羊皮卷全书

月光石卷

神奇的情感力量



〔美〕奥格·曼狄诺/推介

Og Mandino

〔美〕罗伊·加恩等著

海天出版社

羊皮卷全书

神奇的情感力量

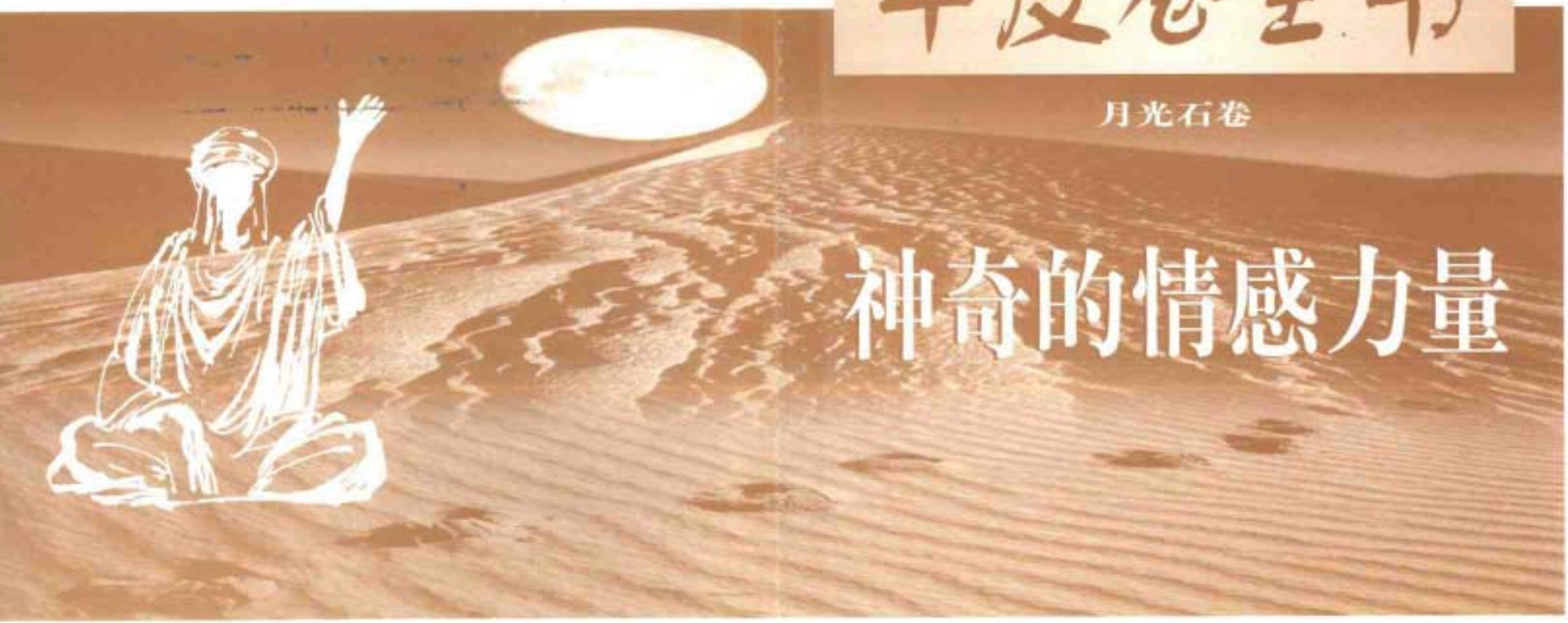
〔美〕奥格·曼狄诺　推介

海天出版社

Shengi De Qinggan Liliang

羊皮卷全书

月光石卷



神奇的情感力量

[美] 奥格·曼狄诺/推介

Og Mandino

海天出版社

图书在版编目（CIP）数据

神奇的情感力量/（美）加恩等著；陈大鹏等译. －深圳：海天出版社，1999.6
（羊皮卷全书/陈大鹏主编）
ISBN 7－80654－014－8

Ⅰ.神… Ⅱ.①加… ②陈… Ⅲ.情感－美国－普及读物
Ⅳ.B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字（1999）第 21013 号

海天出版社出版发行
（深圳市彩田南路海天大厦 518026）
http://www.htph.com
策划编辑：张 曼 责任编辑：陈邢准
封面设计：李法明 责任技编：王 颖

海天电子图书开发公司排版制作
深圳希望印刷有限公司印刷 海天出版社发行
1999 年 6 月第 1 版 2001 年 7 月第 7 次印刷
开本：850mm×1168mm 1/32 印张：15.25
字数：350 千 印数：32001—40000 册
定价：23.00 元

海天版图书版权所有，侵权必究。
海天版图书凡有印装质量问题，请随时向承印厂调换。

目　录

神奇的情感力量　　罗伊·加恩

引子 …… (4)
名医的儿子 …… (5)
美芙达妮丝 …… (8)
灾祸降临 …… (11)
逃离亚历山大里亚 …… (19)
落难 …… (21)
荒原奇遇 …… (24)
强盗 …… (27)
罗马战俘 …… (31)
牧羊人 …… (34)
部落战争 …… (39)
圣女沙兰 …… (43)
迁往耶路撒冷 …… (47)
十字架 …… (51)
被救赎 …… (55)
回埃及 …… (59)
曙光 …… (67)

信仰的力量　　路易士·宾斯托克

光耀心宇 …… (74)
灵魂黑洞 …… (78)
追求无羁 …… (82)
黑暗之时 …… (87)
生命决定 …… (92)
空中来风 …… (96)
婚姻价值 …… (100)
抓住我的手，望前看 …… (106)
我心如水 …… (110)
凡心勿忧 …… (114)
美丽无界 …… (119)
从此永恒 …… (124)

爱的能力　　艾伦·弗罗姆

第一章　爱的本质 …… (132)
第二章　爱的起源 …… (150)
第三章　多维的爱 …… (165)
第四章　性与爱 …… (181)
第五章　性表达出的爱 …… (198)
第六章　基本的爱：自爱 …… (214)
第七章　爱与地位 …… (232)
第八章　缺乏爱的能力 …… (250)
第九章　神经质的爱：源泉 …… (273)
第十章　神经质的爱：它的日常表现 …… (289)
第十一章　爱与孤独 …… (308)

序　言

羊皮卷的故事

两千年前，在今天阿拉伯地区的沙漠地带，有一个赶骆驼的男孩，名叫海菲。他最急切的愿望就是要改变他地位低下的生活，因为，他爱上了一位美丽的姑娘，而姑娘的父亲却富有而势利……

他的恳求获得了他的老板——大名鼎鼎的皮货商人柏萨罗的恩准。为了验证他的潜力，柏萨罗派他到一个名叫伯利恒的小镇去卖一件袍子。然而，他却失败了，因为出于一时的怜悯，他把袍子送给了客栈附近山洞里一个需要取暖的新出生的婴儿。

海菲满是羞愧地回到皮货商那里，但有一颗明星却一直跟随着在他头顶上方闪烁。柏萨罗将这种现象解释为上帝的启示，于是，他给了男孩十道羊皮卷，那里面记载着震烁古今的商业大秘密，有实现男孩所有抱负所必需的智慧。

海菲怀揣着这十道羊皮卷，带着老板给他的一笔本金，离开了驼群，走向远方，正式开始了他独立谋生的推销生涯。

若干年后，这个男孩成为了一名富有的商人，并娶回了自己心爱的姑娘。他的成就在继续扩大，不久，一座浩大的商业王国在古阿拉伯半岛崛起……

熟悉以上这段文字的人都明白，这是一部奇书的故事梗概，它的名字叫《世界上最伟大的推销员》。作者奥格·曼狄诺，美国人，一位杰出的企业家、作家和演说家。

每一个时代都会产生它的“有力量的文学”，这种文学作品所蕴含的力量如此之大，甚至能够改变读者的生活命运。《世界上最伟大的推销员》，就是这样的作品，它那如诗歌般美妙的文字，闪烁着人类思想精华色泽的内涵，注定要影响无数人的生活。

能够写出如此震撼人心、精妙绝伦的著作，作者一定是受到了上帝的启示。

奥格·曼狄诺，1924 年出生于美国东部的一个平民家庭，在 28 岁以前，他是幸运的，读完了学校，有了工作，并娶了妻子。但是后来，面对人世间的种种诱惑，由于自己的愚昧无知和盲目冲动，他犯了一系列不可饶恕的错误，最终失去了自己一切宝贵的东西——家庭、房子和工作，几乎赤贫如洗。于是，他如盲人瞎马般，开始到处流浪，寻找自己、寻找赖以度日的种种答案。

两年后，在一次到教堂做弥撒的时候，他认识了一位受人尊敬的牧师。也许是由于他苍白的脸庞和忧郁的眼神，牧师同他展开了交谈，并解答了他提出的许多困扰人生的问题。临走的时候，牧师送给了他一部圣经；此外，还有一份书单，上面列着十一本书的书名。

它们是——

《最伟大的力量》

《钻石宝地》
《思考的人》
《向你挑战》
《本杰明·富兰克林自传》
《获取成功的精神因素》
《思考致富》
《从失败到成功的销售经验》
《神奇的情感力量》
《爱的能力》
《信仰的力量》

从这一天开始，奥格·曼狄诺便天天到图书馆去，依照牧师开列的书单，他把十一本书一一找来细细地阅读，渐渐，笼罩在心头那一片浓重的阴云褪去了，似一抹阳光照射进来，他激动万分，心潮澎湃，终于看到了希望。

“我现在就付诸行动”！

曼狄诺合上书本，从桌旁站起，眼睛中又重新闪烁出自信的光彩。

“今天，我将爬出满是失败创伤的老茧，用爱来面对世界，重新开始新的生活”。

人是自然界最伟大的奇迹，--旦曼狄诺意识到自己的潜力，便焕发出前所未有的生活热情和勇气。遵循书中智者的教诲，他就像一位整装待发的水手手中持有了航海图，瞄准了目标，随时扬帆起程，越过汹涌的大海，抵达梦中的彼岸。

在以后的日子里，曼狄诺当过卖报人、公司推销员、业务经理……在这条他所选择的道路上，充满了机遇，也满含着辛酸，但他已不可战胜，因为，他掌握了人生的准则，上帝就在他的身

旁。当遇到困难，甚至失败时，他都用书中的语言激励自己：坚持不懈，直至成功！就这样，一分一秒，一砖一瓦，他紧紧扼住生命的咽喉，控制着自己的情绪，用微笑来迎接每一天升起的朝阳，最大限度地实现自己的价值。终于，在35岁生日那一天，他创办了自己的企业——《成功无止境》杂志社，从此步入了富足、健康、快乐的乐园。

奥格·曼狄诺的成功为他带来了巨大的荣誉，共有六百多个广播和电视节目向他发出了邀请，他成为了美国家喻户晓的商界英雄。

就如所有伟大谦虚的人一样，曼狄诺没有就此止步，他是一名虔诚的基督徒，生命尚有一息，就要发出一分光与热，他开始著书立说。他也要像写出那十一本书的作者一样给世人们带去福音。

1968年，也就是曼狄诺在44岁时，他写出了《世界上最伟大的推销员》，这是一部伟大的作品，它凝结了作者一生的心血，该书一经问世，即以二十二种语言在世界各个国家出版，不仅仅是推销员，还包括社会各个阶层人士，都被这部作品充满魅力的风格深深吸引，人们争相阅读，截至1998年，该书在全球总销量达到18 000 000册。

凡读过此书，并对作者有所了解的人，都不难看出，海菲其实就是曼狄诺本人的化身，而牧师赠给他的十二本书，则是那十道充满神秘色彩的羊皮卷。你会很长时间忘不了本书的第18章……海菲已是一位富有而成功的老人，是世界上最伟大的推销员，他最终将这十道羊皮卷传给了一个特别的人。而在第41章，也就是本书的最后一章，作者也给了读者一份书单，这个书单上列着十二本自我帮助的书，它们是……唉！不用讲了，你已

明白。

如今，我们将这十一本书(不含圣经)合成三本一套出版，即蓝宝石卷(代表希望)、红宝石卷(代表财富)、月光石卷(代表幸福)。相信读者一定会非常欢迎，因为你们早就想知道这些书里到度藏有什么大智慧，能够将一个曾经在失败中绝望的人改变过来，并最终成为人类中多年难得一见的精英。

愿它们也能帮助你。

出版人语

1999 年 4 月 1 日

神奇的情感力量

原著 〔美〕罗伊·加恩
陈大鹏 编译整理

关于本书

正由于那种“神奇的情感力量”，作者饱含激情地写下了本书。

该书讲述的是新约时代一个关于爱的故事：年轻单纯的医士米德邂逅相遇了一名美丽的女子美芙达妮丝，并热烈疯狂地爱上了她。为了获得美芙达妮丝的爱，他不惜倾家荡产，背弃亲朋。随后，可怕的厄运开始紧紧追随上他。几经灾难，几经死亡，几经周折。最后，他终于获得了爱，并拥有了一种神奇的情感力量。但此时的爱，已全然不是先前的内容。

作品在广阔的历史背景下展开，情节曲折，充满传奇色彩。展现了爱的高尚、恨的悲惨、善的美好、恶的丑陋。读者一定能够从阅读中真切地感受到该作品所要表达的思想内涵和深刻寓意。

引　子

两千年前世纪之初的一个冬日的夜晚，大地一片黑暗，野兽在嗥鸣，暴政统治下的人民在困苦中被寒冷和饥饿包围着瑟瑟发抖。这时，在地中海东岸上空，出现了一颗明亮的星星，它缓缓地向东南方向划行，最后，停留在一个名叫伯利恒的小镇上方，将一道亮光照射向山坡上的一座石屋。不久，一个婴儿诞生的啼哭声从石屋中响亮地传出，撕破寂寥的夜空，惊醒了睡梦中的人们。所有的人都睁大了眼睛，带着新奇和诧异，翘首以望，静静地听着……

传说中，这个婴儿是上帝的亲子，他带着爱来到人间，是为了拯救灾难深重的人类。

名医的儿子

埃及亚历山大里亚城的中午，街市一片喧闹，连成一片的房舍下是移动的人群。来自罗马帝国统治下不同区域的各种肤色的人们，有的服饰华贵，有的衣衫褴褛，在这个著名的城市里从事着名目繁多的大大小小的商业活动。乞丐、流浪汉、盗贼四处游动着，在盛放着各种商品的眼花缭乱的摊位前踟蹰着、觊觎着。叫卖声、乞讨声、斥骂声此起彼伏，热闹非凡。一辆辆罗马军方的马车满载着征集来的粮草在武装士兵的押运下驱赶着躲躲闪闪的行人驶向不远处桅杆林立的码头，也许，新的一场征服远方异族的战争又要开始了。

米德是这座城市中一位著名医士拿撒的儿子，他已年满18。这些天是他最快活自由的日子，在技艺高超、仁慈而又严厉的父亲教导下，他终于学成出师，也成为了一名医士。他身着一袭白袍，肩挎一只皮药箱，清纯的脸庞充满着热情的朝气，迎着来来往往的人们，天天穿行在亚历山大里亚城的街街巷巷，寻找着求医的人们，开始自己独立为生、自谋出路的生涯。

遗憾的是，也许是由于年轻，或是陌生，人们都不愿相信他，一个月过去了，他竟然没有诊治过一个病人。虽然他非常自信自己的医术，但仍不免在脸上显露出沮丧来。

然而这时，一个机会来到了。

一辆无人驾驭的、受惊的马车嘶叫着在街道上疯狂地急奔，所到之处人们惊叫着，四处逃窜。忽然，一声惨叫，一个浑身肮脏的流浪汉被马车撞翻在地，飞转的车轮辗过他的双腿。马车过后，人们围拢过来，只见这个流浪汉在地上翻滚着，嚎叫着，抽搐着。米德此时正在路旁，出于本能，而且冥冥之中也得到了一种启示，一个健步冲上前去，抱起流浪汉，将他搁放在路旁的一面石桌上。他打开药箱，取出手术刀，冲着众人大声宣布：

"我叫米德，是名医拿撒的儿子，我希望您们为我作证，在我的治疗下，这位可怜的人一月后将康复如初，照样行走在这条大街上！"

一个月后，受伤的流浪汉果真又蹦又跳行走在这条曾给他带来厄运的大街上，并且逢人便夸奖年轻医士的好心肠和精湛的医术，米德因此在城中名声大噪。前来求治的伤者、病人络绎不绝，他渐渐有了地位，开始富有起来。

克拉特是罗马总督府的一名侍卫官。一次为总督治病，米德与这位同龄的英武的军人相识，并交上了朋友。克拉特生性豪爽、勇敢并毫不遮掩自己的一切奢好和欲望，使得性情温和、举止文弱腼腆的米德很愿意与他在一起。他们经常驾着军车，手执长矛，呼叫着在荒野上追逐狮群；夜晚在舞榭歌台上尽情狂欢畅饮。所有这些，都使米德欣喜若狂，流连忘返。

一天傍晚，俩人又一同来到城中一家有名的妓院。这里，大理石砌成的大厅被装饰得金碧辉煌，玉石雕琢的裸体美人沐浴在喷泉中，各种鲜花竞相怒放，释放着阵阵沁人的清香。更引人注目的是这座妓院中裹着各式轻纱的一个个美女，展露着她们朦胧诱人的躯体，或立、或卧，脸上带着迷人的微笑，一派悠闲地向宾客们送去阵阵眼波。

到这里来寻欢作乐的，都是些富有或有权势的人：阿拉伯商人、罗马军官以及遥远的东方国度里大大小小的王子们。

克拉特一到这里，便疏忽了自己带来的新朋友，介绍了一番后，就走上前去，非常老练地与他看中的女郎拉上了手，然后拥着其中的两名说笑着进入里间。

米德站立在大厅中，感到从未有过的窘迫。他既紧张又好奇，于是便沿着大厅的边沿慢慢走动，有几位女郎向他投以微笑，他竟不敢正视她们的容貌，低下头急忙拐向别处。当他再次抬起头来时，啊，他看到了怎样一幅奇妙的景象啊！

美芙达妮丝

隔着一层透明的轻纱帷幔，有一位如天仙般美丽的女郎斜倚在一张天鹅绒面的长沙发椅上，两旁侍立着恭顺的女仆，有一阿拉伯贵族男子跪在地上，手里捧着几枚金币，如丧家之犬般正向那位美人摇尾乞怜。女郎的神态安详而又矜持，气质如女王般雍容高贵，只见她不屑地轻轻摆了摆手，便立刻冲过来两名膀阔腰圆的男仆将那位已失态的可怜男人从她的脚旁拖走。

米德怔在那里，一动不动，完全被那位女郎的风韵摄住。不知从哪里涌出了一股勇敢的激情，他竟走上前去用手撩开了那张帷幔。女郎扭转过头，看到了他。啊，多么美的一个女人啊！精细的发式，白皙的皮肤，丰满的身体，那双眼睛是湛蓝的，如晨雾中一潭秋水，朦朦胧胧的，但又饱含着摄人心魄的万般风情。清纯的米德也同样吸引了女郎，她从长沙发椅上坐起，然后款款走到米德面前，并且离得是那样近。令人馋涎欲滴的轻轻抿住的精致的嘴唇，高耸的半裸的乳房，柔软的腰肢，一切都从那一袭华丽的轻纱下透露出来，就如希腊神话传说中的海伦，又如埃及艳后克里奥巴特拉再世。米德感受到一股强烈而又诱人的女人气息，他的魂灵完全被女性独有的美震撼了，那可人的温暖的躯体如一团热烈的火，围拢了过来，似乎要把他熔化了。

“可敬的来宾，请问尊姓大名，您从哪里来？”女郎声音甜美

而又柔和，将米德从梦幻中唤醒。

“哦，我叫米德，是城中一名医士。”

女郎伸出一只玉臂，轻轻挽住了米德，牵引着他一同走到天鹅绒面的沙发旁。“请坐吧，米德，你的模样清纯而又可爱，非常高兴认识你，如不介意，我们多交谈一会，可以吗？”

米德高兴地点点头，大胆而又热情地注视着女郎。寥寥数语，他就感到自己与面前这位美人如此投缘，心灵的闸门刹那间敞开，似有千言万语如江水般要急速地冲出。

女仆听从女郎的示意，将厚厚的帷幔拉下，与室外大厅完全隔绝，屋里空间似乎变小了，但却另有一种温馨的氛围。

米德热烈而又激动地向女郎讲述了自己的家世，自己从医后曲折丰富的经历。女郎认真而又会心地听着，双眸中满含着欣赏和柔情。

“我叫美芙达妮丝。”女郎开始讲述自己的经历，不知为什么，她的表情黯淡而伤感，双眸中闪动着晶莹的泪花，“我原是希腊雅典城中一个贵族世家的女儿，两年前，在一次到神庙进香的途中，我被海盗掳去，被卖为奴，辗转便到了这里。我宁可死也不愿去接待那些充满淫欲的来客，始终维护着自己的贞操。好在这里的老板体谅我的身世，没有过分地难为我，答应只要我交纳一笔可观的赎金，就可归我自由。昨天，我曾做过这样一个梦，有一只洁白无瑕的圣鸟载着我在空中飞翔，我猜测这只圣鸟就是我的梦中情人，不久他就会降临在我的身边，帮我脱离苦海。”

“哦，亲爱的，”米德紧紧抓住美芙达妮丝的手，眼中燃烧着热情的火焰，激动得竟一时说不出话来。

美芙达妮丝用另一只手轻轻拂过米德的面颊，神情又恢复到原先的模样，她注视着面前纯情的男子，就像仰望那空中飞来

的圣鸟。

“美芙达妮丝，您也正是我心目中渴盼已久的女人。”米德终于开口说了话，嗓音中满含着柔情。他已认定，面前的这位女子就是冥冥中要寻找的并将相伴终生的人。女性的柔弱激起了男性的刚毅，他要担当起这份责任来，赴汤蹈火也在所不惜，一定要将自己心爱的女人从苦海中解救出来。

时间在流逝，屋里的柔情蜜意浓郁地散发着，一直到了很晚、很晚。

轻轻吻过美芙达妮丝伸出的玉手，米德从妓院中走出的时候，已是满夜星空。也许克拉特找不到他早已离去了。这时，街区上一个人也没有，但米德却不感到空旷寂寥，相反，心中充溢着爱情的甜美。多么美妙而迷人的夜晚啊！他觉得自己已是世界上最幸福的男人了。

灾祸降临

第二天，米德医治完了最后一个病人，便匆匆赶回住处，装扮一新后，拿着一条重重的口袋，就走出了家门。半个时辰过后，他又来到了那家妓院。女仆通报过后，他被迎进了一间装饰华贵的居室，只见墙壁上镶嵌着珍贵的宝石，在柔和的灯光映照下熠熠生辉，地板上铺着有精美图案的波斯地毯，硕大的棕榈枝叶静卧在古铜色的花盆中，一张呈椭圆形的奇大无比的豪华床榻在东方丝绸做成的垂帘下时隐时现。女仆告诉米德，女主人正在沐浴，请他稍候，便退出去了，屋中仅剩下他一个人。

米德慢慢踱着步子，感受着屋中的一切，他觉得自己的身体有一种麻酥酥的异样的感觉，每一个毛孔都在努力地张开，心头的血在急速地涌动，头脑中不断闪现着各种使人羞惭而又激动万分的幻觉。

“亲爱的，我的小白鸟，您来了。”美芙达妮丝从浴室中走出，眼前的情景使米德惊呆了，只见美人比装扮时更加清新可爱，一条丝巾紧紧裹住她丰满诱人的躯体，一头浓密的褐发如瀑布般垂落在肩头，皮肤光亮、双臂圆润，深深的乳沟衬托得胸脯更为饱满，一双玉腿颀长而又浑圆，即便是海中的女妖也变幻不出如此绝妙的风情。

米德感到自己体内涌动的血流几乎要喷发出来，来时想好

要说的话全忘了，他已完全被面前女人的魅力所俘获，即便前方是万丈深渊，他也无法再控制住自己，只要获得她，就是粉身碎骨，为之献身也在所不惜。

“啊，亲爱的，您太美了，我真的非常非常地爱您！”米德口中喃喃地说着，情不自禁地张开双臂，要去拥抱美芙达妮丝。

美芙达妮丝顺手从一张大理石桌上取过一只香莓，塞进米德口中，冲他莞尔一笑，然后将他轻轻推坐在一张沙发椅上。“亲爱的，还需要喝些水吗？您一定是有些口渴了！”女主人矜持而又不失温存地说道，果真将一只大高脚杯递给满含着激情的小伙子。

米德稍稍平静了一些，并为刚才自己的冲动感到了一丝惭愧。他似乎记起了什么，急忙将带来的那条重重的口袋递给了自己心爱的女人。

“美芙达妮丝，这是3000枚金币，是我几年来从医的全部积蓄，我想是能将你赎出的，我真心爱着你并等待着你，让神佑护我们早一天生活在一起吧！”

美芙达妮丝脸上的表情似乎没有太大的变化，这使得米德疑惑不解。他一动不动注视着对方，希望找出其中的答案。

“亲爱的，你的真情使我感动，但这些钱币相对于那笔可观的赎金，是微不足道的。有太多的达官贵人用比这更多的钱币想购买我的躯体，但都遭到了失败。我耐心等待着，知道自己终有一天会被一位富有而又真心爱着我的人赎出。米德，您正是我等待已久的人，我相信您有这样的力量。”

米德怔住了，半晌没有反应过来。然而，柔美的女人，满含深情的期待又很快平复了男人失落的心情，米德鼓了鼓勇气，狠狠握了握女人柔软温润的玉手，便坚定地起身告辞。他要尽快走出去，去获取更多更大的财富。

从这一天开始，年轻的医士在行事上有了极大的改变，他不再无偿为穷人治病，为富人医治收费也提高了许多，城中的人们开始怨骂他，认为他已不再有善良的品德，心肠自私而又狭隘。米德心中隐藏着这桩巨大的秘密，无法向众人解释，他似乎已被一股不可抗拒的魔力所控制，不顾一切地疯狂地去聚敛财富。可怕的灾难开始向他逼进。

尽管米德整日拼命地工作，并省吃俭用，但一个月过去后，好像还没有赚进足够的钱财，他筋疲力尽，完全失去了以往洒脱悠然的风度，变得猥琐和忐忑不安。他开始反省自己的付出是否值得，但很快，他就又为自己这种不纯洁的念头感到愤怒和惭愧。美芙达妮丝那诱人的身影、满含柔情的眼睛晃动在眼前，一次又一次鼓起了他的斗志，支撑着他继续行走在大街小巷，不停歇地去寻找那些需要求医的人们。

不久，怀揣着几百枚金币，以及大大小小的珍器玉石，米德再次走进了那家妓院。美芙达妮丝依然充满柔情地在居室中接待了他。光彩照人的女主人如一团温暖的春风，尽管仍保持着一定的距离，但还是拂去了年轻医士身上的许多疲惫。他又兴致盎然，信誓旦旦了，只是心爱的人儿总是婉转地拒绝他的亲近使他有些伤感。内心深处涌动着的那股原始的激情和欲望如火山一般被压抑着，在体内熊熊燃烧，他已无法再保持冷静。

米德在城中的处境越来越不妙了，人们已风传他经常进出妓院的事，无论是否有病，人们都开始回避他，并在他的背后指指点点。几天过去了，米德竟未医治过一个病人，这对年轻的医士是一个可怕的打击，他内心深处产生了一阵阵恐惧，感到要大祸降临了。

他需要向人诉说，以获得一种安慰，去支撑自己生存下去，于是，他又想起了美芙达妮丝。

走进那家熟悉的妓院，女仆见到他后，未经通报就领他进了那间居室。女主人起身迎接了他，但看到他两手空空，脸上便显露出不快的表情，这使得米德心中涌起一种不祥的感觉。但他还是开始了诉说。然而，美芙达妮丝脸上的表情却越来越不耐烦。由于得不到所期望的回应，米德自己也觉得说出的话有气无力，于是陷入极度的沮丧当中，最后不得不停止下来。

“名医拿撒的儿子，富有而又年轻有为的医士，”这下轮到美芙达妮丝开始诉说了，“你口口声声称深深地爱着我，要将我从苦海的深渊中解救出来，但却没有拿出你的全部，使出所有的力量，这使我非常的伤心和失望。我现在已开始怀疑自己苦苦期盼的那只载着我飞向自由的洁白无瑕的圣鸟是不是你。现在看来，你不过是花言巧语，仅仅带给我虚幻的一道影子。”

米德张大了嘴巴，但却说不出话来，委屈和自责如两条鞭子抽打着他那已被刺伤的心灵。他想声辩，但却又无从说起，他知道如今已别无选择，只有继续努力地付出。如果因此获得了为之倾慕的自己心目中的绝代佳人，所有失去的一切都将得到补偿，否则，他将真正的一无所有。于是，他从脖颈上取下一串名贵的珍珠项链，又打开皮药箱，取出父亲传给他的那一套精制昂贵的手术器械，木然地递给了他想获取的女人。

美芙达妮丝脸上又显现出女性特有的妩媚和温柔，她破例地拥抱了一下僵硬地站立在地上的米德，诱人的嘴唇贴近他的脸庞，又说出了一句即使已经丧失思维能力的人都不得不为之震惊的话：“亲爱的，据我所知，你的家中还存有你即将从你年老的父亲那里继承的房契和墓契，难道你不愿为了解救我而将它们拿出吗？”

米德已完全形同枯木，情欲的无限膨胀已使他丧失了全部的思维和是非曲直的判断，他现在仅存有一个念头，就是要获得那个拿走他灵魂的女人。

如在梦中一样，米德摇摇晃晃，穿过几个街区来到父母的家中。正巧老人不在，他便打开房门，进到里间，用斧子砸开了一只深锁的大箱，从中取出他想要的东西。用一张破布包好后，他又拐进街区，向那家妓院走去。

“米德，哪里去?”一个浑厚的声音将米德唤住，他面无表情，眼光浑浊呆滞地回过头来，只见是他的好友，侍卫官克拉特骑在一匹白马上向他走来。米德不发一言，只等克拉特翻身下马。

“嗨，我的大医士，最近怎么老是找不到你的鬼影子，你在忙些什么?”克拉特有力的胳膊拽住米德，还像以前那样热情而有感召力。“快，跟我走，总督大人屁股上长了一个大肿瘤，正盼望着你去给他行‘割礼’呢?”

“对不起，克拉特，我已不能再为你们的总督服务了。”米德目光呆滞，慢吞吞地说着。

“为什么，你怎么了?”

这时克拉特已注意到这位曾经风采宜人的医士的变化，便迫不及待地追问下去。米德心中憋闷着诸多的心事，今天遇到多日未见的好友，便再也隐藏不住心中的秘密了。

“克拉特，我有幸，啊不，不幸爱上了一个女人!”

于是，米德便将一个多月以前俩人一同到那家妓院之后发生的一切原原本本吐了出来。

克拉特听着，目瞪口呆，待米德讲完后，他大声惊呼起来：“唉! 我的又呆又傻的朋友啊，你上了大当了，那个自称名为美芙达妮丝的是一个狡诈、贪婪而又极尽诱惑的妇人。她就是那

家妓院的老板，与许多权贵，包括总督大人都有密切的交往，她并非如你想象得那般圣洁，只须大大方方花上100枚金币就可与她同床共寝。她蒙蔽的只有你这种不谙世事的傻男。”

“你胡说！”米德急红了眼，如一条受伤的狼大声吼叫起来，因为克拉特的话刺到了他的疼处。

侍卫官像看一种怪物一样注视着咆哮着的医士，等到他稍稍平静一些后，便语气沉重有力地说道：“可怜的米德，你已魔鬼缠身，没有事实为证，无论我怎样诉说真情，你也不会相信。我对你的沉沦也负有责任。这样吧，你可装扮成我的仆人，随我一同前往那家妓院，看我如何拆穿那个女人的一派谎言。”

当夜色又重新笼罩住庞大的城市后，米德头披着白色围巾，随着克拉特又走进那家熟悉的妓院。

穿过大厅，克拉特径直走进那轻纱帷幔后的里间，只见美芙达妮丝依然雍容娇媚地倚卧在睡榻之上，一派悠闲舒适。克拉特极有风度地行过见面礼后，微笑着说出了一串轻佻调逗而又不失身份的话，然后掏出一只沉甸甸的钱袋递给了美人。美芙达妮丝似乎也显得兴致盎然，起身要迎候侍卫官。但强悍的罗马人已急不可待，一把扯去美人身上裹着的轻纱，丰满白皙如魔女般诱人的躯体便一丝不挂地展露出来。克拉特扑上前去，与那躯体便抱成一团。

“啊——”痴迷地装扮成仆人的医士再也无法看下去，他像一头猛兽受到重击般蹦跳着冲进帷幔。他丧失了一切理智，抽出了同伴搁在一旁的宝剑，咆哮着将剑锋刺进了正寻欢作乐的侍卫官肩内。克拉特惨叫一声，松开了身下的女人，跳到了一旁，只见鲜血从他身上涌出，因疼痛而扭曲的面孔气急败坏地从口中抛出一串咒骂的语言。美芙达妮丝也起身站立，慌乱地捡

起地上的衣纱，遮掩住身子，在女仆的簇拥下扭动着腰肢急急进了里间。

“你自作自受去吧！”受伤的侍卫官一把夺过伤害他的朋友手中的利剑，狠狠瞪了一眼，便捂住伤口急急地离去了。

米德的精神世界已完全崩溃，他瘫跪在地上，双手向上高举，似乎在乞求上天的怜悯。

不一会儿，美芙达妮丝在仆人的陪伴下，从里间走出，她已装扮一新，脸上又重新显露出高贵和矜持的神情，瘫在一旁的老相识在她眼中似乎并不存在，好像刚才什么都未发生过。

米德瞅见了她，依然顽固地不愿相信面前的这位自己曾经热烈爱慕过的如此纯净美丽的女人会是邪恶的人，刚才的一幕不过是跋扈的侍卫官的恶作剧。他依旧抱着一丝可悲的幻想，起身又走到女主人面前：“亲爱的，您受惊了，刚才发生的一切对您来讲是迫不得已的，是吗？”

美芙达妮丝没有回答他的问话，而是面无表情地问他：“尊敬的医士，您如此这般，到底想得到什么？”

“为了得到您完整的爱！”米德神情固执地说道，然后将怀揣的那卷房契和墓契取出，递给他期待获得的女人。

美芙达妮丝毫不迟疑将礼物接住，交给她身后的女仆，冲他神情怪异地笑了一声，突然沉下脸来，厉声叫道：“好了，不要再继续下去了，让我来结束你的苦难吧！”

两个彪悍的打手冲上前扭住了米德的双臂，拽住他就往外拖，第一次来到这家妓院时见到的那一幕又重现了。埃及医士的遭遇与那位可怜的阿拉伯男子的命运如出一辙。米德一下从绝望的轰击中清醒过来，内心中蹿出一股如烈焰般恶毒的仇恨，他要杀了那个使他倾家荡产的邪恶的女人，也不知从哪里获得了一股力量，他猛力挣脱了那两名扭住他胳膊的膀大腰圆的打

手的桎梏，像一头雄狮般冲过去撞翻了已走到喷池旁的妖艳的妓院老板，然后狠力地掐住她细嫩的脖颈，将那颗原本美丽绝伦而今却丑恶至极的头颅掠进了池水中，任凭她死命地挣扎。突然间，“咚”的一声，米德脑后遭到重重一击，他眼前一黑，世间的一切刹那间都消失了。

逃离亚历山大里亚

巨大的炸雷声将米德从昏迷中震醒过来，他发现自己浑身污浊地横趴在离那家妓院不远处的一条阴沟里。此时天正下着暴雨，狂风夹杂着雨水就像无数甩动着的长长的皮鞭，劈头盖脸无情地抽打在落难者的躯体上，一串又一串不时滚过的惊雷猛烈地撕扯开黑沉沉的天幕，好像张开的巨兽的大口要吞没世间的一切。

米德挣扎着从地上爬起，头晕目眩，就像正经历着一场噩梦。脑后的疼痛使他想起了刚刚发生的一切，他回过头望了一眼那家黑森森如墓茔似的妓院，悲愤之情又溢满全胸，脸上的肌肉因寒冷和仇恨而扭曲变形。拖着沉重的身躯，任凭雨水的抽打，他就如一头行尸走肉般踉踉跄跄地向街区走去。

就在这时，从对面急冲冲跑过一个人，原来是米德曾救过的那个流浪汉，他惊恐万状地一把抓住医士的手臂，大声呼叫起来："医士，快跑吧，你的父亲回到家中看到撬开的衣柜，听到城中人们的议论，一口气没喘过来已经死了。你的族人从各处赶来，扬言要用石头砸死你，灾难已经降临，尊敬的可怜人，快离开亚历山大里亚吧。"

"啊！"米德绝望地大叫一声，一下瘫坐在地上，捶胸顿足、声嘶力竭地悲号起来。

“快逃吧，再不走就来不及了！”那流浪汉不由分说拽起了已疯了似的米德，米德挣扎着不愿离开，伸着头要往一根石柱上撞去。流浪汉抱住了他，大声喊道：“医士，镇定些，你也要替你的老母想想。”这一句话似乎起了作用，米德停止了挣扎，任凭流浪汉推着拉着，深一脚浅一脚地向海边码头赶去。

一艘货船正停靠在码头，几块桥板还未撤去，甲板上空无一人，想必是暴风雨将水手们赶回了船舱。流浪汉拉扯着米德跳进船头，将他塞进一处堆放着杂物的角落里。暴雨如天塌了似的仍在倾泻着，狂风裹挟着巨浪冲击着船身，天地黑成一片，猛烈地摇动着，犹如世界末日的来临。

落　难

一阵乱哄哄的声音将蜷缩成一团正昏睡着的米德吵醒，他睁开双眼，透过杂物的缝隙看到了蔚蓝色的天空。他艰难地坐起身来，用手拨开一堆旧缆绳，看到十几个水手光着膀子，七倒八歪地坐在甲板上纵情地饮酒作乐，污言秽语不绝于耳。这时，一根啃剩的羊骨头抛了过来，米德这时才感觉到腹中空空，饥饿如魔鬼的利齿啃噬着他的神经。他狠劲地咽下去一口口水，大着胆子探出身体，小心翼翼地去抓那只诱人的羊骨头。

一只大脚踩住了偷渡客哆哆嗦嗦的手，一声尖利的呼哨后，偷渡客被恶狼般冲过来的水手像捉小鸡似的从杂物堆中拖出来，然后重重地摔在船中央的甲板上。

一个船长模样的人走过来，站立着，用鹰一样的眼睛一动不动地注视着他，似乎一旦瞅准了，马上就会扑过来，将捕获到手的猎物撕得粉碎。米德急切地开始了自己的辩白，说自己是亚历山大里亚城中的一名医士，因遭到恶人的陷害而不得不背井离乡。这引起了众人的一阵哄笑。此时的医士蓬头垢面，原本代表自己身份的那一袭还算华贵的白袍此时已污秽破烂不堪，早已辨认不出原来的模样，自然没有人相信他的一派“乱言”。

这时，一个年纪大一些的水手走到“船长”面前，低声说道：“头，看此人神情慌乱，目光飘忽不定，心中一定有鬼，说不准是

海盗派出的奸细，要来图谋我们船上的财物。”“船长”吃了一惊，似乎被提醒了，马上冲水手们喊道：“快，快把这个家伙给我扔进海里去！”

恐惧猛地攫住了米德，求生的本能促使他死命地抗争起来，但在强悍的水手桎梏中，一切努力都注定无济于事，只觉得身子一轻，在空中划了一条弧线，就落入波涛汹涌的大海。

米德挣扎着从海水中露出头来时，只看到了那条船的背影，并且很快就在视野中消失了。四周完全成了一片海水的世界。这时一排巨大的海浪涌起像山一般从天上滚压下来，吞没了他。犹如落入万丈深渊，急速地坠向死亡的大门，可怜的逃难者已朦朦胧胧地看到阴间里那氤氲的雾气向他迎面扑来。恐怖、紧张、无奈充填全胸，一度窒息了思维，他浑身发软，手脚乱舞，任凭死神拖着向那未知的世界滑去。

“不，我不想死！”一股委屈的情绪涌了上来，尘世中的一切一幕幕在眼前晃过，是那样的明媚光彩，令人留恋。求生的欲望在死亡的威胁下猛地迸发出来，是那样的强烈，并迅速传播至全身。米德两手奋力下划，双腿猛蹬，头部一下蹿出了海面，又看到了蓝色的天空。几排海浪劈头盖脸地再次打来，他瞅准时机猛地向上跳跃，躲了过去，终于喘过来一口气。

这时，隐约间他发现在远远海平线有一溜黑黝黝的影子，像是海岸，这在他心中燃起希望的火苗。那条船一定是沿着海岸在航行的。他迅速调整好了方向，在波浪的推击下，奋力向前游去。

他终于看到了陆地，那黑黝黝一动不动静静横卧着的绝不是虚幻的景象。米德屏住呼吸加紧了游动的速度，他已确信自己即将得救了。但就在这时，他的双脚被一种柔软然而却结实的东西缠住，他拼命去蹬，想挣脱开来，但却被缠得越来越紧了，

此时，波涛冲击着海岸，退落下来时发出可怕的巨大声响，击起的白色浪花跳跃着向前飞溅，犹如万条鲨鱼奔来。“莫不是海怪?”米德被吓得魂不附体，筋疲力尽的他再也无法承受新的打击，被那不知名的怪物拖着向海水深处坠去。

“神啊，饶恕我这个罪人吧，让我获救吧，哪怕上了岸，让我承受世间一切苦难!”他绝望地仰天长号。

奇迹突然出现，当他的头颅即将没入海水中时，他的脚触着了坚实的沙地。“啊，我终于获救了。”

米德兴奋地大喊一声，他潜入水中，用力撕扯掉缠在脚上的东西，原来是一堆打鱼人废弃的旧鱼网，然后，拼出最后一点力气，爬上了岸。俯卧在大地之上，犹如投入母亲的怀抱，他百感交集，不禁号啕大哭起来。

荒原奇遇

当烈焰般的日头稍稍偏西时，米德再也按捺不住饥渴的折磨，从蜷缩的地方走出来，继续开始了跋涉，并希望能找到些食物和水。他已记不太清楚上岸有多久了，那骇人的海水以及不久前发生的惨事都已变成了似乎很遥远的记忆。他庆幸自己经历如此之大的灾难还能活下来，死亡的体验使他忍受了目前的一切。他不知道自己的目的地在哪里，只是拼命地往陆地深处走去，似乎只有这样，才能逃离罪恶。

荒原被沙石覆盖着，一望无际，几乎看不到树木和人烟。米德如孤魂野鬼般艰难跋涉着，衣衫褴褛，蓬头垢面，眼窝因饥饿而深陷，嘴唇因口渴而干裂，皮肤在烈日的炙烤下如针扎似地疼痛。途中遇到一个牧羊人，他得到了一些施舍，并从牧羊人口中，他知道自己已来到地中海东岸的撒玛利亚，这里是犹太人的居住地。

终于，远方隐隐约约出现了一片房舍的影子，米德睁大了双眼，犹如浪迹天涯的游子望见了久别的家园，他加快了脚步，踉跄着奔向那里。

原来，这是一个小小的集镇，一条弯曲的土路，两旁坐落着参差不齐的房屋，一些商贩在这里摆摊设点，以供应往来不断的商队。

米德气喘嘘嘘地走在街道上，睛睛紧紧盯着摊位上那一排排食物和水果，恨不得马上将它们送入口中。商贩们似乎已发现他的企图，远远地都开始鄙夷地驱赶他，就如驱赶一条丧家之犬。

饥饿更加强烈地发作起来，米德感到头昏眼花，天旋地转，他几乎要支撑不住了。这时，一堆水果又映入他的眼帘，他再也控制不了自己，扑上前去抓住一个就死命地向口中塞去。但很快，他就被冲过来的商贩打翻在地，刚吃了一口的水果也被抢去。他蜷缩着，脸部因痛苦而扭曲变形，绝望使他无力抬头，两串污浊的眼泪喷涌而出，浑身因抽泣而剧烈地抖动着。

这时，一只大手搁在他的肩头，他感受到那只大手很有力，很温暖，带着一种久违了的亲情。于是，他慢慢抬起了头，透过蒙眬的泪眼，他看到了一张圣洁的脸庞，就如阳光驱走了乌云，米德眼前很快明朗起来。只见那人身材高大，气宇轩昂，面色虽然年轻却透着成熟，一双眼睛纯净而又慈祥，有着一种神奇的光彩。他将米德从地上慢慢扶起，然后递过去一把食物。米德感激地望了他一眼，便急不可待地大口嚼了起来。四周围的人们都悄无声息默默地看着，殴打米德的商贩此时也羞愧地低下了头颅。

“朋友，您的身世一定非常悲惨，因为您的眼中满含着冤恨，请接受我主耶和华的赐福吧，跟随这里的商队到圣城耶路撒冷去，途中会有艰难，但坚持着走吧，只要到了那里，你的罪就会被救赎，你就会成为一个新人。”

“你是谁？”

“现在还不能告诉你，我们会在耶路撒冷见面的，到时你会知道一切。”

那人简短地说了几句话之后，便脱去自己身上的一件紫色

斗篷，披在了米德身上，还给了他几枚金币，然后就迅速离去了。

米德怔怔地望着那人的背影，心中淌过一股股暖流，似乎在心灵深处获得了一种奇妙的力量，他不再感觉到疲惫和悲苦了。

强　盗

第二天清晨，米德很顺利地加入到一支开往耶路撒冷的犹太人商队中。全仰仗昨日那位圣人相助，他用那几枚金币从商贩手中购买了一套衣服，并对自己进行了一番彻底的清洗，焕然一新后，再披上圣人相赠的那件紫色斗篷，邋遢的流浪汉又成为了文雅的亚历山大里亚医士，尽管脸色很苍白，但风度依然，看上去是一个有身份的人。

骑在骆驼上，米德一言不发，但眼睛却不时地向前张望。这时，天气很晴朗，尽管太阳还未出来，但远方的景色却看得一清二楚，他心中有一个希望：那就是赶往一块新的土地，忘却过去，开始一种新生活。

商队默默地行走在平坦却荒凉的古道上，只有骆驼脖颈上的铃铛声有节奏地响着。太阳升起来了，又渐渐地偏西，无数的树木和小山丘移到了身后。照这样走下去，不消几天，耶路撒冷就到了，一切罪孽和苦难都将在这个人们所传言的圣城中化解。

商队进入到一片很大很深的洼地后天色开始转黑，面色疲倦的老板喝令就地宿营。很快，帐篷被搭了起来，几堆篝火也被点燃，所有的人都围坐下来，开始了野炊。

酒足饭饱之后，劳碌奔走了一天的人们，除了商队的卫士外，都钻进了帐篷，米德不愿与众人挤在一处，向总管要了一张

毯子，便在一棵大树下裹紧身子躺了下来。

夜色已深，天气变得有些湿冷，薄薄的雾气围绕着帐篷和树木飘荡，显得有些阴森可怖。米德睁大着眼睛，久久难以入眠，自逃离亚历山大里亚后，他就很害怕黑夜，在这茫茫的黑夜中总有噩梦产生，一个个丑恶的魔鬼，龇着牙咧着嘴向他扑来。

迷迷糊糊地，米德进入了梦乡，他梦见自己从睡卧的这大树下站立起来，在帐篷间转来转去，然后向一处山坡上走去，但满地泥泞，他怎么费力也难以挪动脚步。突然，身后响起一片惨叫声，还有火光闪动，米德大叫一声，从惊吓中醒来，眼前正发生的一切并非梦境，只见帐篷全着了火，有许多人手中舞着刀，向四处奔逃的人凶狠地砍杀。

"强盗，强盗打劫了！"米德马上意识到发生了什么事，他心中一片恐慌，一骨碌爬起来拔脚就向洼地高处爬去，四肢因过于紧张而僵硬万分，最后终于爬上去了。但眼前的一切使他绝望至极，只见在洼地外围还站着一排杀气腾腾围着白色头巾的土匪，有几个已狞笑着舞着刀扑过来了。米德眼前一黑，知道自己这下性命难保了。

但奇怪的是，过了好一会，也未见刀落下来，米德心中满怀着恐怖慢慢将眼睛睁开，他看见那几个已扑到跟前的强盗面部肌肉紧绷，眼中透露出恐惧和沮丧的神情。这时，一个首领模样的强盗快步走上前来，看到米德后似乎也吃了一惊，彼此相对站立了好一会，强盗们才在首领的命令下冲过来将米德的眼睛蒙住，然后押走。

米德被强盗绑在马背上摇摇晃晃地走着，他心中已不再恐惧，但却满腹狐疑，他不明白为什么强盗不敢杀他，莫不是自己有神灵保护？这样胡思乱猜着，不久他就被拉下了马背，他知道一定是到了强盗的巢穴了。

当蒙着眼睛的黑布被扯下后，米德看到这里是一座洞窟，很大很深，无数火把点燃着，四处堆满了抢来的财物，除了他一人外，其余的全是强盗，他知道同行的那些犹太人已全部遇难了。

这时，那个强盗首领走到米德面前，用敬畏的语气问道："你是谁？是那位圣者吗？"

"我不是什么圣者，我原是埃及亚历山大里亚城的一名医士。"

"那你身着的这件紫色斗篷是从哪里来的？"

"是一位不知名的慈爱的人赠我的，他给我食物，指引我前去耶路撒冷。"米德镇定地回答着，不知为什么心中充满着勇气。

强盗首领目光闪烁不定，在原地走来走去，显得很烦躁，最后站定，语气冷冷地、一字一顿地说："医士；那你留在这里吧，我们也需要神的佑护。"

米德从此在强盗队伍中落了户，被迫跟随着他们杀人劫货，救治伤者。日子一天一天过去了，又到了第二年的夏季，已记不清目睹了多少人间惨剧，米德心中充满了痛苦和焦虑。他几次试图逃跑，但都因强盗们的严密监管和自己内心的恐惧而放弃。一天，他又想起了第一次碰到这帮强盗时的情景，他们不敢杀他的谜至今还未解开，于是，他便想尽了一切办法使一个向他请求治伤的小强盗开了口，小强盗叙说的一切使他震撼不已。

原来，在那次洼地遇险前不久，强盗们曾在这条路上截获过几个人，其中一位就身披着如今穿在米德身上的那件紫色斗篷。当一个强盗举刀要挥砍时，突然从天上射下来一道强烈的亮光，那个强盗立刻双目失明，被击倒在地。奇怪的是，那位穿紫色斗篷的人没有怪罪他，而是将他扶起，说了一些赐福的话。当这几个人离去后，那个失明的强盗眼睛又恢复了正常。不久，他便从

队伍中消失了，据说是去跟随那位穿紫色斗篷的圣人了。

米德用手抚摸着自己身上的这件斗篷，感慨万分，他确信自己遇到的那位圣者是一个神，如果真的能够在耶路撒冷再次遇到并追随上他，自己的一生就能够得到救赎。

米德瞅准一次机会逃跑了，但很快又被快马追上来的强盗抓了回来。首领不敢杀他，但却暴跳如雷。他冲着米德喊道："医士，你要明白，我们是一群无家可归的人，我们也敬畏 神，但却无法按神的指引去生活，罗马人抢占了我们的家园，犹太人用计骗走了我们的牛羊，我们只有采取暴力。只有暴力我们才能使他们敬畏，才能生存，这就是我们的处事准则。明日将有一支庞大的罗马商队从这里经过，我们已做好了袭击他们的准备，你必须留下来，战事一开，死伤难料，就由你代神向我们赐福吧！"

米德怔怔地听着，头脑中一片空白。

第二天，强盗们倾巢出动，共计有一百多人。果然，在埋伏的地点，罗马商队出现了。那闪烁着金光的财宝似乎马上就要到手了，然而，一切却都与强盗们的愿望相悖。

当首领一声令下，众强盗挥舞着砍刀扑向商队时，从蒙蔽着的货车上跳出的是全副武装的罗马士兵，与此同时，更多的罗马士兵从四面涌来，令人发悸的号角声接连不断，强盗们中了罗马军方的计，在劫难逃了。

罗马战俘

俘虏们被铁链拴着连成一串，被罗马士兵押着，向地中海沿岸挺进，米德也身处其中。在蛮横的士兵面前，他根本找不到申辩的机会。刚刚发生的战事，那血淋淋的场面还历历在目，首领和他的几名手下因负隅顽抗最后被活活钉死在沿途的十字架上，从那鲜血淋漓扭动抽搐的躯体上发出的撕心裂肺的惨叫声似乎还幽幽地飘荡在空中。

庞大的罗马战船停靠在岸边，俘虏们一个接一个地被驱赶上去，最后全部被关进底舱。舱中光线阴暗，挤满了从各地押来的犯人，绝望和恐怖的叫喊声不时从某个角落响起，犹如落进了地狱。

战船摇摇晃晃地开始启动，不知驶往何方。米德紧紧抓住披在身上的紫色斗篷，心中满怀着恐惧，他不知道等待着他的未来是怎样的，能否再次劫后余生？

时间缓慢地移动着，就像在炼狱中煎熬，舱内的气温在夏日的烘烤下越来越高，酷闷异常，不时有犯人倒下，哭叫声、咒骂声、呻吟声，最后全都无声无息了，就如死亡般沉寂。

不知在海上航行了多少天，头顶上方的舱门突然打开，一道微弱的光线射入，犯人们被喝令爬出准备上岸。

米德实际上是被拖出来的，他的身体近乎虚脱，迷迷糊糊地

被人架着上了岸，过了好久才完全睁开了眼睛。

这里已是意大利。

宏伟的罗马城，神殿、凯旋门、大会堂、柱廊、拱门、大剧院巍巍矗立着，处处显示着帝国的强盛和繁荣。一座新的庞大壮观的竞技场正在建筑之中，成千上万的奴隶、俘虏和犯人手脚戴着镣铐，在役吏的鞭挞下，昼夜不息地运送着石块、铁条。不断有劳累过度的人倒下，然后被无情地拖走。米德的手脚已被磨破，悲惨的境遇使他对生命采取了一种听之任之的态度，但有许多次快支撑不住时，冥冥中似乎总有一个声音在耳边响起："坚持住，只要不倒下，就有希望！"于是他又有了些力量。他已将那件斗篷从身上取下，束在了腰间，这是他的护身衣，只要它还存在，就有神灵佑护，生命就不会离去。

竞技场在一层层地增高，三年过去了，终于修建完成。无数的苦役死掉了，幸存者将作何处置呢？

盛大的落成庆典拉开了序幕，米德与数千名奴隶、战俘、囚犯被凶暴的罗马士兵驱赶着进入大竞技场内，只见空地上散落着各式各样的兵器，看台上坐满了兴高采烈的罗马贵族男女。这情景使得囚犯们一个个张皇失措。米德心中涌出一股不祥的预感。

突然，底层圆形的拱门被打开，冲出成群的野兽，有大象、老虎、狮子、野狼、野驴、野马、河马、疯牛等。一时间，吼声乍起，奴隶、战俘、囚犯慌乱间赶紧捡起地上的各种兵器，求生的本能迫使他们挤成一团，与冲过来的野兽展开了殊死搏斗。凶性大发的野兽，张着血盆大口，伸着利爪，横冲直撞。立刻，鲜血如一朵朵盛开的鲜花四处飞溅着，滚滚尘沙飞扬着，向天际飘散。兽与

兽在嘶咬，人与兽在搏斗，怒哮声、惨叫声以及看台上沸腾的罗马人发出的歇斯底里的喝彩声响彻云霄，组成了一幅壮观惨烈的有声画面。

米德手中握着一杆长矛，抵挡着，四处躲避，从野兽和人身上喷射出的鲜血已将他染成了血人。生命在这里已如此脆弱，瞬间就可以转化为死亡，他坚持着，不想倒下去。但是，可怕的时刻终于来了，一只凶猛的野狼从侧面扑过来！尖利的牙齿穿进了他左边的面孔。米德感到自己体内所有的血都向这个方向涌去，眼前火红一片，灵魂如一只小鸟恋恋不舍地向空中飞去。

牧 羊 人

如在空中飞翔，呼呼作响的风刷刷地从耳旁刮过，一阵强烈的疼痛，将米德从昏迷中唤醒，他只能勉强地睁开一只糊满血汁的眼睛，看到了昏暗的天空。他奇怪为什么另一只眼睁不开，用手一摸，竟是血肉一团，“啊”地一声，他惊坐起来，悲痛地疯狂大叫。他的左眼已被野狼咬瞎了。这里是罗马城的郊外，一条深沟中，丢满了还未掩埋的残肢断臂的死人和还淌着血的兽类。米德挣扎着从沟底爬出，生的庆幸和死的恐惧使他神经错乱，野兽的利齿似乎在他体内注入了一股残忍的毒素，他趴伏在大地之上，冷笑着嚎叫，景况极为恐怖。

这时，有几个人骑在马上在远处移动，米德拼足了力气向那个方面奔去，一点点靠近。骑在马上的人都惊恐地勒住了缰绳，充满疑虑地紧张地盯着奔跑过来的这个满身血污的人。米德冲到最近的一匹马跟前，双手紧紧握住了缰绳，用仅剩的一只眼恶狠狠地盯着坐在马上的人，大声喊道：“快把我带走吧，我要活！”骑在马上的人躲避着，用颤抖的声音问道：“你是谁？”“我是没有被罗马人和野兽杀死的人！”米德将缰绳拽得更紧了，就如长在手上面一般，骑马人根本无法抽回。这时，从旁边骑马过来一位头缠黑头巾的长者，他思忖了片刻，满脸的忧虑，最后对旁边的人说：“将他捎上吧。”

这一行人是小亚细亚一支游牧部落的代表，那位长者就是酋长，他们奉当地罗马总督的命令，被迫向首都罗马城供奉几百头牛羊，此时他们正在返回的途中。

十几天后，米德跟随他们来到小亚细亚幼发拉底河源头的草原上，按照当地的土方，他的脸伤得到了医治，但却留下了可怕的疤痕。历次的劫难，磨去了心灵上的最后一丝脆弱，他变得顽强、残忍和寡言。穿上了部落人的衣袍，他被分配看管一群羊，在一次放牧的途中，他用木棍打死了三只来犯的野狼，这一行为得到了部落人们的崇敬，大家视他为勇士，不少女人还向他投去敬慕的目光。

这一天，他又赶着羊群来到一座小山后的草滩上。当羊儿低头在静静地吃草时，他策马奔向了山顶，极目远眺：一望无际的原野，白色的云朵在蓝色的天空下飘浮着，轻风徐徐吹来，一片宁静和安详。他从马背上取出那件沾有血汁的斗篷，心中一片怅然，他不明白为什么上天如此不公，将原本清纯的他一次又一次推入灾难和死亡的深渊，罪恶紧紧缠绕着他，不知何时才能离去。难道一生就这样逆来顺受委曲求全吗？此时天这样晴，阳光如此明媚，这样的好时光还能持续多久？会不会又有新的灾祸来临？米德将头贴在斗篷上，似乎在寻求神灵的保护。

“米——德——”山下传来一个女人的声音。米德将头抬起，睁开仅剩的那只右眼，看到一个姑娘正骑马奔来。迎风飘动的红袍一闪一闪，在空旷绿色的原野上如一朵鲜活的红花。“是黑香！”米德孤寂的心田中急速地淌过一阵暖流，但很快，他就控制住自己，依然一言不发，铁青着脸没有站起迎接。

黑香是酋长的女儿，还是个少女，但在这块肥美的草原养育下，已发育得非常成熟，身材苗条而又结实，处处显露着女性特

有的气息，尤其是在那张晒得又黑又红的脸庞上，长有一双灵秀的眼睛，热烈而又大胆，就如草原清晨的阳光。

自从米德遭遇了美芙达妮丝充满邪恶的迷惑后，在内心深处，他就对女人产生了极深的偏见和恐惧。在那样柔美的外表下，包裹着怎样一颗贪婪、冷酷、无义的心，这道伤痕烙得太深了！以至于当他再次遇到温情脉脉的女人，灵魂就颤栗不止，他早已丧失了爱的能力。他惟有封闭自己，对女人一概采取冷漠和超然的态度，才能使自己免受伤害。

“米德，你走时还没吃东西吧，我给你送来了。”黑香此时已来到跟前，翻身下马，有些羞涩地坐在了米德旁边。

“黑香，你为什么对我这样好？”米德淡淡地问道，眼睛盯着远方，动也不动。

“我也不知道。”姑娘轻轻地回答，可以感觉到她的脸庞出现了红晕。

米德此时心中一片混乱，实际上，他早已注意到这个鲜嫩得像野花一般的姑娘，只是心中的那一片阴影以及由身体残疾引致的自卑感使他执拗地回避那许多次投来的热情的目光。然而，历经磨难孤苦伶仃的他，内心深处却有着一种希冀得到抚慰的强烈愿望，那由冰墙组成的情感防线在如春天阳光一般柔和的少女感召下，已不可阻挡地在慢慢消融，眼看着就要坍塌了。

“米德，你快吃点吧！”姑娘单纯而又柔和的声音再次响起。米德禁不住地扭过头，他看到在这空旷而寂寥的原野中一个活灵活现的生命，那纯净柔情的双眸，鲜嫩的红红的嘴唇，微微起伏的胸脯。猛然，他心灵深处最脆弱的那一部分被击中，血霎时沸腾起来，眼睛中燃烧起情欲的火焰。一种奇怪的夹杂着复仇和宣泄的心理膨胀着，如炸雷一般地爆发了。他一把打飞姑娘手中递过来的食物，像狼一般地向那如羔羊般柔嫩的躯体扑去。

姑娘吓坏了，大声惊叫并挣扎起来，但很快，就转为有气无力的喘息和呻吟。

不久，由酋长主持，米德和黑香在整个部落彻夜的狂欢中举行了婚礼，无数只火把将黑夜照得一片通红，心情复杂的新郎、幸福甜美的新娘在这热烈的气氛中也被激发起来，频频向前来恭贺的来宾和神像鞠躬，月亮的银光以及星星的闪烁此时都黯然失色，似乎要把所有的光彩让给这一对新人。

岁月如静静的幼发拉底河，一天天一夜夜淌过，八年过去了，部落的牛羊更多了，米德也全然不是昔日虚弱的受难者了，他成长得肩宽体壮。虽然脸上的疤痕还在，但却并不显得丑陋，反而在他的气质中平添了一分冷峻和威仪，使人望而生畏。如今，他已是部落的一名重要头领，如同"王子"般受到部落男女老幼的敬仰。

这一天，米德率领部落的一批年轻人放牧归来，向自己家的帐篷走去。黑香带着一对儿女早已在门口迎候。娇妻爱子使他如沐春风，心中得到一种莫大的慰藉。漫长的岁月已磨蚀了他的记忆，昔日所遭受的苦难如草原上恶劣的旋风早已飘散到远方，到耶路撒冷求赎的心理也已淡漠；平静的游牧生活使他安详，他希望着一生平平安安，家族兴旺，不要再发生新的灾祸。

正当一家人高高兴兴地就餐时，突然，部落的一名卫士闯了进来，他告诉米德，罗马总督派人来了，正在酋长那里。米德怔了一下，心中出现了一丝不安。

当米德快步走进酋长的帐篷中时，只见一名罗马军官在几名士兵的护卫下正大声说着什么，酋长脸色一片黯然。经了解才知道，阿尔卑斯山以北的高卢地区发生了大规模的暴动，罗马

帝国正调兵遣将，征集粮草，准备武力镇压。为此，罗马皇帝下令，小亚细亚所有被征服的部落都必须无条件地为这场战争服务，最大限度地抽调人员、牛羊和粮草开往高卢，不得有误。

罗马人走后，酋长帐篷中的头领们都紧皱眉头，一言不发。多少年来，在强权压制下，部落每年都向罗马帝国供奉大批的牛羊和粮草，已经不堪重负。此次战事一开，部落倾巢而动，必将元气大伤，走向没落。

帐篷里弥漫着一股悲观不祥的气氛，静静地，显得异常沉重。米德一言不发，思考着对策，突然，脑子中出现了一个大胆而有创见的想法，他"噌"地站起身，将这个想法全盘托出：

"到中亚细亚去，那里地广人稀，天高皇帝远，与其坐以待毙，不如冒险去找到一片新天地。再不想办法脱离罗马人的统治，我们迟早会被这个暴政整垮。"

帐篷中响起了一片叫喊声，所有在场的人都受到强烈的震撼，有拍手叫好的，也有张皇失措的，还有些老者，匍匐在地亲吻着这世世代代生养不息的土地，号啕大哭，就是没有人表示强烈的反对。在生存和死亡之间，迁徙成为一条不得不走的路。半夜时分，决定完成了。

第二天傍晚，当夜幕徐徐落下时，庞大的部落全部上了马背和牛车，在黑暗的掩护下，像一条蠕动着的巨龙向着东北方向挺进，悠扬悲怆的民歌像空中的风鸟一般在古老的草原上飘荡着。

部落战争

七天以后，部落越过亚美尼亚，来到高加索山脉南麓、里海西岸。这里气候适宜，草木旺盛，南部有一条河流经过。更重要的是，高大的山脉阻挡住了北方寒流的侵袭，是难得的一片牧区。

部落在此安营扎寨，老人脸上露出欣慰的笑容，孩子们在帐篷间的草地上追逐玩耍，一派喜庆气氛。

第三天，米德带领一支由精壮的年轻人组成的队伍，告别酋长和部落，沿里海西岸，向北继续探察，期望获取更大的领地。

数日过去了，北部荒芜的草地以及不断刮起的狂风消泯了探险者的雄心，米德带领队伍开始返回。

当距离部落驻扎地不到一天的路程时，突然，从前方急急奔过来一匹快马，米德策马赶紧迎上去，原来是部落里的人，然而，眼前的情景却使他大吃一惊，只见他肩膀上还淌着鲜血，脸色因紧张和失血过多而呈惨白色，身体僵硬、眼睛发直，口刚张了两下，就一头栽地死了。

米德意识到部落遭受外族袭击了，他大吼一声，率领人马发了疯似的往回赶去。

终于到达了，眼前的情景惨不忍睹，只见部落驻地一片狼藉，血污块块，许多帐篷被烧毁，幸存的族人们正在悲恸地哀悼

死去的亲人。米德紧张地看着，心一下提到了嗓子眼，他呆呆站立着，浑身一阵阵出着虚汗，大脑因受到强烈的刺激而呈一片空白。突然，他扔掉手中的马鞭，拔脚朝自己家的帐篷奔去。幸好，帐篷还在，但却空无一人，他又转身冲出来，抓住门外站立着的人，大声喊道："黑香呢？我的孩子呢？"一个老婆婆哭哭泣泣地走上前来说道："你快到酋长那里去看看吧。"这一下提醒了慌乱中的米德，他急急向酋长的大帐奔去。

大帐前横躺着几十具已准备入殓的部落人的尸体，米德一眼就看到了黑香，那微微开启着的嘴唇此时已一片惨白，似乎在等待着准备向亲人诉说什么。米德拨开外围站立着的族人，慢慢地走过去伏下身子，他的眼睛发直，过分的悲痛已使他全身麻木僵硬。他伸出颤抖的双手将浑身已冰凉的妻子紧紧搂在怀中。他环视着周围，看到了死去的酋长，还有其他熟悉的男人、妇女和孩子。灵魂剧烈地颤栗起来，如大山般沉重的痛苦压迫着他的神经，放下黑香，他匍匐在死尸之间，如同在黑暗的阴间爬行，他的精神世界就如被魔鬼的利爪撕扯着，在空中零乱地飞舞着，已不可避免地开始粉碎崩溃了。

突然，他低头咬住了自己的手指，将淋漓的鲜血涂沫到脸上，然后举手向天，发出一声如野狼般可怕的嗥叫声，整个草原都恐怖地摇撼起来。

袭击部落的是河流以南的阿尔萨克族人，当他们得知有一支部落迁徙而来并在肥沃的高加索山脉南麓定居，便派出一队人马前来驱逐，叫嚣说侵占了他们的领地。当酋长严辞拒绝之后，双方便动了手，阿尔萨克人纵马践踏烧杀，在遭到部落人的奋力抵抗下才被迫离去，并扬言还将再次发起攻击。

米德满心的悲痛此时已化为刻骨的仇恨，旧日心灵上的疤痕此时全被揭开，那一幕幕血淋淋的场面变幻着，使得他紧紧咬

住了牙关。在这个残酷的满是血腥的世界上，只有更为残酷才能生存。复仇的火焰在体内燃烧，一股渴望杀戮的欲望膨胀着，使得他那仅剩的一只眼睛血红血红。

整个部落都沉浸在一种充满激愤的氛围中，人们点起火把，磨刀霍霍，围着死去的人狂呼乱舞，举行着一场最原始恐怖的仪式。米德已被推举为部落新的酋长。他将自己那两个已失去母亲的年幼的孩子托付给族人，准备拼死给仇敌一击，取回他们的头颅来祭奠死去的亲人。

火光映照着一张张杀气腾腾的脸，部落几乎所有的男人手中都持有武器。只见米德翻身跃上马背，用刀向空中一挥，大喊一声"复仇"！黑压压的人马便如草原冬日的风暴向着南部黑黝黝的异族部落凶猛地扑去。

两个部落之间的战争爆发了。阿尔萨克族人没有料到对方会杀过来这么多的人，一时惊慌失措，匆忙抵抗。马匹的嘶叫声、武器的碰撞声、人的喊杀声以及被击中后所发出的各种各样的惨叫声，在这块原本宁静的草原上喧嚣着，搅得天翻地覆。

米德率人左右砍杀，阿尔萨克部落的帐篷已在眼前，他纵马撞翻前来阻挡的最后一个敌人，大吼一声，冲了进去。

帐篷中的人们早已四处逃散，他寻觅着，借着火光，他发现，前方不远处有一群人在蠕动，就如野兽嗅到牛羊的气息，他急不可待地杀了过去。

那一群人是些老人、妇女和孩子，看到有人追来，纷纷惊呼着趴到地上。米德已杀红了眼，压抑多年的所有仇恨在这一天全面爆发出来，他已变成了一头毫无人性的野兽，挥动着大刀，犹如张开了血盆大口，向着那些软弱的如小动物般的妇孺老幼砍去。

然而就在这时，如黑幕一般的天空突然射下一道耀眼的如

雷电般的亮光，他被重重地击中，胯下的战马前蹄跳起，长长地嘶鸣一声，便站着不动了。

米德手中的刀已不翼而飞。他看到，在眼前，迎风站立着一位女子，她的脸如天上的月亮般皎洁明净，一双美丽的眼睛满含着忧郁，最使米德震惊不已的，她的身上也披着一件紫色的斗篷，即便在昏黑的天空下也清晰可辨。米德怔怔地看着，被一股莫名的强大的力量所控制，他努力地张了张嘴巴，想喊一声，但却发不出声音，并且仅剩的那只右眼慢慢地黯淡下来，不久就什么也看不见了。

圣女沙兰

米德是在手下的簇拥中撤回部落驻地的，回到酋长大帐内，他的眼睛才渐渐恢复了正常。

一战下来，双方部落又死伤了许多人，仇恨在得到宣泄之后又变幻为凄凉，几十名阿尔萨克族的男女俘虏，在拳打脚踢推推搡搡之下被押到祭坛旁，只等酋长一声令下，就开刀问斩，祭奠死难者的魂灵。阿尔萨克人的眼中闪烁着惊惧，他们的双臂都抱在胸前，似乎在向他们的神灵祈求着保护。

米德跪坐在帐内，双目紧闭，脸色惨白，显得极为虚弱，刚刚发生的一幕还在强烈地震撼着他，那耀眼的闪电，紫色的斗篷，莫不是神灵显现？他的头脑中又浮现出父母凄然的身影，黑香惨白的嘴唇，还有一双儿女可怜巴巴的眼光，一种罪孽感从心底深处涌出。他站起来，慢慢迈动脚步，走到一只大箱旁，从中取出那件深藏着的沾有血汁的紫色斗篷，紧紧地盯着，他似乎又看到那位圣人充满慈爱如阳光般的面容，以及那一位不知名的明净皎洁有着一双忧郁眼睛的女子。

正在这时，有人进来通告，对方部落派了一名女子，要求见酋长。

米德一下从冥想中惊醒，他几乎不用判断就已知道来的女子是谁。他挥手示意，叫把人带进来。

那熟悉的身影又出现了。此时天色已亮，一抹阳光照射进来，帐内的一切都变得很柔和。

依然是那身装束，紫色的斗篷下是淡绿色的裙袍，同样颜色的围巾紧紧包裹着那张明净柔和的脸庞。一绺秀发露出，上面沾着湿亮的露水，眼睛仍带着忧郁，但却有着一种超越凡俗的神采。

米德感觉到一种无法言明的神圣，尽管仍紧绷着脸，但语气中却不得不肃然起敬。

“您是阿尔萨克族人的使节吧，来到这里准备要对我说些什么？”

“不，我是犹太人，我信奉仁慈的上帝耶和华，是他指引我来到这里，劝说你放下屠刀。饶恕那些被你掳去的准备供祭奠的人们吧！”

“耶和华！”米德念叨着，记忆中在遥远的过去岁月曾听过这样一个名字。猛然，他想起了那位曾救过他的圣人，于是灵魂又摔进那风雨吹打着的荒原上，一股充满委屈和激动的情绪溢满全胸。

“屠刀，我何曾先举起过屠刀？原本我是那样的单纯，那样的善良，可却一再地被欺骗，被抛弃。一次我被殴打的时候，痛苦和饥渴使得我都快死了，有人扶起了我，还给我食物和衣物，我才活了下来。可如果当时他不要救我，我现在会更好些，平静的死亡远比满是血腥、地狱般的活着要好得多，我依然饥渴、依然寒冷、依然四处被人宰杀，在这样一个残酷野蛮的世界上怎么去做！我不残酷，不野蛮，不举起屠刀能够生存吗？难道只有死亡才是惟一的解脱？”

“仇恨已使你变成了石头，你如此憎恨野蛮和残暴，可你现在却变成了你想毁灭的东西。如果这样，这个世界将永不安宁、

永无希望、永远得不到救赎，人类将在互相残杀中毁灭掉。只有用爱才能融化一切，洗涤这污浊的土地、罪孽的灵魂以及仇恨的彼此。上帝已经派他的亲子来到这个世界，爱的种子正在四方播下，灾难深重的人类从此将得到拯救！难道你的眼睛永远处在黑暗之中，看不到这道光亮吗？”

女子的这一番话如神灵发出的声音深深地打动了米德。眼前犹如又闪现出那道令人敬畏的亮光，他的心如同遭受雷击从黑夜的沉睡中苏醒，渐渐地变亮。

“您叫什么名字？怎么会在阿尔萨克族部落？还有您身披着的这件紫色斗篷是从哪里得来的？”米德盯着眼前这位圣洁得如明月般女子，冥冥之中有种亲情，似乎很早就已熟识。

“我叫沙兰，我的家乡在巴勒斯坦，我的父亲是上帝之子耶稣的门徒，也是一位智者先知。这种斗篷每位门徒都有，它是耶稣基督的赠礼。两年前，我跟随他到小亚细亚传播上帝的信念，在一次部族冲突中失散，辗转间我流落到了这里，暂居在阿尔萨克族部落里。”

“耶稣基督！”米德又念叨起来这个名字，“请问，您见过他吗？他是怎样的模样？”米德迫不及待地又问起沙兰。

“很遗憾，我仅从我父亲那里听到过他的一些事情。三十年前，他诞生在伯利恒一个木匠的石屋中，他是爱的化身，专门帮助穷人、弱者和那些虽有罪但还未丧失良知的人。”

米德又将自己的那件紫色斗篷拿在了手上，心里猜测着：“这个名字叫耶稣基督的上帝之子莫不就是那位救我的圣人，他在耶路撒冷吗？”于是，一种前去救赎的心理又焕发出来。

“请问沙兰，您何时回巴勒斯坦？”

“暂时还不考虑，我打算把上帝的理念传播给这里的部落，阿尔萨克人还是很好客的。”

“好客?!”米德脸上又露出愤怒的神情。他走到门口,用手指着外面,大声说道:“他们杀了我们部落的老酋长,我的妻子,还有那么多的男人和女人,这就是他们的好客。”

沙兰觉察到是由于自己的言辞不慎,刺激了这位性格暴烈的酋长,她马上致歉,但下面的话却使米德大为震惊。

“酋长,你不要简单地认为阿尔萨克族人就是眼前的这一个部落,在他们的背后,还有一个帕提亚王国,实力强大足以与罗马帝国抗衡。你已重创了他们的族人,如果还滥杀无辜,势必掀起更大的仇恨,导致王国派出军队,使你们的部落遭受灭顶之灾。我如今所逗留的这个阿尔萨克部落,酋长是一位明智的长者,他已痛悔手下人引发的这场灾祸,如果你们放回他们的族人,他愿意与你们修好,将河北面的草地划归你们,双方互不侵犯,友好往来。”

米德沉默不语,在帐内走来走去,沙兰的话瓦解了他执拗的已背离人性的意志,现实的处境也迫使他不得不寻求和平。最后,他走近沙兰,说道:“你带着这些人回去吧,告诉他们的酋长,我同意他的提议。”

沙兰带着被她解救的阿尔萨克族人离去了,那飘逸的背影,就像一位天使,护卫着那几十名男女,向着河对岸他们的家园走去。

赶往耶路撒冷

阿尔萨克族酋长履行了他许下的诺言，将河水以北的草地划给了新迁徙来的部落，和平在经过一场血腥的战争和圣女沙兰的调停之后徐徐降临了。双方都获得了喘息。

利用这段极为珍贵的时光，米德将部落进行了一番布置，休养生息，加强训练，牢牢地在高加索山脉南麓扎住了脚。

草原又恢复了原有的安宁，风依然自由自在地飘舞荡漾着，太阳慢慢地升起，又徐徐地落下。远离故土的恐慌以及死亡带来的悲伤随着时间的推移在人们的心里一点一点得到化解，帐篷之间又有了一些欢声和生气。

然而，部落的人们却发现，他们的酋长常常一人坐在帐内或呆在某一个偏僻的地方，一副沉默寡言、低头沉思的样子。岁月的风风雨雨，在他的身上落下一片苍桑，脸色显得很憔悴，又透露出一种超越凡俗的高洁。

这一天，米德又来到一处缓坡上，远处有一群羊在蠕动着吃草，几个牧童在追逐打闹，他眼睛直直地盯着，思想却在另一个世界里翱翔。

人活着到底为了什么？如此短促的一生，为了满足衣食、情欲、权势等各种各样的欲望，无休无止地进行着争夺、拼杀，如同草原上的狼虫虎豹。即便占有了又怎么样？最后，还不一样走

向死亡。这样的世界充满了苦难，存在到底有什么意义？可是，即便罪孽缠身，灾难深重，人为什么宁肯苟延残喘，默默忍受，而不愿一死了之呢？难道冥冥之中还有一个天堂存在？灵魂到了那里，会得到幸福、荣光和永生？

米德坐着，感觉到身体很沉、很累，便顺势躺倒在草地上，天上有一片云在飘动，高高的，很轻盈。看着看着，一切都模模糊糊起来，他渐渐进入了梦乡。

梦中那一片云还在飘，向着远方。忽然，那云变成了一个清丽的女子，一身淡绿的衣裙，紫色的斗篷随风扬起，那忧郁而又灵动的眼神，如一道光亮，穿透了梦者的心田，他灵犀一动，也飘浮起来，飞翔着追赶上去，当快要接近时，那女子突然隐去了，一团荣光弥漫开来，其中站立着一位圣人，正安详而又充满慈爱地迎候着他。他眼睛一亮，认出了这位圣人，可正当他张口想喊时，天却摇动起来。

“爸爸……爸爸！”米德一下从睡梦中惊醒，原来是他的一对儿女正像小羊羔似的趴伏在他身上，使劲摇动着他。他坐起身子，没有讲话，只是充满慈爱地将孩子搂抱在怀中，好像搂住了自己的生命。

正在这时，有一名卫士急急跑来，来到面前，匍匐在地，报告说，帕提亚王国派使臣到了。米德听着，一动不动，似乎一切早在预料之中。

回到酋长大帐内，使臣宣读了国王的旨令：允许该部落居留此地，但条件是，每年必须供奉 500 条羊、300 头牛，以及大量的皮毛。米德静静地听着，一脸的平静，他接过旨书，对使臣不卑不亢地说：“我接受国王下达的这个旨令。”然后，他落落大方地吩咐手下人设宴招待远方的来宾。

送走使臣后的几天里，米德深居简出，斋戒度日。整个部落

都预感到他最近要做出一项重大的决定。

这一天终于来临，部落的头领们接到通知，都小心翼翼地走进酋长大帐。只见米德正襟危坐，身上披着一件沾有大块血汁的紫色斗篷，目光炯炯，一脸威仪。

众人坐定，米德开始讲话。

“我准备离开部落，到南边耶路撒冷去。”一片喧哗声起，米德停顿了一下，待声音渐渐平息后，又继续讲道：

“这是一个疯狂而又黑暗的世界，不管我们走到何处，都避免不了被欺骗、压迫和盘剥，软弱使我们遇难，抵抗叫我们死亡。只有一个圣人才能将我们从苦海中拯救出来。”

“圣人，圣人在哪里？”众人不明白，面面相觑。

“早年我曾因年轻和愚蠢而犯下罪孽，从此，我的命运悲惨而又离奇，死亡一次次抓住我，却又一次次离去。冥冥之中似乎总有一种神秘的力量在引导着我。有一次我走投无路，倒在地上，那位圣人扶起了我，他的目光如阳光般温和，声音如来自天国，他以主耶和华之名赐福与我，还送给了我这件斗篷，告诉我到耶路撒冷去，他将在那里等候我，我的罪在那里能够得到救赎，成为一个新人。几天前，他又来到我的身旁，在梦中向我发出召唤，神奇而又不可抗拒。那里一定是块圣地，一个震撼世界的大秘密在那里要向世人昭示。”

大帐内人们都屏住了呼吸，静静地聆听着，脸上的表情不一，但都惊诧不已。他们直勾勾地望着他们的酋长，犹如在望一个神灵。

会议开到了很晚，头领们对自己的酋长心悦诚服，大家从米德身上看到了一种希望，祝愿他一路顺风找到圣人，带回福音。最后，又选出一位头领，行使酋长不在时部落的一切权力。

第二天清晨，米德领着自己两个孩子来到部落死难者坟前，

他跪伏在地，默默地祷告，似乎要把他们的魂灵带走。最后，他停在了妻子黑香的坟前，浑浊的泪水从那只已瞎的左眼和忧伤的右眼中涌出。在这个对他一往情深，曾给他带来抚慰和安宁，而今却孤零零躺在这墓穴中的女人面前，他感觉到自己是一个罪孽深重的罪人。惟有去苦行和受难，才能救赎自己的灵魂。

部落里的男女老幼全出动了，黑压压站满了草原，他们静默着，目光中都带着一种期望。米德再次拥抱了自己的两个孩子，望了最后一眼这个曾养育了他近十年的部落，然后翻身上马，带领三名随从义无返顾地向南边疾驰而去。

十 字 架

米德胯下的骏马如有神助，像插上了一对翅膀，他辗转跋涉了十三年的路程，如今仅用了三天就完成了。

这一天清晨，他和三名随从来到了耶路撒冷城脚下。只见城里走出许多百姓，一群一群的，扶老携幼，脸上都带着虔诚，静默无声地向远处一座小山走去。米德觉得很奇怪，便勒住了缰绳，顺着人流望去，只见那座小山的缓坡上，已坐满很多人，黑压压一片，中间站着一名男子，看不清面容，但却可以感觉出那是一位受人敬仰的人。

米德进城心切，无暇继续观看，只在心中留了点疑惑，便拍马继续赶路。

终于站在了这座他渴盼已久的城市中央，那高高的庙堂塔尖，一排排低矮的房屋、泥砖铺就的地面，眼前的一切都使米德感到即陌生，又亲切。但奇怪的是，街道上行人很少，许多房屋门上都上着锁。他百思不得其解，便决定先找一处住的地方，再慢慢地打听那位圣人的情况。

花费了许多时间，才在一条名叫厄立特的小街上找到一家干净的客栈，将马匹牵到后院拴好，米德便开始向房东交纳房租。房东是一位老人，面色和善，但却气喘吁吁。借此机会，米德便问起为什么城中这么冷清。老人一边喘气一边敏慢地说

道:“噢,今天是耶稣基督在城外高地传道的日子,人们都去听他宣讲上帝了。噢,我太老了,走不动了,否则也不会在这里接待你们了。”

“耶稣基督!上帝!”米德低吟着这两个名字,脑子中突然浮现出那位圣人的形象。他大叫一声:“啊,我找到了!”甩下房东和随从,着了魔似的跑进后院,解开缰绳,跃身上马,箭一般地冲出客栈。

到了城外,米德看到听道的百姓们都迎面返回,个个容光焕发,如阳光照着一般。他绕开人流,急急向那座小山奔去,骏马在山坡上转了一个大圈,已空无一人。纵马跃上山顶,极目远眺,只看到广阔的原野,静卧的耶路撒冷城以及退去的人群。米德心中涌出一股沮丧,但他仍不甘心,在远去的人流中仔细寻觅着。突然他发现在人流中飘动着一件紫色的斗篷,披着它的是一位身材窈窕的女子,那背影既熟悉又亲切。“沙兰”!米德一下认出了。他猛地一抖缰绳,驱马急急追了下去。但可惜太晚了,待赶到城门口时,那身影早已随着人流在城里隐没了。

下午,米德疲惫地回到客栈,他已转遍了全城,但不管是圣人还是沙兰,他都没有找到,向人打听,人们也都摇头不知。值得庆幸的是,他获得这样一条重要的消息:七天后,耶稣基督将在城中一个名叫髑髅地的神殿外向人们宣扬上帝的信念,那时所有的罪人都将得到救赎。米德住了下来,决定耐心等待这一天。

第七天清晨,米德沐浴一新,并将那件圣人送的紫色斗篷取出拿在手中,一脸的郑重和激动。他知道,走出苦海的这一天终于来到了。

大街上人很多,都朝着一个方向走去。但米德却发现,城里的气氛不对,只见百姓们神情都很慌乱,彼此间交头接耳。更令

人不安的是，一队队全副武装的罗马士兵杀气腾腾地布置在重要的路口，还有一些正列队向城市中央跑去。

米德随着人流赶到一座广场，只见广场戒备森严，百姓们都被士兵们用长矛挡在外面，罗马总督和手下的官吏，还有一些祭司们正神情威严地坐在台上，他们的对面站立着一位衣衫褴褛的男子，尽管身上有一道道血痕，但却依然挺拔凛然、没有丝毫的猥琐和恐惧。

罗马总督站起身开始讲话："罪犯耶稣，自称基督，遍地传播邪道，煽惑百姓，图谋反叛，十恶不赦，宣布处死。"

总督话音刚落，几名武装的士兵便冲上去，用长矛逼着耶稣去扛地上摆着的一具十字架。耶稣未做抗辩，弯身抬起，扛在肩上，然后转过了身。

"圣人！"米德大叫一声，用手狠命地去拨挡在身前的人，想冲过去，无奈人太挤，没有成功。

耶稣扛着十字架，艰难地迈动着脚步。然而，在他的脸上却看不到一丝的痛苦，仍是那样的慈善，那样的明朗，那样的安详。

百姓们乱成一团，疯狂地向前涌去，罗马士兵组成人墙，死命地阻挡着。

髑髅地快到了，陡峭的石梯伸展着，高大的神殿已矗立在眼前，米德刹那间感觉到了上帝的存在，似乎已看到那审度万物的目光正俯瞰着大地上正发生着的这一幕。突然，耶稣力不可支摔倒在石梯上，沉重的十字架横压在他伤痕累累的身上。人们惊呼一片。米德大喝一声，奋力挤开了人群，冒死用手拨开罗马士兵的长矛，冲到了耶稣跟前。他搬开十字架把耶稣从地上扶起，将那件沾有血汁的但还完好的紫色斗篷披在了这位曾救过他的圣人身上。

"这件衣物是你送给我的，当时还给了我活下去的勇气！"米

德颤抖着声音，向他的恩人说道。耶稣注视着他，目光依然纯净而慈祥，嘴角嚅动着，似乎准备给米德说些什么。凶狠的士兵围了上来，野蛮地将米德扯开，用兵器拥着耶稣继续向高处走去，那件斗篷滑落在地，在刽子手们的践踏下揉成一团。

髑髅地到了，一个古利奈人帮着将十字架背到了行刑处。耶稣被粗暴地仰面掀倒在上面，尖利的两个大铁钉穿进了他的手掌，殷红的鲜血立即像泉水般从伤口涌出。十字架被高高地竖起了，重重地扎入大地。这时耶稣将头仰起，对着苍茫的天空说道："宽恕他们吧，天主，因为他们不知道自己在做什么。"

围观的百姓们更加骚动起来，悲哭声响彻云霄。

正在这时，太阳忽然黯淡下来，不一会，大地便一片黑暗。所有的人都惊恐地张大了嘴巴，站在原地如钉住了一般。突然一道耀眼的闪电撕破天幕，人们看到十字架上的耶稣大声喊道："父啊，我将我的灵魂交在你手里！"身子一挣扎，便死去了。还未等人们反应过来，一声炸雷响起，暴雨倾泻而下，天地开始摇动，聚集的人们惊叫起来，抱头四处躲避。

米德跑到了一棵大树下，但雷电似乎瞅准了他，闪着耀眼的光亮，滚滚而下。突然，米德感到自己被狠狠击中，左脸如被撕裂，一股血柱从瞎了的左眼喷出，就如那条野狼又迎面扑来。他大叫一声，便昏死过去。

被 救 赎

当米德醒来时，他发现自己正伏在大地之上，明媚的阳光普照着，眼前的一切都异常地清新明亮，他感到有些奇怪，便用手去摸自己的左眼。一股难以言表的惊喜使他骤然从地上跃起，原来，他的左眼又重见光明了。他激动万分，双膝合并，跪了下来，向着耶稣遇难的方向重重地叩拜。

街道上，米德慢慢往回走着，他的身体犹如洗去了沉重的污垢，轻盈了许多，脸上那片疤痕也不见了，显得精神饱满，容光焕发。

拐进厄立特小街，客栈马上就到了，他加紧了脚步。很快，就走进了大门，但眼前的一切使他呆住了。

"沙兰！"他轻轻地叫了一声。

只见屋子中央，沙兰静静地站立着，一身米黄色的裙袍，同样颜色的围巾，使她显得肃穆而典雅。看到米德，她脸上涌出微笑，就像见到了久别的亲人。

"酋长，我已等你很久了。"

"啊不，请叫我米德吧。请问，您怎么会知道我住在这里？"

"耶稣基督遇难前那一刻，我站在人群中，看到你搀扶起了他，于是，便四处打听，找到这里。"

"他就是那位曾救过我的圣人啊"！米德感慨道，两眼中闪

烁着晶莹的泪花，“我的左眼又重见了光明，难道您没有注意到吗？”

“我已看到了，是他背负了世人的一切罪恶和苦难，为了这个原因，他才来到这个世界。你的寻找把你带到了这里，你已得到救赎，我由衷地为你高兴。”沙兰向前走近了一步，激动地说道。

米德注视着沙兰，从那双善意的有着淡淡忧郁的双眸中似乎看到了自己的过去和未来，他似有感悟，继续说道：“冥冥之中不可知的隐蔽的命运之神，谢谢他的宽宏大量，我既不死，即是对我最大的恩赐。世上有多少未为人知的苦难，生命依然在延续，永恒地存在。我会因此而自怜自弃吗？我听到他的声音了，看到他的剑所指的方向，我的生存必有目的，我已找到了这个信念。”

米德的话似乎提醒了沙兰，她从旁边一张木桌上放着的一个包裹里取出了一样东西，递到了米德面前。米德打开一看，原来是那件从耶稣身上滑落的紫色斗篷，奇怪的是，那上面沾有的大块血汁却不见了，他正有所疑惑，沙兰说道：“这是耶稣基督给每一位门徒的赠物，我将它又捡回了，雷雨已洗刷掉了上面的血污，它又是新的了，请好好收下吧。”

米德抓住这件曾佑护了他十三年，而今又焕然一新的衣物，就如抓住了一项重要的使命。猛地，他想起了什么，又抬头看看沙兰说道：“对了，你不是有位智者的父亲吗？他现在在哪里？”

沙兰脸上笼上一层愁云，她凄然地说道：“我的父亲在耶稣被捕的同时，也落入了罗马人手中，现在还关在牢狱之中。”

屋里刚才还弥漫着的轻松气氛不见了，显得有些沉重和压抑。最后米德对沙兰安慰道：“让我们想一个办法来营救吧。”

第二天，在城里许多街道上，贴着一张罗马总督府的告示，上面说：昨天午间的那场雷电，使总督得了一种怪病，头颅疼痛不已，特征召民间医士，如有能将总督之疾去除者，重金酬谢。

城里百姓大为快意，奔走相告，说这是上帝的旨意，恶人受到惩罚了。

米德读着这桩告示，忽然灵机一动。

罗马总督府。

卫兵向总督通报，有一民间医士应召而来。总督此时头正疼得厉害，急忙吩咐卫兵将人带入。来人正是米德。

一番诊断，米德告诉总督，头颅中有一大块瘀血，如不及时排除，不久就会危及生命，只有打开脑壳瘀血才能排除。总督大为恐慌，思忖了片刻，答应下来。但却警告：如手术失败，则须偿命；如成功，则答应医士所提出的任何要求。米德告诉总督，他不要酬金，只要求将那位与耶稣一同被捕的智者先知放回。总督答应了米德。

手术按照罗马人提供的器械做得很顺利，总督头颅中的瘀血被排除了。于是，沙兰的父亲被营救出狱了。

这是一位和蔼可亲的长者，知识渊博，谈吐平易之中又处处闪现着真知灼见。许多人生的困惑，经他稍加指点就使人茅塞顿开，犹如心从黑暗中透过来，看见光亮。米德感受着智者的智慧，对他极为敬重。

一天，俩人又开始交谈。沙兰往杯中倒进清彻的水，递到他们面前。智者告诉米德，他正在著书立说，准备将上帝的信念整理成册，以便更大限度地在世界各地传播。

“命运选中我们使世界变得更为文明，我们就要准备着付出最大的爱心，无论世人怎样冷酷地对待我们，迫害我们，残杀我

们，我们都不能舍弃良知，动摇对上帝的信念。惟有如此，才会有更多的人拥有爱心，加入到信仰上帝的行列中，这个世界才会从根本上得到拯救。”

智者的一席话，深深打动了米德，他看到，世界比他所知道的更大，尽管布满了阴云，但仍有晴朗的地方。苦难能够导致死亡，但也能造就出坚强、成熟、理念、超然和安详。一个没有被苦难征服的人，会明白怎样去生活，怎样去做一个人。

离开了智者和沙兰，米德一人来到了城外耶稣曾经向百姓布道的那座小山上。此时正是黄昏，夕阳辉煌地燃烧着他的瞳孔，透过苍茫的如血汁涂抹的天地，从灵魂深处他看到和感受到了一种永恒。

回 埃 及

在耶路撒冷又住了一段时间，米德决定回埃及。阔别故乡十三年，不知可怜的母亲现在是否还在人世，那昏黑的夜晚，汹涌的海浪，他似乎又看到父亲滴血的魂灵孤苦凄凉地在风雨中飘摇。

两名随从被遣回了部落，一名随从紧跟着米德走出了城门。天空中下着毛毛细雨，道路泥泞而湿滑。氤氲的雾气缭绕着，在人心头抹上了一层淡淡的愁绪。沙兰和她的父亲赶来相送，双方握手道别，虽寥寥数语，却都有着不言自明的默契和祝福。

五天后，米德回到亚历山大里亚。骑在马上，沿着街道慢慢地走着，眼前的一切仍是那样的熟悉。满地摆着的摊位，鸽子笼般的店面，吆喝着兜售生意的商贩，以及被赶来打去的流浪汉。他似乎又变成了年轻的医士，背着药箱穿梭于大街小巷。过去发生的那一切，只不过是做了一个长长的噩梦。

马匹在主人的驱使下迈动着四蹄"嗒嗒"地走着。米德抬起头向前望去，心中一片疑虑和惶恐。家马上就要到了，不知自己将会看到怎样一种情况。

他正在胡思乱想着，忽然有一个满身污秽的人跑过来抓住了缰绳，那人伸出一只脏兮兮的手，发出乞求施舍的哀泣声："行

行好吧，我还有一位正在挨饿的老母亲！”米德吓了一跳，正眼看去，发现这个人很面熟，猛地他认了出来，正是当年那位帮他逃离的流浪汉。米德从马上跳下，抓住流浪汉狠命地摇动起来：“喂，你还认得我吗？十三年前，上船！”流浪汉眯缝着两眼也认出了米德，大声叫喊起来：“啊，医士，你回来了。”米德此时迫不及待地问道：“快告诉我，我的母亲现在怎么样了。”听到这句话，流浪汉长叹了一声，抓住米德的胳膊就走。米德心中一紧，心都快从身体里跳出来。

城边一间破烂的草棚里，蜷缩着一个可怜的老妇人，双目紧闭，白发蓬乱，脸上一道道皱纹。米德一下认出她就是自己的母亲，不禁声音颤动着哭叫了一声，然后双膝跪地将母亲紧紧搂在了怀里。母亲气息奄奄，一下被惊醒了，睁开昏花的双眼，也认出了米德，立即剧烈地呜咽起来，母子俩人都讲不出话，只是抱在一起悲喜交加地恸哭。

米德家的老屋几经易手，早就换了主人。随着岁月的流逝，族人间的关系也早已淡漠了。米德准备重操旧业，为了可怜的母亲，为了死去的父亲，也为了由于自己的过失而丢掉的一切。他遣回了跟从自己的最后一名随从，让他转告远方的部落自己需要在埃及长久地呆一段时期，然后便用带来的钱币在城市中央租了一间宽大的房屋，打出了医士的招牌。流浪汉也被招来，沐浴穿戴一新，做了帮手。

不久就有病人光顾，米德的医术高明而又神奇，凡来求治的人无不满心欢喜，多么顽固沉重的疾病到了米德的手上无不根除。整个亚历山大里亚都开始传扬起这位神奇的医士的名字。很快，米德又非常的富有起来。老屋被高价收回，母亲过上了好日子，父亲的坟墓重新得到了修缮，族人们也都亲近起来。

一天，米德刚诊治完一个病人，门外进来一名瘦弱的头蒙黑

纱的女人。她晃晃悠悠地走到米德面前，慢慢地，将黑纱从头上扯下。“美芙达妮丝！”医士一眼就认了出来，但却没有叫出声，他显得异常冷静，只是病人的面容使得他不得不观察起来。只见此时的美芙达妮丝，凡是身体裸露的部分都布满了已溃烂的脓疮，头发稀疏焦黄，眼窝深陷，脸色一片惨淡，目光如死人般没有光亮。她凄然地从身上取出一个破布团，递给了医士，沙哑着嗓音说道：“我没有钱了，只剩下了这个。”米德接过来，打开一看，原来是他当年送到妓院去的那副祖传的手术器械，如今上面已锈迹斑斑。

米德走到医桌旁，很快就开了一个药方，然后吩咐帮手抓药。不一会，药就包好了，米德递给美芙达妮丝，沉静地说道：“你得的是一种绝症，吃下这付药，性命就可维持，但是，溃烂的面容已无法修复。”美芙达妮丝木然地点了点头，又蒙上了那条黑纱，转身走了出去，很快，就如片枯叶消失在已暮霭沉沉的夜色里。

米德望着那已消失了的背影，依然沉静地站立着，只是显得有些感慨。已是帮手的流浪汉觉得有些奇怪，便凑上前来小心地问道：“老板，这个女人是谁？”“她就是那个当年害得我家破人亡的女人。”“那你为什么不借此时机复仇呢？”

米德感慨地说道：“生命是有规律的，我们把那裁决一切的权力交给上帝，她已受到了惩罚，她曾经是那样的美丽！”

秋去冬来，米德回到埃及已快半年了。他不仅仅医术高明，而且品行高尚，许多掏不起医治费的穷人们都得到过他的治疗。最使人敬仰的是他逢人就宣讲上帝的信念，还用钱去周济那些遇到困难的人们，将自己的爱心无私地奉献给穷人和弱者。

这一天，他又来到城市西郊的神庙圣地。这里聚集了许多

不堪忍受罗马人苛酷的租税剥削而逃亡到这里的农民，他吩咐"流浪汉"将驮来的粮食分发给农民们，然后，便开始宣讲上帝的教义。他说，人与人之间应当是平等的，罗马人的统治建立在对异族人民的盘剥和压迫之上，因此是不合理的，是违背上帝的。他们之所以如此疯狂、残酷和肆无忌惮，就是被奴役的人民没有一个信仰，因此没有聚合出一种持久的不可征服的力量。上帝是仁慈和万能的，信仰了他，就能获得一种神奇的力量，就能最终战胜罗马统治，走出苦难，成为自由人。

"上帝"在亚历山大里亚城的市民和逃亡到这里的农民中迅速传开，人们互相帮助和周济，反对罗马的残暴统治，逐渐形成了很大的力量。罗马人受到了威胁，开始派出军队进行镇压。一天傍晚，米德被逮捕，罪名是煽动逃亡农民暴乱。凶狠的罗马士兵将他套上铁链押到了总督府。

富丽堂皇的大殿、敞亮的大理石地板，巨大的玉柱。这里原是埃及托勒密王朝的宫殿，十多年前，米德就曾到过这里，为那时的罗马总督治过病，今天，会有怎样的变化呢？

米德镇定地站在大殿中央，静静地等候。

高高的阶梯之上，总督一脸威严地从里间走了出来。站住后，他以睥睨一切的目光注视着脚下的囚犯。

四目相对，一个骄横跋扈，一个不卑不亢，但很快，俩人都愣住了。

"克拉特！"

"米德！"

一对昔日的好友没有想到会在这里突然相遇，都惊喜万分，一时忘了自己的身份，奔跑着迎了上去。克拉特还是那样的豪爽和勇武，只是显得过分优越。而米德则已不再腼腆和文弱，显得智慧和雍容。

克拉特抓住米德肩膀的两手触到了铁链时才猛然意识到了什么，赶紧拉开了些距离，疑惑地说道："我的老朋友，这是怎么回事，命运竟开了这样大的玩笑，这些年你跑到哪里去了？怎么又回来了？"

米德也恢复了常态，他微笑着说道："我几乎跑遍了世界，还到过你们的都城呢，在那里与狮子、老虎、野狼共舞呢！现在回到自己的故乡，不过是做一些自己喜欢做的事。"

克拉特眼睛紧紧盯住米德，似乎要把他看穿，他悠悠地说道："你骗不了我，你的眼睛已告诉了我一切，你一定经历了太多的灾难，不过是用理智将它们压住了。算了！"克拉特很豁达地一摆手，"过去的事不要再提了，让我们来谈谈现在和未来吧。你看，你的老朋友如今已是坐镇一方的总督了，难道你不向我表示恭贺吗？"

"是啊，我应向你恭贺，因为我记得过去还是侍卫官的时候，你就很自信地向我讲过总有一天你会成为这里的最高指挥官。如今，你终于如愿以偿了。"米德很友好但语气却是淡淡的。

克拉特从米德脸上没有看到他所希望看到的那种恭维的表情，显得有些不满。他话题一转，猛然问道："那你呢？我的部下向我报告说你整日在讲一个什么'上帝'，煽动逃亡的农民暴乱？"

"是的，我在讲'上帝'，因为上帝是神圣和慈爱的，他能够解救苦难中的人民，免受你们的盘剥和压榨。"米德毫不畏缩地说道，一身浩然正气。

克拉特脸色突然沉了下来，他没有意识到米德会这样不留情面地回答他，一时有些恼怒。俩人都不讲话，只是彼此较量着盯住对方的眼睛。猛然，克拉特大手一挥，发出一声爽朗的笑声，然后抓住米德的手臂将他拉着走了几步，大度地说道："嗨，

我们不要这样激动嘛！你一定又是魔鬼缠身了，'上帝'是什么，那全是虚幻，抓不住的东西，只有罗马，神圣强大的罗马帝国，才是今日的世界，它是权力的中心，任何企图抗拒它的人都将被摧毁，就像脚下的蚂蚁会被踩得粉粹。"

"不！"米德甩开克拉特抓住他的手，挺直了身子有些激动地对应道："你们以为有权有势，有残暴的军队就可以永远统治世界吗？这是梦想！世界不会按照你们的意志去运转，再强大的帝国，如果没有灵魂，也会如凶猛的野兽般横行一时，不久就归于死亡。只有上帝的信念，不屈的人民，慈爱的灵魂才能如日月星辰般达到永恒。"

克拉特呆呆地怔住了，他用一种异样的眼光盯着米德，就像盯住一头怪物，他不明白昔日原本单纯随和的好友怎么会如此固执地讲出这些不着边际的疯话。然而他也不再敢忽视米德，强压着心头之火，语气中却带有一丝诚恳地说道："亲爱的米德，你的信念既顽强又怪诞，这太危险了。你应当明白，有伟大政府和权力的地方，错误亦是很大的，我们在错误中成熟和进步，不应当以不切实际的幻想和不可靠的忠诚来虐待自己。放弃你那些可怕的思想吧，把眼光看近一些。难道你没有发现你的老朋友如今已权倾一方，难道你不愿加入进来，帮助我成就一番伟业吗？请告诉我，那些图谋暴乱的头领在哪里，他们是谁？"

"请放弃你的劝诱吧！我们各有各供奉的主，我不会与你同流合污的。"米德似乎已不愿与昔日的老朋友而如今已是霸道的罗马总督再继续交谈下去。

"你太不识抬举了。"克拉特终于恼羞成怒，"我站在这里同你讲话，即是把你当成朋友，一旦我走上台阶，我即是帝国伸出的一只手，随时准备将那些反对它的人消灭掉。"

米德静静地站着不发一言，目光移向一旁。克拉特气急败

坏，三步并作两步，踏上阶梯，然后猛转过身，威严地对着脚下的囚犯厉声说道："好吧，勇敢的埃及人，上帝的信徒，我成全你！押下去！"罗马总督又对着台下的士兵发出命令，然后拂袖而去。

阴晦的牢狱中，米德躺在冰凉的草席上。冬日的寒气包裹着他，一阵阵渗入骨髓中。然而，他却并不感到凄凉和孤单，因为有上帝与他同在。各种各样的苦难都经受了，死亡也并不可怕，只要有信念，生命就是永恒的，他坚信这一点。

正思索着，"流浪汉"如老鼠般悄悄地钻进牢房，隔着木栅给米德塞进了一些衣物和食物。他哭丧着脸告诉米德："所有的房屋和财物都被罗马总督下令没收，幸好老母被族人们收留，没有受到太多的折磨，只是她非常地担忧您的安危，我在百姓们的帮助下，贿赂了看管牢房的卫兵，才得以进来探望。

米德握着"流浪汉"的手，平静地说："你看，我不是好好的吗？即便他们杀了我，也不用怕，上帝的信念会有更多的人去传播。哎！只可怜我那年迈的母亲又要为我悲伤了。"

说到这里，米德停顿了一下，又使劲地握了握"流浪汉"的手，郑重地说道："如果有什么三长两短的，我的母亲就托付给你了。我早料到罗马人会对我动手。因此，我已提前将一笔金币埋在了地里，现在我来告诉你埋藏的地点。"

"流浪汉"走后，米德又躺了下来，迷迷糊糊地睡着了，梦中，他看到沙兰走了进来，就像一团暖风，牢房中立刻亮堂温和起来。她轻轻走到米德跟前，取出一件东西披在他的身上，柔和地对他说："上帝和已复活升天的耶稣都看到了你现在所遭受的一切，一直在佑护着你，你会平平安安的。米德激动地想去抓沙兰的手，却醒了过来，看到身上披着的是那件紫色斗篷，刚才梦中所发生的一切，就如真的一般。这个时候天已蒙蒙亮了。

一个罗马军官走进牢房，宣布总督的命令："囚犯米德，犯有传播邪教罪，为安定人心，维护治安，宣布驱逐出境，赶出亚历山大里亚。"

米德在士兵的押送下走出了牢狱，到了门口，他听到一个狱卒说："真奇怪，昨晚总督府已通知说这是一名死囚犯，怎么又不处死了呢？"米德心中明白，这又是上帝那只看不见的手起了作用。

此时，门口站着许多百姓，人们都尊称米德为先知。他向百姓频频挥手致意，突然他发现了自己的母亲，在"流浪汉"的搀扶下也站在人群中，便不顾一切地跑过去，抱住了母亲。母亲用手抚摸着儿子，脸上并不显得悲苦忧伤，她充满慈爱地说："儿啊，你去吧。去做你要做的，普天下的百姓更需要你。"米德紧紧抱住母亲，任凭热泪倾泻而下。百姓们簇拥着为米德送行，祝福的话围拢着米德，一直融入心田。

曙　光

米德决定重返耶路撒冷。

他努力劝回了那些要追随他的人，告诉他们，上帝不仅仅和他一人在一起，而且还与每个人在一起，只要拥有一颗慈爱祥和的心，就会得到上帝的赐福，一生平安和幸福。

他又开始了一场长途跋涉。

独自一人，行走在旷野之上，不时遇到深沟、浅滩和激流，但他却一点不感觉到艰难、枯燥和孤单；相反的，四周围寂寥的一切，使他更加深切地感受到自己生命的存在和活力。苦难的历程，一次次的奇遇，使他的思想在经历了困惑、扭曲、震撼、斗争之后得到了升华，达到了一个神圣的境地，从而超越了时空。他已更加深切地领悟到了耶稣受难前嘴角嚅动着想给他说些什么的真实含意。

“在上帝的指引下，我终于看到了爱的曙光，获得了一种神奇的情感力量，并就此从黑暗的心灵地狱中走了出来，得到了救赎。但这却不是结束，而是新的开始，我将怀揣着上帝赋与的这朝霞般的爱，走向世界每个被黑夜和寒冷包裹着的角落，带给人们光亮和温暖，将圣人耶稣基督未走完的路继续走下去，直至整个世界得到救赎，进入天堂。”

米德边走边想着，不知不觉地，一天很快就过去了，夜幕降

临下来。

这时，在他的头顶正上方，出现了一颗明亮的星星，高高地挂在空中，照得大地如同白昼。米德抬起头来出神地望着，然后，迈动脚步继续走了下去。那颗星星紧紧跟着，将无尽的光芒洒满在前方的路上。

第十天，当一缕淡淡的曙光穿破东方天际的云霭，被星光照射着的银色大地开始染上了一些暖色之时，米德带着一身的露水走出了西奈。他的脸色在微熹的晨光中显得格外清朗。他站在一处高地上，向着圣城耶路撒冷远眺，那里正是太阳升起的地方。

等待已久的朝霞终于出现，它先是小小的一片，就像一条淡红色的纱巾轻轻飘舞着。不久，它就更加热烈地挥洒起来，并且越来越长，越来越宽，颜色也由淡红色转为鲜红色，整个东方天际立刻就像点起了一堆冲天大火，熊熊燃烧起来。

米德被这一幅壮丽的景色所感染，张开双臂，激动地长喊了一声，他的心似乎也被点燃了。

正在这时，从那一团云火之中，跳跃出一点紫色的光彩来。那光彩如一支飞箭无声地向米德站立着的这个方向射来，并且越来越近，越来越清晰，渐渐地看出，那是一匹快骑。

终于，快骑冲到了跟前。

“沙兰！”米德惊喜地叫了一声。

“米德，果真是你！”

不期而遇，彼此都惊喜万分；久别重逢又使俩人激动不已。米德和沙兰将手握在一起，都亲切地注视着对方。

“告诉我，你怎么会来到这里？”米德既高兴又充满疑惑地问道。

“有神灵启示嘛!”沙兰闪动着她那不再忧郁的美丽的眼睛，微笑着扯下围巾，一头秀发立刻滑落下来，在晨风的吹拂下随意飘扬着。“昨日傍晚，我与父亲在城外耶稣基督曾布道的那座小山上散步，发现在西南方向升起一颗光彩夺目的星星。我们从来没有见过这么明亮的星星，就站在那里静静地观看，看着它升起，又看着它向我们这个方向移动。父亲说，这是一颗吉星，它正高照着一位圣人由埃及向耶路撒冷而来。我们猜测这位圣人很可能就是你。于是，在父亲的鼓励下，我便快马加鞭赶来迎接，果然不虚此行。你看，这颗星星还高高挂在你头顶上方呢?”

米德将头仰起，果真看到那颗星星依然明光闪烁地悬在已微蓝的天空中，丝毫没有黯淡下去。

“我哪里是什么圣人啊，我不过是想努力回归人之本性中至善至爱的一面罢了。回到耶路撒冷，我打算对自己进行一次彻底的反省和总结，正式成为一名耶稣基督的门徒，去完成他未竟的事业，将爱带给每一位需要我帮助的人，以鼓励他们健康自信地生活，成为一个个新人。”米德发自肺腑地说着，脸上显出一分凝重来。

“米德，在荒原上第一次遇到耶稣基督，从他手上接过那件紫色斗篷时起你实际上就已经是他正式的门徒了。你用你自己充满传奇、悲壮的经历活生生地向世人宣讲了上帝，宣讲了爱的高尚、恨的悲惨；善的美好、恶的丑陋。上帝就是爱，是理解和忍让，是正义和公正，上帝在每个人的心中，某种意义上说，你自己就是真正的上帝!”

沙兰帮着已在寒冷中走了一夜的米德将那件已被露水打湿的紫色斗篷解下，然后把自己的那件披在他身上，俩人的目光又一同望向远方。

此时，火一般的朝霞已如薄雾般渐渐地散去，一轮红日从地

平线上冉冉升起，天色已经大亮，一群鸟儿在湛蓝湛蓝的空中鸣叫着自由欢快地飞翔。

信仰的力量

原著 〔美〕 路易士·宾斯托克
杨爱红 编译整理

关于本书

亲爱的朋友，我知道您未必信教，但我知道您一定有着或将会有着坚定的信仰。您渴望摘取胜利的果实，成为一个成功的人。您可以反对宗教，但您不可以反对人类的信仰。我在本书中所谈到关于"上帝"或"神"的问题，您都可以完全漠视甚至涉视它，但您应从中看出更深刻的东西来。无疑我们是人类中的同伴。请放心，我不会向您喋喋不休地说教，那样是可耻的，不负责任的。

我不是一个传教士，我只是一个热爱生活的人、一个希望获取成功的人。我不讳言我的"贪欲"，但我不会因此为害于世；我也并不掩饰对某类人与某些事的憎恨，然而我能在最后关头原谅他们。为什么呢？源于爱。

爱就是我们的信仰，人类惟一的信仰。它具有无上的力量。

在本书中，来自各个阶层的人士向您倾诉了他们对"美"与"善"的倾慕和追求；他们的生活令人感动。在这些故事里，信仰战胜了绝望。

它是最黑暗的夜之后出现的曙光。终于，您的祈祷，有了回应，信仰会使你信心百倍地去成就一番事业。信仰是爱的力量，它能移山倒海。当你周围充满了悲哀、失望甚至是厄运，信仰也会同你在一起，为你带来希望——相信爱吧，这种信仰的神奇力量会改变您的一生。

光耀心宇

曾有人问过我，生活给予我最重要的教益是什么？我觉得这个问题很难回答。经过一番深思，我深感这是“爱”。

在我的神和父师的谆谆教导之下，我营造起一条自己的生命之舟，这条生命之舟载着我穿越惊涛骇浪，驶出茫茫人海，到达那光辉的彼岸。

我最大的欣慰是到处都能与有爱心的人共事，他们不会问：“我能在基督教徒，犹太人或是佛教徒中工作吗？”而是说：“神啊，请以您的智慧助我，驱除您的孩子心头的阴霾，赐予他们更多的阳光与欢悦吧！”这样一来，神必赐我。因为，神就是爱，我也是爱。爱与爱是平等的。

但我还是意识到了生活给予我的另一个教益——那就是，尽管福音书说“太阳之下无新物”，然而每一个时代和每一个民族的历史都有着新的含义，开花结果，生生不息。在我的希腊格言录中，我惊讶地发现了这样一句话：“世界上没有比坚忍更强大的力量”。这位作者一定没有想到他的这句古谚会播下深远的启示，直到有一天，失明者，失聪者，跛足者在它的启示下意志坚定地挺起腰板，排除万难，勇往直前去创造一个又一个成就。我沐浴在众多思想家睿智的光芒之中——苏格拉底，柏拉图，培根，康德和瑞典先知依玛努埃尔·施维登博格。苏格拉底教导我

在言语之前先思索出词之含义，柏拉图的绝对理论赋予我知真的为真，知美的为美，赐予我耳不能闻之乐音，目不能视之光明。施维登博格将我生命的时空界限消于须弥，给予我内在与外在的无穷世界，赋予我超越本能的勇气与想像力。

于是，我吸取着一种又一种的宇宙元素，创造了自己的人生哲学，从支离破碎的外在环境之中营造起一座明亮的心宇。

这种种思想使我坚定了这样一个信念：一个人无论他是否耳聪目明，只要他的心中没有一个永不凋落的太阳照耀他就不可能幸福。而上帝就是这样一个太阳。只要你坚诚地信仰他，他总会以某种方式让你感受到自己的力量，用他光辉圣洁的阳光将你灰暗的日子照亮。

从17岁开始我就试着依循依玛努埃尔·施维登博格的教诲去生活。“教堂”这个词对他而言，并不是一种基督教组织，而是指一群有思想的人的精神共同体。他们终其一生为永恒的人类服务。施维登博格认为其源于一种健康普遍的宗教文明——以善为本，彼此理解，人人为我，我为人人，而不论其教义或仪式如何。施维登博格有关宗教的著作总的说来可概括为三个主要的理念——上帝神圣之爱，上帝神圣之智，上帝神圣之力。这些理念正如波浪阵阵，自大海款款而来，以新的意志、信仰和力量浸润了生命的每一个港湾。

“爱”这个词于我而言并不是一种朦胧盲目的的情感，而是一种体现于工作和行为之中的对善与智的渴望。上帝是无所不能的，他赋予每一个人以智慧，使其远离罪恶的渊薮。他总是为我们创造出新的自我发展之路，指引我们走在追求文明、艺术和人道主义的阳光大道上。我深信，理想主义最终必将战胜物质主义。我拥有这种信念并非由于我对人类的苦难和罪愆视而不见，而是坚信人性本善。人性之善必得阐扬，人性之恶必渐遁

形，生命必将以其充沛的活力开辟新天地。

乐观主义伴随着我从浑沌幼稚的童年走到成熟而忧郁的中年。逐渐地，我已能完全地领悟世事艰险，领悟了那背离上帝之善旨的悲剧和恐怖。但我对于进步的信仰未有稍减。

在我周游世界时，我听见了处处都有渴望精神真理的美妙呼唤，以及对那些失聪、失明等所有不幸之人的关怀和责任感。若是人们之中没有一种对大众幸福的强烈向往和追求，这一切就不可能存在。

面对命运我们有两种态度，一种是仰视它，一种是俯视它。从某种意义上说，我们置身于命运的洪流之中，只能任其摆布，别无他法，我们时刻都在担忧着命运的那些不可预测的因素：战争，无知，贫困和野蛮。但当我们仰望真理之钟时，我们可以看到人类进步至今不过区区几秒而已。我相信，从那些困扰人类智慧的头脑和善良的问题和冲突之中会迸发出启明之星，给宇宙带来祥和。

在这充满了困惑和愤怒的世界上，我曾像其他人一样，努力地寻找自我，以期生而有用。我相信，如果我们从此时此地开始真诚对他人付出，那就是天堂之境了。任何一项有用的工作都是促进人类福利的一部分。即使是最卑贱的工作，也超越了仅为谋生之目的，而是服务于一种精神或社会的需求。

在多年残疾人工作之中，我幸福地体悟到我可以成为"命运的建筑"，我将不断进步、成长直到生命的最后一刻。

我从未让自己被那种超自然的天堂想法所困惑，但我确有一种连绵不断的且无限上升的幸福感。另一个世界的生活正如尘世的生活一样真切而充满着变化和奇迹。但上帝赐予人眼睛和耳朵，让他能更真切地感知尘世间隐藏在肉体下的人之善和创造性的思想。

从某种意义上说，灵魂是轮回变迁的，不是从一个地方到另一个地方，而是在人个性的无限延展和不同阶段不断地升华。天使与恶魔都源于人，只不过各自选择不同的栖息之所，或在光明之中，或在黑暗之下。是的，任何信仰上帝的民族，即使是那些出于为善的愿望而崇拜偶像的人，他们都被教导着怎样与周围的人在和平幸福中共同生活。

当服务中融入了热爱、友爱和真挚的念头时，它们就会散发出芬芳，奏出美妙的乐音。天堂的生活没有时空的阻碍，正如天马行空，自由自在。

我不相信有人能臻至境，因为那只属于万能的上帝，但“身虽不能至，心向往之”地追求完美至境，这即是热爱上帝的方式。它使人更加高尚，去体悟“永恒”之无限欢乐。

灵魂黑洞

有圣必有魔。每个人年轻时都做过一些丑恶的事，有些人则终其一生都贯穿着罪恶的思想与疯狂的行径。

他们灵魂中的黑洞是怎么被吞噬成的？谁吞噬了他们的灵魂？唉，圣经上也说，一切的光明与繁华后，世界会复归于黑暗……那么，人之灵魂难道本来就有一个深深的黑洞？或者说，人的灵魂本身就是一个旋窝中的黑洞？我曾经梦见自己化成了烟，那不是袅袅的青烟，而是一股浓黑恶臭的鬼烟！我却快意之极，萦绕着爱人雪白而颤栗着的躯体在歌唱……

在上帝眼中，光明与黑暗并无两样。而我不能，我要拯救我陷入黑洞已久且即将飘散的灵魂。

现在我要去见一个人。

二十分钟后，我来到了杰·比·菲利普那英格兰风格的家。我就要从他那儿听到一个我从未听过的故事。印象中这位伟大的圣经翻译家应该如他家房子上一块一块厚重的石头一样，坚实而严肃。他是一个精神巨匠，那无懈可击的信念使他在我心里拥有了不可动摇的地位。但今天我谈的却是这个受人尊敬的大师的另一面。还是让我从头开始吧。

当我摁响门铃，一个妇人穿着棉制的居家装出来应答，看着她脸上那一股子的热情，我就知道这一定是菲利普太太了。

"请进,"她说,"杰克在书房里。他马上就出来。"

"杰克"是菲利普的朋友对他的称呼。几分钟后,他出来了,穿着随便,脸上的笑容也如他妻子一样极富感染力。我觉得我已成为他们当中的一分子了。突然之间,我有一种感觉:我会爱上他们的。

"你想看看我的隐居吗?"菲利普博士说。他把我引到外面一条小径,我有一点点的诧异:他的书房是独立的近于一种孤怜。书房里温暖而舒适。我仿佛看到了菲利普博士在这儿工作的情景,把一篇篇晦涩难懂的古希腊经文翻译成英语,然后成为各种各样的出版物。

我们一见如故地聊起来。我以前就听说菲利普博士曾生过一场大病。不知不觉话题就扯到这儿了。菲利普博士说,这种病不是身体上的病,而是精神上的病。

我是不是听错了?

"这是件可怕的事。"菲利普博士继续说,"它就在你心灵深处。过去四年里,我曾经碰到过许多古代作家对这种精神状态的描述,他们称之为'灵魂黑洞'。也许用词过激,但我确确实实感到了魔鬼的存在——真真切切——这个魔鬼能对我们加以各种无情的打击。"

菲利普博士事业的兴盛开始于几年前他的作品所获得意想不到的成功。当他写《给新教堂的信》的时候,他已是一个教区的教士了。这部作品写于 1941 年,当时主要是因为很多年轻人总在精神沉沦时期去他所在的伦敦教堂听道。

"我发现,"他说,"他们当中的很多人对圣经一无所知。当然这只是暂时性的,我相信任何精神不会允许它的主人长期处于没有信仰的惶惶状态。"

塞·斯·列威斯看了这部翻译作品后,写了一封热情洋溢的

恭贺信。“就像看到一幅古画重放光彩一样，”列威斯写道，并鼓励菲利普尽可能翻译出其他经书来。为了完成这个使命，菲利普花了六年时间，终于取得了巨大的成功。于是有了无数的布道，无数的演讲，无数的信件，他获得了人们的喜爱与尊重。

“我想做完一切然后完全归隐，”菲利普博士说，“但压力越来越重，我越陷越深，我开始意识到成功下面所隐藏的危险。”

菲利普博士站起来走到窗沿，接着说，起先这种新生活是新鲜而刺激的：他的作品使他能周游世界——这不是一个普通传教士能够承担的；新闻界里抛头露面；世界各地卖着他的书，荣耀、名誉、金钱、地位，应有尽有。

“可却有一个来自黑暗中的蔓藤，在这一华丽的外表下一点一点为我所不知地滋生蔓延。等到我反应过来时，一切已经太晚。”菲利普说着，突然把脸朝向我，“撒旦对我发起了最猛烈的攻击。他营造了一个根本就不是菲利普的菲利普。我不再有平常人有的平常心，我正陷入变成超基督徒的野心之中！我写的每件事每一句话我都要求一定要超越过去。这个影子越来越大，以至于根本就不是我自己的，我无法与它共为一体。同时要毁灭它的愿望也越来越强烈。我就这样套进了我自己结的绳套里。”

“撒旦的第一个打击是填住了我的灵感之源。就像把哗哗流着水的龙头突然关住了一样。”菲利普接着说，不仅在写作上，其他方面也出现了这种危机。“我喜欢画画，可我却失去了对颜色的感悟能力，明暗调和以前只用花几秒钟时间，现在却是挤也挤不出来。接着，晚上的打击也袭上来。”

“这是惨中之惨，白天我一次次被击败；晚上，我又变成了梦魔的众矢之的。无可比拟的恐惧紧紧攫住我的理性，无穷无尽的罪恶感刷刷扫倒我的自信。我感觉上帝一下子弃我而去，我

祈祷，上帝却变得遥遥不可及。”

我惊讶地看着当前这伟大的基督徒。无形的恐惧？萦绕不去的罪恶感？上帝遥遥不可及？为什么他提及“我”黑暗中的经历？以前我一直以为只有像我们这样信念不坚定者或知之甚少者才会有这种午夜噩梦。一个成熟的基督徒也会有此经历？但值得庆幸的是，很显然，我面前的人在孤独的挣扎之中正一点一点走向胜利的曙光。

菲利普博士的女儿，珍妮芬，从门口探出头来，叫我们吃晚饭，接下来的半小时里，我们四人谈了一些轻松的话题。

但在分别时，菲利普再次告诉我，那“黑洞”并不是一个幻觉，而是生命中最真实的存在之一。人尽魔矣，已经无法解释。惟一的拯救之途是：让我们成为上帝。是的，成为上帝，而不是其他——人或魔鬼

回家的路上，我陷入了深思。我们在做什么？生命的旋涡与灵魂的黑洞我们是否有能力摆脱或改造？我们可以成为上帝吗？这算不算反叛？所幸的是，我真真切切地感觉到：我是一个“人”，我爱这个世界。也许这就够了。

一切不像你想的那么难。

追求无羁

有了信仰，才有自由。人只有从认识到“神”的那天起，才是一个自由人——一个具有绝对精神的人。

“童年”对于人来说，是一个神秘的时段。没有任何人可以解释出他在童年时都遇到什么，想到了什么。

我在那时遇到了神，并且想：我要成为上帝，那该多好啊。虽然事实上并非如此，但这不会影响我的信仰。回想那时，我真是有说不出的恐惧——对什么也没有的恐惧。

在本世纪始的一个 4 月的早晨，我的保姆领着我到一个在巴尔迪摩的用灰色石头砌成的小礼拜堂。主日学校的老师欢迎我进去，用令我当时很害怕的阴森森的口吻说，现在你正站在上帝的屋子里。

“哪儿？”我问，“上帝在哪儿？”“上帝……”这位女士缓缓地说，“无处不在。”

但我总想他一定在某个地方。所以我从橡皮椅子上跳下来，在“小水滴”的歌声中满屋子跑来跑去。我趴到椅子下面去看，跑到工具橱里去瞅，只为了找到上帝。最后从管子后面出来时，已灰头灰脸地气喘吁吁，我抽抽嗒嗒地哭起来，因为我找不到上帝。

这就是我搜寻的开始，我找了半个世纪，从未放弃过。在孩

提时代，上帝存在或不存在就已成为我生活中最关心的一个问题，但直到今天我还是不能理解那些睿智的人怎么能用其他方式来思考它。每一个人都应明白这是一个至高无上的事实，而且他的每一个决定也将受囿于它。

在我搜寻的过程中，我涉及到了很多不同的领域。花了十多年的时间研究比较宗教学，从佛教到巴海教到偌那禁欲主义。作为巴尔迪摩报的记者，我参加了许多宗教会议，比利主日学校的福音会，甚至在黑漆漆的屋子里等过招魂师招鬼魂降临。

我的这些在30岁以前的所作所为，依旧抱着上帝存在是不可知论的态度。那时我一直在想我是一个自由的人，不可以接纳任何种迷信，但我还是乐于坚守各种道德价值观——只要它们与我想做的并不发生冲突。

这种我一直认为出自于平常心善良意的忍受和宽容应该能给我带来快乐，但实际上没有。而且我也知道它也没有给其他人带来过快乐，因为大多数朋友的感觉也与我一样。我想，没有谁会比谁感觉好一点或差一点。而我们正是独立、自我意识很强，一直对父辈的老式信仰嗤之以鼻的一群年轻人。虽然我们也得到过快乐，但这种胡闹有时只会留给我们一片茫然。我们带着这种自由，结成一个安定团结的群体。但我们当中没有谁从这当中得到过安全感。相反却有一种来自内心的失望、不满和不安。

这种内心的沉重和失落与事业上的成功无关。在我的朋友当中很多已经有名有利了，至少，都有一大笔钱放在银行里。但无论他们的财富堆了多少，他们的头像在报刊头版又出现过多少次，他们的新财产，新妻子等等——没有一个够了的时候。他们得到了他们想要的，他们又不想要了。他们去看医生，找心理学家，学瑜珈等等都无济于事。

这个世界充满着罪孽、自大、自卑、嫉妒、仇恨、阴险、恐惧、怨恨、吝啬、与憎恶。今天已经不能变得再好一点了，但他们希望明天能够。我说的他们其实是指我们。今天，1950 年的今天，有 800 万的男人女人像我们一样需要心理治疗。而一年后，心理医生告诉我们将达 1000 万。

我将永远心存感激，在这片晦暗的心空下，我终于找到了出路。很难说清楚这一切是怎么发生的：虽然我并不耻于将自己的伤疤揭开暴露于众目睽睽之下。但也许你还记得崂兹的一个不同寻常的难民，费朗茨·威斐，他是著名的自由主义作家，他和他的妻子从纳粹前线逃出来。他们从德国穿过法国一直往南走。盖世太保在后面追着，抓住了便意味着送进集中营甚至更惨。他们只希望能安全地通过西班牙边境，然后漂洋过海到美利坚合众国。但西班牙官员却不让他们通过，贿赂和哀求都无济于事；他们往回走的时候，住在派瑞尼的一个名叫崂兹的小镇里。这一晚，这位流亡作家站在神龛面前祈祷，不由得悲从心来痛哭不止。

“我不相信你，”他哽咽地说着，“这是我的实话。但现在我面临着巨大的危险，已经到了我能承受的极限，现在只有您这儿还有一线机会，我祈求您的垂怜。保佑我和我的妻子安全地穿过边界，等我到了美国后，我将把这故事写下来，让世界的人都能读到。”

奇迹发生了，弗朗茨·威斐和他的妻子一个星期后安全地穿过了边界。一踏上我们的土地，他做的第一件事就是写了《伯拉德特的赞歌》。在我们今天，没有谁写的对信仰的赞辞能比得上这位流亡作家写的故事。他死前告诉我，自那一次恐怖的经历后，他开始认识了上帝，从此再也没有离开过他。

苦难与幸福对人类来说具有深刻的意义。

现在类似的事也在我身上发生了。虽然没有从希特勒魔爪下逃出来的惊险，但在我一向平静如水的生活里，我着实也尝到一番惊险与恐惧的滋味。不可知论下的自我依靠已不再管用，麻烦就这么来了，使我的生活一片狼藉。不仅仅是我，与我最亲近的人也陷入了同样的困境，直到我真切地感到需要上帝的帮助。然而，即便在那种时候，作为一个有理性的人我从未强迫自己去相信或假装自己去服从，我最大程度能做到的也是最好的方式就是，我承认自己希望能够信上帝。这就够了！

信仰是一种礼物——但你得祈求！“哦，上帝，”圣经里一个人祈祷道，“我相信您，请您帮助我，虽然我没有过宗教信仰。”接着他便向上帝一一列出他的困苦，威斐这样做了，我也这样做了。不在巴勒斯坦，也不在派瑞斯，而是在临近第五大街那五彩斑斓的广场的一个小礼拜堂。在一个狂风大作的日子里，黑黑的云低低压着，我进了上帝的房子祈求信仰，在这小小的屋里我跨出了重要的一步。

“十分钟里我可以改变主意，”我祈祷道，“我可以会嘲笑我自己（又折回去爱自己的错误）。那时别管我。因为此时我真的有此心，存此意。我已经尽力了。请接受我的此心此意，忘记其他，如果你在这，请帮助我。”

当我走出来时，出现了激动人心的景象，太阳冲破了黑压压的云层，广场已是一片斑驳的光彩，斑斓的色彩了。

仅仅只是这样子，我的困惑就如此奇异地解决掉了。而为解决这种复杂而发生的一系列事件在理性学家们看来绝对又是一个个美丽的巧合。

在此后的两星期里，再也没出现过什么让我困惑的问题了。

但对于我来讲真正了解上帝，那一天仅仅是个开始。仅仅是很偶然的一个祈愿而已。祈祷并不是一个自动售货机，你把

你的需要投进去，恩赐便哗哗地从底部出来。我们祈祷，但我们同时也为他人祈祷，甚至更经常的，为我们已经得到的恩赐而祈祷感谢。除了其他每一件事，每一天，在无尽的幸福中，在交流的聚会里，在与父联系时，我们都祈祷，不为什么，只为了了解他的愉悦。

祈祷之时，就是上帝所在之地。

祈祷之后，我们就知道他是我们的父，是我们的朋友。

即使在这种深远的宁静里你的心依旧是热情活跃的。你的好心不再仅仅驱使你送支票给慈善机构；我会因自己的奢侈而内疚。这些种种慈善的赠与是必须却永远也不会够的。我们还应顺天性愉悦我们自己，而且，当我们认识到上帝之后，就会被亲自服务于他的渴望所充盈。有了上帝，我们便有了爱，我们便学会了爱。食不果腹的人，病入膏肓的人，孤苦伶仃的人，衣不蔽体的人，无屏无护的人，都会有出路的，我们用双手拥他们入怀，分享自己因上帝而得到的温暖。

半个世纪的千万次里，我的信仰和上帝伴我走在人生旅途中，随我上公车，让我牵起乞丐的手，使我挺起腰板维护正义。它就在我的臂弯里，与我肩并肩前行。前行了五十年，我才知天命。

可人生已沧桑……

黑暗之时

1958年圣诞节前六天，一个繁忙的星期五。我正在我的修理工具商店里忙这忙那，以便圣诞节里我能和家人安安心心呆在一起。突然，有电话打来，告诉我我5岁的孩子被车撞了。

我赶到那儿时，有一群人围着他，他们给我让出一条道来。克瑞哥躺在路中间，他那棕色的卷发竟然还没有弄乱，一卷一卷，活泼泼的，可他却动不了了。

下午，他便死在了儿童医院里。

事件就发生在学校的交叉口上。有很多目击者。他们告诉我克瑞哥一直站在边上等着，直到一个交通巡逻警挥手示意可以穿行。克瑞哥你还记得那么清楚！妈妈在你上幼儿园时就一再叮嘱你"没有信号不过马路！"你一点也没忘记。

见到信号后，克瑞哥走到了马路上。这时迎面飞驰过来一辆车，巡逻警大喊着，挥舞着手，逃开了去。可这车并没有停下来……

妻子克瑞斯和我一起从医院驱车回家，经过为圣诞节而装饰起来的五彩缤纷的大街，怎么也不相信发生在自己身上的这一切。还没到晚上，我坐在那一张已不能再用的小床上，失声痛哭，不是因为这张空空的小床，而是那一种失落，那一个已失去知觉的小生命。克瑞斯和我彻夜未眠，我向挚爱的上帝寻求能

指点迷津的启示，但除了夜，什么也没有。

还是一个孩子的时候我对未来就失去了期望。父亲过去常常说他的整个童年没有感受过一点点温情或慈爱。父亲是个孤儿，在19世纪的德国这片曾被认为是基督教的土地上长大。孤儿在当时就像今天出租机器一样出租给农民，那种对待远不是你能想得到的。童年种种悲惨的经历，使父亲最终变成一个郁郁寡欢的人，把生命当作走向坟墓的一段多余又痛苦的荆棘路。

他娶了另一个孤儿，紧接着他们的孩子也一个个出世了，然后他们决定移居到美国。父亲在一艘船上找到了一份工作；在纽约港口他上了岸，留在了西西里提这个有许多德国人定居的地方。他做每一份他能找到的工作，一年半后，便有了足够的钱把家小接过来。

还在船上的时候，我的两个姐姐感染了猩红热；她们死在了爱丽丝岛。而母亲仿佛也随她们死去了，因为从那时起，她对生活已经完全失去了信心与爱心。我就在这样一个冷冰冰的家里长大，没有欢笑，没有信仰。

在我结婚后，我下定决心不让这种阴影落到自己的孩子身上。克瑞斯和我有了四个孩子：戴安娜，迈克，克瑞哥和茹斯·卡罗。而克瑞哥的降临驱散了我童年的阴霾，使我明白这是一个精彩而充满希望的世界。还是小婴儿的时候，他对围在他摇篮边的每一个人都漾出他那灿烂的笑容。当我们去别人家拜访时，3岁的克瑞哥就会跑到女主人那儿去，奶声奶气地说“你家的房子好漂亮哎！”如果他收到礼物，他会感动得流泪，然后把礼物送给想要的孩子。星期天早晨当克瑞斯穿戴一新要去参加合唱时，克瑞哥总忘不了发出几声啧啧赞叹“你可真漂亮哎”。

而这样的一个孩子却死了，星期五晚上我躺在床上对着天花板想着，生命就像是烛花一样一闪就逝去了，没有遗留一点光

迹，就这么毫无意义地走了一遭。而对上帝的信仰也只不过是一种自我幻觉罢了。第二天早晨，我的失望和无助驱使我找到一个靶子宣泄，一股盲目的仇恨喷向给我们带来灾难的人。那天早晨，警察把肇事者带到了我们面前，一个 15 岁的男孩，乔治·威廉姆斯。

据警察了解，他来自于一个破碎的家庭。他的妈妈晚上上班白天睡觉。星期五，他逃学，在妈妈还睡着的时候偷了她的车钥匙，开车到街上闲逛。我所有无名的怨火都集中在这个名叫乔治·威廉姆斯的人身上。我给律师打电话，要求他务必让威廉姆斯受到应有的惩罚，接受成年人的判决，因为青少年法庭远远不够。

不久发生了一件彻底改变了我人生观的事。我解释不清楚，也只能大体描述出一点。

一切就发生在那么两步之间。星期六深夜，我双手抱着头在卧室外面的客厅里踱来踱去，我头晕脑涨，感觉非常累非常累，“哦，上帝，”我祈祷，“告诉我为什么！”

这时，在我的脚举起就要放下之间，我的生命发生了剧变。呼吸时所有怨气也一口一口呼出，腾出来的心迅速间被爱和欢乐充满，这种感觉如此强烈近于一种痛苦。

一些人把这称为“上帝的存在”。我当然知道这话，但我总觉得它其实是一种抽象的理念上的想法而已。我从未想过这是一个实实在在的人正在用他的爱充盈这小小的空间。

也就在这突然间，我如坠云雾。感觉有一道光冲出来，哗的天就亮了。我眯着眼，看着这奇异的光。仇恨，悲伤，怨恨，愤怒——我实在无法摆脱的这一切——像黑夜中的鬼魂，在清晨的阳光照射下消失得无影无踪。

也就在这时，我有了一种异乎寻常的感觉，我变成了两个

人。有了一个千里之外能与冥冥相通的自己。我试图记住这一切，但所发生的又绝不是周围的琐屑小事，这个答案广泛得远非能用我的理智思考清楚。但也就在这种非逻辑的心态下，问题就解决了。也就在这时我才明白为什么克瑞哥会离开我们。虽然我不能见到他也不能碰到他，但我们依旧心心相印。他懂事多了，以至于我倒像一个小孩子，而他像一个男子汉。他那么忙，忙得不可想象，我根本无须过问，也不是我问得了的事，我依旧还在人世间，做人间的事。

我恍然大悟：生命原本很简单！思潮迭起之时进出来的那一段话还萦绕心头："生命就像学校的一个年级，在这一级里我们仅用学好一课：学会建立爱的关系。"

"哦，克瑞哥，"我想。"小克瑞哥，你学得多快，你的进步又如此之大，你仅只用了五年时间就毕了业。"

我不知我站在那儿站了多久。也许根本就没有了时间的概念。当我推开卧室的门时，克瑞斯还坐在床上。不读书，不做事，只盯着她的前方，自那个星期五下午后，仿佛她便有了很多很多时间。

我想当时我的脸上一定有了什么变化，她的眼睛缓缓转向我，轻轻叹了一口气，坐直了。我开始说话，颤抖的声音，偶尔发一声笑——想缓和缓和气氛，急急的语调又试图想说得清楚，这个世界并不偶然的，生命总会意味着什么，人世间的悲剧并不是结果，围绕着我们那种种未竟的事业是一个目的的部分，这个目的也绝不是我们个人意义上的希望。

"今晚，"我说，"克瑞哥不再需要我们了，但其他人很需要。圣诞节快到了。乔治·威廉姆斯也许在青少年拘留所里，并不会有圣诞礼物，除非我们送给他。"

克瑞斯静静地听着，没有动，只盯着我。突然她放声大哭。

“对啊，”她哽咽着说，“这就对了，这就对了。这是克瑞哥死后，我们能做的第一件好事。”

事实也证明我们做对了。乔治已经是一个有理性但又很迷茫也非常孤独的大男孩，他需要爸爸正如我需要儿子一样。圣诞节那天，他得到了礼物，他母亲也得到了克瑞斯做的一大盒精美的小甜饼。我们要求释放他，几天后，这间屋子变成了他的第二个家。毕业后，他到商店里帮我的忙，与我们入席共同进餐，就像是我们的大儿子，戴安娜、迈克和茹斯·卡罗的大哥哥一样。

不仅仅对乔治的态度发生了改变。这次感悟影响了我生命中每一个细节，比如在我做生意的方法上，对朋友对陌生人的态度上等等。过去我一直不能承受人间至喜，因为我担心这种至喜之后将是大悲。但现在无论前方怎样，我相信我不会再坠落深渊。无论无休无止的寒风怎么一次次吹开我的心门，我依旧展开我的欢颜笑对这一天风雨。

生命决定

曾经有人问我:“为什么我要跟着上帝走?我爱做什么,我就高兴做什么。你竟说这是犯罪——我说它呀就是快乐。生活就要这样依我而活,而快活。”

即使他们嘴上不说,脸上也会这样子写着,心里也会这样子嘀咕。

在罪中求乐——仅能一时。心底里总会有那阵阵的绞痛和那隐隐的不安。

一位在东部大城市里任公司经理的69岁老头曾对我说:“我有5000万资产和我想有的一切——可我还是这个城市里最悲戚的人。”

还有一个在好莱坞里响当当的人物,这个高大,壮实,势利的家伙,也用不同的语言说了相同的话。他承认他的生活无聊,空虚得一塌糊涂。

这两个典型的人物说了一个并不典型的事实:财富和名誉并不是生命的全部。其实千万大众也会有此同感。撒谎和隐瞒并不能为他们掩盖真相——因为他们的想法是阴晦的,他们的行为是上帝所不悦的,他们的心灵也不会得到片刻的安宁。为了扫除这心灵的垃圾,得到一片干净的心空,他们需要注入一股奋发向上的精神血液。

吉姆瓦斯是二战后的一名电子技术技师。有几年他受雇于东海岸的几家大赌场里。用他那敲打剪接的技术赚了不少钱。

在洛杉矶的一个晚上，吉姆要去圣路易斯办一件很重要的事，临上飞机前，还有一点时间，便到我们的教友会里消磨。他站在大厅后面，表情冷漠。这时，有人号召大家往前一点以便做祷告，旁边一个文文静静的人拍了拍大吉姆的肩膀。

"你可以跟我一起往前走吗?"

吉姆瓦斯压低声音说："别烦老子，不然我敲碎你的脑袋。"

这个人也毫不示弱，"你可以做你想对我做的任何事，"他不紧不慢地说，"但在你和上帝之间，这是不义的。"

吉姆瓦斯的心咯噔了一下。他的脸因为激动而扭曲，他大阔步地走到了前台。当时就决定打破他那陈旧的生活，融入教友的圈子里，体味真情。

今天，他成了热忱服务于上帝的一名志愿者。

吉姆瓦斯后来得知.有一个意欲枪杀他的人那晚一直在圣路易斯守候他，而他却因为那闪过的念头而错过了那趟飞机。

这种上帝引导个人的例子多多少少有点扣人心弦。实际上，千百个男人女人也有过这种再生的经历，只是少了一点这种戏剧效果而已。

"但，"一些人问，"你再生的意思是什么?"

再生，意为神圣的生命注入人的灵魂。上帝意欲以此使你开始新生，在他的儿子，耶稣基督的灵光抚过的天空之下。而再生的两个条件则是对上帝你全心的悔悟，对救世主你忠诚的信仰。

我们的教友会以家族和家庭为多，常常是整个家庭一起前来做祷告。

有一对夫妇，离了婚，有一天，各自去参加一个教友会。他

走在街的这头，她走在街的那头，他们相遇了，面对面站着，惊喜万分，拉起对方的手，泪水盈眶……

当我们收到当地教会的热情邀请后，便聚会在这些大城市小城镇里，呆上四到八个星期。这种聚会的影响在于依靠教会的空间便利，让教友与我们齐心协力，以各自的方式表达对上帝的爱。

我们以此荣耀上帝，我们因此而激动振奋。

在这样的日子里，我们不断地祈祷，祈愿我们能以一齐心志荣耀上帝，帮助他，在并不为晚的时候里，呼唤游失的孩子归家。

如果你不相信，你怀疑，你漠然，我想我能理解你此心此境。我也走过你的心程。如果你以为你自己软弱恢恢，让我告诉你，许多如你甚至不如你的人，现在却成为服务于上帝的最热情强壮的志愿者。圣经里说力量出自于嫩花柔荑。

我第一次参加这样的聚会，那是早在1934年的北卡洛林那的夏罗特市，当时我还是一个懵懵懂懂的16岁少年，尽管瘦精精的却雄心勃勃想成为棒球主力队员。而最不愿意的是做传教士。

第一个晚上，我缩在一个肥胖的女人那宽大如天空般的帽子下。仍清晰地记得当时，那阵阵的松香一浪一浪地掠过我的鼻尖……有一股奇怪的心潮在我心里翻腾，使我在那瞬间顿悟了基督。虽然我的家庭是一个基督世家，但在十多岁这稚心无羁的年代里我对它是不屑一顾的。第二个晚上，我却坐在了中间，热情洋溢地对答种种询问。你因拥有基督而知足吗？假如成为修道士你会依旧快活吗？谁将成为你信念的守护者？为什么我不能不假思索地做出抉择呢？

所有这些问题根源于个人小我的自大。直到我公开表白心甘情愿做上帝勤劳的仆人之时，上帝那一刻才真正进入我的心

灵之门。虽然不会是传教士，当时我心里还这样说。

几个月后，接连参加过几次基督祈祷会，我便决定以传教为终身之志了。

为了赚够钱去读神学院，我花了整整一个夏天去卖刷子。这次经历使我大悟：不管你在卖刷子还是信仰上帝，若你心中不燃烧着一团热诚与自信的焰火，你依旧如死灰一样。

18岁时被一个女孩子抛弃的经历深深刺痛了我，当时，这女孩说我未老先老，不可能把生活燃烧如炽。在经过长期而深刻的自我反省之后，我决定今生就踏踏实实做好一件事——不是为我，而是为了上帝。

在上佛罗里达的神学院期间，一开始我在附近的小树林里练习传教。几乎每天我都躲入这片沼泽地，将笔记本放在树枝上，对着唧唧喳喳的小鸟喃喃传福音，凶猛的鳄鱼，蹦蹦的青蛙和这蓝天白云下的一切都在倾听……

曾困扰过无数有志于为上帝工作的人的问题，这时也困扰到了我头上："我怎么知道上帝悦我如此？"

我得到答案的惟一办法就是祈祷。"上帝，"我说，"如果你悦于我传教，请给我一方讲台。"

就在当天，有一个人找到我，对我说，他听过我的传教，问我是否愿意在当天晚上的路边福音会里布道。祈愿成真——这就是回答——我由此开始了我传教的生涯。

今天，有一个一直愤世嫉俗的人问我——"怎样从上帝那儿算计报酬？""如果我改心归教，上帝会给我什么？"——我正词以告上帝会给我什么：

他宽恕我的罪；使我的心灵祥和；他驱散我惧死的阴霾；使我的创造之力蓬勃而出。但，比我从他那儿拱手接过的更为重要的是：我从此可以为他勤勉不懈，达我心志了。

空中来风

那是一个星期天。我马上要离开德州的家去肯尼迪角参加1968年的登月行动。我悠然地步入我们的小主教派教会会长的书斋。打算像以往许多次那样，请假不参加圣诞夜的诵经课。

“嗨，先生，你情愿做别的事也不愿去诵经，甚至宁愿去月球，是吧？”一个职业诵经者告诉我。

“可不能让他这么便宜就逃脱了，他在宇宙飞船上也得诵经。”另一个说。

于是我萌生了一个念头。我知道我们的会长詹姆士·博克纳神父当晚要以和平为主题布道。假如我们恰巧在他布道结束时发来一个信息——一个为和平祈祷的信息，那该多棒！

但我们马上就遇到难题了。我们的飞行计划中规定了几段从月球到地球的电视传播时间，但没有一个与圣诞前夜仪式相吻合的。如果一切按计划进行的话，做仪式的时候我们正好会在月球的背面，完全与地球脱离联系。

最后，我们找到了一个折衷的办法。我在飞船里开始绕月球飞行时朗读一段为和平的祈祷，然后让国家航空航天局的测竿接受信息，传到教堂。詹姆士·博克纳神父录下录音，在仪式结束时播放。

就这样说定了。前往肯尼迪角的日子到了。我们告别家人

起程上路。但随着时间的移去，我渐渐感到不安。我想这事想得越多，就越担心这段和平祈祷只给我自己的教堂是不是范围太窄了。那好几千呆在基地不去教堂的人怎么办呢？比尔是个天主教徒。吉姆虽然跟我一样是圣公会会员，但去的是另一个教堂。于是我跟另一个宇航员商议，让祈祷的范围更广一些。

有天晚上，在肯尼迪角我们正准备就寝，我对比尔和吉姆说："你想到过吗？圣诞前夜会有10亿人看着我们呢！想想，我们该怎样才能使那个夜晚更不同寻常呢？"

这个问题一直困扰着我。我让他们尽可能多提建议。比如说，比尔·安德斯建议我们读一个传统的圣诞故事。但那不就把非基督徒排除在外了么？那几天晚上我打电话给许多值得信赖的朋友。我打电话给发射地，给华盛顿，给家里，问我的妻子苏珊和两个儿子的意见。

最后有一个人——他要求隐去他的名字——想出了一个谁都没想到的主意，为什么不读上帝造人的故事？

"创世纪"显然是首选了。吉姆，比尔和其他预备队员都表示赞同。然后，我照例在晚上挂了个电话到休斯敦家里，妻子也同意了。

我乐意为国家航空航天局工作的原因之一是这儿几乎没有审查制度。从来没有人告诉我应该说什么或不该说什么。不过，出于礼貌起见，我还是想跟局里的头乔治·米勒博士和罗伯特·吉尔罗斯博士谈了我们的想法。第二天吃中饭时，我抽出一张纸条，上面写上了"创世纪"中的前十句，跟他解释了我的想法。

吉尔罗斯博士说："我们正在猜测你们会想出什么样的点子呢，这可是个好主意。"

于是我们就开始着手准备了。

吉姆,比尔和我决定各自带上一本圣经小册子。但问题出来了。圣经是用易燃的材料做的,必须得用一种特殊的防火塑料重新装祯,而那样的话就很难够着了。如果把圣经直接打在飞行计划里,不就解决了么?记载飞行计划的纸是用防火材料制成的,这样一来,把朗读上帝造人故事用电视转播出来就很容易了。

就这样,人类第二次月球之旅的正式记录中加入了"创世纪"中开头十句话。吉姆,比尔和我把这个信息和和平祈祷一起带上了飞船,我会在环月飞行中把它发给在圣·克里斯托弗的人们。

1968年12月21日7点01分,飞行开始,由于数千人的共同努力,飞行非常顺利。祈祷即是这种努力的一部分。竟有许多的人告诉我他们会同时祈祷,这让我惊喜不已。

我们到达了月球,开始了环月飞行,大约有一个小时我们处在月球的背面,完全是在黑暗中缓缓升起。当我们最后一次飞到月球背面时,飞行时刻表提醒我们朗读"创世纪"的时间到了。当我们重又回到寂静,刚好按时完成这一"创世纪"的使命。

至少,我们觉得已经完成了自己的使命。当我们返回时,发现并非所有的人都赞同我们朗读"创世纪"。

特别是有个妇女提出了强烈的抗议,认为宇航员不应该以这种方式表达他们的观点。还有一些人持同样的观点。我们收到了三十四封抗议信。但很有意思的是同时有来自世界各地的将近一百万封信赞扬我们这一富有意义的举措。

有一男子写信告诉我们,他是一个刑满释放者。没有人知道他的过去。可当他听说有人反对我们在月球上读圣经的举动时,他以一种极富戏剧性的方式表达了他的支持:告诉全世界的人他那不为人知的历史。

另有一封是古阿特马拉主教写来的信，感谢我们朗读了这段选自旧约的话。

我们同时还收到了许多从没去过教堂的人的来信，他们告诉我们这次活动极富意义。

人类第一次月球之旅已成为历史。飞行时刻表将在史密斯·索尼亚研究所结束。这样，我希望这一文件，与朗读“创世纪”一起成为我们国家历史的一部分。我希望这一历史性的记录不时让我们想起当我们绕过月球阴冷的背后，看见地球一点点从黑暗中升起，那一种激动的心情难于言表。

于我而言，这样的时间安排实在是完善极了，几分钟后我们倾听了“创世纪”的故事。真的，或许正是从那片黑暗中孕育出了我们崭新的地球。

婚姻价值

我说过,“爱”是人类的信仰。是的,爱是人类惟一的信仰。

所有的爱都有着善的一致,它们起着引导人类和抚慰人类心灵的伟大作用。对全体人类的爱是仁爱,对家人的爱是亲情之爱,对朋友同事的爱是友爱,对“情人”的爱是爱情。

在这些爱中,仁爱范围最广,它要求的是“无条件”的爱;爱情最狭,它的产生只限于两个最相恋的人中间。但是,没有爱情,所有的爱始终是有巨大缺陷的,拥有了爱情,才有完全的人生,才有最精彩的人生。

每个人走着不同的爱情道路,这一切都是在无穷变化的。但无论如何,这其中也必定有种恒定的力量在维持着、发展着这一切。

很多人曾经失去过爱,并且那爱正在消逝着,我也是这样。所幸的是,那些让人不快的往事都已经过去,现在我正过着一种幸福而向上的新生活。

在1965年的11月,我花了100万美元“买”回了自己的婚姻。

放弃钱财是一个梦想的结束。还记得,我曾经是多么多么地渴望做一个百万富翁。以前,常常跟着父亲到他那乡村杂货店里送货。父亲总带着欣羡的眼光看着面前的农场说:“瞧瞧,

孩子，这个人就要变成百万富翁了。”

或者，当某一位顾客带着什么东西推开商店的门走进来时，父亲就会压低嗓门说：“啧啧，儿子，做这个东西的人可发了。”

父亲是佃农的儿子，钱对他就尤为重要，毕竟钱在某种程度上说只对缺少者有用。受爸爸的影响，还在读阿拉巴马大学时，我就千方百计地想着赚钱。

在大学里，我碰到一个叫莫瑞迪斯的学生。我们畅谈了一宿，才发现在对美元的爱好上我们竟有如此投缘之处。一拍即合，便合伙倒腾起生意来。

由于还是在校学生，我们也只能在学生堆里倒腾什么小装饰品，校园电话本，甚至生日蛋糕等等小东西，就这样小分小厘地倒腾出来，到毕业时我们没有欠学校一分钱，赚了 25000 美元。

毕业后，我们又合伙开了专门办理邮购业务的富勒迪斯公司。还记得开张的第一天，一回家我就在日记本里奋笔疾书：“30 岁我一定要成为百万富翁。”

我就这样子孜孜不倦地去做了，可就在这孜孜不倦中，我几乎穷得只剩下钱，差一点就要失去生命中的另一半：我的妻子。

琳达和我是在读大学的时候结的婚。毕业后，她便跟着我到奥坷拉霍莫的伏特司勒地区服役，服役时间很短。在那儿，就靠我微薄的军队补贴生活，开的是一辆破旧的老爷车，住的是两小间租来的房子，但我们非常快活，这样子快活了六个月，我们回到了蒙特哥迈瑞。回来的这一天，也许就是我抛弃妻子的开始。

其实也不是抛弃意义上的抛弃，但确确实实有点像：我离开了琳达而一心扑在了我的业务上。

在蒙特哥迈瑞的第一天，我带着强烈的责任感想着，这下，

我可要一门心思地想着赚钱了。很多时日，莫瑞和我早出晚归，家是夜色中的家，妻子是星光下的妻子。功夫不负有心人，三年后，我们成为美国最大的烹调书籍发行商。可我们并不知道我们还要走多远，似乎永无止境，只有一天一天这样子继续埋头苦干。

当然，家庭危机也开始稍露端倪，我却毫无知觉。一天，我提前回家吃晚饭。“哦，爸爸！”我儿子，克瑞斯，高兴得像小猴子一样跳上来环抱起我，稚声稚气地说：“爸爸，你回来了，真好，可把我想坏了。”

回家？我根本就没去其他地方呀！

在短短的两个星期里，很突然的，我收到了我生命中最好的消息和最坏的消息。如此巧合，使我在措手不及中面临了人生最大的一个十字路口 。也许上帝就希望你能在他的这种安排下对自己的生活原则有明确而迅急地表态。

那是1964年的秋天，这是一个收获也是辉煌就要结束的季节。我们公司的财务主管满面春风地推门进来。她把一叠表格摊在办公桌上：“恭喜你，富勒先生，今天，你成为百万富翁了。”

我盯着这些表格上的数字，等着梦想成真的大喜涌上来。但没有，等财务主管刚一转身我就抓起身边的纸再次奋笔疾书：“下一个目标：一千万。”

两星期后，琳达从这道门走进来。我正在对员工部署计划，忙得没来得及多扫她几眼。

“结束了。”琳达说。

我没反应过来，琳达又重复了一遍。我站起来，走过去，轻轻将她抱住，柔声问出了什么麻烦。琳达只简单地重复了一遍，“我们的婚姻死了。”

我们开着林肯车慢慢地驶在阿拉巴马的乡村小道上，谈了

一个多小时试图沟通。但我们之间已失去了原有的灵犀。琳达只在结结巴巴地重复，而我则紧张地追问：出什么事了？出什么事了？

琳达说她打算去纽约。以前，我带着琳达曾一起到纽约做过生意，当时参加了百老汇大街的基督教联合会，听了罗瑞司·达金博士的布道。“我想去找达金博士谈一次。”琳达说，“我得好好想想了。如果我对你说什么，我会给你电话的。”

第二天，她走了。

虽然我很少跟她在一起，但她走后，我的心连同这房子都变得空荡荡的，有一种逼人的哀伤。我不得不花很多时间照顾孩子们，但他们显然被我突然的转变搞混了，全都失去了往日的调皮，变得羞羞答答。在办公室里我可以给各部门的头开一个星期的会，但在家里我却不能轻松打发掉晚上一个又一个小时。最后，我不得不认真想想这事的前前后后，才意识到我们婚姻的这个小裂缝其实是一个将要崩溃的开始。而导火索是我，因为无论在家里，还是拜访朋友，甚至在教堂里，我总是心不在焉，我在想着销售业绩，盘算着如何发展，斟酌着一封措辞委婉的信。

为了明天的目标，我浪费了今天。人总在追逐着前方的光华而忽视了沿路的风景，等反应过来时，好景已不在。这个夜里，我翻来覆去睡不着，我反反复复问自己，如果我全盘放弃会如何？如果琳达和我重新再从一个小房间开始，重新再开上那辆老爷车，甚至再重新认识一次，一切又如何？这个想法逼得我彻夜难眠。

终于，琳达给我打电话了，那声音从遥远的纽约传来，怦然落进我心里。“你能在星期二来这儿吗？”

我如期到达，下榻于曼哈顿宾馆，那一晚我和琳达心口不知堵了什么东西，竟然无言以对，恍如刚入学的孩子，一切是那么

陌生，自己又那么胆怯。我们决定去看一部电影，也许是来自冥冥的感召，琳达不经意间竟选了一部《一切不为晚》。还站在门厅的时候，她哭起来。

“我们还是出去吧。”

漫步在五彩缤纷的第五大街，11月的冷风飕飕袭来，我们不得不高高竖起领子。琳达还在抽抽搭搭，我们只好站在一道门檐下，将这么多年家里的对对错错抖落了一遍，不知不觉一个小时就这么滑过去了，天已经变得很冷很冷，有一种异乎寻常的冷，我叫住一辆的士起程回旅馆。

在出租车温暖的小空间里，望着窗外大街上斑斓的霓虹幻化成的光影从我身边一晃而过，有一种异样的感觉缓缓升起，仿佛上帝的声音从心外传来：“麦拉德，为什么不听天定命？”——从这一刻开始，生活的小船开始荡出旋涡。

进了房间，我对琳达说：“我们现在要做的也能够做的就是从头开始再重新选择一次生活。我们抛弃了上帝那么久，所以都找不到家了。可如果我们舍得放弃现在的生活，我们依旧可以从头开始。”

我抓起电话，拨通了达金博士。这时已是午夜了，午夜下的街还是那么五彩缤纷。

“打搅了，达金博士，是这样的，刚刚我对琳达和——上帝起誓，我，我决定，卖掉公司，并且放弃所有财产——所有。”我特意咬了咬最后两个字的音。

“麦拉德……”琳达惊喜的脸上是盈满泪水的眼。

“现在，我们回到了上帝身边。一切听天定命。”

“哦！麦拉德，”琳达使劲点点头，“那也是我一直想做的。”

那一个晚上，那个尘世五彩缤纷的晚上，我的人生开始转弯。我把我公司的股份卖给了莫瑞。也卖了很多私人财产——

两部车，房子，湖上的小船，快艇，所有的马和那小块美丽的小田园，我们曾打算花15万美元在上面建一栋房子。钱捐给了各种各样的慈善事业。

一晃眼已是四年了，这四年里，我们得到了以前从未有过的快乐。我们又有了一个孩子，琳达在我们的小公寓里忙乎，而我也忙乎于我的新工作等等。有一点点不同，我的新工作也是琳达的老工作：我与她一起共同忙乎于照料孩子。同时我也在做一些我最喜欢的事：赚钱，但，却不是为了我自己的利益。

我依旧很忙，但很奇怪的，却有了更多的闲心。我的闲心使我的心灵有了空间与琳达息息相通。也是这份闲心使我们重温新婚，而上帝是我们的主婚人。

许多朋友迷惑不解，"嗨，你有必要放弃那么多吗？而且你既然做出这样的选择，为什么又不建议别人也这样？"

确确实实我没有。我始终认为没有必要去要求一个热衷于权财的人放弃他苦心经营的一切，也没有必要断绝尘世千丝万缕的关系。但我以亲身所历告之：我放弃百万家产的这天，就是我成为富有者的开始。

抓住我的手，望前看

新奥尔良的人没有谁会特别在意1960年11月14日这个日子。但我们深深地记住了它：这一天，联邦法院允许黑人进入公立学校读书。当时，种族隔离已经在很多地方取消了——公共车，公园，路易斯安那州大学——而这些都在不是很紧张的气氛下顺利进行。

但现在种种迹象表明形势不妙。有一些人发起一场签名行动，表明不让自己的孩子上取消隔离制度学校的决心。我妻子、戴茜早在11月份一个阳光明媚的下午就碰到了麻烦，而这仅仅是一个小小的开始。

戴茜时不时卖一些化妆品、珠宝，那天她正给邻居看新目录，这种请愿书就传到了她手上。

“不，”戴茜说，“我不签，我想这是不对的。”

这位妇人哗的把书合起来，“我想，你最好还是走吧。”邻居的友谊，两美元的销售额就这样的在戴茜的信念之下泡了汤。

11月14日，星期一早晨，戴茜和小罗拉站在门边送六个孩子上学，其中，雅兰达，我们倒数第二个孩子，要去穿过三个街区的威廉姆·弗朗斯学校。当戴茜看着她蹦蹦跳跳地消失在街那头时，她并不知道另一个6岁的孩子，茹比·布瑞吉也向弗朗斯学校走去。茹比是个黑人。

我出去上班的时候就听到了这个消息。这个麻烦其实是害

怕麻烦的麻烦。母亲们一听到茹比去上学，立即蜂拥到学校把孩子领回家。

第二天，戴茜像往常一样站在门口送雅兰达上学。

谁都没说话。

昨天晚上在厨房里我们就这事已经谈得够多的了。戴茜近几年已经成为教会学校里严于律己的好学生。“如果你不把你的信念附诸实践，那么坚守信念又有什么用呢?”在锅里的水快烧干的时候我把手放在戴茜的肩头上，轻拍了两下，点点头。

那天，戴茜陪着雅兰达去上学。在学校对面的街道上站着一排母亲。“雅迪，”戴茜轻轻说，“如果这些人对你说什么，你别理睬，只要紧紧抓住我的手，一直望前看。”

这些人已经叫嚣起来。“嗨，戴茜！你要去哪儿呀?”

几个人穿过街道向她们逼近。其中一个发出猫似的尖叫：“瞧瞧，这白黑鬼!”

戴茜和雅迪转进了校园，把这些女人甩在了后面。她们走进凯小姐的办公室的时候，外面的叫声还回荡在大厅，一浪一浪的。“啊!”这个老师欢喜地叫道，“嗨，雅迪，很高兴你能来，过来，坐在这儿，别靠近窗子……”

当戴茜离开学校的时候，人群还在那儿等着。一路上，她们用恶毒的语言威胁攻击戴茜。戴茜一回到公寓，便瘫在了椅子上。鼓着勇气做完事后才感觉到那种深深的恐惧。

但戴茜还是坚持了三个星期。她之所以能坚持这么久，很简单，她从未回过头。

这就是我的妻子。当她坚信自己是对的，她就会紧盯着前方仿佛看着面前的上帝一样，她就这样子走下去，走下去，追求着前方的曙光……

我过去一直以为这种雄心壮志只属于象牙塔里的人们。而

不是我的妻，这个平常的戴茜。但，她就带着这么一股子劲走出家门，穿过三个街道，到达费朗斯小学校。

“你怎么能忍受这一切?”有一个晚上我问了她一句。

“吉姆，如果我看到她们的脸，我也不能够，如果我把这些愤怒卑鄙的一切看在眼里，我也会停下来放弃。但，我心里一直想，这一切只是表面上的。她们当中的许多人，内心里还是善良的，我望前看，就看不到人们的恶，但我能记住世间的善。”

这是多么奇怪的想法却又是多么巨大的力量。它引导着戴茜走过向她扔臭鸡蛋的街道，忍受着扔进我们卧室的石子儿的攻击，笑着面对冲上来打她的女人。

但让人高兴的是，有一天，一个邻居对戴茜说她愿意加入这个两人行，接下来的几分钟里，四个两大两小的人就这样走在了这一群愤怒的妇女当中。

她们倒没碰到多少麻烦。但下午回家的时候，我们的邻居忘了，她转头看一眼，她的脚步凝住了。她看到了四十个捏紧拳头恶狠狠地挥舞着的妇女那凶神恶煞般的脸。她退却了。

又一个星期过去了，压力一天强似一天。戴茜，开始怕了，不是为了自己，而是家庭。因为越来越多的石子朝家里扔来。我们不得不在窗子上挂起厚厚的毯子，整天生活在一种孤立无助的阴影之中。戴茜和我也受到了威胁；我们失去了朋友；稍大一点的孩子不得不呆在厨房里听收音机。如果你是一个十多岁的孩子，没有朋友是一件很恐怖的事。“每一个朋友，爸爸，每一个朋友都不跟我讲话。”孩子心情阴郁地对我诉说道。

我也受到了同样的压力。我早上去工作时，每一个人——除了一个，上帝保佑他——都移到了屋子的另一边。而且我还被降级了。一天我被叫到头儿的办公室：“刚刚来了两个电话，盖布瑞利。你的小女儿遭到枪击。”

我冲出门，跳上一辆的士，飞驶赶回家。发现雅迪正在屋里玩。只是一个恶作剧。我不知我还能坚持多久，一切在为我所不能控制的方向发展着。

第三个星期的星期三。当戴茜和雅兰达离开学校，他们迎面碰到了一群人。戴茜的心紧缩起来。面对着这一群人的叫嚣，戴茜还是守着心里的一方净土。她提醒雅迪一直看着前方，别回头。

小雅迪忘了。半途中，她回头了。戴茜感到握在手里的那只小手顿时紧张起来。“不要怕，宝贝，啊?”她不停地安慰着。

但雅兰达还是看到了这些因愤怒而扭曲了的脸。一回到家，她便哭了，她再也不能从脑子里抹去这些脸了。她拉着妈妈不愿松开，一晚上都不肯睡觉。

成年人可以挺身面对种种风雨，却不能强迫不经事的孩子陪着淋雨。但值得高兴的是，我们走时已经有十个孩子在学校里读书了。一个午夜，我们悄悄而伤感地搬离了戴茜居住了三十五年的小镇。把家具都留在了原来的公寓里。

我们搬到了诺霍达岛上的森特达里小镇。一切又得从头开始，从锅碗瓢盆到朋友都是新的，对于戴茜所坚守的一切值吗?

令人鼓舞的是，我们听说新奥尔良学校委员会选出来的人是这股恶势力的强硬对手。不久，便有信写来，代表大众的呼声感谢戴茜所做的一切。

但尤为重要的也许是一个单身邻居的行为。这个人使我们感到为上帝而为，永远不会孤军奋战。此地灭下去了，彼地又燃烧起来。

这个人以前与我们同住一栋楼。但我们知之甚少。我们走后，他牵着儿子的手走过戴茜走过的门，穿过戴茜穿过的人群，听着戴茜听过的辱骂，义无反顾地走下去了，义无反顾……

我心如水

一大早我就被一个怒气冲冲的老头叫醒了。他喊着他的妻子就要死了，是我的药把她害得这么惨的。我慢慢坐起来，试图从混沌中醒过来。我昨晚忙着给一个被老虎抓伤了的小孩子做眼部手术而整夜没有睡觉。我刚上床还不到一个小时。

我跟着这脚步踉跄的老头到了急诊室，他妻子蹲伏在那儿。我还记得，两星期前，我从她的脖子上取下一个大瘤子，我已尽了最大的努力使手术不受感染：消过毒的仪器，消过毒的手，麻醉剂，无菌白罩衣。但现在，在苍白的灯下我却看到绷带周围有一圈青紫的线条，很明显已经受到感染了。

我急忙打开病人的衣服。比这还糟的是，这女人的皮肤下面有一团腐烂的黑糊糊的东西。我用拇指和食指捏起一点点，是腐烂了的蝙蝠翅膀。

我迷惑不解地看着她丈夫，“这是，”他头一扬骄傲地说道，“放在那儿可以减轻她的痛苦。这是再好不过的了！瞧，这脖子多有血色。”

亏得有盘尼西尼和血浆，才使得她从丈夫殷勤的服侍下活了回来。但对于我，她仅只是今天我所诊治的 100 名患者中的第一位。当我正重新包扎着她的伤口时，一位母亲带着一个五岁大的孩子来看病，这孩子既不能坐正也看不见东西。“他平常都吃什么？”我问。你猜是什么，全都是米饭和水！难道一个孩

子就不能吃其他东西吗?

一个男士给我看了他手上一个轻微的抓伤,但拖得太久了已经感染,我不得不告诉他恐怕他要失去这只手了。一个满眼忧郁的女人忧心忡忡地问我能不能使她生育孩子。因为她曾经有十一个小孩,全都死去了,瞧瞧我的药瓶有没有什么神奇的药可以使她下一个孩子存活。

为什么我的大半生时间都与这些伤痛的人在一起呢?我想最好的回答是,我的生活被助人为乐的愿望所燃烧——这可能是最好的回答——但不是真心真意。

如果人有生存愿望,我想我的愿望恐怕只是逍遥悠哉于天伦之乐里,有很多的钱,有自己的马。去国外留学,或做一个钢琴演奏家。

这不是表面上的好时光。我们能从此心此境获得真正无比的快乐。我想也许是父亲的信念使然。你可能已经感觉到了我家是一个虔诚的基督世家。我们无时无刻不在祈祷,早上起来,坐下吃饭,吃完起身,上床睡觉,以及时不时的小聚会里。我最喜欢的祈祷是《基督登山训示录》。

当时我非常喜欢其中一段,它触及到了我的心灵深处。"受到护佑"就是"幸福"——我一直在想这就是幸福的原则。

但现在回想起来,应当是第二段,护佑那些悲伤的人……这对我来讲有特殊的含义。父亲已多次向我解释了"悲伤"这个词在圣经里的意思,并不是"不高兴",很简单,他说就是"尘世间,体味苦难多于感知欢乐"。

我不同意这个说法。人以什么来区分痛苦与欢乐呢?

即使最后我进了医学院,也并不因为被悲惨的人的悲惨打动,而是想将我的欢乐与他们分享。

在我还是学生的时候,常在实习医院里碰到一些孤独的老

人。所以我买了一辆敞篷汽车——长长的很阔气的那种——一到周末，我便载着这些老人们去兜风。当我们从车里钻出来时，他们因这份新鲜而欣喜无比。如果你有快乐，你就与人分享——这就是我对幸福的定义。

要不是1954年7月的一个热得要命的早晨，也许我就会远离了这种生活。当我从医学院带着医生和海军上尉的衔号出来时，一切对我来讲是新鲜而陌生的。我们的军舰被派到西太平洋巡航，在这漫长的日子里我一直在想我该去哪儿，去麦索瑞吧，倒是一个养马的好地方。甚至在那天舰长宣布驶向越南北部的海湾去把难民运到塞肯时，我还在想该去哪儿好。

在海湾，一艘小船从海岸靠近我们，这是一只仅能容纳100人的小登陆船。但等靠近我们时我才看见上面竟坐了1000人，天哪，绝大多数都是小孩！

在波涛汹涌的海湾上，海浪一遍遍地刷过小船，在115度的高温下，大部分小孩虚弱不堪。现在他们就在我旁边，我想我也快晕过去了。有出水痘的，有患结核病的，有晚期癌症的，等等，甚至还有一些我根本叫不出名字来的病。这就是我对亚洲的第一印象。

当他们挣扎着爬上船，那种长期得不到清理的恶臭冲天而来。我想转身跑开，想大吐一场，想假装看不见这一切。

但我是船上惟一的医生，我收拾起我那可怜的工具：药瓶、针、棉布签，闭着眼睛，绝望得向面前如山般的苦难发起攻击。

但不久以后，一种奇怪的热情从心底油然而生。很显然这条断臂只消用小小的石膏便可消除痛苦！一点点维他命就可使这人站起来！这只发肿的手只需一把柳叶刀便可解决问题。我才反应过来，对于从未见过医生的人们来说，即便是一个笨手笨脚的新手也能带来奇迹。

几小时以后，我停下来，伸伸发酸的手臂，突然有了我一生中最大的发现，我是那么那么快活，第一次体味到这种无穷无尽、发自内心的愉悦。

我们又折回海湾去救助另一艘难民船。现在我们已经能够治哮喘，百日咳和麻风病，而不是简单地把这种高传染性疾病运到塞肯。我在海岸上搭了一个临时医院，在他们上船前先救治一下。我自告奋勇去岸上工作一个月。但一停下来竟然与这群被世界遗忘了的61万个难民呆了九个月。

我曾经是迷恋敞篷汽车喜欢新衣服的大小伙子，而现在竟然整天穿着汗津津的卡其布大褂，留着两星期没剪的满脸胡须忙得团团转。带着愉悦，带着光荣的使命感，清洗已化脓多年的伤口，清洗病人——他们当中有些人竟从未洗过澡。

这次救援结束后，我回到了家。等结束了服役期和有了足够的钱我又回到了印度支那建了一个简陋的医院，在老挝与那些被疾病缠身的悲惨的人生活在一起，甚至教一个老挝老太太如何用肥皂洗手。

最近我收到了一个知道我生活目标的老教授的信，他问到"发生了什么事，为何你会变化如此?"

我回答："不是变了，我始终如一，依旧是你的那个刚愎自负的学生。以前我从未想过除了个人幸福之外的任何东西，但现在我想到了，我见到了，我也去做了。"

耶稣登山训示我们的时候，指出某一天，那可实现的理想并不是一个梦幻般的世界。他只启示，他只努力去做，去解决他能碰到的事，所遇到的困难。他说，如果你很悲伤，你就努力去做，去帮助，不管努力多么微卑，一滴水也能滋润一粒土。——你将因此而快乐无比。滴水也显真情，也有真知，也能真乐。

我便是这滴水之情，滴水之知，滴水之乐的人。

凡心勿忧

我永远也忘不了这个日子，布朗克·瑞奇，这位多及尔的布鲁克林协会主席，邀请我参加棒球协会。这意味着如果我够格的话，我将是第一个参加比赛的黑人。

瑞奇先生的办公室非常大，只简单地摆了一点家具。有4幅镶了边的画挂在墙上。一幅是列欧·度偌奇尔的（多及尔的行政长官）歌德式镶金边相片。另一张是卡利·巴日特的近期肖像，他是此行业最有名气的球探。第三张是陈纳德将军。第四幅慈祥地对着我展开满是阳光的笑颜的，是亚布拉罕·林肯的肖像，这位具有悲剧色彩，而又令人起敬的总统先生一生追寻的就是：博爱……

这一天是1945年8月29日，美国人民永远不会忘记的日子，我们的海军登上了日本领土。天非常热，阳光透过百叶窗一个横条一个横条地投射进来，布鲁克林的蒙特圭大街的喧嚣混杂着波罗大厅外面的汽车尖叫也一个横条一个横条地穿梭进来。

办公桌后面是布朗克·瑞奇，这位高大，强壮，浓眉大眼的先生，现在，他那既像是父亲又像是老板的气质，透着一股要打破棒球主力队里肤色界线的锐气。

我对这个机会欣喜若狂。这是一个极富挑战力的机会。

但，我能行吗？

“瑞奇先生，”我说，“对于我们的民族和我来说，梦想就要变为现实，可种族歧视已在棒球主力队里存在了七十年。这意味着，对你，对我，对于我的种族和棒球队，前面或有不测风云。”

“不测风云？”瑞奇先生从他的舌尖滚出这话，仿佛他很喜欢这个字眼。“杰克，你知道吗？当我第一次坐火车时，我还是个小男孩。坐在旁边的是一对老夫妇，他们是第一次坐火车。我们正横穿洛基山脉。老头坐在窗子边往前眺望，突然，他对妻子惊呼，‘上帝，我们有危险了，我们正往悬崖上冲去，我们就要冲下去了!!’

“听着那车轮子的声音，此时，在我幼小的心里，仿佛也在重复‘危险，危险，危险……’，现在，可再没听过轮子会这样叫，但当时，确实是这样响着‘危险，危险，危险，’”瑞奇先生双手在胸前作轮子状地比划着，“可火车就在这当儿拐了一个弯，进了隧道，我们到了山的另一头。其实，我们在生活中所面临的‘不测风云’也不过如此。杰克，我们信赖上帝，就用他赐予我们的勇气迎战‘不测风云’。但你得学会审时度势，这样你才会变得聪明起来。”

这个小故事深深地烙在了我的脑子里。它帮助我越过了最后的一个又一个难关。我带着强烈的责任感和感激的心情签了合同后暗暗发誓，我一定不负众望。

“上帝与我们同在，杰克，”瑞奇先生平静地说，“你知道圣经里怎么说吗？用美好圣洁的基督精神面对现实，明辨是非。虽然，我们不能出去大声宣扬，因为这无异于以卵击石。但我们可以齐心协力，用我们的智慧与共同的信念迎战‘不测风云’”。

为了让我适应环境，第一年，瑞奇先生送我去了布鲁克林协会乡村俱乐部。正如我们所预料的，我成了“不测风云”的导火

索。赛事前的热身赛被取消了，因为"肤色混杂"。虽然，官方另有一套托词。

一些队友开始怨恨我。我理解他们。要求他们没有种族问题困扰，心无所绊地去比赛，还尚需时日。我尽量塞住"兔子耳朵"，对一切怨声充耳不闻。

其实，所有运动员都有一个毛病，很在意球迷的唏嘘之声，何况我，一个嘴上无毛的青年？

我对我的一场漂亮战至今仍记忆犹新，那是代表蒙特瑞尔市去参加约瑟城举行的公开赛的时候。当时，压力很大，我紧张得不得了。但在比赛中，我接连击中四个球，我做梦也没有想到会有这么漂亮的开门红。

虽然随着赛事我参加了一场又一场滚动式的比赛，但球技却像3月的天时好时坏。但一直锲而不舍，我很清楚我必须坦然处理每一个变化。事事谨慎的结果无异于在一个人争强好胜的性情上安了一个控制器。

每一个运动员总会有怒气冲冲的时候，不过，爆发时像安了一个安全阀门，因而不会留下什么后遗症。一个情绪低落的击球手也许会闯入内野，用脚把球踢向一垒，以示他已击中这个投球。然后，裁判罚他出场，这气急败坏的运动员将帽子从头上拔出，狠狠地摔在地上，对着裁判咆哮着狂泻他压抑了好久的怨气。球迷们对这个队员的好恶得看他是主力队员呢，还是候补队员。而裁判也转过身去，置之不理。球员出完气后，跑回去一屁股坐下来，心也平了气也消了。这就是比赛中的一个小小的插曲。

我可不能用这种方式使性子。许多人便给我一个绰号叫"火山头"，并说这种脾气就是我们黑人不该参加棒球比赛的原因。这就成为我不得不面对的一个大问题。

不过，随着赛事的深入，球员们开始与我融洽相处。我的球技也有了很大的长进。当整个比赛都结束时，蒙特瑞尔在初级联赛中荣登冠首。我也以平均击球率 349 的成绩无比自豪地登上最佳击球手的宝座。

1947 年的 4 月 10 日这一天，可敬的布朗克·瑞奇先生给我带来一个最振奋人心的消息：我正式加入了多及尔的布鲁克林协会，成为进入主力队的第一个黑人。

我被安排到了一个奇怪的位置——首垒，这更增加了处理我在通常赛事中面临的毁誉问题的难度。在蒙特利尔我打的是二垒。

又是蒙特利尔，这一次压力要大得多，奖金更为丰厚，比赛更为激烈。它不仅仅是有色运动员能否在主力队效力的问题，更牵涉到了种族问题：人们能否通过我的表现改变对黑人的看法。我们的能力，我们的信仰，是至少和白人一样的。

我不断祈祷，我第一次为这事而祈祷。

作为第一垒手，在接球掷回时，我这名生手暴露了好多缺陷。在广大球迷和队员们的全力支持下，我努力地将它们一点点弥补了过来。

我又碰到相同的问题了。对方球员投了一个底球到内野。当他跑过一垒时，他的棒头打在了我的脚上，痛得我倒吸一口冷气。有意还是无意？鬼知道。这个好强的球员先发制人地冲出拳头，我眼前蒙上一片鲜红，我绷紧了神经克制，克制……这时队友们冲上前来，与我同仇敌忾，看着他们的急样，一股暖流流入心中。我释然了。

这一年，多及尔赢得了锦旗。我惊喜地得知大家认为我在这次胜利中功不可没。但我更珍视另一个胜利：棒球运动开始接受黑人。从现在起，有色人种球员只要达到水平就能成为球

员。

正如瑞奇先生说的，比赛是美国人的比赛，黑人和白人的，现在既然我们赢球了，那么我就敢向人们说：

“信仰万岁！黑人万岁！”

美丽无界

当凯瑞奔跑着跳上了校车，前门“砰”的一声关上了。“三个孩子走了，”我心里念叨着，“还有四个。”

卧室里，我编完多蝶的第一根小辫，正准备套上橡皮筋，浴室里传出一声尖叫，我飞速冲进去，多贝撞在洗漱台上伤了嘴唇。

当我正用棉花团敷抹伤口时，辛迪穿着睡衣出现在门口。

“妈妈，让达斯迪不要再用我的袜子了！”他叫道。

“达莉！”偌伊从卧室里发出声音。“要知道录音时间是 10 点！”

我冲到厨房里开始煎鸡蛋。“等孩子们离开后，我就有时间整理那些衣服了。”我对自己说。洗衣机已坏了两天了，堆积的脏衣服像小山一样。

我正要把鸡蛋饼从锅里铲出，电话铃响了。

“偌杰太太吗？”一个女士满怀歉意地说，“今天，你和偌杰先生能否在 9 点而不是 10 点赶到录音棚？”……

只是今天这么紧张不堪吗？不——这是偌杰家很平常的一天。

如果你有几个孩子和一个忙碌的丈夫，清晨起来，恐怕你家跟我们这个家的情形相差无几。并不仅仅早上是这样，整天哭

声、笑声、叫声、蹦蹦跳跳的声音此起彼伏，再加上千百个小危机此消彼长，一天又一天日子就这样子过下去了。我们中许多人肯定能临危不乱，但作为母亲所共同面对的问题却是：我怎么应付每一个如此平常又不平常的日子？

实际上，有时我想我的日子要比其她母亲轻松一点。工作时，便让沃多娜帮我做饭，照看孩子，再找一个人帮我洗洗衣物。人们常常问我，我是如何做到既能养家又能在好莱坞里突飞猛进。我告诉他们，养七个小孩是第一职业，好莱坞其次。

我忘不了一个很平常的星期六。那天，沃多娜去度周末了，孩子们天不亮就开始叽哩呱啦闹起来。我想那天，如果我失去理智的话，我也要跟着发疯。我需要坐下，整理整理乱纷纷的思绪，然后请求上帝给我多一点的耐心。但要跟上帝说话，我一直认为，得有一个安静的环境，否则，上帝是听不到你说话的。可这屋里，我环顾四周，可能吗？

所以我跑到屋后乱石堆里，躲入停在那儿的一架塑胶飞机模型里，想象自己翱翔于空中。在那儿，我积聚心智，祈求力量。可我在想什么呢？除了孩子，还是孩子。为什么琳达还没吃完饭？我能把孩子们放在那儿不管吗？多蝶正着迷于什么东西？……

“这没用的！”我对着天大喊。祈祷没用，我只好走回那一片狼藉的家，上帝是不屑于帮一个妈妈管孩子的，我这样想着。

我试着读圣经，但还是没用。我觉得，读圣经应该是顶顶重要的事。所以我单独安排了一个时间：每天早上第一件事，花半小时读圣经。

但如果你家像我家一样，那么早上是不可能有什么“第一件事”的。清晨，你睁开眼睛，你就知道第一件事你该做什么了，一个孩子病了，另一个找不到家庭作业，你就这样糊里糊涂地卷入

一天繁碌的旋涡里。等到终于可以喘口气的时候，你才突然想起你那顶顶重要的事：读圣经，嗨！早就忘到九霄云外去了。

最后，我决定逃跑几天，求个耳根清净。说做就做，跟着四个女教友，到附近山顶上的修道院避静了三天。这三天里我们当中的任何人不准说一句话。

在那高高居上的至静里，我从另外一个角度了解了我那留在山下喧闹的家。说起来，还真不好意思，只是一个小而又小的发现而已，但，对我确确实实有不同的含义。我终于明白我的家不是一个修道院！

这些圣洁的女子过的这种有序的生活是世界上最至美最无私的奉献，但这不是我的生活。我是一个妻子，更是一个母亲，我的生活就是我的信仰，那其中的繁杂事务正是我的信仰所在。生活的意义由此显现，真理的真谛由此了悟。

我仍旧想着读圣经是一天的头等大事。所以，在厨房里我放了一个像面包的小盒子。我叫它"生命的面包"。里面放了一些小卡片，上面记着从圣经里摘抄下来的章节。现在不用专门挤出一两个小时的时间，只需争分夺秒就行。比如，我在等煮早餐的水开时，我就有时间捡起一张卡片来用心读它。

我就这样子读圣经，读到孩子们上了床，一天也就结束了。这样子周而复始，很少有间断。

接着，我发现了一个好地方做祷告，根本就不用找什么绝对安静的地方。那就是我的车。我家的牧场远离尘世的喧嚣，所以我经常驱车到那儿祈祷。而且，从杂货店到洗衣店有很长一段路，当有一个孩子在学校里交了朋友，他便会常常住在山谷那头。

以前，我一在车轮子上花费时间，就焦躁不安。现在好了，我尽量开得慢一点。这样我就有时间去想每一个小孩向上帝祈

祷给我耐心，教我理解他们。

教授圣经现在也有很大不同了。我们在起居室里放置了一个小小的祭坛——其实，只是一个放收音机的老式盒子，盖上一块方巾，上面放了一根蜡烛——我们原来打算每天晚上聚在一起祈祷、上课。但，到了晚上，不是这个孩子要去参加聚会，就是那个孩子要去唱诗班练唱，因而，我们的课程也就一而再，再而三地耽搁掉了。

今天，我没有给孩子们上宗教课，而是讲了耶稣基督小时候的生活琐事。多蝶一直怕黑。一个晚上，当我哄她上床时，她又开始哭起来。

"妈妈，不要关灯，好吗？"她可怜巴巴地乞求。

"如果妈妈跟你在一起，你还会害怕吗？"我问。

"当然不了。"多蝶仰着小头说。

"可是，妈妈不能老跟你在一块啊。不过，多蝶——上帝会的。"

多蝶安静下来，我蹑手蹑脚地出去了，没有关灯，亮亮的。几分钟后——噢，奇迹中的奇迹——我听见灯喀嚓一声关了。接着，我听见多蝶细声细气的声音，她在黑暗中说："晚安，耶稣。"

噢！

还有一次，我和多蝶在牧场的一个僻静角落里走，突然，两只凶恶的狗蹿上来，小孩子吓得尖叫。多蝶是我们从朝鲜收养过来的，在那个国家的战争期间，狗被训练去杀人。她甚至连我家那头温顺的老狗"子弹头"也不敢接近，更何况这是两只凶狗。

这时，我想起一次上课，我曾给孩子们读的那一篇文章：爱能驱散恐惧。我向狗伸出双手，尽量以爱怜的口吻说："可爱的小狗，小乖乖！"狗慢下来，停住了。我不断说着这是多么多么好的小狗，最后，它们停止了咆哮，反而用那粘乎乎的舌头舔我汗津

津的手，甚至扑上来舐我的脸！

没有其他任何一课关于爱的课程能有如此鲜活的效果！

而且，我没有通过什么仪式七弯八绕地祈求到上帝的帮助。就在这么一个普通的地方，这样一个紧急关头迎来了上帝——他帮我解决了一切。

过去，饭桌上总会发生一些小争吵。孩子们常常把下午的争吵也带到饭桌边喋喋不休，偌伊和我不得不占用吃饭时间不情愿地充当法官，处理一桩又一桩的"申诉"。

后来，我有了一个主意。吃饭期间，由家中老大，妈妈我，大声地朗读圣经。读什么可以使饭桌上所有的争吵都静下来？当然只有圣经。不过对于5岁的孩子来说，有点难度。刚好，这时我发现一本《悲伤的圣经故事》，简单得刚好适合多蝶和多比，而对其他十多岁的孩子来说更绰绰有余。

每一个章节花十几分钟读完，足以使孩子们忘了争吵。只是，我自己的土豆已经凉了——也许引用圣经里的一句话来讲，就是：

和和睦睦中，一小块干面包

胜过

争吵中的满屋佳肴！

从此永恒

我依旧还记得十年前一个春天的早晨，我吹着口哨晃荡在纽约公园大街上。不一会儿，就踱步进了我的医生的办公室，朝他的接待员点了点头——直到现在他还是我的老朋友。自从两年以前一次癌症手术后，每一个月，我都来这儿，接受相同的程序：医生熟练的手指在我的脖子周围捏来捏去，再拍拍我的背，“一个月后见。”

但在这之后的另一天，医生的手指捏了好长时间。当我离开时，我被安排两天后到麦莫瑞医院做外科检查。真是同天不同日啊！

我走在同样的街道上盯着同样的落日，但这次却有了一种冷到心骨的恐惧伴我回了家。所有的癌症患者都有这种恐惧。人类已使尽了解数但到现在还是奈何它不得。当然，现在我不再害怕了。其实这归根结底是对死亡的恐惧罢了。

我第一次去了教堂，去寻找一个黑暗的个人空间。那是在第五大街上的圣索马斯大教堂。我很机械地坐下，几分钟后，一个年轻的执事走上讲台做了一个午间祈祷。当时我还不知道这是怎么一回事，但这简短的发言一下子打开了我的心房，让我开始把这种恐惧一点点扫出去。

这次布道，表面来看好像与我无关。他的题目是……信仰

上帝的人获得永生。我不想永生，我只想活好我的今生今世！

第二天早晨我又听到了相同的话。电话铃响的时候，彻夜未眠的妻子狄比和我正在喝咖啡。电话是邻居凯瑟林·玛莎·列索德打来的。

“约翰，”她说，“你能过来坐几分钟吗？我已经知道了，我想跟你谈谈。”

凯瑟林在门口迎接了我们，她没有化妆，脸上也没有笑容，这是没有语言却甚于语言表达的关爱呵。她领我们进了屋，没有什么客套话便直接谈起来。

“也许我有点自负，但我还是想跟你谈谈你的信仰生活，我没有权利去肯定它是你所缺的，毕竟你已为指南报写了十多年的文章。但那些越大谈信仰主义的人越远离现实世界，他们的内心却越彷徨不定。”

我看看狄比，她无动于衷。

“约翰，”凯瑟林继续说，“你相信耶稣就是上帝吗？”

以前我最讨厌听到这些问题。我想她肯定又要说上帝能治好一切，或者祈祷吧，为我悲惨的一切。但自她给我提了这个问题后，我便想是应该认真地考虑一下了。狄比和我作为基督徒仅表现在于申请表上填上“新教徒”，参加教会的日常活动，或送孩子们去主日学校等等这层意义。其实这只是习惯而已。我从来没有把这种问题放在心上过，耶稣就是上帝吗？

“你也许会问这有什么不同，”凯瑟林说，“约翰，这是生与死的区别，圣经上说，如果我们信了上帝，我们便不会死去，我们获得了永生。”

又来了。但这正中我信仰困难的要害。我知道圣经所承诺的，我尊重甚至妒忌那些不加怀疑而接受的人。但对于我自己，总有逻辑上行不通这颗绊脚石阻挡着我。我开始想搬出我的逻

辑理论来，但凯瑟林阻止了我。

“你应该试着通过你的心到达上帝那儿，约翰，每个基督徒在理解基督之前都会有一次特殊的经历。这也就是今天我希望你要做的——不要用脑子，甚至不要知道为什么，你就跃过这一切——屏弃你所有的怀疑——接受上帝。”

房间里静悄悄的。一方面我还心存疑惑，另一方面我却有一种跃跃欲试的愿望。坦率地说是很大的困惑：自己回避这个问题那么多年，现在却因得了癌症而吓得转向，这怎么看都有点不对劲。“我感觉我像个伪君子。”我说。

“约翰，”凯瑟林低声说，“这是一种骄傲，你可以以你的方式到达上帝那儿，无论何时，无论何地，很自然的，上帝需要你，不用半点鼓动。”

我们离开时，我还是没走出那一步。但回家的路上，经过一个在夏帕卡山林路的电话亭，这个电话亭至今我还能指出来，我突然转过身，对着狄比说：

“我决定跃过去，狄比，我相信基督。”

我就说了这么几个字，然而，我却感到从某种神秘的意味上来讲，我死掉了。

我不知该不该用这个词来形容它——但确确实实心一下子揪起来像要死去一般。我那没有带一点迷信的逻辑头脑一下子冷却下来。随之而升起的是本质上的我，所有我们称之为“自我”的个人意识被一点一点包容于这个决定之下。我惊讶于这种浸透近乎伤害的程度，信仰与自我斗争竟如此激烈，以至于真需要一场厮杀。但当这个“自我”死去时，我平静下来，脱口而出一段话：在我的心中有一个空间，全新的，充溢着神秘气息和信仰的力量！

之后，这种不同便显露了第一个迹象，让我在医院里惊讶不

已。在手术前几分钟里，一个活泼的小护士进来给我打针。即使在参军的时候，我对针头也会有一种莫名的恐惧。但这次却有一点不同。

“好了，让我们开始吧。”小护士快速地说。当她打完时，她的音调变了，“天，你如此轻松，就像是你在为我打针一样。”

她离开我后，我才意识到这已成为事实，多么让人惊异呵。手术前，手术中，手术后我竟都如此轻松。当我们在等着报告出来时，我的态度完全是一个什么也不怕的人。这怎么可能呢？这时我突然大悟：一个已经死去的人是不会害怕死亡的。也就是说我把死亡丢在了脑后。

我在想圣经是否赞同这一点。回到家，便通过一篇索引在圣经里找到基督自己的一段话：

“现实中，”基督告诉他的门徒，“任何信我言语的人，信把我送到这儿来的上帝的人，已经拥有了永恒的生命，不用在生死间做出判断，就能死而复活了。”

当这一页跳到眼面前时，我是多么的兴奋。当我跳跃式地接受了信仰之后，一个新的生命开始了，与我那俗世的生命同时存在却又独立于它，这是真的吗？一个由精神而生的生命使用我这就要崩溃的肉体又仅只是暂时的吗？

如果是这样的话，应当有一些证据来打动我，告诉我这新生命与我俗世的感觉无关。

我得到了。

医生的报告就是第一个证据。这是一个充满希望的消息：但我发现这一切对我来讲已经并不重要了。而其他一些事看起来似乎更具有深远意义：发现了新的生命由什么而来，为什么而生，为什么而存。

我有了一种奇怪的渴望，要去研究一番新约。在我带着兴

奋和强烈的共鸣去研读它时，突然感觉这真的就像一种生命，有它自己的精神家园，在它需要时也需要喂它一种精神食物，就像我身体也需要食物一样。

教堂也一样。突然的，我想去教堂，不再是一种习惯，而是一种渴慕。

但也许最重要的是——基督这位我曾经用逻辑去思考过的人，现在却是活生生地在我面前。才醒悟过来，这就是我一直在圣经里，在只言片语中，在基督徒团体中寻找的基督。

在那次狄比和我开车路过山林路的电话亭之后，一晃眼已经十年过去了。再经过这个电话亭时，它已在风雨中飘摇了十多年，饱经沧桑，喜怒与哀乐。我顿时惊觉，在那不堪回首的几个月里，我如贪玩的孩子，从我的颠峰一路奔下，滑入了我生命的低谷，而身后，门开着，期待着。我终于回头了，看见阔海空天。

不是我的信念使然，而是基督的呼唤。

他就站在门边，呼唤着游失的孩子归家。天上的云在飞，路上的花盛开着……

感谢信仰的力量，因为有了它，人类才会获得崇高的幸福。

爱的能力

〔美〕艾伦·弗罗姆　著
宣晓丽　编译整理

关于本书

很多人认为，如今研究爱的著述颇丰，似乎爱的话语已然言尽。本书就是专为此类读者而著。对于爱这种自人类降生之初即已形成并深为世人关注的微妙情感（有时亦并非那么温情），艾伦·弗罗姆博士运用多维视角进行了深入的探讨。

本书的重点是我们如何才能增进相互间的了解和建立和谐的人际关系。本书的核心是日常生活中我们所体验到的或失去的爱。但作品并不想寻究古往今来的名人逸事。它的对象正是普普通通的我和你。

人们常常把爱视为高远飘渺、遥不可及的崇高情感。在日常生活中，纵然自己表达着爱意我们也往往浑然不知。此举造成的一大隐患是，潜藏于我们表达爱意方式之中的缺憾无从得以克服改进。毋庸说虚幻的梦想，即便是与他人的日常接触也常常使我们陷于深切的孤独中而无法自拔。

爱当然值得深入的研究。这正是本书的初衷：研究爱。但本书的着眼点在于观察爱在我们的生活中如何得到改进，爱怎样为我们的生活增辉。洞悉此理不仅可以使我们日常生活中表达出的爱更加高尚，而且还能使之永恒辉煌。

第一章　爱的本质

爱作为一个人们熟悉的话题和人类历史一样的久远。如今后者已经得到详尽的剖析和研究，可是爱却从未受到充分的重视。虽说爱赋予了诗歌和音乐无尽的灵感，但人们在科学地探讨爱的问题上还是面临重重的困难。此般境况的结果是，我们享受了美妙的诗歌和音乐，但对爱的本质却依旧茫然无知。

讲述爱的故事，借助各种艺术形式品尝爱的甘甜，对爱进行沉思和冥想，这一切都显得比实实在在地、追根究底地研究爱容易得多。爱究竟是什么？人们为什么会堕入情网？爱为什么经常与愤怒、失望和沮丧相伴？男人和女人眼中的爱存在着不同的寓意吗？我们怎样才能维持和发展爱？到底什么才是爱的力量源泉？爱为什么可以在我们的心中唤起如此深切的情感？

还有更多令人困惑的问题急待着人们的回答。它们让很多的人彻夜难眠。热恋的情人、多年的夫妻常常从睡梦中惊醒，在凌晨之际悄然自问，“他（或她）真的爱我吗？我真的爱他（她）吗？”母亲们，有时候也包括父亲们，暗自思忖，“我真的这么喜爱孩子吗？深切的爱到底是什么东西？”

如今的人们也许比历史上任何年代的人们更加关注爱的话题，更加留心爱的意蕴。我们所接受的教育告诉我们，爱与宗教遵循着同样的法则。我们依赖着爱，爱就是我们的梦想之邦。

我们从理论的视角甚至包括医学的实践审视着爱，因为我们意识到，那种表现为同他人建立起的富有意义、令人欣喜的关系的爱是通向成功生活的惟一途径。

因此，尽管我们并不能时刻以爱来规范自己的行为，我们对爱的兴趣依然浓烈。当耶稣教诲世人要像爱自己一样去爱邻居的时候，他的教民们并不是那般的合作。但是不论我们是否真心信奉他的宗教，或是我们信奉其他的宗教，或是我们根本就不信教，他的这些话语还是存留在我们的心中，并且世代相传。显然，爱并不是简单的条件反射式的动作，并不是蕴藏在我们身体之内的某种机制。没有人祈求我们去呼吸、睡觉或吃饭。我们也不需要别人的苦劝才外出求职谋生。但生活中确实有很多的时候，我们只有依靠他人的提示才能变得更有爱心。尽管我们也需要爱，但我们的内心仍受障碍的桎梏。它们阻碍着我们追寻自身的目标。

专家论爱

回顾漫漫的历史长河，形形色色的专家学者们从未停息过对爱的各式各样的探究。浩瀚的文学典籍中也存在着同样的境况。柏拉图、萨福、卡萨诺瓦以及唐·璜都是阐释各自心中的爱的专家。虽然文艺复兴时代的政治家马基雅维利从未被人赞誉为论述爱的专家，而且他的短著《君王论》也更多地被视为教育王子御政的讥讽篇章，但他在字里行间还是流露出对爱的深邃的见解。

在马基雅维利生活的年代，馈赠昂贵的礼物以博取豪门的欢心可谓是一种时尚。马基雅维利虽身无分文却不乏野心。他渴望得到权贵麦迪西斯的垂青。因此，在《君王论》一书的序言中他写道，尽管自己不能奉上金缕玉衣或阿拉伯良驹，但他可以

将自己多年来对历史和政治的研究成果作为一份颇具价值的礼物奉献给王子。

马基雅维利深知繁忙的王子没有多少时间也没有足够的兴趣去细读全文，所以他便将《君王论》一书浓缩删节，从中挑选出一批对统治者的生活最具意义的对话。他为其中的一章冠上了这样的标题：论残暴与仁慈，以及被爱戴与被惧怕何者更佳。

这样的标题足以引起人们、包括麦迪西斯的关注。马基雅维利回答道：御人者最好是爱戴与畏惧两者兼得。他所列举的缘由构成了一段对爱的饶有趣味的论述，但其间没有一丝的浪漫情怀。事实上，他对这种温柔情感的评述既现实又尖酸。若经解析他的话语就是，爱的最大的困惑在于那些被爱的人。即使贵为王子，他也无法操控爱。马基雅维利指出，就本性而论，人类是易变的。有鉴于此以及人性中其他的缺憾，人类的爱的纽带极易破裂。不幸的是，畏惧显得更加可靠，因为它有惩罚这样的威胁手段相伴。而且统治者可以随心所欲地操控子民心中对自己的畏惧。与之相比，他对爱的驾御就没有那么的娴熟了。总之，马基雅维利认为，爱可欲却不可靠。而且，尽管他对畏惧的威力推崇备至，马基雅维利还是告诫御人者们应竭力避免遭人憎恨。

世人皆是专家

在马基雅维利400年和耶稣蒙难2000年之后的今天，当代心理学再次强调了爱的价值。人们已将爱的能力的大小视为衡量一个人能否适应现代生活的重要标志。但是我们仍然在问：爱到底是什么？

从某种意义上说，每个人都可以回答这个问题，因为如今人人都是爱的专家。每个人在内心都觉得自己是世间最好的情

种，或者说只要有适当的对象或环境，自己就可以变成最好的情种。这种感觉颇似对自己开车能力的体味。没有人会说，“我开车的技术糟糕透顶。”

这个道理也同样适用于爱的话题。即使是在内心也没有人乐意承认自己在爱的能力上技不如人，或仅仅处于中游。每个人都会觉得自己温柔敏感、富有睿智和悟力，心中充满了激情和奉献的精神。有时即使当我们承认自己在某些爱的能力方面上还存在着缺憾，那往往也应归咎于爱的对象或周围的环境。问题怎么可能出现在我们的身上呢？

然而，尽管以专家自居，我们在心底却并没有十足的把握。如果仔细聆听人们对这个话题的讨论，我们就必然会发现每个人在议论别人的时候是多么的专业与娴熟，而当涉及到自己的时候又是多么的沉默、困惑和茫然。

其实，我们每个人都有着自己的困惑。一方面我们在说，“每个人都知道爱是什么。”可同时我们又不禁要问，“我真的在恋爱吗？我真的被人喜爱吗？爱究竟是什么东西？”

冷眼观察

那么，爱到底是什么呢？我们不妨将自己的感受暂且搁置一旁，首先心平气和地看一看我们给“爱”赋予了什么？

男人对女人产生的强烈的兴趣就是我们通常所说的爱。但是，男人对其他方面的强烈兴趣，例如对生意、高尔夫球比赛、高保真音响、看电视、阅读凶杀小说、搜集艺术书籍等，却都被我们冠以其他各式各样的名讳，如职业兴趣、嗜好、闲暇活动等。不论它们是如何被命名的，它们就是与“爱”无缘。

这是否仅仅是措辞上的漫不经心呢？当然不是。在我们使用了一连串的词语时，如兴趣、嗜好等，我们已经作出了选择，所

以它们之间当然存在着差别。男人在选择异性时产生的情感要比对其他事物和活动的兴趣激烈得多、复杂得多。而且，男人爱恋某一个女人的方式与爱恋另一个女人的方式往往也不尽相同。

但是若换一种角度来考察，当我们说某个男人爱高尔夫球、爱高保真音响、爱他的妻子时，我们同时也强调了它们的共性。我们其实在说，尽管它们之间存在着明显的差异，它们也有着相似之处。当我们用"爱"这个字眼形容所有的这些关系的时候，我们实际上已经承认了它们拥有共同的特征。

现在，我们就来探究所有的爱都拥有的这个共同的特征。我们可以暂时将之称为"依附关系"。这是一个平稳的、情感中立的词汇。当我们说上述所有的那些爱、嗜好、活动、兴趣都是依附关系的时候，我们便可以非常容易地发现在男人爱高尔夫球和爱妻子之间共同存在的本质特征。

两个事物若是依附在一起，它们便是两个紧密相联的事物了。不论它们是用钉子和螺丝紧固在一起的两块木片，还是为了追求共同的利益而走到一起的两个人，还是出于内心的某种兴趣或欲望某个人同某个事物联结了起来，它们都是以某种方式结合起来的事物。

一个人内心的兴趣或欲望也许就是促成并推动这种依附关系发展的动力。但是，依附关系在开始的时候并不一定是针对某个特定对象的兴趣或欲望。也许他只是为了扩大交际的范围，或是为了做成某桩生意而开始学打高尔夫球的。也许他永远也不会再对打球本身产生兴趣。但是在惯性的作用下，每当他来到了高尔夫球场，他还是会拿起球杆玩上几手。换个角度说，如果他经常打高尔夫球，尤其是当他为了提高某些技艺或感受其中的挑战而来到高尔夫球场的时候，他很可能会从此增进

自己与高尔夫球运动的依附关系。

男人与女人也会不自觉地以同样的方式走到了一起。也许他们是在同一间办公室里工作，也许他们是参加了同一次的度假旅行，或是参加业务会议时相互发生了接触，或是像电影里经常发生的那样一起度过了一个夜晚或一周或几个月的惊险历程。他们从此发现彼此已深深地相互吸引了。正如希金斯教授在他的《我的美丽的姑娘》一书中所描写的那样，那个男人发现自己已"渐渐地习惯了她的那张脸"。他不知不觉地对那个女人产生了兴趣。他已经形成了对她的依附心理。

这种依附关系正如他初次感受到这种吸引力时萌生的愿望一样可以继续给他带来喜悦、满足、舒适和快乐。但是这种关系也完全可能向别的方向发展。我们都知道，可能很多人还亲身体验过，爱也能给我们带来悲怆、痛苦和困惑。不论那是什么样的情感，它就是没有快乐。可是我们仍然离不了它。就像两块木片一样，我们已被紧紧地捆在了一起。事实上，即使不睦的夫妻通过离婚将彼此分离开来，他们也并非真诚地努力去改变自己的生活，去摆脱不幸的源泉。他们只是想从极度的仇恨中走出。离婚是向伴侣最强烈地表达"我不爱你"的方式。如果只是对打破彼此的依附关系感兴趣，他们一定会用最柔和、最敏捷的方式去结束它。但是，他们往往拖延诉讼的程序、为一项项条件而争吵不休、并且常常在法律程序完结之后还长久地互相争斗。婚姻虽然已经结束了，但他们的依附关系仍然存在着。

即使他俩依然是夫妻，继续感受着爱情，他们之间的爱也不一定就能保证永远地带来愉悦的感受。他们可能会因磨擦、失望和沮丧而感到痛苦。有时俩人一碰到一起就会感到极度的枯燥乏味。爱工作的人有时也会觉得工作是多么的枯乏无味，但他不会因此而放弃工作。浪漫的情侣们在体验爱情的高潮时也

会感受到与幸福相当的甚至是更加强烈的心灵上的痛苦。

在上述诸例中，不论能否带来快感，这种依附关系依然存在。

由此可见，通过冷眼观察，我们发现了爱的一些重要的特征。我们所有的爱，即我们用“我爱……”来将自己与某一事物、活动或人物联结起来的行为都包含着“依附”这一共同特征。尽管我们没有用“爱”这样积极的话语来形容这种联结的关系，但它的确让我们缠结在一起。所以，它们也是一种依附关系。不论是否被冠以“爱”的字眼，我们的依附关系并不总能给我们带来快乐。

如果它们没有了快乐和幸福，我们为什么还要与它们依附呢？如果我们的依附关系不仅仅是渴求幸福，那么它还能满足什么样的欲望呢？是否出于其他的原因，为了满足其他的需求和动机，我们才构筑起自己的爱呢？我们怎样才能接近爱，怎样才能在营造依附的关系上迈出第一步呢？

要为这些问题找到答案，我们必须再次审视作为爱的一方的自我。

爱与情人

在《艾丽斯漫游世界记》中，艾丽斯曾有过这样的一次奇遇。她与一只坐在树上的微笑着的切希尔猫闲聊着。突然，猫开始消逝了。首先是它的尾巴，然后一点点地整只猫都悄然不见了。猫虽然不见了踪迹，但是它的微笑却依然存在。艾丽斯不敢相信眼前发生的一切，因为她只见过不笑的猫，却从来没有见过无影的猫的微笑。

同样，在能否撇开爱的对象而回答关于爱的问题或是仅仅研究爱的本身的问题上，我们也会感到困惑。真正理解爱的惟

一途径就是去研究切实在爱着的人们以及他们是如何相爱的。与《艾丽斯漫游世界记》中的那只猫不同的是，我们不会让研究的对象从眼前消失，因为我们理解爱的努力正是从认识作为爱的主体的自我开始的。

勿庸置言，在生活中除了爱我们还经历着许多其他的事情。所有这些经历都会对我们产生一定的影响，并且这些影响也彼此相互作用着。若想将若干的事件独立出来，对他们进行单独的研究似乎不大现实，因为爱只存在于我们生活的整体经历的氛围中。换句话说，对人性了解得越深，我们就越有可能透彻地理解爱。

照此说法，心理学家们应该掌握着这一问题的答案，因为他们从事的职业正是研究人性。但是两千年以来，他们的著述并没有交上令人满意的答案。其中的一个原因是，多年以来心理学一直只是哲学和生理学的一个分支。直到上个世纪末叶，心理学才获得了独立的地位，才呈现出今日的态势。现在我们认识到，将心理学从其原先的各种羁绊中解放出来的最具影响力的人物当然首推弗洛伊德。有趣的是，有史以来在爱的话题中著述最多的也是弗洛伊德。

一提起弗洛伊德的大名，绝大多数人想起的是性而不是什么爱。但事实上令弗洛伊德最感兴趣的还是爱。在他的眼中，性只是滋生爱的土壤。爱才是他基本的话题。

弗洛伊德认为，了解人的最好的方法就是观察他的爱的历史。一个人爱的生活就是他最好的心理历程。弗洛伊德还认为，精神病从本质上说就是爱的能力的某种缺憾。

当七十多年前西格蒙德·弗洛伊德首次提出他的人性的观点时，他给世界带来了极大的冲击。当时，维多利亚价值观正处于鼎盛时期。人们害怕讨论爱的话题，即使是像弗洛伊德那样

客观的审视也会让人感到窒息。他们觉得，爱是神圣而不可滥议的。弗洛伊德所谓的性在我们的行为动机中发挥的突出作用更是令人恶心。最可怕的是，他把性欲的产生追溯到无知的婴儿和儿童时期。弗洛伊德认为，人们说的很多的话、做的很多的事，以及日常生活中很多的行为都起源于自己并未感知的情感、不曾记忆的经历和思维。这一切又有什么意义呢？如果我们一定要把人视为动物，难道人就不能是一种有理性的动物吗？

不仅是无知的脚夫们，很多的医生和科学家也为这种奇异的审视人类、包括审视他们自己的方式吓坏了。在科学史上，七十年只是个短暂的瞬间。但这些起初看来荒谬不经的思想现在却已被人们普遍地接受了。

当时的人们对大致同期出现的汽车也曾持着异议的态度。他们并非那么完全地喜爱汽车，因为它们给人类带来了伤亡，每天耗去了许多的汽油，而且还制造了令人疯狂的交通堵塞。但是，汽车还是存在了下来。关于弗洛伊德有着很多很多的书籍和文章。它们仍引发出争论和异议。但他的总体观点现已受到普遍的接受。人们无须那么“正统”，也不必将自己称作“弗洛伊德派人物”，我本人就不是这样。但我们可以用弗洛伊德的方式去理解人性。它不仅增强了人们的理解力，也为临床心理学和心理诊治带来了尊严。毫无疑问，它从无数的患者那儿赢得了敬意。在弗洛伊德之前，此类疾病基本上无人能够治疗。

人类拥有理性吗？

弗洛伊德时代流行的普遍的人性观点是人类受着理性的驱使。人们把自己看成是有理性的存在，人们是在理智和意识的控制下追求快乐与善良、躲避痛苦与邪恶。这种对人类理性的强调主宰了整个社会的思想并一直延续到上个世纪末叶。事实

上，它一直持续到弗洛伊德革命性思想的诞生。因此人们很自然地认为，人们缺乏教育与知识并不可怕。也许他们的推理能力因此会不甚健全，但从本质上说人类拥有理性是无庸置疑的。

弗洛伊德本人刚开始也是信奉人类拥有理性的。起初，他甚至对心理学毫无兴趣。在事业之初的那些岁月中他一直从事着医学研究，并在解剖学领域里颇有建树。弗洛伊德喜爱实验室的研究工作。他的大量的先驱性实验使得可卡因成为麻醉剂。他还辨别出一些儿童神经疾病。此方面的记载已经成为现代医学宝库的一部分。

在幸运之神的关照下，弗洛伊德获得了一次赴法深造的机会，并有幸投身于两位杰出的法国医学心理学家查科特和伯纳姆的门下。当时，查科特是法国最著名的医院门诊部的负责人。他所施行的催眠治疗法引起了举世的关注。

一个世纪以前，德国医生弗朗兹·安东·梅斯默就已将催眠术介绍进法国。他将自己的发明称为“动物磁学”，而其他的人则称之为催眠术。尽管他取得了极大的成功，但法国医学科学院对他滥用催眠术深表不满。因此在退休之后他去了瑞士，并于 1815 年悄然去世。后来，伟大的查科特重振了这种神奇的方法，并运用它去治疗歇斯底里症患者。

时髦的病症

在 19 世纪末期，歇斯底里是一种普遍的、令人困惑的病症。大约从 1885 年到第一次世界大战期间，世界上流行着歇斯底里症的狂潮。它有些像我们现在所称的身心病症，只是现在的身心病症没有那么多的戏剧色彩。当时典型的“身心病症”往往表现为各式的瘫痪或部分肌体功能的丧失。病人的一只胳膊、一条腿或两条腿会变得柔软无力或瘸拐，或者他的肢体出现了痉

广性瘫痪。由于当时诊断设备非常有限，医生们认定这些症状起源于机体的本身，即神经系统的病理变故。因此，人们采用了各种身体疗法，如按摩、沐浴，但所有的努力均以徒劳而告终。

查科特采用了一种截然不同的方法。他将病人置于催眠状态之中。事实上，病人此时极为敏感。在这种似睡非睡的状态下，病人能够清楚地听到他人的说话、作出回答，并能依指令而采取行动。查科特命令病人移动瘫痪的手臂、从轮椅中站起、用那已被认定为瘫痪的腿走路。在催眠状态中，病人依命而行。他的那些肢体根本没有流露出任何瘫痪的痕迹。查科特还告诉一些病人，当他们醒来后，就可以用瘫痪的手去拿东西、或用瘫痪的腿走路。当病人从催眠状态中醒来后，他们确实能那么做。

这一切看似极富戏剧性。后来，查科特在一个圆形剧场中为来自欧洲各地的好奇的观众、学生、医生和知名教授们作了多次催眠术展示。戏剧性的场景进一步推动了查科特的成功，因为这种环境更易催眠。

可是事实上查科特的壮举并不能真正治愈这些病症。人们沮丧地发现，那些效果往往转瞬即逝。病人迟早都会回来，而其病症仍未有大的改观。这样，他们只好接受定期的催眠治疗。但不管怎么说，这些展示还是让人激动不已。它们令人信服地揭示了在绝大多数病例中并不存在什么机体性疾病。如果病人的神经或肌肉有何损伤的话，他们就不可能在催眠状态下仅仅依据指令就能让瘫痪的肢体正常地弯曲移动。

弗洛伊德对查科特的成就特别难以忘怀，因为他本人在自己的理论引导下正好走到了另一个极端。起初，对于任何不依机体功能解释"歇斯底里症状"的学说他都投以轻蔑的一瞥。但现在，他亲眼目睹了一次次的并非由身体的治疗而产生的戏剧般的变化。

"我不得不这么做"

离开查科特的诊所后，弗洛伊德来到了南希。在这个法国的城市中伯纳姆正做着类似的工作，只是他的所为没有那么多的戏剧性。伯纳姆的工作场地不是诊所而是一间实验室，因为他的目的不在于展示催眠术。他设计出一些简单的实验，并谦逊地称之为"A"类实验和"B"类实验。例如，他将病人置于催眠状态中，然后说，"待会我会让你醒来。在你醒来的两分钟后，我要你走过这个房间，从那个架子上拿下一把雨伞并打开它。"

当病人从催眠的状态中醒来两分钟以后，他真的走过房间，从架子上拿下了一把雨伞，而且打开了它。这就是伯纳姆的"A"类实验。用今天的话来说，它验证了催眠状态的存在。接着，伯纳姆向病人发问，这就是他的"B"类实验。他会问，"你为什么要这么做?"病人作出了各式各样的回答，如"我想看看伞是不是好的"，或"我想天要下雨了"，或其他的答案。这些回答在当时的情景中似乎都自然合理。

但伯纳姆教授并不接受这些回答。他坚持问道，"不，这些回答都不对。你为什么要打开那把伞?"病人立即垮了下来，承认道，"我不知道为什么。我只是觉得心里有些什么东西似的，我不得不这么做。"

最终，当伯纳姆继续问道，"你为什么要这么做? 为什么? 为什么?"病人终于顿悟了。不知怎么，病人明白了真相。他答道，"是你告诉我这么做的。"

弗洛伊德一遍遍地观察着。在回维也纳的途中他对看到的一切进行着深思。他是"从沙堆中看世界"的天才。从这项实验中他悟出了人们忽略的人类巨大的潜能。弗洛伊德从此告别了临床神经病学。在随后出版的著作中他再也没提及过神经病

学。从此，他的思想沿着心理学的轨道向前迈进。他那富有创意的思想同西格蒙德·弗洛伊德名字紧密地连接在了一起。

弗洛伊德继续探索

首先，弗洛伊德坚持认为探索潜意识动机存在着可能。他想到：如果伯纳姆能将一个想法注入患者的思想中，而患者能够依此行动却根本未意识到它的存在，那么我们怎么能保证每天所做的那么多事都能自认其理。事实上我们一定有误！弗洛伊德意识到，也许我们正与那病人一样做着无数的同类的事！

我们都知道，当我们问某人，“你为什么这么做”时，被问的人总能给出一个貌似合情合理的答案。但是，自弗洛伊德以后我们也明白了，我们所作出的回答经常是理性化后的辩解。

当有人告诉你他为什么投民主党的票，或他为什么投共和党的票，他为什么要搬到乡村去住，他为什么要移居其他的城市，他为什么要结婚、离婚、换工作或弃学，他为什么一辈子也不吃牡蛎或打蓝色的领带，他所说出来的“理由”往往显得聪慧并富有说服力。

但是，这些“动听”的回答与伯纳姆从那些测试对象口中诱出的为什么要撑开雨伞的答案极其相似。它们听上去合情合理。当一个人说他打开伞是想看看伞有没有毛病的时候，这样的回答就是聪明有理，甚至还能显出研究的才气。

我们作出的回答，如同那些置身于催眠状态的人的反应一样，都折射出我们的智慧和理性。但如同伯纳姆的病人一样，我们的回答经常并不真实。在那实验室中，只有当他们脱离了羁绊，真相才会脱口而出，“我不得不这么做。”

换句话说，其实我们并不是自己常常想象的那样具有极高的理性。我们以为在作出抉择之前自己已经明辨了是非，但弗

洛伊德发现理性的思想往往存在于抉择之后。对于当事人来说，最初的想法也许对自身并无益处。但在内心的驱使下，他会采取行动。随后，他会用"完美的"理由为之辩护。

我们的选择与其说是从理性的思维中，倒不如说是从内心的冲动压力中腾然跃出。它们源于人们内心异常活跃不定的本能。根据弗洛伊德的理论，我们运用自身的本能使选择易为自己和世人接受。

爱当然也涉及到选择。当认识到我们的选择并非总是基于理性时，我们将意识到自己对于爱的理解又得到多大程度的加深。人并不总是我们想象中的那么有理性的可靠的存在。在我们透过有意识的、"完美的"回答探究行动的动机时，我们对自身行动的认识将愈加深刻。

弗洛伊德沿着这条思路继续前进。他想到，如果我们坚持问病人他们为什么做这些事情，为什么不做那些事情，那么我们也会找到真正的答案。如果将这种询问不断地向前推移，我们甚至还可以帮助他们发现到底是谁将此想法置于其脑中，或者它究竟源于何处。

回到维也纳不久，弗洛伊德再次与幸运之神相逢。他碰到了那位年长的杰出医生约瑟夫·布鲁尔博士。当时，博士正在运用催眠术治疗一些歇斯底里症患者。与查科特不同的是，他并不向被催眠的病人说醒来后将被治愈。布鲁尔博士让被催眠的病人回答问题，或漫无边际地与病人闲聊。他发现，不论他们谈论的是什么，人们在被催眠的时候回答问题总是更加的自由。他注意到，此刻病人的紧张状态得到了放松，他们从这种后来被称为"心理宣泄"的方法中获益匪浅。病人们一再发现他们原以为已经过去的、被遗忘的许多经历与思想在催眠状态中又重新浮现了出来，并且似乎正以某种形式影响着他们。

苦恋中的病人

布鲁尔博士的研究方法正是弗洛伊德希望尝试的东西。弗洛伊德迫切地想把这种新近发现的催眠方法运用于探索人们潜藏于意识之下的思想和记忆。与那些在催眠中将某些思想植于脑中去实验或治疗的法国心理学家们不同，弗洛伊德希望用催眠术去发现那些已存在于病人头脑隐蔽处的那些思想，即那些病人本身无法意识到的、深层内在的缘由。正是它们可能驱使病人作出表现为各种病症的行为。用我们如今非常熟悉的话语来说，弗洛伊德希望探究决定人们主要行动动机的潜意识。令他吃惊的是，尽管他开始想研究的是潜意识，最终他发现所研究的却是爱。

弗洛伊德在他的第一部著作，即与布鲁尔合写的书中，总结了这些引导他研究爱的病例。当他研究自己以及布鲁尔所作的各项实验时，弗洛伊德清楚地认识到所有这些歇斯底里病人毫无例外地都是苦恋中的人。他们的苦恋不是人们寻常所说的发情期或浪漫的爱情，它们具有更深刻、更全面的意义。他们感觉不适，因为他们丧失了爱的能力。更准确地说，因为他们无法再度拥有爱。他们每个人都无法重续过去的某种依附关系。当然，这是一种情感上的失败。他们再也不能从早期的依附关系中重获自由。而这种情感纠缠带来的苦痛便以病症的形式存留在他们的身上。

不久，布鲁尔退出了这项研究工作，但弗洛伊德继续了下来。在每个病例中他继续发现到，研究越深入结论便越清楚。人们早期的情感依附关系对他们的现状有极大的影响。正如伯纳姆的实验对象最终明白了让他们撑开雨伞的真正原因，弗洛伊德的病人们也真正认识到为什么会有那么多的事情缠绕着他

们。伯纳姆的实验对象发现了自己的行为源于伯纳姆，而弗洛伊德明白了他的病人们的行为植根于强烈的过去情感的体验。

催眠术帮助弗洛伊德揭示了人们过去的情感体验依然存留于今日的潜意识记忆之中。弗洛伊德认为人们与那些深刻影响着他们的事情仍然紧密地依附着。他将这种依附关系称为爱。

爱的定义

在此次的探索中我们涉及到的第一个问题就是爱是什么？当我们在这迷宫般的路径上摸索一番之后，我们是否仅仅发现爱只是一种"依附关系"？人们对爱的讨论肯定会产生出一系列浮华的词藻，如强烈的情感、深切的体验等。即便是最呆板的词典也会将爱定义为"对异性的温柔和深切的情感"，以及"强烈的喜好和强烈的人际依附的感情……"。

但是，弗洛伊德认为爱只是一种依附关系，而不是什么情感。这种思想将把我们引向何方？诚然，确实有很多情感的因素与依附关系联系在一起。但若由此推论出依附关系必定会带来愉悦和欣喜则有失偏颇。爱固然可以表现为浪漫和崇高，但它也不乏自恋和自私的倾向。有时，它以强劲有力的形式出现，支配、主宰着我们的行为。而有时，它只是瞬息间的显现。有些爱让我们感到快乐、给我们带来强烈的成就感，而有些爱则让我们时刻躁动不安、内心产生缺失与痛苦的感觉。由此可见，与爱相联的情感并非总是那么的可靠，它们与我们表达爱的方式一样变幻不定。

处于爱的颠峰的人会无比激动地向他人讲述自己的爱的感受。他会说爱是他生命中最辉煌的一页，他的爱人是世界上最可爱的人，而他自己是世界上最幸福的人。这正是他此刻的感受。此时我们若问他三个月、三年或三十年以后，他是否还会这

样地看待这段爱的经历就多少有点显得欠恭。但不管怎么说，这毕竟是一个很公平的问题。我们对爱的感受影响着我们目前的生活。但我们不可能永远生活于此刻之中。重要的不是此刻我们如何感受着爱，而是这段情感对我们将起着什么样的影响。

这并不意味我们必须摒弃自己的爱的情感，正是这种情感使得依附关系对我们格外的重要。但是，为了解释当我们堕入情网的时候我们为什么会那么做、那么想，我们就必须揭示出自己的依附关系的起源和发展历程。爱所涉及的情感让我们产生浓厚的兴趣，并使我们自然地随之而动。但对这种爱的描述不论是多么的敏锐和深刻，它仅仅是一种描述而已。它不能解释当我们相爱的时候为什么就会产生那些情感。

当我们把爱视为受以前和其他的依附关系的影响而产生的一种依附关系时，我们便拥有了一种假设，它可以帮助我们理解置身于爱的我们的各式感觉和行动。我们所选择的那些人，我们同他们所做的那些事，以及那些令我们激动不已的情感往往都源于往昔的依附关系。这并不是说各种体验之间不存在差别。它强调的是各种依附关系之间存在着大量的共性。从这些联系中我们足以推测出未来的行动模式。尽管心理学家的手上并没有那神奇的水晶球，但他明白，若要预测某人明日的行动就必须先知道昨天他都做了些什么事。

有些依附关系缘于我们的欲望和选择，而另一些则出自我们的需要和经历。前者具有意识和理性的特征，后者则包含更多的冲动和偶然。在我们所作的各种选择中，我们的思想并不是惟一的主宰。我们的身体在驱使着我们。生活本身迫使我们依照它的轨迹前行。依附关系逐渐形成后，由于我们已经拥有了它们，所以我们只好沿着它的方向继续前进。这些依附关系甚至不必仅仅局限于人类本身。我们可以依附于思想、物体、财

产、地点、想象和理想。一句话，万事万物皆可成为我们的依附对象。

现在，我们可以开始研究和探索爱这一对象了。爱不是发自与某一特定人物相联系的那种奇特、新鲜和不可名状的情感。爱既是一种依附关系，也是所有其他的依附关系。爱的对象可以是事物也可以是人，可以是愉快的也可以是痛苦的，可以是新的也可以是旧的，可以是可感知的也可以是无意识的。我们的爱多姿多彩，众多的爱可以并存。有些爱相互滋养，有些爱相互冲突。任何一种爱的未来都取决于它在我们诸多的爱的综合体中的位置。

我们都拥有依附关系。从这个意义上说，我们每个人都是“置身于爱之中的人”。在所有的爱上都深深地留有爱的主角的烙印。要最透彻地认识一个人，我们就应研究他所有的爱和他所有的依附关系。而理解具体的依附关系或爱的最佳途径就是研究他从前的依附关系或爱的本质。

第二章　爱的起源

为了理解成年人所体验的爱，我们首先必须认识哪些依附关系呢？显然，任何强烈的昔日的依附关系都应归于此列，因为时至今日它们可能依然非常的强烈。例如，绝大多数的人都承认他们与自己的父母有着非同寻常的依附关系。若想与那些在我们婴儿和儿童时期照顾过我们的人们断绝依附关系确实不大现实，尽管那种关系带来的可能仅仅是消极的影响，而且现在回想起来其感觉也并非总是那么的甜美和容易接受。但是，无可辩驳的事实表明了它们仍是依附关系，而且是非常强烈的依附关系。它们会以各种微妙的方式存留于我们的心中，并影响着我们未来的生活。

当然，我们表达这种或其他早期的依附关系的方式在不断地发生着变化。弗洛伊德意识到了这种现象的必然性，他认为我们不应受此蒙骗，以为如今它们已经不复存在了。他还指出，在我们与父母的依附关系形成之前，其他的依附关系也可能已经生成，并且它们的影响力也会延续至今。

弗洛伊德发现，人们阐释爱的诸多努力均以失败而告终，因为他们对爱的主体的历史追溯得不够久远，因而无法彻底地了解问题的一切。也许人们对爱的第一次体验就已经规范了自己对爱的最终感受。但爱的出现通常早于人们对它的认识。最初

出现在身体方面的需求，以及后来形成的习惯化的行为模式，都可能决定我们未来的性格，不论它是否带来幸福或是沮丧，乐观或是悲观，容易交往或是难以取悦，成年后依附他人或是谋求自立。弗洛伊德猜测到，我们逐渐形成的对自我和他人的认识很可能即起源于这些最初的、身体所感受的舒适或不满。它们的出现甚至早于人们对心理和社会的感知。因此，弗洛伊德将他的研究一直追溯到人类生命之初的这段静默朦胧的体验，即婴儿时期的体验。

溯源

尽管婴儿自出生的那一刻起就已成为人类大家庭的一员，但无疑他身上表现出了更多的动物性特征。他与大自然中的小猫小狗一样未加任何的调教、浑浑然一无所知，而且他比绝大多数的小动物更加需要他人的照料。他让人费神，并且动辄易怒。像巢中待哺的小鸟一样他张开小嘴，不断地要、要、要。他的一切似乎就是不断的物质需求。当他的需求没有得到满足时，他经受着最大的痛苦。当他的需求得到满足后，他体验到最大的快乐。事实上，身体方面的需求构成了这个小小生命的全部世界。除了身体方面的感觉，即不适、舒适、痛苦或愉悦之外，他对外部世界几乎一无所知。

婴儿饥饿了便会放声大哭，因为对他来说饥饿就是现实的苦痛。当我们长大成人后，我们已经忘却了饥饿的滋味，因为我们再也没有那么强烈的饥饿过。吃饭的时间一到，我们就会循规就餐。虽说有时我们也有饥饿的感觉，但很少等到饥饿难忍时我们便已开始进食了。也许我们会说自己口渴难耐，但绝大多数的人并不知道什么才是真正的口渴，即那种穿行于沙漠中的人狂吞污秽的盐水时的感觉。作为成人的我们在身体方面的

需求在转变为真实的痛苦之前早已将之解决了。

如果午饭或晚饭开迟了，婴儿弱小的机体就缺乏使其免受痛苦的足够的营养和水分存储，他(她)立即就会处于失衡的状态之中，进而强烈的不安与剧痛令其大哭不止。这时，有人过来给他喂食喂水，而他的痛苦与不适也就烟消云散了。食物和饮水给他带来了解脱，但只有当他体内重归平衡时他的身体与感官才认识到它们的存在。

爱之诞生

弗洛伊德将其观察向前又推进了一步：从婴儿于自己身体中感受到的第一批快感中，弗洛伊德看到了性的起源。

当时，人们还未把性视为婴儿获取身体方面愉悦的正常和自然的组成部分。人们以为性的标志始于少年开始生长胡须、生殖器官逐渐成熟。他们从未注意过、也无法想象，性在婴儿时期即有了发展的端倪。婴儿的性就像是热带地区的人们听说有固体的水，或一个世纪前的人们听说水蒸气一样的令人不可思议。

回首这段历史，我们感到非常奇怪为什么如此强劲有力的功能就这样突然跃身出世，连一点事先的准备和发展的过程都没有。弗洛伊德当时也产生过这样的感受。他发现在满足饮食、温暖等基本的生活需求的过程中出现的快感与触摸身体引发的快感非常的相似，它们简直就可以归结为同一类别。对婴儿来说，由于他们局限于身体感官所及的狭小的世界中，情况确实如此。它们都是身体体验到的满足和愉悦。

最初出现的事物经常拥有这样的无差别的特征。种子就是种子，而当它们萌芽形成幼苗之后便开始出现了差异。当成年的树开花结果时，几乎每个人都可以毫不费劲地把桃树与樱桃

树区别开来。婴儿确实具有一些特别的性反应。甚至在给不满周岁的男孩擦身扑粉而触碰到他的生殖器时，他也会悄然勃起。当然，他并不具备成人的具体的性交欲望。弗洛伊德想说的是，所有的依附关系在开始时都有其身体方面的基础。它们都起源于满足和快乐的感觉。在追求它们的过程中，婴儿借助自己的身体以获取快感。

弗洛伊德认为，婴儿的这种反应同发展成熟的性具有相同的功能，因为除了生育之外，性的本质就是用身体来获取快感。通常当我们将某种行为称作性活动时，我们追求的身体上的愉悦就包括了基本的(即生殖器的)和次等的满足性欲的区域。但弗洛伊德也认识到，若将诸事诸物结合起来审视比逐一有差别地研究更有价值。他争辩道，身体的满足就是身体的满足，至于它是否源于吃饱了奶、换掉了湿漉漉的尿布或是安睡于妈妈的怀抱中又有多大的区别？

在生命的不同时期，我们对某种满足的需求会比对其他方面的需求感到更加的迫切。孩子对于由吃奶、咬食等引发的快感的认识比发现手淫带来的乐趣要早上五六年的时间。至于性交的快乐则更是在多年之后才被发现。显然这些快乐截然不同，但它们都出现于人类身体成长和发育的连续过程中。

换句话说，尽管我们一般用“性”这一术语来描述具体的生殖器官上的快乐，前生殖器时期的满足也可以被冠上性欲的名讳，因为它们也是同一发展模式的组成部分。这样的联系非常重要，因为随后我们将会发现，孩子正是通过这些同样的身体上的愉悦而认识了爱。也就是说，孩子通过非性行为的前生殖器行为发展了与外部和他人的依附关系。在生命的开始阶段，爱与性之间已经开始了大量的交往。事实上，它们可以说是相伴而生。它们的依附状况取决于个人在整个性生活的过程中感受

到的满足的程度。他的前生殖器和生殖器发展的不同阶段会展示出各种问题。它们将扭曲和改变以此为基础的爱。

那么，弗洛伊德是怎样将婴儿时期的愉悦同爱的体验联系起来的呢？在此，他再次用最简洁的办法，即以婴儿自己世界中有限的体验，来追溯这种关系。

弗洛伊德认为，通过获取这些简单的满足，孩子学会了识别自己身体中的某些部位，即那些赋予他快乐与满足的部位。随后，他不断地、愈来愈多地使用那些部位。他发展了对它们的依附关系。

由于饮食消除了饥饿带来的痛苦并进而赋予了他快乐，婴儿很快便喜爱上不停地使用他的嘴，因为它是满足感的源泉。他喜爱食物本身，喜爱饲喂他的那只手，以及拥有那只手的他的母亲。她的声音、她的抚摸、她存在的每一个方面以及与他的接触都化为他的满足感的一部分或切实的保障。因此我们看到，正是通过身体，人类开始学会了爱。我们看到了爱的最简单、最原始的形式，看到了爱的新生的状态。

婴儿的感官世界

生命当然不会永远那么地简单，爱亦是如此。以产生快感为开始的依附关系经过多道迂回后最终可能成为制造痛苦的根源。下面，我们将追溯这一过程。

当我们依然探求婴儿的感官世界时，我们发现，如果说孩子自己的身体给了他初次的愉快的体验，它同样也让他感受到了痛苦。他所有的体验都局限于身体的感觉上。起初，除了自己的身体外，他一无所知。对他来说，外部的物质世界和人类社会根本就不存在。

由此我们可以设想，此刻他培养的依附关系一定发生于他

自己身体这一狭小的世界中。事实上,情况就是如此。

在婴儿时期,更具动物性征的婴儿从他自身的世界中发掘出了无尽的兴趣。对他来说,自己的身体就好像是一片陌生的大陆。他发现在自己脑袋的两侧各有一个小洞。他会花上好多天来琢磨这一奇特的发现。

正如我们注意到的,第一个让他产生浓厚兴趣的依附关系是他的嘴巴。从嘴巴那儿他第一次体验到解脱了最让他躁动不安的饥渴。他无法摆脱对口腔满足机制的依赖,并很快将它扩展到其他的用途之上。他把各种各样的东西都放入自己的口中,用自己的嘴巴来识别各种物体。有些孩子即使在不饿的时候也用嘴巴来寻求快乐。他会一连好几个小时吮吸着手指,就像在品尝美味佳肴一般。在他的心中,吮吸手指几乎成了最快乐的事情。事实上,如果不饿,这么做会更好。

在下一个成长阶段中,这个更似动物的无知的小孩发现了自己的排泄器官也能提供快乐。当尿布被解掉后,他发现了自己身体中的另一个部位,即生殖器官。它们也成为提供身体愉悦的源泉,而且是非常重要的源泉。如果你碰到一个四五岁的小孩正在手淫,而他从来没有为此受过责备、阻止或唤起对这种活动的注意,如果此刻你问他正在做什么,他很可能会告诉你,"我在搔痒痒。"如果你问他为什么要这么做,他会说,"因为它让我感到舒服。"

在这些早期的岁月中,孩子正在尽情地享受着身体带给他的快乐,并且在心中没有丝毫的羞耻感。他会很自然地获取这份快乐,除非在这过程中受到家长的呵斥。孩子的身体是他第一个、并且在相当长的一段时间中是他主要的快乐源泉。就像用嘴自我修理的小猫或追逐自己尾巴玩耍的小狗一样,孩子用自己的身体自我娱乐着。在这个阶段中,可以说他的心智与小

猫小狗颇为相似，他还没有发现超越自身的快乐。

模式渐趋固定

这些早期的愉悦和痛苦在形成人们稳定的反应模式中起着重要的作用。也就是说，它们会使反应成为一种习惯。此类经历加上不断的重复构成了人们学习过程的核心。

这就是为什么弗洛伊德感到研究儿童早期的生活具有特别重要的意义。婴儿时期与儿童时期代表了人们步入生活的方式。我们未来对生活的参与在一定程度上继续受这一初始入门方式的影响。这一点在那些早年经历过磨难，尤其是情感上的磨难的人们身上显得格外的耀眼。

人们在最初的岁月中学到的东西并不存在于知识的领域中。它们涉及的只是我们的肠子。作为婴儿，他们的心智尚未进化到能对思想作出反应。主宰我们的是基本的生理过程。正是通过身体我们开始了最初的学习。幼小的婴儿不是有意识地选择或拒绝他的爱与恨。他弱小无助，无法作出选择。他的身体只能对作用于他的事物作出愉快或不悦的反应。

这意味着在人们培养出有意识、有目的的权衡抉择之前，身体会帮助他们作出选择并养成很多的习惯。即使在后来的生活中，当我们完全有能力有意识进行选择时，身体的习惯性力量还会经常出现、替我们作出选择。例如，当我们对嘴形成了强烈的依附关系时，或者更准确地说，形成了口腔癖好时，我们会用习惯性过饮过食来表达它。最有意识、最坚定的按时进餐在强烈的身体习惯面前也会退却，而这种依附关系正是我们早期生活所形成的。我们并不一定能非常容易地完成想做的事，我们往往屈从于往昔的习惯。

我们在生命的早期培养的具体习惯、癖好和依附关系主要

依赖于发生在我们生活中的各种环境。弗洛伊德提出父母对我们身体的机能如饮食、排泄、睡眠等的管束方式在使我们相互区别中发挥了极大的作用。

例如,六个月的婴儿很快地便能将奶瓶中的奶吸完。但尽管他已喝饱了奶,他吮吸的需求超越了对食物的欲求,所以他不会就此停止。于是接着我们都知道下面将要发生的事:他把自己的拇指当作乳头的替代品,他一次又一次地吮吸着自己的拇指而眠。又过了几个月,他的牙齿穿过齿龈长了出来。这时,吮吸拇指给了他更多的慰藉。他把吮拇指与获取满足和排解痛苦联系了起来,吮吸拇指很快把他从苦恼和惧怕中解脱了出来。

起初,他的母亲仅将这种行为视作天真无害的举动。但当他一天天长大起来时,母亲便开始制止这种行为。于是,他只好偷偷摸摸地吮吸了。但在极度的压力下,他会不知不觉地很自然地将拇指塞入口中。

当然,这种对拇指的依附关系的未来取决于他整体经历中许多其他因素的影响。但是一种习惯一但养成,我们就会不断地强化它,并通过新的方式表达它。吮吸拇指的婴儿长大后很可能会一支接一支地吸烟,或习惯性地叼支烟斗、用牙齿咬铅笔,或用其他的方式隐晦地表露出当初对拇指的依附关系。

爱由何处生

我们可以提出一个很合理的问题,"这与爱、与我们长大后培养的依附关系有什么联系呢?"其实,作为成人,我们培养的诸种依附关系首先取决于我们真正成熟的程度。如果我们继续"吮吸拇指",那么在压力面前我们的反应完全可能与儿童时期相似。虽然就年龄而论我们已经成熟了,但对自己身体某些部位的依附心理并未完全消除。如果我们的某些依附关系仍然具

有幼儿的特征，在其他方面我们亦难以幸免。

当然，它的表现程度会因人而异。作为复杂的存在，人类不可能仅从某一方面就被彻底地认识，并依此准确地预测他们未来的行动。以上我们只是展示而不是解释早期的依附关系不仅能够非常容易地存留在我们的行为中，并且很可能将我们置于真正年龄应有的情感水准之下。但它能否实现还取决于很多其他的重要因素。

从表面上看，似乎没有什么理由可以把吮吸拇指（即使它能够以更成人化的方式存留下来）与我们称为爱的依附关系联系起来。而且即使它确实存在的话，这种联系也是很难识辨的，因为它从来就不是那么的简单明了。仅仅依靠某一种或某一系列的经验就预测我们的行为实在非常危险。

人们往往没有认识到，更为重要的是很少有人拥有必备的专业知识去解释这些依附关系。我们常常说，“约翰遇到了玛丽，她是个漂亮的姑娘。所以，他爱上了她，想娶她为妻。”我们感到没有必要给每种人际关系都开个临床病例。

然而，如果我们换一个角度来考察他们的关系就会发现，约翰仍然被一系列幼儿时期的依附关系所缠绕。他对玛丽着迷不是因为她长得漂亮，也许与他交往的许多姑娘与玛丽一样的漂亮，甚至更加漂亮。但似乎在与她的往来中，约翰可以感受到一份承诺，可以继续与自己相依存。从她那儿，他可以得到对自己不似成人化的个性的赞同。在与她谈话时，他自然不会表现出这方面的想法，而更大的可能是他会说，“与她相处是我最大的快乐。她好像知道怎样与我相处。”其实他想说的是，他与玛丽的关系与仍存留在他的行为中的其他幼儿期的依附关系一致。

从表面上看，快捷地吸完一瓶奶后吮吸拇指与二十多年后选择一位具体的爱人之间并无太大的联系，但事实上这种关系

确实存在。生活中的承续关系必须被辨别出来，二十年前发生的事情的重要意义并未消逝。正因如此，它也许显得更有意义。而且，某一生活领域中发生的事情，如肌体方面的，并不一定就与其他的方面，如情感和社会生活，没有任何联系。事实上，正因为它是肌体方面的因素，它就决定了其他领域的行为。

基本的、生物意义上的过程涉及到我们最强烈的需求、最深切的成就与缺憾。由此，我们感到了最大的满足与困惑。我们的情感生活和需求建立在肉体生活和需要之上。我们与他人建立的关系受到这种发展程序的强烈影响。

矛盾是良药

在此，我们有必要提醒研究爱的人们，虽然肌体方面的活动非常重要，但撇开其他的问题而单独地研究它不可能完全揭示出爱的本质。这些初始的依附关系是无法摆脱的，我们必须关注它们的继续发展。

一个人不会因为他在婴儿时期的遭遇就为之终生蒙难，他不会因为 1 岁时某个肌体方面的过错就必须成年后接受多年的心理诊治。

除非同样的错误反复出现，否则他不会永久地受此折磨。假设一位母亲在孩子的扩约肌（即控制排泄器官的肌肉）发育成型之前就强迫他坐在便盆上。后来，这位母亲让孩子在厕所里一坐就是两个小时，直到彻底排泄完为止。她因为孩子鞋上的泥土未擦尽就把 5 岁的他关在门外。她因为孩子乱放玩具、在餐桌上表现不良、头发蓬松、房间混乱或结交不良的朋友就不停地唠叨。

孩子若有了这样的经历，尽管他自己不愿意以后也会经常受到他人同样的对待。朋友的父母会认为他很邋遢，老师会为

他的健忘而恼怒。结果，他在家中的遭遇在外面也不断地重现。

幸运的是，在成长的过程中我们并不总是经常地受到此类单一影响的折磨。母亲可能会一见到孩子的尿布湿了就把它换掉。但不管它发生了多少遍，母亲也会带着孩子在操场上的沙堆里或后院的泥土中开心地玩个够，而且毫不在乎孩子有多么的脏。她的行为貌似前后矛盾，但却是一剂良药。

在管束孩子的问题上，一般来说父母应保持前后一致。但有些较真的人将此推到了极限，反而显得很不正常。他们往往严苛无情，但其他的人在对孩子某一方面的行为喋喋不休的同时，却很乐意接受这种行为的其他表现形式。我们绝大多数的人在童年时代都曾经历过这种复杂的体验。其结果是，我们养成的肌体方面的依附关系往往使我们在成长的每个阶段中更倾向于形成相关的依附关系，但是它们并不完全排斥其他的依附关系。

然而，有时孩子早期形成的依附关系会在另一个经历的层面上得到加强，这就是当他与另外一个人，通常是他的母亲，形成人际关系的时候。我们已经注意到，当婴儿从母亲处获取食物时是多么地依赖那只给他喂食的手，那搂抱他的手臂，以及母亲她本人。当现实的感觉日渐增强时，他逐步意识到自己是何等的无能为力。替他操办一切的母亲代表了慰藉、满足和安全。如果此刻他病倒了，这种印象会更加深刻。只有她才能照顾他，别人是无法替代她的。在此基础上，母亲也有建立与自己孩子的关系的情感需求。由此，一种依附关系形成了。它对孩子未来的生活和对爱的感受具有极强的操控力。

论爱的传记

劳伦斯以极为敏感的笔触在《儿子与情人》这部小说中描述

了这种依附关系的演化史。这部有很大自传色彩的小说既颇具文学价值，也是对弗洛伊德所称的俄底浦斯情结，即男孩依恋母亲的研究。

男孩保罗出生时，他的父母已年过中年了。他们因相互抱怨而饱尝着苦涩。保罗的父亲是个矿工，终日酗酒，性情冷酷，很少流露出一丝爱意。保罗的孤独的母亲因此把曾经奉献给丈夫的全部的爱和关切都投注到孩子的身上。保罗从小体弱多病，因此，她更有理由用自己的爱来呵护他。对保罗来说，母亲就是他生命的一切。他对她的依附关系是彻底的。

保罗在长到该找女朋友的时候遇到了米里亚姆。米里亚姆生长于一个男人主宰的家庭中。只因为她是个女孩，不能与他们一同下矿井劳动，她的兄弟们便认为米里亚姆毫无用处。因此，她渴望着爱、无穷无尽的爱。对于她，爱就是完全的占有。

保罗自出生之日起就被人占有。此时，他仍被自己的母亲占有着。他无法脱身、投身到另一个要占有他、吞噬他的爱之中。在生活的那一刻，那是惟一让他痴迷的爱，但他又无法维系这种依附关系。他对自己母亲的依赖和对米里亚姆的爱发生了冲突。这使得他充满了负罪感，无法忍受。因此，在短暂的交往后他离开了她。

在找寻工作的城市里，保罗碰到了克拉拉。这时，他的母亲已经去世了，而保罗心中有了一种莫名的失落感。在克拉拉，一个年长于保罗并更有生活经验的人的眼中，保罗是一个逗人喜爱的、未被溺爱坏的大男孩。在保罗心中，克拉拉更像个母亲，是个可以重新体验与自己母亲的那种依附关系的人。但是，这种爱也有瑕疵，因为克拉拉不是他的母亲。如果是的话，保罗就不会以男人的方式来爱她。

在小说的结尾处，保罗徘徊于乡村之中。他不能断下决心，

是悄然离去还是回归城市、回归生活。这种内心的斗争几乎让他无法忍受。他早年形成的对母亲恒久的依附关系让他绝望般的需要她或一个能代替她的女人,但他与另一个女人应该建立起另一种关系。他自己也希望是不同的关系。

这些依附关系与欲望显然使保罗处于不可调和的矛盾冲突之中。当然,劳伦斯本人是回归到生活之中,并在他艺术家的杰出才华的帮助下正视了它。

爱的阶段

现在我们已经看到,爱是如何由婴儿早期的肌体性生活中起源的。当时他对自身,尤其是对自己的某些器官形成了依附的关系。同时他至少也对一个关爱着他的人形成了依附关系。在孩子的心中,使他更倾向于建立与这些早期的需求相一致的其他依附关系。当我们长大开始追求女孩、堕入爱河并结婚时,我们已拥有了复杂的多爱的历史。

这些爱经历了多重可识别的阶段。第一阶段具有典型的自恋倾向。起源于对孩子自己身体某些部位的依赖,它们是多类型的自爱。超越自我的肌体性功能,孩子逐渐形成了对自己的父母、主要是母亲的依附关系。我们已追溯了这一除却自我的对他人的第一个爱的体验。

随后具有重要意义的阶段发生于孩子 6 到 12 岁之间。此时的孩子对自我身体的依附关系已不可公开地表露了。吮吸拇指和手淫受到了禁止,洗澡也成为私人隐秘的活动。如果孩子仍想继续这些依附关系,他只好偷偷摸摸地为之。即使他对母亲仍保持依赖,但在表露方面也必须有所顾忌。男孩子公开表现依附或用身体表达爱意定会招致他人厌恶的一瞥,女孩子所受的宽忍也很有限。

这并不意味孩子早年形成的强烈的依附关系在一夜之间便会骤然消逝。它们只是潜入心底、在心中蛰伏。因此，弗洛伊德将此阶段命名为发展的潜伏期。孩子此刻已步入了一个更加广大的世界之中，这个世界鼓励他形成社会性的依附关系。

在这些新的依附关系中，绝大多数都与性无关。男孩只与男孩玩耍，女孩只与女孩玩耍。男孩若对女孩发生兴趣就会被人认为是娘娘腔，而想与男孩一起玩耍的女孩也成了假小子。在这一阶段，人们鼓励孩子培养并接受自己在生活中的性角色，要追求典型的男性或女性的爱好。但有一种情况例外，即不可对异性发生兴趣。

最后，青春期来临了。性腺开始发生作用，孩子的身体产生了急剧的变化。身体再次占据了重要的位置。无论是男孩还是女孩都再度对身体格外地关注。此时，外部世界开始鼓励这些年轻人注意异性。昔日的依附关系经重组排列变成了新的依附关系的基础，它们第一次公开地展露出性征。

我们终于可以期望他们相亲相爱了；而他们本人也有此类愿望。

我们已目睹了这位未来的情人是怎样从婴儿时期一步步地长大了，现在我们又见到他正体验着一种貌似全新的对异性的爱。但我们知道，除了那外露的性表达之外，事实上它并不是什么新鲜的东西。他对爱的施受能力并不是一夜间一跃而生的。自他出生之日起这种能力就在滋长潜长。甚至性也不是完全新鲜之物，因为用身体来感受愉悦正是婴儿式体验的核心，正是他在学习爱的路途中迈出的第一步。

因此我们知道，情人在涉足一生中最重要的依附关系的边缘之际，已把他所形成的所有的依附关系都带入了这个过程之中。有些关系他们已经认识，而有些则尚未知晓，有些与新近的

爱相互和谐，而有些则发生着冲突，有些有助于他体验新爱的甘甜，而有些则阻碍它的实现。但是我们知道，这新近产生的爱的本质和未来都依赖于它们在一个人所有的爱的复合体中的位置。

欲知这一最重要的爱的未来，我们还需要进一步探究人们表现在其他方面的爱。

第三章　多维的爱

在爱的问题上，我们每个人的潜能都远大于已经开发利用的能力。我们拥有很多的爱，其中有一些连我们自己也不甚清楚。我们每一个人都拥有多方面的爱，即使那些从各方面看上去孤独消沉的人也不例外。

并不是所有的爱都指向他人。当把爱界定为一种依附关系时，我们已开始认识到我们拥有的爱是何等的广博。

当有一些爱习惯上被人们称为兴趣时，我们便较容易地发现一个人可以从多种依附关系中寻求乐趣。但若用寻常的爱的标准来衡量，它们还算不上爱。一个人也许对登山、采蘑菇、西藏方言或高等教学发生了兴趣，或许对其中的某些还颇具激情，但他可能对人一点也没有兴趣，在情感上更是无法投入。

被冠以其他名义的爱

人的兴趣是一种有意识的依附关系。当拥有它们的时候，我们能感受到它们的存在。可是另有一种依附关系我们往往却浑然不知，但它们对我们的影响力远甚于那些有意识的兴趣。这一系列的依附关系始于我们开始认识事物之前，即前面已探讨过的婴儿的感知世界之中。婴儿通过形成他初步的知觉感官对自己的身体构成了依附关系，这是他爱的能力，包括各种爱的

开端。

当发育成长中的婴儿对自己身体的各个部位产生了兴趣和依赖时，他会发现维系这些关系的途径，而他逐渐习惯的这些方式往往又会进一步增强他的依附关系。在前文我们已讨论过吮吸拇指这一许多婴儿曾追寻的对口腔的依附关系这样熟悉的事例，他们可以从中体验到极大的乐趣。

这种依附关系通常被称为习惯。我们反复进行着同样的活动、同样的追求，不用过多久，习惯本身就会演变为一种依附关系，好像某种行事的具体方式本身就是一种需求和欲望。婴儿喜爱吮吸手指，或喜爱趴着睡觉，用吃食打发时光。成人喜爱吃早餐时看看报纸，吃饭前喝点酒，看比赛时坐在主队的一侧。这些貌似微小的依附关系往往富有强烈的意蕴。如果有人阻挠了它们，他们会变得躁动不安、雷霆大发。因为这些习惯和依附关系的作用，很多人成了蹩脚的游客和情人。有些依附关系被我们当作习惯而轻率地抛弃掉，但它们对人们的爱和婚姻的损害很可能比我们能意识到的要大得多。

这些习惯——依附关系可能拥有很深的底蕴，将它们统称为习惯其实是很机械化的命名。我们可以把习惯当作一种简单的行为模式，如咬手指甲，并进而把它克服掉。咬手指甲是一种表达依附关系的方式，但它并不能反映出这种关系的另一端，即咬指甲者所依附的人到底是谁。习惯——依附关系可以滋生于某种婴儿时期的理想，如保持对母亲乳房的依赖的欲望。这种发生于早年的依附关系如果不能以某种方式得到解决，就可能对当事人产生终生的影响。尽管他自己并不知晓，但它可能就是他随后形成的诸种依附关系的基础，而这些依附关系等他长大后会显得不尽如意。正是这些早期的根源使得许多习惯——依附关系难以挣脱。

不论我们如何地名目，将之称为兴趣、习惯、爱好或者迷恋，从对这些依附关系的命名中可以反映出我们对它们的态度。从某种意义上说，它反映出每种依附关系对我们控制的程度。我们的兴趣、以及我们所喜爱的人或物，主要提供给我们有意识的满足。同时我们感到，只要乐意我们可以将之搁置一旁，也许是一段时间，也许是永远。我们的迷恋在意识中既留下愉悦也产生痛苦。对于我们来说，它们是过渡性的、转瞬即逝的。显然，习惯不可能永远为我们带来有意识的愉悦。它们是最难挣脱的依附关系。当一个男人说及尽管自己已经无法从与某一女人的依附关系中体验到愉悦但仍与她纠缠不清时，他或许会说，“我想，和她呆在一起已经成了一种习惯。”

我们绝大多数的依附关系与习惯都是令人愉悦的。对于它们，我们保有积极的情感。一个习惯抽烟的人会说，“我喜欢早上爬起来后吸上一支烟。”也许一天中他会抽两包烟，但除了这第一支之外它们并没有带来什么格外高兴的感觉。也许在抽其他的烟的时候他甚至毫无抽烟的感觉，但在他的意识中他就是喜欢那第一支烟。可以说，他喜爱它。我们形成其他的依附关系也许不能给我们带来任何快感，或许它们与我们格格不入。但我们对它们的依附关系并未减少。在我们众多的、各异的、从表面上看不可理解的爱中，它们占据着自己的一席之地。

长着众多枝杈的树

兴趣、爱好和习惯是依附关系和爱的诸多的表现形式。无论情人们将生活想象得多么浪漫，事实上，所有这些都是自出生之刻便形成的平淡无奇的习惯、兴趣和依附关系的外现。这是他爱的生活的真实历史。它的构成要素普通而非那么浪漫，作为一个因素的浪漫的爱仅仅是一个人爱的历史的一部分。

如果把人的发展比作一棵大树，把那诸多的爱比作其枝枝杈杈，那么我们对他人的爱也许可算作树上最高的枝杈了。如果我们乐意，它还可以是最坚硬的一支。我们可以在它的上面吊上一只秋千，尽情地享受。但从本质上说，这最重要的爱如同其他的枝杈一样只不过是总体的一支，它并不能永葆最强盛和最充分的状态。

例如，在大学校园中女生通常被认为是男生最执着的兴趣点。但偏偏有些男生更喜爱踢足球、更热衷于去做校园中的"大人物"，或更关心自己的朋友。

还有相当一批人看中的是汽车。有些男生不惜以替人照看火炉、看护幼儿以及努力地节省的方式去购买一辆二手跑车。然后，他会带着自己的情人在周日的下午去乡间兜风。他的身旁也许确实坐着一个姑娘，但他的爱的对象却并非那位女孩，他所钟爱的是他的跑车。他启动跑车、敏捷地拐弯、瞭望前方找寻能全速疾驰的路段。他感受着触摸跑车的狂喜，汽车发出的疲惫的轰鸣是他最美的音乐。他一面驾着车，一面与之交谈，为它歌唱。一有空闲的时间，他就修补它、擦拭它、呵护它，不论动作是多么的笨拙。

即使毕业多年以后，即使他已经开始闯荡天下、发展事业和养妻育子了，这种爱仍伴随着他。不久前一位动机学专家曾忠告过汽车制造商们不妨坦率地将自己的产品宣传为爱的对象，为它的性吸引力高声赞美。这看似颇为偏激，但它蕴含着心理上的真谛。这一点在上文中我们已作了论述。确实，各种爱从本质上看都是同一主题的变体，它们都表达着各种依附关系。

这并不等于说，喜爱汽车的男人就无法再爱女人了。男人可以在爱汽车的同时也爱自己的妻子、孩子、房子、工作、朋友、政治、钓鱼、打牌、某种品牌的威士忌、某个偏僻的度假地以及其

他十几个或数十个依附的对象。也许他也格外关注言论自由、低税率、海明威的小说、波士顿的爵士乐和股票市场上的某几种股票。

我们多种多样的爱可以并存，它们并不一定要相互排斥。一个拥有众多爱的人可以构筑多种依附关系。如果说在总体上它们对他有利，即如果这些爱能带给他极大的满足、促进他的生活和创造力，那么他就是一个幸福的人，也许还是个健康和谐的人。

有些投身于爱的人在各种依附关系上奉行着排它性的策略。如果你碰到的人对古苏美尔作品、某地质年代的化石、帆船比赛或海底探险有着浓厚的兴趣，你或许会说他真的很投入，是个幸运的人。但如果你发现他根本不与他人交往，即从来没有过艳遇、从未结婚，与父母、家人和朋友断绝了往来，那么你肯定会认为此人不同于常人、甚至是个不正常的人。他的反常之处并不在于他有着奇特的爱好和非同寻常的爱，而在于这是他惟一拥有的爱。我们期望着人们拥有多种多样的爱。

爱具有家庭共性

人类所有的爱都深深地留有爱的主角的烙印，它们在表达方式上都具有一定的相似性。男人对高尔夫球的爱与对妻子的爱有时表现出惊人的相似性。他期盼着高尔夫运动、满怀热望地奔向高尔夫球场，在那儿他将度过一个激动不已的下午。但有时，似乎所有的东西都在合谋与他作对。排列在前的人让他在每个球座前长久地等候，排列在后的人让他在每个终打地区奔跑。他的木头球杆似乎失衡，他的轻木棒被草坪绊住。而最后的得分让他汗颜，让他对高尔夫球、对整个世界和他自己厌愤不已。

他计划与妻子一起外出过过夜生活。他要同她共进晚餐、看电影、共度良宵。为此妻子开始了穿衣打扮，那时光好像无休无止。出门后她总是下不了决心想到哪家餐馆进餐。在他的意识中，他正忍受着一段与高尔夫球场同样的时光。

所有这些爱都具有强烈的家庭共性，因为他以同样的方式爱着它们：他只是在它们被理想化、一点也不触及他的耐性和抗击沮丧失意的能力时才爱着它们。他爱的不是现实的高尔夫球运动，而是理想的高尔夫球运动。也许在一年中的一百次打高尔夫中他只能三次尽兴地玩乐，而其他的九十七次令他在球场上如坐针毡。他对妻子的爱也有同样的局限性。即使不是她让他长时间地等待而坏了情绪，餐厅的服务员也会因安排了他不喜欢的座位而令他不满。或许侍者服务得太快或太慢了。其实不论是何原因，他发现享受爱意实在艰难，因此只有当万事完全满足了他的欲望之后，他才会满意。他所有的爱，无论巨细，都留下了同样的缺憾的印记。

这样两种互不相干的爱也许具有一个共性：在本质上它们并非貌似的真正的爱，而是另一种未曾显露的更深层的依附关系的替代品。表面上他似乎有充足的喜好高尔夫运动的理由，但其根源可能与高尔夫毫不相干。也许他心中暗藏极度的不安全感。只有通过一杆一杆地击打出最远距离的球，它才能得到舒解。他的得分或许极为普通，但他确实打出了最远的球，而此举改变了自己在同伴们心目的形象，至少他自己认为如此。

同样的，他希望能娶到最美的姑娘为妻。也许他并不信任她，也许他以为她经常观望其他的男人或者不善持家或有许多其他的缺陷。然而，无论一个女子有多少妻子的美德，只要她不是个出众的美人，他就不会娶她为妻。

这样的男人把他的妻子和高尔夫球当成了爱的替代品。在

这两桩事例中，他表现出的是自恋的爱。即使他在它们上面花了很多的时间，其实他并不爱它们。他所爱的只是他自己，颇似一个两岁的孩童的自爱一样，因为只有他自己才能提供可靠的满足。他只是因为妻子的美色才重视她，他只是因为打出了远球才看重高尔夫运动，因为这些支离破碎的依附关系使他感受到别人的注意、满足了他的自尊和自爱。

爱的金字塔

我们以极其复杂的方式形成新的依附关系、构筑新的爱，要追寻它们的发展轨迹实属不易。一种爱引向另一种爱，我们的依附关系看起来颇似埃及的金字塔。从人们的饮食上可以很容易地发现这一点。有些人只对牛排感兴趣，但通常喜好饮食的人们会喜欢很多种食物。以这种依附关系为基础，他们会培养出对美食、奇珍和美酒的爱好。或许，他们会把烹调视为一门艺术。

有些人或是作为观众或是作为参与者对某种运动着迷，但更多的人喜欢观看或参加多种运动项目。即使是某一种爱好也可能繁殖出多种兴趣。游泳爱好者也许会对赤身潜水运动着迷。为了找寻最适宜赤身潜水的温暖海域，他们也变成了旅行家。在尽情享受喜好的运动的同时，他们爱上了作为活动场地的热带地区。他们的社会依附关系往往也遵循同一模式：他们很可能从其他的赤身潜水者当中找到喜爱的对象。

我们以同样的方式累积着其他更加微妙的依附关系。一个男人的自爱可能会导致他对在某个群体中所获地位的依附，并进而形成对该群体的依附关系。这种依附关系可以表现为充满激情、甚至是丧失理性的忠诚。一个女人可能由对自身的兴趣而生发出对珠宝和服装的兴趣。在某种特殊的才能和机遇的推

动下，她会走入时装设计的行列。

为了简单明了地说明问题，以上的展示显得过于单薄。事实上，我们不大可能这么轻松地就爱上了某些活动、思想、事物或人物。更常见的情况是，我们想要的东西或真正吸引我们的东西在我们被灌输的正误观的干涉下已被悄然支走。浩荡的广告大军憋足了劲要让我们相信他们所售卖的东西最适合我们。微妙的商业与文化力量引导着我们迈入众多的依附关系。

有些文化因素从一开始就具有不同的特征。每一家玩具店都设有多种柜台。从两三岁开始，男孩们就得到了玩具小汽车、火车和飞机。女孩们则得到布娃娃、玩具娃娃衣服以及各式饮具。我们鼓励男孩迷恋能让他击入多个球的幸运垒球棒，我们赞赏他能把零散的部件拼凑成一部小汽车。当他长大后挣足了钱真的购回一辆汽车或其他的理想物品时，我们为他欣喜不已。在强劲的社会影响下，男孩对物品、活动和成就形成了依附关系。

我们同样引导女孩形成很多的物质依附关系，但我们也鼓励她们养成更多的人性的关爱。当小男孩们装扮成好人坏蛋，用玩具枪塑造英雄形象时，小女孩们则在玩家家、呵护着她们的洋娃娃。

总结上述的例子，我们或许可以得到这样的结论：男孩在成长过程中养成了对物质和职业的爱，而女孩则拥有了人性的、家庭的爱。在某种程度上说，情况确实如此。但是当我们讨论整体的人类时，这样的总结就显得过于空泛了，因为人世间各种压力交互作用着，有些增进、而有些则阻碍着我们个人的欲求。

烙上文化印记的情人

因此，尽管在某种程度上我们都遵循着社会总体文化，但总

是有一些人对社会尊奉的偶像、社会为我们界定的目标产生强烈甚至具有主宰力的依附关系。择地而居、择人而嫁、要生适当数目的孩子以及结婚生育本身对某些人来说已成为不容置疑的主宰他们生活的必然依附关系。至于这些目标是否满足他们真正的需求和欲望并不是至关重要。

例如，我们可以想象，一个经常因为衣冠稍为不整或脸庞稍有污垢就被责罚的小孩。他的双手必须总是保持清洁，他的头发必须总是梳理得光亮，他的举止必须总是得体。这个小孩在成长过程中过度地依附于万事整洁的作风。由这种依附关系出发，他会培养出许多其他的习惯。它们以此性格为基础、并进一步增强了这种依附关系，甚至会影响到他对职业的选择。或许他会成为管理工程师，成为将他人业务整理得井井有条并使之制度化的专家。

这种人也许会终生迷恋洁净的新东西。他只会搬进刚刚完工的新房去居住，他从不会产生购买二手车的念头。令他痴迷的女人不一定要热情、富有爱心，但她必须在举止和容貌上无可挑剔，甚至一根杂乱的头发也没有。如果他娶了她，他可能会为此选择感到欣喜不已，因为她本人也遵奉着同样的有序高效的准则。他们共同创造出洁净、甚至是无菌的家庭环境。干扰他们生活的只是其他偶然爆发的其他个性方面的需求。但这些需求，他们本人或彼此都无法处置。

在那些已经深深地铭刻于人们记忆之中的依附关系中，可为社会接纳的目标有其现实的生长土壤。这类人往往遵循其团体公认的正确事物，任何对它的背离都显得怪异惊心。他们的举止似乎在说，他们惧怕表现出众、引人注目。他们在和谐一致的保护圈中找到了安宁。

对我们有害和有利的爱

在我们稳定的社会环境信风的驱策下，很多人已忘记了自己真正的需求和欲望。我们个性中的某些部分一直未得到维护，而有些能更好地体现我们需求的依附关系却擦肩而过。

综观形成依附关系的众多方式，我们不难察觉，有些爱并不是发自我们有意识的欲望。不论是否总是具有理性，我们确实在做出选择。通常，努力探寻某种依附关系的理性原因或对其溯本求源并没有太大的意义。思考这种或那种依附关系对我们是否有利几乎毫无意义。尽管没有多少道理，某种依附关系可能仍很不错，或至少没有太大的害处。

有些爱很明显对人不利，这几乎不用他人再来强调。男人明白过度地饮食、喝酒和吸烟对身体有害。迷恋为取悦自己而出手大方的男人的女人会发现这种依附关系很不幸，因为一但结婚以后，他的大方会增添家庭的经济负担。

男人往往不愿与理性的事物建立恒久的依附关系。轻松的爱或许能让他愉悦、甚至于他有益，因为他从不深深地投入，因此也就从不受到伤害。但是他忽视了一点，一个更加稳定的依附关系也许会从多方面对他有利。价值上的差异多少与口味的不同有些近似。例如，只喜爱流行乐的人每个月都要找寻一支新曲，而那些欣赏巴赫的人可以永久地享受同一个乐章。恒久的夫妻关系会给双方带来比一连串随意的艳遇更加深切的满足。而且，他们间不会出现两段爱恋故事间的空虚和躁动。

当一种爱能满足我们的某种需求，同时又不伤害或阻碍其他健康的爱的时候，它便是有益的爱。这样的爱让我们觉得自在、有能力去选择和作出决策。我们可以暂时忘却这种爱，将它们搁置一边，并从事其他的活动。随后，我们可以愉悦地回归而

无丝毫的负罪感。

我们并不需要具体的认知规则帮助自己识别这样的爱。只要它们能增进和丰富我们的生活，并在回味时没有留下丝毫的苦涩，它们就是对我们有益的爱。

对我们有害的爱有时也能满足我们的部分需求，但它与满足其他的需求发生冲突。而且，它所满足的需求往往带有神经过敏的色彩。这种爱趋向于役使我们，操纵、强迫、占有我们。我们就像生活于法西斯专制之下，四处规避，惟恐触犯了它们设置的规则。

有时，对我们有害的爱甚至并不以爱的形式出现。让我们来看看一个女孩的遭遇。当她还是个婴儿的时候，她吃得很少。为此，她的母亲总是焦虑不安。在母亲的脑海中，她的宝宝应该长着胖胖的玫瑰花似的圆脸，充满着笑容。但她的孩子却经常腹痛，是个瘦削、分量不足的小女孩。她的脸上没有酒窝、面容也不似玫瑰花、更是缺乏笑容。母亲失望之极便拼命地强迫孩子吃食。女孩像大多数孩子一样紧闭双唇、或把口中的食物吐出来以示反抗。到了十二三岁的时候，她改变了习惯，开始强迫自己进食。此时，母亲(坦率地说，也包括女孩本人)梦想女儿有一个仙女般苗条的身材和白皙的面庞。但可怜的姑娘已经成了肤色暗淡、矮墩墩的胖女孩子。母亲昔日的训令，"吃不完盘中的食物不许离开饭桌"已变成了"你不能再吃这么多的东西了，你该节食了"。

这当然是一个愤怒、充满敌意的行为例证。它是对一直抱怨不已的母亲的抗议。这种抗议自她幼小时一直延续到成年时期。为了一场不可能赢得的胜利，她牺牲了自己最大的利益。后来通过减肥，她有了苗条的身材。但她的内心仍和当时那个小女孩一样，进行着同样的搏斗。

任何在儿童时期保持好斗态度的人都像是身披铠甲、手执长矛，策马于乡间觅杀猛龙的中古武士。我们的年轻女士会找到一位先生并嫁给了他，但婚约的誓言并不能消解她多年形成的心中的敌意。这份敌意迟早会找到发泄口，而除了这段婚姻还会有其他更合适的地方吗？

因此，她的丈夫成了毫不相干的敌意的牺牲品。他与她成长过程中形成的抗议、愤怒和不满毫无关联。他需要做的只是在最微小的问题上与她存在不同的意见，不论什么事都可以。除非她发现了消解自己心中敌意的办法，否则这种敌意最终会毁了她的婚姻，即使她是真心爱恋着自己的丈夫，即使这与婚姻和性生活无关。

爱恰似一场搏斗

搏斗也是爱的一种表现形式。我们并不能因为两个人打过架就断定他们不再相爱。我们应该记住，弗洛伊德曾说过，爱是一种依附关系。他并没有说那是天堂中的依附关系，他并没有把它描述为那么的浪漫、富有诗意和田园风光。他没有把它比作交响乐或夕阳，他也没有说它包含着幸福或满足。他只是把爱称作一种依附关系。

当然，幸运的人在爱中能发现满足。他们或是有着幸福的童年，或是已经化解了不幸遭遇的影响，或者两者兼而有之。他们从爱中找到了满足，他们从工作中找到了满足。工作是同一系列思想或技艺联系的依附关系，因此它也是一种爱。人们在游戏、在与朋友交往中也可以找到满足。所有这一切都是依附关系，都是爱。

它们都是爱的例证。从婚姻中产生的爱，即从与他人共度一生的承诺中产生的爱，只不过是另一类型的爱，一种比其他的

爱更加来之不易的爱。在这种爱中，我们更多地自我投入。当成功时，我们能体验到更大的回报。其他的爱相对而言要容易得多。例如，友谊就比较容易培养容易维持，因为它不像性爱那样涉及生活的方方面面。

很多的爱从本质上说是否定性的爱。父母与孩子的爱经常演变为一场搏斗。当孩子表现良好、完成了要求做的事情时，通常谁也不会注意到他。一般情况下，父母不会拦住他特意夸一夸他的每一个顺从的举动，"乔尼，你真是个好孩子。"不会有这样的事情发生的。好孩子是看不见，听不到的。他似乎根本就不存在。

可孩子一但做错了什么事，聚光灯一下子就打到了他的身上。他成了舞台的中心，全场的焦点。他的父母责备他、击打他。如果他长大了、不宜再挨打或他的父母不习惯再打他了，他们会想出其他奇妙的责罚办法，如拿走他的零花钱，不让他看周末电影或电视节目。他们竭力给他上一堂终身难忘的课。

孩子确实记住了这一课。他记住了它的效应，记住了因为淘气而怎样成为众人关注的中心。这变成了一种快感。与无人喝彩相比，被惩罚居然也带来了快感。

在演艺圈中有一种时髦的说法，声名狼藉也胜似默默无闻。显然，孩子们更喜爱被夸奖和爱怜。他们真正需要的是父母的赞许。他们喜欢被拥抱、被亲吻，喜欢父母同他们一起玩耍和一串串赞许的言语。但当他们表现良好，期待赢得这一切美好的关注时，父母偏偏忽视了他们。因此，孩子们走向了另一个极端。与其什么也得不到，不如招惹一顿责打和惩罚。

在孩子的眼中，这也成了爱的一种表现方式。只要不被漠视，不论是好是坏，情感的表达就是爱。如果这种爱在孩子的生活中占据了主导的地位，长大成人后他也无法将之忘却。对他

来说，爱成了一场搏斗。

即使是不愿搏斗的情人们，爱也经常成为交锋点。真挚的爱的历程从来不是一帆风顺的。当有人讲述在自己的婚姻生活中双方从未说过一句粗话时，人们往往表示怀疑。他们说的是实话吗？他们真的相爱吗？如果真的彼此在意的话，他们总应有过几句争吵。从不生气、从无异议对我们绝大多数人来说与其是相爱倒不如是冷漠。

因为一对男女要共同生活、共同承担家务、养育孩子、理财、共享幸福、共度患难，爱实在不是一种简单的关系。它涉及到双方的需求和欲望，而其中很多的问题他们并不理解。即使在非常融洽的婚姻生活中有些需求也是难以彻底地满足的。

当两个人相遇于爱的生活之中时，他们有时会很自然地发生摩擦。有时，摩擦是惟一能昭示一方需求未得到满足的方式。争吵也许是最有效的解决不满的良剂。

生活中有些时候，男人会莫名其妙地产生要武断地对待妻子的念头，他感到心中有股自我维护的需求。他想对她也许是对自己表明他并不需要永远地讲道理、肯妥协。有时，他可以把脚放下，并一直保持不动。有时，女人也会产生同样的想法。有时，她偏偏不愿退让、偏要固执。不论对错与否，她就是想坚持下去。

在婚姻中出现的众多否定的表现、对抗和敌意并不意味着双方从此不再相互依赖。有很多夫妻多年来争吵不休、离婚又复婚。或许，他们会另寻伴侣，但他们仍保持着联系，会为赡养费、孩子、老人、律师，甚至是结婚第一年里的一张未付的账单而继续争吵下去。不论情况如何，他们会设法引发出一桩事情来，并在后半生中吵闹下去。他们或许会与新的伴侣和睦相处，但在他们之间，爱仍是一场搏斗。他们拒绝让它结束。

不论它是积极的还是消极的，于我们有利的或是有害的，爱就是这样的东西。它应该让我们感到快乐。在婴儿时期，当它初次显现时，爱确实带来了幸福、满足和欣喜。婴儿只是同给他带来快感的东西相依附。婴儿的爱简单、积极和快乐。但当一个人从婴儿期的庇护伞中走出来，步入一个自己不再是中心、自己的愿望不再强劲有力的世界中的时候，他的爱蒙上了不快乐和不幸福的阴影。对于父母，他既爱又恨。即使没有别的原因，他也无法忘却他们对他提出的与自己孩提般的梦想相异的要求。对于兄弟姐妹，他也是爱恨有加，因为他必须与他们分享一切，包括最重要的父母的爱。他也既恨又爱自己的教师、朋友、学校、体育运动、假日和工作。

尽管有了上述的阐述，很多人还是难以接受爱仅仅是一种依附关系。出于单纯的思考上的习惯，我们还是希望用不同的方式来使用这个词。我们喜欢用爱来表达一种令人欣喜愉快的依附关系，甚至只用它来表达男女间理想化的依附关系。很多人就是这样最狭隘地使用这个词汇的。这样，绝大多数的人际之爱最多只能微微地闪烁着一些这样的"真情"。而且，我们对幸福、赞同、接受和与此相联系的温暖感受的欲望，迫使我们想象爱是对所追求的需求的答复或解决。

结果是，我们对爱的兴趣被局限于其中的一种了，即男女有时对对方形成的恒久的、深切的、令人满足的依附关系。这虽然美好却不现实，它恰似园中的日规"只识明媚的日光"。我们无法回避，我们每天度过的是二十四个小时，既有阳光普照、也有乌云蔽日的时候。即使沉沉欲睡，我们也在逐渐长大。我们生活的某些时候是阳光灿烂的、令人畅快的，但如果能审视全景，包括从最枯燥和最痛苦的依附关系到情侣间最丰富的情感，我们就会更好地理解爱。

现实性的思考向我们昭示了天下没有完美无缺的人类际遇。没有人可以保持终生完美无瑕。能适应一切的人只不过是理想化的杜撰。它是我们追寻的理想但却无法实现。尽管我们在一天天地长大,更加富有经验、更加具有智慧,但我们每个人的身上都残留着某些婴儿时期形成的依附关系,而且无法摆脱。这些依附关系通过各种途径闯入了我们成人的爱的模式之中。

幸运的是,虽然大家都有缺陷,但还是有一些力量将我们拉到了一起。若要将每个人都锻造成完美无缺的,我们实在等不起。而推动人类依附关系的最具影响的吸引力就是性意识。

第四章　性与爱

每当遇到一个人，闯入我们脑海中的第一印象就是对方是男人还是女人。至于其他的特征，如姓名、电话号码、职业、政见等都可能从我们的记忆中消逝，但对方的性别却永远无法忘却。即使对于其他的方面我们一无所知，但他们是男是女却历历在目。追溯到生命之初，当一个孩子刚刚出生时，我们的第一个问题就是，“是男孩还是女孩？”

如此深刻地植根于我们的感知习惯和记忆之中的事情一定是非常重要的。然而甚至在数十年前，性的话题还是不能在公共场合中公开讨论。即使在今天，尽管我们的观念已在相当大的程度上得到了解放，性的话题在许多大众媒体中仍受到严格的检查和限制。

在不同的社会和国家中，这种审查制度也迥然相异。欧洲拍摄的很多故事片被制作成三种版本。标准版本供欧洲上演，较为自由放荡的版本供拉丁美洲上演，而较为严谨的版本则供给美国上演。除了这些差异之外还存在着许多其他的区别。例如，外国的电影就比美国电影有着更多身体暴露的镜头，但亲吻的场景往往却少得多。

岛国特色

两种文化间的差异越大，它们对待性的态度的区别往往就越明显。第二次世界大战将太平洋诸岛变成了主战场。在将它们纳入西方文化圈之前，这些岛屿还只是让人类学家欣喜若狂的地域。它们基本上未受我们文化的影响。在有些岛屿上，它们的性习俗与我们迥异。当玛格丽特·米德的《萨摩亚世纪的到来》出版之后，美国各地的读者才发现，那儿的少年男女在发生性关系的问题上非但不受任何限制反而得到鼓励。在我们自己的国家中，当孩子长到这个年龄时，家长们的头发都开始变白了。这不是因为他们已经年老，他们是为自己十几岁的孩子可能进行的性活动而焦虑得白了头。

人们对揭示出的萨摩亚习俗或是着迷或是震惊，这取决于他们各自的见解。但同时他们心中都充满了疑惑。那些私生子的命运将会如何？这种习俗会导致什么样的混乱的性生活和夫妻间的不忠诚？当他们进一步得知，这种早期的性关系极少导致私生子的出生，而夫妻间的不忠诚在萨摩亚几乎闻所未闻时，他们又是何等的惊讶。很多处于原始阶段的民族颇能接受少年男女间发生的婚前的性行为，但是婚后若是通奸犯科者则被处以极刑。有时在行刑前还伴以最残酷的折磨。有些原始民族用石头将通奸的女子活活砸死。每一个民族都在竭力维护强烈的性欲冲动下的和平局面。

对于私生子现象，我们的社会还有特别的禁忌。许多与我们有着相近的文化特征的民族也是如此。在我们的社会中，最令女人羞耻的事情就是做未婚母亲。但在我们附近的波多尼哥，直到不久以前，而且在那岛上的某些地区现在仍有很多非婚生的小孩不断地出世。而他们的社会对此现象有着认同、理性

和人道的习俗。

几年前，在圣卢克医院我曾经为一个婴儿看过病。当时，我弄不清楚站在我身旁的人群当中究竟谁是婴儿的父母。其中的两个人非常小，是只不过十二三岁的男孩和女孩。而第三个人又显得太年长。他们谁都不像是那婴儿的父母。最后，我只好开口询问了。那个年长的男子回答道，“嗯，我是他的祖父。不过，其实我不算他的祖父。我是他的父亲。”这更让我迷惑不解了。他只好对我解释：他收养了这个婴儿。那个男孩是他的儿子，是婴儿真正的父亲。那个女孩是婴儿的母亲。但他们还没有成亲。

那位兼具父亲和祖父角色的男子一本正经地告诉我，“他们岁数太小了，还不能成亲。我们不允许他们现在就结婚。但他们和我一起生活。我们一起照看这个婴儿。”

从他们的表情上我看不出丝毫的难堪。显然，那个男孩和女孩还太小，无法承担婚姻的重任。但从生理发育上看，他们已经成熟，可以生小孩了。这样，家长就担负起照顾他们三口的责任。他们好像并未对已发生的事情感到难过或后悔。这种现象在波多尼哥非常普遍。很多孩子甚至在长大之后也不知道自己的生身父母究竟是谁，但他们享受着父母般的照顾和关爱。这些婴儿并未蒙受耻辱，也从未受到伤害。他们的未成年的父母也未被轻视。

在像波多尼哥或类似的文化传统中，由于有着数代人共同生活的庞大家族的存在，这样的问题很容易地得到了解决。我们自己的文化在并不久远的过去也是建立在庞大的家庭团体之上的。但在我们的记忆中却很难找到家中出现私生子不是丢人的事例。

那么，这种强劲的力量，这种令世界各地、古往今来的每一

种文化传统都不得不屈服的力量究竟是什么呢？这种导致诸多压抑和禁忌的性究竟是什么呢？

当然，我们知道，在这些问题中我们探寻的不只是简单的一个词的定义。字典在解释性的意义上正如在解释什么是美、真和爱一样没有太大的作用。它们并不是简单的几个词，重要的是这些概念蕴含的本质。而它们只有在具体使用中的理论框架上才能体现出来。

什么是性

西格蒙德·弗洛伊德把性界定为使用身体以获取快感。这种定义反映出弗洛伊德极其强调婴儿早期身体功能的重要作用。弗洛伊德从饮食、排泄、睡眠等婴儿肌体活动中看到了婴儿体验到的初次满足。

这些身体上的愉悦产生于生殖器官引发的愉悦之前，但它们彼此极其相似。从实用角度出发，它们可以归为同类。事实上，这等于说一切感官上的享受与性愉悦都是类似的，因此我们也可以用同样的名称来称呼它们。

当然，这等于说当一位妇女试穿她平生拥有的第一件毛皮大衣时，当她用纤纤细手在大衣表面上轻轻抚摸、留恋不已时，当她用手指的每一个敏锐的感觉神经品味它的质地时，她在体验着性享受。当一个孩子即将吃完一盘冰淇淋，把头深深地埋进盘子，舔尽最后一丝甜汁的时候，他完全沉溺于身体里那种性的愉悦。

在稍微复杂的层面上，品酒师高高举起一杯葡萄酒，透过闪烁的光亮他仔细观察着酒的色泽。他不时地将酒杯在鼻子下面移动、闻嗅酒的芳香。他浅啜一口酒，在口中蠕动、轻卷着舌面。他用视觉、嗅觉、味觉品味着葡萄美酒，他在用身体、或身体的一

部分追寻着快乐。同样地运用这些身体部位以更传统的方式来表达性是年轻的情人们发自心底的亲吻。它最敏感地表现于初次发现爱或第一次的痛苦别离。

所有这些感官上的体验都被弗洛伊德称作性。因此，也可以说，性是使用身体来体验某种依附关系、关切或爱带来的愉悦。

但在普通场合中，性的含义较为狭小。我们往往单指生育机能的发挥，即纯粹生理学意义上的性，或为获取愉悦探究基本和次要的性器官(即纯粹感官上的阐释)或从表层上颇似关爱，实质上以此为幌子在与性伙伴的合作中获取纯粹的身体上的满足。

所有这些不同的用法包含着一个共同的特征，即它们均描述着同一种行为，表达出愉悦的内心冲动或欲望，并寻求着那种欲望带来的满足感。而且，在所有的表现形式中，它们都是借助身体实现愉悦。

在所有的表现形式中——性具有很多的表现形式。有些拥有，有些则缺少具体的性行为。还存在着一个成分，它统摄了个人性表达的全部领域。这就是他的个性。

前面我们已经说过，离开了爱的主角我们便无法研究爱。同样，脱离当事人而纯粹地谈论性行为也是不可能的。有些人能享受丰富的性爱，能充分运用自己的触觉、味觉和嗅觉来营造亲密的气氛。情人们还能用远程感官来增进自己的愉悦感。他们爱看自己情人的身影、爱听他或她的声音、甚至包括他或她的脚步声。

昔日的诗人们曾尽情地吟颂过此类完全的性体验。从他们的诗作中我们看到，他们是怎样满怀激情地品味爱人的气息、品尝她的双唇、闻嗅她的秀发和肌肤。他们从她的声音中听到乐

曲、用双眼饱餐她的肌肤。

我们注意到,在我们的时代中声色已经开始衰败。自动化的年代已不再需要人们过多地用身体从事劳动。但它同时也减少了人们用身体获取的快感。如今,我们因感官功能的渐退而痛苦。随之而生的是性欲的渐退和享受表达爱的能力的渐退。甚至我们的言语也缺失了感性形容词,万事万物都毫无例外地变成了“太伟大了”、“太棒了”。

我们已趋向于不再依附纯粹的感官快乐,而是品味它们、从言语表现中寻求更大的满足。简单地说,我们趋向于不再把它们视为生活的最基本的需求了。不再有人鼓励我们追寻贪婪。但若要获取性的满足,一定程度上的贪婪仍很必要。最完全的性反应发生于那些最彻底地接触自己身体的人。他们无法单独对思想产生激情。他们尊重情感,并且接受和享受它们在身体上的表达。

缺失性的爱

当然,即使在情人之间也存在着很多与性毫无瓜葛的表达爱的方式。任何善意的、周详的举动都可以用来表达爱和积极的情感。有时,男人通过确认或征寻妻子的意见最有效地表示出与她的依附关系。他表达出的对妻子的知识和智慧的尊重增强了她的自尊感,让她体验到自身的价值。他以此表达了对她的爱。

生活中存在着很多形式的爱,如友谊、与同事的依附关系和对他们的尊重、父母与成年子女间的关系等。很自然,它们不属性的表达方式之列。当然,小孩需要并且通常从父母那儿得到大量的身体上的关爱。父母通常不将这种爱视为性爱。但在孩子的成长过程中,它确实具有性爱的色彩。而且,它是他们性成

长道路中的极其重要的一环。

没有性的爱颇为常见，我们可以列举出无数的例证。同样，没有爱的性行为也不罕见。

没有性的爱受到社会的承认，我们理解它、接受它、并能产生舒适的感觉。但在很多人的价值观中，没有爱的性行为就无法享受同样的际遇了。例如，此类行为的极端表现形式卖淫，或者为赢利而发生的性关系，通常被视作丑恶的社会现象。

然而我们，或者说许多人，能够接受享乐性的性爱思想。我们接受并欣赏福斯泰夫式的激情性爱和《汤姆·琼斯》中热诚的18世纪性爱。我们接受这种性爱，因为它并不是真正缺乏爱的性行为，尽管看上去这种爱是短暂即逝的身体上的依附关系。这种性行为让双方共享快乐。它是直截了当地用身体获取快感的手段。在这种轻松的性过程中蕴含着同样轻松的爱。对此，社会传统或许不能赞同，但从人性着眼，我们并不为此类性行为深感不安，因为尽管短暂，它还是包含了爱。它不是冷漠单纯的性行为。

有些缺乏爱的性行为虽说并非冷漠无情，但它们很少能够带来欢愉。心理学对此进行了特别的探究。很多强劲的无意识力量驱策着一些男女发生性行为。他们从中为很久以前即已形成但未得到实现的欲望找寻到满足。起初，这不是性的需求，而是从性中发现表达渠道的潜意识的情感需求。

例如，有些妇女的初衷是为了引起男人的注意。对她们来说，接受或排斥男人并不是最重要的事。因此，男人越多越好。这种女人在不同的年代中被冠以不同的称谓，如卖弄风情、调情取乐、逗惹戏弄。我们可以思考驱使她们奉行此道的动机。她可能是自恋，从排斥男子中享受"孤独的"快感。这可能是为了报复拒绝她的第一个男人（也许那就是她的父亲）的一种方法。

还有一种挑逗的女人不是为了拒绝、而是为了奴役男人。她想操纵男人，从心理上阉割他们。如同挑逗一般，她把性当作一种武器、一种表达敌意的手段。

还有一种女人，她们在潜意识中把被男人占有当作世上没有好男人的证据。她们一再地非婚怀孕和坠胎。每一次她们都被男人遗弃，不得不独自料理一切，为之付费并为之痛苦。对任何聆听她的话语的人她都反复地诉说男人不是好东西。而她们一遍又一遍地重蹈覆辙。

有些女人为了得到关爱或赞同而不惜付出一切代价。被人追求、与人做爱就是爱的显现，不论它是多么的虚幻。这些人通常饱受深切的卑劣感的折磨，就像不能说"不"的小女孩一样。为了证明自己具有女人的魅力，尽管在自己的潜意识中她们也感到怀疑，她们还是不断地上演艳遇的故事。

男人也不能不用性来实现潜意识或不相关的目的。唐·璜就是典型的一再用性来证明自己完美有力的一个例证。他想反复证明的初衷根本无法实现，但在他的身体中存在着一股力量推动他去展示连自己也毫无把握的杰出的性才能。

有些男人另行其道。因惧怕暴露自己的缺憾，他们千方百计地逃避性行为。有些男人因惧怕唤起女人强烈的情感而自我退却了。这种男人很可能是畏惧女人的爱，畏惧儿童时期受其母亲主宰操纵的旧事重演。

性厌恶可以有多种奇特的表现形式，但它们并不完全异常。有的男人可能会厌恶亲吻女人，甚至包括自己钟爱的女人。他可能会自我辩白，女人受到性刺激后会散发出异味。健康的情人往往作出截然相反的反应。他从性活动的每一个侧面之中都得到享受，包括女人的体味。男人奇特的性行为能强烈地昭示出不同于简单性欲的朦胧的力量。

男人和女人,但更多的是男人,都把性视为表达敌意和攻击而不是爱的手段。在过去,这已成为社会普遍接受的习俗。攻陷敌城后,奸淫城中的妇女似乎就是胜利者的特权。在下文我们将更具体地阐述性攻击的问题。

社会性的扭曲行为

在上文中,我们一直在讨论高度个人化的畸变的性行为。除此之外,还有一些其他的健康的用性表达爱的方式正受到阻碍和扭曲。对此,社会应承担责任。

我们说过,每一个人类社会都必须找到某种办法来控制其强劲的性躁动。我们采用的方式是竭力地压制它。虽然我们知道,孩子在出生之刻即是有性征的存在,孩子早年的身体体验对未来的性和爱的生活都将产生影响,但我们仍然找不到有效的办法只好佯作不知。

尽管如今我们都深切地意识到对孩子进行性教育是何等的重要,但我们仍旧奉行此道。我们希望孩子们公开诚实地学习性知识。我们希望避免与淘气、禁忌或肮脏相涉的隐秘的性交往。在学校中,我们设立了性教育计划。

家长和教育机构在此问题上格外地卖力。他们召开会议、搜集影片和其他教具、催促校董事会将性教育纳入课程表中。这些努力均颇具价值,而且在解放性话题上多少获得了一定的成功。但不幸的是,他们就此止住了脚步。这种性教育就内容而论讲述的是单纯的生理学上的性。性生理是个得体的科学话题,它也能带来趣味性的知识上的开拓。但它远远不能帮助孩子认识性所涉及的情感,以及培养健康、幸福的性生活。

我们并不是通过生理学才认识性的。在本章开头回答性是什么的问题时,我们曾用言语描绘出若干幅画像,但从未涉及到

生理学。很多不得不上性教育课程的学生告诉我们，在学完这门课后他们感觉受到了欺骗。他们学到了一些解剖学和生理学知识，但他们仍未学到自己想知道而且也应该知道的东西。性将在他们成年的生活中发挥那么重要的作用，但生理学并没有给出答案。

那么，对身心有益的性生活的良方究竟是什么呢？从某种观点上看，它非常的简单。而换一个角度，它又是最困难的。例如，我们可以这样的描述：对身心有益的性生活所需要的就是真正地去欣赏性。

但要做到这一点实在不容易。事实上，在我们的文化熏陶下成长起来的人们当中，很少有人能不受其他观点的影响而去洁净地、真正地欣赏性。成年后，我们的心中仍为各式沉重的禁忌、畏惧和理念所困扰。它们不时地提醒着我们，性是邪恶、肮脏、低级、令人恶心、形同牲畜的行为。我们在不同程度上受此观点的毒害，很少有人能够幸免逃脱。

这正是我们必须为文明而付出的一种代价。开化后的民族用衣饰遮掩住身体的性征部位，在孩子面前绝口不谈性，在完全隐秘的状态下发生着性行为。在我们的社会中，除非是我们特意选择的内容和时机，孩子们是不得观看或探知任何与性相关的东西。当然，事实与我们的理想存在着很大的出入。我们无法制止孩子们对性产生的好奇、求知的欲望和亲眼所见的事物。

错误的问题，错误的答案

育儿指南类书籍告诉了父母应如何回答孩子们提出的关于性的问题。它们甚至逐词逐句地教导父母应该怎样应答。但是，这些父母本身就是在秘而不宣的状态下成长起来的。而且，他们的父母也是在同样的环境中长大的。要摧毁这些旧有的障

碍实在不容易。

虽然如此，父母们还是尽心地努力着。有一天，母亲正在款待朋友。这时，她的小女儿冲了进来，急切地问道，“妈妈，我是从哪儿来的?”已从旧式观念中解放出来的母亲把朋友暂时搁置一边，开始详尽地解释孩子出生的过程。小女儿出于礼貌静静地聆听了十分钟。最后，她终于打断了母亲的长篇大论，说道，“不，不，妈妈——隔壁的珍妮说她是从波士顿来的。我想知道我是从哪儿来的?”有时，父母急于把事情做对，却偏偏错误地理解了孩子的问题。

很多时候，父母们意识到自己已错过了向孩子讲解事情的良机。他们开始焦虑，惟恐孩子长大后对性知识一无所知。于是，当孩子长到七八岁的时候便有一些父母把孩子带到儿科专家的面前，“医生，请您给他说说。”

纽约市的一位著名儿科医生讲述了一个 7 岁男孩子的故事。他让男孩舒适地坐在一把椅子里，然后开始对他讲解所谓的生命真相。男孩如同前面提到的女孩一样履行义务式地聆听着。当医生讲解完一切，孩子大声地说，“可是医生，我的理想是长大做一个商人!”

孩子们常常发现，父母要么完全漠视他们的问题，根本不予回答，要么过于重视他们的问题，回答得太详尽。有时父母对某些话题羞于启齿，有时又过于严肃。孩子们感到有些问题太复杂，因而对此并无太大的兴趣。或者它们属于错误的事情，最好别问。

早在孩子们找到恰当的言语去寻问，或能够独立思考某些问题之前，他们已被灌输并进而形成了一定的观念。文明已在他们的心灵中留下了烙印。当孩子仍很年幼的时候，人类开化后的隐私传统、羞耻和谦恭习俗、以及对洁净的追求已经形成了

合力，对孩子产生了影响。看到自身的某个部位，孩子便联想到污秽和羞耻。当他长大以后理解了它的性功能时，这种联想又重新浮现。很多人的第一个惊诧的反应便是："我的父母从来不做那种事，我的父亲决不会和我母亲做那种事的。"这实在令人沮丧，因为它告诉我们，孩子对成人的性行为的起始反应是那么的畏惧。在他们的想像力中，像自己的父母那样的好人是不会做那种事情的。

性满足和罪过

将性与过失联系起来的感觉在很大程度上起源于我们手淫的经历所带来的负罪感，而且它得到了维持。几乎所有的孩子在发现自己的生殖器以及它们带来的快感之后都经历过一段手淫期。父母在此问题上的反应当然存在着很大的差异。有些父母惊恐万分、严厉责罚。很多父母借助暗示以期打消孩子的念头。但是很少有父母，如果确有的话，能够像孩子迈出第一步时那样的感到欣喜。事实上，尽管育儿类书籍对责罚行为没有表示过任何的异议，但也没有一本书指出过孩子通过手淫正在发现自己身体的那个特别重要的部位可以带来快乐，而这个部位在他们成长后将被用来最有效地表达最深切的爱。

我们并不是真正鼓励父母对孩子的手淫活动无动于衷。孩子们不可避免地会感到手淫不对，但他们仍迷恋于自我抚慰带来的快感。很多孩子会渐渐感到自己的手淫是一大过错，他们会将此念头从意识中完全摒除。当他们长大成人后，他们已彻底忘却了自己曾有过手淫的历史。他们的父母不赞成的眼神也已经完全地消逝。但是，手淫的问题仍是不齿的行为，他们对此颇感不安。

这并不能让人们长大后就停止手淫。也许他们已不再抚摸

自己的生殖器了，但他们的思想中可能会继续存留着同样的手淫意识。报摊上充斥着各式杂志，它们是专为沉溺于此类手淫幻想的人而设计的。结果是，我们的心中仍存有负罪感，性的负罪感。它继续玷污着我们用身体表达爱的态度。

人们的态度一但形成便难以改变。相形之下，知识要灵活脆弱得多。事实可以很容易地得到修正。如果明天有人宣布发现了哥伦布航海的新纪录，表明哥伦布不是在 1492 年而是在 1490 年发现了新大陆，人们会欣然接受这种变化。教科书将被修订，教师们会引用新的年代，人们在未来的岁月中会津津乐道哥伦布在 1490 年发现了新大陆。但人们的态度有着深刻的根源。它们与情感相互交融，像藤萝一样缠绕着我们的日常行为模式。它们不是由理性之道而得。理性对它们几乎无能为力。

在一定的时刻孩子的境遇会得到改变。发育到少年时期时，他的内心会涌动着新的刺激。他会从同伴中发现追求某些新的行为模式的动力。这种情形尤其常见于青春期的男孩。男孩可能仍然认为性是错误的东西，但是与人几次漫谈之后，他也会想亲身尝试一下性的滋味。事实上，他发现自己在群体中的地位将取决于他与女孩关系的深浅。无论是真是假，他都感到有必要去大肆吹嘘自己的性成功。对十几岁的男孩而言，这成了一种能力的评估标志。他们辉煌的性成就故事更多地反映了他们的梦想和欲望，而不是客观的现实。但一种莫名的力量驱使着他们详尽地描述那原本虚无的性历险记。

为地位而发生的性

对于这个年龄段的男孩而言，性与爱没有、或几乎没有任何的关系。此时的性只是一种衡量个人能力的标准。男孩感受到来自同伴们的对性的追求的压力而不得不随波逐流。他要证明

的不是自己能够爱得多么深，而是要以大家约定俗成的标准表现出自己的男子汉的气概。

这种经历远非一帆风顺，因为同伴们的压力恰好与社会习俗的禁忌发生了冲突。一方面他觉得，稚嫩的自我不可能赢得美人的芳心。但同时他又感到天使不敢涉足的领域正好供愚顽狂奔。他惧怕如果自己的性攻击力太强，与他交往的女孩就会摒弃他。虽说他正在追寻性的历险，他并不能摆脱长期以来形成的性羁绊的束缚，即追逐并不美好的性是严重的错误行为。而且，他能"搞定"的女孩子都不是好人。

因此，即使在我们自视较为自由的今天，青春期的男孩子们仍在沿用近似维多利亚时代的标准去衡量女孩。在这个问题上，少年阶段的男孩或女孩没有什么对性和遮掩身体的压力，他们自两岁起即已形成的将性与淘气、肮脏相联系的观念发生冲突。当男孩成长为少年时，这些联系已深深地植根于他的心中，而且意识对之毫无察觉。但它们伴随着他步入了第一次性体验，并影响着他对待所交往的女孩的态度。

他发现世上存在着多种不同的女孩。有些好女孩丝毫不能容忍任何攻击性的性行为，还有一些女孩则可以尽情地与之调情嬉戏。那些他感觉可以在性方面接近的女孩，那些与他一样性欲之花初绽的女孩最终会让他轻视，这确实令人沮丧。不幸的不仅是女孩，也包括男孩以及他未来婚姻中的性行为。

因为显然在未来他要娶一个"好"女孩为妻。这些态度不一定都会存留于将来的婚姻生活之中。但如果它确实存在，它将会招惹出许多的麻烦。很多男人在追求时期、约会时期、直至在步入教堂的时期都是热情浪漫的情种。但是婚姻关系一但形成，他的举止便犹豫不决了。

这种男人爱恋自己的妻子，但他不懂得如何用性的方式来

表达爱意。直到那一刻为止，他几乎没有用性来表达爱意的经验。他只与不爱的女人发生过性关系，因为他并不真正地喜欢她们。现在，他找到了真爱，并且娶了她，但他却感到了深切的失落。在同另一种女孩相处时，他可以把伴随他成长的性禁忌搁置一旁。但此时，这种禁忌攀升并困扰着他。也许他自己永远也不会承认，哪怕是在心中默默地承认，但他正用行动演绎着童年生成的那种情感。那时，当他认识了性交的真相时曾惊愕地蜷缩成一团，连声诉说，自己的父母不会做那种事。

这就是为什么许多好的丈夫是蹩脚的情人，而很多本该美满的婚姻却不断地坍塌。

妻子的故事

从妻子的角度来看，情况又是怎样呢？她少年时代的节制和隐秘的经历基本上与她的丈夫类似。当她步入青春期的时候，她也产生了性的欲望，只不过它的唤起不如男孩那样的迅速。这部分是由于女性的生殖器官不像男性的那样裸露易于接受刺激，但更多的是文化上的原因。

在我们的社会中，女孩子从小就被灌输要接受在家庭内扮演的角色。她的母亲就是最好的榜样。绝大多数的母亲确实在尽着母亲的职责——持家育子。直至今日，绝大多数的母亲并不是职业女性。几十年来，职业妇女的比率一直较为稳定，而且从总量上看非常微小。很多妇女外出工作是因为她们需要那份工作以及从中获取的报酬。但是，当她们结婚、生育后，她们首要的角色是妻子和母亲，外出工作则占据次要的位置。我们给小女孩洋娃娃玩耍，鼓励她们扮作小母亲。这就是我们社会中女孩子成长的模式。

因此归纳起来看，女孩往往更加依顺，往往更易接受熟知的

文化。但对于男孩子，生活又是一番天地了。玩耍中的小男孩们常常尽力远离自己的家。他们扮演警察与强盗，警长与罪犯，牛仔与印第安人以及与火星人作战的超人。他们的游戏几乎包含了所有能感知的幻想。他们不模仿身旁的现实，他们要超越现实，演绎出英雄的冒险经历和无限的成就。

有时，女孩也热衷于此类游戏，因为她们也喜欢刺激甚至是恐怖的历险。但是，终日同男孩一起嬉戏的女孩会背上假小子的名声。当她开始发育时，与其他女孩一起玩耍会更加地开心。

前面我们已经说过，小女孩游戏的典型特征是重复传统的家庭场景。当她们步入青春期时，她们比男孩更易于接受对非传统的性表达的社会禁忌。

但是，我们不应由此认为女孩很容易地就做到了这一点。她们为了防范自身的冲动和男孩的性骚扰构筑起了重重的屏障。其中的一种自我防护显得特别的有趣。我们已经注意到，青春期的男孩能很容易地将性和爱分离。在他们眼中，性代表着完全不同的概念，如地位、男子汉气概和个人能力等。然而，女孩选择了相反的道路。她们在性的周围筑起了精巧的爱的框架。那是极其浪漫的框架。毫不奇怪，女孩最沉溺于童话故事的年月往往集中在接近青春期发育的时候。现在很多男孩，也许还有相当多的女孩，已完全跨越了童话故事的阶段。但确实还读着童话故事的女孩往往只有十一二岁。对于小女孩，禁锢于高墙深沟环绕的楼塔之中的公主是她抵御性攻击的完美象征。只有那勇杀怪兽、游过深沟、爬越高墙，敢于为她冒任何风险的深爱她的王子才能最终得到她。

换句话说，她通过坚持爱的场景实现着保护自己免受性的袭扰。很自然，激发爱的情感远甚于性的欲望。她对爱的呼唤是她防御年轻男子纯粹性欲攻击的屏障，这还未包括来自她自

身初绽的性欲的威胁。

但是，她与男孩的关系受到现实困难的困扰。如果她彻底拒绝亲吻和爱抚，不让他们“得手”，男孩是不会同她约会的。她可能完全清楚男孩将采取的策略和步骤。即便不完全是现实，这也让她激动不已。在无人监护的汽车里面，女孩或许无法长久地坚守住她的屏障。同时，惧怕怀孕增强了她对爱的渴求。因此，很多女孩在顺利地读完中学之后便不论是否作好了准备就匆忙地结了婚。

以上是体现于女孩身上的社会和心理上的压力。此外我们还发现，在性行为中还有很多的个人需求和潜意识力量也得到了表达。这些因素结合起来形成了一种综合模式，驱使很多男男女女步入了性的通道。它们既不代表自己的理性愿望，也不代表他们最佳的利益。这些难以抗拒的潜意识冲动在性活动中得到了表达，但它们与表达爱的真正性行为几乎没有任何共同之处。

第五章　性表达出的爱

在表情达意上，人类的身体语言具有无与伦比的效力。相形之下，人类的言语往往显得苍白无力。我们的话语不仅常常言不达意，甚至还会使说话者自己也不知所云。与之对照的是，身体语言的表达模式则显得更加的原始和纯朴。

有一则古老的故事讲述了一位公爵将医生接进宫中为妻子接生。公爵珍爱自己的妻子。当听到待产的妻子发出一声声凄厉的惨叫时，他忍不住不停地催促坐在客厅里的医生，要求他立即进去进行接生。但是医生却悠闲地玩着手中的纸牌消磨着时光。虽然他的耳边一遍遍响起公爵夫妇的哀求声，医生总是不动声色地玩着纸牌，缓缓地答道，“再等等”。几个小时过去了，医生还是那句“再等等。”最后，当公爵夫人的哀求变成口齿不清的狂嚎时，医生一下子扔掉了纸牌。“时候到了。”他冲进了产房。

在表达强烈的情感上，人类的言辞往往显得最为笨拙，可是身体语言可以补救，因为它在表达上最为纯朴。男人和女人伸出手来互相触摸便可默默而传神地表达出对对方的感知。紧紧的拥抱比最华美的辞藻更深切地体现了彼此的爱意。一流的演员即便背诵着电话簿也能让观众泪流不止。人们说话的内容远不如说话的方式那么动人。身体演绎出的话语能够最深切地传

情达意。

这就是最深切地表达爱意时人们需要性的原因。在人际交往中，当我们通过行动，当我们运用自己的身体来展示自己的情感时，他人感受的爱就最为真切。这种男女间为寻求和表达满足感而使用身体的行为就是我们平常所说的性。

在人们发展出的各类依附关系中，性起着最为突出的作用。首先，它使人们相互吸引。随后，在它提供的成就和满足感中，人们相互胶着在一起。但是，在很多的人际关系中，性也蕴涵着一股扰乱的力量。出于道德或其他方面的原因，本该隐晦的性却止不住地突兀而出。有时，受自私甚至是敌意的动机的驱策，性被滥用以至招灾。

尽管性可以成为爱的最强劲的同盟，有时它所表达出的也并非是爱意。在美国的传统习俗中，缺失爱的性是一种常见的社会现象。有些男性杂志正是通过营造单身汉的乐园而确保其每期的销售额。它们维持着永恒的少年的梦幻，颇似在性的问题上永远长不大的苏格兰剧中人彼得·潘。

但是，缺失爱的性确实具有一种更微妙更具美国特色的成分。作为美国人，我们不是依靠身体来表达情感。在与他人的交往中，我们往往保持着距离。

受其他文化传统熏陶的人们在直接用身体的接触来表达相互关系的问题上显得自由得多。在有些国家，男人见面时往往用拥抱和亲吻互致问候。法国人过去有此习俗，俄国人至今还保持着这种传统。当两个阿拉伯人见面时，他们在握手之余还用空闲的另一只手握住对方的胳膊。他们就是这样身体相互倚靠，站着进行交谈的。在很多国家中，男人们可以手挽着手在大街上溜达。

美国人决不做这样的事情，他们甚至不经常握手。欧洲的

年轻情侣们喜爱挎着胳膊走路。有时年轻的伦敦人也愿效仿此道。但是年轻的美国人和他们的女友们很少做出这样的举动。欧洲的男人挽着夫人的手，而夫人也挎着丈夫的胳膊。巴黎的女人与男人同行时往往会不自觉地挽起他的胳膊。在美国，男人在横穿马路时也会扶着妻子的胳膊。但当他们一迈上马路另一侧的人行道时，他就会立刻将手松开。

漫游世界的人注意到，在印度的火车站里，空旷的候车厅中即使只有二三十个旅客，他们也会挤坐在中央的一小块地面上。即使互不相识，他们也会摩肩抵足。但在美国的候车室或候机厅中，高峰期过后，那一小批的候车或候机的旅客们会竭力保持距离。在餐厅里，美国人习惯与临桌隔开一两个座位的距离。在电影院和公园的长椅上亦是如此。

美国人习惯与他人保持距离。这使得来自其他国度的人们在与他们交谈或进行商务谈判时颇感不适。美国人的特色就是保持身体间的距离，不想接触他人，不喜欢身体上的接触。

从药店柜台的设置和化妆品的广告中我们可以看见，美国人在此问题上走得太远了。他们不喜欢闻嗅他人的体味，也采用各种方式使自己避免冒犯他人。即便是人体散发出的正常体味，甚至在彻底洗浴后的体味，也往往被视为不爽并具有冒犯性。美国出版的婚姻指南手册注意到了这一点。它们无一例外地暗示女性要格外地"讲究此道"。

即使这只是一种苛刻文化的表象，它也明显地展示了人们迈向诸如做爱和性欲涌动下的拥抱这样强烈的亲密关系将是何等的艰难。

但像美国这样拥有诸多文化渊源和背景的国度，如此普遍的具有特色的行为模式不应该只是一种虚浮的外表。如果它反映的不是某种更深层面的束缚，我们便可很容易地突破身体方

面的羞怯。可以设想，我们保持身体间的距离是因为害怕彼此间没有了距离。或者回顾历史，当我们的清教徒祖先们踏上新大陆的海滩时，他们的理念便是除了神灵世上最重要的就是洁净。他们成功的使得美国在一百五十年后变成了世界上拥有最多砌着瓷砖的浴室的国家。清洁以及它的必然产物——隐私自然令我们倍感亲切。但我们为此付出的代价很可能就是保持身体间相互分离的习惯。也许这就是为什么在公园里我们要寻找空闲的长椅而不愿坐在他人的身旁。我们还可以寻找其他的理由。在我们幼小的时候，大人总是让我们用衣服遮住身体，控制和掩饰它的自然功能。这让我们对身体的功能，尤其是实现快感的功能产生了深切的怀疑。

身体成为武器

但是，在美国还存在着一种非常明显的矛盾现象：我们毫不犹豫地用身体发动攻击。男孩子在很小的时候就学会了怎样打架。如果他们不会打架，他的父亲，有时甚至还有他的母亲，很快会过来教会他。在操场上，我们对刚刚学步的小孩说，"还他一拳。"我们发展着身体对抗性的体育运动。我们把拳击冠军视为英雄。当孩子刚上中学时，我们就督促他们去踢足球。在孩子的眼中，身体最受称道的用途就是表达敌意。

我们也知道，性可以成为很多潜意识力量的发泄渠道。它们与性本身很少或根本没有联系。我们不知道这种攻击性的冲动是否是性行为的内在成分。弗洛伊德持肯定的观点，而很多人拥有异议。在一些学术圈中一直进行着这样的激烈辩论：到底是婴儿出生时具有爱心，后来学会了仇视，还是婴儿出生时具有仇视，后来学会了爱心。对我们来说，这种辩论颇为有趣，但学究气太浓。不论我们出生之时具有何种特性，无论它是爱还

是恨，在如此弱小的年龄，婴儿既要学爱又要学恨，这些爱恨都可以被视为天赋的特征。

这样，性的进攻性特质就具有了有力的论据。我们确实具有仇视的心理，我们确实运用身体来表达敌意。由此，进攻与性紧密地联结起来了。

我们的语言能够反映这种关联就不再是偶然的现象了。例如，我们可以想一想“诱惑”一词。当出现在性活动场景中的时候，它表示用某种欺骗的手段把自己的性欲望强加在他人的身上。在与性无关的场合中，它的涵义不变。人们受宣传或广告的“诱惑”往往做了原本不愿意做的事或买了原本不想买的东西。从字面上看，它只是使人走上了“歧途”。但引诱者并不是因为无知或疏忽而奉行此道的。在他的心中只有自己而没有他人的利益。无论从何种意义上说，“诱惑”都是一种攻击，对方是受害人而不是合作的伙伴。

在市井的语言中，性与攻击的关联显得更加的率直。实际上它更加坦白和直接。“旋紧”某人或被别人“旋紧”就是进行性交。但在另一种口语化的用法中，它指的是占别人的便宜或被别人占便宜。它还有一种用法，表达愤怒或厌恶的拒绝。在这一点上，我们不需要更多的语言上的考证。

前面我们已经说过，性可以被用作消减紧张的渠道。此处我们还看到，性可以用于化解极度的困惑或厌烦。一部名为《放荡》的意大利影片以无聊的酒色狂欢结束了它对厌烦的苦涩的探究。在最后的一幕里，所有的人和事都退缩到性的背后。那是性欲的地狱，没有火热、没有激情、没有快乐，当然，它也没有爱。

性作为一剂良方

很久以前，心理学家即已形成了一种观点：当一个人困惑沮丧的时候，他的心中常常会生发出无名的怒火。孩子的大动肝火即是一例。当我们长大后，即使是自己也会觉得发脾气不是一种良好的发泄渠道。因此，我们或是发现了一种能够为社会接受的方式来发泄怒火，或是将之埋藏于心中。厌烦和沮丧也可以引发困惑的愤怒，而且它更加漫无目标、令人麻痹，使人无法采取有利于自己的行动。但是，本身即是强劲有力的性可以轻松地打开阀门，可以将淤积于心的深藏的紧张和压抑，以及厌烦的、无名的怒火的能量尽释入自己的能量库中。

所有这些缺乏爱意的性动机都不可能带来可靠的幸福的性体验。作为负面因素，它的最好的结果是不造成伤害。就像为治头痛而服下阿斯匹林一样，它使人获得了解脱。但正如阿斯匹林只能短暂地镇痛，只要病根未除，病症迟早还要再现一样，焦虑紧张将重新积聚，它们依然需要释放。

对有些人，事实上对很多人来说，这种使用性的方法只能加剧他们的负罪感。如果没有负罪感，我们至少也会感到恶心——清晨从睡梦中醒来时，我们会厌恨自己。当然，并非人人都是如此。有一些"快乐的"单身汉们显然早已将无爱的性行为忘却。

享受性的人

那么，在性的问题上谁是幸福快乐的人呢？体验幸福快乐的性，或如心理学家所言，在性的问题上适度得体的人究竟是什么样子呢？

首先，他或她不觉得性是卑鄙龌龊之物，他们不惧怕性，并

能将性接纳为自然的、人类本性的一部分，是愉悦的一种自然源泉。他或她应是一个对性感兴趣、懂得欣赏性、品味性的人。

但是，这种兴趣不应排斥其他的兴趣。排它性的性兴趣是对性专一无二，对性痴迷着魔。我们深知这算不上幸福或适度得体。它颇似病态。

能体验性快乐的人在其他方面的追求上也是幸福愉悦的。他有其他的兴趣、其他的动力和其他的快乐源泉。在所有的欲望和需求之间，他能构建平衡。其中，性占据着一定的地位，而且可能是相当大的地位，尤其是在青年时期。但性决不会排它而占据一切。性是一种整体性的和谐。借用无偏颇色彩的心理学术语，性是一种良好的总体适度的状态。古代中国和希腊的哲人们将此种和谐的生活称作幸福的生活。享受性快乐显然是这种和谐幸福生活的一部分。

其次，他接受性在生活中所起的作用。现在我们已经知道，尽管性的外部体征是清晰的男性或女性，在具体的个人身上这种区别却并非那么的清晰。身体的运作依靠精细的平衡。每个男性的性腺系统同时分泌出少量的女性激素；同样，每个女性的性腺系统也产生出少量的男性激素。在人的个性上，这种区别显得更加微妙，因为在生理因素的基础上还附加着心理的制约。对于个人的经历和环境，当事人不仅有个人的反应，他生活于其中的文化因素也发挥着巨大的影响作用。

但是，这些因素的最终结果仍是一个人或为男性或为女性。如果一个人生来就是男性，男人的特质便占据了绝对的优势并支配着一切。如果一个人生为女性，她长大后女人的特质便最为显著。接受自己在生活中的性角色即是男人接受男人特有的行为模式，女人遵循女人的处事原则。

前面我们曾经提过，对于一个具体的人来说，无论我们有没

有记住其他方面的特征，我们总能识辨出并记住他或她的性别特征。再进一步，我们会发现事实上我们所做的每一件事在行为方式上都体现出了男性或女性的特征。我们行、坐、站、谈的方式，穿衣脱衣的方式，有人说甚至包括我们思维的方式，都体现着男性或女性的印迹。当我们从男人身上看到女性化的举止或从女人身上看到男性的动作时都会感到困惑不安。我们猜想，这人是不是个同性恋。很有可能此人在生活上的困惑比我们旁观者的心中更加深刻。

能体验性快乐的人不存在这样的困惑（无论是外部的举止还是内心的体验）。性快乐的男人更愿做一个男人，性快乐的女人乐意做一个女人。他（她）们可能会不断地抱怨做男（女）人的苦涩，羡慕女（男）人的优势。随着历史的演变，女人开始为自身在社会中的劣境大鸣不平。但这段历史尚不太长久。的确，世上存在着很多不公正的事。男人和女人经常会为在诸如婚姻和育子等问题上自己究竟在扮演着何种角色而困惑。从社会意义上说，如今的男性或女性角色并未被清晰地界定。它常常使人们无所适从。

但从本质上看，能够体验性快乐的男人和女人都能清楚地认识自己的角色。而且，他（她）们接受了这种角色、尽情地享受着这种角色带来的欢乐。

情感与行为

现在，我们来探究能够体验性快乐的人的内心情感。尽管阿尔弗雷德·金赛博士在他的两卷专著中提供了大量的男人与女人性行为的信息，我们若不对人们对性的情感、态度和思想作同样全面深刻的探讨就不可能在性模式的认识上有巨大的进步。我们的性行为只代表了完整认识的一小部分。

甚至在《圣经》中，耶稣也曾告诫过人们，“以色情的眼神盯看女人的男人在心中已犯下了奸淫之罪。”用现代的话语来解释，即使一个人仅仅用眼睛扫视了关注的对象，他也已经因暗藏的欲望而产生了痛苦的矛盾。因为没有外在的行动，也就没有人出来指责他。他并未伤害他人。用世俗的观点来判断，他并未犯下罪行。但在他自己的心中，那恐怕又是一番天地了。

具有社会权威职能的法律遵循着社会达成的共识。如果行走在宾昔法尼亚大街上的你对政府心怀怨意，恨不得纵上一把大火将白宫化为灰烬，但没有人会来妨碍你、威胁要将你法办。可是如果你在这条大街上漫步，随手将点燃的火柴棒扔到草坪上，立刻就会有便衣警察或特工拦住你、责问，“你想干什么？想烧白宫吗？”你可以为自己漫不经心的行动辩解，但对方死死地盯住了你的行为——你把燃烧的火柴棒丢进了白宫大院。就算不把你拷起来，他也会厉声呵斥你，并警告你不可再犯。

法律惩罚的不是我们的思想或情感，而是表达它们的行动。即使我们从未付诸行动，但只要写了恐吓信我们就会因敌意的行为受到惩罚，因为写信本身就是一种行动。我们在心中可能想到谋杀、企图谋杀、甚至在脑海中筹划了谋杀，但只要我们没有采取行动，法律就没有理睬我们的兴趣。社会不会因脑海中浮现的企图就惩戒我们。

我们对待自己却更加苛刻，不仅会为实际采取的行动，还会为未付诸行动的思想、情感和愿望而进行自责。在生活中，我们面临着强烈的性禁忌，同时也怀有强烈的性刺激。这些互为矛盾的因素结合在一起，像催化剂一般互相激发。就像试管中袅袅升起的烟雾，这两种因素混合在一起，弥漫出性欲望和渴求的烟云。但它们没有，而且常常也不能被化为实际行动。

因此，审视个人的性情感就显得颇为重要。人的性行为非

常重要，但他的性情感同样的重要，因为它折射出他的满足与失落。情感为每一桩行动奠定了基调、营造了氛围。一对做爱的男女进行着同样的性行为，但他们的情感可能立于两个极端。于是，同一性行为便被赋予了截然相反的意义和价值。在上文中我们已看到，诱奸属于进攻性的行为，但它也可以表现为温情脉脉、看似充满爱意和体贴。事实上，诱奸若要成功的确经常必须如此。在诱奸者的心中，这不是爱的行动。它是充满恶意的欺骗之举。

性快乐的情人的情感究竟为何物？它们是爱，是接受与性对象的依附关系。运用身体获取的愉悦的性始于人们最初的婴儿时代的体验，即对满足身体需求的感官体验。作为与提供愉悦感的物体的依附关系的爱也始于这一早期朦胧的阶段。性与爱相关联不是出于道德的因素、或是沉溺于身体愉悦的托辞、或是由社会异议而产生的负罪感，它们相关联只是因为在最初的起源处它们就已相互关联了。因此，在用体态表达对爱恋的女子的依附关系时，男子也在轻击着内心最深处的源泉。

性的表达方式回应着深切的爱的渊源。它们均依附于身体上的愉悦。当我们在上一章中设法为性下定义时，我们探讨了其他感官体验上的更为简单的表达方式，如女人抚摸第一件毛皮大衣、或小孩埋头舔食冰淇淋时产生的快感。从广义上说，这些感官愉悦具有性征，虽然它们并未涉及敏感的性器官区域。在这个意义上说，冲一个热水澡、吃一顿丰盛的晚餐、从山坡上高速滑雪、坐过山车飞旋等都是性体验。

在做爱的过程中，很多感官上的快乐也并非来自对性器官的刺激。懂得多种用身体表达爱意方式的情人们能从对方获取广泛的感官愉悦。他们之间的依附关系越长久、越亲密，这些体态上的亲昵就越自由、就越能带来深切的满足感。

当人们戏言性将永驻时，他们其实在承认性在控制着我们。这不仅因为性生发了强烈的欲望，它也带来了深切的满足。对异性的依附关系为我们提供了实现身体上至乐的潜能。迄今为止尚未发现身体的运用能带来更大的快乐。通过性表达出的爱给爱的对象和爱的主体带来了满足，也带来了我们所知的最强烈的依附情感。

相互依附的人们通过互挽胳膊、尽力相互倚靠，运用所有的感官探究对方而表达出这种关系。他们要排除世间万物相互独处。他们要与外界绝缘，让自己的意识只容留住对方。成人的生活世界多姿多彩，如共同生活、料理家务、看管孩子、理财、共享知识与社会生活。此刻，这些将二人联结的生活万象均已超出物外，只剩下亲密的相拥带来的彻底的身体满足。

如同在其他的生活领域中，性快乐的人此时自身亦和谐舒畅。对于他，性和爱具为一体。他的性情感就是爱的情感。

这并不表明性是他表达爱意的惟一途径。爱比性更加丰富多彩。除了身体之外，爱还有许多其他的表达方式。两个音乐爱好者可以抵膝而坐数小时却并未静听音乐。在一起畅谈音乐同样能给他们带来音乐上的享受。同样，我们上千遍地用各种不同的方式表达着爱，因为每一次我们都通过性来表达它。但当我们切实地发生性行为时，我们把它当作爱的行动。也就是说，如果我们是性快乐的人，我们就是这样做的。

用性的方式表达出的爱

研究用性的方式表达出的爱不是件很容易的事。面对很多失败的婚姻的实例，我们会很容易得出一个结论：也许夫妻双方在性的问题上出现了问题。但是，这种认识本身就很可能存在问题。在很多的婚姻中，人们缺失的不是性而是爱。很多夫妇

维持着婚姻关系。从表面上看，他们在一起和谐地生活和工作。但他们在爱的感受上可能存在着极大的差距。他们间的关系与其说是相互愉悦的强烈的依附，倒不如说更似一种家务程式。在很多的婚姻中，性不是表达相互依附的恒久欲望，它已演化为一种要求和义务。

如果我们还记得性是身体的表达爱的方式，那么我们就可能探究其表现形式了。我们可从自身和他人的经历中进行探索。对此，艺术家和诗人们已为我们提供了充沛的例证。

情人之间能感知到对方的存在，这是一种身体方面的感知。不仅如此，他们还能进一步地感知到对方正在感知自己。两个人一起在空旷冷清的海滩上漫步时，他们可以是普通的在一起欣赏大海、蓝天、微风和脚下沙滩的两个人。但如果他们是一对情人，他们则不仅欣赏着面前所有的这一切，而且还最深切地体验到他们是在一起感受着这一切。他们不仅享受着自己的喜悦，同时也分享着对方的快乐。

在挤满人群的房间中，产生这样的情感可能比较困难一些。在迷漫的烟雾中，他们可能看不到对方。但即使是在这样拥挤不堪的房间内，情人之间还是有心灵感应的。这正如在《南太平洋》影片中伊泽欧·平扎演唱"迷人的夜晚"时的那动人一幕显示的那样。如果我们本人不能有幸来体验这样的经历，也可以从他人的故事中看到它的显现。在晚会中，有些夫妇即使不知道对方也在现场，但总能强烈地感受到对方的存在。

当然，有些夫妇出于妒忌、仇视、占有欲和好胜心，总是像警觉的山鹰一样监视着对方。他们能够感受和忍受某种强烈的依附关系。在这个意义上，他们之间存在着爱。但是，双方从中体验到的爱却很少在身体上。他们感受到沉重的负担，他们的感觉也更加迟钝。与之相反，从依附关系中找到快乐的人们可以

欣喜地感受到对方的感知在不断地加强。他们能从对方的快乐中体验到更大的快乐，对对方的悲喜更加关切。即使没有任何暗示或外部的表示，他们也能经常感知到对方正准备离开会场。

这种高度的对对方身体上的感知是一种性现象。它是身体通过意识和感知表达爱的方式。这种身体上的感知寻求交流。他们相互交谈，分享思想、计划和梦想。他们接触对方 的身体，彼此抚摸、呵护、亲吻和插人。

在这种用身体交流爱的方式中，情人们用最具个人特色的方式重申着自己接受与满足的理想。这是他们自生命之初、自婴儿时代之始即已明白的感受，这是他们在每一个成长的阶段不断渴求的感受。从中，他们识辨到一种在学会说话之前早已学会的语言。它在表达上比任何借助文法魅力的文字语言更加有力。这就是亘古未变的用身体表达的爱的语言。

在这种语言中他们感受到了自由。他们可以广泛地表达情绪和情感。他们的性行为并非一直遵循着这种模式。同任何一种真正的语言相似，它有自己的表述词汇。有时，一方喜欢主动地去爱，而另一方则更喜欢被爱。有时，一方扮演主动的角色，有时则是另一方。有时，他们嬉戏、畅想、严肃、顽皮、温情脉脉或激情涌动。在发表这中，他们共同培养同样的表达自由，颇似人们的言论自由的理想。

缺少了这种性表达，男女之爱便不复完整。在历史和文学作品中，有些最强烈地表达出来的爱在身体方面并未达到颠峰。基于此点，我们有理由怀疑它们是否是最深切的爱。那些爱是理想和承诺，是对爱人的理念和幻想，但不是现实的爱。

当性表达动摇时

当一个人口头诉说“我爱你”却又不敢用身体接触对方时，

他很可能是希望爱却不能爱，因为其他的爱和依附关系正相互冲突着。或许，他正在撒谎。但无论是哪一种情形，他并不是真正地投身于爱，用言语和身体来爱。身体同思想和情感一样是人的一个组成部分。人的个性通过所有的组成部分得以表达。话语可能会欺骗我们，但身体不会轻易受骗。身体语言也许能最诚实有效地表达出爱。

不幸的是，在该领域中社会传统的抑制力极其强大，很多人在成长过程中受到创伤。他们成年后发现，解放自我、有效地用性来表达爱显得困难重重。通过婚前放纵行为认识性的年轻丈夫会发现很难向自己钟爱的妻子完全表达爱意。在少女岁月中把自己性涌动的青春禁锢于私有的范围中的新娘会发现，戴上结婚戒指并不能自动地摒弃自己的畏惧和禁忌。当双方这般迟疑地走向性生活时，双方至少是妻子很可能无法获得较大的满足。

今日的妇女希望享受完全的性满足。很多妇女在没有体验到性高潮时会感到烦躁不安。在对待性的态度上，这当然可以说是一种较新的发展。老一辈的妇女并没有类似的期待。如今，在同丈夫做爱时若没有达到性高潮，妻子在思想中就会蒙生出冷淡和变态的阴影。或许她会责备丈夫，但如果丈夫关爱呵护有加，她就只能自责了。她越焦虑，就越不大可能达到性高潮。

在性交过程中达到性高潮的问题上，人们存在着极大的困惑。身体健壮的男性在性交中射精、达到性高潮并不等于他总能体验到满足感。性满足比单纯的身体上的高潮具有更丰富的内涵。几分钟后，他可能依旧躁动不安、茫然若失。也许他感到人格的分离、冷漠，很少感受到性满足的那种深切耀眼的满足和宁静。他甚至会为这样的经历感到负罪、羞愧和懊悔。

女人也可能感受这种远非满足的情感，即使身体上达到了性高潮，相反的情况也会存在：女人并未达到性高潮，但她感受到幸福和满足。在同钟爱的男人肌肤相亲中，她深感惬意。

女人为未能达到性高潮而蒙生的躁动不安的情感事实上可能源于其他的不安因素。也许是婚姻中某些与性关系无关的生活在困扰着她，也许她意识到自己对丈夫在做爱时的某些方面不满但却不能与他交流。几乎任何困扰她的因素都已经很容易地纳入了她对性经历的不满。因此，性高潮的失败可以吞并所有其他的不满并进一步得到强化。

诚实与性满足

完整成熟的性关系是多方面的。它表达出情人们的人格、情绪和情感的多个侧面，以及他们依附关系的多种神韵。用性的方式表达的爱无法用规则来进行规范。我们不能像为社会行为那样为性立下规矩。描绘多种性行为或性交体位的书籍的价值只在于它们能有效地帮助人们解放对性的保守的态度。但理想中的相互爱恋的人们在相处时是完全自由不受拘束的。他们并不迫切需要对自己的性生活的图解式说明。他们依彼此间的感受而行动。总体说来，他们相互吸引、相互需求。

内容丰富而且相互满足的性关系包含着当事人乐意抛却拘束、展示真正的自我。显然，这以自由的爱的感受和被接受为前提。如果任何一方在相互关系的其他方面中无法享受这种信心，那么他(她)必将很困难在性生活中享受到它。

有时，缔结了姻缘的人们会发现自己的爱几乎没有任何浪漫的色彩。他们或许学会了相互接受、并且较为舒适地共同生活，但他们的性关系表达不出多少积极的依附关系。它可能只是义务性的程式，起着释放紧张的功能。当俩人建立了积极的

依附关系，可以满足地相爱时，他们会竭尽全力相互享受。他们相互帮助，相互照顾，一同嬉笑，一同坐卧。他们一起跳舞、娱乐。他们为共处而欣喜。习惯于独自度假的夫妻们显然不能从对方身上感受到较大的快乐。否则，他们会把共同度假当作共享愉悦的良机。

当人们带着多种否定性的依附关系步入成年期时，他们可能不知道如何培育积极的依附关系。在某种具体的爱上，他们可能以相当积极的态度而开始。但最终，他们总是使之滑入自己熟悉的否定性的爱之中。尽管这种爱受到了玷污，他们也会找出诸多的社会和心理方面的理由而继续这种关系。但是，在相处中他们已体验不到太大的乐趣。在这种情况下，他们不大可能维持住性的关系。

即使依附关系是积极的，性也会遭遇挫折。但是，这些困难将是短暂易逝的。对于年轻的情人们来说，障碍可能仅仅是缺乏经验。而且，性在生活中所起的作用会随着年龄、经验和遭遇而变化。当我们集中精力于某些事项时，我们几乎会忘却性的存在。在与我们相爱的人分离的一段时间中我们可以完全将性搁置一旁。很多人确实做到了这一点。

用性表达的依附关系随着生活的诸多事宜而变迁。有时，它们带来快乐，有时则伴有苦涩。但只要这种依附关系依然强烈和积极，它的性表达就可以纯洁清新。单纯身体上的性的依附关系不能代替包含双方完整个性的多方面的爱。但用丰富的性形式表达的爱值得培育，因为它能带来深切的满足，可以生发强烈的积极关系。

第六章　基本的爱:自爱

爱这个字眼听起来颇为悦耳。它散发出温馨美丽、甚至包容了英雄气概。如果爱不能给人带来欣喜,至少它隐含的悲怆也浸透着高贵。爱给人以温暖,甚至能够带来荣耀。即使在最平常的意义上,爱也能让人愉悦。爱不必像文学作品中那样饱含着激情,或如父母对孩子般无私地奉献。或许它只是淡季中的一颗草莓,但却沁人心脾。

可是,如果它的前面多了一个前缀,变成"自爱"的时候,整个色彩立刻起了变化。眨眼间,所有令人愉悦的联想骤然消逝了,而一连串丑陋的意象在我们头脑中穿行:自私、虚荣、妖媚、贪婪、自恋等。这样的词汇实在太多,而且没有一个让人愉悦。

通过本章的探讨,我们希望能够消除自爱带来的这些不愉快的联想,并且发掘出自爱的另一面。也许,我们需要自爱。也许缺少了它我们就会一事无成。也许我们还会发现自爱是人类最基本、最本质的爱。

理性的戏法

对于自爱,哲学家们已做出了诸多的阐释。在无聊的周末,任何出色的逻辑学家都可以为世上再没有其他类型的爱而开展辩论进而达到自我娱乐的目的。他可以证明人类第一善良动机

的底蕴只不过是自爱的外现。无论是为国捐躯的爱国者、还是致力改变人类命运的人文主义者、还是谨慎筹划孩子未来的慈父，他们的行为都是自爱的外现。而自爱最突出的事例便是两个情人的相依相伴。

将爱降格等同于这些概念恰似听过优美的小提琴协奏曲后评说"这只不过是用马毛在琴弦上擦擦而已"的才子们铸下的谬误一样。它也似看到美妙绘画后评论道"这只不过是一堆化学颜料罢了。"在逻辑研究中我们发现，这都是归纳带来的谬误性阐释。如果这样，雅典的巴台农神殿也可以被概述为一块块垒加起来的石头堆。

以上关于逻辑的话题不禁让我们想起另一个普遍存在于逻辑学家当中的思想。在他们极其细致的分析之中，他们着力区别开必须和充足的条件。人要活着就必须呼吸空气。但是，只有空气并不足以维持人的生存。人的善心应该始于家庭，但若仅止于家庭之内就显得远远不够了。此番道理也适用于爱。爱确实发自家庭生活中的自爱，这是不可避免的现象。但除非我们逐渐接受这种基本的爱并从中获得了乐趣，否则所有其他随后生发的爱都会蒙难。当我们在情感发育的过程中感到苦闷、受到伤害，我们就会被自我的需求所奴役，无论是独处或与他人交往都没有太大的乐趣。因此，拥有更积极地对待自我的态度就成为享受其他爱的先决条件。我们在自爱的基础上构筑起所有其他的爱，而所有其他的爱的性质也取决于这起始的爱。

缺乏爱的自我

让我们简单回顾一下爱的起源。在前面我们已经看到，爱是婴儿拥有的第一个依附关系，爱是对自我的依附，是对自己的感觉和身体的依附。爱无可避免，因为此时孩子的自我就是他

的全部世界。除了自身之外不复存在任何其他的东西。孩子感知到的一切起初都是自身的一部分。他母亲的乳房，他母亲的手起初也是他的一部分。他无法区别自身与外界的界线。

好几个星期过后，婴儿才开始区别出自己的身体与外部世界，才知道自己的手指和脚趾属于自己，而母亲的手不属于自己。要形成对自身完整的认识，感觉到自身作为一个个体的存在则还需要多年的时间。在这段时间里，他不但发现了自身的特性，也学会认识了已烙下父母价值取向的痕迹。他不但发现了与他人分离的自我，而且这种自我亦有好坏之分。某种自我能够赢得友好的微笑和温和的话语，而另一种自我却招致紧锁的眉头和愤怒的责骂。

换句话说，在学会认识自我存在的同时，我们已开始产生了良好或卑微的自我感觉。我们起始的自我依附缠结着积极或否定的情感。

这是一个非常重要的发展阶段。其深远的意义影响着人们的未来。如果多年以后某人步入心理诊所求治时，他花费在诊所里的很多时间都与此番自我意象密切相关。很多心理医生的诊所开着两扇门。一扇专供病人进入，另一扇专供病人离去。在这两扇门上很可能各贴着一句话。入口处的那一句为："进入此门的人自视甚轻。"而出口处的那一句则为："走出这扇门的人自视有所提高。"通过心理诊治，人们的自我价值观必会提高。它是我们称作良好调整的基石。

显然，这种自我观念的改进是人为的、表面的产物，它并不是内心的真正发展。有时，经过一两个月，或一两年的精神分析治疗之后，病人在与他人交谈时会变得自以为是，好大肆吹擂，就好像他是世界上惟一重要的人物一般。他就像摇着大旗，在乐队伴奏下行进一般的展示提高后的自我认识。

如果一个人必须对着每个人的耳朵高呼自己是何等的重要，那么很明显甚至连他自己对此也未必具有多大的信心。这种行为颇似心理医生们所称的"溜入健康"。处于这一阶段的病人有时一迈进诊所他的症状就完全消失了。我们都明白，这种改善只不过是虚幻易逝的现象。高声宣称自我重要的表现也应归属此列。

另一方面，卑微的自我可以通过大量的形式表现出来。它包容最普遍和最极端的各种形式。貌美如花的女子或许会自视寻常、甚至丑陋不堪。她们喜好通过邋遢的衣着表现出这样的心态。在她们的眼中，自己是不配花那么多的钱精心打扮的。因此，她们只好每天穿着最无生气、最普通的衣服。

有些能力极强的男人尽管已经赚了大笔的钱也会怀疑自己的能力。他可能仍然经常惧怕瞬息间失掉所有的财产、名声和地位，并最终沦为乞丐。很多演艺圈中的人士，尤其是歌剧演员，也经常生活在恐怖之中，生怕突然丧失了自己的艺术才华。

还有许多的人常常为更加紧张、具体和缺乏理性的威胁而感到恐惧。尽管人们早已熟知这些恐惧，但它们通常笼罩在各种的复杂病源之中的渊源却往往为人们所忽视。如果一个人被某种恐惧感所操控，那么从本质上看他就无力处理相应的某些具体情境，而出路只有被他人牵着手才能安全地走出困境。这种情境向我们昭示了与日俱增的真实的自我意象：他发现自己几乎与婴儿一样的无助。伴随着发现自我处于这样境地而生的恐惧感剥夺了他所有的成人防护，展示了他内心深处的颤抖的、无力的婴儿式的自我。

另一种展示卑微自我的方式就是白日梦。经常做白日梦的人厌恶自我，希望成为他人。他们一旦能够独处立刻就变成了他人。虽然很少有人梦想有朝一日自己成为光彩照人的小说主

人公沃尔特·米蒂，但很多读名人传记的人都会在心中暗思，甚至会大声呼喊“我要是他该多好啊！”

以上只是自我否定性情感的诸多表现形式中常见的几种。这些自我否定性行为主要可以归纳为两大类型。第一种表现为缺憾，不能充分地表达自己的潜能。稚嫩的心无法赢得美人的芳心其实并不在于缺乏个人魅力，潜藏于懦弱行为之下的是他没有自信。自视卑微的人会因畏缩而使理想远远低于自己的实际能力。由于高度的自我关注，他分了神、懈了劲，最终他的能力亦经常受挫。

自视低劣的第二种反应特征是卑劣意识。卑劣意识不是什么谨慎或谦恭，它是彻底的自我贬抑。长着丑陋鼻子的西拉罗在内心深处认为自己配不上美艳的佳人。他只有在可以隐身的夜幕树荫下，尤其是在假扮举止文雅的年轻基督徒时才敢向罗克珊表达爱意。如果说“很多的鲜花绽开而无人见”，那主要是因为很多像他这样的人事先就已畏惧先行撤退了。

与我们朝夕相伴的自我属于我们自己，我们如何与他人相处与我们如何同自我相处并无干系。我们或许会为某些难忍的苦难责怪他人，但若没有那些遭受抨击的人，我们还是可以同样的快乐或忧愁。当然，我们不愿承认这一切。但如果我们不去责怪他人，那么我们也会寻找其他的目标。我们日常生活的基调不取决于对待自我的态度。

这种态度影响着我们与他人的关系。这些关系越重要，这些影响就越明显。当我们为某人的风采而着迷时，我们的关系主要受欲望的支配。但当这种依附关系向前发展时，当我们更深地自我投入时，我们的自我情感就不可避免地跃升为这种关系的主导因素。

很自然，恋爱中的男人刚开始时会把爱人理想化。但如果

他自视甚低，这种理想化的幻象就会最终将他吓退。在他的心目中，他根本配不上这样完美的女性。他不敢主动去捕捉她。还有一种男人，正是基于卑微的自我，他才苦苦追求并把美人拐骗到手。但婚后两人关系的主导粘合力就是他那卑微的自我。他追求的惟一的爱是他人的照顾和关爱自我。他能付出的惟一的爱也只是依赖。

依赖性的爱可能表现得非常强烈。有时，它强烈的程度会让爱人感到窒息。但这种强劲的力量并不足以衡量爱的丰富内涵。它只是一种单维的爱：一方倚靠，另一方支撑。它在其他方面的需求极其缺乏。它不存在多维的交流，它没有真正的爱的共享。他们的关系永远是一方索取，另一方付出。

爱的语法

每个句子都有一个主语，爱的语法的主语就是恋爱中的人。在本书的第一章里我们看到，与那身躯渐渐消逝只留下一抹微笑的切西猫不同，我们的研究对象——恋爱中的人 —— 必须存留于我们的面前。他不可以擦身而过。他是主语。但在以"他爱……"开头的句子中，还存在着一个宾语。

这个宾语究竟是什么或是谁取决于恋爱中的人的年龄和经历。正如我们所知的那样，首先，这个宾语是他自己。这个宾语，这个自我意识，在他迈向成熟的成长岁月中一直是最主要的成分。

贯穿所有这些成长的岁月，幼儿期、儿童期、青春期，他不断地强化自我认识，形成自我定位。他尝试着各种各样的身份，并由此做着前面我们说过的白日梦。他从历史和故事书籍以及周围的世界中寻找榜样。他对老师、体育教练、朋友和校园英雄极为迷恋。当他有了第一次异性爱的时候，这种依附关系主要表

达的仍然是对自我的依附。正如我们将在后文浪漫的爱中看到的那样，恋爱中的人首先爱恋的是情人眼中的自己，然后才是情人本人。

儿童最初是从父母和其他家庭成员对自己的认识中形成自我意象的。在前面的章节中我们曾提到儿童是怎样形成卑微的自我形象，是怎样渐渐将自己视为不甚可爱，并由此丧失建立与自己愉快的依附关系的能力。那么孩子又是如何发展良好的自我意象，如何构筑可爱的自我的呢？

对待自我的态度

身为父母我们应尽可能多多鼓励孩子。孩子常常言语笨拙，常常因能力的缺憾而四处碰壁，而且父母常常以严格管束、训戒和教化孩子为己任，结果是要表扬赞赏孩子我们不得不找寻甚至创造机会。如果孩子要建立起良好的自我评价，他就需要大量的表扬和赞同。

出于同一目的，我们赋予小孩子极多的自我表达的机会。我们对他的成功大肆吹擂，我们为他的第一次蹒跚迈步欢欣跳跃，我们不停地模仿他的伊呀稚语。他的蜡笔涂鸦令我们频频点头。我们对他说他是多么的棒，多么的出色，长大后他可以成为美国总统，世界领袖。当他还生活在真实世界的边缘之上，仍包围在我们保护的怀抱之中时，我们能够为他提供幻想。他以此为基础茁壮成长。

随着孩子接触的世界越来越广，这些幻想便开始从他的想象中过滤出去。在学校中，尽管大家还是一个劲地夸他是多么的出色，他终于发现了很多同学学业上比他更优秀，游戏上比他更娴熟。他发现自己原来根本不出色，自己只不过是个普通的孩子，在班上仅仅处于中游。

这种发现使他遭受到打击吗？如果他的父母明智的话，根本不会出现这种情况。他们不会再在他的耳边夸耀他是最聪明的孩子，不会在他做家庭作业的时候站在他的旁边迫使他证明给他们看，也不会当他考试没有得到A时便开口责骂他。他们爱他，他们觉得在班上处于中等就很不错。他的班上有那么多的成绩中等的孩子，他们都很可爱。他生活于一个优秀的团体中。父母鼓励他和同学们畅心地玩耍。

学校当然是个竞技场，是孩子将要面对的充满竞争的社会生活的预演地。但是，他的父母是他认识社会的启蒙者，是给他言传身教的教化者，他们的态度仍然具有强大的影响力。他们所传输的自我意象最易于被孩子接受。当孩子步入这个世界，心里感到做自己真的很不错，这个世界真很迷人，那么他的生活往往就会变得美满。

当孩子具有这种认识自我和周围世界的态度时，突兀而至的竞争性的校园生活也就不会让他过于震惊。前面我们提到过，受到吹毛求疵的母亲不断批评的孩子在无意识中将此类的评价从家里带到了外边，他的老师和朋友的父母发现他的感情脆弱、行为不可靠。尽管他自己不愿看作这样的局面，但他外现的行为几乎让人不可避免地产生这样的看法。这样，他不幸的家庭体验在外界被不断地强化。在现代理论中，心理学家将之称作"制约反应"，而民间智人则简洁地说："给狗取了个坏名字。"

阳光灿烂的日子

这个理论同样适用于生活在更加愉悦环境中，赞赏多于反对、鼓励多于批评的孩子。他也会发现他的自我意象不断地得到强化。虽说成绩只是一般，但是因为他有一张可爱的笑脸，老

师们便对他笑脸相迎，他看不到深蹙的眉头，听不见厉声的呵斥。在游戏中他可能不是最好的玩家，但同学们欢迎他，因为即便他的技艺平平，但他是个输得起的伙伴。即使他被淘汰出局，他会开个得体的玩笑，因为在本质上他自己觉得非常轻松。他不必为了感觉到被他人的接受和喜爱就必须成为十全十美的人。

如果他发现在某方面自己的能力有限，他会从其他地方挖掘潜能。虽说球打得很糟，但他步跑得极快。他的阅读速度或许很慢，但他算术飞快。他因为可靠而被同学选入班委会，甚至还会当上班长。他可能活泼并富有想象力，因而参加了学校各种演出。

这样，在艰辛的真实社会生活中，孩子加强了良好的自我认识。这并不是说他所有的经历都是快乐舒畅的，实际情况恰恰相反。他遭受到与其他孩子一样多的失望、挫折和阻碍。或长或短，他也会经历动摇自己信心的艰难时期。就像每一个孩子一样，他必须认识到这个世界并不属于他一个人。

但是他不会被失望压倒。不像一开始就自认卑微的孩子在每一次的不幸中都目睹到自我认识的验证那样，他在自信的鼓舞下冲破暴风雨到达安全的彼岸。对他来说，太阳必定会再次照耀。他必能经受这些考验，并增进自己的情感力量。

总之，他感知到自己的能力。在自信心的推动下，他可以忘却自己的不幸并充分享受生活和他人带来的快乐。

共享财富

任何对自己的能力拥有理智认识的人都是可以与之愉快相处的。他不爱抱怨命运的缱绻，世人的不公。他不会戴着有色眼镜武断认定他人心术不正、不可信赖，或他人试图占自己的便

宜。他们为什么要占自己的便宜呢？总之，他是个好小伙，他让事态自然发展。进一步他开始遗忘自我，开始对他人发生兴趣。他是我们记忆中的好听众。

人们很容易喜欢上这样的人，因为他是由喜爱他人而与人开始交往的。人们很容易对他感兴趣，因为他对别人感兴趣。他是一个容易被爱上的人。

他不仅容易赢得爱，他也付出爱。因为他喜爱自己的拥有物，他便想与别人分享。他与别人分享食物、书籍和朋友。他不愿悄然隐匿独自享受他的生活。相反，他会说："来吧，这水真不错。"

当他坠入情网时，他把自己所有的其他的爱和依附关系也都带入爱情之中。在快乐方面他是富有的。他对爱人说："快来与我分享这个！"他为生活中的爱带来了分享的财富。

实际上，他正在分享的正是他自己。通过发现自己是优秀的社会成员，他在日渐成熟的岁月中精心培养了自己良好的情感，并将朋友、兴趣、品味、思想和行动都融入其中。他将大量的令人愉快的依附关系引向自身，建立和扩展了自己的社会形象，并用它们丰富了自己的个性。他拥有丰富的自我，他与爱人共享这一财富。

没有尽善尽美的生活我们必须记住，生活为每个人可以享受的欢乐都设定了约束。没有人可以达到尽善尽美。我们难免会遇到不快不满的事。即使是阳光普照的大地也有严寒和暴风雨的侵袭。尽管自我接受的人内心充斥了更多的欢欣，他还是有郁郁寡欢的时候。也许他对生活的诸多方面极度不满。我们并不是生活于天堂之中，我们时刻都可以领略到人世间的不公、贫困、疾病、自然灾害和各种人为的残酷之举。健康的自爱不会使人对此视而不见，也不会让他沉溺于虚幻的幸福之中。

自我接受并不意味着必须全盘被动地接受自我的一切状态。它并不排除对无法忍受的生活的奋起抗争，它也不排除对自我诸多缺憾的不满。最易自我接受的人往往正是那些对自我和他人的提高采取最积极行动的人。他们会不断地汲取新的知识、培养新的技能、提高理解力和洞察力。这并不是因为他们希望自己完美无缺，他们只不过喜爱并渴望成为最佳。他们的不满是现实的、具体的，并不是就自身或社会的某些暂存的明显缺陷而发泄自身的不满。

假设我们面前有两个牢骚满腹的人，他们在同一间办公室里工作，对工作都怀有怨言。我们怎样才能明白他们的不满究竟有多少是实际具体的，而又有多少出自他们对自身的厌嫌呢？

他们为我们提供了充足的信号，至少有一个信号是主观的。那么他对生活的总体感受如何呢？他对生活基本上是满意还是总觉得万事皆不尽人意？他对工作的不满是否是他对整个社会不满的一个组成部分？还有一种信号表现于外部，任何人都可以轻而易举地察觉。牢骚满腹的人在工作中会起到什么样的作用呢？他俩是努力消除麻烦、与上司达成良好的共识、发展和谐的工作关系，还是想方设法更换工作呢？

我们都熟悉那些不停更换工作的人。他们对任何工作都无法长期保持兴趣，因为事实上他们对自己极度地不满。有良好自我感觉的人或许也会对眼前的工作缺乏兴趣而另谋高就。也许多次更换工作之后他终于找到了适合自己的岗位并从此安定下来。他的不满不是针对自己而是指向环境，而且他采取了切实的行动改变了这种不满的境遇。

此外，在采取行动的过程中，他获得了经验，在改变工作的同时他也许也改变了自己的态度。自我感觉良好并不等于他无法继续成长。他的良好的自我认识并不是有限的。他对自己最

为了解的一件事情就是自己总是能够丰富自我形象。他总是能够进步成长，他能够活到老学到老。

对自己不满的人可能会没完没了地更换工作，因为他永远也找不到适合自己的岗位。他或许会走向另一个极端，甚至害怕放弃这个令他厌倦不已的工作，因为他没有信心能否再找到一个新的工作，更别提更好的了。他不敢向雇主提出加薪或改善工作条件，因为他觉得自己不配得到那样的垂青。即便当他真的鼓足勇气走到老板面前，他也会把事情搞得一团糟。结果，他非但没有得到自己期盼之物，老板除了数落他一顿或将他开除之外别无选择。无论出现哪一种结果，他的卑微的自尊感都会进一步加深。

面对真正的灾难，我们可以看到人们做出截然不同的反应。例如，在破产打击之下，有的人通过思付如何渡过难关重新开始而承受了这般严峻的考验。而有的人由此只看到了世界的末日。后者自视卑微，所以当他被剥夺了财富和地位的时候，他真的就一无所有了。在1929年股市大崩溃的时候，正是这样的人一个个从摩天大楼的顶层跳了下来。

如果人们的不满状况不能得到及时的改变，情况将会如何？生活为我们提出了许多无法解决的问题。很多人整个星期都不得不作着单调无味的重复劳动，但他们却没有太多的抱怨，因为在他们的闲暇时刻，他们过着丰富多彩的休闲生活。他们从家庭、爱好和各式各样的周末之夜中获得了乐趣。世上并没有任何一条自然法则要求我们必须从谋生的工作中找寻到乐趣。数百年来，人们靠出卖苦力而生，也从来没有喜爱过那样的工作。如今我们希望所有的人都喜爱自己从事的工作。但是，这只能是一种理想而非现实。我们之所以工作是因为我们不得不工作。但一个健康的自爱若不能在工作之中找到乐趣必将引导我

们在工作之外找寻快乐。谋生就是尽可能地使工作以较满意的方式让人们得以忍受，并且在与同事的合作中找到快乐，给单调的日常工作带来一丝光明。

每个人都是自己的信天翁

人们的确需要培养这种良好的自我认识。但是，假设一个人只能长到1.5米那么高的个头，而社会的平均身高是1.65米，在这种情境下他会产生什么样的情感呢？身材矮小的拿破仑渴望征服整个世界，并将欧洲，将各国的国王和他们的子民们置于自己的股掌之中，让他们俯首称臣，只有这样他才能蔑视一切，称雄于世。

毫无疑问，当一个人存在明显的缺陷时，他是难以形成良好的自我意象的。生来就具有严重的生理缺陷的人，或是遭遇到意外事故致残致病的人，确实得承担更大的负担。然而，那些曾与残疾人一起工作过的理疗专家们指出，无论他们会有多大的缺憾感，那并不能必然地阻碍他们建立起比很多根本身无病痒的人更大的勇气和自信。

我们每个人都携带着某种信天翁。拐杖和撑背只是比较明显的例证。问题不在于我们遭遇到什么样的困惑，关键是我们应如何加以解决。有时，身体的残疾正是人们建立良好的自我意象的巨大推动力。曾经有位在童年意外事故中失明的人成了他生活的小镇上的最有学问的人。他的诙谐和乐趣使得人人争相为他诵读书籍。

牡蛎壳中的沙砾是滋养珍珠必不可少的物质。卓别林以其弱小的身材创造出举世闻名的喜剧。数年前，矮小的耶鲁队明星阿尔比·伯恩一人独进21球彻底打败了哈佛队。虽说他没有高大的身材和坚实的肌肉，但他训练出的惊人的速度和娴熟的

球技征服了所有的观众。戴维敢于用幼时牧羊练就的弹弓绝技与歌利斯的利剑比武。杰克以他的机智战胜了豆茎上的巨人。

世上绝大多数迷人的妇女并不是绝世的美人。克利奥派屈长着大大的鼻子，伊丽莎白一世女王的脖子又细又长。斯塔尔夫人邋遢臃肿。传世的美人并不刻意渲染他人对己的兴趣。特洛伊的海伦的确拥有让数千艘轮船入海的漂亮脸蛋和身材。但是流传至今的传说中没有一个让人感到她的迷人、善良和聪慧。

困苦的作用

我们都伴随着自卑感而成长。正如阿尔佛雷德·阿德勒所言，我们出世时实在是太弱小了。生活既向我们提供了加强这些情感的机会，也为我们创造了克服它们的机遇。正是由于生活伤害了我们，所以它也哺育了我们、治愈了我们的创伤。

有时甚至伤害本身也能产生积极的效应。有位朋友的汽车不幸半路抛了锚，当我们听说后向他慰问时，他却告诉了我们一个数年来最欣喜的经历。当他走在一条僻静的乡村小道上找寻援助时，他发现了一个迷人的村庄。他从来不知道那儿有这么一个村庄。在那儿他发现了友好善良的人们。事实上，他从不幸的抛锚中得到了极大的乐趣。听罢他的故事，我们不禁希望自己也能摊上一次这样的经历。很多美国人在国外的旅行中由于一些意外也经历了好多类似的愉悦体验。

当人们回忆起往日紧张冒险的经历时常说，“我再也不想遇到那样的事了，但有过那么一次也很不错。”由于失去了眼前的工作，人们或许进而发现了更能展现自己才华的新的岗位。很多经历了一次失败婚姻的人们在第二次的婚姻中做到了白头偕老。

内科医生都明白，儿童时期曾患过的严重疾病对成年后的

病变常常可以产生强烈的抗体。在1918年流行的传染病灾难中，美国军营里很多来自农场的高大强壮的年轻人死去了上万人，而那些来自城市贫民窟的骨瘦如柴的士兵却表现出了极强的抵抗力。这些人在童年时代遭受过无数疾病和身体的磨难，所以他们最终幸存了下来。

同样，早期生活中的情感创伤也能培养人们的坚强意志、敏锐的感觉和洞察力。例如，我们过去常常认为父母的离异必定会给孩子造成伤害。如今我们认识到离婚虽说会对孩子产生巨大的影响，很可能会伤害他们的情感，但情况未必总是那么的糟。父母的离异或是疾病使得某位亲人逝去确实是极其苦痛的事，但我们也明白它们能使孩子变得更加成熟和坚强。

困苦的确可以转变成人们生活中有利的成分。事实上，公司从银行借的钱越多、还钱越谨慎，它的信誉就越好。

我们无法从日常生活的每个细节中预测出什么将对我们最为有利。即使我们已经知道何者最为有利，我们也并不能将所有的梦想都化为现实。生活赋予了我们太多的机会。有时那些看似非常渺茫的事情也会以美好的结局告终。世上没有只交好运的人，也没有终身与厄运为伍的人。有些人确实一个劲地遭受不幸。但是过多地抱怨社会对己不公的人实际上是在抱怨对待自己是多么的不好。

引导想象

无论我们的身上是否存在明显的缺憾，如短小的身材、平平的相貌、满头的硬发，我们都有隐匿的缺憾。这些缺憾为绝大多数的人造成了严重的麻烦，这就是人们常说的神经过敏症。我们都心怀一些在现实生活中无法实现的愿望。我们都必须接受许多不尽人意的现实，如缺乏天赋、缺乏赞许、缺乏金钱和权力、

不够漂亮或爱情生活不尽如意。在某些生活方面我们一定会遭遇到不同程度的失望和挫折。无论我们切实拥有多少，我们总是期望得到眼下还没有的很多东西。

那么我们怎样才能接受这个带有如此之多缺点和失望的自我呢？

实际上，我们确实做到了这一点。我们学会了变通，学会了掩藏无情的事实，包括对他人和对自身。人们喜欢这么想：我打的这局精彩的高尔夫球比以前那些"没有认真去打"的球赛更能反映我的球艺。有时，买衣服的妇女希望找一件比自身尺码小一号的衣服。在试衣间里当她感觉太紧的时候，她会想可能是最近长胖了一点，将来自己还是会瘦下去的。或许她已经多年没有穿过这种小尺码了，但她还是喜欢认为自己还能穿它。

这种不真切的自我欢娱式的自信就是人们所说的"引导想象"。那么它会造成什么危害呢？假扮股票专家的人会因此失去他兜里的所有的钱。自吹是伟大登山家的人会在攀越时丢掉性命。当事实对生活至关重要时，我们不能欺骗自己。但是在那些鸡毛蒜皮的小事上，不时地来点夸张也不会造成多大的伤害。例如，男人可以拉直他的领带，女人可以改变自己的发型。

恰恰相反，这些举动可以产生动人的效果。人们喜爱听鱼翁吹嘘今天又扑捉了多少鱼。保罗·本尼和约翰·亨利这两位折射出民间智慧精华的英雄故事不时得到夸张。在传奇故事里，男人往往力大无比身手非凡，女人美若早霞，能把稻草变成黄金，能用温柔驯服猛兽。

因为我们喜爱自己，所以在心目中我们不时自我加以点缀。我们常常对自己稍加赞许，就像褒扬心中的爱人一样。好在赞誉不会伤害人的心灵。

我们越认为自己和善亲切，我们就会越发友好地待人。我

们越能接受自我和自我所有的缺憾，我们就越能接受自己所爱的人。对自己不满的人容易郁郁寡欢，对他人也容易发怒。

有益和无益的自爱

在前文中我们曾说过，成熟的自爱以及健康的自爱是爱他人的基础。当然，自爱在其发展过程中也会遭遇到阻碍，依旧保持其狭隘和幼稚的特性。二十年后当孩子长大成人时，他仍有可能哭叫着寻求他人格外的关注，仍然会不计他人的得失极力满足自己的需求。当愿望无法实现时，他仍会雷霆大发。

我们也曾说过，对自己的形象感觉不佳的女人可能会通过不讲究穿着来证明自己不值得花费金钱和时间精心打扮。当一个人的行为走向了极端的时候，很可能出现两个结果。要么她过于邋遢，要么她过于装饰。她满脑子里都是衣服、发型和皮肤护理。她会把时间和金钱无止境地花在服装店和美容厅里。结果，她的家庭生活入不敷出。无论她在化妆台前梳妆了多久，她还是没有心思和共进晚餐的伙伴们聊天、游戏或听音乐。她太注意自己的服装、脸蛋和发型了。她与他人的交往大都是建立在别人如何评价她看待她的基础之上。

如果某位妇女在出门前精心地打扮了自己并在最后一刻在镜子前面端详了每一个细节和总体效果，这算不上自恋。她可能有点小题大做，回去又换了一套耳缀或外套。当她最后审视完自己之后，她可能会觉得以她的年龄已做不到出众的妩媚了，她也没有这样的期待，但不管怎么说她已心满意足了。从此，她会忘掉自己和她的外观，出去尽情地享受生活。这不是自恋，而是自我接受，是完整的自爱。它使得她从对自己的过度关注中解脱出来。

幼稚的自爱不是解放，而是限制和奴役。自恋者无法享受

他人的快乐和幸福，也不会同情他人的痛苦。在他们的心目中，没有谁的牙痛比自己的更惨烈，没有谁的问题像他的那样难以解决，没有谁的工作比他的更加艰难，也没有谁做出了他那么大的牺牲。总之，没有人理解他。

这样的人常常自私、以自我为中心，不体谅他人、甚至是冷酷无情。他总是不知道自己正在伤害他人。他就像一个喜欢在操场上掐所有的小孩子的孩子一样。直到有一天妈妈对用言语教育他感到失望，决定给他一点颜色看看而使劲地掐他，让他疼痛地哭喊起来时，他才明白为什么不可以掐别人了。

拥有幼稚的自爱的成年人不一定会以非常明显的方式将自己的幼稚表现出来。社会鼓励人们不断追寻荣誉，其结果常常使得人们摒弃所有的爱而独存自爱。强劲的社会竞争奉行的是"不是你死就是我亡。"卷入这场争斗的人们都会不惜一切代价追逐财富、地位和权力。

不可否认，获取丰盈的财富可以使人快乐无比，但它对人们的爱的生活也构成了威胁。这两者都值得我们作进一步的探讨。

第七章　爱与地位

我们都爱值钱的东西。事实上，它们已成为我们爱的生活的重要组成部分。只要稍加注意我们就会听到人们不时地表达这一观点。“我爱这辆新车。”“我爱这件毛皮大衣。”“我们喜爱这套新房子。”当他们这样说话的时候，“爱”有什么不同的含义吗？回答当然是“不”。一说到爱，我们常常想起的是浪漫、性和婚姻。但是从本质上看，爱是一种依附关系，它并不仅局限于人际关系。

在对这些物质的迷恋中，人们不仅表现出自己的欲望，而且由于这些欲望的强烈程度和不断的再现，它们同时昭示了人们陷入的是多么的深。为了得到它们人们会不遗余力，在它们身上人们花费甚至远胜于对待自己的爱人的时间和精力。没有人会这样坦诚直言，但很多人的占有欲和试图从中求得的地位完全可以演变为他们的主要的爱。

我们往往乐意将自己想象为浪漫的情种，而不是完全沉溺于这种占有欲当中。的确，我们特别擅长梦想，有时还对“夜色中纤纤漫步的美人”充满无限的柔情。但很少有人能够彻底地摆脱内心和周围社会力量的强大影响，能够不为占有欲的吸引而趋动。这种现象可以从幼儿的身上发现。当他们四五岁的时候即开始用同样的短语开口说话——“我要”或“给我”。很多

人长大以后也摆脱不了这种习惯。

物质对我们有何裨益

毫无疑问，西方文化赋予了"占有"很高的地位。其实，这种观念并不是什么最近的成果，它已经有了好几个世纪的历史。丰厚的财产为我们带来了崇高的社会地位，并且它在心理上也给予了我们极大的慰藉。绝大多数的人发现，坐在昂贵崭新的汽车里比坐在破旧的汽车里更容易感到安全。很多人在星期天花在擦洗和抚爱他引以为豪的汽车上的时间比与妻子共度的时间还多。财产和地位确实可以使人们不同程度地减少生活中遭受到的焦虑的刺痛感。它们甚至使我们产生了获得了无条件的爱的错觉。即使那不是爱，它至少也是我们大家自幼儿时期就已无意识地渴望得到的赞同。

简单地说，物质让我们产生满足感，而满足感最大的成分通常就是自爱。自爱是我们在学习爱的旅途中迈出的第一步。我们在生命的最初若干年当中最为熟悉的就是这种自爱。尽管后来我们学会了以能给我们带来更加成熟的满足感的方式来改变和升华它，我们从来都没有完全放弃过这段幼儿时代的自爱。

对财富和地位的追求以及由此产生的公众的赞同给这种幼儿式的自爱带来了直接的满足。它没有制造新的困难，也没有要求我们考虑他人的需求和欲望。要赢得这普遍的赞同，我们并不需要考虑任何他人。我们只需顾及我们自己，我们只需获得财富。不用多久，我们的所有就会成为我们的一部分，而且是不可分辨的一部分。其结果是，我们因此感到更加的伟大、更加的重要。

真切的客观生活使得高尚的爱显得苍白无力、难以捉摸。人们常说，"偷我钱包的人只能偷得一包垃圾"，但是我们还是时

刻提防免遭此劫。我们为自家的大门添加防盗铃锁。此外我们还追加保险。我们甚至对爱本身也产生了怀疑。很多人在内心深处常常自问，别人爱的究竟是我本人还是我在银行中的存款。

爱也许是断断续续、不甚可靠的。在孩提时代我们既已认识了这个问题，一些人成年以后又重新发现了它。与此相反，物质财富却显得极为可靠，它能够抵挡住股票市场的崩溃和生意场上的失败。虽说它们不能回报我们的爱，但是它们也从不给我们带来尖刻的话语，或与他人一起潜逃。

物质财富也可以用算术一一计数。它们可以被列举、被分类，它们的价值可以用钞票来累计。可是爱又怎么能计数和测量呢？伊丽莎白·白瑞特在写给罗伯特·布朗宁的一首十四行诗中作过尝试：

“我是多么的爱你？让我数一数方式。

我爱你之深、之宽、之高

只有我的心灵才能达到……”

她继续以这种笔触写了下去，这是一首美丽的十四行诗，但是直到最后我们所知道的全部也只是她已深深地堕入了爱河。

人们常常半真半假地说，我们大家都有问题，而且并不能用钱来治愈它们。但是，如果我们注定逃脱不了困惑的魔掌的话，那么躺在卡狄拉克轿车背椅上受难的滋味岂不是总该要好受一点？人们也常说，既然我们不得不工作，那么为什么不把活干好，尽可能地多赚点钱呢。所有这一切都含有隽永的现实哲理，令人信服。

再话爱人

为了明白爱的寓意，我们首先必须弄懂前面所述的爱人。爱人本身容易受诸多因素的影响，产生了很多依附关系，从而将

他所认为的生活中的首要的爱挤跑。对很多人来说，男人和女人之间的爱就像他们一直许诺要读的书或他们一直打算要写的信一样。然而，尽管他们有着真诚的愿望，有着良好的动机，事情总是出了偏差。

此中的原因有很多。首先，作为社会的一员，我们感到应该像他人那样行事。事实上，我们确实如此。我们把醒着的绝大部分时间都要用来忙于机械的生活之上，包括谋生、做饭、打扫卫生和存钱购买生活必需品。因此，我们留给爱、娱乐、自学和玩耍的时间很少。所以，我们在工作上往往显得更加娴熟。

其次，尽管出于各种原因我们可能会迷恋上某一个人，我们所建立起的爱只不过是减轻大家均拥有的自我焦虑情感的方法之一。其实，还有很多其他更加容易得到的方法可以用来减轻焦虑。很多使我们免遭焦虑袭扰的东西花些钱便可获得。我们所需要的只不过是钱。而驱使我们赚钱的方式是无数的。

永恒的冲突

自古以来，减轻焦虑的这两种方法一直存在着冲突。到了耶稣生活的时代，这种冲突已经十分古老了，因为正是耶稣强调了我们应该像爱自己一样地去爱我们的邻居，还有骆驼穿过针眼也比富人升入天堂要来得快。耶稣也遵从了他自己立下的戒律。根据《马太福音》所言，当撒旦引导耶稣来到一座高山之上，许诺要把整个世界和世上所有的荣耀都献给他时，耶稣断然拒绝道，“撒旦，你自己享用这一切吧。”

尽管耶稣成功地使我们认识了互爱的重要性，但是他在教导我们戒除物欲之爱上却不是那么的有效。在耶稣的1500年以后，一个不甚引人注意的宗教领袖约翰·卡尔文传布了另外一个教旨，它剥去了宗教华丽的外衣，让人直视宗教的本质。他宣

扬勤劳和节约可以使人们成为上帝的爱子。

在卡尔文布道的富裕的日内瓦市，这成为一个非常诱人的戒律，而且以后的几个世纪中发生的事件更进一步增强了它的影响力。在美国和法国大革命中，世袭的地位和权力消失了。随后进行的长达一个世纪的工业革命使得每个人都有机遇获取财富和地位。虽说一个人可能生下来只是个无名小辈，但是如果他遵从卡尔文的教诲，努力工作，谨慎使用他所赚得的钱财，那么终有一天他将会变得富有，受人尊敬。他将获得高远的社会地位。

“地位”一语经常挂在我们的嘴边，但它远非新近产物。将它引入美国人思想的是当时颇有建树的经济学家索斯坦·魏伯伦。他在《有闲阶级的理论》一书中对人们获取物质和地位的驱动力进行了深入的探讨，而直到那时为止人们对该动力还是尊崇无比，毫不怀疑。

魏伯伦审视了那些努力工作、谨慎花费的人们的行为。他发现他们远不像自信的那样理智。他们认为自己购买了他们需要和喜欢的东西，也就是说，他们是在理性的激发下为满足身体和审美的需要而进行物品消费的。人们认为为了取暖他们买了大衣，这样便满足了身体上的需要。至于他买的是这件而不是那件大衣是因为这一件穿在他的身上看起来更加漂亮，这样便满足了审美上的需要。魏伯伦认为情况并非如此。一个人购买了大衣、房子、家具、马和马车并不是出于这些理智的需要。在这些行为的背后隐藏的是争胜的动机。他是为了赢得同已经拥有了同样财产的人们相同的关注和尊敬才采购诸物的。

这种社会行为模式并不是诞生于美国的。但是，在这样一片很多人都同样白手起家的土地上，追溯其根源就显得格外的容易。当一群人同时在同一片肥沃的土地上定居下来后，例如，

在印第安那州，十年后某人可能拥有了一个兴旺发达的农场，饲养了许多头牛，建起了一所漂亮的住房和谷仓，而他的邻居们只不过过着一般水平的生活，还有一些人仍然贫困、为生活而苦苦挣扎。很自然，这个已经取得了巨大成就的人赢得了社会的尊敬。人们在他的身上看到了高远的能力。他们向他讨教，恭敬地在集镇大会上聆听他的讲演，选举他做教区领袖和学校董事。他的财产证明了他的卓越，他也为此感到荣耀。

一旦财产成为赢得公众尊重的基础，通过心理上的转移，它也演变成为自尊的基础。到目前为止，这个模式似乎还是符合逻辑和理智的。但是后来，魏伯伦观察到一个非常不理智的颠倒，人们不是勤俭节约自己辛勤工作得到的东西以便使他们拥有更多的财产和由此得到公众更多的尊重和自尊，他们倾向于大手大脚地花钱。

金钱：展示自我的橱窗

然而这也并不像看上去那么的不理智。为了赢得社会的关注和尊重，人们不得不展示他们的财富。如果一个人一辈子过着寒酸的生活，在他去世的时候，人们发现 50 万美元被塞在床垫下面，他就没有机会享受到人们对他的尊敬。只有展示了财富，商团才会不仅为他提供慷慨的贷款，而且还将给他创造赚取更多百万美元的机会。

魏伯伦认为，仅有巨大的财富是不够的。它必须展示出来，赢得世人的注意。为此他发明了“引人注目的消费”这一个词语。与之相伴的还有“引人注目的休闲”。

魏伯伦认为，“引人注目的消费”表示的是哗众取宠地显示财富。其内含的行为准则正是与探究讨价还价相反。它表明的不是最大限度地发挥每一个美元的作用，而是要给人们留下自

己拥有无尽财富的印象。在繁荣无序的20世纪20年代，那些迫切想通过积累财富来建立起自己的社会地位的人们变成了艺术品收藏家。他们购买的东西并不像他花费的价钱那么重要——因为高昂的价格制造了新闻，尤其是头版新闻。如果露易十六的浴缸卖得昂贵的话，那也值得一买。

这等于在说："我这么能干，这么聪明，因此也这么富有。我可以随心所欲地花钱。这不会对我的财富构成威胁。"巨额的财富必然博得人们的注意、羡慕和尊敬，并且它的拥有者也必然成为我们关注的目标。另外，如果他购买的东西显示出很高的品位，他就变得崇高伟大。在某种程度上，仅仅由于那些他可选择的东西，这种结果就一定会出现。某些事情的影响难以磨灭，甚至是习惯于在歌剧院里呼呼大睡的人也难免会对歌剧的歌词或咏叹调熟悉一二。

尽管在20年代末期经济萧条，这种情况依然继续存在。事实上，近年来人们再次兴起了对购买艺术品的兴趣。我们不是怀疑很多艺术品收藏家是否真正喜欢他们购买的画，但画的金钱价值常常夺去了对它的思考和讨论。

尽管越来越多的从君主统治时期继承下来的繁规礼节在我们的民主社会里得到摒弃，但是很多显示财富的场合依然保存了下来。歌剧院的首开式就是其中一例。不仅在纽约，在巴黎、伦敦和罗马一切均同样如此。人们选择的不是那些最有利于观看歌剧的座位，而是那些最能被观众看见的座位。第二天上午的报纸发表的照片和描述是每个被祝贺的女士的衣着。这由两个东西组成——珍宝和名模的衣着。它们直接来源于魏伯伦所称的"无尽的支付能力的显示"。就像一幅绘画一样，她被冠上了作者的大名。

女人经常被男人利用来显示他们的财富，而她们也并非完

全不甚情愿。甚至当一个女孩子刚刚步入成年时期，这个过程就已经开始了。如今，初次参加社交活动的少女的父亲往往不惜一掷千金去购买鲜花装饰她初入社交晚会的舞厅。在那个夜晚最后一曲华尔兹响起时那些鲜花已开始枯萎了。从此，女孩经常有了与此相当的引人注目的消费。当她们结婚时，她们的丈夫会为她们安排引人注目的休闲。人们在社交场合、在轮船甲板上、在昂贵的度假胜地看见这些女人活动、拍照，而且她们总是衣着华丽，悠闲自在。

除了一个只是用来装饰的无所事事的妻子之外，男人还为自己收集了很多展示地位和价值的东西，如最长最昂贵的汽车、很少使用的昂贵的俱乐部会员卡、漂亮的房子、佣人、剧院最好的座位、参加首映式、到漂亮的餐厅用餐、在这样的餐厅和夜总会里永久性地占据一席之地、进行昂贵的娱乐如马球、游艇和打猎 —— 所有这一切都赋予了他高贵的社会地位。有时，这种对地位的追求达到了令人捧腹的地步，例如为了看家，他必须养一条门内狗和一条门外狗。

就我们绝大部分负担不起如此奢侈开销的人们而言，魏伯伦用"金钱上的效仿"描述了作为消费者的我们自身行为中的模仿性因素。它表示的是人们为了使他人羡慕自己而不是出于身体上的需要从而不讲理智地购物。

有时我们购买一件新的外套，这不是因为它已经破旧或不再暖和了，而是因为如今它的样式不再流行了。如果我们的衣着比不上别人，我们就会在内心感到寒酸和遗憾。也许我们买的那件外套非常的普通，但是它依然刻上了效仿的烙印。大多数妇女不得不勉强接受的大量生产的衣服通常效仿的是依照富人穿过的由要价高昂的设计师们设计的服装造型。同样，修有长长的光光的手指甲的女孩子们通常不会意识到这长长的手指

甲起源于财富的标志，因为显然这样的手是不用做家务活的。

尽管我们不断地听到“衣不造人”的告诫，但是它实际上恰恰经常是在提醒我们给人留下的印象的重要性。而这都使我们易受影响。广告一遍又一遍地把物质和富人连在一起向我们兜售。其含意是他们的产品很受富人的欢迎，或者是他们的产品真实且别无二致。这两则事例反映的是购物将让我们享受到财富带来的地位。

无疑，魏伯伦文中无情的夸张很容易使他的论断显得荒谬可笑。但另一方面，我们的很多梦想确实都包含物质和金钱的品质。梦想很少能超越日常考虑的范围。若认为我们不照自己的梦想行事是很天真的。我们的确受梦想的左右，而且也许比我们愿意承认的还要经常。正如魏伯伦帮助我们认识的那样，强大的社会力量对这个过程起到了推波助澜的作用。

与人共处的烦恼

从纯粹的心理学观点来看，我们对物质的爱常常比对人的爱更容易得到满足。我们个人存在的缺点在赚钱方面比在满足与他人的关系上给我们带来的麻烦要少得多。

有很多人认为，他们一天中神志清楚的时候是在办公室里度过的。他们说：“呆在家里这一切是不可能的 —— 每个人总是躁动不安。我不能与我的妻子相处，没有人能管得住孩子们，什么都没意思。在办公室里，即使事情不像你希望的那样，你也可以想办法解决。大多数的时候我们都有程序、形式和规则可循。可是在家里，虽然我们都爱对方，但是事情总是难以控制，没有什么事情像你希望的那样进行，真是乱七八糟。”

这是他的内心话。从他的观点来看他显得非常正确。对他来说，生意和股票市场纵然变化多端但总比人更能预测。很多

男人觉得女人总是令人绝望地不可预测。她们就像天气一样的易变，喜怒无常。

我们可能注意到，那些特别的男人拥有最强烈的这种感觉。他们将所有的或者绝大部分的时间和精力都投注于生意和对物质的占有上，很少有时间来熟悉妻子的需求和欲望。他们研究市场报告和商业新闻并随时了解经济的最新动态，以便当良好的财政状况出现反转时不会大惊失色。但是，这并不能提醒他们如果他们花同样的心思去研究人，他们就可能发现对人的行为的研究具有同样的价值。

对很多人来说，对他人的行动和感受捉摸不定所造成的威胁比他能意识到的要大得多。甚至惊喜也不像我们通常认为的那样令人愉悦。对绝大多数人来说，一件真正令人吃惊的事情常常让我们真的措手不及，即使它是一个令人高兴的消息，其结果与其说是令人开心倒不如说是令人忙乱。回想一下最后一次别人给你一个真正的意外时你的感受是什么；你还记得你告诉某个人一条确实意想不到的重要的消息时，他的行为如何？他的第一反应是震惊而不是高兴。他呼吸不匀，不得不坐下来喘口气，逐步习惯这个新感觉。一些人会放声大笑，但这常常是颤抖的笑声。女人可能会放声大哭。她的脸上可能会挤出一丝微笑，但那是颤动的微笑。

事实上，我们并不是真的像自己想象的那样喜欢意外的事。当我们还是孩子的时候，我们当然不喜欢意外的事情发生。全新的事情是令人畏惧的。只有当人们逐渐习惯了它时，它才能给人带来快乐。小孩子甚至见到哪怕是善良温柔的陌生人也会退缩不前，直到他们完全熟悉了他。每年春天，都有一些孩子看到平生以来的第一场马戏。虽然他们已为此期待了好几个星期，但当看完了演出回到家里后，他们会有好几个月做着恶梦。

很多的孩子在他们第一次去动物园、电影院或儿童乐园之后也会有同样的反应。

孩子看到不熟悉的东西便心存不安全的感觉，因为那是不可知的。如果一个小孩子将经历一次新的体验，让他对将要看见的东西有所准备是很明智的。孩子们需要预先知道，这样他们就能享受惊奇的东西所带来的乐趣，而不会因陌生而感到震惊以及与之相伴的恐惧感。

当我们长大成人后，我们并没有完全克服这种体验。在我们的经验中，完全出乎意外的事情比较少，但经验也可能会加强我们的基本焦虑、我们对生活的基本的不安全感。一个完全意想不到的事情的转变在无意识的焦虑之池中荡起了阵阵涟漪，一件较大的意外会引起滚滚波涛。我们的第一反应是骚动不安，其次才会估量这件事情的意义，才会对此感到高兴。

然而，我们还是喜欢并追求新的体验。我们有些人更具备冒险的精神，而其他的人则或多或少地缺乏这种精神。我们大部分人都没有欲望去探明珠穆朗玛峰顶端或北冰洋冰层下面可能蕴藏着什么意外。我们都希望自己的冒险经历少之又少。我们喜欢合理理智的新奇事物。我们大多数人更喜欢可预测的事物。一般来说，在人们的内心当中，他人是难以预测的。一些人对人际关系中的不可预测性恐惧得很，而且它可能强烈到阻止他们对爱的体验。

此类人的父母可能在情绪和行为上都有非常极端的表现，或者他们的父母在对待孩子的问题上态度极不一致。我们非常熟悉这种模式：当孩子正在四处找寻某种东西的时候，父母可能完全没有注意到他，可能正在翻阅报纸或与朋友交谈。孩子最终找到了目标，但那不是他应玩的东西 —— 他拆开了新煮咖啡壶上的打火器。也许他的父母会对他大声吼叫："我不是告诉

过你不许碰它么！为什么你总是要把每样东西都拆散！”

对于小孩子来说，这实在是不可预测的，其结果也是令人伤心的。有时候一切都非常宁静，妈妈的心情也很愉快，或者至少是漠不关心的，孩子则可四处乱跑。而有些时候，父母抓住孩子，对他大声吼叫，还可能打他的屁股。在孩子的生活中，至尊至要的成年人显得充满了敌意和威胁。如果这种事情过于经常地发生，他就有充分的理由在未来的生活中不信任他人的行为，而且在他以后的生活中，这种人可能一直会感到事物比人更加安全可靠。

爱人是可预测的

培养人与人之间关系的可预测性看起来可能很困难，但是这也并非不可能。我们至少都有一位交往甚深的朋友，他的行为是相当容易预测的。如果老板或同事的反应对我们很重要，我们就会不畏麻烦要了解他，我们可能会预测道：“他不会喜欢这样，”或“她不会那样看这件事的。”我们并不希望每次对老板的反应的预测都是对的。我们对股市或营销数字的预测也能不期望每次都是对的。我们的预测只能是猜想，但那是可由培训变成精准的判断。

如果我们对此训练不怕麻烦的话，我们能够对人的行为作出同样的判断。人们不是不可预测的，事实远非如此。我们可能抱怨他人太容易预测了，他们深深地陷入了固定的习惯和行为模式之中，我们只需好好了解一个个体即可。

爱人相互之间不是不可预测的。一旦从浪漫的爱情过渡到相互间真正的了解时，爱人们就很少面对对方身上令人意想不到的事情了。一些爱人在他们结婚之前就已步入了这种关系中，而另一些人却要等到结婚几年或多年之后才能进入这种境

界。婚后五年左右是离婚的高峰期。这些伴侣们或者从来没有真正了解对方，或者当他们发现对方的真实面目时不能接受这个事实。

如果人们能够以真实的存在替代对所爱之人的浪漫想象，他们就不再担心可能在对方身上发现的问题。他们学会了相互信任。他们在对方身上找到了安全并享受相互间的影响。社会地位可能对他们依然重要，但是其程度永远不如他们彼此在个人心目中的地位那么重要。

脆弱的男人

由于更多的女人似乎更爱东西而不是人，我们由此可能认为男人更容易接受这种爱。首先，我们必须认识到，男人在社会上的传统角色是家庭的供给者。他是要出去谋生的人。他在公众中的地位代表他的角色扮演的好坏程度。他的地位给妻子和孩子带来的或是荣耀或是耻辱。在很现实的意义上，他的公众地位是他为他们带来的幸福的一部分。

这样，正是因为这个传统的角色，男人比女人更容易受到财富和地位的诱惑。但是，迫使他对这些东西感兴趣的也有更深层的心理上的力量。

早在童年时期，男孩就有被父亲取代的体验。当他在家里和母亲玩耍，或者正由母亲喂着吃饭的时候，他拥有的是她全部的关注。这时，父亲突然回家了，于是一切都发生了变化。母亲站了起来，向父亲问候，同他讲话，去看为父亲准备的晚餐是否已经做好。即使片刻后她又回来了，即使父亲已经坐下来，他又再次成为关注的中心，但一切都已经改变了。先前，这个小男孩全部地拥有着他的母亲，拥有着她对自己的全部关注。现在他不再拥有她的全部，也不再拥有他父亲的全部。他们中的每个

人都分享着别人的一部分。

当然，小女孩也有同样的体验。但是稍大以后，男孩和女孩的体验开始有所不同。男孩无法摆脱与父亲的竞争。他愤怒的情感使他感到不安，因为他仍然爱着他的父亲，并且想获得这个强大的保护者的爱。因此他逐渐成功地将愤怒的对抗转化为仿效。这更舒服也更有益。他开始设法与父亲保持一致，如果可能的话还要超过他。

精神分析学家进一步指出，男孩对自己与父亲之间身高的差异很敏感，而且这种身高的意识随着孩子的成长容易被转移到对其他事情的追求中。他很快发现在学校和运动中，身体的力量是一个很大的优点，而这涉及到身高和身体的技能。他身边的英雄是那些跑得最快、球扔得最远、加入球队、赢得比赛的人。成为第一、创造纪录 —— 当男孩子考虑他是个什么样的人或他想成为什么样的人时，这些就是他的心目中优秀的标准。

当父亲发现自己的孩子长到可以拿驾照的年龄时，男孩和女孩的体验已是相当不同了。当儿子开始驾车的时候，他的保险额立即上升了，因为十几岁的男孩子发生事故的频率是所有驾驶者中最高的。男孩子开车一贯比女孩子快得多。他们在路上赛车，在红灯变为绿灯的一刹那，他们就像箭一样的穿了过去，不惜冒任何危险最先、最快到达目的地。

从古罗马的比赛到伊顿公学的大球场，每个时代的年轻人都热衷于出人头地。每个比赛的首要规则都是奋力取胜。奖赏并不是平等分配的，它们只属于胜利者。与此类似，从一个人的成就中获得的满足感取决于他是否获胜。他人的钦羡和一个人对自己的敬佩都源于此人的成就大小。这可能不是爱的最纯洁最美好的形式，但是这确实是普遍的替代品。

女人并不能完全从此处幸免。小女孩首先同母亲竞争，然

后又效仿她。后来，她为自己的学习成绩而竞争，为上好的大学、为嫁好的男人而竞争。她想爱自己的丈夫，确切地说，她想拥有美好的婚姻，这意味着要同一个重要的、出色的、有财富和地位的男人结婚。

诋毁爱的阴谋

所有这些在我们每个人 —— 男性和女性的内心积聚为一股心理上的巨大的竞争和野心的力量。在我们的社会里，男人仍然比女人更易受这种力量的驱使，但是社会在变化，妇女正在发现或可能正在要求增加表达她们竞争力的机会。我们已经在其他部分谈论过父母在给孩子们灌输这些力量时所起的作用，我们已经看到家庭是怎样运用其内在的关系激发起竞争的情感和行为，例如同父亲或母亲争夺母亲或父亲的爱，兄弟姐妹间争夺父母的爱，甚至争夺惩罚性的关注。学校和运动场上的竞争为人们所称道。成功和荣誉的力量是贯穿成长岁月的一种不可避免的力量，常常也是被夸大的力量，我们中没有人能完全幸免。

在成年人的生活中，所有的事情合力加强了这种驱动力。在它的背后不仅仅有着历史和传统，以及某种程度上的卡尔文宗教的影响，而且还有我们富裕文化最明显的产物。广告煽动起我们的贪欲并利用这些贪欲向我们兜售产品。只要平凡的约翰·顿杀了人或打了劫，或者是他被杀或被抢，报纸就会向我们讲述他的故事。拥有财富和地位的人的每件平凡的生活琐事发生的第二天，我们就可以在报纸上看到。而且当这样的人去世的时候，在他的讣告中我们可以再次看到全部的记述。在这方面，我们的报纸就像历史课本一样。在所有破釜沉舟的人当中，只有凯撒的业绩获得了记载。

我们学习商业和专业技巧来发展我们获得财富和地位的能力，但是校园没有关于爱的能力的课程。美国有一所哈佛工商管理学院，但到目前为止还没有一所哈佛爱情学院。如果某一位古怪的百万富翁校友在他的遗嘱中要给这样一所学校捐赠基金的话，这将会使这所学校的受托人陷入进退两难的境地。

我们的世界没有给予爱的成功以太多的荣誉。如果一个人极度地陶醉于甜美的爱情中，他的朋友会说："他是多么的幸运啊！"如果两个人在他们的婚姻中获得了令人瞩目的幸福，人们会说："他们是多么的幸运啊！""他们找到了对方，这难道不是件幸运的事吗？"我们将获得物质上的成就看作是能力非凡的标志。但是爱情上的成功只不过是两个人碰巧偶然相遇并偶然表露出来的一件事。人们并不认为也许我们可以明智地满意地选择，也不认为既然我们已经选择了对方，我们就应付出巨大的努力和技巧来塑造我们的爱情，使之满足我们和谐、幸福以及满足对方的期望等愿望。

生活中存在着那么多的压力迫使我们关注别的事情，很显然对人的爱要胜过对物质的爱仍然是我们的一个主要理想。事情可能是物质、对物质的占有以及它们带来的社会地位并不能真正地消减我们的孤独、焦虑、我们相互之间的需要以及与他人寻找快乐的愿望。

在物质显得如此重要的世界上，要避免首要的与物质积累的依附关系是极其困难的。成功对我们来说是很重要的，而成功最常见的重要标志就是经济上的成就。绝大多数东西都有价钱，人们由此感到金钱是对价值最简单和最普遍的衡量物。我们在自己的实物仓库里看到了满足、安全、地位、自我扩张以及对自己的能力和价值的基本肯定。就像已经得到了一件肥缺的小杰克·霍那样，现在他在想："我是一个多么能干的男孩啊！"

物质并不代表一切

如果除却两件事情，所有这些都将是很不错的。第一件事情是，人们具有一如既往的缠绵悱恻的自我关心。这与其说是对爱更加成熟的表达，倒不如说是与不成熟的自爱极其相似。为什么金钱上很有保证的人能继续狂热地关注股市行情？为什么这样有地位的人甚至在周末和假期还在继续左右周旋？安全和满足应该不再需要证明自己的能力，它应该带来自我慰藉和内心的宁静。

第二件事情是，我们生活在人的世界中。不管我们在财富的积累上获得了多大的成功，我们生活中的情感依然主要受与自己关系最为密切的人以及我们对他们作出的反应的影响。不错，他人可以赋予我们以荣誉和地位，但我们在自己家中的地位在最深层的个人感觉中仍具有更大的终极价值。我们的家庭成员不会按照社会学的准则向我们作出反应。他们的身心放松，他们看见的是不被丰富的社会经济成就装饰的我们。百万富翁和平民百姓都面对自己6岁的孩子——在这件事上，与他们接近的任何人都有同样赤裸裸的爱的能力。这个事实迟早会出现。不是每样东西都可能买得到，人是不可替代的。

对物质的爱和对人的爱经常发生着冲突。然而并没有什么人性的或社会的法则使之必然如此。我们都不可避免地拥有很多的爱，并且生活的主要挑战之一就是使这些爱相容共存。理想的解决方法并不要求我们为了某一个而牺牲另一个。很多人已将两种爱的好处结合起来，让人相信它们可以和谐共存。对物质的占有和成就不必非得以牺牲他人为代价。共同的努力不只是梦想。人们已经知道，成就更大的是与他人合作而不是相互争斗的结果。甚至是商业上的关系也为尊严、尊重和爱留下

了一席空间。我们的日常行为越发清楚地表现出这一点，工作和爱就会变得更加一致。我们同他人的关系产生了更大的满足，我们的戒备心理就会更少。与地位的物质上的标志相比，我们认识到，人们愿意与我们分享这个更深刻的价值对我们更有吸引力。

这种与他人关系的成就或成功为很多人的生活增添了多彩，但也有很多的人并非这么幸运。他们很难将自己从反映在物质财富的占有上的自我依附关系和自爱的范围中解脱出来。他们不能以同样持久的力量来建立自己与他人的依附关系。缺乏发展持久的人际关系的能力值得更加深入地研究。

第八章　缺乏爱的能力

很少有人会自认缺乏爱心。不管我们的实际行为如何，通常我们都自视公正、崇高和具有爱心。可是，并非所有的人都会用这种慷慨的眼光来看待我们，而此刻我们的心中便产生了被误解、被无情地对待的苦涩感。然而，对于他人的缺乏爱的能力我们倒是非常的敏感，而且常常为他们深感惋惜。抛却强烈的感情色彩来看待这个事实，我们会清楚地发现：在我们所有人的身上都存在着缺乏爱的行为。不错，有些人可能表现得较为严重，但是每个人都难逃此疫的袭扰。

前文我们已将爱定义为一种依附关系，所以说我们都不可避免地培养了很多的爱。在前面的几个章节中我们已经列举了大量的事例。但是有些人发展了与他人更深、更多的依附关系，而很多人由于早期的经历使得这些依附关系后来变得极不稳定和肤浅，他们的内心深感孤独。还有一些人像弗洛伊德所说的那样在初恋中害了单相思病，他们在爱的问题上有着非常不开心的经历，结果是他们不能够继续拥有爱了。

当然，很多人对物体的爱超过对人的爱，而这些对地位、财富或成就的依附关系会大大减少他对某些特殊的人的依附关系投入更多的精力。最为糟糕的是，我们所有的人都不可避免的在形成缺乏爱的情感和行为的这一时期又常常沾染了敌意。

从表面上看，幼儿似乎非常的无知，所以他们能够免受爱的缺憾的伤害，好像只有成年人才可能深受它的骚扰。话说回来，难道父母不爱自己的孩子吗？他们当然为孩子做了很多的事情，那么这些缺陷又是什么呢？它们在孩子对爱的体验过程中又是怎样形成的呢？

缺乏愉悦的爱

为了了解婴儿出生后所投入的情感世界，我们有必要进行一番自我审视。让我们从怀孕时期开始吧。父母应该说都是爱自己的孩子的。但我们都知道，很多的人在思想中并没有为孩子的到来作好准备，他们甚至可能并不想要这个孩子，或者他们只是希望在未来的某个时候才要孩子。这并非是父母的过错，因为生活充满了意外。孩子的到来可能为他们增添了不便甚至是困难。这种困难可能反映在经济或情感上，也可能是超越他们的控制能力而产生的。然而如果他们紧张、疲惫和焦虑，这些困难仍然几乎不能影响他们对孩子的行为。

还有一点也是真实的，那就是并不是每个人都想成为父母，并且一些已经有了孩子的人并不真正想要孩子。他们之所以有了孩子是因为人们希望他们有。人们老是缠着他们问："你们到底打算什么时候才真正的安定下来？"这好像绘声绘色地在说结婚只是个骗局，人们需要孩子来使之合法化。

很多父亲甚至在孩子出生之前就已讨厌这个孩子了。虽说他们永远都不会承认这一点，哪怕是对他们自己，但是这确实是个事实，而且这一切常常有着充分的内在缘由。从妻子宣布怀孕的那一刻起，一切都发生了变化。人们的注意力已从丈夫和妻子的关系中转移到年轻的未来母亲和她未出世的孩子的关系中。没有人再注意这位未来的父亲。他简直就像不复存在似

的，至少在未来的九个月当中他是隐形的人。

不仅是他人，甚至他的妻子也可能忘记了他。对丈夫来说，不幸的是妻子怀孕的经历是极吸引人的事，尤其当她是初次怀孕的时候。如果这是一次不舒适的怀孕，一大早她就开始恶心，接着便是胃痛、超重和脚疼，那么这位妇女就几乎不能不成为自我关心的中心。如果这是一次愉快的怀孕，它可能会以另外一种方式引人注意。这个孕妇可能会幸福无比，陶醉于自己创造的小生命带来的快乐中，结果她忘却了与丈夫分享这种体验，忘却了他并不喜欢这种创造生命的不同寻常的意识。她忘记了他的生活依然一如既往，并无改变。她忘记了也许他喜欢对他自己更多一些的关心。

如果他先前并不讨厌孩子的话，那么在孩子到来的那一刻起，他几乎就注定要讨厌他了。他的睡眠被扰乱了，他的生活被破坏了，他的舒适和娱乐受到了限制，甚至他和妻子的交往也受到了阻碍。令他满意的事情与其说是现实倒不如说是愿望。他用一些愚不可及的行动来表示他对孩子感兴趣，因为生养孩子曾是大家对他的希望。但是实际上这并不关他的事。他扮演的只不过是一个象征性的角色，就像君主立宪制中的皇室一样。

一位父亲真正从他的新生的婴儿那儿能得到多少乐趣呢？他似乎就像一个笨拙的白痴一样，对待这个虚弱的小生命笨手笨脚。即使他自己断然否定，肯定也会有人向他指出这一点。如果父亲推着婴儿的摇篮车经过聚集着女性亲戚的人群，并对婴儿伸出一个手指 —— 仅仅是为了让婴儿认识他，那么他实在是一位勇敢的父亲，更不用说把孩子抱起来搂在怀里对他讲话了。

另一方面，很多的家庭琐事都落到了他的头上，这还不是对父爱的最大的考验。在寒冷的冬季早晨不断起来给孩子喂东西

的男人满可以对自己的爱的质量表示赞赏。

爱与不爱

要描绘父亲在婴儿生活中扮演的角色其实非常容易。在婴儿的早年岁月中，父亲的作用确实显得不甚重要。就像婴儿保健指南上所说的那样，父亲的首要工作是让母亲保持心情愉快。而母亲的境况则是另外一回事了。

如果这是她的第一个婴儿，她就会感到来自孩子的深切的威胁。她很快就发现她在社会的地位取决于她对孩子的照料。可这是她的第一个婴儿，对于她来说一切是陌生的。她真不知道该怎样照料这个神秘的无法理解的小生命。她不知道为什么他要哭，也不敢相信自己的判断。婴儿照料手册告诉了她应该做些什么，但是没有什么书能回答如此频繁出现的令她焦虑的问题。而小儿科医生的电话又常常占线！

好在这种探索的时光只有开头的这几个月。婴儿活了下来，因为实际上他是非常的强壮，所以母亲获得了信心，父亲也感到了自豪。与那些象征性表现出来的自豪相比，他们开始真正地为身为人父而骄傲了。

但是对于婴儿来说，这只是艰苦岁月的开始。他迈出了第一步，人们就像欢迎凯旋归来的罗马英雄一样地簇拥着他。从此以后他被套上了枷锁。人们总是对他说：不，不！因为他开始难管得多了。现在整间公寓、整个房子都是他活动的范围。他躺在婴儿床里度过的日子比现在要舒适得多。

于是这种状态一直持续了下去。父母开始训练他上厕所，喂他新的食物，让他睡那极不情愿的午觉，兄妹间开始了争斗，他在幼儿园里大声哭喊，不做家庭作业，长水痘、得腮腺炎、还有那没完没了的感冒。

做孩子真不容易，做父母也不容易，而且这种状况将永远持续下去。我们的父母养育我们不容易，他们的父母养育他们也不容易。有一个愤世疾俗的人曾经说过："我们的前半生被父母毁了，我们的后半生被孩子毁了。"好多世纪以前当孩子可以作为经济财产时，父母确实还有利可图。即使孩子们令人讨嫌，但是至少他们还是值得父母们辛苦一场把他们养大，因为多了一个孩子就意味着农田或作坊里又多了一双劳动的手。

即使是在那个时代，杀死婴儿在社会上还是可以接受的风俗习惯，就像我们从人类历史故事中那些更可怕的章节中看到的那样。有时，他们杀死了自己所有的婴儿而只留下一个。有时，他们只杀死那些虚弱的婴儿或是女婴。

我们不再容忍这种对儿童生命的无情蔑视。现在看来，每个人都有生存的权利，都有得到能够获取的最好东西的权利。抚育孩子是我们庄严的义务，因为我们明白这一点，所以我们会竭尽所能去完成这个义务。我们努力工作，为他们的教育节俭储蓄。我们担心他们的健康和环境，担心他们交上什么坏伙伴、能否上好的学校、能否被优秀的大学录取、能否找到理想的职业、能否和合适的姑娘或小伙子结婚。我们为此整日牵肠挂肚。

我们也接受爱孩子的义务，并且竭尽所能去完成它。但是，即使我们已竭尽了全力，我们也不能做到总是慈爱。

于是，随着生日一个接一个地到来，新的问题、焦虑、摩擦和不快也随之而生。在孩子的生活中，有很多的父母是算不上慈爱的。而这些经历也留下了它们的痕迹。

因此可以说，当我们还躺在婴儿床上的时候，我们就已经开始学会了被爱。当我们的父母向我们提出第一个要求时我们就遇上了它。父母可能喜爱孩子，对他表现出温柔和照顾，并为拥有他而兴高采烈。但是，没过多久，孩子还是这个样子，他们就

明确地表现出不想要他了。他们让他坐起来，让他自己吃饭、自己穿衣、自己上卫生间。他们让他向珍尼阿姨微笑，吻约翰叔叔。在超级市场他们要他举止良好，不许他从架子上抽取东西，不许四处乱走以免走失，不许当众耍脾气。他们要他做某些事情而不许做其他的事情。

艰难的攀登

在孩子眼中这是很困难的，即使这些都是合理的要求。这意味着他必须不断地放弃自己熟悉的行为方式而学会新的做法，而他常常对此毫无准备。孩子自身并不总是准备着登上成长的下一个台阶。

孩子按照父母的命令行事。这样的孩子与父母的关系就像乘客和司机一样。你不必担心停车、红灯、交通和行驶的最佳路线。你只需钻进车里，司机会为你解决一切。孩子面对的情形也是这样。当他饿了、湿了、困了或者感觉不舒服时，他只需发出信号，他的好母亲自然会来照料他。

父母们知道不能让孩子无休止地以这种方式生活下去。这个世界不是为那些什么事都由他人为自己安排好而自己却一无所能的人而创造的。教育孩子的自给自足是父母的一大职责。

有时候，父母在鼓励孩子迈出下一步上有点儿操之过急，因为要弄清楚孩子什么时候已经做好了迈出下一步的准备往往并非那么容易。甚至当孩子已经具备了这种能力时，他也常常表示抗拒，而这仅仅是因为他需要显示自己的权威。因为此时他已发现自己也是一个人，发现他有奇妙的权力说："不！"这个阶段也是孩子发育中的一部分，但不幸的是，仅仅在他的父母对他提出很多要求，要求他放弃婴儿时期很多舒服的行为方式的这一时期，他才有这样的权力。

当孩子的父母对他提出这些要求时，他觉得父母不再爱他了。他看不出父母让他所学东西的价值。他所看到的只是父母剥夺了他实现自己愿望的满足感，并且他认为他们自私、冷酷无情 —— 一句话，他们毫不慈爱。一旦孩子学会了说话，他们就会这样说。如果孩子不按顺序要某样东西，比如在吃饭前要吃冰淇淋蛋筒，他的母亲就会拒绝他。她会温柔地作出非常合理的解释。但不管这样的解释是多么的温柔也并不能改变他被剥夺欲望的事实。他哭喊着说："你是个自私的妈妈！"如果他非常生气，他可能会加上："我恨你，我希望你死掉！"他这么说并不是为了伤害他的母亲，这只是他感情发泄的一种方式。它表明儿童是多么渴望得到他所想要的东西。

当他的母亲对他提出理性的要求，让他等到吃完饭后再吃冰淇淋蛋筒，在他的心眼里她是自私的，她不爱他了。他的话语让他真切地感到做一个战胜恶魔的英雄的快感。

父母对孩子提出的要求并不仅仅是出自他们自身的喜好，往往更多的是社会对孩子也提出了这样的要求，而对于孩子而言他们便代表了社会。孩子甚至从他的神话故事中已开始学会认识到了这一点。这些故事是专门为孩子们设计的教育他们处世之道的课程。在神话故事中经常发生什么样的事情呢？年轻的男子去旅行并战胜了恶魔。作为对这种壮举的回报，他赢得了公主的爱并和她结了婚。这里并不是说他将成为一个好丈夫，而仅仅说他是个了不起的战胜恶魔的英雄！但是不管怎样，他得到了公主。当然从此以后他们过上了幸福的生活，而故事到此就结束了。

如果故事继续下去接着讲述这桩奇异的婚配的结局，这个故事就失去了寓意。它的含意，以及所有国家所有语言讲述的故事的含意都是：这个世界对你作出这样的承诺 —— 如果你

很成功，作为对你的奖赏的爱情和幸福的婚姻便将降临。

在儿童文学中，社会对孩子作出了这样的承诺。但是，当他长大以后他发现生活并非如此。他可能变成了百万富翁，或获得了诺贝尔文学奖，或发明了一种更好的原子裂变装置，但是这些成就并没有保证他必将获得爱情和美满的婚姻。事实上，很多有杰出成就的男人既不是好情人也不是好丈夫。

社会成就对爱情并不起任何的作用。更确切地说，它对与另外一个人的爱不起作用。一个男子取得巨大成就的时候可能会与爱有关，但是这可能是其他几种类型的爱。这可能是自爱，是一种驱动着他实现自我认识以消解苦闷的渴望。这也可能是对权力的爱——另一种自爱。一个将他所有的精力都用在挣取百万财产的男人可能正是被这样强烈的本能要求所驱使的，那就是为他的自爱服务。或者这不过是对工作本身真正的、深深的投入的爱。一个伟大的演员可能在某种程度上是一个表现主义者，是一个自恋者，但是他也是一位艺术家，并且他以戏剧为生，思考着戏剧、呼吸着戏剧的空气。这是他首要的有时也是他惟一的爱。这可能对画家、作曲家、作家或者科学家、物理学家、宇航员甚至商人都是如此。

很多商人首先爱的是他的生意，其次才是妻子和孩子。很多职业母亲爱她的工作，很多非职业母亲爱她的桥牌游戏或购物或在社区的义务工作，甚至她们对这些事情的爱达到了这样的程度：当孩子的需要妨碍了她们时，她们会异常恼火。这并不意味着这些妇女不爱她们的孩子，也不意味着当她们和孩子在一起时她们不是个好母亲。这仅仅表明她们更乐于做其他的事情，她们从非母亲的活动中获得了比做母亲得到的更多的乐趣。

我们爱工作，但不必非得成就非凡。但是，伟大的成就显然来自于对工作强烈的热爱，这对于妻子、丈夫和孩子的爱却毫无

作用。对工作的爱常常同对人类的爱发生冲突。但是这种冲突不是不可避免的。一些有伟大成就的男人和女人也有着美满的婚姻。想一想爱因斯坦教授、居里夫妇,以及浪漫的19世纪的一个伟大的爱情故事——罗伯特·布朗宁和伊丽莎白·白瑞特·布朗宁的爱情。历史把这些人作为例外而不是当作指导人们的行为规则。这就是为什么很多著名的男人和女人只有一种持之以恒的爱,那就是他们对工作的爱。给婚姻带来幸福的爱不属于他们。不管神话故事怎么说,他们是伟大的战胜恶魔的人,而战胜恶魔才是他们的真正所爱。

去打他

在非爱的问题上,孩子们还有一课要学,而这个课程并不是什么神话故事。它是直接的命令:去打他。这里我们就遇到了一个矛盾。人们教导我们说:"以其人之道还治其人之身。"还有"先下手为强"。然而这个矛盾并没有让我们感到困惑。我们承认"己所不欲、勿施与人"。但是我们又信奉进攻的原则,或曰非爱的原则。毕竟,我们是讲求实际的人。

当孩子从操场上回家告诉父亲说:住在拐角的吉米把他玩沙的铲子抢跑了。他的父亲会问:"那么你是怎么做的呢?"孩子回答道:"我什么也没做,我哭了。"他的父亲就会教他:"我将再给你一把铲子,但是这是最后的一次。现在我告诉你怎样保住你的铲子。要是再有人抢你的铲子的话,你知道该怎么做吗?打他!并且告诉他:'让我好好地教训你!'"

接受这样教育的孩子没有想到去问:"但是如果他回击我,把我的铲子抢跑了该怎么办呢?"直到第二天他在沙堆里被人抢去了铲子,而且人家用这个铲子打了他的头,他才想起这个问题。而如果发生了这种事情,他的父亲就会开始四处为他寻找

空手道教练，即使这个孩子仅仅才4岁半。

当然我们的世界不是为软弱的人创造的。我们必须学会自我保护。但是在学会怎样自我保护的过程中，我们也学会了怎样不去爱他人。这样的话是非常没有爱心的："如果你拿走我的铲子，我就敲碎你的鼻子。"换一种说法就显得有爱心多了："你真的那么想要这把铲子的话，拿去吧。"

但是，人们若真的以此道来生活的话，他们将是极不实际的。我们已锁上了车门，但在离开之前，我们又忍不住转身拉拉扳手。我们把房门锁上，把钱存进银行，把值钱的东西放在地下室里。我们雇请律师为我们的商业合同把关以免自己被他人占便宜。

这就是我们生活的社会。如果我们打算教育孩子生活在这个社会里，我们就必须教会他们知道还有一些试图把我们的东西从我们的手中抢走的人。我们的孩子必须像我们那样学会自我保护，防范这种人。这是很必要的。但是，我们也必须意识到这种教育是非爱而不是爱的教育。

人们曾教育我们并且我们也适时地教给我们的孩子，那就是，如果你想拥有什么东西，你就必须要超越它。"超越"当然一定意味着超越某些东西，但更常见的是超越某人。我们学会为了得到我们想要的而且别人也想要的东西就必须和他们竞争，如剧院里的好座位、餐厅里的好桌子、商店里半年减价一次的好商品 —— 我们都得赶快，我们必须赶在他人的前面。那么还有好大学、好研究院，好工作，好的商业机会。我们每到一处，为了得到我们想要的每一个东西，我们都必须击败他人。

就像我们的父母要求我们一样，我们也要求自己的孩子要取得好成绩，经受团队的考验，赢得大家的关注，赢得荣誉，使其他的人全都黯然失色。但并不是所有的文化中都是如此。正如

在宴会中垄断说话的机会是不礼貌之举，在某些印第安人部落中，在一天的田间竞赛中比别人多赢一步也是不好的行为。但是为自己争取是我们文化生活的一个部分，其中涉及的都是非爱的品质。

既要做到争强好胜攻击他人，又要富有爱心礼让他人，这不是件容易的事。很多父亲在白天将所有的时间都用在竞争激烈的商业战场中。晚上回家后，他们发现很难对妻子和孩子表现出温柔。我们不可能像开关热冷自来水一样那么灵活地转换这些相反的感情。一些与人争斗的心情必定会渗入爱的心田。我们所学的关于富有、野心、争强好胜、攻击他人的教导也许是我们准备迈向生活的一个必要的部分，但是这无助于我们学会爱。

性的疑惑

性和爱的关系是我们成长过程中常常遇到的另一个充满消极特征的范畴。我们的社会盛行着对性的疑惑，而此原因并不难寻。作为一个人，我们总是对这个话题感到极不自在。它是一代又一代人无意识地遗传下来的。

令人吃惊的是，父母们非常巧妙成功地回避了孩子们提出的这个话题，而且这一切完全是在不知不觉中完成的。在每个孩子的一生中，他们都有某个时刻而且通常是在好几个阶段以好几种形式对此产生了好奇心并想知道答案。这可能起始于他仅仅希望知道为什么他的身体和他的妹妹不同。他可能想知道他的小妹妹是从哪儿来的。后来，当他从伙伴那里听到说法不一的消息时，他想问清楚他听到的是否属实，或者到底哪种说法是真的。

所有的孩子都有好奇心，对此我们毫不怀疑。他们对任何事情都好奇，因而他们几乎难以避免对性也产生好奇。然而，很

多父母告诉我们，他们的孩子根本从来就没有问过任何此类问题。

这只不过说明，如果孩子问了他们，这些父母总是设法逃避听到这些问题，或者故意装作不懂这些问题是关于什么的。

孩子们很快就会明白他们的父母不想讨论这个话题。其实，还有一些孩子们想知道的问题也是忌讳的。对很多父母来说，死亡就是其中之一。但是没有什么话题像性这样到处遇到缄默的回答。

由于不能讨论性，孩子很快就会产生一种感觉：性一定是有什么问题。好像是为了证实这种印象，大多数父母在用身体表示情感时，哪怕是最公开的部分也显得很保守。很多孩子从来没有见过他们的父母相互拥抱和接吻。接吻虽然性感，但在他人面前也确实是不容许的。然而，有些孩子甚至没有见过这个最为微小的性行为。

在我们对待身体的态度上，尤其是涉及到性的那一部分，我们还产生了其他的困惑：外生殖器成了孩子们所有困惑的焦点。在我们努力培养他上厕所的时候，我们对他强调，当他想去洗手间时一定要告诉我们。如果他忘了，我们就表示出不悦。我们甚至可能责骂他或惩罚他。然而突然有一天，他发现他不打算这么做了。他可能在公共汽车上大声宣布他这个想法。这使得他的母亲非常尴尬。她会立即制止他，让他安静下来，而且态度可能还有点儿粗鲁。周围的人觉得有趣并发出微笑。他的母亲看上去也在微笑，她甚至可能会脸红。她告诉他："我们不要在人们面前谈论这件事情。"即使她不说一句话，他也能领会到这个意思。我们不在人前谈论上洗手间的事。

如果他从洗手间跑出来的时候裤子碰巧掉了下来，他会迅速把它提上去。我们不愿显露出我们身体的那些部位。

人们对手淫的态度最近几年已稍稍宽容了。父母读了关于抚养孩子的书后如果看到孩子手淫，他们就不会再惩罚他们，或者用手淫将会对他们怎么样这样的故事来吓唬他们。然而，如果父母发现孩子手淫，让他们控制住自己的不悦或反对是极其困难的。而且孩子也领会了父母的观点。我们不要摸自己身体的这个部位。

一旦在情感生活中鄙视了身体的某个部位，我们就很难放弃这种观念并使性生活得到满足。这些记录清楚地向我们表明，对于许多人来说，当用身体表达爱对于他们婚姻中的幸福是很重要的时候，要克服这种禁忌是一场多么激烈的斗争啊。

当孩子长到了约会的年龄，父母的焦虑又演变为一种新的形式。女儿尤其是焦虑的对象。有时候，父亲甚至比母亲更密切地关注着女儿。他像鹰一样地紧盯着她的行踪。晚上直到她回来后他们才能安睡。更糟糕的是，一些家庭对此只字不提。女孩子没有机会谈论她的约会。也许，这个约会对她是一个心灵的负担。她可能非常想从母亲那里获得一些指导，学会怎样处理这件敏感的事情，怎样拒绝一个年轻男子的爱而又不伤害他的感情。她可能甚至想和父亲谈论这些事情。他毕竟是个男人，能从男人的观点出发，而且他自己也曾经是个年轻人。他也许能给她一些有用并且明智的建议。但是没有。这个话题依然是避讳的。双方不安的气氛都很浓烈，但是没有人说或做些什么来使之明朗化。

这样，当孩子到了结婚的年龄，这样的体验再次得到肯定。性不是爱的表达，它顶多是婚姻中爱情允许的事情。它不是一件好事，从来不是件好事，从来不是一件与爱人共享的健康的乐趣。它一直是偷偷摸摸的、秘密的个人私利，不是给予而是享受禁忌的快乐。这是非常悲哀的事情，因为理想中的性就是爱的

最深刻的表达方式之一。

不值一爱

在缺乏爱的能力这一点上，非常微妙并且影响最广的因素是认为自己不值得爱和深厚的负罪感。这也是建立在儿童时期的经历上的。有时候，甚至最慈爱的父母也不客气地拒绝孩子。他们太忙、太累，或者他们被孩子逼得失去了耐心。有时候，父母在气头上时对孩子们毫不容情地惩罚，或者更糟糕的是，有时这种惩罚还带着冷酷的、有意的敌意。由于父母本身内心的紧张以及未化解的不满，他们会无意识地对孩子表示出不满，而这种感觉将会影响孩子的一生。

如果你经常告诉孩子他是个惹麻烦的人，他就会渐渐相信这一点。如果你仅仅在他行为不轨的时候才注意到他，而且那仅仅是为了责骂或惩罚他，他最终不会指望得到别人的赞赏。他的父母不赞赏他、不爱他，因此他是不值得爱，不配得到爱的。他就会不再努力去赢得他们的爱了，因为很显然，他永远也不会成功的。但是，他仍然需要而且想要反复证实他与父母的依附关系。要获得这种感觉剩下的惟一的方法就是把父母从对他的漠不关心中唤起。他开始变得淘气了。

父母开始反对他、惩罚他了。他们的关系又变得积极主动了。不幸的是，没过多久，他把父母对他的评价当成是对他的真正的描绘。他开始认为自己生来就是坏孩子，生来就是有罪，生来就是为了受惩罚。

由于孩子自视卑微，在生活中他就会不自觉地寻求惩罚而不是爱。这都是无意识的。但它仍是一种非常强大的驱动力。这样的人会出去找人辩论，与人打架。他在寻找非爱。

有些婚姻之所以延续下来仅仅是因为两个伴侣能互相争

斗。这才是他们真正需要的东西。他们想要有人说出或暗示出:"你的价值还不如我早上为你煮的那几个鸡蛋。"这就是他们家庭生活的气氛 —— 他们童年时期度过的非爱的气氛。他们深深的负罪感以及认为自己不值得一爱的想法要以反对和惩罚的形式引起他人的注意。这种需要只能在不幸福的婚姻中得到满足。

非爱的信号

有一些信号能显示出缺乏爱的能力。当然,它们是因人而异的,而且也总会出现例外。然而这值得我们花时间把其中最明显的信号当作这样的问题来看:问问我们自己的爱的能力,还有我们爱的或我们想爱的人的身上有什么可爱之处。

第一个此类问题是关于一个没有朋友或朋友很少的人。对此人们提出了很多原因:家里有一位生病的母亲,他们必须每天晚上呆在家里;他们的工作非常费心;他们经常从这个地方搬到那个地方;或者他们的运气总是不佳。没有朋友的原因几乎各不相同,而其中很多原因都是真实的。还有另外一个原因:他们可能是非常不友爱的人。

这样的人可能确实爱一个人,他对爱的对象可能非常投入。但是,概而言之,他是个不友爱的人,更确切地说他总是吹毛求疵。他总是先发现别人的毛病,而不是优点。他总是对外界漠不关心,而不是很感兴趣,积极参与。他可能把你作为例外,并且把他所有的爱都倾注给你。你终于感到他是生活环境的牺牲品,而且他真的有巨大的爱的能力。他也许是这样,但是可能性很小。一个有巨大爱的能力的人会把他的爱撒向很多的人,简单地说,他是个友爱的人。他发现几乎每个人都很有趣。一个没有朋友或朋友很少的人不可能有培养良好的爱的能力。

非爱的第二个信号是“没有人爱我”这样的感觉。它可演变为:“没有人理解我”。一个感觉不被人爱的人通常是一个不友爱且不付出爱的人。一个感觉不被理解的人通常是不理解他人或者不想理解他人的人。

这里涉及的心理学原理是相当复杂的。但是,我们可以通过浏览被称作“折射”的原理来阐述这种人的困境。我们经常隐约地感觉到自己的令人不悦的性格,而我们又不愿面对它。在他人身上我们看见了这些特点,我们能对这些人心安理得地表示反对,而我们无意识中又加深了自己的不悦的体验。我们“折射”了这种特点。最常见的情况是,一个怒气冲冲的人不容辩解地对他的对手吼道:“你干嘛这么生气?”我们常常看到当一个人滔滔不绝而别人想插话时,我们的演讲者却指责别人欲垄断谈话。多少次当一个比其他任何人都缺乏证据却乱发断言时,他却指责别人武断?这都是我们熟悉的折射的例子。如果我感觉没有人爱我,事实可能就是我对别人也不那么友爱。

另一个危险的信号是:缺乏爱的能力可能就是过度的雄心。一个一心想出人头地的人已经有了爱。这可以从我们对爱的定义中认识。我们对爱的定义就是指对任何事情的依附关系,它的对象并不局限于人。一个一心想成为百万富翁的人爱上了那个想法,那个目标。还有一些人爱的是出名、被人恭维。一些人有世俗的野心,为了实现目标他们会利用别人而不是爱别人。还有人把自己锁在屋里,坐在钢琴前演奏他的协奏曲——他爱他的协奏曲。别的人是很难闯入这种爱和协奏曲的竞争的。雄心可以存在于任何领域中,而且也可能令人敬佩。但是,如果过分了,我们就完全有理由猜测这个人不爱别人。他完全投身于他已拥有的爱,于是他就没有余力去爱任何他人或他物了。

这个信号可能是令人吃惊的:这就是没有能力说“不”。这

是因为不会说不的人常常看起来非常富有爱心。不会说不的女孩好像爱每一个人。事实上,这样一个人可能并不爱任何人,因为她不能保持稳定的关系。她所能做的只是取悦每一个人。她不加节制地去取悦他人,很可能是因为她内心深处认为,如果她拒绝了他人,别人就会不爱她。她永远在买爱,在买每个人的爱。这也是我们前面所说的认为自己不值得爱的一种形式。这对爱的能力是非常有害的。

最后我们来讨论吹毛求疵者,这种人只能给予他人有条件的爱。如果……他就会爱你。如果你做这或做那,确切的说,按照他所规定的方式去做,因为那是他所知道的正确的方法,而他是不能容忍错误的方法的,那么他才会爱你。他很可能会固执己见,缺乏幽默感,又非常的难以伺候。他不能容忍别人任何微小的毛病。总之一句话,他不能容人。一个吹毛求疵的女性可能会成为非常细心的秘书。她宁可把整封信重写一遍,也不愿擦掉一个逗号。她也可能是个好管家。但是,如果她作为妻子或母亲而和他人生活在一起,她将是一个非常难处的女人。这种生活方式中的感情投资太高昂了。这个吹毛求疵的人常常由于不耐烦和敌意而大发雷霆。这一切都是不友爱的。

爱有附加条件

吹毛求疵者有条件的爱比成年人愿意承认的要普遍得多。当我们还是孩子的时候,我们都已明白了这个关于爱的事实,即爱是有附加条件的。现在,人们反复地告诫我们这一点。他们说,对一个正品尝着竞争的爱的苦涩的两岁孩子,我们千万不能对他说:"现在你别再恨这个婴儿了,否则我就不爱你。"而且我们也小心不说这种话。但是,我们的行动比语言更有效地表达了这种意思。

因为对于那个两岁的孩子对他的小妹妹表现出了十分对立的情感，所以我们确实感觉不到他有什么可爱之处。他的心里充满了仇恨。他想的只是谋害。他的敌对态度自动地引起了我们对他的敌意。我们开始自动地保护那个无助的婴儿，并反过来攻击这个敌对者了。

这样，孩子很早就开始明白我们只是在一定的条件下才爱他。如果他听话，如果他不淘气，如果他在学校取得了好成绩，如果他在饭前洗手，在公共场合表现良好，那么我们才会爱他。我们的条件归结于两种类型：孩子必须尽量不给父母惹麻烦，必须尽量给父母增光。

换句话说，孩子明白了他必须为自己挣得爱。爱不是免费的。它不是房子里的家具，不是他成长过程中的自然产物，也不是已存在于他自己身上或他父母身上的某种东西，它是对优点的奖赏。你可以赢得它，但也可能失去它。

一个活泼的孩子很可能失去他人的爱。有时，这可能是他不断的不可爱的行为引起的。一个比较敏感的孩子由于怕失去爱会格外谨慎地行事。他会变得很听话，甚至胆小如小鹿。大多数的孩子是不会走上这两个极端的。

对于大多数孩子而言，这不是一场危险的游戏。但是，这不可避免地会影响到他们未来的爱的能力，因为他们没有学会无条件的爱。从他们的早期岁月起，即使他们避免了培养缺乏爱的能力，他们仍不能培养出全部的爱的能力。爱一直是有条件的，部分的，可变的。

爱是不可靠的

孩子们也认识了爱是不可靠的。正如我们前面所说的那样，孩子通过爱他自己而开始了爱的学习历程。他把自己的母

亲作为他自己的延伸而爱她。当她喂他、使他舒服时，他把她看作是在他自己的身体里享受到的快乐的一部分。首先，他不需要父母的爱。他只需要他们的照顾。

但是，父母的爱很快地就成为他生活中必不可少的因素了。当他发现周围的世界和他自己是不相关的，而且是很大、很可怕的，而他自己却很小、很无助的时候，他父母的爱就变得很有必要了。因为如果他们爱他，他们必将继续照顾他、保护他。他们将继续满足他的需要，继续在他伤心的时候安慰他，继续保护他免受伤害。

爱对孩子来说是一种只具有从属价值的东西。它的价值不在于它的自身。就像银行里的存款一样，它的价值表现于它能给人带来的好处 —— 舒服、安全和生活本身。它能保证使人的需要得到满足。在孩子的早期岁月里，这些确实是他的全部需要。除了他的父母给他提供的这些财富以外，他不能为自己做任何的事情。他们的爱是他的一切的保障。难道爱对他以后的生活还如此的重要吗？

但是，他发现这种保证是不可靠的。给与不给都是不可预测的。有时候，他放声大哭便得到了微笑、抚爱、安慰的话语、安慰的食物或者是一块干尿片、或者是友好的陪伴。而有的时候，同样的哭叫带来的是一张紧皱眉头的脸庞、不耐烦的话语、慌慌张张的双手、满心指望的爱的陪伴的匆忙离去。父母对他的爱远不如他对自己的爱可靠。

孩子很早就体验到了他人的爱的不可靠性。后来，他明白了一些相关的联系。当他在便盆上做得很好，或者当他吃掉了所有的食物而没有烦扰他人的时候，他就会得到微笑和开心的话语。他并不总是喜欢用那种能给他带来赞成的方式去做这些事情，或者是不想在要求他做这些事的时候去做。有时候，他只

不过不能满足父母对他提出的要求。而有时候，他发现无论自己做什么事情都是错的。他不会知道母亲是否头疼了，是否做完家务活了，是否和他的父亲吵架了，或者是否有人要来吃晚饭而她正在为菜单上的某些菜而犯愁。他所知道的就是她现在不爱他了。

爱的不可靠不是通过一件事或一次体验就能学会的。它是贯穿孩子的早期生活、千百次重复发生的无数个微不足道的小事情组合而成的。这些琐事父母们可能没有注意到，孩子们也记不得了。甚至孩子记不起每一件事情和发生的时间。爱的不可靠性只是成为生活中的一个事实，一个比较痛苦的事实。但是，这确实是一个事实。

幸福的新婚夫妇

未来发生的很多事情都可以由这个事实来解释。让我们来看一看一对夫妇。他们曾立下誓言永远相爱直到天荒地老。这种非常浪漫的爱的表达其实是在说：我所拥有的对你的爱是你可以依赖的，它是可靠的，不像你幼儿时期所拥有的爱那样。那种爱是这样的一种允诺：你被照顾，但是你必须为之付出代价。而且即使你付出了代价也未必能完全依赖它。你得到了爱，也得到了非爱和愤怒的眼神，有时还有公开的拒绝。

我对你的爱是不同的。当我说永远地爱你的时候，这个世界上没有什么对你更好的了。我将为你做任何的事情，使你快乐。这才是可靠的爱。

那就是他们向对方表达的内容。他们相信这一点，并且他们很幸福。婚礼的三天以后，丈夫碰巧正在观看一场关键的电视足球比赛。正当球员要踢出一个传球的时候，他的妻子意想不到地从电视机前走过。他错过了这个关键的镜头，他没有看

见这个传球是否成功。

在他激动和失望的时候，他是否对他的妻子说："亲爱的，我从来没有一次因为你挡了我的视线而不高兴。"他没有那样说。很可能他大声吼了一些没有风度的咒骂。而她立刻就会非常的沮丧，产生了一种深切的不被爱的感觉。

他甚至没有意识到这些，因为此刻的他正对比赛的下一步感兴趣。几个小时以后，他发觉妻子不和他讲话。他不明白为什么，只是耸耸肩膀 —— 女人就是这样。终于，她受伤害的感觉表现得越来越明显了。她引起他的注意并想方设法让他知道他已不爱她了。他辩解说他真的很爱她。继而引发了一场关于他们是否爱对方的争论。在争论的过程中他感到为难并生气，而她放声大哭。谁也不理解，为什么这件小事却有那么大的力量引起那么多的情感。

当然，这不是因为她挡住了他看比赛的视线时他突然短暂地发脾气。她可以用笑声、道歉或别的轻快的反应将他的不快拂去 —— 如果这不是触及了旧有的伤疤的话。这是一个对我们任何人来说永远都不会愈合的伤口，这是由于我们早期的爱的不可靠性造成的。感情的晴雨计上最轻微的下降都会引起它的刺痛。

在恋爱时期的很长时间中以及在结婚的头三天里，他反复向她保证他们之间永远都不会发生什么不愉快的事。后来，他们之间插入了电视，插入了足球比赛。所有这些以前都多次发生过。他在说，就像在她的童年她的父母对她说的一样，我爱你 —— 如果你做的事是正确的话。可是就在要传球的时候她在电视机前走过就不是一件正确的事。

许诺的爱

这件小事也表明了他们曾真诚表白并信任的爱与其说是真实的倒不如说是一种承诺。这种爱变得真实的时候他们并不喜欢它。只要他们的永恒的爱的诺言没有遇到现实的考验，他们就不折不扣地喜爱对方。但是，一旦发生了什么事情向他们显示出他们的爱的本质，他们就被震惊了。使他们震惊的是他们发现这种爱和他们想象的不同。这种爱并不比多年前他们幼小时期拥有的美好。

这与她小时候坐在父亲的腿上，看着他的手表，听着它的滴答声所经历的爱一样。她和她的父亲一起度过了一段美好的时光。她的父亲拿着手表让她看，拿到她的耳旁让她听，她父亲看着她愉快地微笑。然后她的父亲把表放在她的手上，她把表掉在了地上，而一下子她的父亲从一个慈爱的人变成了一个暴怒的不慈爱的人。为什么？孩子不知道。她只知道对于她来说，爱是不可靠的，真正的爱的道路是不平坦的。

一些人长大以后恋爱、结婚、吵架、和好，真正的爱的道路对他们也是不平坦的。但是，他们设法解决了这个矛盾。其他的人一直对爱保持谨慎和恐惧的心理，而且其中有些人永远不结婚。他们可能来到了爱的边缘，但他们从不跨越过去。一个永久的爱带有它所有的不可靠性以及令人痛苦的不值得的信任感。对于他们来说，这只是过于的恐惧。

在这种人看来，童年不完美的爱导致了成年的不完美的爱的能力。非爱、有条件的爱和不可靠的爱留下了太多的可怕的细胞，它们不值得他们花时间再去品尝。

大多数人没有受到不利的影响。我们也许没有达到培养理想的爱的能力这样的目标，但是我们确实培养了一些能力。我们

通过无数的爱的行为反复地证实了这一点。我们表示道歉，而且我们还表示原谅。善良和仁慈在现代生活中仍没有失去它们的意义。我们的争强好斗还没有完全把我们的合作精神排挤在外。我们生活在一个爱和非爱共存的社会里，声称这一个或另一个已不存在同样是荒谬和不真实的。

不平坦的道路？

对于缺乏爱的能力的审视结果看起来非常令人沮丧。不可否认，我们成熟的爱深受早期童年爱的影响。成年人的爱常常是不完美的，因为他们早期的爱就不是完美的。在我们学会爱的过程中有那么多可能犯错误的转折点，所有这些都存在于我们的正常成长过程中。

然而，任何一个诚实的人都不会否认成长是一个充满正常的自然障碍的艰难历程。我们可以把自己的成长界定为学会克服这些障碍。即使是植物或蔬菜也要克服重重困难才能结出丰硕的果实和种子。不难想象，人们在成长的过程中也会遇到更多的挑战。如果我们把爱看作是生活的核心，那么我们就必须认识到学会爱也是克服重重困难的过程。

认真的读者或许还想知道自己怎样才能超越这些障碍。一个人越熟悉这些障碍，他就越发拥有更好的机会去满足他对爱的愿望，而其中的一个非常重要的感情障碍就是爱的神经质的因素。

第九章　神经质的爱：源泉

欲知神经质的爱能给人带来多大的好处，我们首先必须明白“神经质”一语的含义。当我们形容他人时，例如当我们不悦地看到他人令人费解的举动时，“神经质”很可能就会不由自主地在我们的耳边鸣响：“噢，原来他（她）有点神经质。”除非准备与朋友翻脸，否则我们从不会当着他的面说：“你有神经质的问题。”而且除了面对精神分析家之外，也很少有人会这么地说自己：“我是个神经质。”夸克曾对妻子说过：“这个世界上除了你我二人，所有的人都有神经质的问题。”听罢此言，我们可能会小声地加上一句：“你也有点儿神经质。”

如今的情况已经变得更加糟糕。我们甚至可以自称患有神经质的毛病了。这并非缘于自我诊治而发出的自白。实际上，神经质一语已经演变为一种时尚。这颇似有助于在时髦世故的团体中建立起自己地位的一个密码。此举虽表明了他们的诚实，但也是他们对自我无助状态的一种悄然的悲切。

出于礼貌，我们可能会首先声明，我们所讨论的有神经质问题的人并不包括面前的伙伴。但是我们实在不能这么做，因为我们要讨论的恰恰就是你和我。在这么简短的篇幅中，我们不大容易认识到真正的自我，因为我们每个人都很复杂，而且都极力地隐藏了自己的神经质倾向。因此，所有的病例都未能精确

地反映我们的本质。

但是，不可否认我们都有神经质的倾向。就像我们当中没有谁能够拥有健康完美的身体一样，也没有谁具备健康完美的情感。讨论身体上的毛病并不困难。人们在相互交流头疼、背痛或肠道疾病时，尤其是在讲述自己的手术时，可以获得一定的快感。只要有同样的时间来细述自己奇妙的身体问题，人们还会饶有兴趣地倾听他人对此的津津乐道。然而，我们很少有人会以同样的激情去谈论情感上的缺憾。我们可以谈论激怒自己的事情、惹恼自己的他人、压迫自己的环境，但是很少有人愿倾吐自身情感上的困惑。现在，心理学日渐时髦。可以预见，我们的后代在谈论人性的缺憾时将会变得更加坦诚。

这并不是说我们应该沉迷于情感上的困惑之中。虽说它们并没有什么令人羞耻之处，但它们也确实没有什么可以令人自豪骄傲的地方。它们只不过是客观的存在。若干年前曾流行过一位精神病专家撰写的畅销书《为你的神经质而高兴》。在前言中作者写道："瞧，我有神经质。但是，我能写书。所以很显然，神经质的人也是能赚钱的。"这本书售卖得很好。从这个意义上看，作者的话无误。很多人渴望发现自己的神经质所暗含的某些好处，所以他们就买了那本书。但是，我们必须明白，为自己的神经质而高兴也就是等于为自己的不幸福而高兴，等于为自己从生活中获得的每一件东西而付出的极高的情感代价而高兴。

我们应该弄清楚，神经质和有神经质倾向存在着很大的差别。我们都有神经质的倾向。就像身体易受某些疾病的侵袭一样，在某些领域中，我们都很脆弱。有些人经常头疼，有些人容易感冒，而有些人吃了某些食物后就会消化不良。比较起来，神经质患者不仅仅是脆弱的，他已经患上了疾病。神经质患者不

是简单地患上了神经官能症，而是神经官能症控制了他。他已被这种疾病占有了。

难以捉摸的"正常"

有点神经质倾向应属于正常之列。但是，有神经质症状就不正常了。我们经常使用"正常"一语。但是，要弄清楚它的确切含义却不太容易。当我还在学校求学的时候，我曾经认为确切地弄懂精神病专家和心理学家们对这个词的理解或许很有裨益。因此，我查遍了手头上所有关于变态心理学和相关学科的书籍索引。令我吃惊的是，这个词从未出现过。我无法相信这是事实。我想，这很可能是编辑人员的疏忽，因为书籍索引的工作常常是由编辑而不是作者承担的。然而，在阅读了大量的此类书籍并且浏览了其他的书籍后，我仍然没有发现"正常"这个词。

听起来，这似乎不大合乎逻辑，因为这些作者讨论的是"不正常"这个话题，而"不正常"的含意就是起源于人们常说的"正常"。我忍耐不住，又立即查找"不正常"和"神经质"这两个词语。立刻，我发现了大量的、甚至可以说是过量的指涉。但是，在这两个词语的意义上，专家们又相互争执不休。我迷惑不解，最后还是放弃了我这私下里的小型研究。

最近，很多人通过引入"调整"这个概念试图辨析出"不正常"和"正常"的含义。此处的"调整"并不是对无法避免的事物所做的哲理上的妥协，而是对肉体注定要承受的痛楚奉行的淡泊式的承受。

我们在临床心理学中像工程师一样频繁地使用这个术语。当一种结构承受了所有的压力依旧安然耸立，它便是被调整过了。我们这里所说的调整得当的人，或是正常的人，指的是一方

面在需要和能力之间他已建立起了合理的关系，而另一方面，在社会机遇和现有的社会约束之间他也实现了平衡。良好的调整指的是一个人展示出的社会能力与社会对他的期望值之间的有效得体的平衡。如果二者能够有效地融合在一起，并使得个人可以从生活和社会中无需付出太大的代价便可获得满足，那么这个人就是"正常"或"调整得当"的人。

正常的人可以提出并追求理性的目标。此处我们所说的"理性"是指经过认真的思索后所形成的追求目标。正常的人对自己的目标会深思熟虑，知道它们应该对己有益。当然，在此经验也起着一定的作用。年轻人可能会树立不切现实的目标，如赢得一场自己极不擅长的运动比赛。对此，我们往往笑而置之，因为此时他并不是缺乏理智。他所缺乏的只是经验。但是，如果一个人长到三四十岁后仍然为自己设立同样的目标，我们就会对他侧目而视了，因为到了这个年龄，他应该已经明白什么是对他最为有益的了。学龄前的儿童或许会梦想有朝一日成为西部牛仔或是消防队员，十几岁的少年希望搭乘航线不定的货船周游世界，成功的商人或许会大谈做个码头搬运工的梦想。这一切都不会让我们感到吃惊和沮丧，因为儿童的理想和成人的梦想属于一回事，而他们的最终决定却又是另一回事。

梦想并不代表不负责任。这些奇思异想的目标并没有让我们真正采取行动。事实上，未能实现这些目标往往比成功更加有益，因为这些失败实际上把我们从灾难中拯救了出来。我们曾多少次地梦想着，"我要是不用为生活而奔波该有多好啊，我要是有100万美元并从此退休该有多好啊。这样，我就省去了多少的麻烦。我惟一的困难就是口袋里从来没有足够的钱。"令人吃惊的是，这种人常常能够实现自己的愿望。但是没过多久，一切就分崩离析了，因为他停止了工作，不再渴望，不再追求重

要的和有意义的目标。

前面我们已经说过，正常的人可以较为自由地追求自己的目标。而神经质的人恰恰相反，因为他不自由，他被这种病态的心理所左右，被内心失控的力量所驱使。这些力量阻挠了他实现或有理智地努力去实现他的目标。在很多的时候，它们甚至阻碍他树立合乎理智的目标。

现实的考验

我们需要进一步地区别“神经质”和“精神病”这两个概念。作为一个专业术语，“精神病”描述的是我们通常所说的失去理性。精神病患者的典型标志是他已经完全与现实脱节。他能够看到或听见的只是存在于想象中的事物，并且往往信以为真。我们将这种现象称作幻觉。同时他也会对周围实际正在发生的事情做出强烈的错误的判断。结果，他不仅遭受着剧烈的痛苦，还很可能陷入极大的麻烦之中。当他看见两个人在一起谈话，他便会猜测他们正在密谋杀害他。在极度恐惧下，他会逃跑躲藏起来。他甚至会主动攻击心目中的敌人，因为他认为只有这么做才能挽救自己的生命。这种精神病变行为当然非常的危险。它起源于对周围正在进行的事情的明显的误解，它与现实是完全隔绝的。

与之相反，神经质患者并没有这样的与现实隔绝。通常，他的行为并不古怪或反常。看上去他与周围正常的人亦无二异，因为他已形成了心理屏障，可以将情感的困惑埋藏于心。事实上，我们也在帮助着神经质患者保守秘密。在日常交往中，我们并不是诊断他人，而是根据我们对别人的感觉作出判断。对于我们喜爱的人或关系密切的人，我们会认为他有维护信念的勇气。对于我们厌恶的人，或是妨碍我们的人，我们将同样的行为

视为顽固不化。在上述的例子中，我们得出的结论基本上是一致的，即在情感上他们僵化刻板。这样的状况是否被接受取决于我们对当事人的好恶。

因此，神经质患者的行为尽管可能会激怒他人，甚至令人不能忍受，但它们也可能受到有关的人士的喜爱。在正常的发展状态下，它并未给人留下不正常的印象。我们原本就不打算受到所有人的喜爱——因为这本身就是一个不切实际的希望。

这样，神经质患者便适应了现实，与现实达成了某种协议。为此，他付出了高昂的情感代价。在这种意义上，他的调整实在是太紧张了。我们很难确定在失去自由之中他付出了多大的代价。只有当他的神经质的要求明显地呈现出来时我们才能清晰地看到它。

这种情况指的是，例如当一个人每次接触东西的时候，他都会忍不住地去洗手。如果他在一天内几十次、上百次地洗手，显然他就没有时间去做别的事情。如果仅仅是由于缺少时间而不是别的原因，他就是一个非常糟糕的人。

这当然是个极端的例子，因为这个人所遭受的自由方面的限制是非常显而易见的。事实上他是被自己的神经质所驱使着。每当他摸过一个东西，他的手就不能再次使用，而他必须对此做点什么，必须将自己从那极度混乱的世界中拯救出来。他可能自己也深刻地认识到了驱使他做出不理智行为的强大的内在力量。他可能也会做出一些软弱的挣扎以使他的行动变得合乎理智，他可能试图对自己说这样的话以调整他的行为，“喂，你知道，一个人会很容易遭到污染的。”但是甚至这样他也可能把他的借口仅仅看作是借口而已。他承认无法管束自己，那些力量已经主宰了他。

这种不加节制地洗手只是一种极端的表现方式。虽然我们

大部分人没有被自己的神经质倾向控制到这种程度，但是没有人能够完全自由地追求快乐，尽管它已被详载于《美国宪法》之中。每个人在其个性中都有一些神经质的因素。

因为我们现在最感兴趣的不是神经质患者，即用"不正常"的标准所称的有神经官能症的人，我们感兴趣的是像你我一样的正常人，所以我们就没有必要走进神经官能症这个大题目之中。我们想知道自己的神经质的倾向，以及我们怎样才能在自身中认识它们。我们还想了解这些倾向将怎样影响我们自由地追求快乐，尤其是以爱的形式追求快乐。

我们可以将神经质常见的形式归纳为以下四种：焦虑、卑微的自我认识、不成熟以及无意识的癖好。现在让我们逐一审视它们。

最常见的形式：焦虑

在某种程度上，绝大部分人所共有的神经质倾向是焦虑。它是一种恐惧，但不像真正的恐惧那样强烈。它是迟钝的、散漫的恐惧，是一种弥漫的、不确定的或不安全的感觉。假设你正在公园里散步，当走到一个拐角处眼前突然出现了一头狮子、一个活生生的真正的狮子。如果这头狮子不是被关在笼子里，你所体验到的就是真正的恐惧，谁不害怕呢？但是如果它只是在动物园的笼子里走动，那么你仍然会感到担心，你会担心那笼子是否结实，如果它跑出来将会怎样。此刻你正在体验着焦虑。

焦虑是某种程度上与现实分离的恐惧。它就像低烧一样。发着低烧你仍可以四处走动、上班下班。有时会有好几个小时你竟忘却了自己发烧这回事。然而它的出现能使你做出比通常体验到的更极端、更过分的反应。同样，焦虑使我们易于做出过分的反应。这是一种长期的、过早的恐惧，过于强调我们遇到的

任何事情可能带有的威胁的一面。它使我们感觉到危险的因素，而这种因素实际上几乎没有或根本就不存在，就像笼子里的狮子一样。这是我们的不安全感的一个主要表现形式。

焦虑源何而生？对此人们创造了很多的理论，其中不乏虚幻的成分。例如，有一位名叫奥托·兰克的杰出心理学家提出，单纯的人类的出生就足以让人焦虑。他发展了著名的出生精神创伤论。这个理论可以被简单地归纳为：起初我们在子宫里都感到非常的舒适，我们所有的需求都能被满足。但婴儿的出生使他被无情地倾卸到这个冷酷的世界里。这个经历就是精神受到创伤的经历，这是一个我们永远无法从中恢复的打击。我们用自己的第一个声音表达对这个世界的感受 —— 一声抗议的啼哭。从那时起，我们确实不可能再试图爬回子宫里。但实际上我们也能寻找到减少并消除出生所带来的焦虑的方法。根据这个理论，焦虑是绝对普遍的现象，没有人能完全摆脱它。

当代著名的心理学家阿尔弗雷德·阿得勒一度曾是弗洛伊德的同事。他认为一定程度上的焦虑是不可避免的，因为在出生之初我们实在太弱小了。最初无助的我们不能为自己做任何的事情，所以只好依赖他人。我们最初的岁月是在轻视我们的成人世界中度过的。他们时而热情、时而冷淡。无论如何，他们总是不能理解我们的。好几年以后我们才能够着大门的把手，然而我们将发现自己并没有足够的力量拧开那个把手把门打开。我们最初的岁月充满了类似的遭受挤压的经历，而所有这些经历都为我们未来的生活留下了焦虑和威胁的阴影。根据我们在早年岁月被人对待的方式，这种焦虑感或被冲淡或被强化。于是我们心中的焦虑感也不尽相同。但是根据阿得勒的理论，所有的人在某种程度上都不可避免地拥有焦虑感。

弗洛伊德提出了一种如今已为我们熟知的理论。它源于这

么一种假设，即我们都是动物王国中的一员。出生时我们仅仅是一个幼小的动物，只具有本能的需求和愿望。他将这种基本的动物式的愿望统归为人性的一部分，并称之为“本我”。正如他所描述的那样，人类的婴儿时期被这些接连不断的本能的需求和没完没了的“本我”所支配。但是在生命最初的几年中，孩子发现了自己并不是独立地生活于莽莽森林之中。他的周围是复杂的人际世界，充斥着形形色色和他自己一样的人。这些人比他更加的高大年长，更远离动物的阶段，更具文明化的特征。他们也要求着他学习他们的文明之举。他们要求他做某些事情，同时又禁止他做另外一些事情。为了使自己的需求得到进一步的满足，孩子感到必须接受他们的方式。

通过这种方式，我们每个人都加入了文明的圈子之中。我们加入了这些曾对我们施加各种压力的人们构筑的圈子，或者是使自己与它们认同。而且我们也养成了一种意识，即我们必须接受他们的规则。即使我们的身边没有他人告诫着我们的举止，我们也会时刻进行自我规范。我们控制着自我的愿望，统治着内心的“本我”。这就是弗洛伊德所称的“超我”。

于是“超我”逐渐地对“本我”实行了控制，但是它永远也不能彻底地消除这些不安分的动物性因素。于是它给我们留下了两者之间的恒久的冲突。我们内心的这长达一生的战斗引起了阵阵的狼烟，而它们就是我们的焦虑。在每一场的战斗中总存在着这样的威胁，角逐的任何一方都不可能大获全胜，不可能完全操控对方，即或是“超我”剥夺了我们对深切愿望的满足感，或是“本我”驱使我们走向犯罪，因为从我们的早期岁月中我们已经明白了“本我”的这些愿望大部分是不为人类社会所接受的。

于是，根据弗洛伊德的理论，我们也无法避免产生焦虑的那些早期经历。

儿童时期好多普通的经历可能会加剧人们日后的本能的焦虑。仇视、负罪、焦虑这样的综合体是成长岁月中常见的现象。我们爱自己的父母，但当他们剥夺了我们的愿望时，我们就很愤怒，甚至想把这极度的敌意表达出来。于是，因为爱他们或害怕失去他们的爱，我们产生了犯罪的体验。它反过来又生发了惩罚的需求。为了洗清我们的罪孽，而且我们会为将受到何种惩罚而心惊肉跳。父母可能会向我们施加压力。即使他们没有那么做，生活本身以及我们自己的成长历程也将把我们推到了新的环境之中，例如学校和朋友。我们始终被从安全舒适的现实成长阶段中推向下一个阶段。我们不得不首次经历新的环境和人，做出决定并逐渐自我承担更多的责任。

生活中还会发生很多纯粹意外的事故，如被锁在壁橱中、丢失在超市中或突然遇见狂吠的狗。我们看见他人受到伤害、父母或伙伴生病或亲人不幸病故。所有这些偶然的经历都给我们留下了容易受到伤害或恐惧的创伤。

奇怪的是，并不是所有的人都这么过于焦虑。活着本身就是不安全，活着本身就是一种冒险。虽然我们仍很幼小不能应对这种威胁或具备哲学上的达观，但我们已经认识了它们。

我们没有被自我的焦虑完全压倒的另一个原因是，我们学会了应对它的办法。我们联结成各种各样的社会群体，不管是组织严密的还是地理位置近便的。我们将自身与同伴视为等同，并感受到在团体中单个的自我的延伸。我们也享受着团体的保护。不管发生了什么事，我们都不必单独地面对它。家庭是这样的一个群体，童子军、乡村俱乐部、邻里、民族都是这样的群体。各种团体或有大小的不同，但都能满足各种需要。

除了各色团体，我们也通过聚集财富减轻自我的焦虑。财产和地位都支撑着我们战胜可能降临的未知的灾难的威胁。更

加珍贵的并且需要非常特殊才华的是完成伟大的富有创造性的表达。对艺术家来说，完成一件艺术品就是一种宣泄，是以规范的可接受的艺术形式的宣泄，而且它常常具有驱散焦虑的效果，至少是在一段时间内。这种解决焦虑的方法不仅仅为艺术家独享，我们所有的人都可以参与，因为当我们观看他的戏剧或绘画，或是聆听他的交响乐、阅读他的小说或诗歌时，我们的一部分审美反应就是我们自身的一部分焦虑的发泄。古希腊悲剧和莎士比亚悲剧之所以流芳百世就在于它们带给我们的精神上宣泄的力量。

最后，我们通过找寻爱来和缓我们的焦虑。我们怎样把自己的焦虑带到爱中，以及我们怎样成功或失败地运用爱使之和缓？下面我们将作更完全的论述。

自我形象与失败的耕耘

在成长的过程中，我们逐步形成了自我意识以及自我意识的影象，即自我形象。我们不但认识了自己是谁，也形成了自我的构想。这种意识一直贯穿于我们焦虑的岁月以及体验的各种经历。由于当时太小、依赖性太强，我们常常铸下错误，发现自己很多时候明显不被人喜爱，并且很多时候不能满足他人对我们的期望。我们开始相信自己实际上是相当糟糕的人。我们容易接受父母和周围的人们对我们的看法——缺乏能力，不值得爱。由此，我们形成了糟糕的自我形象。这是第二个常见的神经质表现形式。

将卑微的自我认识表达出来的一个方式是使之得到验证，或自我耕耘失败。这看起来似乎有些矛盾，但我们必须记住，如果失败是贯穿我们成长岁月的一种方式，那么我们就必须作出调整以适应它，并且通过调整我们已经接受了它。失败就是我

们的标准。它是我们熟悉的，因此也是令人舒适的。其他的任何事情都是陌生的，因而可能是可怕的。

于是我们看到很多人在成功唾手可得时却好像有意回避，将之抛弃，把成功变为失败。我记得有一个高三的学生，他在学校赢得过两项大奖，但始终通不过语言的测试。他是个聪明的学生，所有的学科都取得了好成绩，可是西班牙语偏偏开了红灯。那种水平的考试只需死记硬背就能过关，而记忆是他的强项。他不能通过西班牙语考试真令人难以置信，除非他自己"想"要失败。如果我们从自我形象的观点来审视他的表现，即只有失败才舒服，那么我们就不难理解他的行为了。他失败了，因为他"想"失败，虽然他有能力但也不得不失败。

无价值感表达得越明显就越会导致人们采取相反的行为。驱使当事人本人反击自己的不良的自我形象，则压力越大成功的可能就越大。我们的身边不乏很多被不断袭来的难以抑制的驱策力的推动而赢得成功的人。他们必须成功，他们必须一次又一次地证明自己。他们对别的任何事情都没有时间也没有兴趣，他们甚至没有从自己的成功中获得多少乐趣。那种深深的无价值感仅仅被暂时和缓了。这仅仅是贪婪；"好像食欲的增强依赖于所喂之物。"无论有多少成功都不能让他满足。

还有另一种应对方式，那就是完全从这场战斗中撤退，远离他人和他们的要求以及自我感觉不能胜任的所有要求。最常见的退却形式就是生病。对于很多患有心理压力引起的慢性疾病的人们，这就是内心深处无意识的原因。他们的确在生病，他们没有虚构或幻想这种疾病。他们的身体有病，并且他们也遭受到真正的疼痛并真的失去了某些能力。但是这是为他们无意识的需要服务的。疾病使他们找到了借口，他们不再需要努力去做那些他们深深感到自己难以胜任的事。这也给他们赢得了世

人的关切和同情。

当然,这样自我贬损地展示卑微的自我意识的方式不可常取。在国际事务中有一种"外交生病"。人们会恰到好处地生病从而免除参加某些会议或参与某些事件。这就比较圆滑地避免了此类的事情。毫无疑问,在我们的身上一直都存在着此类外交疾病。但如果它们出现得过于频繁,我们就有理由怀疑自我形象的品质了。

儿童时期行为方式的保留

我们经常使用"不成熟"这个词,但它通常被用于批评的场合,而不是医疗诊断之论。当这样或那样的不成熟持续到成年时期,我们一般不会注意到这些,除非它们令人恼怒,或阻碍了与他人建立的关系和生活中的大事。我们都保留了一些像儿童一样的行为方式,而且有一些即使能够放弃,我们也不应该放弃。我们需要儿童时期对游戏和娱乐以及胡闹和幻想的热爱;我们需要不时地能够不受管束,干些傻事,只要它们不使我们丧失基本的人格。

但是,有些不成熟的形式令人苦恼。它们是神经质的标志,是无意识的力量,限制我们的成熟和追求幸福的自由。

人们熟悉的并且对婚姻极具破坏性的一种方式就是像儿童一样的不能前瞻,不能看到并追求长远的目标。在儿童时期这种现象显得非常自然。学会将本周的零花钱节省起来等到下周再用甚至对十几岁的孩子都是件很困难的事。小孩子几乎不能接受母亲的规定,把别人给他的棒棒糖留到午饭后再吃。学会延期享受是成长的一个部分。成年人的生活中很多是和计划和工作有关的。我们的很多思想和精力遵循的模式是现在付出以后享受。爱情和婚姻中的伴侣若不能以成年人的水平合作就会

导致他们间关系的毁灭。

不成熟的行为可以被概括为只想索取而不愿给予。儿童对给予知之甚少。我们如要求一个孩子与他的伙伴分享糖果，他可能会直截了当地拒绝，或者很不情愿地去做，因为这是我们的要求，而他只是想让我们高兴起来。他对自己的欲望和快乐最感兴趣，并受此支配。只不过后来，而且非常缓慢地，他才开始意识到别人的愿望和需要。再后来他对有助于他人的满足和快乐发生了兴趣。

以这种意识到他人的感觉就像学会用我们的眼睛去感知世界的深度和长度一样。我们有两只眼睛，这为我们提供了两条视线，或者说是对深度的视觉。但是我们还需要一段时间把这培养成一种感觉的方式，还需要更长的时间精确地判断出长度。对婴儿来说，他所看到的一切都在可触范围之内：他不加区别地伸出自己的手去摸自己的脚或床头的玩具。仅仅靠经验，靠四处活动或触摸东西，靠不得不摸摸近处的这个东西或远处的那个东西，他才能培养出立体感知力。

以同样的方式，儿童明白了别人有和自己一样的情感。他从玩伴那儿看到了被掐伤的意向。在某点上他学会了给予别人快乐能带来快乐。当然这是迈向成熟的一大步，尤其是迈向爱的成熟。

还没有跨越这一步的人仍然停留在儿童时期的爱的水平上。他们只会接受他人的爱而不能给予他人自己的爱。

无意识的高速公路

第四种神经质的表现形式是无意识的需要或执着。就像不成熟一样，这也是一个含义广泛的词汇。它表示从发育的早期阶段一直保留的诸多孩子似的或不理性的需要。我们都有一些

这方面的需要，而它们在某种程度上都会剥夺我们的自由。

这些内在力量限制我们的方式很像当我们驾车行驶在高速公路上成为平稳的车流中的一员所受到的限制。我们不得不继续前行，不得不保持同样的速度。这也许是一个迷人的春天，路旁盛开的鲜花吸引着我们的眼神。虽然我们很想停下来欣赏它们，但我们不得不继续前行。

对于被无意识的力量驱使着的人们来说，生活亦是如此。除了在他们惯常的行为方式的狭窄范围内，他们不能去爱。

例如，一个人在成长的路途中带有非常强烈的强迫自己永远正确的需要，然而他完全没有意识到这种需要的存在，也没有什么事件昭示出这种需要的存在。他确实也追求真理、公正和万事精确的价值，毕竟哪个自尊的人不是这样的呢？他从来没有看到自己不得不永远正确。这一直源于他所坚信的一些问题的重要性。他没有看到，不管事件的大小，他一直是每个异议的中心。

由于早年铸下的过错、惩罚的威胁和能力的缺憾不断地浮现，人们往往会产生一种莫名的感觉，以为人生的途中若迈错了一步就足以降低自己在世人眼中的地位。犯下一次错误就足以暴露他的真实面目，恰似一美元的钞票使得百万元劫案露出了马脚。很少有人完全承认自己对世界的不信任，也没有人完全承认自己脆弱的形象——这倒不是因为他不诚实，往往他并没有意识到它的存在。

维护自我正确的形象绝大多数时候是无意识的，而且正是出于这个原因，我们的自我判断与其说是真实的倒不如说是片面的。当出现了交通事故，我们总归答于他人没有及时发出信号或错误地转了弯。反正这从来不是或很少是我们的过错。对很多人来说，他们的人际交往也遵循着同样的道理。每一个四

痕、每一次刮伤都是别人的过错。他们就是不能从自我一贯正确的高速路上走下来。

缺少自由是神经质倾向最无法抹却的痕迹。不管其具体表现形式如何，它最常见的结果是，我们为实现自我的最大利益而采取的行动的自由受到了限制。焦虑和卑微的自我认识、缺乏成熟以及无意识的执着协力影响了我们的爱的质量，其程度不亚于对生活质量的限制。更深层地审视这种被奴役的日常表现有助于唤起自我的解放。

第十章　神经质的爱：它的日常表现

毫无疑问，存留于我们行为中的神经质因素会贬损我们的爱的品质。但是，它并不能把爱从我们的生活中磨除。认识这一点非常重要，因为我们常常会产生这样一种浪漫的遐想——如果某种关系不能满足我们的期望，它就不能被称作爱。

被吸引、坠入爱河和发展依附关系都是人们生活中难以避免的事。某些爱及其某些发展阶段确如故事中描写的那样绚烂，而另外一些则显得和生活本身一样的平淡无奇。究其原因，当然是因为我们就是爱的主体。确切而言，我们极大地影响了爱的特性。

在苦恼的人际关系中我们可以很容易地发现这一点。人们常说，"但这一切并不是因为我有什么神经质倾向，这样的麻烦都是我所钟爱的人惹出的。她（或他）是这样的……"紧接着便是他（她）所详细罗列出的心中的各种抱怨。这种回答可以让人立刻产生舒服感，但它不可能改善人们之间的爱的关系，因为如果一个人坚信自己不是破坏者，他就不需要改变自我，而至于他所钟爱的人，他又无从改变她。当然，他可以做出一些努力的尝试。于是这样的两个人每人都希望对方能变得更好、变得更有爱心，而他们自己心中却不愿意为彼此所犯下的错误稍作修弥。

尽管当事人都怀有对对方缠延甚久的不满，但很多的关系还是持续了下来。

这不是我们梦想中的或努力追求的爱。但是我们为之付出了努力吗？我们没有认识到，我们神经质的因素常常将我们的爱从愿望的表达变为需要的表达。我们梦想着一件事情，却对另一件事起着作用。每个人都想变得美丽、温柔和善解人意，但是我们神经质的需求很容易霸占我们用于接近生活的注意力和精力。我们缥缈的愿望很快就好像与我们的日常行为几乎毫不相关。它们从现实生活中被挤了出去，再次成为我们的梦想并回到我们自由的大本营中。工作、日常惯例以及不满很快充斥了我们的生活，爱好像永远不能完全实现。

造成这种不幸福结果的第一个原因便是选择本身。这种选择是由处于调整边缘的人所做出的。有一种颇具讽刺性但又常常非常有效的说法是物以类聚、人以群分。在浪漫的外表下，这可能是一个神经质患者对另一个神经质患者的呼唤，它使两人走到了一起并结合。他们不是以自己的最佳利益、最稳定的价值和趣味作选择的依据。他们受制于源于内心最强烈的最不能控制的力量。他们找到对方并相互依附并不是出于愿望这个奢侈品，他们只不过是情不自禁。

例如，一个人觉得必须不断地在他人的眼中证明自己。被这种需求所困扰的人可能很容易被驾驭走上两条道路。他必须赚取百万美元，他必须被最漂亮的女孩子看见。这样一个单身的年轻男子总是与最有吸引力因此也是最有名气的女孩子们约会。一个女孩子越有名气，越被其他男子热烈追求，他就越要追求她。在每一次约会的时候，他所选择的女孩子总是那最难相约的一个，因为她的约会总是被排得满满的。

或许他最终要和其中这样一位理想的姑娘结婚。从此他不

得不为之辛苦奔波。一年后，他终于成功了。他打败了所有的竞争对手得到了她。但是从他拥有了她的那一刻起，他失去了兴趣。她不再那么的迷人、可爱，他甚至对她不再有身体上的欲望。

他没有认识到的是令他感兴趣的并不是她本人。他的目标是那些追求她的男人，他要与他们竞争。他颇有几分懊悔地承认，在为赢得她而奋斗的那年中，他度过了自己生命中最美好的时光。如果他能够不断地结婚，他就会是一个快乐的人。追求其乐无穷，而结婚是场悲哀的错误。

显然这位年轻人没有享受到他选择理想中的女人的自由。他被与其他男人竞争的神经质的需求所驾驭，而不管他们竞争的是什么样的女孩子。当他赢得这场比赛以后，他仍然不能自由享受他的胜利成果。神经质的需求不是出于我们的最佳利益。即使当我们满足了它，它也不能满足我们。直到他进行下一场类似的竞赛他才能感受到快乐。

他赢得的这位迷人的年轻女子也正是以她自己的方式被自身的不能控制的需求所驾驭。在她的恋爱时期，她没有认识到未婚夫的最大的快乐就是炫耀她，而且他们很少单独相处。似乎很奇怪的是，当环境最后真的把他们与他人分开时，他常常并不开心而且牢骚满腹。他的礼物总是非常的昂贵，甚至昂贵到令人颇不自在的程度，但是他们从来没有敏感地认识到对方的真正需求或相互理解。

她喜欢被人炫耀，喜欢别人为她而战，喜欢被当作某种特殊的东西而对待。一旦她属于了他，她的被人注意的巨大需求就被忽视了，而且它很快成为痛苦和失望的源泉。

另有一则例子是关于一个背景普遍的年轻女子和一个迷人的、英俊的男人的相爱。这个男人是个才华横溢的健谈者，而且

有几百个朋友。她知道他的过去:他曾结过三次婚,至少还有六次差点儿结了婚;他欠每个人的钱,包括她自己。她的朋友们提醒她,这个男人一直在拖延他们的婚期。尽管其他的每个人都觉得从一开始这个婚姻就注定要失败,她还是直到和他结婚了才感到满意。这是个很会交际的人,就是说他有上百个或更多的朋友,但是他不能维持几个关系密切和交往更深的友谊,而且他确实不能维持和一个人的爱情关系。

对于这个年轻女子来说,他是迷人的。同样,对很多其他人来说,他也是富有吸引力的。大多数人之所以接受了他是因为他表现出了很多可爱之处,但这只不过是表面现象。一个被她自身神经质的需求所驾驭的年轻女子想要的更多。在他身上她看到了受人欢迎、被人接受、迷人、机智,所有她觉得在她平凡的背景中被剥夺了的富有魅力的品质。这个男人代表着进入了一个辉煌的新世界、一个满足的梦想世界。由于被这些需求所驾驭,她让自己的注意力从一个女人不可避免的愿望中转移到这样一个男人身上。后来,爱人的人缘演变成嫉妒的源泉,他的喜爱社交滋生出她被拒的感觉,他的诙谐变得油腔滑调令她作呕。

如果你仔细倾听男人或女人对婚姻的看法,你经常会发现在对未来伴侣的描述中他们流露出的不是爱而是神经质的需求。"等待,直到你遇上她,"一个有情人说,"她是如此的甜蜜,如此的令人愉悦,她从不会说不,再也没有比她更大方的女人了。"也许事实可能确实如此,那么他就找到了一个真正富有爱心但却放弃了本性的难得的女孩子。

或者他可能在告诉你,他找到的不是自己所爱的人而是可以控制的人。这个令人愉悦的姑娘从来不说"不"并不是因为她真的这么富有爱心,而是因为她完全是被动的,她的所有想法都需要有人替她去做。另一方面,这个情人不明智地寻找的不是

终身伴侣，不是令人鼓舞、使人满意的可以与之共同生活的女人，而是一个将永远不会反对他的人，永远不会和他一较高低的人。他是个非常没有安全感的人，即使是最微不足道的反对也会让他深感不安。他可能已经找到真正可爱又富有爱心的人，或者他可能找到的只不过是这样的人，她受爱人支配的需求和他的支配他人的需求以及随心所欲的需求正好吻合。

当然这种选择可能会有结果。当神经质的需求相互吻合时，婚姻可能虽不幸福但却能维持下去。两个当事人可能会相互依附终生。这并不是因为彼此不爱对方，这只不过是他们之间的爱已被他们神经质的需求所控制，并表达出了这种需求。这种爱对人并不十分有益。这不能使他们幸福，而是使他们自身的错误得以生存。他们的关系给他们继续培养神经质的需要和缺点找到了一个最好的机会，而不是治愈这种需要和缺点。

很多人没有意识到他们一直在寻找的妻子是能成为自己母亲的女人，是一个善于持家能服侍他让他舒服的女人。沙发枕头永远没有凹痕，烟灰缸洁净无瑕，账本上总是收支平衡，他的衬衫及时被清洗，他的西装熨好后又放到柜子里，这一切都不用他动一根手指。可是他的婚姻里就是没有幽默，没有欢乐和惊奇，没有使人际关系深为满意所需要的给予和获取。

这样的男女可以永远保持婚姻，但是他们关系的中心并不相互围绕。每个人都遵循机械的生活机制。她使得机器开始运转，而他享受从中带来的便利。这种安排满足了每个人神经质的需要，却无法实现他们梦想中的爱。

事态就这样的发展着。我们以为自己的选择真正与己有利。一个人的神经质越强烈，这些神秘的力量就越有力地驾驭着他。它们不仅持续不断，这些需求在无意识的层面上起着作用，结果我们智慧的审视并不能于之有效。这些需求大多是我

们早期生活方式的残渣。戒掉这些习惯要比满足它们对我们更加有益。任何缺少它的婚姻并不是为了满足爱，而是为了减少焦虑。

沉溺于神经质的需求无异于让自己的过去敲诈我们。不仅对爱情和婚姻的选择暗藏缺憾，我们婚姻的本身也同样饱受伤害。

神经质的需求破坏了婚姻

并不一定只有神经质患者才能对其个性投下神经质的阴影。并不一定只是被精神病控制的人才会做出导致毁坏爱的行为。

我们深深地陷入自己的行为方式和习惯之中，而这些习惯最显著的表现特征就是它们非常地普遍，非常地熟悉，因而我们甚至没有意识到它们的存在。真正的神经质患者可能会用新奇的方式表达他的精神病症。我们前面讨论的那个无法克制自己洗手欲望的人就是一个显著的例子。但是其余的人身上也出现这些不可抑制的、神经质的以及常常没有爱心的行为方式可能并不新奇。

现在让我们看一看一个对自己的爱情质量以及婚姻状况不满的男人。他不知道这一切都是为了什么。他不能够或者可能他没有努力去发现自己的缺点对爱情产生的影响。但是他能看到伴侣的过错。为什么她就不能更多地考虑我的需求？为什么她就不能对我们的社交生活少些感情用事？他觉得自己在外努力工作，回到家里疲惫不堪，喜欢舒适并无大碍。如果他热衷于对她吹毛求疵，他就会把这看作是她的无可非议的过错，这根本不是什么牢骚。他甚至承认他最憎恨的事情就是发牢骚。

他的妻子也许也遵循着这种生活模式，并以同样无意识的

牢骚满腹的方式回敬他。她觉得自己所有的愿望只不过是想得到他的爱，依照她心目中的方式的爱。她只需要各种各样微小的关心，如他不断的赞许，他不断的支持和不断的安慰。

显然，他们站立于一条导致冲突的道路上。他们可能真的很爱对方，在某种程度上可能真的建立了强烈的有益的情感。但是他们陷入了一种相互不满的自我设定的框架之中，而他们却没有意识到这一点。他们两人都允许一种尚未认识的神经质的需求控制他们的关系，而这种关系实际上不必被这么严厉地控制和玷污。

不错，这位丈夫需要妻子对他追寻舒适的理想做出一番细心的考虑，就像他过去常常看见的母亲曾给予父亲的那样关爱。他的父亲过去也时常需要这样的关心，而他的母亲顾及到了这一点。现在她也以同样的方式照顾自己的儿子。他的这个需求已植根于他的个性之中。但是这不是他全部的个性。

同样，这位妻子也显现出一定的不成熟。在自己的欲望未得到满足之前，她往往不会停下来考虑别人的意愿。如果朋友们今晚叫她出去共进晚餐，她偏偏不会想到先征求一下丈夫的意见，因为她想接受朋友们的建议，而他可能会说不，这样她的愿望就会被剥夺。这是幼稚的以自我为中心的行为。这种行为常常源于被爱和被赞许的需求。无论她做什么，它常常和其他幼稚的特点相结合。

发牢骚当然是没有爱心的表现。在这样熟悉的方式中，伴侣们基本上是在抱怨在他们相互的依附关系中没有实现的需求。谁都不愿向对方妥协。

丈夫对妻子的爱是通过认识她不安全的情感和满足她的需求、安慰她而实现的。妻子对丈夫的爱是通过接受他想要被照顾和享受舒适的想法在实际上给予更多的考虑。

这并不是说，为了满足自己的欲望伴侣就必须走向极端相互利用。每个人都带有轻微的神经质缺憾，都会不明智地想让对方接受自己的本来面貌。我们都有这种缺点，但是我们也有其他的长处，从中我们多少能容忍一点别人的神经质倾向。

我们很多人逃避使用自己的情感源泉。我们恋爱结婚后就忘却了人际关系是一个需要相互关心的生活历程。我们不知不觉地又回到了结婚之前对自己、对自己的欲望的熟悉的思考方式之中。在无意识中，我们对自己在婚姻中的神经质需求放任逐流，而同时对我们伴侣的需求却充耳不闻。

一些没有爱心的方式

这种思想在有些人的行为中暴露无遗，而同时他们自己却视而不见。他们找到了自己作为情人的真实角色的极佳代替品。他们恋爱并结婚，但是强大的内在力量迫使他们最初形成的不是相互之间的，而是和一些代表减轻他们自身的焦虑的目标的依附关系。他们在情感上不能自由地放松并享受爱的温馨，他们必须减轻自身隐约可见的恐惧所带来的压力。于是，这个我们熟悉的女人拥有了一座漂亮的房子，精心地照顾她的孩子，积极参加父母教师协会、社区慈善事业和其他很多令人钦佩的活动，她赢得了人们的喝彩。表面上这减轻了她的焦虑，甚至她的丈夫也自豪地发现她是这样的一流公民。但他不能理解为什么他就享受不到婚姻应带来的快乐。

对于这一点，流行着一种十分男子气的说法：这个竭尽全力迎取爱人芳心的男人在婚后也会竭尽全力去赢得其他的东西。他非常迫切地向爱人求婚：他把所有的注意力都集中在赢得她之上。但是当得到了她之后，她更似银行里的存款。他继续着更一步的征服，但那不一定是其他的女人。他扩展自己的业务，

买下更加昂贵的房子，度更奢侈的假期，以每一种可能的方式去提高他的地位和社会重要性。

他的妻子可能只是把这看作是生存的拼搏而没有意识到所有这一切，因为她正享受着他的成功所带来的好处。她有了貂皮大衣，有了钻石手镯，而这些都是爱的外现。同时，她也确实建立起了伴侣关系。她管理着他越来越大的家业、为他生儿育女、参加妇女慈善活动、同时欣然穿上他买的貂皮大衣、戴上钻石手镯。她也许在心中恍然若失，她也许怀念往昔的恋爱时光，但是她仍然使自己令人仰慕地忙碌着。毫无疑问，她享受着所有这些地位带来的快乐和物质带来的舒服。

然而，突然间孩子长大了离开了家。他们共同生活的强大的凝聚力实实在在地消失了。他们的房子好像变得空旷起来了，他们的关系变得疏远了。大约就在这时，丈夫开始有点儿挑剔自己的妻子。她比他记忆中的要老多了、胖多了、整日无精打采，因为他已好久没有真正看过她了。妻子以同样的心绪开始仔细考虑这个事实，他是不是个很好的伴侣。他也变胖了，头也开始秃顶了，他几乎对剧院和艺术完全丧失了兴趣。更糟糕的是，他简直不把她当回事。

这两人开始时相亲相爱，而在生活的路途中他们又共同促成了爱的丧失。在自己的神经质焦虑的无情压榨下，他们变成了传统社会习俗的奴隶。社会性的要求似乎比他们之间的关系更加重要，它最终毁灭了发展他们最初看到的依附关系的潜力。

这种事件的发展过程很容易使之成为指责和议论的焦点，但无论是他人的指责还是议论都没有抓住问题的本质。尽管大家非常熟悉这种模式，但是最让人震撼的在于我们不愿、不能认识自己遭受的痛苦或为驱散焦虑而设立的不充足的目标。这种行为复杂的机制很容易占据了我们很多的思想、时间和精力，将

我们更为纯洁浪漫的兴趣逐回梦想，将我们常对爱的表达赶出我们的生活。

阴魂不散的幼稚

就像焦虑能玷污我们的行为，剥夺我们的爱一样，阴魂不散的幼稚心理也会导致人们做出不合适的反应从而使爱离我们越来越远。有些男人在婚姻中对女人有所保留而不敞开心扉，仍然保持着童年的习惯，努力把自己从不离左右的、过于焦虑和盘问不止的母亲那里拯救出来。对一个富有爱心的妻子来说，要打破这种不信任也许是很困难的臆见事，但是如果她认识了这个问题，并把它看作是她所爱的丈夫的一部分，她也许能帮助他克服这种不信任感。有些女孩的母亲掌管着一切家政，并且她的父亲允许母亲这么做，对这样的一个女孩来说，妻子的形象就是一个像她的母亲那样占据支配地位的女人，而这也许就是她的未来。或许，她的丈夫发现要克服这种形象非常困难，但是如果他认识了这种危险，并把他的妻子看作仅仅是妻子而不是自己的老板，她也许真的就会领略到他的爱和力量。

当然，我们并不能保证缺乏信任的丈夫和具有强烈支配欲的妻子一定可以被改造成一个克服掉神经质倾向的、更富有爱心的伴侣。但一般说来，这些表现并不是什么强劲的神经质性的驱动力，它们仅仅是一种倾向，而倾向是可以受到鼓励或劝阻的。我们可以让庭院里杂草丛生，我们也可以除去杂草、种上美丽的鲜花。

事实上，情况并不像听起来那么简单。我们身上淤积的坏习惯对我们有着强大的控制力。其中最常见的一种显现就是我们惯于让即兴而生的欲望强压在我们的心头。例如，我们可以思索一下对时间的安排在我们行为中所起的重要性。

只要我们稍具生活经验我们就可以发现，当我们注意了适当的时间和适当的方式就可以向任何一个人讲述任何一件事。然而，很多人虽说在公众场合中对此非常的敏感，但在私人的关系上，也就是我们最重要的爱的关系上犯下了致命的错误，忽视了这一点。为什么会这样呢？

这又是一则依据神经质模式行事的例证，人们把幼稚的行为延续到了成人时期。孩子往往习惯于先做事而后再考虑它的后果，因为他被自己的情感、即兴的愿望和成功的期盼控制了。他不能把事情推迟到一个较好的时机，或把自己的思想以较好的形式表达出来。他不能停下来先想一想自己的行为将怎样的影响他人。他还没有学会尊重别人的情感，或者从他人的观点考虑问题。他所知道的一切只有他自己。

对于孩子来说，这很正常。这也许会引起诸多的不便，激怒他人或令自己窘迫不已。也许这还会使孩子陷入困境。但是我们仅仅把这看作是孩子式的行为，即使我们可能觉得必须对这个孩子进行指责或惩罚，让他知道他应该怎么做事。

可是，若换成了成年人，孩子式的行为就不再可以原谅了。这种幼稚的行为是不适当的。这是神经质模式的一个部分。这显示当事人缺乏接受成年人责任的能力。以这种孩子式的方式得到他所想要的东西在生活中是不现实的，而且常常会导致自我失败和严重的后果。至少，这是一个被宠坏的孩子式的不可爱的行为。

酗酒者、赌博者、或者任何一个强烈地追求对自己特别重要的某些满足感的人的行为方式可能是非常相似的。这样的人主要关心的是他们自己，而只关心自己的人对他人就不甚敏感。他不可能在全神贯注地追求自己的愿望的同时也给予他人很多的考虑。

即使是偶尔的顺从，将事情做得更好的承诺，献上奢侈的礼物和做出爱抚的姿势也仅仅是一种抚慰而已。它们的目的是平息爱人的恼怒，是为了摆脱异议和可能降临的灾难。但是在任何时候，尤其是在他的愿望被阻止或否定的时候，他会变得勃然大怒或发出呜呜的自怜。有些男人在就寝时如果遭到疲惫的妻子对他们性要求的拒绝，他们就会表现出这种幼稚的反应。很多的妻子对丈夫不愿为她们额外的支出负担时也表现出同样的幼稚行为。在这两种事例中，成年人的反应并不比孩子的反应更好。他们自己提出了过分的愿望，并且不能好好地予以处理。拒绝、拖延或折衷与他们的习惯反应相去甚远。对此他们毫无兴趣。

通常我们将这种幼稚性行为称为孩子气或以自我为中心的行为。确实，一个人若要关心他人就必须彻底摆脱对自己利益的缠绵。令人愉悦的关系需要一定的自由，需要舍弃一定的个人利益，超越一定的个人的利益。如果我们自身存在着一阵阵不能关闭或降低的单调的嘈杂声，我们就不能与他人相爱，就不可能识辨出爱人敏感的需求和欲望。

情感上的羁绊

另一个阻碍人们获取自由的爱是卑微的自我认识。正如前面所描述的那样，在一连串伤心经历的打击下，人们在步入成年时常常心存卑微感，对自己的能力缺乏信心，并不断地为这种自我意识所困。这种成长历程的伤痕通常表现为两种类型：他们挫伤了我们的自信心，限制了我们的能力，或使我们对痛苦的早期威胁和受伤害的经历依旧敏感。

无论哪种情况，其结果是我们在情感上不断地将自己绊倒。我们自讨苦吃，不能完全摆脱自我意识，不能关注他人或依附他

人。如果一颗灰暗的心曾经确实赢得了一位漂亮的姑娘，他也只能将她当作护士或母亲。爱受我们给予爱人的一切的反哺。自认卑微的人都愿意成为被施舍的对象，而他们并没有认识到，他们建立的只是一种依赖性的单向关系。

这些悄然溜进并玷污了我们的爱的难以捉摸的神经质倾向是很难消除的，因为它们不仅持久不衰，而且也依照了他们无意识的需求得到了进一步的发展。确切地说，我们不能认识自身的这些神经质倾向。女人不把自己看作是柔弱的，或更通俗地说，她不把自己看作仅仅是穿着长裤的女人。她努力追求的一切都是有益的。她不相信自己已经夺去了丈夫在家里应发挥的很多作用，已经把他赶到了一个只是显得很不胜任的位置上。事实上，她对丈夫所提的要求在客观上颇似侵略者对他国所提出的要求一样：海岸线与内陆。

早在缔结良缘之前，爱情就显而易见地因情人的一方或双方的某些反复无常的有害行为模式而颓然变色了。有时，他们竭力忽视这些鸡毛蒜皮的小事，并把它们融入彼此更为健康的关系之中。不久，他们理智的行为开始让步于持续的、令人迷惑的无意识神经质倾向。“我们这是怎么了？”困惑的情人们相互问道，“现在我们为什么会这么经常地伤害对方？爱的存在无庸质疑，然而我们似乎不再能从中感到乐趣了。”事实上，我们自身拥有很多无法意识到的需求，它们贬损着爱，不能与爱共存，它们经常从我们良好的愿望身旁悄然而过，驱使着我们做一些后来令我们懊悔不已的事情。

我们常常无法认识到，在我们的成长历程中有一种未曾满足的无意识的需求相伴，它要求我们测试从他人身上享受到的赞成和爱。这使得我们好像仍只有6岁，不知道我们还想要更多的什么东西：是爱或是固执己见。6岁的孩子仍然把这些愿

望看作是不能妥协的，而他同这些愿望的冲突带来了他的烦恼。一会儿他索取他人的爱，过一会儿他又通过违令的行为来测试他的固执己见。在一顿顿的训斥和惩罚中，他开始怀疑在别的时候得到的爱是否真切。有些人永远也超越不了这个阶段，不断地怀疑自己所承受的爱。如果我们的这种需求非常强烈，我们就不会以易于发现爱的方式来寻找爱。我们不明智地对爱人课以难以接受的行为，然后又像对待犯人似的对她严加拷问，以此来发现她的真实情感。

有时候，就像我们通常所知的那样，人的最显著的无意识需求与爱并无直接的关系。然而它可能对爱产生持续的有害的影响。由于早期深刻的被剥夺的体验，一个人可能会不明智地生活在惟一的座右铭之下：对事物的拥有比爱更安全。也许他没有给自己留下足够的时间去培养那些复杂的事情，以此建立与某一异性的有益的关系。他垒筑起的物质财富的堡垒使得他逃避了世人的伤害也躲避了女人的伤害。但他没有看到的是，最佳的爱是不需要屏障防御的。结果是，他的爱如同生活中其他的事情一样依然时刻高度戒备着，因此它是不完整的，而且经常遭受玷污。

所有这些欠缺的爱都有相同的悲剧性的特征。热切的希望让步于冲突，失望和失败。这些人并没有什么邪恶的理念。他们主要是自身不容易认识和控制的内在力量的无辜牺牲品。他们也许是有相当成就的一流公民。人们喜欢与他们相处。这使得整个事件更加令人迷惑不解。一个人私生活和最深层的依附关系怎能被隐藏在社会成就表面之后的不和谐所困扰呢？

答案其实非常简单。我们学会了生存的规则并依此行。社会很少对我们提出像自律的那么高的要求；更重要的是，社会的要求是明确的，而我们并不能确切地知道在各种最亲密的关

系中我们到底想要什么？我们的头脑中刚刚萌生出一种欲望，我们的心中就感觉到不舒服和负罪感，更不用说那些我们觉得应该去实现的需求。相形之下，更为单纯的社会关系通常并不涉及这些个人内在的困惑。社会的节奏简单清晰，要跟上我们内在需求的更加急迫但较难识别的节拍则更为困难。

加强结构

面对这一切我们该何去何从呢？我们怎样才能应对自己的焦虑、卑微的自我意识、幼稚和无意识的需求 —— 所有这些我们带入成年人生活和成年人爱中的神经质特征呢？

在这个领域中，很多专业人士持悲观的观点，他们认为我们几乎毫无作为。例如，由于焦虑在生命之初就已开始了，由于它似乎已成为人类体验中不可避免的组成部分 —— 而且我们已经讨论过的理论好像证实了我们的观察 —— 那么我们还有机会克服它们吗？

我们其他常见的神经质倾向同样是真实的。很少有人经历过正常的童年时代，可以在生命的早期逃避无价值感、幼稚、无意识的依恋等迹象。从理想化的角度来看，它们也许能够避免，但是我们和整个人类社会都不是理想的存在。只要涉及到个人的发展，每一个社会都有诸多的缺憾。

悲观者指出，由于这些缺陷在生命之初即已被打上了烙印，成为个性中最基础的一部分，正如建筑物的基础被覆盖了一样，人们个性的基础也被之覆盖。大量的经历堆积于其上。在一个建筑物里，由于张力和压力攻击着上层结构，它开始破裂，显示出错误的建筑令人痛苦的信号。所以我们必须做好建筑物的基本结构，防止它的总体破裂和倒坍。

我们的个性同样如此。上层构造一定会遭遇到来自生活的

张力。但是等到我们已经完全成人时，我们怎样才能到达自己情感生活的基础和基本结构呢？

弗洛伊德发现了一个方法，即精神分析的方法。但是，这是一个长期的艰辛的过程，不是每个人经过数年的治疗即可痊愈的。这也不是一种绝对可靠的方法。医学的或心理学的治疗并不都是完全成功的。然而前景也不是全然黯淡无光。有很多支持物可以添加到上层构造之上，而且这些附加物可以具有高度的装饰性和高度的加强力量。

伟大的歌德式大教堂的建筑师们发现了既支持同时又装饰他们的建筑物的方法。当中世纪的建筑师们将拱形圆屋顶升得越来越高时，墙壁却在重压之下开始摇摇欲坠。这时，拱柱的构思诞生了。那时他们还没有钢梁。于是他们发明了拱壁并将之设计成使之不但支持墙壁，而且好像是沿着建筑物欲展翅高飞。它是大教堂非常美丽的一部分。当七百年后的19世纪翻新并将之加固时，附加物是添加在这些拱柱之上而不是累积在墙体自身的基础上。

当一个伟大的艺术家完成了一件艺术品之后偶然发现，这对他的焦虑是一种放松。其实，他也做了同样的一件事情。他建造了一个拱柱。这个拱柱不但支持了他，而且也增加了他的信心和力量。我们不必人人都成为成功地装饰和支持我们生活的伟大的艺术家。有时，我们也许需要一些帮助，但是世上也存在着很多我们可以学会的为自己而做的事情。

打破神经质的锁链

第一种方式是更有意识地将我们的自由时间更多地用于自我享受之中。对此前文已多有提及，但是这确实值得反复强调。我们常常在一天的工作结束后变得无所事事，而在周末更是如

此。我们对自己的空闲时间往往不加充分地支配和利用。我们变得急躁易怒，很快就将周围的人当作发泄强烈不满的靶子。当他们对我们有所反应时，我们个性中隐伏的神经质因素就会摇曳上升，这种现象早已为人们所熟知。

为自己的娱乐精心筹划可以使人们更加陶醉于欣喜之中。心情越好，人们就越能感受到自我的价值。越成熟，人们就越乐于付出。当父母们看到孩子健康活泼并享受着他们自己的乐趣时，他们也更心情舒畅，更乐意继续追求自己的快乐。

相对而言，其他的文化在追求快乐上做的比我们多而讲的比我们少。我们生长的社会传统讲求的是，不要追求享乐，自我享乐更是可耻的、危险的。享乐为撒旦打开了大门。

但是，如今的社会习俗已悄然发生了变化。在现代西方世界创建之初，数代人仅仅为了生存而不得不努力地工作，哪怕是为了获得最小的安全感他们也不惜顶风戴月。任何花在自我娱乐上的时间都可能使他们付出巨大的代价，甚至是灾难的降临。当时，很多人生活在穷困和饥饿的边缘，就像世界上很多地方成万上亿的人依然过着这样的生活一样。但是今天我们已有了充足的时间和资源来享受。于是我们对待自我享受的态度也发生了变化。

享受能够在很多的方面满足我们的需要。任何形式的享受都可以为我们消愁解闷，使我们免受焦虑和不安的烦恼，使我们解除神经质的负担。我们很少一个人哈哈大笑，但是当我们和他人在一起时就忍不住放声大笑。笑声比冷漠更富有感染力。最令人捧腹大笑的喜剧在只有一半观众的剧场中可能产生不了预期的效果，但是在人头攒动的爆满的剧场里每一个人都会发出会心的笑声。

快乐的儿童是友善的，快乐的成人也是如此。当人们愉快

相处时彼此间会变得更加友善。人们越是在一起享受着快乐，他们就会越加地相互喜欢。因此解决神经质紧张的最好的方法就是聚集在一起做有趣的事情。只要我们能享受自己的快乐，只要这种方式能唾手可得，那么危害我们人际关系的神经质倾向就会离我们远去。

所有这一切蕴涵的困难在于神经质意味着疾病、悲伤和抑郁。人们身上的神经质因素越强烈，那么就越难筹划和享受快乐。有些人无论到何处都觉得不顺眼，“有什么事情能让我高兴呢？”一个女大学生问道，“我的老师全都枯燥乏味，他们干吗讲那么多的功课，而且我的周围也没有男孩子？”显然，并不是每个人都会产生这样的想法。同一地方的其他女孩子也许正在享受着她们自己的快乐。如果快乐对这个悲哀的年轻学生意味着一切的话，那么其他女孩子的态度和行为就值得研究了。还有，她们的行为值得模仿，哪怕仅仅是为了启动不同感觉的步伐。

我们的神经质倾向伤害着我们，但它们不能毁灭我们。假设我们都是普通的人，有很多的事我们可以不加区别地去做。我们不是没有能力。我们做得很好，并且我们心情愉快。正是这一点比任何其他的事情都更重要。

现在人们常常强调要弄清楚我们到底出了什么问题，好像这么做就能确保自由。当然，这确实有助于我们认识一直在无意识地给我们施加压力的诸多力量。但是对此的认识并不能解决一切问题。重新调整这些需求要容易得多。尽管无意识的固执和动机不会自动地进行有意识的重新调整，但我们丰富多彩的生活极大地推动了这个进程。简单地说，这意味着一个人的兴趣越多，他能得到的表达需求的渠道也就越多。例如，如果一个人与男人呆在一起的需求比与女人呆在一起的需求更加强烈，那么他的爱情生活就一定不会被毁坏。他可以通过对政治

或体育运动的兴趣与其他的男人共同打发时光，而不必与妻子度过茫然不得安宁和不快的岁月。

实际生活当然比这一切更加复杂。人们很多的需求、兴趣、个性的很多方面以及众多的人和事都凑在一起构筑了我们七零八落的生活。这就是为什么自我反思是那么的艰难。我们可以也确实做了一些评估和筹划，但是通常我们所下的决心比我们的理性思维更多地反映了我们的心情。这就是为什么保护我们的心情是如此的重要。我们给予自己和他人的任何一点的快乐都极大地保护了我们的心情，并把我们推向更好的位置。否则我们自己的神经质倾向可能就会将我们毁灭。

第十一章　爱与孤独

孤独就像肆虐的感冒一样，很少有人能够逃脱它的袭扰。绝大多数的人在一生的某些时刻都会徘徊于它的脚下。有些人甚至一辈子也无法摆脱它的魔爪。有的人似乎易于受到伤害，而有的人则更受幸运之神的垂青。就像感冒引起的阵阵晕旋一样，我们在内心深处时常体悟到孤独造就的苦楚。在生命的某个阶段、在一年的某个季节、甚至在一周的某几天中，我们都有可能更易感受到孤独。对于茕茕独立的年轻人，周末和假日最难煎熬。而在家人外出工作的白昼，退休的老人最深切地品尝到孤独的苦涩。

简而言之，孤独容易捕捉却难以治愈。孤独虽说不上是什么致命的缺憾但总归令人不悦。有时它甚至使人苦不堪言。

放眼整个社会，我们可以察觉到人类的孤独感正日渐强盛。恰似失业和少年犯罪，孤独这种社会疾病如今已经演绎成热门话题。尽管它产生的后果并不像前者那样的招眼，但那些饱尝孤独的人却始终无法摆脱极度的忧伤。即使是那些较为幸运的人们每次回想起来也会忍不住阵阵心寒。

人口不断膨胀的城市和高高耸立的住宅楼群正是现代人孤独感的发祥地。轰隆的推土机碾碎了往昔的睦邻。为了找寻工作，一户户的人家四散分离。在车轮构筑的都市世界中，昔日

温馨的邻里早已散尽。在工厂里，计算机控制的机器业已取代了相互协作的工友。为此，已有一些工会开始为那些孤独的机器守望者们谋求“孤独补偿费”。不断增长的寿命更为那些退休多年，失去朋友和伴侣的老人带来新的孤独。

对于这些以及其他的使人分离的因素，社会学家们已经展开了大量的研究。如今，更令我们感兴趣的并不是那些作为社会现象的孤独感，而是一种作为个人的体验。下面，我们将审视它形成的过程，它为什么只对某些人造成伤害，为什么只有某些年龄段的人们才能更加强烈地感悟到它的存在，以及我们如何才能消减和预防它的出现。

独处不等于孤独

虽然已经有了上文诸多的展示，我们仍须明白孤独并不是一个简单的现象。孤独不同于独处。我们可以自由选择独处，或者说即使没有做出这样的选择，我们也能心安理得地生活。但是孤独却并非出自人们的本意。除了带来不安和烦闷之外，它常常别无所长。对于人们从事的很多工作，追求的某些消遣，以及思考和梦想的便利，一定程度上的独处还是必要的。不管我们是否喜欢，独处潜藏着极大的价值。但是与孤独相伴的却只有悲伤。

在人群中，在拥挤的公共汽车或地铁里，在人挨人的午餐柜台旁，或者在电影院里，我们都有可能深切地感受到孤独的力量。与他人紧挨的身体只能加剧我们的孤独感。在生意场上，在家里与亲人团聚或外出与朋友们聚会时，孤独感都无处不在。孤独的心灵见到的所有的人似乎都醉心于生活并与他人忙碌地交往着。除了自己，似乎世上不再有孤独的人。然而，很多那些看起来幸运的人回到家里和爱人或家人在一起时实际上也很孤

独，他们就好像在独自生活一样。

孤独的人也可能在独处。当他悲切地诉说从未曾有过人按他的门铃或给他打电话时，客观存在的事实可以替他作证。然而这样的人即使被家人环绕，他也可能萌生出同样的感受，只不过那时他会借用另一种话语来表达这份情感。他会抱怨在拥挤的房间里，他没有可以对话的人，没有人能够理解他，没有人真心关爱他。

这种状态可以由折射原理加以阐述，即我们借助这种无意识的装置将自己不愿面对的自身缺憾投射于他人的身上。生活中存在着很多折射孤独感的事例。抱怨没有人关心自己的那个孤独的人实际上可能正在懊悔自己冷漠对待他人。他的孤独均由自己一手造成，因而也是难以自拔的。

然而，不论他的孤独是否由自己造成，或是缘于他人冷漠的对待，亦或是产生于无情的人际关系，其结果又有什么不同呢？不管出于何种原因，它都不能减轻当事人的痛苦。另外，也不论是何原因，要治愈它，除了受害者本人之外他人又都有何裨益？

客观环境可以营造人们的孤独感：任何身处异地、远离熟悉的环境和人群的人都会感到片刻的孤独。但是，这只是一种短暂的、有条件的孤独感。如果一个人在陌生之所长久地驻足便体悟到遍布周身的深切的孤独而不仅仅是暂时的想家，那么这就是并非每个人在任何地方都能遭遇的不幸的内在孤独了。它是一种不论一个人置身何方，与谁相伴都形影相随的孤独。这种孤独不受他人和环境的影响，有时还会引起更深切的情感困惑。与之相关的焦虑就像常常与之相连的幻想一样可能被成功地隐匿起来而丝毫不为世人所见。在这种人身上我们通常看到的只是彬彬有礼的缄默和含而不露。

从表面上看，真正的孤独是与他人无涉的内在感受。但实

质上这是对人们探求的满足感的否定。它涵盖人们都享有的深层需求——形成各种关系的需求、相互依附的需求，以及爱与被爱的需求。

爱的缺失

把孤独视为爱的缺失可能仅仅说明了一个显而易见的现象。但是当我们把爱定义为一种依附关系时，其中的一些含意就不再那么明显了。丈夫和妻子可能一直在争斗不休。虽说这是一种消极的依附关系，但它依然是一种依附关系。而且不论他们之间的关系究竟如何，他们并不孤独。另有一种情况，丈夫和妻子之间可能从来没有说过一句粗鲁的话。但是他们之间极其冷漠，各行其是。笼罩在这种表面和谐的婚姻关系之下的往往正是极端的孤独。

此外，还有一些尚未成家或远离家人的单身者们，他们过着完全独处的生活。在友谊和伙伴关系上他们可能构筑起了很多令人满意的依附关系。结果他们从来意识不到什么是孤独的生活。实际上，他们并不孤独。

以某种方式与他人建立依附关系的需求深深地植根于我们的内心之中，它是人类特性的一大构筑成分。人类拥有一个漫长的相对无助的童年时代，这增强了人们的依赖性。个人也有将自己视为本体的能力。在西方文化中，这种自我意识和个人的特性具有特殊的重要性，而这在原始文化和东方文化里是根本无法找寻的。

在西方，我们更多地将自己视为独立的个体而不仅仅是群体中的一员。然而，我们的个人特性在被他人认识和承认之前是不确定的。小孩子在两三岁的时候就开始要求被视为一个个体，他要打破强加于身的束缚。这些举动可以表现为当别人呼

喊他的时候偏偏拒绝走近，他还会抗拒母亲的话语。“不”这个词就是他个人特性的宣言。青少年的很多反抗性举动颇似要求认识他们独立的本体和他们的个人特性。

我们很难用一个科学术语来界定个人特性。他人必须表示出对我们的看法和反应，以便证实我们的本体的存在。此外，我们更喜欢他们以喜爱或至少是感兴趣的方式对我们作出积极的反应。再次，他们应使我们确信我们是讨人喜爱的、是有趣的、是值得格外关注的。

在清醒的时候，我们发出或收到的绝大部分的注意属于正式和礼节性的行动。我们用“早上好”和“你好”来问候他人，我们对他们的回答通常并无多少兴趣。此外，我们有些时候对他人的确认也不甚感兴趣。大部分人在日常生活中很少有机会表达重要的情感，而正是这种情感使我们真正认识到自己作为独立个体的存在。我们寻找着这种关系，而且当我们不能形成这种关系时，我们就会感到孤独。

个人的进步

尽管我们注重个人的特性，可是实际的成长道路为我们所做的准备却非常的微不足道。从一开始我们就生长在群体的氛围中——家庭、邻里、教堂、乡村俱乐部、夏令营，小学和中学的同龄人，如果我们有机会上大学的话，还有大学校园。在大学里，每个人都无法逃避的一桩事情就是提高嗓门呼喊伙伴。人们生活在团体中——宿舍、兄弟会、女生联谊会、班级、小组、俱乐部和课外活动组织。在校园的每个角落都存在着某一种团体，而每个人至少隶属于其中的某一个。甚至是最强烈的不结盟者也有一个团体——不结盟者团体。大学生们面临的问题是怎样才能从人群中逃脱一段时间以便集中精力进行必要的学术

研究。

然而，数年后的毕业典礼又突然瓦解了所有的这些团体。人们化成了碎片飞向四面八方——飞向乡镇或城市，飞向各自的工作岗位，飞向婚姻和独处的个人生活。正是大学毕业后的第一年教会了他们什么才是个人的存在，那就是独处，不受涌动的心潮要成为某种团体的一员来保护自己。

对于那些生活在小城镇里的年轻人，旧群体在大学毕业后很可能不再有重组的机会了。很多人回家仅仅是为了从家庭奔向大城市。那里的工作，或许还有婚姻，将更有前途。对很多生活在城市里的年轻人来说，他们回到家中和离开家庭来到城市谋生的人们一样。实际上他们也没有群体，没有邻居，没有适合的按人的等级形成的团体。因为城市太大了，城市自身已不再是一个团体，城市里的居民移动得太快，或者在拥挤的街区里他们过于保护自己的隐私从而不能建立起友好的公寓团体、或街区邻里团体。

当然也有例外的情况。在我们的都市之中存在着一个社会精英，即过去人们常说的纽约第四百大街，费城大道和波士顿的豆山。出于社会的习俗，这些家庭举办专门的活动让到了结婚年龄的年轻女子接触社会，年轻男子也受邀参加。在这些活动和随后举行的各种娱乐中，在避暑胜地和各种适宜的场合和宗教庆典中，人们希望年轻人尽情娱乐，同时也相互寻找伴侣。换言之，这些年轻人无论什么时候选择都可以回归到同一个群体之中。如果他们喜欢，他们永远不必将自己视为单独的个体而标新立异；他们永远不必为脱离群体这一社会形式而付出孤独的代价。

不属于这个严密限制的小群体的年轻人别无选择。他们必须开创自己的社交途径。他们参加工作，但是他们在工作中遇

到的人形形色色。他们在年龄、背景、教育和兴趣等方面相差悬殊。而且他们都有自己的生活轨迹。5点钟以后他们都匆匆赶回自己的家庭和社会群体。不管他们拥有这些还是孤独地生活,他们通常对办公室的同事们都隐藏不露。

孤独的人通常对自己的孤独都秘而不宣,就好像它是一件令人羞愧的事情,是失败的标志。实际上这是一种得不到朋友、爱情和婚姻的失败。这是一种得不到爱也不付出爱所以不能形成依附关系的失败。

刚刚大学毕业参加工作的人不会一眼看出办公室的同事中谁是孤独的人。的确,他可能永远都不会知道。这些人设法使自己忙忙碌碌,总是疲于应酬各种社交活动。愿意承认自己举目无亲并想结交朋友的只有那些和他一样也是初来乍到的人。

如果他想避免社交活动虚假表象所掩盖的同样不为人知的孤独,这个新来的人就必须努力建立起各种依附关系以获得爱情和婚姻。

结婚的重要性

结婚看起来可能是解决孤独的一种虚幻的方法,因为婚姻并不能为某些伴侣消除内心的孤独。它甚至可能像是一个激烈的解决方法,因为婚姻终究是对对方作出的信誓旦旦终生不渝的承诺。确实,直到一个人准备作出成熟的选择——选择一个终生伴侣时,结婚比结交很多的朋友和涉足很多不重要的依附关系要好得多。难道一个人没有理由选择自己的结婚对象吗?

显然他们有此理由。但是也有很多年轻人确实表示自己宁愿独身,并为他们的选择而自豪。那些惯于避免培养依附关系的人们很容易在所有可选择的候选人身上发现毛病。如果一个人不喜欢现在遇上的那种人,然而又没有作出明确的努力去结

识他可能喜欢的其他类型的人，那么无疑他更喜欢保持独身，不管他可能说出与此相反的什么话来。

的确，结婚之后情形会变得更好。即使婚姻最终证明是场错误，错误也比不犯这个错误要好。至少结婚的人保持着对他人负责的能力，以及培养依附关系和对这种依附关系注入希望和努力的能力。一个人单身的时间越长，他避免承担责任就越久。使自己不受他人影响以及与他人无关的时间越长，他就越追求永久的独立，也就是我们所说的孤独。

假设婚姻最终是一个错误，让我们冷静地看看它的代价。我们的社会是一个不断变化的社会，在这个社会中离婚可能是痛苦的，也可能是昂贵的，但是它不再是一个永远的创伤。有很多人从短暂的第一次婚姻中受益。我们总是提到有益的生活创伤，而这就是其中之一。我们还越来越多地发现，美满持久的婚姻常常是一个人的第二次婚姻。

对一个丧偶的男人或女人我们坚持同样的建议，冒险去尝试一次祥和快乐的二次婚姻比保持独身要好。一个在第一次婚姻中非常幸福的女人可能会为她已失去的生活感到万分悲伤，即使与她的第一次婚姻相当的二次婚姻的机率很小，她也能成功地再次结婚。事实上，如果她的第一次婚姻真的很美满，而且不是被她自我浪漫化，那么她也有比一般人更好的机会获得美满的二次婚姻，因为她已经显示出自己有能力做一个好妻子。

有人去牵挂、关心、甚至是发火总比压根儿没有这么一个要好，哪怕发泄不满的对象是个木偶。很多婚姻就是这样的维持了下来。

构建人际桥梁

毫无疑问，建议人们立即采取行动早日结婚是非常不错的

主意。要是他们找不到结婚的对象又该怎么办呢？难道没有运气不好的时候吗？

运气无疑是个因素。但更重要的因素是结识他人、交朋友，找到并加入志趣相投的人和群体的困难。我们已经提到过现代城乡生活方式使人们分离的力量。

不错，构建这种桥梁是很困难的。但是仅仅同意这很困难并不是什么答案。如果河水上涨并冲走了桥梁，显然人们很有必要再建一座桥，或者至少弄到一只船。如果社会的力量将人与人分离开了，那么他们就必须找到某种方法来战胜这种力量并走到一起来。

当我们不能形成自己的群体时，我们就必须加入已经形成的群体。美国人曾经被自己的社会批评家——无情地嘲笑，例如，作为"参加者"，我们很多人对加入的事情不加考虑，甚至是加入民主党 还是共和党。我们可能年复一年地投票，但我们拒绝把自己的名字写下来作为某一党派的成员，并且仍然称我们自己为独立的投票者。

独处的人参加某种活动非常必要。他不必加入自己不喜欢的团体。必定有人对吸引他的事情感兴趣。如果他喜欢赛车，他可以加入赛车俱乐部；如果他喜欢观鸟，有鸟观察者协会；还有划船俱乐部、滑雪俱乐部、微缩铁路爱好者和航模爱好者俱乐部，跳舞者、徒手潜水者和放风筝者等俱乐部，还有业余兰花种植者俱乐部和天竺牡丹协会以及日本盆景爱好者协会。

不管人们对什么感兴趣，在某个地方都有共同享有这种兴趣的人组成的团体。经常有出版物，而且还可能有一个国际协会，其成员相互写信讲述自己的兴趣。一个活着的健康人不可能会没有兴趣或者不能培养一个兴趣。我们大多数人心里面都怀有几个自己从来没有付诸行动的兴趣。

建立一个人际桥梁可能意味着列出自己和自己生活的清单，也可能意味着作出重大的变化，找一份新工作、一个新邻居、一个新城市。一个年轻女子可能决定在一家工程公司找一份工作，因为工程师大都是男人，而她想结识男人。另一位姑娘为了同一原因去了阿拉斯加，因为这是男人多于女人的少有的几个城市之一。在我们高速变化的社会里，家庭和社区这些传统的群体可能会衰退，但是变化也给新的群体和团体的出现打开了道路。在过去一成不变的社会里，很多男人和女人在他们的出生地度过终生，不论他们在那里是否幸福。

列出自己的清单可能会显示出建起的反对他人的心理障碍。很多年轻或年长的女人顺从地接受朋友的邀请并结识了很多男人。但是每次从宴会上离开时她总会不禁感到所有迷人的男人都已结了婚，而那些未婚的男人却不努力结识自己。其可能性是她对他们不感兴趣。不管她是否意识到这一点，她所做的某些事情打消了他们对她产生兴趣的念头。

正视自己的缺点是件痛苦的事情，对这些缺点做出某些改善也是非常痛苦的，因为改善意味着改变自己的情感和行为习惯，而这又是非常困难的。因此我们说别人好像对我们不感兴趣，借此掩盖我们缺乏对别人感兴趣的能力。我们接受自己的孤独，并开始拒绝社交机会——我们感到劳累，明天我们还很忙，天看起来要下雨了，约会真的没有趣味。不管我们是否选择了孤独，很快我们就剩下与孤独为伍了。以自己为轴心飞快旋转的涡轮为它自己挖掘了一个越来越深的坟墓。逃出来的惟一的办法就是接受他人的邀请，并把自己推向围绕他人旋转的轨道，而不是围绕着自己。

赞成和反对孤独

独处有它的优点。有很多的工作是不能与他人共同分担的。我们独自读书、学习、练习乐器。有很多值得干的事情需要孤独地长期不懈地努力。思考、深思熟虑、解决问题、作出决定、付账或写信——都需要独处。

独处不用努力使自己适合他人的需求或愿望。除了自己以外别无它想，这也有独到的乐趣。

但是，也存在着危险的乐趣。人们很容易变得孤僻成癖，沉溺于不必为他人烦心的放松之中，而且孤独的世界会变得更加狭窄、人们会变得更加内向。它容易被扭曲，其方式就像一个词过于经常重复而被扭曲的古怪方式一样。有时在你写信的时候，某一个词忽然听起来非常奇怪——例如，“而且”这个词。你对自己重复这个词——而且，而且，而且。现在开始试一试。重复“而且”，并继续 30 秒。这个简单的词，这个你一天使用多次的词很快听起来就变得古怪了。你甚至对它的拼写正误都没有了把握。

30 秒内这样一个普通的中性词尚且如此，可想而知，如果我们花费不只半个小时，而是接连数个小时充满感情地考虑自己的情感，一遍又一遍集中精神毫不间断地重复，这将会带来什么样的后果。就像这个被重复过勤的词一样，我们的思想和情感也变得古怪了。我们失去了判断力，协调力和平衡的能力。

如果人是我们世界的一部分，他们将不会让我们那样做。他们不会留下我们独自一人来围绕我们自己的轴心旋转。他们会分散我们的精力，打扰我们，让我们生气——这都是我们的收获。他们谈论他们自己，而不管我们是否感兴趣，即使他们令我们厌烦得心乱，这也对我们有益。这使我们摆脱不断内转的轴

线，将我们轻轻推向更宽广的轨道。人们迫使我们将我们的洞察力甚至将我们自己客观化。纯粹出于礼貌，我们不得不回应，说些什么，回答问题，表达观点。

花费较多的时间与别人相处要比花较少的时间的人更好。即使是让我们恼火和烦心，似乎在浪费我们时间的人对我们也有所帮助。我们花在他们身上的时间并不全都是浪费。当然，最好的是和那些让我们感到兴奋和愉快的人共度光阴。但是如果我们不能每天都有点心，我们可以拿面包，或者甚至是饼干充饥。

正如我们在前面提到的那样，焦虑源于孤独。孤独是滋生弥漫不安的最大土壤。这种不安使我们对可怕的担心非常敏感。对于孤独者来说，几乎任何事情都能让他担心害怕。独处的时间太长的人可能会在电话或门铃响时突然跳起来，他们变得紧张不安；他们的神经暴露在外。如果不是有意识地自我恐惧，他们可能会忧虑身体的某个部位。他们是否吃得过多、消化不良或不能入睡。他们不能更好地照顾自己。孤独的人认为照顾自己的穿着饮食和起居没有用处。我们在一个偶然独处的夜晚也有同感。孤独的人经常这么做，也就是说，他们很多时候不好好对待自己。在临床实践中我们所见到的感情困扰的人，其中一些是爱社交的人，一些则不是。但是遭受这种痛苦最严重的就是那些最孤独的人。

走向绝境的个人主义

我们倾向于把孤独的爱等同于强烈的个性。年轻人尤其喜欢把他们不能与他人相处视为自己的坚强和独立。在他们步出童年时代迈向更宽广的成熟的境界之前，孤独的产生是感情和智慧成长的一个阶段，是最后一个围绕童年时代的自我中心所

作的旋转。但是它也可能造就退却或因害怕成为被拒绝的人而拒绝他人等习惯。

“我是什么？我是谁？我要去哪里？生活的意义是什么？”等问题总是以某种形式萦绕在哲学家们的头脑中。存在主义的基本假定自然大受年轻人的喜爱——在男生宿舍里它们几乎和讨论异性一样的流行。这样的问题在一群人中提出来时，它们就是交换意见的一种驱动力。但是如果它们从孤独中漂起，它们就具有了灰暗的特质，与健康的思想和情感极其相反。它们具有个人主义焦虑的声音，这种声音不是被孤独加强了，而是变得颤抖。如果疑问者涉足人际关系，如果他感到与他人密不可分，这种问题就根本不会出现。一个相恋中的年轻男子或年轻女子不可能问：“我是谁？生活的意义是什么？”

我们看到很多的例子把个人主义错误地夸张为坚强、孤独和独立的生活方式。这是一种走向绝境的个人主义，不是对感情疏远的个人主义的解释。

一个人作为个体的感觉不是从孤独中得到发展，而是从与其他的个体的相互影响中茁壮成长起来。我们可以说，除非一个人成为他人或很多人的一部分，他才是完整的个体。这和机械法则相反，但这是有效的心理学法则。当我们太孤单时，我们的本体可能会失去它的范围，它的边界将变得模糊不清。通过我们与他人的相互影响我们才能最清楚地感觉到自己的定义。

完全发展的个体

毫无疑问，在与他人极为和谐相处的深深的关系中人们最完全地认识了自己。这是理想的境界，但不是所有的人都能实现这一理想。

成功地建立了美满婚姻的人也许离这种理想境界最近，但

是即使是非常美满的婚姻也不能保证永远处于完美无缺的和谐之中，因为它不一定能够满足伴侣的所有需要。一个没有歧异、没有冲突的婚姻是不现实的。我们甚至在最密切的关系中也不能期望得到这种完美。我们的个性越全面，我们就越把自己的各种关系扩展到其他的人和兴趣之中，即使我们生活中的主要活动可能仅仅围绕一个中心关系。

也有人在他们的生活中没有建立起一个重大的依附关系，然而他们还是过着充满各种关系的丰富的生活。他们围绕着自己建立了一个完整的依附关系体系，而这些关系满足了他们的很多需求。不错，他们有时也会孤独，但是每个人都有孤独的时候。

我们可能浪漫地梦想那种单一的、完全专注的、完全满意的关系。由此，我们能够携手开垦失去的伊甸园，并像亚当和夏娃那样的生活，就好像这个世界别无他人。但是事实上，新娘和新郎很快就从他们的伊甸园内向所有的亲戚朋友招手，并邀请他们分享自己的快乐。

在某一个单一的关系中投入完整的自我是件危险的事。这个关系可能不能持续下去，或者生活使得其中的一方撒手离开而留下了孤零零的另外一个。美满恒久的婚姻可以消除这种凄凉的独处。

完全发展的个体很可能在他的生活中具有这样一种中心关系，但是他也有很多将他与生活的许多其他方面紧密相连的触角。他不会把自己仅仅局限在与同类人的关系中。他有着形形色色的朋友——年轻的、年老的、富裕的、贫穷的——所有对他的生活有所帮助以及对他们自己也有所帮助的人。这种斑斓的人际关系网能够保护他免受孤独的侵害，这种孤独只有那些在晚年发现一个朋友都没有的长寿之人才能体验到。

内在的孤独

在上文我们对全面发展的人作了一个概括性的描述，由此我们可以推论，一个人若没有结交很多的朋友，那么他的生活的很多方面就没有得到全面的发展。他没有与很多人培养依附关系这一事实充分说明了他也不能挖掘很多潜在的与活动和思想的依附关系，因为这种依附关系恰恰和共同的兴趣密不可分。我们通过这种兴趣将自己与他人紧密相连。如果我们问为什么这个人没有更完全地开发他的潜力，我们可以追溯到他的生活中的以及他自己的主要依附关系的缺陷上。我们的基本的爱以及自爱得不到完善的发展通常是缺乏其他爱的首要原因，而它的后果就是孤独。孤独的人不一定没有爱。他可能对思想、事物和工作产生强烈的爱。他可以在孤独中追求他的理想。他可以同若干个人发展依附关系，也可能对某一异性产生强烈的依附关系，并最终和她结婚。

从所有的外在现象上看，这个婚姻可能是非常的完美，然而这个人结婚后可能仍然孤独。他不对爱人提出要求，也不鼓励她对自己提出要求。他相信让他人随心所欲就是对爱的最好的表示，他宽宏大量地不提任何要求。

在这种生活中几乎没有交换。这种人同他人甚至同妻子和孩子的依附关系也永远不会变成他生活的主要部分。在我们用来体验我们最伟大的依附关系这种深层的忘我的层次上，他不能将自己同他人联系起来，甚至是与自己最亲密的人。他可能对自己非常缺乏信心，对他的接受爱的能力没有把握，于是他不允许自己对他们有强烈的感情，而是以冷漠、超然和严守礼节来逃避。或者他也有强烈的感情，但是他没有能力表达或害怕表达它们，害怕会遭到拒绝，被人嘲笑，或者以某种方式使自己陷

人尴尬或痛苦的境地。所有这些没把握的事当然是因为他对他的主要依附关系以及他对自己的依附关系没有把握。

这是一种根源很深的内在孤独，而且很难得到解决。身处人群中的孤独感比独自在沙漠里或山顶上更加痛苦，而在家里与妻儿共处时最为痛苦。这是一种真正苦涩的孤独，因为最终它表达了自己不能够在某种情感和理解的层次上与他人沟通，也不能自发地引起别人对他发生情感和理解。

人们的习惯

在婚姻中饱尝孤独的人通常具有严重的个性问题。由于没有结婚而孤独的人则有另外一种问题。他们内心孤独是因为他们的独身吗？或者他们独身是因为他们有孤独的习惯吗？答案之一是他们应进行治疗。如果可能的话，另一个历时较短、不太昂贵的方法是经常与人打交道。

这个非常简单明了的方法常常使我们不明白为什么孤独的人不愿采纳。我们没有必要疑问，因为他们告诉了我们原因。他们给了我们很多的理由 —— 他们工作太忙；他们就是没有时间与人打交道，他们发现大部分的人令人乏味，大部分的关系肤浅无趣；他们需求超越常人的更深厚更炽烈的人际关系。或者他们会告诉我们——他们对人失望的次数太多；人们虚伪、不真诚，除了他们自己之外他们不对任何人真正感兴趣。

还有一个看似非常充分的具有说服力的理由 —— 没有足够的钱按照自己的想法来招待朋友。在一个人的招待方式与地位紧密相连的社会阶层里，它有一定的真实性。但是如果我们真的想看看朋友，我们就不会因缺钱受到阻碍，我们可以设法应付过去。招待他人最重要的是我们自己，我们不需要富丽堂皇的舞厅来举办鸡尾酒会。最令我们畅快的往往是在一些狭小的

地方，所有的人兴高采烈、摩肩擦背，结果要保持正规礼节都很困难。

最好的晚会是那种不正式的，人人都有事可做的晚会。自助餐是美国对娱乐业的一个伟大贡献，是完美的社会发明。给晚餐提供准备好的食物和完美的服务不需要很大的技巧。当客人们自行其便、相互交谈时，这样的晚会虽不胜完美但更令人愉快。

学校、野营或大学里的年轻人有时能得到一个对他们的后半生都非常珍贵的发现。他们发现当自己和他人朝着共同的目标一起工作时，他们变得最为相互了解和愉悦。伟大的友谊在战争和灾难时期得到充分的发展，这不仅仅是因为面对危险人们感到更为紧张，也因为他们协同努力而走到了一起。

如果我们要为未婚者编写一本避免孤独的手册，下面就是其中的一些规则：

1. 保持与人接触。每个星期都要发出或接受邀请。如果没有人拜访你，就去拜访他人。不要找寻借口。与人约会不是浪费时间。

2. 学会与陌生人交谈。如果有必要，事先学些说话的技巧：在鸡尾酒会、自助餐、婚礼和葬礼上该说些什么。一些女主人在介绍人的时候颇显技巧，其结果是他们能够相互自在地闲聊。但是你不能指望一蹴而就。首先学会怎样自我介绍并开始与人交谈。最好学会怎样让他人讲话。最简单的也是最受人喜爱的社交技巧是知道怎样去聆听。

3. 不要放弃不可替代的固定的约会。与人外出的欲望仅仅是没有外出习惯的愿望。保持这个约会并继续外出。只与倾心的男人或女人愉快相处不算什么成功之举。真正的考验是与远远达不到自己理想的人享受约会的乐趣。让完美留给那些吹

毛求疵的人吧，要保持回应他人的习惯。

4. 女人可能会以现实的理由反对上述的规则。如果一个女人与同一个男人不只一次地出去，他很快就会作出性的举动。但问题是怎样处理这种情况。

那么她们该怎么办呢？答案只能是，学会处理这种情况的方法是学会怎样做一个女人的必备部分。这就像学会怎样得体地穿衣，怎样使发型和眼睛最迷人，怎样涂唇膏以及怎样举止优雅地上下车一样。这可能比其他的一些情况需要更多的圆滑的技巧，但是女人们很多世纪以来一直在圆滑地处理复杂微妙的社交问题。很多老练的女人从最喜爱的香水广告中学会了一条准则，那就是许给他任何事情，但只是在她高兴的时候才付出她想付出的东西。

孤独更糟糕

看起来以上规则可以非常轻松地治愈孤独感，但就本质而论它们均为极其严肃的制作方式的产物。只要我们养成与他人交往的习惯，我们就能发现与他人相处、与他人共事并与他人建立关系的所有的现实途径。虽说这种习惯最易于年轻时代培养，但在其他任何年龄段和情况下亦不乏可能性。

对那些第一次尝试这些规则的人来说，这必然显得不太自然。它会让人感觉很困窘，很不自在，甚至有点儿好笑，就像我们第一次试着跳舞、游泳、滑雪或滑冰时一样。我们的年龄越大，培养一项新的技巧或习惯就越加困难。这不是说我们已经失去了学习的能力，而是因为我们已经养成了很多其他的诸如抑制、胆怯和敏感的习惯。

不管第一次与他人交往是多么的窘迫，我们必须记住一点：它永远不会像孤独那么令人痛苦。而且我们孤独生活的时间越

久，它也就越难改变。一旦人的习惯形成了，它就变得容易了。在我们的生活中若没有他人，爱就会显得很遥远。而周围的人越多，我们就越有可能找到自己所爱的人，我们也就越有可能认识我们所爱的人并使自己适应他们。

第十二章　爱与友谊

综观人类历史，伟大的爱均存在于异性之间。对此，人们丝毫不感到诧异。但奇怪的是，伟大的友谊却总是出现于同一性别的人们当中。在人际交往的过程中，性的问题当然不是一桩小事。由此我们可以推之，友谊与爱应属截然不同范畴之列。但是，如果说爱是一种依附关系，而友谊也是一种依附关系，那么尽管我们不能在两者之间划上等号，这也确切地指出了两者之间存在着大量的共性。

“友谊”源于古日尔曼氏族语言的一个动词，其意义为“爱”。在语言把人类的经历玄妙地联结起来的方式中，我们看到了“友谊”与“爱”似乎享有共同的本源。字典对朋友的释义就是“能给他人带来尊重、理解和关爱等情感的人”。

同爱一样，友谊也具有伟大的传统。正是由于友谊，大卫和乔纳森，戴蒙和派西奥斯成了永垂青史的人物。为了朋友他们随时可以牺牲自己的生命。乔纳森因拒绝背弃大卫而公然抗拒了父亲索尔国王的充满杀机的命令。戴蒙做好了替朋友牺牲的准备。在最后临刑前的一刹那，原本可以逃生的派西奥斯毅然返归。最后，被这两个朋友的友谊深深打动了的暴君锡拉丘丝不仅免除了派西奥斯的死罪，还要求也成为他们的朋友。

柏拉图式的爱

在其他的文化传统中，友谊完全可以与男女之爱相媲美。它包括欧洲的骑士制度时代、阿拉伯文化的黄金时代和古希腊最辉煌的年代。柏拉图笔下的理想的爱就是友谊。下面我们将看到，柏拉图式的爱另有所指。但那是好几个世纪之后的事情了。

柏拉图用人们探究事物的方式来研究友谊。恰似他同时代的哲学家们和后世的哲学家们，他对我们获取周围世界知识的方式极感兴趣。

例如，我们怎么知道树就是树，汽车就是汽车？在繁忙的生活中，我们认识了它们，并习惯性地接受了它们。但是如果驻足仔细地想一想，我们不禁会产生很多的疑虑。我们是怎样认识它们的？我们是怎样认识日常生活中遇到的成千上万的其他事物的？它们以不同的形状、大小和颜色呈现在我们的面前。万事万物表现自己的方式千差万别。但我们从不会把汽车误认为火车，也不会把狗当作马或猫。人类思想方面的情况就更加复杂了，实在让人百思不得其解。我们认识爱或美么？

柏拉图通过建构纯粹或理想化的观点形式，即透过事物千差万别的外部表象而探究它们共同拥有的本质，终于解开了这个谜团。他将之界定为事物的本质。柏拉图式的思想本质由与事物最核心的物质所构成。例如，它们涵盖马之所以为马、树之所以为树、爱之所以为爱的一切性征。该原则关注所有能代表某一具体事物或概念本质的特质，并把所有其他纯粹偶然、表面或易逝的性状予以剔除。因此，无论我们看到的是罗斯——罗伊斯大型高级轿车还是十八九岁青年开的破旧汽车，我们的第一感觉是它们都是汽车。

我们识别出的事物的本质通常是由各种感官综合出来的同类事物共享的特征。有时，这种识辨的方式会让我们陷入困境。当人们第一次发现澳大利亚的黑天鹅时，自然科学家和哲学家们深感困惑，因为很多世纪以来人们已形成的天鹅的概念特质之一就是它们的羽毛都是白色的。因此，有人置疑这种澳洲鸟儿是否可以被称作为天鹅。最后，学者们达成共识，不妨将之命名为黑天鹅。但是，这么做意味着要将白色从天鹅的特质中除去，因为澳洲的天鹅已不再具有这种属性了。

起初，柏拉图式的理想或本质是为了帮助人们识辨或归纳出周围世界的事物而特设出的纯粹的知识或认知的手段。“理想”并不是伦理学或美学意义上“最好的”的意思。然而，历史同我们开了一个玩笑。柏拉图刻意从爱的本质中剔除的特征在后世却被误解为更具诱惑力、更高的爱的形式。他将性从爱的本质中分离出来，即从那些有助于识别爱的本质中分离出来，促使几个世纪后的人们将无性的爱称作柏拉图式的爱。

柏拉图于两千年前认识到今朝同样清晰无误的一个事实——性经常与爱无甚关联。在性交往的过程中，个人的快乐经常是主要的动因。性欲激发的男人甚至可能对给予他身体愉悦的女人充满敌意。当然，其他的人可以拥有完全不同的感觉。对他们来说，性可能是表达最深切的爱的一种方式。但是，同样是这么一群人，他们也可以不借助性而表达出同样的情感。换句话说，性与爱经常交错，但在很多的时候，性与爱也可以无涉。柏拉图无法将可有可无之物容纳于爱的本质之中。他承认性有强烈的力量，但他无法相信人们相互间形成的诸多依附关系毫无例外地、必然地都带有性的特征。

在中世纪的欧洲，当封建主义发展到骑士制度时代，这种观念已被社会普遍地接受了。此时出现了被称作骑士的爱的概

念。它是最浮华的最浪漫的爱。妇女被置于受人尊敬的地位，骑士的责任就是为贵妇人服务，为她写诗、爱她，甚至可以为她而死。他们获得的最大的奖赏只不过是贵妇人赞许的一瞥，以及在自己的头盔上戴上她的头巾。最无法获求的妇女代表着最伟大的爱。身体的分离和与性的无涉是中世纪骑士爱的一个部分。

这种爱一直延续到下一个历史时期，即欧洲文艺复兴时代。它得到了另一次的升华。以基督教为代表的宗教的兴起鼓励人们接受超越身体或肌肤的束缚，去追求精神上的享受。迄今为止，最伟大的概念之一就是纯洁。这在文艺复兴时代的最杰出的画家们的作品中反复得到了验证。画布上显现出的圣母玛丽亚不是寻常的妇女，而是理想化了的形象。在一幅幅的画中，她的面容浮现出安详、成就和爱意。很多的教堂，如巴黎圣母院，即以她而命名。社会鼓励妇女以赋予她们的崇高的准则去生活。

所有这一切均发生于对人类身体的态度发生改观的时代。尽管面无赧色的古希腊、罗马的裸女们仍继续在文艺复兴时代的雕塑和绘画作品中出现，时代的主旋律已不再崇尚身体，而已转为对宗教思想的奉献。即使有无花果叶的遮掩，亚当和夏娃的身体还是暴露得太多。从伊甸园中被逐出的不仅仅是亚当和夏娃，整个人类都难逃劫难。自我意识和谦恭迫使人们将身体掩藏在衣饰之内，甚至沐浴也不再时兴。在人们的心目中，性堕落为淫欲和罪衍。

伴随着这种观念的变迁，人们更加强调纯粹奉献的爱。它的自然根源和表达让位于更崇高的情感。性不是爱的内在成分的柏拉图式的观念得到人们的重视。但它在很大程度上被改变了。柏拉图将性置于爱的定义之外，无性的特征并不是该概念

的主要内涵。用这种方式重新界定的柏拉图式的爱不是被简单地接受为一种本质或理想。现在,它被视为一种现实,而且就此而论是更佳更可欲的现实。它成为最纯洁、最崇高的爱,丝毫未沾染低级的、动物式的欲望。

无性的爱

如今,无性的爱这层意义上的柏拉图式的爱已不再被视为男人和女人之间理想的关系。弗洛伊德心理学甚至怀疑它存在的可靠性。但如今男人与女人之间确实存在着没有强烈性色彩的良好关系。这并不是因为双方希冀无性的爱。性被排除在外是因为他们的关系是建立在其他的基础之上。双方或其中一方的性生活已另有所属,即他们或已经结婚或正与他人相恋,或因为彼此之间没有性的兴趣。但双方都时刻意识到彼此的性征。因此,他们的举止和态度迥异于与同性人的相处。不论这种性别意识多么深刻地影响着他们的举止,从本质上看它与性的吸引截然不同。即使他们的性意识依然清晰,不可能每一个建立起友谊的男人和女人都发生性吸引力。这可以促进他们之间的友谊,尽管历史忽视了它的可能性。当妇女的社会角色和职能日益趋同于男性时,我们将看到友谊变得越发的脆弱。

柏拉图式的爱对性的规避对尚未触及性与婚姻的年轻人具有极大的诱惑。我们注意到,有些男孩和女孩的关系建立起来比较容易,而原因恰恰是他们只是部分地培养了他们间的关系。将彼此的关系称为柏拉图式的,女孩和男孩可以避免直接表露对对方的性欲求所带来的尴尬。它成了一种遮掩的方式,从而双方可以声称彼此间保持着友谊而不是爱情。婚姻也可以显得非常的遥远,不至使人生畏。

如今的少年们仍在玩柏拉图式的爱的游戏。在他们初次与

异性接触时，男孩和女孩都羞于身体上的接触。他们刚刚度过长期的性别分离阶段。这种男孩只与男孩玩耍，女孩只与女孩玩耍的性别分离阶段被称为潜伏期。青春期来临时，当社会禁忌得以解脱，自身欲望驱动他们第一次向异性迈出实际步伐的时候，很多女孩子，也包括一些男孩子，却心存极端的胆怯。如果能将对对方的兴趣置于另一个层面上，双方都会感到较为舒适。他们可以一起做作业、跳舞、听音乐。任何借口都可以用来掩盖彼此间主要的性的兴趣，从而使他们安心地相处。回避了自身的性欲望以及由此引发的焦虑感，年轻人很容易地看到自己得到了升华、步入了更具精神实质的人际关系。如果彼此间的关系存在着缺憾，他们通过自称为更敏锐的感觉和相互的理解实现其补偿。

这种胆怯会持续下去。面对心目中完美的女孩，男孩会依然局促不安，不敢表露对她的性情感。他的心中仍萦绕着一个观念，即性是不良的行为，好女孩会拒绝他任何伴有性的接近的表示。内心发生矛盾斗争而行为推诿的女孩庆幸男孩没有将她置于两难的境地 —— 要么接受他的性欲求，要么彻底地排斥他。

这并不等于说年轻女子心中没有性的欲望。但是，她还是希望男朋友回避而不是点燃它。很多时候，她会将此视为爱的象征。看上去，他在作出牺牲。他延迟给她带来性烦恼在她看来表明他具有绅士的风度、在尊重她。经常，男孩同样地从这种"绅士风度"中得到解脱，并乐于扮演这种角色。

这样，双方心照不宣，以此方式掩藏了相互吸引的真正原因。不能向她倾诉她是多么的美丽，他对她纵论自己思索的解决失业问题的伟大构想。女孩"知道"他对这般重大问题的激情事实上是他胆怯地、旁顾左右地向自己表白强烈的关切之情。

她只需半听他的阔论，就可以心情愉悦地欣赏他俊美的容颜。显然，如果他乐意花上好几个小时同她高谈时事，她一定占据了他心中很大的位置。当然，他们的话题并非总是那么的高远。家庭生活、友谊、甚至性都可供谈资。但起初的模式基本上都是一致的：知识性讨论为先导，并遮掩实质上的交流。

有时，爱在开始的时候不仅表面上无性还披着"无爱"的外衣。例如，依恋母亲的男青年可能很长时间犹疑不决，不愿使用爱这一语汇。在他思想的深处，他感觉到如果对任何他人说"我爱你"就等于背叛自己的母亲。同样，很多新婚的青年很难启齿称呼对方的父母为"爸爸"、"妈妈"。这两个词同"爱"一样已被赋予了特殊的情感。我们自身早年的经历阻挠了对它们顺利的使用。

然而，爱情有它的起源，并且不久人们就会更加勇敢地正视它的本质。称它为柏拉图式也许会耽搁对它的认识，但是不会延误它的出现。它从来不是无性的依附关系或爱情。它是性暂时被压抑的爱。对于年轻人来说，柏拉图式的爱情比真实的事情更加不具威胁性。他们能够很容易地坠入爱河或抽身而去，就好像爱情只是一个浅水池。柏拉图式的爱情对他们来说基本上就是如此：他们潜入深水区之前的一个浅水池。他们的爱情迟早会发展到涉及性的一面，否则爱情之花就会枯萎。在我们这个时代，男女之间无性的爱甚至可以说不是一个浪漫的理想，充其量它只能是为完整的关系所作的一部分准备。

在性受压抑的时期或柏拉图时代，这并没有阻止这些年轻人称自己为朋友。对于与爱这个词有关的所有的魅力和浪漫而言，它还有庄重严肃，这可以延迟它的使用。少男少女们更愿意说起"被钉住"或"固定交往"而不是说正在恋爱。这有助于他们比较冷淡地对待他们的关系，不致于过早品尝婚姻带来的后果。

但是"友谊"名不符实。它是用来表示一种关系而不是爱情。另一方面,一些人过于肤浅地对待"爱"这个词。但是,它的使用当然并不总能保证带来感情。纯粹的性关系极少被这样的认识和接受。取而代之的是,人们经常说彼此相爱以掩饰和为他们的生理欲望而辩护。总之,爱情是崇高的,它能将滥交的愉悦提升到精神满足的高度。霍夫斯坦的一首双行押韵诗对这种明显的欺骗进行了深思。

"如果你爱我似我爱你那么深
我们便彬彬有礼情非真。"

在这两种事例中,友谊受到无情的对待。当然它没有从欺骗中获益。其次,尽管在比较受限制的情况下这种关系没有与异性的爱情关系密切,但是友谊能让人享受到奇特的乐趣。然而在某种程度上,它已不再是时尚之选。我们很少在电影中见到它。文学作品似乎也忽视了它。通常只有一个主角,并且规则总是每个男人都为他自己。友谊似乎比其他的人际关系更少引起我们的注意和兴趣。男人和本性、男人和金钱、男人和道德以及所有的男人和女人的很多方面 —— 这些是在我们的电影和小说中普遍出现的关系。友谊当然存在着,但是它被理所当然地视为日常生活中极普通的一部分,永远不被视作人类体验的典型例子。

的确,男女之间的友谊比同性之间的友谊更难以培养。而且,男女之间建立起的友谊的数量也永远无法与他们间产生的爱情相匹敌。在这种意义上,友谊比爱情少得多。它的后果远远不那么复杂。对我们来说,接受它对家庭生活涉及到的方方面面都不会产生巨大的影响。另一方面,友谊是有限的,因此不

管两个人的奉献多么伟大，他们都不可避免地认识到它的局限并时常感到甚至在联系最生动的区域也存有死区。

然而同性之间能够培养的友谊也不应该低估。性当然不复存在，但是甚至没有这种约束力和这一共同乐趣重要的潜在源泉，深厚宽广的依附关系也能出现。很多男人并不只是普通意义上的爱情候选人。这并不是说他们是同性恋者或是其他方式的变态者。他们可能实际上十分强烈地爱着某种目标，例如依附于某个对象，其结果是，在他们的生活中几乎没有或根本没有女人的存在的空间。例如，一个致力于南极探险的男人就是这样一个例子。他和另一个男人可能会在共同冒险中分享到很多的乐趣。可是此时女人可能就是个负担，不可能被包括在他生活的中心地带。

很多男人以一种不太显著的形式发现，友谊比爱情更适合他们的生活方式。无论他们选择的领域是政治、商业还是科学研究，都不如男人对他的选择的献身那么重要。他可能恋爱并结婚，但发现这些传统的依附关系极少让他满意，而且常常阻止他做自己真正想做的事。这些要求让他感到了负担。他更喜欢和他的政治朋友或商业朋友在一起，随便哪个，因为他们是他基本且强烈依附的世界的一部分。

这并不意味着爱情和友谊必然相互排斥。大多数的情况恰恰相反。友谊是爱的一种，这样我们的大多数友谊长存并增强了我们的爱的能力。男女之间的爱情不靠它自身存活。它需要其他人际关系的不断的滋养。我们通过其他的关系来丰富联系的任一区域。

无论男女之间的爱情是多么的深厚，至少由于彼此的职业和担负的家庭责任，他们在生活中扮演了各不相同的角色。这将不可更改地把他们分开。理想的情况是，这些分离的时期也

能满足需求。但是，他们不可能脱离我们喜爱的人、享有共同兴趣的朋友以及我们在这些角色中面临的问题。离群寡居的时间太长会很快地侵蚀我们与他人融洽相处的能力。我们将变得固执己见，不能灵活变通。结果是甚至我们最爱的人也将容易地与我们擦肩而过。另一方面，我们从朋友那儿得到的满足能保持我们愉快地接纳诸物的情绪。另外，有价值的朋友向我们传播其他的生活，反过来它们可以丰富我们所爱的人的生活。

正如我们将要看到的那样，尽管社会上有很多离间力使我们彼此分离，但对我们很多人来说，友谊是成长的自然产物。复杂的劳动分工使人类不可避免地发生联系，并且真正有价值的依附关系正是常常从这些联系中产生。我们经常把朋友看作是我们所选择的人。相反，我们认为自己的家庭成员是原本就固有的，是我们生活的"指定品"。然而，这并不完全属实，因为在很多其他的情况中，我们确实已经选择了我们的朋友。

乔治·桑塔亚那在他的《社会中的理性》中对友谊作了十分敏锐的分析。他使用"社会"一词来指涉人们相互之间的联系，并谈到了三种不同的社会：自然社会、自由社会和理想社会。

自然社会包含的友谊是从将人们带到一起的自然力量中产生的。假设我们生活在一个小村庄 —— 一个瑞士大峡谷中的小村庄里，我们的四周是阿尔卑斯山脉单调的山峰，那么我们的大部分时光将是在那里度过的，因为自然条件使得远离家乡变得非常困难。地理环境决定了我们创造的依附关系。我们与村民们分享欢乐和困难，而且在这些人中间结交朋友。我们从其他的地方选择朋友的机会微乎其微。无论如何，这些我们与之共同成长并生活密切的人们将成为我们最舒适的朋友。

所有人都有这种朋友。上同一所大学、住同一个宿舍的人们往往由于这些把他们的身体带到一起的自然力量而成为朋

友。他们可能是好朋友，也可能不是，但是他们会经常在一生中保持一种朋友关系，这正是因为在他们生活中那一段激动人心的时期的这种自然的联系。他们也许从这种友谊中获得了很多的乐趣和安慰。但是，显然他们没有靠纯粹的选择去交朋友。

乔治·桑塔亚那的自由社会比较接近我们所说的无拘无束地选择朋友的行为。自由社会的成员因为具有共同的兴趣或支持共同的运动而相互选择。人们相遇并高兴地发现在彼此的生活中情趣相投 —— 他们都喜欢网球、莫扎特、现代诗歌和古代历史。他们发现他们都曾去过同样的地方以及对同样的微小细节都流露出很大的热情。他们知道他们共同喜欢的人，他们的工作相关，甚至更简单的是他们容易一起开怀大笑，因此他们喜欢呆在一起。

最后是理想社会。这种关系不仅建立在也许是世俗的、甚至是平庸的共同兴趣之上，而且也建立在人们持有的理想的价值观之上。他们也许已经去世了好几个世纪，但是仍然在我们理想的友谊中占有重要的地位。对为利益与乐趣来研究乔治·桑塔亚那的所有人来说，他自己就是一个珍贵的朋友，并对我们自己提出了哲学上的理想。理想社会使人们同心协力，因为正如这个名称表明的，他们具有共同的理想。他们在哲学的意义上拥有相同的立场 —— 美和真理。即使他们从来没有真正见过面，只是为了这两个理想，人们建立了理想和目标的友谊。

我们所有的人都能而且也确实同时拥有这三种友谊。我们都是自然社会、自由社会和理想社会的成员。不幸的是，我们中太多的人把生活中太多的时间花费于极小的选择，并且比另两种类型的社会提供较少满足的自然社会中。我们没有花费足够的时间有意培育友谊。我们只与住在同一条街、在同一办公室工作、属于同一个父母教师协会的人们相处。我们同这些人谈

话，我们也许喜欢他们的友情，甚至与他们具有很多共同的兴趣。但是我们没有选择他们，他们也没有选择我们。而且我们通常不与他们发展理想的爱的形式以及构成友谊的极深的心理和情感的联系。

我们的社交生活常常不能结出更深层的友谊之果。人们熟悉的丈夫对妻子的抱怨或妻子对丈夫的抱怨的内容是他们永远与同一群朋友共餐，而这些人不一定是他们理想中喜欢见的朋友。我们总是与那些差不多是由于偶然和地理的因素而与之联系的人们共同消磨我们的闲暇时光，而不是同有意选择的朋友。在交际中我们深深为之感到苦恼。我们喜欢他们，我们发现与他们有一些共同的兴趣，我们享受他们的友情，他们也享受我们的。但是我们没有从这种联系中得到友谊能够提供的爱的深层的满足。我们将我们的社会从自然社会提高到自由社会，但是没有提高到足够的自由或理想社会。

友谊的作用

友谊的艺术值得培育，因为友谊有很多的作用。愤世嫉俗的法国人若切福克德写道：人们从他们朋友的苦恼中恶意地私下里感到高兴。这种可能性使大多数人感到痛苦，并深信“患难中的朋友才是真正的朋友”。友谊的一个重要的价值是当我们需要它时它能给我们以陪伴。友谊不像异性之间的爱那样引人入胜和费心的事实正是它的一种好处。它充其量是有限的伙伴关系，而且这十分有限的特性使得我们需要或想要它们的时候给予我们享受朋友的乐趣的自由，而当我们选择独处的时候也不会伤害他们。

这并不意味着友谊没有摩擦。朋友之间可以意见不合，朋友之间可能争吵。朋友向对方提出各种各样的要求，有时这些

要求给友谊增加了负担。但是，友谊是灵活的。朋友能聚能散。他们可以见面，也可以一段时间内不再见面。他们能够为了友谊或出于需要转向对方，他们也能够在一段时间内各行其是。

友谊不仅仅作为两个人之间的自由选择而开始，它还能通过选择而继续发展。朋友可以任意设置他们友谊的深浅、深度和强度。友谊可以根据他们的愿望或对对方的需要、他们的意愿或双方的响应能力而改变。

世上有紧张和费心的友谊，也有简单、轻松的友谊。朋友可以作为从其他关系中的解脱而转向的对象。男性朋友为了从比较紧张和费心的婚姻关系中得到喘息而常常定期寻找对方。这并不意味着他们不爱妻子和孩子，它只不过是说经常把你的脚放在桌子上或斜靠在吧台上，同一个不必为商业、地位或感情原因而提防的可信的朋友、或同一个只为了表达个人意见或无拘无束地交换有趣故事的可靠朋友谈谈购物、政治或其他的任何事情是有益的。

女性朋友出于同样的放松目的而寻找对方。她们放松自己并享受女人谈论购物的乐趣。友谊是这样一种几乎没有或根本没有紧张的爱。这是一种放松的爱。从我们需要和想要但不能每时每刻承受的紧张的关系中放松。

朋友也为我们的生活带来甚至是最满意的婚姻也不能一直提供的友情。一对美满的夫妇的兴趣在很多观点上是吻合的，但是他们很少能在每个观点上保持一致。

一来，在我们的社会中，我们的兴趣的确在某种程度上由于性别的不同而存在差异。这也许不是在所有的人类社会中都出现的情况。也许在未来的一些文化中，女人将做现在男人所做的所有事情。性的生理作用将由试管自动完成，从而使我们的生活如此多样化的可爱的差异消失殆尽。

目前，当我们共处时我们能够继续享受性别之间的差异带来的乐趣，而且我们也能与同性的朋友共同探寻诸多的兴趣。男人继续在一起玩扑克或打高尔夫球，女人继续聚餐、一起观看戏剧或共同购物。当他们再回到家里时，他们都会被双方各自的活动消除疲劳。

作为个人，他们也确实被赋予了保持个人兴趣的权利。作为业余音乐家的丈夫能够与他的音乐朋友弹四重奏，作为业余艺术家的妻子能够参加她的绘画或陶器班，在那里她与和她有同样艺术兴趣的朋友相遇。一个人可能比他人有更强的社团兴趣，或者不同的娱乐性爱好。一些出色的妻子确实不喜欢金鱼、足球和政治，而一些忠诚的丈夫对麻将、时装和插花漠不关心。

我们的个性越丰富，我们的兴趣就越广泛，而我们便需要更多的朋友来分享。没有什么朋友可以满足自己的所有需要。每个朋友都把他或她自己的某些东西带到朋友的生活当中。

友谊的更深层的作用

友谊比一些轻松的友情和共同的兴趣所带来的乐趣具有更深的价值。友谊在我们的生活中具有奥妙的生理作用。

朋友有助于我们对待自己的焦虑。在某种程度上我们都有焦虑。爱情和婚姻是我们竞相追求的结果。但是，我们也把自己的焦虑带到了这些关系当中，而且这些关系本身也产生出焦虑。朋友，尤其是朋友团体和圈子是焦虑极佳的解药。在团体中，个人的自我得以扩展。在团体中，个人感到联合的支持。当我们在晚会上与朋友相遇时，我们可以大笑、争论、跳舞、玩游戏、参加运动，专门的朋友圈子喜欢分享的无论什么活动你都可以加入。无论它是什么，我们成为团体的一部分，我们的焦虑被和缓、被晚会置于一边。

朋友有助于我们对自身保持客观的认识。一个有麻烦、处于痛苦之中、忧心忡忡、愤愤不平、或压抑的人与这个世界或它的很多东西是不能协调的，并可能由此变得内向。这些十分敏感的思想就像一个没完没了的慢转的唱片一样开始蔓延，直到他所想和所做的每一件事情都被这种情感影响。和朋友在一起就会将一个人从对自己的一再重复的关心中解脱出来。它将唱针卸了下来。

它也许会放上另一张唱片。一个朋友谈论起"他自己"，另一个人就思考他的情况而不是"自己"。当他讲完他的烦恼，另一个人的烦恼可能显得似乎不太重要了。经常性的是，一个人同一个有烦恼的朋友讨论之后，他深深地为朋友而担心。结果是他自己一个小时之前还十分沉重的烦恼现在变得比空气还要轻了。它们已经随风飘去了。

我们已经在团体中发现了一种疗法，即人们发现他们不是独一无二的，其他的人也在和同样的问题作斗争，也犯着同样的错误，承受着同样的创伤。他们正是从这一发现中体验到巨大的解脱。很多时候，友谊能够满足这种需要。

有一种可能，即我们能够从朋友的错误中获益。这一点没有保证，但是却可能发生。我们甚至可以从朋友的智慧中获益。至少，朋友能够充当共鸣板。

向一个可信任的朋友说出你的问题有时能够得到解决的办法。一个仅仅听你诉说的朋友有时就是我们需要的最完美的答案。

友谊具有的所有这些价值是因为在它的最佳状态中它是两个同等的人之间的自由联系和自由选择。朋友相互帮助，但是他们这么做是因为他们想这么做，而不是因为他们不得不这么做。当然也有变质的友谊。一些人在他的专业或生意或工作中

寻找他们的帮助，或者因为他们知道这些“合适”的人并能在社交上提高自己的地位，或者因为他们认识很多的女孩并能与之约会。这不是友谊，这是机会主义。除了求情和还情之外别无所有。我们每天在我们的生意和社交生活中都做这种事情。我们相互之间都扮演着各种各样的角色。但是，这不是我们所说的友谊。

友谊只为它自己而存在。朋友之间是忠诚和有益的，不是因为他们能作为回报得到什么，而是出于爱。

友谊的培育

因此，友谊确实是有价值的。人们在他们拥有的友谊中证实了这一点。他们也许抱怨，但是他们也享受着友谊的快乐。一些人拥有很多的朋友，一些人仅仅享有几个友谊。但是这些友谊是深厚持久的。我们怎样才能培养这一财富呢？

培养友谊意味着要克服很多在我们自身和社会上都存在的将我们与对方分开的离间力。这不是件容易的事。这基本上涉及到对我们自身和世界的态度的转变。当然，很容易记住有助于人们赢得朋友的特殊技巧，但是如果我们仍然缺乏自信、胆小害怕，我们怎么能使自己去做这些事情呢？迈向友谊的第一步是向它暴露自己。但是这对一些羞涩的人来说也是最可怕和最困难的一步。

麻烦的是，羞涩的人都常常被误解为恃才傲物。一个对社交恐惧的人同样防御性地看待别人，并且他们将双方都没有感觉到的目中无人归咎于对方。如果有一个人在脸上堆满了微笑，也许一切就会烟消冰释。但是如果一个人感觉到不友好，他就很难在行为上也友好了。一个人也许想要朋友，然而他不是感觉友好，而是多半对自己可能被忽略而感到焦虑，甚至事先暗

怀一丝愤怒的情绪。不幸的是，他们的沉默保持了这种情感和他们的社交距离。甚至胡说八道之类的答问也会唤起他人的反应。一旦有了相互作用，无论这种作用是多么的小，暴露就不太痛苦了。

我们从自身迈出的越广泛，我们遇到的兴趣相投的人就越多。培养友谊最简单的方法是建立在共同的快乐或理想之上。对同样的事情感兴趣的人易于对对方感兴趣。

我们确实不得不乐意向对方迈出第一小步。共同的兴趣或行动不会自动发展成友谊。两个人可能在一个社区计划或政治运动中一起工作数月之久，他们可能喜欢对方并合作愉快。但是，他们可能就像铁轨一样只不过肩并肩地向前跑，却永远不能实际相遇，永远不会向对方靠近去建立友谊。他们保持"关系"，冷冷地使用精确的麦迪逊大街流行的术语。他们不会成为朋友。

我们中的一些足球爱好者座位相邻，一个赛季接一个赛季地观看同样的比赛，支持同一支球队，然而却从来没有向对方讲过话。我们可能在第三次或第四次见面的时候点头打招呼，但是我们从来没有向对方更深地暴露自己，来看一看是否可能会有比座位相邻这一物质上的关连更多的共同点。

为了交朋友，我们不得不表示友好。除非我们培养一种接受我们自己和他人的态度，否则社会交往的处理方法将不会回报我们有价值的关系。我们不得不以希望在人们和陌生人身上发现我们喜欢的某些东西来开始。当我还是个小男孩的时候，我母亲教育我："甚至一个不走的钟表一天也有两次正确的时候。"如果我们有耐心，如果我们对此敏锐，我们就能抓住这个停止的钟表每十二个小时一次的正确时间。

我是在稍微年长的时候才明白这个家常智慧的含义的。甚

至似乎总是错误的人也有对的时候。这需要耐心，需要敏锐来抓住他们显示自身某些有吸引力的一面的时刻。我们“不得不愿意发现一个陌生人的有益之处”。他有责任将自己作为一个人置于显而易见的位置。但是引起他这么做却是我们的责任。同样的乐谱由不同的交响乐团演奏的效果却截然不同。这取决于指挥者的灵感和领导。如果我们不厌其烦地引导，在每个人身上都能发现更多的东西。

甚至最不可能的相遇也能在两个人之间产生有益的交往的一刹那。两个人也许似乎没有任何共同之处，但是他们有一件事情是相同的，那就是他们共同的人性。遇上这一点的暂时流露是富足的，甚至也是难忘的。非凡的时代，例如战争时代，能够产生出这种非凡的时刻。

男人已经在战争时期从共同的经历中建立长久的友谊。他们也许在回到私人生活之后没有任何共同之处，他们也许没有在日常生活的基础上保持朋友的关系。但是，他们通过艰苦和危险认识了对方，他们已经赢得了对方的尊重和热爱。一个男人将费神去帮助他的需要帮助的老兄，这不仅仅是感情，他们没有选择对方作为朋友，但是他们在不同寻常的情况中由于共同的人类需要而结下了友谊。

确实我们不应非得等待灾难带来共同的人性并将我们作为朋友联结在一起。我们应该能够不用在比我们自己乐意交朋友任何更大的压力下寻找可能的联络方式。

保护友谊

友谊可以保持恒久而且可以不依赖于我们对待它的方式。但同样的神经质的倾向能够玷污爱。正如我们将在以后的章节中看到的那样，它也能够破坏朋友之间的爱。好朋友之间可以

以不同的方式利用着对方。他们能够在需要的时候呼唤对方，请求得到现实的帮助。他们可以偶尔地利用一下对方。他们需要向对方吐露心事、倾诉烦恼。有时我们甚至可以因此"无情地"利用一个朋友。这对友谊本身也是一个很好的测试。在我们感到压抑的时候，我们可以把朋友变成一个倾卸不幸的货场。但是，这是个平手，因为当轮到他需要一个卸货场时我们也乐意为他提供服务。

这不会使朋友间的友谊出现危机。当友谊不再平等时，当一个朋友利用另一个朋友但反过来却不能被利用时，友谊才会变得紧张。当一个朋友支配另一个朋友时或由于神经质的需要利用另一个朋友时，友谊就会受到伤害。我们对一个只知道利用我们倾诉他的苦恼却忘记与我们分享他的幸福的朋友的感觉是不会一如往昔的。

当我们对朋友的情感变得视而不见、感觉迟钝时，彼此间的友谊就会受到伤害。在我们享受对方的快乐时，我们有时会认为自己接受的爱是理所当然的。我们忽略了很多人投入到友谊中的情感数量，并且不为他人设想。这样的做法有时是伤感情的。然而在其他情况下，这些强烈的情感只是没有被分享。令人心碎的体验不仅仅出现在爱情中，在友谊中也同样存在。奥斯卡·王尔德的《茵芬塔的生日》中那傲慢的小公主否认对他人的情感有任何兴趣，并宣布："将来让那些对我稍动念头的所有人都没有心。"

我们从小就开始学习友谊的艺术。如果我们的父母有朋友，如果作为孩子的我们被引见给他们的朋友并被鼓励把我们自己的朋友带回家中，我们就在快乐地迈向美好友谊的生活之路。那些没有这一早期体验的人们必须加倍努力地培育友谊。就像爱一样，友谊折射出我们自身更灿烂的光芒。它们作为我

们自传的一部分在我们的爱中占有一席之地。不管我们拥有多少的朋友，我们知道他们都可以成为快乐的源泉。一个没有朋友的世界的确是一个黯淡的世界。

第十三章　浪漫的爱

人类与低级动物之间存在着两大差别。第一，我们不只是在口渴的时候才想起来喝水。第二，我们没有发情期。在一年的任何时候我们都可以做爱交配。

然而，尽管人类的爱不受季节变换的约束，仍有一个时令对爱情有独钟。据说，在春天年轻男子的畅想极易转变为对姑娘的爱恋。由于这是春天赐予给人们易于坠入爱河的环境，这种特殊的爱就被称为浪漫的爱。

浪漫的爱常常令讲求理性的人士嗟叹不已。它是那么的冲动强烈，它甚至仅凭幻觉而生，不屑与现实为伍。因此，浪漫的爱通常只能昙花一现而无法青春永恒，并且与之相伴的常常也只是悲痛欲绝的终结。然而，这种短暂的疯狂有时对最具理性的人士也产生极大的吸引。如果我们从来没有体验过这种爱，为什么不就此稍加尝试。如果我们曾经体验过这种爱，它就会让我们深情地留恋并牢牢地植入我们的脑海。如果世人均钟爱一人，那么她便是世上最浪漫的情人。

任何一种如此矛盾的行为都应引起人们分外的关注。由于它是爱的一个部分，所以我们的行为和冲动的反应无疑都应属于审视的对象。

为什么浪漫的爱和它如此明显荒唐的行为能够打动人心？

或许我们首先应该想一想:什么是浪漫的爱?

尽管它的起源与颠峰的骑士时代密切相联,浪漫的爱亦只是在该年代数百年以后才得到彻底的表达。在18世纪末叶理性时代行将结束之际,"浪漫"才作为涉及整个生活方式和爱情的重要概念降生于世。在19世纪的前数十年中,浪漫时代伴随着疯狂的放纵而浮华一时。随后,几乎于一夜之间它让步于讲求物质主义的科学精神和工业革命。而且在哲学上,它再也没有重获昔日短暂拥有的辉煌。但不论怎么说,它毕竟曾经抚育出一系列超凡突俗的成果。如今我们依然在绘画艺术中,尤其是在音乐和诗歌中,享受着它带来的乐趣。舒伯特、贝多芬、伯拉姆思、雪莱、济慈和拜伦都已成为人类浪漫遗产的组成部分。

叛孽的浪漫主义者

浪漫主义者们于自己的生活时代极力抗拒着古典主义。古典主义是回荡在推崇理性、秩序、节制和纪律的18世纪的主旋律。

如今我们使用"古典"一词来表达一种模式,体现一种类型的完美。与医生交谈,他会论及某种疾病的古典例证。如果碰巧听到病人痛苦的呻吟,他在激情的涌动下或许会将之称作美的化身。医生想表达的内涵是,这是这种疾病的典型反应,它彻底地显示出所有已知的病症并完全遵从发病的过程。当生病的时候,我们常常只是部分而非完整地展现出某些病征,我们或许还会遭受到其他疾病的袭扰。在生病期间,自私自利的情感或许会强烈操控我们。我们不与医生密切配合,因而病情难以诊断。只有极少的时候我们才给他创造出全面观察疾病的机会。

古典主义在极力获取稳定、秩序和可预见性等问题上得到充分的体现。只有经历过时间检验的程式和社会习俗才能成为

最和谐的生活的基础。浪漫主义与之大唱反调。它打破了形式和类别的约束。它探寻的不是典型而是个性，它遵从的不是顺应而是标新立异、与众不同。它从理性和智慧的约束下奔向激烈的情感表达。最终，浪漫的精神鄙弃了艰辛的现实世界，插上了想象的翅膀飞向虚幻的自由世界。浪漫主义骑上插翅的骏马，抛开它的缰绳任其狂奔。它们奔向天地合一的忘我境界，最终一头扎入绝望的深渊。情感的表达均为疯狂的夸张。内心体验变成浪漫的生活现实，而理性只不过是一剂苍白的清醒药丸。

魔鬼的介入

作为浪漫世纪的巨人，歌德于自身体现出了浪漫主义的诸多矛盾。他像一尊天神横跨着两个世界，一个是诞生科学时代的理性世界，一个是充斥诗歌的激情世界。他对植物进行的分类和在光学领域中做出的伟大发现为科学进步奠定了坚实的基础。他创作的激情澎湃的罗曼史《少年维特的烦恼》据称引发了欧洲大陆绝望的年轻情侣们的自杀狂潮。

他的不朽之作《浮士德》对浪漫主义进行了完美的总结。当我们初次遇见浮士德的时候，他是一个将毕生精力奉献给科学研究的老人。在所有过去的岁月中，他致力于古典的秩序、形式、约束、控制、可预见性、运用智力和理解的研究。结果，他明白了一切。然而，他同时感到自己还是一位能够做宇宙和自己的主人的人。他没有看到事物的本质。世界的核心与他擦肩而过。他写到：

"可怜的傻瓜！
带着全部的知识，我站在这里，
蠢如从前：

……

看，无物可知！

那些知识将我砍伤，直入骨髓。”

怀疑和深切的失落正是魔鬼的家园。此刻魔鬼墨菲斯特出现了。他诱劝浮士德放弃理性，因为只有这样真实的生活才将最终显露于他的面前。当浮士德退居另一房间仔细掂量将要为之付出的代价时，墨菲斯特借走了他的斗篷，并向另一个研究者“劝诫”正确的生活道路。

“你要认识，再大的最大成就

也无助你的智慧的增长。”

接着，他又追加了两句最充分体现浪漫主义精神的简洁双行体押韵诗，

“我亲爱的朋友，所有的理论黯然失色，

只有生命的金树长青。”

现在我们都知道，浮士德用他永恒的灵魂换取了一个机会，回归到为理智所欺骗的他未曾真正认识的感官和激情的世界之中。

浪漫等于爱

我们在界定“浪漫”一语时所说的一切似乎同样都适用于爱。

人们常将爱视为自由的选择和个性的表达。我们的爱并非

由他人选定。也许我们会请朋友帮自己安排某场约会。但当涉及到恋爱时,还是我们自身的愿望和情感起着主导的作用。我们甚至会为此而经受与之相左的智慧与判断的煎熬。有多少坠入爱河的人讲求理性呢?理智与爱情毫无瓜葛。我们常说,人类的心灵自有它的评判。对于我们,爱情就是超凡的情感。这深沉炽烈的情感役使着我们,使我们甘心为奴。情绵缱绻时,我们忘记了吃饭,忘记了睡觉。穿行马路时我们看不见耀眼的红灯、听不到尖利的煞车声响。走进地铁站我们还撑着雨伞。

我们无法控制、无法包容爱。爱是人生的欲望之颠,爱是人生最绚丽的体验。当我们遭遇到爱的时候,它遗世独立,举世无双。酢饮着纯美爱情之酒的情侣们自信,他们的爱无与伦比。

谁能描述爱?

实际上,所有这些与爱相联的特性只不过归属于一种典型的爱:浪漫的爱。所有的心理学和社会学文献都没有对它进行过深入的论述。究其原因,答案显而易见。正是由于浪漫固有的特性使之蔑视任何形式的探讨。因此,关于浪漫的最普遍的说法就是浪漫的爱是婚姻的蹩脚的前奏。当我们结束本章讨论之后,你或许会同意或反对这种观点。

不管怎么说,人们对浪漫产生出的浓厚的兴趣足以推动我们对此问题进行一番探讨。如果说科学家常常弃之而去、不愿加以理会的话,那么我们不妨多审视一下艺术家们的反应。在此,我们满载而归,或许我们还可以说,收获远大于起初的想象。诗歌是最细腻地表达爱的情感的艺术形式。它们对爱的研究深至低微的叹息。

诗人告诉我们的第一件事情是,试图理解爱、试图将理智投注于生活和爱之中都是无效之举。我们无法知道、我们无法埋

解，可是生活和爱就这样诞生了。因此，莪默，那位制造帐篷的工匠，在《莪默·伽亚谟的鲁拜集》中告诉我们：

"我进入这个世界，不知何因何处，
就像潺潺溪流静静流淌。
我远离这个世界，不知飘向何方，
好似荒原上一阵清风，自由飘荡。"

他不明白为什么自己会在这儿，是谁将自己放置于此，自己将奔向何方，自己将何时起程。对所有这一切他一无所知。事情就是这样发生了。

由此可见，浪漫的人不仅无知无识，他也毫无好奇之心。他不知道也不想知道事情的缘由。在接受这种懵懂的状态中，他的内心毫无绝望之色。代之而生的是无穷的欢娱。既然自己无力知道也无法知道，为何不心舒体闲，任由所有的情感自由翱翔呢？

他可以自由地追逐自己的理想。在浪漫的爱当中，我们最深切地感悟到自身的欲望。这一切在古典文学中根本不复存在。浪漫的情侣们追逐的不是物质的欲望、不是凡俗的世界。莪默在他最为世人熟知的诗行中写道：

"树荫下放着一卷诗章，
一瓶葡萄美酒，一点干粮，
有你在这荒原中伴我歌唱，
荒野呀，啊，便是天堂。"

如果能与爱人共享，即便是最简朴的食物、最贫乏的慰藉

—— 如果它还算得上是慰藉的话，都可以营造人间天堂。哪怕周围蚊虫飞绕，哪怕面包上布满蚁蝗，哪怕荒漠寒风习习，哪怕户外骄阳炎炎。所有这一切于我何妨。它们甚至根本无法钻进自己的脑海。他的意识之门只为一个对象开放，那就是他的欲望。即使仅从这四行诗中我们也可以挖掘出最具象征性的意义，它表达的仍然是浪漫的梦想而不是现实之邦。

压抑的现实

我默领略着自己的伊甸园梦想，满足着自身的欲望。其实，在浪漫的爱情当中，我们满可以尽情地梦想，因为它只与我们的梦想、欲望和虚幻相连。沉浸于浪漫的爱中，我们将现实推出门户，因为现实充满了压抑，现实将我们踩倒。我默这样地诉说：

"至爱！你我能否与命运合谋，
把悲怆的苍生置于股掌？
我们何不将之击成碎片，
再重塑于彼此心房。"

现实是诡计之邦，现实可憎可恶。如果可能的话，他要彻底将之击碎。可惜的是，他不能如愿以偿。既然如此，他只好逃遁远方。他逃进了自己营造的乌托邦之内，逃进了自己的欲望王国。济慈在《夜莺颂》的末尾处问道："这是一场虚幻还是白日梦想？"他疑惑到，"音乐早已逝去：我是醒着还是身陷梦乡？"

这是浪漫的情侣们最常提及的问题。很多时候他们就是恍然不知自己究竟是醒是梦。我们知道，很多的浪漫诗人颇爱吸食鸦片。有证据表明，无论从社会或医学角度而论，此举在当时都易于为世人接受。对于浪漫者来说，不论是毒品、酒精、睡

眠还是平淡的日常意识，所有这些体验共同构筑起了他们的现实生活。吸食鸦片的人发现，鸦片可以使自己更快地飞向“自己”的现实世界。据说柯勒略治是在鸦片梦醒之后一挥而就创作出了《忽必烈罕》。它充斥了与现实相分离的怪异感觉。他写道：

“在上都，忽必烈罕发令，
依傍阿尔夫圣河
营建华丽夏宫：
潺潺静默流水
习习滑入深渊。”

接着他写道：

“精美工艺似瑶池，
阳光普照旁冰川。”

最后：

“天上人间超凡物，
琼浆玉液哺育成。”

显然，它与现实世界截然脱节。这不是我们寻常表达欲望的方式，而且我们的情感通常也不会生发出这种幻觉。当然，我们不是柯勒略治。但是，他离我们其实并不遥远。诗人的职责就在于替我们表达我们感受到的但却说不出或不敢说出的感觉。他将我们的愿望转化为诗行，他牵引着我们的双手，展示出

欣喜的梦幻，让我们在他的诗歌中尽情徜徉。这颇似魔鬼墨菲斯特向浮士德演示的充满激情和爱的世界。

为爱遭受的痛苦和死亡

除非隐身于梦想之中，否则我们并不能借助浪漫主义者改变或逃避现实的压抑。所以，现实的人们还是在忍受痛苦的煎熬。忍受痛苦是浪漫的爱的基本成分。缺少了它，浪漫的爱就颓然失色，就名不符实。为了理解浪漫的爱，我们必须认识到，浪漫者不仅遭受着痛苦，而且他心甘情愿。对他而言，苦楚甘甜舒心。他从痛苦中感受到欢欣和自豪。他是在追逐着痛苦。济慈写到：

"我的心在痛，困顿和麻木
刺进了感官，有如饮过毒鸩，
又像是刚刚把鸦片吞服，
于是向列斯忘川下沉。"

稍早于济慈的保王党诗人罗伯特·赫里克倾心于更加骇人的风尚。他的诗歌不仅充斥了痛苦，还萦绕着死亡。

"爱把我引入静寂的荒林，
眼前一棵硕大的榆树，
数人为爱悬身树上，
独空一环为我预留。"

他的"绳索"不是普通之物。它是由丝绸和黄金打造而成，是精美但致命的武器。一场歌剧以什么的终场之幕才能更加壮

观地与观众告别呢？在浪漫者眼中，死亡应是剧情发展的完美巅峰。他梦想着为爱情献身。很多的文学作品，至少是浪漫主义的作品，迈出了实际的步伐终于使这不同寻常的梦想变成了现实。

这太过分了。如今，即便在最浪漫的时分，我们也不至于幻想着为爱而献身。任何这样做的人根本不懂什么是浪漫，他们充其量是变态而已。然而，诗人们沿袭此道，合乎逻辑地将作品终结。他们在最后的场景中唤醒了人们所有的悲切情感。

我们不妨想一想伊索尔德为爱情而死的那一幕。在低声絮语般的交响乐的回荡之中迸发了一声发自肺腑的狂喊。再想一想罗密欧。当他凝视着逝去的爱人，把一瓶毒药举向唇边："为了我们的爱情！（一饮而尽）带着对你的吻我追你而去。"当朱丽叶从麻醉中醒来，发现逝去的罗密欧时，她悲切地责问罗密欧，为什么不给她留下一滴致命的毒药。于是她吻吸他嘴唇上残留的毒剂。当她发现罗密欧身佩的那柄短剑时，朱丽叶的心中一阵惊喜。在书本中、在舞台上，我们认为这都不是什么病态。我们为这种激烈的行为、过度的夸张、不受聪明才智或平淡无奇的常识的约束而表现出的壮观场面而欢欣。

爱的哲学

为了颂扬浪漫的爱，人们不仅为之放声高歌，而且还从哲学的层面为其找寻根由。雪莱竭力让我们相信，浪漫的爱是人类不可改变的自然本性。在一首题为"爱的哲学"的诗篇中，他写道：

"泉水流入河溪，
河溪汇入海洋；

天堂习习御风，
永世温馨相傍；
世间万物成双，
神圣法则激扬，
同心相聚融畅，
你我为何遥望。”

还有什么能比依“神圣的法则”而行更好地为情侣间的相亲相爱而辩护呢？

爱也是无法满足的。它吞噬了情人，让人永远无法满足。虽说悲切的新英格兰散文家拉尔夫·爱默生不常被罗列为浪漫之列，他还是写道：

“一切奉献于爱，
听从心声召唤；
不论朋友、亲人、时光，
家园、财富、声名，
规划、信仰、诗章
所有全部包藏。”

所有这些浪漫的爱都得到尽情的表达。它们的极度夸张与我们日常的谈话和情感相去甚远。若脱离上下语境，它们甚至还显现出几分神经病态的特性。

然而，它们还是颇具魅力。如果丈夫晚上归来对妻子诉说这样的话语，她会不悦吗？

“海伦，你的美在我眼中，

就像往昔尼斯的小船，
在静瑟的海面上轻荡。
抚慰倦怠的远航游子，
回归梦萦的故乡。”

她会介意吗？当然不会。如果爱德加·爱伦·坡的这些精美诗章只是一种夸张，那么结果又会怎样呢？如果丈夫平生只说过这么一次，他的妻子可能会有点儿狐疑。但是如果他经常以这种方式向妻子传情，那么即便有些夸张，她也会情不自禁地感到欢欣。

快点，快点

最后，在所有这些浪漫的爱的特质之上，我们还需认识一点：它的紧迫性。浪漫的爱极其急切。它源于年轻的、冲动的意识，即时光正在流逝。年轻的情侣们往往认为保存爱情的惟一途径就是结婚。也许在绝大多数方面他们还未曾作好结婚的准备，但是他们还是觉得必须尽快成婚，因为失去了这次机会，他们或许再也找不到这样的爱情。而且，如果现在捕捉不到它，他们将会永远失去它。

这种急促感在浪漫文学的作品中几乎占据了首席。埃特蒙·斯宾塞呐喊道，

“清芬的春天传讯：爱神君临人间，
春光披上盛装，尽情展示
大地茁生的百花斗妍，
灿烂似锦，遍地华滋。”

他接着又说：

"告诉她：欢乐时光莫蹉跎，
良辰美景须趁早。"

他还告诫世人道：

"钟爱的情人，行乐当及时；
春去也，无计唤住。"

赫里克的诗句更加著名：

"采采蔷薇，及其未萎；
日月其迈，韶华如飞；
今夕此花，灼灼其姿；
翌日何如，将作枯枝。"

莪默也说过，

"天地是飘摇的逆旅，
昼夜是逆旅的门户，
多少苏丹和荣华，
住不多时又匆匆离去。"

不要迟疑，现在就去攫取爱情，因为生活在流逝，爱情在流逝，所有的一切都在飞奔，所有的事物都将终结。这种对时间、对爱情、对所有可爱的东西倏忽即逝的绝望意识依然吸引着我

们,即使我们已不再为青春期急促的步伐而动。现在我们已经认识到,我们仍拥有比浮躁的青年时代所想象的更多的时间。

亲自动手

从以上的描述中我们看到,浪漫的爱充斥了非理性特质——夸张、急躁、自愿的无知、蔑视现实、屈从于欲望痛苦甚至是死亡。这样说来,人们即便没有疯狂,也是愚蠢之至。但我们的此举并不是要贬毁浪漫的爱。浪漫的爱是迄今为止人们最熟悉的一种艺术形式。

虽说并不是每个人都能绘画、雕刻或写诗,但是每个人都切切实实地具有爱的能力。浪漫的爱是所有的人探手可得之物。我们都具有这种创造性地表达情感的能力。这种亲自动手的特性甚至不用我们出门采购。仅凭梦想我们就可以将之创造出来。如果我们还需要旁证的话,文学作品提供了详实的具体事例。

就本质而论,浪漫的爱符合艺术形式的所有标准。像艺术一样,它超越了事实的制衡。它对科学的真相毫无兴趣,它追求的是艺术的象征性真理。

我们不妨看一看从各个方面来说都属经典之作的浪漫小说《呼啸山庄》。如果我们非得从字面上将之视为事实的记载,那么它颇似患有强迫症的神经质患者的临床病例。它甚至还算不得一则优秀的病例。在心理学或文学作品中还有很多更佳的实例。

但若抛开表面的咬文嚼字,超越虚渺的现实,我们就能从它的夸张中看到一个更大的真实——一个涵盖了所有情侣故事的真实。失去凯瑟琳的希思克利夫的疯狂、苦涩和自毁的爱最终沦为一股毁灭性的力量。对此,很多具有同样不可控制力的

人们颇有同感。正是它孕育出了世间男女间的爱情。

为了真实地表达象征意义，浪漫的爱挑选并夸大了具有特殊意义的特征，同时忽视了与其目的没有直接关联的其他特征。从整体上说，艺术也遵循此道。例如，在对人类的身体结构的了解上，米开朗基罗至少不逊色于同时代任何一个出色的内科医生。或许他会用蒂西安和他的学生们为帕多瓦的杰出内科医生维索里亚斯编撰的解剖学课本所作的插图一样为文艺复兴时代的解剖学教材绘图。但是，当米开朗基罗为佛罗伦萨创作大卫雕像时，他却将大卫塑造成身高 15 英尺的形象。这在生物学上极其荒谬。他笔下的大卫身体柔弱精美，显得格外年轻。皮肤丝毫没有展现被时间和生活的沧桑磨砺出的松弛的痕迹。而且，大卫的造型还显露出一个表面的不和谐，这尊年轻雕像的右手做得很大，与整个身体不成比例。

为什么会这样呢？原来米开朗基罗希望通过这尊精美的人像表现出内在的力量，即那股用背带绞死戈力亚斯的力量。米开朗基罗自由演绎事实正是为了象征性地渲染大卫的形象：一方面他年轻柔弱，但同时他又极具力量，手的力量和精神的力量。尽管只是个孩子，大卫还是勇敢向前，同魁梧的、全副武装的、烙有战争伤疤的武士交战。简单地将大卫雕塑成小男孩也许最符合实际，但它远非艺术性创造。

还有一则事例，咋一看布兰库西的《飞翔的鸟》貌似一个闪闪发亮的圆柱体，怎么也不像一只鸟儿。然而它抓住了鸟儿飞翔的本质。它超越了现实，只选取了表达动作的一个特征——飞翔的鸟儿的特征。布兰库西选择并夸张了一个方面，并且以此构筑了整幅雕塑。最后我们感到这只鸟儿飞翔的动作比起照片上看到的真正飞翔的鸟儿更加传神。

这正是我们在浪漫的爱中所做的事情。我们也从自己诸多

的情感中选取了某一个方面并将之夸张地表达出来。恋爱中的男人向姑娘表白:"你是世界上惟一适合我的女孩。"这话听起来显然并不真实。真实的是,碰巧他正在那儿,碰巧她也在那儿。也许性腺产生了作用,也许这是春天,也许所有的因素都在起着作用。

也许他是个颇讲实际的男人,正在依照《菲尼恩的彩虹》中的歌儿的建议采取行动。歌中唱道:"如果你不能接近心爱的姑娘,为什么不爱身旁的姑娘?"如果他对姑娘坦然直言,那么姑娘还会倾心于他么?可是如果他对她说,"你是世界上惟一适合我的女孩",他不仅能从她那里得到深情的回应,他也会感到阵阵暖流涌至心田。他为自己的情感创造出了更大的空间,他也由此感到更加充实。他也更透彻地感受到了爱的特质。

爱情装饰人生,爱情强化情感

情人眼里出西施。恋爱中的男人喜爱缠绵于对爱人的美好的遐想之中。他极力夸大她身体、脸蛋或个性上的美丽。他甚至完全沉溺于虚无飘渺的臆想当中,但这一切又有何妨。他希望这一切存在,他看见了这一切的存在,而且正因为此他才爱恋着她。正如我们常常看到的那样,浪漫的情侣经常为自己的所爱创造出完全虚幻的形象。他或许对眼前真切的姑娘并没有多少深切的了解,他所爱慕的只是理想化了的她,是依自己的愿望描绘出的她。同样,被爱的人也有这番心态。她爱的是心目中理想化了的他,是她希望的他。

但这是极其不理智的。这将对他们的未来,例如他们的婚姻,构筑潜在的危机。但在人们的生活当中,除了理性的、实际的和有效的成分之外,确实也存在着装饰性的,即艺术性的一面。

这种装饰美、创造美的需求在我们每个人的内心都很炽烈。我们可以追溯到生活于山洞里的石器时代的人们。他们在洞壁上画上一只只麋鹿。他们在武器上、在工具上也绘上一幅幅图画。他们将鹿角做成刀片并装上饰物。

我们可以将他们打制的第一把刀称作手工品或应用艺术。当原始人在山洞里吃饱喝足安全无恙时，他就有了闲暇的时间通过妆扮洞穴来表达自己的情感。他装饰工具的举动给他的生活增添了一抹色彩。我们称此为纯艺术。

如果浪漫的爱是一种艺术的话，它也必定拥有这种装饰性的特质。情况确实如此。这种装饰性的特质点缀了情人也渲染了爱情生活的每一个方面。隔壁的姑娘也许只是善良的伊莱恩。但当他爱上了她之后，她就变成了："美丽的伊莱恩，迷人的伊莱恩，百合花般飘香的伊莱恩。"情人眼里流下的一滴泪水比七大洋里所有的海水更让人感动。迎候爱人是喜剧的高潮，而与爱人的离别则是不忍触目的悲剧颠峰。

为了情感的解放

浪漫主义诗人和艺术家们为什么这么深得人心？也许其中的一个原因就是，他们为了捍卫我们的情感不惜艰难一战。他们抗拒理性约束的拼搏至今仍回荡在我们的心田。事实上，我们很少有机会表露自己真实的情感。很多的时候我们甚至不敢承认自己拥有情感。我们生活的社会只允许我们在某些很具体的环境中表达情感。而在绝大多数的情况下，即使是感情丰富的人们，为了保持良好的风度，为了维护社会的文明，亦会紧咬牙关强抑内心的苦痛和伤悲。

这种规范也许有助于我们控制极度痛苦的情感。其他国度、其他时代的一些允许流露悲伤的方式，如一部意大利电影展

示的趴在死去的儿子身上嚎啕大哭、悲恸欲绝的尼亚波利敦母亲的形象，有时会对我们的生活构成某种威胁。我们处理情感的方式虽非更好，但截然不同。

当情感不带来多大的伤害，或者更能带来更多的快乐时，我们同样也对之加以约束。我们希望自己和他人都受到约束。在这种约束之下潜藏着一种意识，即情感未必是美好可人之物。它们也许渗透出孩子般的气息、懵懂而未开化、或是缺乏教养。当一个人出于愤怒、抗议或信念而猛拍桌子时，人们不禁心头悚然，因为他的行为颇似一头公牛。但是浪漫的情侣们可以充分地表达自己的情感。而且只要控制得当，他们可以尽情发挥。仅仅为了这般自由，我们何曾不希望自己亦陷入浪漫的爱情之中。

如今，自由表达情感已成为我们的一个政治传统。美国和法国大革命建立了个人的价值，它直达每个人最非理性的情感。这至少在理论上是成立的，而且个人的权利自它们被写入法律条文之后就受到宪法、宪法前十条修正案和很多的法庭实践的保护。

然而尽管没有成文，数百年来情感的表达同样也受到法律的诸多约束。还有很多微妙的社会力量和行为准则也限制情感的外露。今天，当我们更清楚地明白压抑情感带来的后果时，我们努力让自己的孩子更自由地表达他们强烈的情感。

在距今不甚遥远的年代里，如果孩子对父母说出不敬的话来，他会立刻得到一记响亮的耳光，或是被强迫用肥皂清洗嘴。如今的人们对这样的惩罚大皱眉头。如果孩子从来不用话语表达强烈的情感，这通常意味着我们对他们的管束过于严苛、过于专横，而这并不利于他们的最佳发展。

儿童心理学家不得不为实现儿童情感的自由表达而战。他

们不得不教育父母应该如何明智地赋予孩子一定的自由。当然，那些冠以自我表达名义的对身体有害的或危险的行为应受到限制。不过，作为成年人，我们应允许自己和他人时而稍稍犯下一些小小的失误。

人们开始尊重情感

对于以上所述的一切，浪漫的情侣们置身于外。陷入爱河中的人们没有必要隐瞒情感。恋爱中的我们更深切地体验到自身的情感。我们栖息于它们之上，依托它们而发展，时刻培育着它们，当然也不断地表达着它们——对我们所爱的人，对我们的朋友，如果没有人愿意听就对我们自己。情侣们完全可以自言自语，没有人会怀疑他们神志不清。

当享受爱情甜美的人们表达自己的情感时，情感自身也变得更加可人。我们为自身甚至他人的情感表达而振奋不已。我们充满柔情愉悦地、也许怀旧地看待它们。如前所述，我们发现人们表达的其他情感，如愤怒、敌意、甚至是坦率的悲伤，都具有威胁。但是爱情则不然。当我们看见两个年轻人在拥挤的人群中情意绵绵地相互依靠，根本意识不到他人的存在时，我们会会心微笑，我们感到了温暖亲切。我们或许会认为他们终将超越此境，我们或许会将之视为暂时的生病，我们或许会对这一行为嗤之以鼻，但是我们不往后退。相反，我们喜欢上了它。

爱情傻瓜

浪漫的爱赋予了我们另一种自由——尴尬或愚蠢的自由。如果我们在生活的某个方面遭遇到缺憾的情感痛苦时，谁能幸免呢？——我们常常为此而深感震撼，我们的行为会因之变得尴尬、过分和夸张。但在浪漫的爱中，这一切立刻可以欣然接

受。情侣们可以说胡话，可以大喊大叫，可以被自己的脚绊倒，可以一头撞到墙上，可以忘记问候或道别，可以忘记约会，可以用千万种方式做傻事，偏偏就是没有人责怪他。

罗斯坦的戏剧《西拉罗·伯杰拉克》中有一著名的爱情傻瓜。西拉罗硕大的鼻子使他极其敏感。他远遁而悄然隐匿起来了吗？恰恰相反，他竭尽所能使自己显而易见。他在自己的帽子上插上羽毛作为自己的标记。他将自己训练成出色的剑客，四处与人决斗以显示自己的超凡。他变成了恶名昭彰的吹牛大王和不可一世之徒。当他爱上罗克桑娜时，由于畏惧遭拒而迟迟不敢发起攻击。他只好以他的英俊但愚笨的朋友克里斯琴的名义向她倾诉爱慕之情，以高超的文学技艺演绎爱情。由于罗克桑娜恰恰青睐于诗画般的浪漫情感，最终克里斯琴赢得了姑娘的芳心。

尽管西拉罗有这般蠢行，我们还是喜爱他。甚至罗克桑娜也爱上了他。在最后一幕当他躺在罗克桑娜的怀里奄奄一息时，罗克桑娜亲吻了他。

不受心智的约束

浪漫的爱为我们带来的第三个自由是免受判断的困扰。浪漫的爱不尚吹毛求疵，也不需要推敲判断。它远离智慧和理智的约束自由翱翔。爱河中的人们追逐自己的情感。他可以找寻完美的借口随自己的喜好而为。他的举止并非源于自己的选择和意愿。在远远胜于自身所能操控的力量的左右下，他束手无策，成了爱的力量的牺牲品。借助这种堂皇的理由，他可以尽情享受自己的快乐。

在某种程度上，沉溺于爱情之中的浪漫情侣的行为方式颇似猫儿一样。猫不会抚爱你，它只会依靠着你抚爱它自己。浪

漫的情侣也是如此。虽说在内心深处他自认爱恋着对方，但事实上他更爱的是他自己。从恋爱中他感受到了快乐，在浪漫的爱情中他尽情地陶醉。从表面上看，爱人是他垂慕的对象，但他实际的钟爱常常是想象中的情人，就好像是电影中的人物一样。他的所爱是自己的创作佳品，是他自己的一部分。

如果要看到钟爱的对象的本来面目，他就必须求助于自己的心智和判断力。他就必须考虑自己的爱人的穿着是否得体，她能否满足自己的需要，能否提供他所欲求的那种伙伴关系。他甚至会考虑她能否成为未来的理想型母亲。

在浪漫的爱情当中，他可以远离这种良好的感觉和判断。桑塔亚娜笔下的浪漫的情侣就像空气一样自由地"尽自己的想象而爱，尽情崇拜自己的创造物"，即自己创作的艺术佳品。他不乏睿智地补充道，"构筑浪漫的爱，百分之九十依靠爱的主角，百分之十依靠爱的对象。"

除此之外还有颤动的灵魂和戏剧性的场景，因为若缺乏了戏剧性，浪漫的爱就不成为爱。陷入爱河将我们从单调乏味的日常生活中攫取出来，并将我们置于过山车中。我们不断地上下俯冲，时而骤升，时而突降。恋爱的我们就是生活戏剧的一个部分。我们无法事先筹划，无法瞻望未来。我们没有脚本，我们即兴上演生活的每一幕，因为情感显然是不能早做安排的，感情的发展依循自己的道路。一场沉默、瞬间的中断、某个话语或音节的强调都可能将欢娱的夜晚变成无尽的忧烦，反之亦然。哪怕一句简单的"是"，恋爱中的人是悄然允诺或是字句铿锵都会使结果大相径庭。

生活的戏剧在回味中往往显得更加美好。对爱人缱绻的回忆甚至会比爱人站在眼前更令人心动。事实上，很多的情侣更愿独处，缅怀记忆中爱人的倩影，追忆上一次的约会，期待下一

次的相逢，而不欲与爱人片刻不离。当他们切实相处时，在绝大部分的时间内，他们只是默默无言地端详着对方。如果他们说话，很可能就会提及敏感的话题，或现实的追求。于是，美梦就会破灭，情感就会受到伤害，而约会就在争吵中终结。

浪漫的爱情文学作品泄露了这一天机。绝大多数的爱情故事讲述的只是情人的梦想，它们很少将爱人拉近身旁。罗密欧与朱丽叶在一起共度过多少时光？但丁对比阿特丽斯的伟大的爱情滋生于见到她的短暂的30秒钟，然而从诗歌中我们看到他终生眷恋着她。朵尔西·帕克在一则短篇浪漫故事中描述了一位饱尝没有回报的痛苦爱情的年轻妇女。她乘坐着出租车飞奔在城市之中。这不是为了找寻她钟爱的男人。她只是围绕着他所居住的街区一味地徘徊。在对他的思念当中她度过了痛苦的时光。尽管她遭受着这样的痛苦，读者还是理解了她，并对她投注深切的同情。

爱的机制

在所有这些现象中，有一个具体的心理机制发挥着作用，这就是精神分析学家们所称的理想化进程。换句通俗的说法，这就是超凡的性欲评估。被爱情缠绕的人们对自己的爱人的美丽、美德和素质估价过高。他对爱的对象没有形成精确、理性或成熟的认识。他的评估往往显得仓促夸张，并且可能充满了错误。

精神分析学家向我们建议，当我们浪漫地相恋时，即不加思索和判断，不曾想到详察爱人的真实面目时，我们的行为其实正在为我们自己的性目标找寻一个藏身之所，而这个性目标就本质而论仍然是我们的自恋。我们选择的爱情对象就是那藏身之处。

如前文所述，在我们的童年时代，我们首先将自爱视为最初的快乐源泉。然后我们才开始爱食物、爱喂饲我们食物的手以及手的主人——父母。随后，孩子才开始爱他的父母和他人。但是，他的爱基本上还是幼稚的，仍然是一种自恋。他之所以爱自己的父母和他人是因为他们帮助了他，照顾了他，给予了他快乐和舒适。至于他们是否快乐和幸福，孩子没有强烈的兴趣。在本质上，他的爱指向自身。

在他早期爱的生活岁月中，他感受到找寻异性爱的需求。但他爱的能力仍然不甚成熟。在这些早年的关系中，他爱的主要还是自己。他喜欢被爱。这位小小的情人依然沉浸在自爱之中。他仍然只对自己的感情，只对自己在爱中感受到的愉悦和痛苦感兴趣。除非他人的情感影响到自身，否则他是不会对自己喜爱的人的情感发生兴趣。他对她的貌相也没有太大的兴趣。比起眼前真实的她，他更喜爱自己想象中的她。

这就是理想化，这就是精神分析阐释的人们陷入浪漫的爱的过程。

当然，此时世人都受到了愚弄，情侣们自身也受到了愚弄，因为这两个异性正在上演一出彼此相恋的颇具说服力的戏剧。

另一个极其容易与之混淆的截然不同的过程叫做升华。此刻，幼稚或自恋的目标被代替或被引导步入其他的渠道。在升华过程中，人们的性目标不必非得通过性才能得以表达。它们可能会受到一定的阻碍，但这种阻碍亦令人愉悦。随后，从最初纯粹的自恋和寻找快乐的冲动中诞生了温柔、理解和对爱的对象的关怀。精神分析学家指出，当爱以这种形式得到升华时，这种关系就开始迈向稳定的发展之途。

若缺乏了这一步，相爱的两个人就只能为满足自己的需要、欲望和乐趣而相互利用。除非人们学会用更成熟的方式理解爱

人的欲求、关心爱人的愿望来代替这种自恋，除非这一过程已经完结，否则他们将无法迈入长久维持彼此关系的路途。我们也许会说，这就是浪漫的爱发展为成熟的爱的必由之路。通过升华的过程，童年时期的自爱终于成长为成人友善的爱。

可作屏障的爱

浪漫的爱可以被视为迈向成熟的爱的第一步。浪漫的爱完全能够充当此任。在自爱和爱他人这一宽阔可怖的鸿沟之间，浪漫的爱架起了一道桥梁。浪漫的爱发现个人情感的力量极其诱人，它让人看到爱的保障。它的承诺帮助人们克服了畏惧，不论这种畏惧是多么的虚幻。它让人相信这种爱值得信赖。

我们还能记得，在童年时期孩子从父母那里获得的是有条件的爱。只有当孩子依照父母的心愿行事时，他们才能得到父母的爱。孩子接受了这种有条件的爱，因为在残酷的现实世界里，这是他所能获得的一切。但在内心深处他仍然追求着无条件的爱。他希望自己无论做什么、像什么都能得到爱。

浪漫的爱赋予了他这种承诺。它不只是30天那么短暂，它甚至也不局限于一生。它是永恒的承诺。他完全被爱，完全被接受。无论他将成为什么样的人，无论他的行为将多么恶劣，他都将被人原谅，他都将得到他人的爱。我们注意到，这是浪漫的爱存在的前提。

有了这样夸张的爱，有了伴之而来的所有的承诺，恋爱的双方都会感觉他们将永远不再受到伤害。这就是他们期盼的爱——没有重荷的爱，无条件的爱。

当他们考虑结婚时，他们开始自问各种问题。他们问："我怎么知道我在恋爱？"答案很简单。如果他们提出了这样的问题，那么可以肯定他们就在恋爱。但是，这不是他们真正想要弄

明白的问题。他们想知道的是，这一切都是真实的吗？这种伟大的爱能够克服婚姻中遭遇的所有的困难继续生存吗？婚姻中出现的所有问题都能得到解决吗？

答案是否定的。相恋只是两个人之间的事情，而婚姻涉及到的问题要多得多。除了核心中的两人以外，婚姻还牵涉到同很多其他人的关系，因为结婚已将他们自身原有的诸多关系带到了婚姻当中，如父母、兄弟姐妹、表兄弟姐妹、朋友和孩子，他们必须处理好这些关系。婚姻还涉及到很多不可捉摸的东西，如价值观、处世原则、生活方式和生活背景。它们或许会很相似，但不可能完全一样。婚姻还引入了金钱和对金钱的管理问题。婚姻涉及到岁月的流逝和它带来的变化。婚姻不是闲暇之时含情脉脉的私通，它是两人共同生活一生。

爱与婚姻

那么浪漫的爱与婚姻又是如何相连的呢？

首先我们必须承认，尽管浪漫的爱为人们带来了诸多的喜悦，它终归是缔结良缘前的一种爱。纵览浪漫的文学作品，我们几乎找不到一则讲述婚姻中的浪漫爱情的故事。在现实生活中，它或许偶尔存在，但在文学作品中它却极为罕见。在文学中，伟大的浪漫情侣最终从未获得过幸福快乐。他们从一开始就注定要惨遭失败。当然，神话故事中的情侣们往往以步入洞房而告终，并且"从此过上了幸福的生活"。但他们的后半生仅被一句话概括了结。显然，人们对此已无话可说了，因为婚礼既毕，浪漫也随之结束。

作家和诗人们一点也没错。从纯粹的形态上看，浪漫的爱与婚姻格格不入。它始于选择爱的对象，而推动选择之举的动力不是什么现实的因素，它摒弃理性、摒弃现实。炽烈的爱超越

了一切，它建立在梦想和虚幻之上，为了实现爱而必须克服的障碍更似神话故事中的蛟龙，而非交付房租或投保之类枯燥乏味的日常事务。但是，炽热强烈的浪漫之爱并不等于永恒。虽说情侣们心醉神迷地体验着爱，但是这般狂喜又怎能天长地久。它颇似偷吻，或周末偷情。但在世人的眼中，婚姻和法律一样都是公众习以为常之制。

最后我们看到，享受浪漫的爱的人们并没有从中学会如何保持这段情感。人们并没有学会在遭遇困难的时候应采取何种行动。当他们彼此意见不一时，当他们伤害了对方的情感时，当他们发生误解时，他们应如何去弥补？他们从爱那儿没有获得任何的灵感。在最初的承诺中，他们只有信誓旦旦的爱却没有相互的理解。当坠入爱河之时，理解是他们考虑的最后一桩事情。

因此，浪漫的爱只是一件精巧但却无法恒久的艺术品。最终，最执着的人们亦会从心底发出阵阵呐喊，欲从这程式化的梦幻中逃脱，步入更现实的舒畅恒久的关系之中。即使是浪漫的爱在无穷无尽的重复之下也将变得令人厌倦。尽管自己的伴侣愤世嫉俗，爱可以使婚姻中的浪漫情愫永葆青翠新鲜。正如所有的艺术形式一样，没有任何一种爱可以独占世间所有的美。每一时期的艺术都展现了一定的价值，但在任何时期它们都不可能满足所有人的需求。浪漫的阶段赋予了我们很多的财富。经过精心的选择和提炼，我们能够为婚姻生活增添无穷的魅力。

第十四章　爱与婚姻:矛盾

在浪漫的西方世界里,单纯的爱的表白并不能自然地引导男女步入婚姻的殿堂。历代伟大的作家和诗人们都把自己最杰出的才华倾注于对浪漫爱情故事的描述之中,有时甚至不乏对奸情津津乐道,如《安娜·卡列尼娜》和《包法利夫人》。但奇怪的是,很少有人倾情于婚姻中的爱。似乎夫妻间的爱情始终无法点燃他们炽烈的创作灵感。

影视圈似乎对婚姻中的爱情也无太大的兴趣。每当银幕上出现两人做爱的镜头时,当事人几乎全是未婚者,至少他们不是夫妇。有人说,夫妻间亲密的镜头实在令观众尴尬。听起来好像我们仍是关在父母卧室外的长不大的孩子。

当然,在医疗诊治方面我们不乏大量的有关夫妇之爱的资料。但它们亦很少反映出婚姻中爱的甜美。它们更多关注的还是出现于婚姻中的爱的挫折和失落。有些文学作品确实也对此问题进行了探讨,如爱得华·阿尔比的获奖剧作《谁害怕弗吉尼亚·沃尔夫》。可惜的是,此剧的主题依旧还是婚姻中的爱的缺失,而不是爱的存在。

婚姻中的爱难道真的是那么的贫乏而无法引起人们的注意吗?人们往往又会矢口否认,"噢,不,不是那么一回事!"但是,很多人在内心确实认为婚姻中已经完成了的爱怎么能够与浪漫

的情人间甜美的爱相媲美呢？面对痛苦不堪的伴侣们，我们感觉不出他们的苦涩有什么吸引人的魅力。这种苦涩倒是包含着更加强劲的威胁，因为它象征着失落和失败，它缺乏艺术性和诗意，它的病态让我们触目惊心，甚至令人恶心。只要可能，我们是不愿正视这种现象的。而当夫妻们幸福融融的时候，我们还有什么话好说的呢？至多在童话故事的结尾处作者添上一句，“从此以后，他们幸福地生活在一起。”

此外，当我们联想到婚姻中的爱的时候，我们已不再特别强调它是复杂的婚姻存在的组成部分。除了爱之外，婚姻还包含着那么多其他的因素，爱几乎已经沦落为偶然的显现了。

在审视婚姻的过程中我们还发现，婚姻是一个由一系列依附关系组成的聚合体，而爱只是其中的一个部分。人们通常谈论的婚姻中出现的问题往往更多的缘于金钱、孩子和对方的家人。当人们说到婚姻带来的满足时，这种幸福也多来自于料理整齐的家庭、或做得一手好菜的妻子。当然，近些年来丈夫们在此方面也大显身手。但是，我们几乎听不到夫妻们相互间爱的诉说。

此中的原因也许是婚姻中的爱过于亲密而不便公开谈论。只有当婚姻出了问题的时候人们才不得不与婚姻顾问或律师进行一番交流。那些对婚姻中的爱不满的人要么承认失败进而谋求离婚，要么寻求其他的方式来补偿这种令他们失落不安的关系。那些自认为正享受着幸福的婚姻中的爱的伴侣们认为根本就没有谈论它的必要，因为他们享受的诸多的满足已充分地表达了彼此的爱意，牢固的爱已经成为他们生活的核心。

爱怎么啦

婚姻能快捷地显现出我们的本质，因为婚姻中的人的本性

与生活的其他领域内并无二样。婚姻本身并不制造难题，我们只是将自身固有的难题带入了婚姻当中。

如果夫妻双方都将过于刚直不屈、故意抵触的神经病态模式带入婚姻之中，那么他们之间就很难产生正常的爱的情感。例如，一个行为过于诡秘的、对所有的人都存有戒心的丈夫是无法信任自己的妻子的。于是，她从来也不知道他的业务客户是谁，他挣得多少钱，甚至她根本就弄不清他的谋生手段。一句话，他根本不让妻子知道自己作为一个活生生的人的生活世界。如果是这样的话，她又怎能爱上他呢？她又怎能热情地回应他给予的有限的、甚至是吝啬的部分自我？她又怎能发展彼此因缺乏信任而存有诸多隐匿的脆弱的依附关系呢？

再如有这样一位妻子，她样样事情都干得漂亮得体，她是一个完美的管家、女主人、社区成员——家长教师协会中的"火花塞"、当地慈善机构的领袖。在她的身上人们看不出任何人性的缺憾或失误。但是，若一个人看似这般的完美无缺，从来不曾磕绊跌倒过，那么她便还是一个真实的人吗？我们在心中不禁会萌生出一种感觉，这不是真实的人性。她是一个戴着面具生活的人。

就我们所知，真实的人在其内心当中应该隐匿着各式各样的情感，也许还包含着仇视和毁灭他人的欲望。她不愿让别人甚至也不愿让自己看到它们。她无法忍受自身存在着与自己完美的标准相悖的情感。正因如此，她的丈夫和孩子便感受不到她的爱。同时，他们也会背负着一丝丝的负罪感，因为她的外在的爱的征象经常出现在他们的面前。

以上是两则极端的例子。如果婚姻从一开始就遭受到来自某一方的如此强烈的个性缺憾的袭扰，那么他们的爱情之花能否盛开就颇成问题了。但是，在步入婚姻的殿堂的时候，人们都

不同程度地带入了一定的神经病态症状。婚姻好似一面无情的镜子将它们放大。我们从伴侣的身上看到了自己的不成熟和缺憾迎面袭来。

人们对此的反应可能是怒气冲天的抨击，是对直到目前为止自己的爱人从未怀疑或认真正视过的自我的某一方面的公然拒绝。为避免争吵她或许会掩饰住她的懊恼，在表面上接受了它。她会不断地自我宽慰 —— 这就是她所嫁的人，她只能从好的方面多想想罢了。

如果她真的能够多从好的方面设想，接受不幸显露于丈夫身上的缺憾，并继续爱他，爱他的一切，包括缺点，那么她可算是真心地投入了。如果她的丈夫也能这么想、这么做的话，如果他也能接受她的各种优缺点，爱完整的她的话，那么他们就已迈入了期盼已久的、婚姻承诺的可靠的爱的当中。

不幸的是，事情的发展往往并非尽如人愿，至少在开始的阶段是如此。夫妻双方经常对彼此感到失望、失去信心，并开始相互埋怨对方未能履行恋爱时许下的诺言。在恋爱时节，他们夸大了彼此的魅力和美德。而现在，他们又走向了另一个极端，开始夸大对方的缺点。他们在心中，有时甚至是公开地批评对方。在参加完一次晚会归家的途中，一方终于憋不住愤怒地嚷道："在那么多人的面前，你那么做真是太过分了！"恋爱的时候，如果一方想指正情人的行为，他或她会选择温柔、爱怜的方式。但此刻，它演变成了伤人的责备和失望，并且极可能引发愤怒的回击。结果，双方发现缺失爱的鸿沟正在日益拓展。

爱的滥用

即使爱遭受此般的玷污、甚至是极端的腐蚀，夫妻俩并不一定从此分手。尽管非常的勉强，他们往往会依旧共同生活，履行

婚姻的义务。男人会以嘲弄的方式来化解婚姻带来的不幸。他们追忆单身时代美好的时光。他们愁眉不展地开着玩笑说当时是多么的幸福开怀啊。女人往往不拿婚姻开玩笑。婚姻中虽说有诸多的不幸,但结婚还是比单身好。她们喜欢沉湎于对婚前美妙梦想的追忆之中。妻子会向知心的女友抱怨自己丈夫的不是,而她的女友也会倾诉类似的怨情。从此,夫妻间不满的情绪日益弥漫加深。

夫妻双方越来越多地从外界寻求慰藉。他们即使是一起外出求乐,但也不是彼此分享快乐,而是各得其所,因为他们的愉快的感觉并不以对方的存在为基础。他们颇似火车道上的两条铁轨,肩并肩地前行,却永无会合之日。

如果说他们有什么交汇处,那也只是彼此间的失落和不满。这不像情人们共同寻找快乐和理解、从对方身上获取力量。婚姻演变成了他们发泄在外部世界中蒙受的伤悲的场地。从最初的对对方的失望开始,他们为任何不称心的事情相互责备,不论它是否发源于婚姻之中。

如果丈夫在回家的途中遇上了交通堵塞,或者与别的汽车发生了碰擦,他会将此归咎为妻子缺乏替他着想。她为什么就不能晚半个小时开饭呢?所以说交通高峰期的碰擦是她的过错。如果丈夫上班时挨了老板的训,这还是要怪她,因为若不是为了供养她,他一定会辞掉这份让他累得得了胃溃疡的工作。她已不再是他钟爱的伴侣,而是套在他脖子上的枷锁了。在法国的讽刺民谣中,"妻子"就是"链球"。

很自然,妻子会以类似的方式回报丈夫。她会在与丈夫共进晚餐的时候将积聚的所有由孩子、邻居、家务和仆人(如果她雇着仆人的话)引发的忧伤诉说出来。即使她没有直接将一天来不幸的事情归咎于他,她至少隐晦地表达着所有的这一切都

是因为自己嫁给了他。

显然，这些伴侣以很不愉快的方式利用着对方。但正是这种将爱视为可以倾泻一切不满的场地的滥用使得很多的婚姻延续了下来。尽管给予对方的愉悦日渐减少，他们相互间的依附关系却在增强。浪漫意义上的爱消失了，但作为俩人间依附关系的爱却在他们的家庭及事业的需求上兴旺成长起来。如果不去责备对方，他们就只好自责了。而自责带来的伤害会更大。

事实上，我们要么找到替罪羊，要么心中充满着郁闷。婚姻正是通过提供伴侣这一现成的替罪羊解除了我们的郁闷。

但是，我们为之付出了惨痛的代价，爱经历了如此的滥用已失去了自身的魅力。在一番怒火万丈的攻击和反击后，伴侣们很难重续温柔的前情，因为他们要么已经失去了爱意，要么心中没底，不知对方是否还能接受自己的爱。争吵后的和好变得格外艰难。在极度不满的状态中，他们已不再能够自由自在地表达爱的愉悦了。他们只能渐渐依靠单调、狭隘的习惯表达忧伤的、无味的依附关系。这不是当初婚姻对我们作出的承诺。

自我的囚笼

然而，最沉重的代价是它对双方人格带来的负面影响。伴侣们在爱的依附关系上的失败迫使他们重返自己的局限，并使得他们带入婚姻中的各式神经病态倾向日渐强盛。

由于我们未能从他人身上找寻到可靠的爱，我们便不禁寻访有生以来第一次感受到的爱，即很久以前我们格外依赖的、婴儿时代的自爱。这样的爱，或曰自恋，有很多种表现形式。有着不幸婚姻遭遇的人们经常采用的正是他们结婚前熟悉的形式。

结婚前即有野心的男人现在变得更加野心勃勃。但是，这样毕竟无过，所以也不会招致他人的批评。社会还会为他大声

喝彩。没有人会拦住他，追问这种寻求成功的动力在多大程度上源于对妻子和孩子的爱的丧失。在过去，失去了爱的男人会谋求在家庭中的权威地位，他将成为主宰一切的丈夫和父亲。家庭主宰在过去比在今朝更易为人接受。如今，这样的人常常显得过于旧式，甚至古怪。

女人也会产生在外部世界取胜的动机。如今的年代为她们提供了越来越多的实现梦想的机会。但是更多的时候，她是被驱使着在家庭内的某些角色中表达这种自爱。她可能发展为操纵自己的丈夫和孩子、在一切事情上作主。她管理家庭的手段或为表面温柔或为彻底的强硬。也许她采用温柔的策略，溺爱、呵护着孩子们，让他们被动地依赖着她，即使他们早到了自己闯天下的年龄。对于这样的母爱，我们内心厌恶，常常斜眼视之。但这种奉献的母亲在社会上仍深受世人的尊敬。尽管这种自我逃避式的自爱给丈夫和孩子带来了巨大的危害，她本人或周围的人们却从不置疑它的合理存在。

爱的失落还可以在相反的形式中得以表现：与追求主导地位相反，人们过度依赖他人。如果不能用平等的身份去赢得爱、奉献爱，那么为什么不用软弱无助来索取爱呢？昔日，妇女以软弱无力的女性角色成功地上演过这一幕。尽管如今这种角色的部分构筑因素依旧为女性增添魅力，展示女性的能力已日益成为更加吸引人的方式。当然，疾病另当别论。男女都可以玩这种游戏。男人可以不顾溃疡、头痛和疲乏苦撑着工作。女人可以不顾周期性的偏头疼或后腰痛而顽强地料理家务。对此，别人必定投以同情或赞赏的目光。否则，他们就显得冷漠无情。对于由于心理而引起的身心病症的研究现已深刻地揭示出，人们所患的很多疾病与人的机体并无明显的联系。患者既是自己的敌人也是受害者。一但人们用身体来表达情感上的障碍，他

们就落入了陷阱之中并难以自拔，因为此种模式会经常唤起某些早期孩提时代形成的障碍。

不论这种昔日的模式为何物，在婚姻中失却爱的人们都很容易回归其中。内向的男人的羞涩感正是吸引爱他的女孩的一大魅力。而此刻，他变得更加的内向。既然试图爱上他人的壮举以失败而告终了，他便放弃努力，退缩进自我的保护壳之中。早餐时他读报，静静地坐在餐桌旁。入夜，他以看电视打发夜晚的时光。他很少主动邀妻子外出共度良宵，也不鼓励妻子邀请朋友来家做客或外出做客。有些伴侣几乎从未进行过认真的交谈。

还有一些人从酗酒或狂赌中找到了镇痛的良方。既然爱不能让他们沉醉，其他纵情之举多少可以给枯燥的存在增添一抹色彩。在他们眼中，这又有什么不同？什么都无所谓。他们觉得不论失败的是自己或是他人，反正自己已被爱击败了。而缺失了爱，一切都没有意义。

以失败相伴的生活实在难熬。这都是些极端的事例。但在某种程度上，我们都能从爱的失败中挣脱，并沿着已探索出的道路继续逃亡。

换句话说，我们要么培养并逐步形成与他人积极的依附关系，要么退缩进自我狭隘的世界中，日益成为自我神经病态需求和动机的奴仆。也许我们会身不由己地希望操控别人，自视优越于他人，欲滥用他人、埋怨他人，或向他人吐诉怨情、被动地依赖他人。所有这些需求对爱都构成了潜在的威胁。如果爱足够强烈，那么它们可以继续存在、不至形成毁灭性的威胁。但如果爱本身脆弱，这些需求就会变得强烈，甚至形成压顶之势来操纵我们，扭曲人际关系，从而无法造就令人满意的依附关系。

我们拥有的爱经常比可以意识到的更加脆弱，因为很多人

在结婚的时候就没有清晰的、甚至可以自我意识的态度。这些均无助于婚姻中爱情之花的盛开。

很多男人为什么结婚

很多男人在结婚之初心中洋溢着强烈真诚的爱的情感。但不幸的是，这些情感未能适应新的生活情境提出的新的需求。在恋爱时期，他与心上人共享过美好的时光。他们共同享受快乐的事实证明了彼此间依附关系的价值。但此刻他不得不与爱人分享着一切，从他的衣橱到袖珍书籍。更确切地说，分享变成了关爱。他呵护自己的宠物狗，因为他知道狗是孤独无助的。可是当他娶了妻子后，他并没有意识到自己应给予她同样的关爱的责任。相反，他认为妻子不仅应该照顾好她自己，还应该照顾好他。她应学会做饭、洗衣，并把他洗好的衬衫烫好放在衣橱里。这并不完全是他一个人的臆想，因为妻子曾经说过愿意承担这一切。

就妻子的角度而言，她从他的言谈举止中领悟到他会用丈夫之道来关爱自己。夫妻俩可能会完全履行当初许下的诺言。她确实做到了持家、烹饪、洗衣，而他将工资带回家中，支付房租和家用。但不幸的是，双方内在的精神已迥异于结婚时彼此的期待。当时他们更有耐心，更能容忍，更能奉献。而此刻他们对待带回家中的无聊的小动物亦比对待对方更有爱心。

还有一类男人，他们心情欢快地结了婚，同时也期待能够保持住自己正享受着的业余爱好。对他来说，神圣的婚姻纽带只是一种社会和法律的承诺，延续着那使他在闲暇时舒畅、恒久不灭的周末夜晚之爱的和谐的伴侣关系。他期待着在妻子的陪伴下能完全生活于昔日的模式中。婚姻只是一种证实这种安排的方式。但结婚几个月后，他惊异地发现婚姻完全是另外一回事。

它消耗了他太多的时间和精力。总之，它占据了他生活太多的内容。妻子不再是需要时给他愉悦陪伴的对象，她无时无刻不在。这远非他的理想，他很不乐意接受这一现实。

很多女人缘何出嫁

对婚姻中的爱抱有敌视的人不仅仅局限于男人，女人也不能幸免。女人也许在无意识中把结婚当成了解决自己的社会和经济不安全感的手段。她的母亲，很可能也包括她的父亲，自她幼小的时候就开始向她灌输，在这个世界上婚姻是惟一能给女孩带来安全感和地位的手段。为了逃避危险的单身状态，她出了嫁，并获得了一直追寻的安全感。有趣的是，她的婚姻恰恰实现了她的愿望。它给予了她社会和经济上的安全感。

但是，结婚以后的安全感并不充足，因为她还期盼着浪漫。在恋爱时她以为自己已经拥有了它，因为有人关心着她，将她引出了单身的困境和禁锢的状态。她将之视为爱的表现。现在，她期待着爱的所有其他方面的出现，即所有的关切和珍爱的行动都是为了她。她要接受这一切，恰似她接受着一直追寻的社会和经济上的利益。在她的婚姻观中没有什么提醒着她还要为此付出什么。她需要婚姻。在实际的意义上，她已作好了准备。但现在，她发现自己并不快乐，因为这些现实的满足并不够，现实的依附关系并不充足。

另有一类女人在结婚的时候以为婚姻会延袭恋爱时节享受到的心上人的彻底的奉献模式。但此刻的情形显然是，如果一个男人爱上了一个姑娘，当姑娘希望他表露奉献之心时，他乐意并且能够奉献自我，但这仅止于领着新娘步入教堂。如果时间能够再长一点的话，它也不过只是延续到蜜月的结束。奉献不是常年累月的婚姻的模式。一个人若想在婚姻中找寻它必定会

大失所望。即使她可以作出同样的回报，她能否获得梦想的奉献还是颇值得怀疑。但是，我们发现，期待束缚别人的手脚、彻底效忠于己的人不太可能得到类似的回报，因为期望得到奴仆般奉献的爱的人很少能作出同样的付出。

人与人各异

除了上述可能影响婚姻中的爱的个人态度之外，夫妻之间仍有摩擦。原因很简单，我们是各自相异的人。人们之间产生摩擦的一个主要原因即在于人与人各异这一明显的事实。人们有不同的观点，不同的品味。人们并不一定在同样的时刻期待着同样的事物。例如，外出做客时，主人热情地端来了一杯刚调好的代基里鸡尾酒，而你想喝的只是一杯普通的苏打威士忌。他一定会非常失望，甚至可能从此对你产生厌恶的情感。如果你喜爱一部别人讨厌的戏剧，或对别人竭力推崇的一本书频频摇头，他心中的反应可能形如你对他施行了人身攻击。

我们在口头上都大为赞赏人的个性和彼此间存在的差别，但要接受这种差别实非易事。我们会感受到来自他人的威胁，因为与自己相异的人往往难以预测。我们虽已成年，但正如在童年时代一样，不可预测性在某种程度上仍让人警觉。当生人走近时，孩子会躲到母亲的身后。孩子感到不安，即便不是真正的害怕，因为这个陌生人是个未知的存在。他不知道这个陌生人会做些什么。

相恋中的男女当然能意识到彼此间的一个基本的差异。正如一个幽默故事所说的，当法国议会讨论是否给予妇女选举权的时候，全场爆发出一致的欢呼声，"差异万岁！"就总体而言，恋人们甚至乐意接受他们还存在着其他的差异。但是，恋爱只是一个持续、欣喜的发现过程。它追寻的不是相互间的差异，而是

彼此间的共同点。

男人会说,"你瞧,这个姑娘喜欢贝多芬的偶数交响乐!"大家都偏爱贝多芬的奇数交响乐曲,但她却分享着他奇特的欣赏偶数交响乐的爱好! 再如,她不仅喜爱伦布兰特的代表作,还同他一样偏爱着伦布兰特的早期作品。正是在这样的时刻,他感到自己发现了世上惟一适合他的姑娘。

不论恋爱期情人们发现或无意中造就了多少的共同点,他们之间的差异仍然存在。这些在结婚前刻意忽略或淡化的差异成为未来矛盾的潜在源泉。

其中有一个差异人们似乎从未很好地予以解决,那就是金钱的问题。对于钱,男人和女人有着很多独特的个人的见解。但两性间有一个明显的差异,即他们传统的定位上的分歧。由于如今越来越多的女性出于对职业的爱好和为更多地增加家庭收入而外出工作,这种状况无疑正发生着变化。但综观历史,基本的模式还是丈夫挣回绝大多数的钱,妻子花掉绝大多数的钱。

因此,男人往往用在挣钱方面花费的时间与精力来衡量金钱,而女人的标准则是她有多少需求却没有充足的钱去实现。从这种明显的内在区别中派生出了男女间无尽的争吵。不论他们有多少可供花费的钱,伴侣们会永远为如何花钱而争执,同时又从未触及不睦的根源。事实上,根源并不在金钱本身,它来自从未解决的审视的差异。

人们又是相似的

无法避免却又非常荒谬的是,我们在婚姻中同时发现人们间的差异并非那么巨大。对此,我们亦同样不甚欢喜。塞缪尔·霍夫斯坦曾这样描述过:

当你占据我心田
芸芸众生你独立
当此魔力渐消尽
你与他人无差异

当恋爱中的男人排除一切杂念、充满爱意地端详心上人的时候，他往往认为她是世上惟一这样的女人，她是个奇特的女人。这种感觉实在美妙，因为如果她是个奇特的人，那么欣赏她的他必定也是奇特的，那么他们间的爱情必定是独一无二的。她的奇特性使得他和他的爱迥异于其他的情人和爱情。

但是，当他们结婚以后，生活安顿了下来，一切便日复一日地开始重复起来。现在，这个奇特的姑娘要洗碗、要盘头、要琢磨能花多少钱去买件过冬的大衣。一句话，她与其他妇女没有太大的差别。更糟的是，年轻的丈夫发现，他自己和其他的男人一样为同样寻常的工作拼搏着，有着同样不悦的感情，用同样熟悉的方式行事。

妻子也沮丧地发现，油腻的碗仍旧是油腻的碗，不论那盘中之餐是否由她钟爱的男人食用。恋爱中那节日般快乐的感觉已经消逝。昔日占据他们所有时光的闲暇欢乐现在退缩为生活中的一小部分。他们曾经以为只要两人相依相偎就能让每日快乐似圣诞。但现在，浪漫的火箭重返地面。他们和假期结束重返校园第一天的学童们一样的悲伤沮丧。

新衣橱中置旧衣

相对而言，上述只不过是阻碍婚姻中爱情之花盛开的表面性障碍。除了最不现实的情人之外，大家都逐渐地接受了它们。但严重地阻碍爱情发展的是那些我们带入婚姻中的昔日的行为

模式，以及我们对待生活的习惯方式。

弗洛伊德曾说过，任何一种爱的发展都依赖着昔日逝去的诸多的爱。在婚姻情感破裂的家庭的衣橱中，掩藏在新娘衣裙和丈夫最新款式西服之后的尽是他们从前的爱和从前的依附关系，以及所有迄今为止他们体验爱与非爱的方式。

将工作视为至爱的男人在婚前都会对想娶的姑娘大献殷勤。但是结婚以后，无论是爱工作本身或是为成功的欲望所迫，他很快就会恢复昔日的状况，长久地呆在办公室中。很多有离婚念头的妇女告诉我，多年以后回想起来，当丈夫度过蜜月第一天离家上班时他匆忙得连临别一吻都忘了。即使他是公司的老板也不愿迟到一分钟。

丈夫所回归的可能并不是他的工作，而是他的闲暇习惯。而这些习惯可能并不包括他的妻子。如果她抱怨丈夫星期日整天泡在高尔夫俱乐部，他会很慷慨地邀她同往。她可以去游泳、玩纸牌。如果乐意的话，她甚至还可以打打高尔夫球。在那儿，她可以找到很多女性同伴。显然，他并没有邀请她加入自己的活动之中。他只是让她的生活多少适应自己的模式，而且并未妨碍他的习惯性娱乐。

这种不愉快的新发现并不一定说明情人们婚前有着什么欺骗性行为，它们更多的是来自自我的欺骗。情人们或者对彼此身上不悦的迹象视而不见，或者为它们添上光彩照人的外衣。例如，男子可能毫不掩饰对家庭关系的憎恶。他童年时代的家庭生活可能非常不幸。也许他很早就使自己从中解脱了出来，并想方设法不再与之交臂。在他看来，家庭依附关系似乎就是强加于身的义务，而且不能带来丝毫的满足和愉悦。

在恋爱期间，姑娘完全理解自己的情郎。她的心中充满了同情。她想，他在童年受了多少的苦啊！但结婚以后，她不断地

在自己的新居中款待娘家人，不断地走访姐妹、姑表姐妹和姑姨们。每个星期她都回到自己父母的家中吃上一顿饭。

丈夫提醒妻子，她曾经理解过他的感受、甚至表示过同情。对此，她作出肯定的回答。但是，如今的情况已经不同了。两者惟一的相异在于他们现在已经结婚了。他可以拒绝他自己的家人，但不可以排斥她的家人，因为排斥她的家人就等于拒绝她本人。事实上，尽管她曾经表示过深切的同情，她从来没有认真接受过他抵触家庭纽带的强烈情感。如果她接受了，她就会考虑是否准备好放弃她自己亲密的家庭关系，或通过不引入丈夫介入这种关系而将之淡化。但是，无论是当时还是现在，她从未萌生过此类念头。她希望保持旧有的、亲密的家庭纽带。她希望丈夫调整自身以融入她的生活模式之中。

很多年轻女子将结婚视作逃离家庭、尤其是母亲的羁绊的途径。她会真诚地向情人吐露心迹，她会告诉情人自己是如何从心底不满母亲的管束，有朝一日当自己做了母亲以后会如何以不同的方式对待孩子。她迫不及待地等待婚礼的到来。届时，她将最终获得自由和独立。可是，年轻的丈夫会发现，蜜月旅行回来后她的第一个电话就是打给她的母亲。无论是什么事，她寻求建议的第一个人一定是她的母亲。当婚姻中出现波折，她倾诉的第一个对象还是她的母亲。她每天都给母亲打电话。如果不是问候、吐露秘密，那就是在电话中与母亲吵架。她生活中这个主宰一切的母亲与她一起步入了她的婚姻之中。

我的女人观

当女人一个劲地抱怨时，我们应像莎士比亚那样加倍地提防小心。这样做似乎不合逻辑、缺乏理性。但是几乎无法避免的事实是，我们最强烈抗拒的行为举止恰恰正是最有可能成为

我们自身和我们个性的一部分的东西。

在人类的发展过程中，这种貌似矛盾的现象有着它存在的内在逻辑。上述的女孩在母亲的监护下生活了十八年、十九年或二十年。虽然她早到了该由自己拿主意的年龄了，母亲还是替她作出一切的决定。在婚期将近的那段日子里，她不断地寻求着独立。尽管朝着相异的方向努力，她在同一个关系上投入了巨大的情感力量。不论是依靠或是反抗，女孩与母亲的依附关系依然没有得到解决。此刻，丈夫必须确有极大的爱心、耐性和毅力方能实现她的"断乳"。

在我们生活的时代，还有一种女人在不断地抱怨着。这就是人们常说的职业女性。如今，很多而且可能是绝大多数的年轻女人在从学校毕业到结婚之间都曾有过一段工作的经历。有些人甚至在婚后还继续就业。绝大多数这样的女孩从心底里认为工作只是一种短暂的过渡性的行为。对许多人来说，事实确实如此。

但是，很多坚持认为自己真正需要的是丈夫和孩子的女人还是在无意识中欺骗了自己。其表现形式就是她们不断地抱怨着自己狭窄的婚姻生活领域。尤其是在早年紧张的生儿育女的时期，很多的女人确实迫不及待地希望走出家庭、回归职业女性的自由天地。她们一手哺育着孩子，一手谋划着逃离的大计。

法国流行着一句名言，"并非个个翩翩起舞的都是幸福的人。"同样，成了家的人并非都想结婚。在我们的社会中，对于绝大多数的女孩来说，身为女人意味着到了一定的年龄就应该出嫁。而同时，我们的女孩接受着与男孩同样的教育，又都胸怀着独立的理想。如果在上大学期间或毕业以后她们没有立即结婚，她们就找份工作，开始独立地生活。我们甚至鼓励她们在工作的世界中心怀理想抱负。我们为事业有成的女人感到骄傲。

但是，我们丝毫也没有感觉到其中的矛盾，同时又希望她能自举行教堂婚礼的那一刻起就把过去彻底地抛却，从此全身心地持家、烹饪、育子，甚至一眼也不回顾她所放弃的一切。

有些年轻的女性看似很自然地完成了这个转变。像技艺娴熟的芭蕾舞演员或高空钢索艺术家那样，她们的努力不曾显山露水。它让人们以为她们生就时刻准备着照顾婴儿、和面做饭、操持家务。

但是，有些女性在相反的情境中发现了更加肥沃的土壤。她们已经呼吸到来自工作世界中的充斥了雄心壮志和竞争拼搏的空气。现在，她们发现这种振奋人心的氛围难以让位于狭隘的相夫教子和其他生活于狭小生活空间中的年轻已婚女伴的窒闷世界。她们并不需要婚姻承诺的可靠的经济保障，因为她们可以自立，而且实践已经证明了她们的信心。她们喜爱生儿育女，但对由此蒙受的限制烦躁不安。她们对婚姻的真正期盼不是丧失既有之物而是更多的获取。它来自爱而不是牺牲。

每个人结婚时都希望获得他人承诺的爱所赋予的安全感。在他们所有真正或臆想的需求上涌动着这一孩提时代即已萦绕的思想。不论他们还希求着别的什么东西，他们都希望获得无条件的、没有任何束缚的被爱的安全感。

结婚证并不能保证它的实现。我们都已看到，爱和婚姻当中常常包含着冲突和矛盾。然而，很多人可以和谐地运作这些依附关系，促使每一个因素相互增色。因为有了爱，婚姻才变得更加美好。因为有了婚姻，爱才变得更加甜蜜。

若以为凭借单方面的努力人们就能够实现这幅美景是极不现实的。在下面的章节中我们将详察爱是如何徜徉在婚姻之中，并怎样最终实现我们的婚姻理想的。

第十五章　爱与婚姻:满足

“爱只是生活的一段序曲,它悄然暗示着即将奏响的主题乐章。但是,这一主题乐章依然只是一种象征、一种承诺。”

桑塔亚娜就是这样描述爱和婚姻的。在那些已经步入了婚姻殿堂的人们当中,又有多少人能这样地将自己的爱视为序曲、象征和承诺呢?极少。很多情侣以为爱能够给自己带来某种保障。在他们堕入情网之初,这就是他们的信念。如今他们既然已经结了婚,所以他们就可以心安理得地抱着双臂恭候婚姻承诺的幸福的降临。可是,当他们一朝醒来发现自己步入的并非什么永恒的聚会而只是相互协作的伙伴关系时,他们又是何等的惊诧不已啊。

接下去要做的事情实在太多,桑塔亚娜接着说。人们将付出的是创造性的努力,因为此时生活乐章的主题只是得到了暗示。很多人以为自己的使命已经结束。他们已经捕获到生活的伴侣,已经将她娶入家门。但是他们要明白,结婚证书并不会自动转换成迈向幸福的通行证。它更似考取的驾驶执照 —— 我们可以开车,但谁也无法保证旅途的安全和愉悦。

婚姻带来的精神创伤

婚姻只是一种潜在的社会杰作。它能否真正问世取决于我

们将何物引入其中。我们是以完整的自我步入婚姻之中的。这既包含着我们的强项也不乏缺憾，既有成熟的一面也时常伴随着不成熟的一面。单凭结婚这一成人之举并不能自然地使我们成熟。在结婚之初，我们最佳的自我认识仅仅是我们已站在了步入最成年化的人际关系的门槛中。

结婚以后，我们可以依然保持这样的一份童心和自恋。无数的婚姻实例中也并没有清晰的迹象对此存在异议。如果说我们确实保存着童心和自恋，它们将成为我们爱和婚姻的内在品质，当然如果这种婚姻能够继续存在的话。但是，从仁爱的意义上说，婚姻同样也能治愈创伤。它会直接、紧迫地向我们提出要求，要求我们以成人的方式行事。它让我们摆脱掉孩提时代的行为模式，驱策着我们前行以实现情感上的成熟。

正如生活可以带来毁灭也可以矫枉过正一样，婚姻同样展示了这样两种功能。有些最幸福的伴侣在婚姻生活中不得不穿越一段段无比艰辛的乐章。凭着成功地度过并维持住自己婚姻的力量，他们可以说在一定程度上成熟了起来。若换一种方式，获取这种成熟可能会让他们在心理诊所的躺椅上度过十几年的光阴。

有一些人在爱河中受到过度的呵护进而充满了童心。这样的婚姻非但没有使他们的草原之梦变得更加葱绿，反而很快演变成为与外部世界遭遇的各式困难一样的难以承受。然而，婚姻中出现的与外部世界的普通问题的差异在于困惑的人们有伴侣陪伴身旁共同面对一切的难题。至少有时情况如此。妻子或许会叱责他，但她也经常帮助他。这种合力对他有着极大的治疗价值。

婚姻生活的诸多插曲并非一定要具备戏剧性才能产生成熟的功效。日常生活中与他人共住包含的影响力，例如大学宿舍

里的同屋、陪伴我们成长起来的伙伴，都可以一步步将我们推向成熟。当然，父母和兄弟姐妹在很多方面也帮助着我们走向成熟。但是，他们同时也唤醒了我们最具童年特征的行为，只要我们的不成熟部分地来源于旧有反复重复的家庭关系模式。而且，怜爱我们的家人比陌生的人更能容忍我们孩子般的行为。他们毕竟已经习惯了我们的荒谬举动。

同陌生人相处时，只是为了实现和睦相处，我们也不得不学会多少约束和调整自己以适应他人的需求和愿望。我们不得不时常考虑一下他是否会感到舒适或愉快而不仅仅只顾及自己。如果想把平常之交进一步发展成友谊，我们就必须更少地屈从于以自我为中心的习惯，更多地注意到他人的利益和愿望。

设想一下，如果此人不只是暂度数载的室友，不只是与自己的生活稍有牵连的普通朋友，如果此人就是你的女友，是你不懈努力以求共度一生的对象，如果你已经选择了她，希望与她共同寻觅幸福，如果你向她承诺要给她带来幸福，想一想你在她身上会投注多大的希望、梦想和期待。同样，在你的身上她也进行了同样的投资。

因为人们彼此间存在着这样巨大的投入，所以绝大多数的人结婚时都热望爱能够顺利地发展。但同时，我们也将自身所有的习惯都带入了婚姻之中。前面我们已经注意到，其中的一些因素妨碍了我们爱的旅程。肩负着这种过去生活的包袱，我们注定会不止一次地摔倒。

在日常的婚姻生活中，我们往往会不假思索地滑入日常寻常的举止和情感之中。在激荡的浪漫爱情之曲演奏之前的种种习惯又会重现于我们的身上。在恋爱时节，我们对爱人、对自己隐藏的各种属性又重新光耀闪闪地显现了出来。

周六的夜晚和周一的早晨

事实上，人们很难在婚姻的框架内获得幸福的爱，因为它与大多数人带入婚姻中的那种爱迥然相异。它们可以说是两种不同的情感。当然，此处我们所指的是浪漫的爱，是那种展示于婚姻中的相亲相爱。

结婚前的爱充满了浪漫的色彩。它只占据了人们部分的时间。为了它，情人们在周六的夜晚穿上了礼服，表现出周六夜晚特有的风度，甚至心怀周六夜晚特有的情感。不论他们是否在星期三、星期五已经见过面，或许在星期天的下午还要见面，他们此时的约会还是事先约定好的。他们不仅安排好了相见的时间和共同的活动，他们也准备好了相见的心情和举止。他们只向对方展示最佳的、最怡人的、最有趣的自我。有时，外现出的根本就不是他们自己。那只是另外一种形象，只是那种他们希望是、或他们认为情人希望自己是的形象。

结婚前的爱充满了亢奋的情感。并且双方也能强烈地意识到自己的情感。情人无时无刻不在感知着自我、自己的痛苦、思想和情感、自己的希望和梦想。尽管婚前的爱色彩纷呈，它主要还是属于自恋型。

我们知道，浪漫的爱亦不乏夸张。它膨胀的不仅是情人自身的情感，也包含了爱人身上的他所喜爱的品质。而这些品质，不论婚前让他何等的欣喜，往往正是婚后最无价值的东西，因为他们的恋爱时光都花在闲暇的娱乐上了。如果心上人美丽、聪慧，并能歌善舞，那么这种欢喜就会大大增色。显然，这些才华和能力在婚后的生活中不会继续显得那么的重要了。

情人们也夸大了那些第一次让彼此心动不已的品质。其间，即使他们发现了对方身上其他的特征并非那么称心如意也

不会放慢前行的步伐，因为他们以为强烈的爱必定能够克服掉彼此的差异。

婚后的爱当然不同于这一切。日常的婚姻不仅包含周六夜晚的感觉，也容括了周一早上的感觉以及整个一周的感觉。情人们不仅从对方身上获取快乐，还需协同生活。他们也不再如恋爱过渡期中与世隔绝了。每人都有自己的家庭、朋友和同事。

现在，他们该履行曾经许下的不朽的爱的诺言，同时他们也不得不面对现实的生活：对方只是个普通的人。在强烈的、排他的自我意识之外，每个人不得不时刻意识到对方的存在。他们无可奈何地从两个分离的第一人称单数"我"走向一个新的存在——"我们"。

从婚前到婚后爱的变迁在很大程度上是由自爱转向对他人的爱。它是由爱的理念转向爱的现实，从对婚姻理念的依附转至对婚姻本身的依附。

关心培育爱

我们怎样培养这种转变、形成浓郁的婚后爱呢？答案不可避免地涉及到我们爱情生活的全部历史，涉及到我们婚前经历的最重要的部分。任何单独的艳遇、任何多种多样的热忱的意愿，任何一次的幸运、或最虔诚的期望或发自内心的向往并不能确保婚姻中成功的爱。但恰似一副副绚烂合体的框架无助于油画价值的增加，虽说它们精彩纷呈亦与婚姻的终极价值并无太大干系。

爱是一个复杂的依附关系。与人们通常的想象相反，我们并非突然坠入情网。我们的即兴之举只是猛然间认识并满足与之相关的迫切情感与欲望。但情感是易变无常的。它们来得迅猛去得亦快。比较之下，我们的人际关系、依附关系或爱的发展

速度缓慢得多，也难变化消逝得多。它们滋生于我们已有的依附关系之中。人们在这个问题上的困惑源于一种浪漫的信念，即我们日常投注于其中的众多关系并非我们刻意选择的结果，因此也不能代表我们行为的模式。我们认为，浪漫的爱是自己的选择。当然，对我们的选择，我们做出了内心的承诺，但我们的行为与其说是对未来的承诺倒不如说更是前期行为的产物。

这并不是说浪漫的开端必然导致婚姻中的失落及失败。绝大多数的男人开始时将与自己的依附的女子奉若偶像，会无止境地将一束束的光环套在她的身上，而有些不甚现实甚至无限夸大。如果他昔日的依附关系多为愉悦恒久，他就有较大的机遇使理想合乎现实。这种人的爱的基础不是夸张而是夸张的内容。他有充足的灵活性、情感源泉和自由去摆脱内心的少予多取的唠叨。其结果是，他不是用浪漫地吹嘘自己的好运，而是通过创造出使妻子的美德自由轻松绽放的和谐温暖的气氛，培育最初从妻子身上看到的理想。这样，现实承载推动了浪漫而未演变成浪漫的毁灭者。

取得这种成就实非易事。我们所称的浪漫常常成了神经质的近义词。理想化的思绪可以很容易地转变为无效的空想。神经质的爱以婴儿式的需求为滋养物，而它与我们周围的现实世界存在着巨大的冲突，我们不可能毫无痛苦、摩擦和一丝丝失落就使两者和谐。

更常见的情况是，人们往往在最好和最坏这两个极端之间发展各种关系。从恋爱到结婚的过渡时期，双方从彼此身上看到了许多变化。但他们心中尚无把握。男人反思道：我的妻子可能并非像婚前想象的那样慷慨，可也不应像现在这样的自私。很多人是不能套用这样简单的非黑即白的模式来描述的。我们的身上或是缺少了一点某种品质、或是多了一点另一种品质。

何种品质占据主导取决于双方。当她显得过于自私时，他向她索取了什么？是不是他过于忽视了她的需求、过于强调了自己的愿望？当事实上他自己自私时，她是否显得不太慷慨？

类似的问题暗示着也许俩人并未真正相互了解。当他们仍为不可穿越的屏障所隔，两人间仍竖立着误解的鸿沟，自己的需求和欲望未曾得到表达或被误解，一句话，俩人缺乏交流时，他们还能指望发展什么样的强烈的依附关系呢？

如今，人们大谈特谈着交流。人们关注的焦点似乎已从约定的形式转移到对个人的强烈的偏见上了。这就像杰弗逊的民主原则已从政治生活移植到个人生活之中一样。而沿着弗洛伊德的思路，引起世人注意的不仅包括人们的选举方式，还有他们个性的神韵，无论那是显意识或潜意识的。从最遥远、最原始的企盼到最崇高的理想，人们前所未有地关注着他人的本质、心思和象征。

我们自身的个人主义越发重要，理解他人就越发困难。更为糟糕的是，我们似乎不太乐意去理解他人了。无知的自我判断经常取代了更为复杂的理解的努力。人们粗暴地排解了这一切的困难，宣称，"我就是需要去……"为什么？什么样的其他的需求会得到满足？这是真正的需求吗？一个人的需求可以脱离它们的社会环境吗？

两个人彼此倾注的爱当然能从对对方更多的理解的愿望中获益。但是，人们经常被该多大程度地显展自己 —— 不仅向自己，还向他人 —— 的矛盾所折磨。即使结婚后，人们也很难做到无拘无束。或许他们希望如此。但习惯之中，他们就是不知何去何从。

爱意味着一切吗？

我们可能会自问，我们是否在婚姻中对彼此的要求过高？我

们是否对爱甚至对婚姻过于苛求？从表面看这自相矛盾。但我们必须面对这样的一个事实，即我们关于爱的正常情感并不是婚姻的全部；它们甚至不是婚姻惟一可造的基础。在历史上，婚姻的安排并不考虑未来的新娘和新郎彼此的感觉——常常他们甚至不认识对方。婚姻是由于经济或社会的原因而契定的。在王朝阶层更多的是出于政治上的原因。它可能会为家庭带来权势、土地或生意；也可能是为了保护或增加财产，或者仅仅是为了生下继承人。它可能会实现野心或周密的计划，但是它极少是为了联结相互依附的两个人而设计的。

出于这种外在的目的而包办的婚姻常常也很美满。父母当然以这些条款为条件接受婚姻，而且也不想反抗。姑娘更是别无选择。我们必须注意，虽然开始时不存在感情，但是由于在婚姻的机制中必须和谐相处，否则他们将遭受极度的痛苦也许还有耻辱，由此人们便培养出强烈的满意的接受意识。

今天我们不会接受包办婚姻。我们以为浪漫的选择是两个人结婚的惟一可靠的基础。但是事实确实如此吗？很多人仍然出于各种实际的原因，如为了共同的利益、同伴之谊、家庭和孩子而结婚。开始时，他们决心要和睦相处。如果他们做到了这一点，他们共同的目的就会将他们更紧密地连接在一起，直到他们感觉自己实际上已主动浪漫地接受了对方。如果他们现在必须选择的话，他们还会选择对方。

不管我们对爱的感觉是多么的炽烈，这种依附关系也不会像婚姻那样博大全面。爱是一种私人的关系，而婚姻是一种机制，而且在这一点上它是个公共机制，同某个人结婚并不能由此拆开他或她同他人、家庭、朋友和形形色色的团体等存在的所有的联系。每一个伴侣都把所有这些联系带到婚姻中来，而且这二人之间的爱必须以某种方式与这些别的依附关系相适应，否

则他们的爱就会受此威胁。旧有的关系和旧有的兴趣必定会在结婚以后再次表现出来，就像旧习惯和个人特性不管在恋爱期间被多么完全地压抑或忽视，它们仍然会再次表现出来。

他们的爱的新阶段——婚姻阶段会受到这些其他的兴趣和关系的入侵的威胁，但是也能从它们那儿得到加强。如果每个伴侣在他们的生活之外还接受对方同他人的关系，包括家庭、朋友、商业和专业协会，业余爱好组织和形形色色的各自婚前生活的所有关系，他们的爱就会变得更加根深蒂固。每个人必须愿意为了对方的品味和爱好而牺牲一些自己的关系。但是每个人也必须愿意接受一些对对方重要的关系。

当一个男人看到妻子不厌其烦地和他的朋友交朋友而她自己也许和这位朋友几乎没有什么共同语言的时候，他肯定会非常高兴，甚至是极度感激。他知道她不喜欢他的朋友把烟灰掉落在新地毯上，忘了使用茶杯垫并且在桌上弄出响声等方式；她可能对他谈论的话题知之甚少且不太关心。但是看到这个人的友谊对他的丈夫的意义，于是她在他们的圈子里容忍了他。她在做这种事情时并不是自我牺牲。这样她就会给她的丈夫带来犯罪的痛苦。她爱她的丈夫和他交友的品味。她对他的依附和爱与他的其他的依附关系或爱并不产生冲突。

这似乎是个小例子。也许如果她请求丈夫放弃他的朋友，他会答应她，并且不会蒙受太多的损失。而这种加强婚姻的价值的爱只是建立在接受而不是拒绝这种小事上的。

爱和婚姻只是生活中的一部分而不是全部。婚姻的成功以及婚姻中爱情之花的绽放取决于我们将这种关系和生活中的其他方面之间的和谐程度。婚姻中经久不衰的爱成长于双方料理其他事情的能力，它产生于他们与双方家庭和朋友相处的好坏。他们怎样管教孩子，他们怎样成功地解决金钱数目的差异，他们

怎样共同度过感情激烈的时候，他们怎样一起共度好时光。在婚姻中存在着这些爱的构建障碍。

婚姻中的浪漫

很多人把所有这些都看作是美好的，然而却依然为他们希望的某些事情的失去而悲伤。当情人们结婚时浪漫发生了什么？很多人相信它一定失去了，因为神秘感已经消失了。当一个男人看见妻子头发蓬松或者怀孕时蹒跚而行，或刷洗锅碗瓢盆、吸尘器、尿布时，他很难把她再比喻是“一样美丽、一样动人”。在那个时候，甚至一个真正的情人也不能把她想象成那样。这个情人最大的无知，他对他所爱之人的爱，都不包含对她丝毫的理解——这些很快就会在婚姻中消失殆尽。如果婚姻是某种东西的话，它就是双方的逐步了解和理解。

迟早婚姻中的情人会对现实的力量作出反应。他们将看见每个人的真实面目，而不仅是彼此想象中的光辉形象。在婚姻中，情感的夸张和无视现实的要求不再实用。而且最终，当我们在商业或职业生涯中担当起责任时，我们获得了舒适的附属物，在茫茫荒野中梦想面包和美酒纯属胡扯。我们不再为这种缺失和相互间的不明晰而感到痛苦，这似乎是浪漫爱情的必备条件。我们不再希望遭受这种痛苦。

所有这一切都在间接地说明，那冷酷灰暗的理性之光可让我们心寒胆颤地接受现实。然而它真的是那么令人遗憾吗？我们中有多少人真的希望在那令我们窃喜但非常灰暗的烛光照耀下伴着吉普赛琴声多重的旋律与一生中的伴侣蹒跚而行。我们怀旧地谈论着浪漫，但我们还没准备好为之而放弃自己舒适的生活。

事实上，我们甚至不希望被那强劲的激情冲走。我们希望

事情以这样的方式出现:“我多么希望我能弹钢琴”,或者“我希望明天能乘飞机去欧洲”,或者“有朝一日我能走出这场激烈的竞争而成为一个港口码头上的谋生者”。但是,我们并没有切实地做任何事情去实现这些幻想,或者很少有人这么做——因为我们并不真想那么做。它们只是闲暇时的愿望而已。

我们绝大多数人真的想在婚姻中建立起稳定的关系和有序的生活,这种想法远胜于我们对纵马奔驰的愿望。这并不表示我们从未希冀过浪漫的爱。在我们生活的早期,我们不仅希望浪漫的爱,而且我们很少能逃脱这种模式。

在我们以后的生活,尽管其他更实际的目标占据了我们的心田,我们仍旧希望拥有一丝浪漫。我们不希望这种浪漫支配我们的生活。我们更愿意多少能够掌握自己的命运。但是我们希望保持浪漫而不必为彻底的堕落而付出代价。

这一切与婚姻并不矛盾。事实上,它与牢固持久的关系完全一致。婚姻中保持浪漫的两个必要条件是伴侣们继续相互了解以及在日常生活中保持新鲜感。

这就是我们很多人类能做到的:我们共同生活但不能继续相互了解。浪漫的爱、婚姻的爱是部分的爱。那时双方创造出浪漫的想象,情侣们全身心地投入到爱。

他们不可能永远地维持这种幻象,即便是没有结婚。很多奸情就像一只旧鞋一样失去了浪漫的色彩演变为常规。在婚姻的框架中,这种幻象通常被更迅速地看穿,因为婚姻本身是一个彻底真实和实际的机制,并且它对双方提出直接现实的要求。

浪漫的情人们尚求准备好接受这一冷酷的现实为彼此间幻象的破碎而颤抖,也许更为自我隐像的幻灭而更加恐惧,他们不是自己想象中的那么完美的情人。在梦想层层破灭之际,他们比以往更需要浪漫的爱。他们比以往任何时候都需要无条件的

爱和承诺，但是每一个未曾实现的对方的要求，每一次对彼此承诺的无条件的爱的失败的回应将两人间的隔墙越砌越高。

对浪漫爱的苛求要突破这堵墙，但不幸的是它经常被反弹回来，奔向相反的方向，奔向另一个爱的目标，并与之培育无条件爱的幻象。

已婚的人们能够在学会了解对方的经历中而幸存。他们甚至可以从认识真正的真实的对方而体验到快乐。这种快乐无需来源于对方浪漫的梦想般的创造。这完全是可能的，并已被实践所证明。如果他们喜欢爱情游戏，他们可以继续下去。在他们有生之日，他们可以继续相互追求。事实上，日久天长他们成了老手，经验丰富、技艺娴熟。

这一点在爱的性征方面得到了最充足的体现。世人皆知，共度蜜月的情侣们的性生活体验常常拥有无限的快乐，而在这一段时间彼此间浪漫的认识最为炽烈。两人间性的体验被扩展至生活的其他方方面面。一旦维持幻想的需求不再存在，携手相伴的所有方面就可更轻松更愉悦地发展了。

纯粹的浪漫的爱会令人厌倦。很多单身汉乐意承认这一点。如果他们一再坠入情网，并出于各种原因未能结婚，他们就开始厌倦追寻浪漫的红丝带了。不论那有多么的愉悦，不论这位女孩多么活泼诱人，身为情场老将的追求者在开始程式化的浪漫追求之前还是情不自禁地颤然一抖。很可能这位欢喜活泼的女孩也有类似的心情。如果她有机会度过了几年自由的单身生活，她会与她的追求者一样厌倦这般重复的模式。

简而言之，重复在浪漫的爱情中和它在婚姻中一样也能令人厌烦。人们有时在婚姻的框架之外寻求浪漫的原因并不总是让人想起婚姻的失败。他们只不过允许他们相互间的行为变得重复单调。他们允许重复，并且过了不久，同样的事情会在一种

浪漫的事件上发生。

幸福的已婚人解决了重复和新奇的比率来适合他们生活的需求，他们的生活就像我们做饭一样。同样，他们的爱因为变化万千而保持不变。他们在对方向上享受到的舒适自在并没有阻止他们继续被新的思想、人、地方和活动所吸引。他们将他们自己得体地投入到他们共同生活中不同的故事和兴趣中。对双方来说，他们喜欢更多的人而不是只有他们两个人。单调的因素使他们的共同生活连续，而新奇或变化的因素予之新鲜和活力。

爱在婚姻中的用途

我们有充分的理由相信，任何事物的后来的、更成熟的形式总归要比它早期的不成熟的形式要好。当然，我们都能想起例外的事例。小羊越老，它就变得越温顺。人们喜欢小猫甚于大猫。真正了解猫、狗和人的人可能至少会和喜欢不成熟的一样而喜欢成熟的，并且在很多情况下更喜欢成熟的。成熟的水果常常优于半生不熟的。

如果婚姻中的爱能够享受这个成熟的过程，那么它就能结出美好的果实，它就能成为晚期的更成熟、更独立和持续的爱而不是它早期的、有时令人人迷但绝大数时候是一团糟的形式。它会变得更善解人意，而且这个善解人意的情侣会以爱人所需求的形式付出爱。当她所需要的是有人定期照管婴儿以便让她能参加她渴望的高级课程时，他就不会带一副昂贵的耳环回来。婚姻中美满的情侣学会认识对方的真正需求，并以最大努力使对方满足。

婚姻中的这种爱让每个伴侣产生被照料和被喜爱的感觉。它是几乎没有任何压力的爱。假设当一个男人坐下来准备他第二天晚上要作的演讲时，他忽然又回到了他 20 岁出头的时候，

并且与他相爱的女孩给他打电话，说她那天晚上一定得看到他。他可能会说抱歉，因为他正在准备第二天晚上的工作。她可能会坚持，她的感觉可能就好像如果他不马上来的话，整个世界就要毁灭了。如果他态度坚决，坚持要准备那篇演讲或是考试，或是按时完成一篇论文——她可能会说："你不爱我了。"而且她注定会那么想的。可是，在 20 岁的时候他就很可能放下演讲笔记、研究大纲或论文，立即跑过去以证明他的爱。

不成熟的爱包含着各种各样的需求和不负责任的行为，并伴随着随之而来的压力。婚姻中的爱免除了这种压力。当妻子知道丈夫晚上不得不工作的时候，她就会通过愿意让他明天再表示他的爱来表达她自己对他的爱。

那些有不成熟的孩子的人们知道他们生活中的这种压力，知道一生中和这种压力生活在一起是多么的疲惫不堪。这种兴奋，自我产生的爱的危机在不成熟的岁月中是很不错的。但是，当危机不会在每时每刻都可能突然出现时，在成熟的爱这个比较稳定的关系中，生活就简单得多，成果就丰富得多，而且心情也的确会更愉快得多。

与未婚之人的爱相比，成熟的婚姻之爱的一个令人满意的乐趣在于它免受"美好时光"的压力。年轻的情侣们不管什么时候见面都常常有同样的义务要像过新年除夕一样的"享受多彩多姿的生活"。即使他们对共度的时光感觉并不那么强烈，他们也很难使自己接受与他们之间不断的娱乐无关的快乐。婚姻中的情侣们不必一直坐着看着对方。即使他们的活动与对方几乎无关或根本无关，他们也能在对方面前享受到一种温馨的感觉。他们可以读书、听音乐，自由地追求他们自己的兴趣。

更令人满意的事实是，这种情侣不仅仅从对快乐的追求中而且还从他们的共同工作中来感觉和验证他们的爱。他们在乡

村购买一个旧谷仓并辛勤地劳动。他们共同钟情地将它油漆并整理好，用于在城外度过美妙的周末。他们的孩子有了问题和忧虑，但是他们耐心地思考、分析、实验并为他找出解决的办法。

不像年轻人的爱或长期私通中部分时间的爱，婚姻中的每个人都以他们特有的方式深深地感觉到对方的存在。婚姻中的爱是生活中一个极其完整的部分。它不是生活中的偷偷摸摸、孤立的一部分，而成为它的主要部分。而且正因为如此，婚姻之爱照亮的不仅仅是生活的某一个角落而是生活的本身。

恒久的爱

我们在婚姻中培养的爱具有另一个特质：它是经久不衰的。我们对情感，对我们自己和我们的伴侣确有把握。假如妻子犯了错误，假如她某一天脾气不好而令对方受到伤害，她丈夫的整个世界不会崩溃，而这在爱的早期浪漫阶段却可能发生。

婚姻中的情侣们不会因为一次争吵，一次危机，一次激烈的情感挫伤而抛弃对方。他们的婚姻在这种遭遇后可以继续幸存，他们将继续在这种经历后共同生活。他们具有某种抵抗日常冲突和偶尔的激烈冲突的内在力量。他们可能被突然爆发的激烈争吵而弄得目瞪口呆、暂时心烦意乱，但是他们相互之间的情感纽带仍然完整无损。

婚姻中的爱能够满足我们生活中的很多需求，因为它与这些需求是一致的。它为生活提供了理性，提供了成果丰富的一面，提供了我们可进行工作的气候。当丈夫和妻子发现对方逃避某种社会责任而仅仅是由于他喜欢在某天的早饭前急冲冲地赶往乡下的一个小旅馆吃午饭时，它也为生活提供了非理性和感情用事的一面。婚姻让我们放松、休息和思考，或者不是思考，仅仅是提供了面包。它为朋友、爱好和运动留有余地。它使

辛勤工作、紧张、压力和旺盛的精力相互协调。

当有麻烦出现时，婚姻中的情侣相互依靠。他们充分利用彼此的爱来处理生活，共同解决问题，共同面对悲伤和损失，同甘共苦，荣辱与共。他们再次向对方保证，孤独的痛苦已经过去。婚姻中的情侣们不再孤单。当一个人的力量失败时，还有另一个可信任的伴侣的支持，还有来自伴侣的力量。

婚姻中的伴侣在爱中成长。他们发展成为更健全的人。我们已经看到那些对婚姻失望并且不能实现他们的爱的人所发生的情况：他们又被投入自己的牢狱中，被他们旧有的判断模式所束缚，被爱情失败时起支配作用的神经质的倾向所限制。

当爱没有失败时，当它成长时，情侣们也随着成长。他们由于共同的生活而成长。他们依靠对方的力量以及他们为了弥补对方的虚弱而发展的力量而成长。

审情度势，这就是为什么婚姻是社会的杰作，以及在婚姻中培育爱的人可能是最幸福的情侣。

第十六章　父母之爱

在上一代人当中，似乎没有谁会怀疑世间是否存在着父母之爱。他们认为，父母当然喜爱自己的孩子，父母当然知道什么东西对孩子最为有益。摩西从塞纳山上为世人带来的戒律上说，孩子应该尊重、热爱父母。可是，它只字未提父母是否应该尊重和热爱孩子。

如今，人们已渐渐习惯于反思自己对孩子的爱了。我们常常在想，在生活中我们对孩子所表现出的这样或那样的爱的方式难道真的就那么的恰当得体么？可是，我们却往往没有意识到：这种态度存在的本身就是新奇无比之物。综观漫漫的人类历史，为人父母者似乎从来就没有考虑过这个问题。在本世纪，当如今年轻的父母这一代人还是孩子的时候，他们的父母才开始逐渐产生了自我怀疑。特别是在第二次世界大战以后，伴随着精神病学和临床心理学的发展，人们更是不断地思考和研究父母之爱的本质了。我们终于认识到，孩子早期获得的爱将对他未来的个性产生极大的影响。孩子将来拥有乐观或悲观的情感、孩子心目中的世界是充满着威胁还是友好的气氛、孩子对自己是否是一个合格的社会成员的判断标准都将源于他对父母之爱的体验。

在本书中我们已经评述了父母之爱是如何影响孩子成熟后

的爱的形成的。我们已经从孩子的视角初步考察了父母之爱，如孩子怎样辨别爱与非爱，焦虑怎样闯入了孩子的生活中，孩子早期的感情历程中的依恋情结是怎样扭曲了他们日后拥有的依附关系。

那么，父母们又是怎样看待爱的问题的呢？在与孩子的交往中，他们又体验到了什么样的爱呢？

没有选择的爱

我们需要认识的第一件事情是：我们是怎样拥有孩子的。有些人的确想要孩子。为了要孩子，他们迫不及待、甚至可以说是草率仓促地结了婚。但对绝大多数人而言，他们之所以有了孩子只是因为婚后不久大家都认为他们应该养孩子了。这种机械的理由与我们喜欢想象的高尚之举相比起来实在是太缺乏吸引力了。因此，人们为自己的生儿育女编制了各式各样冠冕堂皇的理由，例如他们是为了实现人类种族的繁衍。

可是，现实的生活是当一个人达到了一定的年龄他们就必须开始筹办结婚。别人会不断地询问："你打算到什么时候才安顿下来？"于是我们就结了婚。如果婚后几年我们还没有要孩子，别人又会追问："你到底打算到什么时候才真正安顿下来？"于是我们又有了孩子。我们并不想否认婚姻和孩子为生活带来的诸多乐趣。这种看似浪漫的夸张说明的是，不是我们自愿选择的东西是很难让我们体会到其中的乐趣的。

我们生活在这样的一个社会中，不论是否愿意，从一开始我们注定是要接受家庭式的生活的。当我们长大成人并坠入爱河时，我们梦想着从此自己可以与爱人在新建的家庭中共度美好的生活。这是我们看到的周围的现实为我们决定了的行为方式。我们所能做的就是萧规曹随。这样的对社会习俗的顺从行

为可能包含并表达了我们养育孩子的愿望。也许这只是说明了一个事实:我们已注定要像他人那样做事而无法顾及自己的愿望。

现实的世界变幻莫测。有些想要孩子的人常常没有孩子,有些有了孩子的人却情非得以,而有些不想要孩子的人结果是如愿以偿。很多人甚至在扪心自问,我们真的想要或不想要孩子吗?只是因为结了婚,我们就应该要孩子。周围的人也希望我们有孩子,于是我们便有了孩子。

我们的选择面临的真正的重大局限在于下一阶段:我们无法决定将要拥有的是什么样的孩子。无论他(她)是私生的或是收养的,他(她)只是个婴儿,顶多是一个小孩,而且他是个无法捉摸的小家伙。

此刻,我们尚不能预料他(她)长大后将是个什么样的人。襁褓中的婴儿几乎没有显露出任何的征兆可以说明他对父母以及他们为他提供的生活将作出什么样的反应。成年人选择朋友、情人或伴侣时找寻的往往是同等的人,至少他们的个性应与我们自己基本一致。如果我们铸下了错误,我们只能责备自己缺乏经验或判断失误。但是,对于我们面前新出生的婴儿来说,他或她的一切都是个谜。可以说除了性别之外,我们对他(她)一无所知。

如果说了解的话,我们只能作出几个最普通的预测,比如说,他们的肤色、头发和眼睛的颜色。我们可以在总体特征上猜测一些家族共有的特征。如果父母都是矮个儿或他们均来自身材低矮的家庭,那么孩子将来很可能就是个矮个儿或中等身材,尽管现在在美国,尤其是在加利福尼亚,儿童有高于父母的趋势。这些预测并非十分的可靠,因为人类的种族是那么的复杂多样,而且美国不同种族之间的婚配是如此的普遍,我们实在是

难以确定孩子在身体发育的过程中究竟哪种基因将起到更加突出的作用。

当然，我们最想预测的是孩子的心理而不是身体方面的特征。在我们的面前实际上就摆设着一个水晶球。但是这个水晶球的秘密我们也许永远也读不透。

这个水晶球就是我们自己，就是我们的父母。我们身为父母的特质极大地影响着我们孩子的秉性。这种影响的结果不大容易预测。尽管这样，孩子内在的能力，那个隐藏未露的能力，演绎着故事的另一半篇章。而且，我们也只能够猜测自己身为父母的所具有的特质。

然而，在这个水晶球中，我们多少还是能够读出一点自己为人父母的影象。弗洛伊德曾说过，我们的心理历程可以从我们的爱的历史中得到反映。我们身为父母之爱的本质与我们在生活中展露的爱不会相去甚远的。

浪漫的开端

不论我们要孩子是否出于我们的本意，周围的人都会很快想向我们道喜，我们的孩子就要出世了。人们这种共同的良好愿望使得我们心怀浪漫的理想，我们得生个孩子。就像步入浪漫的爱一样，我们很快就要为人父母了。我们幸福地憧憬着未来，充满了希望充满了对自己、对未出世的爱情结晶的承诺。我们想象着孩子该是什么一种模样，想象着孩子出世后心里的甜美。在这一点上，身为父母的幸福是无可比拟的，因为我们生活在浪漫的梦想之中。

当我们还沉溺于浪漫的爱当中，随着妻子的怀孕，现实就悄悄地闯入了我们的生活。正如我们已注意到的，在这个时期未来的父亲常常感觉自己是个被遗忘的人，而未来的母亲则常常

怀疑自己是否能够胜任母亲的角色。一旦婴儿出生，照料婴儿显然不是一件容易的事，有时甚至会让人手忙脚乱。婴儿带来的将不仅仅是幸福和快乐，人们还将付出体力的劳苦。

但是，我们依然被自己浪漫的感觉所迷惑。正如情人眼里出西施，我们同样也赋予自己的孩子以光环。在我们的眼中，小家伙漂亮迷人，惹人喜爱。就像梦中的孩童，这将是个英俊的小男孩或是个美丽的小女孩。他有着柔美的声音、艺术家的天赋或聪明绝伦的智慧。我们为此倍感荣耀。这个风度翩翩，听话懂事的小家伙将赢得所有朋友和邻居的爱慕。

这是早期人们对孩子的父母之爱。我们爱的是理想中的孩子。或者说，我们爱的是自己对孩子的浪漫的想象。

一开始这并不是什么坏事。这同当初我们坠入情网时的感受极为相似。这是爱的承诺而不是爱的本身。但是，正是这些承诺给了我们勇气度过了早期婴儿时代的那段艰辛的日子。换尿布、调饮料、喂婴儿、缺乏睡眠、没有自由，以及所有为照顾这个完全无助的小小爱情结晶的所有艰苦的劳作。当浪漫的爱情作为婚姻的序曲时，它也就成了迈向父母时代的前奏。

父母之爱的第一步

在身为父母的早期，我们学会了表达爱的方式，而这是我们前所未知的。我们对婴儿表达的爱不能雷同于对妻子、丈夫、亲戚或朋友那样。我们不能带婴儿去看球赛、参加宴会或去剧场。婴儿也不会使用鲜花、书本、录音机、毛皮大衣或去欧洲旅行。我们无法给婴儿讲有趣的故事，也不能同他谈论政治，或是与他分享艺术和知识的乐趣。我们只能悉心地照顾他。

确切地说，我们以前从不知道这些表达爱的方式。但是在我们的婴儿时期我们却曾体验过它。我们第一次感知的爱就是

这种被他人的关爱。不过，那时我们是爱的承受者，如今我们成了爱的施与者。随着时间的流逝，我们已将这种爱深深地埋藏于心。因此，当我们反过来将这种爱赋予自己的孩子时，我们就像是个蹩脚的业余选手。我们在用一种新的语言在缓慢前行。我们甚至不能将自己的所为视作爱的表达。喂婴儿、让他保持干爽的身体、让他温暖舒适、使他免受伤害，这怎能算是爱呢？这只不过是父母应尽的职责而已。

但是，我们尽父母职责的方式便是最初的也是最重要的父母之爱的表达。在满足婴儿肌体需求的生活中，吃饭、排泄、睡眠和活动，在所有这些单纯的生理机能中婴儿都依赖着我们。没有我们的帮助，他将束手无策。就像前文所说的那样，婴儿需要的不是爱而是照料。

当然，我们会照料他。那些对无助的小生命漠视的父母不是正常的父母。

问题不在于我们是否照料孩子。关键在于我们应怎么办。我们满足了他的需求了吗？作为父母，我们用这种最初的爱的表达方式时，我们是否多少把爱的赋予变为爱的索取了吗？我们是否利用这种机会更多地满足了自我而不是孩子？

让我们看看这是怎么回事吧。我们爱孩子的行为之一就是喂他。对于婴儿，食物是他所爱的最亲密的东西。它使婴儿从饥饿的痛苦中解脱，大大地满足了他的胃口。从我们生命的最早期，我们就认为物和爱是相同的。而我们也一直遵循这条准则。

人们经常告诉我们，对孩子的早期教育将决定孩子的未来。身为父母，我们最大的愿望就是他健康快乐，能干风趣，将来能光宗耀祖。父母为有这样的孩子而自豪欣慰。然而，在爱的最初表达的方式上，我们常常固执己见。结果往往事与愿违。我

们常常以对孩子的不满而告终。

我们不妨看看这究竟是怎么一回事。我们关爱孩子的一种方式就是给他喂食。食物是婴儿最关切的东西。它使孩子从饥饿的痛苦中解脱出来。从生命的最早期我们就认定食物和爱是同一的，而我们也一直遵循着这种法则。

食物等于爱

在同成年人的交往中，这一点的显现并不亚于与孩子的交往。每当我们邀请朋友赴宴的时候，我们就会考虑要摆置一些不同于平时享用的食物。为了准备独特食品，我们特地赶赴特设商店去购买山珍海味或珍馐佳肴。我们将客人的食物堆得满满的，我们不厌其烦地准备大量的味道鲜美的食品。

如果他们是贵客，如果他们食之过多，并埋怨他们几乎不能从餐桌旁站起来，我们就心满意足了。他们越感觉不舒服，我们就越有成就感。但是如果他们首先考虑的是自己的舒服，而只吃得恰到好处，那么发泄怨言的便是我们，真是自找麻烦。看看我们得到了什么回报！我们的食物，我们的关心，我们所做的一切全都化作乌有。我们的爱意被拒绝了。

在偶尔一次的晚宴上我们的朋友们能忍受这些。他们能多吃一些以使我们高兴，或者他们找出种种借口来免除消化不良症。当我们去他们家里赴宴时，他们能让我们遭受同样过度的爱。但是孩子必须在一天内承受三次这样的爱，直到养成了每三四小时吃一次的习惯。

每次吃东西的时候，母亲，有时是父亲就要经历一场非同寻常的表演，他们对孩子哄劝、讨好、逗乐、转移孩子的注意力，哄骗或威胁孩子让孩子张嘴，以便他们能将食物塞进去。他们展示出电视喜剧的天才以及骗子般的狡猾，仅仅是为了将一匙又

一匙的食物灌进孩子的嘴里。他们认为孩子应该吃东西的时候如果孩子不吃或者吃的不够多，他们就威胁他，有时处罚他。如果他试图扭开，他们就会把他绑在椅子上。

当然，孩子同样也学会了防御的有效方法。他会往外吐，咬紧牙关，没完没了地嚼口里的东西或者让它顺着下巴往下淌。他将盘子里的食物搅来搅去，打翻杯子，将食物溅到墙上，将地板上弄成一滩水。如果所有的这些都失败了，他就学会一种万无一失的把戏——把所有的食物统统扔掉。

戏剧性的转变

有些专家喜欢说这样一句话：没有有问题的孩子，只有有问题的父母。而我们可能会对这种一概而论争论不休。但是在吃饭这件事上，显然他们是对的。正是父母使食物有了问题。这种在吃饭时重复的表演会将一个健康的孩子变成一个可怜的饭桶。

然而这会带来深远的影响。嘴——这个曾被责骂的进食器官，可能会开始骂人。当孩子六七岁时，可能不再扔食物了，不过他可能会向他的妈妈甩几句骂人的话。在青少年时期，他可能会来个一百八十度的大转弯，他会用他的嘴去暴饮暴食。我们已经注意到，强制性地让孩子吃东西，带来的常常是孩子与母亲之间的争辩。

在前面的章节中，我们曾探究过一个女孩如何在孩提时代因一种身体需求以及饮食的不当处置而使她后来作为一个年青人，而后作为一个妻子而带来的困难。作为父母的我们怎么样呢？的确，吃饭时与孩子的那番斗争对我们来说远不是一件事情。我们当然更希望孩子食欲旺盛，尽情享受食物的乐趣，对食物抱着健康的态度成长。我们也当然更愿意，自己的儿女友好合作，

而不是出言不逊，恶语伤人。确实我们也在遭受着这样极大的痛苦——试图让我们超重的少年节食，正如几年前我们努力让这个孩子增加一点儿体重一样。我们焦虑，同时我们也深感羞愧。我们过瘦或过胖的孩子不能给我们带来荣耀。我们感到自己没有尽到身为父母职责。

爱的条件

父母是怎样使自己美好的愿望走了样呢？开始时他们爱子心切，准确无误地按照婴儿书努力做好每件事情，为什么结果会事与愿违呢？

尽管涉及的事件不是简单的，但原因却可简单说明。我们给孩子的爱是从我们的立场出发的，而不是他们的。我们通过照料他们，满足他们的身体需要来表达我们的爱，但是我们常常为了满足我们自己的感情需要而忽视了他们真正的身体需要。

如果一位母亲甚至在孩子的饥饿被满足之后仍坚持喂他，她是在满足她自己的饥渴，也告诫她是渴望满意地炫耀她胖嘟嘟的孩子，比街区中任何一个孩子都高大肥胖。她也许渴望孩子生活在爱的海洋中，因为在其他的爱的形式上她是个可怜者。她过度地喂孩子也许源于她对于作母亲的焦虑。正如我们已经提到的，很多母亲怀着相当大的焦虑步入母亲时代，而一些人则由于焦虑的驱使在抚育孩子的早期犯了一系列的错误。

今天的母亲可能会不分昼夜全身心地照料她的孩子，偶尔临时保姆才能使她喘喘气。小孩子令人费心，而母亲的需要也令人伤神，尽管她表面上对孩子呵护备至，实际上她内心存在着巨大的压力，迫使她对孩子真正的生理需求，不闻不问。她就是不明白孩子能力的生理局限性并不能达到母亲的愿望。母亲给孩子喂食并不是因为孩子的饥饿，而是为了满足自己的爱。事

实上她的行为等于在说:"你让我爱你吧,否则的话,你等着瞧!"

爱更加艰难了

吃饭最清楚地说明了我们表达父母之爱的这种方式怎样自找麻烦,而不是让人心情愉快。自然我们把注意力都放在母亲身上,因为她常常是喂孩子的人。儿童心理学家倾向于把孩子的喂饭问题看作是抗议母亲的一种行为。培养上厕所和午后休息通常也是她的任务。随着孩子的成长,我们的父母之爱可能会转向其他的错误方式,父亲和母亲都可能误入爱的歧途。睡眠成了令人头疼的事——父母好像从来就不能让他们的孩子们上床睡觉。孩子开始走路了,他爬高上低,把东西推倒打破。他常常处于危险中。他的好奇心使他弄出很多恶作剧,自我意识的逐渐增长使他不服管束。他会突然大发脾气并放声大哭。他经历第一次恐惧,他变得难受了。

我们身为父母的角色也在改变。从仅仅机体般的照料,我们现在担负着教化这个小动物的任务。我们必须教他怎样生活在这个出生的世界上。我们必须训练他的安全和保健意识,迟早我们还得培养他有良好的风度。我们必须对他谆谆教导要体谅他人,合理地关注自己的最佳利益。我们是将教育标准和价值传输给孩子的渠道,在孩子的一生中,我们是启蒙者,不论好坏,也是最有影响力的。

这与其他的爱截然不同。在其他的爱中,我们可能做出一点儿教导,可能有点儿影响,也可能使我们所爱的人在一些小的方面产生变化。但是只有在父母之爱中,我们确实对这个所爱的人担负着全部责任,至少在孩子五六岁之前是这样的。我们感到了这种责任,我们也义无反顾地接受了。毕竟一个尽责的父母是个伟大的人。我们很少意识到我们把角色演得太过了,

父母的权威性。我们与孩子之间巨大的年龄差异，甚至我们的善意都促成了我们自我意识的膨胀，并不自觉地给孩子施加过多的压力。

我们对孩子以及对自己的态度，有一些的确随着他进入每一个新的阶段而有所改变。随着他的个性开始展现，也许越来越风趣了；随着他开始说话，他也的确越来越友善了。但是我们却很少让步，只是欣喜地观看这些变化。我们拿着孩子的照片四处炫耀，在办公室向同事们讲述孩子最新的恶作剧和言语。有些人甚至把孩子在幼儿园里的杰作挂在办公室的墙上。但事实上，随着孩子的成长，他们越来越独立了，而我们又不得不重新阐释父母的作用了。

这种态度的变化既飞快也并总是朝着好的方向发展。在我们的孩子学会走路的两三个月之后，他们从食品广告中那胖嘟嘟的娇嫩可爱的小天使变成了受惊的小老人。孩子害怕的原因实在太多了。就拿走路这种简单的事情来说吧，他们从伊甸园中走了出来，身后的巨门砰然关闭。他们的父母站在自己和自己的愿望之间。他们只有做或是不做，蹙眉、威胁和惩罚。尽管学会走路有助于孩子的独立，但此举让母亲的感觉是他们更能发号施令了。

这一切非得显得这么艰难么？当孩子充满好奇心探究世界时，我们完全没有必要阻挠他，我们完全可以伸出一把手。我们不必着急帮他搭积木，因为孩子长大一点以后，他根本不需要我们的帮助就可埋头修建他的“房屋”。如果我们不那么急躁，事情完全可以事半功倍。

通常，正是在我们自身的情感压力下，我们为孩子添加了额外的负担。我们总是不知自己的焦虑来源于何处。因此，一会儿我们对孩子呵护有加，一会儿又埋怨孩子太让我们费心。我

们总是无法处置自己的缺憾和负罪的情感，结果对孩子我们时而过于娇纵时而过于严苛。

若是认为我们自身的困难不会影响这种最亲密、最费心的关系是极不现实的。我们还记得，自己体验过的父母之爱与其他的爱极其相似。它们都是先前感受过的爱的再现。若其他的爱存有缺憾，我们何以要求眼前的这种爱完美无缺呢？但我们多少可以建立起一种父母之爱的策略，可以更好地满足孩子的欲求、更好地让我们宽心。

少即是多

有位杰出的建筑大师名叫路德维格·洛赫，他明白在同一建筑中堆砌过多的现代技术只会使房屋显得杂乱无章。他提出了一条准则：少即是多。这样的法则也适用于父母之爱。虽说听起来有点令人吃惊，甚至不太道德，但父母在孩子的生活中扮演的角色应该更少而不是更多。

让我们看看在满足孩子机体需要上，这条法则是如何运作的。如果母亲懒惰一点的话，她对孩子吃什么、吃多少或许不会太介意。在给孩子准备好食物，并在他需要的时候放在了他的旁边后，母亲又去忙别的事情去了。但也许这种给孩子喂食的方式更好。她可以更多地满足他的心理需求。因为离孩子不是那么近，孩子可以依自己的食量自由进食。

如果她在训练孩子上厕所上不是过于急促，孩子可以养成自己的速度。这样孩子的痛苦会减少很多，也不会为日后的心理造成隐患。如果她不是那么刻意关注孩子的午睡，她可能会让孩子在某一天的中午自由玩耍。她想，或许他今天不困，明天他又会午睡的。孩子们的睡眠需求同他们的食物需求一样会因时而变。几乎一夜之间，情况也许就会大变。育婴手册讲述的

只是孩子的一般情况，每个人都有自己的特色。

与其他方面比较起来，父母们更加担心孩子的争吵和打斗。为了维护和平，他们自己就介入争斗去责备这个，惩罚那个。

后果远远不能让人满意。事实上这种行为并不是爱的方式，这会让我们的血压升高，除此之外，更别提我们的声音和脾气了，这对于孩子无异于火上浇油。我们一出现在争斗现场，每个战斗者都努力想赢得我们站在他的立场，并指责对方的错。对于我们自己这一方，一旦惩罚了谁，我们经常有一种说不清的感觉，总觉得我们错怪了他。有时候看起来最像是受害者的那个孩子却实际上是个滋事者。在这种情况下要做到公正实在让父母的神经紧张。

用另外一种方式去看待就好多了，睁只眼闭只眼，没有人真正受到伤害。当父母不在身边的时候，孩子们就截然不同了。

艰苦岁月

如果我们愿意少做一点，我们也愿意让时间来为我们处理困难。虽然我们不能指望所有的问题自行解决，但是有一些却能做到。孩子就像天气一样不断变化。如果我们对他这星期的所作所为不高兴的话，我们只需等到下星期或下个月。

在大多数正常孩子的发育中，有很多时候考验了父母的耐心和了解，更不用说父母之爱了。婴儿摇摇晃晃走路的时候并不是最困难的。上学的日子是从孩子的痛苦表现开始的，这是由于他与父母分别而惶惶不安，这时他不让母亲离开而让他独自留在幼儿园。或者可能当他要上学校班车的时候，他得了头疼或肚子疼。后来出现了一系列的事：我们可能不喜欢的友谊，由于家庭作业和音乐而引起的抗争，反抗管教，鲁莽甚至是攻击性的语言。当孩子渐渐进入青春期，而对这点我们都不知所措，

因为青春期的孩子容易忧虑并顶撞他人。

这段时间对于父母和孩子都很困难，而对于我们来说，认识到他们是如何困难的则是件有益的事。在孩子的正常成长中，甚至是最痛苦的阶段也不可避免地会结束。孩子们并不知道这些，但是我们知道。由于他们没有经历过，所以并不能看到前面的好时光，但是我们能。我们不能用焦虑、紧张、反对等负面影响增加他和我们的烦恼，应该给他自信让他平静下来，使他相信一切都会好起来的。这样的环境下孩子就会确实更好地处理他的烦恼。当他解决他的困难时，与责骂和惩罚相比，我们的耐心是更具生产价值的爱之表达，而且对我们自己也确实更令人愉快。

巨大的期望

在我们的父母之爱上，我们所犯的最大的错误就是掉进我们自己的期望这个陷阱，在现实的生活中我们忘记了修改。

很多男人甚至不少女人，他们都习惯于读早报的时候几乎每天都将他们对股票市场的期望值做些修改。商业人士不得不定期修改他们对销售和利润的期望，否则他们很快就会有麻烦。我们的婚姻得以幸存，是因为我们改变了我们对爱人浪漫的期望，接受了实际的而不是梦中的他或她这个现实。

一涉及到孩子，我们在这点上就非常不正常。孩子将要成为什么样的人，这种想象早在孩子未出生之前就已形成了，而这个新个体的展现是非常缓慢的。孩子直到二十二十五，甚至三十岁的时候才定型。在这之前的所有岁月，我们可能继续培养我们对孩子的期望，希望他能实现我们的梦想。对于孩子，我们终究不会死心，因为他是个孩子，他还在成长，还没有定型。

听起来好像有道理。如果我们愿意去了解孩子，他的潜能

也许在将来才能施展，而他与生俱来的天赋则在很早的时候便显而易见了。举一个极端的例子，如果他将要成为一个不凡之人，我们很快就会发现这个事实。而如果我们一想到生养一个异常的孩子将会怎么样，我们就会感谢我们的孩子是正常的而不是指普普通通的。

如果我们按照自己预先形成的想象希望，孩子为我们增光的话。我们可能要彻底失望了。也许有一天他会让我们大吃一惊。让我们为他而骄傲，但是这通常不是以我们新预想的方式。当我们试图使他成为他并不是的某种人，并使他和我们饱受此苦时，我们却错失了让他展现他原本具有的才华。这种方式使我们失去了父母之爱的真正满足，而我们也可能给孩子永远烙上了他自己的不佳形象。

在孩子的头几个月，对他植物般的照料中，不现实的期望这种危害已开始了。因为我们期望杰出的成就，于是我们强迫孩子吃得更好，更快学会上厕所，能整宿眠，比邻居和亲戚的孩子学会的都早。当他上学的时候，我们又给他制造压力让他做得更好，因为这时候他的成绩是公开的，他要和其他人竞争。

有些父亲在孩子还未离开尿片的时候就给他买来了棒球手套，而如果孩子在十一二岁时还不会玩棒球，这样的父亲真的要对他的儿子失望了。在美国长大的男孩不玩棒球是很困难的，但是有很多非常健康的男孩从来也没学会爱好这项运动。他们也许喜欢网球，田径或者游泳。或者他们也许对竞争性的体育运动兴趣不大，却对电子历史或机械有着浓厚的兴趣。重要的是，不论孩子的爱好最终是什么，对于孩子，他只对某种东西感兴趣，而对于作为父母的我们，只对孩子本身感兴趣。如果我们能分享孩子的兴趣，或者他能喜爱一些我们的兴趣，那我们可真称得上幸运了。

在其他方面我们可以不加注意，而在另一方面我们又过于关注——那就是孩子本身。在抚育孩子的日常工作中，我们做了足够的塑造和影响工作，我们无法避免这些。我们所能避免的是不要行之过度。就像我们需要正确认识孩子的愿望，他对食物和睡眠的个人要求，我们需要认识他其他方面的个性。如果我们能让他展示真正的自我，尽可能地让他成为他自己，而不是我们希望的那种人，那么我们就大大减轻了父母之爱的紧张感。

轻抚

在其他地方当我们和他人共度一段好时光，我们就会发现我们多么喜欢他们，他们是多好的人啊！我们多长时间一次是和我们的孩子在一起，和他们共度好时光呢？如果我们做一个一天接一天的调查，结果是非常可悲的。

我们自身所感到的作为父母的所有真实或可笑的缺点都源于内疚和没有安全感，我们中的很多人对孩子付出的过多了。如果我们不花时间和他们在一起，我们就想他们，为他们担心，或和朋友们相互讨论孩子们。

在现代儿童心理学诞生之际的美好日子里，父母们可以遗传为借口推卸责任。因为孩子“生出来就那样”。在每个家庭，总有某个倒霉的令人不快的亲戚，孩子就像他。自从弗洛伊德革命以后，父母们感觉好像他们说的每句话、每一个举动都会对孩子成长的好坏具有魔力。他们不敢片刻放松警惕以免出错。

显然，作为成年人，我们不能不厌其烦地将我们所有的时间都用在和孩子在一起。如果仅仅因为年龄的差异而没有别的原因，孩子不能以我们的水平做出回应，我们就会感到厌倦，以致于把我们的回应降到他的水平。而如果当我们没有和他在一起

时，花了很多时间惦记着他，为他担心，显然当我们和他一起相处时也不会有太大的快乐。

如果我们不把父母的角色看得过于严肃，我们就会和孩子愉快相处。我们就会觉得没有必要对孩子求全责备。我们就不会转眼间由呵护关爱变得愤怒责骂而令孩子迷惑不解。我们完全可以礼貌地对待自己的孩子，从而使我们可能与孩子和睦相处——我们为什么不对孩子礼貌点儿呢？在我们的生活中，如果我们用对待孩子的方式对待成年人，那我们还会有朋友吗？

在同孩子的交往中礼貌也是很有用的。我们发现，对我们总是轻视的小生命彬彬有礼是很困难的，在我们的文化中对小孩子有几分尊重呢？我们不得不提醒我们自己对小孩子说"请"、"谢谢"。我们非常有意识地向孩子灌输这些礼貌用语。但是我们对他们到底有多礼貌呢？我们喜欢说良好的风度来自于内心，来自于对他人的尊重和体恤。如果我们总是不断地为孩子做这做那，按照我们的想法去塑造孩子，像保护哺育襁褓中的婴儿一样，直到孩子步人成年，我们就几乎不能对他们保持一点儿尊重的情感。

一旦我们不再扮演沉重的父母角色，我们感受到的压力一下子就减轻了，生活的气氛也变得轻松多了。实际上我们不是那种气氛的惟一决定因素。有时，孩子们的郁郁寡欢是由他们自己造成的。他们有时小题大做，而我们不得不由着他们。甚至当我们颇觉不妥不得不大声说不的时候，我们仍然得心平气和、拐弯抹角。更多的时候，我们可以与他们一起说笑玩耍、愉快相处。

在和孩子愉快相处的艺术中，他们确实应该得到我们的尊重。他们比我们更易开怀大笑。他们更容易放松自己，而我们却常常做不到这一点。如果我们能将自己沉重的父母角色暂时

搁置一旁去欣赏他们，孩子就会给我们的生活带来欢乐和朝气。

为爱找出证据

前面我们已经谈过，通过对孩子机体上的需求的满足我们表达了对婴儿的爱。这是非常理性的举动。但我们的爱也有不理性的、过分和粗鲁的一面。我们应将之揭示出来。

我们不必非得等到孩子乖巧的时候才去爱他们。我们可以随时把他抱起来、亲吻他，因为我们喜欢他。当我们把爱作为一种奖赏，当我们把爱等同于赞赏，我们对孩子的态度往往就不尽如人意。我们很少会想起来表扬孩子的良好举止，我们甚至很少注意到它。好孩子往往被人忽视。通常只有当他惹出祸端来我们才注意到他。孩子看到的不是赞赏，不是爱。

若是父母能把婴儿放在客厅的中央，让来来往往的客人抱起他、亲吻他，那么孩子的感觉一定会棒极了。有一段时间，父母像惧怕野兽一般地害怕孩子被细菌感染，他们几乎不敢让任何人碰他。有一对好莱坞夫妇为自己的婴儿建造了一个玻璃婴房，实际上把孩子放在玻璃罩中。人们可以看见但无法触摸他。我们在医院和婴儿收容院中曾看到很多因无人理睬的孩子最终变成了植物人。他停止了成长发育，他日渐消瘦甚至面临死亡的威胁。有一家纽约医院规定，每个路过育婴室的人都要进去抱一抱孩子，给他唱一首儿歌后才能去干自己的工作。他们发现生病的孩子只用了一半的时间就康复了。

孩子们在体验到身体上的关爱过程中不断茁壮成长。与缺乏爱的孩子们相比，他们无论在身体还是智慧上都更健康地发展。给予他们的爱越多，他们就越可爱，显然一个聪明伶俐、健康活泼的孩子比一个面色苍白、迟钝呆板的孩子更可爱。

示爱——直接、非理性、没有束缚的爱，可以使我们的孩子

更可爱也更富有爱心，而因此使父母也更轻松愉快。孩子需要被人爱也需要爱别人。孩子们最好的学习方式就是模仿。当孩子看到父母之间以及对自己的身体之爱，他也就学会了爱。在另一种情况下我们曾说我们教育孩子接受爱而不是付出爱。这种自然流露出的对孩子的爱就是教育他们既要接受又要给予爱的最简单的方式。

随着他们渐渐长大，尤其是在我们所说的潜伏期——幼儿和青春期之间的数年，用身体语言来表示爱已不再那么受欢迎，而到了青青期就很让人讨厌了。这些年也是非常忙碌的岁月，为了和孩子见面，我们得提前约好。我们确实在预约——带他们去看医生，看牙医，上音乐和舞蹈课，而最常见的是因为他们一塌糊涂的成绩、迟到、乱花零花钱，而不断地数落他们。但我们几乎不和他们预约以他们可接受的方式来表示我们的爱，如和他们尽情嬉戏。

我们缺乏自制力，反复陷入一种怪圈，那就是平常总是做那些同样的没有计划的事情。每个夜晚每个周末就这样单调枯燥地过去了，我们的意识迟钝了，两人相处也没有什么兴趣。打破这种模式的任何可以想象的微小的努力通常都可以带来很大的回报。让孩子们对我们成人世界中的很多领域产生兴趣并不难。几乎任何青少年，即使他太年轻还不会开车，他也会对帮着家里选一辆新车极为欢迎。而一旦选了车，他会以同样的热情来筹划，参加很多的旅行，不管其规模大小。

当孩子渐渐长大，邀请他们与我们一起解决问题并积极参与我们的生活。这对于我们和孩子的关系将大有裨益。这有助于他们更加完全地向我们开放他们自己的生活。这就会巧妙地将我们的角色从权力主义者转变为一个更容易接受的朋友，合伙人，或一个受人欢迎的领导。孩子更多的勇敢，活力和好奇使

我们也受益匪浅，而孩子更容易获知我们的回忆和经历。最重要的是，父母和孩子间培养的相互尊重清除了孩子依赖性的最后痕迹，并让孩子们具有了理想中的父母们所具有的成熟的爱的表达方式。

当然，和孩子相处时我们不可能比我们成人自己相处时更成熟。我们对什么对他们最有利和什么对我们最有利同样茫然无知——如果我们在感情上不能自由地以自己的良好愿望行事。比起我们的目标，我们日常行为的技巧更值得我们不断地反思。与此相关，单单是我们在一起开怀大笑的次数就是我们和谐相处最好的标志。虽然共同策划事情非常重要，一起开怀大笑也同样重要，要和孩子们一起做到这一点的话，首先我们必须保持一种丰富的能力——不管孩子在不在场都能开怀大笑。

也许幽默的最好表达就是自我嘲笑的能力。这需要谦逊，而最重要的是一个人的观念。这种观念的另一种解释是：在同我们已步入成年的孩子相处时要有自制力。他们想要尝试，想作决定，有时候他们甚至想失败只是为了看一看结果到底会发生什么。一种更加成熟的爱的表达就是随他们的便。如果我们相处良好，我们的孩子就会在他们的生活中把我们放前排的位置上。而我们最好的做法就是呆在那里去欣赏他们的表演。我们可以欢呼，鼓掌甚至哭泣。但最理想的就是，我们应远离舞台，除非我们确切地知道，他们刻意邀请我们参加。

自我了结的爱

父母之爱只不过是我们生活中爱的一种。我们过于经常让这种爱支配着我们，我们的行为就好像抚养孩子是我们生存的全部目的。结果是，我们和他们都饱受其苦，我们对他们爱的方式也免遭其难。

当他们步入成年时这种危害就特别明显了。由于我们对孩子付出的过多，我们变得占有性极强，我们不让他们离开我们。这也是我们对他们的占有欲表现得最赤裸的时候。当他们没有被大学录取，没有选到理想的专业或者他们的婚姻不是我们曾为他设想的，我们几乎不能掩饰我们的失望之情。

在孩子生活的前一半时间，父母们经常面对的困难是：他们必须维护孩子们的爱，因为他们不可避免地要对孩子们说："不。"而在后一段时间，父母们要面对的更不愉快的问题是：父母要接受孩子的"不"。父母之爱尤如魔力般的爱。这种爱要求我们付出最多的回报。最少，这是一种自我的爱，必须以放弃对所爱之人的占有为结束。不过也未必如此，如果我们将我们的父母之爱更多地用于对孩子的爱，而不是对我们自己的爱。当我们将我们的希望和志向这副重担压在孩子身上时，当我们把孩子当成一件衣服来为我们自己增光时——那么我们就不是真的在爱孩子，而是在利用他。

所有类型的爱都对被爱的一方提出一些要求，即使是朋友之爱。浪漫的爱情提出的要求最过分——而它也是最容易被遗忘的爱，一部分就是因为这个原因，不管最终是瓜熟蒂落，缔结良缘，还是分道扬镳，都深藏在我们的记忆。

理想的父母之爱应该是要求最少的。我们对孩子的要求应该是为了他自己的发展和幸福，而不是为了我们，我们对满足我们自己的需要所克制的程度以及对孩子的需要所关注的程度是衡量我们爱的成熟性的方法。

在对孩子的爱上，我们做得到底怎样，决定于我们在生活中的其他方面对我们自己的需要的程度。显然，如果我们在婚姻的爱中感到很幸福，如果我们的婚姻能够满足我们的感情需要，我们就能对父母之爱做得更好。

但是没有必要把父母之爱的质量取决于我们的婚姻质量，或者是婚姻的持续。离婚的父母和丧偶的父母照样是优秀的富有爱心的父母。

那么，在父母之爱中谁是最好最成功的父母呢？

让我们回到我们的主题：我们有很多爱，而其中任何一种成功的爱都取决于我们把所有这些爱协调的好坏。在他们的父母之爱中最快乐的父母很可能是那些在生活中将这种爱和所有其他的爱最佳结合的人——和婚姻、朋友、工作、对艺术或知识的追求之爱或者其他对他们有吸力并给他们满足感的任何事情，当我们过着自己的生活，孩子是我们生活中的一部分，我们不再把全部的精力和注意力都放在孩子身上，那时我们在父母之爱中才最快乐，而我们也可能成为最好的父母。

第十七章　爱的自由

不管愿不愿意，在生活中我们都建立了无数的依附关系。这就是我们的爱。虽说我们拥有诸多的爱，但只有很少的一部分反映出了理性的选择，因为偶然的、无意识的需要支配着我们的选择。幸运的是，这仅仅是我们生活中爱的一个侧面。我们对选择采取的态度至少和选择本身一样的重要。随着我们一天天的成长，在选择和建立依附关系上，我们享受着更大的自由。爱源于我们的自然需要，必将结出理想的果实。

爱就像小草一样能在任何地方茁壮成长。即使是贫瘠嶙峋的岩石也能绽开鲜艳的花朵。但珍贵的花木却需要肥沃的土壤。个人的自由便是理想的爱成长的健康土壤，这也是我们今天所称的情感的成熟。

我们在情感上的成熟程度决定了我们爱的生活的质量。爱都会给我们的生活烙上个人的印记。或许已有极大的吸引力，让很多人着迷。但是，我们能否继续满足他们更多地取决于最初留给他们的印象。我们也经常对他人着迷，但是我们能否与他们和谐相处更多地取决于我们心中燃起的欲望。一些人在他们的一生中只是远远地观望，梦想着得到他人的爱，而另有一些人则创造条件，努力争取他们欲求的爱并最终得到了它。

显然，人们都希望融入那有能力得到爱的人所组成的迷人

的生活圈子。但是与感情丰富的成年人结盟并不是件容易的事。很多时候，促进我们某些特殊才能的成熟比提高与自我相处和与他人相处这一更普通的能力显得更加容易。数学家可以埋头于他的斜面原理中，音乐家可以沉醉于他的音阶和演奏中，设计师可以倾心于他的图纸中，而且他们每个人最终都能够回归到人群当中，成为更加优秀的教学家、音乐家或设计师。但是，学会更好地生活、更好地爱并不会从某些同样具体的实践自发产生。

自由的局限

要实现更快地成长，首先我们必须努力把自己从孩提时代的局限中解放出来。孩提特征最明显的标志就是：对父母的依赖性。只要父母继续在我们的生活中扮演最重要的角色，不论它是积极的或是消极的，我们的依赖性情感就依然格外强烈，而我们其他的依附关系就会被削弱。我们应做的一件事就是努力工作，在经济上实现独立。然后我们应拥有自己的家。在所有其他的追求之余，在剩下的时间里，我们可以与父母共享天伦之乐。当孩子大学毕业后，明智的父母就应该鼓励他们接受这样的生活方式。

自由的第二个局限源于我们微小的日常的追求情感满足上的失败。我们都有神经质的倾向，也许我们至多把它们视为一些坏习惯。常常我们并不知道它们将造就多大的恶果。我们总是对自己过度的行为淡然处之，如，我们总是耸耸肩，淡淡一笑说自己工作太累了，所以才会暴饮暴食，花钱大手大脚。

事实上，我们所做的一切无不为自身过度行为所牵制，而我们的缺乏约束力不禁令人想起两件事。首先，这意味着我们在被驾驭，我们被从驾驭者的位置上赶了下来，我们内心的某种力

量驱使着我们做出连自己都视为过分的事情。其次，我们将在别的方面为自己缺乏约束的过度行为付出代价。这样我们产生了一种犯罪感，我们遭受到身体上和情感上的苦楚。不加节制及其带来的后果使我们饱尝奴役之苦，它们消耗了我们大量的时间和精力，破坏了我们的情绪，并进而将我们很多的依附关系也搅得一团糟。

不幸的是，这些存在已久的神经质需要却披着温文尔雅的外衣，逃过了我们监察的视线。没有安全感的妇女会不现实地渴望得到他人格外的关注。她的爱注定很快就会消失殆尽。然而她对自己婚姻中的不幸依然没有负罪感。在她看来，造成她失败的婚姻在于她的丈夫。表面上她仍有魅力赢得他人的恭维，她看不到自己怎样在用与自我搏斗的方式攻击着丈夫生活的点点滴滴。在家里我们本该尽情享乐，但她却反复无常，雷霆大发，总希望得到在别的地方得不到的东西。她的这些想法和需要，不论是成功地通过令人瞩目的社交技艺还是以孩子般的哭闹抗议得到表达，都是她生活中最根本的目标。个人需求的牢狱使得所有的依附关系都黯然褪色。

当然，我们所有的人都不同程度地具有神经质特质。如果成长之途蒙受的创伤不能及时治愈，也许我们会比年轻时感到更加的不安全。这将使我们变得敏感，容易受到伤害。对此，我们的反应将是退却逃避，而这将再次成为我们关注的主要目标。正是我们的情感而不是任何他人的情感将占据我们的心田。

以自我为中心将使我们与他人建立依附关系变得更加困难。任何过度的敏感、恐惧甚至是欲望都可能增强个人意识或对自我不安的关注。爱是与他人交往的一种方法。理想地看，爱就是亲密完全地与他人进行交往，这以我们真正地与自我分离为前提。这种爱所需求的关注他人的能力要求我们付出极大

的自由。但自由并不是唾手可得之物。

被束缚的过去

不管我们多么强烈地期盼爱，我们都不可能自然地拥有爱。好像在我们的骨子里有些什么东西在竭力阻挠着我们。而这很可能就是传统。

千百年以来，自由和财富的分配方法与现在截然不同。昔日只有很少一部分人拥有自由和财富，而绝大多数人被剥夺了享受它们的权力。他们辛勤劳动仅仅是为了生存。宗教通过贬抑物质帮助人们适应了自身的社会和经济地位。善良意味着神圣，而神圣又意味着超凡脱俗、牺牲、祝福和对神秘的上帝的接受。这都被视为升入天堂必备的最重要的善行和基本条件，从而被人们广为接受。世俗的生命没有神性。教化告诉人们应将自身视为卑微、应畏惧神灵，应远避那些声色犬马纵情享受的欲望。

社会变革和自由几乎毫无例外，这是数百年来人类的普遍状况。美国的独立战争带来了第一次重大的变革。《独立宣言》不仅表达了一个国家摆脱了另一个国家的统治，它还扩展到个人的自由。它强调了个人的权力，对"……自由和对幸福的追求"。

随后发生的历史事件将这一梦想变成了现实。自由不但要求立法还呼唤着经济的变革。在19世纪，人们绝大部分的理想都得到了实现。边境开放、工业革命和城市的扩展都在财富的再分配中发挥了有力的作用。人的自由在政治、社会和经济诸领域中都成为现实。它吸引了无数的外国人来到自由的美国。

总体生活水平的提高鼓励人们更多地关注自己的利益。生活日益变得富有希望。主张克己自制的宗教教义越来越受到人

们的质疑。青青的牧场对于打算充分享受欢乐生活的自由人已没有太大的诱惑力了。

心理变革和自由

渐渐地人们的思想发生了彻底的变化。它更加清晰地传递了《鲁拜集》中的宣言:"我就是天堂和地狱。"我们终于明白,自己在社会中的地位和促进我们成长发达的机遇原本是一回事,而我们看待自己、对待自己的方式又是一回事。我们的外部自由或社会自由并没有彻底地解放我们。就像斯宾塞在弗洛伊德面前一样,他描述了情感奴役我们的不当方式。就好像没有人在他的面前一样,弗洛伊德以伟大的栩栩如生的细节完成了这一任务。

自从他在世纪之交完成的这部巨著面世以后,它的主要内容已得到了发展并产生了巨大的影响。艺术、文学以及日常思想无不深受其影响。现在我们知道良好的健康,包括心理和身体的健康,都需要一定的自由,没有内心冲突的负担而表达自我的自由。在我们的成长过程中,我们不断地受到各种各样无益的依附关系的威胁,包括对愿望、情感、自我甚至周围的人的依附关系。所有这些依附关系都可能阻碍我们的成长,支配我们其他的愿望,并使我们执拗于理智上想排斥的事。

这并不是说在这种情况下我们就不会去爱。我们能爱,但是我们不能健康地爱。不是所有的需求和愿望都对我们有益。我们正在享受的外部世界的自由和我们的内心力量还不能演奏出和谐的乐章。我们偶尔仍强烈地感到非理性的力量正阻碍我们进行理想的选择和建立理想的依附关系。我们还感到罪恶和恐惧的不理想的思想在我们内心深处正蠢蠢欲动。

我们比以往更清楚地认识到,与言论自由受到压制对社会

无益一样，对人的愿望的盲目不合理的压制同样无益。这并不是说，我们可以用对他人漠不关心的变态的方式来表达自身的情感。情感的混乱和政治的无政府状态同样是有害无益的。就像言论自由不等于鼓励诽谤一样，较大的个人情感表达的自由也不意味着可以朝三暮四、刚愎自用和目中无人。

在这些力量斗争之中我们仍可找到一个平衡点。我们处于比以往历史任何时候都优越的地位来实现这一愿望。首先，我们相信我们拥有不可剥夺的言论的幸福的自由。其次，我们从现代心理学的研究中得知自由和幸福极其有益。它是健康自由生活的必要条件。社会和经济变革已经为我们创造了浏览更多的心理学理论的良机。我们可以用这些理论来检验自己的内心冲突。然而，我们还是犹豫不决，仍然束手束脚，阻碍自己进行理想的选择和培养自己需要的爱。

辛勤工作的坏习惯

这是那些以我们的自由为目标的社会经济传统常常产生适得其反的效果。一方面，我们相信自己不必再是原来的自我。我们见到的流行传记文学讲述的是牧场里长大的孩子变成了总统，穷人变成了富人的故事。假如我们乐意努力的话，世间就不存在什么障碍。结果，很多人首先在学校里刻苦学习，工作后辛勤劳作。但他们的成功从来没有让他们真正感受到自由。他们在成功之后还得继续努力，即便不是加倍地努力。尽管他们受人尊敬、看似自由，但是他们改变的只不过是外在的表象。他们被那些难以捉摸的力量牵引着，很少有时间培养深厚的人际关系。

伴随着不可消解的罪恶感长大的人们常常易于接受辛勤劳作的美德。难道世上还有什么更好的方法可以帮助他们克服这

种罪恶感么？罪恶留给人们的是对惩罚和牺牲的欲求。它们的实现可以带来赎罪和原谅。我们的耳边一次又一次地响起勤劳是美德的最好的标志的话语。

辛勤劳作显然非常辛苦，而谈论一个人的工作是多么的辛苦要容易的多。人们一味地为自己的工作而焦虑，故作悲哀、抱怨，谈论他们怎样受驱使，不断地期望更糟糕的事情发生。简言之，他们培养了悲伤的习惯。就好像他们乐意向世人宣布自己曾受过惩罚。

正如依赖和神经质的力量削弱了我们同他人的关系一样，负罪感正是通过降低我们的自我价值削弱了我们同自身的依附关系。这三种情况结合起来使我们不易将主要的精力集中在自我的身上。而爱要求的正是自我自由。成熟将对自我不安的关注留在了成长的过程之中。于是，在成年人的生活中，我们能够享受关注于我们的各种依附关系带来的快乐。当我们理想地成长并再次将我们的注意力集中在对生活成熟的修饰上时，我们将自我及我们的成熟视为当然。

琢磨不透的判断

不幸的是，我们发现成熟并不是什么现成之物。人们不可能这么简单划一地将自己分类。他们不会自然地落入“成熟”或“不成熟”的类别之中。我们绝大多数人在步入结婚年龄时还不太成熟。至少没有谁能在复杂的人性的所有方面都达到理想的成熟的境界。也许没有谁可以遇到一个完全成熟的人。

我们所能做的最大的努力就是尽可能对我们的所爱做出成熟的判断。但这也很不容易。沉溺于恋爱中的头脑几乎没有任何进行理智判断的余地。

坠入爱河中的人们自由地做出判断。也许这种自由对自我

的利益过于有利。情人眼里出西施，如果我们的情人小心眼、敏感易受伤害，我们会说她多愁善感；如果她浅薄短见，我们会说她活泼年轻，具有一丝春天的朝气。我们从来不会联想到这种春天或许预示着早到的秋天。

女人爱上倔强的男人是因为他具有维护坚定信念的勇气。刻板迂腐的人在情人的眼中可以成为知识渊博的人，缺乏幽默感的人则成了认真严肃的人，过分活跃的人也是热心有活力的人。

这种分类可以无限地进行下去。吹毛求疵善于挑剔的人被自己的情人描述为献身追求真理，吝啬的人显得勤俭节约，而无情的人则是威武坚强。

有时恋爱时暂时的心智失常造成的这种捉摸不定的判断会使人越陷越深。它可能由此激发起神经质的倾向。无意识中希望得到他人悉心关照的男人会蓦然发现某个女人温柔贤良，因为她在他们的恋爱期中对他关爱备至。但是，在婚姻中他想得到的是支配和控制权，这是他的第一需要。另有一种男人希望能做家宅的主人。于是，他会把一个孱弱温顺的女子视为甜蜜可爱，因为她是一个地地道道的、心甘情愿的侍从。

这些判断不像被单一支配性的需求(尽管是无意识的)引导的判断那样盲目。因为那样单一的需求被一种它难以控制的力量所支配，显示出其自身的神经质倾向。然而，这样的人还是有其他的需求，而且它的全部依附力都耗费在满足某一种需求之上，那么其他的需求只能以失落而告终了。

让神经质的力量绕道而行

当然，没有人可以完全避开神经质的需求。这就使我们更有理由努力保护自己，使最重要的依附关系免受它们的影响了。

我们可能学会了让一些无意识的驱动力绕道而行。我们可以看一看一见钟情的年轻男子的事例。如果他不成熟，他就会希望立刻与她结婚。如果他更成熟一些，他会认识到自己刚刚彻底坠入情网，他感受到了快乐，但这并不能促使他立刻结婚。他可能会体会到从心醉神迷到悲痛欲绝这一完整的浪漫情感过程，然而他不会草率结婚。

有时，在听罢一段动人的音乐之后，我们会不自主地奔向唱片店欲买下一张这样的光盘。我们会一遍又一遍地播放这首乐曲。但没过多久，我们就将之束之高阁，因为我们已经腻烦了。可能我们永远也不会再去碰它。当我们看到一幅油画时，或许也会产生这种感觉。负责的画廊老板对这种现象非常熟悉。他会建议我们多看几遍，或许他会让我们将之带回家中几个星期。他希望留住自己的顾客，因为他知道一幅第一眼就深深打动顾客的图画可能并不是他们的至爱。

爱上一个人常常与爱上一幅画或一首交响乐相去不远。就像艺术品一样，人们相互间可能留下深刻的印象。然而对他的一生来说，这并不一定就是最佳的选择。

两个人相遇的情形、环境和心态可能会编织出一幅魔网，使他们感到自己是天生地造的一双。这可以是周末之夜，或是加勒比海度假，或是耀眼的斜坡滑雪之中，或是某个刚刚完结的繁重工作，或是孤独悲伤时找寻的快乐时光。当然，也能存在着强烈的身体上的原因。虽说它们都是再好不过之物，但它们还是不足以建立起终身的依附关系。

一见钟情

我们不必为了提防突如其来的强烈的吸引就将之罗列为神经质现象。当人们一见钟情时，立刻浮现于心的并不完全是爱。

它更是难以抗拒的情感撞击。它是对爱情的希冀和渴望。爱情这种依附关系本身需要更多的时间来培养。人类的情感可以消失，因为迄今为止我们还没有发现深厚的不可分割的依附关系。

一些人不断地恋爱和失恋。他们想获得强烈的情感，但是他们可能不想也不能建立起依附关系。确切地说，他们有依附关系，但是那是对情感的依附、对爱情的渴望，而不是与所爱的人建立的依附关系。这就是人们常说的他们在和爱情恋爱。

此外，当爱情突然降临时，它总是让我们产生一种幻觉，以为在我们所有的依附关系中，这是我们真正的自由选择。我们那么多的依附关系都是由环境和生活强加给我们的。我们没有选择自己的父母、兄弟姐妹，我们没有选择自己的生意伙伴和同事。我们的很多友谊是由做邻居、上同一所学校等成长过程中的偶然事件促成的。而且正如我们有时感到的那样，其中很多的关系纯粹是出于习俗而维持了下来。

只有突然的、绝妙的、不可思议的坠入情网的体验才让我们感到它是我们的自由选择。我们完全避开了偶然因素的作用，我们赞美它并将之称为天意。

什么样的成熟方式可以帮助我们面对这样的体验呢？我们必须熄灭这种浪漫的火焰，必须在我们狂热的情感上浇上一盆冷水么？当然不是。尽情享受两人之间升起的这种夸张的、或许还有一点神经质的但肯定是美妙的吸引并没有什么害处。只有当我们仅凭这些情感的强烈程度决定是否把它发展成为那种狭隘浅薄的关系时，它才有害。如果只是出于幼稚的原因而产生这种神经质式的需求，它很可能以离异而告终。有时，这种关系可以维持到老，但是它并不能带来成熟的令人满足的婚姻。

恋爱是人们无法避免的心灵体验。但是情侣们也需要在一种普通的环境下，在与家人和朋友的共处下度过一段时间。这

些人了解他的本来面目。他们看到的不是浪漫的梦想装点的似是而非的幻象。我们通过认识坠入情网和维持爱情可能是截然不同的事情而绕过了神经质力量的驱动。如果有机会的话，几乎任何人都可能很容易地爱上他人。但是，这正从根本上表明了我们都怀有能被他人燃起火花的欲望。至于我们能将这种火焰维持多久则另当别论。我们必须承认，无论感觉多么深刻，我们的很多愿望都无法维系太久。我们所有人都有一些愿望。如果这些愿望是短暂的，它们将对我们更加有利。总之，没有经过深思熟虑的愿望是不可依赖的。

我们不必怀疑自己的愿望，我们只需学会对它们分门别类。我们能够享受到短暂的愿望带来的快乐。神经质的愿望，甚至是愚蠢的、不负责的、荒唐的愿望也是如此。俗话说，大智若愚。死板教条的生活没有乐趣。如果我们不依随自己的意愿行事，我们就不是在过自己的生活。我们的困难在于如何把生活中所有的这些因素结合起来。首要的是我们应知道何时该驻足，以便我们可以转移重心追求和满足其他的需求。把愿望看得比其实际更加重要都会将满足化为奴役。由此我们失去了保持平衡、和谐和变化的自由，而且最终我们甚至会失去生活中正当的需求和愿望。

我们很少只从思想上评价愿望是否成立。事实上，很少有人能冷静客观地看待自己。生活通过生活本身和它折射的内容教给了我们最好的东西。单独的经验就像未经检验的想法一样是不值得信任的。还有，经验导致了习惯的形成。的确，没有谁比老傻瓜更傻的了。评价我们的愿望以及对所爱之物的选择的最佳方法是给它们两个机会。一个机会影响我们的经验，另一个机会根据我们的经验折射回来。对于十分夸张的愿望，在我们还没有使自己过早地依赖于将来对它的实现时，我们能够享

受它的乐趣。其诀窍是，享受眼前所拥有的，并让它变得更加美好。给自己一个思考的机会，而不是只打如意算盘，仓促地一头扎入估计不足的未来。

还有一个条件可以帮助我们正确评价爱。它来自于一个简单的事实，即时间本身不能解决我们所有的问题，但是我们及时所做的事情却能。当年轻人坠入情网后，他们通常也同样远离人群。对此，他们辩解到他们对其他的异性不感兴趣。难道他们这种专一的关系不是更典型地代表了美满的婚姻么？即使情况确实如此，他们也有感情用事的危险。恋爱并不排斥与他人的约会。渐渐地人们开始明白，没有一个能和妻子和谐相处的男人却不能与其他的女子友好相处。可以理解，与他人的约会当然不会同与情人的约会那么温馨。但是，如果在与他人的相处中，他一点儿也感受不到快乐，那么他是否具有强烈的爱情就颇值得怀疑了。

依附关系也会成熟

以不成熟的方式开始的依附关系当然最终也不可能变得成熟起来。生活中确实存在大量的这方面的事实。人有成熟与不成熟之分，我们的依附关系也有成熟与不成熟的形式。婴儿通过用调羹击打碗碟开始了他对音乐的爱好。在这种制造噪音的阶段中，人们很难看出他最终能否成为音乐爱好者。当然不是每个敲打碗碟的孩子长大后都会欣赏我们称为音乐的这种更为复杂的声音组合。然而对于那些最终成为音乐爱好者的孩子们来说，在这种依附关系之前有一个明显的发展历程，即从婴儿单纯的听觉快感经过儿童时期对节奏的欣赏到青少年时期带着情感和想象从音乐中得到乐趣，最后，我们有了一位成熟的音乐爱好者。当他聆听音乐的时候，他享受到对音乐结构的理解带来

的快乐。也许他擅长某种乐器或愉快地随音乐翩翩起舞，读音乐历史、或同伙伴谈论音乐。他的爱越成熟，他的依附关系就越丰富。

我们与他人的依附关系走向成熟的途径与此颇为相似。我们从中得到满足的方面也会越来越多。的确，儿童起初与他人的依附关系比他当初与音乐的依附关系要复杂得多。尽管如此，它仍然有一个重要的范围。儿童的依附关系首先是依赖性的关系。

依赖同感觉上的吸引截然不同。它也迥异于对音乐的爱好。依赖不同于促进吸引的其他力量，而且更加炽烈。结果，儿童和父母之间的关系一直被这一强大的力量所影响，并经常保持其很多有限的幼稚特征。

儿童早期的无助感最终被成长过程中培养出的力量、技巧和理解力所取代。然而，这并不能保证解除他的依赖性情感。能干的人可能感觉不到自己的能力。当他不相信自己可以自立时，他可能已做到了这一点。总之，我们能力的成长并不总是与自信同步。依赖性难以放弃。而且事实上，我们的确需要很多其他的关系来帮助我们摆脱同父母的最初的那种关系。

年轻的爱

幸运的是，我们有很多不同层次的爱可以促进我们的爱的能力的成熟发展。对于儿童来说，这诸多关系有助于增强他的经验以及扩展他学会形成和维持某种依附关系的能力。儿童不得不经历很多与人的关系，然后他们才有能力使这种关系变得成熟。他们有同学、队友、校友、室友和朋友。复杂多样的依附关系日渐增多。他们和父母、兄弟姐妹的关系也发生了变化并变得更加深切，既有更加满意的，也有更加不满的。最后，作为

少年或年轻人，他们还会发展人们所称的爱情这样的依附关系。

这意味着这个年轻人被某个异性深深地吸引了。结果，他们两人都渴望向对方表白，并一起享受异性的爱。但是，在这不成熟的爱中，他们经常发现彼此的依附关系和婴儿时期幼稚的依附关系一样的单维。他们第一次对家人之外的某个人感到了强烈的依附唤起的他们曾体验过的另一惟一的强烈依附关系。他们容易用自己知道的最熟悉的方式表达他们的爱，即“我想……”“我要……”以及情感剧烈波动、大发雷霆、容易受到伤害等幼稚的方式。尽管这种依附关系不一定公开，但它可能仍很强烈。而且还有异性的吸引带来的激动。但无论如何，它都是一种极其有限的爱。

男女过早地固定交往的现代习俗倾向于认可很多这种没有把握的男女之间的第一次依附关系。它若能成为社交上互相依靠的习惯或可以依靠的固定约会就是良好之举。很多这种简单的、不成熟的爱几乎自动地转化为费神的婚姻关系。

当年轻人稚气未脱就跳入了婚姻的围城时，不论他们是青梅竹马或一见钟情，他们都带有所有的尚未解决的幼稚的依附关系。一个没有足够的时间或经验挣脱对母亲强烈依恋的男人靠培养同他年轻妻子同一种依恋来将之取代。而妻子也把同样幼稚的需求带入了同丈夫的依附关系之中。他们还没有从其他的依附关系中学会改善同异性的依附关系。他们也不知道成熟的爱的方式。这样的两个年轻人很难共同成长并将他们的爱转化为更成熟的形式。很可能，他们幼稚的需求会阴魂不散，而他们年轻的爱将镀上神经质的色彩。

检验的土壤

婚姻需要男女之间最成熟的爱的表达，这是检验爱情的根

基。任何其他的关系都做不到这一点。没有人为我们作完全的准备。我们同他人大部分的关系都是短暂、不完整的。同父母单维的依附关系,同兄弟姐妹的竞争关系,偶尔强烈的友谊或同异性的暧昧关系,所有这一切都不能单独赋予我们在婚姻中的多方面的爱和合作所需要的实践。但是,他们结合在一起往往就能奏效。

还没有摆脱依靠的年轻人没有为他们将要投入全部个性的个人强烈的爱作好准备。他们在对自己提出诸多的要求,而且他们也在这个投入了很多的希望和欲望的爱情中几乎没有机会解决他们幼稚的依附关系。确实,对任何人来说,一下子从童年迈入成熟的可能性微乎其微。一些从十几岁时开始爱恋的夫妇或许在他们的初恋时即已成熟,但这只是例外而非规律。人们需要三四次或更多的不甚强烈的爱的铺垫。他们从中汲取更多的爱的甜美和快乐却并不期待满足更深层次的需求。对这些依附关系的体验,尤其是那些各不相同的依附关系,将给人们提供最具价值的原始参考资料。当他们考虑自己的时候,他们不是专门处理自己的愿望。他们会评价在他们同他人的关系中实际发生的事情。于是,年轻的情侣们可以提高对自己和他人的理解,并在更加乐意的层次上形成重要的依附关系。

第十八章　成熟的爱

“成熟的爱”听起来令人疲惫不堪，似乎它所蕴含的所有的热情已经消逝殆尽。它不禁让人产生这样一种联想——当人们不再能够体验到激情和浪漫的狂喜时，他们的爱便成熟了。成熟的爱仿佛就是老年人眼中的酸葡萄。

但是，如果我们将“成熟的爱”拆开，将之称作成熟人的爱，那么我们就能清晰地认识到那最有助于理解爱的因素 —— 投身于爱的人。可是，将成熟引入爱的人具有什么样的特征呢？

揭开神秘的面纱

首先，我们可以反思一些关于成熟的神话。这样的神话实在是太多了。其中的一种便是成熟的人应该是老年人。从实际观察中我们看到，这种观点不够确切。不错，很多老年人迸发着奇异的成熟火花。他们心情愉悦，能容忍，有智慧。但是，也有很多的老年人同年轻人一样易怒和苛求。此刻，老年人和年轻人惟一的区别是，老年人的不成熟的行为比年轻人更加惹人厌烦。与之相反，我们经常遇见一些年轻人，尽管他们的经历有限，但他们在情感和智慧上显得极其成熟。显然，年龄并不是判断一个人成熟与否的惟一标准。

为情感的成熟确定一个年龄的下限实在非常困难。这种困

难在其他的方面也能遇见。例如，在美国，年满 18 岁的年轻人就被视为可以为国捐躯了。但若要获得投票权，他们还得等到 21 岁。性的成熟年龄或获准发生性行为的年龄依各州的法律而异。从较明确的心理学观点上看，成熟是青春期之后的一个发展阶段。但是，这并不等于说一个人只有长到二十来岁以后才能作出成熟的判断。有时，学龄前的儿童看待问题比成年人更加透彻，而部分原因正在于他们的天真无邪。当然，恰似一片绿叶不能代表整个春天的降临，这并不能表明孩子已经长大成人。在成熟期来临之前，一个人应具有一定的人际之道和实际交往，在身体和情感方面应充分地成长。只有这样，他才可以不再依赖他人的照料。虽说不必等到万事俱备，但青春期的少年不大可能被界定为成熟的人。

如果将成熟等同于良好的判断力，我们就会遭遇到另一种神话，即成熟的人索然乏味，只有神经质才活泼有趣。的确，很多神经质的人确实饶有趣味，但那仅仅能维持一两天而已。若与一个神经质的人共度一生即使不窒息而亡也会厌倦不已。

成熟也不一定非得枯燥乏味。不论是否成熟，枯燥的人就是乏味。而有趣的人越是成熟就越有滋味。成熟的人可以轻松快乐。他们会去冒险，但并不鲁莽。他们接受变化和惊异。他们会勇敢无畏，因为他们明白如何权衡欲取之物和将面临的危险。当铸下了错误，他们也经受得住牺牲，并会继续前行而不抱怨。即使在情感上遭受挫伤，他们也仍然保持愉悦的感情，不会不停地埋怨他人或自我怜惜。即使从无聊愚蠢的事情当中，他们也能自得其乐。喝喝醉了酒，他们不必歉疚。他们明白游戏的规则。他们有足够的能力克服生活一再带来的不可抗拒的压力、失望甚至是悲剧并且保持住激情、希望和好奇心。从理想的意义上说，成熟不是人们青春的骄傲和活力被侵蚀的残躯。它

是饱经风霜,更为恒久的生命潜能的丰碑。

不成熟的人并不像那些在成长过程中摆脱了困惑的人们那样的幸运。他们没有广阔的空间和能力去享受生活。成熟的人可以尽情地享受生活,因为他们已经不再受婴儿时期的需求羁绊,也不再为儿时的畏惧所困扰。他们不再局限于婴儿般的无知也不再为婴儿式的理解力所扭曲。成熟的人爱的惟一的限制来自于现实。

回顾

成熟的人可以被界定为穿越了成长期的困惑,找到了建立理性生活秩序途径的人。这并不是说遇到事端成熟的人就会止住脚步进行思考并决定这样或那样的行为是否合乎理性。它说的是,作出正确的选择、实现自己的价值已演变为习惯性、自动化的行为。此处的"正确"指的是对他有利并能给他带来积极的满足感。

在通往成熟的道路上回首遥望,我们便可懂得成熟的含义。通过回忆不成熟的经历和孩提时代的生活,我们看到了成熟的影像。

幼儿往往无法理解行为后果的含义。面对点燃的火柴或发光的灯泡,他们会禁不住好奇地伸出手去捕捉它们。这纯粹源于对火和热的无知。他不知道自己可能因此会被灼伤。当他略微长大一点后,孩子会跑到街道上去捡拾滚落的皮球。即使已经受过告诫,他仍摆脱不了原始冲动的羁绊,不可能在冲出去之前先想一想此举可能带来的严重的危险后果。即使到了少年时期,他的心中依然可能潜存着不成熟的行为。考试临近了,他可能仍未做好复习的准备。虽说他知道可能出现的后果,但某些一时的冲动带来的乐趣让他似乎忘记了一切。

作为成人，我们有时仍沉湎于一厢情愿的不计后果的活动之中。我们暴食暴饮，同时心里也很清楚将为之付出的代价——我们吸收的热量远甚于身体的付出，因此肯定会发胖。当我们在人际交往中奉行此道时，当我们漠视自己的行为在依附关系中带来的后果时，我们的爱同样也是不成熟的。

或许有一天，无视或无力思量行为的后果终究会成为人们行为的主导模式。它主宰着个人的行为举止、驱策着人们采取行动、并最终使人品尝苦涩的后果。这样的行为堪称神经过敏。

认识自我

时至今日"认识自我"这一伟大苏格拉底原则依然同古希腊时代一样的重要。它是通往成熟的另一个路标。幼儿不具备认识自我的能力，不能认识自我能力的缺陷。在生命最初的几年中，他不断地跌倒、擦伤和流血。这既包括身体方面的磨难，也包括自我认识的缺憾。缺乏自我认识使得他在很多情境中无法舒适、甚至是安全地存在。

很多成年人也有颇为类似的举止。有"突发奇想倾向"的人经常使自己身陷僵局之中。如果我们能停下脚步好好地反思一下，我们就会认识到自己所犯的绝大多数的错误都是旧事重演。这充分地表明，成年人铸下错误并不是因为简单的无知。其实，我们是不乐意或不能够评估自我的局限。我们羁绊于婴儿的全知全能的意识，以为只要有需求自己就可以做任何事情，得到一切东西。

幼儿对他人的认识比对自我的认识还要低劣。他无法预测他人对自己将要采取的行动。他对他人的情感一无所知。局限于狭隘的自我快乐和痛苦的体验之中，幼儿无法与他人产生共鸣。除非被别人推了一把，幼儿不明白什么是被人推的滋味。

即使自己有了被推的经历，他也不会把自己痛苦和愤怒的感受与他推别的孩子所引起的抗议联系起来。他的经验和因果联系的能力极为有限。最重要的是，他缺乏为他人着想的能力。他的情感仍以自我为中心。

我们可以从幼儿接近沉睡中的母亲的方式上看到他体念他人的尴尬的努力。他踮起脚尖、轻声地呼唤，因为妈妈曾教过他应该这样对待熟睡中的人，他也希望做一个替他人着想的人。但是，他无法遏制自己心中的欲望。因此，尽管是低声地轻唤，他还是向妈妈提出了自己的要求。很自然，结果是他叫醒了妈妈，因为他想把她叫醒。他无法使自我的欲求服从于让妈妈安睡的考虑。如果妈妈醒来满脸怒气，他是不会明白为什么她要这样的大动肝火。这更清晰地昭示了孩子的不成熟。

很多成人同样不能理解为什么别人会对自己这么的感兴趣，为什么别人会对自己的某种行为感到伤心。有人会因为缺钱而向朋友举借。他急需那笔钱，所以此刻钱对他具有极大的价值。钱借到手的时候，他对朋友感激不尽，并一再保证要尽快归还。可是，一但他急切的需求被满足之后，整个交易便失去了重要的意义。也许曾经许诺的归还期已经过了好几个月，他仍不向朋友还账。如果朋友向他暗示，他会很不理解为何那人这么不讲交情，为什么他对这笔借贷就这样的迫不及待。虽然他很乐意归还，可那人为什么就不能像个朋友一样，为什么就不能再等一等呢？难道金钱比友谊还珍贵吗？

实际的情况是，借款人已经忘记了当初那笔钱对他的意义。此刻的钱对他已不再那么重要了。他已无法想象、或者根本不愿在想这笔钱对朋友本人是否重要。他明白自己的需求，却不了解他人的需求。为他人着想的能力的缺失不断地损害着人际关系。最终，它也伤害了不成熟的当事人本人。

还是这个人，如果朋友拒绝了他借款的要求，他会感到无比的愤怒，不论这个朋友是否正遇到危机而缺乏现款，也不论这个朋友拒绝的理由是多么的充分。对自己欲求之物的拒绝本身就足以让他对朋友极度地不满。像孩子一样，他不能接受否定性的回答。孩子想得到期盼之物，现在他也同样如此。他不能权衡自己欲望的效力，不能将它和他人的愿望结合起来考虑。当不能得到自己欲求之物时，孩子会哭泣。当孩子长大后，他不再公开地哭泣。但他的内心在流泪、在自我伤悲。

孩子无法忍受自己的欲望不能及时实现的现实，因为他不相信明朝。他很少感知过去与未来，他的世界仅局限于现在和眼前。我曾测试过一组 8 到 10 岁的小孩的时间意识。当时是个夏日的下午，我们呆在一个游泳池内。我将他们唤上岸，问他们现在几点钟了。他们的回答覆盖了从上午 11 点到下午 6 点的时段。有一个男孩看似很有理性，他问道，“我们吃过午饭了吗？”事实上当时只是下午的 4 点钟。

从很多成年人的举止中我们也可看出他们根本不相信未来。像一拿到零花钱就挥霍殆尽的孩子一样，有些成年人习惯于在周末就花完一周的薪水，然后整个星期囊中空空。孩子需要花上好长的时间，并在母亲耐心的教育下才能认识到，如果他想得到价值超过一周零花钱的东西，他必须放弃若干眼前的需求、节省一些钱以满足未来更大的目标。

为长远的目标而谋划是孩子在学习和游戏中必须学会的能力。他明白，若想在水中嬉戏，他必须先学会游泳的能力。他明白，若想高高地放飞模型飞机，他首先得花点时间把飞机做起来。他认识到，为了日后能言善辩，他首先应努力学好一种语言或某门功课。

当孩子渐渐成熟时，他学会了将这种认识应用到人际交往

上。他开始能够在摩擦、伤害和误解中建立起友谊和爱情，这样就可实现更具价值的相互理解的关系。最终，孩子被生活环境的变化、惊异和无数不可预测的事情所震撼，他本人也变得不稳定、不可预测。他随即时的冲动而行动。这种冲动或是奇妙，或是可怖。他的反应完全脱离现实。同时，他需要稳定的环境，他需要有序的生活模式。在他的生活环境中，事物和他人应依他的意愿井然有序。正如我们看到的一样，对于孩子们来说惊异更多地带来的是心颤而不是愉悦。

有些成年人同样惧怕变化，尤其是突如其来的变化。那种按钟点行事的人需要的是稳定的，可靠的程式。由此，他们的心中才能产生安全感。对于这样的人，外部世界依然像他们孩提时代一样的可怕和不可预测。

解放了的成熟

将青春期描绘成充满诗情画意的春色美景，悲伤苦涩与之无缘的作品并没有撒谎。只不过它没有完全道出实情。儿童期与青春期除了幸福欢笑外，也有悲切的泪水。依据懊悔的成长原则，不成熟的人们在生活中往往与青年期的痛苦为伍。他们体验不到儿时的特权，一味地因局限、限制、灾祸和困惑而受苦。他们为自己未能成熟而付出了沉重的代价。

成熟的最佳礼物是使人免受此类痛苦的袭扰。因为明白了行为的后果，成熟的人可以自我节制，可以为眼前和长远的最深切的利益作出抉择，可以自由地最大限度地实现自我。他们可以享受着现实，同时憧憬和筹划着未来。他们可以摆脱幼稚需求的羁绊，追求多样的与工作、消遣、思想、尤其是与他人的依附关系。

正因为意识到自身和他人的需求，充分理解了他人的情感，

他们也培养出了一些特别的成熟的技艺。他们不仅明白什么东西值得追求,也清楚实现它的手段。

被拒

在生活中孩子必须学会的最艰难的一课就是说"不"。很多人一生都受此困惑。孩子希望得到自己想要的东西,而且希望立刻得到。不成熟的成年人也有同样的经历。为眼前欲望所困而无法自拔的孩子和成人通常在情感上易变,不能实现长远的满足。想要什么样的玩具就能得到它的孩子几乎不可能长久地喜爱任何一种玩具。要得到自己喜爱之物的不成熟的成人会匆忙结婚,而且常常再婚。

当这样的成人不得不接受被拒的现实时,他不会像孩子那样公开地哭泣。他会以另一种方式展现自己的悲伤。他抱怨和斥责拒绝了他的人是多么的不公正。这样的指责清晰地流露出他的仇恨。结果,他的听众愈来愈少,而他实现请求的机会也更加渺茫。他的失败切实地引致郁闷和沮丧。它们与孩子哭泣时的不幸同样的苦楚。

成熟的人不喜爱失败和挫折。与其他人一样,他也不希望被人拒绝。但他并不抢天哭地,抱怨世道不仁、命贫君子拙。他会以此培养自己的劝慰能力。他培养了自己的洞察力、远瞻能力和反思意识,他充分运用成熟的潜能去实现自己的欲望。

有一则童话讲述了一个男孩在丛林中迷了路,饥寒交加。他碰到一个境遇比自己更惨的被困在断岩中的动物。男孩一片善心,把那动物从岩石中解救了出来。那个动物摇身一变,成了美丽的仙后。她赋予了男孩神奇的力量,让世人无法抗拒他的请求。第二天早晨一睁开双眼,男孩发现自己躺在面包铺中。美味的面包填满了他的空腹。到了下午,他已换上了漂亮得体

的衣服。在夜幕降临前，他已获取了公主的芳心。

从他人处和各种情境中实现自己的欲望而不遭拒绝的能力并不神奇，但却非常的复杂。在欲与取之中蕴含着巨大的意志力。必须经常接受否定的回答的人们往往在不知不觉中索求着它。他们为自我的困惑营造着氛围。他们缺乏思考、行为突兀，也许要求过分。他们很少或根本不考虑他人的思想、境遇和需求，以及自己的欲望是否与他人重复或冲突。这样的成人的理解力恰似孩童一样的低下，他们很不善于把握时机。因为经常为拒绝所伤害，他们的反应往往已有了事先的准备。他们过于敏感或充满敌意。他们容易受伤，并在受伤时很快作出回击。

成熟的人能够等待适当时机的到来，考虑自己的欲求是否合理，并依据情境和对方的需求调整自己的目标。他可以接受变通的同意。尽管不是自己的所求，这总比一无所获要好。他可以稍作退让，对方也作出让步。这样灵活的方式可以引致积极的结果。

在上个世纪末叶，瑞士有一位名叫尤金·布勒尔的心理学家以精神分裂症研究而闻名于世。他的学生们在医院中曾遇到一位严重的精神分裂症患者。无论采用何种方法他们都无法使病人作出回应。因此，他们向布勒尔博士求助。博士走进诊室，学生们在外守候，他们幸灾乐祸心中窃喜，以为这一次博士也会失手。不料大约20分钟以后，门开了，博士与病人手挽着手走了出来。病人脸上布满了泪痕。显然，他刚刚经历了一次真情反应和精神发泄。当目瞪口呆的学生们向博士讨教，究竟他采用了什么高深的科学方法时，博士淡然一笑，“我哭了一场，他也哭了一场。情况就是这样。”

成熟的人也可以与他人共同哭泣一场。他能够体恤他人的苦涩，真心地同情他人。不论得失，这种强劲的情感交流的能力

发生了效力。如果被人拒绝，他并不一定要自责或责难他人。这其中并不牵涉责难。在有些场合中他可以确信，如果自己处于别人的位置上他也会作出否定的回应。

在有些场合中他会发现拒绝的合理性，但他并未被拒绝压倒。他不会认为，因为某一个人拒绝了他，整个世界便与自己为敌。事情只不过是一个人说了“不”。也许会有更好的方式、时机和更合适的人来实现自己的欲望。

良好生活的成熟诀窍

自远古时代，哲学家们即已开始寻找建立良好生活的指南。很多的伦理准则如今在关于成熟人的心理概念中一再重现。例如，古希腊人论述过生活中和谐与平衡的价值。“万事勿为过”即是亚里斯多德反复引证的一剂良方。

成熟的人正遵循着这一生活戒律，虽说他们或许从未听说过这句教诲，或从未有意识地用之指导自己的生活。他维持或设法维持着自己的多重需求、动机和利益的和谐统一。在某一阶段，也许某一种生活方式占据着主导的地位。但他总能设法从多方面实现自己的欲望。

他可以自由自在地实现这一切，可以在某一阶段专注于工作之中，在另一阶段投身于娱乐之中，或追求某一女性、娶妻生子。他可以自由地培养多重的与众人的依附关系，并培养与某人的特别的依附关系。但是没有哪一种依附关系可以彻底地主宰他的生活，使得他摒弃其他的一切。他可以自由地享受多元的生活。

哲学家们，尤其是斯宾诺塞，也注意到生活幸福的人是学会了喜好于己有利之物的人。这也是成熟的一个标志，尽管发现它并非总是那么的容易。但从反面的事例中，如贪杯嗜食的人

身上，我们倒可以清晰地识辨其理。成熟的人也可以喜爱饮食和美酒，但他会诸事皆有节制，因为他也喜欢拥有匀称健康的身体和敏捷的思维。同样，为自己青春苗条的身材而骄傲的女性会发现，保持身材娇好是件乏味但并非压倒一切的事情。

这样的人会毫不引人注目地作出这样的选择，这也是一大特色。其结果是，我们常常并未觉察到他们正展示出自己成熟的一面。我们还注意到，他们有作出此类有益选择的自由。他们不会过度贪恋食物、饮酒或任何于他们有害的东西。我们可以将习惯性的过度之举称作不成熟或神经质。我们可以作出道德评判，说它们显现出人们脆弱的个性或缺乏意志力。很多人确实持有这样的观点。但我们都会同意，这些有害的习惯不是成熟人的特征。

自由地选择于己有利之物也是成熟的人在爱的问题上的特权。文学作品中充斥了为显然于己不利的家庭所困的人们的故事。而且，当主人公清楚地认识到这种情感的纠葛在毁灭着自己却无计脱身时，它的悲剧性就更加的浓郁。在托马斯·曼的小说《威尼斯之死》中，陷身于一场堕落的爱河中的男主人公有着高度发达的智力和感受力。但尽管个性中有此种成熟的印迹，他的情感生活却从未达到过同等的成熟。结果是，他们无法实现自由，陷入了一场导致毁灭的奴役性的依附关系之中。

毛姆的小说《人类枷锁》中的菲利普是一个经典的例证。菲利普非常清楚自己对妓女米尔德瑞得的爱无论从哪个方面而言都对自己没有好处。但是他就是离不开她。正因如此，作者选用了人类枷锁作为书名。有趣的是，四百年前斯宾诺塞给自己的《伦理学》的一个章节也取了这个名字。它讨论的是人类的情感以及它们与成熟和成功生活的成就的关系。菲利普忍受着人类枷锁或奴役带来的痛苦。他屈从于情感，违背了意愿，追寻着

不符合自己利益的依附关系。

成熟的人不仅不受与他人不利的依附关系的伤害，也摆脱了身体疾病带来的烦扰的、深切的自我依附。他很可能长期保持着健康的身体。这部分源于他喜爱对其身体健康有益的东西以及其他的生活方式。除此之外，他免受疾病缠绕之苦还有着更深层面的原因。粗略观察，健康的身体似乎只是机体和医疗方面的事宜，与心理和情感无关。但如今，我们对此问题有了更深切的认识，因为身心医学指出了很多源于情感的身体疾病。深切的、未决的情感困惑经常表现在身体的症状，但它们并没有机体上的根源。

成熟的人依然对此征候具有免疫力。这不是因为他没有情感上障碍。他往往能在行为层面上有效地处理它们。有时，简单的一个行动胜似千万次的思考和情感体验。他不大可能将不满推出视野、深深埋葬，而它们可能会滋生，并以头痛、背痛、疲倦或慢性消化不良等病态进入体内。他珍惜自己身体和情感的健康状态。在生活中，他有比应对不适症状更有趣的事情要做。与其生活于不满之中，倒不如选择找寻和发现满意的途径、冲破出现于生活中的情感固疾。

不是所有的人都在工作或去游乐

在前文中我们说过，年轻人不具备成熟人的享受生活的能力。现在，我们具体挖掘这个话题。一个人的生活充满了快乐，因为他已学会了从自己的行为中求乐。他喜爱玩乐，他也喜爱工作。成熟的人是具有创造性的人，他能得到社会的承认，获得物质上的成功，但这并不源于被动的驱策。这些成就令人愉悦，但它们不是主要的目标。他接受了在我们的社会中必须工作的现实，而这部分地体现了他的成熟。18 世纪欧洲的贵族，或古

罗马希腊贵族可以逃避出于经济需求的工作，因为雇工，佃农或奴隶在为他们工作着。但我们也注意到，他们当中有很多的人投身于知识、文学、科学或公众福利事业之中。诚然，在工作和休息之间他们有选择的权利，他们还可充分自由地选择自己所从事的具体的工作方式。

如今，绝大多数工作着的人们不是出于自由的选择而外出工作。他们是迫于生存的需求。而具体的工作往往又受到不依他们的意志为转移的诸多因素的制约。接受这种现实，从并非至善至美的工作中发现乐趣，这就是成熟。这就像《费尼恩的彩虹》那首歌演唱的那样，"如果你不能接近钟爱的姑娘，那么就爱你身旁的姑娘。"如果你得不到理想的工作，那么就最大限度地利用眼前从事的工作吧。

工作并不能囊括成熟人生活的全部。他所选择的活动方式取决于自己的意愿。在工作和多彩的游乐之间，他设法满足完整的人格的多方需求。

在他的工作和游乐之中存在着一个共同的因素：他不仅从活动中得到享受，他还在与他人共享其乐。无论是工作或是游乐都有他人的参与。有些活动是独自进行的，但在某种意义上，甚至写作、绘画、集邮等都具有了社会性，只要完成了的作品就有他人与你共享。尽管读书、听音乐、欣赏绘画和雕塑不需要同伴，但我们通过与人交谈迫不及待地与他们分享了自己的快乐。排斥他人相伴的孤独的人也许会取得巨大的成就、获得巨大的满足，但他的满足是单维的。它们缺乏变化，没有与同事一起工作或与朋友一起嬉戏的予与取。绝大多数成熟的人珍惜一定程度的独处，有些人不时会迫切地努力争取它的到来。他们不依赖同伴，甚至是生活中最亲密的朋友，来共享每一份满足。但同时，他们接受生活的社会性的一面。他们有熟人，他们发展着友

谊，他们与各色人士交往并找寻共同的基础。

本质性力量

成熟的人给他人留下强烈有力的印象。这种力量不是驱动力的力量或坚硬岩石的力量，它来自能承受压力和优雅运作的完美结构。一流的轮船、飞机和建筑拥有这种力量。若从人世间搜寻这种力量的源泉，我们可以从成熟的人对待自我和世界的态度中找到答案。

这种人重视自我，相信世界，它与自命不凡、耀眼炫目的乐观截然不同。他对世事并不盲信，他脚踏实地、接触现实。他的自我认识同样是现实的。他能认识自己的局限性并接受它们，就像接受自己的才智一样。他可以坦然承认自己高尔夫球打得很糟，但还是乐意从事这项运动。他可以承认自己的无知或错误，参加比赛或辩论也并非必须每一场都赢。失败并不能让他气馁，他像是操纵巨轮的船长，相信它可以乘风破浪。他对自己的轮船抗击狂飚和惊涛骇浪并安全返航充满信心。

这种力量并不依赖永恒的成功和好运。情况恰好相反。这类人不是不可战胜的常胜冠军。他对自己的信心正是源于认识到自己的失败、战胜它从而不断地加强。他知道生活没有吝啬到拒绝为他提供第二次机会。

他也知道获取成功之途。如果某物并不完美，他不会长久地为其瑕疵而驻足长叹。优秀的会计师不会因为公司财务簿上出现了赤字就立刻断言它将破产。他也不会因账目上的盈余就认定公司正处于腾飞之颠。他的判断的基础建立在综合平衡之上。

观察事物的正反两面从而作出综合判断的能力标志着一个人达到了成熟。少年人往往喜欢夸大事物阴暗或光明的一面，

而当时的情绪常常是其判断的惟一基础。在他们的心中，老师要么棒极了，要么糟透了，功课要么精彩有趣、要么枯燥难耐，女孩要么美艳绝伦、要么粗俗不堪，生活要么是极乐天堂、要么是人间地狱。

对于少年们来说，这种以情感为基础的自发性判断不失为一桩好事。此刻，他们仍生活于受人屏蔽的世界中，并不需要独立作出重大抉择。长辈们仍在保护着他们，为他们出谋划策。但在成人的世界中，采取的行动、采纳的态度会影响到自身，而且经常涉及到他人的利益和幸福，再做出这样的判断就不行了。

权衡作出的判断并不需要很多的时间。从本质上说，它需要人们更多地考虑情境、事宜或人际的诸种因素。生活中至善或至恶的事情并不太多。看到事物的好坏两面并认识随好的因素而生的坏的一面在情感上付出的代价是否值得即是一种成熟。我们并不总是处于作出选择、决定或采取行动的位置。但是，我们必须作出判断。重要的是，这种判断要能够反映出我们最大的利益。

当有可能采取行动的时候，成熟的人通常会欣然而往。对世界不成熟的认识是世界或是充满玫瑰般梦幻或是阴暗的失败和绝望，其间不存在中间地段。生活于从未实现、或不可能实现的梦幻世界中的人们常常为失落伤心不止。他们几乎从未欢欣雀跃过，因为他们几乎从未体验过值得狂喜的事情。在他们的经历中几乎没有任何断下决心、采取行动、完成任务的记录。

也许最让人难忘的不断地反思的人就是哈姆雷特。在那段著名的独白结尾处，他郁郁不乐地沉思着：是做还是不做，这可真是个问题。

临床心理学家们有一句名言：我宁可犯错也不愿长久地狐疑。这句格言寓含着深刻的道理。在心理学上，怀疑即等于痛

苦。而且,它更为不幸,因为它阻碍着我们尝试其他的选择。因此,尽管我们不断地进行思考也没有变得聪明起来。

在影响我们的生活或我们钟爱的事情上,我们必须断然采取行动。船长不可以绝望地瘫坐一旁或痛苦地躲进船仓。他要承担起责任,确定航线,并竭尽全力依此前进。成熟的男男女女,最好是一男一女,协力趋向于以同样的方式应对生活。他们稳定的情绪促使他们承担起自己的责任,合情合理地选择生活的方向。对自己最为有利的事就不断地去做。尽管最初双方或许因美色而相互吸引,稳定关系并使爱惬意的却是他们的成熟。他们依然自由自在地享受生活、自我和对方。

当爱成熟时

成熟的人如何表达爱意呢?他们的自由为他们提供了可以想象得出的最大的表现方式。成熟的爱的一个奇特的特征是,它只存在于复合体中,只有我们已拥有了其他的成熟的依附关系,如某些思想、朋友、娱乐、工作和业余爱好等,我们方可建立起与异性的成熟的依附关系。

这些其他方面的爱丰富了我们生活中主要的爱,即对妻子或丈夫的爱。成熟的爱人并不需长久地凝视爱人的双眸,因为那样做迟早会让人腻味。成熟的爱人拥有众多其他的爱去向情人展示。他将自己的兴趣、激情和乐趣带入了两人的生活中并与她共享。

不同于浪漫时期的爱,成熟持久的爱并不需要完全的奉献。除了"我爱你,我爱你,我一生一世地爱你"之外便无其他情话的爱人们是不可能以此维系一生的。只有使自己的生活丰富多彩,他才能拥有多姿多色的爱,也就是说,他必须保持其他方面的爱。不论两人爱得多么深,只有彼此保持独立的个性,他们才能

从爱中享受到最大的满足。正如哈里·纪伯伦在《预言》一书中所称，在理想的爱情中，情人们并不一定同饮一杯水。经过多年的婚姻后，强烈成熟的爱情之花已经绽开，情人们并没有丢失掉自己的个性。他们从彼此的身上找到了和谐点。

爱的成熟的表达

成熟的情人们藉以表达爱意的途径远非局限于某一种程式。他们不仅可以在周日或节假日中，或在嬉戏玩耍中，也可以在日常工作生活中找到表达的方式。年轻的丈夫会主动地帮助妻子涮碗洗尿布，因为他喜欢与她相伴，不仅仅是在起居室或卧室之中，也可以在厨房或婴儿房中。他不喜欢妻子像钟点工那样独自清洗盘盘碟碟。他知道，尽管她深爱着自己的家庭，无止尽的家务活也会变得枯燥乏味。然而，自己伸出一把手来就会使枯燥乏味的劳动显得轻松快乐。

在紧张的育儿生女期间，这一点格外重要。社会问题专家们已注意到年轻的妻子们终日守候空房与孩子为伴必定会滋生出乏味和不满。他们由此对现代婚姻发出了抨击。有些人则认为，当丈夫们分担了家务活和照料的责任后，两性的角色便开始模糊了。有些人指出，现代的年轻妻子们往往采用"看我是多么的劳累"的态度要求得到丈夫的帮助，她们隐含地抱怨着正是因为嫁给了他才会有此后果。

也许上述的一切都真实无误，但是下列一点也不假：如今年轻的夫妇们往往把生儿育女浓缩至一段短暂紧张的时期。怜爱妻子的丈夫认识到这些岁月对妻子的压力格外沉重。当他分担部分家务、减轻妻子的负担时，这就是一种成熟的示爱的方式。当年轻的妻子对丈夫同一时期背负的沉重负担表示理解时，她也在用成熟的方式表示着对丈夫的爱。丈夫的活动也许更加多

变费心，但他确实为新建的家庭承担着沉重的责任，而且往往同时，他的事业也正处于起步的重要阶段。

在这些重压之下，双方不成熟的需求会主宰他们的关系。同样，这些压力也会被有意识地识辨出，转变为相互间更成熟的爱的推动力。以自己的工作负担去衡量对方的工作负担，并期待对方的同情和帮助作为补偿是不成熟的表现。以予对方同情和帮助以消减自己心中的负罪感同样也是不成熟的表现。这样的现象往往出现于新婚的家庭之中，但是年长的情人之间也不能确保免受其害。成熟的情侣们也互相给予同情和帮助，但采用的态度和相伴的情感之弦则完全不同。他们不受强迫性的欲求的驱使。双方均慷慨自愿，因为他们已摆脱了不成熟的欲望的钳制。

细微但深思熟虑的关注经常在表达成熟的爱的过程中起着巨大的作用。一支百合花可能比一打长长的玫瑰更让人心动。成熟的人从敏锐地观察到对方的需求、欲望、情绪、情感、内心的期望和丰富的深藏的内心世界中得到享受。有时，它带来鲁莽的冲动，但更多的时候，奢华不能与适当比美。不断磨练我们的能力使得情感得体地倾泻便可最佳地表达出对爱人的理解和接受。

与流行的丈夫抱怨妻子过于奢华的说法相反，很多怜爱妻子的丈夫认为妻子花在她自己身上开销不是太多而是太少。结婚初期，有限的收入和高昂的家庭支出迫使她节制购衣。这种习惯会延续下来，即便他们手头已经变得宽裕。丈夫与这样的妻子购物时会提醒她，花上一笔钱为自己添几件新衣是值得的。他要装扮的不仅是外在的妻子，还有内在的她的自己认识。尽管外现为物质上的金钱和时尚的追求，它表达了深切的成熟的爱。

妻子也有表达爱意的成熟的方式。有时，它们过于微妙并融于日常生活之中，丈夫享受着温馨却不知它们源何而生。也许简单的幸福快乐就是一种表达方式。妻子让丈夫知道，正是他的爱使得她开心。上个世纪中期，一位独具慧眼的作家评论道，女人最大的美就是她的幸福的能力。

在生活中，女人会踮足轻行，因为她知道丈夫正受到事业的困扰而备感烦恼。她鼓励他从娱乐中得到享受，即使有些活动自己置身于外。当丈夫与朋友外出钓鱼打猎时，她会自己找寻其他的娱乐活动，以此消减丈夫内心的不安。成熟的恋人们会共享绝大多数的快乐和兴趣，但决不会强求时刻形影不离。

成熟的爱具有诸多作用

成熟的恋人们在彼此的生活中发挥着诸多的作用。一方会有脆弱的一刻需要依靠，对方便提供了欲求的情感支持。丈夫不论有多大的男子汉气概，终有需要抚慰的时刻。在成熟的关系中，他不会因接受抚慰而感到羞耻。

成熟的爱人们聆听对方倾诉生活和工作中遇到的困惑。他们需要得到对方的建议，也给予对方帮助。他们共同筹划着家庭生活。他们也会争执，但最终能够达成谅解。

尽管他们能够满足对方绝大多数的要求，他们并不希望或苛求对方能满足自己的一切。如果他们有着健全复杂的个性，他们需要并维持着与他人的友谊、合作关系和共同的爱好。

成熟的爱能够提供一切。它没有排它性。人们不会对情人的关注贪得无厌。它提供安全感，人们不必争强好胜或心生嫉妒。

现实的爱

成熟的人能够享受现实的爱。他们虽然使爱情丰富多彩，但他们仅将爱视为自己生活的一部分。爱也许是生活的核心，但决不包容全部。他们并不期望爱能解决一切难题。他们明白，生活中存在无数的问题，他们必须解决它们以维护爱情。

成熟的人珍视爱。爱似一株茁壮的植物，它成长着并绽放鲜艳的花朵。但它需要呵护和关爱。他们明白，爱能够带来任何其他的依附关系无法制造的愉悦和满足，他们相信它并努力培植它。他们不仅相互爱恋，还享乐着被爱的感觉。他们设法给对方带来快乐，共享新的快乐，探究新的场合，新的经历与爱人共享。以此，他们保持住一份浪漫的情感。

成熟的爱有着浓郁的性征，用身体来表达强烈的爱。性欲上表达出的浪漫的爱往往急促甚至拙劣。纯粹的性依附也许能带来身体上的满足，但除了身体方面它几乎没有更多的寓意。成熟的人们将彼此的依附关系完全注入了性生活之中。他们用身体表达的爱并不止于身体上体验到的高潮，即性欲积累得到身体上的宣泄。即使在没有宣泄的情境下，他们也能感受到身体上的满足。他们从身体上对对方的感知增进了相伴而生的其他快乐。

无论出现什么情况，如误解、争执、沮丧、忧愁、外部压力剧增、身体疲乏或怒形于色，都不能动摇成熟的爱。他们的依附关系已经经受过厄运的考验并将继续战胜一切不幸。情绪的变化不能影响它的稳定状态。

已婚的成熟的人们之间争执的方式足以显现他们的成熟。在怒火中烧之刻，双方都明白争执和伤害对方会令自己难过不已。但同时他们忍不住要吵将下去。他们的争论并不为了证明

自己的正确，而只是要找寻一个途径以达成共识。不同的意见并没有玷污他们的爱。

爱与爱的欲望

上述的爱与某一男子对某一女子的欲望和占有截然不同。普通情况下，人们以为他在谈论着爱。实质上那是完全不同的一回事。通常，这么说话的人根本就不了解那位女人，很少与她相处，和她只不过是表层的交往，不论这种关系看似多么富有希望。他所谈论的不是爱，而是爱和被爱的欲望。

培养欲望非常容易。欲望像人的呼吸一样的自然。它只是生命的一种象征。在我们缺乏某物时对它产生的需求和实际拥有时继续保持它的欲望是很不同的。已然拥有但仍希望保持珍爱它意味着我们已建立起一种关系，已形成一种依附关系。事实上，我们已拥有了爱。

这牵涉到我们很多的其他方面，它包括灵活性、定力和长远的奋斗目标。它包含一系列可依赖的价值。为了使我们称之为爱的人际关系恒久，我们的梦想必须让步于处理生活现实的能力。它不仅牵涉到爱的能力，也包括生存的能力。

这就是只有成熟才能带来真正爱的自由的原因。当我们成熟时，我们不会为某一格外重要的欲望所驱使。当我们成熟时，我们不会把最高的价值指向于成就、权力、物质上的占有甚至是工作。我们喜爱这一切，但我们不为其所奴役。我们不会在没有出口的高速路上朝向惟一的终点狂奔。我们将人际关系视为更加可贵，而最值珍惜的是使一男一女间恒久地、满足地爱。

当成熟的人认定他们已拥有了这样的爱时，他们便精心地培养着它。他们竭尽全力滋润着它。当一个人拥有至善而珍惜它并知道自己何时为最快乐时，这就是成熟的标志。

第十九章　爱的能力

人们怎样才能获得成熟的爱的能力？我们普遍认为自己理所当然地具备着深切的爱的能力。我们丝毫不曾怀疑或审视过自己的爱的能力，或将自己与他人进行一番比较。我们总以为，只要有朝一日心中爱恋的对象一经出现，我们立刻就会投身到爱河之中。

有时，我们倒是思考过他人的爱的能力。其结果常常是，我们发现他们花费太多的时间用于思考之上。这对他们欲建立的爱并没有多少好处。绝大多数的人总是以为自己善解人意、富有奉献精神和爱心，可是实际情况往往与这种自我评价相去甚远。

人们的爱的能力是无法用计算机测试的。虽说有些人们熟知的测试方式能够准确地评估出我们的智商，但我们根本不能指靠心理测试来探知自己的情商。在某些具体的生活情境中，我们确实需要更多、更深刻地了解自己的爱的能力、爱的成长过程和爱的缺憾，以便最终实现自我提高。对此，我们确实掌握着一定的事实依据。

关于爱的三种事实

第一种值得注意的事实在成年人身上体现得不太明显，但

是当我们观察儿童的行为举止时，它就格外地清楚明了了。这就是，我们并非天生就具有恒久的爱的能力。

爱是需要通过学习才能培养出来的。它是人们不断积累体验的产物，而这些体验大多发生于我们生命的早期。有些人也许从童年时代就感受到了他人的爱，也许那是一位老师或是一位挚友。我们的童伴可能会因某件事或某个令人安慰的举动而永远存留于我们的记忆之中。但是这只是些例外的体验。我们迈出的爱的第一步就像学步时迈出的第一步一样。在我们学会说话、具有记忆之前爱就已隐藏于生命之中。前面我们已经看到弗洛伊德对这些婴儿时期最初的爱的阐释。

正如我们已经看到的那样，这些最初的体验和婴儿动物般的吃饭、排泄和睡觉等集体功能有关。我们同样都经历过这些功能的发展阶段，只不过每一个人都有着各自不同的体验结果。

我们每个人出生时都有着自己的父母和兄弟姐妹，都有着确定的生活条件。除此之外，我们还面临不同的遭遇。某些体验在成长的某一个阶段是可以忍受的，但到了另一阶段却可能激发出巨大的痛苦。一场疾病、一次意外的事故、父母生病或离去、自己深爱的祖父母的去世等都可能发生在我们的童年时代。小孩子不懂得死亡的含义。当他所爱的人从生活中消失时，孩子们的感觉往往就是那个离他而去的人不再爱他了。

我们必须将这些个人的体验视为学会爱的必要组成部分。每一次的体验都会根据当事人的年龄、理解力和经历的不同而各显其独特的影响。显然，迄今为止人们还没有发明出能够测量或估算这种具有高度个人特性的体验的计算机。

第二种事实是：人们在步入成人时期后具有不同的付出和接受爱的能力。

在我们自身和我们所爱的人的身上认识到这种事实的存在

显得至关重要。我们在爱情、婚姻和工作上的成功有时正是依赖于这些差异，以及我们对自己所能付出的爱的种类和品质的理解。

第三种，也是弗洛伊德向我们启示的，事实是，我们今天具有的任何一种爱都受到先前体验过的爱的影响。

例如，我们可以很容易地在一个刚刚情场失意的年轻人身上看到这一点。如今他会以不信任的眼光看待所有的女孩，他就像一个被火灼伤的孩子一样对火感到万分的恐惧。如果发现自己将要再次坠入情网，他会非常谨慎地开始这段新的爱情，因为他害怕昔日的悲剧重演，害怕再次遭到拒绝。

这是一则受往昔的爱影响的明显例证。但是弗洛伊德从更深的层面对此作出了阐释。他认为，人们生活中存在的任何种类的爱都受早期生活中所享受或遭受过的爱的影响。

为了发掘关于爱和爱的能力的三种事实的全部含意，我们应当记住前面对爱所下的定义。一般我们都将爱视为特指人与人之间的一种特殊的依附关系。但是，我们已经接受了弗洛伊德的思想，将爱的定义扩展，将爱视为所有的依附关系，不论它是与人、思想、地点、目标、行动、或是自身。

现在，我们正在使用这种定义，因为它能让我们采用一种更新、更有利的方式来看待爱。在繁琐的事务中，它使我们明白了每天同人和事的联系是我们生活中必不可少的一部分。我们的爱的能力正是通过我们"所有"的关系得到表达并深受它们的影响。人世间并不仅仅是珍贵浪漫的爱才称得上是爱。

情人的幻想

当我们初次享受到恋爱的快乐时，我们感到自己的爱是那么强烈。我们往往以为自己的爱必将无穷无尽。但我们却很难

知道，爱情之后的那汪汪水库究竟有多大。

这就像美丽的烟花照亮了茫茫的夜幕却要在黎明降临之前消失一样，初恋时节的那些令人目眩的日子很难说明我们能否使这般美满的爱相伴终生，能否使彼此成为永恒的婚姻伴侣。偶尔一次的周日下午骑着自行车兜风其乐无穷。但是我们大多数人更喜欢骑摩托车穿越荒野。较长的旅行比起公园里短暂的浪漫游玩需要更大的耐力。

也许正是这种时候，这种很难停下来仔细思考的时候，最有益于人们识记关于自身和他人的爱的能力：爱是学会的。在成长的道路上，没有任何两个人具有同样的爱的能力，尤其当眼前的爱是由往昔经历过的所有的爱锻造而成的。

有一种念头不自觉地就闯入了我们的脑海中：人们爱的炽烈程度取决于所爱的对象。当他做出了"正确"的选择后，他的爱将变得无穷无尽，而且他的爱人必定会以同样的炽烈和投入去爱他。

如果我们持有这种观点，我们就大错特错了。无论爱的对象是多么的可爱，无论她是多么的值得一爱，情人付出的爱怎么也不会超越他的爱的能力。而这种爱的能力在他步入成年之时早已形成了。

这并非意谓着爱的能力已步入了发展的尽头。进一步的发展的可能性当然存在，而且也确实如此。但是当我们期望变化发生时，我们很容易感到失望。即便确有变化，通常它的步伐也是非常的缓慢。睿智和理解或许能发出瞬间的闪耀，但是改变旧有的行为模式必将显得艰辛和缓。在比如今更纯真的时代，很多漂亮善良的姑娘嫁给了浪荡公子或酒鬼，在披上美丽朦胧的婚纱时，她们以为自己可以改造好夫婿。她确信他所需要的只是一个好女人的爱，而她当然正是那位好女人。今天，现实的

我们清楚地知道这种希望真是渺茫。

这就是陷入爱河中的人们的传统幻想，他们以为自己的爱必能改变心上人，必能将爱人锻造成心中理想的形象。我们的爱人就像我们自己一样具有深厚的、丰富的、恒久的爱的能力。当梦幻最终破灭时，这确实是痛苦无比的。

那么人们是否最好就不要恋爱呢？当然不是。事实上，绝大多数人根本无法阻止爱的冲击。我们恋爱又失恋，就好像有一种我们无法控制的力量在驱使着我们，的确存在着这种力量，孤独的恐惧感即是一例。恐惧在人们心中制造的焦虑远非人类言语所能企及。这对刚刚迈出青春期的适龄青年来说更是如此。第二种强大的压力源于无形的社会机制，它将我们统统压进同一个模式之中，即身为男男女女的我们迟早要从芸芸众生之中找寻到对方，并相互依附，简言之，恋爱和结婚。最终，我们自身的生理冲动摆脱了理性的抉择，推动了我们之间依附关系的发展。

我们面临的生活挑战部分地显现于它试图操纵我们的行为，使我们从中最大地获益。尽管没有多少人采取实际行动去检验彼此的依附关系和爱的价值，但绝大多数人对自己的幸福还是相当感兴趣的。当然，我们知道，坠入情网时感受到的幸福常常并不能为未来的幸福培植出多少可靠的依托。

认识爱的能力

从实际出发，我们必须接受的第一个现实也许就是我们所选择的爱人和我们自身在爱的能力上都存在着缺憾。既然没有人是完美无缺的，那么我们就不应期望自己或他人拥有完美的爱。

有很多迹象或许可以帮助我们认识和评估自己和他人的爱

的能力。此举的困难在于我们必须保持客观冷静才能找寻到它们。一旦我们投注了炽烈的情感，我们就很容易只看见自己所欲见的一切，而对其他熟视无睹。其结果是我们终将遭受伤害。情人眼里出西施，但伴随着她的美貌也许还有自恋倾向。如果你对热恋中的情人诉说这一切，她会很不耐烦地将你打发。事实上，对一些恋爱中的人来说，他们很容易在情感上被钟爱的人独自占有。他的这种情感对他是那么的重要，他与他人的交往变得越来越没有意义。

朋友的乐趣

有一条重要的线索可以清楚地说明这个问题。我们同他人或它物的依附关系越持久，其他新近的依附关系就越不太可能拆散这种连结。确实，随着一个人坠入了情网，他同其他异性的关系必将黯然失色。但是，其他绝大部分的依附关系，如与朋友、家庭、兴趣和志向的纽带依然完整无损。这表明了这样一个事实，即他能够爱，而且实际情况也确实如此。我们思慕或承诺的爱情并不具备这些日常享有的同他人的积极依附关系。

这种与他人建立融洽关系的能力最充分地展现了我们可以与他人友好相处。这并不是说我们非得结交"百万"个相见挥挥手、你好我好大家好式的朋友。我们与他人友谊的质量最充分地体现在相互享受的乐趣之中。当他们不由自主地抱怨"肉体必然滋生罪恶"时，他们征询过我们的看法么？我们同等地信任他们么？还有，我们之间的关系非常融洽可以经年不衰么？或是我们的交往时断时续，从来也不曾像与他人那样恒久深入么？

有些人建立起的友谊处于不断的变更状态之中，还有一些人则不断地恋爱、失恋。他们从来也不曾维持和发展过一种关系。这样的个人行为记录清楚地表明他们是极富魅力的人。但

这也同样强烈地表明他们不能或不愿保持这些吸引他人的依附关系。

综观我们依附关系的历史和质量，我们可以获得一个理智的启示，认清我们与他人建立联系的方式。毕竟，还有什么能比自己的言行更能揭示一个人的本质呢？每个人都有很多良好的愿望，还可能将之付诸行动。如果我们想欲知一个人未来之举，不妨先回顾他昔日的行动。人们对爱已做出了太多的承诺，但它能否继续存在并不能仅凭他的承诺或愿望。只有他往昔的表现才最能说明问题。

家庭的乐趣

往昔表现最早、最有说服力的部分体现在我们同父母的关系之中。如果在成长过程中我们曾感受到父母和家庭的乐趣，如今我们就会对他们怀有积极、温馨的情感。这样，我们最恒久的依附关系出于美好的状态之中。由此，我们就不会对他人总是心怀戒备，而会敞开心扉、热烈拥抱其他的人际间的依附关系。

有一点我们应该明白，与父母和睦相处、心存眷恋并不等于依赖他们。同样他们也不应依赖我们。如果一位男子到了35岁时为了能继续和他丧偶的母亲同住一处还未结婚的话，那么无论他对她的关心是多么的热衷，他也不能算是与她和睦相处。和睦相处意谓着我们能够享受这种关系带来的乐趣而不必为此做出巨大的牺牲，尽管我们非常乐意自我牺牲毫无怨言。自豪与被占有是截然不同的概念。两者的区别甚至可以由极其微小的方式得到表现。某人对母亲的厨艺无比倾心是一回事，但认为母亲的厨艺世上无与伦比则又是一回事。

自然的接受

在成长的过程中享受到家庭依附关系乐趣的人们还可以用另一种方式表明他们的爱的能力。他们不仅尊重自己的父母，对他人的自然评价通常也是赞誉多于抨击。他们能够而且也确实认识到他人的缺点，并会由此心生厌恶之情。但是，他们初始的反应还是接受他人、友好相待。而且，这常常是他们主导性的反应。他们具有极大的灵活性，可以接受眼前真实的他人而不是一味地指正和说服他人，或试图将他人依自己的模式加以改造。他们不仅接受人与人之间的差异，甚至还会对他们着迷。他们至少不会对他人吹毛求疵，并进而内心颇感不畅。

爱的历史

这很容易使自己受他人的吸引并坠入情网。任何有此爱的能力的人必定曾经拥有过爱。一个人如果在其一生中不曾有过几次异性恋，那么他的爱的能力就颇值得怀疑了。如果他或她正如你所说的那样富有魅力，为什么其他的人就没有被其吸引，就不曾与之形成依附关系呢？当然会有情有可原的境况，而且怀疑也不等于相信。我想说的只是，徜徉在爱河之中的人们已经克服了爱情路途上的巨大障碍。

快乐的情人

对于具有爱的能力的人来说，爱不是苦难的源泉。它使人高尚，它令人幸福。这样的人感到天地广阔、坦率豁达。生活是美好的，冷酷威胁与之无缘。尽管分别对他仍然是“甜蜜的痛苦”，但他能够安然生活。在浪漫的文学作品中描写的痛不欲生和悲哀忧愁不会在现实中再现。富有诗意的夸张的魔力只能让

步于枯燥的病理分析。

快乐的人

另一个表现与他人建立良好的依附关系的重要标志是对自己心存赞许的情感。与自负不同，良好的自我认识在深信自己基本的能力的同时也给谦逊留下了空间。这样的人与他人建立起依附关系并不是出于迫切的需求，而且源于这种关系带来的愉快的交流。我们可以从很多方面认识这种人。他们对你有着真切的兴趣，他们真诚，具有现实的理想。他们觉得自己不必刻意取悦他人。与他们相处令人开心，因为我们也可以做一回真正的自我。

提高自我认识

有时，与真正的自我相伴的是极度的压抑。很多人正是在对自身能力的怀疑陪伴下步入了成熟。即使我们能够安然迈出青春期，并且没有留下任何痛苦的伤痕，作为年轻的成年人，我们也会被遇受到的诸多压力逼返幼稚自爱的童年。在一个充满挑战的世界中，我们都会为不时遭受的孤独飘零、无依无靠而倍感烦恼。有时我们都会孩子气地猛烈抨击命运的缱绻。

当成功的理想和物欲从四面八方向我们袭来时，我们能否保持健康友善的自我接受常常便要大打折扣了。我们往往屈从于这样或那样的自恋，不管它是更加残酷竞争的驱动力或是找寻借口、抱怨他人和索求关照的迫切需要。当我们的自爱衰退时，我们付出和接收爱的能力也将随之减弱。我们对自身的不满营造出对周围一切愤恨的气氛。当我们自我鄙视时，我们就会越来越多地潜身于此。不论这种心态是自我膨胀还是自我怜悯，它们在本质上都是同一的，它们都是以自我为中心。既然我

们爱的能力这般卑微，我们还能付出很多的爱吗？

对此我们该怎么办呢？我们怎样才能保护良好的自我认识，怎样才能培育增强一颗摇摆不定的心呢？我们怎样才能抵御坎坷的生活重振良好的自爱呢？

人们常常以为某种新的成就会为他们带来赞美的目光，因而不懈地加倍自我鞭策。如果赢得了他人的尊重，他们自然会更加喜爱自己。这些似乎很合理，但却不大现实。过度的自我鞭策的直接后果是本我遭受极大的磨难。成功并无确凿的保障，公众的认可更是飘渺无踪。而且，没有什么成功可以保持永恒。正如一位著名将军所说的："世上没有什么安全，有的只是机会。"

我们确有更好地善待自己的机会，就像我们确实具有良好稳固的自爱一样。换句话说，抓住一切机会更好地享受自我。

观照我们的生活方式，其实我们并没有真正地善待自己。我们常常对自己的生活水平大肆吹擂，然而除了耐用的消费品，如闪闪发亮的汽车、洗碗机、洗衣机、音响和电视机等摆设之外，我们真正从富裕的生活中得到了什么？我们精心擦洗保养自己的汽车，但我们对自己却极少爱惜。我们依然像过去一样仅仅把娱乐看作为一周工作回报的周末之夜，是必须赚取的某种东西而不是它自身具有的价值。

我们可以很容易地培养出娱乐的"习惯"，就像很多人无意识地培养出悲痛、担忧、不停地挂念账单、税费、消化不良或减轻疼痛等习惯一样容易。我们应每天尽量享受一点自己的乐趣，而不必仅仅等到周末、节日或每年一次的两三个星期的休假才自我娱乐。

如果我们能够意识到这一点，那么每一个普通的日子都会充满娱乐的机会，甚至那些最单调枯燥的日常行为也能成为小

小的快乐源泉。买块肥皂节省了几个便士也能为我们的洗涤这种单调乏味的劳动增添几缕快乐的芳香。在我们文化的熏陶下，我们甚至不会利用在浴室里的活动带来的纯粹自然的乐趣。

在城市中，人们很难培养出视觉、听觉、触觉和味觉等感官生发出的简单的乐趣。但这并非完全不可能。清新的西风时常在都市高耸的住宅缝隙间吹拂。太阳下山了，一轮新月在天空展示出它柔和的线条。甚至在城市的街道上人们也能注意到天气的变化、享受到凉爽的秋日之晨或温暖的春日之午。很多人做到了这一点。找寻到这些简单的、不花钱的娱乐的人们也将会发现一个个伙伴。有些人甚至享受着雨雪带来的乐趣。

培养每天享受一点乐趣的习惯看似无助于提高卑微的自我认识。每一次的享受只能极小地增添一份美好的自我情感。但是，这些支离破碎的感觉一天天地增加很快就能垒起自信的高山。我们的身体只需要极少的维他命和矿物质，然而没有它们我们就会丧失力气，甚至生命。不断获取的瞬间的快乐对我们也同样如此。它们是健康的自我认识的心理维他命。

成就能带来满足感，但是单有成就并不能维系自爱。成功男女常常生活在害怕失去成功的恐惧之中，有些人甚至精神分裂害怕从令人头晕目眩的高度上掉将下来。没有什么能比享受自我更具振作自我认识的力量。朋友们在度假时的临别祝福，“玩得开心”，揭示了一个真谛：只有当我们学会了享受自我时，我们才会像他人爱我们一样地爱自己。

当享受更经常地出现时，爱也会更多地光顾我们。这就是我们更加欢快、更加频繁、更加深刻地爱的原因。最佳的情侣不仅仅从共处中享受乐趣，他们通过共同享受世界之美而增进彼此间的爱意。爱在他们的心中是一种奢侈品。他们间相互的依附并不像维持生命的空气那么必不可少。当然，他们从对方身

上找到了安慰，但这并非是他们之间关系的主要作用。

不论最初的浪漫激情有多么的炽烈，他们彼此间的欲望终将成为对生活的欲望和对生活的爱的一部分。他们并不一定会感到这是最好的状况，他们也不会自命不凡地认为这个世界仅仅是为了他们而存在。他们的总体感觉是，生活是美好的，而当他们可以分享自己发现的精华时生活就更加的美好。

这种人在他们爱的宣言中向我们发出了热忱的邀请，希望我们成为他们珍爱的世界的一部分。那是一个真实世界，既有快乐也有悲伤。生活中不断闪现出阴晦的插曲，但是总体上生命还是颇具意义。当人们享受到充足的自由，可以携手共探生活之路时，他们就必然会成为双方生命中最重要的一部分，尽管速度非常的缓慢。由此，他们的爱极大地深化。其后的推动力并非只是欲望或承诺，那是生活本身。

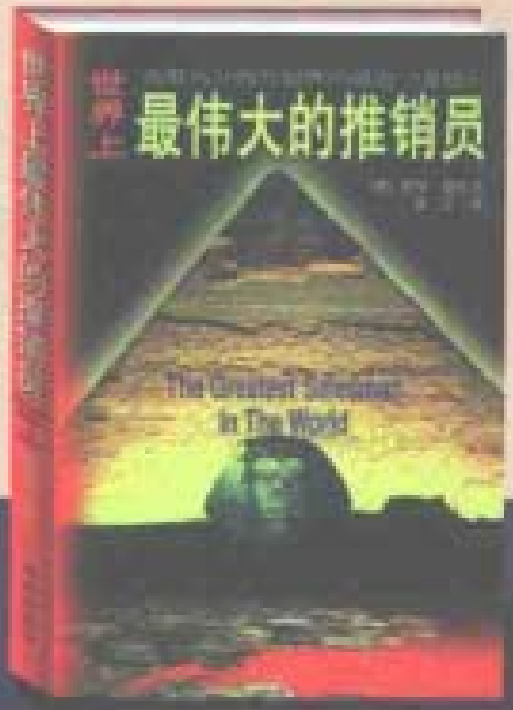
认识爱的能力实属不易，它依然是漫漫人生旅途中最为缺乏先兆的成就。它没有获得重要的社会承认，它没有诺贝尔奖，五十年的奉献之后甚至连一块金表也没有。浪漫的文学作品也有了世俗的定论：虚幻、想象、美丽但不真实。抛却世人编织的花环，历史上又有谁可称是伟大的情人呢？只有当他们在爱的能力之外还展现出其他的辉煌业绩，我们才可以将他们从芸芸众生中发掘出来。如果他们创建了统一的帝国，如果他们写下了不朽的诗篇，我们或许会同时注意到他们脱俗的爱。即便如此，他们的碑文上也不会镌刻上他们爱的业绩。

今朝谁是伟大的具有强烈爱的能力的人？人们往往误将舞台影视明星归于此类。不错，她们容貌颇佳，妩媚迷人，并反复出演着爱的角色。但抛却舞台银幕形象，她们的私人生活常常另当别论。人们也常常想到报刊花边新闻里的男男女女该是具有强烈爱的能力的人。他们不断地卷入丑闻、不断地离婚本身

即已表明了生活的极端不稳定。这与爱背道相驰。

我们不清楚谁是具有强烈爱的能力的人，因为我们从不公开地识辨和衡量爱的能力。但是，我们往往没有意识到，很多最佳的情人就在我们的身旁。我们只需稍微转换视角就可把他们从茫茫人海中挑选出来。爱的能力并非什么特殊的技艺，而是我们生活的最大的能力。爱的能力和生活缺一不可，就像冷血的人不可能具备极强的音乐记忆能力一样。生活与爱两者密不可分，在其中一方面展示出的能力即已充分地显现出了另一方面的特质。

建立我们爱的能力的基础与其说是旦旦的誓言倒不如说是反复的行为。将我们的注意力从培养新的爱上转移至保存现有的爱心上或许对我们更加有利。我们应更加关注往昔和现在的行为。在人际关系中发掘的寻常快乐更具现实意义。它常常可以增进我们的爱的能力，把我们从自我的枷锁中解救出来。只有这样，生活才能变得更加平坦，生活才能更少地阻碍我们自由选择的爱的健康成长。



神奇的情感力量

信仰的力量
爱的能力

每一个时代都会产生它的“有力量的文学”。这种文学作品所蕴含的力量如此之大，甚至能够改变无数人的生活命运。《世界上最伟大的推销员》就是这样的作品。而本丛书所辑录的这11本书，则是作者的灵感之源，生命之泉。

Shenqi De Qinggan Liliang

ISBN 7-80654-014-8

9 787806 540145 >

ISBN 7-80654-014-8
B·2　　定价:23.00