，一幅画可以具有很强的装饰作用，同时也可以为我们描绘或使我们想起世界上还有美好的一隅。

且不谈美学本身，我们研究审美冲动的天生的强烈兴趣也许就有重要的理论意义。这样看来，美学领域也许可以作为连接心理学的场论研究者(field-theorists)与那些对人类需求和本能感兴

趣的研究者的重要桥梁。^①

审美冲动的最简单的例子，就是我们让物品各归其位的欲望。我们想这样做或者是对称，或者是为了条理清晰，或者是为了布局。比例失调，组合别扭，都会在我们的心中唤起一种重新调整、改善以及纠正的冲动。

这种情况是否可归因于我们内部需求或归因于外部干扰，或者更确切地说，归因于融合为一体的两种因素，这一点具有重要的理论价值。

毫无疑问，实证研究对于阐明所有问题都是十分重要的。

① 在这里，所谓的“场论研究者”可能是指格式塔心理学派。“对人类需求和本能感兴趣的研究者”可能是指有弗洛伊德心理学倾向的研究者。格式塔心理学把现代物理学有关“场”理论引入心理学，提出“心理场”、“行为场”、“环境场”、“心物理场”等概念。在物理学中，物体的运动取决于场，在格式塔心理学中，人的行为也取决于各种各样的“场”。格式塔心理学代表人物科夫卡同意把行为划分为“块状行为”和“分子行为”。“块状行为”产生于环境之内，“分子行为”产生于机体内部。他认为，心理学应该研究“块状行为”。按照他的看法，弗洛伊德心理学似乎在研究产生于机体内部的“分子行为”。马斯洛所谓的“重要桥梁”一说，大概就是指美学既涉及到“块状行为”，也涉及到“分子行为”。——译注

第二十章 悲剧心理学

编者按：马斯洛在对人格成长的看法上，毫无疑问是一个乐观主义者。但对于人类的状态，他却比大多数心理学家都更有一种浓重的悲剧意识。也许这种悲剧意识起源于他幼年时代由于疾病而受到死亡的威胁。当马斯洛于1961年9月写作这篇生前没有表的文章时，他正沉浸在关于人生的存在主义哲学和其他哲学著作的阅读和思考之中。这篇文章与他60年代后期的论文相比，其调子显然是低沉的。

我正在读墨德·巴德金的《诗歌中的原型》(1934年)，这是一部使人极度兴奋的著作。其贯穿作品始终的主题是：悲剧归根结蒂是关于原型支配与服从倾向的矛盾冲突。这种冲突不仅存在于个人身上，尤其是英雄身上，还普遍存在于个人与命运、个人与自然、个人与上帝之间。下列是各种悲剧的类型，每一种都可以得到确认，并进一步展开论述。

1. 君王或父亲被迫放弃其原有地位。

2. 幻想破灭——这是在成长过程中无法避免的。这也意味着被逐出伊甸园后，幼年纯真的失落。

A. 从高到低的任何形式的滑坡——也就是从强大变成弱小。

- B. 高潮之后的低落。
 - C. 从巅峰状态到低谷状态,最后走向死亡。
 - D. 从欢呼胜利到尸骨不存。
 - E. 满足带来快乐,但紧接着却是厌烦。
 - F. 体力充沛带来一帆风顺,但紧接着又是疲劳、虚弱和自我保护。
 - G. 在体验新奇的幸福感之后,随之而来的就是满足、习惯、厌烦。
 - H. 国王、君主、统治者、“黄金贵族”(golden boy)、“人生幸运儿”(darling of life)的衰落。
 - I. 从幸福到不可逃避的不幸福(幸福不能持久)。
 - J. 从单纯无知到迫不得已地掌握各种险恶的知识。(这意味着从幸福到沮丧)。
 - K. 高居其位的英雄或是预言家的注定垮台。
 - L. 从绝望到胜利,从胜利又回到绝望。
 - M. 从平庸到显赫,又从显赫回到平庸。
 - N. 从完满到虚无(如饥饿)。
 - O. 从性欲亢奋到没有性欲,它被“消耗”了。
 - P. 从狂欢到酒后不适。
 - Q. 从年轻到衰老。
3. 矛盾的感情——俄狄浦斯情结或其他。没有完美的解决方法,也就是说无论欲望的满足或受挫都会导向悲剧的发生。(在这方面两者并无区别)无论欲望的强化或削减(矛盾感情的两方面)都意味着悲剧。这里包含了存在于男人和女人之中的支配与从属的感情矛盾。
- 4. 为某种错误的选择而浪费一生。
 - 5. 个人内心中具有的兽性与神性的矛盾。无限与有限的矛

盾,想象与现实的矛盾,高尚与荒诞、渺小、可耻的矛盾。注意到这些现存矛盾的不可调和性是非常重要的。

6. 改变生命的“突发事件”(例如托马斯·哈代的小说)。如果那样,事情又会是什么样呢?我们可以设想错误没有发生。“如果要是我没有……或是我那样做了……”

7. 存在性公正的终止:这种行为的完成带来公正,然而也导致令人不快的结局。

8. 梦想破灭,成长中断,夭折;舞蹈演员、赛跑运动员或其他运动员受伤至残;灾难、疾病、死亡使得胜利进行中的诺言、信仰、事业、任务、工作成为泡影。

9. 一相情愿的单恋:不可能满足却可以想象。

10. 长时间地未能从紧张与冲突中摆脱出来。很自然地就回到了先前的状态。关于死亡与再生,我们可能对再生总怀着一种矛盾的感情。宁愿静静地呆在那里等待死亡。

11. 对于不可能做的事感到遗憾。为各种各样的事后悔。

12. 我们瞥见了天堂却自知即将离它而去,并且是永远地离去。或者说我们再不能得到它,或者说死亡已经永久地把它从我们手中夺走。这种意念适用于所有的高峰体验,或实际上所有曾身处天堂或伊甸园的人,他们在幸福之中,平静地意识到这种感受将消逝而去。这种意识是不可避免的,对此我们也毫无办法。

13. 无论我们做什么,死亡、变老、日趋衰落都无法逃避。面对死亡,无论是我们自己的死亡还是别人的死亡,我们都同样无助、无能和脆弱。这种现实使所有貌似英雄、神一样的行为都显得虚伪。

14. 我们自己的理想或者人类的理想不可实现:你发现自己很愚蠢,永远也成为不了钢琴家或是作家,或者你必须放弃你年轻时的梦想,而接受低一个等级的现实。这是人到中年时常有的一种

悲剧意识：你必须承认，你永远也实现不了你年轻时的梦想。

15. 无可挽回的遗憾。事后的聪明不能弥补早先的过失。一个人在精神分析治疗中顿悟和在充分接受过去的悔恨。例如，我们再不能向死去的人道歉。很显然，我们会发现过去的自我并没有想象中的那样有价值，而现在我们却无能为力。

16. 大多数进退两难的困境，都产生于我们是什么与我们可能是什么之间的差距，或者说我们在哪里与我们可能到达哪里的差距。支配，服从。为什么似乎悲剧在男人身上发生的比率要比女人多？为什么实际上西方文学与历史的悲剧人物大都是男人而不是女人？这个事实是否表明悲剧必然涉及到男性争夺支配权排斥服从的倾向？与女人相比，男人更希望高高在上，而实际上他们却身处劣势。勃起不能，还不够成熟的男孩。性或其他方面的无能，正如弗洛伊德所讨论过的阉割焦虑。

17. 年轻等于“一闪即逝的辉煌”。

18. 死亡之前躺在病榻上的遗憾。伊凡·伊里奇的故事。死亡就像“最后的审查”。

19. 精疲力尽却没有片刻休息。人类的需求与欲望是没有尽头的。当任何一种欲望有片刻的满足时，另一种更高层次的欲望就可能出现。

20. 你能看到灾难即将来临而其他人却不能。看看阿瑟·科伊斯特勒的梦境。他遭到袭击，呼喊救命，在路边的水沟中窒息而死，但似乎没人听见或做些什么。

21. 那些几乎不可能实现的美丽的幻想。例如青年男子关于女儿国的幻想。

心理学新曙光中的悲剧

我可以想出一些更富有智慧、更有洞察力和辨别力的悲剧。例

如，一个人预见到第二次世界大战即将到来，他疯狂地呼喊想使人们清醒，但他却不能影响任何人，更不能阻止势态进一步恶化。

或者眼看着拉丁美洲的人口大爆炸，自己却无能为力。如果把给予某国援助看成是一种浪费，他一定是马尔萨斯“人口论”的拥护者。

只要我们翻开一部著名希腊悲剧的第一幕，或是读一本从一开始就能够看到悲剧结尾的书，我们就会体会到那种无助感，那种面对注定的悲剧而束手无策的痛苦。在现实生活中我们也常会遇到这种情况，比如，看到年轻人拒绝老人的忠告而走向灾难。巴德金在书中描绘了伊甸园里可爱而纯真的夏娃。夏娃并不明白撒旦的意思，然而作为读者和旁观者的我们却知道，很显然，对此我们都无能为力。诗人弥尔顿评论道：“在那里回荡着令人同情的悲伤，因为可爱的人就像一朵花一样注定要遭遇危险，但自己却全然不知。”

接着，巴德金又继续讨论了人类命运的悲剧。这是一种许多人在婚礼上都有过的体验，当那时天真的新人处于尽情的欢乐中时，却对隐藏在他们未来生活中的无法逃脱的不幸一无所知。那对幸福的新婚夫妇相信他们永远不会争吵，但我们这些过来人却知道他们一定会。我们甚至知道他们的婚姻在某一天可能会彻底崩溃，所以我们有一种想在现实生活中痛哭的感觉。

这种情况经常发生在老年人审视年轻人的时候，年轻人是那样傲慢、自信、而又单纯。他们蔑视老人，不听劝告。他们命中注定要重复我们年轻时代所犯的每一个错误。我们对此也无可奈何。但即使青春注定转瞬即逝，它也是美丽的、可爱的、动人的和令人心酸的。

巴德金还引用了弥尔顿的另一句诗，它描绘了撒旦如何为夏娃的美丽与纯洁深深打动：“在那里，邪恶的魔鬼出神地站着，从他

的邪恶中……”

这句评论使我对整个反价值问题进行思索，这大概与那些无可置疑的悲剧都有关联，它涉及到强者与弱者（支配与服从）的关系和人类终极的、现存的困境。

弥尔顿在《失乐园》里评论撒旦的诗句中非常巧妙地触及了这个观念：“但是火热的地狱在他的内心中燃烧着，虽然身处天堂之中，快乐却马上消失，他更加痛苦，看到的越多，就注定失去的快乐越多；随及刻骨的仇恨又萦绕心头。”这个观念关系到那种永久的欲望得不到满足的悲剧。还有许多与此相关类似的情况，比如说，一个老头爱上了体态优美的、极有诱惑力的年轻小姑娘罗里达（Lolita），然而他却不能碰她一下；或者一个中年男子或女人再不潇洒漂亮，但性欲依然旺盛，他们的悲剧就是再不能体验浪漫的爱情。他和她必须忍受一种永远不能够满足的欲望。另外还可以举一个例子，一个大学生发现自己的智商太低，以至于根本无法实现过去他对一生成功的梦想，现在，他不得不放弃这个梦想。

巴德金的最关键的论点，就是“悲剧总是带有一种启示，即强大的生命的某种延续与更新深陷在黑暗之中。”她还指出：“悲剧实际上在一种宗教的欢喜意味中传达着深刻的价值标准。这种意味的深刻价值标准，并不随着那些不能免于一死的生物的死亡而消失，虽然这些生物也部分地体现了这种价值观。”

我同意这种观念，我们如果以一种更好的方式表达，就是悲剧与其他生命情况不同，因为它使我们逃离匮乏性领域而进入存在性领域。也就是说，悲剧使我们直面人类的终极价值、问题和疑难，而这些是我们在日常生活中所普遍容易遗忘的。与悲剧相伴，我们便是在最高的水平上生活。不管某一个特定的英雄或者事件怎么样，存在性价值都将继续存在下去，它们是永恒的。另外，它们是那样美好和令人向往，以至于以任何困难、不幸、甚至是悲剧为代价

都是值得的。所以，在大部分具有震撼力的悲剧中，我们经常感觉到一种欢喜的意味，有时候也会体验到一种情绪的发泄与情感的净化。

从本质上来说，我就是想把所谓的狂喜理论或存在性价值理论增加在古老的解释悲剧对人类精神影响的净化理论上。因为我相信最关键的问题是被认为有一种杰出感、重要感和永恒感，而不是平庸与渺小感。从这个角度来说，悲剧就像我们参观展有精美作品的美术馆、见到非常美丽的人或是听到某种令人鼓舞的事件一样，能够净化我们的心灵，并使我们得到鼓舞。

巴德金又写道：“在这本书的前部，撒旦是一个普罗米修斯似的人物，他那与无望战胜的命运拼搏的英雄主题，使读者意识到自己也处在与命运斗争的状态之中。”（239页）

在这里，失败是命中注定了的，但作为一个普罗米修斯式的英雄，他也有值得骄傲和高兴之处，那就是英勇无畏，坚持不懈。尽管对手强大无比，他将一直战斗到最后。所以，如果我们也是普罗米修斯式的人物，我们可以敬仰他，也可以同时为我们自己感到自豪。

巴德金继续讨论这个主题。“宿命感是不可抗拒的，而人们的意志是不可束缚的。”这是一个总论点。这种痛苦象征了现代意识的深刻的脆弱性——永恒命运的一般的、无限的、不可抗拒的意志，与那深陷这种命运之中的人无法解释地要与其斗争，甚至挣脱命运。

巴德金对于人类在失败面前所表现出的意志、支配欲、力量和勇气的期待是非常重要的。这种立场本身就是一个胜利。在我们社会的日常生活中。所有的旁观者都很敬佩那些为了某种原则而向强大者挑战的弱小者，他们知道这样做是以卵击石却心甘情愿（这样做）。也许悲剧感就是这样产生的，展现意志与勇气本身是那

样地美好,却注定要失败。这里体现了存在主义者所认为的,在人性中,在绝望、沮丧、不可避免的失败面前,勇气仅仅是一个决定因素而已。

巴德金认为具有历史意义的崭新的一页已经到来。所有的希腊戏剧,包括但丁的作品,都是展现人在命运和神灵面前的投降与卑下。但丁在整个中世纪能够给予人类的只是卑下。然后,弥尔顿笔下的撒旦作为一个反叛而力不从心的形象出现,他抛弃人类已接受的低下地位,作为一个反叛者坚毅地斗争下去。接着,雪莱诗歌中的普罗米修斯的反叛最终以取得胜利和赢得某种乌托邦而告终。这样,古希腊与中世纪意义上的悲剧不再存在了。也就是说,人类在命运与神灵意义之前的无能感消失了。所以,如果我们发现现代的人有那种无能感,那似乎就意味着虚弱和畏缩,因为很显然这种人毫无斗争精神。

但是,仍然有许多普罗米修斯式的人物维护着自己普罗米修斯的品格。他们坚信着人类能够长久以来一直感到处于服从地位,但现在他们有可能在这个自然的世界里变得有支配力。就像统治者一样,也许他们能征服自然面主宰一切。当然,只有那些以前不曾臣服于某种神灵面前的人才会有这种立场,这些人一定是在人性本身中来寻找神性。

显然,我们所讨论的这些可归结为一个概念,即悲剧最终是一个关系到支配、力量、意志、自治、自尊、领导地位、权力、妄自尊大、骄傲和责任的问题,同时也包括由这些因素所引发的心理问题,尤其是对于男性。我们对于精神领域的这一方面已经有了很多的了解,比如,我们清楚地区分两种不同的问题,一种是由我们自身内部引起的,另一种是由外部世界引起。由内部引起的问题指骄傲、力量、支配和对于妄想、自大、狂妄的防御,以及情感和谦逊的丧失。内部问题还包括领导者的孤独感和知己的缺乏。

由外部引起的典型问题，主要地包括人类的嫉妒和对支配者的憎恶。另一个重要的问题，是失去权力的人感到被支配者削弱并剥夺了性欲。一个领导者一定会因争取权力时失去了个人安全感而感到焦虑，也就是说如果你急功近利地追求领导权，那你必然会身处各种危险之中。

另外，各种各样的心理和生理因素也同样与此相关。当然，有些人是为了权力而追求权力，因为他们本身具有侵犯性。但是，为了使这一观点更为完整，也为了使我们的更加深刻地理解悲剧的意义，下面的分析是非常重要的：我们已经知道聪明善良的自我实现者并不是为了自己而争取权力，对于他们来说权力本身毫无意义，他们不能从中获得快乐，所以他们往往会有逃避权力的倾向。只要他们认为没有必要去争取权力，这一点便是正确的。但在紧急事件来临或情况严峻的形势下，自我实现的人尽管清楚地知道作为一个领导者所要面临的痛苦和麻烦，他们也可能出于自身的责任感而接受权力。他感到自己能胜任这项任务，因为存在性的正义感需要他这样做。

这种情况本身就形成了另一种悲剧。辛辛纳特斯将军除了想在自己心爱的农场里安稳度日以外不想做任何事情，然而他却不得不去做希腊战争的统帅。他所希望的一切就是宁静地生活，但他却悲剧性地不能如愿以偿。这种情况同样发生在一些重要的历史人物身上，如托马斯·杰斐逊、查尔斯·戴高乐。实际上，美国近些年来的总统，如弗兰克林·罗斯福、杜鲁门、艾森豪威尔也是如此。可以说在他们之中，没有一个人真正想当总统的。他们都是正派的人，对于掌握权力统治别人毫无兴趣。他们在一届任期结束后争取连选，是因为觉得国家需要他们，相信他们能比别的候选人做得更好。

不管这些政治家的各种实际情况有何差异，他们都可以作为

解释我的观点的很好的例证，即人们可能会寻求获得权力，即使他们自己对权力不感兴趣，他们会非常高兴地把它移交给那些同样能够胜任、有才能、有智慧、聪明善良并乐意接受权力的人。亚伯拉罕·林肯在他第二任期时就处于这种情况。我们还会看到其他一些人，在一种厌恶的叹息中不得不放弃平静的生活，给自己套上权力的枷锁，以使某项工作更好地完成。

我们所熟悉的另一种悲剧更多地发生在今天，而不是发生在历史上，那就是个人对于工作、事业、任务的逃避，因为他们避免获得权力而使工作做得更好。这些人必然会产生存在性内疚并丧失自尊感。当然，真正优秀的人并不逃避他们的责任与工作，惟一可以让他们接受的做法，就是找到另外同样能胜任的人来取代他们。

英国作家柯林·威尔逊在他的重要著作《人类的境界》(1959年)中非常恰当地表述了这一思想。对于那些在文学课上学习悲剧的学生来说，柯林·威尔逊写作的内容是非常复杂的，这些学生还没有意识到在我们的时代具有哲学意味的新东西已经产生了。他们还是在谈论被拉下台的君王，崇拜神灵或与其斗争，以及命运的无常等。但是，现代的悲剧已经完全不一样了。

今天，我们比人类历史上任何时代的人都更能决定我们自己的命运。人本主义者并没有所依赖的神，无论是奥林匹克式的或雅典式的。他们也同样不相信宿命，超自然的东西和超人。当然在这样的新情况下悲剧也可能存在，但这与巴德金在她具有启发性的书中所描述的是完全不同的。

最后，非常有必要重申一下，所有的悲剧都是由男性写的并且是写男性的。这样看来，这些悲剧实质上就是男性内部各种问题，如矛盾冲突与恐惧的投射。这些冲突与恐惧包括长大成人，与父亲的对抗，得不到母亲的认同，在俄底浦斯罪恶感中受到惩罚（如因为幼稚、弱小被用母亲形象来取笑）。除此以外，我们还可以举出年

轻男子的一个传统的恐惧,即由于鲁莽,过分自信而受到部落里长者的惩罚。

我还相信尼采与他的超人理论对我们的讨论很有用处。对于尼采来说,上帝已经死了。所以,过去那种和神灵有关的老式的悲剧便失去了意义,当然还会有许多新的悲剧。比如,由于现在工程技术科学的快速发展,道家哲学也似乎让人感到很适宜,再加上一种没有任何基础的傲慢与盲目的自信,这就会造成老式的悲剧。这里包含了支配权被推翻,信心的被摧毁与傲慢受到惩罚。

最后,巴德金指出,从本质的和存在的心理学的意味上来说,悲剧与悲剧性的神秘似乎与人性或人类状态紧密相关。这种意味来自于我们神性的成分。当我们被迫对人性中神性的领悟力感到奇妙和敬畏时,这种神性的成分就会提升。——我们的“思想在永恒中漫游”,但同时我们又感到极端软弱无力。读读我的关于存在主义和人类探索这个主题的困境的档案,是会很有帮助的。它涉及到作为人类每一个成员的基本矛盾冲突,它不存在于地球上的任何其他种类中,而存在于我们的野心、梦想、希望和我们作为动物的、天生的、不充分的、受条件限制的本性之中。

第二十一章 生活在高级 价值的世界中

编者按：在亚伯拉罕·马斯洛的一生中，他始终认为：情感上健康的人在日常生活中采取多种方式来维持和促进他们的内在成长是十分重要的。有人认为，僧侣式的生活对获得成功和成为一个自我完善的人必不可少。对于这种观点，马斯洛从来没有接受过。在下面这篇写于20世纪60年代中期没有发表的文章中，马斯洛提供了多种不同的方法，帮助人们更好地体验和活统一的生活。

现在许多情感上健康的人所面对的关键性问题是：怎样在别无选择的匮乏性世界里生活？也就是说，生活在充满了虚假、恐惧、无知、痛苦、病态、丑恶的现实世界中，怎样才能不忘记包含着至真、至善、至美的存在性领域和存在性价值？关于这个问题，有两本书值得注意，它们是彼得内姆·索罗金(Pitirim Sorokin)的《利他和崇高的成长方式和方法》以及阿尔道斯·赫胥黎(Aldous Huxley)的《永恒的哲学》。这两本出色的书对古典的宗教冥想、默祷等方法进行了概述。

在这两本书以及其他有关著作的启发下，我提出了下列建议：

1. 以亲身体会验证生活。
2. 不要只将眼光集中在手段上，也要注重结果。

3. 遵从手段的目的性。
4. 将手段变为结果。
5. 与陈词滥调决裂,追求新鲜的体验。
6. 解决匮乏性问题,也就是说,不要认为匮乏性世界在与存在性世界相对抗时总是占上风。
7. 达到更高层次的意识(即,丰富的、经过扩展的经验),并使它浮到意识的表面。
8. 花一些时间来入静、沉思,“从现实中走出来”,从你的日常境况,当前的忧虑、恐惧、灾祸的预感中摆脱出来。定期脱离时空的限制,暂时忘却时钟、日历、社会、责任、义务、他人的要求。
9. 进入梦境状态。转移到原发过程思维中去;摆脱现实世界进入诗意和寓言般的冥想。
10. 以道家的方式遵从规律:包括自然的规律、现实的规律及人性的规律。察觉到宇宙永恒的、内在的规律。接受甚至喜欢这些规律,是作为一个优秀的宇宙公民的本质,是符合道家思想的。
11. 面对你的过去而非忘记它,拥抱你的过去。
12. 直视你的罪恶而非逃避它。
13. 对自己表示同情。理解、接受、原谅你性格中的缺点,甚至将它作为人性的自然表现而去喜欢它。欣赏自我,善待自我。
14. 当你回忆起自己五岁时的幼稚的行为时,能否像对你五岁的孙子一样报之以微笑?
15. 匮乏性世界与存在性世界相比,是更加基本的。前者是后者的先决条件。但你不能将二者分开,孤立地看待。它们是(或应该是)处于一个整体的不同的层次中。没有必要认为它们是不相容的,非此即彼。实际上,存在性世界的最坚实的基础,就是对匮乏性需求(如安全、归属感或尊严)的满足。
16. 问一问自己:一个小孩子会怎样对待自己所面对的情况?

一个天真无邪的人会怎样对待？一个已经没有了雄心和竞争热情，上了年纪的老人呢？

17. 努力于发现对于生命的奇迹的感觉。例如，一个小孩子就是一个奇迹。想想吧，对于一个小孩子来说，“什么事都有可能发生”，“海阔天空任其翱翔”。

18. 培养无限可能的信念。去感受赞赏、敬畏、尊敬和惊叹的感觉。当你在“好人”、英雄和圣人的面前时极有可能产生这种感觉。

19. 心静如水，没有喧闹和忙乱，没有任何活动，不走神，忘掉责任，可以使脱离外部世界的过程变得容易。外部世界的声音总是比内在的声音大，而低音常常要比高音更有力量。

20. 更好地判断你现在的的生活状况，不要将它与那些显得比你幸运的人相比，而与那些不如你幸运的人相比。

21. 刻意体验实验性的慈善活动。如果有时候你不能给自己做点什么（如焦虑和沮丧时），至少能对别人有点益处。慷慨地奉献你自己：你的时间、金钱和服务，以帮助别人，例如孩子。为高尚的目标而工作，至少将你收入的百分之一用于你所认同的慈善活动，这有助于你感觉到自己善良的一面，感觉到自己的美德。

22. 如果你发现自己变得越来越以自我为中心，越来越自高自大，越来越傲慢，那就想想死亡，或者，你也可以想想其他一些自高自大的人，看看他们是什么样子。你想变得像他们那样吗？你希望自己那么严肃，毫无幽默感吗？

进入诚实世界

1. 不要让自己变得对腐化、堕落、虚假、道德败坏和淫乱熟视无睹，漠然处之，习以为常。第二次世界大战时，一个集中营的一些犹太人发现自己对每天都会发生的“火烧活人”已经习以为常了。

在这一例子中，人性的丧失已达到了极为可怕的程度。

2. 你必须不断地对不诚实的丑恶行为保持敏感。（你可能不得不对它低头，但你可以不喜欢它。）保持你的舌头的新鲜感（现在的许多面包和水果已经不那么好吃了）。保持一双真诚的眼睛。坚持直言不讳的说话方式。处世朴素单纯。

3. 善意的谎言仍是谎言。你不必非要有礼貌地表示同意。在一个令人愤世嫉俗的世界里，做一个好人是没有必要害羞的。

4. 永远别低估个人对世界的影响力。请记住，即使是一枝蜡烛，也能照亮整个山洞。

5. 记得那个著名的安徒生童话吗？是一个小孩首先发现并且叫喊“皇帝没有穿衣服！”然后所有的人都看出来了。

真正的尊严和骄傲

你的尊严和骄傲在多大程度上依赖于隐私和秘密？如果人们总是能够看穿你的头脑，任何时候都知道你在想什么，你会有什么感觉？或者，人们在任何时候都能看到赤裸裸的你，你的所有的隐私和秘密的行为都在别人的注视之中，毫无秘密可言，你又会有什么感想呢？你在这些情况下仍然保留的尊严和骄傲，才是真正的尊严和骄傲。

为了获得真正的尊严和骄傲，不要试图借助隐匿行为和其他外在的确认标志（如制服、奖章、帽子、礼服、称号和社会角色）。彻底地展示你自己，将你的伤痕、羞愧和罪恶感都表现出来。不要让任何人把某种角色强加给你。也就是说，不要因为别人认为一个医生、牧师、教师应该怎么做，就采取别人的方式去做，从而违背了自己的本意。不要隐匿自己的无知，勇敢地承认它。

进入存在性世界

1. 通过有意识地进入存在性世界,可以走出匮乏性世界。去参观艺术展,参观博物馆,观赏美丽或者庄严的树木,去图书馆读书,到山上或海边去陶冶情操。

2. 默默地体会那些值得赞赏、值得热爱和尊敬的人,感受和思考他们的美德。

3. 进入奥林匹斯山的清新空气,进入纯哲学、纯数学和其他自然科学领域。

4. 努力缩小注意的范围,全神贯注地陶醉于一些微小的世界,例如,蚂蚁或地上的昆虫。细细地观察花朵或地上的叶片、沙粒和尘埃。专心致志地观察而不受外界干扰。

5. 用艺术家或摄影师的眼光来观察物体的本质。例如,用镜框将它镶起来以把它和周围的环境分开,把它与你的先入之见、预想以及关于它应该怎么样的种种观点分开。把物体放大了看,眯着眼睛以观察它的大概轮廓。或者从另一个异常的角度来观察,如把它颠倒过来看一看,或通过镜子里它反射形成的影子。也可以将它放入特殊的背景中,用特殊形式来摆放它。或透过不同颜色的滤光镜来看它,长时间地盯着它,同时特别地进行自由联想,任意发挥。

6. 长时间地与婴儿或儿童呆在一起。他们比其他人更接近存在性世界。有时候,当你与一些动物,如小猫、小狗、猴子或猩猩呆在一起时,你也能感受到存在性世界。

7. 站在历史学家的高度对自己的生活进行反思,一百年,一千年后它会是什么样的呢?

8. 从别的动物的角度来对自己的生活进行思考,如自己在一只蚂蚁眼中会是什么样子的呢?

9. 假设你只能再活一年了,你会怎样对待你的生活呢?

10. 思考一下，你的生活在一个远方的人看来是怎么样，例如，一个远在非洲的小山村里的人，他是怎样看的。

11. 当你看到一个熟人或熟悉的情况时，假设你是第一次见到，用一种新鲜的眼光去看。12. 当看到同样的熟人或熟悉的情况时，换一种方式，假设这是最后一次见到了。

13. 以伟大的睿智的哲人的眼光来看问题，如以苏格拉底、斯宾诺莎、伏尔泰的眼光来看问题。

14. 试着与历史上的伟人交流，同他们交谈或给他们写信。例如，与贝多芬、苏格拉底、威廉·詹姆士、伊曼纽尔·康德或阿尔弗雷德·怀特海等交流，而不是只与你生活中的人交流。

第二十二章 恢复我们的感激意识

编者按：在马斯洛事业的晚年，他认为体验和表达感激的能力是情感健康的一个重要的标志，然而却被严重忽视了。与此相应，他认为忘恩负义是情感病态的明显标志。这种情感病态普遍地存在于社会上，诸如家庭成员之间、邻里之间、同事之间、委托人之间以及伙伴之间。大约在1969年~1970年期间，马斯洛写下了这篇短文。尽管它没有发表，但在后来的经验研讨会中，有几次他在发言时提到了文中有趣而迷人的思想。

感激意识对于情感健康十分重要。这种意识使人们能够“感恩知足”，珍惜自己所拥有的东西，不必非等到丧失时才知道可贵。它既能够避免人们贬低日常生活的价值，又能够重新激发出高峰体验。为培养这种意识，我一直在探索一些实用的方法。

一种方法是想象一下你所关心的某个人将要去世，甚至很快就要离开人世。请发挥想象力，设身处地地想一想，你将会有什么样的心情，你将会失去什么以及你会为哪些事伤心不已？你会感到遗憾或后悔吗？你将怎样与他诀别才不会使自己以后想起他时觉得有些话还没有说而耿耿于怀？并且，你打算怎样留下关于这个人的最深切的回忆呢？

在此情形下，我愿意与大家分享一下我亲身经历的一件事。我姑妈长期患慢性病，在她去世之前，我想到了自己应该尽力使她高兴，于是就决定送她一份特别的礼物：给她做一天私人司机。我觉得这是个好主意，因为我直接地向她表达了我对她的感激。后来，事实证明这确实是一种很好的诀别方式。

但我与阿尔弗雷德·阿德勒的分别却远非如此。他是一个精神病学家。我们最后一次见面时发生了一些口角，然后，他突然去世了。由于这样一种令人不快的诀别，那种未能圆满的遗憾一直萦绕于心，我已为此悔恨了三十多年！我多么希望在阿尔弗雷德活着时，我已与他消除了那次愚蠢的争吵所带来的不和。

另一种恢复感激意识的方法是想象自己就要死了——甚至就好像正站在断头台的边缘。小说家阿瑟·凯斯特勒（Arthur Koestler）在他的自传中谈到了这种强烈的意识。现在，请想象眼前的一切对你有多么生动与宝贵！请身临其境地体会一下你对所有爱你的人说“再见”时的感觉。你会说些什么呢？你又会做些什么呢？你将会有什么样的心情呢？

这样一些训练能够帮助我们越来越意识到对他人的感激之情，并且将这种感情表达出来。这样，我们就能够从一个更高、更令人满意的视角来看待自己的生活。

附：

感激的意义

译者按：马斯洛一直在思考关于感激的问题，早在1959年5月31日他就记下了这样一篇日记：

对于感激这种感情，我们到底知道些什么呢？实际上一无所知。不过我认为，心理分析的转移主要并不是弗洛伊德所谓病态的表现，而是一种对感激的良好的人性的反映。

使我产生这种想法的例证主要来源于宗教上的“仁慈”——超越责任界线以外的仁慈，不考虑是否值得给予对方，对方不须有任何对自己回报。一位医院的护士表现出的超乎寻常的仁慈和母爱，超出了我所应得的，超出了我所支付的金钱所应得的服务，她使我深受感动并对她感激不已。一位男护理员任劳任怨地将我弄到卫生间地板上的粪便清扫干净，然后将虚弱的我扶回病房，他既不嫌恶我，也不要小费。在我咨询时，当我逐渐了解，蔑视并痛恨自身的弱点，就因为怕失去自尊而竭力否认和隐藏时，我突然意识到，心理分析家其实早就洞察了我的内心，但并没有歧视我，而是一直在耐心地帮助我。所有这一切，都使我产生深深的感激之情。这种仁慈的无偿奉献，就是神学家们称之为上帝之爱的东西。这种爱是令人感激的，是谦卑的。我们也可以从价值的角度来考虑这一问题，

即内在价值、存在价值、善、爱、仁慈、美等存在的可靠性。领略了感激的人的性格起了变化,同高峰体验所带来的变化有相同之处。世界因此是美好的,人生因此是值得的。他们变成了更好的、更完美的人——正如在治疗过程中,这种深沉的感激使病人转变为更好的人。当心理分析完成时,某种东西留在了病人对待治疗师的态度里。这是一种美好的感觉。

在非常融洽的两性关系里也存在着感激。当感觉到“这远远超出我所应得的”和“这对我来说好得令人难以置信”时,就会产生感激,而这种感激就是爱情的一部分——互相的感激及互相所给予的慰藉;世界是美好的,存在性价值是客观存在的。

第三部分 洞察社会

第二十三章 超越自发性

——对艾萨伦培训中心的批评

编者按：20 世纪 60 年代后期，许多通过人本心理学松散地联结起来的人们不断表现出自我放纵与享乐主义的倾向。对此，马斯洛越来越感到焦虑不安。尽管各种“成长中心”如雨后春笋般地在美国各地涌现，但这些“成长中心”把塑造健康人格的重点放在自我表达上，马斯洛明白无误地对此表现出不安。这些“成长中心”中最有名的，无疑是位于加利福尼亚风景如画的“Big Sur”的艾萨伦培训中心。马斯洛有好几年都在那儿定期主持研讨会。但在这篇写于 1970 年 3 月 20 日的尚未发表的文章中，他对艾萨伦及其建立 10 年来所拥戴的主旨提出了犀利的批评。

人本心理学今后该如何发展？除了感官醒悟、自发性、身体放松以及个人表现之外，还应该有什么呢？显然，所有上述的日常生活的特征都不能构造出最后的天堂。

已经有必要批判把冲动误认为自发性的观点了。

我们必须根据艾萨伦培训中心的产品，即人来衡量其成果。衡量其他任何教育协会或精神治疗协会时，也必须采用相同的方法。

我们必须注意艾萨伦中那些反智慧、反理性、反科学，并且也

反研究的人。我们必须将经验主义看作仅仅是达到目标的一种手段,即使它本身也是一种终极体验。很明显,经验主义本身是好的,但它并不够。我们必须超越它去寻求知识、智慧和价值。为什么艾萨伦培训中心没有图书馆呢?

我们必须将研究病人的心理学与研究健康人的心理学结合起来。故而艾萨伦培训中心不应将西格蒙德·弗洛伊德和精神分析法排除在外。艾萨伦有必要在酒神型和太阳神型之间寻求一种更好的平衡。在那儿需要更多的尊严、文明、礼貌、谨慎、守秘、责任感以及忠诚。在那儿应该少谈论些“瞬间亲密”和“瞬间的爱”,而应更多地探讨太阳神型控制的必要性,如对节奏和风格的控制。

在艾萨伦之类的地方,必须更加强调人们做好本职工作,守纪律,并一生努力不懈。意识的阶梯是必须一步一步地往上攀登的。

区别“高峰体验”与“高原体验”,区别洞察力的火花与对自我知识的不懈追求,以及区别幻觉体验和心理疗法,这些都至关重要。艾萨伦中心的成员倾向于将人格的发展视为一种巨大的突发性的内在突破,但实际上,真正的成长是一生的任务。

必须批评并抛弃许多艾萨伦成员所持的一种“为意识而意识”的观点。这个观点有着与“为艺术而艺术”或“为科学而科学”或“为智慧而智慧”这类观点所具有的同样的内在错误。对其批判的最基本的一点就是:所有这些哲学论调都是非道德范畴的。

各种“存在价值”必须是相互依存的,否则,它们会导致今天的幻觉运动,或是“嬉皮士”运动带来的不良后果。在这些运动中,人们寻找并推崇任何一种能够产生新的强烈体验和改变平常意识的东西。在历史上,这种意识形态经常会产生一种自私的神秘化运动。那就是,将别人只看作是改变一个人的意识的手段,而不是与他们建立如马丁·布伯所称的“我与你的关系”。这样一种现象经常导致装神弄鬼和对占星术、占牌术和命理学等的痴迷。

历史上这些活动也导致了反理性主义、反智主义、反科学主义,并且最后导致一种反事实。而后,这些观点最终会导致一种虐待狂倾向,因为虐待能带来一种“新的体验”,并能“使人们产生腾云驾雾般的感觉”。在任何一种“为意识而意识”的神秘性事件中,没有可以据以批判意识改变的准则,也就是说,没有可以辨别这是好还是坏,或它是带来好处还是坏处的准则。

整个这种意识形态的发展的最终后果,是一种对死亡的希望,因为将死未死、自杀和杀人,其自身能产生一种“新的体验”。在有关“施虐—受虐狂”的文学作品中,充满了关于这类态度后果的例子。例如,有些被施以绞刑的男子在死前最后一刻阴茎勃起,然后射精。因此,一些受虐狂力求用几乎要绞死自己的方式来获得同样的强烈体验。这个例子生动地表现了在最后一刻死亡与邪恶的交缠。

无论在哪种讨论中,要评价类似于艾萨伦培训中心的“成长中心”的成果,必须根据它们的实际产品,而非仅仅是它们表面的良好意图。用最简略的话来说,像从艾萨伦这样的地方出来的人是好人还是坏人?他们会使我们的社会更美好还是更糟糕?^①

①. 对于自我实现的误解不仅在美国存在,在中国也存在。自我实现不等于自我表现。读了这篇文章,我们可以清楚地看到这种区别。——译注

第二十四章 通过 T 小组 建立共同体

编者按：在马斯洛生命的最后几年中，他对用以提高我们移情技巧和交往技巧的技术的使用变得日益感兴趣了。在这一方面，他发现 T 小组（也就是原来由卡尔·罗杰斯这样的心理咨询领袖发展的“敏感训练”小组）极为有效。在这篇大约写于 1970 年的未发表的文章中，马斯洛阐述了 T 小组在创造世界更广泛的和谐时所具有的重要潜力，并提出了自己的看法。

为了研究促进当今世界的人本主义的政治和社会变革这一整体的主题，我要阐述以下原则：

1. 所有的人组成一个独一无二的生物种类。
2. 在我们这一种类的个体之间所发现的任何差别，都不如他们的相似性那么基本和重要。这一观点甚至适用于表面看来极不相同的范畴，像男和女、老和幼、聪明和愚笨以及不同的种族。
3. 我们整个人类不仅在生物学和心理学上有可能组成一个普遍存在的兄弟关系或姐妹关系，而且“有可能”组成一个泛人类的政治单位。
4. 今天的现实形势是存在着大量的毁灭性的武器，它们能够摧毁整个人类，或者使人类严重倒退，使得泛人类的政治学变得既

紧迫而又必须了。实际上，我们都生活在一种需要应急方案的紧急状态。

5. 第三层次的政治学^① 为有意识地并且高效率地向泛人类的政治运作作出的努力提供了一个框架，而与此同时又能保持良好的秩序，稳定以及延续各种服务，以避免第三次世界大战的发生（我称之为“体内平衡政治”）。

6. 当前的政治在每一层次上都是原子主义的而不是整体性的，然而整体性正是政治的最终发展方向。原子主义的最明显的例子，就是国家主权。我认为这是引发战争的基本条件。在这种条件下未来战争很容易爆发。人本主义政治的主要任务，就是超越而不是废除国家主权。它是一种范围更广的、泛人类的政治。

7. 我们必须将国家主权所共有的原子主义、分散主义、分离主义以及排他性看成是我们文明的系统化的制度而不仅仅是一些表面症状。也就是说，在今天，认知、评价、交往和行动的原子主义方式和分离主义方式已经深深植入了世界各地绝大多数人（尽管还不是所有人）的意识中。它们已经渗透到了我们的生活关系、人际关系、精神关系、我们与大自然以及物质世界之间的关系的各个方面，甚至已经渗透到了我们的亚里士多德式的逻辑和分析倾向的科学以及我们关于爱情、婚姻、友谊和家庭这些最基本的原则的各个方面中。我们常常不自觉地将这些关系看成是对立的、总和为零的、或是非协同性的关系。也就是说，一个人要么是主宰者，要么是被主宰者。或者说“我的优势就是你的劣势，我的劣势就是你的优势。”

但是，即使当两个人，或一个家庭中的成员们超越了这种普遍

^① 指强调满足人的高层次需要的“心理性政治”。参见本书《在人本心理学的基础上建立新政治学》。

的排他性而成为一个整体,这种使得家庭、家族、俱乐部、部落、社会经济阶层、民族、宗教或是种族团体,变成一个内部凝聚力很强,具有合作、忠实、相互友爱的精神并能够促进需要满足(needs-pulling)的实体的成就也经常是建立在这样的代价之上的:使自己这一实体与世界的其他部分相互排斥。社会生物学家罗勃特·阿德里(1966年)曾将这种现象恰当地称为“友善—敌意情结”。

这就是说,人类为在某个团体中为达到友爱至今仍然在使用的主要手段,就是将所有的非团体成员,即所谓的“他们”,或重或轻地看成是敌人。在一个团体内,人们因为有一个共同的敌人而变成了同盟。这种敌人如果不是威胁生命或令人感到危险的人,就是让人产生优越感,让人蔑视,让人瞧不起,可以加以侮辱的人。我感到最荒唐的地方似乎在于:绝大多数和平组织或反战组织(幸运的是尚有少数例外)都持有这一观点。

所有产生两极分化、分裂、排外、支配、伤害、仇恨、侮辱、愤怒和复仇的方法都是原子主义的而非整体论的。这些方法使得人类分裂成互相敌视的许多群体。它们妨碍了人类的发展,并减小了人类实现整个物种的政治的可能性,延迟了一个世界法和世界政府的实现。坦率地说,这些方法促成了战争,阻碍了和平。

8. 向全人类和泛人类政治方向努力就必然意味着对我们自身、对我们每一个人、对我们的人际关系、对社会和国家中的亚文化,以及不仅是我们人类自身的关系而且还包括我们与其他物种、与自然界和整个宇宙的关系都要有一种意义深远的整体主义化。这一过程还意味着在各种专门领域中都要进行整体化,例如,废除或根本不制定故意性的法律、政治和经济制度。这也意味着抛弃我们将知识分裂为相互排斥的管辖区、部门、领域或“地盘”的原子主义做法,就如许多工会或少年帮派所做的那样。而我们社会中的每一个教育机构、宗教、职业和管理的设置,以及司法管辖都必须放

弃这种“地盘”意识。

和高度浓缩的背景介绍相反,这里的每一句话都需要加以扩充并且真正实施。在这里,我希望提出一个具体的建议,也就是把“交朋友小组”(Encounter groups)、敏感性训练,以及人类成长中心和“艾萨伦型教育”所使用的各种方法都用来促进我们社会的整体化,最终推广到整个世界。当然,国家培训实验培训中心(NTL)已开始^①在最大混合小组中使用这一程序,这种小组就是由尽可能不同的人组成T小组。但我认为,沿着这一方向发展,还有可能取得更大的成就。建立黑人和白人的交朋友小组更能够体现我的意思。

最重要的一点是,我建议对人们广泛接受的纯种族通婚制来一个彻底的反思。例如,现在大量的数据表明,人们的背景,包括社会经济阶层、等级、宗教信仰、民族、受教育程度等越接近,则他们的婚姻就越有可能美满持久。于是,这一原则又被进一步地假定适用于所有的人际关系,包括友谊关系、商业伙伴和邻里交往。

很明显,与那些和我们有共同的趣味、观点、处世方式的人在一起,我们会感到更舒适、更放松、更少紧张、疑虑、偏执、疏远和拘谨。很明显,当我们最大范围地结交那些相似者,而最小范围地结交那些不同者,我们生活便容易得多。但如果我们认为将人类整体化是必要的话,那么这种使我们生活简单化、舒适化的方式,就是一种推卸责任的表现,一种要逃避令人不悦,但又必须做决定的懦弱的企图。重要的问题是,如果我们希望达到泛人类时代和大同状态,我们又如何克服这些分裂性和隔离性的社会行为呢?

我们如何能够跨越这些现在将人类分离成互相排斥、隔离而又没有任何关联的团体的鸿沟呢?我们如何能超越这些将人类分为各个不同的社会阶层、宗教、种族、民族、部落、职业团体以及智商群体的障碍之墙而互相交流呢?

很明显,如果我们一致认为结束种族敌意是一个重大而又紧迫的任务,并在要求一个应急方案上取得共识,那么我们至少在原则上能很容易地解决这个问题,我们可以采取这样的手段:即在法律上使不同人种之间的通婚合法化,并且对这种通婚进行资助。同样,宗教间、部族间以及民族间的婚姻也会使人类同化。也许有一天,由于宗派主义所导致的危机过重以至于不得不尝试采取这些措施。例如,已经有许多人建议美国和苏联相互交换大批儿童以保证它们不会交战。

然而,要达到超越种族内婚姻这一目标的更实际的方法,是广泛使用 T 小组,将其作为一个整体^k 政治性工具。已有足够的有关黑白种族 T 小组的临床试验表明,我们能够将这一原则试用于其他所有分离的团体。

我并不是暗示 T 小组是一种手边碰巧就有的“万灵丹”。就是说,它已被广泛采用并被接受,而且已经有一个运作良好的成套设施,包括教育学院、训练有素的从业者、以及国际交流。从原则上来看,明智的做法就是将最终目标而非任何一种具体的方法牢记在心。而这最终目标就是全人类的手足之情。从这个角度来说,任何一种方法,只要它有助于加强交流、理解、包容、亲密、信任、开放、诚实、自我表现、反馈、认同、接近、同情心、容忍力、接受力、友谊或者爱,那么,这种方法就是好的。反过来,任何一种方法,只要它能减少疑虑、偏执性期望、恐惧、敌意、防御、轻蔑、屈尊感、两极分化、分裂、疏远、异质感、分离、排外以及仇恨,这种方法也是好的。

第二十五章 友谊、亲密感 以及共同体的培育

编者按：尽管亚伯拉罕·马斯洛最出名的也许是他的人类动机与人格成长理论，但他对社会问题也绝非漠不关心。20世纪60年代，马斯洛对当时西方社会中人们间的友谊与亲密感的日渐消殆感到沮丧不安。在这篇写于1968年4月的未发表的文章中，马斯洛提出了一系列重要的问题，指导我们思考如何创建真正的社会。

我们今天面对的一个重要问题，就是学会如何与人亲密相处，消除人与人之间的隔阂和疏远感。杰里·索尔(Jerry Sohl)在《吃柠檬的人》(1967年)中认为，造成这种境况的一个主要原因是过去至少在乡村地区、村庄、大家族以及宗族和真正的邻里中普遍存在的那种永久而又持续的、面对面的关系已经消失了。对此我表示赞同。在我的一本名为《优心态管理》(1965年)的书中，我注意到T小组实质上是成员之间感情非常亲密的小组。他们教人们或是试图教人们重新获得他们的前辈与他们的亲戚、邻里和附近农场、村庄里的人们所拥有的那种持久、稳定、长期并且是不可分离的关系。而现在，我们几乎只有由两代人组成的分离的原子式的家庭。

在当前，这种“社会—情感问题”是每一个乌托邦式或优心态式的思想家必然要面临的。人们感到自己的一些基本需要未得到

满足。这些基本需要包括对共处、亲近或是那种深植于心的关系的渴望。而那种深植于心的关系是不可分离的，并且将持续一生，不但有欢乐，同时负有各种义务和责任。

当然，现在也有一些鼓舞人心的情况。我认为，加利福尼亚的实业家安德鲁·凯和他的那些惟一神教派的伙伴间的关系从性质上看是长远而持久的。同样，我也很羡慕在洛杉矶那十几位人本主义心理治疗学家每星期的午餐聚会。这使他们之间的关系越来越亲密。

我们如何能够重新创造古希腊式的兄弟会、姊妹会以及当地教堂集会时所产生的那种正面效应呢？有没有可能按照扩大的这些团体的方式来建立我们的社会呢？有没有可能建立一些人数大约在 20 到 40 人的团体，他们之间的相互联系能不能像过去那些关系密切的亲友们一样呢？如何在我们这种高度流动的社会中营造这样一种情境呢？如何将这一目标与使得雇员不断迁移的工业文明的大量需求相协调呢？

我们也必须解决家居与工作场所之间的距离所带来的问题。这对于今天的上班族而言是相当普遍的。现在，一个人的工作场所与孩子和夫妇一般都相距很远，这样，在家庭成员之间就不能过正常的日常生活。

我们能够将大学培育成一个更大意义上的社区吗？是否可能建造一些套房、住房、兄弟会或类似的居住地，其中可住 20~40 人，大家共享一个图书馆或聚集场所。是否有可能防止这些团体解散？也许，可以对本尼顿学院的作法做些变通。本尼顿将学生公寓分成许多面积较小的住房，使得所有学生能培养出亲密感和彼此理解，而且通过这种作法，他们能够管理好自己。

我们如何扩大家庭的范围？很显然，首先就是要使祖父母更多地与孙子接触。现代的年轻人，那些 30 岁甚至 40 岁以下的人，他

们没有得到祖父母的关怀,对于这一点我丝毫不怀疑。关于这方面,今天的年轻人也没有得到父母的深切关怀。

说到这里,我回想起了大萧条时期,我与妻子,两个女儿以及许多亲戚住在同一幢布鲁克林住宅区公寓楼时的那段经历。我当时对于那种生活状况非常满意。但是,这种团体的亲密感,似乎只有当所有的人都感到比较合适,而且有某个人愿意不辞辛苦成为该“部族”的父亲或母亲,并将整个团体胶合在一起时,才有可能实现。这种团体生活的情况,往往会由于存在某些精神状态不稳定的人,如偏执狂、心理变态者,或是有独裁倾向的人而失败。

莱斯利·费德勒在起先出版的著作《遭遇》(1968年)中讨论到希腊旅游业急剧增长时,对人们之间的亲密感做了相关的评论。他认为,“旅游”造成了今天旅游者与被参观者以及被盯着看的人之间的疏远。也就是说,旁观者与表演者之间的疏远。费德勒写道:

他们^①胸有成竹地相信快乐总是在别的地方,而不是在家里,就像他们的祖辈相信文化的发扬总是在别处一样。希腊人马上懂得了这一点,不这样他们就得消亡。只要他们不停地唱啊、跳啊、喝啊,以旅游者感到“奇怪而有趣的”方式,即以那些与他们自己,也包括旅游者所居住的世界越来越不相关的方式,他们就能够出售他们的优美风景和灿烂阳光,出售他们的祖国以及他们自己。^②

现代旅游业的情况也是人们如何相互疏远的另一例证。这种疏远是一种真正意义上的疏远。对于今天的大多数人而言,所谓的

① 指旅游者——译注

② 莱斯利·费德勒:《遭遇》1968,第46页。

旅游者，只不过是一个旁观者，一个行色匆匆的过客。他们是去某个地方看一看，而不是去“居住”，也就是说，是去看看新鲜，而不是去体验它。我又回想起 1938 年夏天，我在加拿大与黑脚印地安人一起度过的田园时光。这也许比绝大多数旅游者的旅行更具有真正意义。这些旅游者 30 年来四处奔忙，仅仅在是走马观花，与那些靠榨取旅游者为生的“蚂蝗”打交道，而被他们与真正的文化隔离开来。

我在 20 世纪 50 年代后期访问墨西哥时，有证据明显地表明那里实际上有两种文化，两种城市，它们互不干扰。一个城市是一般的墨西哥人居住的城市，他们自得其乐；另一个是外来入侵者的城市，这些人实际上是一些偷窥癖、旁观客和视淫者。他们是最糟糕的“旅游者”，甚至使“旅游者”这个词本身都受到了玷污。

问题不仅是旅游者没有真正看见什么有意义的东西，因此没有做什么真正的旅行。关键是他们败坏了他们前来睁大眼睛观看的文化中那些脆弱的部分，促进其堕落。他们实际上糟蹋了他们所参观的地方。具有讽刺意味的是，观光者自己还经常讨论去发掘那些尚未“被践踏的”地方——就是那些没有被旁观者、观光者、过路者以及远远的目击者所破坏的地区。

沃伦·本尼斯(Warren Bennis)的管理理论暗示了像在我们这种快节奏社会中有可能存在的一种快速、转瞬即逝，但却真真切切的亲密感。当然，这种观点有自己的合理性。例如，我认识数百人，他们都能发自内心地说我对他们有一种关爱。我愿意跨越整个美国与这些人共度几小时，而这些人我可能 3 年或 4 年都难以再见，或许再也见不着了，只能偶尔写信联系。但这种情况也是有心理代价的。就某种意义而言，我的这种友谊常常只是深植于我自己的内心中。在这数百个“朋友”中，有一些我愿意与他们做邻居，住在同一村庄，只需走几步就能拜访。这样一来，我想我们就能经常

相互切磋,共同开发历史、知识,以及经验的丰富宝藏。正是这些交流给我们带来了更加亲密的生气勃勃的感情。

但是,重要的是不要用非好即坏来看待这个难题。实际上,我已经与这个世界上能称之为同事的每一个人都有过私人接触,或谈过话,或至少偶尔或多或少地接近过,而这些人都是心理学领域的领导者和主要贡献者。我在这方面有明显的优越性。

然而,如果这些交往能在地理上更为接近,那就更令人满意了。也就是说,我与这些朋友中的绝大部分人的关系,并不是便于拜访隔壁邻里关系,或者是能够“经常见面”的那种关系。我与兰德斯(Rands)的关系就不同于我和其他朋友,例如亨利·默里(Harry Murray)、沃伦·本尼斯、甚至是亨利·盖格(Harry Geiger)的关系。因为我与兰德斯是邻居,经常见面,而另外几位不管我多么喜欢他们,或他们多么喜欢我,我们并不经常见面。

我认为,现在应该注意把某些类似旧式家庭组织的東西作为一个中心的必要性。围绕这个中心,可以“成扇形展开”各种各样的关系,包括工作关系、熟人关系、同事关系、友谊等等。不管怎样,我想我们都持有这样一种观点:对于亲密感的渴望是一种恒久的需要。但是,在我们的社会,或任何一个工业社会,都有一种破坏亲密感的特性,但是,这样一来,就引起许多由于这种亲密感被剥夺而产生的心理疾病。我可以用杰里·索尔《吃柠檬的人》(1967)中的描述或其他任何有效疗法或对T小组的描述来作为生动的历史案例。那样,我就能更好地讨论今天广泛缺乏社会亲密感的问题,讨论一些重新获得某种意义上的亲密感、坦诚、诚实、自我表露(Self-exposure)、反馈的方法,以及它们所带来的积极后果。

第二十六章 以人本心理学为 依据建立新政治

编者按：在 60 年代后期的社会与政治动乱中，马斯洛的兴趣逐渐转移到人本心理学与意义深远的政治理论和行动的联系之上。他深信几乎所有的政治家及其支持者都将他们的立场建立在已经过时的人类动机与行为的概念之上。他深信，完全可能有一种植根于人本心理学的全新的政治，在此基础之上，可以真正创造一个更美好的社会。他将这种新途径称为“精神性政治”(psychopolitics)。在这篇写于 1969 年 7 月 12 日的未发表的文章中，马斯洛开始阐述他的关于这一引人入胜的思想。

逆反性价值问题是一件相当重要的课题。我们必须探讨许多人对于优秀人物、富人、有权力的者或美丽的人所怀有的嫉妒之心。出于同样的心理倾向，今天一些人也对美国抱有这种憎恨感，好像美国是一个工厂里的大款或老板似的。我们必须认识到，幸运或优秀的人几乎不可避免地要受到一些人的憎恨。对于这个问题，有关人类或是动物的优势成员的心理学会在原则上有很大帮助。例如，优势成员经常采用一些伪装技巧，从而在不威胁或不贬低其同种类弱势成员的自尊的同时达到成功。在这种背景下，优势成员“位高任重”的情况也是值得讨论的。

人本心理学发展的另一个主要原则是其普济主义或者全人类性。它的基本原理是：人类的相似性比不同性要大得多。这一人本心理学的基本原理能够成为普遍的价值观、伦理学及哲学规定的基础。由于这些因素，顺理成章地应该产生一个世界范围的政治学，即完全整合的或具有全人类性的政治学。我确信，在我们拥有这样一种普遍哲学之前，是不可能产生上述普遍的政治学或世界法律的。关于这种哲学，我相信是完全有可能产生的，它必须从一种普遍的心理學上发展而来，而这一普遍的心理學早已具备雏形。

对于个人、文化和国家而言，一个人不应以牺牲个人向自我实现的发展为代价而过分强调安全、保障和归属感。理解这一点很重要。任何人本主义政治学都必须为自我实现留出一条道路。

关于这一点，我们可以给出捷勒尼克(1956, 1961)在对现代工会研究中所援引的感情发展“凝固”的例子。即，为了得到工作保障，工会成员放弃了所有个人发展的可能性。在那些继承了一定特权和财富的人也会出现这种情况。例如，一些人生来就拥有一大笔财产，他们用整个一生来守护自己的财富，却不利用机会去达到自我实现。另一个典型例子是在地中海国家中，家庭的归属感和家族的忠诚感使得任何个人几乎不可能离开得太远。在意大利或西班牙，人们对家庭的忠诚和责任相当重大，以致于个人根本没有足够的时间去发展自我。在当前的历史时刻，我们所面对的巨大问题是，如何在保持一个稳定的社会的同时，却仍能开放通向自我实现的道路。当然，我们的高层次需要和发展的可能性直接建立在安全、稳定、保障的基础上，或者如现在的词汇所表达的是“在法律和秩序的基础上”。但是一个有法律有秩序的社会也可能变得停滞或冻结，变得过于强调这一状态以至于限制了个人发展的可能。

让我们再进行清楚的阐述。那些危及我们的安全需要，危及我们对法律和秩序的需要的人，他们最终会危及我们的高级需要和

“超越性需要”。为什么呢？因为政治的混乱导致人们自己的潜在动机更加退缩。在一个混乱的社会中，几乎每个人都被迫将自身的高层次动机放置在一边，而退回到一种追求秩序、追求稳定性、合法性的状态。当然，这一危险进一步扩大就成为极权主义。因此，我们常常必须在一边是混乱和虚无主义，一边是极权主义之间作出选择。

但是我想，这至少帮助那些善良的人们去强调那些深植于人类天性中的类本能的安全需要，强调这些低层次需要比我们的高层次需要更加强有力。因此，善良的人自然会认为那些危及安全、保障以及法律和秩序的极端分子，同时也在危及我们的最高价值观，包括美、优秀、完美和真实。那些极端分子情愿社会处于混乱、无秩序之中，以为可以从中捞取利益。

出于这个原因，我们今天必须说明两种极端是“你房子两面的瘟疫”。我们必须力图保护自己，不让自己被过分的感情控制。例如，我们要控制对那些宣扬另一极端的人的真正的愤怒。这个任务就像是一场暴风雨中的挂钟，不理睬身边发生的喧嚣闹腾，而只是自己报时、走路。

我认为研究“恶意”也同样重要。许多政治演讲，当然是指革命性的演讲，只不过是掩盖另一些更晦暗的藏而不露的动机所拉起的幕布。这样，在我自己的生活中，即使是为了一个好的理由，我也会拒绝与坏人合作。这仅仅是因为我不信任他，我倾向于认为他只是把这一好的理由作为一个借口，也就是说，他是恶意的。

我们同样必须说一说邪恶这一问题。由一个不良社会系统产生的邪恶与人类精神中的邪恶不同。在一个阻碍协同作用，即鼓励自私，反对互助的社会秩序中，好人可能被迫做坏事。相反，在一个鼓励协同作用的社会系统中，那些没有好心的人也可能发现做好事有利于他们自己，从而去做好事。实际上，就长远而言，我们应该

强调要同时改变这两方面,即,在改善宏观社会系统的同时,也改善我们的经理和管理者的性格。我们必须设计一个更好的社会,让人们拥有美德,行为正派,并且,做坏事对他们自身不利。我们需要好人以创造好的社会,我们需要好的社会以创造好的人。这两个任务必须同时完成。

我们也可划分三种不同层次的政治理论。最低层的我称之为“体内平衡政治”(homeostatic politics)。这是一种没有任何远大目标的政治行为,仅仅满足于使得整个系统足以每天运转。这是一种只知道街车行驶,下水道疏通的政治活动。这是一种只是唯恐发生变化、困扰、或中断的政治活动。

第二层次的政治是“过渡性政治”或“转型期政治”(transition politics)。它在原则上与体内平衡政治不同。因为这种政治明确地朝一个理想目标前进,这一目标就是第三层政治的一部分。也就是说,在理想的、或理论的、或哲学的,或乌托邦式的政治中,我们由某种良好的社会目标所指引。但很快就会出现这样的问题:我们如何将一个并非那么好的社会转变成一个理想社会呢?过渡性政治因此成为揭示生活在一个“半好”的社会准则的清醒的力量,并且试图使社会变得更美好。而这些准则可适用于这三个层次的政治。

我们怎样从最广的意义上来定义精神性政治(psychopolitics)?它是由人本心理学和超个人心理学发展而来的一种可行的政治哲学以及一整套政治程序。它的最基本的假设就是社会是满足人类的需要和超越性需要的手段。在这样的基础上,我们就可以讨论好的政治和坏的政治,或者说政治中的善与恶。政治中的“善”有助于满足人们的需要,帮助人们向自我实现发展;政治中的“恶”则相反,它们起着反对或者破坏我们的发展的作用。阐述这一观点的最好方法就是详细地、一个一个地说明人本心理学原理,阐明每一个原理的意义,根据这一原理对更大的、社会的和

政治的事件作出解释。

必须指出,只要存在国家政权,就必然存在战争。但在“体内平衡政治”中……由于今天的强国的存在,力量平衡这一原则是十分重要的,即使这一原则在理想中或乌托邦式的政治中将带来可怕的破坏性后果。在这个不幸由国家政权主宰的并且战争是不可避免的世界中,力量平衡原则为战争最小化提供了一种方法。换句话说来说,这一特殊原则(以及许多其他原则)在三个层次政治的分析中,有着不同的理解。实际上,在一个层次上认为是好的,在另一层次上可能会被认为是坏的。

在着手任何致力于改善社会政治的重要社会科学项目时,还应指出显著的一点:我们应努力拓宽对暴力、恶意、虐待狂、残忍或破坏性之类的精神内部品质的理解。当然,我们对这些品质已经有不少的了解,但关系密切的资料却分散在六个或八个不同的领域中。为了组织好对这个问题研究,为一个有意义的心理政治的重要问题,即人类天性中的暴力、恶意和邪恶的倾向问题提供答案,则要求有大量的学者在所有的图书馆查寻。

我们要强调的另一点是,任何社会系统,无论其法律多好或多高尚,最终还是要以好的人为基础。今天世界上一些最无人道、压迫性最强的国家与最文明的国家一样,都同样有漂亮的写在纸上的宪法和法律。从来没有一个好的政治体制仅仅是靠写出来的或是规定出来的。相反,它取决于生活在其中的人,取决于执行这一制度的人。在每一个街头角落,在每一天的日常生活中的人。如果人们互相憎恨,互不信任,或力图相互利用,如果他们贪婪而又恶毒,那么,这些法律和规则就无法得到有效的实施。它们成了一个不可能完成的任务,只不过是一些空洞的条文。提高人的素质是当务之急。

因此,强调一个民主社会植根于对其他人的一系列感情,包括

怜悯与尊重等感情,这是相当重要的。这一社会必定对人类的邪恶的能力有非常实际的理解。如果我们不信任他人,不喜欢他人,不对他人抱有同情心,对他人没有兄弟般或姐妹般的感情,那么就不可能存在一个民主的社会。很显然,关于这一点人类社会有很多例证。

同样,要使民主生效,则必须使个人成为主动的行动者,而不是被动的棋子。而这种主动与被动的整个差异对于形成一个具有可行性的民主心理政治系统极其重要。只要大多数人都还是索罗门阿塞(1965)的实验研究表明的那种意义上的“逆来顺受者”,或者如麦克莱兰(1953,1961)所研究的那些成就动机很低的人,那么,我们就会面对一个严重的问题:一个社会在其总人数中能够容忍多少这样像被动的棋子人而不受到损害?我们必须将这一问题与对有关自主的或心理健康的人的研究结果相联系。依照定义,这些自主的人是主动的行动者,而不是被动的棋子。这一讨论还涉及精神分析的自我力量的概念。

最后,我想明确指出,美国可作为人类的一块实验基地。我们富裕、悠闲而又幸运。并且只有我们才有时间,才愿意去讨论高深的哲学原理,去实施社会科学的实验。但我们的实验必须是有利于全人类的。因为只有我们担当起了这一实验。

在这一意义上,如果美国可以再度成为世界的希望,就如同在1900年和1910年,那时世界上千百万人想移民到美国来过更好的生活,这将是朝普遍和平迈出的一大步。当然,现实一些,我相信在今天世界范围内宣扬的所有在表面上时髦的反美国的论调下而,仍会有同样的观点。也就是说,如果我们的政府消除了我们所有的移民限制,世界上几乎每个人都会想到美国来生活。当然,这一事实证明了所有的“憎恨美国”的论调都是假的。

我想这样来结束这一章:人本主义心理学、人本主义社会学、

人本主义政治学和人本主义哲学全都涉及善与恶的统一问题。也就是说,这些重要的方法不应理解为只看到了人性中的善。在这一方面,我们必定还要发展一个有关邪恶与不良行为的人本主义理论,以完善关于人类高层动机的人本心理学。当我们懂得善时,我们对恶就有了不同的理解。这两者必须结合起来。当它们以这种方式结合起来时,它们就与这种结合之前的善恶有了不同。

我仍要强调的一点是,第三思潮心理学已指出人类本性中善的可能性,这一看法对于平衡在大多数传统宗教心理学和精神分析中的极端悲观主义是必要的。由于这个原因,许多人误认为人本心理学是全然乐观的,只讨论我们的最好的一些品质。这一观点理所当然的是错误的。我们关于人性最高境界的强调,正是由填补空缺的需要和改正一种统治得过久的、过于强大的过分悲观主义的需要发展而来的。

简而言之,现在已到了将我们对人性所有方面的理解加以整合,并建立一门真正的综合心理学的时候了。

第二十七章 关于美国 政治的进一步思考

编者按：60年代后期，马斯洛逐渐将兴趣转向对影响有意义的政治和社会变革的人本心理学的研究之上。在这篇不完整的、未署明日期但却发人深思的文章中，马斯洛的闪光思想在许多美国人寻求重大政治变革的时代，显得尤其富有洞察力。

如果说我仍相信我们的国会民主，那只是因为迄今为止还没有比它更好的制度可以替代它。但我强烈地感到，我们需要努力而又切合实际地去思考我们的政治体制。这种体制不再如原先设计的那样有效了。由于大众媒介的传播和公共批判精神的衰败，我们的政治生活已成为竞选、“形象”设计、公共关系和广告宣传的天下。

我们体制的另外一个不足，是它将数百位男女变成职业政治家。他们的工作压力之大，以至于他们几乎没有时间去思考政治以外的事情。但是，正是同一个体制又使得我们其余的人与政治生活隔绝，因而感到软弱无助。在英国，国会所在地威斯敏斯特的事情太多了，而其他地方却冷冷清清。出于这个原因，如果仅仅是要减轻众议院的工作压力，则今天就可能成立英国地区国会的需要了。

一个完全是社会主义、集体主义的社会，如苏联，其缺点是过于依赖中央计划和一个行动迟缓、庞大的官僚机构，以至于缺乏足够的企业精神和灵活性。同样，这种社会不能真正满足其成员的所有消费需求。而在我们的社会中，大多数人，尤其是年轻人，却一直受到来自广告、销售方式的压力，被不负责任的大众趣味和无节制的消费所左右。

这两个极端之间，我们也许能找到一个能够将这两种不同社会中最好的东西结合起来的制度。金钱在公众控制之下会成为权力，但还会有许多私有企业以满足公众次要的需求。

第二十八章 沟 通

——有效管理的关键

编者按：在马斯洛生命中的最后 10 年中，他逐渐将关于人本心理学的深刻洞察运用到美国的工厂中。在 60 年代中期，马斯洛的思想就这样开始影响新一代的管理理论家和实践者。在这篇写于 1969 年 6 月的未发表文章中，马斯洛作为一个基地在加利福尼亚的萨加公司的访问学者，将自己注意力转向了沟通与反馈在健康组织运作中所起的作用上。

萨加公司最近的一系列报纸使我在“优心态”和“改革”这两项论题下加上了一个新的小标题，即“大与小”。对于一个规范的社会心理学家，其明确的研究项目之一，也是我现在要论乌托邦的文章中加入的项目，它对于博采大、小两家之长并回避两家之短是必要的。这一任务肯定能够非常成功地完成，特别是在企业界，至少已经在向这个方向努力了。我们要从这一努力中学习很多东西。我也许可以拿今天的学院与大学在这一问题上所采取的方法作为一个最简单的模型。

首先以加利福尼亚大学柏克利分校为例。这是一个庞大的、畸形的和高度集中的官僚式的组织机构，其反馈和顾客的满意程度已经差不多完全消失殆尽。在那里，只有向下的沟通——从少数高

级管理人员到成千上万个学生和教员——而从来没有有效的向上的沟通。这样一个巨大的、非个人的官僚机构几乎不可避免地会使人产生软弱无助、不能发表意见、不能掌握自己命运，以及作为一枚棋子而不是积极的行动者的感觉。哥伦比亚大学也同样如此，那儿发生了一起大规模的学生反抗事件。或许更糟的是，它的校长、委托人、管理人员以及教员一点儿也不知道在他们的顾客，即学生中正在发生什么。

在国家政治上，我们可以法国和苏联政府这种讨厌的巨型官僚机构为例。两个国家都几乎是完全的集权，导致了各种各样的低效率和愚蠢的后果，使得它们的公民产生无助和愤怒的感觉。这儿缺少的同样是有意义的向上的沟通，即顾客的反馈。几乎没人注意关心顾客的满意或愿望。

我感到有趣的是，这两个国家尚未良好运转，其主要体系已完全崩溃。现在正在建设中的新体制几乎不可避免地具有更强的向上的沟通力，更大的地区控制权，权力更加分散，并且只在收到顾客反馈之后才做计划。我认为这一道路可灵活地归纳为一个词：“个人自主选择”。

经理的一个重要事项就是要保留“小”的优点，使得个人具有多种选择，并使个人受到鼓励去通过购买、选择课程或学院、社会流动等行为，表达自己选择的偏好。以前我并未充分认识到这一点。但整个民主管理方法，无论我们称它是“Y 管理理论”，还是“开明管理理论”，基本上都包括参与、本地化、分权民主以及由此所产生的良好的顾客反馈和来自个人、个体以及基层实施的控制。

萨加报纸最近一期上有一篇关于管理中运用调查的有趣的文章。它为我提供了一个绝佳的例子，可以将它用到管理、政治、民主以及社会改良的概念性的总结中去。在萨加公司自身发展的历史中，有一个重要的传统，该公司从 1948 年在哈勃特学院开始食品

服务起,就向学生进行调查,以获取他们的反馈意见。这种通过人们口述的、面对面的评估的非正式方法一直延续下来。现在已经扩展到一个更大的、更有效的应用计算机进行统计的调查系统。

然而,重要的是要强调这种方法最终是一个“态度”问题。一个极权式的人或组织不会询问、倾听诚实的回答。相反,它习惯于命令或发布通知,而不去获取反馈,去评价和衡量顾客的满意程度。与之相比,民主的态度对他人有很深的尊重,这种态度来自于个人性格的结构和社会性的组织安排。我甚至可以将这种态度形容为同情,无条件的爱或是对别人的坦诚:愿意倾听,甚至是热切地愿意倾听。这种态度最终的结果,是给予别人面对多种可能的自我选择的自由。

因此,如果你喜欢别人,如果你喜欢看到他们成长,如果你认为他们拥有可教育的更高的天赋,如果你对别人的成长、欢乐和自我实现感到真正满足,如果你乐意分享他们的快乐,如果你对他们怀有兄弟般或姐妹般的感情并与他们有共同语言,那么你将几乎不可避免地创造出某种社会组织或体制。与之形成对比,极权的“老板”拒绝与被管理者、被控制者以及他们所谓的下属有任何意义上的亲近。

表达这一民主态度的另一个术语是“道家式的尊重”。这种尊重允许并鼓励他人去确认自己的偏好和进行自己的选择,一味塑造人、支配人、支使人或控制人。管理中的道家式的尊重还包括通过改善作出自我选择可采用方法来努力对所有的反馈作出积极的反应。

我们也可从实际后果(生效、评估、估价并观察某事如何运转)来讨论这一想法。在私有企业中,已产生了一些非常有效的反馈形式,像利润和损失报表、存货报表、生产数量和质量报表等等。所有这些都组成了一个类似神经机械的迅速的反馈方法。它告诉我们

该系统运转得如何,其效率如何。当然,当一个人了解这些知识之后,就可以抵抗灾祸和故障。例如,系统的某一部分红色警告灯亮了,表明出现了麻烦,马上就会有人赶到那儿去修正它。然而,如果没有这种反馈机制,一旦该系统的任何一部分出现了麻烦则还会让这种麻烦持续下去。也许侥幸会自动变好,但更有可能的是继续恶化,直到整个系统崩溃。

这儿还涉及到“身体智慧”的一般问题。身体智慧是一个预先假定自我选择价值的理论。在这里我们可以引用所有的生理研究,如对食物偏好的研究,也可以引用我自己所做的关于大学生对教授们的知识和能力的评价的调查。例如,我发现学生的判断与那些教授自己同事的判断一样准确。这一发现表明,许多学生的智慧要比当时一般认为的更高。心理学中有许多种附属领域的大量数据可供综合分析。实际上,我相信把它应用于社会科学和管理学的发展人本主义伦理学的大战略中,写一篇论智慧或智慧、个人选择的缺乏的总结性文章更为有用。

至少就人本主义管理或政治来看,我的观点的核心,是主张每件事都由个人自身性格结构而引发。也就是说,一个人是民主型的还是专制型的,是由其性格结构决定的。我同样深信人本主义的方法会真正使人们感到更快乐、更充实,他们有人倾听,得到理解,而不是像软弱无助任人摆布的棋盘上的棋子。做一个积极的行动者的感觉与受控制、受支使、受支配等的感觉是完全相反的。

一个极权主义的个人或系统对人们产生后者那些不良后果。而一个民主的个人或体制则产生前者的良好后果。毫无疑问,如果要两者择一,几乎每个人都会选择民主的个人、组织和社会,因为这些必然会带来个人的快乐和幸福。从自我发展的观点出发,我们还可以说强者身上的民主、同情、爱、尊重以及享受成长的态度会促进弱者的成长与自我实现。用其他话来说,人本心理学的基础形

成了开明管理、政治和社会变革的基础。

最后，回到整合大与小的必要性的主题上来。我认为，指出小型的、个人的、面对面的企业、学校或社会机构中麻烦还没有出现是有益的。只有当一个成功的、个人的企业开始变大之时，这些麻烦才会出现。如果我们意识到规模小和顾客的满意的优点，了解通常在发生什么，那么我们就可以得到预先警告，并且可以安排如何逐渐发展变大，就像萨加的管理人员有效地对自己的公司所做的一切一样。

我们能利用技术的先进性以设置所有民主的、沟通性的、尊重的、爱的、顾客满意的各种事物，就是说，保持所有小的好处，而同时也得到大的好处。

应该如何称呼这一革命性的新方法呢？Y管理理论？开明管理理论？人本主义管理理论？也许后者才是最合适的词。因为它暗示了人与人之间真正的尊重、喜爱和理解的更高可能性。

我希望再加上一小条：如果顾客能立即表达自己观点，即他们的反对、愤怒或热情，那么整个反馈系统将运作得最好。持续的并及时的反馈是最理想的反馈。我听说这种方法已应用到好莱坞的影片公司了。当观众看到屏幕上某一情景时，可以按下表达自己意见的“反馈纽”。今天，如果我们在管理中更多地仿效这一方法，我们的社会则会变得更好。

第二十九章 对罪恶视而不见

——自由主义政治理论的失败

编者按：60年代中期，马斯洛对美国大多数知识分子的主流价值观和世界观非常不满意，他的思想越来越与我们现在所称的“新保守主义”的立场接近。他确信，大多数自由主义知识分子认识不到人类现存的罪恶，由此引起了严重的社会后果和政治后果。在这篇写于1967年1月的未发表的文章中，马斯洛表达了他的看法。

现在应该谈一谈当代自由主义政治理论的一个主要错误了。首先，我们知道自由主义者大多侧重于在智力和审美方面发展，而在体能上偏弱。他们无论是对自身还是对他人存在的罪恶都缺乏一套良好的理论或者经验性的认识。对于自身和他人的权力欲望，他们也同样认识不清。

恰恰是在这一重大的问题上，我们差不多可以这样来定义当代的自由主义者：他们认为人都是善良的，没有人对权力感兴趣，也绝不会为了权力去争斗，并且总是会很明智地运用权力。基于这样的自由主义理论观点，在面对与各种各样的罪犯，诸如意大利黑手党、拉斯维加斯的匪徒、或者残忍的劫车头目吉米·霍夫等的斗争时，自由主义者们总用各种含糊不清的理由来解释、推论他们的犯罪原因。例如，虽然他们认可了联邦政府对吉米·霍夫罪行的控

告,但他们对待吉米·霍夫的方式是不公正的。

换句话说,自由主义者似乎认为,诸如有效的法律证据、对个人隐私的保护以及权力法案等,都只是作为一种“游戏规则”,是可以任意解释和改变的。他们已经忘了为什么要制定这些“游戏规则”了。也就是说,他们已经记不得制定法律与制度的目的是什么了。

很不幸的是,当前在许多西方国家,许多自由主义知识分子只要看到议会制定的法案连续不断地出台,社会秩序正常,那么整个社会最终的目标(包括正义、真理、秩序、法律、安定、美德等)能否实现,他们根本就不关心。在严格的意义上,精神病学家埃里克·伯恩(Eric Berne)认为,自由主义者将社会的各种制度仅仅是当作一种“游戏”,而不是用以实现真正的价值与目标的有生命力的工具性活动。

在这种背景下,我们当然要讨论一个称为“辛纳依”有关毒品治疗的新计划。这项计划似乎对帮助那些海洛因瘾君子或是心理完全崩溃的重罪犯恢复正常的生活非常有效。“辛纳依计划”从一开始就是采用了一种具有强制性、权威性、专制性的严厉手段,利用一系列办法,彻底打破瘾君子们放纵自负的心理,使他们“跌入谷底”,被迫承认自己是软弱无助的失败者。实际上,该计划从一开始就像严父一样来对待和医治他们。

我们的社会中同法律相似的事物也有很多。毕竟法律的根本目的是维护正义以及其他各种价值,而绝不仅仅是一种人生的游戏规则。对那些精神或者智力不正常,生活在最低的动机水平的人,对那些明显不成熟、水平只相当于四岁小孩的那些人来说,在他们的进步与成熟成为可能之前,他们最迫切需要的,就是那种严厉、有力的父亲,明确而不容置疑的规则,以及这些规则与终极目标、存在性价值之间的明确关系。

那些比较落后的发展中国家更是如此。在那些国家，文化与社会都只有很低的动机水平，生活方式十分落后幼稚。这些国家也需要严厉强大的统治。我们所有有关动机的研究资料与理论都支持这个观点，但是我们却很难使当代的自由主义者也同意这个观点。他们愚蠢地坚持不加区别地对待高度成熟、有责任感的人与不成熟、缺乏责任感的人。自由主义者还坚持以对待自我实现的人的方式来对待精神病患者、偏执狂及精神分裂症患者。为什么会这样呢？这有必要从心理学的角度进行解释。

奴隶的道德准则

是否因为体能弱（指智力、审美能力强而体质弱），典型的自由主义者有一种尼采式的怨恨心理，或者说是一种奴隶般的道德准则呢？我指的道德准则，是弱者在他们既害怕又羡慕的强者面前所表现的道德准则。由于我们的社会是由这些知识分子起草法律、制定社会的运行规则的，这种弱者对强者侵犯的恐惧最终会导致多少错误行为？有趣的是，心理学家威廉·谢尔顿证明，我们社会中的罪犯和违法者，特别是那些匪徒头目，通常是些体质强壮的人，这些人只要决定去做什么事，就一定能成为这一行的领袖人物。即使他们不是匪徒头目，他们也会是公司经理或参议员。

体质强壮者能够适应不同的游戏和规则。他们倾向于我行我素，而且他们在潜意识中相信：所谓正义，实际上就是强者赢得战利品，包括财富、女人等等，这种结局是恰当、公平和正义的。这类人产生尼采式的怨恨心理和无奈的嫉妒情绪的可能性更小。相反，他们更倾向于公开地敌视统治阶级。换句话说，他们随时准备战斗，如果被击败了就表现愤怒。而且，他们的这种激进的、情绪化的看法非常可能是有意识的：“如果他们找我的麻烦，就一定会倒霉！”而不是像体质弱者那样无意识地表现为情绪低落状态。

也许我们应这样解释：体能强者有一套他们自己的生活法则与目的，这些同体质弱者生活法则与目的是完全不同的。那些体质强者当然更可能对权力、物质财富、征服异性以及成为“山大王”感兴趣。而体质弱者的统治欲望通常很弱，而且可能是潜藏在深处的。如果体质弱者真的要成为“山大王”，那一定是通过智慧的或审美的方法而不是通过体力角斗、公开对抗、暴力行为或战争来实现的。

也许这能解释为什么体质瘦弱的自由主义者建立了一套似乎是自我否定的法规，因为这些法规正适于统治一个体质瘦弱者和自由主义者的社会。但是很明显，他们根本不适合用来统治那些强有力的罪犯或者体质强者。

当然，我的分析也适用于国际范围。不仅是在美国，在整个西方世界的范围内，当自由主义者讨论到越南战争时，他们总是倾向于不论错误大小都批评美国。他们说美国扭曲事实，编造谎言，肆无忌惮。自由主义者更倾向于以完美的标准来衡量美国官方的行动：必须像圣人一样地不犯一点错误。同时，他们却毫无怨言地接受越南共产党的一切可怕行为。

例如，社会问题心理学家协会(SPSSI)最近作出了一个重大决定，它是该协会有史以来第一次作出的此类决定。该决定谴责越南南部对越南北部俘虏的酷刑，然后将这些罪行归咎于美国的介入。但是，该决议却丝毫没有涉及所有的越南人已习惯于折磨、杀害战俘，以及北越政府所制定的暗杀、谋杀和恐怖活动的各种官方政策这一事实。比起美国用高科技战争武器所杀害的越南人来讲，越南共产党用恐怖手段杀害的越南人要多得多。但是 SPSSI 协会却只批评美国。

这种作法就同英国哲学家伯特兰·罗素(Bertrand Russell)一样。他是典型的体质弱者，瘦小而智力发达，善于雄辩。他把在

印度支那杀害共产党及所有其他人的罪行全部归咎于美国，尽管事实上美国当时根本不在场。自由主义者总是毫不犹豫地把最公正的国家作为攻击对象，而对那些权力主义者和权力主义政权显而易见的罪行则完全接受。

同这一点相似，自由主义者也总是坚持要求我们的政府要绝对的完美纯洁，却容许诸如黑手党、暗杀集团等犯罪组织使用一套完全不同的规则进行行贿、威胁、恐吓和公开的暴力活动。很明显，自由主义者从不对吉米·霍夫或黑手党生气，似乎他们已完全接受罪犯的罪行，停止了与他们的斗争。但是，自由主义者却永无休止地要求他们自身和政府、法律、法官与法庭的完美纯洁。

再从心理动力学的角度来解释我所观察到的体质强壮者的权力欲望。这些人有一套强者的生活规则，这些规则似乎构成了一套伦理规范。这些规范默认强者有权剥削和统治弱者、胆怯者或者无知者。进一步来讲，体质强壮者在内心自以为弱者、胆怯者没有权力保护自己或进行反抗。当然，当弱者真的进行复仇反抗时，他们就会大为震惊。

虽然我还不能用事实证明，但我还是认为，当强悍者看见羔羊一般的弱小者突然发生变化，像狼一样地反击时，他会感到又惊又怒。强悍者以为羔羊永远应是羔羊。它们不应该突然地反过来攻击、撕咬和复仇。强悍者习惯用一种平和的轻蔑心态来看待胆小弱者。他们欺压、控制、利用弱者的同时也似乎想照顾他们，但当弱者的自我意识一旦产生，他们的这种好脾气就立刻消失了！

关于这一点，一个极好的例子就是40至50年前美国南方佬对待黑人奴隶的情况。在某种意义上，只有在黑人接受自己的既定地位，承认自己是低等人种，不配享受完全的文明与人权的前提下，白人才“照顾”、帮助和保护黑人。因此在当时的南方，社会上存在着两个不同的阶级，以及由此产生的两套完全不同的法律、规

则、伦理和价值体系。我们大约也能从这一现象中明白强者与弱者之间，猛兽与猎物之间，优势成员和弱势成员之间的关系。

社会意义

社会意义这个问题将在我关于乌托邦的课程中讨论，并最终将在任何涵盖面更广的社会心理学系统和社会进化原理中进行研究。很久以前，我就认识到没有一个社会能够非常顺利地运作，特别是那些互相独立、分离的民族国家——除非它有一个内在的体系，在这个体系中所有类型，所有领域的优势成员、创新者、先驱和天才都能得到应有的尊重和仰慕，而不被那些尼采式的怨恨、无奈的嫉妒和弱者的逆反性评价伤害。

至今为止，我所能想出的预防这类伤害的惟一有效方法，就是使社会领袖、强者、有成就者以及胜利者的高级需求和超越性需求得到满足，而不是仅仅使他们对钱财以及其他物质财富的明显的低级需求得到满足。

例如，强者就像红衣主教，穿着僧侣服饰，愿意生活简朴，愿意比社会的普通民众享有较少的物质财富。换句话说，作为优势成员的领袖人物满足于自我个性以及更高需求的实现，那么即使生活简单朴素他们也会很高兴的。对优势成员、领袖和先驱来说，他们需要的是能够说服民众改善社会，能够推动进步而较少地受到外界阻碍。

在这种设想的体系内，一般民众由于获得了更多的钱财、生活用品和汽车等物质财富，因此他们就不必去嫉妒或是怨恨社会中的领导人物了。直到现在，我仍然认为这种解决方法是行之有效的。这种分配原则的涵义，也就是给每一类人他们认为最有价值的物质财富或其他服务。

例如，我们提供给体质强者的最大满足，就是使他们有参加那

些最有吸引力的体育活动的机会，比如登山、冲浪、潜水或足球运动等。而这些活动不会吸引那些体质较弱的人，他们甚至会回避这样的活动。这样一来，就会将体质弱者的嫉妒减少到最低限度。体质弱者希望有机会阅读各种书籍，欣赏古典音乐等，这些活动也照样难以吸引体质强者。这样一来，每个人都可以很高兴。这种情况很像理想的婚姻状况，夫妻双方都从婚姻中得到了独特的满足，彼此都不用嫉妒对方。

最后，有关整个社会的理论，在国家主权的更广泛的政治层次上，都必须接受这样一个事实，即今天对于一个发展中的落后国家或者一个原始社会来说，强大的领导力量始终是十分必要的。当然，人类历史上的最大问题也就是这些领导人物可能是坏人，即使一开始不是，也会由于权力的腐蚀，在后来变得邪恶。我个人认为，这个问题在原则上是不能够在国家主权这一制度中得到解决的，必须要有国际性的制裁。对于希特勒、斯大林这样的国家极权主义者，必须要有超国家的力量来实施规则，迫使他们接受规则。同时，这种超国家实体严厉的控制作用必须持续一段时间，直到这个社会过渡到更成熟的发展水平。当这个社会最后能够实现民主政治或者地方分权制度时，这种严厉的控制制度也就没有必要了。

我尝试提出一套同时适用于强者和弱者的规则和法律制度。然而，这是可能的吗？也许有关权力或者罪恶的心理学理论的最终发展成果能够解决这种两难境地。但也许在50年后才可不同的法律制度对待不同的人，就像我们现在用不同的方式对待成人与孩子一样。也许，我们也会用不同的法律制度对待社会的领导人物和弱者，或者是体质强者和体质弱者。

同样，我们将不得不解决在法律、政治和权力关系中存在的这种矛盾，这种矛盾存在于高度成熟的正常人与罪犯之间。前者根据一些超越性规则和法律来生活，后者则停留在一些陷害

竞争对手和“放冷箭”等的手段上。很显然，整个社会是可以被罪犯控制的，例如西西里岛、巴蒂斯塔独裁统治下的古巴、杜瓦利埃的海地独裁政府，以及其他许多在非洲、拉丁美洲国家的情况。只有一个可以解决西西里岛的黑手党或者拉斯维加斯的匪徒的办法，就是以毒攻毒，以牙还牙，决不能够用那些高尚的法则。

面对那些有杀人或者伤人倾向的人，你自己戴着脚镣和手铐去与他们搏斗是十分愚蠢的。当你的对手对你不择手段，甚至用置你于死地的方式来对付你时，你却仍然用打网球那样优雅而公平的规则来对付他们，这不仅可笑，而且会危及社会安全。社会生活不是游戏，它是生死攸关的努力过程。规则也只是手段、工具和技术，它们自身没有任何意义。它们的意义完全取决于服务的对象和目标。当社会规则发展为一种功能性的自主，变为一种目的时，对每个人都是很危险的事。

现在有一些权力自由论者和有自怨情绪美国人就有这样的思想倾向，更不要说那些反美的外国人，例如支持查尔斯·戴高乐的法国人了。就这些法国人和反美情绪而言，由于过去美国对法国所做的好事，这只是一种尼采式的怨恨和无能的嫉妒。关于这一点，有必要回忆一下英国剧作家乔治·肖伯纳的那句机智而精辟的话：“我不知道他为什么恨我，我从来没有为他做过任何好事。”

第三十章 北美黑脚印第安人的文化与人格

学习人格理论的学生们常提到两个问题。一个问题是：一个人的人格在多大的程度上取决于天性？另一个问题是：一个人的人格在多大的程度上取决于祖先传下来的文化？这些问题只有通过心理学家或者有一定心理学知识的人类学家进行实地考察才能够找到答案。众多的人类学家，例如贝特森、米德、马林诺夫斯基、本尼迪克特、林顿等，都已经认识到这个问题的重要性，并且各自做了研究。但是，这些研究常常只是偶然做的，并不是基于对心理学的特定问题进行研究。

这篇报告是跨文化的人格研究的一次尝试，是笔者结合以前所做的人格研究和现在正在进行的其它研究的自然的逻辑产物，是对人格进行比较研究和综合研究的一种尝试。

这次研究工作的具体计划，就是把人格的两类综合特征，即自我安全和自我层次(Ego level)加以推广，把它们应用到一个较原始的人群中去，将这个人群和心理学家所在文化的人群进行比较。考虑到这个目的，我们选择了加拿大的黑脚印第安人来作为比较的人群。我们将几乎所有的关于黑脚印第安人文化的资料都找了出来，但是，这些资料大多局限于文化结构，从这些资料，我们不能够了解黑脚印第安人的生活方式和生活态度。我们决定着重研究生活于北美黑脚印第安人文化中的人，而不是进行历史重建。也可

以说,在设置研究的背景时,心理学家存在一种偏见,即相信在人格与文化准则、文化制度的压力之间有着相互的因果关系。还有一些人坚信文化相对主义。

概念背景知识

关于人格的综合特征理论是我在以前的一篇文章中提出来的。这个理论的提出是为了取代分析性的原子式的人格理论。概括地说,综合特征理论认为,人格是行为和情感的有机结合的综合体。每一种综合特征都是一个由相互关联的各部分组成的一个系统。这些部分之间的关系不是因果关系,但它们是一个整体中可以相互替代的组成部分。这些不同的部分组成不可分割的整体。从格式塔理论的角度来看,它们似乎已经自然地归于一个整体。而且,甚至在综合特征的内部,微小的结构化都是可以分辨出来的。如果这些部分可以称为“单元”的话,那么综合特征的单元就是凭经验可以观察到的行为或者感情的表现。在行为与感情之间有某些关系,而没有另外一些关系。关于这一方面,最重要的事实在于:文化的塑造作用或抑制作用对行为的影响要比感情的影响大得多。这些综合特征似乎随着一种被称为“层次”的重要因素的变化而变化。这就使我们有可能进行量化的研究,这样我们可以说一个人的安全水平是高还是低。由此我们可以得出其在不同类型的人中的分布。

这些综合特征并不是固定不变的,它们的层次随着外在环境的重大变化而变化。但是,这并不是说这些外在的变化在普遍意义上“导致”了综合特征水平的变化,与外在的变化相互关联。从数学的角度来说它是这些外在变化的函数。人格在任何时候都不能够说是个别原因的产物,而应该说它是最广泛意义上的历史的产物。

当综合特征的层次在一个相对正常的人身上发生变化时,它

似乎是作为一个整体发生变化的。这也暗示,在那些我们称为正常的人或者精神病人的身上,它发生的变化是部分的或者分裂性的。因此可以说他们的某一综合特征的层次较高,而另外一些综合特征的层次较低。

安全综合特征

一个人的安全感,可以说是这个人对自己所在的世界以及其他人的态度,以及有关的一些猜测和假设,包括周围的人是爱他还是不爱他?是接受他还是抛弃他?是帮助他还是阻碍他?从另外一种意义上来说,安全需要相当于霍妮所说的对安全感的需要,即渴望自己归属于周围的世界,渴望一种融洽的人际关系。关于安全感与不安全感的问题,我在另外的文章中还有论述。^①在这里,我只对心理学的安全所包括的内容加以论述。安全感包括:被人喜欢以及被人爱的感觉;世界上有温暖和友谊的感觉;期望有好的事情发生;平静、安心和轻松的感觉;自我接受的感觉;渴望自己有解决问题的能力而不是渴望掌握权力;具有合作精神;态度友善,对他人有兴趣有同情心;关心“社会利益”(借用阿德勒心理学的概念)等。

自尊综合特征

自尊综合特征或者自我层次综合特征指一个人的形象,以及他对自己的能力、声誉、实力、财富以及身体的评价。在对我们社会中的妇女进行研究时发现,人格变量组成了自尊综合特征的一方面。这些变量包括:自信、个性外向、支配情感强烈、有安全感、不保守、独立、更男性化、不太讲究礼貌、喜欢冒险、喜欢求新等。以这些

^① 马斯洛:《性格与人格杂志·安全与不安全的动力》1942年,第10期。

变量为基础,我对女大学生进行了关于支配情感的测试。^①

本文试图研究这些综合特征在受另外一种文化影响时的模式。当然,我们首先假定能够发现这些模式。我们先对北美黑脚印第安人文化的一般背景和起源作一个大概的综述。

北美黑脚印第安人的保留地

黑脚印第安人的保留地共有四块,我们所考察的是它们之中最靠北的一块。与其他三块保留地不同,它是正式属于黑脚印第安人的。它位于加拿大太平洋铁路和弯弓河之间,长40英里,宽5英里,有大约800名黑脚印第安人居民。有两个白人村庄与这块保留地接壤,它们是人口为400人的格莱钦和人口为100人的克鲁尼。保留地的大本营就在格莱钦附近,这里有保留地办公室、医院和社交场所。格莱钦是保留地的社交和贸易中心,大多数的交易都在此进行。保留地还有两所教会学校,格莱钦附近有一所,克鲁尼附近有一所。在60公里远的地方有一个小城市卡格雷,人口有5万,一些年轻的黑脚印第安人有时去那里买酒和嫖妓。在那里有一年一度的狂欢节,周围的黑脚印第安人常常带着极大的兴趣参加。在每年6月或者7月举行狂欢节时,几乎整个部落的黑脚印第安人都参加了。一些家庭就住在集市表演场地的小棚子里,还有一些人住在城郊临时搭起来的帐篷里。

保留地由一片起伏跌宕的大草原组成。草原上有许多农场,每个农场上都有一个三间房的小屋。农场的主要作物是小麦和燕麦。收成往往都不太好。在这次考察的前8年,在这里有一次持续数年的大干旱,许多肥沃的表层土都被风刮跑了。黑脚印第安人一般对

① 见马斯洛:《心理学杂志·对女大学生支配行为的测试》1940年,第12期。马斯洛:《心理学杂志·女性的支配情绪以及性特征》1942年,第16期。

耕作没有热情，只有少数黑脚印第安人的庄稼比周围白人的庄稼收成好。人们的真正兴趣是养马，其次是养牛。不少人都有大群的马和牛。一般说来，年轻人的理想是成为一个“牛仔”，而不是农民。他们也常常穿着和“牛仔”相似的服装。黑脚印第安人非常喜欢赛马，照料他们的牲口十分细心。

经济生活

保留地的经济生活很独特。大约在 25 年以前，迫于加拿大政府的压力，部落在地价最高时将他们在弯弓河另一边的麦田卖了出去，这是他们所有麦田面积的一半。这笔款项的大部分由加拿大政府代管，称为部落基金，靠这笔基金，部落每年有 12 万美元的收入。这些钱全部用于保留地的建设和公益建设。这笔基金也使黑脚印第安人成为加拿大所有保留地中惟一能够自给自足的保留地。它已经成了部落中每个人在经济上的一种保障。这笔基金除了每月定量分配保留地的男人、女人、儿童，让他们购买牛肉、面粉和茶以外，还给老年人和那些新开垦农场的人以特别的资助。人们并不把这些配额看成是一种福利，而是认为它是从一个好的投资中得到的报酬。基金的一部分也被用来在保留地修建整洁的、更方便的三室房屋，对医院进行保养维修，支付医生、护士以及其他人员的工资。

但是，为了获得现金，黑脚印第安人必须自己参加工作。获得现金的一个途径是出售的马、牛或者农产品。男人们还可以到保留地的煤矿去打工，去修铁路，或者做其他临时的工作。因此，现金一般都很有限，它的来源并不广。并且在大多数情况下，现金并不交给个人，而是由保留地的办公室保管。如果一个人需要用钱，他必须提出申请，说明自己需要用钱。在这里，没有任何人经营任何形式的商业公司。有一次，一位黑脚印第安人准备开一家商店，结果

被否决了。一些很具有企业家精神的人对这种情况非常不满。

人们在经济上的愿望就是能够过上好日子,即有充足的食物、衣服和房子,有足够多的马匹,能够用来运东西,能够参加赛马,以此获得声誉。

教育

黑脚印第安人从7岁到17岁,教育都是免费的。小孩及其家长可以在两个教会学校中选一个,这两个学校都是寄宿学校,除了每年有一个短暂的暑假外,学生是不允许回家的。黑脚印第安人一般都不鼓励甚至是禁止小孩到白人的学校去学习,尽管教会学校提供的十年的教育,只相当于白人学校的7年或者8年。男孩子的课程则重于农业,女孩子的课程主要是家政学。

小孩们在进学校之前都是讲黑脚印第安语,入学后只准讲英语。但是,当人们离开学校以后除了少数努力要适应白人文化的人以外,人们很少使用英语。几乎所有的老年人都讲黑脚印第安人语,尽管他们在年轻时或多或少接受了一些学校教育。现在的情况仍然是如此,当人们离开学校以后,除少数想适应白人文化的人以外,人们一般越来越少使用英语。在我们的调查中,有一个被访者是部落中惟一受过高等教育的人,他上的大学是一所农业大学。

保留地的日常生活

在保留地,冬天非常寒冷。在冬天,人们几乎整天都呆在屋子里。而在夏天,人们几乎都在帐篷里居住。在6月初举行的“太阳舞”期间,还有许多人住在老式的小棚子里。用白人的标准来看,这些帐篷的清洁程度差别很大。其一般清洁程度略低于周边的白人区。

这里的日常生活方式只有很少是从印第安人的文化生活模式

中流传下来的。部落里的人对白人的先进技术和装置十分敬佩，许多人都渴望拥有汽车和收音机，平时人们所穿的服装也和白人的服装一样。但是，他们在开会、跳舞、举行宗教仪式，以及参加一年一度的狂欢节时，仍然穿印第安人的传统服装。人们在照相时也喜欢穿这种民族服装。一般来说，大多数人都穿鹿皮靴而不是穿鞋。无论是年轻的妇女还是老年妇女，都按传统模式带着发饰，梳着发辮，头发中分。

绝大多数人以传统的黑脚印第安人的方式做饭。他们的主食是牛肉，做法多种多样。黑脚印第安人几乎不给白人来访者提供饭食，即使是最亲密的朋友也是如此。对此，他们解释说，这是因为他们的友谊遭到了太多的拒绝甚至嘲弄。在周围的白人看来，黑脚印第安人以喝酒闻名，他们似乎只要能喝，就一直在喝。而且喝醉以后，还惹麻烦。黑脚印第安人对他们喝酒的说法与白人大不一样。他们声称，虽然他们和白人一样难以控制酒精对他们的影响，但一拿到酒，就必须很快喝光，并且马上清除酒精的影响。他们还坚持说，由于政府禁酒，酒在人们心目中的价值反而提高了。至于喝酒后打架等事情，他们说那是极少数年轻人发生的事，老年人和大多数年轻人从来不会如此。笔者在考察中所到的地方，人们喝酒的行为都没有导致什么恶劣后果。一般说来，老年人喝酒以后常常会唱歌、讲故事或者睡觉。

白人的态度

一般来说，周围的白人社会对黑脚印第安人的动机、欲望、价值观和世界观等知之甚少。他们的态度常常是一种敌意、妒忌、轻蔑、赞赏以及其他一些相互矛盾的感情的混合体。他们通常也承认自己对黑脚印第安人并不了解。他们对黑脚印第安人的态度表现了他们自己的人格，常常是表现出他们的不安全、对抗、怨恨以及

焦虑的情绪。而安全感较强的白人则对黑脚印第安人更具有同情心,也更友好。白人也常常毫无理由地将他们对某些黑脚印第安人的印象推广到整个部落。他们常常认为所有黑脚印第安人都很脏,尽管进一步的研究可得到的证据显示,不少家庭并不能称为“脏”。白人们常常认为黑脚印第安人不诚实。然而调查表明,在过去的10年甚至15年期间,在保留地只发现了一个小偷。白人们还声称黑脚印第安人都很懒,然而一旦有人对此进行追问,他们也承认有些黑脚印第安人工作确实很勤奋。换句话说,出于心理上的原因,一些白人会对黑脚印第安人怀有一种偏见,尽管他们的行为并不常常直接表现出这种偏见。

北美黑脚印第安文化

在介绍了保留地的生活背景之后,我们将注意力转向北美黑脚印第安人社会的文化模式。调查者能准确地找出外在及内在的文化模式。

外在的文化包括动作和语言。内在的文化包括可以从文化的外在表现推知的思想、态度和价值观。实际上,根据人格的不同层次,内在文化似乎也可以相应地分为几个层次。这样,我们就可以区分兴趣和思想的意识层次,在一定条件限制下的感情态度和价值观的一种无意识层次,以及与自我安全和自尊综合特征相应的感情需要,相应的一种更深层的超越中心的层次。这些综合特征在童年的早期就在所生活的文化的影响下定型了,除了那些表面的、短暂的、随着每个人的人生观不同面朝一定方向发展的人格外,它们整合了其它所有方面。实际上,我们这篇文章将只考虑北美黑脚

印第安人的内在文化或感情需求。^①

人际关系

我们既不能认为现在的北美黑脚印第安人单纯是协作性的，也不能认为他们单纯是个人主义的。既存在影响行为的协作模式，也存在引起个人间竞争的情况。大致看来，对整个文化而言，个人主义的压力是最基本的。这一文化极其尊重个人的欲望、目标、抱负、爱好和独特的风格。但另一方面，人们也可自由表达帮助他人的愿望。当我的车出了毛病时，附近的每个人都乐于助人，帮我度过难关，人们并没有想到要索取报酬。我笨手笨脚没法收拾好帐篷时，人们也同样自愿地帮助我。对于那些需要许多人一起干的工作，则都由集体中所有的人来共同完成。当特蒂·依娄弗莱(Teddy Yellowfly)想把他的马圈起来，准备烙上记号、阉割和接种时，他只需简单地对一些人打个招呼，说他明天要干这些活。第二天，到了约定的时候就会有六七个年轻人来帮助他，而做这些事都是没有报酬的。一个在保留地内迷了路的陌生人在问路时若遇到一个黑脚印第安人，这个黑脚印第安人会花上一个小时帮这个人走到正确的路上去。这些举动都只是一种自然而然的帮助，而不是出于一种来自外在的责任或者公共意见的压力。

与孩子的关系

在孩子和社会中的其他成员之间存在许多温馨的人际关系，

① 当然，内在文化，正如人格的较深层次，是不能被直接观察到的。这表明在这两个文化范畴之间存着认识论上的区别。外在文化可以通过感觉和经验加以了解，内在文化则须通过概念构想进行了解。因此，对于要求用另一种证实其有效性的方法的文化，本文提出了构想性的方法，而不是一种纯经验的方法。这种区别中所涉及的认识论问题是社会科学中的基本问题。——译注

这种关系远远不限于近亲的范围。孩子们的所有或大多数有血缘关系的亲戚,甚至远亲,都保持着这种非常亲密的关系。小孩们把这些亲戚的家都看成是他自己的家。所有这些亲戚都会帮助他、保护他、并忠于他,就像我们社会中的父亲对儿子的关心爱护一样。在文化的亲属关系系统中,黑脚印第安人的小孩称许多并没有血缘关系的人为“父亲”、“母亲”、“兄弟”、“姊妹”、“叔叔”或“姑姑”。每个小孩都知道他被全部落的每个人所关心和爱护。如果要领养某个小孩的话,人们会为争取领养这个小孩的特权而相互争吵。出于对这样小孩的同情与怜悯,人们对待他们一般比对亲生小孩还好。即便是私生子或继子,成年人也不会以不同的态度来对待他们。孩子对于成年人的生活来说是如此重要,以致一些老年夫妇领养他们的第一个孙子或者孙女,这几乎已经成了一种风俗,特别是在那些有规定可以这样做的地方。小孩由父母自由地交给祖父母,因为人们都相信祖父母要比亲身父母更喜欢和爱护他们的孙子、孙女。而这种爱比父母的爱更宽容、更放纵。婴儿被随意地传来传去。如果一个小孩想要什么东西而自己父母又不在身边,那么那些离他最近的人就会给他。简言之,这儿并不存在仅限于近亲的狭隘的依赖,而在美国社会中正是这种依赖,常常会使得孤儿和被领养的儿童感到不安全。

几乎在每一次购物清单上都有一部分是给小孩糖果。即使是在最庄严的仪式上,如在太阳舞会中盛大的“赠送”仪式上,该地区的所有小孩都可以得到可乐类饮料和吮食的糖果。如果一个人要举办舞会,往往要为孩子糖果做一部分预算。如果一个小孩得到了礼物,他的父亲或母亲对这份礼物的感激之情与他们自己收到礼物相比,完全有过之而无不及。

在黑脚印第安人中,对小孩的主要态度是宽容。小孩无论要任何东西,只要在最大的可能上能满足他的愿望,大人都会给他。这

种放纵在我们社会中可能会被当作是一种极为荒唐的行为。在保留地附近的许多白人则认为黑脚印第安人宠坏了自己的孩子。我曾看见一个婴儿把手伸向母亲的百事可乐瓶子，这位母亲马上就喂了一点给孩子。无论什么时候，小孩想要咖啡、茶或其他的任何东西，他的愿望都能得到满足。一次，有人看到一个小孩在零度以下的大冬天只穿了一件衬衣在户外玩，他的母亲一直在等他来要衣服穿，但却并不强迫他穿。只要他不要求穿，谁也不会去干涉他。当人告诉特蒂·依娄弗莱，教育对他儿子有好处，他只是回答：“还是由他吧。”后来发现，其实他自己最大的愿望就是让他的儿子受教育。但除了让他的儿子知道他的想法外，他没有做任何其他的事。做决定的人是儿子自己，而非父亲。而他的儿子刚好不想读书，所以这事也就到此为止了。

周围的白人都埋怨黑脚印第安人溺爱他们的孩子，但同时他们又不得不承认黑脚印第安人的小孩比白人的小孩表现要更好些。黑脚印第安人的小孩不仅听从自己父母的建议和命令，也听从部落里所有其他成年人的劝告。如果某个小孩玩耍的声音过于吵闹，只要有一个大人说一声“安静”，他就会马上停止玩耍。我曾与一群黑脚印第安人小孩一起玩耍，在他们实际上已经笑得歇斯底里时，我只需说一声：“到此为止吧！”他们就马上停下来，平静地走开，去干别的事。从6到7岁开始，男孩子就开始帮父亲干活，女孩子开始帮母亲干活。父母对自己的孩子很少埋怨，同一件事通常只需嘱咐小孩一次，他就可以把事干好。如果小孩在同一件事上被吩咐两遍，往往会引起埋怨。这样的小孩常有一个特殊的绰号，其字面上的意思是“硬耳朵”。从P.M和他小儿子之间发生的一件事上可以看到这种对小孩进行的训练。这位小孩和他的父亲一起坐在我的车上，当他吮吸完一根棒棒糖后，要求父亲帮他吧棍儿扔出窗外去时，他父亲把棍儿还给他，让他自己扔。这小孩试了几次都失

败了,但最后他还是扔了出去,他的父亲非常自豪地拥抱了他,并吻了他。

尽管人们不懈努力,在保留地上父母与子女之间也存在一些不好的情况,例如,缺少爱或是虐待等等。在一些例子中,可以看见较大的男孩喝醉后也会与父亲顶嘴。有时,当一个有成年子女的男子和一个有成年子女的女子结婚时会发生矛盾和磨擦。在这种情况下,然而,这样的婚姻被认为是极为不明智的。

在需要时,也不乏惩罚手段,而且一旦用起来,都相当严厉。例如,把小孩扔进河里,或如 M. R 那样,将儿子倒着往装了水的木桶中浸。

友谊

每个人都有许多的亲戚和朋友,他们遍布在保留地或其他黑脚印第安人保留地,他随时可向他们寻求帮助。亲戚之间和朋友之间的互访非常频繁。在亲戚或朋友家过夜也是常事。

每一个年龄组的男孩都远比在我们社会中的男孩更为紧密地团结在一起。他们干同样的事,同时加入社会,而且总是呆在一起。一个人的同龄伙伴称为“尼塔卡”,意思是与我同龄的朋友。这种朋友模式要比其他类型的朋友之间的关系更为密切。这样每个男孩和女孩都有 10 到 12 个“尼塔卡”。他们被认为是亲密的朋友。在这一组中,又常有一个、两个或三个特别亲密的朋友,但三个的情况很少见,他们被称为“尼塔克喽玛”意思是“钟爱的朋友。”这种亲密朋友被看成是亲兄弟一般,但在北美黑脚印第安人中,它远比在我们社会社会中的亲兄弟更为亲密。在白人的眼中,这种友谊简直就像田园诗一样。他们完全彼此信任,彼此忠诚和友爱。一个人的钱就等于另一个人的。他们与彼此的妻子之间也有着特殊的“玩笑关系”,这种关系是一种亲爱、互相取笑,彼此尊重和彼此信任的

复合体。

敌意问题

通过对黑脚印第安人的人际关系作进一步的研究,没有发现什么证据可表明在北美黑脚印第安人中存在着明显的或隐藏的敌意和侵略性。整个部落是一个温馨的、友好的群体,然而,批评也是很常见的并且有时很强烈。但批评都是公开的,而且只有在很少情况下称为是恶意的。无论在何处,赞扬总是与批评一样普遍。而且在大多数情况下,批评都是真实而公正的。批评,一般被认为是帮助受批评者改进的一种方式。

舆论在部落中是极为普遍的。每个人都知道其他人在干什么,要保持秘密几乎是不可能的。大多数的舆论是一种批评,如果有必要复述舆论时,没人会害怕或犹豫。应该强调的是,舆论这种传递信息的方式不仅传播负面批评,也传播正面的、好的、肯定的消息和评价。当然,在一些较小的团体中,如黑脚印第安人社会,这种以舆论方式表达的公众观点是保障社会得以控制的最强有力的方法。

而总有一部分人是这一最小敌意规则的例外,这些人总是缺乏安全感并且追求权力。他们都常常羡慕别人,妒忌别人,表现出恶意并且仇恨别人,或者挑起别人的仇恨。如果让这些人对他人进行评价时,他们总是对他人都说些不堪入耳的话,即使对那些在社会上最受尊敬的人也是如此,我们在称这样的人为“补偿型”人格。然而,这只是对这种人的基本的、外在的特征作初步的观察,并非对这些人作了“深入”的仔细的研究。不可能说清楚这些人所要补偿的是什么。下面在讨论各种行为准则的例外时,会经常引用这组人(估计占总人口的5~10%)为例。

在保留地,打架的事很少见。一个受访者记得5年来还没有发

生过打架的事。而另一个人则记得5年内有3次,都是那些在煤矿工作的年轻人当他们在车上时发生的。人们喝醉时有时会打架。有趣的是只有年轻人才在喝醉时打架,老年人喝酒以后常常是唱歌,然后就愉快地睡觉了。这表明他们喝酒并不是为了发泄那些受抑制或受压抑的冲动,这也表明该文化在这些老年人中产生的冲突更少。应该指出的是,在年轻男女中心理上的冲突通常较老年人多。

在人群中也存在少数自吹自擂的人,这些人通常被列为“不同寻常的人”。人们认为,这些人“总是说这说那,但并不是真话”。如果一个要将他人的注意力吸引到自己的长处或过人之处来,这并不是吹牛,而是一种正当的自夸。但如果所说的一点也不真实,那么人们就会认为那完全是错的。在前一种情况下,人们会点点头:“说得不错,继续努力吧!”而在后一种情况下,人们就会说他是在说谎、吹牛,并嘲笑他。就目前所知,几乎所有那些补偿性的人都爱吹牛自夸。这些人通常总是试图给别人留下深刻的印象。因此可以说一般是希望补偿的动力导致了他们吹牛。这些想要给别人留下深刻印象的人,在我评价别人时,也常常当我的面贬低别人。

逗乐关系

一个男人常常与部落中至少一半的男人和许多女人之间都有逗乐关系。在黑脚印第安人的历史上,这种逗乐的关系一直经久不衰。一个年龄段的所有成员都是另一个年龄段开玩笑的对象。然而,每个人通常都有一个特定“对手”,对他的每一点失误,干的蠢事及缺点都加以取笑。这种逗乐常常是公开的。所有开玩笑的人和被开玩笑的人之间的态度都很友好。他们常常会同时笑起来,而其余在场的人也都乐在其中。一个人与他的所有朋友(尼塔尼)的妻子都是逗乐的关系,尤其是最亲密的朋友的妻子。有这种特殊关

系的男人和女人之间亲密得令人震惊。他们之间在进行逗乐时或在严肃讨论之时没有什么忌讳,什么重要的事物都不回避。即便是最亲密的性交的细节也常是逗乐或讨论的话题。但是,有这些逗乐关系的男女之间,却从来不发生肉体的接触和性关系。

这种逗乐关系的作用是多种多样的。^① 这种逗乐通常是以幽默的方式来化解发生由于某些情况导致的紧张和嫉妒,这些紧张和妒忌有可能会进一步导致更大的麻烦和冲突。事实上,黑脚印第安人对缺点的经常的嘲弄能使他们能够更好地面对现实,使他们不致于沉迷在自己的能力假象中。一个被访者认为它有着十分重要的教育作用,他说:“虽然大家总是用对方来取乐,但那些被取笑的人都会努力提高自己,克服那些招致嘲笑的缺点。逗乐能够使大家得到改善。”

人们很容易想到,这样的逗乐可能会消除敌意,也可能会制造敌意。因此,让人感兴趣的是,一般的文化是怎样将制度改造为一种整合文化特点的道路的呢?只有那些可以改变、可以改善的事情才会成为逗乐的对象。没有人会取笑跛子,或取笑别人不漂亮、虚弱或者有病,没有人会讨厌逗乐。与此相反,逗乐几乎总是被当作一种赞誉,那些经常互相逗乐的人常被认为是最好的朋友。

我们可以认为,这种逗乐是消除敌意的有效的方法。常常可以看到一些妇女将可以用来对自己丈夫进行逗乐的“资料”透露给自己丈夫的伙伴和“对手”。因此,那些她不能直接跟她丈夫提出的批评意见就可以通过其他人提出来,一样可以达到效果,使情况有所改观。妇女在逗乐时常常是自己丈夫的同盟者,男人在自己“对

^① 关于这种关系在其他平原印第安人中的作用的讨论请参考埃根·弗雷德(Eggan Fred)的《两个印第安部落中的亲属系统》,见埃根·弗雷德主编《北美部落中的社会人类学》,芝加哥大学,1937年,第77~81页。

手”的妻子在场时，表现得和其“对手”在场时一样谨慎。据说在年轻人之间有时候逗乐会导致怨恨，也有一些人喜欢开别人的玩笑，但却不能容忍别人开他同样的玩笑。

避讳关系

由于亲属系统包括妻子的姐姐以及岳母的女性亲戚，一个男人在部落中常有6个左右的“岳母”。在黑脚印第安人的老年人中还严格地保持着与岳母的避讳关系，但在年轻人中已经慢慢地变得宽松了。黑脚印第安人将这种避讳关系解释为出于尊重，尽管另一补充的解释说是出于敌对情绪。最严格和最完全的避讳关系是对每个人的教父(ceremonial father)的。这些人已经献身于宗教，成为宗教社会中的一员。在一个人取得宗教团体的成员资格之前，他必须以最大的谨慎来避免与他的教父见面。这种避讳关系有时似乎出于害怕，多出于尊敬，尽管这并不确定。一般说来，这种关系在心理上是该文化中大量存在的温馨的感情联系的反面对立物。如果仅从数量上来说的话，他们也远不比后者重要，并且将这种避讳关系称作尊敬而非敌对也是很重要的。

竞争关系

竞争在北美黑脚印第安人的土著文化模式中是主调。这种竞争的目的既是为了经济上的利益和地位，也是为了社会上的声誉和地位。现在这种文化的延续性依然在竞争精神中得到体现。部落首领们在这种精神的鼓舞下，努力担负着所在职位所必须担负的责任，力争得到好的声望。一旦被问及，这些首领都会坦率地告诉你，他是如何如何好的一个人。他常常会说：“大家都知道我总是准备帮助其他人，特别是穷人、弱者以及其他需要帮助的人。”这些人对他们所获得的声望都引以为自豪。

在游戏和体育运动中也有竞争。在整个夏天和秋天，每逢星期天都要进行赛马。由于这些马在比赛中常常势均力敌，所以裁判的裁决总是受到质疑，每次赛马总会发生大量的争吵。在有一种被称为“手戏”(hand games)的游戏中，则很少发生争吵，这种游戏并不普及，但有时持续时间很长，达48小时。在这里没有运气好坏的概念，一个人输了只是因为技术不好甚至没有技术。虽然每个人都输得起，但实际上没有人会愿意输，因为输了总让人垂头丧气。这种游戏一般没什么大赌注，所以比玩扑克更受欢迎。年轻人及许多中年人还参加各种各样的体育运动，这里也没有争执和激烈的竞争。这表明，北美黑脚印第安人并不把这些竞争当作是一种威胁，或认为它们会导致敌意，他们也不把这当作是敌意的发泄方式。

在社会中经济的竞争所起作用不大。财富带来尊敬和地位，这种态度是从原始的模式中延续下来的。这个社会中最富的人(有最多的马)却根本不受尊敬，因为这些财富是他撒谎得来的，也因为他很吝啬。人们认为，没有理由说明通过这种渠道来聚财是合理的。当然，部分原因是由于那些可干的活基本上都很辛苦。在这里没有多少人有积蓄。所以吸引人们对保险进行投资的计划很不成功。在北美黑脚印第安人中，聚财并不是靠那种能使人掌握对他人的支配权的途径，也不是导致社会冲突和敌意的一种根源。

其他的驱动力也一样不复杂。首领可分成两种人，一种人需要有首领地位，这是由于他们在感情上感到不安全，一种人当首领则是由于人们需要他们。前者占一小部分，是一些补偿性的人。大部分首领都将其职位看成是沉重的义务。权力和特权的确带来尊敬，但同时也需要强烈的责任感、极度的慷慨并且承担无数义务。因此，当首领需要自愿并乐意将自己的社会生活与私人生活让大家审查通过。

当国王和王后访问卡格雷(Calgary)时，由 T. Y. F 安排一些

黑脚印第安人与他们握手。他自己掏腰包为首领门的卡格雷之行支付食宿。他解释说,他感到有义务帮助大家,这主要是因为他比较有钱而非他是一个首领。但他成为一个首领,是因为他真心为别人着想,将别人的福利放在自己的心上。但这个职位对他来说很昂贵。正如他说:“所有的黑脚印第安人都认为应该有父亲般的态度。所有的男孩都认识我,当他们在卡格雷时,如果知道我也在,会觉得更安全。”

很明显,北美黑脚印第安人的社会是一个这样的社会:掌权的人应该随时帮助那些赋予他们这种权力的人们。权力意味着对给予你权力的社会负有相应的职责。^①

黑脚印第安人的人格

现在,我们应该停下来,看看从刚才我们所讨论的文化模式中的人际关系会产生什么样的人格,或者维持这种文化模式的是什么样的人格。

从童年时开始,每个人都能感到有许多温馨的感情纽带将他与社会的其他部分融为一体。他能够依靠来自伙伴的帮助,并对他们的友爱确信不疑。在童年时他们也会受到纪律的约束,但这对他们来说并不意味着会失去爱。因此,每个人都是在这样一个充满了友爱的氛围中开始他的生活,他将成为在这个氛围中的一分子,并给以后的孩子提供同样的温暖。当孩子长大后,他的发散性的关系将通过建立各种各样的朋友关系而得到加强,所以每个人都有许多他可以依赖的朋友。黑脚印第安人生活在一个充满友爱的社会中,由此感到自己是安全的。从这个意义上来说,他们的人格是具

^① 参看本尼迪克特:《大西洋月刊·原始的自由》1942年,169期,756~763页。

有安全感的。^①

对人际关系的主观反应可以清楚地表现出一个得到爱和尊重的人所具有的安全感。一些人甚至表现出对安全感的超常反应。当问及他们是否相信大家都喜爱和尊重他们时，他们都表示深信不疑。

现在，我们可以初步接受这种对北美黑脚印第安人的典型人格的描述。当然，这肯定并不完全。但是，它是对感情与态度的重要的状态的一种抽象。这种状态在人们的动机生活中扮演了重要的角色。

社会控制

北美黑脚印第安人中的社会非难几乎总是完全限于批评和温和的讽刺。因此当考察者问及其他人对 H. L. 的看法，这些人都趋向于以取笑的方式对他进行谴责。看不出他们有想对他进行贬低或惩罚的迹象。一般来说，他们的批评都是针对他的行为而非针对他个人。对此，在所有的记录中只有一个例外。A. C 是惟一的一个被人们认为自身品性很坏的人，而非他的行为糟糕。A. C 是保留地上的一个小偷。然而，人们对 A. C 的态度和行为与对其他人的态度没有什么区别。人们解释说，除了 A. C 在场时他们会对自己的财物盯得紧些外，人们对他与对其他黑脚印第安人成员没有什么两样。人们还希望他改邪归正，并认为这完全有可能。

这种温和的讽刺性的处罚只有当被批评者对公众看法极为敏

① 很显然，文化和人格只不过是同一整体内的两个方面。我们对一定数量的人格的思想模式进行抽象，即可得到文化的概念。因此人类行为的动力就构成了预测文化动力的基础。这样我们可以看出，安全的人们构成了安全的社会，安全的社会反过来又产生安全的人。与此相反，与这种“良性循环”形成对比的是“恶性循环”，它传播的是不安全感。

感时才会有效。否则,在这种社会状况下,脸皮厚的人可以丝毫无损地违抗整个社会。但是在这样的社会中,对儿童的教育方法一般来说是可以避免出现厚脸皮的人。玛格丽特·米德所研究的犯罪感与羞愧感之间的差别,似乎在北美黑脚印第安人中同样有效。这个社会培养了每个人,使得他们对公众的看法都极为敏感。当一个人做错了事时,他能够反省自知。但一个人发现自己犯了错,并不会觉得这是一种罪恶,也不会觉得自己无用。

本尼迪克特强调研究一种文化对待屈辱的方式的重要性。她对“文化协同作用”的定义包括了减少屈辱感、对屈辱感进行控制,或者提供一种渠道能够把这种感情完全彻底地发泄出来。黑脚印第安人文化中成功地以羞耻感作为一种处罚手段,这主要还是由于在他们社会中没有普遍存在的屈辱感。实际上它根本就不存在。对于黑脚印第安人来说,如果他的邻居比他更聪明,更富有或更受人尊敬,他并不觉得自己丢脸,这些情况对他们的自我并不构成什么威胁。同样,那些造成极度的屈辱以致于一个人要以杀人或自杀来摆脱这种屈辱的情形也是不存在的。对夫妻中被抛弃的一方而言,对方通奸算不上一件非常丢脸的事。对于一个丈夫来说,如果他的妻子离开了他,他会感到难过和生气,但他的自尊所赖以存在的基础并不会因这样的事而受到严重损害。小孩们也不会像在我们的社会中那样因父母的不当行为而感到丢脸。妇女们不觉得比男人低一等,而那些在某些方面不如他人的男子也不觉得比强于他的男子低一等。穷人与富人之间也同样如此。在比赛或游戏中,失败者也不会觉得丢脸。即使在最庄严的太阳舞仪式上,一个跳舞的人犯了几个错误,也只不过会引起哄堂大笑。但这种情况不会让表演者感到羞辱,因为他自己也会感到可笑。他和其他人一样,对此事淡然处之。

北美黑脚印第安人部落决定将部落名字赠予我及我的同伴,

部落中最受尊敬的一个人在定于举行仪式之前作一个讲演，对我们表示赞扬。在此之前，这个人曾告诉我，他曾经是个酒鬼，但他现在已经慢慢不再嗜酒了。但他在露面之时，他又喝醉了，在台上不得不扶着一些东西才能站稳。在讲话之前，他说他完全处于酒精的控制之下，然后，他毫不羞愧，也不觉得丢脸，继续聊着其他事情。整个讲演相当杂乱，没有连贯性，但却极为有力。讲演结束后的掌声就如同讲演者根本就没有喝过酒。在其间只有一个人对此发表了评论，这是一个补偿性的人，他试图讨好我，也知道讲演者是我在部落中最亲密的朋友之一。讲演结束后，讲演者问我，他讲得怎么样。我诚实地告诉他，讲演给人深刻印象。他很高兴，并说：“如果没喝醉的话，我可以讲得更好。”

在社会控制方面，将羞愧作为技术加以应用的经济制度在违约的情况发生时是能够有效运作的。本尼迪克特指出：如果社会控制不禁止进攻性，那么将进攻性用来控制社会之时，就不会那么有效了。羞愧或屈辱感也同样如此，在北美黑脚印第安人中，嘲弄只限于紧张的场合，因而并没有带来普遍的羞辱感。

黑脚印第安人没有由于负罪感所带来的良心不安，这是由于犯了错的人知道他可以在将来以好的行动来弥补自己犯下的错误或罪过。坏的行为并不意味着在根本上其性格也是卑鄙的或邪恶的。人们总是说：“只要他不再偷马，他就还是个好人。”或者说：“如果她戒了酒，她就不会再干那些坏事了。”北美黑脚印第安人部落中就有许多人过去做过坏事，但现在仍非常受人尊敬。其中的一个首领过去对其妻子很不体贴。一个很受尊敬的妇女也曾是部落中最糟糕的酒鬼。现在这些人提及过去时也不会觉得丢脸，他们在与我谈论时自己也提到过那些事。这里没有类似于基督教中那种保持负罪感的良心与灵魂这类概念。

从上面的叙述可以知道，社会控制的基本模式是建立在批评

和有节制的嘲弄的基础上的，其有效性是基于社会成员对羞耻的敏感。负罪感并不是社会控制中的一种因素。这些观点以及犯罪者可以重新获得社会对自己好评的事实，反映了北美黑脚印第安人的具有安全感的人格。在他们的人际关系中，占主导地位的是友好而现实的朋友关系，他们相互之间具有十分宽容的态度。

性行为

北美黑脚印第安人在性行为方面，其价值观中强调童贞和对婚姻的忠诚。这反映了平原印第安人的原始模式。因此，黑脚印第安人在太阳舞的庆祝仪式中仍需要贞洁的妇女。在原始的文化中，这种标准与全部落的所有成员都有关系，这是两性关系的理想模式。但人们的实际模式与这种理想模式大相径庭。这种理想与现实的差别在今天仍然存在。对于许多小孩来说，性游戏在他们约12岁到14岁之间时就开始进行了。据当地最保守的估计，在16岁到17岁的在校的女性中，处女的比例大约只占50%。这意味着许多男性和女性在婚前就有过性行为了。结婚后，有相当数量的通奸、分居、重婚以及离异等情况。因此，有相当多的私生子。

这些事实相当准确地反映了对性关系的一般态度。人们认为性基本上是愉快适意的，对男人和女人都是必须的。两性对于性交有同样的欲望并能从中获得同样程度的快乐。实际上也确实如此。除了老年人外，在这里很少听说有性冷淡的妇女和性无能的男人。尽管有证据表明确实存在浪漫的爱情，一般而言，普通的观点认为妇女们在性方面是地位相同的人，而男子也同样如此。没有听说过性不和谐的事。人们认为性行为是一种肉体的放松而非深度的精神经验。在他们的性生活中，并不存在性实验或性交的变化。性交总是以同样的方式进行，妇女处在一种“正常”的位置，而男人在上面。性高潮总是尽可能地快地到来。很显然，男人们没有必要为了

妇女而延缓性高潮。所有的报告中显示,男性和女性都同时地达到了性高潮。他们在一个晚上性交一次就认为是足够了。结婚的夫妇之间可能平均每两天性交一次。随着年龄的上升,频率也越来越少。在调查中,我们在保留地发现了一个女花痴,还有几个曾在保留地住过。人们给了她们一个特别的称呼,以表明对这种行为的不赞成,从字面上来说叫“黑女人”。调查中没有发现性欲过于旺盛的男性。

在性问题上,没有证据表明在他们之中存在负罪感。对婚姻的忠诚是一件好事,但并非道德上的要求。保留地很少甚至没有手淫。当我们问及这个问题时,他们首先对此很困惑,等明白过来后感到很有趣。最终发现,由于教会学校中男女之间的隔离和对于性行为的仔细的防范,在少数少男中发生了手淫,在少女中可能也有发生。无论如何,这是一种很少发生的事件。

一些男人和女人为自己的性伙伴所厌恶,但并非缺乏肉体吸引力。产生厌恶的原因有肺结核和梅毒。大家都知道那些被排斥的人是去嫖过妓的,而受排斥的妇女则形成了害羞这种补偿性态度,并逐渐排斥男人,拒绝结婚。

没有发现什么对性的强迫观念。但人们喜欢与和他逗乐的对象开有关性的玩笑。他们这种对性的态度类似西欧人对吃的态度。如果出现了严肃的事情,人们公开讨论,甚至会当着小孩的面讨论。在黑脚印第安人文化中没有关于性的俚语、脏话或者婉言语。关于性器官只有一组词汇。这些术语只有被用在错误的情境中时,才具有贬义和非传统的意义。这里与其他地方不一样,开玩笑时没有像其他话题那样有可自由引用的现成的性笑话,人们的精神状态与欧洲黄色笑话中包含的淫秽思想所体现的状态有极大差别。

性交毫无疑问地是与羞耻感联系在一起的。性伴侣之间的态度反映了关于处女的理想模式。这可以由以下一个事实表明:那些

非夫妻的人之间发生性行为，双方都以此为耻，尽管时间并不长。夫妻之间则没有这种羞耻感。同样，人们对裸体也深感羞于见人。甚至在同性面前极度害羞。

妒忌一方面得到普遍的承认，但另一方面又从未显得很重要。因为当代社会对此并未采取任何措施，而且也不能采取什么措施。在原始文化中，妒忌毫无疑问是导致内部相互侵犯的一个主要的动机，一个不忠实的妻子会受到严惩甚至会被处死。今天，实际上每个男人或女人都有一定的妒忌心。当一个女孩看到她的心上人与另一个女孩呆在一起后就会和他分手。部落中惟一的仇恨来自一个被抛弃的妻子，她对那个偷走她丈夫的女人恨之入骨。但被抛弃的男人似乎并不对那些偷走他们妻子的男人表示仇恨，尽管他们对此非常愤怒。没有任何犯罪行为是由于妒忌产生的。也没有得到迹象表明，妒忌在近期引起暴力行为。

可以认为，北美黑脚印第安人之间的性关系没有美国社会中性问题所带来的许多危机。性行为很少带来冲突和沮丧感。然而确实存在与性现象相关的羞耻感，而这种羞耻感在当一个人的配偶与其他人发生性关系时会带来威胁。这些观点明显地与文化的其他方面结构上成为了一个整体。例如，一夫一妻制，对于童贞的珍视。一般可以这样说，黑脚印第安人的性模式对人格产生了一些相对而言并不严重的威胁，从而降低了安全感和对自我的评价。

与其他人种的关系

北美黑脚印第安人对白人在心理上的洞察力令人惊讶。我在自己心理学知识的基础上，对几个白人的特征进行了仔细的分析，惊奇地发现，印第安人的结论和我的几乎总是一样的，尽管他们只与这个人接触了很短的一段时间。令人感兴趣的是，尽管事实上许多白人对黑脚印第安人行为下流，但黑脚印第安人对此并不憎恨，

因为他们认为这种下流是由于这些人不高兴或是“有病”才做出来的。这些黑脚印第安人往往会嘀咕：“这些有病的白人！”然后耸耸肩就让事情过去了。黑脚印第安人对白人分别对待，即他们不会因一个白人的恶行而仇视另一个白人。如果白人友好地对待黑脚印第安人，那么黑脚印第安人对他也很友好。如果白人很势利，那么黑脚印第安人则会很冷傲地离开他。

与黑脚印第安人毗邻的白人预计我们在黑脚印第安人那里将一无所获，黑脚印第安人不会说真话，只会选择性地告诉我们一些事情。然而考察时发现我们很快就被北美黑脚印第安人完全接受了。黑脚印第安人的反应震惊了那些白人。后来黑脚印第安人告诉我，他们能够立刻看出我和我的同伴是真诚而友好的，我们是真正渴望去学习而非去嘲弄他们。刚开始的那几天以后，印第安人实际上已没有任何敌意。后来，我们能够去研究那些开始时对我们的到来怀有疑忌的人，这些人可归类于不安全型。对于主导文化的典型人格所体现的这种敏锐的洞察力，是由于少数人力图去形成这种洞察力的呢，还是由于社会强调行为而非强调个人所带来的这种洞察力呢？可能两种因素都在起作用。

黑脚印第安人对种族差异的态度极为有趣。因为它使我们认为有必要修改种族歧视这个概念了。人们总不经思索地认为，种族偏见必然是指两个是种族团体的身体特征不同。这对黑脚印第安人来说并非如此。除了在最轻微的意义上，黑脚印第安人中几乎没有种族偏见。一些人看不起其他印第安部落和大多数白种人。如果与一个印第安人第一次交谈，你会发现他对混血儿有大量的偏见。人们鄙视他们，认为他们总是带来许多麻烦，他们不诚实，不值得信任。这似乎与上述的许多东西相矛盾。但我们后来发现，他们所指的混血儿并非只针对白人血统而言，而是以行为来定义的。因此，虽然在北美黑脚印第安人部落中有许多人都有二分之一甚至

四分之三的白人血统,但从未被人称为混血儿,这仅仅是因为他们都是好人。每个人都知道他们有白人血统,有些人还有中国血统,但他们从未被称作“杂种”。因为他们并没有表现出“杂种”的行为。这里对于领养白人小孩也没有什么偏见。保留地上有些长着棕色头发和蓝眼睛的小孩,人们都认为他是黑脚印第安人。如果允许的话,黑脚印第安人无疑是很乐意领养白人小孩的。

另一方面,该部落对另一个印第安部落斯多尼部落有很强的偏见,这个部落位于西面几公里外的默尔勒(Morley)附近。人们认为那些人相当愚蠢,其文化完全抄袭黑脚印第安人的文化,而且抄袭得很拙劣。他们对另一个印第安部落(萨斯)的态度也是如此,他们的平原印第安文化也有许多是从邻近的黑脚印第安人采撷而来的。黑脚印第安人对前一个部落被称为“猎人的形象代表”而感到羞耻,认为他们作为印第安人的代表很糟糕。

因此,黑脚印第安人习惯于将他们在部落中评判事物的标准同样用于评判其他种族之上。人们干了坏事,即是坏了。只有在提及邻近的其他部落时,存在一些普遍的偏见。如果我们假设这是其原始文化模式的延续,那么其原因很有趣。当然,黑脚印第安人历史上与周围的印第安部落之间一直处于战争状态。包括上述的那两个部落。他们认为这些部落从根本上与黑脚印第安人是大大不同,所以对他们进行侵略也是有理有据。如果今天仍旧沿袭这种对其他印第安部落的态度,仅仅修改其形式,那么黑脚印第安人就有可能将那些行为符合自己标准的白人或混血儿当作自己同族人。根据这种理论,也就可以解释他们对待不同白人的不同态度了。因此可以看出,黑脚印第安人对那些行为符合自己文化标准的白人不存在种族偏见。而那些与黑脚印第安人道德标准不同,其他印第安人都被认为是异族。

宗教信仰

北美黑脚印第安人保留有许多他们古老的宗教信仰。非常概括地说，他们的信仰是一种多神崇拜，他们认为太阳、月亮、星星及许多动物都具有超自然的力量。一个人与这些力量领域之间的联系，其实质上是私人的事情，而非某个机构的事务。因此，比如说许多人认为太阳总是最重要的。但一些人却不这样认为，他们有权持有自己的观点。就某种程度而言，这种对客观外在世界的崇拜是传统的，在整个部落中是普遍存在的。但有两个原因可认为其宗教信仰是相当私人性的。首先一个人常常受万神殿中他认为力量最大的神的影响而决定自己的行为。其次，在日常的信仰中，对一个人来说，最重要的东西是出现于他的梦中的神圣的救助者。这个神圣的救助者常常是一种动物或一个天体，常常以一定的正式形式出现在这个人的梦中。当他寻求一种幻像之时，救助者给予寻求幻像的人一部分力量，同时这要求某种特定的仪式和禁忌。少数这样的情况现在依然存在，例如在手戏(hand games)中，我们可以看到年轻人对他们的超自然力量的帮助的依赖。然而，那种对正式的幻像的追求已经不存在了。

现在一般认为，神圣的救助者仍会在梦中来到人们身边。然而也有的人认为人们不再拥有这种梦了，因此现在太喧嚣了。^①

有人对部落中黑脚印第安人的宗教信仰作出了一种清楚的解释：系统的道德要素包括真诚、含蓄和诚实。他认为，对这些东西的强调，在很大程度上决定了黑脚印第安人的性格。确实，北美黑脚印第安人总的来说是真诚、含蓄而又诚实的。这个人同时还认为，

^① 有人还记得在以前的寻求幻像仪式中，年轻人常到一个完全与世隔绝的，安静的地方去做这种梦。

黑脚印第安人的宗教信仰并不像基督教那样，它并不是某种意义上的正式的宗教。它除了那些一般的道德和人格的要求外，并没有强制性的具体的义务、忌讳和要求。他是这样描述基督教的，黑脚印第安人认为在基督教中，你必须懂得说什么话，怎样鞠躬，如何举行仪式等，这就是通往天堂的道路。

人们对于基督教信仰的一般态度非常有趣。这种态度并不带有敌意，也没有反对它的意思。在保留地中只有极少数人拒绝去教堂。巫医常常在他们的床的上方放十字架，并与传教士保持着很亲密的关系，只要这些传教士以当地的标准来看，还算是好人。比如说，部落中一位对本族宗教教义表达得最为清楚的首领，领养了一个天主教传教士为义子。但同时，从任何深层的意义来说，保留地中没有一个是黑脚印第安人可称为基督教徒。

人们发现，在将天主教以另一种术语加以描述，并作为他们传统宗教的一种补充时，要接受它也不是什么困难的事。如果传教士努力将他们的宗教以这种方式与黑脚印第安人整合起来，他便可以毫无困难地将人们吸引到教堂中来。如果他们是排外的一神论者，他们将遇到很大的困难。其中的一个传教士试图非难太阳舞仪式，嘲笑印第安人对太阳的信仰，他马上招来了极大的报怨，甚至那些保留地中常来教堂作礼拜的人对他意见都很大。而另一传教士自从他放弃了对黑脚印第安人宗教非难的企图，并参加了太阳舞仪式，与人们一起活动，尽量适应当地习俗，他就受到了人们喜爱和尊重。

我们还没有遇到过自称能真正理解正式的天主教教义的人。人们以普通的容忍力，心甘情愿地尝试所有的事情，并愿意按传教士和牧师的吩咐去完成所有的形式和仪式，以观察它们的效果怎么样。这种态度是一种以经验为基础的态度，与他们对巫医和白人医生的态度相同。人们问：“哪一种效果最好”。人们非常乐意去相

信另一种方式，并从经验上比较其效果。因此一些黑脚印第安人解释说，当黑脚印第安人的宗教不能帮助他时，他就会去天主教堂求助。另一些人则说在天主教没有带来任何效果后，他们又返回来信仰印第安人的宗教，例如，在治病和祈求好的收成时，他们就这样做。

天主教代表的影响很缓慢，而且它主要是对在那些还在天主教教会学校上学的或刚离校的儿童、年轻人有效果。通常只需要从在学校所受的教会直接影响中走出来，获得几年自由，这些年轻人就会摆脱掉他们在学校训练中所受到的基督教的影响。

在整个保留地只有一个活跃的天主教徒，所谓“活跃”是指他改变信仰。作为传教士，由于他的勤奋与努力，从而成为部落主要首领之一。但后来因为他的行为招来人们的普遍厌恶又被降为一个小首领。他努力劝说人们去教堂，还极力谴责赌博、喝酒、人们对性的随便的态度以及其他的“罪恶”。有一段时间他还反对太阳舞以及黑脚印第安人的宗教信仰。因此他招来了普遍的敌意，以致于他自己和其他传教士不得不放弃这种努力。现在他也出席太阳舞仪式了。他是保留地中为数不多的让人讨厌的人之一，即便是那些自称为天主教徒的印第安人也讨厌他。

毫无疑问，如果保留地有新教、伊斯兰教或其他教派的传教士和教堂，黑脚印第安人也同样会尝试这些信仰，安详地从一个教堂漫步到另一个教堂，正如他们现在每个星期天轮流去天主教堂和英国国教教堂一样。他们并没有感觉到那些自称天主教徒和自称英国国教教徒之间有什么不同。最重要的事实他们都是黑脚印第安人。通过提问可以了解到，他们除了注意到一些表面的祈祷和行为上的差别，例如十字架的不同之外，他们并不懂得天主教与英国国教的区别。一般来说，黑脚印第安人对白人宗教中存在的摩擦怀有轻微的蔑视。这以一种轻松的幽默表现出来：“白人告诉我们

只有一个上帝,而且这是惟一重要的事情。但白人自己却常为我们应该是浸信会教徒、天主教教徒还是英国国教教徒而打斗。我们则称他们是“疯狂的白人”。北美黑脚印第安人保留地的情况显示了民族宗教逐渐为传教士的基督教派所取代的一个文化演变过程。原始的北美黑脚印第安人宗教的本质,是本尼迪克特所描述的“协同作用”。它帮助人们应付生活中的各种危机,并以各种形式发挥其基本的作用和效力。从这种意义上,宗教是实用性的,不仅仅是一种道德责任,也不仅仅是一个传统。对于那些希望将基督教形式介绍到这种文化中的传教士而言,所面临的一个重大问题是如何使其有同样的功能。

在黑脚印第安人保留地所进行的这种文化演变过程中,有一种深层的暗流正在发挥作用。正如大多数传教士所述,天主教与黑脚印第安人安全综合特征中对世界、对生活的基本态度的基本方面之间存在一定的矛盾,这似乎是一个明显的事实。然而,黑脚印第安人在真正意义上生动地理解了天主教基本教义“爱邻如爱己”,从而将天主教纳入他们的信仰系统。这是其人格的基本方面。黑脚印第安人尊敬超自然的力量而非惧怕它,这也是他们性格特征之一。因此,天主教传教士将对超自然畏惧带给黑脚印第安人,而这种畏惧感与黑脚印第安人完整统一的对生活 and 世界态度系统并不一致,他们这种态度的基础是一个与上面所介绍的安全原则一致的统一的人生观。与此相似,教堂总是责备犯错的人,而不是像黑脚印第安人那样,仅仅是批评其行为而已。人们对于这种新的宗教的批评还在于:它教导人惧怕性冲动;它认为人的肉体与灵魂是分等级的。黑脚印第安人认为所有的人都是平等的。

这个文化演变的过程,显示了黑脚印第安人在有意识从强加于他们身上的宗教中选择吸收与他们一致的成分,同时这一过程也表明了黑脚印第安人的人格,形成了对待不同宗教的独特方法。

天主教的某些特征,例如罪恶感、对信仰的严格的责任感、坚定的传统等,在黑脚印第安人的温和的批评和宽容的个人自由的价值观念的抵制下,只能非常缓慢地发生影响。宗教长期以来是作为对人的生活的一种帮助,它反映了黑脚印第安人和与其相互作用的自然环境之间友好的感觉。例如,黑脚印第安人的宗教中没有地狱、炼狱以及死后的各种刑罚。关于“天堂”的观点因人而异,但无非都是被模糊地表述为比现在生活稍有改善的生命和延续,这样一个事实有力地说明,他们认为现在的生活是比较幸福和愉快的。

北美黑脚印第安人的人格

典型的北美黑脚印第安人的人格特征是真诚、友善而没有不安全感、怀疑感、妒忌、忌恨、敌意及焦虑。确实存在约有百分之五到百分之十的人可被称为“补偿性的”或不安全的。黑脚印第安人中的“补偿性”人格所表现出的不安全感大致相当于美国公民的平均水平。^①黑脚印第安人的人格的一般态度是良好的自尊和自信。人们常大胆地盯着对他感兴趣的人看。妇女通常很害羞。尽管在部落的信仰中有许多带来恐惧的情境。如鬼魂及至少一种巫术。但黑脚印第安人却很少表现出恐惧感。除了极少数例外,他们几乎不害怕其物质世界中的任何东西,对鬼魂的害怕程度也很浅。危险并不能吓着他们。而他们也从不鲁莽或逞能。他们对于真正的危险有着极现实的估计,在面对这些情况时都极为谨慎。人们知道他们会被一匹发狂的马抛下来,所以除非非骑不可,他们一般都不去骑它。这并不是他害怕被摔下来,而是他认为如果没有必要,他并不

① 参考《命运调查》1943年28期,第5号10~14页。在对“是否有许多人以牺牲像你这样的人而飞黄腾达?”回答时,有32.8%的被调查者答了“是”,34.4%的人答“不是”;有32.8%的人回答说“不知道。”

想被摔下来。

黑脚印第安人的人格是诚实而真诚的。一个人若认为他的祈祷不诚心，他就不会再祈祷。他们在日常生活中也一样真诚。当我要离开时，一个黑脚印第安人说他很难过，很高兴认识我。你可以很清楚地感到他们的确怀有这种感情。黑脚印第安人直率地去做正确的事，而并不注意礼节，也并不急于去做。在其文化中没有像“你好”、“谢谢你”、“请”、“对不起”这样的社交礼貌用语。他们不会给别人让座。先给自己点烟，自己抽掉最后一根烟。吃东西时也不客气。他们不会为了别人而克制自己。他们穿着随心所欲，不论一个人穿得多极端，也不会有人品头论足。必须理解的是，这是所列的所有事例并不是指他们粗鲁，这只是意味着他们坦白和直率。一个人的参照中心就是他自己，他们自发地遵从自己的规则，对自己的智慧充满自信，相信自己对他人没有敌意，意图友好。

保留地的人都喜欢娱乐。他们非常喜欢做游戏，喜欢运动和跳舞。黑脚印第安人都很幽默，生活中充满了笑声，毫无顾忌或紧张。他们喜欢开玩笑，有时还无意识地创造玩笑。他们常无拘无束地唱歌跳舞。他们会毫不迟疑地独自一个人开始跳起来。也就是说，任何人都不会等别人开始跳才敢开始跳，或是说他们不因独自开始跳舞而感到窘迫。在其中一种“猫头鹰舞”中，女人们先跳，由她们在男人中挑选舞伴，她们并不感到害羞和紧张。一般来说部落里的每个人都会唱歌、跳舞，也常参与唱歌和跳舞。如果你想要找出谁唱得最好，人们会说所有的年轻人都唱得很好。

正如我们已指出，黑脚印第安人的人格中几乎没有对权力的追求，即使有的话也微弱。在煤矿中人们常常宁愿做工人也不愿当老板。人们并不想支配别人，即使他有较高地位，也不愿用自己的权力来支使别人。与这些态度相伴而存的是，人们没有低人一等的感觉，对别人或能力更强的人的成功，也并不妒忌或怨恨。

因此,这说明了黑脚印第安人的人格几乎包含了我们所描述的具有安全感的人格的所有方面,他们的许多行为显示了很高的或充分的自尊。

跨文化探索

尽管意识到人格测试的跨文化应用不会带来多少有效结果,笔者对一些黑脚印第安人所作的支配行为的测试,还是得出了有趣的结果。这些结果表明,这些测试方法是有用的。这些测试并不是普通意义上的一种文化与另一种文化的直接比较,而是通过一种间接的方式去比较。

它们并没有显示怎样对一种文化与另一种文化进行对比,但其结果却显示了为什么这种比较很困难,甚至几乎不可能。支配行为的测试的结果表明,参加测试者没有真正的支配感。从这种意义上说,这些测试毫无用途。从多种原因而言的确如此。但最主要的是,它使人们认识到这样一个事实,对于支配行为的测试,是一种对许多东西都事先作了假设的一种文化内的测试。它只适用于我们自己的文化,或其他在不安全程度上与我们社会相似的文化。换句话说,在黑脚印第安人保留地的考察表明,支配行为测试,是对不安全社会中缺乏安全感的人的支配感情的测量方法。这种测试用来衡量安全社会中的人时变得毫无用处。测试中的许多问题对黑脚印第安人来说完全不可理解,其他的则只是显得可笑。还有一些则由于所谓的具体的文化事件而毫无用处。换句话说,黑脚印第安人拥有一个与支配感情无关的一致认同的文化,而这种文化要求超越了支配情感和某一特定态度的关系,或是将这种关系冲淡了。例如,有一个问题问道:“你怎样对待一个说话非常坦率的人?”因为在保留地所有的人说话都非常坦率。这个问题就显得毫无意义。另一个问题问道:“你怎样看待将做家庭主妇和尽母亲的职责

看成是一种工作？”这个问题也不可能得到回答，因为除此之外，别无选择。

但笔者的安全测试从另一方面来说又显得非常有用。如果谨慎使用的话，对于进行文化比较是很有用的。有证据表明，一个缺乏安全感的人，无论其文化背景如何，总是表现出一些相同的特征，例如追逐权力，有等级感，对他周围的人的感情无法确定，感觉到周围的人的挑战和敌意，一定程度的自我防卫，等等。既然关于安全测试的问题都是针对这些品质及感情的，因此毫无疑问，可以设计出一种普遍形式的安全感测试。

利用测试的现有形式可以比较清楚地得到被测试者的相对安全感。黑脚印第安人常常对许多问题感到困惑，因为对他们而言，这些问题只有一个答案。例如：“你所喜欢的人也喜欢你吗？”“你与异性相处融洽吗？”“你是否对未来感到担忧？”等等。几乎所有的回答都表明他们是感到相对安全的，即使是那些社会中与其他人关系不太和谐的年轻人也如此。关于其他问题则难以理解，因为形成这些问题的概念是存在于一个人都知道什么是安全感，什么是不安全感的世界中。例如：“你觉得你的内心平衡吗？”黑脚印第安人几乎都是内心平衡的。

很明显，那些缺乏文化知识的心理学家所用的跨文化测试的普通技巧是相当无用的。但这同时又表明这些测试提供了一种确切的可能性。

这种测试可以将不同文化中的人放在相同的心理学环境中，所以对他们可以进行直接的比较。从这些比较中，可以得到某些关于适用于安全以及不安全的人的文化体系的结论。

文化相对主义

在对黑脚印第安人进行考察之前，笔者是一个相当极端的文

化相对主义者。我认为人在出生时基本上是完全不定形的，后来才在文化的影响下形成其人格。与另一种文化的接触几乎会完全摧毁他的民族特征。现在我认为，每个人出生时并不是社会可以任意塑造的一团陶土，而是已经具备了一种结构，社会可以扭曲它，压制它，也可以在这种结构上进行建设……我之所以有这种感觉，是因为我的调查表明：黑脚印第安人首先是人，其次才是黑脚印第安人。在他们的社会中，我发现了几乎与我们自己社会中同样范围的人格类型，然而，其分布曲线却截然不同。除了解剖学以及心理学特征外，他们和其他人相比较有同样的人种特征，有同样的基本需求和愿望。他们与大多数人或者说所有的人一样追求自尊与安全。文化对于产生这些强烈欲望的影响，并不如它在告知人们关于这些欲望应该做些什么，不该做什么时那么大。

第四部分 洞察未来

第三十一章 未被注意的 心理学革命

编者按：20 世纪 60 年代后期，看到美国知识界如何忽视了人本心理学以及它在咨询、心理治疗、教育、管理、组织发展等诸多领域内日益增长的影响，马斯洛越来越感到不安。的确，他那些很具有影响力的著述几乎是完全，甚至似乎是被重要的报刊故意忽视。在这篇写于 1969 年 2 月没有发表的文章中，马斯洛慷慨陈词，表达了他在这个问题上的强烈意见。

我所记的这些笔记，是准备用来写一篇文章，希望能够在通俗杂志上发表。近年来我一直想写这样一篇东西。然而，对于写通俗文章我总是兴趣不大，所以一直迟迟未能动笔。但现在我觉得自己应该完成这项任务，因为再没有别人会去做这件事。促使我写这篇文章的原因，是由于读了历史学家弗兰克·曼纽尔的新书《艾萨克·牛顿画像》(1968)。弗兰克·曼纽尔在这本书中始终坚决不承认人本主义科学的存在。在和别人讨论此问题的过程中，我决定就我的想法作一次演讲，或者在我计划写的关于人本心理学的新书中专门为此辟出一章。^①我还要以一次演讲作为下一学期的开始，主

① 在马斯洛的手稿中没有发现有这本书。——英文版编者注

题就是当代心理学和科学领域中的人本主义革命。

我一直在反复思索这些令人生厌的杂志。我将不再订阅它们。包括《亚特兰大月报》、《诗人》、《星期六评论》——这是最好的了，但是还不算很好。《纽约书评》——这肯定是最差的一份了。所有这些通俗杂志都显示了知识界对新知识发展的排斥和无知。今天早上我就在想，当今的人本主义者中那些伟大的名字都到哪里去了？这些杂志甚至连提都没有提到过他们。卡尔·罗杰斯、戈登·阿尔波特、亨利·默里、加德纳·墨菲，这些人都到哪里去了？更不用说像迈克尔·墨菲（艾萨伦培训中心主任，创建者）这样的后起之秀了。为什么弗兰克·曼纽尔根本就不讨论像迈克尔·波兰尼和我本人这样的当代思想家所强调的在牛顿之后科学新的发展综合呢？为什么人本心理学家的著述连提都没有提到过？更不用说相对占少数的人本主义经济学家、人本主义政治学家和社会学家了！他们的书根本就没有人理睬！例如，《纽约时报》这样的畅销刊物就从来没有发表过关于我的书的评论。

从某种意义上说，激进青年的反叛行为和黑人的骚乱活动，可以看成是对这种人本主义的个人道德和哲学的渴求。这是这种状况令人悲哀的一点。这些青年和黑人为他们的渴求而奋斗，努力仿佛这个体系还不存在，但事实上它早已经存在了。从某种意义上说，我们可以将这种人本主义看成是对他们的祈祷和要求的一种回应。原则上讲，这应该满足这些反叛者了，因为在这套价值体系中，科学将被重新塑造为发现和揭示价值的手段（而不是允许其脱离价值判断）。

人本心理学不仅由于上述原因而值得重视，也由于它包含了达到这些远大目标的一套战略和战术。也就是说，它给出了一套关于教育的理论，其中包括教育手段和目标的原理。政治学和经济学也是同样道理，也就是说我们可以讨论道德的、人本主义的、或者

“优心态”的政治学和经济学，并且将这一讨论分为两个方面，一方面是终极的目标和价值，一方面是达到这些目标的战略、战术和手段方法。

例如，只要我愿意并有时间，我可以构建一个存在性艺术体系，它能够揭示超越的存在性领域，并积极培养高峰体验和高原体验。换句话说，我可以发展一个艺术体系来改善人们的生存方式，或者至少向人们展示更高价值的世界。这完全有可能做到。音乐也有类似的情况。在我发表的关于音乐教育的文章中，就有关于这方面的论述。

的确，在这种条件下，几乎找不到一个有完整思想体系的哲学家，都是零碎的、片面的。但是，我正在构建的整个体系，却形成了一套无所不包的哲学，这样就能够创立一套存在性艺术的心理哲学或者哲学，同时涵盖了诗歌、小说、戏剧以及所有的语言艺术。对人类而言，所有这一切将具有相同的目标、战略和战术，也具有同样的内在价值和超个人作用。这意味着艺术总体上可以视为一片促进成长的天地，它提供了通向自我实现和人性完善的康庄大道。当然，我必须在这里提出统计数据的问题。也就是说，今天究竟有多少人被这种新的人本主义的发展所触动？然后再想想，假设能够通过大量发行的杂志、报纸以及广播、电视等进行足够的宣传和恰当的解释，又将增加多少被触动的人呢？但是，在统计和数字的问题上，历史上的答案是相当清楚的：可以预见，在这一代当中增加百分之一，在下一代人中也会相应增加百分之一。当然，对于这场运动，也会有很多误解、误传和模糊认识。

但是，这种混乱是难免的。正像植物成长的端梢一样，开拓者总是一小部分人，但是，他们会一直坚持下去。事实上，这正是现在整个人本主义科学所发生的情况：实际的开创性工作只是由少数人在做，而当前产生的其余支持人本主义的材料，大部分只是平淡

无奇的、二流的东西，甚至有的只是垃圾。这都是事情的一部分，只要人还是人，就没有办法避免。很重要的一点是无论其影响力的最终统计结果如何，人本主义的思想体系的确存在。它是医治当前我们社会知识阶层中普遍的悲观情绪和无助情绪的一剂良方。我尤其是指那些只会批评、抗议，除了现状之外就看不到任何积极的重构和超越性发展综合的人们。这些人中有的还十分年轻，有的则年纪稍大。

在这里，我部分也是在指所谓下一代中成长的“端梢部分”。至于这一代人中的非心理学群体，如果我们不能够使他们确信的话，也有必要使他们至少具有一种对可能性的憧憬，即让他们相信社会的发展是可能的，一种关于社会改良和社会进步的理论也是可能的。简而言之，我们完全有可能走向一个更加美好的社会。

无政府主义者的观点是不正确的，他们叫嚷人类社会不可避免是糟糕的。同样不可避免的是那么多的神学家和左翼、右翼政治激进分子都在宣告人性本恶，不可救药。今天人本心理学与超个人心理学的发展有力地抵制了这些思想，给了它们当头一棒。

我想，无论是现在活着的人，还是即将来到这个世界的人，他们当中那些热情、快乐、乐观向上的人们，一定会把握住这一次心理学革命，尽管它尚须充分证明。这些人将以此为生活的信念和行动的准则，并为它的发展贡献力量。当然，他们正是这场革命非常需要的各行各业的工作者，包括科研型的、应用型的。一个人自身的主观思想深处也需要这样一种能量，它可以给人以希望和勇气，使人为未来坚持不懈地奋斗。

我们可以用这样一个比喻来强调，整个人本主义的理论综合就像是一个自助餐厅，一个能够可以满足各种口味的大餐厅。在这里，人们可以按照自己的兴趣、品位、眼光、来进行选择。因此，通向自我实现就不会只有一条道路。例如，美术作为自我实现的方式就

不会实用于每一个人。对于那些在美术方面有天赋的人，它肯定有效。但对于另一些人来说，它就毫无吸引力了。对于音乐、舞蹈等也一样。存在性价值是多种多样的，而我们每个人都可以通过其中任何一个进入存在性王国，无论是通过真、善、美，或者别的东西。

第三十二章 领导、下属以及权力

——致亨利·盖格的信

编者按：马斯洛在晚期对领导的心理特征问题产生了浓厚兴趣。他坚信人本主义心理学能为开发人们潜在的领导才能提供一些思想和方法。下面这封于 1966 年 12 月 29 日写给对此持有怀疑态度的哲学家兼编辑亨利·盖格(Henry Geiger)的信中，马斯洛提出了他在这个问题上的看法。

亲爱的亨利：

昨天晚上我又失眠了。我对自我、同一性和内心问题所作的结论似乎与我对社会、组织和政治事务所作的结论发生了冲突，它们在我脑海中打了起来。现在我清楚了：对个体主义的心理学而言，“历史是最公正的”，善有善报，恶有恶报。我想我不仅能用临床材料，也能用正规的研究资料来证实这个假设。

我大概地作出了以下估计：在一生之中，即从长远来看，恶有恶报的概率大约是百分之八十五，而善有善报的概率大约只有百分之五十五。

但是，真正至关重要的问题是，惩罚与酬报大多是一种内心体验，是与人对幸福、安宁、平静等的感觉，以及避免遗憾、悔恨和内疚等消极感情有关的。就外部酬报而言，通常都是以满足诸如归属

感,感到被爱与被尊重,以及生活在一个充满真、善、美的更为理想的世界中等基本需求的形式实现的。也就是说,在生活中,我们的酬报并不一定是金钱、权力或一般意义上的社会地位。因此,我们需要对我们所说的“酬报”、“惩罚”等词下一个更精确的定义。

为了维持一个较好的社会,或较高的富裕水平,就必须让大多数人相信,个人行为是会有公正的善恶报应的,这是极为重要的。但即使处于我们现在的社会中,我相信我仍能证明我的观点,即恶人是通过上述我所指出的内心良心的方式得到惩罚的,而好人也通过同样的方式得到报答(尽管回报的可能性小得多)。

理解权力追逐者

在我不断的研究探索过程中,始终困扰着我的是权力问题。我特指那些强硬的人物,那些追逐和行使权力的人。这些人既可以是好人,也可以是坏人,但在我的印象中,权力一旦到手,往往使人向坏的方向发展,而不是往好处变。这种情况非常奥妙难解,而我除了提出几个未经证实的猜测以外,还不能确切地解释它的原因。当然,在有些例子中,更高的地位或更大的权力使人变得崇高,让他们与新的角色或机遇相称。一个典型的例子是哈里·杜鲁门,他做了美国总统后取得的成就就超出了人们原来的预料。

在所有的例子中,追逐权力的人更倾向于变坏而不是变好,他们毫无例外地显出提高社会地位并掌握权力的倾向。这让我想起了哈维·福格森(Harvey Fergusson, 1921~1971)写的小说,《征服者的鲜血》。故事叙述墨西哥州一个小镇上的墨西哥籍美国人如何受到一个顽强的北方佬的政治挑战的事。这个北方佬是个着了魔的权力追逐者。他冷酷无情,把人生中所有的机会都让位给对权力的追求。

因此,他最后战胜了那个墨西哥人。这个墨西哥人不时从政治

战场上退下来“闻一闻牛眼菊花”，享受享受阳光的抚慰。在这种二分法看来，真正强大的美国人物如约翰·F. 肯尼迪与林登·B. 约翰逊同阿德莱·斯蒂文森之流区别开了，后者实际上不具备同样的驱动力或个人需求来驾驭政府。据说，斯蒂文森坚持舒适的个人生活。这样做当然会从无情的政治权力追逐中分去一部分时间和精力。因此，像斯蒂文森，或像亚伯拉罕·林肯和托马斯·杰斐逊这样的人，从长远来看，是敌不过那些对权力有无法控制的渴求的人。如果这些更为“温和”的人确实得到了权力，那大体是因为他们被别人选中，承担了责任，或是因为他们被卷入了权力斗争，有意识地用传统的“畅通无阻”的规则来进行这场比赛。

顺便说一下，正是这个问题使我明白了人终有一死的必要性。假设人的寿命长了一倍，那么，很可能会有更多的权力追求者更长时间地控制这个世界。例如，亚伯伦·萨克尔是布兰代斯大学的校长，他就是一个渴求权力、追逐权力的人。由于他的年事日高，他也许最多只有四、五年或者十年的活头了。这是件好事。就像拿破仑，林登·B. 约翰逊和其他追逐权力的人一样，在最初创建这所私立大学的任务上，萨克尔是不可缺少的。这是一项需要单枪匹马完成的创造性的工作，萨克尔极为出色地完成了它。事情很清楚，如果没有这样的一个当权者掌舵，这个奇迹是不可能出现的。

但创建阶段已经结束了，现在，学校需要的是一个管理者，或者不如说是个“老大哥”，一个出类拔萃的“佼佼”者。我们不再需要一个独揽大权、高高在上的专制的统治者。我们布兰代斯大学的下任校长无疑会是个比萨克尔更温和、更柔切、更富有人情味的人。但要是像萨克尔这样的人都能活到150岁的活头的话，情况会怎样呢？这所教育机构，还有其他的机构会面临什么呢？要不是人的寿命有限，这些人当真会控制着世界了。

弱小的自我

最近，我在加州做管理咨询时，我又看到了另一个问题：多数人缺乏对自我实现的强烈意识。他们不知道一生中他们想要些什么，在追寻什么。于是，他们异常易受别人影响。他们宁愿追随一个自信的领导者，而不是自己决定自己的命运。

领导问题的一个关键是领导者的决断力。他们不表露出自己的犹疑、举棋不定、内心冲突或模棱两可的态度。实质上，他们隐藏起自己的犹疑，决不让人发现它。远洋船的船长可不能做犹豫不决的哈姆莱特。他必须永远都表现得坚强有力。

如果我们接受数据所显示的这个事实——即一个普通的美国公民对售货员的提议会言听计从，宁愿追随一个强硬的领导，而不是一个顾虑多、性格复杂的领导，那么领导问题又出现了一个新因素：决断力。这话是什么意思呢？这就是说，世界上没有比偏执狂更有决断力的了。而且，也没有任何一个权力追求者会比偏执狂更为顽强地孜孜以求。这种人一刻也不会放松追求。他们从不停下来开怀大笑，说个笑话或欣赏鲜花，而是不松气地追求。

对我来说，这种现实解释了——至少部分地解释了——一个非常令人沮丧的历史事实：通常那些使世界陷进灾难之中的政治领袖都是偏执狂：希特勒、斯大林。在美国，约瑟夫·麦卡锡参议员和罗伯特·威尔奇（极端右派的约翰·伯奇协会领导人）也都显示了这种特征。我们只要仔细看一下政治领导的历史更替就会发现，这类人大多是偏执狂，但不幸的是，我们在破坏发生以后才获得了这个知识。但随后又出现了一个令人惊心的问题：为什么这种感情紊乱的人会如此轻易地招揽到忠心耿耿的追逐者，并接着把他们带向毁灭？

我记得我曾重点思索过南加州的右翼约翰·伯奇协会的事，

后来，我得出了与陀思妥耶夫斯基、埃里克·弗洛姆和其他思想家一样的结论，就是有许多人都害怕作出自由选择，情愿别人替他们作出决定。

很久以前，我的妻子贝莎曾在纽约市的一家百货商店里当营业员。她很惊奇地发现，绝大多数顾客不知道自己想要买些什么，他们可怜巴巴地请求别人告诉他们。这种情况常常发生在个人品位很重要的礼品部。但很多人都缺乏这种品位。贝莎由此得出结论，只要叫卖几声，所有的东西都有可能卖出去。当然，她从没这样做过。后来出于对这整个事情的恐惧，她辞了职。但其他的营业员理所当然地这样做了，他们把需要倾销的商品都这样推销给顾客，而且总的来说做得很成功。

要是这个现象真的存在的话，那么就很容易明白，大多数人是在找一个领导者。如果他们要找的是表现得很坚强、自信、不可动摇的领导者的话，那么我们也就能更好地理解，为什么他们会追随于偏执狂、自私的权力追逐者，或那些情不自禁地要去控制所有的人和事的人之后。我们也可以理解为什么那些考虑比较周到，更为理性的人——他们能看到一件事的正反两方面——对那些寻求决定的决断力的人没有多大的吸引力了。最后，这些自私、自恋、受权力欲驱使的人，往往会发现，把别人当作自己加官进爵的工具是一件很容易的事。这就解释了为什么他们能获取大多数权力的原因。

总之，我正在为填补这两者之间的鸿沟寻找合理的解释：有关内心世界中美德有报的观念和社会、公共与人际交往世界中的恶人得势之间的鸿沟。

自我实现之后还有什么？

在内部心理的领域中，首要的一项任务是认清自己的本体。每个人必须找到自己的真实，积极地实现自我。而当这项任务完成之

后,生活中真正的问题还在前面等着我们。很清楚,这项任务与找到自己的职业、身份或生物意义上的命运是有关联的。也就是说,你所要选择的热爱和献身的事业是什么?

这就好比我们有两种内心心理学:一种与我们日常为实现自我而作的努力有关;另一种则与神秘主义者或圣贤两袖清生存心理学或一套规则。

这些规则在许多方面都很不寻常。例如,一些对数学、统计非常强调的传统的、古典的研究设计方法。我带的研究生会很容易把我看成一个说话前后不一致的人,甚至是个伪君子,就因为我强调他们必须掌握这类工具。但现在,我已学会了解释说,我所反对的是那种不由自己的直觉引导,而一味滥用所谓的客观测试和数据的做法。我敢肯定,获得了自我感、方向感和使命感的人把上述的工具就只当作工具来使用。工具是用来为人服务的,而不是让它们来奴役其使用者。

举例来说,我有一个很有天赋的研究生,她出色地完成了她关于自然分娩中高峰体验的学位论文。她已经有了很多项精彩的发现,但她一开始不得不学会数据记录,数据分析等等。IBM 计算机确实只是她的仆人而不是上司,绝对没有能够统治她。她现在情况很不错,而且肌肉更加强壮了。

这就是问题的关键:首先,人必须是个好人,有强烈的自我和同一性意识。然后,世界上的一切力量马上就变成了实现人自己的目标的手段。它们很快不再是决定和形成的力量,而是成了供人任意使用的工具。这条原则对金钱也同样适用。金钱,如果落在一个意志坚强的好人手里,这会是一件幸运的事。但一旦落入意志薄弱或不成熟的人手中,钱就是一个非常可怕或危险的东西,它会毁了那些人和他们身边的每个人。此道理对权力,无论是对物还是对人的权力,也同样适用。

在一个成熟的、健康的人那里,即在一个有了完整的人性的人手中,权力就像金钱或其他工具一样,是个好东西。但在不成熟的、恶毒的、或有心理疾病的人手中,权力是很危险的东西。基本上,只要你知道你是谁,你去向何方,你要些什么,那么,要与空洞无聊的官僚主义的细节、琐事和约束打交道就不困难了。你只要缴了它们的械,耸耸肩就能让它们消失。我知道我对今天这些把如此之多的力量都看作为社会压力和强制作用的年轻人很有些不耐烦。我指出,我们所要做的是不去管这些影响,这样它们就会消失了。想想花在电视广告费上的上千万美元,只要购买者是通过阅读消费杂志来作出明智的判断的,这种貌似强大的力量就会变得微不足道。美国制度中的恶势力突然就消失了。对那样一些人来说,他们就不再存在了。

当然,在某种程度上,整个关于自由意志和决定论的问题因这种考虑而得到解决。用你们自己的话来说,获得了自己的个性的人是推动者而非被动者。我建议用以上的这些话来组织设计这方面的讨论,而不是用“自由意志”这个词,因为历史上这个词有过多种涵义,容易引起混淆。我们可以说,这些人都是“能够控制、决定自己诸多因素的老板”,或说他们能挑选他们的决定因素,选出他们喜欢的,抛弃他们讨厌的。

从唯心理论的意义来说,这些人能够接受他们赞同的决定因素。他们能心怀喜悦地听由这些

力量把头脑卷走,就像冲浪运动员驾驭着大浪一样。这项运动极富道家精神。冲浪者当然没有改变浪头。一个人既不能驾驭、控制大浪,也不会去害怕它,他只是做出了一个漂亮和谐的动作来调整它,适应它,因此他能享受其间的快乐,并成为浪中的一分子。

变得真实

我已经习惯于说，真实的人是那些能够发现并接受他们自己生理上、性情上、体质上的暗示的人，这些暗示来源于他们自身内部的信号。从某种意义来说，这个描述也同样与直觉有关。如果你有了这种倾听自己内心深处的声音的能力的话，那么你已经获得了一个内部的“最高法院”，从中你能得到几乎永不会错的建议甚至命令。这类人知道什么对他们好的，什么是坏的，知道自己喜欢什么，讨厌些什么。

我记得你在《末那》(MANAS)杂志上发表的一篇引导性文章中谈到爱默生(Ralph Waldo Emerson)，说他如何地相信自己的判断和直觉。历史的定论是，爱默生的判断和直觉都是正确的，因此他相信他们是做对了。你接着用这样一个问题结束全文：“一个人怎样才能成为爱默生？”

这个问题说得更清楚一点，即是：“一个人怎样才能成为一个本体，一个确实可信的人，他拥有可靠的内心声音，他能听见它并照着它去做呢？”当然，如果有这样的人存在，他们就会爱自己并按自身的愿意办事。

我记得当年我在布鲁克林学院同时教五门心理学课程时，我是何等忙碌。我是那儿惟一的一位临床方面的教授。因此，为了能在短短的两分钟里提供建议，我不得不发明了许多花招。其中的一个花招是我在面对着那些担心自己的小孩成长的母亲时发明的。这个花招就是迅速地判断一下：这位母亲情绪上是否稳定、理智、自尊？如果看来是肯定的，我就会对她提出以下建议：“把你所有的指导怎样做父母的书统统扔掉。别听小儿科医生的话。不要向任何心理学家征询意见。就按你自己的直觉去做。我保证总体上你的直觉是不会出错的，而且在任何情况下，你的直觉总会比其他人

给予你的忠告更好。”

但要是据我的判断，这位母亲情绪不稳、神经质、不成熟或情绪混乱的话，我就会给她开上一串心理学书单，推荐她或她的小孩去接受心理治疗。虽然，我给予建议的方法并非始终如一。

有些人拥有良好的直觉，因为他们已经获得了自我实现。另一些人有很好的直觉，是因为他们还没有获得自我实现，因此无法区别真实可靠的内在声音与神经质的幻觉。还记得困扰基督教徒，也许还有其他的宗教信仰者的老问题吗？即有一些神秘论者声称自己听到了上帝的声音。真应该问问这些人：“人怎么知道这是上帝的声音，而不是魔鬼的声音呢？”这确是一个再合理不过的问题。

好吧，你可以说从一定意义上人类是由百分之一到百分之三左右的已取得做人资格的人组成的，而绝大多数人还没有。因此他们必须去找领导者、推销者或神父——总之，任何能告诉他们该做什么，想什么等等的人。

每一个人都是领导？

跨文化的证据能帮助我们弄清关于领导的问题。有可能一个有自信、自知的自我实现的人知道他的兄弟乔比他更善于指挥打猎活动。我曾研究过平原黑脚印第安人，并和他们在一起生活过一段时间。在他们那儿，群体的领导通常总是一位擅长做某件事情的人。他们没有一位样样都管的头目。正是由于这个原因，那个曾在狩猎活动中因自己是出色猎手而成为领导的人，在发生战争的情况下，会心甘情愿地做善于征战的人的下属。在我最熟悉的黑脚印第安人部落里，领导是在善意的协作的气氛选出的：部落成员实际上知道哪个人最适合做某项工作，而对于要担任这些职务的人，他们没有丝毫故意和嫉妒。

人类学家露丝·本尼迪克特认为,我们应该构想出能够培养或延缓个人自我实现的发展的社会机构,把它们创造并建立起来。这是能够实现的,而且这样做很重要。建立一个美好的世界所需要的原则或“法律”与培养一个健全人,存在一定程度上的差异。差异的程度至少与我在这封信开始时所提到的内心和外界的酬报与惩罚之间的差别相类似。因此,我们必须同时有社会心理学和个体心理学。两者最终都应人类的需求和福利服务。

这封信看着像是一篇文章,部分原因是因为我知道我们在领导、下属以及权力这个话题上思路是一致的。我正在口述我的评论,等我让人抄录完毕后就给你送上。要是我们住得近点,那该多好。可现在你住在南加州,而我住在波上顿区。但即使是通过电话来跟你聊聊,我也感到很高兴。而且,我不仅喜欢跟你谈话,我还发现我们的谈话对我很有用处。

你的诚恳的
A. H. 马斯洛

第三十三章 报纸的动机层次

编者按：到了晚年，马斯洛日益确信美国的大众传媒对社会基本上只起到了破坏作用而远非有助益。他强烈地感觉到，美国社会中许多重要的、积极的发展被淡化甚至忽视了，而更多的注意力集中在相当琐碎、消极的事件上。马斯洛在这篇写于 60 年代中后期，未署日期，也未发表的文章中，阐述了自己的观点。

动机理论用以分析报纸内容可能十分有用。从记者和编辑对于新闻心照不宣的定义来看，十分明显，他们的操作是以一个低层的、灾难主题或叫安全需要层次主题为出发点的。我这样讲是什么意思呢？只有灾难、惊心动魄的突发事件、或是某种可怕的事才值得上报纸。也就是说，生活的整个光明面都被媒体主流忽视掉了。

结果，可信度差异像一条巨大的鸿沟横亘在日常现实和典型的新闻报道之间。如果我们相信报纸和杂志真实地描述了现实，那么就会干脆不知道我们周围发生了什么。尤其在电视上，在对于新闻的定义中占主导地位的灾难主题确实干扰并扭曲了新闻——对复杂事件过于简化，非黑即白，二分天下。这种定义不可避免地会导致失实。

如今在绝大多数新闻中，生活普遍地被看作一场决斗，一方是

征服者，一方是被征服者。总统或州长官如果成功地使立法机关通过一项法案，报道就会说他赢得一场胜利。或者，下面的消息就会是：“他使他的纲领被通过啦！”

这番场景使我想到了包含在法学里，法庭上的思维定式和审判程序。因为法律体系也被固着在一种决斗或非输即赢的比赛形式中，一方大获全胜，另一方就一败涂地。在这个过程中，人们损失了真实和公正。

换句话来描述传媒对于“新闻”的看法就是：它就像我很久以前用以描述权力主义人格时提出的“丛林世界观”（见马斯洛，1943）。这种观点认为人们要么支持你，要么就反对你，不是朋友就是敌人。生物学家罗伯特·阿德雷（Robert Ardrey，1966）把这种观点叫做“敌友情结”。

这种对生活从较低的缺陷层次来理解的方法，与其相对的、较高的存在层次上，后者强调整合、超越、以及不同色度的灰，而不仅是分明的黑白。

除了具备确切、真实等显著因素外，存在性层次的报纸还有应是怎样的呢？首先，它将提供比较持久、而非暂时、浮浅的新闻报道。就是说，它将追踪报道，而不是事情才过就把它们忘了。《基督教科学导报》就是这方面的好例子，它从不热衷于天天报道凶杀、犯罪，以及煤气爆炸、火灾一类的灾变。

我们甚至可以说这类事件不是真正的新闻，除非凶杀案或事故、火灾死亡率发生重大变化。毕竟死亡并不新鲜。

同样的观点也适用于通常报纸上其他形式的栏目。我们听够了丑闻、离婚，却看不到美满的婚姻。大幅的版面留给了远方，如越南的战争和步伐，却只字不提日日常新的生活，真正为完善社会作出的努力，或者旨在使未来变得有利于人类生存的活动。报纸上充斥着少年犯罪，却不见少年理想主义和无私的服务。比如，事实上

只有在加利福尼亚大学里什么东西垮了,或什么坏事发生了,它才会被作为重点采访对象。

这种令人沮丧的情况肯定可以通过动机理论来理解。怎么理解呢?就好像如今主流新闻媒体的记者和编辑们都是受匮乏性需要触动,而不是受成长性需要触动;就好像他们认为值得报道的只有痛苦和坏人,而不是欢乐、幸福、愉悦和好人。

为了创造一个更好的社会,这种情势必须改变。

第三十四章 美国管理的动力

编者按：正当马斯洛在管理理论领域的名声日见显赫之时，他应邀来到加利福尼亚，担任了萨加(SAGA)公司的驻访学者。萨加公司是一家著名的、业务蒸蒸日上的午餐服务公司。波士顿的恶劣天气使马斯洛饱受心脏病的折磨，因此马斯洛相当愉快地接收了这项为期四年的、待遇丰厚的研究任务。在1969年年初，马斯洛向布兰代斯大学请了长病假，来到阳光灿烂的加利福尼亚。在萨加公司，他单独使用一间设备齐全的办公室，并且，在任何适当的时候与公司经理们进行交谈。1969年11月，在考察了萨加公司为中层经理们举行的管理培训的各项活动之后，马斯洛发表了如下热情洋溢的讲话。

对我而言，这段时间的工作是一段非常美好的经历，与其他类似的情况相比，我甚至可以说这非常特别。也许我能做的，只是把你们这个管理群体同其他的管理群体加以比较。当然，粗浅的印象是靠不住的，而目前我所做的也只不过是一种观察试验。但是我还是非常愿意和你们谈谈我对你们的总的印象，并且把你们的组织结构与其他公司的组织结构加以比较。

首先，让我们来谈一谈组织结构的问题。这听起来有点老生常

谈的味道。但是,在过去一两天里我在这里看到的组织管理方式实际上只在美国才有。众所周知,这是一种先进的、绝对美国式的管理模式,它正日益受到整个世界的效仿。当今对“美帝国主义”议论颇多,但是事实却是,美国工人在各方面都更有效、更优秀、更熟练。简而言之,他们比其他国家的工人做得出色。

这种现实一方面是因为美国丰富的自然资源和强大的经济实力,另一方面却得益于美国式的管理。这种管理从本质上而言是民主的产物,而非贵族式的优越感。在这个世界上的其他地方,你们当中的大多数会因为得不到最初的、但又是必要的晋升,从而无法成为像萨加这样一个国家级大公司的经理。只有少数的例外,比如说在北欧,在英国、法国、西德和意大利这样一些发达国家,这种提升才有可能。

我就是体现这种美国式的社会地位变迁的一个例子。在我的领域内,我已经取得了相当高的成就,获得了相当高的地位。我可以被认为是获得了相当多的晋升,并且达到了本领域的最高层。同时,我也清楚地意识到,在世界上的其他地方,我是不可能做到这一点的。我父亲是一个移民,我在纽约的贫民窟长大的。这对于我来说,就像是一个流浪儿经历了一次不可思议的奇妙旅行。我正是生得其所。这些想法就在刚才掠过我的头脑。

我并不知道你们都是从何而来,也许来自世界各地。但你们都不需要某种“推动力”就能走到今天的位置。你们无需一个有权有势的亲戚,也不需要依靠祖荫得到特权;你们不需加入某个小集团,又不必非得毕业于某所学校。一切只取决于你们自身的素质和能力。

我以为,更进一步地意识到我们能够成为这种美国式的动力的一部分是多么幸运,无论是对个人,还是对群体,都是十分有益的。因为就个人而言,我们也许并不配得上我们所拥有的自由,丰

富的自然资源,成熟的政治体制和管理体制。

我为自己身为一个美国人深感荣幸,我以为,你们也最好能意识地这一点。当然,这也带来了相应的责任与义务。

对实验的开放

如果我们的确是那幸运的一群,那么,我们可以认为,目前我们在萨加公司所做的,正是一个为世界其他地方所做的试管试验。因为除了美国,几乎不可能还有哪个社会富裕地让它的工作人员离开自己的岗位,只是为了坐下来谈天。事实上,这在其他地方也没有发生过。通过开诚布公地发表意见,尽可能地理解他人的意见,你们将在这次试验中取得最多的收益。这次集会无疑将花费很多,萨加公司的确希望能从各位身上获得相应的回报。

一旦意识到这一点,你们就会不由自主地产生自豪的感情,因为你们能够掌握自己的命运,而不是一个完全由单个巨大的、外在的、不可理喻的势力控制和摆布的可怜虫。你们每个人都有自己独到的见解,萨加公司希望能听到这些见解,并为此投资。同样,心理学家希望通过这些试验,你们将变得更加自信,更加成熟,心理上更加健康。

有报道说,只有大约百分之五的人是积极主动的人,他们能够掌握自己的命运,并影响周围的世界。而我认为,今天在座的每一位无疑都是这百分之五中的一员。你们不属于那百分之九十五的缺乏方向感无助的人。

在具体详细地阐述我所观察到的一切之前,我想先做一些概括性的叙述。首先,你们在过去一两天里的经历,的确会使工作环境更加民主,这在其他地方是做不到的。正如先前我所说的那样,这种开明的管理模式,除了美国之外,在世界上其他的地方都是看不到的。即使在美国,也只有不到百分之五的公司能真正信任他们

的员工,创造这种民主的工作氛围。所以在相当大的程度上,你们将改写人类的历史。这就是所谓的“后马克思主义”。这的确是一件新生事物。它的创造性无异于当时伽俐略、达尔文或者弗洛伊德的思想。这是一种新颖的集体工作法。

用马克思主义的观点来观察资本主义的工作场所,其中不可避免地会存在阶级矛盾和阶级斗争。工厂主想方设法地试图榨干雇佣工人的最后一滴血汗,而工人则尽可能地进行反抗。这就是马克思主义所见到的劳资关系。但是,我们的情况有所不同,我们是“后马克思主义”的劳资关系。因为我们彼此信赖,并对对方抱有诚意。我们认为你本身对做的工作抱有殷切的希望,是自发的,并不认为你的上级是你的天敌或者类似的什么。你们一直相处得很好。

这种态度本身就表明你们并未表现得像是一对宿敌,目的只是为了相互攻击或者消灭对方。你们表现得更像一群同僚,其关系类似于美国的参议员,或者将军,或者独立合作的王国。这是不同寻常的。你们必须意识到这一点,你们将会为之自豪并体会到乐趣。

简而言之,我认为这次管理休假是一次先进的探索,或者“飞行员式的试验”。如果这此试验是成功的,人类的前途无疑将光明得多,至少不会像马克思主义者描绘的那样爆发你死我活的阶级斗争。就我个人而言,我对有机会从事这项事业深感荣幸。

管理风格(X理论和Y理论)

我不知道你们对最近出现的管理理论有何了解。简单地说,Y理论认为,如果把自主权交给人们,他们就会乐意从事这项工作,并尽力把它做好。Y理论还认为,人们在本质上而言是追求卓越、高效和完美的。

X理论是一个至今仍占有统治地位的观点。这一理论认为,人

们从本质上而言是愚蠢的、懒惰的和不值得信任的。因此，你必须不时地进行检查，否则工人们将为所欲为，不干正事。这一理论刚好与 Y 理论相反。

然而，在过去的几天里，我们发现了 Y 理论是惊人而有效的。你们被信任，你们独立自主，并且效果良好。像我这样的心理学家也认为，你们这个群体中的每个人都是可靠的、值得信任的和重要的。联系到你们在萨加的管理职务，你们为公司着想，在工作上极为投入，你们认同公司这个整体，同萨加公司的管理密不可分。对一个人来说，认识到自己是公司这个大家的一员，并在工作中感到快乐是非常幸运的一件事。这至少总比把公司当作一个敌对群体要强。我可以告诉你们，你们与大多数的人相比，拥有更多的勇气和坦诚。据我观察，只有不到百分之一的雇员能彼此做到如此地开诚布公。

关于攻击性问题

你们也表现出了某种程度的小心谨慎，但比起我在其他地方见到的要少得多。对待你们的上级，你们更坦率、更直接，也更加勇敢。没有谁会像我预料的那样，通过什么搪塞来避开可能导致冲突的局势。

例如，在我参加的多数讨论中，我会产生相当程度的怀疑或戒备。常常有这样的情况，两个人正常进行某种程度上可说是热烈的交谈，但当我一靠近，他们都缄默了。我从未见过过火的反应。当然，一个心理学家是能够辨认出各式各样的心理防卫手段的。但是从本质上而言，你们都将其克制在个人范围之内，而不公开宣泄。

正确处理攻击性的方法是不要害怕。进一步，我们必须学会如何才能不害怕自己的进攻性。如果把我们的身体比作汽车，那么攻击性就好比是汽车里的汽油。它确实有相当的能量，并且可以产生

相当大的作用。以这种方式处理攻击性，意味着坦率地提出批评，把诸如“我不喜欢这样”，“我不喜欢那样”，或者是“我觉得你不应该这样做”，“你应该那样做”这些话说出来。

在世界上的很多地方，这样做的结果会引起家族矛盾，部落冲突，以至于死亡。比如在日本，人们就不敢直截了当地同别人说话。每件事都用彬彬有礼、拐弯抹角的方式来表达。从我的心理治疗的角度而言，我认为你们处理攻击性的方法是相当明智和坦率的。这意味着你们是坚强、健康的人。

对上级坦率直接

你们与上级的关系是相当健康的。坦率地说，约翰是一个刚愎自用的人。如果他是我的老板，我想我会对他产生某种畏惧心理，因此不免对和他打交道有些担心。但是，你们却处理得相当好。你们在面对这样有着坚强个性的上级时，成功地保持了自己的尊严和自主性。这是相当不容易的，很少有这样的情况发生。

总的来说，当老板是个个性倔强的人时，一般人或多或少都变得有点溜须拍马，想方设法地讨老板的欢心。但是你们的老板却让你们畅所欲言，而你们也的确这样做了。

当然，我敢肯定，你们在和约翰相处的时候也有圆滑的一面，但是，比起一般情况来，你们的态度相当坦率和真诚。这意味着你们是坚强的。我敢肯定你们属于善于处理工作关系的百分之五中的人。

请记住，在我们这个社会里，处理攻击性始终是个普遍问题。健康地对待攻击性的方法，就是多结交那些不惧怕他人，知道自己的目标 and 了解自己的想法的人。

处理善意

在我们这个社会里，另外一个主要问题是表达善意，特别是对男人而言。就整个社会而言，这一点我们做得不够理想。总的来说，别的文化传统更加善于处理爱、友谊和身体接触。弄清楚那些受束缚的人们是怎样对待这个问题的并不困难。

我认为你们对这个问题的处理较一般水平要高，至少比百分之七十五的人要好。老实说，你们并不是最好的。有时，我能亲眼目睹某种爱意的表达，但是却总是不够坦诚，总是带着设防。例如，通过开玩笑的方式来掩盖。你碰见了你最好的朋友，你也确实喜欢他，但是你不会把手放在他的肩上，你顶多捅他一拳或者叫他一声“老家伙！”当然，除了最好的朋友之外，你是不会这样的，但这只是一种含蓄表达爱意的方式。

坦率地讲，我并不能精确估计，表达善意这个方面在你们的关系中扮演多重重要的角色。在我看来，由于你们的人际关系是一个结构化的层次系统，也就是说你们有很多上级和下级。这样，在上下两个方向上都可以拥有更加温暖的、更有表现力的密切友情。因此，如果你喜欢某人，或者对谁感到友好，不妨表现得明显一点。无论怎样，管理发展小组以及训练小组被证实是有助于我们培养表达友情与善意的。

然而，话又说回来，你们的群体关系并未令人畏惧。你们中间不存在令人窒息的人际关系。例如，路德教派牧师也许是我在美国社会中所观察到的情感上最冷漠的群体。我并不知道原因何在。他们的教义宣称“上帝就是爱”，但是，他们却丝毫没有表现出坦诚和善意，无论对谁都相当冷淡。当然，我在你们身上看不到这种情况。

现在，我一直在研究美国社会高级管理阶层中的心理特点。这项研究揭示出，在我们这个社会里，充满善意被视为软弱的表现。

实际情况是，美国是有史以来最强大的超级大国。所以我们不得不表现得无比强硬。市民们，尤其是那些公司经理们，非常担心被认作是多愁善感，或者被视为软弱。

然而，我可以以一个心理学专家的身份告诉你们，如果从利他主义或理想主义的角度看来，我们这个社会里最强有力的人也可能是最充满同情心的人。他们有可能不敢在公共场合滔滔不绝。但那基本上是与最高权力相称的“童子军般的誓言”。一些美国人在表达爱意、善意或感情时遇到的困难，在很大程度上是由于我们始终想表现得冷漠、坚强和无所畏惧。

这有点类似于一个成年男子总是担心别人说他不够男性化，从而像一个少年那样想做得像一个男子汉。这让我想起最近看到的一则电视新闻，一个年少的反战主义者举起一块写着“我是男子汉”的牌子，然后开始往窗户扔石头。实际上男人并不意味着非得向窗户扔石头。只有孩子才喜欢这样做。

如果让我对我们整个社会的人们有所建议的话，我一定会建议他们要向意大利人或者墨西哥人学习，他们通常更加热情和坦诚。

男子气质

男子汉的定义是这样的：表现得像一个完全长大的、成熟的男人那样。这当然也意味着有能力表现得温柔与充满爱意。只有不成年的男子才会畏惧展现他的爱意。你们知道，青少年总是觉得表达他们的爱意是一件很困难的事，因为这会被视为软弱。所以，他们实际上错过了很多美好的事。

当然，一般而言你们表现良好。当一个人想表达友善之时，他总能清楚地表达出来，这才是成熟、健康的方式。只有一个有权威感，觉得自信的男人才会展现出温柔的一面。但是，如果缺乏这种

自信,你就会总是试图显得比较坚强,但结果却常常坚强得过头。

对别人的评价

如果你们要寻求升迁,或者是取得更大的权力,那么我可以给你们提一个建议,当你对他人的有更加全面而深刻的观察后,你对他人的判断就会得到改善。不幸的是,你们在这方面表现得相当不够好。

比如说,你们进行了一项练习,要求每个人对别人做一番评价。从心理学的角度而言,你们的评价是相当肤浅的。人是如此复杂,如此有内涵,并且各不相同。我的感觉是,你们在人际交流或是相互评论时有些畏首畏脚。我的意见是,如果你能更加仔细全面地和持久地了解别人,你对他们的评价也就会越接近事实。显然,任何简短的描述,比如说用两个词描述你所认识的某个人,都将会是不全面的,甚至是错误的。

我并不是太清楚你们在这个方面上表现出来的不足是因为表达有问题,还是和你们内心中对别人的真实看法有关。我的直感是和前者有关。

作为一个经理,你不得不同人打交道。如果你不能正确处理好这个问题,那你毫无疑问将丢掉工作。所以,我假设你们在人际关系这个问题上的直觉、敏锐和民主态度,要强于你们的分析和叙述能力。但是,由于你们必须把你对别人的看法和评价写下来,因此顺利地描述它们是非常有必要的。因为谈论你的感觉将使问题变得更加清楚。我建议你们今后多做这方面的讨论。

相似和不同

你们之间的共性远比差异多。我再强调一遍,比起别的公司来,你们在刚才我讲到的那几点上更具有相似之处。你们当中的每

个人都具有坚强、团结、可靠和相互信赖的品质。我的意思是你们的工作做得很好。我无疑得到了这样的印象，在有紧急情况时，我的确可以依赖你们中的任何一个。

当然，你们彼此之间的确也有差异。但就你们的工作而言，你们确实具有相当多的共性。我认为你们完全有能力承担起那只有社会上百分之五的精英才能承担的责任，无论是在美国，还是其他任何一个国家。正是这百分之五的人，才推动了社会正常运作，并使之有效率。也正是这百分之五的人才真正承担了大多数责任，并负责领导其余那百分之九十五的群众。因此，当考虑到你们在萨加公司工作的性质时，你们之间的差别就无关紧要了。

专业化

我认为阅读更多的有关你们工作的背景文献，将有助于你们的工作。正如期望今天所说的，你们不仅是美国的领导者，你们也是整个世界的领导者。对别的国家而言，我们是探索者，因为他们缺乏必要的金钱、时间或者是效率，来完成现在我们正在学习的管理知识。因此我建议你们多读一些思想丰富的有关管理方面的理论作品。

我向你们推荐以下两本书。一本是道格拉斯·麦克雷戈在1960年写的《企业中人的问题》，它通常被认为是本领域的入门书籍。另一本更新、更加精彩的书也是道格拉斯·麦克雷戈的作品，即1967年版的《管理专家》。这些材料将为你在萨加公司的日常工作提供一个概念框架，同时也包含很多细节。阅读这样的书，你不但可以成为富有效率的经理，也将大大增加你升迁的可能性。这是相辅相成的又一例证。

这里我们遇到了自利与利他的统一，个人利益与他人利益的统一。在最好的情况下两者总是相互一致的。比如说，如果你与你

的妻子或者是丈夫相处融洽的话，你最终会意识到狭隘的自我利益的消亡。你的确是一个人，但你将不可避免地成为集体中的一员。集体是利益真正的所在。

在开明的管理领域、开明的工厂中，这种协同作用的现象总是存在的。你在萨加公司好好干活的话，你自己、公司、国家乃至扩大到世界都会为之受益的。如果美国梦更圆满的话，无疑整个世界都会更美满。

我们的国家有时会受到世界舆论的抨击，但是美国梦依然极具魅力。如果有一天美国的大门真正向全世界敞开的話，差不多百分之九十八的人都会从世界各地涌来。因此无疑美国梦依然极有召唤力。

如果你们正如我所想的那样，把本职工作完成得很好，能够从很高的角度俯视自己的日常生活，就能够理解世间万物是怎样融合在一起的。通过读一些具有启发性的书，就能够获得更具有涵盖面的观点。

当然，读一些好书有利于与他人更好地交往。读好书，对你们、对祖国、对社会都有益处。我真诚地建议你们多读一些好书。

结论

非常感谢你们允许我参加你们的管理培训。你们同意让我参加这件事本身就表明你们是成熟的，因为，有很多公司是拒绝外人参与的。一旦发现有一位心理学家在场，他们的成员会变得相当不安。人们总是认为心理学家有一双具有X射线般的能够洞察人们心灵的眼睛，因此往往他们一见我们，就马上逃之夭夭。

关于这个话题，我想讲一则趣事。有一次我参加了一个大型的聚会。一位姑娘走了进来。她是如此地美丽，所以我简直是目不转睛地看着她。突然这位姑娘意识到我正盯着她看，于是走过来对我

说：“我认识您，而且知道您在想什么？”

我吃了一惊，有点不自然地说：“真的吗？”“对，”她得意地说：“我知道您是一位心理学家，您正试图对我的心理进行分析。”

我哈哈大笑，回答：“那并不是我正在想的！”

第三十五章 为美国梦下定义

编者按：20 世纪 60 年代后期，马斯洛对美国的反传统文化抱有矛盾的看法。尽管他赞同这种文化所树立的一个更利他、更合乎伦理、也更公正的社会的理想模式，但他仍认为其大多数支持者，尤其是“嬉皮士”，他们在心智上懒惰，并且通常以一种破坏性方式自我沉溺（Self-absorbed）。这篇写于 1969 年 9 月的未发表的文章，表达了马斯洛对于美国有可能存在的更高价值观的想法。

在心理学家路易斯·雅布隆斯基的《嬉皮之旅》（1968 年）的最后一章中，他对于困扰着许多嬉皮士和其他美国年轻人的社会反常状态的观察颇具洞察力。对于今天的很多年轻人，当然也包括更年长的人，美国的主流价值体系已不再那么吸引人了。他们不再感到有必要义无反顾地忠实于这个价值体系，我们的社会规范也就不能够再制约他们的行为。这样一来，一种社会反常状态和混乱就应运而生，这也就是我所说的“超越性病态”。

然而，这种令人困惑的情况又具有一种确切的不可否认的意义。真实的情况是，大多数人都用一种很低的，或者说是非常物质化的格调来谈论美国梦。实际上，现在几乎没有什么人再乐于谈它了。也许最后一个完整论述美国梦的重要人物，就是生活在 140 年前的托马斯·杰斐逊。

对于现在的普遍情况而言,我认为典型的美国价值体系,即美国梦,尚处于较低需要(例如以收入来衡量)的层面上,并且几乎完全是物质性的标准。也就是说,个人的成功通常是以一个人赚钱的多少,以及由之而来的在生活中所得到的象征地位的东西,例如豪华轿车、游艇、高级住宅区内的别墅、以及精美昂贵的衣服等。

但对于享受美好的生活来说,所有这些象征地位的东西都是可以放弃的。如果要享受真正的生活,这些东西没有一样是必不可少的。心理学家已经知道,人性所必须的是:当我们的物质需要得到满足之后,我们就会沿着归属需要(包括群体归属感、友爱、手足之情)、爱情与亲情的需要、取得成就带来尊严与自尊的需要、直到自我实现以及形成并表达我们独一无二的个性的需要这一阶梯上升。而再往上就到达了“超越性需要”(即“存在性需要”)。

但这一关于人性的概念又曾在哪儿得到过意义清晰的阐述呢?有哪位美国总统或参议员哪怕曾经尝试表达过这些意思呢?又有哪位当代教授或哲学家试图说出这些话语呢?这也难怪今天有如此之多的年轻人认为美国整个社会制度使他们接受了一个完全物质化的生活成功的定义。

正是因为他们的低层需要通常能够得到满足,他们由和蔼的、慈爱的、令他们尊重的父母抚养长大,因此这些年轻人有条件去实现自我,实现存在性价值,并且对爱、亲情、尊严、尊重以及合作等发表议论。然而,他们在当今的社会茫然四顾,根本听不到这方面的言论。政府官员没有谈到过这些重要的话题,政府也没有任何实现这些目标的计划。事实上,确定国家目标的总统委员会也并不将它们列入国家的目标。那些委员们宁愿讨论诸如国民生产总值、经济增长、或工业产品数量等物质性的事务。

对于今天的美国社会的青年人来说,没有人为他们提供“超越性价值”作为他们的正式目标。对他们而言,高层次价值并不是美

国正式价值体系的一部分。因此,这些年轻人将美国视为一个只有低层次动机、低层次需要、低层次追求以及低层次目标的有限价值体系的国家,但是,任何一个自重而成熟的人都是会鄙弃这样的价值体系的。不管怎么说,今天的整个美国梦都是用物质主义的语言来描述的。

更严重的是,在我们的社会中没有一条清晰的通往存在性价值的道路。有许多青年人曾向我提问:“我想过上美好的生活,那么我该做什么?我该走哪条道路?”而我却常常不知道该如何来回答他们。我想起我认识的许多优秀青年,他们从一种团体生活或从一部激动人心的书中获得了对更高层次生活的体验。他们自然而然想拥有更多的这种体验,并进一步发展自己。但我能告诉他们什么呢?我该把他们送到哪儿去?当前还没有一条确切的途径或者固定的阶梯,可以达到这些目标,没有一个正式的、计划好的、为社会接受的体系,使人们成为高层次的、自我实现的、存在性价值的人。

这个问题的存在本身就已经很糟糕。但更糟的是,甚至没有一种语言可以将高级价值的意义清晰地表达出来。这种当我们的低层需要得到满足时,这种早已深藏于人性之中的对高级价值的追求,在佛教中,称之为“菩萨”境界。^①但是,可表达这种崇高追求的词汇仅仅是一些带有贬义色彩的词,如“行善者”、“童子军”和“流血的心”之类。今天,没有一个青年人可以面不改色地说:“我要尽我所能地做一个好人,我要拥有一个对他有益、高尚的人生。”没有人会理睬这样的年轻人说,除了我所使用的存在性语言外,甚至

① 参考赵朴初对“菩萨”的解释:简单地说,凡是抱着广大的志愿,要将自己和一切众生从苦恼中救度出来,而得到究竟安乐(自度度他),要将自己一切众生从愚痴中解脱出来,而得到彻底的觉悟(自觉觉他),这种人便叫做菩萨。”见《佛法的基本内容和佛教经籍》。——译注

没有人用其他什么方式表达这种情操。

坦率地说,我很难将自己作为一个主流社会的心理学教授或心理学学会会员的范例。尽管我能建议这些年轻人做什么,走哪条路,但我自己却处于美国正常社会的边缘。一个主流的就业指导专家或高中辅导员会提出类似的建议吗?一个主流的心理分析家或心理治疗家会告诉他们这类东西吗?

美国梦必须得到清楚的阐释。我们可以从“嬉皮士”的反常状态和在政治上激进的“追求民主社会的学生”(SDS)那里中学到不少东西。我还认为,美国梦可以用语言表达清楚并获得广泛的交流。在美国这个富足的社会,个人过高层次的生活是完全有可能的。除了对这种高层次生活道路和这些可能达到的目标的忽视之外,再没有别的事物可以阻碍这种生活的实现了。但也没有必要像“嬉皮士”那样去形成一种“对抗机制”(REACTION FORMATION),去抵抗他们所称的“塑料制品”或物质主义文化。他们所知道做的全部事情,就是完全抛弃它、脱离它。这些“嬉皮士”愚蠢地在追求所有的高尚的、脱俗的“TZADDIK”^①目标的同时,也追求迅速而又毫不费力地同时达到爱、非操纵、群体归属感、手足之情等等。好像只要他们愿意,就能够轻而易举地达到似的。现在存在一种矛盾的情况,“嬉皮士”的信条的确体现了美妙动人最高的价值,但这些年轻人根本不懂得如何去实现它们,于是他们以毁灭自己所希望达到的目标作为结束。实际上,他们发现自己造成了与他们的追求恰恰相反的情境,即,他们过着一种矫饰、邋遢、懒散、相互利用、利用他人的生活,并且成了公众讨厌的人物。

对于那些在政治上激进的学生也同样如此。这些人实际上是想毁掉美国社会以达到相同的目标。然而,这两种人在性格结构上

① 希伯来语,意为圣徒

有所不同。我认为政治激进学生更主动、更富有进取性、破坏性，而嬉皮士更消极、更沉默、只具有接受性。不过，必须指出的是，他们的最终目的是一样的。

还必须进一步指出，这些目标与所有重要的宗教以及“童子军”和每一个慈善组织所追求的目标是一样的。所有这些团体都追求爱、和平、繁荣、社会和谐、慈爱、信任等等。我可以这样说，美国当今的这种反常状态，尤其是年轻人的反常状态，意味着他们并不信仰主流价值观，相反是憎恶和害怕主流价值观。

如果进一步问，“美国的价值观是什么？”我认为这些价值观都没有得到很好的表达，因此，这些年轻人也就不知道它们到底是什么。在历史上，这些价值观只是用那些低层的物质主义的词汇来表达的。换句话说，表达美国价值观的语言存在着不同的层次，而我的责任看来就是以最高层次的语言来表达它们。通过这种表达，杰斐逊主义者的梦想就有了一个清晰的阐述。这些梦想在美国是完全可能实现的。我必须指出，我们的社会必须将这些使生活维持在最高层次的专业道路、职业途径、教育方法合法化。进一步要求在整个国家的职业指导与个人教育咨询中实行一次大改革。将这些概念阐述完后，我必须把嬉皮士和在政治上激进的学生青年与黑人、穷人等区别开。前者是富裕与基本需要得到满足的产物，因此他们的“牢骚”实际上是“高层次牢骚”；后者则处在“低层次牢骚”中。在后一种情况中，我们会谈到社会的不公正并感觉到消除工作歧视或改善不合标准的住房条件是更容易解决的问题。如果不是在日常的政治实践上，也至少在原则上是如此。但对于前一类人来说，他们的问题基本上是哲学、心理学、宗教和理论上的。也就是说，是有关于人们在日常生活中追求的价值观。前一类人寻求一种最高的人类价值，是因为他们的低层次需要已经得到满足。因此，这两部分人的目标是截然不同的。在我所做的这些分析中，我必须

将整个人类需要层次以及超越性需要阐述清楚。我必须这样说：在美国社会，人们有可能过上不受威胁、没有焦急与恐惧的生活，能过上体会到亲密无间的兄弟姐妹情谊的生活，能过上满足爱的需要的生活。如果有可能找到爱的人并形成互爱的关系，则同样有可能寻求到尊严、自豪与自尊。

如果一个社会有可能将这些品质作为一种权利赋予每个人，则人们就有可能去追求自我实现、自我完成，追求实现个人独一无二的潜能与个性。人们最终能够拥有一个美好、优秀、真实、完美而且属于人们自己的生活。

因此，所有这些原则都可以用下面的话来表达：这是美国人的梦想，或至少它可以成为美国人的梦想。这是没有问题的。也就是说，它必须成为现实，而不仅仅是梦想。我们应使年轻人了解这一观点，并认为这是一种真实的可能性，是他们可以自愿选择去做的或去追求的东西。如果他们努力追求不懈，则必然有希望实现。所有这些嬉皮士的目标实际上都能够实现，只是他们追求的道路和方法不对。而那些激烈的政治激进学生的革命者和黑人军人也如此，他们的目标是能够实现的，但他们走错了路。

然而，还要将“善意”地反对与“恶意”地反对美国社会问题区分开。这一点很重要。不仅仅是政治激进学生、嬉皮士以及黑人军人言论中的手段和目的相差很远。更糟的是，他们常常力求以讨论“善意结果”或目标来掩盖其目标的混乱性、破坏性和暴力性。在这种意义上，这是一种恶意。

我认为，将美国社会的物质主义的和金钱的目标看成是通向更高层次价值观的可能的良好道路，这将是有帮助的。也就是说，财富和权力如果掌握在好人手中，就意味着有好的结果。但情况并不完全是如此。在那些软弱的、恶意的或不成熟的人手中，金钱与权力可能会用于个人或社会的不良企图。这样，这种情况将使得今

天的许多年轻人形成反对任何时候、任何人手中的权力和金钱的心理习惯。

事实上,如果有大量的金钱,你就可以买到通往存在性价值的道路了,你可以支持它们,培育它们,加强它们等等。在美国社会中,有一些我为“优势成员”的人一直在这样做。我可以证明这一现象的确存在。金钱并非总是一种污染,而精致的衣服,优美的房子,美丽的花园或是大型轿车也同样如此。在好人手中,这些都是达到目的的手段,是有用的好东西。

雅布隆斯基(1968)的另一观点很值得介绍;因而,美国下层社会的青少年正在不惜代价地去证实美国社会目标的有效性。在这种背景中的传统罪犯与青少年罪犯都是美国社会目标和价值观的牺牲品。与之相对照的嬉皮士的反应则是对整个美国体制的谴责。大多数脱离社会成为嬉皮运动中一员的青年,其实都能实现并且通常能取得美国社会所有的文化奖励。他们的谴责和拒斥是完全彻底的。他们拒斥了美国的家庭、宗教、教育、政府以及美国社会所推崇的经济和物质的奖励。不仅如此,他们还拒斥了获取这些东西的“游戏”方法。^①但必须注意到,在这段话中,雅布隆斯基没有对美国价值观的可能表达方式、文化奖励机制或美国社会的不同目标做区分。而且,他在此处暗示的是:对于罪犯和嬉皮士,美国体制所提供的都是物质性的东西。而这一观点并不正确。在以后,我会继续对此问题进行研究。

我还有最后一个想法。我必须谈谈美国文化正在扮演的推销员的角色。也就是说,麦迪逊大街和美国文化的其他区域的广告和销售技术完全可以比现在用得更好。部分而言,这通常是一种对人性,对美国人特殊性格的过分低估。这种情况必须得到改变。

① 雅布隆斯基:《嬉皮之旅》第318页。

第三十六章 开放的心理学

——致 J. B. 莱因的信

编者按：纵观马斯洛的一生，他强烈认为不论是心理学还是其他学科，都应对新的思想和范畴采取开放的态度。尽管从未在超官能感知(ESP)上进行研究，他仍然相信有足够的证据证明需要对这一现象进行严肃的科学调查。在这封写于1966年5月17日的信中，他同J. B. 莱因(J. B. Rhine)讨论了自己的观点，后者是美国超心理学研究的先驱。

亲爱的莱因博士：

虽然我们见面时间很短，但我还是非常高兴，以至于我都忘记了同你讨论我的一个想法，这个想法已经在我的脑子里反复出现多次了。在我看来，似乎在对情侣之间，或其他任何具有亲密爱意的关系的研究中，都会发现存在许多巧合。他们之间存在着许多无需言语的精神沟通，以及对愿望的共同预期等等。当然，情侣之间的非语言交流是所有类型中最为有效的。如果我要对超感官认知进行研究的话，这很可能是我将要选择的课题。

我的问题是：有没有人已经在这方面进行了研究？如果有，是否存在任何可以被称为是“研究”的系统的资料？（我猜想，一定有许多轶事。）

您的亲切的
A. H. 马洛斯

第三十七章 行为主义与人本主义

——致 B. F. 斯金纳的信

编者按：马斯洛的人本主义研究方法常常被人们描述为反行为主义的。然而，具有讽刺意味的是，马斯洛在开始其心理学学术生涯的时候，是一个受过行为主义训练的热忱的实验主义者。虽然他已经远远超出了行为主义的范围，可是他仍认为行为主义的立场是现代心理学中为数不多、不可缺少的几个重要的支柱之一。他反对的只是那些想使行为主义或实验主义成为心理学研究的惟一的方法的人。这封信写于1965年4月5日给B. F. 斯金的信，显示出马斯洛和这位美国行为主义的领袖人物保持了长达几十年的友好关系。

亲爱的弗雷德：

谢谢你的来信，你的坦率让人获益匪浅。

如果价值观、价值生活以及诗、艺术等是你在研究中的关注的对象，那么你必须以经验为基础的知识在你的理论构架中找到一个更好的位置。至少，它应被当作知识的起点，而且这项工作必须以系统的方式进行（作为科学理论的一部分）。我的行为主义方法论或认识论认为，客观的、公共的、为人们所尊重的知识是最为可靠、最为确定、最为有力的，是值得人们为之付出努力的理想。这

同您的想法是十分相近的。但我也认为没有必要把体验作为原始资料而排除在外,而后又试图把它们纳入科学体系。除此以外,选择什么样的专业取决于这个人的(个性上的)趣味。我喜欢围绕知识的出发点玩耍,提出新问题,等等。其他人则喜欢在更具体的基础上进行工作,这两种途径都无可厚非。对于两者我都乐在其中。是约翰·B. 华生的著作把我带入了心理学的大门。在威斯康星大学,克拉克·赫尔(Clark Hull)、诺曼·卡梅伦(Norman Cameron)、比尔·谢尔顿(Bill Sheldon),还有其他入都是行为主义者,——我也不例外。我所有的研究都在这一范围之内,对这些坚实、可靠、确定的东西进行研究,这种感觉真是棒极了。但这并不排除以简单的、启发的方式进行推测、摸索和不断尝试。

举例来说,我的关于存在价值的分析对我而言十分有意义,它一直致力于表达迄今为止只能通过诗和比喻来表达的事物。我指出的方向上有一个可以模模糊糊被觉察到的现实,对这一点,我信心十足。总有一天对这一现实我们会有足够的了解,可以对它进行检验、核实、确证或否定。我们可以在十年后再来检查这一预言。

你讲到的你的“高峰体验”和你对冲动、情绪等的兴趣等等,这些使我很感兴趣。在你的自传中对这些多展开些论述,你以为如何呢?这会纠正人们的错误看法。看到你的指正,我很高兴,同时,我也很愿意译解你的东西(变成行为语言)。它们是完全可译的,这很好。

对了,在完成这方面的写作后,请把它们寄给我。

亲切的
A. H. 马斯洛

第三十八章 心理学对世界的意义

——给约翰·D. 洛克菲勒的信

编者按：在马斯洛的晚年，他对把他的人本心理学体系应用到公共政策这一极其重要的领域产生了浓厚的兴趣。他感到他的诸多心理学概念，如需要层次、高级动机和自我实现等，应该能够在这一领域内发挥重要的作用，为美国社会以及广大的世界创造一种更为和谐的秩序。这封未发表的信写于马斯洛去世前一个月，即1970年5月8日，信中很好地总结了他对公共政策的观点。

亲爱的洛克菲勒先生：

我认为您在马尼拉发表的关于“生活的质量”的演讲简直是太精彩、太出色了，因为它的意义显然超过了显而易见的常识的表面价值和这篇论文本身所作出的价值判断。不仅如此，您通过自己的思考、探索和最终判断得出的结论，与心理学家、心理治疗学家以及管理科学家的研究结果竟如此相近，这使我深为叹服。在他们关于人类本质的发现中，也包括了您所说的人的尊严、归属感、充分发挥潜力、关怀和美。而我则为人性之中的这些基本需要和欲求新造了一个词：“类本能”(Instinctoid)，来表明我深信不疑的事实：有充分的证据对人性中的不同特点，及它的本质和类别的不同方面进行分类和定义。

我同时也相信您会对我关于自我实现的人的发现产生极大的兴趣。自我实现的人,也就是那些充分满足了对安全、归属、爱、尊重和自由的需要,能够充分发挥他们自己个人潜能的人。支配这些人的不再是“基本需要”,而是我所说的“超越性动机”。——这也是一种内在价值观,永恒的真理,或者存在性价值观。就像您指出的那样,这里而还包括美。同时,我们有足够的理由在这幅“超越性需要”的图画中加入真理、优秀、秩序(在数学的意义上)、统一和完美等等,使其更加完满。

至少对某些人而言,尽管我不知道他们的比例是多大,当生活中的基本需要被满足的时候,他们能够不断地向更高的境界进发。知道这一点,是令人非常振奋的。也就是说,当你所设计的生活理想的一些方面有可能实现的时候,你可以非常自信地期待,至少有一些人能够继续积极地发展,成为更完整、更接近理想的完人。这并不是说他们会变成圣人,因为我也发现人们不会停止渴望(从负面意义上说,人们不会停止发牢骚、埋怨和不断索取)。你可以把这个问题看得更令人乐观一些,人们的渴望是无限的,而且是越来越高,或者你也可以把它看得悲观一些。不管怎么样,我们有理由相信,“好人”或“美好的社会”甚至“理想的天堂”这样永恒不变的观念,应该给我们提供一种途径,使个人或者整个社会不断向更高的境界进化,达到我们今天都无法想象的层次。

您不仅运用您的影响力来关注像人口控制这样紧迫而必要的眼前问题,而且还谈到了超越这些问题的理想,对这一点我深表感激。就像我在我们的会面中说的那样,这种理想是非常有意义的,它就像一个指南针,在今天这个混乱,甚至是狂乱的世界中,指明方向,引导我穿越风暴,到达光明。我知道这很容易陷入乌托邦的空想中,或只抓住缥缈不及的理想而不切实际。我同意,这确实是一种危险。然而,我认为,完全的、不顾一切的只注重眼前,只看到

面前燃烧的火焰，而不去思考明天、明年、下一代人，甚至是下一个世纪，这也同样是非常危险的。而有了这样的指南针帮助我，至少现在，今天，面对紧迫的问题，我知道该做什么。

您讲到了我所发现的几乎所有的基本需要，只除了一点，那就是对安全、保障、稳定、持续性和环境的信任的需要。我尤为向您推荐请您加上这一点。在这里，如果没有特定的政治含义的附加的话，我更喜欢使用法律和秩序这样的词，它们同安全、保障等有关基本需要的词汇具有同样的含义。在发展中国家里（如墨西哥，对这个国家我有过一段时间研究）这是一个很特殊的问题：法律本身就不值得信任，警察和官员们已经腐败，他们不再是公仆了，而是只关心自己的个人利益。或者可以换个说法，暴力发生在校园和街道上，恐怖随着天黑降临，人们带着焦虑、恐惧走过中心公园，而政府、军队、警察等却无法给他们安全感。安全对于人类是一种基本的、深刻的需要，当然也可以把它包括到人的物质需要或者归属需要中去，但我发现把它从这些需要中分离出去，把它看成是一种独立的、应被关注和满足的需要会更好。

另外一个有关的科学发现会对您关于生活的质量的思考有所帮助，它包括了所有这些基本需要，我称之为“优势层次”问题。尽管所有这些人类的需要都要求满足，就像疾病的痛苦不加治疗就会越来越严重，总有一些需要更为紧迫，更为重要，应优先予以解决。优势层次顺序是需要满足的紧迫性和严重性的排列顺序。目前人们认为最紧要的需要来自物质，然后是安全和保证的需要，随后是归属、爱、关怀、友谊和爱情，最后是个体潜能的发挥，也就是我所说的自我实现。就像您指出的那样，当一个人陷入饥饿的时候，无论是自我实现还是人的尊严，都是无所谓的。

一些基本需要比其他需要更紧迫。相同的、或非常相似的先后顺序不仅存在于神经症患者的无意识需要中，也体现在下面一些

情况中,诸如工会奋斗目标史,不发达国家要解决的问题的紧要程度,社会地位上升的和经济上成功的美国人的消费和满足的顺序,以及我们工厂里经理和管理者在满足员工的需要时所应该考虑的重要性的顺序等等。所以,这可以说它无论对个人还是对社会都是相当普遍的原则。

我希望我的这些话能够对您有一些帮助,也许它们能够使您明白为什么我对您的演讲如此欣赏。

真诚的

A. H. 马洛斯

附：

马斯洛心理学术语表

亚伯拉罕·马斯洛在发展自己富有影响力的心理学的过程中创造了许多术语。在其后的几十年中，这些术语传播到社会科学的许多领域，甚至整个美国文化。但是，马斯洛的一些重要的术语不断地被误解和误用。在马斯洛去世之时，他对这种情况感到十分不满。以下关键术语是依照马斯洛在自己著作中使用的意义来定义的。

1. Aggridant：优势成员——在生物学上指人类或其他物种中最好的一员，较好的观察者与选择者，在所属种类的社会中倾向处于主导或者领导者的地位。也称为 Alpha。

2. Alpha：见 Aggridant 源于阿尔道斯·赫胥黎在《勇敢的新世界》中的用法。

3. Apollonian mystic：日神式的神秘人物——指通过深思冥想而体验到超越和神圣的人。

4. Authoritarian personality：权力主义人格——指这样一种人，他具有“丛林观”，认为善意、仁慈等都是能被人利用的软弱的表现。

5. Basic needs：基本需要——指与生俱来的类本能的低级心

理需要,自下而上的层次顺序为安全和保护的需要,归属和爱的需要,受尊敬和自尊的需要。

6. Being cognition(B-cognition):存在性认知——通过沉思得到的清晰的知识,尤其是指关于人或者事物的超越性、神性以及永恒方面的知识。自我实现的人在高峰体验的状态中经常产生这种知识。但并不是只有自我实现的人才产生这种知识。

7. Being humor(B-humor):存在性幽默——富有哲理的或者是启发性的幽默感。它反映了高度的成熟与高层次的动机。例如,亚伯拉罕·林肯所具有的幽默感。

8. Being knowledge(B-knowledge):存在性知识——人或事物内部存在的、超越的、独特的,或神人的认知,是通过存在性认识获得的,而不是通过逻辑或推理。

9. Being love(B-love):存在性爱情——对于所爱者的本质和潜能怀有无私的、无条件的尊敬心理,而不是利用自己所爱的对象来满足自身的基本需求。爱事物的本来面目和它的独特之处。

10. Being motivation(B-motivation):存在性动机——见“超越性动机”。

11. Being needs(B-needs):存在性需要——见“超越性需要”。

12. Being psychology(B-psychology):存在心理学——关于人类最高意识状态的心理学。例如,在高峰体验时的认识、体验和动机,等等。

13. Being values(B-values):存在性价值——人类内在的终极价值。例如,真理、美、公正等,它们都是我们超越性需要的对象,也是我们超越性动机的目的之所在。

14. Belongingness needs:归属需要——与生俱来的一种在心理上希望从属于一个团体、家庭、部落或者社会的感情需要。

15. Bodhisattva: 菩萨——这是一个佛教用语,用于指那些在开悟之后,自己愿意返回到世俗世界,通过当一位师傅来无私地帮助他人的人。与佛教中的“缘觉”相对。见 56。

16. Cognitive pathologies: 认知病态——人在认识和理解周围世界时在需要上的病态或者焦虑,包括无法容忍模糊不清,对于精确性的、难以抑制的需要,过度理智化、程式化以及“假愚”等。

17. Counter values: 逆反性价值——对存在价值,例如真、善、美,以及人的优秀品性的恐惧、害怕或者厌恶。

18. Counter valuing: 逆反性评价——直接体验或者表达对存在价值以及能够体现存在价值的一切事物的敌意。包括带着敌视态度对存在价值进行贬低或者丑化。这是我们面对存在价值时,由于感受到了敬畏、惊讶,对比自身的渺小与匮乏,内心产生了仇恨感,进而采取的一种防卫机制。

19. Deficiency cognition (D-cognition): 匮乏性认知——常见的认知方式。如通过逻辑或者理性分析,孤立片面地看待人或者事物的某些细节。

20. Deficiency humor (D-humor): 匮乏性幽默——带有敌意、幸灾乐祸或者贬低等意味的幽默。例如嘲讽他人的不幸等。它反映了当事人的不成熟以及低层次的动机。

21. Deficiency love (D-love): 匮乏性爱——在爱情中,把对方看成是满足自己基本需要的手段。

22. Deficiency motivation (D-motivation): 匮乏性动机——与满足基本需要相关的动机。

23. Deficiency needs (D-needs): 匮乏性需要——见“基本需要”。

24. Deficiency psychology (D-psychology) 匮乏心理学——心理学的一个分支,主要研究在基本需要和普通意识领域内的认知、

体验以及动机。

25. Desacrilization : 非神圣化——在我们文化中常见的一种心理防卫机制。它表现为对积极的情绪,例如温和、友好、崇高感、出神入迷,以及人类行为中任何神秘体验和美好感受加以否认或者压抑。

26. Dionysian mystic : 酒神式神秘人物——指通过达到如痴如狂的状态来体验超越与神圣的人。

27. Eupsychia : 优心态文化——正式的定义为一千个自我实现的人在一个孤岛上所形成的文化。在广义上是指在人性许可的范围内,人类所能达到的最完满的社会。这种社会能够满足人类的基本需要,而且还能够为每个成员提供自我实现的机会。

28. Eupsychian : 优心态——朝着优心态文化发展的状态。也就是可达到的健康心理发展。它指的是一种切实可行的改良,而不仅仅是乌托邦。也指能够使人更加健康的社会或者组织条件。还可以指教师、治疗家,或管理者为推动、鼓励这种运动而采取的行动。

29. Eupsychian management : 优心态管理——正式的定义为由一百个自我实现的人合作所建立的企业管理制度。这一百个人把积蓄集中起来,投资到这个企业,所以每个人都有同等的发言权。广义上是指一种开明的管理。在一个组织内,每个人的成长和创造力的发挥与这个组织的产品或者服务质量,以至整个组织的健康发展都密切相关。

30. Existential gratitude : 存在主义感激——当人与人之间有了爱和同情之时所产生的适当的、健康的感激之情。包括与此相应的话语和心理上的感动。

31. Existential guilt : 存在主义内疚——当我们在生活中违背了我们的高层次的本性或者存在价值(例如正义、真理等)时所

产生的适当的健康的内疚感。也可以称为天生负罪感。

32. Existential psychology :存在主义心理学——这种心理学强调个性和经验,致力于研究解决人类存在的现实问题以及人类自身面对的一些困境。例如,对于生活意义的探索。

33. Existential therapy :存在主义治疗——指专门针对那些价值观紊乱或者处于超越性病态的人的心理治疗。

34. Fourth force :第四种力量——见 Transpersonal psychology 超个人心理学。

35. Growth needs :成长需要——见 Mate-needs 超越性需要。

36. Hierarchy of needs :需要层次——指与生俱来的包括基本需要与超越性需要的各种生理、心理需要的层次排列。每当较低级的需要得到满足,较高级的新需要就会出现。

37. Holistic :整体论的——指从事物之间的相互联系,而不是从零碎的分离的细节入手进行研究的方法。与原子式的和还原论的研究方法刚好相反。

38. Humanistic Psychology :人本心理学——20世纪60年代兴起的一种心理学流派。它是由 A. 马斯洛、罗洛·梅、卡尔·罗杰斯和其他人建立起来的具有广泛基础的心理学。它超越了弗洛伊德心理学和行为主义心理学,成为心理学的第三种力量。

39. Instinctoid needs :类本能需要——天生的心理需要,包括“基本需要”和“超越性需要”。尽管这些需要本质上较弱,但是使我们渴望并追求生活中的某些价值,如“真”或“美”。只有满足类本能需要才能获得身心的完全健康。

40. Intrinsic guilt :内在性内疚——见“存在性内疚”

41. Intrinsic value :内在性价值——那些出于本能的人类价值,我们需要满足它们,才能促进全面发展并且防止疾病。剥夺内

在价值会导致超越性精神疾病。内在价值也是超越需要的对象。

42. *Jonah complex*: 约拿情结——一种由《圣经》人物约拿而得名的情绪状况,它反映了一种“对自身伟大之处的恐惧”,并导致我们不敢做自己擅长的事,甚至逃避发掘自己的潜力。在日常生活中,约拿情结可能表现为缺少上进心,或称“假愚”。

43. *Jungle outlook*: 丛林观——具有权力主义倾向的人所持的人生观,认为人不是“羊”,就是“狼”。即,不是受害者,便是潜在的掠夺者。持有丛林观的人常常无法对直系血亲以外的任何人产生感情。

44. *Love needs*: 爱的需要——感觉到被他人,如朋友或家人爱的基本需要。

45. *Metamotivation*: 超越性动机状态——指一种渴求存在价值,如真理、正义完满的动机状态。这是自我实现者的主要动机状态。

46. *Metagrumble*: 超越性牢骚——当我们感到被剥夺了存在性价值,或超越性需要时所产生的抱怨。(如在工作中没能发挥创造性时所产生的抱怨。)

47. *Metamotives*: 超越性动机——人类在获得基本需要的满足后,受到存在性价值的激发而产生的动机。

48. *Metaneeds*: 超越性需要——我们天生的除基本需要外的另一种心理需要。这是对存在价值的需要,这种需要虽然不强烈,但如果失去它,就会导致超越性精神疾病(*meta-pathologies*)或“灵魂病态”。

49. *Metapathologies*: 超越性疾病——长期丧失超越性需要,即超越性打击不能满足而引起的存在于精神上的疾病,它们包括玩世不恭、冷漠、厌烦、缺乏热情、失望、无助感、虚弱和虚无感。

50. *Metapay*: 超越性报酬——满足高层次需要的报酬,例如

能够实现创造性和自主性的工作机会。

51. Nadir experience: 失落体验——指一种孤独的体验,来自精神上的退步、失落或悲剧感,还可能因面临死亡或现实中的绝境而产生,这种体验可能使我们的价值观和生活状态彻底崩溃或改变。

52. Non Peaker: 反高峰体验者——指因惧怕进而抑制,拒绝其高峰体验的人。他们通常通过否定、压抑或是“忘记”的方式而使这种体验从意识和记忆中消失。这些人往往过于理性、实际、唯物,或执迷不悟,有强迫心理。

53. Normative psychology: 规范心理学——关于人们怎样从认知和感情两方面发挥效能的心理学。

54. Peak-experience: 高峰体验——通常指一种短暂的狂喜、入迷、出神、极大的幸福感和愉快。在这种短暂的时刻里,我们能感受到敬畏、崇拜和奇妙的心情,体验到“此时此地”以及真实地而统一地存在的感觉,同时也体会到超越与神圣。这种体验多发生在自我实现者身上。

55. Plateau-experience: 高原体验——指对于感受到的敬畏与神奇作出平静的、稳重的反应,与高峰体验相比,它没有那么强烈的感情色彩。相反,它更多地含有理性与认知的成分,也更多地是出于意志的行为。例如,一个母亲静静地坐着,照看她的小宝宝在地上玩耍。

56. Pratyeka Buddha: 缘绝——佛教用语,指只为自身的开悟,而不关心众生的修行者。与“菩萨”相对。见 15。

57. Proctological View: 直肠病观——指那些玩世不恭的人,或处于绝望中的人的世界观,他们总是轻视别人,贬低别人,或是寻求别人行为中的最恶劣的动机。这是患有超越性精神疾病的表现。

58. Pseudo-stupidity: 伪愚——一种认知方面的病状,约拿情结的一种表现。其特征是对自身智力的一种抵制或否定。

59. Reality freshening: 重现现实——有意识地重新唤起我们对存在价值的体验,如对美、真理、公正的体验,是对于“想当然”态度的一种必要的有效防止法。参见“重现神圣”。

60. Re-sacrilization: 重现神圣——试图从“永恒的角度”衡量人或物,在日常生活中重现奇异和神圣之感。参见“重现现实”。

61. Rhapsodic communication: 狂诗传达(诗意狂喧)——诗意的语言,如使用隐喻或神话式的象征。这种传达方式常出现于高峰体验时期,并超越了纯粹理性的逻辑的表达的限制。

62. Rubricize: 标签化——将某人或某物定型化,或者归入某一类,而不是将其视为一个独特的个体。例如,将某人归类为一个侍者或一个警察,而非独特的个人。周期性的“重现现实”可有助于我们克服标签化的倾向。

63. Safety needs: 安全需要——一种先天的对身体安全感的心理需求,它是一种基本需求。

64. Self: 自我(或译“人格核心”)——人格的生物基础核心。

65. Self-actualization: 自我实现——个人成长的顶峰期,这时,我们已摆脱由基本需求和匮乏性动机带来的忧患。对大多数人来说,它不是终点,而是完成充分发展的一种动力和渴望。同时,也是我们在任何时候、任何程度上发掘自身潜在的天赋能力和趋势的一个过程。虽然我们都有这个动力,但我们也有对于成长的恐惧。

66. Self-actualized person: 自我实现者——一个精神上健康、成熟,正在实现自我完善的个体。他的基本需求已得到满足,因而为超越性需要所驱动,成为存在价值的积极追求者。这种类型的人有一些特征,包括创造力、睿智、情感的自发性、对某种职业的热忱

等。

67. Self-esteem needs: 自尊需要——先天的对自尊和自我价值的精神需求。它是一种基本需求。

68. Synergic: 协同性——具有协同作用的特质。也是个人和组织、社会的需要、目标互相促进的一种程度。比如,一个具有协同性的社会是美德能得到回报的社会。一个美满的婚姻也是协同性的。

69. Synergy: 协同作用——由人类学家露丝·本尼迪克特在1941年提出并由马斯洛详细阐述的概念。可以用来概括不同的文化。在高协同的文化中,对某个人有益的,同时也对大家有益,反之亦然。比如,一种广泛推崇利他主义的文化就是如此。在一种低协同的文化中,对某个人有益,而对其他人则有害,反之亦然。比如,在某些组织或文化中,个人的成功必须建立在他人的牺牲之上。

70. Taoist: 道家——具有接受和顺其自然的品质,不侵犯也不干涉别人。

71. Taoist science 道家科学——具有道家特点的科学。能够通过“存在性认知”而不仅仅是“匮乏性认知”来追求知识。

72. Theory Z: Z 理论——马斯洛提出的管理理论,旨在综合并超越道格拉斯·麦克雷戈于60年代提出的颇具影响力的X理论和Y理论。

73. Third Force: 第三种思潮(力量)见“人本心理学”。

74. Transpersonal psychology: 超个人心理学——亚伯拉罕·马斯洛于60年代在人本心理学基础之上建立的一种研究方法,旨在把人的精神放在一个广泛的人类本性与潜能的框架中来研究。它被称之为心理学的“第四种思潮(力量)”。

75. Unitive perception: 联合知觉——指通过世俗的生活来领会神圣的能力,是存在领域知觉与匮乏领域的知觉的综合。

76. Value disturbance: 价值混乱——见超越性精神疾病。

77. Valuelessness: 无价值感——指一种失去价值体系的生存状态,它能够导致多种超越性精神疾病,也能引起身体上的疾病。

亚伯拉罕·马斯洛生平简介

爱德华·霍夫曼

半个世纪以来,亚伯拉罕·马斯洛也许比其他任何一个美国心理学家都更加强烈地影响了我们看待自身的方式。他关于自我实现、创造力和健康人格等富有创见的思想,不仅在心理学、心理咨询等领域影响广泛,而且涉及了教育理论、管理理论、健康保健、组织发展,甚至神学等众多领域。在更广的范围里,马斯洛的思想帮助人们改变了什么才是有价值的生活这一问题所流行的价值观。然而,我们对马斯洛丰富的思想遗产的具体内容以及他本人漫长的心路历程却知之甚少。

马斯洛是一个具有使命感的人。他的目标就是要通过对人类人格的更乐观、更鼓舞人心和更现实的描述,来扭转当前盛行的玩世不恭的心态。虽然马斯洛非常同意在 20 世纪大部分时期占心理学统治地位的弗洛伊德学说和行为主义学说的某些方面的观点,但他最终还是扬弃了这两种学说,因为它们只是片面地描述了人性的阴暗面。

在马斯洛的一生中,他始终认为我们需要一种新的人生哲学,需要一场名副其实的“新启蒙运动”,来帮助确认和发展我们的审美、同情、创造、道德、爱和宗教精神等层次更高的多方面的素质,以及其他人类所独有的特质。马斯洛一直坚持,如果不这样对人性进行真实的描述,并以此来指导人们,我们的社会将会继续制定出

支离破碎、缺乏效果的计划，甚至在疏忽的情况下制定出毁灭性的社会政策。无论是经济计划、社会福利政策，还是在制止犯罪和控制毒品等问题都是这样。

马斯洛于1970年去世，享年62岁。尽管当时他的名声已经登峰造极，但他的事业仍然源远流长，他取得的成就并没有昙花一现。从某种意义上说，他在多事的60年代赢得的盛名，甚至是奉迎，只是对他前数十年里逐步扩大的影响的一种明确的肯定。其实，作为一个热情而友好的人，马斯洛几乎影响了他所认识的每一个人。他有一种特殊的本领，能使全新的甚至是乌托邦式理想看起来有实现的可能。

马斯洛坦然地将自己的全部事业描述为有很多的道德追求，他将自己在心理学中的这些追求，归因于他早年的生活与成长历程。

1908年4月1日，马斯洛作为长子出生在纽约城一个贫寒的俄国犹太移民家庭里，父母没有受过什么教育。以后他又陆续有了三个弟弟和三个妹妹（其中一个很早就夭折了）。

父亲塞缪尔和母亲罗斯经常鼓励他们好学的孩子“亚伯”（大家都这么叫他）在做学问上有所成就。在他家附近的布鲁克林的弗莱特布什社区公共图书馆里，亚伯如饥似渴地吸取知识。在他崇拜的人物中，有以揭露丑闻而知名的小说家厄普顿·辛克莱和美国革命的奠基人托马斯·杰斐逊和亚伯拉罕·林肯等。上高中时，亚伯已经长成一个又高又瘦的小伙子。他充满了理想主义的憧憬，向往着民主社会主义，虽然他的政治观点后来发生了转变，但却从未放弃过早年的人道主义情怀和理想主义的热望。

与年轻的马斯洛的社会理想主义相伴随的，却是一种强烈的对个人生活的不满。数十年后，他曾经带着讥讽的口吻回忆道：

“我是一个极不快乐的孩子……我的家庭是一个令人痛苦的家庭，我的母亲是一个可怕的人……我没有朋友，我是在图书馆和书籍中长大的。但是，奇怪的是，过着这样的童年生活，我居然没有患精神病。”

“我常常感到惊异，我的理想主义倾向，我对伦理的关注，我对人道主义、善良、爱、友谊和所有其他美好事物的强调是从哪里来的？我确知它们并不是母爱的直接结果。但是，我的生活哲学，创立理论的整个取向，以及所有的研究，却都可以从憎恶和反感她所喜欢的每件事情中找到根源。”^①

塞缪尔和罗斯不停地吵架，最后两人在子女都成人后离了婚（在当时的犹太夫妻中，离婚是罕见的），尽管亚伯的弟妹们激烈反对他把他们在布鲁克林的家庭生活说成是那么一副惨状，但有一点却似乎是显而易见的：他的整个青少年时代都是在孤独、羞涩和不愉快中度过的。除了读书以外，欣赏古典音乐是他仅有的几项爱好之一。

成为一个心理学家对于马斯洛来说并不困难。在纽约市立大学和康乃尔大学就读时，他先是对哲学产生了兴趣，后来却选择了心理学作为自己的主修专业。他认为后者是更科学和更实际地解决人类问题的途径。行为主义心理学宗师约翰·B. 华生的新作和威廉·格拉罕·萨姆纳言辞犀利的人类学著作《社会风俗》对大学本科时期的马斯洛影响尤其深远。1928年，他兴致勃勃地转学到了以自由主义著称的威斯康星大学。正如他后来所回忆，在那里

① 霍夫曼：《做人的权利——马斯洛传》1988年，第1页。

“我开始改变世界”。马斯洛在威斯康星大学取得了迅速的发展。^①同一年，他和自己的大表妹，也是高中时的恋人贝莎·古德曼结婚。马斯洛成家时只有20岁，这使他在感情上迅速成熟，同时相应地自尊也建立起来了。情感的成熟与自尊在以后的生活里一直伴随着他。

实验心理学

在威斯康星大学，马斯洛接受成为实验心理学家的训练。他的导师包括心理学家克拉克·赫尔和反权威的体型理论家威廉·谢尔顿。在马斯洛所在的轻松而随和的小小心理学系里，几乎所有的教授都是行为主义心理学家。他们相信，要发展有意义的关于人性的理论，最好是通过在实验室条件下对诸如白鼠之类的低等动物进行研究。马斯洛一开始也同意这种观点，不过他在根本上认为行为主义是为别的理论服务的一种工具，附属于更广阔的人类事业而已。实际上，在威斯康星大学的学者中，几乎没有人有他那样强的社会责任感和促进世界进步的愿望，这种情况使他感到很伤心。

1930年，年轻的哈里·哈洛加入了心理学系，并且主持对灵长类动物的研究。由于哈洛风趣幽默，与他合作十分愉快，而且觉得猴子比起老鼠更适合当实验对象，前者与人类有更多的相似之处，马斯洛很快就被这项工作吸引住了。到了20世纪30年代初，马斯洛又对西格蒙德·弗洛伊德及其维也纳的阿尔弗雷德·阿德勒的人格理论发生了兴趣。根据弗洛伊德的观点，性驱力是最重要的，而阿德勒则强调我们对于权力或支配力的追求。在马斯洛看来，两种学说各有千秋，但他还要进一步探究到底谁的理论更正

^① 霍夫曼：《做人的权利——马斯洛传》1988年，第34页。

确。

由于威斯康星大学心理系只允许进行动物实验,马斯洛精心设计和实施了一个研究,成功地证明了猴子的性行为是由它们在社会等级中的支配地位所决定的,而不是弗洛伊德可能会认为的相反的情况。也就是说,越是居于支配地位的猴子(无论是公猴还是母猴),其性行为就越积极活跃,而且猴子不停地做出的异性或同性间的性动作明显是一种体现“支配——服从”关系的行为。马斯洛指出,在猿猴中“性行为经常被作为一种攻击的方式,用来取代威吓和争斗,而且在很大的程度上能够与威吓和争斗互相替代。^①”。马斯洛的主要发现还包括:猿猴中的支配地位典型地是通过相互注视或相互打量来确立的,而并非通过公开的搏斗。数十年后哈洛回忆道,“如果说马斯洛领先于他的时代,对他的杰出工作的重要性而言,这样说丝毫也不过分。”^②

从这些观察中,马斯洛逐渐形成了灵长类性行为的最初理论。他认为在猴子的社会秩序当中有两种迥然不同但又彼此联系的力量相互作用,最终形成个体之间的性关系。这两种力量就是由荷尔蒙产生的交配的强烈欲望和在处理与头领和属下之间关系建立自身支配地位的需要。在这些引人注目的发现的基础上,马斯洛制定了新的研究计划,以便能以一种新的方法,从与支配权相联系的角度来看待人类的各种性关系,包括婚姻关系。

不幸的是,1934年马斯洛获得博士学位时,美国正处于大萧条的深渊,学术界几乎没有什么工作机会,再加上当时的反犹太人的氛围,这使他获得一个职位的可能尤其渺茫。面对这种困境,马斯洛在威斯康星的导师们甚至劝他合法地改掉亚伯拉罕的名字,

① 霍夫曼:《做人的权利——马斯洛传》1988年,第61页。

② 同上,第62页。

换一个不那么带有犹太味的名字,对此他断然拒绝。在走投无路,找不到工作的困境中,马斯洛进入威斯康星大学医学院学习,希望获得双博士,以增加就业机会。但仅过了几个月,就因为不胜厌烦而退学。他和贝莎由于经济问题困扰开始不断地吵嘴,两人的婚姻曾出现危机。

性学研究先驱

1935年夏天,马斯洛终于时来运转。哥伦比亚大学教师学院的著名教育心理学家爱德华·桑戴克为马斯洛提供了一个令人垂涎、为期两年的博士后研究位置。他一开始十分急切地要参与桑戴克名为“人性与社会秩序”的研究项目。桑戴克设计这个项目是为了“确定在人类各种社会行为中,遗传的影响因素和环境的影响因素各自所占的比例。”^①但由于性格使然,马斯洛很快又厌倦了,变得心神不安。他无疑更想进行自己关于人类性与人格的研究计划。马斯洛后来回忆道:“我认为对性的研究是有益于人类的捷径。如果我能发现一种方法,哪怕只能百分之一地改善性生活,我就能改善整个人种。”^②

他和桑戴克发生了矛盾,差点使他的学术事业过早夭折。他给桑戴克送去一份备忘录,直言不讳地批评他的项目的构思太差。同时,马斯洛正着手进行未经批准的关于人类性行为的研究。他甚至在未通知桑戴克本人的情况下,就在办公室对女大学生进行访谈,“结果闹得满城风雨。”^③

① 霍夫曼:《做人的权利——马斯洛传》1988年,第72页。

② 同上,第69页。

③ 同上,第74页。

性行为研究在当时还是一个颇有争议的领域,因此,桑戴克对马斯洛在性问题上所做的毫无忌讳的访谈和问卷调查感到不安。不过,桑戴克毕竟还是勇气可嘉,他宽容地让自己一手提拔上来的学生继续进行研究。马斯洛的研究成果陆续发表在几家专业杂志上,他表明女性的性态度和性行为与她们追求支配权(我们今天称为“自尊”)的动力有密切的关系。从根本上说,那些更有主见的女性在她们的性品位和性行为上更倾向于积极主动和不保守。相反,那些缺少主见的女性在性生活中倾向于更被动,性习惯也较保守。这项启发性的研究甚至比金西闻名于世的性学报告还要早几年,但在当时却似乎对这个领域影响甚微。最大可能是因为女性性行为这一课题对于30年代的美国来说还太激进。几十年以后,著名女权主义作家贝蒂·弗莱登重新发现了马斯洛的性学研究,马斯洛的研究成果对她的畅销书《女性神话》的思想基础的形成起了很大的作用。

教师兼治疗家

1937年秋,马斯洛在布鲁克林大学获得一个教师职位,在离弗莱特布什老家只有几个街区远的地方工作。马斯洛的教学风格热情、诙谐,喜欢合群,他很快就受到了学生的欢迎。学生们称他为“布鲁克林的弗赖克·辛那特”,将他比作另一位在不同行业名声显赫的移民后代。马斯洛常常邀请学生们到他不久的家中小聚,后来又第一个用学生评估的方法来帮助确定教授是否称职。

马斯洛在布鲁克林大学主要教授人格心理学和变态心理学课程。他和二战流亡到美国的心理学家贝拉·米托曼一起,主要依据新弗洛伊德派的理论家,如阿尔弗雷德·阿德勒及卡伦·霍妮的理论,合著了也许是第一部美国大学的变态心理学教材。这本题为《变态心理学原理》的课本受到了好评,它帮助并进一步巩固了马

斯洛在学术界日益鹊起的声名。

一提到他当年能有幸与那么多流亡的欧洲一流精神分析学家和心理学家交往，马斯洛总是满怀着感激的心情。1933年纳粹上台后，德国几乎所有重要的知识分子都为保命而逃离祖国，其中有许多人在纽约落脚，并在新社会研究院就职。马斯洛后来回忆道：

“我觉得，完全可以这样说，与任何其他人士相比，我拥有世界上最好的老师，既有正式的，也有非正式的。我之所以如此幸运，完全是由于历史的巧合，大量的欧洲知识分子精英为逃避纳粹迫害而云集于此，我也正好在纽约。在那些日子里，纽约真是奇妙极了。大概自希腊雅典时期以来还没有出现过这样的景象。在这些人中，我自己几乎与他们每一位都多多少少有些认识。很难说，他们之中谁更加重要，我只是向每个能够教我的人学习，我从不参加任何狭隘的派别，拒绝关闭任何门户。”^①

在马斯洛求教若渴的那些社会科学学者中，有格式塔心理学家库尔特·考夫卡、沃尔夫冈·科勒、马克斯·韦特海默，精神分析学家阿尔弗雷德·阿德勒、埃里克·弗洛姆、卡伦·霍妮以及神经学家库尔特·戈尔茨坦。在所有这些重要的心理学思想家当中，可以说阿德勒对马斯洛的影响最大。

阿德勒是和弗洛伊德决裂的维也纳学派的首位重要代表人物。两人自1911年起成为论敌。阿德勒认为弗洛伊德显然是高估了性在人格作用中的重要性。他转而强调我们天生具有一种通过征服外界来克服内心自卑感的需要。阿德勒发展了自己的学说，叫

① 霍夫曼：《做人的权利——马斯洛传》1988年，第87页。

做“个体心理学”。20年代末,阿德勒将他的活动基地从奥地利移至美国,同时在研究中强调社会情感,即利他精神、同情和爱等品质在人格中的重要性。除了举行一些马斯洛也踊跃参加了的公共研习班外,阿德勒还在私下单独与这位年轻的同事一起进餐,支持他继续发展关于人类支配行为、性行为以及自尊的理论。

在布鲁克林大学,马斯洛遇到有许多学生就他们的感情问题向他求助。当时,心理咨询和临床心理学还没有独立的地位。直到几年后,由于卡尔·罗杰斯在发展非指导性心理咨询方面所做的开创性工作——他的里程碑式的著作《心理咨询与心理治疗》发表于1940年——人们才算有了一种不同于弗洛伊德精神分析的治疗方法。^①在这种情况下,主要依靠直觉、书本以及和精神分析学家朋友谈话时获得的知识,马斯洛为学生们提供了无偿的、非正式的心理咨询和心理治疗服务。

这项心理咨询工作不仅使马斯洛感到自己在非学术领域也有用武之地,同时也对他正在形成的动机与人格理论产生了深远影响。他越来越看到经典的弗洛伊德学说无法解释我们最深层次的心理冲动。他初步提出假设:“任何天赋,任何才能,同时也是一种动机、需要或者冲动。”^②

作为一名心理咨询顾问的马斯洛,通常以向学生推荐做一系列日常的活动来帮助他们应付压力。他将舞蹈视作一种健康的、社交性的使身心紧张变得松弛的好方法。他还建议,参加一些创造性的活动,比如搞搞艺术创作或演奏乐器,能使人精神振奋,心情舒畅。对于那些自觉在这两方面都缺少天份的人,他建议,即使只是听听音乐或参观艺术博物馆也能起到一定的治疗作用。最重要的

① 罗杰斯:《心理咨询与心理治疗》1940年。

② 霍夫曼:《做人的权利——马斯洛传》1988年,145页。

是,马斯洛开始相信:每一个人都需要在日常生活中发挥自己的天赋和才能,从而获得创造性的实现感。

马斯洛还在哥伦比亚大学与该校数位第一流的人类学家交上了朋友,其中包括露丝·本尼迪克特、拉尔夫·林顿和玛格丽特·米德。这看起来似乎有些难以理解,实验心理学家出身的马斯洛怎么会对人类学的课题感兴趣?但如果你知道他已在罗斯·斯坦格纳主编的论文集《人格心理学选集》(1937年)上发表过一段题为《人格与文化模式》的文章,你就不会感到奇怪了。在这篇1937年发表的文章里,马斯洛持有文化相对论的观点。他认为,每一种文化都是独一无二的,一切价值观和社会习俗都是相对的,因此没有哪一种文化可以断定自身的价值观念更优越,更不能将其强加到另一种文化上。

很快马斯洛就坚持抛弃了这种观点,以后也一直没有改变过。但在当时这种论调是和种族宽容和进步思想相联系的。对于大多数社会科学家来说,如果持相反观点,在当时似乎就是朝着过时的“白种人的责任”的观念倒退,这种观念曾为19世纪西方殖民主义提供了道德辩护。在同一篇文章里,马斯洛再次希望科学能够创造出一套新的价值体系,以代替传统宗教价值观,从而促进全人类的美好生活。这始终是他全部事业的核心信念。

1938年夏,马斯洛在本尼迪克特指导下进行了跨文化的实地调查研究。他让妻子贝礼和刚出生的孩子留在布鲁克林的家里,就匆匆地和两位同事来到了北方黑脚印第安部落在加拿大的一块保留地。他们的整个考察只持续了一个夏天,但它却改变了马斯洛的生活和他以后的事业,马斯洛后来回忆:

“我在1933年~1937年间学习人类学时,人们都认为每种文化都具有独一无二的特性。没有什么科学方法

可以把握它们,也无法对它们进行概括与归纳。我从一次实地考察中学到的第一堂课,也是最重要的一堂课,就是黑脚印第安人首先是一群人,是人类中一个个活生生的人,是人类的成员,然后才是所谓的黑脚印第安人。他们与我们的确存在着差别,但与人类的共同性相比较,差别不过是表面的。”^①

与黑脚印第安部落的接触的确使马斯洛发生很大的改变。一方面,这是他第一次接触一种不同的文化,有助于他摆脱美国心理学家几乎人人都有的种族偏见;另一方面,黑脚印第安人身上体现出来的合作、和睦、同甘共苦的精神对他触动很大。可悲的是,北美主流文化中却似乎缺少这些令人钦佩的品质。

马斯洛后来回忆道:“我是带着成见到保留地去的,我原来认为,那儿的印第安人就像收集的蝴蝶标本或者类似的东西一样静静地摆放在架子上无人问津。后来,我慢慢地改变了原先的看法。保留地的那些印第安人都是正派人。相反,我在小镇认识的那些白人,却是我有生以来所遇到的最卑劣的一帮小人和恶棍。这种情形遇到得越多,事情就越让人迷惑。哪里才是受保护之地?谁应该是看管人?谁是被看管人?所有的事情都乱套了。”

马斯洛发现,无论是黑脚印第安部落是大平原的其他印第安土著,他们最基本的共同之处就是特别地将慷慨看成最高的美德。对于大部分黑脚部落成员来说,财物积累的意义上的财产并不重要。财物的主人只有将财物施赠予人,才能在部落里享有实在的名声、地位与安全。在黑脚印第安人的眼里,最富有的人是给予别人最多的人。他们不是偶尔挥洒大度,而是始终如一的慷慨大方。对

① 霍夫曼:《做人的权利》 马斯洛传:1988年,第111页。

于富有社会情感的马斯洛来说,这种对待财富的利他精神和道德态度使他十分感动。

马斯洛回到布鲁克林大学后,他开始构思一项以生物学为基础,同时又是以人为本的、超越文化相对主义的人格研究计划。在实地考察结束数周后递交给社会科学研究委员会的一份报告中,马斯洛解释说:“看来,每个人出生时并不是社会可以任意塑造的一团陶土,而是已经具备了一种结构,社会可以扭曲它,压制它,也可以在这种结构上进行建设……我之所以有这种感觉,是因为我的调查表明:印第安人首先是人,其次才是黑脚印第安人。在他们的社会中,我发现了几乎与我们自己社会中同样范围的人格类型,然而,其分布曲线却截然不同。……我现在正在苦苦思索这样一个概念,即“基本的”或者“天然的”人格结构或者框架。”^①

动机理论和追求和平

对黑脚印第安人部落的考察使马斯洛坚信,可能确实存在比西方主流社会更有人情味的社会文化模式。他尤其热衷于构想新的社会风范,以使人们之间缩短距离,从而在情感上更安全。但接着第二次世界大战爆发了。就在1941年末,马斯洛立下了誓言,要用毕生精力去理解人类动机,为世界作出贡献:

“珍珠港事件后不久,一天,我驾车回家,在路上遇见了游行。车被贫穷、悲惨的游行队伍堵住了。在我的面前,是衣衫破烂的退伍军人、童子军、麻木的人流、旧制服、旗子等等。有人在吹奏着走调的长笛。我在观看时,禁不住泪流满面。我觉得,我们不理解希特勒,不理解德国人,不

① 霍夫曼:《做人的权利——马斯洛传》1988年,128页。

理解斯大林,也不理解共产主义者。我们不理解他们中的任何人。我觉得,如果我们能理解他们,我们就会取得进步。我幻想有一张和平的圆桌,人们围绕它而坐,谈论着人性、仇恨、战争、和平以及兄弟般的情谊。我的年纪已经太大而不能从军,但正是在那个瞬间,我意识到,我应该贡献我的余生,为那张和平圆桌发现一种心理学。那一个瞬间改变了我的整个生活。”^①

在以后几年里,马斯洛勤奋工作,硕果累累。他发展了著名的需要层次理论和关于我们最高动机的“自我实现”的概念。马斯洛知道自己已经闯入精神世界的一块未知领域,而且还没有人像他那样大胆地试图综合全部已知的心理学理论。马斯洛假设,每个人天生就有许多“基本需要”,除生理需要外,还包括安全需要、归属或爱的需要、自尊的需要等。他论证,这些基本需要构成一个逐步展开的层次结构。“当没有面包时,人们只为面包活着,这句话是相当确切。那么,当面包充足,人们顿顿饱餐,他们的欲望又会发生什么变化呢?此时,其他更高级的需求会立即出现,这种需求(并非生理上的饥饿感)主宰了机体。当这种需求得到满足后,另一种新的(更加高级的)需求又出现了,依次类推。我们说‘人类基本需求构成一个相对的优势层次体系’,就是这个意思。这句话的一个重要含义是,在动机理论中,满足与匮乏是同样重要的概念。因为它将机体从相对更强的生理需要的控制下解放出来,从而允许更加社会化的目标出现。”

“自我实现”是马斯洛在事业中期提出的最重要的概念之一。在与露丝·本尼迪克特和马克斯·韦特海默两人的交往中,马斯

^① 霍夫曼:《做人的权利——马斯洛传》1988年,148页。

洛开始对这些功成名就，而又十分关心社会的人感到十分好奇，进而兴致勃勃地试图了解他们心中的动机。最后，他肯定没有任何一种经典的弗洛伊德理论或新弗洛伊德的学说能对此作出恰当的解释。

“一位作曲家必须作曲，一位画家必须绘画，一位诗人必须写诗，否则他们就会坐立不安。人必须成为他能够成为的人。这种需要我们可以称之为自我实现。……它指人实现自我的欲望，也就是指能够真实发挥人的潜能的倾向；即有能力成为什么样的人，就成为什么样的人。”¹⁾

马斯洛看到了精神世界的一片新土地，其广阔的远景使他无比兴奋。他坚信，通过研究情感健康的人，心理学可以更好地了解人类高层次的动机。马斯洛认为无论是动物研究还是对精神病人的研究，都不能提供这方面的知识。因此他开始阅读历史上著名的圣人、智者和科学家的传记，寻找他们人生观和行为上的共同点。作为一名始终反对宗教崇拜的社会科学家，他发现自己的思维在这时候很难转过弯来。但马斯洛相信自己走的路是对的，不管保守的同行们如何议论他的工作。

马斯洛在当时写下了这样一段话：

“如果我们想知道人能长多高，那么很明显，应该挑选一些长得最高的人，对他们进行研究。如果我们想弄清人能跑多快，测量一般人跑步的平均速度是没有用的，观

1) 霍夫曼：《做人的权利》 马斯洛传》1988年，155页。

察那些奥林匹克金牌获得者,看看他们能达到什么样的速度,这就是最好的办法。如果我们想了解人类精神境界、价值观念和道德进步等能够达到怎样的高度,那么,通过研究那些最具有道德、伦理品质的人,或者圣洁的人,便会得到关于这些问题的大部分答案。”

40年代中期,马斯洛突然得了一种起因不明的疾病,健康受到了很大的损害。他被迫从布鲁克林大学病休数年,带着妻子贝莎,女儿安和艾伦迁往加利福尼亚乡间的普利山顿调养,在那里有马斯洛家族制桶公司的一家分公司。他的几个弟弟慷慨地援助了亚伯一家,并在公司里给他找了份轻松的管理工作,请他监督生产和修理供附近酒厂用的木桶。他最终恢复了健康。他在此期间表现出来的开放性格和出色的推销本领,给几个弟弟留下了深刻的印象。他们希望他成为这家成功企业的一个永久的合伙人,然而马斯洛还是对大学里的教学和科研生活情有独钟,他归心似箭,委婉地谢绝了他们的盛情。他在马斯洛制桶公司学到的日常操作的实际知识,对他以后的管理理论的形成起了很大的作用。

回到布鲁克林不久,马斯洛就应邀于1951年担任了在波士顿附近新建的布兰代斯大学心理系的领导职务。他当时才43岁,在相对年轻的学术年龄就能对整个教学与科研班子的组成产生很大影响,他为此非常高兴。因为在布鲁克林大学时,他一直就觉得与周围的搞实验心理学的同事在学术上格格不入,而且繁重的教学任务又使他不堪重负。现在他非常乐意与人文学科和社会学科同事们相处,他们有着广泛的共同兴趣。

马斯洛才华横溢,影响深远的著作《动机与人格》发表于1954年,这是他近15年关于人性研究的结晶。这本书使他立刻获得了国际声誉。他在书中的论述十分大胆,充满了自信:

“心理学作为一门科学,在研究人类消极方面所取得的成功,远远大于它在人类的积极方面的研究。它向我们展示了人类大量的缺点、病态和恶习,但很少揭示人类的潜力、美德、抱负或者可能达到的心理高度。心理学似乎自愿放弃其合法管辖区域的一半,而仅局限于另一半,即黑暗、平庸的一半……总之,我坚持认为,心理学尚未达到应有的高度,并且,我将探求这种悲观主义的错误是怎样产生的,为何至今尚未纠正,以及应怎样纠正。我们不仅要了解心理学的现状,还必须了解它的天职,了解心理学如果不能摆脱它对人性悲观、狭隘的偏见,其前景将是一种什么状态。”^①

在《动机与人格》一书中,马斯洛还介绍了许多从书中基本观点出发的新的研究项目。在这本书中,马斯洛写道:

“我们化大量时间去研究犯罪,为什么就不能研究一下遵纪守法,社会认同以及社会责任心这些正面现象呢?除了研究好的生活经历对心理治疗的作用,例如结婚、成功、生儿育女、谈情说爱、受教育等,还应该研究不好的经历的心理治疗作用,尤其是悲剧性经历,它包括疾病、丧失、挫折、冲突等。健康的人甚至能够利用这些经历,从中受益。”^②

① 马斯洛:《动机与人格》1954年,第354页。

② 同上,第371页。

人们普遍认为这本书是 50 年代心理学领域的一项主要成就。书中的思想,特别是关于需要层次理论和自我实现的思想,开始对正在发展的心理咨询产生了巨大的影响。马斯洛的名字和戈登·阿尔波特、埃里克·弗洛姆、罗洛·梅以及卡尔·罗杰斯这些志同道合的同行们的名字一起,成为开创性的、乐观向上的人生理论的代表。他们的中心理论是人格发展说,即当身体在青少年后期停止发育后,人格在以后很长时间里会继续发展。到 60 年代初,这些理论家成了“人本心理学”这一新兴的心理科学运动的领导者。这一心理学运动又被称为“第三种力量”(相对于以前的精神分析学说和行为主义心理学两支力量而言)。

高峰体验与宗教精神

从一开始研究历史上达到自我实现的人们起,马斯洛就发现其中有很多人都说自己偶尔经历过颇为神秘的体验。他对此一直很感兴趣。但由于对宗教一贯的怀疑态度,他开始并没有十分重视,而是将注意力转到了别的事情上。但到了 50 年代中期,马斯洛发现这种现象是如此一贯,又如此扑朔迷离,他不得不再进一步地加以研究。他着手在大学生和其他人群中进行访谈调查,结果令他大吃一惊:很多人都在日常生活中经历过极度欣喜,意义重大的时刻。触发这些重大时刻的“扳机”是千差万别的,从春日里阳光下一次悠闲的散步,到聆听销魂夺魄的音乐,其形式各式各样。而令人吃惊的是,这些人形容极乐时刻所用的词汇与历史名人形容神秘体验时喜欢用的字眼不谋而合!

在 1956 年发表的一篇专业论文里,马斯洛将这种片刻的心醉神迷称为“高峰体验”,并指出它是开发人们尚未实现的内在潜能

的一把钥匙。¹他列出了近二十种高峰体验的特征,并将它们与内心的完全健康相联系。根据他的抽样调查报告,这些特征包括暂时的时空混乱感,惊奇和敬畏感,巨大的幸福感。在宇宙的壮美面前一时而又完全的无所畏惧与不设防的感觉等等。人们还普遍提到,一些完全相反的事物,如善与恶,自由意志与宿命等都在一瞬间被超越了;一切事物都得到了辉煌的统一。

在最后,或许也是论文的最重要的部分,马斯洛指出经历高峰体验之后,常会留下深远的影响,对人有脱胎换骨的作用。“尽管生活通常是单调、平凡、痛苦、别扭、不令人满意的,但只要看到美、真理和生活的意义确实存在,一般来说人就会更容易感到活着是有价值的”。²也许是由于忘记了威廉·詹姆士在这方面的启发性工作,马斯洛说这种体验“在人类历史上有过大量的记载,但是据我所知,还从来没有引起过心理学家和精神病学家的注意。”³

在以后的几年,马斯洛进一步扩展了他的理论。他认为在超越性体验的时刻,人们直接了解了人类的最高美德与理想。他把它们称之为“存在性价值”。例如,美、正义和完善等。相反,在日常生活占统治地位的则是一些次要的“匮乏性价值”,如恐惧、怀疑等。他同时也推断心理健康的人更容易经历心醉神迷的神秘体验。这些思想产生的影响远远超出了学术界。

马斯洛《存在心理学探索》(1962年第一版,1968年第二版)一书无疑从中起了催化剂的作用。这本书收入了他过去8年里的文章与演讲,极其畅销,甚至在1968年普及版发行前就已售出了20万册。在这本书中,马斯洛一开始就不同凡响地写道:

1. 马斯洛:《宗教信仰、价值观和高峰体验》1959年。

2. 霍夫曼:《做人的权利——马斯洛传》1988年,第266页。

3. 同上1988年,第226页。

“除了我们的时代之外,任何一个时代都有它自己的楷模(model),有自己的英雄、圣徒、绅士、骑士、神秘主义者,所有这些都被我们的文化抛弃了,剩下的只有适应良好、毫无问题的人。他们都是某种非常苍白无力、可疑的代替物。也许,我们很快就能用充分成长的人和自我实现的人作为我们自己的指南和楷模,这样的人,他们的潜能正得到充分发展,他们的本性没有被歪曲、压抑和否定,而是自由地得到了发挥。”¹

《存在心理学探索》成了广泛传阅的畅销书,它不仅启迪了人们,而且改变了他们的生活。更多的人虽然没有读过原书,但受也到了书中思想的熏陶。像“自我实现”、“高峰体验”等开始成为使用英语的公众人人都会讲的术语,这种情况,形成了60年代的一大风气。不久,随着推崇马斯洛的人蜂拥而起,几乎所有美国大学生都对这些术语耳熟能详了。

马斯洛在晚年初步提出了他称为“超个人心理学”的新学说。“超个人心理学”着重研究宗教精神和“人性的最高境界”。他是这门新学科的重要奠基人,因为他感到涉及宗教的终极精神关怀问题时,人本心理学已经力不从心了。他说:

“第三种思潮就像在瑞典、挪威和丹麦一样,在那里没有上帝,上帝死了,因此每件事物都是可感觉到的,合理的、符合常识和符合逻辑的,都是实证的而不是超越性的。你可以羡慕和尊重斯堪的那维亚,但你不会热爱它,

1 马斯洛:《存在心理学探索》第5页。

更不会崇拜它,在那里,世俗的、合乎理性的智慧能做到的每一件事情已经做了,但这是不够的!”^[1]

由于马斯洛对高峰体验和冥想等特殊心理状态开创性的研究工作,对宗教神秘体验的研究一下子在科学上获得了尊重。在威廉·詹姆士 19 世纪末 20 世纪初所做的开创性工作之前,北美的心理学界还没有人对宗教体验研究表示欣赏和产生兴趣。1964 年,马斯洛的《宗教信仰、价值观与高峰体验》一书出版后受到了广泛的好评。他将高峰体验置于宗教精神的中心,认为那些罕见的、超越性体验的时刻是所有真正宗教的核心,并且在精神治疗上很有挖掘的潜力。

“高峰体验的力量能永久地影响(我们的)生活态度。对天堂的短短一瞥就足以肯定天堂存在,即使这样的经历只有一次。我相信这样一次经历也许能阻止自杀……以及酗酒、吸毒、沉溺于暴力等各种慢性自杀行为。”^[2]

开明管理理论的奠基人

马斯洛乐观向上的人格与动机理论还吸引了管理理论界的许多新兴的研究者。其中有麻省理工学院教授道格拉斯·麦克雷戈,其里程碑式的著作《企业中人的问题》(1960 年)着重阐述了两种不同的管理理论,即认为人天生就是懒惰自私的理论 X,和认为人天生就是勤奋合作的理论 Y。在阐述理论 Y 时,麦克雷戈显然遵循了马斯洛的人性观点。

[1] 霍夫曼:《做人的权利——马斯洛传》1988 年,282 页。

[2] 马斯洛:《宗教信仰、价值观与高峰体验》1964 年,第 75 页。

马斯洛不久应邀到南加利福尼亚的一家高科技企业“非线性系统公司”考察关于他的管理理论的实际应用情况。该公司的老板已经根据理论 Y 的原则重新组织了工作环境。在这里,员工的创造性、合作精神和自主精神得到了最大的激励。这里非常重视员工培训和技能发展,甚至还特设了一个“革新副总裁”的职位。

在非线性系统考察期间,马斯洛做了观察记录,还写了关于最新管理理论著作的读后感。此时,一部书稿开始逐渐成形,其内容包括提高员工积极性的方法、集体决策和领导心理学等广泛课题。他还讨论了在加州普利山顿马斯洛制桶公司当经理和推销员的一些亲身经历。也许最重要的是他详细阐述了“协同作用”这一概念。这个概念由人类学家露丝·本尼迪克特 1941 年在一篇未发表的讲稿中,首先用来那种褒奖协作,而协作能够使全体成员受益的文化模式。

本尼迪克特的这一概念,除了马斯洛、玛格丽特·米德以及她的几个朋友外,并不为人所知。现在,马斯洛把“协同作用”看成是组织内部管理和人际关系的一条基本原则。非线性系统的实践似乎清楚地证明了公司和员工的利益,可以通过马斯洛所谓的“开明的管理”达到统一。

这部书稿以《优心态管理》为名于 1965 年出版。马斯洛用“优心态”一词指理想的社会或者组织。虽然题目令人生畏,这本书还是使马斯洛很快就在北美,接着是在日本企业管理和培训界头面人物中获得了好评。许多地方邀请他去担任顾问。尽管马斯洛对此书引起的反响感到满意,但他对实业界还是保持着现实的态度,至少比他的崇拜者们要现实得多。他认为,人本主义管理的成功,部分地取决于良好的客观条件,而国际经济或者国内经济的一次突然的倒退,就可能使开明的管理原则难以立足。

从《优心态管理》一书出版,到 1970 年他突然去世的 5 年期

间,马斯洛作为当时方兴未艾的企业人性化管理运动的奠基人,享有较高的国际声望。他于1966年当选为美国心理协会主席。接着,他又开始发展一个崭新的理论概念“管理理论Z”。他认为,从根本上说,麦克雷戈的理论X和理论Y都是不正确的。事实上,随着人们向自我实现的方向发展,他们在工作中的心理需要也发生了相应的变化。例如,对于那些被更高的需要,即被马斯洛所谓对创造、自主性、求新求异等超越性需要所驱动的人来说,纯粹的工资报酬的意义已经不大。他肯定北美的企业界正在发生稳步的变化,逐渐承认人格与动机的这一方面。

在1967年心脏病又一次严重发作以后,马斯洛感到他剩下的日子已经不多了。尽管如此,他仍然拒绝放慢自己的工作节奏,而是继续忙于写作、讲课和从事心理咨询活动。不过,他还是在布兰代斯大学办了病休,接受了萨加集团公司创办人慷慨资助的为期4年的经费。

1969年年初,马斯洛从波士顿地区搬了回来。他生命的最后几个月是在幸福愉快与勤奋工作中度过的。他和贝莎积极地参加各种社交活动。尽管已没有精力去开展大的研究项目,他还是忙于口授他人记录,就广泛的理论和应用课题进行探讨。他有时甚至希望自己能够广泛地游历各国,进行新的跨文化研究。但是,这永远不能实现了。1970年6月8日,马斯洛因心脏病突然发作在家中去世,留下了许多有待于完成和发表的论文和计划。

鸣 谢

编辑亚伯拉罕·马斯洛尚未发表的论文是一件十分令人愉快的工作。当然,如果没有许多人的积极参与,也不可能有这本书的出版。首先,我要感谢安·卡普兰(Ann Kaplan)在以现在的版式出版他父亲未发表的文章这件事上给予的合作与热情。我还要感谢《人本心理学杂志》资深编辑托马斯·格瑞林博士(Dr. Thomas Greening),是他提出了明智的建议,让我将这一项目提交圣贤出版公司。我也要谢谢以下各位,在过去几年中,他们与我的广泛交谈,使我深受启发,对马斯洛的不朽贡献有了更好的了解。他们是:库尔特·阿德勒博士(Dr. Kurt Adler)、吉拉尔德·爱波斯坦博士(Dr. Gerald Epstein)、阿伦·霍斯蒂克(Aaron Hostyk)、内尔斯·高德博士(Dr. Nels Goud)、W. 爱德华·曼博士(Dr. Edward Mann)、保罗·帕尼克(Paul Palnik)、K. 迪安·斯坦顿(K. Dean Stanton)、迈克·鲁滨逊(Mike Robinson)、亨利·斯坦博士(Dr. Henry Stein)、约翰·雷思·刘易斯博士(Dr. John Wren-Lewis)以及阿利斯·特莱森菲尔德(Alyce Tresenfeld)。

非常感谢阿克隆大学(University of Akron)的美国心理学历史档案馆,它使我能够多次在那里查阅浩繁的马斯洛档案,而且使我在工作时富有成效、心情愉快。美国人本心理学协会和人本教育与发展协会(属于美国心理咨询协会)长期以来一直为我关于马斯洛

的遗产以相关课题的著述提供建设性的论坛。我还要忠心感谢圣贤出版公司的吉姆·纳吉奥特(Jim Nageotte)在编辑工作上的支持与指导。

谢谢我的父母和兄弟,作为献身事业的教育者,他们给了我巨大的鼓励。尤其要感谢我的妻子劳瑞尔(Laurel)和两个孩子,艾隆(Aaron)和吉里米(Jeremy),他们自始至终都表现了无比的耐心,在感情上给了我莫大的支持。