

儒家关系学说与存在虚空之治疗： 来自本土文化的思考

周一骑 李 英*

〔摘 要〕“存在虚空”是指人们认为生活丧失了意义和价值,这是当代人面临的主要精神问题,这一精神问题的来源主要根植于关系的堕落与变质。从儒家思想和存在主义学说的角度出发,讨论人与人、人与命、人与时三者的关系,并通过对关系本质的阐述启发人们对当下自身生存意义和价值的思考。

〔关键词〕 存在虚空;关系;儒学;存在主义

一、“存在虚空”植根于关系问题

改革开放以来,随着我国经济的发展,人们的物质生活水平迅速提高,但人们的心理问题却非减反增。在国人的心理问题中,烦恼、焦虑情绪通常并非来自于具体事件,而是来源于生活意义的缺失。心理治疗本来是以科学为依据的专业性很强的职业,通常着眼于对症下药,解决具体的心理问题,但治疗师们发现,许多来访者前来解决的,是所谓“精神问题”、“灵魂问题”(van Deurzen, 2012, 第8页)。心理治疗家们发现,他们变成了我们这个时代的哲学家与牧师,人类存在领域里的真空要由这些人临时填补上(荣格, 1987, 第339页)。

弗兰克指出,现代的精神问题是“存在虚空”,即感到活着没有意义,觉得生命毫无价值。人自从脱离了动物式的生存后,就丧失了一些基本的动物性本能。动物性的本能可以带来伊甸园般的安全感,但作为人,必须自作抉择。随着社会的急遽变动,人又经历了另一种失落的痛苦,即传统已不能作为他行为的支柱。当本能与传统都不能告诉人应该做什么时,人就不知道自己要做什么了,这就是“存在虚空”的根源。存在虚空的典型表现是无聊厌倦。不断升高的自杀率、酗酒、吸毒、刑事犯罪、性快感缺乏等症状都是“存在虚空”的表征(弗兰克, 1991, 第156-171页)。进入后现代以后,

* 周一骑,心理学博士,南开大学周恩来政府管理学院社会心理学系教授,300071;李英,天津渤海职业技术学院副教授,300402。

“存在虚空”的状况并没有消失且又有了新的表现:因为信息过载,人们对所有事情再也没有敬畏感,处于一种没有感觉的麻木状态;一切皆被解构,进入一个疑惑重重的幻灭年代。

“存在虚空”问题产生于生存状况,解决此问题应该从生存状况本身着手,而不能采取头痛医头式的疗法。生存状况一个最基本事实是:人必须与他人结成各种关系才能生存。正是关系的问题,才导致各种“存在虚空”。这是因为,人生的意义感不是源于主体自身,而是来自两个主体间的关系。意义通过关系而显现。关系受损,则意义缺失。如果关系中缺少互信,会使彼此的交往充满怀疑猜忌,这种体验的弥漫扩散即化为一种存在的感受:人生皆是虚幻,没有一样靠得住。中国人一向很注重人际关系,这在很大程度上受到儒家传统的影响。儒家传统可谓“关系取向”——基本上是围绕人际关系而展开的。正因为如此,由人际关系之堕退、变质所引起的心理问题也特别严重。对于人际关系,儒家思想本有许多有价值的探讨,但在一般人眼里却变成了庸俗的关系学——一套攀附关系、操弄人情、精于世故的技巧。儒家作为主流的学术传统,如果如此缺乏积极正面的价值,中国文化也不会绵延如此之久、创造如此多的辉煌。文化的堕退,由于传统精神的漫失。传统的复兴,有赖于穷本溯源,重温原始的精神。按照中国传统观念,任何学术,都分为“道”与“技”,前者为价值层面,后者属技术层面。没有技术固然无从下手实施,但价值的堕落,则会迷失方向、误入歧途。从现代的角度看,价值层面主要与存在主义所谓的“存在”问题有关。本文将从原始的先秦儒家入手,考察其对人际关系所作的各种探讨,是否对于现代人,尤其是现代中国人解决其“存在”问题有所启发。

二、从儒家思想看待关系

1. 主体间生命的关系

关系本意是指事物之间的相互作用、相互影响。本文讨论的关系并不局限于传统意义上的人际关系,它特指发生在两个主体之间的关系,既可能是人与人之间,也可能是人与超自然的主体之间。主体与主体之间的关系是社会互动的最基本的过程。孔子作为先秦儒家思想的代表人物,在处理关系上形成了一些最基本的思想。

仁是儒家思想里最普通而内涵又最丰富的概念。概念越是普通寻常,越适宜阐明人类生活某些最基本事实。《说文解字》说:“仁,亲也,从人从二”。这是说,仁是两个人之间的亲近关系。《中庸》:“仁者,人也。”郑玄注:“人也,读如相人偶之人,以人意相存问之言”。段玉裁说:“人耦犹言尔我,亲密之词。”(段玉裁,1981,第365页)将上面的意思连贯起来就是:仁是指两个人相互交往,彼此致意所形成的亲近关系,更确切说,它特指我与你的亲近关系。

人与人免不了要面对面打交道而彼此以“你”相称,即便以“你”相称,我是否真的把你当作“你”来对待,换言之,人与人的关系是否真诚仍然是个问题。孔子说“巧言令色,鲜矣仁”(《论语·学而》),这无异于说“不仁”。巧言令色者只在外貌上装点,意在取悦于对方,他所关心的,是对方会对自己形成什么印象。这种“印象操纵”是为了某种目的把对方当作利用的手段,视人如物,根本不把你当作“你”,不把对方当作一个人来对待。虽然二人存在关系,但在巧言令色者眼里只有自己,这其实是一种“伪关系”,所以是“不仁”。不仁的实质是不把人当人看待,由此引申,仁就是在我与你相处时,真正把你当作“你”,当作一个人来对待。孔子对弟子“什么是仁”的回答是:“出门如见大宾,使民如承大祭。己所不欲,勿施於人(《论语·颜渊》)”。 “己所不欲,勿施于人”,是假定对方与我一样有着类似的喜怒好恶,因此,也有着与自己一样的独立意愿。当我行使自己的意愿时,也要考虑到对方的意愿。据此,仁是一种兼顾双方(《说文》所谓“从人从二”)的行为。简单地说,仁者的眼里有两

个人,而不是只有自己。无论大宾还是神灵,都不可轻忽怠慢,只应敬畏。对待大宾与神灵,一般人都能做到敬畏,这是情境使然,孔子的意思是,在其他情境下、面对其他人时,也应如此这般——密切关注对方的意图以做出恰当的回应。由以上的对比看,仁与不仁,就是兼顾你我与只有我自己的区别,这也是人际关系中最大的区别。态度的敬畏与轻忽,是区分这两种关系的标准。

无独有偶,存在主义学者布伯也对人际关系做出类似的划分。他把人际关系分为“我一你”关系及“我一它”关系。“我一它”是一种非本质的关系。在马丁·布伯看来,“我一它”之间是一种经验和利用的关系。“我”作为感知对象的主体,可以视为世界的中心,是一种主动者。这个时候,经验是在自我心中的,这就构成了意识与存在之间不可逾越的鸿沟,而此时的“它”是被感知,被决定者,只是存在于主体之外的对象而已。这种观点会让行动的主体者无法以己之心度人,这种关系是单方面利用、榨取的关系,只把对方当作满足自己需要的工具,对人也如对物一般。这种关系里的“它”只具有利用价值,所以对方只是众“它”中之一“它”,是可以替换的。

而“我一你”关系是双向的对等关系,是本质的关系。“我一你”之间的关系是亲密无间的,对方并不是为了满足我的需要而存在,我只与之建立关系。“你”是唯一的,在与你的交往中,我以全部的生命来接近“你”、称述“你”,这是一种本源性的关系,其首要特征就是直接性。这种关系可以理解为“相遇”,其情形类似于“相人偶”之“偶遇”——各走各的路,却不期而遇,通过相遇不仅知悉自己的路,也体察到他人的路。这种相遇是一种双方都是具有能动性的主体之间的交流与碰撞。布伯追求的“我一你”关系跨越时空和地域,与孔子对关系的探讨不谋而合,共同阐述了最真实的生命之间的关系。

2. 真正的人存在于关系之中

人离不开同类,必须在关系中做一个人。人之所以为人在于关系。孟子说:“仁也者,人也。”这是说,人之所以为人,在于仁。换言之,人是相互性的存在。单独一个人,成为不了一个人。要成为一个人,必须与他人发生关系。当我们说某人是“好人”时,并非说他自身有多完美,而是指他待人好。这意味着,人不是按其自身属性,而是通过与他人的关系来定义。

孔子说为仁的方法是“己欲立而立人,己欲达而达人”(《论语·雍也》)。立是人格的确立,达是人格的完成。自己人格的确立及完成与对方人格的确立及完成是分不开的。以父慈子孝为例,父亲对于儿子的慈爱就是对儿子其人的肯定,即无论其智愚美丑,父亲都会把他当作儿子来对待,这即是对其人价值的肯定。从人格的完成看,当父亲善尽养育之责唤起了儿子的孝心,即是儿子身份的完成,唯有如此,才算父亲身份的真正完成。人格的确立及完成,是通过身份的确立及完成来实现的,因为人都是以一定的身份相交往的。《中庸》说“成己,仁也。”自己不能完成自己,必须通过关系,完成他人,才能完成自己。

存在主义也是在关系的脉络中看待人之所以为人的。布伯说:“我一你”关系中的我,绝不同于“我一它”关系中的我(马丁·布伯,2002,第1页)。这是因为,这两种关系,反映的是两种生活态度、两种存在方式。我们怎样生活,决定了我们是什么样的人。“我一你”关系才是真正的人与人的关系,把“你”真正当成你,就是把人当作人。把人当作人来看待者,才算真正的人。“我一它”关系本来是对物的关系,人生在世,不能不驾驭、利用物,这是出于生存的需要。但如果这种态度泛滥,也用到人身上,就是将人物化,将人物化者,自己也就沦为一物。这种人,仅仅是“活着”,谈不上“存在”。

3. 命运即天与人的关系

在古代文献中,命一般是指天命而言。通常认为,天命是一种无法抗拒、无可奈何的外在的力量,它不以人的意志为转移,人生受其掌控。但在现代人看来,是否存在天命,是颇成问题的。天命似乎是前科学时代的蒙昧观念。但古代并不是人人都知命,现代也未必人人都承认命。对命运探

讨的关键之处并不在于它是否存在的客观性,而在于人如何诠释命。儒家思想就是在关系的脉络下理解命的。

孔子说:“小人不知天命而不畏也”(《论语·季氏》);又说:“不知命,无以为君子”(《论语·尧曰》)。知天命者为君子,不知天命者为小人。据此,知天命似乎是一种能力,其重点在“知”字。从字义看,命似乎与沟通交流有关。《说文》:“命,从口从令,使也。”《增韵》:“上出为命,下禀为令。”据此,命的本义就是上对下的命令。唐君毅说:“‘命’这个术语代表‘天’和‘人’之间的相互关系……它存在于天与人的交相感应之中,也就是说‘命’存在于天人之间相互的影响和回应以及相互的取予之中”(唐君毅,1962,第195页)。这就是说,先有天人之间的感应关系,才有天命的感知。能感知天命者,在其眼中,天如对面的“你”一般,时时进行交流与对话。孔子说:“不怨天,不尤人,下学而上达,知我者其天乎!”(《论语·宪问》)即使无人能理解,孔子也不觉得孤独,因为上天理解他。天犹如伙伴一般,我能感知其命令,他也能理解我。当孔子遇险于匡,说:“文王既没,文不在兹乎?天之将丧斯文也,后死者不得与于斯文也。天之未丧斯文也,匡人其如予何”(《论语·子罕》)?孔子认为他之所以汲汲于传承文王以来高贵优雅的礼乐这类文化遗产,是出于他所感知到的天所交付他的使命,也是他所承担的责任。由此可见,在孔子那里,天是一种人格化的存在,即与“我”对话交流的“你”。“命”与“仁”都是指向双向沟通的关系,只不过对象分别是天与人而已。孔子弟子说他“罕言利,与命与仁(与有赞许之义)”。他所回避的,是那种单向利用的关系;所赞许的是人与人及人与天的双向沟通关系。

天与人的关系,也是存在主义者所关注的问题。存在主义治疗家弗兰克说,“生命中的每一种情境都向人提出挑战,同时提出疑难要他去解决,因此生命意义的问题事实上应该颠倒过来。人不应该去问他的生命的意义是什么。他必须要认清,‘他’才是被询问的人。一言以蔽之,每一个人都被生命询问,而他只有用自己的生命才能回答此问题;只有以‘负责’来对待生命。因此,意义治疗学认为‘能够负责’是人类存在最重要的本质”(弗兰克,1991,115页)。弗兰克将天命和人之间的关系解释为以问询方式进行的对话。他认为每个人都有他自己的特殊天职或使命,而此使命是需要具体地去实现的。他的生命无法重复,也不可取代。每一个人都是独特的,也只有他具有特殊的机遇去完成其独特的天赋使命(弗兰克,1991,第114页)。人一旦了解他的地位无可替代,自然会尽最大心力为自己的存在负起最大责任。当他了解自己为何而活,就能承受得住任何煎熬。强调负责,是存在治疗的最大特色。米兰·昆德拉说:“负担越重,我们的生命就越真切实在。当负担完全缺失,人就会变得比空气还轻,人也就只是一个半真的存在,其运动也会变得自由而没有意义”(米兰·昆德拉,2003,第5页)。如果深究下去,追寻人生所负的独一无二的责任从何而来,则很难不归为超越性的源头,在天与人的关系上理解人生所负的责任。罗洛·梅说:承认命运是对个人责任的一种接受。又说:责任不只是道德教诲,不只是伦理生活的规则,它是生活的潜在本体论结构的一部分。(罗洛·梅,2010,第123-125页)所谓“潜在本体论结构”,是说命运是本来就有的,只是有待于人从生命的境遇中去认识、领悟,这与孔子所谓“君子知命”、“五十而知天命”恰好是相对应的。

三、现时性中蕴含的关系

“时”是儒家学说中一个很重要的概念,以往的解释大都语焉不详。此处将指出一些线索,以说明只有将此概念置于关系的脉络下,才能够理解。

孟子称孔子为“圣之时者”,说这是圣人的最高境界。朱熹对“圣之时”的解释是:孔子兼有

“清”、“和”、“任”三种品德,至于表现出那种品德,要视当下所处的特定情境而定;故其所表现之品德,总是最恰当、最吻合当下的情境的。据此,“时”,就是当下、现时。

孔子本人,也很推崇“时”。他曾感叹说:“山梁雌雉,时哉!时哉!”雉尚且知时,何况是人!这段文字是《乡党篇》的最后一部分。该篇详细记载了孔子的言行起居,饮食衣着,以及在乡党与朝廷的举止神态,这些在古代都属于“礼”。这是在暗示:“时”是礼的关键。因行礼都是要向当下对面的“你”,而不可能向异时异地的“他”。礼是向对方致意,其对象除了人,还包括鬼神等超自然的对象。向人致意容易理解,向子虚乌有的鬼神致意有什么意义?自科学的世界观兴盛之后,人们通常只以实体性的存在为真实,而把无形无状者当作虚妄。但如果改换视角,比如从艺术的眼光看,无形无状者未必就不真实。哑剧表演者能表现出那些未出现的事物,剧场的观众甚至觉得演员所塑造的形象比实际生活中的人物更真实。对鬼神致意的祭礼就有某种戏剧效果。《论语》记载孔子祭祀的神态是“祭如在,祭神如神在”(《八佾》)。无论祭祖还是祭神,俨然如在面前。这一方面是因为礼能营造某种戏剧化的气氛,把亡故亲人的用的、穿的、吃的摆在面前,就好像他们仍然活着一样^①,另一方面也在于祭者对于所祭者的虔敬专注。祭礼的作用,用布伯的话说,能把异时空的“他”化为当下的“你”。巧合的是,英语“当下”(present)一词同时有“出现”之义,其名词形式(presence)又有“感觉或相信所出现的鬼神”的意思。礼固然能营造戏剧化的氛围,但还要有仁的态度——真正把对方当作你来对待——相配合,具备这种态度,则异时空的存在能被唤起而出现在当下。因此,祭礼是一种专注于当下的训练:通过专注,不在面前的鬼神都能使之出现,更何况面对面的人。专注于当下,就是仁的态度;反之,把对方当作工具,只关心未来的目的,就是不仁。

孟子对仁的阐述也是从当下的情境入手的。他说人皆有恻隐之心,恻隐之心就是仁之开端。齐宣王见到牛将要被宰杀而于心不忍,换成羊来祭祀,孟子说“见牛未见羊”就是其恻隐之心(《孟子·梁惠王》),对禽兽尚且如此,何况对人?他说“今人乍见孺子将入于井,皆有怵惕恻隐之心”(《孟子·公孙丑》),对陌生人尚且如此,何况至亲?又说“上世有尝有不葬其亲者。其亲死,则举而委之于壑。他日过之,狐狸食之,蝇蚋姑嘬之。其颡有泚,睨而不视。夫泚也,非为人泚”(《孟子·滕文公》),对死者尚且如此,何况对活人?这几个人皆有恻隐之心的例子,都是当下面对某个对象所产生的。因此,仁的方法是“推”——从当下面对者推到异时异地的他人,对方即使不在当下面前,也可通过想象使其出现在当下面前。现时性(当下)也是存在主义的主题,此主题也是在关系上展开的。弗兰克说,我们不是问生命的一般意义为何,而是问一个人存在的某一时刻的特殊的生命意义为何。正如下棋,根本没有所谓世界上最好的一步棋,而要看弈局中某一特殊局势,以及对手人格形态而定(弗兰克,1991,第114页),这是从人与天(情境)的关系上说现时。布伯说,现时并非指我们观念中眼下呈现的“已逝”时间的终点、时光流程里凝固的一瞬,它是真实活泼、沛然充溢的现在。仅在当下、相遇、关系出现之际,现时方才存在;仅当“你”成为当下时,现时方会显现。又说,本真的存在伫立在现时中,对象的存在蜷缩在过去里。

如何做一个真正的人?作为独一无二的个人,其价值、使命、责任何在?如何活在当下、不虚度生命?这些问题都属于价值层面的“存在问题”,虽然不直接关乎生存,却是作为不同于动物、具有自主意识的人都要追问的。对这些人生根本问题之回避,是各种心理疾患直接或间接的根源。在面对意义感缺失、心灵空虚的时候,有相当比例的人会选择通过大量的无需消耗精力的刺激来麻痹自己内心。自20世纪五六十年代人本心理学兴起,越来越多心理学家将注意力从以病人为主的心理治疗转移到如何让更多心理处于相对健康状态的人去追求更好的生活,一些新兴学派也应运而生。弗

^①如《中庸》所说:“修其祖庙,陈其宗器,设其裳衣,荐其时食……事死如事生,事亡如事存”。

兰克认为,“存在虚空”来源于生存意义的缺失,弗兰克的“意义治疗”的目标即协助病人找到他生命中的意义,去完成生命中应该承担的责任。积极心理学同样认为幸福的人生,应当有一个完整而有意义的目标使我们为之奋斗,并能在奋斗的过程中获得绵延不断的心流体验。

同样,这些问题也是儒家经常讨论的问题。而儒家关系学说却从另外一个视角去审视“存在虚空”问题,从问题产生的根源出发,并非让我们在已有的生活上去建构或者实现什么新的目标 and 价值,而是让我们重新审视自己的真实位置。在与他人或他物的关系中,要将彼此置于平等的位置而非利用与被利用的关系,在行使自己意愿的同时也要考虑对方的意愿;在与天命的关系中,要意识到人并非完全屈服于命运,而是在与命运沟通,我们在聆听到命运交予的旨意后,要承担起自己生命的责任,这样才可以实现自己的价值;而这一切关系的前提就是要将关系置于“当下”。既然儒家与存在主义治疗在讨论天与人、人与人的关系时都涉及到这几个主题,就说明这些主题是关系所内在固有的。只要深入探讨关系问题,就避免不了这些主题。关系是一个特殊的领域,既不属于内在的心理领域,也不属于外在的物理领域,而是处于人与人或人与天“之间”的第三种领域。科学一向只研究前两个领域,而第三个领域因为具有现时性,所以无法被纳入到科学的因果律之中。以儒家为主流的中国传统学术,一向以关系为重心的,所以缺乏一种“因果性思维”,科学也因此未能充分发展起来。但科学方面之短,正说明关系方面之长。但由于文化之衰退,传统之失落,这些长项或被人淡忘或已走失原样。要重新发挥此长项,就要正本清源,对创始期的儒学重新诠释。

参考文献:

- 段玉裁,1981:《说文解字注》,上海:上海古籍出版社。
- [美]弗兰克·戴维·卡德勒,1991:《活出意义来》,北京:生活·读书·新知三联书店。
- [美]罗洛·梅,2010:《自由与命运》,北京:中国人民大学出版社。
- [德]马丁·布伯,2002:《我与你》,北京:生活·读书·新知三联书店。
- [法]米兰·昆德拉,2003:《不能承受的生命之轻》,上海:上海译文出版社。
- 唐君毅,1962:《先秦中国的天命》,《东西方哲学》(第2卷)。
- [瑞士]荣格,1987:《现代灵魂的自我拯救》,北京:工人出版社。
- Emmy van Deurzen,2012:《存在主义世界的幸福》,北京:中国轻工业出版社。

(责任编辑:蒋永华)

Confucian Theory of Relationship and Therapy of Existential Vacuum: Viewed from the Perspective of Chinese Culture

ZHOU Yi-qi, LI Ying

Abstract: The existential vacuum refers to a mental problem faced by people who have difficulty in recognizing the meaning and value of life. It is important to find the cause for and the solution to this problem. We argue that this problem is caused by the degeneration of the various relationships involving man. Employing theories of Confucianism and Existentialism, we examined the relationships between man and man, man and destiny, man and occasion. This examination of the nature of relationships is intended to inspire us to think about the meaning and value of life.

Key words: existential vacuum; relationship; Confucianism; Existentialism