

# 从“人格崇拜”到“自主自我”\*

## ——社会的心理学化与心灵治理

杨 铨

**提要:**为究明现代人缘何关注自我心灵、认可心理治疗,本文对相关的社会理论展开了考察,并探讨了心理学化社会的心灵治理。基于“人格崇拜”,现代社会令个体树立起“人格神圣”的观念。而仪式行为互动论则进一步将世俗化社会中的个体自我神圣化。情感社会学综合了前两者之说,继而在人格、脸面的基础上开启了更具抽象意义的心灵神圣观。但是心灵神圣同时伴随着心理危机,作为重建个体与社会互动秩序的存在,心理治疗不只是解放心灵,还兼具对心灵的规训。为超越解放与规训的二元对立,实现“心灵解放”,心灵治理指向了塑造具有“自主自我”的现代人。

**关键词:**人格崇拜 自主自我 心理治疗 心灵治理 心理学化

### 一、问题的提出

中国的心理治疗兴起于2008年,与汶川地震灾后援助有着密切关联。大批社会工作者、心理治疗师和志愿者奔赴灾区,针对受灾者的“心理创伤”(PTSD)<sup>①</sup>等危机的干预和社区重建同时登场。此后心理治疗在国内进一步普及开来。

在汶川地震催生出大规模心理援助需求之前,心理学知识已经得

---

\* 本文受到国家社科基金重大项目“当代中国转型社会学理论范式创新研究”(17ZDA112)的资助,为其阶段性成果。文章在写作过程中得益于上海大学社会学院“公共性学术论坛”上的讨论,特别是李荣山、肖瑛、黄晓春、孙秀林、徐冰、张江华、阳方、华红琴、纪莺莺等同仁的建议;匿名评审人也对文章提出了重要修改意见,在此一并致谢。文责自负。

① 即 Post-Traumatic Stress Disorder 的简称,中文也译作“创伤后应急障碍”,最初出现在美国精神医学会所编写的《精神障碍诊断与统计手册(第三版)》(*The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*,简称 DSM-III)之中,在最新版的该手册中,PTSD 意味着产生了“伴分离症状”,此外个体还会经历持续性或反复性的“人格解体”和“现实解体”(美国精神医学学会编,2014:127)。

到不断普及,产生过一次次的热潮。首先,这一系列知识的普及,与世界卫生组织(WHO)所开展的全球化健康促进行动不无关系。在其所确立的实现福祉(well-being)的健康三维度中,最重要的就是心理健康。WHO负责精神健康的部门试图实现精神疾病诊断与治疗的标准化,确立了国际疾病分类(International Classification of Diseases,简称ICD);该部门不但倡导精神疾病的预防与早期治疗,而且提出面对特定的社会或经济风险时应予以社会心理学支持(WHO,2002,2013)。

其次,国内学界对心理学知识的推广和对心理治疗的发展,也是不可忽视的推动力。<sup>①</sup>这股力量得到了市场的助力,除了传统纸媒,网络和社会媒体的兴起也令公众对心理知识和咨询的消费变得更为便捷:对建立良好亲子关系的指导、家庭系统治疗以及儿童的情绪管理等在大城市有广大拥趸;职场人际沟通心理以及自我心理测试等APP更是层出不穷,在新一轮的知识消费中占有越来越多的份额。面对这些变化,社会学家敏锐地指出现代社会中存在“心灵”无处安放的问题。比如,在谈到“年味淡了”的问题时,孙立平认为淡的不是年味,而是心灵的问题,确切地说,是个体种种抽象的心灵疲惫和焦虑所导致的问题(孙立平,2018)。“心灵”已成为读解现代社会问题的关键词之一。<sup>②</sup>

就社会建设而言,社会心理问题一直以来就被认为是阻碍中国公共性发展的重要原因之一(李友梅等,2012)。“社会心态”问题受到国家前所未有的关注,培育自尊自信、理性平和、积极向上的心态被纳入

① 在国内,由于心理治疗的发展路径在职业化过程中过度市场化,该职业在国家职业定位方面正面临困境:在2016年职业序列改订中,心理咨询师(即心理治疗师)被列入社会工作者序列;继而,在2017年,由于人力资源社会保障部公告暂停“心理咨询师”职业资格认证(人社部发[2017]68号文),对于心理咨询师重新职业化的政策至今仍不明朗。

② “心灵”是一个涵盖面极为宽泛又谱系纷繁的概念,在英文中除了heart,相似的词汇有mind、soul、psyche等。本文中对这些词的细微差异一般不作过分强调,通常译为心灵、灵魂或精神/心理。通过考察现代科学心理学得以确立的历史过程,我们发现,心理学同样是19世纪末各种学科制度化的产物之一,其研究对象从“灵魂”(soul)转向了“心理”(mind)。但较为特殊的是,在初创阶段,当时的宗教权威及与之有关的政治力量并未构成心理学的发展障碍:由于心理学把心灵的中心归结为“大脑”,并将心理意识二分为“意识”和“无意识”,因此反而在当时对基于新教伦理的神学产生了积极影响。换言之,科学的心理学的核心观念使其与基督教神学之间形成了政治联动(Reed,1997)。虽然界定心灵的确切含义以及检验有关心灵的各种知识之真伪并非本文的目的,面对多种多样的心理疗法、层出不穷的技术手段,探讨其背后的科学性和妥当性更非本文的主旨,但关注心灵和自我却有着社会学的传统。较早针对心灵概念及其系统开展讨论的是米德。米德认为有必要将心灵限制在人类有机体的范围内,他认为意义的控制机制构成了我们所说的“心灵”(mind)(米德,2008:117-119)。

更宏大的国家治理体系中。这是否预示着中国将直面社会的“心理学化”趋势,并在治理探索中增加“心灵治理”的面向?<sup>①</sup> 在讨论心理学化社会时,值得关注的是社会学的情感转向,<sup>②</sup>这一转向基于对情感体制的考察,以更深入地把握当代社会的发展趋势(成伯清,2017)。情感发源于心灵,因此与更具抽象性的心灵问题密不可分。如何理解“心灵治理”,正在成为社会治理领域既有必要而又缺乏探讨的紧迫课题。

上述课题之所以重要,是因为与“个体与社会”这一宏大的社会理论问题紧密关联。<sup>③</sup> 在社会心理学化的进程中,如何理解个体不断向内寻求心灵的安放地? 在这一进程中,围绕自我与心灵,现代社会理论是如何理解这一演进过程的? 在心理学化的社会中,个体在遵循情感法则、寻求心理治疗的过程中形成了怎样的“心灵治理”之道? 心理学知识和心理治疗技术的广泛应用又是如何影响对自我观念的形塑的? 概言之,本文将通过对和自我与心灵治理相关的一系列社会理论问题的讨论,尝试归纳现代性的“自我心灵”的特性。

## 二、从人格崇拜、自我神圣到心灵神圣

现代人及其生活方式逐渐呈现出“心理学化”的转向。这一转向的前提是个人获得相对独立性。这种独立是指个体在社会的现代转型

① 以往国内关注的“治理”通常指向更具宏观意义上的国家治理(渠敬东等,2009),而这里的“心灵治理”中所指的“治理”与以往所探讨的国家治理含义不同,其含义更多参照了福柯在《自我技术》(2016:51-104)中提出并得到罗斯(Rose,1999)批判性继承的主张,即这种技术在支配他人与支配自我之间形成相互联系。

② 心灵治理在以往的研究中常常体现为情感治理。本文试图以现代社会中基于情感表达而被建构成类似某种实体性存在的“心灵”为考察对象。对心灵关注程度的提高与社会的“心理学化”有着密切的关系。参照对医学化的考察(Conrad & Schneider, 1992),个体层面的心理学化是指一种重视心理学知识、以此作为个人思考和行动的价值参照体系并在人际交往中依据这类知识和技能践行上述价值观的做法。而在社会层面,心理学化则表现为公众倾向于将社会问题的原因之一归结为心理问题加以理解和处置的状况。在一些发达国家,公众赞同而非反对这种心理学化价值观的“社会氛围”已逐渐形成。心理学化的含义与仅仅站在社会批判维度上的“心理主义化”不同。心理主义化的特征主要是社会成员遭遇问题时倾向于从心理问题寻找原因:比如,多数人认为社会状况无法改变,只能无条件适应,当无法适应社会状况时便过度指责自身,等等(Gross,1978)。

③ 个体和社会的关系构成了现代学科分界中心理学与社会学之间的关系。对于两个学科间的关系,涂尔干在《人性的两重性及其社会条件》的开篇就谈到,社会学源于心理学,但同时社会学对心理学所做的贡献与它从心理学中得到的一样多(涂尔干,2006b:177)。

中拥有了某种独立自主性,具备了个体人格。涂尔干的社会学无疑为回答这一问题奠定了知识基石。以往研究认为,涂尔干尝试以社会决定论建构个人主义,指明了这是现代性转变所牵连的核心问题之所在(渠敬东,1999)。而在洞察从个体人格的独立到自我神圣、心灵神圣化的问题上,欧文·戈夫曼(Erving Goffman)在微观层面对个体间的互动进行的考察,以及之后情感社会学的发展,都对涂尔干理论有所继承,并对社会心理学化的理论建构有所延展。

### (一)人格崇拜

在涂尔干的社会学理论中对个体人格发生机制有着周到的论述。可以说,人格问题是其社会学探讨的核心主题之一(杜月,2012:8)。首先,在他看来,专业化的劳动分工产生之前的低级社会无法给个体人格留下任何余地,原因在于那时“根本不存在这些人格”(涂尔干,2000:154)。前现代社会形成了“社会成员平均具有的信仰和感情的总和,构成了他们自身明确的生活体系”,即“集体意识或共同意识”(涂尔干,2000:42)。这些意识总体性地覆盖了共同体中的每个个体,个体人格被吸纳进了集体人格之中,也因此个体的行动模式是机械的而非人格化的。

事实上,涂尔干是把个体人格放置在一个社会转型的背景中加以探讨的。<sup>①</sup>随着劳动分工的不断专业化和社会流动的加剧,个体不再像原来那样依赖于血缘和地缘关系,而是更倾向于在从事特定社会活动的团体中生活,作为传承集体意识来源的传统意义上的共同习惯和共同信仰也就越来越无法阻止个人的自由变化和发展了(涂尔干,2000:254)。在共同意识对个体的社会控制日渐削弱的同时,对共同意识的侵犯行为则与日俱增,导致其逐渐丧失威严。而且,一旦人们由于摆脱了这些意识的束缚而享受到一定的自由,个体人格也就不再受到来自外部的集体意识的控制;与之相应的是,个体的差异和个性发展的空间增大了,每个个体显现出多样性,开始进行相对独立的思考,并

<sup>①</sup> 诚然,涂尔干关注的是社会分工使人与人之间的纽带呈现为一种“有机团结”,这类团结与高等动物的器官之间的关联相类似。虽然高等动物的各器官有着各自的特征和自律性,但正是这些器官显著的个性特征使其形成的有机体具有更大范围和更深层次上的统一性(涂尔干,2000:92)。与之类似,在社会分工导致的团结中,个体的各部分个性以及与他者相对独立的意识也就具有重要的意义。

随其自身的思考而行动,进而萌发了自由的思想观念。对此,涂尔干强调,“这种自由也会像其他自由那样显得必要而又神圣”(涂尔干,2000:256)。

然而,这种由个体思考和行动带来的自由为何会显得必要而又神圣?集体意识真的随着原本的宗教和传统习俗力量的削弱而消失殆尽了吗?涂尔干并不这么认为。相反,他认为,由于人是社会化的存在,即便这些意识由于日益精细化、专业化的社会分工而在表面上不存在了,实际上还是转化为了另一种存在形式。这是一种符合康德式的准则的集体意识,其具体含义在于“任何时候,我们都必须尊重人的人格,我们对己对人皆该如此”(涂尔干,2000:358)。换言之,尊重人格和尊重个体尊严作为集体意识在社会中延续了下来,成为人与人之间相互连结的重要纽带。正是在上述意义上,涂尔干说:“这并不是说,共同意识面临着彻底消失的危险,我们只能说共同意识的思想方式和感情方式已经变得更为普遍、更为模糊了,这无疑为个人彼此不同的发展留下了余地。共同意识唯有在一处才能显得更加稳固,即它越来越能看清个人的面目了。当其他一切信仰和行为都失去了宗教属性的时候,个人就成了宗教的唯一对象。我们对人之神圣的崇拜也越来越像其他狂热的崇拜一样,具有了迷信色彩”(涂尔干,2000:133)。也就是说,在宗教以外的所有信念和行动中,随着宗教性质的不断淡化,只有人的尊严成为了某种宗教式的对象。这意味着,人格尊严成为了现代人的共同信仰。

这不禁令人追问,人格究竟为何能够成为现代人崇拜的对象?涂尔干认为,尽管现代人逐渐世俗化,但“神圣观念”依然寄居在人们心中,被其敬畏和敬爱之情所唤起(涂尔干,2002:53)。也就是说,神圣观念具有双重性,“神圣的对象激励着我们,即使不是心存恐惧,至少一种崇敬感也会使我们对它敬而远之;同时,它也是我们热爱和渴望的对象,深深吸引着”(涂尔干,2002:51)。作为神圣观念的人格即具备上述双重性。而“人格崇拜”便是指:神圣观念附着在了个体人格上,人们与他者保持一定的距离,以免侵犯其人格的神圣性,同时又期待从他者身上获得情感支持。因此,个体人格能够被敬畏和敬爱之情唤起,是神圣而不可侵犯的。

事实上,涂尔干对产生人格崇拜的来源做了明确的回答:“人的存在正逐渐成为……社会良知的核心,获得一种不可比拟的价值。正是

社会将人神圣化的。人并没有这种与生俱来的权利,可以让一种氛围笼罩和保护他,以防受到亵渎和侵害。唯有社会才能这样来看待他,社会对人的极大尊重得到了呈现和客观化”(涂尔干,2002:63)。涂尔干洞察到,在世俗化进程之中,神的位置被社会所取代了,正是社会建构起人格崇拜,把人塑造成了彼此相互扶持的神。而人格一旦成为唯一的、共同的崇拜对象,也就成为了形成社会秩序的重要纽带。必须指出的是,与康德式的抽象而先验性的孤立个人观念截然不同,涂尔干始终强调“个人生活是从集体生活中产生出来”(涂尔干,2000:236)的,人的个性说到底也是社会性的产物。<sup>①</sup>因此,作为被敬重的神圣之物的人格并非来自于具体的个人。

个体人性中同样存在类似于圣—俗的二元对立,涂尔干称之为“人性的两重性”(homo duplex),即个体的人既是纯粹的有机体存在,又是一个“社会存在”(涂尔干,2006b:187)。这就意味着个人既是个别化的生物性有机体,同时又是社会性的承载者。从这种两重性出发,我们便可看到,人遵从社会理性——即秉承“人格”——所做出的行动是有其神圣性意涵的。因此,“人格神圣”发端自社会,个体所具有的神圣性根源必然来自于神圣的社会。

在涂尔干眼中,个体人格的形成必须依靠社会力量才能实现。没有人能外在于社会而追求自我,换言之,个体只有通过追求社会性自我才能完善其人格。而个体崇拜的对象实际上也是具有社会性的人格,而非个体自身。同时,这一崇拜对象又构成了个体神圣性的基础。在这个意义上,作为普遍性的社会存在,人格崇拜为每个个体的心灵治理提供了自我审视的价值基础。

## (二)自我神圣

如果说生活在现代社会早期的涂尔干对人格崇拜的洞察面向的是人类社会的总体层面,那么伴随着现代社会的演进,这一遗产的继承与发展则集中体现在戈夫曼身上。<sup>②</sup>他从人们基于礼仪的行为互动中鲜明地揭示出了个体人格被赋予神圣性的社会事实(Goffman,1971:63)。

<sup>①</sup> 最新研究认为,涂尔干不仅在统计学、形态学意义上,更在基于宗教研究的哲学意义上证明了社会的本体论性质的存在依据(渠敬东,2017)。

<sup>②</sup> 在博士论文中,戈夫曼坦承其研究的理论源泉是涂尔干和拉德克里夫-布朗的功能主义(Goffman,1953)。

首先,个体人格的神圣性来自于“脸面”(face)。在戈夫曼眼中,脸面是个体“神圣自我”(sacred self)之“像”(Goffman, 1955; 吴飞, 2009:181)。脸面是一种自我印象的符号,在得到他者积极肯定时,才彰显出自我的社会属性和社会价值。因此,脸面并非身体的附属物,而是由社会化的互动构建而成的;同时,脸面又因人而异,最具个体性(Goffman, 1967:6-7)。当人们感到保住了脸面,就会感觉安心、安全,并显示出自信;而当丢失脸面,则会陷入心烦意乱之中,感觉羞耻和窘迫,<sup>①</sup>甚至因产生劣等感而丧失继续参与社会互动的能力。

因此,人们在互动之中会极力做出维护个人脸面的行动,同时这一行动又必须与他者期待保住脸面的结果相一致——戈夫曼将这一行动称为“脸面活”(face-work)。脸面活意味着人们彼此对侵犯对方脸面的行为有所顾虑,因此会在互动中遵从一定的规则。承接涂尔干的人格崇拜观点,戈夫曼认为,现代人的脸面是“神圣之物”(sacred thing),为了维护其神圣性而呈现出的互动程式的规则就是“礼仪·仪式”(etiquette)(Goffman, 1967:19)。因而在现代生活中没有亲密关系的人们之间会基于共同遵从的礼仪展开交流。这类交流表现得措辞谨慎,体现出礼仪的两大要素,即“尊重”(deference)和“品行”(demeanor)。尊重是在评价他人时传递的礼仪,戈夫曼对此进一步区分出“回避礼仪”(avoidance ritual)和“表现礼仪”(presentational ritual)。如果对回避处理不妥,会令对方认为其在“社会化的自我”背后暴露出“太过人性的自我”(all-too-human selves),其行为会被认为是侵犯他人边界,从而显得无礼(Goffman, 1967:56)。尤其在公共场合,如拥挤的地铁车厢或电梯之中,回避行为常以对待陌生人的“文明(礼貌式)的无关心”(civil inattention)的形式呈现,以表现出彼此互不侵犯的样子(Goffman, 1963:83-88)。表现礼仪则要求人在互动中表现出对对方的评价和关心,同时必须注意分寸,当表现出的关心涉及对方的家庭成员、收入、职业地位等细致而具体的问题时,又存在侵犯到对方隐私的可能性。这些行为呈现的是“社会化的自我”(Goffman, 1959:56)。在回避与表现这两种礼仪之间始终存在着内在矛盾与对立,这一紧张关系类似于涂尔干所提出的神圣观念的双重性;而戈夫曼对“太过人性

<sup>①</sup> 关于导致困窘的社会根源,可参阅王佳鹏(2017)的探讨。

的自我”与“社会化自我”的分析则继承了涂尔干的人性两重性。但值得注意的是,与涂尔干强调人格具有抽象意义上的道德理想的内化力量不同,戈夫曼的人格神圣性意味着人们在互动中更为注重礼仪规则,而规则一方面要求与他者保持一定距离,同时又要求体现出对他人的关爱。

可以说,现代社会的人际关系正是在上述两种彼此交错的互动仪式中保持着持续的张力,也在不间断的礼仪互动中形塑出维护脸面的“神圣游戏”(sacred game)(Goffman,1967:97)。当神圣的自我无法在社会互动中获得“自尊感”时,或当人们导致对方无法保住其脸面时,又将产生怎样的社会后果?被收容的精神病人的遭遇是这种情境的一种极端形式。一方面,精神病人常常表现为对上述礼仪的不遵从或者不具备遵守的能力,在与人的互动中既不表现出尊重又不努力顾及自身和他人的脸面,因此被贴上标签、遭受污名并在精神病院遭受社会隔离(Goffman,1961)。另一方面,正是为了维护集体秩序和他者的自我神圣性,这种强制排斥不遵守礼仪的麻烦制造者的处置方式具有了社会正当性。

由于自我神圣性是以礼仪行为的连锁互动过程为存在基础的,需要人与人之间的彼此成就,因此这一神圣性实际上是容易受威胁、被损害、遭侵害的。反之,这也意味着个体自身对维持其神圣性的努力不可或缺。戈夫曼因而感叹:在众神离去之后,人自身却顽强地努力维持着某种神圣性,试图有尊严地行动,也在意是否得到了尊重;各种场合都被人们认为有必要对交往的对方表现出类似宗教式的虔诚态度,因此每个个体恐怕都有成为神的可能(so viable a god),能够理解自身被对待方式的仪式性意义,也能对他人给予自身的反馈做出恰如其分的应对——此时,与神交流已不再必须经由中介者,每个人都各自成为了自己的“牧师”(Goffman,1967:95)。这里的牧师指的就是参与神圣游戏的自我(Goffman,1967:31)。可以说,戈夫曼提示了一种每个个体在现代社会中“自我神圣化”的可能路径,即就理想状态而言,要像守职的牧师一样尊重并践行礼仪。而所谓“神圣自我”,正是在一系列的社会互动情景中塑造而成的。

概言之,在现代社会早期,涂尔干的社会理论的重要启示在于,个体的人格崇拜所赋予的神圣性实际上是社会神圣性的一种道德理想的体现。从对人性的理解来看,戈夫曼与涂尔干的人性论并无二致,可以



说戈夫曼继承和发展了涂尔干的人格崇拜观念。但与涂尔干的“人格崇拜”所具有的丰富而抽象的道德理念不同,戈夫曼更为重视具体承担社会角色、象征个体自我独特性的脸面,从而把对神圣性的考察寓于礼仪相关的行为互动之中,认为是个体间以脸面为神圣的表征之物确立起了替代“神格”的自我神圣性,“自我神圣而不可侵犯”的观念正是这样在社会互动中被确立起来。<sup>①</sup> 在这一意义上,戈夫曼的自我神圣窄化了涂尔干的人格崇拜,也为之后“自我”在社会心理学化时代的肥大化埋下了伏笔。

### (三)心灵神圣

随着现代社会的演进,尤其是在服务行业发达的后工业社会,个体化色彩再强的情感也难免受到商业化和制度化的操控,人的神圣性追求因而出现了新的转向。对此展开过一系列考察并开创了“情感社会学”的阿莉·罗素·霍赫希尔德(Arlie Russell Hochschild)(以下简称霍氏)是就此种转向开展研究的代表人物。通常认为,霍氏关注的是人类情感(emotion)、感受(feeling)被商业化的过程,以往的国内研究通常将其代表作 *The Managed Heart* 中的 Heart 译作“情感”或“心灵”。但实际上霍氏强调的是关于情感的社会理论必须把握其心理侧面(a psychological side)(Hochschild, 2012: 228 - 229),因此不妨将之直译为《被管理的心灵》。<sup>②</sup> 结合“人格崇拜”与“自我神圣”两种视角解读,霍氏的理论分析框架既有深受涂尔干影响的部分,又展现出对戈夫曼拟剧论的深化。

首先,霍氏提出的“情感法则”(feeling rules)带有明显的涂尔干色彩。霍氏把情感法则界定为一整套引导情感活动的规则,文化则是其中决定行动方向时最具影响力的手段之一(Hochschild, 1979, 2012:

① 脸面具有神圣性,构成了戈夫曼“自我神圣”观念的重要部分。以一个剥离社会情境的场所为例,戈夫曼将精神病院等机构概括为“全控机构”,观察这一“社会丧失”的后果:当个体的自我尊严在一系列“剥离机制”之下丧失殆尽,被收容者仅仅成为赤裸裸的有机体存在,也即被“非人化”处置了。在这一机制作用下的“脸面”全失,将这些个体身上“自我神圣不可侵犯”的观念彻底打碎(Goffman, 1961; 杨铨, 2014)。

② 中文学术界对“the managed heart”的译法并不一致。大陆地区通常翻译为“被管理的心灵”(贝拉, 2011: 188),台湾地区则译为“情绪管理”。此外,日本学术界将之译作“管理された心”。综合相关讨论(淡卫军, 2005; 成伯清, 2017),本文将“the managed heart”、“managing heart”、“heart engineering”等统一译为“被管理的心灵”。

56)。为了进一步解释这一概念的理论来源,她专门做了周详的注释。她认为,尽管以往的社会科学家尚未提出“情感法则”之名,但他们对相关问题已多有论述。她还在注释中大段引用涂尔干《宗教生活的基本形式》中的一节(Hochschild,2012:249),并认为是否感受到、表露出某种感情与一个人作为其所在社会成员是否承认、怀有归属感密切相关。因此,作为社会成员的行动者会为了感受与情感法则相一致的感情而进行“情感性工作”。

其次,霍氏基于情感法则把情感性工作划分为“表面表演”(surface acting)和“深度表演”(deep acting)两个层面(Hochschild,2012:35-42)。所谓表面表演,就是装作感受到了某种感情,从自身外部进行情感修饰的形象操作。霍氏认为,戈夫曼拟剧论所提到的肢体语言、假笑等都属于表面表演的一部分。在服务行业占据主导地位的后工业社会,情感不断被操控进而被商业化。按照情感法则,最值得珍惜的自然是自发而真实流露的情感,然而由于工作需要,服务工作者的人格不断处在表演情境之中,从而难免导致“真实自我”与“表演自我”的分裂,甚至导致没有能力表达真实情感的后果。

如何避免上述人格分裂所造成的苦痛?霍氏认为,这正需要依靠情感性工作中的深度表演。深度表演涉及对自身情感的有效变更,可区分为两种类型:一是为直接作用于初始情感,为对抗之而唤起另一种情感,以控制住初始情感;二是为发挥想象力,引发出现实情境中被期待的那种情感(Hochschild,2012:38-48)。也就是说,通过操控情感,深度表演不再是“装”,而是通过情感性工作既实现对感情的抑制,又将之变更为与情景相互协调的情感。

然而,行动者为什么必须遵照情感法则来进行情绪管理呢?在霍氏看来,感情性礼物的交换,已成为现代社会生活的基本技术之一。实现情绪管理的日常化,表达符合具体情景的和适度的情感是对他者“献礼”,以表示尊敬(Hochschild,2012:82)。在这一意义上,由于情感被商业化,情感法则正是能够在与情感相关的交换中决定借贷程度而展开情感交涉时的一系列准则(Hochschild,2012:18)。这意味着,基于应当共同遵守的情感法则,行动者之间在互动中需要相互奉献,对于奉献什么也已各自默契,从而依照准则、通过管理情绪而表达出来。反之,如果违反了情感法则,表达失当,缺乏必要的献礼或者表示尊重的礼物不够对等,就会被对方认为失了礼。当情感礼物

的交换被严重破坏时,破坏者甚至会被贴上“人格障碍”等心理疾病的标签。

因此,当我们对霍氏所讨论的情感法则及其情感劳动的理论向前追溯,并与涂尔干的人格崇拜论相关联时,一种“心灵神圣”的观念便浮现出来。在涂尔干眼中,正是神圣社会生发出人格崇拜,个体受神(即神圣社会)恩典,自然必须举行礼拜等仪式向神献礼。到了戈夫曼那里,个体确立起“自我神圣”的观念,自己既是“神”,又能担当自身的“牧师”,因此在其个体人格中分担了涂尔干式的集体神圣性。霍氏则将个体之间的互动以感情性礼物交换的方式描绘出来。在现代社会,人们的感情交换经由商业渗透而被高度组织化,此时的个体不再满足于戈夫曼式应对具体情境的印象管理——那不过是霍氏所说的表面表演——而是更倾向于深度表演。无论是面对生活场景,还是从事情感性劳动,抑或是追求自然情感的表达,进行深度表演的现代人都必须转向关注自我的心灵。换言之,现代人之所以把“做更好的自己”作为目标,只不过是“心灵神圣”的一种世俗化表述。而这一所谓“更好”的比照标准必定是社会的,即存在于涂尔干所强调的人性两重性的社会性之中。

值得注意的是,心灵成为神圣之物并不仅仅是个体向内寻求自我神圣性导致的结果,还是作为社会化的自我在面对变得流动、不确定的社会环境时,尤其当情感法则在具体情境不明确时遭遇行动危机而导致的。正如贝拉所说:“由于个体感觉和价值都是主观的,要找出行为的基准线并与他人得体交往,可谓困难重重,令人望而却步”(贝拉,2011:172)。面对抽象的社会,人们时常感受到人际交往中的“窘迫”甚至“羞耻”(王佳鹏,2017),当这些问题被心理学化之后,心理治疗的需求就井喷而出了。换言之,心灵神圣是个体不断面临心理危机时产生的一种反向效应。因此,霍氏感叹,20世纪的种种治疗书籍正好比是19世纪的礼仪书一般,因为礼仪本身已经深入到情感生活之中了(Hochschild,2012:192)。

### 三、心理治疗:解放以及对“解放”的管理

如前所述,尽管在理念层面心灵已成为了现代社会的神圣性符号,

但现实生活中,人们一方面关心自身可能遭遇的心理侵害或心理创伤,甚至为此陷入不安和焦虑之中,另一方面则时刻警惕,以防范他人可能施加给自身的非理性行为。除了常见的心理疾患,上述状况还构成了以“丧失修辞”为特征的话语(Ibarra & Kitsuse, 1993)。这在学校教育领域突出表现为遭受(或实施)校园暴力、遭受(或实施)性骚扰及性侵害、药物及游戏等成瘾、学习障碍、人格障碍、自杀愿望等。这些描述心理问题的话语构成了心理危机的具体内容。各种心理荒芜的现象虽各有各的定义,但被认为在每个人成长的每个阶段均有发生的可能,这令所有人都成为预防和潜在的治疗对象。因此临床心理专家、心理治疗师极力倡导要加强心理教育、心理疾病预防、心理危机干预以及心理治疗。

通常,心理治疗和社会工作的个案介入都旨在通过强调来访者的中心地位和当事人的“自我决定”来达成相似的目标。心理治疗和社会工作专业间关系的建立,都以对个体的尊重为不可动摇的伦理准则(Rogers, 1951; Biestek, 1957)。以“你的存在本身就有无可替代的价值”为前提对当事人进行尊重和接纳,已成为专业伦理的基本原则。这一首先几乎无条件接纳和肯定当事人的做法,以及心理治疗师在具体干预中所采取的每一步介入方案都需要当事人自主做出选择、自主决定是否继续接受心理治疗的流程要求,实际上都是对个体人格的神圣性的具体化。结合专业伦理与现实两大维度,“心灵”呈现出了双重身份:一方面指向神圣性,成为神圣不可侵犯之物,这也意味着须保持心灵的本来面目,以及无法对其进行人为操控;另一方面心灵又容易遭受伤害,需要预防和保护,似乎如身体一般带有了某种实体性,呈现出“物化”状态,是一种可被操控的对象。

本文主旨并非考察心灵本身,而是将“理解心灵”的心理学知识和处理心理问题的心理治疗实践作为独特的现代社会现象加以把握,在追溯形成心灵神圣观念的社会理论脉络的基础上,探讨为帮助人们摆脱心理危机而进行的心理治疗对个体产生的影响及其社会后果。与人类心灵相关的知识和技术在临床心理治疗、精神医学和社会工作等领域已有广泛应用,围绕心灵进行的知识生产成为了解自身与他者心理状态的主要方法,并在一定程度上超越了用于解决心理问题的知识范畴,为现代人所接纳,甚至成为日常生活方式和行动的指针,还对有关自我、家庭及育儿、教育和职业等观念产生着一系列社会影响。我们可

以将以上现象统称为“社会的心理学化”。<sup>①</sup> 对此我们自然需要追问的是,如果将个人对“心灵神圣”的崇拜与所体现的总体性社会趋势结合起来考察,那么心理学知识对心理治疗及其相关干预产生了怎样的社会后果?对该问题的考察将有助于理解现代社会秩序在内在整合机制上的变化。现代社会中宗教和道德所产生的社会控制之功能逐渐式微,其影响力逐渐被心理治疗所替代的机制,这在福柯、贝拉、吉登斯、罗斯等人的研究中均有讨论,本文试图就该问题做一综合性考察。

### (一)解放个体的心理治疗

当相关研究者谈及对心理治疗正面而乐观的评价时,心理治疗实现个体解放的效用便自然浮现出来,并成为被探讨的问题。首先,心理治疗师与来访者之间的关系就足以构成对传统道德的挑战。个体接受心理治疗,在一定意义上是从家庭等共同体的羁绊中解放出来、寻求自我独立的表现。吉登斯就持类似的观点,认为心理治疗是一种有关生活规划的方法论:多数心理治疗尽管以实现控制为目标,但又能够在个人自决的意义上对自我反身性投射(the reflexive project of self)加以解释,并确认个体生命周期与外部道德约束之间的分离。因此,心理学知识是将人从道德、习俗以及各类社会关系中解放出来,达成自我实现并形成平等、民主的人际交往的一种路径(吉登斯,2016:166-167)。

具体而言,吉登斯通过考察针对“迷恋症状”的心理治疗项目,肯定了心理治疗对幼年期情感挫折的化解作用,认为其是使孩子从“有毒”的权威型亲子关系中解放出来的积极力量。他肯定治疗师的建议,认为当个人直接或在假想情景中对“有毒”父母说“我不能”时,就已开启了维护自主性的行动。他进而分析道,尽管孩子或许还无法用语言表达自身需求,让未成年人维护权利是反事实的,但心理治疗通过对自我的反身性投射重建了新型的个人生活伦理。吉登斯总结认为:“宣布从父母那里获得‘情感独立’是一种手段,它同时开始改造对自

<sup>①</sup> 由于医学话语及其处置方式在诊断、治疗等过程中不断扩展而试图将人与社会的几乎所有问题都纳入医疗介入范围的倾向,通常被称为“医学化”(Conrad & Schneider, 1992)。与之相似,“心理学化”不仅仅指心理学知识的不断普及,还指由于知识的普及而导致对自身、他人及社会问题进行处置和解释的心理学知识得到广泛而深入的运用(Gross, 1978)。与医学不同的是,心理学为在现代社会中生活的个体提供了一整套建构自我身份的知识系统,因而仅影响私人领域,更影响着公共领域(Berger, 1965)。

我的叙述和对自我权利的维护(也引导人心悦诚服地承担责任)。个体行为不再依据对童年生活的强制性重演来建构了”(吉登斯,2001:142)。

可见,在吉登斯眼中,治疗不是某种调适工具,而是能够展示出现代性所催生的混乱性和不确定性的存在,是一种普遍化的反身性表达(吉登斯,2012:168)。基于这样的观点,对现代人而言,心理治疗不仅是反思自身、加深自我理解的工具,还能令人达成对过去的和解,有助于自身在积极面对当下的同时规划未来。

应当追问的是,现代人追求心灵解放的愿望真的能够实现吗?在导致感情越来越商业化的过程之中,由于情感性劳动无处不在,“不被管理的心灵”反而因其稀缺性而显得弥足珍贵了(Hochschild,2012:192)。而想要形塑类似的心灵,个体学习并掌握心理学知识被认为是必不可少的,人们甚至主动追求恢复情感的自发性和想象力。另一方面,被过度管理的心灵也被认为需要依靠心理疗法来回归本来状态。<sup>①</sup>

与吉登斯类似,贝拉承认“心理治疗观是通过帮助个人在不受各种社会角色的强制性限制……等情况下认识自己的欲望和利益”,从而实现“个体的解放”的(贝拉,2011:135)。通过对美国中产阶层的访谈,贝拉探寻了这一阶层所接纳的心理治疗观及相应的道德观。在他看来,占据心理治疗世界观中心地位的就是个体的“自主性”。以此为中心,心理治疗形成了三大理念:首先是强调认识并接纳真实的自我,只有真实的自我才能与他人建立有效的关系;其次是强调期待获得他人之爱的前提是必须先学会自爱;再次是强调不借助他人来确定自身基准和欲求,而是以个人为自我标准的本源(贝拉,2011:130-131)。

因此,心理治疗以肯定“自主自我”和多元价值观为基本前提,是追求各自心灵的幸福和充实感的基础。这种心理治疗观全面影响了人与人之间的关系,并令心理治疗师与治疗对象之间的关系成为几乎所有人际关系的典范。比如,爱情和婚姻关系就被认为可以参照心

---

<sup>①</sup> 霍氏的回答显得意味深长。她想象了当那位主张成为“高洁的自然(野蛮)人”(the noble savage)的卢梭在达美航空的飞机上遇上空姐时的场景。尽管高洁的自然人的特质受到心理治疗师的赞赏,但卢梭显出一副未受情感法则支配的面孔,并不会像赞赏者所期待的那样行动,既不会掩饰自己的愤怒,也不需要因自己情感起伏剧烈而接受须付费的心理治疗。总之,对他来说,无法想象情感上的商品化。实际上,由于不存在和感情相互联系的算计和意识,在现代社会中,高洁的自然人看起来更像是野蛮人——当然,霍氏强调的是,这些也使他看起来显得更自然(Hochschild,2012:193-194)。

理治疗关系——传统婚姻关系中的任何形式的义务和责任首先被否定掉,因为对于解放了的个体而言,任何义务都是爱情关系的障碍(贝拉,2011:134)。从责任与义务中解放出来的夫妻双方可以开放、坦诚而对等地充分交流,彼此都能成为对方的心理治疗师。这种心理治疗观教会个体不再接受父母等权威的指导、不再理会虚幻的爱情和空洞的承诺,并帮助个体不受社会角色的强制束缚,而是去认识自身欲望和利益,从而实现了对个体的解放。

与吉登斯的乐观态度不同的是,贝拉进而认为,以“自主自我”为中心目标而开展的心理治疗及其形成的一系列话语,在导致宗教和公民传统衰落的同时,增强了对自我表现和自我利益的追求。这一类个体解放恰恰使现代个人主义陷入了困境,即这种个人主义“正在产生一种无论个人或社会都无法维持下去的生活方式”(贝拉,2011:192)。作为典范关系的心理治疗是一种亲密而疏远的独特关系,是“既公事公办又拉近乎”的奇妙结合。这种关系强调现实的相互主观性,它导致参与者必须有限度地介入,而不是将自身看法过度地推及对方,因此这种关系与传统共同体成员之间的习惯做法相比,除了“相互沟通”之外并未留下“共同行动”的余地(贝拉,2011:162)。如此看来,心理治疗非但真正解放了个体,反而造就了大批表现型和功利型的个人主义者。<sup>①</sup>

## (二)实现个体管理的心理学

相比贝拉所言及的心理治疗对个体的监测,心理治疗驱动个体适应从而达成社会控制的观点实际上由来已久。早在20世纪50、60年代,伴随着“反精神医学”思潮对精神障碍者的机构化治疗后果的揭露,福柯提出了“规训权力”,并借此对治疗相关的知识展开批判。<sup>②</sup>这些批判部分基于他对诞生心理学的历史条件的探讨。他认为,直到17世纪中期,疯人才因被收容而导致理性与非理性之间产生分离;而伴随

<sup>①</sup> 类似的观点还来自宗教学研究。维特斯从宗教学立场出发对心理治疗导致的道德相对主义进行了批判(Vits,1994)。

<sup>②</sup> 与“处置心灵”十分密切的领域是精神卫生领域。20世纪60年代前后,受来自于“反精神医学”思潮及其相关的社会运动的影响,精神卫生成为重要的社会政治问题。然而“反精神医学”的阵营十分复杂,福柯当时是否自觉站在这一立场上还有待考证,但是他的诸多研究结论事实上部分地构成了“反精神医学”的意识形态(杨铨,2014)。

着疯狂被否定、成为排斥的对象,人们基于理性而努力将非理性转化为理性,这些过程共同催生出了疯狂心理学(福柯,2014:66-72)。

福柯对于历史上凭借“慈善”之名展开的所谓对疯狂的治疗嗤之以鼻,认为是在“一种‘解放’的虚伪类别下”针对疯癫的道德化虐待。因此,心理学从诞生时就已陷入了一种逻辑悖论中,即“心理学永远都不可能说出癫狂的真理,因为癫狂掌握了心理学的真理”,但是心理学又掌握了其本质,逐步将人与其自身建立起了关系——这就是“心理人”(Homo Psychologicus)——也就是现代心理学化个体的诞生(福柯,2014:73)。这也就意味着,心理学在诞生的那一刻起,本质上就不是为了预防和战胜心理疾病,也根本不存在通过控制心理疾病而将它“治愈”的可能性,因为一旦治愈了心理疾病,心理学本身也就终结了。

因此,福柯对现代人的主体性也作出了一种悖论式的理解。借助对边沁式监狱空间中对囚犯监禁机制的分析,他以“全景敞视主义”(Panopticism)概括现代个体的主体性与自主性特征(福柯,2012:242-255)。概言之,福柯认为,现代人在服从中自我监视,从而在主动选择自我控制之中获得“主体性”。

早年福柯的自我规训说超越了心理学批判。如仅就与心理治疗相关的社会现象而言,福柯的观点引发的主要讨论点在于:心理学是否提供了一整套知识,为建构自发性服从的主体出谋划策,并成为维护社会既得利益阶层的技术系统?在这一脉络中,依据心理学知识所形成的心理量表测试、智力和能力测试实质上都是实现对人的管理。虽然心理测试和心理学、精神医学结合之后经历了形式化的科学主义改造,但福柯断言,对个体的心理测试始终是被规训权力所塑造的,因而与后者有着极为密切的联系(福柯,2012:253)。在这一意义上,以测试、面谈、询问、会诊等形式开展的心理治疗并非都是科学的,<sup>①</sup>它们不过是从传统的规训权威中夺取了其中对“个人问题的管辖权”而已。<sup>②</sup>

① 在这一领域,更细致的实证研究可详见古尔德的《人类的误测》(古尔德,2017)。作者主要通过智商(IQ)测试的科学史考察,以极丰富的证据来证明智商测试的背后是社会达尔文主义的意识形态,是优生学、遗传论的技术运用,是为种族主义、不平等的阶层分化提供支撑的彻头彻尾的“伪科学”。

② 类似观点可参照职业社会学视角下对精神医学兴起的历史过程的考察,这些考察呈现出了确凿的历史证据(阿伯特,2016:425-453)。



与福柯的历史视角不同,贝拉从一系列社会现象中揭示心理治疗的管理手法。比如,当和工作相互结合时,心理治疗可以按照企业的要求来达成员工对工作的适应。许多生产部门和专业机构运用心理治疗技术使工作环境充满“人情味”的氛围,从而提高人的生产性。可见,心理治疗可以成为对作为人力资源的人加以更有效的利用的一种管理方法。更隐蔽的是,心理治疗习惯于监测自身和他人的反应,也可以渗透到官僚化的组织之中开展工作,并能够缓和工作环境,但也因此始终无法消除把人本身作为目的和将人作为实现组织目标的手段这两种观念之间的冲突(贝拉,2011:163-166)。

#### 四、迈向“自主自我”的心灵治理

综合而言,贝拉讨论了心理治疗体现的双重性:心理治疗既是对个体的解放,又是对个体的管理。但他对公众广泛接纳追求心灵最大幸福的心理治疗观所引发的社会后果表示忧虑。他发现,心理治疗观被中产阶级广泛接纳,使得两种个人主义抬头,即表现型个人主义和功利型个人主义(贝拉,2011:143)。尤其是表现型个人主义展现出和心理治疗文化的亲和性,“不仅拒绝采取道德立场,而且对‘道德’极不信任,认为心理治疗意义上的契约关系才是看待人的行动的比较完整的参照系”(贝拉,2011:170)。这实际上是将道德相对主义化了,认为个体之间没有任何共同的道德基础,否定道德的公共性意义,从而造成了个人生活与共同体生活之间的过度分离。此时,共同体的作用也大大缩小,只是提供机会的场所,或是为了交换而存在的市场,而道德也降格为仅仅是类似咨询关系的“契约化的同意”。

究其原因,“契约化的同意”事实上是现代社会的理性化进程的一种表现,也是这一进程的必然结果:心理治疗观的内在逻辑正符合现代理性化的特征。正如基于知识社会学视角的研究者考察经典精神分析文本时所发现的那样,在弗洛伊德的原始文本被英译的过程中,对其德文原文的“灵魂”以及一系列相关表述的翻译出现了 mind、mental、psyche 等多种译法,即在转译过程中也呈现出了“理性化”的特征(孙飞宇,2017)。

话语塑造人。随着心理治疗观被广泛接纳,抱有“心灵神圣”观念

的个体之间却变得越来越主观化。与传统个人主义相关的文化传统是否还可能延续?共同体生活是否还有重建秩序的可能性?贝拉给出的答案是肯定的,即用建立“忆旧共同体”的方式,以“伦理个人主义”来替代上述两种个人主义(贝拉,2011:203-204)。心理治疗观使每个个体都强调自身独立性,可实际上却构建了“个体都是独特的”这一伦理共识。这种追求合理性和个体真实的做法貌似在摆脱传统,但事实上“连反传统本身,也是个人主义传统的一部分”(贝拉,2011:186)。贝拉据此推论心理治疗观实际上依然是在坚守个人主义的传统,这是对心理学化的美国社会如何处置个体心理危机、直面传统公共生活瓦解的问题给出的肯定回答。

贝拉没有回答的是,心理治疗所产生的解放与管理这对看似矛盾的作用意味着什么、有无超越对立的可能性。这一问题的答案如果存在,超越解放与管理的二元对立就具有了实现的可能路径,这也就意味着运用心理学知识可以实现“对心灵解放的治理”。在深受福柯影响的罗斯看来,随着人性化经营管理理念的兴起,受社会心理学尤其是斯金纳行动主义的影响,个人的主观能动性、积极性、自发性在企业生产管理过程中大受重视。企业为了让雇员能够长期自发性保持积极工作的动机和动力,重视的往往并非是遏制人性中非理性的部分,而是反过来尝试运用心理学知识和技术,令劳动者深信积极投入工作才有利于实现自我、获得幸福(Rose,1999:115-116)。这一经营管理领域的心理学化,使得原本对雇员的强制性管理转变成尊重个体意愿、鼓励自我实现的管理范式,呈现出一种对自我解放的治理。

上述对自我的治理范式与福柯的“自我技术”有着紧密的传承关系,其中呈现出一种现代心灵治理的总体性社会目标,即这里浓缩着现代人的理想社会形象——“自主自我”(autonomous self)——并倡导形成具有自主自律的个体。正如罗斯(Rose,1999)所提示的那样,这一现代个体自觉开展自我监督、自我管理,尊崇普遍化的道德和社会共同价值,以自身的理性意志克服非理性。相比从个人身上体现社会道德而言,这更是一个能够自主运用心理学知识和技能主动追求“被管理的心灵”的人,对于发生问题的原因和责任,也总是从自身而非外部去寻找。

然而,上述自我的心灵实质上依然是被管理的,与真正运用“自我技术”形塑的自我之间仍有巨大隔阂,这一点从晚年福柯所思考的以

自我为对象的技术治理之中可以得到确认。福柯将技术分为四种类型,除了生产技术、符号系统技术和权力技术之外,他还分析了“自我技术”:这是一种使个体能够通过自身力量或他者援助对自身身体、灵魂、思想、行为等的一系列作用从而达成自我转变的技术,个体经由这一技术所获得的是“幸福、纯洁、智慧、完美或不朽的状态”(福柯,2016:54)。同样是挖掘历史资源,“自我技术”起初显出了积极的一面。在讨论全景敞视机制时,福柯将自我放在权力技术之中加以探讨,并呈现个体心灵如何通过外在权力而发生改变;而回溯古希腊到早期基督教时期,福柯则认为,那时的人是运用“自我技术”、通过改变自我而达成一种具有审美意义的生命追求(福柯,2016:174)。

这一种指向“关注自我”的自我技术基于自我关系——自我与自我之间的操作——并追求人的自主性,以最终达成一种幸福的状态。福柯以古希腊文明为对象,分析了自我技术的构造,并从这一时期文明向基督教早期文明转变的过程中抽离出“自我技术”的原型及其形变。比如他在谈及斯多噶学派的自我技术时,列举了“自我揭示”、“对自我与良知的审察”以及“修行生活/自我修炼”(askēsis)(福柯,2016:81)。这类自我技术在早期基督教那里发生了形变,原因在于“基督教把自我视为必须摒弃之物而不再是可供创造的艺术品”(福柯,2016:175)。而自我技术原本的自我与自我的关系也同时出现了变化:在基督教那里,主体之间的关系变得类似于牧师与羊群之间的关系,对自我的塑造方式也因此发生了变化。

受自我技术的启示,一种基于自我与自我关系的“心灵治理”跃然纸上。就治理过程而言,心灵治理意味着以所有个体心灵为对象而展开的一系列既具个体化又体现总体性程序的治理。受福柯的启示,为了达成特定目的而采用具体的理性化处理的项目或策略对人自身施加一系列影响的操作皆可称为“治理”(governmentality)(Rose, 1998, 1999)。<sup>①</sup>当这类治理与个体自主的相关体制和机制相互结合时,为了达成公共的理性化目标,个体就必须能够自主自律地承担责任。反过来,社会目标的达成也需要个体拥有自主选择并做出自我决定的能力。

<sup>①</sup> 心灵治理所必需的技术通常都来自于与处置心灵(psyche)相关的学科,如心理学、精神医学等。

就实践而言,心理学在从专注于为心理治疗提供知识转向对普罗大众的观念变革之后,便不再停留在例如接受治疗的前提是由被治疗者自主决定是否接受治疗这类问题上,而是追求在生产组织之中的更广泛的运用,以促进经营管理的进一步理性化。而一系列的心灵治理机制之所以能顺畅运作,也与其治理过程中不断增强的自主自律的自我观密不可分。首先,受到心理学知识的影响,自主自律的个人主体性可被具体化为动机、自我引导和自我责任等维度来衡量。<sup>①</sup> 每一位合格的(甚至追求卓越)的劳动者都自觉或不自觉地参照这些维度,一边明确自身投身工作的积极动机,一边自主开展自我管理(如时间管理、健康管理等)。这种以依靠自身处理与自身的关系为特征的自主选择的能力观不但为人们提供了理解自我的基础,同时促进着人们反观自身,以习得对自身欲望、行动模式的自我操控术。这意味着,个体可以基于自我与自我之间的关系对自身日常生活的方方面面加以改善,达成心灵治理的目标(Rose,1998:191-192)。

其次,吸纳并系统运用心理学知识体现在对以经营绩效为目标的管理方式的转变上。经营管理者开始在管理中重视人的灵活性、自主性、积极性以及个体间的协作,强调造就自主自我之个体的重要性。因此这也是一种抵制强制、反对暴力的管理方式。基于心理学知识,经营管理者被认为须引导员工时刻保持积极的工作动机,反复让每一位工作者感受到自身独特的价值,并时刻令其体会到通过工作实现自我的重要意义——这些心理学知识造就了心理学化的劳动者形象。概言之,不管人们是否相信心理学知识,这些“理性化”了的知识都有效对接了生产组织对个体的心灵需求,把自主自我的观念、在行动中自觉追求自我实现的观念与心灵神圣观紧密结合起来,倡导实现“自我管理”。从这一角度来看,心灵治理所依据的心理学知识具有重要的中介作用,使现代资本主义的社会文化价值与生产经营领域的利益追求达成了无缝对接。这一支撑心灵治理的心理学知识在“人性化”生产关系的过程中是如此重要——借用博尔坦斯基等人的概括,简直堪称作为一种“资本主义的新精神”(博尔坦斯基、希亚佩洛,2012)。

---

① 学界通常认为,心理学化的人性概念被统合于人本主义心理学之中。以亚伯拉罕·马斯洛、卡尔·罗杰斯和罗洛·梅等人为代表的人本主义心理学家们强调,人之所以为人的重要特性有选择、价值、爱、创造力和自我觉察等。

由于这类外在管理的隐蔽性,迈向自主自我实际上并非易事。尽管罗斯将福柯的生物政治学运用到了心灵治理之中,但她并未就如何形塑自主自我的一般机制作过多论述。在这一点上,与福柯式的“自我与自我关系”相类似,米德对自我、心灵和社会之间关系的讨论清晰揭示了其中的内在机制。在米德看来,首先,心灵从来都不是单独的存在,而是一种社会存在,必须在社会互动作用这一经验母体中产生(米德,2008:119-121),也就是说心灵的发展和演化是一种社会性演化过程(米德,2003:453)。同心灵在社会过程中的产生相一致,自我也同样“在其中有它的主创性的社会过程的地方”,是社会过程的另一面向(米德,2003:454)。其次,自我和反身性是紧密联系在一起,反身性构成了形成自我的一般机制。正如米德所说:“正是通过反身(个体经验返回到他自身),整个社会过程被引入该过程所涉及那些个体的经验之中;正是通过这种方式,个体能够对他自己采取他人所取的态度,能够有意识地使自己顺应那一过程,并且在任何特定社会动作中用他自己的顺应更改那一过程的结果。因而,反身(reflexiveness)是心灵在社会过程中得到发展的必不可少的条件。”(米德,2008:120)可见缺乏反身性就无法产生自我反思的心灵,反身性是达成个体与社会相互关联的基本机制,同时又是形塑自主自我心灵的重要机制。

最后,为了避免社会心理学化的消极性,即导致极端利己、自我中心等自我“肥大化”的社会后果,米德强调用“一般化他者”(the generalized other)来使达成社会共识成为可能。米德呈现了一种与涂尔干类似的主张,即个体因属于社会而具有人格。也就是说,只有对共同事情的共同反应在个体身上被唤醒时,自我才被唤起。由于个体依赖共同体成员的反应,而这些反应又是抽象的态度,因此公认的态度就构成了“价值观”(米德,2008:145)。换言之,要克服孤独与虚无、避免成为自私自利型自我膨胀的“自我”,就必须将自我放置于“一般化他者”的位置上,在“社会生活”中存在和发展;而具有“这样一组有组织的反应的人便是我们在道德意义上所说的有品格的人”,这样的“人”体现了个体自我的人格化(米德,2008:146)。因此,真正的“自主自我”必定是占有和分享共同体“集体人格”的自我。如果回到涂尔干,自主自我的所谓“自主性”也必定是具有道德性的(涂尔干,2001:118),个体正是通过在自我心灵中培育出“自主性”的要素,才建立起摆脱或走出极端利他主义或宿命论的困境(赵立玮,2014)。

## 五、小结与讨论

自我是人类一切活动的终极目的,个体自我与社会之间的关系问题因而始终是社会学的核心议题之一。本文考察了从“人格崇拜”到“自我神圣”的某种社会理论的演进过程,又依据情感社会学综合二者之说,试图勾勒出现代自我的“心灵神圣”观,以期对现代人关注自我心灵、接纳心理治疗的社会心态提供一种社会理论上的解释。此文无意讨论心理学知识的真伪或心理治疗是否有效,同时也并非是要进行类似弗雷莱式的“压迫者的教育学”那样的心理学批判(弗雷莱,2014)。因为仅仅把接受心理治疗的人描述为被压迫者或弱者、把掌握心理治疗方法和技法的人等同于拥有权力的压迫者,显然有失妥当。

诚然,在探讨心理治疗的双重性时,解放个体与管理个体的效应初看起来是相互矛盾的。但是,任何个体都是借助着某种被认为值得信赖的知识而在社会生活中塑造自我的。对于现代人而言,心理学知识就是这种塑造自我和心灵的知识系统,也正是在这一意义上,社会变得心理学化了。受心理学知识的左右,现代人的心灵实际上包含着双重的社会含义:这一方面指对表达自然情感的“心灵”进行的神圣化,另一方面指基于理性控制的情感法则,通过管理感情、抑制冲动建立起以“自主自我”为理想的人格信仰。

然而,如何才能令个体真正拥有自主的心灵?换言之,如何达到心灵的自主性或回归成为自然主义意义上“高洁的野蛮人”,抑或参照福柯言及的状态,把关注自我及自我的存在作为至上的“艺术”或一种审美的目标来加以追求?“自我技术”对现代人的“心灵治理”对该问题有启示意义。伴随着心理治疗观对理想个体的构建,一种“自主自我”的理想观念正在普及(或常被庸俗化为“人性化管理的手段”)。换句话说,在抽象化的社会中,已不存在普遍化的道德理想,而是以个体“心灵神圣”的观念为前提,形成一种追求“自我实现”的共通性价值观。正是因为接纳了这一共通的价值观,“自主自我”才可能成为现代人的理想人格。

对照这一理想型,当人们在现实生活中陷入心理危机时,或依靠牧师般角色的心理治疗师来应对这些危机,或通过“自我修行”重新适应社会生活。和福柯有所相似的是,贝拉在谈及现代美国文化的改造时,

也已洞察到一种通过“自我修炼”达到自我实现的现象,并认为这些个体在试图发现自我的过程中实现了对自我的超越(贝拉,2011:384)。“心灵治理”的目标因而变得明确,即塑造符合现代社会要求的自我与自我之间的关系:关注自我并成为更好的自己。同时,要使自我和心灵不脱离社会而得以存在和发展,又必须要求自我具备米德所说的反身性特征。

尽管中国还没有达到公众普遍认可心理援助、主动寻求心理治疗的社会发展阶段,但心理学化的现象已在一些领域(如教育)彰显。一方面,受到“心灵神圣”观的影响,学生的自我尊严似乎变得神圣不可侵犯,教育部甚至需专门发布规定,认定教师有权批评学生(教基一〔2009〕12号)以应对这一趋势。另一方面,以往以“道德品质恶劣”等道德化问题处置学生的方式,正在被以“人格异常”“发展障碍”“学习障碍”等心理诊断和治疗的更加心理学化的方式所替代。此时,“宅文化”和“佛系青年群体”的出现也在引发我们思考当前中国社会正在出现的某种心理学化的趋势。

值得强调的是,如米德(2003:453)所言,心灵和自我的发展与演化其实都是一种社会性的演化。心理治疗观逐渐被中国社会接纳,正是社会性演化的一种表现。也正是在这一意义上,对自我、心灵的社会心理学化转向的社会理论演进进行考察,对当前中国具有重要的启示意义。首先,社会治理须包含心灵治理的维度。从心灵治理的维度来看,如果把汶川地震作为现代中国心灵治理的开端,那么随之在2010年发生“十三连跳”的富士康职工跳楼事件则警示我们:当个体已在心理学化社会中接受心灵神圣的观念而又无法独自面对心理危机、生产经营方式却未能及时实现现代转型时,类似的社会后果是难以避免的。近年来,国家做出了加快建设社会心理服务体系的反应,将社会心态纳入到社会治理的总体格局之中。而探索本土个人与社会的“心灵治理”,把握当前社会心态的发展趋势,正可以成为这一社会治理总体格局的一个重要维度。同时,在借鉴美国社会工作发展经验时,我们也须警惕“科学主义”的陷阱(李伟,2018),反思如何避免过分偏重以诊断、矫正和治疗的方式发展社会工作从而陷入医疗化、心理学化的困境。以中国社会工作的实务和研究为例,近年来对心理治疗相关的专业服务能力建设已颇受重视。一方面,中国社会的急剧变迁致使社会工作界越发关注“农村留守人群”“失独老人”“老漂一族”等亟待心灵治理

的群体,并试图参照既有“行为科学”的相关结论来展开临床实务——这也提醒我们关注将本土个体的身心疾痛经验放置在其社会历史脉络中加以理解。另一方面,心理治疗和相关的临床社会工作也开始成为检验投入公共资金所产生的服务成效时的重要取证手段。以证据为本的循证社会工作助推着社会工作科学化、专业化地发展,使相关的心理治疗和临床社会工作成为本土社会工作的主要方向之一(齐铤,2017;张婷婷、张曙,2017)。

为解决当前中国的社会心理问题,选择科学化、专业化的解决途径是必由之路。然而,正如涂尔干所告诫的那样,只有通过历史分析才能真正发现作为社会存在的人“是由什么构成的”(涂尔干,2006b:178)。在这个意义上,中国人重塑自我观、寻求内在心灵安放地的可能路径也存在于构成其社会历史文化的发展脉络之中。《金翼》中的主人公黄东林在十四岁时因祖父去世,整整一年多都沉浸在悲伤之中。放在当下都市生活中,长期陷入悲痛的东林会被诊断为 PTSD 而接受心理治疗。但林耀华先生冷静地描述道,因祖孙俩人“异常亲近”,这位小男孩才头一次体会到了悲伤,并进而分析道:“我们日常交往的圈子就好比一个由竹竿构成的保持微妙平衡的网络,用橡皮带紧紧地绑在一起……将其中一根完全抽离,我们都会混乱、痛苦,直至崩溃,而所有的节点都会暂时松弛”(林耀华,2015:3)。在他看来,松弛是暂时的,因有家人在一起生活,所以东林总能从悲痛中被再次拉回来。中国人常常就是这样通过努力达成社会生活格局的重新平衡,以摆脱自我的心理危机。

对照欧美社会,自主自我的观念在现代中国可以说仍然只是初露萌芽,同时社会文化传统也并未全然离场。以“差序格局”为人际互动特征所形成的个体为中心却公私不分的社会结构和互动模式仍在演进过程之中(张江华,2010)。而如果上溯到朱子的《敬斋箴》,中国传统中本不缺乏探讨“心灵”问题的理论和实践。在《敬斋箴》中,朱熹所列出的十条箴言皆是围绕“心之主宰性”而展开的,<sup>①</sup>其中最为重要的就是作为心灵主宰的“敬”(子安宣邦,2017:52)。因此,比照心理学化社

<sup>①</sup> 作为儒学东渐的成果之一,在日本近世儒学之中,山崎闇斋及其学派正是通过对“敬”这一“心的主宰性”的功夫进行挖掘,对其加以形而上学的重新解读,而再建构了“朱子学”(子安宣邦,2017:54)。



会的现实和一般化理论,就中国社会而言,国人在面对自我与心灵问题时,也可以从历史积淀的“修身”传统之中挖掘经验,依照“物格而后知至,知至而后意诚,意诚而后心正,心正而后身修”(王国轩译注,2007:3)的阶序来践行,寻求心灵治理之道。

#### 参考文献:

- 阿伯特,安德鲁,2016,《职业系统:论专业技能的劳动分工》,李荣山译,刘思达校,北京:商务印书馆。
- 贝拉,罗伯特·N.等,2011,《心灵的习性:美国人生活中的个人主义和公共责任》,周穗明、翁寒松、翟宏彪译,北京:中国社会科学出版社。
- 博尔坦斯基,吕克·夏娃·希亚佩洛,2012,《资本主义的新精神》,高钰译,南京:译林出版社。
- 成伯清,2017,《当代情感体制的社会学探析》,《中国社会科学》第5期。
- 淡卫军,2005,《情感,商业势力入侵的新对象:评霍赫希尔德〈情感整饰:人类情感的商业化〉一书》,《社会》第2期。
- 杜月,2012,《中译本前言》,爱弥尔·涂尔干《哲学讲稿》,渠敬东、杜月译,北京:商务印书馆。
- 福柯,米歇尔,2012,《规训与惩罚》,刘北成、杨元婴译,北京:生活·读书·新知三联书店。
- ,2014,《精神疾病与心理学》,王杨译,上海:上海译文出版社。
- ,2016,《自我技术》,汪民安编,北京:北京大学出版社。
- 弗莱雷,保罗,2014,《被压迫者教育学》,顾建新、赵友华、何曙荣译,上海:华东师范大学出版社。
- 古尔德,斯蒂芬,2017,《人类的误测》,柳文文译,重庆:重庆大学出版社。
- 吉登斯,安东尼,2001,《亲密关系的变革——现代社会中的性、爱和爱欲》,陈永国、汪民安等译,北京:社会科学文献出版社。
- ,2016,《现代性与自我认同:晚期现代中的自我与社会》,夏璐译,北京:中国人民大学出版社。
- 中华人民共和国教育部,2009,《教育部关于印发〈中小学班主任工作规定〉的通知》(教基一〔2009〕12号),8月12日([http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/200908/t20090812\\_81878.html](http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/200908/t20090812_81878.html))。
- 李伟,2018,《社会工作何以走向“去社会变革化”?基于美国百年社会工作史的分析》,《社会》第4期。
- 李友梅、肖瑛、黄晓春,2012,《当代中国社会建设的公共性困境及其超越》,《中国社会科学》第5期。
- 林耀华,2015,《金翼:一个中国家族的史记》,庄孔韶、方静文译,北京:生活·读书·新知三联书店。
- 美国精神医学学会编,2014,《精神障碍诊断与统计手册(第5版)》,张道龙等译,北京:北京大学出版社。
- 米德,G. H.,2003,《十九世纪的思想运动》,北京:中国城市出版社。
- ,2008,《心灵、自我与社会》,上海:上海译文出版社。

- 齐铤,2017,《循证理念和方法:中国社会工作科学化和专业化发展的助推器》,《社会建设》第4期。
- 渠敬东,1999,《涂尔干的遗产:现代社会及其可能性》,《社会学研究》第1期。
- ,2017,《追寻神圣社会——纪念爱弥尔·涂尔干逝世一百周年》,《社会》第6期。
- 梁敬东、周飞舟、应星,2009,《从总体支配到技术治理——基于中国30年改革经验的社会学分析》,《中国社会科学》第6期。
- 孙飞宇,2017,《从灵魂到心理——关于精神分析理性化的知识社会学研究》,《社会学研究》第4期。
- 孙立平,2018,《春节,在我们的心灵中已无处安放》,2月17日([http://www.sohu.com/a/223018749\\_155133](http://www.sohu.com/a/223018749_155133))。
- 涂尔干,埃米尔,2000,《社会分工论》,渠东译,北京:生活·读书·新知三联书店。
- 涂尔干,爱弥尔,2001,《道德教育》,陈光金、沈杰、朱谐汉译,上海:上海人民出版社。
- ,2002,《社会学与哲学》,梁栋译,上海:上海人民出版社。
- ,2006a,《宗教生活的基本形式》,渠东、汲喆译,上海:上海人民出版社。
- ,2006b,《乱伦禁忌及其起源》,汲喆、付德根、渠东译,上海:上海人民出版社。
- 王国轩译注,2007,《大学·中庸(中华经典藏书)》,北京:中华书局。
- 王佳鹏,2017,《羞耻、自我与现代社会——从齐美尔到埃利亚斯、戈夫曼》,《社会学研究》第4期。
- 吴飞,2009,《浮生取义:对华北某县自杀现象的文化解读》,北京:中国人民大学出版社。
- 亚隆,欧文·D.,2015,《存在主义心理治疗》,黄峥、张怡玲、沈东郁译,北京:商务印书馆。
- 杨程,2014,《“反精神医学”的谱系:精神卫生公共性的历史及其启示》,《社会》第2期。
- 张江华,2010,《卡里斯玛、公共性与中国社会有关“差序格局”的再思考》,《社会》第5期。
- 张婷婷、张曙,2017,《认知行为治疗在丧亲照顾中应用成效的系统评价》,《社会建设》第4期。
- 赵立玮,2014,《自杀与现代人的境况:涂尔干的“自杀类型学”及其人性基础》,《社会》第6期。
- 子安宣邦,2017,《江户思想史讲义》,丁国旗译,北京:生活·读书·新知三联书店。
- Berger, P. L. 1965, "Towards a Sociological Understanding of Psychoanalysis." *Social Research* 32 (1).
- Biestek, Felix Paul 1957, *The Casework Relationship*. Chicago: Loyola University Press.
- Conrad, P. & J. W. Schneider 1992, *Deviance and Medicalization: From Badness to Sickness*. Philadelphia: Temple University Press.
- Goffman, E. 1953, *Communication Conduct in an Island Community*. Chicago: University of Chicago.
- 1955, "On Face-work: An Analysis of Ritual Elements in Social Interaction." *Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes* 18(2).
- 1959, *The Presentation of Self in Everyday Life*. New York: Doubleday Anchor.
- 1961, *Asylums: Essays on the Social Situation of Mental Patients and Other Inmates*. New York: Anchor Books.

- 1963, *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- 1967, *Interaction Ritual: Essays on Face-to-face Behavior*. New York: Doubleday Anchor.
- 1971, *Relations in Public: Microstudies of the Public Order*. New York: Basic Book.
- Gross, Martin L. 1978, *The Psychological Society: A Critical Analysis of Psychiatry, Psychotherapy, Psychoanalysis and the Psychological Revolution*. New York: Random House.
- Hochschild, A. R. 1979, “Emotion Work, Feeling Rules and Social Structure.” *American Journal of Sociology* 85(3).
- 2012, *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling, Updated with a New Preface*. Berkeley: University of California Press.
- Ibarra, P. & I. Kitsuse 1993, “Vernacular Constituents of Moral Discourse: An Interactionist Proposal for the Study of Social Problems.” In James A. Holstein & Gale Miller (eds.), *Reconsidering Social Constructionism*. New York: Aldine de Gruyter.
- Mead, G. H. 1934, *Mind, Self, and Society*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Reed, E. S. 1997, *From Soul to Mind: The Emergence of Psychology, from Erasmus Darwin to William James*. New Haven: Yale University Press.
- Rogers, C. R. 1951, *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. London: Constable.
- Rose, N. 1998, *Inventing Our Selves: Psychology, Power, and Personhood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- 1999, *Governing the Soul: The Shaping of the Private Self*. London: Free Association Books.
- 2007, *The Politics of Life Itself: Biomedicine, Power, and Subjectivity in the Twenty-First Century*. Princeton: Princeton University Press.
- Vits, P. C. 1994, *Psychology as Religion: The Cult of Self-worship*. Carlisle: The Paternoster Press.
- WHO, 2002, The World Health Report(<http://www.who.int/whr/2002/en/>).
- 2013, The World Health Report(<http://www.who.int/whr/en/>).

作者单位:上海大学社会学院  
责任编辑:林 叶