

忠於自我？或，從善如流？

陸 洛 國立台灣大學工商管理學系

轉日向內，深凝自我，由我開始。
你的真理未必是別人的真理，
你認為你可以主宰自己，那麼別人也是。
當個體成熟，與過去的連結就會碎裂。
人必須做他能夠成為的人；人必須忠於自己的天性。
人類靈魂的目標在於征服、完美、安全與卓越。
Life is lived forward, but understood backward.
The only thing that you need courage for is to stand still.

這些充滿睿智的言說者所闡述的都是一套人性觀，一種對人的本質的信念；每一位言說者也都是一位偉大的心理學家，深諳人性的脆弱與堅韌。其實心理學家同時也應是一個有哲學深度的思想家！這可說是一項很高的期許，哲學對於被「以事實為基礎之科學」（evidence-based science）洗腦的心理學者而言，常是既遙遠又陌生，玄奧得讓人避之唯恐不及的東西；科學對於以文哲背景來評析心理學的學者而言，則是既複雜又生硬，冰冷得讓人敬而遠之（若非嗤之以鼻）的東西。但對我個人而言，大學時代與心理學的初相識，終於滿足了讓哲學意境在科學探索中延伸、發展的「妄想」，也讓我領悟到：如能賦予嚴謹而一絲不苟的科學心理學一個溫暖、仁慈、謙卑、幽默的哲學靈魂，所產生的知識不僅是有力的，也是有美感、有意境的了。我對心理學的鍾愛由此始，由斯起，跨越時

空，纏纏綿綿，永無盡日了。

讀了這段「開箱文」，各位應該已經猜到這不會是篇「像樣」的回應文，我要「狡猾」地引述楊中芳教授在本刊第 34 期的回應文〈一個中庸，各自表述〉中的觀察：「各位評審員只是借著這個評論的機會，發表他們各自對『中庸』這一文化概念的理解，以及把他們自己多年的研究想法和理論與『中庸』掛上勾而已。由此，我終於明白了在台灣大家最常說的『一個中國，各自表述』的意義了，這裡不正是『一個中庸，六個表述』嗎？」（楊中芳，2010，頁 160）。將這段文字中的「中庸」換成「自我」，差不多就是我欣賞了四位武林高手各有精妙招式後的感受。容我補一句：「原來被批評可以這麼享受！」再引述楊中芳教授的接招心法：「本刊『靶子論文』目的就是要讓讀者從這些評論中看到許多不同於我原文內所述的研究構想、方法及做法，讓他們有更多的空間去選擇要如何進入這一研究領域。基於這樣的一個領悟，我想在這個『靶子回應』中，我沒有必要去維護什麼或反駁什麼，應任由讀者自行解讀，各取所需。」（楊中芳，2010，頁 160）事實是，黃光國教授深厚的理論建構功力一直是我景仰的，但不知還要「修煉」多久才會有領悟。葉光輝教授的治學嚴謹與鍥而不捨一直令我感佩，王叢桂教授對學術研究的一往情深總令我動容，利翠珊教授的細膩敏銳是我望塵莫及。何其有幸，有四位高手示範指點，經過此山，必有所獲。以下我僅補綴一點粗淺的想法，聊表敬意與謝意。

一、「我」與「我的理論」

上「人格理論」第一堂課，我會告訴學生：每個理論家都從自己的生命經驗中找靈感，自覺或不自覺地，他們所建構的理論投射

出自己的生命故事，也爲了治癒自己生命中最深刻的困頓。我真的相信每個人都有一個「我」，而這個「我」成就了「我的理論」。所以，理論沒有好壞與優劣，也不必硬去比出個勝負，理論只是我們讓世界有意義（make sense of the world）的方法，換個理論一樣可以解釋現象，如同換個視框（frame），你捕捉到的依然是一樣的世界，只不過「畫面」與「基調」不同了。所謂差異並不表現在實用性價值上，而是美學價值。文本是開放的，詮釋只不過是一種個人投射。剛從倫敦國家美術館回來，感受猶深：這是在倫敦的「必遊景點」（must），但其實我每次造訪總在那幾幅畫作前留連，個人美學偏好而已，理論的建構與選擇亦是如此矣。當然，我可以換種理論角度，我也可以用別的理论來重新詮釋實徵資料，「景色」會不同；但我的「慣習」很少將我帶進現代美術館，我還是在古典藝術安身立命吧。

我其實可以不必自我剖析什麼，但人的「反身自省」（reflexivity）不正是人性之本質嗎？我生長在一個沒有認同（identity）的城市——上海，她是中國的核心城市，卻非常不中國；東、西文化在此匯流，傳統與現代比鄰而居，海派與溫婉相得益彰，什麼是「正」？什麼是「反」？不是重點，重點是「正」與「反」如何共處？上海人不說自己是中國人，而驕傲地說自己是「上海人」，這不只是創造了一個新身分認同，毋寧是一種融匯中西，貫穿古今的「折衷自我」。我生長在一個「我的女兒要比任何人家的兒子都強」的教養體系，紅裝女子掩藏起男兒雄心，每一場競技都要贏，但要贏得沒有威脅感。很小我就知道我不屬於自己，站到舞台中央，你屬於觀眾，只有在舞台側幕旁，上台前的那短暫時刻，我屬於我自己——調整心情，掌控體態，準備角色。什麼是「我」？什麼是「非我」？不是重點，重點是「我」與「非我」如何轉換？

我不說「忠於自我」，因為妥協是必要的，我說「自我當責」，為自己的決定負責，常常必須在夾縫中求生存，但那條「夾縫」是自己選擇的，這不也是一種「折衷自我」？

所謂「折衷自我」（陸洛，2003），乃是採彈性的「人我關係」界定，一方面關注人我的分離性與個人的獨特性，強調個人有別於他人，獨立於他人的內在特徵，清楚地意識到個人的需求、欲望、興趣、能力、目標及意向，能夠適當地表達個人的動機、認知及情緒，追求個人的成就與潛能的發揮；另一方面又關注人我的關聯性與個人對他人的依賴性，強調個人在其社會關係網中的角色、地位、承諾、義務及責任，清楚地意識到團體的目標與福祉，能夠適時的將團體置於個人之前，追求團體的成就與榮耀。換言之，折衷自我的展現賦予「雙文化自我」動能與活力，它不再限於描述自我觀的組成成分，更進一步闡述自我的能動性與實踐本質。當個體在面對生活世界中重要的抉擇時，啟動或壓力、看重或忽略、實踐或揚棄某套自我觀或自我原型時，行動或不行動的決定，以後持續或放棄此一決定的決定，都是折衷自我的展現，或曰「行動中的雙文化自我」。

折衷自我巧妙地整合了傳統華人的「關係中自我」與西方的「獨立自足自我」的特色。有的人主要受某一套自我觀影響（如個人取向或社會取向自我），有的人則可因應情境要求時而展現社會取向自我，時而展現個人取向自我。如對當代華人來說，過去遭到忽略，甚至壓抑的獨立自我，現在卻可能在某些生活場域中（如：工作場合）得以發展或受到重視。換言之，折衷自我觀能同時滿足現代華人對於個人「獨特性」（uniqueness）與人際「關聯性」（relatedness）的雙重需求（陸洛、楊國樞，2005；Lu & Yang, 2006）。而社會取向與個人取向自我並存的價值觀或許在不同個人、社會層面上會呈

現出不同的樣貌。

如上所述，讀者應該體會到「折衷自我」其實是「雙文化自我」在具體情境、具體體系，或具體事件中的展現（*unfolding*），若「雙文化自我」的內涵解析是靜態地呈現文化傳統對個人自我建構的結果，那麼「折衷自我」則是動態地描述個人如何在解讀情境、解讀關係、解讀意義之後，選擇用一種、或並用兩種、或「偽裝」一種自我系統的運作過程，正如同「正」、「反」、「合」的轉換與無縫接軌。

二、「二元對立」與超越「二元對立」

當白天鵝優雅地在曼舞時，純淨之美有一種懾人的震撼，是神聖不可褻瀆的；但，幽闇的側幕邊，邪惡的黑天鵝已在窺伺，躍上舞台時那狂野不羈的肢體勾引出最原始的悸動，危險又毀滅，卻令人更難抗拒，身不由己地被吞噬。且慢，《天鵝湖》裡的白天鵝與黑天鵝總是一人分飾兩角，應該不是劇團缺首席舞者吧，一定有更深層的寓意。而這層寓意在去年（2011年）的奧斯卡得獎詮釋中有了最具象、最令人不寒而慄的表徵：每個人心中被壓抑的黑天鵝有一天可能會主宰全局，完全摧毀原本美好的白天鵝外表，張牙舞爪卻懾人心魄地展現最原始、最恢宏的力量，讓全世界臣服，卻讓「宿主」毀滅！聽起來有佛洛伊德的餘音裊裊吧？

文學源自生活，又超越生活；文學能夠動人，必因其所表徵（*represent*）的世界引起了人的共鳴與反思。不管是文學還是科學，都充滿著「類別」，而「二元對立」是最簡潔有力的分類架構了。舉凡黑與白、陽與陰、善與惡、物質與反物質、作用力與反作用力、0 與 1，理論的建構總從「分類」開始，化繁為簡是人性。不過，

理論並不以分類為終點，更要處理類別之間的關係與流轉，何時、何地、如何讓黑變成白、物質與反物質之間的能量轉換如何造就了宇宙？化簡為繁也是人性，我想表達的是：二元對立本身不是問題，而是必然；重點是二元對立這般靜態的描述如何「動」起來，這才是理論各擅勝場的展演場域。唯有如此，「二元對立」才能轉化成「一體兩面」，從死的「靜」幻化成活的「動」。我非常認同黃光國教授的呼籲：心理學研究有太多二元對立的理論構念：個人主義／集體主義、個人取向／社會取向、現代性／傳統性、獨立／互依，始於斯，但不應止於斯。黃光國教授在本刊第 36 期的「靶子論文」〈論「含攝文化的心理學」〉中所提出之「自我的曼陀羅模型」（黃光國，2011，頁 98）是最令我激賞的自我理論，其哲思精妙自不待言，最令人拍案叫絕的是那道完美的圓，既拉出知識／行動、人／個體兩組二元對立概念間的無窮張力，又讓他們產生動能與流轉，生生不息，變幻不盡。而注入此等動能的正是位於核心的「自我」，這才是超越二元對立的主體！真是一語點醒夢中人：華人所謂的「雙文化自我」，若只是靜態地拼組兩套淵源迥異的自我觀，那便是我們在現代生活中俯拾皆是的自我雙重陷落——個體與人的斷裂、知識與行動的斷裂，宛若穿上高跟鞋，濃妝豔抹的小女孩，再怎麼搔首弄姿、無病呻吟，只是扼殺了原本的純真，並未換得自然的成熟魅惑。解套的方法，不在摒棄哪一套自我觀，而在找回 (reclaim) 那個「自我」，先驗的自我，先於經驗而存在的自我，統攝一切，反身自省 (reflexively monitor)，具論述意識 (discursively consciousness)，有思考 (thoughts)、能言語 (words)、會行動 (actions)、具慣習 (habits)，最終成就一個人之個性 (character) 與使命 (destiny) 的主體性自我。

「聖戰士與聖杯間隔著萬丈深淵，那熒熒之光暖暖地召喚著，

閉上眼，縱身一躍吧，a leap of faith，相信吧，信仰會引領這飛身撲火般的一搏，或許，『彼岸』並不在『彼岸』，而在『此岸』與『彼岸』之間的另一個空間（a space between spaces）；自我的雙重陷落或許已開啓了另一個天地，讓現代華人擺脫愁城，讓華人心理學家體悟『雙文化』的可能性不必是『2』。」（陸洛，2011，頁159）我接著在文中借一組焦點團體討論資料，來一窺台灣華人如何在個人主義與集體主義的兩難與夾殺縫隙中，力圖自我救贖般地走出一條統整（integration）之路，找到真正「自我核心」，讓「自我曼陀羅」再趨完整，而非分崩離析（陸洛，2011）。

我在前文中提的「自我核心」，其實就是本文中所謂「先驗性自我」的一種具象表徵，它以「心理恆定」（不變）與「心理彈性」（變）為辨證關係的兩面。「彈性地調整為人處事之道，正是為了維持個人的『自我核心』不被壓抑或踐踏；而堅持『自我核心』也為彈性的『做人之道』提供了合理的動機與價值。」（陸洛，2011，頁167）

概言之，「雙文化自我」理論從文化源頭梳理出兩套在本體性、結構性與能動性迥異的自我系統，是靜態的分析。「雙文化自我」是常態，非華人特有，反映的是人性最本源的二元對立（稱之為「獨立」或「相依」也可），兩個原型概念間拉扯出的張力，在不同時、空背景下可能相當不同，在一方主導的情況下，另一方可能隱而不顯，而產生單一自我系統的「錯覺」；在兩方力量消長的情況下，衝突矛盾在所難免，但超越統合也才有可能。此時，先驗性自我的運作是最被彰顯的，先驗性自我這般抉擇、詮釋、排序、忽略、堅持、折衝、轉化、超越與創造的過程便是折衷自我的展演。一言以蔽之，個人取向與社會取向自我是靜，折衷自我是動；兩套自我觀是二元對立，折衷自我是二元對立的超越。千變萬化的折衷自我展

演的背後，有著一個主宰統攝一切的先驗自我，它當然也會受經驗影響，在人生歷練中蛻變，但「變」與「不變」依然由它決定。

我們應該可以樂觀一點地相信，華人有足夠的智慧在忠於自我與從善如流的天秤上找到最佳的平衡點，能保有彈性地處理個人主義價值與集體主義傳承之間內在的衝突，擺脫「正」與「反」、「全」或「無」的迷思，用「合」來統整兩套文化價值系統的要求與權利，既非全盤否定，亦非照單全收，而是創造性地因個人需求、個人處境、個人認同活出自我的統整，到達那個「空間」：a space between spaces。或許這麼流動多變、交錯往復的心理歷程只能用哲學思辯來呈現，用心靈閱讀來詮釋，但也無礙，只要相信，自我會找到出路，追尋「聖杯」的旅程是值得的。

三、再回首

這篇文章其實很不像我慣常寫的學術論文，但卻寫來很有感觸。對學術研究發展的回顧、批判與展望，無寧是一種釐清自我定位與認同的過程。撰寫這樣具反身性與批判性的文章，除了自身知識經驗的不斷積累之外，還要不時的與自我、與他人對話。與自我的對話，是一種自我認同的再修正，是實踐「獨立自足的自我」；與他人的對話，則是一種對社會角色、關係與環境變化的再瞭解，是實踐「關係中的自我」。於此，個人取向的我與社會取向的我交織成一個不斷相互建構的動態過程，而在此動態過程中「折衷我」也悄然成型，得以證成。這樣期許自己帶著問題前進，也提醒自己在前進的同時，留點時間回顧過去、反思自己，能更確定自己的定位與所為。相信有一天我們能真正自信地說：「走過墳墓，站在上帝的面前，我們是平等的！」

現代華人所面對的挑戰已不是要不要接受源自西方文化的自我系統與價值觀，而是如何在大時代的歷史洪流中自處。具體而言，如何協調、均衡、統合兩套不同淵源的自我系統，處理其間內在的根本衝突，創造性地持續整合一個全新的對個人具有意義的系統，以求更平衡有效地適應生活環境，追求幸福人生（陸洛，2008）。在重要的生活課題中，具體地剖析折衷自我的運作，應可幫助我們對此等重要心理歷程有更深刻的體認與瞭解（陸洛，2011；陸洛、張婷婷、張好玥，2012）。

參考文獻

- 陸 洛（2003）：〈人我關係之界定——「折衷自我」的現身〉。《本土心理學研究》（台北），20，139-207。
- 陸 洛（2008）：〈結語：未來華人自我研究的瞻望〉。見楊國樞、陸洛（主編）：《中國人的自我：心理學的分析》。台北：國立台灣大學出版中心。
- 陸 洛（2011）：〈現代華人的雙文化自我與雙重陷落〉。《本土心理學研究》（台北），36，155-168。
- 陸 洛、楊國樞（2005）：〈社會取向與個人取向的自我實現：概念分析與實徵初探〉。《本土心理學研究》（台北），23，3-69。
- 陸 洛、張婷婷、張好玥（2012）：〈工作與家庭的意義對因應職家衝突的影響——華人雙文化自我觀之展現〉。《本土心理學研究》（台北），37，141-189。
- 黃光國（2011）：〈論「含攝文化的心理學」〉。《本土心理學研究》（台北），36，79-110。
- 楊中芳（2010）：〈一個中庸，各自表述〉。《本土心理學研究》（台北），34，159-165。

Lu, L. (陸洛), & Yang, K. S. (楊國樞) (2006). The emergence and composition of the traditional-modern bicultural self of people in contemporary Taiwanese societies. *Asian Journal of Social Psychology*, 9, 167-175.

完稿日期：2012年4月26日

作者簡介

陸 洛：英國牛津大學心理學博士。現職為國立台灣大學工商管理學系 / 商學研究所教授。研究興趣主要圍繞著壓力 (stress)、主觀幸福感 (subjective well-being, SWB)、「文化」、「自我」及職場健康相關的議題展開。曾獲國科會傑出研究獎，已發表中英文期刊論文一百餘篇，國內外學術研討會論文一百餘篇。策劃、編、譯、著學術專書二十餘冊。luolu@ntu.edu.tw。