

存在主义与精神分析交互视域下的自由与意义

——弗兰克尔的意义分析研究

李 苹

新疆师范大学政法学院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2024年6月18日; 录用日期: 2024年7月8日; 发布日期: 2024年7月23日

摘 要

在存在主义哲学中, 人似乎拥有绝对的自由, 可以自主赋予人生意义乃至万物的意义; 在精神分析学说中人的自由始终压抑, 意义趋于缺失, 两者看似站在非决定论与决定论不可调和的两端。弗兰克尔的意义分析在存在主义与精神分析的交互视域下, 从更完整的维度出发, 认为人虽然拥有受限的自由意志, 但依然可以主动运用自由意志发现与实现人生的独特意义。人生的独特意义通过创造性价值、经验性价值及态度性价值三种价值体现, 人通过创造与工作、爱及痛苦三种途径体验到三种价值。意义分析对自由与意义相对积极的解析对哲学探讨与人的现实生活都有重要意义。

关键词

弗兰克尔, 意义分析, 自由, 意义

Freedom and Meaning in the Interactive Perspective of Existentialism and Psychoanalysis

—A Study of Logotherapy by Frankl

Ping Li

School of Political Science and Law, Xinjiang Normal University, Urumqi Xinjiang

Received: Jun. 18th, 2024; accepted: Jul. 8th, 2024; published: Jul. 23rd, 2024

Abstract

In existentialist philosophy, human beings seem to have absolute freedom and can independently

give meaning to life and even to everything; In psychoanalytic doctrine, human freedom is always suppressed and meaning tends to be missing, and the two seem to stand at the irreconcilable ends of non-determinism and determinism. Frankl's Logotherapy stands in the interactive field of existentialism and psychoanalysis, and from a more complete dimension, it is argued that although human beings have limited free will, they can still take the initiative to use their free will to discover and realise the unique significance of life. The unique meaning of life is expressed through three values: creative, experiential and attitudinal values, which are experienced through creation and work, love and suffering. Logotherapy's relatively positive analysis of freedom and meaning has important implications for both philosophical inquiry and human reality.

Keywords

Frankl, Logotherapy, Freedom, Meaning

Copyright © 2024 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

从古至今，人类对人是否具有自由意志、人生有无意义这两个议题的关注从未停止。物质生活水平不断提高的当下，人们的精神迷惘并没有随之减少，压抑、空虚、无意义是现今许多人的真实感受。“人是绝对自由的”、“荒谬的世界只能由人来赋予意义”的存在主义理想化宣言能给人以鼓舞，但其割裂了自由与必然的关系、忽略了自由的条件性的逻辑底色很难在真实的社会历史中承受住冲击。精神分析则认为真正自由只存在于潜意识领域中，人既不可能直接获得自由，也不可能获得完全的自由；而人许多看似有意义的行为，也只不过是“本能的升华”。精神分析的观点看似给了人合理的解答，却过于悲观，对人的积极性是一种打击。弗兰克尔的意义分析理论作为一种结合了存在主义和精神分析的存在分析，对人的自由与意义的分析，既充分肯定人具有自由、人生具有意义，也同意人在一定程度上是“被决定的”。通过分别探讨存在主义语境下和精神分析语境下的自由与意义，再具体探析弗兰克尔意义分析对自由与意义的见解，能更清晰地洞察意义分析如何在交互视域下发展和整合，从而得出更合理、更具实践价值的自由与意义的观点。

2. 绝对、自赋：存在主义语境下的自由与意义

自存在主义哲学的鼻祖克尔凯郭尔对“存在性思维”的描述开始，人“此时此刻”的感性体验才正式被赋予哲学内涵。克尔凯郭尔认为个体性的人对其自身的独特存在最真实的体验是当下的非理性情绪[1]，人面临自由选择时就自然地体验到焦虑。同时在克尔凯郭尔看来，世界是虚无的，这让人有了彻底的自由，进而人生的意义由个体的自主抉择赋予，个体可以主动选择成为怎样的存在，可以决定赋予人生何种意义。克尔凯郭尔的观点为存在主义哲学确立了关于自由与意义的理论基础，深刻影响了后续的存在主义哲学家对自由与意义的探讨与发展。如雅斯贝尔斯认为自由是人生存的可能性，自由贯穿人的整个生命历程，人生的意义体现在对自由的哲学信仰和不断追求自由实现的实践之中。海德格尔对自由的想法同样指向人的存在，他认为自由是此在的本真生存，是人得以生成的根据，其本身就是必然性。并且只有人才是真正有意义的存在，才能够使存在者有意义或无意义[2]，因此人所有的意义都是自我选择赋予的。萨特提出“存在先于本质”，人的存在是自为的存在。而自为从一开始就是自由的，自为自

身的属性由自己决定，因此人的存在就是自由。同时人的存在先于本质，也即人的自由先于本质，而本质的不断变化通过人的自由行动表现，人的自由行动则源于意识的指引，所以人的自由就是选择的自由。相应地，人生的意义由人在生活中的自由选择和行动所决定，世界的意义也由人的自由选择赋予。

存在主义哲学对人的能动性给予了高度肯定，至今仍有不可忽视的价值，但总体来看，人的自主性与决定权被抬到了过高的地位。尽管存在主义哲学家们有时也会提到人的自由是有限的且人需要对自己的选择负责，但是在其对自由的极度肯定的论证中，客观世界都显得黯然失色，人的自由是不可置疑的、绝对的。在这种自由观下，人是自己的主人，自由地赋予自己人生的意义，自由地决定万事万物意义。但深究自由与必然的关系、觉察到自由的条件性后，“绝对自由”就失去了合理性和真实性；而且人具有社会历史性，强调与夸大人此时此刻的体验和每一次的自由选择的作用，只是营造了一种理想化的自我能动与创造的氛围，实际上置于社会历史中的人无法随心所欲地赋予自己人生的意义。

3. 压抑、缺失：精神分析语境下的自由与意义

与存在主义哲学对自由与意义的探讨始终停留在意识层面不同，精神分析哲学的开创者弗洛伊德首次系统地提出了潜意识的存在与机制，并将人的自由与意义置于他的意识、前意识、潜意识的理论结构中探析。弗洛伊德认为人之所以为人的本质源于无意识的和非理性的潜意识，而潜意识主要是指人的本能欲望，人获得自由的途径就在于满足人的本能欲望。本能欲望中性本能的原始欲望占据主导地位，即弗洛伊德理论体系中爱欲，爱欲的目的是个体和种族的生存及发展。所以实质上人生来就被限制住了，虽然现实中的人可以利用外在资源和内在潜能以不同的方式满足爱欲，达到不同程度的自由，但爱欲的满足程度又是受到制约的，人的自由也只是部分的自由，是压抑的自由。同时，人投身于哲学、艺术等看似有意义的活动也只不过是升华机制的作用，人始终被快乐原则牵引着，不存在人生意义。

弗洛伊德对自由与意义的诠释深深影响了后来的精神分析学者。如拉康以结构主义的视角和方法批判地发展了弗洛伊德的精神分析学说，认为人通过异化、分离与穿越幻想三个环节通向一种独特的自由。^[3]拉康虽然承认人有可能获得自由，但人始终受制于象征性的语言，因此人的自由依然是压抑的自由，人自以为的人生意义也是非真实的。而弗洛姆将弗洛伊德的理论同马克思的理论相结合形成了自己的精神分析学说，他认为人的自由始于社会历史，人一直在追求自由又在逃避自由。弗洛姆指出资本主义促使人获得前所未有的自由，同时给人带来了难以喘息的孤独、忧虑和无意义感，所以人又希望能消除不安、可归属的“非自由之地”。可见，弗洛姆认为自由有压抑的一面，而为逃离这种压抑，人通过爱和创造性的活动通向积极的自由，这类自发性的活动使人同社会进行了连接，人才有感受到人生意义的可能性。

精神分析学说对人的自由与意义的阐释强调人应当正视自己的本能欲望、语言的遮蔽性及人与社会的关系。但总体来看精神分析对自由与意义的探讨与发展始终基于一些难以改变的设定，限制了个体获得真正自由与意义的可能性，因此自由始终压抑，意义趋于缺失。在追求自由与意义的道路上，人看似是主动实则是被动的。不过弗洛伊德对快乐原则的笃定可以轻易被人“主动受难”的行为打破；实践也可以截住拉康理论中由于语言的限制性带来的不可知倾向；弗洛姆则将消极自由的限制看得过于严重，弗兰克尔的意义分析认为拥有真正自由的人能看到消极的自由中仍有积极的一面，人可以从态度调整开始通过努力消解消极自由带来的负面体验与制约，发现其中的意义，下文将会对此进行系统的论述。

4. 弗兰克尔意义分析：交互视域下的发展与整合

弗兰克尔(Viktor Frankl, 1905-1997)，是奥地利著名的精神病学家和哲学家。弗兰克尔年少时就与弗洛伊德频繁通过信，大学时期追随过阿德勒；对哲学一直兴趣浓厚，在中学的化学课上就曾对老师消极

的生命意义定论提出质疑，成为精神科医生后也没有停下对哲学的思考。1942年弗兰克尔被捕并被关进了纳粹的集中营，在非人的折磨中煎熬三年后幸存了下来，在这三年中对“自由与意义”的理解支撑着他没有放弃生命。弗兰克尔超越精神分析学说的局限性、吸收存在主义哲学思想，结合自身在纳粹集中营中的见闻和感悟及多年积累下的医疗实践经验提出了意义分析(Logotherapy)。意义分析对存在主义与精神分析两者进行了合理之处的融合和弊端上的规避，承认人具有自由意志、人生有意义，不过人的自由会受到生物、心理、社会等方面的限制，人不能自主赋予人生意义，而是发现人生意义。在意义分析中，人哪怕在绝境之中，仍拥有一定的自由并能发现其中的意义。

4.1. 意志自由与生命意义

对于人是否具有自由意志这一永恒的问题，弗兰克尔的看法与存在主义哲学一致——自由意志是人存在的基本特征，即人具有自由意志，同时自由意志是有限度的。对于自由意志是否存在被视为决定论与非决定论之间势不两立的问题，弗兰克尔提出人从不同维度出发看到的情况是不同的，他举例道：想象一个圆柱体，比如说，一个杯子。从它的三维空间投射到水平的和垂直的两维平面上，在第一种情形中产生了一个圆形，而在第二种情况中则产生了一个矩形。这些图像是互相矛盾的。[4]因此自由意志作为人的开放性属性可比作上述的圆柱体，宣称人完全没有自由的决定论与宣称人拥有自由的非决定论如同圆柱体投射出圆形与矩形，当我们从整体的维度来看两种论调亦是统一的。弗兰克尔认为自由意志作为人存在的基本特征，能从人的直接经验中获得。不过人的自由是有限的，因为人的自由受到生理、心理和社会等各种因素的制约。但人之所以具有意志自由是因为人面对各种因素的制约，始终保持着选择的自由和对待它们的态度的自由。弗兰克尔还通过自己在集中营的亲身经历证明了人在极度受限的绝境中依然具有自由意志：我们这些在集中营生活过的人，都记得那些走过一个个屋子安慰别人、把自己最后一块面包给了别人的人。这样的人在数量上可能不多，但足以说明：无论环境与他人在你身上剥夺了什么，始终有一样东西是无法剥夺于你自身的，即意志的自由，因为人们有且一直拥有在任何环境中选择自己态度、行为的自由。[5]弗兰克尔对自由意志的诠释在一定程度上统一了决定论和非决定论对自由的争论，也是对精神分析的自由观和存在主义的自由观进行了“取长补短”的巧妙结合。

弗兰克尔认为人具有自由意志，能够把握自己的命运，过着自身具有独特性的人生[6]，独特性的人生通过人发现自己的生命意义体现。弗兰克尔还强调不是我们向生命追问人生的意义是什么，而是生命本身向我们提出了这个问题，即生命的意义是无条件的。而人的整个一生就是由一系列独特的人生境遇所组成，因此弗兰克尔主张，生命意义对于每个人而言是不同的，不同的人在不同的条件下的生命意义也不同。他进一步阐释，生命意义的差异性源于每个人拥有的不可代替的人生使命和特定任务。“每个人的一生都是不能重复的”[7]因此“我们所寻求的不是抽象的人生意义”[8]，而是每个人在具体境况中的人生具体意义。在这种意义上，人生的意义是相对的，也正是相对的人生意义使得通过具体实践活动去发现人生的绝对意义有了可能。因为在人生发展过程中不同人也会有一些相同的经历，因此不同的人之间在生命的某个阶段也可能产生共同的生命意义，共同的生命意义还可能出现于生活在不同文化背景下的人之间以及生活在不同历史阶段的人之间。当然这些共同的生命意义也不能直接抽象出绝对的生命意义，人的存在本质终归是具体的和主观的。在意义分析理论中，人的生命意义需要人通过确切的努力在具体的情景中发现，同时最重要的也是人在特定情状下的意义。在弗兰克尔看来，拥有强大意志的人并不会被艰难的环境所完全束缚，相反，这些环境激发他们人性中的潜能与伟大，进而成就了他们独特的生命意义。而对于共同的人生意义，弗兰克尔称之为“价值”，他将“价值”定义为“那些在典型的情境中，一个社会甚至人类必须面对的普遍性意义”。[9]在意义分析理论中，价值是人运用自由意志发现生命意义与实现生命意义的重要依据。

4.2. 运用自由意志发现生命意义

在意义分析理论中,人能运用自由意志发现生命意义的根据就是人拥有追求意义的意志,弗兰克尔称之为意义意志。他认为意义意志是人活着的主要动机,意义意志在意义分析理论中的地位相当于弗洛伊德精神分析学说的快乐原则和阿德勒个体心理学中的权力意志。弗兰克尔主张整体的人由躯体、心理和精神三维度构成,意义意志作为人自由意志发现生命意义与实现生命意义的内在力量,是人独有的精神维度。人之所以能在生理、心理和社会等各方面因素的限制下依然拥有自由意志,就是因为人能运用意义意志这一精神维度的力量,并能发现一种超越当下限制的更高的、终极的意义。实质上,这是一种体现了自我超越的意志。意义意志作为个体在精神层面上的主动抉择,不仅能够有效维护心理健康,更能帮助个体在遭遇痛苦、陷入忧伤等困境中坚持下来,并在此过程中发现进而实现自我生命的深层意义。对于弗洛伊德的快乐原则和阿德勒的权力意志,弗兰克尔认为是意义意志受挫后出现的补偿产物。意义意志受挫产生存在挫折或者说存在空虚,表现为缺少求意义的意志,不理解自身的生命意义。因此,人会去追求快乐,但实际情况是过分追求快乐带来的却是空虚的无意义感;追逐权力也只是意义意志实现的一种手段,也是一种被动的驱力,而人的自我超越只能主动达成,靠的是主动的意志。所以,追求快乐和追逐权力都不能将人导向真正的生命意义。在意义分析理论中,人要想发现并实现生命的意义,战胜存在挫折实现意义意志,就需要领悟并实践前文提到的“价值”。

弗兰克尔认为,生命意义的发现与实现在于领悟并实践以下三种“价值”:创造性价值、经验性价值及态度性价值。三种价值发现的途径在于创造与工作、爱及痛苦。首先,创造和工作是实现创造性价值的途径。弗兰克尔认为人的每一次活动都蕴含着意义,尽管人们常常认为自己的活动没有意义。人应该从每一次活动中产生的创造物看到自己的独特性,并且人的工作始终是与社会的发展联系在一起的,工作给了个体实现意义价值的机会。^[8]人不该只看到自己的工作低贱还是高尚,而应该从工作中看到自己对社会的贡献。从创造和工作中获得一定的成就感,进而明白自己在创造与工作背后的意义和动机,意识到自己的生命意义,以积极的、创造性的、有责任感的态度去实现生命意义。其次,人可以从对真、善、美事物接触以及爱与被爱的生活体验中实现经验性价值。通过体验某种事物中的独特美好(如自然景观与文化现象),或通过爱体验某个人,可以实现经验性价值,从而发现生命的意义。弗兰克尔认为人类的爱包含了生理、心理和精神三个维度的内容与意义,爱是具有最高价值的人类体验。弗兰克尔主张,体验爱有助于人认识到自身的无限可能,即理解到自身可以成为什么、应当追求什么,而且能够切实地发挥出潜能。更重要的是,体验爱的人同时体验到深刻的责任感,这种责任感进而激发了他们的创造性和对生活的热情。因此,在体验爱的过程中,人能够更深刻地发现与实现自己的生命意义。最后,人可以在痛苦中实现态度性价值。在弗兰克尔看来,当人身处不可避免的苦难情境时,即使难以实现创造性价值和经验性价值,人还拥有选择的自由,可以透过超越性的视角,通过调整精神状态坦然面对其命运与正视其痛苦的方式获得生命意义。弗兰克尔还认为艰苦环境既给人带来挑战又赠予机遇,痛苦使人获得对生命的新认识,能以更坚韧的态度面对新的生活,更能体验到生命意义的深刻。也正是对态度性价值的认可与践行,弗兰克尔度过了纳粹集中营的三年艰苦岁月。弗兰克尔意义分析理论中实现生命意义的三个价值途径,强调人的每次行动与当下体验体现了对存在主义哲学的吸收,又承认人在一定程度上受到内在因素和外在条件的限制体现了对精神分析学说的传承。

5. 结语

弗兰克尔的意义分析探析自由与意义时,对存在主义与精神分析进行了发展与整合,在一定程度上做到了对两者的“扬长避短”。与存在主义一样,弗兰克尔肯定人拥有自由意志,即人可以自由地进行

人生选择，但人生的意义却不是可以自由赋予的。人如同精神分析所说受到生理、心理即社会等各方面因素的限制，但并不会被各方面因素直接决定，人可以运用自由意志通过创造性价值、经验性价值及态度性价值在这些限制中发现与实现人生的独特意义。从存在主义与精神分析的交互视域切入意义分析对自由与意义的阐释，是对意义分析理论的再一次深入认识，对于自由与意义的哲学探讨具有理论意义，对当代人看到自己的自由意志、发现与实现自身的独特人生意义具有现实意义。

参考文献

- [1] 卢毅. 存在的创伤与主体的发生——存在主义与精神分析交互视域下的焦虑问题[J]. 北京社会科学, 2020(2): 103-111.
- [2] 顾学文. 论海德格尔的自由观[D]: [硕士学位论文]. 太原: 山西大学, 2007.
- [3] 卢毅. 异化、分离与穿越幻想——论拉康学说中的自由观[J]. 道德与文明, 2020(4): 109-115.
- [4] 维克多·弗兰克尔. 追求意义的意志[M]. 司群英, 郭本禹, 译. 北京: 中国人民大学出版社, 2015.
- [5] 维克多·弗兰克尔. 活出生命的意义[M]. 吕娜, 译. 北京: 华夏出版社, 2010.
- [6] 周普元. 存在主义精神分析学宗教心理治疗的双重 X 模型[J]. 宗教心理学, 2019, 5(00): 29-58.
- [7] 维克多·弗兰克尔. 人生的真谛[M]. 桑建平, 译. 北京: 中国对外翻译出版公司, 1994.
- [8] 刘翔平. 寻找生命的意义: 弗兰克尔的意义治疗学说[M]. 武汉: 湖北教育出版社, 1999.
- [9] Frankl, V.E. (1970) *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. Plume.