

二元的自我中的统一之处

——基于弗洛伊德与詹姆斯的自我理论

陈智远

贵州大学，哲学学院，贵州 贵阳

收稿日期：2023年4月6日；录用日期：2023年5月24日；发布日期：2023年5月31日

摘要

在心理学内部，各流派对于“自我”的定义或概念阐述都千差万别。笛卡尔为“自我”无需疑窦给出确凿的证据，同时深刻的影响着往后的自我研究——大多心理学家们都延续了笛卡尔的二元性的进路，自我的研究便具有了二元性。过去学界受到当时环境之影响而更多深入挖掘自我的二元对立性，而如今再度回首佛洛伊德与詹姆斯的自我理论，二者对于“自我”的研究都朝向一个矛盾辩证的超越统合之路，而非绝对的二元对立。

关键词

自我，社会心理学，二元性

Unity in the Dual Self

—Based on the Self Theory of Freud and James

Zhiyuan Chen

Faculty of Philosophy, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: Apr. 6th, 2023; accepted: May 24th, 2023; published: May 31st, 2023

Abstract

Within psychology, the definitions or conceptual elaborations of the “self” vary widely across schools. Descartes gave conclusive evidence for the “self” without any doubts, and at the same time profoundly influenced the future self-research-most psychologists continued the duality approach of Descartes, and the study of the self has duality. In the past, influenced by the environment at that time, the academic circles dig deeper into the duality of the self, but now looking back at the

self theory of Freud and James, the research on the “self” of both is towards a contradiction and dialectical transcendence and integration path, rather than an absolute duality.

Keywords

Self, Social Psychology, Duality

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

我是谁？通常而言，这是没有必要发问的。因为“我”要发问，“我”此刻便已存在，“我”在此永远是先存在的。对“自我”的讨论总无法避免哲学上、心理学上的诸多牵扯，当然这里也难以离开已有的基石，而妄图束之高阁。而“自我”存在的确认，便是笛卡尔的“Cogito, ergo sum”，即“我思故我在”。既然“我”正在思考着这些想法或是正在读这些文字，“我”就至少肯定“我”存在着，“我”当下所具有的经验、想法乃至思虑，即便自己不能肯定地知道身处何方，甚至“我”是什么。

为什么要在此提出这一问题，因为我们在探讨“自我”之前，首先是要确定自我的存在是不可置疑的，倘若“自我”存在的意义从一开始就不存在，那么讨论的“自我”又将如何便显得抽象。

2. 自我的确定

简言之，“我思故我在”是笛卡尔通过一系列思考实验，阐明心智不可能居住在物质的事物上，因此，我们的心智本身是非物质的——我们所有经验的本质，都同样独立于外部现实，而我们正是经验的拥有者或主体因而我是非物质的(廖凤林, 车文博, 2002)。我们本质上就是我们的心智，自我是非物质的，是抽象的，这不意味着“自我”便是纯粹经验的。

然而，笛卡尔的自我是非物质的，导致一个很基本的一点——自我要察觉外界需要意识一直存在着，或者说心智一直在觉察着经验对象，换言之，当进入无梦的睡眠之后，自我是否还存续着，人类失去一旦意识便无法敏锐的觉察外界，自我的是需要觉察才能确定的。

任何特定时刻，我们所觉察到、意识到乃至当下的经验：那些所知觉着、思考着、感受着的一切东西。某一特定时刻各种各样不同的经验都属于一个单一的意识。然而，我们对自己生命的意识(我们的觉察)并不局限于我们当下所经验的事情。

倘若顺着笛卡尔的视域而下，我们便会发现“自我”是完全抽象的，非物质的，那么能对“自我”有所影响的，也必然是“自我”所息息相关的，“自我”内在的因素。或者说，对于“自我”而言，我们所更应当关注的是内部的存在，诸如灵魂、心智一类的精神性的存在，因为“我”就是精神性的，而忽略了外在的纯粹现实因素，经验的对象，经验对象的属性等等，即是外在的世界。“我思故我在”确立了“自我”存在的不可置疑性，只有这样，才能继续往后的研讨。

3. 自我的二元性

十九世纪始，“自我”的研究从哲学下沉到心理学，而心理学将自己定位于自然科学，唯有如此方才脱离哲学的局限，以实证的理念来研究“自我”。

我们可以确定“自我”是存在的，那么又如何去觉察自我便成了一个问题。如今更多聚焦在将“自我”置于实际场景中的科学制度下进行的研讨，涉及社会、人际、个体三个层面，在此过程中，社会心理学逐渐发展出众多关于“自我”的理论，而这众多理论当中部分与之紧密相联，部分则与之无关(郭本禹, 2003)。纵使心理学上关于自我的研究理论、方法上十分复杂多元，并无法避免的牵涉到哲学中的形而上学。

承袭笛卡尔自我二元对立这一脉络而前进的心理学大家便是弗洛伊德，弗洛伊德的精神分析呈现三重构造，与之对应的也把人类的精神世界分之为三：本我(id)、自我(ego)、超我(super-ego)。“自我”成为一种人格特质，本我、自我、超我构成完整人格。自我永存，而超我和本我永远对立，通过自我进行调节而后协调本我和超我之间的矛盾，从而人的一切心理问题都能从中得到一个合理解释。本我为与生俱来的，亦为人格结构的原始，自我及超我以本我为基础而发展。本我遵循快乐原则(pleasure principle)，而漠视现实原则(reality principle)；自我是人格的心理组成部分。自我用现实原则(reality principle)暂时中止了快乐原则(pleasure principle)，自我是人格的核心部分，也是人格的执行官；超我是人格结构中的道德部分，亦是管制者，由道德原则(moral principles)支配，寻求完美，超我始终与本我对峙而立。

此外弗洛伊德冰山理论中，对于当下人格所展现的思维模式与行为准则，都与婴儿阶段所紧密联系，“一个人最初5年的经验对其一生有着决定性的影响”(弗洛伊德, 2014)，这5年正是本我开始跃迁至自我、超我的时期。由于本我遵循快乐原则而漠视现实原则，以期得到欲望原始的满足。倘若不对这一欲望加以控制，往往使得自我与外界相互冲突，因此为了协调或是避免这一冲突，“本我的一部分经历了特别的发展，从而产生了一个专门的组织，它源于本我的表层，配备了接受刺激的器官，并配备了免受刺激损害的活动程序。”(弗洛伊德, 2014)弗洛伊德将其称之为自我，代表个体的理性与经验。“自我可以其身为客体一如对待其他客体那样对待自己，能够观察自己，批评自己，并且做无人知晓之事。”(弗洛伊德, 2014)而观察、批评的正是超我，诞生于自我之中。超我以道德的形式存在着，维持个体的道德，并要求其说明自己的行为与思想(向红, 2009)。超我在恋母情结崩解之时开始形成，超我是一种对父母权威的内在认同，同时由于小男孩无法成功地维持母亲成为其爱恋的客体，对父亲权威可能因此而带来的禁止、惩罚产生阉割情结(castration anxiety)，进而转为认同父亲，并学习、模仿父亲的行为。

从冰山理论当中不难看出，“自我”的产生是内在因素影响的本能造物，忽视外在因素对于人格形成的影响。然而依据如今的生物学基础和新精神分析理论，都对古典精神分析理论强调内在的三重构造的协调牵制所形成的人格，做出不一样的回答，都要求不可忽视外在因素对于自我的影响，乃至人格的形成是内外两重因素共同造就。

不可否认弗洛伊德的冰山理论从某种意义上阐释了人类精神疾病的可能性，但是对于“我”的存在一分为三，人之思想和行为受无意识和性欲所掣肘(郭本禹, 2006)。人格发展归因于内部因素的影响，并忽视外部社会因素的影响。此时个体人格的发展则是独立于外部世界的封闭体系，纯粹的精神内景世界。

在《心理学原理》中，詹姆斯提出将自我分为主我(I)与客我(Me)，对应着纯粹自我和经验自我。同时詹姆斯对于“自我”的描述还有一个意识之流(stream of consciousness)，这代表着詹姆斯即便将自我分之为二，但他仍旧认为自我具有统一性。主我是主动的自我、进行中的意识之流，换言之，即是当下正思考或正知觉的意识，并非是一种心理过程或者身体；客我是作为思维对象的自我，指向“自我”中那些思考或知觉的对象，简言之便是人们对于“这是”或“那是”的想法、情感或者思索。它包括一个人所持有的关于他自己的所有事物、知识与信念。“我看见我自己”(威廉·詹姆斯, 2003)，主我与客我是二元而统一的，我是观察者，也是被观察者。

客我是作为一切称之为我或我的东西的总和，表示一种被动的存在关系。“身体自我在最底层，精神自我在最高层，身体外的物质自我和各种社会自我在中间。”(威廉·詹姆斯, 2003)依据詹姆斯的论述

客我被分为三个由其重要性从低到高的——物质自我、社会自我、精神自我。物质自我便是那些我自己的和我所占有的物理世界，囊括家人、资产等在内；社会自我则是我自身社会关系的范围以及我如何被他人看待或认可；精神自我则是那些我内心的或者主观的，诸如道德、某种意志等。

主我则是一个知晓和把握当下的存在。通俗的说便是自我的当下，即是对当下持续每一时刻发生的，高于一切思想对象，对这些进行判断的意识或意识之流，即每一时刻存在的把客我的一切对象所占据的情态。主我是我们所认为的情绪、意志、努力这些原发性的起点，我们对外界一切的感觉和影响的应对都是来自于主我。

沿着詹姆斯的道路，库利提出自我是通过人际关系建立的。自我是通过人际关系建立的，既是个人实体，又是社会产物——他人如何看待自己、他人如何评价自己，以及他人对这些投射的情绪反应，即投射自我或者镜中自我；米德提出社会经验在自我形成的过程中发挥了重要作用，没有社会经验便不可能产生自我(Freud & Peter, 1990)；卡尔·罗杰斯提出自我是个体自我知觉的组织系统，代表了个体看待自己的方式。后继者们甚至对自我的研究进入了细分领域，提出诸如自我概念、自我图式、自我知觉、自我效能等等理论或是观念。

詹姆斯的“自我”之论深刻的影响了众多后继者，哲学与心理学对“自我”的研究正式分野，心理学家更多的关注客我、如何思考和感觉客我，以及这些想法和感觉如何塑造和影响个体心理。而哲学家更关注主我，探寻自我直接对话世界的那一部分存在是怎样如何。

4. 自我二元性中的统一之处

詹姆斯将自我视作一个流的存在，主我与客我二分，客我又被划分为物质自我、社会自我、精神自我三者看似细致的进行了划分和归属，实质上自我还是统一的，主我与客我彼此的界限是模糊的，意识之流贯穿在整个自我当中，意识串联起物质自我、社会自我、精神自我，从主我源起而后沿着最高层的精神自我流向最低层的物质自我；弗洛伊德的三我理论，又称冰山理论，本我、自我、超我是一体三部分，本我、超我对峙，自我居中协调制衡；弗洛伊德忽视外界的影响，但不否认外界影响，只是更多的关注内部的因素，詹姆斯则将二者统合，但是具有主要影响的仍旧是内部的，外界的权重更多，哪怕在其后继者之，也更多的将外界的影响标准化、客体化进行研究。詹姆斯和弗洛伊德的理论当中都有一个潜在的表述，便是整合统一，意识之流贯穿主我与客我，冰山为三，然则为一。通常我们会对什么样的存在使用整合统一来进行描述——分散的、片段的，但是又是连贯的。

而造成此流向的正是因为现代“自我”观念的完全确立于笛卡尔，笛卡尔的“我思故我在”用理性、经验的二元对立树立理性精神，导致实体主义的思维方式。“在我之中，除了心灵以外，我不承认任何别的东西”，自我是主体，是思维的主体。我存在，因为我正在思维着，而我确信我正在对客观对象进行的觉察，正是因为这样一种思维从自我中产生的。正如前文中所提及的“我思故我在”确立了“自我”存在的不可置疑性，但是笛卡尔的理论是给予我们确定自我存在的意义，却也导致陷入这样的思维当中，这不可避免

詹姆斯与佛洛伊德的理论当中也不可避免局限，我们也忽略了，二人理论当中所不足的一点，而这正是其未能表述清晰的统一。弗洛伊德着重潜意识及幼年经历造就自我，詹姆斯则着重当下便是自我，主我在当下对客我的观察，都是一种片段性的流向(乔纳森·布朗, 2004)。然而詹姆斯却更多的看到了这一点，因为人的一生实际上是无数的当下构成一个前行的时间流向，而人的一生，或者说人之存在本身便使得一致性原则不能完全适用，无数的例子展示了同一环境下，不同的心理流向。无论是弗洛伊德还是詹姆斯，他们都意识到了这一点，理论当中都是普适性的进行了一个大体的指引，个体不适用的一致性，可以在群体、在社会上看到。二者都关注了那些影响着自我如何可能的因素，也回答了自我发生之

问,当然是基于笛卡尔的影响之下,自我的存在是不可置疑,只是自我被当作一个理性的存在,不同于笛卡尔的是,二人的论述之中,自我不是一个超越性的存在,而是与人所同在的细微存在,自我永远是与自身所息息相关,任何一部分的变化都会对完整的自我造成影响。

我们可以看到,自弗洛伊德与詹姆斯的自我之论当中,公认古典精神分析学关注内部因素对自我的影响,即便这一倾向在后继的新精神分析学中有所补足;而詹姆斯的则关注了外界与内在的共同影响,主我是对自我本身的反映,因而对客我的建构负有责任,而另一方面任何自我都是当下,是意识之流,故主我的本质是不可决定的。尽管在语言上可以做出本我、自我、超我与主我、客我的划分,但二人都约而同的认为它们实质上为经验同一体的不同方面。个人的自我是一个完整的实体,自我意识不可能有脱离内容的抽象形式存在,只是二者关注的主要方面不一。再历经数百年的发展当中,也不是没有反思自我之论的二元性的论调,但昙花一现之后,便被新的理论与观点以后浪之姿掩盖而过。

不可否认的是,人的心理基本的存在方式就是有意识的存在,是意识的觉知和觉悟,自我发生的必然性得以肯定。然而不应当的是延续笛卡尔的前行之路,仓促地认为自我是主客对立、认识与被认识的关系,相反,后续的研究中不断的展露了自我与主体之间的交往、理解关系。“自我”与我之间通过交流而彼此理解,把自我认识变成对象认识,有序而从容地处理自我与我、自我与外界的交流融解,从而把握了世界的意义。

5. 结语

传统的自我研究建立在哲学思辨基础之上,且重心集中于主我的辨析及反思,关注思考的过程本身。与此同时,心理学秉持着笛卡尔主客二元对立及实体化的传统。精神分析学将自我的局部化为个体身体器官的做法实际上忽视了个人的内在世界。在实证主义的倾向之下,自我以自然物的方式存在,换言之,便是客体化。詹姆斯确立起自我主客观分化的专业性概念,客我成为心理学的研究对象,主我留给哲学家了(丛晓波,张向葵,2004)。此时的自我更偏向于对象化、实体化。在实证主义影响下心理学把个人作为客体而固定,忽略人的主体因素。弗洛伊德与詹姆斯承接笛卡尔的进路前进,对于自我的理论研究也展露了二元性,但是都察觉到二元对立不能完整的表述出自我,乃至会导致自我产生割裂,对此都给出了相应的解答,而在这解答当中可以窥见他们理论当中二元对立中的统一性——自我始终是一体的。

参考文献

- 丛晓波,张向葵(2004). 找回心理学失去的自我——心理学研究主题的历史探寻与当代启示. *南京师大学报(社会科学版)*, (5), 85-89.
- 弗洛伊德(2014). *精神分析新论: 弗洛伊德文集*(汪凤炎,郭本禹译). 九州出版社.
- 郭本禹(2003). *当代心理学的新进展*. 山东教育出版社.
- 郭本禹(2006). 精神分析运动的发展逻辑. *南京师大学报(社会科学版)*, (5), 81-86.
- 乔纳森·布朗(2004). *自我*(陈浩莺译). 人民邮电出版社.
- 廖凤林,车文博(2002). 西方自我概念研究中的哲学基础. *心理科学*, 25(3), 350-351.
- 威廉·詹姆斯(2003). *心理学原理*(田平译). 中国城市出版社.
- 向红(2009). 道德人格生成逻辑探析. *广西社会科学*, (6), 39-43.
- Freud, S., & Peter, G. (1990). On the History of the Psychoanalytic Movement. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 7-66). London: Hogarth Press.