

理解人性

与**弗洛伊德**齐名的心理学大师巅峰之作
影响全球近百年，在社会心理学深入探索人性的辉煌结晶
一部理解人性的必读启示录

理解人性

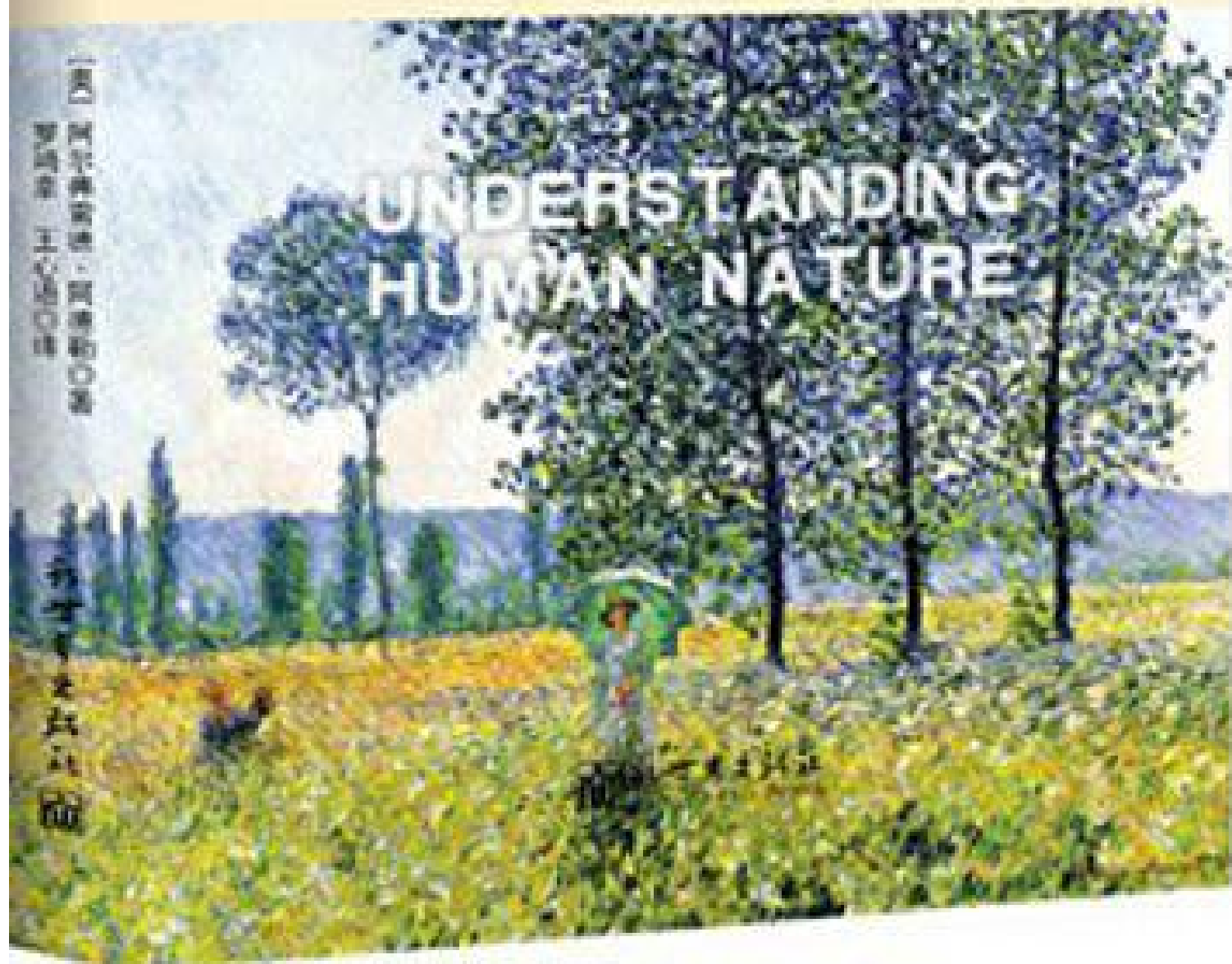
【奥】阿尔弗雷德·阿德勒著
罗鸿幸 王心语译

UNDERSTANDING
HUMAN NATURE

【奥】阿尔弗雷德·阿德勒著

罗鸿幸 王心语译

中国文联出版社



目录

封面

自序

引言

第一部分 精神的含义

一 精神的含义

二 精神生活的社会性

三 儿童与社会

四 我们生活的世界

五 不真实的层面

六 自卑情结

七 精神特征

八 男性和女性

九 家庭排行

第二部分 关于性格的科学

十 一般概念

十一 攻击型性格特征

十二 非攻击型性格特征

十三 其他性格表现形式

十四 感觉和情感

十五 总论：儿童抚养和教育

结语

[术语表](#)

[参考书目](#)

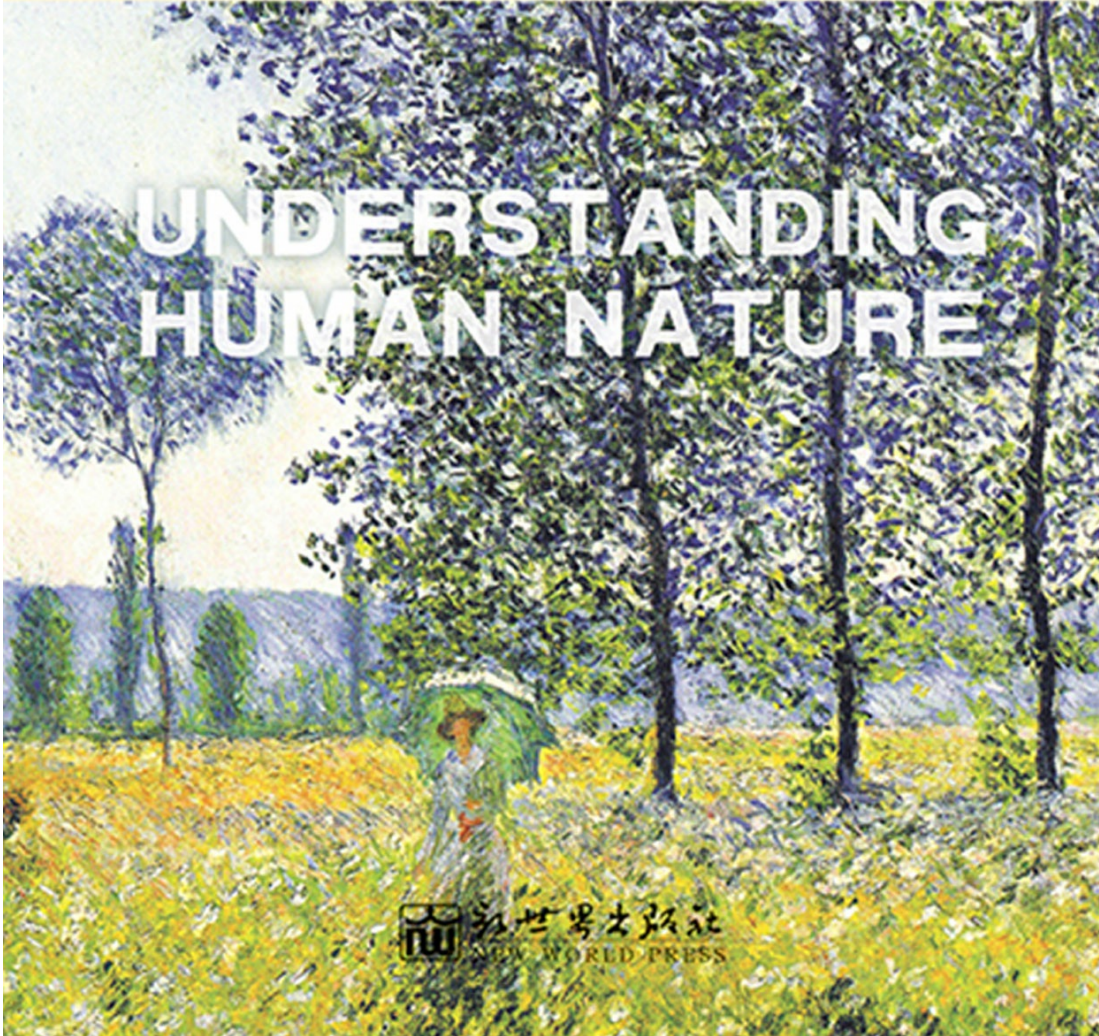
本书由 “ePUBw.COM” 整理 , ePUBw.COM 提供最新最全的优质
电子书下载！！！！

封面

与**弗洛伊德**并驾齐驱的心理学大师巅峰之作
影响全球近百年，在社会环境中深入洞悉人性的畅销精品
一部理解人性的必读启示录

理解人性

[奥] 阿尔弗雷德·阿德勒◎著
罗鸿幸 王心语◎译



UNDERSTANDING
HUMAN NATURE

新世界出版社
NEW WORLD PRESS

本书由 “ePUBw.COM” 整理，ePUBw.COM 提供最新最全的优质电子书下载！！！！

自序

本书旨在普及个体心理学的基本原理。其中不仅举例说明这些原理如何解释我们与生活的世界和人类活动的关系，而且还阐明了这些原理在群体生活中的应用。我曾经在维也纳教育学院进行过为期一年的授课，听众涵盖了不同年龄、专业，本书正是根据当时的授课内容整理的。编写目的有三：第一，指出错误的个体行为会破坏社会和群居生活；第二，向普通大众介绍辨别自身错误的方法；第三，告知他们应对方法，以达到人与社会环境的和谐。虽然人们常常认为商业或科学过失代价昂贵、应该受到谴责，但我们错误的生活方式可能会引起更大的后果，常常危及生命！

希望本书能助你更好地理解人性！

阿尔弗雷德·阿德勒

本书由 “ePUBw.COM” 整理，ePUBw.COM 提供最新最全的优质电子书下载！！！！

引言

人类的命运取决于灵魂。

——希罗多德

人性的研究者不应该怀有太多的轻率和傲慢，相反，他们应当谨言慎行。理解人性是一个很大的课题，自远古以来就已经成为我们的文化目标，但它并不是一门只允许少数专家研究的科学，其本质决定了人性必须由全人类共同探讨发现。这使一些学究大为恼火，他们觉得研究只是一小部分专家的特权。

现代社会不利于我们理解人性，相互隔绝的生活状态在过去真是令人难以想象！从孩提时期起，我就对人性理解甚少——家庭的限制使我对外界社会理解甚少。我的生活方式决定了我不能与其他人建立亲密的关系，而这种关系对于理解人性的科学和艺术至关重要。缺乏沟通使我和其他人逐渐疏远，因而我常常误解他们的行为，并难以进行客观评价。人们常说：我们每天碰到许多人，与他们说话聊天，但感觉他们跟陌生人一样，缺乏亲密感。这种陌生感不仅表现为社会陌生感，而且表现为家庭陌生感。大多数父母不止一次地抱怨他们与孩子之间存在沟通障碍，而大多数儿童也不满于被父母误解。我们对他人的态度取决于我们与他人的熟悉程度，因此这种熟悉程度构成了社会交往的基础。如果我们能够对人性有深入的理解，我们将可以更和谐地与他人相处，而我们的社会关系也会得到改善。我们深刻地意识到，相互理解的缺乏正是造成大多数困难和分歧的根源，它使我们易于误解他人或被他人的表面行为所欺骗。

现在，我们可以谈谈为何本书选择从医学的角度揭示人性——因为我们希望为研究人性这片广泛但迄今尚未完全理解的领域奠定科学基础。我们将检验几条关于人性的假设，并指出这些假设所解决的问题及结果。

自诞生之日起，精神病学就是一门需要广泛了解人性知识的学科。精神病学家必须能够快速、准确地找出患者的症结，只有在把握疾病发展状况的基础上，才能下诊断、施与治疗 and 开处方。精神病学不允许肤浅存在！错误的诊断不会带来有效治疗，而对疾病的正确理解将使患者病情好转。换言之，对人性的理解必须经受实践的考验。在日常生活中，我们对他人的判断失误未必会引起可怕的后果，因为判断失误时间和后果发生时间的滞后使我们难于确定因果关系。我们经常很惊讶地看到，多年以后可怕的后果才出现。这些不幸的经历使我们意识到，所有的人都应当了解关于人性的实用知识。我们的研究发现，精神病患者的精神障碍、情结和妄想在本质上与正常人无异，两者都具有相同的起因、前提条件和发展过程。唯一不同的是，精神病患者的异常行为表现更为明显，更易于为人识别。这个发现提示我们，异常行为具有研究价值，同时还应当注意正常人的类似表现。在此过程中，我们应当接受正当的培训，满怀激情并具有足够的耐心。

我们的第一个发现是：人类灵魂根源在于童年早期。这并不是什么重大发现，因为前人已经得出类似的结论。但这个发现的新颖之处在于，我们用无可辩驳的连续模型联系了童年期的经验、印象、态度和成年的行为，这也意味着，我们能够根据童年早期的经历和态度预测成人期的经历和态度。在此基础上我们还发现：单个灵魂外在表现不应当被孤立起来理解，事实上，它应当被纳入个体分析中。总之，我们只有从个体整体行为、精神状态和“生活方式”的角度对单个表现进行评价才不会有失公允。这样，我们就不难发现隐蔽的童年想法决定了成人的生活态度。简而言之，一个惊人的事实是：从心理发展的角度来讲，儿童和成人的思维并没有差别，尽管有些想法的外在行为和语言发生了变化，但童年的根本目标和动机一直都指向相同的心理学目标，并未发生变化。例如，具有紧张性格的成人可能满脑子充斥着疑虑和猜忌，总是企图脱离社会，而这种性格特征和精神活动可以追溯至三或四

岁。在儿童身上，人们可能更易于发现异常的性格特征，因为他们还不懂得如何隐藏自己的真实想法。因此，我们决定将后续研究的重点放在患者的童年时期。通过这种方式，我们得以根据一些人的童年表现推断出他们的成人特征，而不必等患者向我们叙述。事实上，我们所观察到的成人特征是童年经历的直接投射。在倾听了大多数患者生动的童年回忆后，我们通过正确分析这些回忆，可以准确地重构患者当前的性格特征。我们始终认为，个体难以摆脱早期行为的影响，尽管有人发现他们的成人期与童年时期的生活差异巨大，但罕见有人在童年时期就尝试改变生活方式。改变成人生活态度不必从改变生活方式开始，因为灵魂的基础和个体的性格倾向不会变化，我们甚至可以推断，人们的生活目标也不会发生变化。

另外，还有一个原因促使我们研究儿童经历：我们希望可以改变成人的行为方式。我们无需关心成人的生活经历和印象是否曾经受到影响，因为其数目实在是太多了。我们真正需要理解的是患者最基本的行为方式，通过观察这些基本的行为方式，我们可以觉察患者的关键人格特征，从而给出正确的诊断。因此，对儿童心理特征的观察可能是我们研究的关键所在。虽然我们已经发表了众多研究一岁儿童的论文，但由于论文数量浩如烟海，以至于我们无法及时发现某些新发表的重要数据可能对研究人性至关重要。同时，我们还研究了防止恶劣性格特征形成的方法，希望能为人类做出应有的贡献。我们的研究自然也与教育学有关，这也是每一个心理学家研究多年的领域。教育学是心理学研究者的偏爱，因为它为应用人性研究成果提供了合适的平台。我们的研究方法必须能够将我们与他人的灵魂表现紧密相连，应当让我们深入他人内心，共同分享快乐，分担伤悲，就像一名优秀的肖像画家通过画像表现人物性格一样。

许多人以理解人类本性为荣，而一旦有人提出检验他们的理论成果，他们却显得气急败坏。但那些真正想要理解人性的人却经常通过亲身经历，或观察、认可他人等

方式检验他人理论的价值和意义。关于人性的研究可能是一门运用了多种创造性工具的艺术，这种艺术与其他艺术紧密联系，并且影响着其他艺术的发展，特别是在文学和诗歌方面，这种作用尤为明显。理解人性的终极意义在于提升我们对人类自身的理解，换言之，它必须有助于我们成为更好、更完整和更健康的人。

在理解人性后，我们的下一个问题是：如何更好地应用这些知识？如果我们直接公布关于灵魂的荒唐发现必定会激起公众的愤慨，招致洪水般的批评——研究人性的学生必须注意这一点，需谨言慎行。不理解知识却卖弄知识最容易让自己声名狼藉。例如，在晚餐上不合时宜地炫耀自己对邻居行为的推测。此外，歪曲基本原理，声称它们是永恒不变的真理的做法也同样危险。例如，在向不了解科学的人群介绍时采取这一做法——对那些理解科学的人来说，歪曲基本原理的做法同样是无礼的表现。我必须再次强调，人性的科学要求我们必须保持谦虚的态度！我们不当不合时宜地、仓促地公布研究成果，就像一名儿童迫不及待地展示并炫耀自己的成果一样，在成人眼里，这种行为失当。我们也希望人类灵魂的研究者能从探索自身开始，他们不应当将在服务人类过程中总结的研究结论强行施加于他人，这种做法只会给心理学的发展增添新的阻力，并违背心理学原意——有时候，心理学必须承受一些考虑欠周的年轻科学家一时冲动带来的后果。我们应当变得聪明了，在下结论之前必须知晓心理学问题的来龙去脉。另外，我们应当在明晰心理学对某些人群有益的前提下公布我们的结论。即使是公布一个正确的性格研究结论，我们仍然需要小心，避免给他人造成伤害，这些因素包括不适当的公布方式或时机。

在继续深入探讨下一个主题前，我们必须回答另一个常见的困惑：许多人难以接受个体生活方式总是维持不变的说法。他们认为，我们的一生经历坎坷无数，总有些事情会改变我们的生活方式。但同时我们还应当记住，不同人对生活经历的解读各异，即使是同一件事情，不同人的观点也有区别。这也就意味着，我们并非总是从

生活经历中吸取教训。老年人未必更精明！当然，随着年龄的增长，我们更清楚如何解决困难，更懂得待人接物的规矩。但通常情况下，我们的行为模式并不会随之发生变化。我们不应该忘记，个体的所有行为都会指向某一特定终点。进一步深入观察发现，个体必须适应自己的生活方式并接受生活方式的约束。众所周知，个体行为与以往经历一致，且他有权选择未来的生活方式并确定生活内容。在日常生活中，我们可以看到许多人从他们的生活经历中得出各种各样的结论。有的人可能会反复犯同一错误，如果你指出他的错误，他的反应可能包括以下几种情况。其一，他可能会说：“你说得对，我下次会改正的。”这不是常见的反应。其二，在大多数情况下，他会拒绝你的批评：“我已经习惯了，这种习惯根本改变不了！”有些人还会抱怨是父母或教育造成他们犯错，并责怪没有人理解他们的感受，或他们的处境是父母溺爱造成的，或他们自小备受虐待，缺乏母（父）爱。无论他们找了何种借口或使用哪些托辞，他们总是在逃避责任。通过这种方式，他们试图使自己的行为正当化，从而逃避众人的批评——他总是不犯错误的那个！如果他自己把事情做砸了，那也是别人的错误！这些人所忽略的一点是，他们很少会主动克服困难从而避免重复犯错。他们更愿意过着一成不变的生活，却强烈地谴责是“他人”造成了糟糕的后果。他们可能一生都用着同样的借口。人们可以从多个方面理解同一经历并得出不同的结论。从这个角度来讲，我们不难理解，为何有的人不愿意改变他们的生活方式，却选择了通过逃避、扭曲、歪解事实获得舒适感。自知之明难得！改变自己更难得！人们应当在掌握人性理论和技巧后再开始尝试启发他人，否则一切将困难重重。有的人可能会流于肤浅，误以为个体外在行为的变化就是人性的变化。实际的例子已经告诉我们，这种“启发”对个体的影响非常有限，而任何“明显”的个体变化都是表面的、无价值的，除非个体的根本动机发生了变化。帮助人们改变自己绝非易事，它不仅要求心理学家具有乐观的精神和足够的耐心，而且要求他们具有谦虚的态度——这是最重要的。因为来访者为了满足自身的虚荣心往往

狂妄自大，目中无人。此外，我们必须采用正确的方式改变人性。如果一道营养丰富的佳肴被厨师粗制滥造，卖相丑陋，人们通常会要求退菜。人性科学的另一方面是社会中的人性。毫无疑问，如果人与人之间能多一份理解，我们的人际关系就会极大地改善，大家也会更加亲密，社会上令我们感到失望、被欺骗的事情也会少很多。目前社会的主要危害就是人际欺骗，我们的同伴们（本研究的对象）必须清楚地意识到这一点。他们参与的目的是发现某些未知潜意识力量对家庭的重要意义。为了规避风险，他们还必须理解人类行为具有扭曲性、虚伪性和欺骗性。总之，我们不仅应该学习并有意识地应用人性科学原理，还应该常常思考人性的社会意义。

我们应当从哪些人身上获取人性科学素材并应用于哪些人？理论应当为实践服务。人性科学的关键不是知道原理和获取数据，而是将理论灵活应用于实践，进而不断地深化我们的认识，这应当是人性科学原理的根本目的。我们过去接受的正规教育很少告诉我们关于人性的知识，而且大部分知识是错误的——因为当代教育还不能找到合适而有效的方法表达这些内容。在课堂外，儿童只能自行评估状况和发展个人特性。到目前为止，我们还没有让他们了解到传统人类精神的内涵，因而，人性科学原理就像化学反应一样，被炼丹术的狂热所淹没。根据以往的经验，那些社会关系尚未被复杂的教育扭曲的人最适合进行人性研究，他们往往不屈服于生活的压力，包括乐观主义者、奋斗者和表面的悲观主义者。当然，人性不仅与社会交往有关，还与个人经历有关。由于目前教育资源匮乏，仅有少数人具有欣赏人性的能力。这些人常常是改过自新的忏悔者，他们或者曾经挣扎于思想的漩涡，几乎被错误和过失淹死而最终死里逃生；或者差点儿被漩涡卷走而自我警醒。当然，其他人也可以通过学习掌握这种能力，特别是当他们已经具有一定辨别力和同情心时。但理解人类精神的最好途径莫过于亲身经历一次。从这个意义上讲，改过自新的忏悔者在我们这个时代尤其重要，就像在伟大的宗教诞生初期一样，他们通常站在一个

比常人更高的角度看待世界。为什么会这样呢？想象一下吧，一个人从生活的困苦中摆脱出来，从生命的泥潭中挣扎出来，使出浑身力气将错误化作进步的动力，难道他不是真正领悟了生活的精妙与困顿吗？没有人可以与他比肩，即使是一个正义的人也不能跟他探讨如何理解人性，因为前者已经看到了生活的精妙之处。面对那些因错误生活方式造成痛苦经历的人，我们应当义不容辞地帮助他们纠正错误的观点——因为我们对人性的理解更深刻。我们必须时刻澄清他们的观点，使他们可以更好地融入社会，更恰当地获得快乐感；我们必须改变他们的思考方式，指明另一条道路。在这条道路上，社会感和团体精神扮演着更为重要的角色。但我们不主张为他们创造一个理想的情感世界，因为一个新观点足以帮助迷茫的人走出歧途。我们认为，那些决定论偏执狂声称所有人类活动都具有因果关系的说法尚有可取之处，虽然随着原因的变化，结果被赋予不同的含义，但是人类的自知和自我检讨能力仍然存在，而且影响着人类活动。我们的自知力随着我们对自身行动力和思想活力来源的阐明而得以增加，一旦人们理解了这一点，他们就可以成为一个不同的人，不再逃避自身知识缺陷所带来的必然后果。

本书由 “ePUBw.COM” 整理，ePUBw.COM 提供最新最全的优质电子书下载！！！！

第一部分 精神的含义

一 精神的含义

什么是意识？

我们认为，意识的对象只包括运动的、具有生命的有机体。“意识”一词暗含着自由运动，因此，那些深深地扎根于一个地点的有机体不能被看作有意识。将橡树看作一个具有情感和思想的有机体的做法非常怪异，我们不必认为橡树可能“接受”了不能逃避的被砍的命运，也不必声称橡树“预感”到了即将被砍，更不必将理智和自由思考强加给它，因为它将永远用不到这些内容。从这些角度看，“橡树具有意志和理智”的说法不能成立。

运动与意识具有严格的必然关系，它是植物和动物的区别之一。因此，在探讨精神的演进时，我们必须将一切与运动相关的事物吸纳进来。人类运动所遭遇的困难可以推动精神的发展，促进经验积累，提高人类记忆力，最终使个体适应生活。我们可以从一开始就断定精神的发展离不开运动，而所有心理现象的进化和进步都受到有机体活动能力的调节。这种活动能力刺激、促进并依赖更为集中的精神活动。如果一个个体受到来自所有方向的动力，那么他的精神生活将停止。

精神的作用

在考察精神的作用时我们意识到，它可能与有机体天生能力的进化有关。精神作为一种器官，为发现生命和保护自我提供了条件。心理活动是一种挑衅和抵御相交织的过程，最终目的是保证有机体连续地存在，并为其发展创造安全的环境。在上述假设的基础上，我们进一步考虑精神的真正概念。心理活动是不可能独立存在的，它必定与环境有关，它能够接受外界刺激，并作出相应反馈。

这些描述提示人类，身体本能、美德和恶行的引申含义非常丰富，而且这些能力和特征往往相互交错，其原因在于，界定某一项能力或身体特征优劣的标准尚未被建立起来，对这些能力和特征的评估只有放到个体发现自我的环境中进行才有价值。众所周知，在某种意义上，人类的脚可以被看作退化的手。对于那些必须爬树的动

物来说，人类的脚绝对不适用；同理，对人类来说，由于我们要在平地上行走，双脚比双手有用得多！没有人愿意放弃“退化的”双脚，而用“双手”行走。事实上，在我们的日常生活中，他人明显的肢体缺陷不应该被看作是一种罪过，我们只能通过结合特定场景判断这些缺陷的优劣。

我们的目的及目标导向

关于人类，最重要的事实就是我们总是朝着特定的方向前进。我们难以想象人类精神是一个孤立的静止实体，最好将人类精神看作一个不同运动部件的组合物，这些运动部件具有相同的来源，指向单一的终极目标。这种具有单一目标的目的论构成了适应原理的基础。精神活动不可能是分散而缺乏统一目标的，我们的行为应该具有一定的方向。

精神生活与我们的目标息息相关，如果缺乏建立、延续、纠正和指引人类活动的最终目标，我们将不能进行思考、感受、祝愿或做梦，这种现象背后体现了有机体适应环境并对环境作出应答的必要性。我们已经发现，人类身体和精神活动遵循一些基本的原理。心理发展的过程在与长久目标相关的模式下进行，而这种目标又反过来受到生命动力的影响。目标的两种状态包括变化或静止，从这个层面上讲，所有的心理现象都可以被看作个体为应对未来状况所做的努力。简单地讲，灵魂似乎暗含着一股推动人类朝某种方向前进的力量，而“个体心理学”认为，人类精神的所有外在表现仿佛都与这种方向相关。

了解个体的目标和世界的一些事实将有利于我们理解人类表达自身的不同方式、人类生活的各种方向以及这些方向如何影响他们实现目标的过程。当然，我们还应该知道个体必须通过哪些步骤实现他们的目标——就像往空中扔一块石头，然后观察它的落地轨迹一样。但由于终极目标时常被修改，所以个体的活动不会遵循固定的

自然法则。不过，由于个体具有一个终极目标，所以他的所有活动必定都指向这个目标，从而造成个体活动遵循自然法则的假象。毫无疑问，关于心理活动的法则必然存在，但这种法则不是自然法则。跟万有引力定律不同，它是人为制定的。那些认为存在足够证据证明所谓的自然精神法则的观点未免过于肤浅。有的人坚信，他们发现了环境中存在一股永恒的天赐力量，这些行为引起民众的思想混乱。别忘了，如果一名画家决定画一幅画，那么他只会关注跟绘画相关的生活物品。然后他开始常规构思，绘出理想的作品——整个过程就像画家受到自然法则感召一样。这种行为的倾向性有多大？我们的推论是：如果画家的行动自由，必定会遵循某种目标绘画。

首先，身体运动与精神运动不是同一概念，这种差异性回答了所有关于自由意志的问题。现在，人们普遍认为人类不可能具有完全意义上的自由。人类一旦追求某种目标，就必然受其约束，而这个目标又时常为宇宙、身体状况和社会环境所影响。从这个角度讲，我们不难理解为何大多数人认为我们的心理受到某种永恒的自然法则支配。但如果一个人拒绝承认他与社会存在的关系并反抗这种关系，或拒绝融入客观生活中，那么这种永恒的自然法则将失效，随之而来的是新的目标法则。同理，群居生活法则不适用于那些对生活感到迷茫，而且拒绝承认他们与同伴存在关系的人。在这里我想再次强调，仅在确定合理目标后，我们精神生活的运动才可能发生。

其次，人类可以通过注意自身行为来发现生活目标。这一点尤其关键，因为很少有人知道自己的真实目标。从心理学实践的角度来看，如果我们准备理解人类，必须仔细观察人类的行为，而对人类行为的多重解读使这种观察变得更为复杂。我们可以取某一个体的多种行为进行直接比较或画图观察趋势。通过这种方式，我们可以通过比较曲线上不同时间点的个体心理态度从而理解人性。这种方法经常被用来清

晰地再现一个人的一生。下文举例说明了儿童的心理态度是如何惊人的与成人的行为模式一致的。

有一次，一名极度抑郁患者来访，他是一位三十岁男性，说话带有挑衅性。虽然他的童年生活艰难，但是后来获得了巨大的成功和别人的认可。这位患者抱怨道，他已经失去了工作欲望甚至生存欲望。他准备跟女友订婚，但一想到未来就烦躁不安。他处处小心，提防女友的行为，这几乎毁了他们的婚约，但让他解释为何猜忌时理由并不十分充分，因为我们不能将原因归咎于他可疑的女友，所以这位患者表现出来的明显的猜忌行为原因未明。这是众多类似案例之一。在这些例子中，男人接触女人，为对方所吸引，但随之开始猜忌，并最终破坏最初他们建立起来的联系。

现在，让我们一起利用之前提到的方法画出这位患者的生活方式——将患者以往发生的事与目前的态度用线条连起来。我们通常会询问患者最早的童年记忆，尽管我们不能确定回答是否具有真实性。患者告诉我们，他当时跟母亲、弟弟一起逛超市，超市里人山人海，异常拥挤，于是母亲把他抱起来，但过了一会儿，她又想起了小儿子，于是把他放下抱起了他的弟弟。接着，他在人海中被压得喘不过气来，感到异常恐慌。当时，患者的年龄是四岁。在患者陈述童年记忆时我们发现，患者的陈述与目前对生活的怨言如此相似！他不能确定自己是否招人喜爱，更不能忍受自己的位置被他人取代。当我们在童年和现状之间画出一条直线时，那位吃惊的病人立刻领会了两者的联系。

这些指引人类行为的心理目标受童年环境因素和印象的作用。所谓的理想状态——也就是目标——可能在出生后第一个月形成。即使是对于如此幼小的婴儿而言，某些特定的感觉也有可能引起他们的快乐感或悲伤感。至此，我们能够得出关于生命

的第一个哲学原理，它是如此地简洁：婴儿期的一些根本因素可以影响精神发展。这些根本因素滋生了一个允许被修正、影响和变换的上层结构。在多重因素的影响下，幼儿获得了明确的生活观，以独有的方式应对生活困难。

那种认为成人的性格特征在婴儿期就被确定的观点并非完全没有道理，许多人坚信性格是遗传的，殊不知这种“性格和人格均为父母遗传”的观点贻害甚深。别的姑且不提，它妨碍了正常教学工作，侵蚀了教师的教学信心，使一部分教师认为教不好是学生劣质的遗传特点造成的。毫无疑问，这些做法违背了教学的初衷。

社会的文明程度也深刻影响着个体的心理目标。社会设定了人类规范和行为范畴，儿童在这种规范中斗争，直至有一天，他们发现了如何安全和成功地满足自身需求的方法。这种与我们的日常社会生活相关的安全感可能在童年时期就被确定下来了。它不仅指规避危险的安全感，而且包括保证我们在最佳状态下生存的安全感。儿童通过获得比严格意义上的基本安全和普通生活安全感大得多的边缘安全来实现生活的最佳状态。这导致儿童出现新的心理发展趋势——支配感和优越感。

就像成人一样，儿童希望打败所有对手，他们奋力追求优越感，以获得预期的安全感和舒适感。这引起了儿童的局促不安，而且这种感觉随着年龄的增大而愈发严重。随着儿童面临越来越多的生活困难，在这种关键时刻，如果儿童对克服困难失去信心，他们将选择艰难地逃避或寻找各种借口，这只能进一步突出他们对荣誉的潜在渴望。

在这些情况下，临时改变目标通常有助于逃避所有主要困难。儿童为了躲避暂时的生活要求而在困难面前显得战战兢兢或选择逃避。我们必须理解，人类的心理反应不是固定不变和绝对的，儿童的每次逃避仅能部分地反映他的心态，这种逃避行为只在短暂时期内有效，但不是他们解决问题的最终手段。特别是在儿童精神发展过

程中，我们应当记住我们所处理的仅是理想状态下的暂时情况。适用于青少年的精神标准不适用于成人，我们必须仔细观察儿童的行为，并推测他们最终的精力状态和行为表现。一旦读懂了儿童的心思，我们就不难理解为何在适应生活的过程中，他们的所有性格特征都直接指向自我营造的理想状态。

理解儿童行动背后的原因要求研究者必须从儿童的角度思考问题。儿童观点背后的基本态度决定了多样的行为。首先，那些持乐观态度的儿童坚信他们能解决遇到的所有生活问题，长大后，他们将具有轻松面对力所能及任务的性格特征，我们从他们身上看到了勇气、开放、真诚、责任感、刻苦等特征；其次，那些持悲观态度的儿童则缺乏自信，他们认为自己不能解决遇到的困难，世界对他们来说是多么沮丧，他们时常畏缩逃避、自我责备、猜忌迟疑，表现出一名虚弱者企图保护自我的人格特征。他们的目标总是遥不可及——但生活的战线还远在前方。

二 精神生活的社会性

为理解一个人的思想，我们必须审视他的人际关系。一方面，人——人交往由宇宙本性决定，变幻莫测；另一方面，这种交往还受到社会制度，如团体或国家政治制度的约束。离开这些社会关系，我们将不能理解人类精神活动的实质。

绝对真理

精神不能独立活动。在千变万化的生活中，解决问题的需求似乎主导着精神发展的方向，而这些问题在无形中与我们的群居生活相互联系。群体的需求影响着个体，但个体却不能或极少影响群体需求。然而，静止的群居状态并不能决定个体的行为，个体行为的改变与群居状态的复杂性和多变性相关。此外，我们往往难以跳出自身人际关系的圈子彻底地反思精神的本质。

为了跳出这个陷阱，人们只能接受我们群居生活的逻辑。这种逻辑仿佛是一种终极的绝对真理，只能在完善了具有缺陷的社会组织结构和纠正人类缺点的基础上逐步领悟并获得。以上结论在很大程度上受到了马克思和恩格斯关于社会物质分层原理的影响。他们认为，社会经济基础决定意识形态和人类行为。“群居生活逻辑”和“绝对真理”这两个概念在一定程度上参考了他们的说法。历史及对个体生活的观察（即“个体心理学”）告诉我们，多种因素造成了个体对社会经济系统的错误响应。为了逃脱系统惩罚，个体会想方设法地避免做出错误的响应，而我们关于绝对真理的观点能很好地帮助个体减少犯错。

群居生活的必要性

群居生活法则就像气候规律一样显浅易懂。天气的变化迫使我们采取一定的措施抵御寒冷，比如修建房屋等。人类只在特定群体和群居生活（我们不必理解它包含了哪些情况）中表现出强迫行为，比如在宗教活动中，群体崇拜使教堂的会众团结在一起。我们的生命诞生于冥冥宇宙，后来，随着人类社会和群居生活的发展，我们逐渐建立了社会法则和制度。所有人类关系都受群居需求的影响，而这种群居生活先于人性出现。人类文明史证明，离开共同生活这个根基，生命将不能延续，人类不能独立成长，必须依赖群体才能存活。这是一个非常浅显的道理。动物界的所有现象都证明了这个根本法则，数量单一的物种终归被淘汰，只有成群的物种才能赢得延续后代的战争。

很久以前，达尔文就注意到这样一个事实：弱小的动物绝对不能单独存活。由于人类也不具备独立生活的强大能力，我们不得不认为人类也是弱小的动物之一。在没有利用工具的情况下，人类只能对大自然的捕食者做出无力的反抗。它们需要做出各种努力，寻求各方帮助，才得以在地球上存活。想象一下吧，你自己一个人在原

始森林中生存，赤手空拳，没有带任何工具，那么，你面临的危险处境比其他任何动物都艰难。人类是一个没有身体特长的多面手，我们既不在速度上占优势，也不在力量上占优势；我们没有食肉动物锋利的牙齿，也没有敏锐的观察力，更不能听到其他动物发出的微弱的危险警告。人性的作用正是通过一系列工具来保障人类生存状态的安全，包括我们的饮食习惯、身体特征和生活方式。

至此，我们明白，人类的生存离不开特定的有利环境，群居生活创造了这些有利环境。它至关重要，因为通过形成群体和社会分工，个体与群体紧密相连，从而保证物种的延续性。只有通过社会分工（它被看作文明形式之一），人们才能确保合理地分配与生存至关重要的工具。当人类掌握了社会分工后，人类才能声称自己独立了。无论是痛苦的分娩过程，还是苛刻的婴儿抚养条件，都是为了保证婴儿存活。社会分工为这种持续性的照顾和关心提供了条件。想想我们经受过的疾病和痛苦，特别是在婴儿期遭受的疾病和痛苦，我们就会理解每个人生存所需要的照顾是如此之多！我们也会对群居生活的重要性有一点儿认识。群体是延续人类生存的最好守卫者！

安全和适应

通过以上讨论，我们可以得出这样的结论：人类比其他生命形式更低等。这种自卑感和不安全感通常体现在人的意识层面，不断地刺激人类探索更好地适应生活的方法。它还促使人们逃避那些恶劣环境而寻找舒适的环境。

追求群居生活的本能很好地体现了人性，它赋予我们保护自身免受恶劣环境伤害的工具——完善的心智。只有人类聪明的才智能够让如此弱小的生物极好地适应环境并获得安全感。让一名原始人通过自身防御机制，如角、爪子或牙齿征服自然，显然是非常困难的事情。但具有完善心智的人会立即想起急救措施，并利用工具补偿

肉体的不足。长期的器官功能不全感使人类开始预测未来危险，并发展了人类应对危险的能力。同时，它还赋予人类的心智以思考、感受和行动的特性。由于社会在人类适应环境的过程中发挥着至关重要的作用，所以心智必须从一开始就与群居生活相适应。心智的所有特征都服从同一原则：群居生活的逻辑。

我们很自然地转入讨论下一个人类精神能力——逻辑思维，此外，我们还将探讨它固有的普遍适用性。思维必须具有普遍适用的特征才能称之为有逻辑。善于言辞和思维清晰是群居生活必不可少的工具，也是人类与其他动物区别的特征。语言行为明显具有社会起源的特征，同样它也必须具有普遍适用性。对那些过着独立生活的人来说，提高表达能力显然是徒劳的；但那些过着群居生活的人们必须具有良好的表达能力。这种能力是群居生活的产物，是联系个体和群体的纽带。通过观察那些与他人交流甚少或在缺乏交流的环境中成长的孩子行为，我们可以证实表达能力具有社会起源。一些孩子可能会刻意与社会建立少数关系，而另外一些孩子甚至不会与他人建立关系。无论哪种情况下，他们要么具有表达缺陷，要么说话结巴，语言的学习诀窍对他们毫无意义。似乎只有在很好地建立人际交往的基础上，人们才能学习并保持说话的技巧。

表达能力深刻影响着人类灵魂的发展。逻辑思考的发生有赖于良好的语言能力，使我们建立各种概念，并区分不同事物的价值。只有当确定我们的思想不是只有我们自己能懂时，他人才有可能理解我们的思想。我们对美丽事物的欣赏得益于“对美的认知、理解和感受是普遍的”这一原理。因此我们可以得出这样的结论：思考和观念，比如，推理、理解、逻辑、伦理和审美并非私有的，而是具有共同的社会生活起源。它们将人类紧紧团结在一起以延续人类文明。

社会感

现在我们可以理解为何保证人类生存安全的所有规则，包括法律条款、图腾和戒律、迷信和教育都必须适应群居生活的需要了！我们曾经在上文列举了一个宗教的例子，我们的结论是：适应群居生活是一种最重要的心理功能，它对个体和社会举足轻重。我们所谓的正义、正直和人性的闪光点，都只不过是人们在完成社会需求时产生的一种满足感。社会需求塑造了人类灵魂并指引着人类活动的方向，责任感、忠诚、坦率、诚实等美德只能从群体生活的普遍原理中衍生并维持，我们只有将个人放到群体中才能评判他的品行优劣。良好的品行，如获得科学、政治或艺术成就，仅当具有普遍适用的价值时才能产生巨大的影响。我们根据一定的标准评价个体行为，而评价的高低取决于他们对普通大众的贡献大小。这种标准就是在理想状态下的人类行为。他应该通过造福社会的方式完成当前任务并战胜困难；他应该将追求更强的社会感作为自己的目标。用我们同行卡尔·福特米勒的话来说，就是这些人“都必须遵守社会法则而生活”。

随着我们探讨的深入，您将愈发强烈地感受到，任何适应能力强的人都必定具有强烈的团体意识，而且他们必定时常运用完善自我的技巧。

三 儿童与社会

社会赋予我们某种特定的使命，这种使命影响着我们的日常活动、生活方式和精神发展。社会的基础是有机的。个体和社会的交汇点就是两性差异。在由男女双方创造的社会中，人类生生不息，我们获得安全感并努力过上幸福的生活。如果我们观察一名儿童漫长的成长经历，将会发现，人类的生存离不开社会的保护。社会使命内在地要求我们进行劳动力分工，这种分工不会使我们变得彼此陌生，却会加强我们的联系。每个人必须帮助他的邻居；每个人必须意识到他与别人息息相关。这是我们人际关系的开始。下面，我们将详细地讨论儿童出生后面临的一些人际关系问

题。

婴儿期

所有婴儿都或多或少地依赖群体的帮助，他们面临着一个时而给予，时而索取，时而适应，时而奋斗的世界。人类本能的实现受到各种困难的阻碍，这些困难使我们感到痛苦。人类很早就意识到，有的人可能更容易满足自己的需求，更轻松地应对生活的困苦，人类必须整合自己的童年经历才能过上正常的生活。为了达到这一目标，人类的精神总是在不断地评估生活状况，进而在最大程度满足人类本能和遭受最小损害这两方面做出权衡。

这导致儿童夸大开门或搬重物所需的体力，或向他人发号施令并要求服从的权利，他们开始萌生成长的渴望和比他人更强大的想法，他们生活的主要目标变成了“支配周围人”。长辈们虽然认为儿童在社会的资历尚浅，但同时由于儿童是弱势群体而不得不履行抚养的义务。在这种情况下，儿童可能表现出以下两种行为：其一，儿童可能模仿成人的行动和处理问题的方式；其二，儿童表现示弱行为，让成人以为自己应该义不容辞地给予帮助。我们以后将屡屡看到儿童身上表现出的这两种截然不同的精神倾向。

性格类型也在这个时候开始形成。有的儿童选择不断地发展自身能力，通过勇敢和果断的行动获得别人的认可；但有的儿童选择利用自身的软弱作为筹码，借此满足自身的各种需求。我们只需留意儿童的态度、言语和举止就能够区分这两种人。仅当我们将每一种性格类型放到相应的生活环境中时，我们才能理解它们的真正意义。儿童的生活环境通常可以通过观察相应的行为来推测。

尽力弥补自身的软弱是儿童发展的根基，缺陷感促使我们锻炼个人才华和发展自我

能力。不同儿童面临的生活困境大不相同。有时候，儿童面临着充满威胁的环境，使他们认为世界到处充满敌意。这种极端的观点归因于儿童的片面思考。如果他们的教育不能纠正这种错误，这些儿童的性格将继续朝着错误的方向发展，他们对世界的敌对印象将体现在每一个困难中。这在那些具有先天缺陷的儿童身上表现得更为明显。跟普通人相比，他们对周围事情的态度截然不同，这就是所谓的“器官自卑感”，包括行动困难、个体器官缺陷或因抵抗力低下而容易感染疾病。

除了器官缺陷，其他原因也可以阻碍儿童认识世界。不合理的家庭要求（或错误的管教方式）给儿童带来的伤害不亚于肉体缺陷。正当儿童奋力适应环境的时候，他们却发现前方道路充满了重重障碍。对那些生长在垂头丧气、悲观厌世家庭的儿童更是如此，他们将很快地受到家庭错误气氛的影响。

阻碍的作用

在全面评估儿童面临的生活困难后，我们将不难发现他们的应对方法通常是不恰当的，那时，他们的思考方式仅经历了短暂的发展期。他们发现，自己必须适应现实生活的法则。但是，他们的适应能力还是幼稚的，生活对他们就像是一场漫长的实验，每一次错误的环境应答都是一次纠正错误、获得进步的尝试，观察他们在特定环境下的行为方式是一件有趣的事情。这些应答行为有助于我们深入理解精神的实质。但同时，我们也应该看到这样的事实，即任何个体的反应，如对社会的反应都不是一成不变的。

儿童在发展精神过程中遇到的问题通常会阻碍或扭曲他们的社会感。这些问题可以被分为两类。第一类问题起源于儿童物质环境的缺陷，比如经济、社会、种族或家庭环境的异常；第二类问题与儿童的身体缺陷有关。我们的社会文化很注重健康和缺陷，因此，那些躯体缺陷明显的儿童肯定面临着更多生活挑战，包括行走能力发

展滞后、语言功能发育迟缓和长期动作笨拙的儿童。他们的大脑功能也比正常人发育要缓慢。生活中到处可见跌得鼻青脸肿、行动笨拙和行为迟缓的儿童，他们带着身体和精神的负担，忍受着他人的同情，因为世界根本没有把他们的需求放在眼里。这种发展会引起很多问题。当然，只要给予足够的时间，这些儿童还是有可能克服自身残疾而不产生负面的精神后果，前提是这些残疾尚未给儿童造成深刻的伤害以至于延续到成年。此外，如果我们将经济因素纳入考虑范围，这种情况还可能变得更加复杂。

对涉世未深的儿童来讲，人类社会法则就像是一本尚未打开的书，他们用怀疑和猜忌的目光看待身边发生的事情，并倾向于避免接触这些事情以及逃避生活任务。他们能敏锐地感受到人性的敌意，但这种敌意常常会被无意识地夸大。他们对生活的黑暗面而非光明面更感兴趣。对大多数人来说，他们总会过分夸大任何一面的作用，因此，他们阴暗的生活态度可能是终身的。他们渴求成为别人关注的焦点，当然，他们更会关注自己的一亩三分地而不是别的事情。生活必须承担的义务对他们来说是一种责难而不是一种刺激。很快地，他们就与别人产生矛盾，而且这种矛盾随着他们的敌意加深而更剧烈。随后，他们开始神经质般小心翼翼地判读生活事件，偏离真实生活轨迹越来越远，最终只会徒增烦恼。

当父母不能很好地表达自己对子女的关爱时，类似的问题也会出现。无论什么时候出现这种问题，它都会对儿童的发展造成严重的后果。儿童将牢牢地坚信错误的观念，以至于他们甚至不能感受到别人的关爱或恰当地表达自己的爱，因为他们本性里没有建立关爱这一概念。教导那些成长于缺乏爱或不善于表达爱的家庭的孩子是一件艰难的事情，他们对生活抱有逃避的态度，躲闪所有的爱和情感。父母、教师和其他成人的考虑不周也可以造成同样的后果。他们告诉孩子，爱和关心是不正常、荒唐和懦弱的。例如，许多儿童曾经被告知，温柔是软弱的表现。这种逃避现

实的态度在那些曾经被嘲笑的儿童中表现得尤为明显。由于担心表达爱意会被嘲笑，他们害怕表达自我感情。他们也拒绝正常的关爱，认为它是奴役或腐蚀人们的一种工具。

爱的能力可能就这样建立起来了。野蛮的教育抑制和压迫了所有关爱。儿童开始逃避生活的环境，并一点儿一点儿地丢失了对精神和灵魂发育至关重要的人际交往，一旦他认识的人向他表示亲密，儿童将与这位朋友建立最为深厚的友谊，这导致有些人的社会联系永远不会超过一个人。当一名饱受忽视的男孩注意到母亲仅关心弟弟后，他会通过千奇百怪的方式补偿童年丢失的那份温暖和关爱，这种方式暗示了他可能会经历哪些生活困境。毫无疑问，他的成长过程会充满困苦。

在儿童成长过程中给予过多关爱也会造成跟缺乏关爱一样的后果。被娇惯的儿童就像缺乏爱的儿童一样，饱受生活困苦的纠缠，他们过分地渴求别人的关爱，这种难以被满足的欲望将他们与别人绑在一起，阻碍了个体的前进发展。随后各种错误的生活经历使他们过度估计关爱的价值，并得出这样的结论：成人必须为儿童付出关爱。举个简单的例子，一名儿童可能会对父母说：“因为我爱你，所以你也一定要爱我。”这种话语在家庭中很常见。一旦儿童认识了这个“道理”，就会更多地向父母索要关爱，增强自己对父母关爱的依赖性。

人们必须经常警惕这种对某一家庭成员过分依恋和关爱的倾向。毫无疑问，纵容孩子的这种行为不利于他们的未来发展，这使得他们为了获得他人的关爱而不择手段，为了达到自己的目标，他们绞尽脑汁，用尽一切方法。他们企图显示自己比对方（兄弟或姐妹）高人一等，或者忙于搬弄是非。事实上，这些儿童还会煽动他的同伴犯错，从而成为父母喜爱和赞扬的焦点。他们还会向父母施加社会压力，将父母的视线扭向自己。他们千方百计地努力，直至出尽风头和高人一等。他们可能好

吃懒做或行为恶劣，但最终目的都是为了强迫父母在自己身上多花时间。有的儿童会想方设法成为三好学生，接受大家羡慕的眼光。

我们可以认为，一旦精神模式固定下来，所有手段都可以成为儿童索求关爱的方式。为此，他们可能会表现出反社会的行为，但也可能表现出很优秀，令人称赞。在这两种情况下，他们索求关爱的目的要么通过缺乏教养的方式表现出来，要么通过得体的良好行为表现出来。

在娇生惯养的儿童中，有一类儿童可能面临着一帆风顺的成长过程。他们的潜能和能力被善意的行为所扼杀，因为他们从来没有被允许承担自己的责任，也没有经历任何有利于成年生活的事情。没有人教他们如何与那些真正关心自己的人建立关系——当然，儿童期逃避人际关系的行为造成了成年期建立人际关系的困难和错误。这些儿童对生活完全缺乏准备，因为他们从来没有机会试着克服困难。一旦他们踏出温室，不再是自己王国里的小王子或小公主时，他们将不可避免地遭受辛酸的失败和沮丧，再也没人给予过度的“理所当然”的照顾、关心或保护。

所有的这一类问题都具有一个共同点，即它们或多或少地使儿童与生活孤立开来。比如，患有饮食疾病的儿童对营养的看法与正常儿童不同，这造成了他们发育的巨大差异；天生器官缺陷的儿童过着古怪的生活方式，这种方式最终使他们与社会分隔开来。有的儿童不清楚自己应该如何适应器官缺陷，从而选择了逃避。他们既不懂得如何交朋友，又不能加入同伴的游戏中。他们要么嫉妒同伴，要么贬低游戏的价值，迷失在自己的世界中。

生长环境对儿童的要求过严也会引起孤独感。对这些儿童来讲，世界处处充满不友善的眼光，他们坚信生活就是一段糟糕的经历。他们要么假定在生活面前他们必须保持沉默，要么把自己看作一名斗士，必须随时对付充满敌意的环境。这些儿童发

现他们的生活和工作异常艰辛。不难理解，他们一般会尽力保护个人空间不受侵犯。他们的思想高度焦虑，拼命地逃避所有可能侵犯个人领域的行动。他们神经质般小心翼翼地企图绕开所有的困难，而不是放手一搏。

另外一个提示儿童社会感缺乏的常见特点就是：他们常常将自己看得比别人重要。显然，这种品质反映了他们对世界的消极态度。除非这些儿童能够找到一种改变自己错误行为模式的方法，否则他们将难以过上幸福和充实的生活。

个体是社会中的一员

在第二章，我已经解释了为何只能通过个体的生活环境评价他们的性格，以及如何评价特定行为对世界的影响。在这里，“特定行为”包括个体对世界的计划和对环境、生活问题的看法——包括工作、友情和日常人际交往的问题。我们已经知道，婴儿早期留下的林林总总的印象将对个体造成终生的影响。我们甚至还能根据出生几个月婴儿的行为预测儿童的成长。我们不可能混淆已经出生数月婴儿的行为，因为他们的行为模式已经确立，而且这种模式随着岁数增长变得更为清晰。此后，他们的行为模式将不会发生大变化。

随着年龄的增长，儿童的心智日益受到社会关系的影响。证实“儿童社会感是天生的”这一观点的最早证据体现在儿童对爱抚的渴望上，这种渴望使儿童主动亲近成人。儿童的爱通常都指向他人，而不像弗洛伊德说的那样指向自己。这种情感需求在不同儿童的身上表现不同，而且它的强度容易发生变化，可以随行为波动。对两岁以上的儿童来讲，这种不同可能通过语言表现出来。只有在儿童精神发生最严重的病态退化时，他们才会丧失已经根深蒂固的社会感。在人的一生中，这种社会感不断发生变化、被歪曲，逐渐变得清楚，被放大或扩充，直至它遇到传统意义上的家庭，以及广泛意义上的“家庭”——国家和全人类。它还可能突破这些藩篱，寄

托在动物、植物、无生命物体和全宇宙上。我们的研究表明，必须将个体看作社会的一员。理解了这一点，我们就掌握了理解人类行为的强大工具。

四 我们生活的世界

我们的精神结构

由于所有人都必须适应环境，因此，我们的灵魂必须能够从多方面解读外部世界。此外，不同人对世界的理解不同，追求着各自明确的目标，而这个目标与他们在童年早期形成的理想行为模式一致。虽然我们不能确定这些含义广泛的理解方式和目标，但它们却是切切实实存在的，通常与个人缺陷感截然不同。精神活动只能建立在个人目标的基础上。我们知道，为了建立个人目标，个体必须做出改变自由活动的的能力，人们不应该低估自由活动对精神的巨大充实作用。当一名儿童第一次不依赖别人搀扶独自站立时，他们就进入了一个新世界，在那里，他们感受到周围环境的敌意。在最初的活动尝试，特别是在学习站立和行走中，他们从不同程度体会到生活的艰难，这种感觉既能增强他们对未来的期待，又能毁灭他们的幻想。那些成人认为无关紧要或司空见惯的行为可能对儿童精神的发展产生重要影响，彻底改变他们对世界的看法。

因此，那些有运动困难的儿童会将自己设想成强壮而敏捷的人，我们可以通过询问他们喜欢什么游戏或他们长大后想从事什么职业来发现这种设想。通常，这些儿童会回答说，他们希望成为赛车手、火车司机一类的人——明显提示他们渴望克服那些限制自由的困难。他们的生活目标是希望自己的自卑感和缺陷感被自由活动的快感所取代。很明显，对发育迟缓和体弱多病的儿童来说，这些缺陷感表现在他们精神活动的方方面面。同理，那些具有先天性视力障碍的儿童渴望看到一个缤纷多彩

的完整世界，而具有听力障碍的儿童对一些美妙的声音特别感兴趣——简而言之，他们具有“音乐感”。

在儿童用于征服世界的所有工具中，感觉器官发挥着首要作用，决定了儿童与所生活的世界建立哪些关键的联系，他们通过感觉器官建立自己对宇宙的看法。实质上，主要是眼睛决定了儿童对生活环境的看法，因为他们所“看见”的世界不仅促使他们产生成为众人焦点的欲望，而且是他们大部分生活经历的源头。我们的视觉与其他器官所产生的感觉显然不同，它可以感受静态刺激，而后者（包括耳朵、鼻子、舌头和皮肤）只能感受动态刺激。一些人可能耳朵是主导器官，因此他们的很多信息都是跟听觉有关。在这种情况下，我们可以说精神拥有一种主导的听觉模式。

我们发现，一些运动系统占主导地位的儿童对嗅觉或味觉刺激不太敏感，这些在他們所生活的文化背景中处于一种相对劣势的地位。有一些儿童肌肉系统占据主导地位，自从来到这个世界后他们就没有不闹腾的日子。在童年期，他们运动活跃；成年后，运动活跃更为明显。他们只对主要利用肌肉的活动感兴趣，即使在睡眠中他们还是运动活跃，这可以通过观察他们在床上翻来覆去的行为来证实这一点。在此处讨论的儿童中，还有一类“烦躁”的儿童，他们的躁动通常被认为是有害的。

综上所述，我们可以认为，事实上，所有儿童都通过某一种或某一组主导器官认识世界，包括感觉器官和运动器官。所有儿童都通过他们最敏感的器官收集信息从而建立起对世界的认识。因此，我们必须知道这一种或这一组器官是什么，然后才能理解人性。这些器官影响了儿童和世界建立起千丝万缕的联系。只有我们理解童年时期器官缺陷已经对他们的世界观（宇宙观）和后续发育造成何种影响后，我们才有可能解码他们的目前行动和反应。

我们感受世界的方式

那些时常存在的心理目标不仅影响着我们的所有活动，还影响着某些心理能力的类型、强度和活动，而这些心理能力塑造了我们的世界并赋予世界意义。这解释了为何我们每个人都只是经历了生活的很小一部分，或者某一些特定事件，亦或我们生活的世界。我们所有人都只是关心与我们心理目标相关的事情而忽略了生活的整体及其意义。因此，如果我们不清楚地获知人们所追求的一些隐性目标，将不能全面理解人类的行为——除非知晓人类的整体活动是如何受到心理目标影响的，否则我们将难以对人类的行为作出正确的评估。

感知

外界的感受和刺激通过人的感觉器官传入脑部，从而产生各种印象。这些印象构成了我们想象和记忆世界的基础。但感知并不是一个素描的过程，因为在此过程中，一些奇怪的个体化特征将不可避免地影响人对世界的看法。人类并不能感知所有看到的東西，即使是面对同样的一种情况，两个不同的人也会产生不同的反应。如果你问他们：“你们看到了什么？”他们回答的差别会非常大。

儿童只感知他们生活环境中符合自身行为模式的事物，这种模式是预定的，受到多种因素影响。视觉发育良好的儿童对世界的感知明显具有视觉主导的特征，大多数人都可能受到视觉的影响而产生某种程度的感知偏差。有的人是听觉主导的，他们通过听觉填补对世界的感知缺陷。从严格意义上讲，这些感知不一定都要与现实一致，每个人都可以重建和重排他们与世界的接触方式以适应自身的生活模式。人类感知的内容和方式体现了个体化和独特性的原则。感知不会是一种简单的身体反应，而是一种我们可以从中获取对内心世界影响深远的结论的精神功能。

记忆力

正如我们在第一节所看到的那样，精神的产生与人类的身体运动能力紧密相关，精神的活动受到运动目标和动机的影响，个体必须不断采集信息，从而处理各种生活关系。此外，作为一个适应性器官，精神必定拥有各种防御或延续生存的能力。这些能力之一就是记忆力，其主要功能是帮助人类适应环境。缺乏记忆力，人类将不能未雨绸缪。我们可以推断，在潜意识里，每一次回忆都蕴含某种目的，回忆不会偶然发生。显然，它要么是鼓励性的，要么是警告性的。回忆不是随机或无意义的，它具有选择性，只有弄明白回忆背后隐藏的精神目的和动机，我们才能对它作进一步分析。相反，从表面上研究我们记住或忘记的内容是徒劳的，仅当某种回忆有助于达到特定精神目的（即可能诱发某种关键运动）时，我们才会记住它。同样，我们忘记那些不利于实现特定精神目的的事情。总之，我们发现，记忆也隶属于目的性适应，深受某种统一主题或目标的影响。这些目标指导着人的性格朝着整体化的方向发展。一段永久的记忆——即使是一段扭曲的记忆（我们常常可以看到儿童发生这种情况，他们的记忆通常是“超负荷”或片面的）可以转移出我们的意识世界，从而表现为一种态度、情绪基调甚至生活哲学观点，但前提是它有助于我们达到理想的目标。

想象

再也没有什么比想象产物更能体现个体精神的独特性了！通过想象活动，我们可以超越物体，进而赋予感知新的内涵。换言之，想象力重新塑造了精神创造力的另外一种产物，即感知。想象产物不仅是对以往感知的重复再现（这种再现本身就是精神创造力的一种产物），更是一种高于感知的全新而独特的产物，就像原始感知是在身体感受的基础上产生一样。

所谓幻想就是一种注意力集中程度远超常规的想象活动。它产生的画面看起来是如此的生动和真实，以至于超越了单纯意义上的幻想而表现为个体行为活动的变化，仿佛他们受到客观刺激一样。当幻想达到了这种真实性，我们就称之为幻觉。

产生幻觉的条件与产生白日梦的条件相同。每一次幻觉都是精神的一次艺术性创作，它的设计和风格均符合创作个体的目标和动机。让我们通过下面的例子来理解这一点。

一名聪明的年轻女性在违背父母意愿的前提下结婚了，她的父母因此怒不可遏，断绝了与女儿的来往。一开始，女儿坚信这是父母的错。由于双方的骄傲和固执态度，他们一直没有达成和解。结婚后，原本生活在富裕贵族家庭的女儿不得不过着穷困的生活，但她始终没有抱怨自己婚姻的不幸。要不是出现了一件非常奇怪的事情，所有人都会认为她已经非常好地适应了贫困的婚后生活。

女儿从小就受到父亲的娇惯，但过去亲密的父女关系只能愈发凸显现在关系的紧张，她的婚姻使得父亲对她的态度日益冷淡，父女间的隔阂日渐加深，甚至在她的孩子出生后她的父母也没有来探望一下女儿，看看他们的小外孙。女儿更加憎恨她的父母，因为她当时只是意气用事，不该遭受如此后果，她愈发感到悲伤，父母的态度转变如此之快——她本该得到父母无微不至的关爱啊！在此，我们必须注意到，这名年轻女性的行为完全受到个人动机的主导，正是这种性格特征使我们得以深入了解为何她与父母的决裂对她产生了如此深刻的影响。

首先她的母亲虽然有着不少优点，却是一个严厉而又自以为是的女人。她对女儿的要求非常严格，虽然她对自己的丈夫唯命是从——至少从表面上看，但是她并没有完全放弃自己在家庭中的地位，相反，她在顺从中表现出了一些骄傲，并引以为荣。其次，他们家里还有一个被视作“掌中珠，心头肉”的儿子，他是家族香火延

续的希望，父母对儿子的关心远远多于对女儿的关心，这位女儿非常渴望扭转这种状态。婚后的生活艰难更让这名成长于相对安全环境的年轻女性对父母日益愤恨——父母从小就对我不公平！

一天夜里，将要入睡的时候，她迷迷糊糊中看到大门打开，圣母玛利亚走进来对着她的耳朵说：“亲爱的，因为我是那么的爱你，所以我必须告诉你一个不幸的消息，你将在今年12月16日死去，我希望你有所准备。”

这名年轻女性并没有被奇异的梦境吓着，她摇醒她的丈夫，把梦境的来龙去脉向他说得一清二楚。第二天，这名女性去就诊，并抱怨自己出现了幻觉。她坚持认为她真真切切地看到和听到了圣母玛利亚的出现和嘱咐。乍看之下，现实中似乎不可能出现这种情况，但如果我们运用精神方面的知识，这将会变得非常简单。纵观整个病史，我们总结为，一名天性好强的年轻女性表现出征服所有人的想法，她跟父母断绝了关系，过着穷困的生活。我们不难理解，对任何一个人来说，为了控制人间的所有事情，他最终必定会找到上帝并反抗他对人的约束。但如果这种与圣母玛利亚的交流发生在一名祈祷者身上，没有人会觉得事情会变得如此特别——这名女性的讨论还没完。

在从以上角度进行分析后，我们会觉得这些精神小把戏一点儿都没有神秘的地方。难道不是所有人都会做这样的梦吗？但这名女性的梦确实还是有点儿差别——她是在醒着的时候做的梦。我们还必须注意到，她的焦虑感加重了她的压力。在幻觉中，她虽然被自己的母亲拒绝了，但却被另一位母亲接纳。事实上，在传统观念里，“另一位母亲”指的就是最伟大的母亲——圣母玛利亚。这两位母亲的性格差别肯定很大。这位年轻女性之所以看到了圣母玛利亚，就是因为她的母亲没能出现。幻影的出现是对母亲未能关照自己的孩子的一种控告。

这名年轻女性正试图通过某些方法证实她母亲的错误。“12月16日”是一个非常重要的时间，在许多文化里，这是一年中人们联络感情、相互拜访、礼尚往来的时候，也只是在这个时候，她们母女和解的可能性才最大。因此，我们可以理解，这个特殊的时候对于这名迷失自我的女性意义非凡。

这名女性幻觉中令人感到奇怪的事情是，为何圣母玛利亚的友好出现带来的却是死亡的噩耗？事实上，从她对丈夫的描述中我们找到了答案：她的话很快就会传遍她那狭小的生活圈，而这正是一个确定父母是否会探望自己的最好时机。

几天后，圣母玛利亚再次出现并说了同样的话。这名女性问，她怎样才能让父母回心转意。圣母玛利亚说，她的父母不会原谅她犯下的错误。至此，一个意料之中的意外出现了——她征服母亲的欲望并不能给她带来快乐。

这时，我们试着联系她的父母，希望有机会了解一下他们的女儿的真实生活。结果，父（母）女和好如初，一切非常顺利，当时场面感人。但事后，女儿仍然感到不太满意，因为她觉得自己从父亲眼里看到了虚伪的眼光。她说，父亲让自己等了太长时间！虽然这名女性最后还是赢了，但她还是不能摆脱那种“证明别人是错的”的欲望，还是希望自己轻松得胜，而后得意洋洋。

通过以上探讨，我们可以得出这样的结论：幻觉出现在精神压力最大的时候，出现在他（她）担心自己不能实现目标的时候。毫无疑问，在科技发展落后的时候，幻觉对人们产生了非常大的作用。

现在，人们已经从旅行家和探索家的文字描述中获知幻觉的概念。显而易见，当生活处于危险中的时候，人们会产生压力，这种压力刺激受害者引发各种想象，使他们得以从沉闷的生活中得到短暂的解脱。此外，幻觉还会促使人们吸毒，因为吸毒

能够抚平他们的恐惧。

幻觉对我们来说已经不是什么新鲜事，我们已经在观察记忆和想象的发生过程中注意到类似的现象。如果我们继续对梦境进行解释，我们也将看到相同的结果。通过集中想象力和解除人体关键功能，我们很容易产生幻觉。在紧迫或危险的时候，在我们能力不足的时候，我们可能会想尽各种办法摆脱软弱感，并通过幻觉机制逃避它们。我们承受的压力越大，需要解除的关键功能就越少。在这种情况下，在听到“赶紧逃命吧！”的呼喊时，任何人都会用尽最后一点儿力气，拼命地跳上幻觉的诺亚方舟上。

错觉是一个跟幻觉密切相关的概念。唯一的不同是前者还保持了一定的外界交往能力，但是这种交往是歪曲的，而患者对情形的判断和感受到的压力大小是一样的。接下来我们将看到一个随着欲望的不同创造性思维既产生错觉又产生幻觉的例子。

一名出生于优秀家庭的男性由于接受了糟糕的教育而一事无成，如今，他在一家不起眼的邮局当小差。他曾经错过了一切让他变得优秀的机会，这让他悔恨不已。加之受到朋友的责骂，他感到压力日益增加。他开始喝酒，借以消愁，逃避失败。一段时间后，他因为被发现谵妄抽搐而送到医院。谵妄是造成幻觉的重要原因，在酒精中毒谵妄的状态下，患者通常会看到各种小动物，比如老鼠、昆虫和蛇。此外，患者的职业也可能促进幻觉产生。

随后，他接受了那些坚决反对嗜酒的医生的诊治。他们严格执行治疗方案，不久，患者似乎完全戒除了酒瘾。出院后，他在三年内滴酒未沾。一段时间后，这名患者又到医院看病，这次他出现了新的问题。他说，他时常看到一个男人露着牙齿对他狞笑，窥视他的工作。他现在的工作是给别人打散工。有一次，他感到非常愤怒，因为这名男人居然在嘲笑他！他抓起一把土镐朝那个人扔去，想看看他是真的存在

还是只是一个假象。那个人敏捷地闪开了土镐，并很快地发起反攻，把他打得鼻青脸肿。在这种情况下，我们不应该单纯按照假象的思维来解释，因为幻觉也会引起严重的肉体损伤。但我们不难对这种情况作出解释，这名患者经常产生幻觉，但这次他拿起土镐向着一个“真人”扔了过去。

虽然这名患者抑制了自己饮酒的冲动，但事实上，出院后他的病情日益加重。他丢了工作，被赶出家门，现在不得不以打散工为生——这种职业曾经被他和他的朋友所鄙视。这名患者所承受的精神压力并没有减少！戒酒后，这名患者实际上丧失了一种重要的慰藉心灵的方式。在过去，他虽然被家里人认为一事无成，但终归能够在酒精的帮助下正常工作。对他来讲，被骂作酒鬼总比干一份卑贱的工作要光鲜。这名患者接受治疗后再次回到现实中，但他的生活并没有比以前改善多少。要是他现在拒绝我们的治疗，他更没有什么东西可以安慰心灵，也没有什么东西可以寄托自己的失败感。酒精不再有效！

这种紧张的情况会重新诱发患者的错觉。他认为情况跟以往一样，自己依然是一名酒鬼。他通过这种行为向世界宣示：“我已经在酒精中毁了自己，现在谁也没有办法解决这个问题。”他烂醉如泥，渴望从别人的轻蔑中解脱出来，从痛苦的散工职业中解放出来，从生存或逃避的抉择中跳出来！在下次被送到医院之前，这种幻觉会一直存在。最后，他会安慰自己说，要不是饮酒毁了一生，他肯定会事业有成。这些语言让他产生了自我价值感。相比丢失工作而言，不丧失自尊更为难得。接着，他的所有努力都朝着“要不是饮酒，我也会事业有成”的信念发展。正是这种状态让他觉得自己并不比别人差，横亘在人生道路前方的只是难以克服的重重障碍。为了找到一个安慰自己的理由，他拼命挣扎求索，最终造成幻觉，看见一个男人在朝着自己狞笑，但谁又能保证这个“幽灵”不是他自尊心的救星呢？

五 不真实的层面

幻想

幻想是另外一种精神创造性能量。我们以往讨论的许多现象中都包含着这种幻想活动的痕迹。就像特定记忆可以反映意识的主要焦点和想象具有奇异的上层结构一样，幻想和白日梦成为了创造性精神活动的组成部分。预测和预先判断的能力作为所有可活动有机体的关键功能，对幻想的形成同样重要。幻想与人类身体的活动能力紧密相关。事实上，它只不过是人类预见未来的一种工具。

儿童和成人的幻想（有时候被称作“白日梦”）总是与未来有关，这些“空中楼阁”成为他们活动的目标，它作为一种虚构的理想状态指导着现实生活。对儿童幻想的研究明确表明，对权力的渴望在他们的活动中扮演着重要的角色。儿童的渴望表达在他们的白日梦中，他们的大多数幻想都是以“要是我长大了”等类似词汇开头。有很多成年人的生活过得就像儿童一样，我们明确强调“对权力的渴望”再次暗示着精神的发展离不开特定的目标。在我们的文明中，这种目标牵涉到社会认可和社会意义。任何一名个体都不会终生只有一个暗淡的目标，因为人类的群居生活总是一直伴随着自我评估，从而满足自身的优越感和成功竞争的欲望。在多数幻想的情境中，儿童都希望自己可以行使一定的权力。

但我们确实不必担心这是否会成为一种普遍情况存在，因为我们难以确定何种程度的幻想或想象才是错误的。我们的理论只能符合多种情况，但未必符合所有情况。好斗的儿童拥有更大的权力，因为他们自我保护的需求深受强硬的人际关系的影响；而体质较弱的儿童过着不太愉快的生活，他们的幻想力也很强，表现为专注于内心世界的倾向。在儿童发展的某一阶段，他们的想象力可能是逃避现实生活的一

种方式。被现实抛弃的人可能会滥用幻想，对他们来讲，幻想犹如带着人们乘着想象之风而起、飞离恶劣生活的魔毯。

社会感和对权力的渴望也在我们的幻想中扮演着重要的角色。在儿童的幻想中，对权力的渴望几乎总是跟它在社会生活中的应用相关。我们可以在救星或圣斗士打败邪恶和受压迫力量的幻想中明显地看出这个特点。另外一种常见情况是，儿童常常幻想着自己不是爹妈亲生的，许多儿童坚信他们是从另外一个家庭来的，以后他们的亲生父母——一些异能人士会过来把他们接回去，这在那些怀有深深自卑感的儿童中尤为常见。他们觉得自己得不到父母的爱和照顾，或总是被迫融入家庭生活，因此他们为自己虚构了一个新的家庭。这些过于空泛的想象还从另一种常见态度中得以窥知，这些儿童通常会模仿成人的行为。有时候，我们会发现这种幻想表现为一些几乎呈病理性的行为，比如，男孩想要使用父亲的刮胡膏；女孩的动作更为男性化，行动和衣着都接近男孩。

有的人还会说，有些儿童是没有想象力的。这是一种误解。无论是不善于表达的儿童还是被迫放弃幻想的儿童，他们都应该具有想象力。有的儿童可能会从压抑自身的想象力中体验到自己的强大。在极力适应成人真实思维的过程中，这些儿童坚信幻想是幼稚的，不值得沉溺。但在一些极端的例子中，儿童由于过度追求真实而完全丧失了想象的能力。

对梦的一般思考

除了前面提到的白日梦外，我们还必须讨论那些发生在睡眠中的重要而深刻的活动——“夜”梦。我们通常认为夜梦是对白日梦的一种重复。一些有经验的心理学家发现，人类的梦境明显反映了人类的不同性格。事实上，自有人类历史以来，梦就已经深刻地主导着人类的发展。无论在夜梦，还是在白日梦中，我们都尝试着勾

画、计划和引导未来生活往一个更安全的目标发展。两者的明显差异就是，白日梦相对容易理解，而夜梦很少为人们读懂。对于梦境的这种不可读性，我们应该习以为常。有的人可能会轻率地说，这种不可读性暗示着梦境是多余的、无价值的。对此，我们可以这样解释，梦境反射着那些竭力克服困难和维持未来地位的个体对权力的渴望。梦使我们可以深入了解人类情感生活中存在的问题。

移情和认同

精神不仅拥有感知现状的能力，还能凭直觉感受或猜测未来可能发生的事情，后者是所有可活动有机体的预见能力的重要组成部分，因为这些有机体常常面临着适应环境的问题。这种能力也跟认同或移情有关——人类的这两种能力已经发展得非常完善了，它涵盖的范围是如此广泛，以至于我们可以发现，它渗透在每一种心理现象中，是有机体生存的先决条件。为了在特定情境下做出准确的判断和预测，我们必须事先通过联系我们的思考、感受和理解形成合理的判断能力。我们有必要找到一个使我们既可以通过自身努力解决新问题，又可以通过谨慎的措施小心规避风险的办法。

移情发生于人与人的语言交往中。如果一个人不能够认同他人的角色，那么他将不能理解他人的思想。戏剧是最能清晰表达移情的艺术表现形式。剧作家通过运用各种技巧，使我们迅速地认同舞台上的角色，深入各种角色的内心。移情在日常生活中表现为，当我们注意到别人正处在危险中时，我们自身也会跟着产生一种奇怪的不安感。这种移情的作用是如此的强大，以至于虽然并没有真正的威胁靠近，我们仍然会不自觉地做出防御动作。例如，我们都会在别人的眼镜突然掉在地上的时候做出捡拾的动作；在保龄球场上，我们可能会看到一些运动员追着保龄球的运动轨迹，就像是他们可以影响它的运动一样。同样，在观看足球比赛的时候，看台上的

观众会不自主地倾向自己喜爱的球队。另外一个常见例子就是，当感受到威胁时，汽车中的乘客往往会做出刹车的动作；看到高楼大厦的窗户清洁工时，我们几乎都会产生某种程度的害怕颤抖；当公共演讲者因为忘记稿件内容而不能继续演讲时，台下的观众往往会产生某种焦虑和尴尬。我们生活的所有内容都在很大程度上依赖着这种身份认同的能力。如果继续探寻这种使我们的动作和感受跟别人几乎一样的能力的根源我们就会发现，移情是一种存在于所有人身上的天生技能。这是我们对独立个体统一于宇宙的普遍感受和反映，是人类必然拥有的一种特征，它使我们认同自身直接经验之外的世界。

就像社会感和团体精神具有不同层次一样，共情也表现为不同的层面。这种多样性甚至早在童年期就表现出来了。有些儿童与布娃娃玩耍，就像它们是真正的人类一样，而其他的人总是饶有兴趣地看着这些童真的行为。要是我们将群居精神从人类自身转移到动物或无生命物体上，人类的发展将会完全停滞不前。

仅当儿童几乎完全丧失社会感和无视自身与其他生物的关系时他们才会表现出对动物的残忍行为。这种天生缺陷造成的后果是，儿童只对那些无助于自身融入人类社会浪潮的事物感兴趣，他们只看到自己，而忽视了他人的喜乐伤悲。一旦这种从他人位置进行思考和加强人际交往的无能发展到一个严重的地步，这些儿童可能会选择完全拒绝跟他人合作。

影响、暗示与催眠

个体心理学回答着这样一个问题：“一个个体是如何影响他人行为的？”它指出，个体对影响的易感性正是人类心理活动的主要表现之一，除非一个个体可以影响他人的行为，否则我们的群居生活将难以实现。这种影响方式在一些关系中起到了至关重要的作用，比如，师生关系或亲子关系。由于人类具有天生的社会感，因此在

某种程度上，我们乐意受到他人的影响，而这种乐意程度的大小取决于影响的施加者对受施者个人权利的关注高低。我们不可能与敌人建立长久的友谊，却可以在充分保护他人权利的基础上，最大程度地对他人产生影响。这点在教育方面显得特别重要。虽然人们或许还能构想甚至实施一些其他类型的教育形式，但是一个充分考虑他人权利的教育机制将更加高效，因为它能很好地唤醒人类最原始的本能，即他们与全人类和宇宙的关联感。

但如果接受教育的对象是刻意逃避社会影响的人，这种教育机制将无效。这些逃避者并非只包括少数人，他们必定经历了一个漫长的逃避过程，直至最终公然与社会叫板。试图影响这一类人的行为是困难甚至是不可能的，从他们身上我们看到了人类猛烈地拒绝一切产生影响的行为的奇异现象。

我们可能会看到，一些受到环境压抑的儿童对教师的提问很淡漠。当然，如果外界压力足够强大，它将足以清除所有的心理障碍。结果，儿童会记住并遵守那些命令式的教导。但显而易见的是，这样的遵守并不会给社会带来任何好处。有时候，一些儿童会产生荒诞的想法，认为他们并不适合活着，因为他们奴隶般的顺从使得他们不知道自己真正应该干什么或想什么。培养儿童这种唯命是从的态度的危险性在于，随着这些儿童逐渐长大，他们会不加思考地服从一切命令，甚至是那些违法的命令。

帮派就是体现了顺从和支配的一个有趣的例子。执行帮派命令的人往往是一些小喽啰，而上级领导通常不会亲临作案现场。在帮派参与的大多数重大犯罪案件中，这些奴性的小喽啰一般都是替罪羔羊。一旦这种盲目的顺从深入骨髓，我们将不难发现，有的人会以自己的奴性为荣，并把它当成满足自尊的工具。

通过观察正常人的相互影响过程我们会发现，大多数容易受到影响的人都是崇拜推

理和逻辑，而且在社会感受到最小程度扭曲的人。相反，那些渴望追求优越感和支配感的人则很难被影响。这种情况在我们的日常生活中经常出现。

父母很少会责备自己的孩子盲从，却常常责备他们的叛逆。如果仔细观察这些孩子我们将发现，他们感到自己的行为被父母约束才会表现出反抗行为。他们想尽一切方法打破生活环境对自己的约束，他们的家庭方式决定了我们不能够用一般的方法教导他们。

我们对权利的渴望跟我们接受的教育成反比。此外，家庭教育的意义非凡。在大多数情况下，它促使儿童形成欲望，唤醒他们夸张的想法。这不是由儿童缺乏思考能力造成的，而是由深深植根于我们文化背景中的妄想诱发的。家庭就像社会一样，家长最关心的是谁最出名、谁过着最好的生活和谁受到了大家的崇拜。在以后探讨虚荣的相关章节中，我们将有机会看到这种以欲望为中心的教育如何损害我们生活的群体，以及健康的思维发展是如何受到欲望的阻碍的。

那些具有绝对服从性格的人很容易受到每一次环境细微变化的影响。他们就像是催眠师手中的玩物一样。你可以尝试一下，自己绝对服从身边任何一个人的命令，坚持、再坚持几分钟——催眠术就是利用了这种服从的性格！有的人可能会说，并且坚信自己很乐意被催眠，但事实上，他并没有做好服从命令的精神准备。另外一些人可能表现为意识层面的反抗，但在潜意识里，他们仍然乐意被催眠。在催眠过程中，被催眠对象的精神态度决定了效果的好坏。他们说了什么，他们在想什么，等等，实在是无关紧要。由于对这个概念模糊不清，人们通常听说的关于催眠的传闻都是假的。我们常常会担心那些表面拒绝催眠术，但实际上乐意听从催眠师指令的人，他们的催眠效果可能会因为命令的顺从程度深浅而时好时坏。患者是否乐意被催眠绝对不是由催眠师决定的，而是完全取决于受催眠对象的态度。

从本质上讲，催眠跟睡眠差不多，它的神奇之处在于，催眠要求存在他人的命令，而且只有那些乐意接受命令的人才会有较好的催眠效果。我们通常说，催眠的决定因素是被催眠对象的性格和品行。只有那些乐意服从他人命令，而且抑制了关键个人功能的人才会被催眠。催眠与普通睡眠不同，它强烈地控制着个人的活动能力，甚至被催眠者的运动中枢也会受到催眠师的调动。在正常的睡眠中，人们能够记住少许临近睡醒的梦境，但在催眠状态下，被催眠者只会记住催眠师指定的内容。关于催眠术最重要的一点是，在恍惚的催眠状态下，那些最能体现灵魂本性的关键能力几乎完全瘫痪了！可以说，被催眠者成为催眠师的一个工具，一个只听从催眠师命令的活死人。

大多数可以轻易影响他人的人都认为自己具有某种神秘而特殊的催眠本能，这给我们造成了很大的困扰。当然，这指的不仅是他们的恶意行为给舞台催眠师造成的麻烦，还包括其他各种各样的问题。这些自吹自擂的家伙做出了完全反人性的行为，以便利用一切手段达到自身卑劣的目的。在此，我们无意否认他们确实曾经做了一些正当的事情。人类这种动物啊！你总是不幸地盲从，成为那些伪装异能人士的俘虏。为何盲从而不检验权威的人会有如此之多？公众简直就是在自讨苦吃！他们彻头彻尾地吞下那些荒诞不经的谎言却居然没有一个人会提出客观的质疑！这些谎言绝不会给群居生活带来一丝的和平，却只会一次又一次地加重被骗者的仇恨。世界上没有一辈子成功的舞台催眠师，他们会频繁地遇到一些所谓的来访者，被他们当猴子一样戏耍。有时候，这些来访者也包括一些重要的科学家，他们来访的目的是为了逞强，证明自己的能力。在一些情况下，催眠师会遇到真假难辨的患者——被催眠者是一名撒谎老手。这些人在一定程度上玩弄了催眠师，却又会对催眠师的指令言听计从。在这个意义上，真正起作用的绝不是催眠师的能力，而是被催眠者受影响的乐意程度。要不是催眠师的自吹自擂，根本就不存在影响被催眠者的神奇力

量。那些习惯了理性生活的人，那些自主决策能力较强的人，那些不会未加批判就接受传言的人都不能够被催眠，更不会显示出任何心灵感应的能力。催眠术和心灵感应术都是奴性服从的外在体现。

话已至此，我们必须进一步考究“暗示”这个概念。如果我们将它划分到印象和刺激这一大类概念中，我们的理解会更简单一些。显然，一个人不会“偶尔”受到刺激的作用，而是经常受到外界无数刺激的作用。此外，刺激绝不是简单的感知，每一种刺激都有其作用效果，而印象从一形成开始，就持续不断地影响着我们。当印象表现为他人的请求、争辩和说服的行为时，我们就称之为暗示。在这种情况下，先知先觉的人会改造或强化目标人群的某种观点，真正的困难在于，不同的人对外界相同刺激的反应差异巨大。个体被影响的程度跟他们的自主独立能力紧密相关。

在关联中，我们必须小心观察以下两类人群。第一类人总是过分在意他人的意见，而不加分辨地妄自菲薄。这类人很容易受到暗示或催眠的影响。第二类人将所有刺激或暗示都看做一种无礼行为，他们总是认为只有自己的意见才是正确的，却从来不会在意它们的客观正误，他们无视别人的所有意见。以上两类人都存在着某种程度上的软弱感。第一类人表现得唯唯诺诺，第二类人表现得妄自尊大。虽然后者常常声称自己开诚布公，却摆脱不了好斗的天性。他们强调自己的坦率和理智，只是为了加强自己独一无二的位置。对这些顽固不化的人，我们很难做出任何改变。

六 自卑情结

童年早期

现在不难理解为何那些成长在不利环境中的儿童跟成长在充满关爱环境下的儿童对生活 and 同伴拥有截然不同的态度。我们可以得出这样一个原理，即残疾儿童在

很早的时期就已经体会到生活的艰辛，且在大多数情况下，这阻碍了他们社会感的发育。他们一般不会尽力理解他人，而是以自我为中心，注重自己给他人留下的印象。肢体残疾所引起的问题同样也可能会给潜在的残疾人士带来沉重的社会和经济负担，并使他们对世界怀有敌意。

儿童在很小的时候就已经产生了这种稳定的性格倾向。这些儿童早在两岁的时候就已经体会到，跟同伴相比，自己可能在某种程度上对生活的适应性更差。他们不敢参加同伴的游戏和娱乐活动，过去的种种缺陷使他们觉得自己被生活忽略了，从而表现出一种焦虑的期待行为。我们不能忘记，儿童在生活中处于一个低级的依赖地位，一旦他们离开了一个具有社会感的家庭将不能独立生存。通过观察儿童的软弱和无助行为我们意识到，从一开始，他们就产生了一种根深蒂固的自卑感。儿童迟早都会意识到，他们将不能独自处理横亘在生活道路前方的所有苦难。这种自卑感是所有幼稚行为的驱动力和起点，它决定了儿童将通过何种方式达到内心的平静和获得安全感，决定了儿童生活的终极目标及其实现方式。

儿童受教育的潜能与他们的身体条件密切相关。他们对知识的吸收能力由两方面因素决定。第一方面是被自身夸大、强化的自卑感，他们难以逃避这种感觉；第二方面不仅包括对安全感、内心宁静和社会地位的强烈追求，还包括对环境的征服感和对同伴的支配感。具有上述特点的儿童往往很容易走上歧途。他们是人们眼中的“问题”孩子，因为他们企图打败所有人，认为自己已经被环境和他人所抛弃或歧视。上述两方面因素不可避免地造成了儿童人生发展过程中的性格扭曲、信心不足和频繁犯错。实际上，所有的儿童都有可能会经历畸形发展，他们总会在某一个时刻感受到内心的不安定。

因为所有的儿童都会在成人的环境中生活，所以他们总会认定自己处于一个幼小、

虚弱和难以独立谋生的地位。他们甚至不敢做很小的事情——虽然成人认为儿童完全有能力正确而高效地完成它们。我们很多人的童年犯错就是从这个时候开始的。一旦我们的要求超过了儿童的行动能力，他们就会表现出无助感。有些成人故意利用这一点，有意识地让孩子感受到自身幼小和无助的处境；有的人将孩子看作活蹦乱跳的布娃娃，与他们逗乐；有的人将孩子看作一份珍贵的礼物，视为掌中明珠；还有的人希望孩子感到自己对社会的无用。父母或成人表现出来的以上种种态度经常会让儿童觉得自己唯一应该迎合的两样东西就是长者的喜好和厌恶。

父母给孩子造成的自卑感可能会因为某些特殊的文化而得以强化。这些文化认为，人们无需认真地跟孩子交往。儿童常常得到这样的印象，他们可有可无，没有任何权利；他们存在的目的就是为了被人们参观，而不是为了表达自我；他们必须时常表现出谦恭有礼、举止文雅，等等。许多儿童非常忌惮自己被别人嘲笑。奚落儿童简直就是一种犯罪！它给儿童的精神打上永久的肮脏烙印，这种烙印时常体现为成年后的生活习惯和个人行动。我们很容易就可以辨认出那些童年饱受嘲笑的成人，他们总是担心自己会再次被别人嘲笑。不认真地跟儿童交往的另一种恶习是，人们常常告诉儿童一些“显而易见”的谎言。这导致他们不仅开始怀疑自己生存的世界，而且开始质疑生活的严肃性和真实性。已有案例记录了这样的一种情况。当被问及他们对学校的印象时，那些在学校里经常无缘无故地受到同学和老师嘲笑的孩子认为，学校在他们眼里只不过是父母撒的一个谎，根本不值得重视。

补偿感：为获得他人认可和内心优越感的一种奋争

自卑感、不自信和不安全感决定了一个人生存的目标。从人类出生开始，我们就表现出爱出风头和企图吸引父母注意力的倾向。这给我们的第一个提示就是：渴望被认可与自卑感同时存在于个人的内心，其目的指向是获得一种征服环境的快感。

一个人社会感的大小和类型决定了优越感的目标。我们通过对比个人优越感的目标和社会感的大小，从而判断个体（包括成人和儿童）的品行。这些目标具有积极意义，要么使人获得优越感，要么提升了个体自我价值感。这些目标使我们的生活经历变得富有价值，它连接并协调着我们的感情，塑造着我们的想象世界，激发着我们的创造力，并决定了我们应该记住和忘记哪些内容。现在，我们可以体会，感受、情感、情绪和想象力其实是相互联系的，而且这些精神活动的不同部分受到我们对某一个目标的追求的影响。我们最初的感知为这个目标所扭曲和重新塑造。可以说，它是影响个性最终发展方向的隐性因素。

我们的行动是基于一个人为设定的固定点，我们不能在现实中找到这个点。换言之，这是一个虚构的点，这个虚构的点必然存在，因为我们的精神活动存在缺陷。这个点非常接近于我们在科学理论中使用的虚构概念。例如，我们通过不存在但非常实用的经线将地球分成多个部分。虽然进一步思考迫使我们承认这种假设的心理学固定点就像经线一样并非客观存在，但是我们必须承认，这种假设的目的仅仅是为了引导人们走出真实世界的困扰，看清某些变量的相互关系。这样做的好处就是，一旦认准了某一个固定点，我们就可以根据这个点对所有感觉和情绪做进一步分类。

从这个角度看，个体心理学创造了一套探索性的系统和方法——将人类行为看作各种关系的最终作用形式，这些关系由具有天生能力的人在追求某一目标的过程中产生。我们的生活经历也表明，这种假定的奋斗目标不仅可以方便我们理解人类行为，而且它与人类生活实际上也非常一致，包括意识层面和潜意识层面的生活。对某一目标的追求和精神的的目的性既是一种哲学意义上的假设，也符合基本的事实真相。

如果有人问，我们怎样才能最大程度地避免产生对权力或优越感的渴望——它们是我们文明的魔鬼，我会回答说，达到这个目的非常困难，因为我们这种渴望在我们尚未能很好地表达自己时就已经开始形成。但我们可以等到孩子长大了再改善和消除这种渴望。与儿童共同生活并不会有助于提高他们的社会感，从而使他们对个人权力的渴望消失。

更困难的问题在于，儿童并不会公开表明自己对权力的追求，而是伪装成对关心和爱护的索求。他们的行为存在一些假象，他们希望通过这种方式不让人们发现自己对权力的渴望。对权力和安全感的疯狂追求可以破坏儿童的正常心理发展，可能使勇敢变为粗鲁、顺从变为懦弱、温柔变为一种狡猾的争取支配感的手段。最终，儿童的所有自然感受和举止都会带有某种程度上的虚伪，其最终目的是为了征服生活的环境。

教育通过意识和潜意识层面的作用补偿他们的不安全感，其方式包括教会生活技能、培养理解能力和发展对人类的社会感。无论它的实施方式是如何多种多样，所有的这些手段都是为了帮助处于成长期的儿童克服自身的不安全感和自卑感。我们观察儿童形成的性格特征，从而判断干预的效果，其原因在于性格特征反映了个人心理活动。因为不同儿童对自卑感的理解不一样，所以我们无从对儿童心理至关重要的不安全感 and 自卑感进行定量测量。

我们不能期待儿童在某一场合具有精准的自知力，甚至成人也未必具有这种能力。这种能力的缺失会引起一些问题。那些成长环境过于混乱的儿童必定怀有更大的自卑感。当然，这种自卑感的大小存在着个体差异性。从总体上来说，儿童的自卑感大小随着时间产生波动，直至最终固化，并以自我评价的方式表现出来。这种自我评价是“固定”的，它影响着儿童此后的所有行为。具体的日常行为或固定的自我

评价指引着儿童，使他们做出补偿行为，以减少自卑感。

我们可以举出一些例子来证明儿童总是尽力通过某种补偿机制减少灵魂的自卑感。我们都知道，一些关键的生命器官在受到疾病或外伤的损害后，其功能将会被增强。当机体发生循环障碍时，心脏似乎从全身获得了新的力量，不断扩大，直至能够替代正常的心脏功能。同理，灵魂产生自卑感或无助感后，也会通过各种手段克服这种“自卑情结”。

过强的自卑感会使儿童认为他们无法克服自身的软弱，使他们的行为朝着反方向发展。在这种情况下，对权力和支配地位的奋争被放大并强化，从而产生了所谓的病态奋争——平凡的人际关系将得不到满足。这些儿童的强烈欲望让他们夸大自身的优点，表现出一定的目的性。那些受病态权力驱动的儿童企图通过一反常态、做事鲁莽、躁动不安和心血来潮等方式保证自己在生活中的关键地位，却一点儿也不会考虑到别人的感受。他们的行为特征表现为发狂地追求被夸大的支配能力。他们对别人权利的侵犯反作用地威胁着他们自己的权利——他们站在世界的对立面，同时，世界也拒绝了他们。

但这些特征并非都是显而易见的。一些儿童对权力的追求并不会使他们立即发生社会矛盾，而且他们的欲望在一开始的时候不会表现出一丝的反常。一旦我们仔细研究他们的活动和成就，将会发现这些人的努力并不会给社会整体带来好处，因为他们的欲望本身就是反社会的，经常使他们阻碍别人的发展。随着时间的缓慢推移，他们逐渐地表现出其余的性格特征。他们的人际关系慢慢地带上了反社会的色彩，集中表现为骄傲自满、虚荣和不惜一切代价过得比别人好的欲望。上述最后一种欲望可能不易于为人觉察，因为他们的相对优秀是基于对其他竞争个体的贬低的。其核心问题在于，他们与他人之间存在着“距离感”，使他们脱离了所生活的世界。

这种做法不仅对社会造成了危害，而且给个体自身发展造成了障碍。个体经常沦陷于生活的黑暗面，无任何生活乐趣可言。

一些儿童拥有对夸张权力的极度渴望，声称自己已经征服了自然环境，拒绝执行日常任务或承担生活责任。如果我们以理想社会的个体作为参考，很快就能计算出这些被权力扭曲的儿童的社会学指数，即他们与同伴的脱离级别。在身体缺陷和自卑感理论的基础上，我们对人性的深入解释提示，这种性格特征源于既往精神发展的障碍史。

关于人性的真正知识让我们意识到障碍史是精神健康发展的重要组成部分，但只要我们充分地发掘自身的社会感，它给我们带来的损害就会被远远地削弱。我们也可以帮助人类意识到这一点。我们大可不必愤慨地嘲笑搬运工的身体残疾或不完美的性格特征，因为他们根本没有必要为这些事情而负有任何责任。我们必须尊重他们发怒的权利，且不应忘记我们也是造成这种后果的参与者，因为我们在消灭社会悲剧源头和控制社会悲剧发生方面的工作做得太少。坚信以上这种观点有利于我们最终改善社会生存环境。

这些儿童不应当被看作低等的、无价值的社会弃儿，而应该被看作我们的同伴；我们创造的环境应当使他们觉得自己就像任何正常人一样具有生存价值。说实话，看见严重残疾的人会使我们的内心产生不安，这很好地反映了我们应当接受适当的社会教育，且使我们意识到，我们的文明已经亏欠这些饱受折磨的人太多了！

不言自明，先天性缺陷的儿童一出生就背上了不必要的心理负担，并最终造成彻底悲观的世界观。有的儿童由于各种原因，自卑感被强化了，尽管他们的器官缺陷实际上小到几乎可以忽略的地步，但他们还是会陷入类似的困境。通过人为强化的自卑感使儿童觉得他们一来到这个世界就已经带有严重的肢体残疾。例如，在儿童关

键成长时期执行过于严格的管教可能会造成这种不幸的后果。刺痛儿童早期心灵的荆棘一日不除，儿童逃避世界的冷酷的行为就不会消失。他（她）可能逐渐认为自己生活在一个缺乏爱和情感的世界，生活在一个完全脱离的世界。

举一个生动的例子，有一名病人一看到我们就说自己的责任感是多么强，所有的行动是多么重要，但是却不能忍受自己跟妻子的痛苦关系。这对夫妻总是习惯于计算生活中每一件事情的精确价值，并以此作为使对方屈服的理由。争吵、责骂和侮辱不可避免地让他们渐行渐远。这位丈夫的社会感真是弱小！他的妻子和朋友都遭受了这种优越感欲望的损害。

倾听他的生活叙述，我们得到了以下事实：在十七岁之前，他的身体发育不良。他的声音听起来就像一个小男孩；他没有体毛或胡子；他是学校里最瘦小的同学之一。现在，这名患者已经三十六岁了，目前身体状况正常、发育良好。他的身体素质显然已经跟上了同龄人，虽然起步较晚，但营养发育良好。他已经忍受了八年的发育不良，在这个过程中，没有人告诉他大自然最后会补偿这种身体的不足，他饱受折磨，认定自己必须时常表现出一个“小孩”似的动作。

应该注意到，这八年可能是患者目前性格特征的起点。他的行为凸显自己的重要性，仿佛每一个动作都被赋予了最有意义的价值。他精心谋划的每一件事情总是为了吸引众人关注的目光，随着时间流逝，他慢慢地形成了今天的性格特征。结婚后，这名患者一直忙于向妻子证明自己的强大能力和超乎想象的重要性，但是，妻子却总是花时间证明他的价值并没有那么大！在此情况下，这种可以追溯至订婚之前的情感崩溃很难被修复，并完全崩解。本次患者来访原因是婚姻的破裂加速了残存自尊的毁坏。为了帮助这名患者，我们先让他从治疗师那里学会如何理解人性，然后让他辨别童年所犯的错误。这种错误的自卑感评价干扰了患者的正常生活，直

到最终接受治疗。

生命的图表与宇宙的景象

在谈及这个话题的时候，我们很容易就可以举出关于患者的儿童经历和真正的疾病之间关系的例子，而最为确切的表现方式莫过于绘制生命的图表。经历和疾病这两个点由一条直线连接起来。在大多数情况下，当我们绘制这种图表时，我们采用精神曲线记录个体的精神发展，用其他曲线记录个体从儿童早期就已经产生的行为模式。有的人可能会说，我们贬低了人类的伟大命运，因为我们采用了过于简化的模型；而其他人则说，我们否认了人类是自身命运的掌控者，对自由意志和人类判断力不屑一顾。如果就自由意志而言，这种指责并不是错误的。我们面对着一个固定的行为模式。它的最终形状可能会发生细微的变化，但其关键部分、发展势头和本质内涵从儿童早期开始就不会发生变化。虽然随着个体的成长，这种模式会受到他们与成人世界的关系的影响，但它仍然具有决定性意义。在反思的过程中，我们必须了解个体的早期童年经历，因为婴儿早期的印象影响着成长期的发展和他们应对未来挑战的策略。在应对挑战的时候，儿童会用尽天生的所有身体和精神能量。他们在婴儿早期承受的特殊压力让他们形成了丰富多彩的生活态度，并决定了他们对世界的原始看法，即宇宙观念。对于人们在婴儿期过后的“本性难移”，我们不应该引以为奇——他们成年期跟婴儿早期的态度表现方式可能差异很大。

因此，我们不应当让小孩子经历那些可能会引起错误生活印象的事情。在这个方面，儿童的身体强度和耐性起着至关重要的作用。他们的社会位置和教育者的特点也同样关键。虽然在一开始，儿童对生活表现为被动性和反射性，但是随后他们对生活的反应可以朝着特定目的进行。身体的需求是调节儿童原始痛苦和快乐的平衡棒，但很快他们就学会了如何绕开和躲避这些原始需求带来的压力。这种现象发生

于“自我发现期”，在此时期，儿童开始称呼自己为“我”。也正是在这个时期，他们完全发现自己在环境中处于一个固定位置。这个位置不是中立的，因为它迫使儿童改变生活态度，让他们基于自身世界的需求、幸福观和自我价值调整个人与环境的关系。

如果我们回忆一下关于人类目的论（目标导向）的内容，我们将会发现，儿童的行为方式背后隐藏着一个特殊的根深蒂固的统一性原理。在那些具有清晰精神目标的来访者中，我们看到他们认为人际交往是看不见、摸不着的东西，因而感到压力较大。

就像有的儿童在学校和家里的行为完全不同一样，有的成人表现出反向性格特征，而他们的真正性格往往难以为人觉察。同理，两个不同的人的外在动作和表现上可能完全一样，但是，他们的内在行为模式却会截然不同。当两个不同的人做着同一件事情的时候，他们依照各自鲜明的方式进行；而当他们做着看起来不同工作的时候，他们却采取了同样的方式。

这种模糊性令我们永远也不能将精神的外在表现当做一种孤立的现象进行研究，相反，我们必须通过评价人类行为的总方向来研究心理学。只有将某一现象放入个体的整个生命历程中进行评估，我们才能真正理解它的本质作用。只有在确保个体的每一种外在表现都是他们总体行为模式的某一层面之后，我们才能深入考察人类的思考方式。

如果理解了为何所有的人类活动都是为了奋力达到某种目标以及它是如何受到现状及过去的影响，我们就能够把这个原理应用于最可能犯错的领域。犯错的原因与我们不正当的心理素质有关，我们对过去的成就感到沾沾自喜。通过这种方式，我们不断地强化个人的生活模式，它的形成离不开我们对事物的非客观分析，我们在自

身意识或潜意识的基础上收集、转换并同化所有个人感觉。科学本身可以指引上述过程朝着正确的方向发展，并最终纠正错误的行为。至此，我们将通过一个例子对以上讨论进行总结，并以我们已经掌握的《个体心理学》知识从多方面分析和解释所有现象。

一名年轻女性来访，抱怨自己糟糕的生活。她说，自己不满足于整天被各种琐碎的工作、事情打扰。从她的外表来看，我们可以知道她是一名急性子的人，眼神充满了焦躁不安。她对自己必须做的各种简单的工作充满了重重焦虑。从患者家属和朋友的叙述中我们得知，她对所有的事情都是尽心尽力，似乎就要被巨大的工作压力打垮。我们得到的总体印象是，她是一名对所有事情都非常严肃的人——一种常见的性格特征。她的其中一位家庭成员给我们提供了支持信息：“她总是喜欢小题大做！”

让我们一起沿着这种“小题大做”的思路，看看它对一群人和夫妻之间的行为影响。我们忍不住产生这种念头：“小题大做”可能正是个体对世界的一种呐喊，希望不再继续被施加更多的压力，因为自己已经到达最大负荷的边缘。但是我们尚未知道这名女性的性格特点，必须诱导她说出更多信息，必须小心留意那些不起眼的细节，不能尝试去支配这名病人，因为这会激怒她。在建立自信之后，她向我们滔滔不绝地讲起了各种故事。我们很快得出这样的结论：她的生活只是为了达到单一的目标。她的行为正在向某些人（可能包括她的丈夫）表明，自己再也不能承担更多的家庭责任或义务，而应该得到更多的关心和照顾。随后，我们进一步推测，所有的这些行动肯定源于过去的某一个时间点，当时她的个人需求未能得到满足。我们成功地引导她说出了自己的心事。多年以前，她曾经度过了一段极度缺少关爱的时期。现在，我们应该可以更好地理解她的行为了。她的“小题大做”是为了强化自己对关爱的渴望，防止再次陷入缺少温暖和关爱的境地。

她对自己的分析也支持了我们的结论。她提到一名具有截然不同性格的朋友，这名朋友在面对不幸婚姻的时候选择了逃避。有一次，她看见这名朋友站在客厅中，一边翻看着书籍一边以厌倦的语气对丈夫说：“我真不想做这顿晚饭。”这激怒了她的丈夫，他开始用各种刻薄的语言进行讽刺。对于这件事，这名患者说：“如果我遇到这种情况，结果会好得多！没有人会骂我，因为我从早到晚都在忙于做家务。即使家里的午餐做迟了，也不会有人发出任何怨言，因为我总是被叫去做其他各种事情。我是不是应该放弃这种方式呢？”

我们可以猜到这名患者正在想什么。她希望以一种平淡的方式获得某种程度上的优越感，却不会因为渴望关爱而受到他人的责骂。这是一种很成功的策略，我们很难劝告她放弃这种做法。但这种做法还引发了其他的一些问题——她所得到的关爱（同时也是一种支配感）永远都不会达到足够的强度。这引起了一系列问题。一旦屋子里的东西放错了位置，她就不能继续干任何事情。太多未干的事情使得这名患者时常头痛，她的睡眠永远都不会太安稳，因为她总是在担心自己的过去、现在和未来。应邀赴宴是一件很重要的事情，而各种各样的繁琐准备工作却让人望而生畏。因为每一件微不足道的事情对她来讲都是异常关键的细节，她将赴宴看成了一种需要千万次准备的任务。我们能够在某种程度上推测，她要么最终推辞赴宴，要么至少会迟到。她的社会感总会受到某些方面的制约。

在婚姻生活中，许多情况都因为这种对关爱的渴望而被赋予了特别的意义。例如，我们不难想象，伴侣的一方有时候肯定会因公出差、参加夜晚聚会或出入他（她）所感兴趣的俱乐部。这时，如果另外一方被冷落在家里，是否会有损夫妻之间的爱意和关心呢？乍看之下，我们可能会说，结婚就意味着婚后双方都必须尽量待在家里。这种有趣的观点不可避免地带有片面性，因为对于工薪家庭来讲，单纯地追求家庭生活几乎是不可能的。各种各样的问题总会不可避免地困扰着婚后生活，而在

以上的案例中，这些问题的出现太快了！有时候在深夜里，丈夫蹑手蹑脚地溜进被子里，企图尽量不惊动妻子，但他立刻发现，其实妻子并没有睡着，于是他的内心充满了愧疚。

其实，我们已经不必做进一步的表述——因为对于问题出现在哪里已经不言而喻。但同时我必须指出：在婚姻生活中，不仅仅是女方会玩这种“游戏”，许多男人也会做出这种事情。我们只需明白，对关心和照顾的渴望可能会以不同的形式表现出来。对于患者而言，这种形式可能是丈夫必须在夜间出行，于是妻子说：“亲爱的，不要太想念家里。你很少参加交际活动，所以尽情享受这个夜晚吧！”虽然她用嬉戏的口吻说这些话，但是她的话语却深含意义。她所想的并不是所说的意思，而深入的观察为我们揭示了这种联系——她并不希望让自己看起来过于严肃。从外表上看，她的语言令人心悦诚服，她的态度很真诚。但事实上，她透过话语向丈夫下了最后通牒。丈夫因为得到妻子的授权，所以可能会在外面待到深夜。结果，妻子会觉得自己遭受了严重的伤害，而且如果丈夫是为了满足自己的意愿而待在外面，她也会产生一种被轻视的感觉。她曾经说过的话让所有的事情都变得微妙起来。她与丈夫形成了一种直接的“同伴关系”，而丈夫虽然参加了社交活动，但是仍然愿意听从妻子的意愿。

现在，让我们将这种对关心和照顾的渴望与以下的新想法联系起来，即只有当她处于命令者位置的时候，才能处理身边发生的事情。我们马上意识到，在她的整个生命历程中，其驱动力来源于不甘于做第二名的决心。她总是希望保持支配地位，绝不允许任何批评将自己从安全的位置上拉下来，从而一直处于自己小宇宙的中心。我们可以从她的所有生活中发现这种决心。例如，如果被告知即将更换清洁女工，她将会变得异常激动。很明显，她希望自己能够像支配旧的清洁工一样压制新的清洁工。同理，如果她必须离开家庭这个可以确保自己支配地位的地方，突然进入一

个自己完全不能支配的世界，她也会变得反常的兴奋。在这个世界中，她必须躲避所有的阴谋。事实上，她处于一个从属的地位。如果我们能够知晓她在家里的专横行为，就很容易理解令她感到兴奋的原因及其背后的含义。

这些性格特征通常披着赏心悦目的外表，以至于乍看之下，没有人会认为说话者同时也是一名受害者。但这种受害经历确实会产生巨大的破坏。我们可以想象，一个刻意放大和夸张这种压力的人，不敢乘坐公共汽车，因为他不能控制公共汽车的走向；在严重情况下，这种惧怕可能最后让受害者不敢走出家门。

从这些受害者的疾病进展中我们可以看到，童年印象对个体的后续发展发挥了重要影响。我们不能否认，从她的角度来看，这名女性事实上并没有犯错。让一个人的态度和所有生活都朝着追求温暖、自尊、荣誉和关爱的方向进行，让她不时地感受过重的压力和筋疲力尽终究不是一件坏事。事实上，这是抵挡外界批评的最好方法。它不仅可以迫使他人采取温柔的态度，而且也可以绕开所有干扰她的哲学世界平衡的因素。

如果我们追溯这名患者的早期生活经历就会知道，在学校期间，她一旦不能完成家庭作业，就会表现出极度的消沉，从而迫使老师采取温柔的方式对她。她也是家里年纪最大的孩子，有一个弟弟和一个妹妹。她常常跟弟弟打架，虽然他是三个孩子中最讨人喜欢的。她认为大家关注自己的家庭作业是一件特别令人苦恼的事情，而真正值得关注的个人成绩（她一开始曾经是一名好学生）却残酷地被人所忽视。最后，她再也不能忍受这种做法，叨叨不休地抱怨大家应该注意到自己的个人成绩。

从以上的讨论我们可以得知，这名年轻女性渴望平等。从童年早期开始，她就怀有一种自卑感，并希望尽力克服这种感觉。她在学校表现出的行为就是成为一名坏学生。这对她来讲，并不是什么好事情，却符合她对世界的幼稚看法——这是一种得

到他人关注的最好方式！她的一些恶作剧似乎是有意而为之，因为她曾经大声宣布：“我想成为一名坏学生！”

但她的父母并不认为孩子在学校成绩差是一件糟糕的事情。这引发了一个有趣的现象：受妹妹事件的影响，她突然在学习上表现得非常突出。妹妹在学校的表现非常糟糕，但母亲对她给予了极大的关心——妹妹的问题出现在其他方面上。在我们的例子中，患者只是学习成绩较差，但她的妹妹却在行为举止方面出现了问题。因为相对于学习成绩较差而言，行为出现问题可以造成更恶劣的社会影响，更容易得到母亲的关注。错误的“紧急”行为迫使父母放下手头的所有工作，专心孩子的问题。

争取平等地位的战斗就此结束，但是，一场战争的终结绝不意味着永久的和平。没有人会甘于风平浪静的生活。所以，这名女孩发现了其他可以吸引他人注意的方法，这些方法最终给她的性格形成造成了不可磨灭的影响。现在，我们完全可以理解为什么她大惊小怪、匆匆忙忙和发疯似的追求忙碌生活了——所有这些活动都是演给她父母看的，其目的在于吸引父母的注意力。同时，这也是对父母不能平等对待所有孩子的一种控诉。当时父母的态度从根本上影响了她今天的行为。

我们甚至可以进一步深入研究这名女性的生活。她记得很清楚，自己小时候总是很喜欢欺负刚出生的弟弟。只有当母亲制止她的时候，她才肯罢手。当时，她的年龄是三岁。即使是在那么小的年纪她也能感受到，因为自己是一个女孩儿，所以父母并不会投入太多的关注。她还记得，自己曾经在许多场合倾诉渴望成为一名男孩儿。弟弟的出生不仅迫使她离开温暖的安乐窝，而且还深深地侮辱了她。因为作为一个男孩儿，她的弟弟所享受的成长条件比她之前的要好得多！为了补偿这种缺失的爱，她采用的方式就是让自己看起来总是忙于工作。

现在让我们对她的一个梦境进行解释，借以说明这种行为模式是如何深深地植根于她的灵魂深处的。在梦境中，她正在跟丈夫交谈，但她的丈夫看起来并不是一个男人，而是一个女人！这是她对个人经历和关系进行解读的所有想法的基础。这个梦境提示，她已经和丈夫建立了平等的关系，丈夫不再像是弟弟一样支配自己生活的人，而是一名女性。这两名女性不存在任何地位的差异。在梦境中，她获得了自己从童年期以来就一直期待的东西。

综上所述，我们已经掌握了联系两个不同精神发展点的方法。我们已经发现了她的生活方式、生命曲线、行为模式，而且通过以上多方面观察，我们得到的统一印象可以归结为：这名患者正在尽力通过温柔的方式获得支配地位——就像打出了温柔的铁拳一样。

七 精神特征

准备生活

个体心理学的基本原则之一，就是所有的精神现象都指向共同的目标。在前面对精神发展的讨论中，我们看到个体总是在为未来做准备。在这个预想的未来中，个体似乎总是能够实现自身的价值，这是一种普遍的人类情感体验，没有人可以避免这一过程，所有关于未来理想国度的神话、传说和冒险故事都与这种情感体验有关。关于天堂的存在，以及随后对回归天堂的渴望几乎是所有宗教的信仰之一。人们普遍信奉的关于灵魂不死和投胎转世的传言很好地向人们表明了灵魂死后可以到达一个全新的国度，每一个结局完美的童话都传达着人们对幸福未来的信念。

在儿童的成长过程中，有一种非常重要的现象明显地表达了人类对未来的准备——游戏。父母和教师不必认为“游戏无益”，而应当将此看作是一种教育的辅助手

段，以及刺激儿童精神、想象力和生活技巧的发展方式。每一个游戏都蕴含了儿童对未来生活的准备，儿童开始游戏的方式、对游戏类型的选择和他们在游戏中所扮演的角色均暗示着他们对环境的态度、与环境所建立的联系和他们对待人类同伴的方式。他们是恶是善，以及是否具有领导能力，在游戏中都暴露无遗。通过观察儿童的游戏行为，我们可以看到他们对生活的总体态度。游戏对每一个儿童来说都是至关重要的。

但游戏所代表的含义还远远不止这些。在所有社会活动中，它是最重要的能够发现儿童社会感的方式。对于逃避游戏和玩耍的儿童，我们不得不质疑他们是否已经具备了对生活良好的适应能力，一旦他们被要求参与到其他孩子的游戏中，他们经常会给大家造成“无趣的结局”。骄傲、自卑和担心做错事是这个群体的三个主要特征。一般来说，通过观察儿童在游戏中的表现，我们就有把握断定他们社会感的大小和性质。

优越感也可以从游戏中体现出来。我们可以从儿童做事的方式和他们对能够满足自身领导欲望的游戏的参与程度中发现这种感觉。我们几乎找不到不具有以下因素的游戏：对生活的准备、社会感和对支配感的争取。

此外，必不可少的游戏组成因素还包括儿童表达自己的机会。在游戏中，儿童或多或少地都具有独立选择权，他们的表现受到与其他儿童互动的影响，有许多游戏特别强调了这个创造性因素。在未来职业准备的过程中，这些游戏为他们创造了锻炼自身创造性精神的机会——此点尤为关键。在许多人的生活故事中，那些小时候给洋娃娃做衣服的人最终成为裁缝的例子并不少见。

游戏在无形中暗含着精神。换句话说，它代表了一种信念，必须严肃对待。不让儿童做游戏并不是一个无关要紧的事情，游戏永远都不应该被看成打发时间的方

式。从对未来准备的角度考虑，儿童在游戏中表现出来的一些品质也将被带到他们的成年生活中。总之，如果我们了解了一个人的童年，将能够更准确地评价他的行为。

注意力及其分散

注意力是位于所有成功人士心理特征首位的因素。当我们将精神聚焦在外界或体内的一些事情时，我们会产生一种特别的张力感。它不是弥散于我们的整个身体，而是局限在某一感觉器官上，比如眼睛。我们会有这样的感觉，即当前的信息正在被以某种方式进行某种程度的加工。以眼睛为例，聚目凝神可以令我们感受到这种张力。

如果我们对某物的关注唤醒了任何一种心理或肌肉层次的张力感，其他层次的张力感就会为我们所排斥。事实上，我们一旦被任何其他事物所吸引，都会想方设法地排斥其他事物的干扰。从心理学角度来说，注意力代表了一种个体与特定事实或场景发生联系的意愿，或者我们对伤害的一种准备性防卫，以及我们积极调动所有感觉器官分析具体事物的行为。

除了精神病患者，每个人都具有集中注意力的能力，但为何还会有那么多注意力不集中的人呢？这包括了多方面的原因。首先，疲劳和疾病会影响我们集中注意力的能力；其次，有的人并不想集中注意力，因为那些事物并不符合他们的行为模式。反之，他们会立即对自己认为重要的事情投以巨大的注意力。此外，不能集中注意力的深层原因与个体叛逆倾向有关。天性使然，儿童总是习惯于对提供的每一条建议说“不”。他们觉得自己有必要公开表明自己的反对态度。一个聪明的教师应当有责任协调这些孩子的行为，可以让他们将正在学习的知识与个人行为模式进行对比，从而应用于他们的生活实践中。

有的人能够观察、聆听和感受所有的刺激，但对于大多数人而言，他们都是具有一个支配的器官。有的人只能通过眼睛感受世界；而有的人完全依靠耳朵获取信息——他们看不到任何东西，没法集中注意力到任何事物上，对视觉刺激毫无兴趣，却对最为细微的声音保持了高度警觉。即使是在自己最感兴趣的事物上，个体有时候也会表现出注意力不集中，因为他们的主导支配器官并没有被调动。

唤醒注意力最重要的因素就是对外界的实实在在和根深蒂固的兴趣。兴趣所涵盖的范围和意义比注意力要大得多。我们如果感兴趣，就会投入更多注意力，在这种情况下，教师们不必担心学生是否存在注意力涣散。在学习某一方面专业知识的时候，就是我们达到某一明确目标的简单工具。谁的成长过程没有犯过错？一旦个体的错误态度已经固化，注意力也会随之受累，通常它发生于个体注意力被导向与准备生活无关的事情时。当我们的注意力被放在自己的身体或权力上时，无论将来发生何种情况，无论我们能否获得什么东西，抑或权力受到威胁，我们的注意力都是集中的。注意力绝不应当被放在不相干的外部事物上，除非一些新的兴趣取代了已有的权力兴趣。我们可以看到，一旦质疑他们的地位和重要性，儿童们立刻将注意力高度集中。这也从另外一个角度证实了，一旦他们认为“这个事情跟我无关”，他们的注意力很容易就被分散。

注意力缺乏实际上意味着个体希望自己从被要求集中注意力的情境中退出来。因此，“某人不能集中注意力”的说法也是有问题的。我们很容易就可以证实，他们可以很好地集中注意力，但通常不是在当前的事情上。注意力缺陷中所谓的“意志力不坚定”和“缺少生气”也反映了同样的问题。在这些说法中，我们经常会看到有的人执迷不悟、百折不挠，奋力往反方向走。对他们来说，治疗并不是一件简单的事情，仅当改变他们整个的生活方式后，我们才有可能纠正他们的行为。对于每一个案例来说，我们都是在处理一个“迷途不知返”的先天缺陷个体。

注意力不集中通常是一种稳定的性格特征。我们常常遇到一些来访者，他们被分配到某一任务，但心里有所抵触，最后只是完成部分任务或根本没有完成，随之给他人造成了不必要的负担。他们这种持续注意力不集中的性格特征体现在任何事情的一方方面上。

犯罪过失和遗忘

我们通常认为，由于没有准备充分而造成的健康或安全危险状况被称为犯罪过失。犯罪过失是注意力不集中的最严重后果，其根源是对同伴的漠不关心。通过观察儿童在游戏中暗含的过失，我们可以确定他们是否只是关注自己，还是已经将他人的权力一同纳入考虑中。这种现象精确地反映了个体的团体意识和社会感。团体意识发育不良的个体只有在受到巨大压力，甚至惩罚的做法下才会对人类同伴产生兴趣；而对于团体意识发育良好的个体而言，他们对人类同伴的兴趣是自发产生的。

因此，犯罪过失意味着社会感的先天缺失。然而，在通过各种手段发现个体对人类同伴的预期兴趣减低原因之前，我们不应该责怪他们。

健忘是可以被诱导出来的，就像我们可以通过集中注意力来拒绝接收其他宝贵的感官信息一样。记忆丢失不可避免的会发生，这种对抗性态度是限制我们发展更大注意力或兴趣的原因。例如，当儿童弄丢他们的课本后，这种情况就会出现。很显然，他们并没有很好地适应学校的生活。那些经常丢失或放错钥匙的人通常不敢承担自己相应的生活角色的责任。健忘的人通常也是那些不愿意公开表达自己反叛态度的人，但他们的健忘在某种程度上反映了对所承担任务兴趣的缺乏。

潜意识

从我们案例中的病史来看，多数人对自己思想的工作方式缺乏理解，很少有有心人

告诉我们为什么他们所想即所做。意识研究领域里尚且包含了某些不为人所知的精神过程，虽然通过努力，我们可以在意识层面上集中注意力，但这种努力的刺激来源于我们的兴趣，而不是潜意识。它仍然内在地隐藏在潜意识的外表下。从最广泛的意义上说，这是精神生活的重要组成部分。

我们可以在个体的潜意识中探寻并发现他们的行为模式，但在他们的意识生活中，我们只能够发现一个映像，就像相片的底片一样。一位爱慕虚荣的女性通常不会意识到自己所举的大多数例子都跟展示自身虚荣有关，她想要通过自己的行为塑造一个充满魅力的谦虚形象。当然，我们也没有必要因为一个人行为虚荣就断定她本性就是虚荣的。事实上，让这样的一位女性知道自己是虚荣的只会产生反作用——她会立刻改正，收敛虚荣。通过将我们的注意力转移到一些外部或不相干事物的过程，我们可以很好地觉察自身的虚荣。这一切发生得如此隐蔽！如果你准备向一名虚荣的男性提及他的虚荣行为，你们的谈话将会很难继续下去。他可能会表现出尽力回避这个问题的倾向，屡次闪烁其词。这再次证实了我们的观点：他只是想沉迷于自己的小把戏中，一旦有人试图揭开他那虚伪的面纱，他就会立即显得防卫过当。

我们可以将人类分成两种：具有较高潜意识水平的人和较低潜意识水平的人。在许多案例中，我们将会发现，第二种人将自己的注意力集中在一个小范围活动内，而第一种人表现出了更为广阔的精神世界，并对人、物、事和想法抱有更为广泛的兴趣。那些感觉自己备受排挤的人自然会通过限制活动空间来获得更大的满足感，因为他们觉得自己就像是生活在一片陌生土地上的外来客。跟那些遵守生活规则的人相比，他们对生活的困难缺乏洞见。他们是糟糕的队友！他们不太可能会找到更好的生活支点，又由于生活兴趣的缺失，只能够感受到某些毫无价值的生活苦处，因为他们担心看得越广，个人权力丢失得也就越多。

个体通常难以总结自己的生活技巧，因为我们会贬低自己的存在价值。我们也可以发现，有许多人对自己的缺点认识不足。他们可能觉得自己是很好的人，但是实际上，他们所做的每一件事情都是为了自己。相反地，有的人可能会觉得自己很自私，但进一步分析揭示，其实他们是很好的人。你怎么看待自己并不重要，而且他人怎么看待你也不重要，关键在于你对社会的整体态度，因为这确定了每个人的愿望、兴趣和活动。

我们可以从另一个角度将人分成两类：第一类人是过着自知生活的人，他们采取客观而果断的方法解决生活问题；第二类人是带着偏见生活的人，他们看问题的方式很片面，而且这类人的言行举止通常带有潜意识的色彩。如果这两种人共同生活，他们可能会遭遇极大的苦难，因为任何一方总是会造成阻碍。这并不是一种罕见的现象，而且更常见于头脑木讷的两个人之间，其中的任何一方都不能体会到他（她）所造成的阻碍。某方总是坚定地认为自己是正确的，争辩道：“我只想要一种安静的生活。”但事实证明他的争辩是无力的，他的每一个字都带着讽刺挖苦，指向另外一方——它不一定都表达得非常明显。通过进一步的观察我们发现，他们终生都是好战的。

不管是否觉察得到，人类早已被赋予了某种长期行之有效的权力。它们暗含在潜意识里面，并影响着我们的生活。除非它们被挑出来并加以处理，否则会产生可怕的后果。在陀思妥耶夫斯基的小说《白痴》里，对此做了非常准确地描写，以至于以后的哲学家不得不拍手赞叹。在一次社交聚会中，一名贵妇提醒小说的男主人公“不要碰旁边身价高昂的花瓶，你赔不起”。但几分钟之后，花瓶倾倒，碎落一地。这时，没有人认为花瓶是偶然掉落的，所有人都指责是男主人公故意为之，并怀疑他的品行不端。我们的男主人公觉得自己被贵妇刻薄的语言所嘲弄。

在判定他人的时候，我们不能只看见他在意识层面的行为和表现，还应当注意他们思考和行动的细微之处。这些地方虽然并不为当事人所意识到，但却可以为我们理解人性的深层含义提供方便。

例如，有的人表现出一些令人颇为不快的习惯，包括咬指甲或抠鼻孔。他们并没有意识到，这些动作暴露了他们的固执本性，而他们也不知道究竟是什么原因使自己染上了这些坏毛病。我们可以设想，这些人儿童时期肯定因为这些坏毛病而受到责骂。如果他们对这些责骂表现出无动于衷，那么他们肯定有固执倾向。更加专业的观察将有助于我们得出关于人性的更深入的结论。这些意义深远的细微动作反映出他们总体的生存状况。

以下两个例子向我们展示了潜意识是如何形成并影响我们的健康的。人类的精神可以操纵意识，即它既可以让我们觉察到某种事情，又可以让我们忽略某些事情，甚至可以刻意地回避某些事情，从而达到内心的舒适和平静。

第一个例子是关于一名年轻男性的。他是家里的长子，有一个妹妹。十岁的时候，他们的母亲去世了，此后他们一直跟随着父亲生活。他的父亲充满智慧，心地善良，为人正直。父亲将他的大多数精力都放在培养孩子们的伟大志向和激励他们不断前进上。男孩子尽自己最大的努力成为班上的尖子生，学习成绩非常优秀，特别是在理科方面。他性格直爽，是一名天生的领导者。所有的这些表现让他的父亲引以为豪，因为他不希望自己的孩子输在起跑线上。

而对于妹妹来说，她从一开始就注定成为哥哥的竞争对手。她的学习成绩也非常优秀，却常常做出一些对哥哥有害的事情，借此吸引父亲的注意。她对各种家务驾轻就熟，做起来毫不费力；而哥哥却感到做这些事情十分费力。他发现自己很难在家务方面获得父亲的认可——在其他方面他可不是这个样子！父亲很快发现儿子在社

会生活方面表现异常，而且随着青春期的到来表现得愈发明显。实际上，儿子的社会生活几乎完全空白。他将结交新朋友看作一件非常小心翼翼的事情，而且，一旦新朋友是女性，他就会立刻跑开。起初，父亲认为这并不是什么要紧的事情；但后来发现儿子在社交方面的缺陷逐渐加重，甚至不敢走出家门一步。除非是在夜里，否则他不敢独自外出散步。虽然他的学习态度和对待父亲的态度尚可，但是他逐渐寡言少语，以至于后来发展到拒绝向熟人打招呼。

当事情发展到这种严重的地步时，正常人已经不能再做什么来挽救了，所以这位父亲带着儿子求医问诊。寥寥数语足以让医生发现造成他儿子社交障碍的原因：他觉得自己的耳朵太小，所以大家都会觉得他长得丑。实际情况是，他的耳朵完全正常。当他被告知耳朵与其他人没有什么不同，而只是他作为逃避社会交往的借口时，他又说，自己的牙齿和头发也不好看。实际上，他的牙齿和头发也完全正常。

从另一个角度看，他显然胸怀大志。在父亲的不断鼓励下，他很早就设定了人生目标，立志成为一名伟大的科学家。这是值得我们注意的，因为他一直都在逃避所有人性和同伴义务，怎么可能成为一名真正的科学家呢？为什么这个男孩儿会说一些充满孩子气的话来？如果他曾经对自己的外表做出正确的评价，就不会对生活充满谨慎和不安，因为毫无疑问，我们的文化不同情外表丑陋的人。

进一步的交流让我们发现，这名男孩儿的雄心壮志是指向某个特定目标的。由于之前的学习成绩一直很优秀，所以，他希望自己能够一直保持下去。达到这个目标的方式有很多，包括专注、勤奋，等等。但这对他来说还不够，他还想将那些貌似分散注意力的事物统统都抛开。他可能会说：“我要成为一名出色的科学家，并为科学事业奉献我的一生。所以，所有的社会活动都必须被抛开。”

从意识层面上，他没有想过或说出这个问题，但他把自己所谓的“长得不好看”当

作实现个人目标的借口。对这个无关紧要事实的过分夸大使他有理由干自己真正感兴趣的事情。现在，他抛弃了一切，只希望成为一名出色的科学家。要是他曾经说过，自己希望过着隐士般的生活，以免让任何事情阻碍自己达到目标，那么，他的雄心就非常凸显了。在意识层面上，他尚未觉察到自己的真正目的，但潜意识分析已经表明了一切。

实际上，他从来没有想过要为了达到这个目标而牺牲什么东西。要是他曾经决定为了当一名伟大的科学家而放手一搏，那么，他或许不会像现在那样拘谨，但他采取的方式正是大声宣称自己外表丑陋，所以不敢混入社会。此外，那些公开表明自己愿意为了做第一名而牺牲所有社会交往的人，只不过是一个荒唐的笑话。因为他们的想法既极端又不切实际。对于有些东西，我们还是不能过分公开地表态，无论是为了一己私利，还是为了他人的利益。从这个角度看，这名男孩的生活目标只能停留在潜意识层面上。

如果我们按照上述分析直接暴露他的动机和精神秘密，他自然会觉得自己的整个精神系统失去了平衡。要知道他不惜一切代价想要隐藏的事情就要被公诸于众了！他的潜意识思考机制即将为大家所知，包括那些未经深入思考过的想法、站不住脚的主意，以及那些一旦上升至意识层面上就会影响我们整个行为系统的倾向。趋利避害是普遍的心理现象。人类只敢做那些自己认为有价值的事情。我们承认一切对自身有利的事件；而那些不适合我们的思想会被沉淀在潜意识里。

第二个案例跟另外一名年纪非常小的男孩有关。他的父亲是一名教师，也一直鼓励孩子成为班上的尖子生。在这个案例中，这名小男孩的童年早期也是伴随着一路的成功，使得他逐渐认为自己总应该成功。他是同学中最吸引人的孩子之一，有几个非常要好的朋友。

但18岁时发生的一件事情使他的人生轨迹发生了巨大的改变。他对生活失去了所有的乐趣，深陷在抑郁和困扰中，并极力想逃脱这个世界。他今天结交的新朋友，明天就会绝交。没有人理解他为什么会变得如此颓废。但是，他的父亲却希望这种与外界隔绝的生活可以让他更加专心地学习。

在治疗过程中，这名男孩一直在不断地抱怨，认为是父亲抢走了自己所有的生活乐趣，导致他不能继续建立生活的信心或勇气，他现在完全不知道自己应该做什么，除了终日在孤独的痛苦中度过余生。他的学业成绩逐渐退步，未能考上大学。他解释说，生活之所以发生改变，是由于一次社交聚会。在聚会上，对现代文学的无知使得他成为众人嘲笑奚落的对象。这次和此后数次类似经历使他开始变得孤独，并最终逃避社会。他总是责备父亲，认为所有的不幸都是他一手造成的。因而，他们的关系日渐冷淡和恶化。

以上两个案例具有非常多的相似点。在第一个案例中，患者被妹妹的竞争所误导，而在第二个案例中，患者对父亲的好斗态度是一切问题的根源。这两个患者都被我们称之为“崇高理想”的观念所束缚。他们对此执迷不悟，彻底地与外界生活失去联系。他们终日垂头丧气，除了渴望从奋斗中全身而退，别无他求。第二个案例中的男孩或许曾经自言自语道：“既然做不成英雄，那就让我在孤独中度过余生吧！”

毫无疑问，他父亲的做法是错误的，而且抚养方式也是欠妥的。非常明显的是，现在这名男孩只会双眼盯着父亲的错误，终日抱怨。他一口咬定是抚养方式出了问题，除了逃避社会，别无他法——这样，他的逃避就是正当的了！在自我封闭的环境中，他再也不会遭遇任何失败。他把一切不幸都发泄到父亲身上。只有通过这种方式，他才能挽回部分自尊，并实现部分自身价值。他的过去很辉煌，但他的未来

光辉却被父亲一手挥去。由于父亲的错误教育，阻碍了儿子获得更辉煌的成就。

我们可以说，诸如此类的一连串想法在他的潜意识层面上徘徊不去：“成年后，我就必须学会逐渐面对残酷的现实。或许我再也不能像以前那样轻松地获得第一名。既然如此，我为何不中途退出竞争，避免失败呢？”这种想法显然不切实际。没有人会真正通过这种方式表态，但他们的行动却可以表明他们正在故意采取这种做法。另外一个事实也为我们提供了上述观点的论据。通过完全沉浸在对父亲错误的抱怨里，他试图退出社会，逃避所有生活的决定。要是这一系列想法上升到了意识层面，就会暴露他的行为背后的所有秘密。也就是说，潜意识层面的思考才能够产生巨大的影响。有着光辉过去的人们，谁想承认自己早已江郎才尽了呢？当然人们不会因为这个儿子未能取得新的成就而责怪他，所以父亲的过失不应当被视而不见。在案例中，儿子充当了法官、原告和被告人的角色。他现在是否应该放弃这三重身份呢？显然，只要他不原谅父亲，这三重身份就不会发生改变。

梦境

很久以前，人们就认为我们可以通过梦境窥探人性。G. C. 利希滕贝格是一名当代歌德研究者，他曾经说过：“我们可以从梦境中更好地揣摩一个人的性情，而非他的行动或语言。”这个结论可能有点儿夸张。在我们的观点看来，哲学现象的阐述必须小心谨慎，而且必须与其他心理现象有所联系。因此，仅当我们能够从其他特征中找到额外的支持证据之后，我们才能对个体性格下结论。

早在史前时期，人们就开始尝试解释梦境。从历史研究、神话和冒险故事中，我们可以得出这样的结论，即当时人们对梦境解释的热情远比现代人要高，甚至部分普通人对梦境的理解比现代人还透彻。在古埃及人的生活中，梦境具有多种功能。

《圣经》所载的梦境也缤纷多彩，要么应用了巧妙的阐释手段，要么采用了显浅易

懂的语言，以让不同的人得以从不同的角度作出解读。这些梦境包括耶稣向其弟叙述的关于麦束的梦。在植根于不同文化背景的尼伯龙根冒险故事中，我们也可以得出梦境作为事实证据的结论。

倘若我们将梦境看作研究和学习人类灵魂的一种手段，我们所获得的结论几乎不可能与那些研究梦境的奇妙影响和超自然作用的学者相比。仅当其他细节证实并支持我们的结论时，才能够依赖梦境提供的证据。

梦境能够暗示未来，这种带有倾向性的信念一直延续至今。有的空想家借此走向极端，甘于让自己的行为受到梦境的影响。在这种情况下，我们的一个病人放弃了体面的工作，沉迷于股票市场。他经常会根据自己梦见的内容来下单。他总是以为自己不能回忆梦境，是造成运气不佳的“证据”。为了确定所梦见的内容，这名患者在白天总是忙于反反复复地咀嚼自己的梦境。他总是自吹自擂道：“我的爆发离不开梦境的功劳！”然而，有时候他也会说，自己再也不相信任何梦了。很显然，到这种程度的时候，他已经一贫如洗了。这些故事大多数都发生在股票市场的投机者身上。即使没有梦境，我们也不会看到任何因素可以预测股票市场的正确走向。

对某一个事物感到特别着迷的人甚至在夜晚都会充斥着各种想法。有的人晚上根本就不能深睡，一旦醒来就会反反复复思考这些想法；有的人虽然能够入睡，但他们的梦境被赋予了太多的计划，结果弄得自身疲惫不堪。

这些占据我们睡眠的奇怪现象只能是昨日和今日的连接点。一旦我们理解了个体对待生活的总体态度和与他们联系现在和未来的方式，通常都能够获知他们梦境中的连接点结构，从而有能力得出正确的结论。就是说，我们对待生活的整体态度构成了我们梦境的基础。

一位年轻女性曾经做过这样的梦：丈夫忘记了结婚周年纪念日，并以此责备他。这个梦境可能包含了多层意思。我们得到的直观印象就是，他们的婚姻可能正遇到一些困难，而女方觉得自己被忽略了。但她进一步解释说，在梦境中，一开始她也忘记了结婚周年纪念日，但后来想起来了；而丈夫却要等到她的提醒才能记得。她是“更好的另一半”！通过更加深入的提问，她说这些情况从来没有在现实中发生过，而她的丈夫总是能够记住他们的结婚周年纪念日。因此，通过这个梦境，我们可以看出她对未来的担忧：类似的情况可能马上要发生了！我们可以得到进一步的结论，即她倾向于根据自己的猜测和可能（而非实际）发生的事情责骂丈夫。

如果找不到其他更强有力的证据，我们将不能确定这种解释是否适当。当被问到“最早的童年记忆是什么”时，她向我们讲述了一件一直困扰她的事情。在3岁时，叔叔送给她一个手雕的小木勺，她爱不释手。但有一次她不小心把这个小木勺掉到了小溪里，木勺随着水流漂走了。她为那把丢失的小木勺伤心地哭了好几天，以至于家人都充满了担忧。这个梦可能让我们想到，她现在可能也担心婚姻就像那把小木勺一样随波流去。要是她的丈夫真的忘记了他们的结婚纪念日，那又会怎么样？

有时候，她还会梦到丈夫跟自己一起爬高楼，但楼梯越走越陡。她觉得自己可能已经爬得很高了，开始出现严重的眩晕和焦虑，几乎晕倒。在现实中，我们也可能有过类似的感受，特别是当我们从高处观望的时候，会觉得自己晕得厉害。如果我们将第二个梦和第一个梦联系起来，就能明确地发现这些梦背后的思想、感受和内容都提示：这位女性总是担心自己跌倒、遭受危险或不幸。我们可以想象，丈夫对她的爱慢慢减少就是一件不幸的事情。如果她和丈夫在某些方面上意见不合，又会发生什么样的事情呢？他们的婚姻会因此而轰然倒塌吗？梦中之境可能会发生，两人可能会大打出手，而这是以妻子的晕倒为终止的。这确实曾经发生于一次家庭争吵

中！

现在我们对梦境有了进一步的了解。人们在梦境中的思考和情感形成方式并不重要，这些梦境的表达映像也不重要，关键的问题是：做梦者想“表达”什么内容？人类在清醒状态下面临的问题在梦中表现为一种隐喻。正如我们的病人所说的：“不要爬得太高，因为你会跌得很惨。”

我们或许有必要重新回忆一下歌德《伴嫁歌》梦境中所采用的再创作手法。一位骑士返回故土，却发现城堡早已空无一人。筋疲力尽的他很快躺在床上睡着了。在梦中，他看见几个小人从床底下钻出，然后举行了一场婚礼。这个梦使他的情绪一下子快乐起来，表明他渴望找到意中人。后来，他结婚的情景果然跟梦境一样。

这个梦境包含了许多熟悉的元素。首先，歌德本人对婚姻的看法就被包含在里边。其次，我们再看看这名骑士的梦境是如何切合实际情景的：他觉得自己需要结婚了。他参加了梦中的婚礼，觉得要是结婚的人是自己，那该多好！

现在，让我们再来看看一位28岁病人的梦境。它上下起伏，就像温度图的走势一样，明显提示了这名男性急需解决的问题。我们很轻易地就可以辨认出一种自卑感，它迫使个体努力追求权力和支配地位。他说：

当时我正在跟一大群人一起坐船旅游。途中，我们被要求下船，因为我们坐的那艘船实在是太小了，不足以容纳那么多人。结果，我们必须在一个小城镇住一晚上。夜间，有消息传来说那艘船即将沉没，而船上的所有乘客都被要求扛着抽水泵给船体抽水，以保证它能够继续漂在水面上。我忽然想起，甲板上的包裹里还放着我的一些珍贵物品。于是我立即冲上船，而其他人都在忙着抽水。我尽量逃避参加任何抽水活动，而集中精力寻找箱包室的位置。随后，我成功地通过窗户勾出了自己的

背包。就在这个时候，我发现背包旁边还放着一个令人钟爱的铅笔刀，顺手就把它放在包里了。在一个熟人的帮助下，我成功地在船慢慢沉没的时候跳到了大海里，并游到一片干地上。由于码头建得太高了，我们无法攀爬，只能沿着码头边一直走。随后，我来到了一个险峻的山崖，但我必须继续往前走。我沿着绳子滑了下来。自从离开船之后，我再也没有碰见我的同伴们。于是，我越滑越快，担心自己会被陌生人杀死。最后，我成功地落在地上，而站在我面前的是另外一个熟人。他是一名年轻男性，我对他的了解不是很多，只记得他曾经参加过一次罢工，而他当时非常安静地被人群推着往前走。我喜欢他。但他却开始用刻薄的语言责备我，就像他已经知道我放弃船上其他人一样。“你来这里干嘛？”他说。我真想逃出这个四周被陡峭山崖所环绕的深谷。绳索从山崖上边悬吊下来，但我不敢用它们，因为它们太细了。我也试着自己爬出这座深谷，却屡次滑落。最后，我终于爬到山顶上了。但是，我不知道自己是怎么爬上来的，感觉就像是我故意不想知道这个过程，只想着尽快逃出来似的。在深谷顶部的边缘是一条被篱笆围起来的路。人们从我的身边擦肩而过，并很友好地向我打招呼。

我们如果重新审视这名做梦者的生活，将会发现他5岁那年与病榻为伴，此后，他也经常患病。由于身体状况欠佳，他一直都被父母细心照顾着，所以很少有机会接触其他孩子。当他尝试接触成人时，却被父母告知小孩子应该善于倾听，而不是侃侃而谈，而且成人与小孩不一样。因此，在很小的时候，他就未能建立社会生活的联系，而只能与父母为伴。这一切导致的后果就是，他的发育比同龄人要落后得多。我们毫不惊讶地发现，父母认为这个孩子非常笨，并以此为笑柄。这种环境又会进一步限制他的交友行为。

如果这个孩子本来就已经存在自卑感，上述做法又会继续恶化这种感受。他的父亲关心孩子，但性情暴躁、善于挑衅；母亲身体瘦弱，一直待人冷漠、专横跋扈。虽

然父母都认为自己已经把最好的给了孩子，但是，他们的培养过程一直都充满了严厉的呵斥。挫折在他的成长过程中扮演了非常重要的角色。他的一个非常重要的童年早期记忆就是，在3岁的时候，母亲让他跪在一棵豌豆苗前面长达半个小时。其理由是孩子不听话——虽然她早就知道这是可以理解的。他曾经受到一名骑马人的惊吓，并从此拒绝为母亲外出办事。父母偶尔用粗鞭子打他，逼他说犯错的理由，让他乞求原谅。“儿子应该知道，”他的父亲说，“为何犯错误的总是他。”有一次他被父母毫无理由地鞭打。由于他不知道自己为何会被打，所以父母一直抽打他，直至最后他编造并承认某种错误。

他在很小的时候就已经对父母产生了敌意。他深陷在自卑中，甚至不能想象优越感的存在。他的学校和家庭生活几乎就是一系列充满挫败的故事。他甚至觉得最细小的胜利都高不可攀。18岁以前，他一直都是学校的笑柄。有一次，老师甚至在全班同学的面前大声朗读他的家庭作业，并附上嘲笑评论。

所有的这些遭遇都迫使他陷入越来越深的孤独中，最终选择逃避。在跟父母的博弈过程中，他发明了一套代价高昂但行之有效的方法。他对所有指责表现出沉闷的态度。这种姿态表达了他切断主要外界联系的决心。由于不跟任何人交流，他完全孤独。虽然饱受众人误解，他却无处诉苦，特别是不能向父母倾诉。没有任何人跟他说话，所有的社会交往方式都失败了，所有建立亲密关系的尝试都无果而终，这让他感到很受伤。这就是他28岁以前的生活状况。深深的自卑情结渗透在他灵魂的每一个角落。他开始无法控制自己对个人价值和优越感的奋争。他的世界观被逐渐扭曲。他说得越来越少，终日沉迷于胜利的错觉，无法自拔。

很快地，有一天晚上，他做了一个梦（上文已经提及）。透过它，我们明显地看到了他的心理活动。最后，让我们一起看看古罗马雄辩家西塞罗所做的一个梦。这是

文学史上最具有预兆意义的著名梦境。

有一次，诗人西莫尼德斯走在大街上，发现一具无人认领的尸体。于是，他安葬了这具尸体。后来，西莫尼德斯想出海航行，但死去的男人托梦警告他说，这次出航会船毁人亡。因此，西莫尼德斯没有出行。后来这艘船果真沉了，所有船员无一幸免。

根据西塞罗的说法，这个故事让千百年以后的人们仍然颇感震惊。如果我们现在要对它进行解读，应该说，就当时的情况而言，海难实际上是比较常见的。我们也应当知道，正是由于这个原因，许多人在航行前夕都会做关于船毁人亡的噩梦。在众多的梦中，这个特别的梦由于与真实生活密切相关而得以被代代相传。信仰神秘事件的人通常很容易受到这种故事的影响。我们给出的更贴近实际的解读如下：这名诗人出于自我保护，可能不会对这次旅行投入太大的热情。随着开船日期的迫近，他必须找一个理由为自己的犹豫辩护。正是由于这个原因，所以他让那个死去的男人享受无偿殉葬，并最终以一名先知者的身份出现。这样，他当然就不会乘船外出了。要是这艘船没有沉没，今天我们也不会听到任何关于这个梦境的消息。人类总是注意令自己感觉不安的事物。因为它提醒我们，在天堂和地球上还有太多我们可以理解的东西。如果我们认为梦境和现实都是个体生活态度的反映，将不难理解为何梦境会带有先兆意义。

我们必须直视的另外一个事实就是：并非所有的梦境都很容易解释。事实上，仅有很少一部分梦境可以被解释。人们会很快忘记自己做了什么梦，只会残存某些特别的片段。除非受到专业的解释梦境训练，否则我们也不能理解它们背后所代表的意义。然而，这些梦也只是个体活动和行为模式表达的一种标志和隐喻。这些比喻或对比的主要意义在于找出解决问题的方法。一旦我们要尽力解决一个问题，而且我

们的人格指向某一特定的目标，那么，我们就必须找到推动我们朝着这个方向努力的终极动力。梦境是强化某种情感的最佳方式，也是推动人们解决特定问题的力量。做梦者是否能够理解上述关系并不十分重要，关键在于他们是否能从其他事物身上得到必要的生活资料和推动力。梦境本身就会提供做梦者表达自身情感的证据，正如梦境可以暗示人类行为模式一样。梦境就像是一缕袅袅上升的烟雾，提示生火的地方。一位有经验的伐木工人不仅能够看到上升的烟雾，还能够告诉你，他们烧的是哪一种木材。这个过程就跟精神学家通过梦的解释得出关于人性的结论一样。

总而言之，我们可以说，梦境不仅代表做梦者正在寻找解决当前问题的突破口，而且反映了他们解决问题的方法。比较特殊的是，社会感和对权力的奋争这两种因素既能够影响做梦者联系世界跟现实的方式，又是梦境中表现较为明显的因素。

智力

在以上关于人性的心理特征分析中，我们还没有讨论智力因素。我们认为，个体如何评论或思考自身并不重要，因为我们都知道，每个人都可能会误入歧途，而且会变换各种花样美化我们所展现的形象。我们可以做的一件比较有把握的事情就是从特定过程和言语中推断一些有限的结论。我们的观察过程不排斥个体的思考行为或言语表达，因为这有助于我们更精确地认识心理现象。

人们很乐意谈及智力——一种让我们做出判断的特殊能力，它已经成为众多观察、分析和测试的对象，包括所谓的儿童和成人智力测试。时至今日，这些测试都没有取得实质上的成功。让一群小学生做集体测试，还不如让教师直接进行评价。尽管从某种意义上来说，这些测试纯粹是多余的，但实验派心理学家对他们的发明还是颇为得意。我们反对做智力测验的理由还包括：小学生的能力、思考和判断力尚未

全面发展，因而，许多先前测验表现较差的孩子几年后可能会表现得非常出色。我们必须指出的另外一个事实就是，城市以及那些出生在良好教育家庭的孩子由于具有更为广泛的生活经历而在智力测试中表现得更加优秀，足以让其他未受过良好教育的孩子大为逊色。众所周知，8~10岁的有钱人家的孩子会比同年龄段的穷人家的孩子获得更高的分数。但这并不意味着出生在富裕家庭的孩子就一定会更加聪明。造成这种差异的根本原因还是他们的成长环境不同。

如今，我们未能在智力测试方面取得任何进展。其中一个较为明显的例子就是，当我们对柏林和汉堡两个城市的孩子进行测验时，结果令人感到沮丧：相当一部分智力测验很好的儿童在教育后期都表现出了力不从心。这种现象似乎在向我们证明，一个高的智力测验分数并不能代表孩子的未来发展就是健康的。个体心理学的实验不是以儿童发展程度作为一种测量指标，而致力于发现这种发展背后的积极因素。必要时，这些观察结果还有助于儿童改善自身的生存状况。个体心理学的基本原则就是永远都不孤立地分析儿童的思考和判断能力，而将心理看成一个完整的存在。

八 男性和女性

男人、女人和劳动分工

通过前面的讨论，我们已经知道有两股强大的倾向力支配着所有的心理活动。这两股力量——社会感和个体对权力和支配地位的奋争影响着所有人的活动，并使人们在追求安全感和实现爱情、工作和社会联系这三方面价值的过程中产生复杂的情感反应。在接下来对精神活动机制的探讨中，我们必须非常熟悉这两股力量的定量和定性关系，借以理解人类精神活动的实质。它们的这种相互关系制约着个体对群居生活逻辑的领会程度，从而影响了人们从群居生活的必须要素——劳动分工中所能

获取的归属感大小。

劳动分工是维持人类社会发展的关键因素之一。在某个时刻、某个地点，所有的人都必须作出相应的贡献。任何没有作出相应贡献并否认群居生活价值的人都是反社会的，都应该主动退出人类的生活圈。我们简单地将这些人称作自尊自大、满怀恶意、自我中心和搅事作恶的人，而更复杂的情况则包括各种怪人、游手好闲之徒和犯人。对这些人的公众谴责往往出于对他们行为的厌恶，认为这些人与当前的社会要求格格不入。

所有人的生存价值都必须由他们对待人类同伴的态度以及他们参与群居生活所必需的劳动分工的程度所决定。正是他们对这种群居生活的接受程度使得他们对其他产生了价值，从而成为社会紧密联系中的重要一环。个体在社会中的地位取决于他们的个人能力。有很多因素一度使得这个简单的真理变得模糊不清，其原因在于对权力的奋争和对支配地位的渴望扭曲了正常的劳动分工，从而形成了错误的价值观。这种奋争和渴望歪曲了人类的总体价值模式，并为我们的判断失误提供了条件。

人性总是拒绝承担他们在群体中的相应角色，这已经对劳动分工造成了破坏。更深层次的问题源自人们的自私心理和对权力的过度渴望，即为了自私自利而不惜干扰正常的群居生活和工作。同理，我们的社会分级也给劳动分工造成了一定困难。个人权力和经济利益已经通过占领所有较好位置——即那些拥有最大权力的位置的方式干扰着劳动分工，这些位置只服务于特定群体，而不能用于这个群体之外的其他人。认识这些对社会结构产生影响的众多因素能够让我们明白为何劳动分工从来都不是一件一帆风顺的事情，各方面的因素总是会不断地干扰这种劳动分工，并试图为某一团体创造特权来奴役其他人。

人类分为男女这个基本事实导致了另外一种形式的分工。如果单纯从身体条件的角度出发，女性就已经被排除在一些劳动之外了，而男性也不会承担某些工作，原因是他们不能够完全胜任这些工作，而更适合干其他工作。这种劳动分工的过程应当遵循公平公正的原则。客观地讲，女性解放运动就已经采取了这种逻辑思考方式。劳动分工的目的不是为了剥夺女性的特质，或破坏正常的男女关系。在理想状态下，所有的人都应该有机会选择自己最适合从事的工作。在人类的文明进程中，劳动分工的发展要求女性从事某些工作，从而让男性能够在其他方面更高效地工作。只要这种现象是公平的，且不涉及能力或资源的滥用，我们就不应该对此作出过多的批判。

男性支配地位

随着我们的文化朝着个人权力方向的发展，特别是在某些渴望保障自身特权的个体和社会阶层的努力下，劳动分工已经开始形成一种特征性模式，并影响着我们的整个文化，造成了今日男性的价值被过分夸大的局面。劳动分工赋予了这种特权群体——男性——特定的优势，造成了劳动分工中男性支配女性的局面。进而，那些具有支配地位的男性控制了女性的活动，以至于男性似乎总是占尽好事，而女性却要做那些令人厌恶的工作。毫无疑问，现在的男性总是尽力要控制女性，而相应地，女性也一直对这种男性的主导地位感到不满。但因为男女这两种性别又不得不相互依存，所以我们不难理解为何这种持续的紧张状态引起了那么多的不和谐和摩擦。这肯定让双方都陷入了极度的痛苦中。

所有的制度、传统观念、法律、道德和习俗都被拥有特权的男性所制定和维护，其目的是巩固男性支配地位。这些制度甚至还深入到幼儿园中，对儿童的精神发展产生了深远的影响。儿童不必完全理解这些因素，但他们的情感生活却深受其害。这

些观念确实值得深思，例如，当我们叫一个小男孩穿上女孩的衣服时，他立马会暴跳如雷。如果你不断纵容他的这种权力渴望，他终将明显地表现出对男性特权的喜爱，因为他已经意识到，自己能够在这种特权中体会到无处不在的优越感。

我们已经提到，家庭对儿童的培养很可能过分强调了追求权力的重要性。因为父亲通常是家庭里权力的代表，所以我们可以很自然地理解为何孩子会有维持和夸大男性权力的倾向。虽然母亲是孩子的直接照料者，但父亲来无影去无踪的特性却最能够吸引孩子的兴趣。他们很快就意识到了父亲所扮演的突出角色。他们时时留意父亲是不是起到了带头作用、安排了所有事情，并在所有场合上都占据领导地位。他们看到了其他人是如何听从父亲的意见，以及母亲是如何询问父亲的意见。无论从哪个角度来看，父亲似乎总是最强壮、最有力的一方。有的儿童一味地仰望父亲，坚信父亲说过的所有话都是正确的；他们证明自身观点合理性的唯一理由就是“父亲曾经说过这句话”。即使在某些情况下，父亲也无能为力，但他像是肩负着整个家庭责任的重担，儿童仍然会认为父亲占据着支配地位。实际上，可能只是劳动分工让父亲能够更好地发挥自身所长而已。

就男性支配地位的起源史而言，我们必须意识到它不是自然产生的。它在很大程度上源自法律，后者是保障男性支配地位的必须条件。我们也可以推断，在男性地位被法律确定以前，必然存在着男性特权被弱化的时候。历史已经证明了这一点。在母系社会时期，母亲——即女性拥有支配地位，特别是在养育下一代方面。在当时，部落的所有男性都必须敬畏女性的崇高地位。有些习俗至今还保留着这种古代制度的色彩，例如，在一些文化中，在向孩子介绍陌生人时，总要在前面套上“姑姑”或“表姐”的称谓。从母系社会到男性支配社会的过渡中，肯定发生了非常多精彩的故事。对此，那些坚信天赋男权的人肯定会大吃一惊：原来男性的权力并不是一开始就有，而是通过斗争得来的。随后，男性的胜利伴随着女性的屈服，而

且，法律的发展史也证明了这个屈服的过程是漫长的。

因此，男性支配地位并不是自然发生的。已有证据表明，它的产生主要跟原始人的长期斗争有关，其中，男性作为战士而受到大家的认可，并最终依赖这种新的优越感获取了领导地位，将它服务于自身。这个过程不断地发展，男性逐渐控制了财产权和继承权。在前者中，男性通常都是财产的受让人；而后者又继续充当着男性支配地位的一种工具。

处于成长期的儿童无须阅读关于这个主题的相关书籍，或学习任何古代史，即可感受到男性是家庭里的特殊成员。即使在那些否认这种古老特权而追求平等的家庭中，它仍然存在。我们很难让一个孩子相信母亲所做的家务跟父亲在外的工作是一码事。

想象一下，如果一个男孩从一开始就生活在这种普遍的男性特权中，又会怎样？出生后，他可能会被灌注以极大的热情，因为相对于女孩来讲，父母经常更偏爱男孩。男孩可能从生活的每个方面觉得，作为一个儿子和继承人，自己拥有更多特权和更大的社会价值。偶然的发言和做事机会通常可以唤醒他对男性重要作用的关注。每次看到女性从事不体面的工作，他愈发感受到这种男性支配地位的魅力，而这种印象又会由于身边女性对男女平等地位的淡漠而得以加强。

所有女性在结婚前都应该问未来丈夫的一个重要问题是：“你是怎么看待男性支配地位，特别是在家庭生活中的支配地位的？”但是，很少有人会问这个问题，更不用说回答了。有时，我们可以看到女性对平等地位的斗争，而更多时候，我们看到的是不同程度的妥协。相比之下，我们可以看到男性从儿童期就开始确信自己承担着比女性更为重要的角色。他们将这种信念看作权利，以男性特权的姿态应对生活和社会挑战。

这种关系滋生的每一个场景都被儿童悄无声息地吸收着。他们留下了关于女性本质的一系列印象，大多数情况下，他们都觉得女性是低等的。通过这些事情，男性逐渐发展了鲜明的特质。在追求权力的过程中，他们认为目标毫无例外的都带有男性品质和思想。这种典型的男性态度明显暴露了自身来源。一些特定的性格特征被标记为“男性的”，而另外的则被标记为“女性的”——尽管客观上这种评价方法并不存在。如果我们在对比男孩和女孩的心理特点后发现了这种分化的倾向，那么，我们就不是在谈论自然现象，而是在探讨个体行为。他们的行为已经被引到一个很狭窄的轨道，且生活和行为方式也因为某些观念和力量而受到制约。这些关于权力的观念迫使他们在做事方式上做出改变。

“男性”和“女性”特征无优劣之分。两者都可以满足人们对权力的奋争。换言之，我们也可以看到所谓“女性”特征（比如，顺从和谦卑）的个体是如何成功地实现目标的。带有顺从性格特征的孩子所享受的优势有时候会使他们更易于成为众人关注的焦点。一般来说，复杂个体对权力的追求给心理学研究带来了更大的困难。

随着年岁的增长，男孩具有的男性特质逐渐固化。他的雄心以及对权力和优越感的追求毫无疑问都是与对男性支配地位的渴望紧密地联系在一起。对许多渴望权力的男孩来说，意识到自己对男性特质的追求并不是最终目的，他们必须证明自己就是拥有特权的“真正男性”，而且自己必须拥有特权。他们完成这个目标的方式既可能通过提高自身实力，又可能通过尽力贬低身边所有女性的地位。在遇到不同阻力的情况下，为了实现各自的目的，他们要么负隅顽抗，要么诡变多端。

那些根据男性特征制定的标准经常被我们用来纠正男孩的行为。对男孩来讲，他也总是不可避免地按照这套标准评价自己。他反思自己的行为，并想知道自己的行为

是不是足够“男性化”，自己是不是“真正的男人”。我们今天所谓的“男性化”，说白了，就是纯粹的以自我为中心，体现了利己主义，带来的是一种优越感和对他人的支配感。它的实现主要依靠一些貌似积极的行为，比如：勇敢、坚韧、奉献、战无不胜（特别是相对于女性）、获得地位、荣耀，以及称号、反抗所谓“女性”倾向，等等。他们一直都为个人优越感斗争，因为获得支配地位就意味着拥有了“男性”品质。

在这个意义上，每一个男孩都尽力模仿他所见到成年男性的行为特征，特别是他的父亲。这种人为的“伟大”错觉渗透着整个社会。从很小的时候开始，男孩就极度渴望保留个人权力和男性特权。这就是所谓的“男子气概”！在糟糕的情况下，它也就意味着傲慢和粗鲁。

成为一个男人能够带来非常诱人的好处。因此，如果看见不少女孩将变成男孩作为自己的理想或者作为一种高不可攀的愿望，抑或按照男孩的标准要求自己时，我们均不应感到吃惊。这种理想可能只不过是一种行为和外表的风格。在我们的文化中，不少女性确实想要成为男性！值得一提的是，我们发现，有的女孩刻意要在游戏或活动中表现自己，原因居然是“谁让这些游戏只允许体格强壮的男性参加呢？”这些女孩会爬树，更愿意跟男孩玩耍；她们避免参加任何“女孩”活动，将其视作一种耻辱。她们只能从男性主导的活动中获得满足感。我们应当理解她们这种对男性品质的偏爱，因为对优越感的斗争恰恰体现了我们所赋予的游戏意义，而不是游戏本身。

所谓的女性自卑感

男性已经习惯为自己的支配地位作出辩护，不仅声称这种地位是自然选择的结果，还认为正是女性的自卑感不可避免地造就了这一局面。这种女性自卑感的观点流传

甚广，甚至影响了所有种族。此种偏见反映了男性的不安，它很有可能起源于男性对母系社会的反抗，那时正是女性的权力带来了真正的焦虑感。诸多的文献和历史记载已经提示了这一点。曾有一名拉丁作家写到：“Mulier est hominis confusio”，即“女性是造成男性精神混乱的原因”。当时神学流行争论的一个话题是：“女性是否拥有灵魂？”随后，人们了解到这个问题的精髓在于女性是否为真正的人类。此后几个世纪的“猎巫运动”目睹了人们回答此类问题过程中所犯下的错误、怀有的恐惧和迷茫。那真是一个令人感到羞愧的年代。

女性通常被视为万恶之首，就像《圣经》里的原罪或荷马《伊利亚德》里所描写的那样。关于海伦的故事讲述了一个女人是如何令整个国家陷入混战并蒙受灾难的。所有传说和神话都要从道德层面上谴责女性的自卑感及其恶毒、表里不一、通敌背叛和变化无常，甚至“愚蠢的女性”也曾一度被用作法律案件的论据之一。所有的这些偏见都体现了对女性能力、工作和智商的贬低。各种文献、谚语、趣闻、格言和笑话都充斥了各种形式的暗含的诋毁。人们指责女性的恶毒、小气、愚蠢等行为。

男性也不顾一切地试图证明女性是低劣的。其中，比较著名的人物包括斯特林堡和叔本华，他俩坚持认为这种命题是正确的。于是，不少女性还真的承认了自己存在自卑感，使得事情进一步发酵。他们真是使女性屈服的高手！对女性及其工作的剥削被以下事实证明：在相同工作量下，女性所得的报酬通常比男性低。

通过对比两性在智力和能力测试结果上的差异，我们发现男孩在某些科目（比如数学）上显示了一定天赋，而女孩在其他方面（比如语言）具有更强的能力。男孩确实在传统男性职业相关的科目上显示出了更高的天赋，但这种能力差异并非不可逆转。如果我们更加密切地研究女孩的生活环境，将很容易地觉察到关于女性能力低

下的说法只是一个谎言。

在日常生活中，人们总是认为女孩不如男孩，只能做一些琐碎的小事。久而久之，我们将不难发现，女性迟早都会误以为自己的生活应该充满艰辛和一成不变，并承认自己实际上真的存在自卑感。受这种说法的打击，女孩开始对“男性”职业持有保守态度（前提是她真的有机会深入接触这个行业）。她认为，第一，自己不会对这些职业抱有足够兴趣；第二，即使自己对这些职业感兴趣，也会由于缺乏尝试的勇气和坚持的信念而很快地丧失信心。

在这些情况下，所谓的证明女性能力低下的论据看起来真实可信！有两个原因造成了这种现象。首先，人类的价值通常简单地由其商业价值或片面、自私的标准所确定，但这不足以解释为何个体的表现和能力会对心理发展产生如此深远的影响，并由此而引发了女性能力低下言论产生的第二个原因。我们经常会忽略这样的情况，即自从来到这个世界后，女孩的耳边就一直萦绕着偏见的声音，而它逐步地剥夺了女性对自身价值的认可，打击她们的自信心并破坏她们做有价值事情的希望。随着这种偏见的不断强化，加之女孩一次又一次地看到女性屈服于奴隶角色，她很容易就会丧失生活的勇气、不敢承担生活的义务并在困难面前显得畏首畏尾。此后，难怪我们的女孩会变得那么没用和无能！

如果我们接近一个人，破坏她在社会关系中建立的自尊，让她在做事情过程中遭受无助感，随后摧毁她的生活勇气，最后，我们会发现她真的一无是处。这时，我们还敢声称我们根本没错吗？我们必须承认，正是我们造成了她的痛苦！

在我们的文化中，让一个女孩失去勇气和自信当然是一件很简单的事情。讽刺的是，有些智力测试曾经表明了一个有趣的事情，即在14~18岁年龄段的一组女孩在才能和智商方面比其他任何测试组都要高，包括所有的男孩。进一步研究发现，这

些女孩要么来自只有母亲挣钱的家庭，要么来自母亲负责大多数支出的家庭。这些女孩的家庭环境中只有少数，甚至没有存在女性能力低下的偏见。通过她们的眼睛，我们看到的是对母亲辛勤劳动的回报。她们的发展更为自由，也更为独立，丝毫没有受到男权社会难以摆脱的固执观念的限制。

如果还有人认为这种偏见就是真理的话，那么，很多女性已经提供了有力的反驳证据。她们曾经在广泛的领域获得了与男性同等的突出成就，特别是在文学、艺术、手工艺和医学方面。当然，与这些杰出女性相比，也存在同等数量的一事无成、无所事事的男性，如果将这些人作为证据（在这里不妨先假设这样），那么，男性也是低人一等的。

关于女性自卑感的偏见给我们带来的一个痛苦后果就是观念上的割裂：“男性”代表着有价值、强大、胜利和能力，而“女性”意味着屈服、奴役和依附。这种思想深深植根于人类的思想中，以至于我们文化里所有值得赞美的东西都隐含着“男性”，而所有没有价值或实际上被贬低的事情都带有“女性”的标签。我们都知道，如果告诉一名男性，他具有女性的品质，那么他会大为恼火；但如果告诉一名女性，她具有男性品质，她则会欣喜若狂。所有带有女性特征的东西都是低劣的。

进一步观察发现，那些所谓的能证明女性具有自卑感的荒谬论点的性格特征只不过是心理发展受到压抑之后表现出来的一些症状。我们不会高呼自己有能力让所有的儿童都变成“天才”，但我们一直会帮助成年人摆脱“没天分”的咒语。值得庆幸的是，虽然我们从来没有这样高呼过，但我们知道有些人在这个问题上处理得很好。厄运总是偏爱女孩。在当今时代，还有谁没有觉察到这一点呢？此后，我们经常看到那些“没天分”的孩子突然变得才华横溢，看起来像是发生了奇迹一样！

否认女性角色

成为一名男性所带来的诸多好处给女性造成了严重的心理发展障碍，以至于人们对女性角色普遍存在不满。女性的心理发展历程跟那些怀有强烈自卑感的男性及其所遵守的大多数规律一致。关于所谓女性自卑感的偏见给女孩的成长带来了不必要的沉重负担。

很多获得某种程度的补偿感的女性总是喜欢将自己的成功归根于性格和智商水平，但有时候也会承认是某些特权起到了重要作用。这充分表明我们在一个场合犯下的错误是如何影响其他场合的。这些“特权”包括特许权、义务豁免权及高人一等的享受权。以上说法可能有点儿夸张，但这基本上是所有男性在追求个人利益过程中具备的条件。乔治·桑曾经说过一句很生动的话：“女性的美德是男性的绝妙发明。”

通常情况下，在听到关于女性的陈词滥调时，她们的反应可以分为三种。第一种已经被我们讨论过：女性会朝着激进、“男性”的方向成长。她浑身充满了使不完的精力，随时准备为生活的奖赏而搏斗。她想方设法超过自己的兄弟和男性同伴，经常参与男性项目，对男性主导的运动觉得兴趣盎然，等等。很多时候她总想避开所有关于爱情和婚姻的事情，一旦发现自己无法逃避，她可能会尽力表现出比丈夫优秀的样子，进而导致婚姻破裂。她也很不愿意做家务，这既可以通过语言直接表达出来，也可以通过声称自己对这样的生活感到绝望而间接表达出来。对这些女性而言，她们会在做家务上表现得笨手笨脚，借以证明自己的态度。

这种人弥补女性缺陷的方式是作出“男性化”的反应。她一直都采取防备态度。她们被称作“假小子”“野丫头”“女汉子”等等。然而，这些外号都离不开观念上的错误。很多人都认为这些女孩天生就具有某种因素，她的腺体分泌某些“男性”激素，引起“男性”的气质。但整个文明史表明，女性所承受的压力以及她们

每天都必须接受的约束早已超过任何人的负荷，所以她们经常反抗。如果问为什么这种反抗会表现出“男性化”的特征，其答案是：因为只有两种性别。我们必须选择两种模式之一，要么成为完美的女性，要么成为完美的男性。因此，对女性角色的否认必然表现为“男性化”特征，反之亦然。它并不是由某些未知腺体的分泌物作用而成，而是因为再也没有其他可供选择的性别了。我们绝不应当忽视女孩在精神发展过程中所遭受的巨大困难。除非可以保证男女绝对平等，否则，我们不能强迫她们完全遵守男性社会的预期标准。

女性对不利言论的第二种反应就是采取听之任之的态度，她们表现出了令人难以置信的适应、顺从和谦卑。从所有表现来看，她总是停滞不前，唯命是从，深感笨拙和无助，无法完成任何事情。她可能会表现出一些神经质的症状，以向世界表明她是多么软弱，渴望得到保护。从这个角度上看，很明显，她对自己在生活中扮演的角色仍然无所适从。她是自己“神经质”的受害者。“看着我，”她似乎在说，“我已经筋疲力尽了。我病了，不能处理的事情，你不能怪我！”而正因为她“病了”，所以她才不能很好地做任何事情。这位女性的屈服、谦卑和自我否定跟反抗精神其实具有统一起源，就像前面那位女性大声反抗的那样：“这并不是我想要的生活！”

有的女性虽然不反对任何关于女性角色的说法，却痛苦地意识到自己必须过着低人一等、依附他人的生活——这是她们的第三种反应。她完全相信女性自卑感和男性优越感，很快就认同了男性的特权地位。她们纵情高歌，赞扬男性为实干家和成功者，要求保障男性的特殊地位。她们显然深感软弱，我们可以按她们的要求从以上活动获得回报和肯定中明白这一点。然而这种反应只是漫长报复计划的开始。她会 把肩上的责任抛给丈夫，并站在一旁轻松地说道：“是男人的话，就把这个活儿干了。”

不管有多少人仍认为女性低人一等，我们都不能否认养育子女的大部分责任都只能交由她们来做。如果把上面讨论的三种不同反应的女性放到这个最为重要和艰辛的位置，她们又会有什么样的表现呢？在这个关键位置，我们甚至可以更加清晰地分辨她们的不同行为。第一种女性持有“男性”观点，可能过度严厉和滥用惩罚，向孩子施加巨大的压力——当然，他们会尝试着逃避这些压力。这种抚养方法充其量只能将孩子训练成士兵一样，显然没有什么价值。孩子们通常会想，这样的妈妈实在太坏了。母亲常常带来恶劣后果。我们必须时刻警惕女孩对母亲的模仿，而男孩可能会一直逃避母亲。在拥有这种暴行母亲的男孩中，我们可以发现一些特殊的人，他们就像躲避瘟疫一样远离女性，或许不会再相信任何女人了。我们认为，这明显引起了两性分化。当然，还有其他研究者认为这跟“男女元素的失衡”相关。

剩下两种女孩就跟她们的父母一样没用。她们太过于优柔寡断，很快地发现自己缺乏自信，而且这种自信的丧失根本不可挽回。这时，母亲继续发怒、抱怨、数落甚至威胁孩子，做出要告诉其父亲的样子。实际上，叫来自己的男人，强迫孩子服从命令只会适得其反，显露出她们对自己抚养孩子缺少自信。她们不敢正视自己抚养孩子的责任，似乎在想尽一切办法证明只有男人才能做事情，包括抚养孩子。这些母亲简单地想要推卸所有抚养孩子的义务，转移给丈夫和教师，因为她们觉得自己没有能力承担它。

对女性角色的不满在那些逃避生活和追求所谓“更高”目标的女孩中表现得愈发明显。尼姑和从事其他要求禁欲职业的人就是很好的例子。她们所采取的方式很明显地表达了自己并不接受女性角色。同理，很多女孩过早地出来工作，因为她们从中获得的独立感似乎给予她们反抗婚姻威胁的勇气。在这里，我们再次看到背后的推动力是对女性角色的厌恶。

如果这些人结婚了，又会怎样呢？我们能够从多大程度上认为她们自愿地承担起女性的责任？我们发现，婚姻并不意味着女方已经认可了女性角色。有一个36岁女性的例子就很好地说明了这一点。她就医的时候述说自己有不少精神障碍症状。她是家里最大的孩子。父亲年老多病，母亲较为年轻，且性格专横。事实上，淑女下嫁老汉的做法使我们怀疑母亲能否承担家庭责任。这样的婚姻并不完美。婚后，母亲就像泼妇一样管理所有家务，为了私利不惜付出一切代价，完全不理睬他人的感受，以至于父亲在各种场合下备受奚落。这位女孩说，她还记得当时母亲甚至不让父亲躺在沙发上休息。母亲干的所有事情都是以“家庭最小支出原则”为中心。她觉得自己必须完全这样做，而这个所谓原则就是家庭生活中的绝对真理。

受母亲的影响，我们的病人慢慢成为一个非常能干的孩子，但母亲似乎从来没有感到满足，仍然事事都要跟她作对。之后，儿子出生了。母亲给予了他极大的宽容和爱护，家庭气氛却变得愈发紧张。后来，这个小女孩意识到自己跟父亲是站在同一边的，因为在母亲打她的时候，父亲居然伸手夺去了妻子手中的棍子。她对母亲的憎恨愈发加深了。

在这种激烈的冲突中，母亲的洁癖常常成为小女孩的攻击点。她的洁癖程度是如此的严重，以至于她必须让女仆仔细擦拭被人摸过的门把手。小女孩却很享受脏兮兮、穿着邋遢的衣服闲逛，一有机会就到处弄脏房子。

她养成的所有性格特征刚好跟母亲所期待的相反，有力地驳斥了所谓的“性格特征遗传论”。如果一个孩子的所有性格特征都让她的母亲感到苦恼和失望，并几乎超出了她的忍耐界线，那么，这个孩子必定抱有某种目的。随后，母女的敌对状态不断发展，直至最终酿成悲剧。

8岁时，这名小女孩的父亲坚定地支持她，而母亲却游手好闲，怒气冲冲，言辞严

厉，强迫她听从“命令”和忍受责骂。小女孩本来就爱争强好胜，她愈发怨恨，不断地伤害母亲。这时，另外一件事情使母女关系变得更加紧张：小女孩的弟弟从小就患有先天性心脏病，几乎吸引了母亲的所有注意力。显然，在这种情况下，父母已经对立起来。随着时间的流逝，小女孩在这种环境中慢慢长大。

不久，她得了一种奇怪的精神疾病，没有人知道它为什么会发生。这种病的主要症状就是她的脑海中总是不断地浮现出自己迫害母亲的念头。她为此饱受折磨。这种邪念无时无刻不在她的脑海里浮现，干扰着她想要做的所有事情。结果，她忽然变得对宗教兴致勃勃，虽然这种兴致是无益的。一段时间后，她的邪念从脑海中消失了。于是，人们将疗效归因于医学治疗等方面，却忽略了母亲在这个过程中对小女孩的攻击已经有所减弱。然而邪念仍然在小女孩的脑海中留下了痕迹，表现在她对雷电的极度恐惧。

她觉得自己的行为不端招来了雷电，担心会因为曾经心生邪念而被雷电劈死。这时，我们很容易看出她是多么想摆脱母女仇恨。有一次，她取得了较大进步，前途看起来一片光明。于是，有一位教师这样评价：“她无论想做什么，都会成功！”这句话对小女孩产生了不可估量的影响。虽然它本身看起来不像是什么名言警句，但是对她来说却实实在在地意味着：“你如果真的肯下功夫，一定会成功。”然而，这种觉悟却进一步加深了母女的紧张关系。

随着青春期的到来，昔日的小女孩转眼间变成了拥有众多追求者的窈窕淑女，但她的男女关系一直都处于崩裂状态，因为她总是恶语伤人。她觉得自己只对住在隔壁的一个老男人感兴趣，于是大家都担心有一天她真的会嫁给他。不久，这个老男人就搬走了，而她在26岁以前一直没有男朋友。在周围人眼里，她的这种行为是十分异常的，因为没人了解她的过去，也就没有人能够解释她的行为。她从小就经常

跟母亲吵得不可开交，以至于现在没人可以忍受她动辄争吵的性格。她喜欢打架，并且把它当作唯一的兴趣。母亲的做法一直都压抑着她的战胜心理。女孩通过恶语伤人获得最大程度的快感——她终于有机会满足虚荣心了！她的“雄性”态度也表现在有把握成功击败对手的情况下，才展开各种攻击。

26岁时，她认识了一位非常值得尊敬的男性。他无惧于她的好斗，非常热烈地追求她。他表现得非常谦卑和顺从。迫于亲朋好友要求结婚的压力，她一遍又一遍地向他解释，其实大家志趣并不相投，是不可能结婚的。我们都知道，按照她的这个性格，事情本该结束了。但两年过后，她无法继续拒绝这位男性的求爱，最终答应结婚。她觉得，他已经成为她的奴隶，以后自己可以为所欲为。她曾经许愿，要让这个男人成为自己的第二位父亲，而后者恰恰可以答应她的各种要求。

但她很快就发现自己失算了。结婚后没几天，丈夫的本性就显露出来了。他提着大烟筒，一边烧着烟，一边懒洋洋地看报纸；他晨起上班，准时下班，倘若发现晚饭还没做好，不免嘟囔几句；他爱清洁、重感情和守时。但所有的这一切在她看来都是荒唐的。她并不准备做出什么改变。他们的关系根本就不会像她所期待的父女关系那样。

有一天，她忽然醒悟。她要求得越多，丈夫答应的就越少；而他越是指出她的家庭责任，她干的活儿也就越少。她总是抓住一切机会提醒他其实没有权利去要求这么多，因为她曾经很明确地说，自己并不喜欢他。但这绝对不会对他造成什么影响。他还是一如既往固执地要求妻子，以至于她不得不惊恐自己婚姻的未来。这位正直、尽职的丈夫在追求妻子时表现出来的谦卑让人敬佩，而一旦占有她后，这种谦卑立刻消失了。

这种情形甚至在她生完孩子后也没有得到改善。她必须承担起作为母亲的责任。同

时，她与母亲的关系变得更糟糕了，后者经常以捍卫女婿为由攻击女儿。他们的家庭硝烟滚滚。一旦丈夫偶尔犯错，妻子就严厉呵斥。一开始，她觉得自己可以继续当受宠的小公主，一直让丈夫为自己做牛做马，实现一切愿望。对她来讲，生活似乎应该沿着这些方向前进。

她现在又能怎么办呢？她要不要离婚，向母亲诉说自己被打败了？但她无法自己谋生，因为她从来都没有想过为生活做准备。一次离婚足以打击她的骄傲和自负。她即将陷入两难的选择：要么面对丈夫的批评，要么生活在吵闹的环境中，忍受母亲的洁癖。

几乎是在一刹那间，她也突然变得爱干净、整洁了！她整天都在擦擦这、洗洗那，就像一下子改邪归正一样，终于把母亲多年来一直都在唠叨的话听进耳朵里。一开始，丈夫和母亲看到她像春季大扫除那样打扫房间，都为这种彻底的醒悟感到惊喜——但我们还是别高兴得太早。这位女性一直在房间里洗洗擦擦，直至它的每一寸地方都闪闪发光；每个人好像都挡着她搞卫生，而她也成为大家抱怨的对象。如果她擦过了某样东西，而其他人碰了，那么，她必定会重新擦拭。

这名女性的问题主要表现在不断地擦洗，打扫卫生，这在那些反抗女性特质的女性中相当常见。她们想通过这种惹人注目的行为让自己变得比不讲卫生的人更高一等。但是这种努力只会破坏整个家庭的氛围。几乎没有什么家务比这位女性所做的更容易破坏家庭氛围了。她的目的不是真的为了打扫卫生，而是为了“打扫”家里所有让她觉得不舒服的东西。

我们可以举出很多关于女性角色顺从的例子。这位患者缺乏女性朋友、难以与他人相处以及不考虑他人感受的三个方面就很好地符合了我们的预期。

今后，我们很有必要探索一种能够更好地培养女孩的方法，让她们能够更轻松地顺应生活的要求。但即使在最有利的环境下，我们都不一定可以取得这种“顺应性”，就像上面那个女孩的例子一样。尽管那些颇具心理洞察力的人一直都否认女性自卑感，但它还存在于我们的时代，隐含在法律条文和传统风俗中。因此，我们必须警惕这种错误思想，并纠正造成它的根源。我们之所以如此坚决，并不是因为我们夸大了女性的疾病严重程度或不尊重女性，而是因为目前这些错误的观点极大地妨碍了我们整个社会生活的正常逻辑。

让我们继续讨论另外一个经常用来贬低女性的例子：即所谓的“危险阶段”。此阶段大约发生在50岁，伴随着女性性征的衰退而发生。对于每一个正处于绝经期的女性来讲，她所经历的身体变化似乎表明她正在逐渐失去曾经拥有的所谓的有价值的东西。在此情况下，她极度渴望找到一种保存自己年轻状态的方法，因为她觉得自己的状态岌岌可危。我们的文化主导思想认为，只有那些现存的东西才是值得珍惜的，而所有老人，特别是女性，毫无利用价值。

一位女性所承受的这种贬低和损害也将为每一个人所经历，因为所有的人都会老去。不应该忘记的是，人们在精力旺盛期所获得的所有权力也会随着身体衰退而消失。断绝老人的心理和物质援助的做法是错误的。对女性而言，这种对待简直就是一种贬低和奴役。我们不难想象一个年轻小女孩在展望未来时内心所抱有的不安。女性气质并不随着绝经而断绝。作为一个人，她的荣誉和价值延伸到绝经以后，因此，我们必须对她们表现出尊敬。

紧张的两性关系

上述所有不愉快的情形都可以归因于我们的文化。如果某一种文化具有偏见的特征，那么这种偏见会洒落在它的每一个角落，而且，它的证据随处可见。关于女性

自卑感的谬误和必然伴随而来的所谓男性自卑感一直都困扰着我们的两性和谐。一旦性别染上了一种完全失当的紧张感，它就会时刻威胁甚至破坏两性幸福。它也毒害、扭曲和侵蚀着我们在两性关系中的作用。因此，和谐的婚姻是很难得的，而不少儿童从小就觉得结婚是一件非常困难和危险的事情。

此类偏见可能在很大程度上妨碍儿童正常理解生活的本质。想想究竟有多少女孩将婚姻视为逃离生活的一种紧急出口，又有多少人把结婚看作一种不能避免的灾难！今天，有相当大比例的人正在被这种由两性紧张感所带来的问题影响。随着这种紧张感的加强，那些不容易受到影响的女性也会变得屈从，而多数敏感的男性会尽力维护自身的特权地位——无论你是否赞同这种观点，它都是客观存在的。

伙伴关系和友谊是我们用来调解生活中性别角色以及取得性别平等的关键所在。出现在两性中的依附关系就像国家之间的统治和隶属关系一样，都是令人不堪忍受的。我们每个人都应该谨慎思考这个问题，因为采取错误的态度可能会给双方带来诸多困难。这种关系是如此重要，以至于所有人都要参与其中。目前，这个问题变得愈发复杂，因为很多儿童都被强迫采取某种可以贬低和否定他人的行为方式。

采取客观的培育方式当然可以克服上述这些困难，但是，我们生活在一个急功近利的时期，缺少一种真正可靠的、已经受到检验的教学方法。其中特别值得指出的一个问题就是贯穿于我们一生的竞争本性，它甚至早在幼儿园时期就已经被灌输。所有的这些东西都过于粗暴地划定了我们以后的生活方式。很多男性都无法建立正常的爱情关系，因为在无形的压力下，他必须通过背叛、预谋或武力展现其男子汉气概的毫无意义的压力造成。

很显然，在这些因素的共同作用下，两性关系中的坦诚和信任受到了破坏。所谓的“唐璜型人”指的就是那些怀疑自身刚毅气质并随时准备通过征服来获得他人认

可的一类男人。普遍存在的两性之间的不信任阻碍了坦诚的发展，进而破坏人性的各种品质。被夸大的男性气质是一种只能引起自负和自吹自擂的长期挑战、刺激和躁动。很自然地，所有这些都跟建立健康的群居生活相悖。

我们没有任何理由反对女性解放运动的宗旨。我们有义务支持她们为争取自由和平等而努力，因为全人类的幸福归根结底有赖于我们所创造的环境。在这种环境中，所有女性都可以完全发掘自身能力，所有男性都可以跟她们建立轻松的性别关系。

我们可以做什么？

在所有已建立的旨在改善性别关系的机构中，男女同校是最为重要的。目前，它尚未得到人们的广泛认可，反对者和支持者共存。支持者认为：通过男女同校教育，双方都有机会在很早的时候就了解对方，而这种早期的熟识能够在一定程度上减少性别偏见和成年的焦虑感。而反对者认为：早在入学之前，男孩和女孩之间就已经存在诸多差别，男女同校只会拉大这种差别，从而给男孩造成压力。这是因为女孩的智力发育通常比男孩的更快。而先前觉得有责任维护自身重要性和优越感的男孩会突然意识到，其实自己的优越感只是一种错觉。其他的研究者提出，在同校教育中，男孩会在与女孩的生活中变得焦虑不安，并丢失自尊。

毫无疑问，这些观点在某些程度上是正确的，但是，只有当我们假定在男女同校中存在性别竞争的前提下，这些论点才能站得住脚。然而，一旦这种竞争成为同校教育的教师和学生追求的教条，那么，一切都会变得非常危险。为了成功地实施男女同校教育，我们希望教师们能够对它有更深层次的理解。男女同校是一种对未来两性共同承担任务的训练和准备。如果我们的教师缺乏这种认识，那么，男女同校将会是失败的，而反对者也找到了足够的理由为自己的观点辩护。

只有诗人才能对两性的差异辨别入微。我们只需要了解两者的主要区别要点即可。处于青春期的少女所表现出的行为很可能就像她真的感到自卑一样，而我们此前所说的关于身体残疾补偿感的所有内容都可以在她的身上找到影子，但两者的差别在于：少女的自卑感是由环境强行施加的。她只能无奈地适应这种环境导致的行为模式，甚至有些颇具洞察力的研究者会错误地认为她们真的自卑。由此引起的后果就是，男女双方最后都掉进了所谓的“特权泥潭坑”里，都试图尽力扮演各自不能胜任的角色。他们的生活开始变得复杂化，两性关系也失去了原有的坦率。他们被灌输的种种错误和偏见最终破坏了任何创造幸福生活的可能。

九 家庭排行

我们再三提醒人们，应当将个体放入其所成长的环境中进行评价。其中，儿童在家庭排行中的位次对他们的成长有着重要影响。在获得关于这方面的足够知识之前，我们可以根据常规方法对他们进行排序，从而识别他们中的哪些人是家里的第一胎，或独生子女，或最后一胎，等等。

很久以前，大家似乎就已经意识到，最小的那个孩子往往会比较特殊。很显然，在无数童话、传说、圣经故事中，最小的孩子都具有类似的特点。事实上，他们的成长环境是独特的。在父母的眼里，他们也是比较特别的孩子。作为家里最小的孩子，他们受到了额外的关心和照顾。他们不仅岁数小，而且体型也小，因此，往往容易感到无助。跟其他兄弟姐妹相比，由于哥哥和姐姐都已经长大，而且相对独立，作为最年幼的孩子，他的成长环境更温暖。由此也产生了一系列特征性问题，从而在很大程度上影响着他们的性格和想法的形成。我们必须注意到以下矛盾的情况。由于他们不希望一直都是体型最小、能力最弱的孩子，所以他们会以此为动力，证明其实自己可以做所有事情。随着他们这种对权力的奋争变得日益明显，他

们常常会热切渴望超越他人，成为一个在所有方面都是第一的人。事实上，他超过所有其他成员，变成家里能力最强的孩子的情况并不少见。

此外，还存在着另外一些不太幸运的孩子。他们也想超过自己的兄弟姐妹，但却因为哥哥和姐姐比自己年长而缺少必要的动力和自信。他们一旦不能比年长的孩子更出色，就会选择逃避，变得胆小懦弱。那些满嘴抱怨的孩子永远都在寻找借口，逃避本该承担的义务。他们并没有失去自己的志向，却强迫自己绕开所有生活必须解决的问题，沉迷在毫不相干的事情上。

相信很多读者都会对以下情况有所体会：最年幼孩子的行为似乎向我们表明他们受到了忽视，而且感到自卑。我们也常常在研究中观察到这种自卑感，并在它出现的过程中进行心理变化分析。从这个意义上讲，最年幼的孩子跟那些天生患有身体残疾的儿童并没有差异。然而，这些孩子的感受不必完全符合实际，我们并不在乎已经发生了什么事情，或者他们是否低人一等。我们所关心的是他们对所处形势的理解。我们非常清楚，儿童很容易会抓错重点，因为他们的很多方面尚未定型，是一个充满疑问、可能产生严重后果的时期。

那么，我们的教育工作者应该做些什么呢？我们是否应该不断刺激和鼓励孩子追求虚荣？还是一直推动他们崭露头角，成为永远的第一名？这些方法都是无用的。经验告诉我们，谁是第一并不非常重要。我们或许应当弱化第二名的意义。我们听得太多“第一名和最优秀”了，对此深感厌倦。历史和经验都表明，除了成为第一名和最优秀的人，我们还可以做更多其他事情。过分强调第一只会让孩子变得更加片面，无论怎么说，它都在剥夺他们成为完整人类的发展权利。

这种“第一名和最优秀”教条所造成的主要后果就是：儿童只会为自己着想，浪费时间担心其他孩子会不会超过他。他们的内心充满了对同伴的嫉妒和憎恨，以及对

自己位置的担忧。他们在家里靠后的排名催生了竞争意识，迫使他们憋足劲头要超过其他人。他们的这种竞争意识表现在行为的方方面面，特别是在一些小动作上。对于已经知道如何觉察动作和心理联系的人而言，这些小动作所表明的含义是非常明显的。比如，有的儿童总是喜欢走在队伍的前面，不能忍受任何人往前走。这种赛马一样的态度在很多孩子身上是具有特征性的。

我们将这种类型的儿童及其多种常见版本看作鲜明的范例。在这些最年幼的儿童中，我们发现有些非常活跃和能干的孩子发展得非常良好，甚至成为整个家庭的小救星。别忘了《圣经》故事里边的约瑟！他就是一个很好的例子。这个简洁的故事所蕴含的信息甚至比所有现代研究的总和还要大！虽然几个世纪以来，它的许多宝贵素材已经散佚，但这个故事仍然值得我们费力去重新解读。

还有另外一种最幼小的孩子，他们就像马拉松运动员一样，突然发现前面横着一块大石头，不确定自己能否跳过去。于是，他们试着从石头旁边绕过去，借以避开困难。这种类型的年幼儿童一旦丧失了勇气，就会成为彻头彻尾的懦夫。他们总是掉队，每一项任务看起来都太难了，于是，他们变成了撒谎高手。最后，他们没有做任何有用的事情，却将所有的精力都浪费了。他们应对困难的策略是失败的。通常情况下，我们发现他们在小心翼翼地探寻那种绝对没有任何竞争的活动。他们可能争辩道，自己总是太弱小或已经被宠坏了，抑或他们的哥哥和姐姐限制了他自身的成长。他们要是有身体的残疾，那么命运将会愈发艰难。在这种情况下，他们必定会利用自身的羸弱，为失败辩解。

以上的两种类型儿童都不会成长为对社会有用的人。在第一种类型的儿童中，他们总是要争取成为最好的。除非遇到有利的竞争环境，否则他们难以感到满足。这种人只能通过损人的方式获得心理平衡。在第二种类型的儿童中，他们会被自己的自

卑感压垮，并时常在生活中觉察自己的缺点或屈服于困难。

家庭里最年长的孩子也具有鲜明的性格特征。首先，他在心理发展上占据了领先的位置。历史告诉我们，最年长的孩子实际上处于非常特殊的有利位置。在不同阶层的各式各样人里，这种有利地位已经固化为一种传统。例如，毫无疑问地，在所有的欧洲农场主中，第一个出生的孩子总是比其他孩子更有利。因为他从小就已经意识到他以后要掌管整个农场，而其他孩子最后必须离开农场。在贵族制社会中，只有长子有权继承家庭的爵位。一般情况下，即使是生活在较为下层的家庭，最年长的孩子通常最可能成为父母的得力帮手。因此，我们可以看到使命感对孩子来说是多么的重要。我们可以设想，他们的思考过程是这样的：“我比其他孩子更成熟、强壮和有力，所以我一定也要比他们更聪明。”如果这种趋势继续发展，他们将成为典型的纪律捍卫者。这种人事实上非常崇拜权力。这不仅是指他们自身的权力，还包括其他一切权力。对最年长的孩子来说，权力这个概念是自然滋生的。他们将它视作一种非常重要而且必须被尊敬的东西。对于这些孩子的保守性格，我们一点儿都不感到奇怪。

对权力的追求在二胎孩子中也体现得极其微妙。他们常常会承受来自哥（姐）的压力，因而更渴望追求优越感；他们的生活目标以及行为很显然是与所谓“赛马”的态度紧密相关。而哥（姐）出生得比他们更早的这个事实对他们来说，往往就是一个强烈的刺激。一旦他们有机会发掘自身潜能并超越第一个孩子，往往会进步神速。在这种情况下，由于第二个孩子即将超越自己，第一个已经获得权力的孩子会产生不安全感。对此，《圣经》里关于以扫和雅各布的传说已经给出了非常生动的描述。当时双方的敌对状况非常激烈，但他们的主要目的并非为了获取实际控制权，而是为了追求虚浮的权力。这个传说很像我们现在探讨的第二个孩子的情形，他们对权力的斗争永远都不会停歇，除非已经达到目标或征服了第一个孩子，

抑或战败并投降——通常表现为精神失常。此外，第二个孩子的观点跟穷人所持有的观点是相似的。他们都明显觉得自己被别人贬低和轻视了。他们可能会追求过高的目标，因而觉得生活总是充满着痛苦。他们对虚幻的、不可达到的目标的竭力追求破坏了他们内心的宁静。

当然，独生子女是一种非常特殊的情况。他们的性格完全由他们所接受的教育所决定。可以说，父母只能将所有精力都放到仅有的孩子身上。独生子女可能会表现出极强的依赖性，总是等着别人给他们指引和帮助。这些纵容使他们难以适应生活困难，因为以前总会有人为他们铺平道路。他们一直都是家庭关注中心，所以非常容易以为自己真的就是十分重要的人。实际上，他们的位置是非常危险的。我们几乎可以确定地说，他们都会形成错误的生活观。能够意识到这个危险的父母必然能够防止孩子形成太多错误的生活观，但即使是在最理想的情况下，独生子女的这种危险的处境仍然难以被避免。

独生子女的父母也很容易表现为过分专注，以至于总是觉得生活处处充满了危险和诱惑。在此情况下，他们对孩子的担忧和爱护会以一种非常夸张的方式表达出来。反过来，孩子也会觉得，父母的这种担忧和警惕带来了过多的压力。父母过度关注子女的健康和安全，觉得世界处处充满着敌意。他们可能会习惯性地担心孩子遇到困难，因为他们的解决方法看起来是那么的笨拙。他们只愿意经历那些令自己感到愉悦的事情。这些独生子女很难参与到需要独立思考的活动中，迟早会变得跟生活格格不入。他们的一生如此漫长，谁能保证没有任何灾难呢！他们就像寄生虫一样，终日游手好闲，从生活中汲取营养，等待其他人给予的关注。

如果同时存在好几个兄弟姐妹，那么竞争就大了。所以，对任何一个孩子做出合理评价其实是特别难的。一儿多女会让整个家庭都变得女性化，而被迫生活在其中的

男孩（特别当他是最低小的时候）会觉得自己受到一群女孩的排挤。他渴望得到大家的认可，却是异乎寻常的艰难。在这种压力下，他不会理解男性文化里男人们享有的特权。他所形成的性格特征就是：持续的不安全感和缺乏认可感。他深受姐妹的影响，进而觉得男性其实并不是最优秀的。结果，一方面，他可能早早就丧失了生活的勇气和自信；但另一方面，这种强烈的刺激可能会迫使他不断进取。这取决于孩子生活环境中的多方面因素。

总之，我们可以看到：儿童在家庭中的位置可以改变他们的心理和智力状态。这个事实使所有有害的遗传论黯然失色。我们当然可以举出一些例子证明遗传因素确实很重要，比如，有些从小就不在父母身边长大的孩子，仍然拥有跟“家族”其他成员一样的特质。如果我们还记得儿童的某些缺点是由遗传缺陷造成的，那么，我们就不难理解以上观点。比如，有一个孩子天生就有身体残疾，为此深感焦虑和紧张。这时，如果他的父亲也具有相似的出生缺陷，那我们可以毫不奇怪地发现，这个孩子将来也会犯跟父亲同样的错误，并具有跟他类似的性格特征。从这个角度看，我们似乎可以认为后天性格遗传论是站不住脚的。

在先前的讨论中，我们已经假定，孩子在成长过程中总要犯错，而他们企图支配他人的欲望和对权力的追求是引起严重后果的根源。实际上，在我们的文化背景下，这些孩子的发展都不得不遵循某种特定的模式。为了防止这种恶性发展，我们必须清楚他们面对的困难是什么。目前，我们已经发现有助于解决问题的手段，即培养孩子的社会感。一旦孩子们形成了这种群体精神，他们所面对的困难就不太可能干扰到他们的成长。然而，考虑到我们的文化相对缺少发展社会感的机会，所以，目前孩子们所遇到的生活困难会对他们的发展造成关键影响，甚至产生有害的作用。我们不难发现，有的人总是好斗，而有的人总是以泪洗面。我们必须理解的是，他们都是不健康心理的受害者。他们曾经遭受过不幸，以致正常的生活态度被扭曲

了。

在评价同伴时，我们必须十分谨慎，毕竟我们没有权力去审判任何人的道德价值。相反，我们所学的知识必须服务于社会利益。我们应该满怀同情心地靠近那些犯错或被误导的人，因为跟这些人相比，我们实际上处于一个有利的地位。我们的洞察力让我们重新认识到目前教育的一些主要问题。我们对造成错误根源的深刻认识，是我们用来改善现状的武器。通过分析人类心理结构和发展过程，我们不仅可以理解他们的过去，还能推测他们的未来。总之，科学赋予了我们了解人类的力量。人类不是刻在墙壁上的浮雕，而是有生命的实体。在认识人类价值方面，我们已经拥有无比丰富和广泛的知识。

本书由 “ePUBw.COM” 整理，ePUBw.COM 提供最新最全的优质电子书下载！！！！

第二部分 关于性格的科学

十 一般概念

我们是如何成长的？

我们所称呼的“性格特征”其实是个体为了适应所生活的环境而做出的各种尝试的外在表现。性格是一个跟社会有关的概念，因而，只有当我们将个体放到生活环境中进行考虑，才能说他具有某种性格特征。但用这种方法来分析鲁滨逊在遇到野人星期五以前究竟是什么样的性格实在是没有太大的必要。性格代表了一种心理态

度，反映了个体在所生活的环境中行为的质量和内涵。它也是一种行为模式，在此模式下，个体对人生价值的追求充分体现在他们的社会感上。

在之前章节的讨论中，我们已经看到优越感、权力和征服感是如何影响人类活动的。这些目标正在逐渐改变着我们的世界观，决定着我们的行为方式，支配着我们的各种想法和感受，使我们陷入某种特定的轨迹。性格特征只是个体生活方式和行为模式的外在表现。这些表现让我们可以大概知道个体对环境、人类同伴、所生活的社会 and 生存挑战的态度。人的性格特征是总体性格用来获取他人认可和实现个人价值的一种工具。这种总体性格的表达方式是人类赖以生存的一种“技能”。

性格特征并不是继承的，而是人人都有。它也不是天生的。性格特征就像是一张展开的生活卷轴，人人都可以在其中独立生活，并利用一切条件自由发展性格。它跟天生权力或某种倾向的外在表达无关。我们通过后天学习获得性格特征，用以帮助我们按照各自的方式生活。举个例子，没有哪一个孩子天生就是懒惰的，他们之所以变懒，是因为这种方式似乎是既可以实现个人价值，又能够过上舒适生活的最好手段。因而，懒惰也可以在一定程度上反映出对权力的追求。一个被打败的孩子可能会把身体残疾当作借口。这一类人通常会这样想：“我要是没有这些缺陷，肯定也是一名天才！但无奈的是，我确实是残疾。”另外，有的人会因为方法不当而苦苦挣扎在权力斗争的泥潭之中。为了达到目的，这些人会利用任何东西作为他们的武器，包括野心、嫉妒、猜忌等等。他们坚信，这些性格特征是自己人格里不可分割的一部分，却又不是通过遗传获得，或不能够改变的。我们的深入观察表明，这些人已经知道合适的性格特征对于形成行为模式是必要的，且从很小的时候起，他们就已经开始改变自己的性格特征。性格特征不是形成行为模式的主要因素，而是次要因素，被隐藏在个体性格之下的某种目标促成。性格特征的评价必须采用目的论。

现在，让我们一起想想之前说过的个体生活方式、活动、行为和排名位置，以及他们是如何紧密地影响个体生活目标的。除非脑海里存在某种鲜明的目标，否则我们不会自发地思考或行动。在儿童灵魂的某个昏暗角落，这种目标已经形成，很早就开始引导他们的心理发展了。这种目标塑造儿童的生活，并赋予他们某些特征。正是由于这个原因，每个人都是独特而离散的统一体，跟任何人都不同。而他们的所有活动和表现也都是朝着这个秘密的目标前进。知道了这个目标，也就理解了人性。

到目前为止，就个体灵魂和性格发展来说，遗传因素并不是很重要。我们还没有找到能够证明性格特征遗传理论的具体证据。我们的性格在很早的时候就已经形成了，以至于似乎是继承的。但实际上，他们顶多只是在后天观察和模仿中习得的。那么，为什么一个家庭、国家或人种会具有类似的性格特征呢？事实上，人们是通过模仿或分享的方式进行学习的，而儿童和青少年都具有很强的模仿能力。

对知识的渴望有时候可以表现为个体对世界观察的欲望，它可以让具有视力缺陷的儿童形成好奇的性格特征。但如果这个孩子的好奇感对其行为模式形成是必不可少的，那么同等条件下对知识的渴望又可能会促进另外一种完全不同性格特征的形成。他可能会通过探索、拆卸或打碎事物的方式获得满足。此外，他也可能非常用功，养成爱读书的性格。

通过类似的方式，我们也可以分析患有听力缺陷的人所具有的喜爱猜忌的性格特征。在我们的文化中，他们总是暴露在更大的危险中，而且他们自身也能够强烈地感受到这种威胁。他们也更容易被别人取笑和贬低，叫做“低能儿”。这些因素是造成猜忌性格的最重要根源。由于聋人的生活少了很多乐趣，所以，对于他们看待这些乐趣时所抱有的敌意，我们丝毫不感到惊讶。但我们不应该认为他们天生就具

有爱猜忌的性格。

关于犯罪性格特征是天生的这种说法也同样是荒谬的。我们可以反驳道，因为长辈具有反社会性格，而幼辈模仿了他们，所以才会产生一个家庭里有好几个人同时犯罪的现象。在这些家庭中的孩子从很小的时候起就被父母灌输这样的观念，即盗窃是一夜暴富的最好方法。你看，他们的家族传统就这样继续被传承了。

同理，我们也可以按照这样的方式分析人们追求他人认可的现象。因为儿童成长过程需要面对的困难实在是太多了，所以，几乎没有人不曾追求过自我价值。这种追求的表现形式可能是多样化的，每个人都以自己的方式实现自我价值。通过观察，那些具有跟父母类似性格的儿童事实上是将周围已经实现自我价值和获得尊敬的人作为模范，进而实现自身价值。我们的每一代人都是按照这种方法从前人身上学习知识的。随后，我们在解决个体追求权力过程中遇到的困难和复杂问题之后，继续传承这种知识。

个体优越感往往是非常隐蔽的。因为社会感的存在不允许它公然出现——它在暗地里发展，隐藏在公众可以接受的假象之后。我们必须重申，在人类相互理解达到一定高度以后，个体优越感是不会生根发芽的。如果我们每个人都有能力透过邻居的面具看到他们背后的性格，那么我们不仅可以很好地保护自我，而且能够揭穿他人追求权力的目的，因为这个目的根本就不值得。在这种情况下，掩盖在优越感上的纱布会被揭掉，而我们也因此能够更好地看待这些关系，并充分利用我们已经获得的实验证据。

我们生活的文化环境很复杂，很难获得合理的关于生命的知识。现在的人已经抛弃了用来发展自身心理洞察力的主流方法。至今，我们的教育的唯一功能就是在儿童中传播未经加工的知识，然后要求他们尽其所能或根据需要做出选择，而不会特别

注重激发他们的兴趣。即使是这种学校，目前可能也没有几所。迄今为止，有助于理解人性的最为重要的储备知识都已经被抛去不讲。我们实在是太擅长以老土的学校规矩要求全人类了。在那里，我们学会了明辨善恶，却不知道怎样改善我们已经形成的评价。结果，我们把一些错误的观念带到了生活中，并一直延续到今天。

作为成人的我们仍然抱着童年时期就已经形成的偏见和错误想法，把它们看作跟法律一样神圣。有些人还未能意识到，其实他们已经被拖进当代文化的泥潭之中，并坚信要想真正洞察人性是根本不可能的。归根结底，我们中的很多人都是从如何提高个人自尊的角度看待问题的，我们的着眼点放在了怎样争取更多的个人权力上面。

社会感、群体精神和性格发展

除了追求权力之外，最能够影响个体性格形成的就是社会感。它跟追求权力一样，都是起源于儿童的第一次心理骚动，特别是对交际和关爱的渴求。在前面部分的章节里，我们已经详细讲述了社会感产生的条件，在此，我们再简要回顾一下。群体精神，或者社会感，既受到个体自卑感影响，又受到个体对权力的补偿行为影响。人类非常容易受到各种自卑情结的影响，个体自卑感几乎同时是与心理活动以及不能获得补偿和安全的焦虑感同时发生。在培养儿童的过程中，我们必须充分考虑他们的自卑感。儿童培养的总原则是：不要让他们觉得生活过于艰苦，抑或让他们过早地看到生活的阴暗面，而应该为他们创造体验生活乐趣的机会。但考虑到不同家庭经济水平存在差异性，我们不可能要求所有家庭都遵循这个原则。不幸的是，我们看到很多家庭的孩子都是在贫穷和充满贪欲的环境中成长起来的。此外，身体的残疾也对儿童的成长产生了非常深刻的影响。因为身体残疾阻碍了他们过上正常生活，并时刻提醒他们，你们应该要求一些特权。出身贫困或患有肢体残疾的儿童总

会不可避免地产生生活不公的念头，而这又会反过来对他们的社会感形成造成更大的不利影响。

除非将群体精神当作评价人类思想和行为的标准，否则我们将难以得到客观的评价。我们必须牢牢把握这种观点，因为人类社会中的每一个个体必须服从统一性。我们必须清楚地意识到我们对同伴的责任，我们的生存离不开群体，因此，我们必须按照群居生活的逻辑要求自己，这种逻辑决定了我们必须找到某种已经存在的用于评价人类的标准。个体所具备的社会感大小是唯一用于评价人类价值水平高低的通用标准，我们不应该否认我们对社会感的心理依赖。实际上，没有任何一个人能够完全忽略存在于自己身上的社会感。

我们所具有的社会感使我们确信自己必须履行对人类同伴的义务。但是，这并不意味着社会感会一直存在于我们的意识层面上。不过，我们确实需要一定的勇气才能拒绝承认并忽视自己的社会感。此外，社会感存在于普遍人群中，人类的所有活动都是以正当的社会感为前提。我们之所以会为自身行为和思想辩解，皆因为我们在潜意识层面上有着社会统一感，最起码，它解释了为何我们会为自己的行为找借口。比较有趣的是，由于社会感的基本性和重要性，所以，即使没有具备常人那样充分为他人考虑的能力，我们也仍然会做出很大努力，让我们看起来就像是具备了那样的能力。这也就意味着，“伪装出来”的社会感有时候被我们用来隐瞒自身的反社会思想和行为，而它们正是我们性格的真实外在表现。我们的困难在于如何鉴别真的和假的社会感，这种困难驱使着我们对人类的理解朝着科学的方向发展。接下来我们一起看看关于误用社会感的几个例子。

有一名年轻人曾经向我们讲述他和其他几个人在一座海上孤岛的经历。当时他们其中的一个人在悬崖边上探出身子俯视的时候失去平衡掉了下去。我们的主人公目睹

了同伴坠落悬崖的整个过程但没有施救。此后，他想起这件事情的时候，并没有意识到不妥。幸运的是，那名坠落海中的年轻人最后被人救了起来。从这个故事我们可以断定，故事的主人公的社会感是非常缺乏的。即使有人对我说，他平时没有伤害过任何人，或者他有时候待人挺好，我仍然不会改变这种判断。

随后发生的事情进一步证实了我们的判断。这名年轻人常常会做白日梦，梦见自己远离人类，住在深山老林的小茅屋里，而这种深居简出的景象经常也是他喜爱的绘画主题。任何具备解释梦境能力的人在了解他的过去后都会很轻易地感受到他身上所缺少的群体精神——正是他的梦境让我们对此坚信不疑。客观地讲，他的精神发展是不全面的，他只是缺少社会感。

接下来的这一则趣闻则有可能让我们清楚地了解如何辨别社会感的真伪。有这样一位老太太，她在赶公共汽车的时候滑倒在雪地上。很多路人从身旁匆匆走过，就像没有看到她跌倒了一样，直到有一位男士上前将她扶了起来。就在这个时候，一个男人突然出现，向那位男士毕恭毕敬地敬了个礼，说道：“感谢上帝！我终于找到一个正直的人了。我已经在这里等了五分钟了，看看会不会有人肯帮助这位跌倒的老太太。你是第一个这样做的人！”这件事情让我们看到群体精神是如何被误用的——那个隐藏在角落里的男人俨然已经将自己化身为评价他人行为的法官了。他确实具有明辨善恶的能力，却居然不会伸手拉那位老太太一把。

在很多复杂的情况下，我们也很难衡量一个人社会感的强弱。我们唯一能够做的事情就是做一个彻底的调查，一旦完成这样一个调查，我们就不会继续在评价人性的黑暗中踽踽独行。

为了正确地评价这些模棱两可的例子，我们需要采取一种更为务实的方法。在个体心理学里，这样的方法就是从社会有用性和是否有利于全人类（即“大众福利”）

的角度出发进行评价。我们一旦采取了这样的一种方法，就能轻易地对所有情况下的人类行为做出正确的评价。

每一个个体活动都会体现出或大或小的社会感，这些活动明显包括他们的外在习惯，他们看待其他人的角度，他们握手的方式，抑或他们的讲话习惯。不管怎样，我们总会本能地强烈地感受到他们的整个性格特征。偶尔，在潜意识层面上，我们也会从他们的行为中寻找具有深刻影响意义的结论，进而改变我们的观点。在以上讨论中，为了避免犯下某些严重错误，我们只是将这样的人类本能带到意识层面上进行思考。而正是因为它是存在于潜意识层面的，所以我们就有方法检验和评估它，并减少评价偏见（这种偏见早在我们的潜意识具有评价能力时，就已经产生，而这种潜意识是超越我们的控制能力的，是我们没办法修改的）。

再次强调一下，将个体独立抽出生活背景进行评价是无意义的。一旦我们将某种独立的现象扯出个体的生活，进而做出单一评价（我们在只关注个体身体状况、环境和成长历程时往往容易犯下这种错误），必定会踏上歧途。这一点很重要，因为它极大地减轻了人类肩上的负担。我们的自知之明越多，行为就越理智，就越能跳出生活看待世界。我们的方法让深入分析成为可能，并对他人产生正面的影响，特别是儿童，还让他们从命运的仆人变为主人翁。从这个角度上看，没有人会单纯因为拥有不幸的家庭或者暗淡的个人经历而陷入终身痛苦之中。光是人人都拥有这种简单的觉悟，我们的文化就会朝前迈出一大步，我们的下一代就会成长为无所畏惧、有意识的人——他们终归会成为自我命运的主人。

性格是如何发展的？

人格所具有的鲜明性格特征必须与早期个体精神发展方向一致。这种方向既可能是笔直的，也可能是蜿蜒曲折的。在第一种情况下，儿童为了实现目标采取直线式的

走法，并形成了进取和果敢的性格。每个人的性格发展往往都是以这样一种积极、进取的态度开始的。随后，这种发展又会很轻易地被打偏或篡改。

当生活的阻力直接妨碍儿童获得优越感时，有些问题就会随之而来。相应地，他们也会尝试着采取一些方法绕开这些困难。他们的这种迂回战术也会产生特定的性格特征。其他阻碍他们性格发展的一些问题，包括肢体残疾，以及被身边的人击退或打败，都会对他们的性格发展造成某种影响。此外，大环境（即世界环境）也会对他们造成不可磨灭的影响。我们文化中关于生活部分的内容，诸如来自儿童生活的家庭、学校的要求、疑虑和其他错误情感，最终影响着他们的性格形成。目前的教育采取了过分精巧的教学方法和观点，以培养学生适应一时的社会风气和文化为目标。

无论哪种障碍，都会对直线型儿童性格的形成产生致命的有害影响。在遇到这些障碍后，儿童追求权力的脚步会或多或少地朝着非直线的道路前进；而在没有遇到障碍的情况下，儿童追求权力的脚步会变得轻快，而他们的也会直截了当地得到解决。我们不妨把他们称作A型儿童。而对于第二种儿童——B型儿童，我们又看到了完全不同类型的人格。他们缺少A型儿童所拥有的勇气，发现到处充斥着火药味，并不是每个人都对他们抱有友善的态度。B型儿童不会直接争取他人的承认和权力，而选择各种迂回曲折的方法。他们的心理发展程度高低取决于他们能付出多少。他们采取何种迂回战术，反映了他们做事的小心翼翼程度，以及他们的行为是在满足生活要求还是在逃避。B型儿童不会直接采取方法完成任务和解决问题。他们的胆小懦弱、畏手畏脚，以及不敢跟人对视或说真话，并不意味着他们的目标与A型儿童的不同。两种人可能行动不一样，却指向同一目标。

一个个体可以同时拥有上述两种类型性格，在那些性格尚未发育完全的儿童中这点

表现得尤为明显。那时，他们的道德准则仍然富有弹性，他们总想走不同寻常的道路，如果一种方法不对，他们会立刻转向另外的方法。

一个个体的群居社会生活不受干扰是他成功迎合社会要求的首要条件。只要儿童不对社会抱有敌意，我们就可以很容易地让他们达到这个要求。如果人们想要消除家庭的硝烟味儿，父母就必须尽力减少对权力的追求，直至不会对孩子造成任何负担。此外，如果父母能够理解儿童成长的规律，那么他们也能够避免孩子形成夸张的“直线型”性格——在这种情况下，勇敢变成了粗鲁，独立变成了完全的以自我为中心。同理，他们也能够避免对孩子过分严厉，以至于孩子变得如奴隶般顺从。犯这种错误可能会让孩子自我禁闭，总是担心说出真相会造成不良后果。

压力在儿童的成长过程中就像一把双刃剑——它打着让他们更好地适应生活的幌子到处招摇撞骗。强迫性服从实际上就是赤裸裸的奴役。儿童的心理反映了他们与生活环境总体联系的紧密程度。此外，儿童的性格反映出是否所有不可避免的困难都曾经影响过他们的想法。儿童通常不具备客观评价外界影响的能力，但他们周围的大人对此要么毫无感受，要么觉得难以理解。儿童遇到的困难种类以及他们应对困难所采取的方式，共同构成了他们的人格。

我们也可以根据看待困难的不同态度将人们进行分类。第一类是乐观主义者，这类人的性格特征总体上是符合直线型的，他们很勇敢地看待所有困难，并不会将它们看得过于严重。他们有着自身的信仰，发现其实快乐地生活是一件多么简单的事情。他们对生活没什么过分要求，因为他们知道自我价值是什么，并不会妄自菲薄或觉得生活失去了意义。因此，跟那些坚信所有的艰难险阻都只不过是证明了他们自身软弱和不足的人相比，他们能够更安全地渡过“生活大风暴”。即使是深陷困境，乐观主义者也会保持冷静，坚信错误总是会被纠正的。

由于他们所表现出来的乐观精神，乐观主义者很快就会得到大家的认可。他们一点儿也不担心，爱公开说话，并自由表达自我。他们既不表现出过分谦虚，也不表现出过分压抑。如果有人让我画一张乐观主义者的肖像，我会将他们画成展开双臂随时准备欢迎同伴的形象。他们很快就能和他人建立关系，在交友方面毫无阻碍。因为他们心无猜忌。他们说话不会吞吞吐吐，永远都是很自然、很随和的。除非在孩子一岁以前，否则我们很难再见到这一类型的人。因此，具备让我们觉得满意的社会交往乐观心态和能力的人相对较少。

大部分人属于另外一种类型——悲观主义者，他们是造成我们教育困难的最主要原因。有不少人的童年经历和印象使他们形成了“自卑情结”。他们以前经历过的困难令他们相信生活不易。他们的悲观个人哲学总是让他们看到生活的黑暗面，而这一切都可以追溯到他们童年不当的养育方法。跟乐观主义者相比，他们容易意识到生活艰苦，同时也更容易失去信心。受一种不安全感折磨，他们一直都在寻找别人的支持，他们的行为往往带着“大声呼救”的声音，因为他们觉得再不呼救，自己一个人就挺不过来了。在童年时期，他们总爱向母亲呼唤求助。这种呼唤有时候甚至延续到他们的老年。

这种异常的谨慎可以通过他们胆小怕事的总体的个人态度表现出来。悲观主义者一直都纠结于那些可能根本无关紧要的困难和危险。很明显，他们的睡眠质量并不高——睡眠是用来评价人类发展的绝佳标准，因为睡眠障碍体现的是个体内心极大的警惕性和深深的不安全感。这些人看起来就像是时时刻刻提高警惕，以防遇到生活威胁。他们的生活多么没有乐趣！他们对生活的理解是多么的浅薄！个体睡眠质量欠佳反映出他们所怀有的错误的生活哲学。要是他们的结论真的是正确的，要是生活就像他们一如既往所坚信的那么苦涩，那么他们就要真的彻彻底底地失眠了！他们在解释自然现象时所抱有的敌意出卖了他们，让我们看到他们没有好好准备如何

去生活，否则他们根本没有理由不安稳入睡。如果我们见到有的人总是在不停地看表，或者担心晚上遇到破门而入的窃贼，那么我们就应该怀疑他们是否具有悲观主义倾向。你甚至可以通过睡姿来解读他是不是一个悲观主义者。悲观主义者通常会将身体蜷作一团以占用最少的地方，或者在睡觉时被子盖过头。

另外，人类也可以被划分为激进型和防御型。激进型的特点是动作暴力，爱好攻击。这类人可以表现为勇敢的性格特点，但他们的勇气太过，变成了愚勇。他们急于向全世界证明他们是多么的无畏——实际上暴露了他们内心深处的不安全感。这类人也可以表现为焦虑的性格特点，他们尝试着在恐惧面前强硬起来，所表现出的“硬汉”角色实在是让人觉得荒唐可笑。其他类型的人在压抑所有关爱和温柔的过程中备受痛苦的煎熬，因为他们错把这些感觉当作示弱的象征。

激进型的人具有野蛮和残暴的性格，一旦他们也变得悲观，那么他们和环境中的所有关系都会发生改变，因为他们既不会同情也不会合作，只是充满敌意地看着这个世界。与此同时，他们潜意识里的自我重视程度可能会达到一个非常高的位置。他们的骄傲自大会逐渐膨胀，他们一味的炫耀自负，就像他们真的就是征服者一样，而且他们的自负行为表现得非常明显。他们的行为非常过分，这不仅破坏了他们已经与世界建立的关系，也充分暴露出他们的整个性格——他们的所有自吹自擂都是基于不安全感和飘摇的基础之上。

激进型的人的后续发展遇到的问题越来越多。人类社会不是很喜欢这样的人，正是因为他们处处碍事，所以招来大家的厌恶。在他们不断追求占据上风的过程中，他们很快地就会发现，自己已经陷入冲突中，特别是跟那些跟他具有相同激进性格的人——两者都觉得被迫进行竞争。于是，生活就变成了无休无止的斗争。当他们不可避免地遭遇失败时，他们追求成功和胜利的过程就会濒临崩溃的边缘。很快，他

们就感受到恐惧，丧失忍受冲突的耐力并难以弥补他们的失败。

他们未能完成任务的这种失败阻碍了他们的发展，随后，他们的精神发展停滞，而这也正是他们转向防御型人格的大概时间。

防御者通常觉得自己受到了威胁，因而一直都采取防御态势。他们补偿不安全感的方式不是采取激进行动，而是表现为焦虑、小心翼翼和胆小懦弱。可以这样说，如果没有以往获取激进态度的失败史，他们是不会自发变成防御者的。防御型的人很容易因为遭受挫折和不愉快的经历而觉得失望，一直都想逃避。偶尔他们也会成功地把自已的叛逃用作帮助自己更好撤退的一种工具。

因此，他们的每一次回忆和幻想都只是在尽力回避现实，因为这让他们感受到了威胁。有的人可能并没有忘记他们生活的初衷，并最终做出一些对社会有实际价值的行为。很多艺术家就是属于这一种类型，他们遁世生活，在那里建立起一个充满幻想的理想世界。他们是防御型性格的例外情况，在困难面前，这些人采取了屈服的态度，因而容易遇到一个又一个挫折。他们害怕任何东西，猜忌心愈发加重，除了带着敌视目光看待世界，他们实在是没有其他的想法了。

很遗憾，在我们的文化里，他们的性格倾向总是因为频繁的受挫经历而愈发严重，他们不相信任何人类品质，看不到生活的任何光明。这种个体最常见的特征之一，就是他们一般都具有批判性的态度，这种态度有时候会表现得过于夸张，所以一见到陌生人，他们总是看到这些人的最无用之处。他们将自己看作是高高在上的法官，随意判定人性优劣，却未曾做过任何对同伴有用的事情。他们终日奔忙，到处批评和破坏他人的活动。猜忌心迫使他们采取焦虑、怀疑的态度，在接触任何事情后，总是进行各种猜忌，表现得踌躇不决，想去避开做出任何决定。我们可以想象这样一种情景：有一个人摆着左手，装出要拒绝的样子，同时，右手遮着眼睛，不

去看前面的危险。

这种人还有另外一种令人讨厌的性格特征。例如，他们既不相信自己，也不信任他人。抱有这种态度的人总是不可避免地走向嫉妒和偏见。这类猜忌者的居住环境通常相对封闭，表露出他们不愿意为他人乐趣做出贡献，抑或参与到周围人的快乐生活中。更重要的是，陌生人的快乐对他们来说几乎是一种痛苦。在这类人群中，有些成员可能会通过自我欺骗或糊涂应对的方式维持他们对于其他人的一种优越感。在他们不惜一切代价满足自身优越感的过程中，他们表现出一种相当复杂的行为方式，以至于乍看起来，几乎没有人能够看出来他们对人类最基本的敌意表现在哪里。

过去的心理学派

在没有完全清楚研究方向的情况下，我们确实可以尝试着去理解人性。常规做法通常是，选取心理发展的某一个点建立“分型”作为我们进行定位的标志。例如，我们可以将人类划分为思考者和行动者。思考者更喜欢冥想和反思，他们生活的世界充满了幻想，避开了现实。与行动者相比较，这种类型个体很难有所活动。行动者不太喜欢反思，几乎不会冥想，他们总是采取一种积极的、就事论事和务实的态度解决生活中的困难。

我们讨论的这两种人都是存在的。但如果就此认同这个心理学派的观点，我们很快就会触碰到研究极限，并且会像其他心理学家一样被迫满足于断言人类分为两种，第一种人充满了幻想成分，第二种人具有较强的工作能力，后者的成长更完善。但这很难真正成为支持某种科学观点的充分材料。我们需要发现关于这些事情如何发生、它们是否被迫发生，以及他们是否可以被避免或缓解的更好观点。从这点来看，这些人为强加的肤浅标签对人性的合理研究无效，尽管有些类型就像我们上面

提到的那样确实存在。

个体心理学一直致力于研究某一个精神发展点，而各种心理表现就是从这个点衍生出来的。这个点就是童年早期。我们已经清楚地知道，各种心理表现或者它们的组合要么以社会感为基础，要么以权力追求为基础，这种论点就是个体心理学用来理解人类的关键所在，它是基于一些简单和普遍适用概念的。心理学家理所当然地应该通过小心谨慎和富有技巧的观察分析每一名来访者。我们在明确这个前提的基础上建立了一种标准，使我们能够评价某种心理表现是否从很大程度上体现了社会感以及少许对个人权力和声望的追求，抑或它是受到自私和野心的支配，这只会导致优越感的产生。在此基础上，我们很容易就能理解上述提到的各种已经被误解的心理特征，并评价他们在人类所有人格中的地位。此外，理解某个人的性格特征和行为方式令我们有能力纠正个体行为。

气质和内分泌

“气质”是一种古老的心理现象和性格特征分类，我们很难清楚地理解“气质”究竟是什么。它代表了我们思考、说话或行动的敏捷性吗？它是我们解决问题时所体现出来的力量或节奏吗？我们研究心理学家给出的解释后，认为以上理解似乎单一而片面。我们必须承认，我们现在的科学是跟远古时代就已经建立起来的气质或体液四分类法密不可分的。那时，我们的人性研究才刚刚开始萌芽。古希腊时期，希波克拉底就已经将气质划分为多血质、胆汁质、抑郁质和黏液质四类，随后经过罗马人的发扬，延续至今，成为现代心理学引以为荣的神圣遗产。

多血质个体的生活总是或多或少的充满欢乐，他们不会将事情想得过于严肃，也不会让生活把自己拖垮。他们总是试着寻找每件事情最快乐和最美丽的一面。他们不会悲伤过度，也不会感到崩溃，他们从事情中体会到欢乐，且不会丧失判断能力。

我们对这类人的保守描述是，他们是没有严重缺陷的、能够明辨是非的健康人。我们不能断言其余三类气质具有这种特点。

有一首古诗描写了一个胆汁质的人，说他走在路上碰到一块石头，忽然猛地一脚把它踢开，而多血质的人只是不声不响的绕过它。如果翻译成个体心理学的语言，就是胆汁质的人一直都在追求权力，他们的追求是如此的热烈，以至于对任何事情都采取坚决和暴力的方式解决，总是被迫证明自己的强大。他们喜欢横冲直撞，就像斗兽场里的公牛一样。实际上，这些强烈的做法起源于童年早期，当时他们觉得自己一点儿权力都没有，所以，有必要不断地展现能力，借以证明自己的存在。

抑郁质类型的人则给我们留下不同的印象。如果抑郁质的人在路上碰到这块石头，会蹲下来仔细观察，想起自己曾经的罪孽，开始为过去的生活感到焦虑，然后转身走人。个体心理学将他们看作外露的犹豫不决的神经质患者，他们没有任何勇气，不敢克服困难朝前迈进。抑郁质的人不喜欢冒险，更爱站立不动，而非向着一个目标前进；而一旦被出发，他们就会小心翼翼，不敢越雷池一步。在他们的生活中，猜忌扮演着非常重要的角色。这种类型的人总爱思考自己而不是他人，致使他们不能建立起足够的人际关系网。他们总是为自己的忧虑苦恼，浪费时间在无穷无尽的自我反省和怀念往事上。

一般来说，黏液质的人看起来是生活的过路人，他们为自身经历所害，未能从中得出正确结论。没有什么事情可以给他们留下强烈印象，他们很难对任何事情感兴趣，他们没有朋友，总之，他们几乎不与生活建立任何联系。在所有四种类型气质中，他们可能是最远离实际生活的人，因为他们对环境一点儿都不敏感。

因此，我们可以得出这样的结论，只有多血质的人是“好人”。但几乎不存在所谓的明确的优劣界限。在大多数情况下，我们见到的人都具有两种或两种以上混合类

型的气质。这个事实启发了一种无价值气质理论——没有任何一种“类型”或“气质”是一成不变的。通常我们会发现，一种气质是溶解到另外一种气质中的。一个儿童一开始可能是胆汁质，随后变成多血质，临死之前是典型的黏液质。气质也可能跟运气有关。在四种气质中，多血质可能是最少遭受童年自卑感的，他们几乎没有身体缺陷，也未曾遭受过任何令人强烈恼火的事情。结果，他们的成长历程是不均衡的，对生活抱有坚定的热爱，让他们满怀信心地解决问题。

在这一点上，科学就会跑到台前大声呼喊道：“我们的气质学说是基于人体内分泌的。”医学最新研究进展之一就是发现了内分泌的重要性。内分泌腺体包括甲状腺、垂体、肾上腺、甲状旁腺、胰岛和存在于睾丸和卵巢的间质性腺体，以及其他类型的组织学结构（它们的功能尚未被完全明确）。这些腺体缺乏导管，而是直接将分泌物释放到血液。

我们的总体印象就是，这些腺体影响着所有器官和组织的生长和活动，它们的分泌物经过血液运输到身体的每一个细胞，这些分泌物起到激活剂或解毒剂的作用，而且对生命至关重要。但是，我们尚未完全了解这些腺体的真正功能。整个内分泌学科才刚刚诞生，关于内分泌功能的可靠事实依据十分罕见。但既然这个年轻学科声称内分泌决定性格和气质，而且得到了大家的重视，那么我们在这里必须就此作深入讨论。

首先，让我们来处理一个关键问题。就拿真正的内分泌紊乱来讲，比如呆小症这种由甲状腺功能不全引起的疾病具有跟极端黏液质气质的人相当类似的心理症状。这些人除了身体浮肿外，头发看起来也有问题。他们的皮肤特别厚，动作特别慢，一副萎靡不振的样子。他们的心理敏感性惊人地低下，实际上他们缺少主观能动性。

要是我们现在拿这种人跟另外同样被诊断为黏液质气质的人做比较就会发现，虽然

他们的甲状腺都没有发现明显的病理改变，但是他们的性格特征几乎一致。因此，我们可能得出这样的结论，即甲状腺的分泌物里似乎存在某种有助于维持正常心理功能的物质。但我们不能说黏液质气质的人就是由于甲状腺分泌功能缺乏引起的。

通过病理检查确诊的黏液质实际上跟心理学家所说的黏液质完全是两个不同的概念。我们可以根据既往精神病史来鉴别心理上的黏液质性格、气质和病理确诊的黏液质。心理学家绝不会碰到被动的黏液质个体，我们往往会惊讶地发现他们的反应是如此地强烈，他们的行动是如此地暴力。黏液质的人不会一辈子都具有黏液质性格。我们很快就会知道，他们的气质实际上只是一个人为建立的外壳，它既是一种过度敏感的人为自己建立的防御机制（我们可以设想，他们可能很早就已经表现出这种明确的倾向性），也是他们筑造的自己跟外部世界的隔绝堡垒。

黏液质代表了一种防御机制，是对生存困难的一种反应。从这个意义上讲，他们跟那些行动迟缓、懒惰和机能不全的严重甲状腺缺陷病人是完全不一样的。即使是对于那些曾经有过甲状腺功能缺陷，随后又具有黏液质的人来说，这一重要性和意义也不能被否定。甲状腺功能缺陷并不是造成问题的根本原因，事实上，真正值得关注的是动机和目的，以及关于内外影响因素的一个完整系统，是它们引起了自卑感。这种自卑感培养了他们的黏液质气质，借以让自己远离不愉快的屈辱和个人自尊伤害。但在这里我们正在面对的是那些先前提到过的一般类型的人。甲状腺这种特殊器官缺陷引起的后果是非常严重的，这种缺陷导致个体产生对生活的更大担忧，个体总是试着通过各种心理诡计满足这种补偿感，其中一种常见的例子就是形成黏液质气质。

如果充分考虑其他腺体的问题并探索其与不同气质类型的关系，我们就可以进一步证实我们的假设。有的个体甲状腺分泌功能非常旺盛，比如巴西多氏病或甲状腺

肿。这种疾病的身体特征表现为心脏活动增强、脉率增快、突眼症或眼睛突出、甲状腺肿大和轻度或严重的四肢颤抖，特别是双手抖动。这种病人多汗，由于甲状腺分泌物作用于胰腺常常引起消化不良。他们的精神高度敏感，容易被激怒，特征是活动仓促，动作颤颤巍巍，常常处于极度焦虑的状态中。我们绝不会将典型突眼性甲状腺肿的病人误以为极度焦虑的人。

不过，这种情况跟精神焦虑的表现非常相似，都是一副犯了严重错误的样子。我们在突眼性甲状腺肿患者身上看到的心理现象包括精神焦虑、不能做任何体力或脑力劳动、易疲劳和身体虚弱，不仅由心理因素造成，还由器官因素造成。但神经衰弱患者的仓促和紧张症状则又跟这些症状有所区别。跟那些甲亢患者（又称“甲状腺分泌旺盛者”）所表现出来的精神症状形成鲜明对比的是，神经症患者易激动、做事仓促、焦虑，属于完全不同的一类人，因为后者的心理状态完全取决于他们既往的心理经历。甲亢患者当然也表现出类似的行为，但他们的行动缺少计划和目的，然而它们正是性格和气质的重要组成部分。

在此，我们必须继续讨论其他内分泌腺体。其中，不同腺体跟睾丸和卵巢的关系是非常关键的。我们坚持认为，内分泌异常必然跟生殖腺（即性腺）异常相关，而这也已经成为生物学研究的基本原则之一。迄今为止，我们尚未完全理解不同腺体之间的特殊关系，以及不同内分泌紊乱为何会同时出现。我们从某些腺体器质性缺陷研究中得到的结论同样也适用于其他器质性缺陷。生殖腺缺陷的人似乎更难适应生活，结果他们被迫采取更多心理诡计和防御机制来帮助自己更好地适应。

有些狂热的内分泌腺体研究学者已经向我们展示出性格和气质完全取决于性腺的内分泌功能。但是，貌似睾丸和卵巢出现多腺体同时受损的情况还比较罕见。那些真正具有病理性改变的人应该被看作是例外情况而不是一般规律。任何性腺功能缺陷

相关的心理障碍都可以（事实上，这种情况非常常见）通过其他性腺疾病找到源头。我们找不到内分泌专家所讲的内分泌功能正常或紊乱造成性格改变的可靠医学证据。毫无疑问，某些对于维持生存息息相关的特定刺激起源于性腺，而这些刺激可能决定儿童在其生活环境中的状态。然而，其他器官也可以产生这些刺激，它们不必成为某种心理结构的基础。

由于评价人类的价值是一项艰难和精细的工作，而且它事关生死，所以我们必须在此发出警告。那些先天身体虚弱或残疾的孩子会试着在后天的学习中掌握某些心理诡计和伪装方法借以满足自身补偿感。但是，这种求助于伪装的做法是可以被逆转的。严重的身体残疾会不可避免地、不可挽回地迫使儿童养成某种生活态度——即使他们有时觉得沮丧。人们之所以会持有不同观点，是因为没有人试着去解决阻碍身体残疾儿童心理发展的困难。由于这些儿童天生残疾，我们已经允许他们沿着跟一般孩子不同的方向成长。我们过去已经观察过他们，但没有人试着去帮助或者鼓励他们。简而言之，与基于遗传的心理学相比，基于个体心理学成果的新型位置或社会心理学显得更为准确。

总结

在我们继续讨论单一性格特征之前，让我们简要地回顾一下本章节的讨论点。我们已经得到这样一个重要观点不能将某种现象抽出它所在的整个心理背景进行分析从而理解人性。为了正确理解人性，关键点在于至少将两种不同的心理现象同时放入一段尽可能长的时间内进行对比，然后再用一种行为模式将它们统一起来。经验证明，这种技巧是非常实用的，它允许我们汇总所有印象，并利用系统的组织方法将它们进行浓缩，最终得到可靠的性格评价结果。如果我们根据单一现象进行评价，那么我们会陷入困境，就像其他心理学家和教育家一样。结果，我们不得不重新

回到传统标准的老路上来，而这些往往都是无用和贫乏的。但是，一旦我们能够找到合理应用我们系统的一组关键点，并把它们融入到单一的模式中，那么我们会形成一个大方向非常明确的系统，也会对人类做出清晰和完整的评价。只有达到这一点，我们才会建立起稳固的科学基础。

此前我们已经给出构造这种系统的多种方法和途径，就像在之前的解释中一样，我们已经给出了我们亲身经历的案例，抑或那些大家耳熟能详的人类行为例子。此外，我们还强调，在我们所构造的系统中，有一样东西绝对是最关键的，那就是社会因素。我们不能满足于仅仅观察随机的心理现象，还必须经常观察他们跟社会生活的关系。我们群居生活最重要和最珍贵的基础论点就是，人类性格绝不是用来进行道德评价的基础。我们更习惯把人放到社会中，评价他们与环境的关系及其人际关系质量。

在阐述以上这些观点的过程中，我们发现了两种普遍存在的人类现象。第一种就是联系人际关系的社会感是普遍存在的，这种社会感或群居精神是构成我们所有伟大文化成就的根基，它们对社会的贡献是我们评价个体社会感大小的唯一标准。我们通过探索个体和社会的关系、它们如何表达与人类同伴的关系，以及他们如何让生活富有意义和充满价值来看到人类的全部精神面貌。

评价性格的第二种标准与对社会最充满敌意的因素有关——一个体追求权力和优越感的倾向性。透过这两点，我们可以理解人际关系是如何受到他们社会感的相对大小的影响。对比鲜明的是，在他们追求个人权力最大化的过程中，权力和优越感却总是相悖而行的，正是这种活跃的相互作用和不同力量的相互交织逐步外化，形成了我们所谓的性格。

十一 攻击型性格特征

自负和野心

只要一个人对个人价值的奋争占据了上风，他的精神就会感到高度紧张。结果，在其他人眼里，他对权力和优越感的追求就会变得愈发明显。在追求过程中，他表现出一种非常强烈的情感，而且终日沉溺于对巨大成功的幻想之中。这类人已经丧失了真实感，看不到生活的原貌，常常忙于猜测别人是怎么评价他们以及他们对世界造成什么样的影响等问题。这种生活方式使他们的生活自由受限在一个很狭窄的范围，而他们最明显的性格特征就是自负。

实际上，可能每个人都会具有或多或少的自负，但表现出自负并不是什么好事。因此，自负被我们隐藏起来了，或者我们逐渐变成了伪装高手。例如，有些人虽然表现得很谦虚，但实际上正在通过一种伪装的方式将自己的自负表达出来。有些人的自负程度是如此之深，以至于他们根本就不会把其他人的评价放在眼里；而有些人贪婪地渴求大家的赞扬，并将赞扬视作一种达到自己目标的手段。

过分自负会带来极为危险的后果。它让个体更加固执于表面功夫而非深层修养，让他们要么只顾自己，要么过分在意他人。自负带来的最严重后果就是让个体脱离了真实生活，他们不能理解人际沟通的本质，对生活的态度已经被扭曲了。他们忘记了自己对人类同伴的责任，未能看到其实自己也是社会整体中的一员。还有什么比自负更能够阻碍人类的自由发展呢？它强迫每一位个体在面对所有人和所有事的时候都发出这样的疑问：“我可以从中得到什么？”

人们已经惯于用华丽的“理想”一词来掩盖这样的一种自负或骄傲心理。想想你身边究竟有多少人是打着理想的旗号表现出何等的自负！此外，“精力充沛”和“主

动”这两个概念也经常被人们用来掩盖自负。其实，只要这种精力是被用于造福社会，我们会承认它的价值。但在大多数情况下，“勤劳”“主动”和“精力充沛”等词语只是被用来掩饰内心极度的自负。

只要人们一抱有自负心理，它立刻就会妨碍个体依据规则行事，频繁地破坏其他人的生活。因此，那些自负心理得不到满足的人，总是企图阻止其他人尽情享受生活。自负心理逐渐膨胀的儿童会刻意地在危险中表现出勇敢，乐于向其他弱小的玩伴炫耀自己的肌肉，而其他那些在不同程度上受挫的儿童则会试着通过各种难以理解的小把戏满足自己的自负心理。他们绕开主要生活，企图在一些无关紧要的妄想上表现出英勇气概来满足个人对生活意义的追求。那些总是抱怨生活苦闷、命运多舛的人就属于这一类。这类人让我们误以为只要他们接受了良好的教育就会成为领袖人物。他们一直都在找各种借口逃离生活的火力线。他们唯一用来满足自身自负心理的方式就是终日沉溺于幻想。

普通人很难对付这类人，不知道如何评价或批评他们。自负的人总能找到各种借口将所有的错误都转嫁到他人身上。他们总是对的，其他人总是错的。然而，在日常生活中，实际上孰对孰错并不重要，因为真正有用的是如何完成任务，并对他人有所贡献。自负的人非但不会做出任何贡献，还一直都在抱怨、找借口、捏造托词。在此，我们看到了人们为了维护自身优越感和防止自负感被削弱而不惜一切代价使用的多种多样的心理诡计。

反对声音常常认为，如果没有远大的志向，人类的所有伟大成就将不可能实现。这是一种站在错误角度上观察得到的错误观点。没有人能够逃脱自负的限制，每个人或多或少地都拥有这种心理。然而，自负并不能引导个体活动朝着普遍有用的方向进行，也不会赋予人类争取伟大成就的力量。所有伟大成就只能在社会感的刺激下

才能取得。天才之作只有被放到社会背景中评价才会变得价值连城。在任何伟大成就中掺杂一点儿自负感只会贬损它的价值——自负在真正的天才之作中微不足道。

但是在我们的时代中，社会风气决定了我们不可能完全让自己摆脱自负的困扰，认识到这一点对我们来说是一笔丰厚的财富。我们正在触摸我们文化的悲痛点，它一直都是造成很多人感觉到不幸的原因。这些人是不幸的，因为他们不懂得如何与人相处，不能适应生活节奏。他们的唯一目标就是通过做表面功夫让别人觉得他们很重要。毫不奇怪，他们时常跟别人发生争执，因为他们只关心自己的名声是否比别人更大。

即使是在对最为复杂的病例进行分析的过程中，我们也会发现真正的问题其实在于人们不能满足自身的自负感。当我们尝试着去理解某种复杂的性格时，关键的问题在于如何决定人们自负感的高低、自负感的方向，及其满足自负感的手段。这样做常常会让我们看到自负感对社会感的伤害有多大！自负感确实不能与我们对人类同伴的关心共存。这样的两种性格特征决不能同时存在于一个人身上，因为一个自负的人绝不允许自己服从社会需求的安排。

实际上，自负就是以自我为中心，但它的发展一直都会受到群体生活相关的某些逻辑产物的影响。社会和群体生活是绝对的、不可否认的真理。因此，在人类成长的最早时期，自负就开始被迫按照隐蔽的方式发展，它表现成伪装行为，为了达到目标而走迂回曲折的小道。自负的人总会怀疑自己的能力，觉得自己达不到预想的要求，把时间浪费在幻想和构思上。随着时间逐渐流失，他们就会抱怨为何上天不给他们一个机会展现自己。

他们做任何事情，通常都会产生类似上述的后果。我们所看到的这些自负的人一直都在寻找某种特权地位，远离主流生活，就像旁观者一样看着人来人往，却心存疑

虑——每个人都是敌人。自负的人认为生活就是“攻防”博弈。我们常常会见到他们陷于深深的疑虑之中，纠结于思考某些貌似很有逻辑的关键问题，就像只有他们才把握了正确方向一样。但是，这种考虑实际上只会浪费他们的机遇，让他们脱离真实生活和社会，企图推脱那些所有人都必须面对的问题。

对这些人的深入观察揭示了自负感发生的背景：它是一种征服所有自负相关行为的欲望。通过观察他们的态度、穿着、说话方式和人际互动过程，我们可以看到他们身上明显的自负感。总之，无论我们看到的是什么样的表现，都会见到那些自负、雄心勃勃的人一直都在想尽一切办法争取优越感。由于这种人的表现往往让人觉得不是很愉快，因此对于自负的人来讲，如果他们足够聪明而且意识到自己正在远离社会的话，将会想尽一切方法掩饰自己显著的自负感。因此，我们可能会发现他们表现出过分的谦逊，穿衣邋遢，不在乎外表打扮——真正的目的只是为了表明自己真的很谦逊！有一个故事说，苏格拉底曾经向一名穿着邋遢登上领奖台的年轻人说：“雅典的年轻人们，你们的自负通过你们礼服上的每一个洞透射出来。”

有些人坚信他们没有自负感。然而，这些人的看法都很肤浅，因为自负感存在于更深的层面上。自负通常可以表现为一个人在社交生活中总是抬高自己的地位，让自己成为众人关注的中心；或者发表冗长的高谈阔论；抑或主观地批判某次社交聚会的价值。他们这些行为的最终目的都是让自己出尽风头。有些自负的人可能会拒绝融入社会并且尽可能地避免参与社会生活。这种对社会的逃避可能表现为多方面，典型的行为包括：拒绝他人的邀请或赴宴迟到，甚至需要主人用花言巧语哄他们才肯赴宴。其他一些自负的人在某种非常重要的场合会姗姗来迟，借以证明他们的出现是非常“难得的”。他们十分骄傲地认为这是一种非常值得赞扬的行为方式。而其他的一些人会刻意地参加所有社交活动来表明他们的自负。

我们不能认为这些细节都是无关要紧的，因为它们都是深深地植根在我们的灵魂深处的。实际上，那些怀有自负感的人在他们的性格当中几乎很难看到社会感存在的影子。他们看上去更像社会的公敌而不是社会的朋友。如果要描述这种类型人的所有特点，我们非得找到一位才华横溢的作家才可以做到。在这里我们只是想描绘这些人的大概轮廓。

在自负的所有类型中都存在着一个共同的动机——自负的人通常都已经为自己树立了一个不可企及的目标。他们想要比世界上的任何人都要更重要和更成功，而这个目标直接来源于他们的缺陷感。我们可能会怀疑那些带有明显自负感的人是否都具有较低自我存在感，可能有的人早就已经意识到他们的自负感来源于他们的缺陷感。但是除非他们具有丰富的知识，否则他们的这种意识实际上不具有任何意义。

在我们很小的时候，自负感就已经开始形成。通常它会带有一些非常天真的色彩，以至于自负的人给我们最强烈的印象就是他们就像小孩子一样。多方面的因素可以造成自负感的形成。有些自负的孩子可能会觉得他们因为家庭教育不当而被忽略了，抑或为他们的幼小和虚弱而深感苦恼。而其他一些孩子由于受到家族传统的影响而学会了如何变得傲慢。我们可以在一定程度上确信，他们的父母认为这样的一种“贵族化”气质是区分他们的孩子和其他人的明显特征，而且这种区分让他们深感骄傲。

自负的态度创造了一个新的精英阶层，他们出生的家庭比其他家庭都更“好”，他们的感觉更“好”更“强”。他们认为这种感觉是与生俱来的，拜他们的优良血统所赐，目的是为了维护某些特权。这种对特权的渴望也在某种程度上对生活造成了影响，并且通过某些类型的行为表现出来。在通常情况下，生活对于这些深怀渴望的人来说貌似相当不公平，而且这些需要得到特别照顾的人要么是激进分子，要么

是荒唐者。他们当中的很多人总是会胆小地选择逃避并过上与世隔绝或独立特行的生活。只有他们待在无需对任何人负责的家里的时候，他们才可以一直保持那种自大的幻想，而且这种幻想因为他们对“如果事情能够早点儿得到解决就可以达到自己的目标”的坚信而得以强化。

一般情况下，那些有能力且品行极佳的杰出人物就属于这类人。要是这类人能够与他人分享自己的聪明才智，那么他们可能还具有一点儿价值。但他们却错误地使用自己拥有的能力欺骗自己，对所生存社会的要求过于苛刻。例如，他们可能随时幻想各种不可能发生的事情，喜欢说要是他们曾经做了某事、掌握了某种能力，或更早学会了某些技巧，肯定就能做更多的事情；他们抑或捏造一些违背事物发展规律的借口，认为男女行为和思维方式一定不同。他们所讲的这些情况根本就不可能实现——即使是在最理想的情况下也难以实现。因此，我们必须这样想，即他们所描述的所有情况都仅仅是借口，就像催眠药和麻醉药一样，使我们不再去想自己其实是在浪费时间。

通常这些人对他人怀有深深的敌意，对发生在别人身上的痛苦和悲伤感到冷漠。正是通过这种冷漠的方式，他们觉得自己是非常伟大的。曾经有一位伟大的人性批评家拉罗什富科说过，大多数人“都将他人的痛楚想得过于轻松”。他们对社会的敌意通常在关键时刻以尖锐的方式表现出来。这些社会的敌人一直都在不停地抱怨、批评、奚落、评价和诅咒世界，没有一件事情可以让他们感到满意。但认识到这些人的问题并谴责他们这些行为并不是我们的最终目的。我们必须问自己：“我可以做些什么来改善这种情况？”

有的人会利用小把戏来抬高自己的地位，造成一种盛气凌人的感觉，还尖锐刻薄地批判他人，在他人的性格上留下伤疤。对于这种人具有的高超批评伎俩我们一点儿

也不感到奇怪，因为他们早已在此前的多次战斗中磨练出了这种技巧。他们最聪明、反应最敏捷、思维最成熟！他们锋利的舌头并不比其他任何武器更弱，讽刺大师们的工作就是专门使人觉得情绪低落！

这种辛辣的、破坏性的、过分批评的行为实际上反映的是一种非常常见的性格特征，我们称之为“贬低情结”。它明确地传达了这样的信息，即自负的人最终目标是要在其人类同伴中展示自我价值。他们用尽一切方法来诋毁他人，借以获得内心的优越感，承认他人的价值就是对他们人格的侮辱。单单从这个方面来看，我们就可以引申出很多更具有深远意义的结论，看出软弱感和缺陷感是如何深深地植根于他们的人格深处的。

由于没有任何一个人可以彻底地挣脱自负感的束缚，以上讨论也适用于正常人群。尽管我们还不能够在短时间内就将这种数千年来根深蒂固的思想连根拔掉，但毫无疑问，意识到前方的陷阱和我们身上危险的偏见将有助于我们走上正确的道路。

事实上，并不是每个人都想要变得与众不同，也不在意是否有类似的人抱有与众不同的观念。我总觉得，我们的本能应该是伸出手帮助他人，参与到他人的生活中，并积极配合他们做一些事情。在我们这个时代，人们比任何时候都更渴望合作，根本就没有任何位置能够容纳那种为了满足个人自负感的斗争行为。在我们这个时代，人们早已意识到自负的人身上透射出来的粗鲁代表了一种愚蠢。因为在日常生活中，我们经常可以见到自负的身后往往跟随着失败，它与社会或社会所需求的同情心是矛盾的。没有任何一个时代比我们这个时代更加反感自负。如果有时候我们必须表现出自负，至少我们应该找到更好的表达形式和发泄途径，应当朝着造福于人类的方向作出努力。

以下的这个例子很好地显示了一个人身上的自负是如何动态演变的。有一位年轻女

性，她在家里几个姊妹中排行最小，从小因身患疾病娇生惯养。她的母亲日夜守候在她的身旁，满足她的各种需求。在这种过分的关心之下，她的欲望日益膨胀，一发不可收拾。因为她发现，每次生病时，大家都会尽力满足她的各种要求。于是，她认为生病也可以变成一种珍贵的财产。

她非常享受时而发生的小疾病，在装病方面，她达到了随心所欲的地步——特别是在她想要得到某样东西的时候。不幸的是，生活中总会有某样东西吸引着她，而且她的身边总会有很多人，于是逐渐变成“慢性病”。无论是在野心膨胀的儿童还是成年人中，这种“生病情结”都具有形形色色的表现。他们利用自己生病来“绑架”家人的注意力，在尝到生病时亲戚朋友所带来的各种关心的甜头后，这些年幼和虚弱的人很自然地就会创造和利用众多方法满足自己需要的权力。

在这种情况下，为了达到自己的目标，他们可以充分利用多种手段。一开始，他们可能嫌吃得不够丰富；于是他们看起来就像生病一样，家人就会想尽各种方法煮一些美味食物来满足他们。在以上的过程中，他们表现出渴望一直得到他人的关爱，不能忍受孤独。通过装病或将自己置身于危险环境中，他们渴望的关爱得到了满足。

我们认同某一件事情或者将自己置身于某种环境中的能力被称作同情。想象性同情指的是我们在做梦过程中，感觉某些情形就像是发生在现实生活中一样。一旦抱有“生病情结”的人发现了这种行使权力的途径，他们很快就学会如何凭空给他人造成自己患病的错觉，以至于我们甚至都不能分辨这些人是否真的在撒谎、歪曲事实和妄想。我们已经意识到，在做出前提假设后，对某物的认同感给我们形成的印象就像它真的就存在于我们的生活中一样。我们都知道，他们可以表现出呕吐或焦虑的症状，就像他们真的胃肠翻滚或危在旦夕一样。但在大多数情况下，他们所造

作的这些症状出卖了他们内心的真实想法。就像我们在上文中举例的那位年轻女性一样，她说她有时候会不明原因地跌倒，就像“我随时都要中风一样”。有的人可以将某些想象的事情描绘得非常详细，以至于他们并没有觉察到事情之间缺少逻辑。当然，也有的人不懂得如何去想象或伪装。驱使人们进行妄想或伪装自我的必要条件就是这些“专业的”病号曾经因为装病（至少装“精神病”）而得到他人的认同，而这些已经表明认同态度的人会真的将他们看作“病号”一样关心照顾。看到人类同伴生病会唤起每一个正常人的社会感，而我们刚刚提到的这些“病号”正是滥用并操纵了这种心理，从而行使自身权力。

通过这样的分析我们可以看到，这些人对社会和群居生活法则的违反——即要求来自同伴的过多关心已经非常明显。我们常常会看到这些人不懂得如何承担他人的痛苦或分享快乐。让他们不侵犯邻居的权利是一件非常困难的事情，因为他们对帮助他人根本就不感兴趣。这类人偶尔可能会取得一些成就，这归因于他们所接受的完整教育以及生存的文化氛围。更多时候，他们所做的事情只是在表面上显得对他人的利益感兴趣，本质上他们的一切都是为了满足自恋和自负。

这一点对于我们在上文中提到过的那位年轻女性恰好适用。她对家人的担忧已经大大地超过了正常的限度。例如，在早上，如果母亲将早餐端进房间的时间比以往晚了半个小时，她就会开始变得焦虑。她会推醒丈夫，叫他去看看是不是母亲发生了什么状况。于是，她的母亲很快就养成了准时送早餐的习惯。

类似的事情也同样多次发生在她的丈夫身上。他是一名商人，所以不得不经常参加大大小小的各种客户联谊和商业聚餐，但是每次只要他回家的时间稍微晚了几分钟，就会发现妻子几乎要处于崩溃的边缘。她因为焦虑而全身发抖，浑身冷汗。她很悲伤地说自己是如何担心和焦虑丈夫的安全的。于是，她那可怜的丈夫没有其他

选择，不管怎样都要准时回家。

有的人可能会说，这位女性并没有从她的行为中得到实实在在的益处，且她的这种胜利是非常微不足道的。但我们也必须记住，我们只是看到了她所有性格中的冰山一角，而装病就是一个危险的信号。“请照顾我！”这是她所有生活的根源。在这种简单手段的牵制下，所有的人都被她玩弄于股掌之上。她对操纵他人的无限欲望离不开她对个人自负感的追求。想象一下，要是她必须通过自己的努力达到目标要走多长的路！一旦想到她为了实现目标必须付出的高昂代价，我们就一定能够得出这样的结论，即她采取这样的行为和态度必定是理所当然的。除非她的各种心血来潮被无条件、及时地得到满足，否则她将会无休无止。但婚姻并不仅仅意味着去找一个能够及时处理事情的配偶，她的婚姻的方方面面都被她自己的专横破坏掉了，她已经学会了如何通过焦虑发作来满足自己的各种要求。她似乎极度关心他人的福利，但他人又必须无条件地服从她的意愿。我们能得出的结论只有一个：她的这种关心只是一种满足个人自负感的工具。

人类本性中“随心所欲比干事情更重要”的心理倾向并不少见。例如，有一位六岁的小女孩，非常以自我为中心，只有在做一些心血来潮的事情时才会感到满足。她的行为渗透着展现自我能力，进而支配他人的欲望，但她的这种欲望常常也会得到满足。她的母亲在满足女儿愿望方面总是显得小心翼翼。有一次，母亲想要让她感到惊喜，于是端来她最喜爱的甜点说：“快来尝尝我刚刚做的你最喜欢吃的甜点。”但这个小女孩把盘子摔到地上，一边踩蛋糕，一边喊道：“你不要给我这些！我让你做的时候你才能做！”还有一次，她在走廊外偷听母亲跟别人谈论她喜欢喝咖啡还是牛奶，马上低声自语：“要是妈妈问我是不是要咖啡，我就说我要牛奶；要是她问我是否要一点儿牛奶，我就说要咖啡！”

这个孩子是会公开说出自己想法的类型，但也有许多以自我为中心的孩子不会这么明显地说出自己的想法。可能所有的孩子都或多或少地拥有这种性格，但是为了随心所欲，他们也付出了痛苦的代价。有的人甚至非但没有从自己的行为中获得任何利益，而且还要承受种种苦闷和不快。大多数孩子早就养成了坐等自己的愿望被满足的习惯。在目前的社会氛围下，我们不难找到这种类型的孩子。结果，在现在的成年人中，我们可以找到很多总是热切地希望自己能随心所欲，却没有考虑到他人的利益的人。不少人已经深陷于自负的泥潭中不能自拔，对于他人的建议置之不理，即使这些建议很明显是可行的，而且完全符合他们的切身利益。这些人总是在他人完成讲话前就迫不及待地抛出反对意见，更有甚者会坚决地说：“不行！”但实际上他们心里想的是：“好着呢！”

能够让我们一直都随心所欲的场合只有家庭，而非其他任何地点。有的人碰到陌生人会变得和蔼可亲，易于相处，但这种态度永远都不会维持很长时间。他们的人际关系很快就会冷下来。大家匆匆相聚，生活随之回归本质，一切如常。我们常常会见到有的人可以迅速赢得大家的赞赏，却在下一秒匆匆离去，留给大家一个尴尬的背影。

许多人总是尽力让自己的活动范围保持在家庭圈子里。这恰恰就是我们在上文中讨论过的病人的情况。她充满魅力的性格使得她能够在家庭圈子之外也得到别人的关注和爱护，但她永远都不会离开家庭太长时间，想尽各种方法要回到家里。例如赴宴时，她会假装头痛，坚决要求离开。因为在参加社交聚会时，她不能够保持跟在家里一样的绝对控制权。

这位女性不能达到自己主要的生活目标（即在家庭之外的地方自负感得到满足），于是在必要时，她就会强迫自己捏造一些事情借以逃回家中。这种做法逐渐导致的

后果就是，以后每次站在陌生人中间，她就会觉得焦虑不安。一开始，她不敢去剧院。后来，她甚至也不敢上大街，因为在那种地方，她觉得整个世界不是在自己的掌控之中。她不愿意走出家门一步，特别是不愿意走到大街上。结果，她声称自己再也不敢外出，除非有“自己人”的陪伴。而这正是她想要的——希望身边围绕着一批关心她的人。正如我们已经分析过的那样，她的这种习惯是从童年早期开始就已经有的。

她是家里最小的孩子，也是最瘦弱和病痛最多的孩子，需要比别的孩子更多的关心和宠爱。她认定自己应该就是家里最得宠的孩子，除非她做得太过分，以至于打破了生活应有的规律（它跟她的所有行为严重不相容），否则这种状态会一直贯穿她的一生。她不时地遭受焦虑不安的困扰，而且这种焦虑表现得如此明显，以至于没有人会怀疑她是否是假装。但这种焦虑揭露出她早已深陷自负感的泥潭而不能自拔。任何摆脱这种状态的方法都不是完全有效的，因为单凭她个人的意志力实在是难以让自己认同并参与社会生活。最终，她解决问题失败所带来的深深痛苦驱使他寻求医生的帮助。

现在，我们非常有必要慢慢剥离她在过去多年生活中小心翼翼地构造的整个上层生活结构。我们虽然会遭受巨大的阻力——因为虽然从外表上看，她是在向医生寻求帮助，但是，实际上她并不准备改变自己，她所希望做的事情仍然是一如既往地控制家人，却不必忍受站在大街上所产生的痛苦焦虑。但我们还忽略了另外一点！她也在表明自己如何成为无意识行为的受害者，只想享乐，而不愿意承认缺点。

这个例子显然告诉我们，每一个有意义的自负行为都会对个人造成严重的终生影响，阻碍着人类的全面发展，并最终引起思想崩溃。但病人们不会意识到这一点，因为他们的注意力都放在如何享受自负感所带来的好处上。从这个意义来讲，许多

人坚信胸怀远大志向——或许被称作“自负”更为恰当，是一种珍贵的性格特征。他们想不到，这种性格特征通常是造成对生活不满的根源，剥夺了他们的休息和睡眠时间。

请允许我再举一个例子来证明我的观点。一名二十六岁的年轻小伙子本该参加期末考试，但却没有出现在考场上，因为他突然对所有考试科目都失去了兴趣。他深感苦恼，开始怀疑自己的能力和价值，并猜想自己可能没有足够的能力参加这场考试。提起童年的记忆时，他口中不停地咒骂自己的父母，认为他们对孩子缺乏理解，从而阻碍了他的发展。每次他生气的时候，还会想所有人都是没用的，一点儿都不关心他。最后，他变得与世隔绝。

自负是驱使他一直找借口避免参加考试的动力，在开始期末考试之前，他就变得多疑，毫无学习动力，认为自己绝对不是“那块料”。其原因在于，如果他在考试之前就已经选择了放弃，那么他那所谓的自我价值就不会受到贬损。他一直都离不开这件“救生衣”！他终于觉得安全了，将一切失败归结为疾病和不幸，借以安慰自己。

这种行为向我们表明了一种自负新形式，即个体不敢接受考验，正是自负让他们在能力考验面前选择绕道而行。他们担心自己要是失败了就可能失去目前的荣誉，因而不敢相信自己的能力。他们似乎已经掌握了解决所有事情的奥秘，那就是永远都不要相信自己能够做出正确的选择。实际上，从这位患者对自己的描述中，我们发现他正是属于这种犹豫不决的人，每次需要做出决定的时候他就会开始变得迟疑，装出弱小的样子。如果我们观察他的动作和行为方式的话就会发现，他想要停下来，再也不想前进了。

他是家里五个孩子中最小的一个，也是唯一的男孩，而且他还是家里唯一一个接受

大学教育的人。他是家里最有希望的孩子，被赋予了许多期望。他的父亲从来都不会放弃任何一个可以刺激他产生远大理想的机会，一遍又一遍地说他可以做很多伟大的事情。一直以来，他的唯一目标就是要做第一名。但在即将考试之前，他的内心开始充满了怀疑和焦虑，不确信自己是否真的可以符合他人的期待。这时，自负感驱使他选择逃避考试。

这种现象向我们表明，雄心壮志掩盖下的自负感一旦形成，个体的行为就已经固化，不可改变。自负感通常跟社会感相冲突，而且这种冲突不可避免。我们常常会看到一些自负的人从很小的时候就已经开始违背团队精神，试着一意孤行。他们自己幻想出空中楼阁，沿着虚构的路线寻找他们确信存在的城市。他们当然不会找到脑海中的所想！他们还责怪现实太残酷了！这正是那些自私的人企图依靠权力、诡计或背叛来算计同伴，从而达到自己目的的人的真实写照。他们时刻准备着证明他人的错误和低劣，一旦比其他人更聪明或者过得更好，他们就会得意忘形。但实际上，周围的人并不会关注他们，只会反感他们所取得的成绩。自负的人要么被打败，要么胜利，但无论在哪种情况下，他们都坚信自己是正确的，而且高人一等。

自负的人通过各种小把戏让自己沉溺于妄想中。正如在以上讨论的案例中发生的那样，类似人群在阅读那些充满智慧的书或参与真正能够测验他们能力的考试时，就会被一些通过错误思考得来的自身评价所吓倒。他们对形势的估计过于严重，相信他们的所有生活乐趣和成功都危在旦夕。结果，他们把自己置身于一种没有人能够忍受的高强度压力之下。

对这些人来说，每一次人际交往都具有重要意义，每一个动作和词语都事关成败。无休止的生活迫使那些满怀自负、野心和错误想法的人不得不面对新的难题，剥夺了他们真正的快乐。他们认为，只有在过上舒适的生活后才能拥有快乐。然而，在

过上舒适的生活后他们又说，这些必需的生活条件并不重要，进而将自己一切通往幸福和快乐的道路都阻断，同时也不能给他人带来一丝的满足或欢乐。他们最想做的事情就是终日幻想着自己比别人更优越，并可以控制他人。但事实上，他们并没有通过实际行动来实现自己的梦想。

退一万步来讲，即便他们真的拥有了优越感，也会很容易地发现有不少人正在满心愉悦地与自己竞争。这是不可避免的，因为没有人能够胁迫他人承认自己的优越感，个体对自己的评价是神秘而不确定的，在意识到这样的一种生活态度后，我们可能很难再跟同伴建立任何交往，或取得任何其他实质上的成功。这对谁都不利！自负的人一直都会暴露在各种攻击和破坏中，他们可怜的义务就是不断地向他人证明自己的聪明和优越！

如果我们根据一个人对他人的服务多寡来评判他的声誉大小，那么情况将会变得大为不同。所有的荣誉都来得如此自然，即使有人对某些荣誉提出质疑，这些质疑也是微不足道的。他可以安静地保有自己的名声，因为他并没有将所有的赌注都放到自负上。他跟自负的人的主要差别在于，前者拥有以自我为中心的态度，总是在找机会抬高自己的人格，只关心如何满足他人的期待并获得某种东西。如果将一名自负的人跟一名具有良好社会感的人放在一起进行比较我们就会发现，具有社会感的人总是在问：“我可以奉献什么？”你应该立即就会看到两者之间性格和价值观的巨大差异。

通过以上的讨论我们得以证实，数千年前人们就早已熟知的《圣经》名言：“施比受有福。”它是数千年人性观察的结晶。细细地品味它我们发现，它所要表达的意思是让人们拥有一种付出的态度和感觉。那种给予、服务和帮助的态度给人们带来了一定的满足感和精神上的和谐，就像《圣经》里所讲述的那样，那个赠送黄金的

人在上帝的帮助下最终还是重新得到了黄金。

此外，那些贪婪的人总是难以得到满足的，他们一心想着自己还需要做些什么或者拥有什么才能获得内心的愉悦。他们从来都不会考虑他人的需要，将自己的快乐建立在别人的痛苦之上。他们的心中没有任何地方接纳生活，跟生活达成和解。他们坚决要求别人服从自己自私的命令，要求自己的世界跟别人的不一样，希望思考和感受方式也和他人不一样，他们的不满情绪和自负态度就像他们身上其他的性格特征一样都受到大家的批评。

从一些穿着醒目衣服、态度盛气凌人或打扮得十分华丽的人身上，我们还可以发现自负的其他更为原始的表达形式。他们看起来就像是原始人为了表达某种自负和荣誉而将一根特别长的羽毛插在头发里一样，不少人常常从华丽和时髦的穿着中获得内心最大的满足感。他们所穿戴的各式各样的装饰就像是他们用来满足自负感的工具，有时候这种自负感表现为佩戴色情徽标或刺有纹身。

从以上的种种案例来看，我们会觉得自负的人总是尽力争取给别人留下某种印象，唯一的实现途径就是做一些无耻的事情。无耻的行为确实可以在某些程度上满足个人的自我膨胀感和优越感，有的人还通过强硬、粗暴、固执或孤立自我的方式来满足个人的优越感。事实上，这些人的内心可能充满了爱意而非各种恶劣想法，他们外表上的粗鲁都是装出来的，我们似乎在某些人身上看到了他们对社会感的厌恶。具有这种类型自负感的人总是希望看到自己成功，他人失败，他们觉得任何想让他们变得更优秀的人都是在侮辱他。别人的用心良苦只会让自负的人把态度变得更加强硬。我们也曾经看到过，在一些案例中，父母靠近孩子，承认他们的不当行为曾经给孩子带来了伤害；而在另外一些案例中，孩子实际上是通过表达疼痛来获得优越感。

我们已经留意到，自负总爱带上伪装的面具。自负的人在支配他人之前必须首先接近他人，并慢慢地让他人跟自己紧密相连。因此，我们不要被他们表面的和蔼、友善或平易近人所欺骗，也不要受他们愚弄，以至于坚信他们绝不是那种为了维持自身优越感而征服他人的好战挑衅者。他们第一步就是让对手相信他们是友善的，利用哄骗的方式营造一种安全氛围，他们这时表现出的友好很容易就让我们轻信这些挑衅者的内心充满了社会感。在第二步中，他们揭开了面纱，事实证明我们是错误的，这些人总会让我们觉得失望。有的人可能会说，这些人具有两面性。但事实上他们只有一面，我们只是在最后才意识到，他们和蔼的外表都是假装的。

自负的人接近他人的方式有时看起来甚至像是在进行一种运动——钓鱼式交友。他们可能会释放出非常强烈的奉献的信号，这些人将人性说得极为好听，似乎也在通过他们的行动关心同伴。但他们通常是炫耀式地做这些事情，以至于任何掌握了一点儿关于人性的知识的人都不得不提高警惕。一位意大利犯罪心理学家曾经说过：“当一个人似乎完美无缺时，我们就应当提防他那夸张的博爱和人道精神。”对于这句话，我们当然应当慎重使用，但可以确定的一点是，这绝对不是一种错误的观点。

一般情况下，我们都能够轻易地识别出这种类型的人。对任何人而言，溜须拍马都不是一件令人高兴的事情，它很快就会让我们感到浑身不舒服，并提高警惕。我们需要提醒那些野心勃勃的人，千万别采用这种方式，你们最好能够选择其他途径和更顺利的技巧。

在本小节即将结尾时，我们一起看看最后一个案例，它将教导我们如何鉴别此前讨论的各种观点，同时让我们看到自负如何在新的状况下起到重要作用。本案例跟少年犯罪有关，主人公是一个姐姐和一个弟弟。弟弟年纪较小，被大家认为毫无才

华，而姐姐则被大家看作拥有超常能力。弟弟从小就被迫承认，姐姐总是可以轻而易举地克服所有的困难，而他只适合做一些无关要紧的事情。这时，人们只看到姐姐的优点，而认为弟弟先天不足——实际上并不存在。

弟弟带着沉重的心理负担，到了上学的年纪，他的性格中带有悲观的倾向，极力掩盖自己能力的不足。随着年龄的增长，他希望逐渐摆脱幼稚小孩的形象，变得跟成人一样。从十四岁开始，他经常跟成人混在一起，内心深深的自卑感总是刺痛着他，迫使他思考如何才能更好地变成“完整的”成人。

在迷茫中，他出入妓院，花光了所有的钱。但是希望变为成人的这种想法让他不想向父母要钱。他开始从父亲那里偷钱。他并不觉得这是偷窃，而是觉得自己理所应当。这种情况持续了很久，直至有一天他在学校遇到了一些挫折——这些挫折很明显地说明了他的能力低下，所以他从来都不会向别人提起。

于是，他陷入了深深的自责之中，良心受到极大的震撼。这严重影响了他的学业，但却让他觉得心里有所慰藉，因为他即使考试不及格也有理由说是因为那段时间自己感到深深地自责，而任何一个处于自责状态下的人都不可能通过考试。一种强大的力量在无形中分散了他的学习注意力，迫使他思考其他事情，一整天他都是这种状态。每天晚上临睡前，他都会暗示自己已经非常努力地学习了，但实际上他基本没学习。第二天的状态对他的这种情况继续影响。

他总是起得很早。结果却一整天都在打瞌睡，总是觉得疲惫不堪，难以集中注意力学习，当然就没有人期望他跟姐姐竞争了！从客观上看，不是他缺少才能，而是他那致命的自责和良知上的觉醒让他不得安宁。最终，他将自己完全防备起来，好像没有任何事情可以对他造成伤害。他的失败是情有可原的，没有人可以说是因为他没有能力。如果他成功了，这就说明他可以独自做一件事情，其他人先前的看法都

是错误的。

我们可以确信，他们所采取的这些手段的根基是他们的自负感。在这个案例中，我们看到一个人为了避免让别人发现自己所谓的（实际并不存在的）无能而做一些冒险的事情，或犯下一些无关紧要的小错。野心和自负引起这样一些后果——让某些人在生活中耍尽花招。这些人破坏了生活的所有真诚、愉悦、欢乐和幸福。但只要深入观察我们就能发现，其实这些人的做法都是荒谬的。

以上帝自居

童话故事的一个特点就是可以通过多种举例证明自负的危险性，进而让我们得以对人类本性作出反思。让我们一起回忆一个童话故事，它将告诉我们不受约束的自负是如何破坏人格的。这个童话就是安徒生写的《渔夫和鱼的故事》。很久以前，在河边的小茅屋里住着贫穷的渔夫一家。有一天，渔夫抓到了一条鱼，但他决定放走它。这条鱼为了感谢渔夫，决定满足他的一个愿望。渔夫说：“我要一间大房子。”于是，这条鱼变出了一间大房子。然而，回到家里之后，他那贪得无厌且专横的妻子骂道：“你的愿望太小了！你一定要回去告诉那条鱼，你要一座城堡。”……她一次又一次地，让鱼把她变成女公爵、女皇后，甚至圣母！鱼终于被她无理的要求激怒，摇摇尾巴游走了。他们又住回了茅屋里。

自负和有野心的人的欲望永远都没有尽头！有趣的是，无论是在童话还是在自负的人的狂热想象中，对权力的极度渴望都让他们迫不及待地想要变成上帝。我们很轻易地就会发现，自负的人总是觉得自己就是上帝，或者仅次于上帝。他们喜欢发号施令，提出的要求和愿望只有上帝才能满足他们。这种想要变成上帝的渴望是隐含在他们所有行动背后的极端倾向，诱使他们做出一些违背人格的事情。

有很多人都表现出这种倾向，包括大部分研究心灵、精神、心电感应和类似事物的人。他们迫切要超越人性、掌握超自然力量、挣脱时间和空间限制，最终与鬼神同坐。

深入的研究让我们发现，大部分人都希望变成上帝。许多学校教育的最终理想就是让学生变成跟上帝一样高尚的人。在以前，这是所有宗教教育的道德理想。但对这样的教育，我们只能表示出诚惶诚恐的敬畏。如今，我们必须找出一个更为合理的教育目标。正如我们可以设想的那样，其实这种性格倾向早已深入人性。抛却心理因素不说，实际上许多人是从《圣经》中脍炙人口的只言片语中开始理解人性的，坚信人类是由上帝创造的。我们可以想象，这种思想会对孩子的灵魂造成多么深远和危险的影响。不可否认，在我们具备了成熟的批判能力后，《圣经》当然是一部具有深刻见解、值得我们反复阅读的佳作，但它绝不是一本好教材。即使必须这样做，我们也必须对每一句话做出详细的解释。我们应该让孩子们对自己的生活感到心满意足，而不会单纯的因为自己是依照着上帝的模样捏造的就认为自己具备了神奇的能力，并要求他人做自己的奴隶！

这种渴望变成上帝的心理跟童话里的理想国是紧密相关的。在理想国中，每个人的梦想都会实现。儿童极少质疑这些虚幻世界的真实性。如果我们能够意识到儿童对魔法的强烈兴趣，就不难理解为何他们总会轻易地受到误导，以及他们为何终日沉溺于幻想。一些人对魔法和神奇的能力感到非常着迷，直到老了，他们的兴趣才逐渐消退。

从以下这件事情我们或许可以理解，为何没有人能够完全摆脱迷信的束缚——某些女性认为自己可以对她们的求爱者施加咒语。很多男性的行为看起来就像是受到自己性伴侣的魔法控制一样，这种迷信让我们倒退至信仰比如今更深入人心的年代。

那时，女性可能会因为无关紧要的事情就被贴上“巫婆”的标签，这种情况像一场噩梦一样困扰着整个欧洲，影响长达几十年。如果我们还没有忘记被这种谬误冤枉的数百万女性，就不能将它称为一场无害的错误。我们认为，这种迷信思想的影响不亚于异端审判或世界大战所带来的影响。

打着纯化宗教的旗号来满足我们的自负感是我们把自己变成上帝的又一重要工具。我们只需要观察以下事实就可以明白这一点：曾经遭受过精神崩溃的人会拒绝跟他人交往而逃进跟上帝的对话中！他们认为自己更接近上帝，认为自己需要借助虔诚的祈祷和传统仪式来表达对崇拜者的关心。这些带有宗教色彩的戏法咒语通常都会远离真正的宗教含义，给我们留下的鲜明印象就是他们看起来就是精神病患者。我曾经见到过一个病人，他说除非自己晚上睡觉之前念一段特殊的祈祷文，否则将不能入睡。因为如果天堂没有听到这段祈祷，其他地方就会有人受难。

为了证明这种想法是多么肤浅，我们只需要对他的话稍加推断。“如果我说，祈祷者们，没有什么事情可以伤害你们.....”就是这种情况的一个例子。这些话很容易就让一个人觉得自己具有神奇的伟大能力。通过这种可鄙的把戏，他们可以成功地让其他人相信，他们已经使另外一个地方的人免除了不幸。在这些宗教徒的白日梦里我们发现，类似的行为倾向已经超越了正常人的限度。我们看到，他们做出一些空虚的行动，赤裸裸地表达自己的贪婪。这些行为实际上并不会改变任何现实，但对于做白日梦的人来说，这可以很好地让他们远离真实生活。

在我们的文化里，有一种东西确实具有神奇的力量，那就是金钱。有钱能使鬼推磨，我们不难理解那些充满野心 and 自负的人为何一直苦于没有足够的金钱和财富。从这个角度上看，他们想要拥有全世界的无休止的挣扎似乎是可以理解的，而且大多是病态的。它是自负感的又一种表现形式，借助财富来获得跟魔法师一样的权

力。有一位十分富有的人，所拥有的财富早就足以满足一个正常人的需要，但他还是停不下来追求金钱的脚步。在得了精神病后，他承认：“对的！金钱正是不断吸引我的原因。”他终于明白了这个道理，但很多人没有勇气承认它。今天，权力早已跟金钱和财富紧密相连，追求金钱和财富已经成为我们文化里普遍的现象。但没有人会想到，很多人之所以终其一生追求金钱，只不过是满足自己的虚荣心，获得跟上帝一样的权力。

嫉妒

嫉妒是一种十分常见的有趣的性格特征，不仅存在于爱情中，也存在于其他人际关系中。因此，我们发现，有些嫉妒心较重的儿童既想着比别人更优越，又怀有过分的野心。这两个特点表明他们的世界充满了敌意。嫉妒是野心的姊妹，也是个体在受到忽视和歧视后发展起来的一种影响终生的性格特征。

自从弟弟或妹妹出生后，大多数孩子都会产生嫉妒心，因为父母总会将更多关心给予较小的孩子，从而让他们觉得自己就像被挤下皇位的君主一样。在弟弟或妹妹出生之前，他们一直沐浴在父母温暖的关爱里。因而，他们变得更加嫉妒。在下面的这个案例中，小女孩在八岁以前参与了三次谋杀，让我们不得不警惕嫉妒心的极端影响。

这个小女孩性格腼腆，由于身体纤弱，不能参加任何剧烈运动。很快她就适应了这种安逸的生活。但一切都在她六岁时发生了变化，她的妹妹出生了。她的性格完全发生了变化，内心充满了憎恨，抓住一切机会虐待妹妹。父母对她的行为感到不解，对她的管教更加严厉了。

有一天，有人发现在小溪边躺着一具小女孩的尸体。不久之后，人们发现又有一个

小女孩被淹死了。最终，大家抓住了凶手。她就是我们这个案例中的女孩。当时她将第三个小孩推入水中，正准备逃离。她对谋杀的指控供认不讳。大家立即将她送入精神病医院，后被转至改造学校。

在本案例中，小女孩将对妹妹的嫉妒转嫁到其他孩子身上。值得注意的是，她对男孩没有任何敌意。她似乎从被谋杀的女孩身上见到了自己妹妹的身影。她的谋杀实际上是对自己曾经被忽视的一种报复。

一些家庭里既有男孩，又有女孩。生活在这些家庭中的孩子更容易产生嫉妒心理。我们的文化认为，女孩的一生不必取得成就，如果大家将所有热情都倾注到弟弟身上，将有关心和尊重都给了他，那么，姐姐很容易就会觉得伤心沮丧，因为她永远都得不到这些。

这样的一种关系当然会招致敌意。现实中，姐姐像母亲一样爱护弟弟的情况并不少见，但从心理学的角度来讲，这跟以上讨论的案例并无不同。通过“像母亲一样爱护弟弟”，她如愿地登上一个拥有更大权力的位置。这种策略让她毫无惊险地获得了一笔珍贵的财富。

夸张的姐弟竞争关系是造成家庭嫉妒发生的主要原因之一。姐姐可能觉得自己被忽略了，因而不断争取比弟弟做得更好。结果，她的勤劳和精力让她成功地取代了弟弟的位置。在整个过程中，人类发展的自然规律也起到了帮助作用。因为女孩在青春期无论在智力上还是在生理上都比男孩发展得快，而这种优势慢慢地在以后的几年里被男孩追赶了上来。

嫉妒就像希腊传说中的海神一样千变万化，可能表现为猜忌、阴谋、言语刻薄和担心被忽略等。一个人表现出哪种行为完全取决于他先前对社会生活的准备程度。嫉

妒既可以表现出自毁，也可以表现出一味的固执。这种多变性格特征包括：破坏他人的喜悦、无意义地反对、限制他人的自由和征服他人等等。

具有嫉妒心的人最爱用的手段之一就是为他人的行为设定一套规则。他们的特征就是以爱为借口将一个人绑在身边。他们为自己所爱的人建立起一堵保护墙，或指定他们所爱的人可以看、做和想的内容。嫉妒也可以被用来贬低和责骂他人。所有这些做法的最终目的都是为了剥夺他人的自由思想，把他们放入囚牢中，束缚他们的自由。

俄国作家陀思妥耶夫斯基在《涅托奇卡·涅兹万诺娃》的故事中很好地描写了这种行为。这个故事讲的是一名嫉妒心极强的丈夫成功地压迫妻子，在一生中都控制着妻子。透过这个故事，我们很明显地就可以知道，嫉妒只是一个人追求权力的一种方式。

妒忌

妒忌是伴随着个体追求权力和控制他人而产生的。当现实跟理想之间产生巨大鸿沟时，一个人就开始具有自卑情结。自卑情结让他们觉得心情压抑，深刻地影响着他们的一般行为和生活态度。他们给我们留下的印象就是，他们要实现目标还有很长的一段路要走。他们较低自我评价和一直不满于现状证实了我们的这种猜想。他们忙于对别人的成功指指点点，或者整天想着别人是怎么看他们，或者他人已经取得了哪些成就。他们大多是被忽略的受害者，觉得自己饱受歧视。实际上，这些人可能比大部分人要幸运得多。

被忽视感的表现是多样的，它是一种未能得到满足的自负，是一种希望比邻居过得更好的渴望，或者单纯表现为想要拥有一切。拥有妒忌心的人不会向其他人说出他

们想要拥有一切，因为社会感阻碍了他们产生这样的想法，但他们的行为让我们觉得他们像是要拥有一切。

妒忌他人的成功不会让我们成为更快乐的人。人群中普遍存在的社会感对妒忌的发展起到了抑制作用。每个人都或多或少有一些妒忌，没有人能够完全摆脱它。风平浪静的生活可能不会招致妒忌，但当一个人觉得痛苦、压抑，或者没有钱、食物、衣服或温暖，抑或未来一片黑暗，无法挣脱不幸时，妒忌就会变得明显。

当今，我们的文化还处于早期发展阶段。虽然我们的道德和宗教已经谴责了妒忌，但心理学尚未发展成熟，还没有提供彻底消除妒忌的方法。我们非常理解为何穷人会妒忌富人。谁又能保证一旦富人千金散尽，不会同样产生妒忌呢？关于妒忌，我们唯一想要强调的是，我们必须从人类灵魂的高度思考这个问题在当前状况下的意义。实际上，只要个人或团体的活动受限，妒忌就会开始产生。当它发展到难以忍受、难以宽恕的终极阶段，我们就无法根除它及相伴的憎恶。生活在社会中的我们应当明白，绝不应该考验或惹怒具有妒忌心的人。我们也要采取适当的策略，避免引起他们的注意。是的，这些做法无助于改善现状，但对于那些人，我们至少可以要求他们不要刻意炫耀自己的优越感。炫耀一个人的权力不仅毫无意义，而且还会很容易伤害到别人。

妒忌这种性格特征的产生反映了个人和社会的联系是密不可分的。一个人凌驾于社会之上，利用权力压制他人的同时，必然也会有另外的人跳出来反对他。为了避免产生妒忌，我们制定了各种措施和规则，试着让所有的人都觉得公平。我们得到的一个合理的结论就是，公平是适用于所有人的自然规律，它符合我们人类的天性，一旦这种规律被打破，立刻就会出现反对以及不和。这是人类社会的基本规律之一。

我们很容易就会辨认出一个人是否拥有妒忌心，它甚至表现为一种身体变化。我们完全可以从人类的话语中感受到妒忌。我们说一个人“妒忌得脸都发绿了”指的就是妒忌影响了血液循环。从肉体的角度上讲，妒忌会收缩外周血管。

从教育层面上讲，只有在一种情况下妒忌才具有意义——既然我们不能完全摧毁妒忌，那么我们只能利用它，将它引导至正确的轨迹上，却不会干扰人的心理平衡。这种做法不仅适用于个体，也适用于团体。对于那些具有妒忌心的人，我们可以向他们推荐一些能够提升他们自尊心的职业。对国家而言，我们常常会发现一些国家觉得自己被忽略了，并妒忌那些发展得比自己好的国家，因而，我们需要帮助他们发展物质条件和人力资源，进而让他们在世界民族之林拥有立足之地。

那些终生妒忌他人的人永远都不会对他所生活的群体有所贡献。满怀妒忌的人只会阻碍其他人的发展，剥夺他人的一切，并让我们感到沮丧。同时，他们还善于为自己的失败找借口，将失败的责任推卸给他人。他们是斗士和独立特性的人群，不懂得珍惜感情，也不关心自己是否有用。他们几乎不会同情他人，也不理解人性。事实上，即使他们的行为已经给他人造成了痛苦，他们也不会思考如何改变。妒忌甚至让这些人以他人的痛苦为乐。

贪婪

贪婪与妒忌紧密相连，它们常常相伴而生。在这里，我们所指的贪婪并不是对金钱贪得无厌，而是具有更广泛意义的贪婪，主要指一个人不愿意让他人获得快乐。这种人对社会和所有人都抱有贪得无厌的态度。他们在自己周围建立了一道围墙，借以保证他们那些可怜的财富的安全。贪婪不仅跟妒忌密切相关，还跟野心和自负有关。我们可以毫不夸张地说，在通常情况下，所有的这些性格特征都是相伴的。一个人无需具有深刻的心理洞察力，就可以顺着一种性格特征摸索到另外一种性格特

征。

在当今的文化中，每个人几乎都会表现出不同程度的贪婪，普通人最合适的做法就是掩盖它，或者通过夸张的慷慨隐藏它。这种慷慨是以个体践踏他人的自尊为代价，进而维护个人自尊的一种补救措施。

在某些情况下，贪婪似乎也是一种珍贵的品质。例如，我们可以在时间或劳动力方面表现得贪婪，即想尽方法节约时间或劳动力，从而做更多有意义的事情。今天，一种明显的趋势就是，人们开始注重“时间管理”，要求我们必须节约时间和劳动力。理论上，这种做法看起来非常好，但通过实践，我们发现，它包含了某种程度上的优越感和权力主义。这种理论通常被人们误用。“时间管理”的目的就是为了把真正的工作压力转移给他人。就像其他所有行为一样，这种做法的唯一评判标准就是看它是否对社会有利。当今科技时代的特点之一就是人类被视作机器，就像机器一样按照物理规律运作，遵循生活的法则存在。物理规律对于机器来说是成立的，但对于人类来说，最终只会产生疏离和孤独，并破坏人际关系。因此，我们最好能够调整生活方式，学会给予，而不是节省。如果我们所有人都能够做到这一点，不忘他人利益，就不会错得太离谱。

关于这一点，我们还必须谈谈商业。商人几乎不会关心对手的福利，也不会对至关重要的社会感十分感兴趣。一些商业活动和企业甚至将损人利己视作基本的信条。一般来说，即使这种行为是非常恶劣的，也不会受到任何惩罚。贪婪和缺乏社会感的商业行为无时无刻不在毒害着我们整个社会。

在商业压力下，即使是满怀好意的人也必须尽力学会如何保护自己。此外，我们经常忽视的一点是，个人保护通常也会对他人造成影响。我们之所以挑出这个问题来讲，主要是因为那些满怀好意的人常常诉说他们在商业竞争的压力之下，很难保持

很好的社会感。我们必须找到一些方法，让人与人之间追求共同利益的合作变得更加轻松，而不是更加艰难。实际上，人类的精神在保护自己的过程中发挥着重要作用。心理学家必须通力合作，着手研究其中的变化，进而理解商业关系和相关的心理机制。只有通过这种方法，才能更好地服务于个体和社会。

憎恨

憎恨是好斗的人的性格特征之一。一个人的憎恨（通常始于幼年）既可能非常强烈（例如，脾气暴躁），也可能相对温和（例如，惯于指责和说出恶毒的话）。从一个人的憎恨中我们可以很好地看出他们具有何种性格，因为它很好地暴露了一个人的情况，憎恨是性格中不可磨灭的标记。

憎恨的表现形式是多种多样的，它可能是我们为了反抗某个人、国家、阶层、种族或异性而实施的多种工作。人们通常不会公开表达自己的憎恨，就像自负一样，憎恨也善于伪装，懂得如何隐藏自己。比如，有时它表现为一种常见的批判性态度。憎恨也会表现为断绝一切人际关系。有时，一个人的憎恨突然出现，就像一道闪电一样。我们曾经看到一名病人在被免除军役后，说他非常喜爱阅读那些令人毛骨悚然的关于大屠杀的报道。

犯罪也是类似于憎恨的一种行为。轻度的憎恨可能在我们的社会生活中扮演着重要角色，不一定都让他人感到屈辱和恐怖。悲观厌世属于轻度憎恨，是一种非常强烈的对人类的厌恶，也是一种虚伪的行为。有很多哲学都充满了敌意和厌世，实际上就是残酷、野蛮、粗暴和露骨。名人时常在自传中坦承自己的憎恨，我们不必沉思这种做法背后的真理，却不应忘记憎恨和残忍有时也出现于艺术家身上——如果他希望自己更接近人性，他们的艺术更具有深远意义的话。

憎恨的衍生物无处不在。我们在此不再一一讨论。有些职业确实要求人们具有一定程度的悲观厌世，但这并不意味着学会憎恨是某些职业的先决条件。举个例子来说，一个憎恨人类的人一旦选择了参军，那么我们必须对他的敌意进行引导，至少让他看起来符合我们的社会要求。他也必须服从组织安排，学会与队友合作。

敌意最好的伪装形式就是所谓的“过失犯罪”。对人或物的过失犯罪的特征就是，一个人由于疏忽大意而丢失了社会感。人们已经从法律层面上对过失犯罪进行了无数次讨论，却从来没有得到一个清晰而又令人满意的结果。很显然，“过失犯罪”跟真正的犯罪并非同一概念。比如将一盆花放在阳台边缘，很小的震动也可能让它掉落，这跟直接拿起花盆朝某人扔过去确实是两种不同的做法。但有些人的过失犯罪很明显就是犯罪，让我们得以对人性做出反思。

在法律上，无意的过失犯罪是情有可原的。但是，毫无疑问，一个人无意的过失跟故意犯罪具有同等危害。通过观察儿童游戏，我们总能够见到一些孩子对他人的利益毫不关心。我们几乎可以确信，他们对待同伴并不友善。我们的这种猜想应该得到进一步证据的支持，但如果有一个孩子无论参加什么游戏都会给大家带来麻烦，那么我们就可以断定他她根本就没有将玩伴的利益放在眼里。

我们可以在家庭、学校和日常生活中发现过失的身影。它存在于我们的大多数机构中。爱犯过失的人总会一而再，再而三地登上新闻头条。当然他们不能逃避惩罚，不顾及别人的人通常都要承担不愉快的后果。有时这种后果在多年以后才姗姗来迟，正所谓“天网恢恢，疏而不漏”。由于时间跨度实在太长，以至于人们都找不出事情发生的因果关系，因而总是抱怨自己的厄运是毫无根源的！他们的不幸可能是因为别人再也不能忍受他们的轻率，决定放弃并寻找新的伙伴。

无论过失犯罪怎样为自己辩解，深入的观察让我们发现，它表达了一个人对同伴的

极大厌恶。例如，那些超速行驶，撞到行人的汽车司机会找借口说他们正赶着参加一次重要的约会。通过这件事我们意识到，有的人认为自己鸡毛蒜皮的事情比他人的生命更重要，因而低估了自己给他人带来的风险。关心自身利益和社会福利的差别是评判我们对人类敌意大小的标准。

十二 非攻击型性格特征

拥有这种性格特征的人从未公开表明过自己对人类的敌意，却给我们留下了充满敌意的孤独印象。他们没有表现出常见的敌对行为，而是拐弯抹角地表现出心理问题。他们不会伤害别人，而是选择了逃避社会，断绝所有人际交往。他们将自己孤立起来，不懂得如何跟其他人合作。实际上，大多数生活挑战只有相互配合才能完成。将自己孤立起来可能跟公然挑战社会一样充满敌意。关于这种性格特征，我们有待研究的问题还是非常多的。在本章中，我们将要详细地讨论几种重要的类型。首先，我们不得不说说隐世和胆怯。

隐世

隐世和孤立的表现形式是多种多样的。隐世的人很少甚至不说话，也不会留意他人干了什么。当我们跟他们说话时，他们的注意力涣散。即使是在最简单的社交活动中，他们也显示出某种程度的冷漠，这种冷漠是造成他们与社会隔绝的根源。他们的冷漠既体现在每一个动作上，也体现在做事风格中，包括他们握手的方式、说话的语气、向他人打招呼或拒绝向他人打招呼的举止等。他们的每一个动作似乎都是为了将自己与世界中隔离开来。

在探讨所有这些孤立行为形成的机制时，我们发现其背后的支持力量是野心和自负，隐世的人通过强调自己和社会存在的差别来表明自己高人一等。然而，大多数

人得到的荣耀都是假的。从表面上看，这些被社会放逐者的态度是无害的。实际上，他们那充满敌意的好斗气质早已昭然若揭。

孤独也可能适用于更大范围的人群。我们曾经见到一些家庭完全与世隔绝，他们明显地对人类社会充满敌意，终日沉溺于幻想，坚信自己比他人过得更好，自己更加高尚。孤独可能是某一阶层、教派、种族或国家的特征。有时，如果我们走到一个陌生的村庄，居然发现其中的社会分层已经使所有住户都相互隔绝，那么，这种震撼将会是令人终身难忘的。

我们的文化中隐藏着一种莫名的倾向，即将所有人划分到不同国家、教派和阶层，这只会导致野蛮和无用的冲突。为了满足个人目的，一些人趁机利用这些潜在的分层，煽动不同群体之间形成对立。这样的阶层或这样的一个人认为自己是十分特殊的，自视甚高。他们总想着怎样去证明别人是错的。

那些苦心孤诣地突出自己与某一阶层或国家的差别的人的主要目的是为了个人的自负感。一旦灾难性的事情（例如，世界大战或其他不幸）发生，他们最不愿意承认自己就是始作俑者。他们饱受不安全感的困扰，不断制造事端，以他人的利益为筹码换取优越感和独立感。他们沉溺于自己的小世界中，这造成了他们一生的悲剧。毫无疑问，他们不能推动或为我们的文化做出任何贡献。

焦虑

悲观厌世者经常说自己已经深陷焦虑。焦虑是一种十分普遍的性格特征，从很小的时候就已产生，并伴随我们终生。它在很大程度上让悲观厌世者觉得世界充满苦闷，让他们远离所有人际交往，摧毁了让他们过上安逸生活或为世界做贡献的希望。此后，恐惧开始蔓延，他们逐渐害怕外部世界，以及赖以生存的内部世界。

有的人可能因为害怕社会而选择了遁世，有的人可能因为担心在社会中孤身一人而选择了逃避。在这些焦虑的人群中，我们同样也会看到一些熟悉的身影，他们关心自己胜过关心别人。我们一旦断定逃避困难才是解决问题的最好方法，很容易就会产生焦虑。反之，焦虑又会强化我们的逃避行为。有的人对新事物的第一反应永远都是焦虑，无论是搬家、离别、换工作，还是谈恋爱。他们孤陋寡闻，拒绝跟大家说话，生活的每一个细微改变对他们而言都伴随着恐惧。

这些人的人格发展和为人类共同利益做贡献的能力在很大程度上受到这种焦虑的损害。焦虑的人不一定都会全身颤抖，转身跑掉，他们也可以表现为做事拖拉，犹豫不决或找借口逃避。绝大部分心怀恐惧的人都没有意识到每次面对新的环境，他们的焦虑就会显露出来。

观察那些喜爱怀旧或思考死亡的人是一件很有趣的事情，怀旧是一种低调而普遍的约束自我的方式。怕死或害怕生病是人们用来逃避任何义务和责任的典型手段，他们大声说道：“所有事情都是徒劳的。生活充满了悲惨，没有人能够预测发生什么事情。”正如我们曾经见到的那样，这些人可能会避开所有考验，其骄傲的态度阻碍他们参加任何可能揭露本性的测验。

关于天堂和来世的说法也具有类似的安慰作用。对于那些坚信只有来世才能实现真正人生目标的人而言，当前的生活就是一场无谓的挣扎，所有成长都是毫无意义的。我们从这些相信异度世界的人身上找到了同样被神化的理念，他们渴望优越感、唯我独尊和野心，这一切都使他们不能很好地适应生活。

从害怕独处孩子的身上我们找到了焦虑最为原始的表达方式，然而，一旦有人走向他们，他们又会觉得不满。事实上，他们只是关心如何行使权力。如果母亲让一个焦虑的孩子独自玩耍，那么他很快就会满脸恐惧地呼喊妈妈。这种做法表明，焦虑

的孩子始终难掩内心的恐惧，真正的问题不是妈妈去哪儿了，而是他们再也不能对母亲发号施令了。这也说明这个孩子并没有学会独立，而错误的幼年抚养方式已经令他们养成了奴役他人的毛病。

我们很容易就可以辨别一个人是否具有幼稚的焦虑，他们的焦虑在黑暗中变得尤为明显，因为黑暗切断了他们与世界的联系。他们大声尖叫，这是联系自我和世界的一种手段，让他们觉得不再孤单和被遗忘。如果有人靠近他们，他们就会显得异常兴奋，因为这证明了他们的能力。他们想要开灯，希望有人陪在身边，一起玩耍，等等，一旦他们的愿望得到了满足，其焦虑就会立刻消失。但是，如果他们的优越感受到威胁，立刻就会变得焦虑不安，想尽各种办法强化自己的当权者地位。

同样的现象也出现在成人中。有些成人不敢独自外出，他们站在大街上，动作和表情透露出焦虑。有的人站在原地不动，有的人一路狂奔，就像被恶魔追赶着一样。或许你也曾经碰到过这种人，他恳求你陪他一起过马路。但他们并不是废物！他们可以步伐轻快，大部分人身体健康，然而，一旦遇到一丁点儿困难，他们就会深陷于焦虑和恐惧之中而不能自拔。有时候，他们前脚离开家门口，后脚就跟着出现焦虑和不安全感。

广场恐惧症，即对空旷的场地感到恐惧是一种非常有趣的现象。患者总会觉得自己就是某种恶毒阴谋的攻击对象，他们坚信冥冥之中存在着某种东西可以区分他们和别人。他们担心自己会跌倒（从心理学角度分析，他们觉得自己是十分高贵的），在病态的恐惧中，我们可以见到同样对权力和优越感的追求。

对很多人而言，焦虑显然是一种迫使他人靠近自己，照顾自己的手段。在这种情况下，由于担心病人会再次焦虑发作，没有人敢走出房间半步！所有人都要围着病人转，焦虑感正是以这种方式影响我们的，每个人都必须前来探望这些焦虑病人，但

病人不必关心任何人，只需支配所有人。唯一有助于缓解他人恐惧感的方法就是强化他们跟亲人的关系，只有从意识上接受自己属于某一家庭的事实，我们才能过上无忧无虑的生活。

最后，让我们看看一个有趣的例子。这个故事发生在1918年奥地利革命期间。那时，不少人突然宣布他们不能参加协商会议了。在被问及原因时，他们说：“协商会议充满了种种不确定。你永远都不知道你会遇到谁——要是我们穿得比别人好怎么办？”

确实，当时奥地利正处于多事之秋，但奇怪的是，只有特定的人才担心这点。为何他们会这么特殊呢？它不是偶然发生的。他们之所以担心是因为他们从来都没有学会如何跟他人交往，因此，在重大的政治场合中，他们会觉得不安全。而对于那些觉得自己属于社会的人而言，他们就不会有任何顾虑，而是一如既往地进行谈判。

胆怯

胆怯是一种程度较轻但同样值得我们关注的焦虑形式之一。我们之前所讲的关于焦虑的讨论也同样适用于胆怯。无论你将一个胆怯的孩子置于何种人际关系中，他都会避免跟人交往，抑或破坏已有的关系。自卑感和标新立异让这些孩子对建立新的人际关系一点儿都不感兴趣。

具有胆怯性格特征的孩子总是觉得他们所面对的每一个任务都是异常艰难的，没有自信认为自己有能力做任何事情。一般来说，他们的特点是行动迟缓、不愿承担考验或任务，甚至都不敢谈论它们。当需要解决某种问题时，他们总会觉得其他问题可能更为紧迫。他们突然发现其实自己完全不能胜任当前的工作，或者想出各种荒唐的理由拒绝继续工作。除了行动迟缓，胆怯也可以表现为过度担心安全和过度准

备。他们的这些行动的唯一目标就是逃避所有责任。

个体心理学将这种普遍现象引申出来的一堆问题归结为“距离的问题”。有一种观点认为，我们可以从这个角度出发评价一个人，看看他是否能够解决三个主要的生活难题。首先，“生活的任务”考验的是我们是否具有社会责任感，它还包括“你”和“我”之间的关系如何，以及我们在人际关系中发挥着正面还是负面作用。其次，我们的工作或职业如何？最后，我们的爱情和婚姻是否满意？通过观察一个人是否能够解决这些问题，我们可以得到关于他们性格的重要结论。同时，我们也可以将我们得到的数据用于帮助我们进一步理解人性。

我们在这里所讨论的各种胆怯的类型可能跟个体逃避生活挑战有关。然而，除了我们在上面列举的种种悲观论断外，胆怯也有一些积极作用。我们可能会说，一个人在社会的位置是完全受到这种积极作用影响的。实际上，如果一个人没有很好地准备干一件事，就会觉得自己的失败是情有可原的，而他们的自负和自尊就不会受到任何损害。这是非常安全的。他们就像走钢丝的运动员一样，知道下面有一张安全网防止他们坠落。

结果，一旦他们没有很好地准备而未能完成任务，那么他们的自尊是不会受到任何损害的，因为他们会找出各种各样的理由来解释自己为何会失败。他们会说，要是自己不是起步晚了、要是他们能够准备得充分一点儿，那么成功就是囊中之物了。失败的根源不在于个人缺陷，而是因为他们不能控制一些细微的东西。

但如果这些人成功了，就会吸引很多人的注意力。因为如果一个人老老实实干事的话，没有人会对他所取得的成绩感到惊讶，一切都是注定的。相反，如果一个人起步晚，干得少，在毫无准备的情况下还能解决问题的话，那么人们必然会对他们刮目相看。他们就像天才一样，别人双手才能完成的事情，他们只要一只手就可以

干。

绕道综合征

以上的例子都体现了心理上的绕道。然而，绕道综合征不仅包括野心，而且包含自负。患有这种综合征的人喜欢扮演英雄角色——至少是给自己看。他们的所有活动都是为了满足个人荣耀，为了让自己变得更重要或具有更大权力。

现在让我们看看想要逃避生活的三种人。他们逃避的理由是多种多样的，结果，根本就没有解决任何问题，抑或在困难面前显得犹豫不决。在绕道的过程中，他们养成了各种生活怪癖，比如懒惰、频繁更换职业、轻度犯罪等等。有的人在举手投足间暴露出这种生活态度，他们的步态摇摆不定。这当然不是偶然的，保守一点儿讲，我们可以认为这些人想要绕开生活难题。

一个来自现实生活的例子就很好地说明了这一点。在这个例子中，有一位男性非常明确地向我们表达了自己对无聊生活的失望，说自己产生了自杀念头，没有任何事情可以唤醒他的兴趣。他的整个态度表明他已经对这个世界感到厌烦。在一次心理咨询中，他说父亲雄心勃勃，精力充沛，一生功绩显赫。在家里三个儿子中他的年纪最大，一直都受到父母的喜爱，被看作是父亲的接班人。母亲在他很小的时候就去世了，他跟后妈的关系非常和谐。

作为家里的长子，他盲目地崇拜权力和力量，他所做的每一件事情都给人留下盛气凌人的感觉。从学校毕业时，他是班上成绩最好的。毕业后，他继承了父亲的事业，成为一名慷慨的雇主。他从不大声呵斥任何人。他对待工人非常友好，支付他们最高的工资，常常听从合理意见。

但自从1918年奥地利革命后，他的性情大变，开始非常刻薄地批评工人的行为过于

懒散，他们以前恳求的事情和被满足的愿望现在变成了他们要求的一种权利。他感到十分痛苦，开始纠结是否要放弃自己的事业。

于是，我们看到他对权力的迂回追求。在通常情况下，他是一位乐善好施的老板，但是，一旦他的权力受到破坏，他就无法继续保持这种状态了。他的生活哲学不仅破坏了他的工厂的正常运作，而且摧毁了他的正常生活。要是他不曾如此雄心勃勃地想要证明自己在家里的霸主地位，他可能会找到另外一种委婉的方法成功地解决问题。然而，对他自己而言，真正有意义的莫过于通过个人权力支配他人。实际上，社会和商业关系的发展并不允许这种个人支配地位的存在，结果，他丧失了所有工作和生活的乐趣。他的退避倾向既表现在抱怨工人要求过多，又表现在对工人的攻击上。

无论如何，自负只会让他错得更离谱。很快他就被卷入当时已经爆发的矛盾形势中。他曾经接受的片面教育使得他丧失了改变思想、寻找新出路的能力。他无法继续成长，因为他的唯一目标就是权力和优越感。为此，他已经承认自负才是自己最主要的性格特征。

深入审视他的各种人际关系，我们发现他完全缺乏社交技巧。正如我们可以猜到的那样，他所拉拢的都是一些承认他的优越并服从他的意志的人。同时，他也是一个十分挑剔的人。他非常聪明，因此有时会成功地举出生动的例子来贬低别人。很快他的讥讽就让周围的人都回避他，因此他没有一个知心朋友。他补偿这种失败的人际交往的方法就是把注意力转移到另外一些事情上。

在爱情和婚姻问题上，他几乎都要崩溃了。一种早已定论的宿命降临到他的身上。爱情需要陪伴和承诺，容不下任何专横。因为他经常对他人发号施令，所以，他必须找到一个能忍受这种行为的伴侣。然而，他一心追求权力的性格又不允许自己跟

纤弱、易于被征服的女性为伴。他要求伴侣跟自己不相上下，相互斗争，这样，每一次征服才会被视作新的胜利。就这样，两个想法相近的人走在一起了，婚姻开始变成一场永无休止的战争。他的妻子在很多方面甚至比他还专横。在坚持各自原则的基础上，每个人都抓住了可靠的证据，企图说服并支配另一方。他们朝着相反的方向越走越远。他们不敢离婚，因为每个人都希望获得最终胜利，他们拒绝撤出婚姻的战场。

这位患者的精神状态显然是受到当时一个梦境的影响。他梦见自己在跟一个长得像是女佣的小女孩说话。这名小女孩提醒他，他只是办公室的办事员。他回应道：“但是你看，我可是有着贵族血统的。”

我们不难理解这个梦境的思考过程是怎样的。一方面，他看不起其他人。所有人在他看来都是没有文化的低等仆人，特别当这个人是女性时。我们不能忘记，当时他正在跟妻子吵架，因此，我们可以推断梦中人物代表了他的妻子。

没有人曾经深入了解过这位患者，而他的自知之明更是少得可怜。他一直都目中无人，终日忙碌，却无法达到自己的目标。他越是傲慢，越是要求别人承认他的高贵，他离开社会就越远。他的这种做法是没有任何道理的。同时，他也不懂得如何欣赏他人。在他的生活哲学里，容不下爱情或友谊。

他们为心理绕道给出的辩解是非常有特点的。在很多情况下，他们给出的理由只有自己才会觉得相当合理和值得理解，但实际上，这些理由只适用于其他情况，而不是当前情况。例如，我们的患者认为，自己必须发展人际交往。于是，他加入俱乐部，终日喝酒打牌，做一些毫无意义的事情。他坚信这是交友的唯一方式。他回家越来越晚，每天起床都觉得困乏疲倦。他声称，参与社会活动跟干其他事情是相互矛盾的。如果与此同时，他能够继续努力工作，这种辩解也是合理的。然而，社会

交往使他远离了主要生活任务——这是符合我们的估计的。很显然，他的方式错了，即使理由很充分！

这个案例鲜明地证明客观经历而非个人看法和评价使我们远离生活正轨。我们需要解决的是人们犯下的一连串错误，这个案例和类似案例都表明人们会一错再错。在处理案例过程中，我们必须充分考虑个体的所有行为方式，进而提出合理的建议。这个过程跟所谓的教育非常相似，后者的目标也是为了纠正错误。

错误观念误导成长，本身就是一个悲剧。我们不得不佩服古希腊人的智慧，在评价复仇女神涅墨西斯时，他们就已经意识或预感到了这一点。从由成长缺陷导致不幸的个体身上，我们很明显地看到他们对个人权力的追求。他们对共同利益毫无兴趣，对个人权力的崇拜迫使他们采用间接的方式达到目标，而不会考虑他人的利益。他们始终担心失败。这时，我们发现多数个体都有紧张情绪，这种紧张是阻碍个体走向成功的主要因素，让他们不敢越雷池一步。

社会不容许逃兵，它要求我们具备一定的适应能力和合作精神。我们要学会如何帮助他人，不能单纯为了统治他人而争取领导权。我们都知道，有些人善于社交，行为端正，不会干扰别人的生活，却无法获得真正的友情，因为对权力的渴望一直阻碍着他们，其他人不能让他们感受到温暖。这种类型的人不会真正觉得快乐，他们更愿意参加公开讨论，借以展现自己在无关紧要的事情上的能力。比如，他们会通过各种方法证明自己是正确的，虽然对其他人而言，正确与否并不重要，只要他们可以证明自己是对的，其他人是错的，他们争论的主题是否正确倒是其次的。他们再次受到绕道心理的影响，表现出令人迷惑的症状：莫名的疲倦、无谓的匆忙、失眠、注意力不集中——各种各样的表现。总而言之，除了一些他们自己也解释不了的症状，我们没有听到他们抱怨其他问题。他们看起来是病了，实际上，他们

是“紧张过度”。

他们表现出的各种症状都偏离了真正的病情，显露了他们内心真正的恐惧。他们之所以选择这些武器并非偶然。想想那些固执而又不愿妥协的人吧！他们居然害怕黑夜这种自然现象。我们可以确定，这些人从来都不会对这个地球上的任何事情妥协。除了跟黑夜做斗争，再也没有什么事情可以唤起他们的兴趣了！他们以此作为适应正常生活的前提，但这种高不可及的目标表明他们实际上是在“拒绝”生活。

当这种类型的人面对自己必须解决的生活难题时，就会表现出紧张症状。实际上，这些难题都只不过是一些生活义务和责任。一旦碰到这些问题，他们就开始寻找各种借口拖延解决，抑或为自己找到情有可原的理由。他们甚至会找借口彻底逃避所有问题。在这个过程中，他们同时也逃避了对人类社会的义务，不仅破坏了他们生活的环境，还影响到每个人。要是每个人都能够对人性有所了解，没有忘记这些做法或迟或早会导致必然的悲剧，那么从一开始，我们或许就会扑灭事情发生的火苗。

理解人性不必意味着要攻击人类社会的逻辑和定律。长期的过失和无数的纠纷使我们无法精确识别错误与后果的关系，进而得到明确的结论。细致入微地观察人类的整个生活方式，专注地研究人类历史，我们才能谨慎地发现因果关系，找到错误发生的根源。

社会礼仪的缺失

有些人表现出行为不检点或不文明的性格特征，例如，咬指甲、抠鼻子或贪吃。贪婪的人这些特征表现得更为明显，他们是狼吞虎咽的吃客，不消一会儿，他们就将一大堆食物吃个精光！我们总会见到有些人除了吃，没有其他事情可以唤起他们的

兴趣。

无礼的另外一些表现包括肮脏和混乱。这里，我们指的不是那些因为工作繁忙而不拘小节或生活混乱的人。这里我们所指的人常常不会做什么有用的工作，却浑身上下沾满了泥巴。似乎有些人以肮脏和混乱为美，这俨然已经成为他们鲜明的特征。

以上我们只是列举了少数不文明行为。很明显，这些人不会按照规矩行事，喜欢特立独行。这些行为粗俗的人留给我们的印象就是，他们不会对人类做出什么贡献。大多数不文明行为都可以追溯至童年时期，因为没有人的成长是一帆风顺的，有的人可能一辈子都摆脱不了这种幼稚的性格特征。

这些不文明行为或多或少都带有明显的逃避人际交往的倾向。这些人希望远离生活，不愿意合作。我们很容易理解为何这种人不会听从善意的劝告、抛弃不文明行为。实际上，一个不愿意循规蹈矩的人具有相当的理性，因为没有什么理由比咬指甲和衣服肮脏更能让他们逃离社会。难道这些反社会的行为就允许他们避开批评、竞争和评价吗？在爱情和婚姻面前，除了表达不情愿的态度，他们找出什么理由逃避？在竞争面前，他们当然会失败。但同时，他们又会责怪自己不懂得社会礼仪。他们呐喊道：“要不是因为这些坏习惯，我还有什么事情做不成？”但转过身来，他们又低声自语：“但非常不幸，我确实中招了。”

让我们来看一个案例，它表明坏习惯也可以被用于自我防御和控制他人。这位姑娘在二十二岁时仍然尿床。她是家里排行倒数第二的孩子，瘦小多病，因而，她得到母亲的特别照顾，逐渐产生了强烈的依赖感。在白天，她焦虑发作；在夜里，她噩梦连连，尿床不断，借以把母亲绑在自己身边。一开始，对她而言，这肯定是一种胜利，一种对自负感的慰藉。她通过不当的行为成功地排斥了其他兄弟姐妹，让母亲只为自己服务。

这个姑娘的特殊之处还在于她既不愿意交友，又不喜欢上学，一旦离开家，她就会觉得特别焦虑。即使是长大后，每次夜里出门，走在黑暗的地方，她都会觉得恐惧。每次回到家里，她都显得精疲力尽，紧张不已，说她刚刚碰到了千奇百怪的令人恐怖的事情。我们得以发现，所有的讲述都围绕着一个中心：她离不开母亲。然而，经济条件不允许，她不得不外出工作。最后，她答应做一份工作。但仅两天后，尿床的毛病又犯了，她被迫辞去工作。母亲再也不能理解她为何会频繁尿床，严厉地责骂了她。随后，这个姑娘自杀未遂，被送至医院进行治疗。最后，母亲发誓再也不会离开她了。

所有的这些事情——包括尿床、怕黑、不敢独处、自杀未遂，都指向同一目标，通俗地讲就是“我不要离开妈妈”或“世上只有妈妈好”。在这些情况下，难以被社会接受的尿床习惯变成了一种有意的行为。现在，我们已经知道，可以根据这些坏习惯分析一个人。同时，我们也意识到，只有彻底地从生活背景中理解一个人，才能纠正这些不当行为。

大体而言，幼稚的坏习惯常常都是为了吸引成人的注意力。那些想要充当伟大角色，或者向成人表明自己的软弱和无能的儿童都是为了最终控制成人。一些人在陌生人面前表现得非常糟糕也具有同样的目的——只要有客人来访，平时一本正经的孩子有时也会变得跟淘气鬼一样，他们装腔作势，直至自己觉得满意才肯收手。这些孩子长大后，也会以同样的方式躲避社会的要求，或到处搅局，损害公众利益。所有的这些表现背后都是专横、野心和自负。实际上，这些人行为变化多端，善于伪装，所以，我们很难清楚地找到他们这些行为的缘由和目的。

十三 其他性格表现形式

情绪和性情

如果心理学家认为人类的情绪和性情是天生的，它们决定了生活态度和生活任务，那么他的观点是错误的。情绪多变和喜怒无常不是天生的，是雄心勃勃和神经过敏的人借以表达对生活不满的一种方式。精神过敏的人伸出触须试探新事物，然后才接近它。

然而，有的人似乎总是情绪高昂，他们竭尽全力寻找快乐生活，强调生活完全是美好的。但快乐就像其他事情一样，也是分不同类型的。有的人似乎总是无忧无虑，悠游自在，如孩子般的热情非常容易感染我们。他们不会偷懒，而是以一种让人省心、充满活力的态度工作。他们把解决问题看作玩游戏或解谜，或许再也没有比他们的生活更令人向往的了。

但总会有人高兴过头，把严肃问题看作儿戏。有时，我们会担心这种态度是不利于解决严肃的生活问题的。从这些人的工作中我们得到的印象就是，他们实在没有责任感，太过于轻视问题的严重性。于是，他们会被调离真正有挑战性的工作，这是他们自愿的。

然而，从某种意义上讲，我们还是应该称赞具有这种过度乐观性格的人。我们总是很乐意与这些人一起工作，他们跟那些满脸忧郁的人形成鲜明的对比。与只看到生活黑暗面的伤心和不满的悲观主义者相比，性格开朗的人更容易取得成功。应当注意的是，通过评价一个人想要在多大程度上服务和帮助他人，并给他人带来欢乐，我们很容易就可以知道他的社会感大小。那些才华横溢的人给我们带来欢乐，让人际交往变得更有趣。快乐的人更容易与他人相处，更具同情心。

我们似乎天生就觉得，在通常情况下，性格开朗是一种较高层次的社会感，有些人

总能保持乐观，看不出有一丝焦虑和忧心忡忡。他们不会向任何陌生人倾倒情感垃圾，也很有能力，每次跟大家在一起时，他们总会传达这种欢乐，让生活充满美好和意义。我们的感觉是，他们是好人。这不仅源于我们对他们行为的观察，而且跟他们的生活态度、说话方式、关心他人和外表风貌（包括穿着、姿势、气质和开怀大笑）有关。

陀思妥耶夫斯基是一位具有深刻洞察力的心理学家，他曾说：“一个人的笑声比任何其他心理检查手段都更能反映他的性格。”笑声既可以强化人际关系，又可以破坏人际关系。我们常常看到有些人幸灾乐祸地笑。然而，有些人完全丧失了笑的能力，因为他们是如此抗拒笑这种联结人际关系的天生的能力，以至于他们根本就不知道什么叫做快乐。也有一小部分人完全无法将自己的欢乐传递给他人，只会败坏所有的气氛。他们匆忙而过，要浇灭所有欢乐。他们一点儿都不会笑，或者只会强颜欢笑，抑或只在假装友善时才笑。

这样，我们就清楚何为同情，何为反感了。扫兴的人总是非常厌恶同情，他们认为世界就是一道充满悲哀和痛苦的深谷。有的人觉得自己快要被生活的重担压垮了，无论困难有多小，他们都觉得压力巨大。他们觉得未来总是黑暗和失望的，在别人快乐时，他们老是泼一盆冷水，就像忧愁的卡珊德拉向世人宣布他们的厄运一样。他们是彻头彻尾的悲观主义者，不仅影响着自己，也影响了其他人。如果周围人觉得快乐，他们就会觉得坐立不安，想要用尽一切办法告诉他们生活总是悲惨的。除了语言，他们的攻击手段还包括令人苦恼的行动。通过这些方式，他们妨碍别人过上快乐的生活，让他们无法享受友谊的乐趣。

说话的态度

一些人的思考过程和表达方式可能会给我们留下不可磨灭的印象，让我们对他们有

更深入的理解。例如，在每一种文化中，都有一些不能被有教养群体所接受的说法或词语，有时，这些词语的粗俗程度甚至会令说话人都觉得害怕。这种类型的语言表明说话人缺乏想象和评价能力。

另外，有些人的思考和讲话方式让我们觉得他们的精神世界只局限于格言和谚语，你事先就知道他们要讲什么，他们就像廉价小说一样，言语间充斥着各种俚语和术语。他们不懂得如何引起他人的共鸣，回答每个问题时，总是不可避免地带上几个流行语或俚语，他们的思考和行为方式跟小报和电影上描写的一模一样。有很多人不懂得从多个角度思考问题，这表明他们的心理发育是受阻的。

学堂式行为

我们常常会碰到一些人，他们给我们留下的印象是他们的发展在学校就停滞了，从来都不会超出“小学”水平。无论在家庭中还是在工作中，或者在社会中，他们都像学生一样，求知若渴，时刻准备回答问题。在聚会中，他们总是急着要回答所有问题，就像他们很想表明自己已经做了功课，希望得到高分一样。

这些人的关键问题在于，他们只有在结构化的场景中才会觉得安全，一旦他们发现学校的那一套不再管用，就变得焦虑不安。这种性格特征见于各种智力水平的人。在最糟糕的情况下，他们思维干涸、过于固执和冷漠，抑或装作什么都知道，顿悟所有道理。有时，他们想要根据既定的法则和公式对所有的事物进行分类。

卖弄学问和偏见

这种学堂式性格的一个有趣例子就是有的人想要根据一些生硬的规则对世界的所有活动和事情进行分类归档。他们坚信这个规则是正确无误的，不愿意放弃它。如果有些事情不能被这个规则解释，他们就会感到不安。他们是僵尸般的书呆子，我们

的印象是，内心的不安迫使他们将自己的生活关在规则和公式的狭小笼子里，唯恐生活过于困难。他们避开那些无法用规则或公式解释的问题，参加那些自己无法接受规则的游戏只会令他们觉得屈辱和不快。不言自明，一个人通过这种方法可以行使巨大的权力。比如，我们生活中存在着的无数反社会的“良知反对者”——我们知道他们都是过分强调良知的受害者。他们的改变源自于过多的自负感和偏执的控制欲。

即使他们变成了很好的工人，其学究式态度仍然不会改变。他们缺少主动性，受限兴趣，满脑子充满各种愚蠢的奇怪念头。例如，有的人可能会养成沿着楼梯边缘上楼的习惯，或者刻意避开所有的路面裂缝。有的人无论怎么劝阻，都不愿更改自己的路线。所有这些类型的人都不懂得什么才是真正的生活问题。为了践行所谓的原则，他们浪费了大量时间和精力，迟早都会彻底地迷失自我，脱离生活环境。他们的失败在陌生问题出现的那一刻就已经断定了，因为他们根本就不知道如何解决它。他们相信，任何事情都要遵守规矩和神奇的公式，信奉一成不变的生活。

他们甚至觉得适应春天是一件艰难的事情，因为他们已经在冬天待得太久！万物开始复苏，天气逐渐转暖。他们开始变得焦虑，因为他们必须接触更多的人。真是一个糟糕的季节！这些人抱怨春天的到来让他们觉得不舒服。他们需要极大的勇气才能适应新环境，因此，我们发现他们只适合干一些单调的工作。没有任何一位雇主愿意让他们干其他事情。他们的性格并不是天生或不可改变的，而是源自于错误的生活态度，这种态度已经深入他们的灵魂，并彻底地支配着他们的性格。最终，这些人无法摆脱偏见。

顺从

具有奴性和顺从特点的人同样不能很好地从事那些需要主动完成的工作，他们只有

遵守别人的命令才会觉得舒服。奴性的人根据他人制定的规律和法则生活，几乎偏执地要把自己置于奴隶的位置，他们的这种态度表现在大多数生活关系中。我们可以揣测这种态度也体现在他们畸形和谄媚的举止中。他们是“好好先生”，向所有人弯腰鞠躬，小心翼翼地听取每个人的发言，却不去评价和思考其中的正误。他们只管执行命令，到处随声附和，肯定一切观点。他们认为懂得顺从是一件光荣的事情。有时，这种态度固执到我们都难以置信。这些人以顺从为乐。虽然我们认为一个人不应当控制他人，但是，这并不意味着采取一味服从的态度来解决生活的问题就是积极的。

实际上，很多人似乎已经将顺从当作一种生活原则。我们所指的不是那些以服侍别人为职业的佣人，而是部分女性。女性必须顺从已经变成了深入人心的不成文的规定，人们坚信女性天生就应当顺从男人。这种迷信已经毒害和破坏了无数人际关系，却没有为人觉察。甚至在女性群体中，也有很多人觉得顺从是她们应该遵守的永恒规律，但他们从未从中得到任何东西。迟早会有人觉得，要是女性不顺从，世界会变得更美好！

跟屈服必然引起反抗的人性不同，顺从的女性迟早会习惯这种感觉，并成为社会的寄生虫，就像下面的例子一样。一位女性跟一位非常出名的男性结婚了，双方都认为女性应该顺从。很快她就成为一部只会做家务的机器，已经丧失了独立生活的能力。周围的人慢慢地也习惯了她的顺从，不觉得这是一种特别让人反感的事情。大家的沉默无助于改善她的情况。

这个案例没有引起争执，因为故事的双方都是相对有文化水平的。然而，对大多数人而言，将顺从视作女性不可逃脱的天性只能导致诸多矛盾。如果丈夫习惯了这种顺从，就会有恃无恐地凌辱妻子。实际上，这种完全顺从是不存在的。有些女性的

顺从思想根深蒂固，她们的对象也是专横而粗暴的，这种畸形的关系迟早会演变为公开的战争。有时，这些女性给我们留下的印象就是，她们真正想要做的是去证明女性顺从论是荒谬的，容易误导人的。

解决这些问题的方法就是，对于男女双方而言，必须合理分工，不至于使任何一方觉得自己委屈。即使当前的条件还不允许我们达到这种理想状态，至少我们可以将它当作衡量文化进步的标杆。

顺从不仅给两性关系造成影响，并给男性带来无数难以解决的问题，还在国家之间起着关键作用。古代文明的整个经济都是构建在奴隶制之上，今天很多家庭的祖辈或许以前就是奴隶。数千年的历史见证了男女双方从敌对状态演变为彻底的陌生。如今，等级制度仍然存在于特定人群，顺从和附属的规定依然存在。

古时，人们已经习惯于相信奴隶就应该做下贱的工作，奴隶主是不会降低身份做日常工作的。他不仅把自己看作众人的领袖，还将自己看作所有美德的化身。统治阶级是“最高尚”的，正如希腊语“Aristos”所指的那样，大多数贵族都是“最高尚”的，但这种“最高尚”完全由权力决定，而不是美德和品行。人们根据美德和品行对奴隶进行评价和分类，贵族只关心自己的权力。

现代人的观点同样也受到这段奴隶和贵族制历史的影响。伟大的思想家尼采曾经主张优秀的人应该带领其他人，而其他人应该听从安排。今天有的人仍然具有这种奴性，他们的所有快乐都取决于其他人是否快乐。他们似乎永远都在为自己的每一个行为道歉。我们不能被他们欺骗了，认为他们这样做会很开心。实际上，他们大多数人都是非常不开心的。

要想消除主人和奴隶的分别，建立人人绝对平等的思想是非常艰难的。但是，人类

大团结的渴望已经击败了奴隶和贵族制度，只拥有人人绝对平等的新思想。它是先进的，可以防止我们犯错。

专横

奴性的反义词就是专横。具有专横特点的人总是要控制一切，他们不断自问：“我怎样才能高人一等呢？”这种态度是导致一切失望的根源。

如果专横没有混杂着太多的挑衅和敌意，那它可能是有用的，它是伴随着组织者的出现而诞生的，他们想要充当指挥官和领导这样的角色。例如，在动荡的年代里，当国家处于改革的风口浪尖，总会有一些人挺身而出。但他们的成功是理所当然的，因为他们有着正直的品行、态度和想法，以及担当领导者的能力。专横的人已经习惯于充当家里的老大，然而，除非成为皇帝、统治者或将军，否则没有什么可以让他们觉得满足。如果形势扭转，他们成为被领导者，那么，他们将一事无成，听从指令只会让他们变得激动和焦虑。

在和平年代里，我们会见到，这些人可以带领一小部分人闯荡商界或社会，他们一直没有脱离演讲台，因为他们抬举自己，有太多的辛酸要陈述。然而，只要他们没有违反生活的规则，就没有人会起来反抗。但在今天，我们无法忍受这种过分的自我抬举。他们也是容易犯错的群体，因为他们不知道何为好“士兵”，何为好“队友”。他们的一生都在奋力追求最高地位，除非通过某种方式证明自己的优越性，否则他们将无法停息。

倒霉

如果一个人遵循绝对真理和群居生活逻辑却陷入困难，那么他迟早会做出有力的反击。这是老生常谈的心理学现象。但是，大多数自认倒霉的人都不会从经历中学

习，而是将不幸看作不应得的灾难。他们终生奋斗的目标就是为了证明自己是多么倒霉，自己做任何事情从来没有成功，他们接手的每一件事情最终都免不了失败的厄运。这些倒霉蛋居然还以不幸为荣，因为所有不幸都是由超自然能力控制着的！深入分析这种观点我们发现，自负是养育这些丑陋嘴脸的根源！就像恶魔指定他们，迫害他们一样！他们坚信，天打雷劈只是他们的特权。他们担心强盗只会钟情于他们家，世界的一切不幸都必然落在他们身上。

只有那些把自己当作宇宙中心的人才会产生这种夸张想法。从表面看来，不幸跟自私是不相容的，但实际上，顽固的自负感是让这些人觉得所有恐怖力量都找自己复仇的原因。这些人的童年受到错误信念的引导，即他们曾经是强盗、杀手、幽灵和吸血鬼的攻击目标。他们就像幽灵一样，除了到处游荡实在是想不出其他可以干的事情了。

我们可以设想，他们的态度表现在他们的外在举止。他们弯腰走路，就像承受了巨大压力，生怕有人看不到他们的沉重负担。他们让我们想起古希腊庙宇里用来撑起门廊的女像柱。这些人似乎将一切看得过于沉重，悲观地看待世界。这样，我们就不难理解为何他们总是做不好事情了。他们深陷厄运，不仅自身觉得痛苦，也令他人痛苦。自负感是造成不幸的根源，一个人抱怨自己特别不幸，实际上是希望别人意识到他们的重要性。

宗教狂

一些总是不能被他人理解的人投向了宗教的怀抱，就像他们此前所做的一样。他们愤愤不满，自怜自悯，将压力发泄到仁慈的上帝身上。他们只关心自己，因此，他们理所当然地认为受万人崇拜的上帝也应当完全服务于他们，负责他们的生活起居。在他们的概念里，一些人为因素甚至会拉近他们跟上帝的距离，包括狂热的宗

教祈祷和其他宗教仪式等等。总之，亲爱的上帝除了整天愁着他们那点破事儿，再也没有其他事情可干了。这种宗教崇拜带有太多邪教色彩，如果旧时的宗教异端审判还存在，那么，这些宗教狂很可能是第一个被绑到刑柱上烧死的人。他们太不懂得尊重上帝了，就像对待平常人一样抱怨和哀诉，而不会想着如何自救或改善现状。他们觉得合作精神只是别人的事。

有一位十八岁女孩的病史详细地说明了这种自负的唯我主义可以引起什么后果。她品德良好、勤奋踏实，然而野心勃勃。她的野心表现在宗教上，每做一个宗教仪式都带着极度的虔诚。有一天，她开始责备自己对信仰产生了太多异端想法，一度打破戒律，将罪孽当作儿戏。结果，她整天都在强烈地责备自己，以至于每个人都认为她已经丧失了理智。她终日跪在角落，刻薄地责怪自己，却不允许别人说她半句。有一位牧师曾经试着减轻她身上的罪孽，告诉她其实她完全没有任何罪孽，可以自我救赎。然而，第二天，在大街上，这位小姑娘朝着他奔去，尖叫道：“你不要去教堂！你身上带着我的罪孽！”

我们无须继续讨论这个案例，但它向我们表明了野心是如何破坏宗教，以及自负是如何让一个人相信她就是美德和恶习、纯洁和堕落、善和恶的判官的。

十四 感觉和情感

感觉和情感是我们之前所提到性格特征的强化形式。一个人受到意识或潜意识的某种目标压迫，就会产生压力，这种压力突然爆发就形成了情感。就像性格特征一样，情感有明确的目标和方向，我们可以称之为在某一时间段内的心理发展状态。感觉不是我们不能理解的神秘现象，它产生于特定的生活方式和预定的行为模式下。感觉和情感都有助于改变个体的处境，是身陷绝境或别无他法的人为了达到目

标而采取的一种强烈而激越的行动。

我们再次见到那些深受自卑感和缺陷感困扰的人，他们被迫鼓起全身力气，拼命挣扎。通过这种吃力的办法，他们坚信自己可以重新成为大家关注的中心，获得胜利。没有敌人，就不会有愤怒。同理，如果没有什么东西妨碍一个人获得胜利，那么他就不会怒发冲冠。在我们的文化中，有的人仍然可能通过以上的夸张做法达到目标。要是我们改变达到目标的方式，那么我们就不会经常发脾气。

缺乏自信心的人似乎不会因为内心的不安全感就放弃他们的目标。相反，他们会改变自己的情感 and 态度，做更大的努力。通过这种方式，曾经被自卑刺伤的人汇聚全身力量，拼命达到理想——看起来就像粗暴、未开化的野蛮人一样。

感觉和情感跟本性关系紧密，因而，它们不是少数人拥有的特殊品质，而是普通人都有的。如果条件合适，所有人都会表现出类似的情感，我们可以称之为情感的能力。情感是人类生活中最为基本的部分，所有人都具有这种能力。

只要我们对人性有深刻的理解，就可以很好地想象他们具有的一般感受和情感，而不必真的接触他们。感觉或情感深深植根于人性中，而且精神跟肉体是密不可分的，因此，它们自然会对肉体造成影响。感觉和情感的身体表现包括血管和呼吸器官的多种变化，例如脸红、脸色苍白、脉搏加快和呼吸急促等。

分离性感觉

发怒

发怒是争取权力和地位的最典型特征，目的是为了迅速强力地摧毁前进道路上的所有困难。以往的研究结果已经证明，那些希望利用一切权力争取优越感的人才会发

怒，争取他人认同有时会退化为真正的对权力的疯狂。当这种情况发生时，即使是最细微的追求权力的妨碍也会激起他们强烈的反应。他们相信（可能是因为先前经历的影响）自己可以为所欲为，通过这种方法打败对手。它不能代表什么高水平智力，却为大多数人所采用，多数人很容易就想起自己靠发怒来获得威望或为所欲为的经历。

有时候，发怒完全是合理的，但这不是我们在本部分即将讨论的内容。我们将要探讨的是为何有些人常常发怒，而且它会变成一种习惯性的激烈情绪反应。有的人故意将发怒作为一种达到目的的手段，因为他们已经没有其他方法解决问题了。他们常常很傲慢、高度敏感，见不得任何人比自己好，或跟自己一样。只有高人一等才能让他们觉得快乐，结果，他们保持高度警惕，生怕有人靠近他们，抑或对他们尊重不够。这些高度敏感的人的最常见的性格特征就是猜忌，他们觉得自己无法信任同伴。

其他跟发怒紧密相关的性格特征就是神经过敏和怀疑。我们可能发现，在极端情况下，那些野心勃勃的人会因为羞怯就避开所有正式工作，再也不能适应社会。他们只知道用一种方法否认所有事物，他们的反对方式常常令别人觉得很难堪。比如，他们可能会摔破镜子或打碎花瓶。即使事后他们道歉说自己也不知道当时发生了什么事情，我们还是觉得难以接受。从他们经常打破珍贵的东西，而不会攻击廉价的物品来看，显然他们是在以一种破坏性的方式发泄愤怒。这些行为背后必定有阴谋。

他们的小打小闹平时还可以，一旦碰上大场面就容易败露。很快他们发现自己已经与世界为敌了。

发怒是十分常见的，以至于我们只需想想“狂怒”这个词，就可以知道性格暴躁的

人的精神状态是什么样的了。他们与世界为敌的态度是非常明显的，一个发怒的人几乎完全丧失了社会感，对权力的渴望让他们痛不欲生，甚至像杀人这样的事情在他们看来也算不上什么大事了。我们可以利用已有的关于人性的知识来分析我们观察到的这些人的各种情感和感觉，因为它们显然最能反映一个人的性格。所有暴躁的、易怒的和刻薄的人都是社会和生活的敌人。此外，我们还必须注意到，他们对权力的追求是深深植根在自卑感的基础上的。自信的人无须做出这种挑衅和暴力的反应和动作，这是我们不能忽视的一点。每次暴怒都清楚地反映出一个人的自卑感和优越感，这是一种损害他人利益来提高自尊的卑劣手段。

酒精是最容易触发愤怒的物品之一，很少量的酒精就足以产生这种效果。我们都知道，酒精可以缓解或解除文明对人的压抑。醉酒的人就像从未被教化一样，不能控制自己的行为，也不会考虑周围人的看法。酒醒后，他们可能会想尽各种办法隐藏敌意和不友善。酒后吐真言。生活不如意的人常常嗜酒，这绝不是偶然的，他们在这种毒药中寻求安慰和遗忘，将失败的情绪发泄到酒精里。

跟成人相比，儿童更容易突然发怒，有时一件小事就足以让他们变脸，这是因为儿童不仅自卑感更强，而且缺乏生活经验，他们也更渴望权力。他们之所以发怒，是因为觉得自己碰到的每个障碍都特别难处理。

深埋内心的愤怒如果不能以咒骂和发脾气的方式完全表达出来，就会给发怒者带来肉体和精神上的创伤。我们应该注意它与自杀的关系。自杀通常给亲戚朋友带来伤害，是一个人对所谓失败的自我报复。

悲伤

当一个人失去或被剥夺了某种东西，却没有得到足够安慰时，他就会感到悲伤。跟

其他感觉一样，悲伤也是不愉快或懦弱行为的补偿方式之一，意在更好地保护某样东西。从这个角度来讲，它跟勃然大怒具有同样的作用，却有着不同的刺激来源。此外，两种情感代表了不同的态度和方式。

就像在其他所有情感中一样，过度悲伤也表明一个人渴望权力。发怒是对他人的反抗，以贬低对手来提高自我。相比而言，悲伤意味着心理世界实实在在地难过，是继续抬高自我，满足自我的前提，表现为一种爆发式的反社会行为。悲伤的人爱抱怨，借以表达对同伴的不满。悲伤是人类的普遍情感，但过分悲伤就是反社会。

悲伤的人是否可以实现自我抬高，取决于周围人的态度。如果别人跑过来帮助、同情、支持和鼓励他们，并为他们的福利着想，那么，他们的悲伤就缓解不少。之所以哭过之后感觉好些，是因为他们以这种方式强化自己的无辜身份，想要打破现有规矩。悲伤的人越是要改变环境，想要索取的就越多。悲伤俨然成为了一种无可辩驳的理由，是他们施加给朋友、邻居和其他家人的一种义务，显然它代表了一种从软弱到优越的斗争，既是一种保持地位的手段，又是逃避无能和自卑的方式。

反感

反感也可以破坏社会，尽管它的破坏力不如其他感觉强。从生理角度讲，不愉快的情景或气味可以刺激胃壁，从而引起反感。从心理角度讲，反感是“呕出”灵魂里某种东西的倾向和企图。正是这种呕吐动作表明了反感具有破坏作用。反感是一种嫌恶的感觉。人们反感时表现出看不起任何人和事物的怪相，企图以否定的姿势解决问题。

反感很容易就被人们误用做逃离不愉快场景的借口。唤起反感不是难事，然而，一旦这种感觉出现，我们就必须逃离造成它的环境，从而恢复正常。再也没有任何感

觉比反感更容易被我们唤起的了，通过少量训练，我们就可以随意装出反感的樣子。从此，这种无害的感觉变成了反社会的强大武器，抑或逃避社会的可靠理由。

恐惧

恐惧是人类生活中最为重要的现象之一。这种感觉之所以复杂，是因为它不仅是一种分离性情感，还跟人与其同伴单方面关系的建立有关，就像悲伤一样。儿童因为恐惧而逃离某种场合，寻求他人保护。恐惧的产生跟优越感无关，相反，它可能意味着失败。当我们感到害怕时，就希望尽可能将自己缩小。但恰恰从这点上，我们明显看出，恐惧的另一面是追求优越地位。感到恐惧的人寻求他人保护，以这种方式让自己变得更强大，除非有一天，他们能够独自征服危险。

恐惧是一种深深植根于有机体的功能。恐惧是原始反射之一，控制所有生物。人类特别容易受到恐惧的干扰，我们在自然界中是弱小的，因而感到不安全。我们天生对生活的艰难认识不足，因此，如果没有得到帮助，儿童绝不可能顺应它，我们应该给予儿童他们所需要的东西。儿童自出生起就开始感受生活的艰难，而生活也开始约束他们。我们总是担心他们不能克服不安全感，进而养成悲观的性格。其中，最为突出的性格特点就是他们非常渴望得到他人帮助，开始为身边的人感到担忧。他们越是不能解决生活的难题，就变得越小心谨慎。一旦这些孩子被迫独立做事，他们就会想尽一切办法逃避。他们随时准备着逃跑，因此，他们最常见和突出的性格特征就是恐惧。

我们透过恐惧看到了生活交锋的开始，或许这种交锋是间接的，而不是公开挑衅的。有时候，恐惧在这些人身上造成的病理性退化让我们对心理过程有了更为清晰的理解。在这些情况下，我们清楚地见到心怀恐惧的人伸手求救，借以吸引他人，并奴役他人。

对这种现象的深入研究表明，它跟我们此前讨论的焦虑是类似的。我们见到的同样是渴求支持和关爱的人，这种关系就像主人和奴隶一样，别人必须及时出现，向这些焦虑的人施予援手，提供支持。进一步深入的观察揭示，许多人的一生都需要我们的特别关心。他们已经在很大程度上丧失了独立（因为生活经历不足），只懂得用粗暴的方式争取特权。无论他们多么渴望别人陪伴，都不会有太多的社会感。他们知道如何凭借恐惧重新夺回特权。恐惧让他们逃避生活的要求，让所有人成为奴隶，最终，恐惧侵袭所有日常关系，成为个体控制他人最重要的工具。

情感的滥用

在发现感觉和情感可以用来克服自卑感、改善性格和获得他人承认之前，没有人曾经完全知道它们的意思和价值。表达感情是一种普遍的心理现象。一旦被忽视的儿童知道了他们可以通过暴怒、哭泣或恐惧来达到称霸的目的，就会反反复复地使用这种方法控制他人。他们很快就养成了用这些老套的情感反应对付轻微刺激的习惯。进而，无论什么情况，他们都先发作一番，这通常是一种病态的坏习惯。在儿童时期养成的这种习惯，通常会导致成人的情感滥用，他们装出发怒、悲伤或其他感觉的样子，就像木偶一样。这些毫无价值，在大多数情况下令人感觉不快，使情感失去了原意，无论这些人是拒绝某种东西，还是在控制欲受到威胁的情况下，情感伪装已经成为他们的习惯性反应。过度悲伤让人厌恶，因为它过于招摇、明显和造作。有的人留给我们的印象是，他们要用悲伤打败所有人。

情感滥用也可以伴随身体反应。我们都知道，有些人过于生气，刺激了消化系统，导致呕吐。这个动作更明显地暴露了他们的敌意。同理，悲伤的人拒绝吃饭，这样，他们就会日渐消瘦，看起来真的“很凄凉”。

我们不可忽视这些滥用，因为它会影响其他人。等到有一天他们学会了怎样关心不

幸的人，以上提到的暴躁行为才有可能停止。但是，有些人是如此渴望他人善意的帮助，以至于悲伤或恐惧得有点儿过分。因为通过这种方式，他们觉得自我价值得到了肯定。朋友和邻居真是功不可没！友谊和同情真是伟大！

发怒、悲伤、反感和恐惧都是分离性情感，代表了不同程度的同情。然而，它们非但没有拉近人与人之间的距离，而且实际上还破坏了社会感，使人们彼此疏远。是的，悲伤可以团结人类。但如果没有双方平等的付出，这种团结从何而来？悲伤是一种被扭曲的社会感，提供安慰的人迟早都要付出更大的代价。

连结性感觉

喜悦

喜悦是沟通人际关系的最有效的感觉，跟孤立不相容。人们寻找同伴、相互拥抱等都是为了相聚在一起，共同分享。它是一种连结性感觉，有助于团结互助，可以温暖人心。

诚然，我们再次面对着那些企图克服不满或孤独的人。他们的目标是争取优越感，或沿着常规路线从不快乐到快乐。实际上，喜悦可能是克服困难的最好办法，笑声释放着自由能量，传达欢乐，是最基本的感觉之一，它可以超越个人性情，引起他人共鸣。

但别有用心的人可能会误用欢笑和快乐。例如，有的病人担心别人看出自己的无能和自卑，因而在听到某次地震伤亡惨重时，故意表现得很欢乐。悲哀只会让他觉得自己很无能，因此，他拒绝悲哀，企图表现出相反的感觉，即欢乐。快乐的另外一种滥用形式就是幸灾乐祸。它建立在别人的痛苦和不幸之上。幸灾乐祸是出现在错误时间、错误地点的快乐，是对社会感的否定和破坏，是一种分离性感觉，也是一

种用于征服的手段。

同情

同情是最单纯的社会感。见到一个人表现出同情，我们就可以基本确定他们是具有社会良知的成熟个体，因为同情是衡量个人认同他人程度高低的良好标杆。

真正的同情并不多见，真正多见的是滥用同情。有的人伪装成具有极端公众意识和夸张同情心的人，因此，我们会看到他们一窝蜂地涌向灾区，只是为了上报纸。他们希望引起别人的注意，却不做任何事情帮助受灾群众。还有的人似乎以追问他人的不幸故事为乐。专业的同情家和施舍者绝不言败，因为实际上他们是为了从所谓被帮助者的痛苦或贫困人群中获得优越感。拉罗什富科曾经对人类本性有过精彩的评价：“我们总能从同伴的痛苦中找到快乐。”

有的人错误地认为它跟观看悲剧来获得欢乐是同一回事。据说观众总比演员高一等，但对大多数人而言，这并不正确。我们之所以对悲剧感兴趣，在很大程度上是为了满足自知和自我发掘的欲望，我们不应忘记它仅仅是一场戏剧，而我们从中学习到的经验将启发我们解决生活难题。

谦逊

谦逊既是连结性感觉，又是分离性感觉。它影响着我们看待世界的方式，本身是人类灵魂中不可分割的一部分。人类社会需要谦虚谨慎来提醒我们合作的必要性。

如果个人品质即将受到质疑，抑或他意识到马上丧失尊严，那么，他就会表现出谦逊。这种感觉引起强烈的身体反应，造成外周血管扩张。皮肤外周血管收缩或皮肤发红常常出现在面部，但有的人也会全身涨红。

谦逊也代表了一种逃避态度，是自我孤立的方式之一，反映了个体轻微的失望。谦逊的人实际上随时准备着逃脱危险的环境。他们眼皮低垂，忸怩作态，随时准备逃跑。这提示，跟其他感觉的情况类似，滥用的谦逊变成了一种分离性感觉。

有的人很容易就造成尴尬场面，以至于他们的所有人际关系都被这种分离性性格特征破坏了。如果他们真的这么夸张的话，谦逊可以使人孤立这一说法就不言自明了。

十五 总论：儿童抚养和教育

最后，让我们重新讨论一下此前经常提到的一个问题，即家庭、学校和生活的教育究竟对个人心理发展造成了什么影响？

毫无疑问，目前的家庭教育过于注重鼓励儿童争取权力和虚荣，每个人的童年都有这样的经历。家庭确实有着独特的教育优势，没有任何机构比家庭更适于照顾儿童了，因为它是儿童长大的地方。家庭也是保证人类生存的最好地点，特别是当他们有病时。如果父母富有洞察力，能够在一开始就发现孩子的坏习惯，进而通过恰当的指导纠正这些错误，我们就可以非常高兴地说：“没有任何地方比家庭更适于培养具有良好适应能力的人。”

但不幸的是，父母通常既不是好的心理学家，也不是好老师，家庭里存在的各种病态唯我主义似乎已经成为儿童抚养的主流思想，这种唯我主义认为，自家的孩子比其他孩子更值得爱护，更珍贵。这种家庭教育犯了最严重的心理学错误，给孩子灌输了他们必须比别人更优越的错误观点。

实质上，那些由父亲领导的，而且基于父亲优越感的家庭就是反映这种现象的典

型，这种家庭只会给孩子带来伤害。父亲的权威无助于培养孩子的团体精神和社会依赖感。很快，父权经历就会诱使孩子产生明显或潜在的反社会感。策谋造反绝不是公开进行的，独裁培养的最大危险就是它给儿童造成权力至上的感觉，让他们看到拥有权力的好处。于是，儿童就开始变得贪婪，渴望控制一切，变得虚荣和野心勃勃。以至于现在，所有的孩子都想当第一名，都渴望被别人顶礼膜拜。他们迟早都要别人像屈服于已知的最有权力的人一样听从自己的意愿。错误期待的必然结果就是孩子挑衅父母和全世界。

在现有的普遍家庭模式的影响下，孩子实际上很难不把获得优越感作为追求的目标，透过那些喜爱扮“大人”的小孩就可以看出这一点。成年后，由于受童年潜意识回忆的影响，他们待人处事就像在家里一样随便，一旦受到一点点阻挠，他们就会逃避世界，悲观厌世。

家庭还是培养孩子社会感的好地方。然而，我们如果没有忘记家里存在的权力渴望和明显的权威气氛也会对孩子造成重要影响，就会发现，在这些家庭中成长的孩子只具备一定的社会感。母子关系决定了孩子第一次是如何争取关爱的，或许这是他们所拥有的最为珍贵的经历，因为透过这次经历，他们发现世界上居然还存在另外一个完全值得信赖的人。他们开始知道“你”和“我”的区别。尼采曾经说过：“每个人的所爱都有母亲的影子。”瑞士教育改革家裴斯泰洛齐也曾经表明母亲作为孩子的理想，是如何决定以后他们跟世界的关系的。母子关系确实决定着此后的所有活动。

因此，母亲应该培养孩子的社会感，孩子的古怪性格源自于他们跟母亲的关系，他们的成长方向是由母子关系决定的，母子关系不佳的孩子有一定的社会交往缺陷。以下两种错误是我们经常犯的：

第一种错误跟母亲未能很好地承担自己的责任，以至于孩子未能养成社会感有关。这种错误是非常严重的，造成许多不良后果——孩子在家里就像陌生人游荡在陌生的土地上一样。帮助这些孩子的唯一办法就是让母亲扮演好自己的角色，因为在他们的成长过程中，这种角色是缺失的。也就是说，这是我们唯一可以找回真实自我的方法。

第二种错误或许更常见。没错，母亲扮演好了自己的角色，但是，她的行为过于夸张和强势，导致孩子不能从母亲身上学习到任何社会感。这种母亲只允许孩子全心全意爱她，也就是说，这些孩子只能对母亲产生兴趣，对其他任何事情毫无兴趣。毫无疑问，这些孩子缺少社会感发展的基础。

除了母子关系，儿童的成长还受到多方面因素的影响。快乐的童年有助于孩子及早发现自身价值。要是我们知道大多数孩子都需要面对许多困难，而他们在一岁之前很难独自适应生活或发现生活的乐趣，我们就不难理解第一印象对孩子造成的影响。它们是路标，告诉孩子路在何方。我们不应忘记，许多孩子生来就体弱多病，饱受痛苦和悲伤。我们也不该忘记，大多数孩子还不足以拥有一个快乐的童年。这样，我们就容易知道为何只有少数孩子可以满怀善意地看待生活和社会，以及为何世界缺少具有真正社会感的人。

此外，我们还必须考虑错误对儿童成长的重要影响。严厉和权威式的抚养会减少儿童的生活乐趣，就像为孩子铺好前进道路，把他们放进温室里，使其“适应”环境一样，这样，长大后他们就不懂得如何适应家庭以外的生活环境。

因此，正如我们所见到的那样，家庭、社会和文化教育不能很好地培养我们所期待的具有公众意识的“世界公民”，而很可能培养他们的自负、野心和自我膨胀欲。

有什么机构可以纠正儿童早期的发展错误，并帮助他们更好地适应环境呢？答案是学校。但进一步观察表明，今天的学校并不能很好地完成这一任务。几乎没有教师认为他们总是可以正确识别儿童的情感问题并利用当前的教学手段纠正它。教师们完全没有打算解决这样的问题，他们的本职工作就是课堂教学，而不是过分干扰学生们自己也有的生活。实际上，每个班都有许多问题学生，因此妨碍了教学工作。

还有没有其他地方可以纠正错误家庭抚养带来的问题呢？有的人可能会说生活本身就是这样的地方。然而，生活也有着自身缺陷。它不能彻底改变一个人，虽然有时它确实表现出这种倾向。因为自负和野心是不能被改变的。无论人们做错了多少事情，他们要么把责任推卸到别人身上，要么认为这是不可挽回的。我们很少看到他们迎难而上，克服困难。他们经常继续误入歧途，而不思考自己究竟错在哪里。我们在上一章里讨论的情感滥用就揭示了这一点。

生活本身不会造成任何重要变化，我们可以从心理学的角度理解它，因为生活面对的是生物学意义上完整的人。人类有着自己的尖锐观点，都渴望权力。生活反而是最糟糕的老师，它缺乏思考能力，不会提醒我们，也不会教导我们，只是拒绝我们，让我们自生自灭。

我们只能得到一个结论：我们唯一赖以改变人类的机构就是学校。好的学校应该承担起这一功能。然而，到目前为止，那些管理学校的人只是将它看作满足自己虚荣和野心计划的工具。我们已经听到不少人发出改革旧式教学方案的口号。旧式教学方案的好处是什么？有害的权威式教学为何会突然变得有价值？为何权威主义在家庭这个理论上来说较好的环境里只会引起反抗，而在学校又被学生遵守？

施加于我们身上，却不为我们所承认的权威是假权威。真正的权威和纪律源自人类内心。许多学生觉得，老师只不过是普通工人罢了，这些孩子是不可能屈服于强硬

的教学管理的，除非这种管理曾经给他们的心理发展造成不幸。

即使教师明白自己的本职责任——这是合情合理的，也不能强迫学生接受他们的逻辑。唯一有效的方法就是尽量避免产生任何对抗，把学生看作学习的主体，而不是教育的对象，就像他们是成熟个体，具有跟老师同等的地位一样。只有这样，学生才不会轻易地误以为他们被压迫和忽略了，也就不会跟老师针锋相对。否则，挑衅的态度将不可避免地导致错误的文化野心，而这种野心在很大程度上代表着我们的思考、行为和性格特征。权威不必生于强权，而只能源自社会感。

学校的经历影响着所有儿童的心理发展，因此，它必须符合健康心理发展的要求。一所学校只有在充分考虑了学生的心理发展需求后才能被称作好学校。我们认为，也只有这样的学校才具备提供社会生活教育的能力。

本书由 “ePUBw.COM” 整理，ePUBw.COM 提供最新最全的优质电子书下载！！！！

结语

纵观本书，我们已经证明心理不是由遗传因素决定的，它的发展完全取决于社会，我们必须同时考虑个体和社会的需求，不可偏废。心理在这个背景下产生和发展。

我们已经深入分析了心理发展的过程，并探讨了感知、回忆、感受和思考的能力和作用。最后，我们讨论了性格和情感的特征。我们已经知道，所有这些现象都是由看不见的纽带连结的，它们一方面受到群居生活法则的约束，另一方面受到个体权力和优越感的渴望的影响。这两方面作用于人的心理上，表现为具体的、个别的和

独特的行为。我们已经探讨了在（不同程度）社会感的基础上，个体对优越感的追求是如何导致特定性格特征的，这些性格特征绝不是遗传的，而是跟个体心理发展模式相符的，它有意或无意地指导个体朝着永恒目标前进。

我们已经讨论了许多这样的性格特征和感觉，而有些被忽略了，它们都是我们借以理解人性的宝贵指标。我们已经知道，虽然追求权力的方式不同，但是所有人都有某种程度的野心和自负，透过它们，我们可以清晰地看见个体对优越感的斗争，并了解其特殊表现。我们还知道，膨胀的野心和自负可以妨碍个体的正常发展，他们的社会感要么发育不良，要么完全丧失。野心和自负给个体带来了负面影响，既阻碍了社会感的进化，又让权力觊觎者走向自我毁灭。

这种心理发展规律是无可争议的，它是所有想要自觉和公开地掌握自我命运，而非任由自己变成黑暗和神秘心理力量的受害者的人必须阅读的重要指引。本研究以实验形式进行，考察了关于人性的科学，这种科学是不能通过教育或自我发掘而获取的。理解人性是每个人的义务，而进行相关研究是掌握人类心理活动的最主要手段。

本书由 “ePUBw.COM” 整理，ePUBw.COM 提供最新最全的优质电子书下载！！！！

术语表

个体心理学 是关于不可分割的完整个体的研究。它把个体看作一元的、以目标为主导的自我。在正常和健康状态下，个体是社会的健全一员，是人类关系的参与

者。

自卑情结 是一种自卑或缺陷的感觉。它能够引起紧张、心理逃避和个体追求虚幻优越感的补偿性行为。

生活方式 是个体心理学主要概念之一，代表着个人哲学、信仰、行为和性格特征的统一体。它也是个体对童年经历的创造性反应，影响着他们的个人观和世界观，甚至情感、动机和行为。

错误行为 是一种基于错误的“个人逻辑”，间接地补偿缺陷感或不安全感的尝试。

器官自卑感 是一种身体缺陷或受损状态，常常引起补偿行为。

纵容 由于溺爱或过分保护孩子，阻碍了他们自立、勇敢、责任感和与他人合作能力的发展。

心智 是意识和潜意识层面的思想和整个性格。它主导着个人驱力，赋感知觉以内涵，并产生了需求和目标。

社会感（社会兴趣） 是一种团体精神、对伙伴关系的感受力和对所有积极社会关系的辨别力。在本书中，健康的建设性关系包括平等、互惠和合作。社会感以合作和人人平等为基础，以同情他人开始，以达到理想社会终止。这个概念跟阿德勒把个体看作社会实体是相符的。

生活任务 包括每个人都必须面对的三大经验领域，即追求对社会有用的专业或职业，建立有效的人际关系和获得爱情、婚姻以及家庭。

本书由 “ePUBw.COM” 整理，ePUBw.COM 提供最新最全的优质电子书下载！！！！

参考书目

阿尔弗雷德·阿德勒著作

《R女士案例：关于生活故事的解析》（纽约：格林伯格出版社，1929）

《儿童教育》（芝加哥：维真瑞·盖特韦出版社，1970）

《神经症的构成》（纽约：阿诺出版社，1974）

《生活模式》（纽约：莱因哈特出版公司，1930）

《个体心理学理论和应用》（纽约：哈科特和布雷斯出版公司，1927）

《神经症的问题：案例汇总》（纽约：哈珀火炬出版社，1964）

《社会利益》（牛津：环球出版公司，1998）

《生活可能对你意味着什么》（牛津：环球出版公司，1998）

《理解生活》（牛津：环球出版公司，1997）

关于阿德勒及其著作的研究书籍

罗伊娜，安斯巴克等，《阿尔弗雷德·阿德勒的个体心理学：手稿精选》（纽约：哈

珀火炬出版社，1964)

伯托姆，《阿尔弗雷德·阿德勒：生活肖像》（纽约：先锋出版社，1957）

丁克迈耶，小丁克迈耶和斯佩里，《阿德勒学派心理咨询和精神疗法》（哥伦布：梅里出版公司，1987）

德瑞克斯，《阿德勒心理学基础》（芝加哥：阿德勒协会，1953）

汉德鲍尔，《弗洛伊德-阿德勒之争》（牛津：环球出版公司，1998）

马纳斯特和科尔西尼，《个体心理学：理论和实践》（芝加哥：阿德勒协会，1982）

奥格勒，《阿德勒生平及其著作》（纽约：卡布里坎出版社，1965）