

# Spiritual Dialogue as a Philosophical Therapy and Its Educational Enlightenment

Hanyu Xu, Longxiang Luo

School of Social Development, Yangzhou University, Yangzhou Jiangsu

**Abstract:** Philosophical therapy is the theme of philosophical practice movement. This theme was originally to revive the tradition of ancient Greek philosophy to face spiritual problems and return to daily life. However, in the context of the prosperity of psychology, philosophical therapy is regarded as a supplement or an alternative to psychotherapy. The inverted relationship is the expression of forgetting the nature of philosophy. If we go back to the ancient Socratic philosophy and combine the object of philosophy with the efficacy of philosophy, we will find that the fundamental way of rational enlightenment education and treatment of mental diseases must be spiritual dialogue. Further, spiritual dialogue not only reflects the nature of philosophy and restores the ancient tenet of “spiritual therapy” of philosophy, but also organically combines philosophy with pedagogy, which has a two-way enlightenment for philosophy and pedagogy.

**Key words:** Philosophical Therapy, Spiritual Dialogue, Self-Improvement, Pedagogy

## 作为哲学治疗的心灵对话及其对教育的启示

许晗昱, 罗龙祥: 扬州大学社会发展学院, 江苏 扬州

**摘要:** 哲学治疗是哲学践行运动的主题, 这原本是复兴古希腊哲学直面心灵问题与回归日常生活的传统, 但在心理学兴盛背景之下却被看作是心理治疗的补充。这种颠倒的关系是遗忘哲学本性的表现。如果我们追溯至古老的苏格拉底哲学, 并将哲学的对象和哲学的功效结合起来, 就会发现作为理性启蒙教育以及治疗心灵疾病的根本方式必定是心灵对话。进一步来看, 心灵对话不仅体现了哲学的本性并恢复了哲学“心灵治疗”古老宗旨, 而且也将哲学与教育学有机结合起来了, 对于哲学和教育学有着双向启示。

**关键词:** 哲学治疗; 心灵对话; 自我完善; 教育教学

### 1. 引言

在当前的语境中,哲学治疗通常被看作与心理治疗有着类似功能,是继心理治疗之后一种解决心理疾病的补充路径或另类选择。但实际上哲学治疗并非是心理治疗之后的新事物,它远早于心理治疗,甚至就是哲学产生之初的本真含义。然而,随着近世哲学的繁荣,哲学研究在理论化的道路上越走越远,就像当代德国现象学派哲学家施密茨(Hermann Schmitz)所说的那样,哲学这驾马车朝着自身对象化和环境对象化的方向越跑越快,而作为对象化出发点的流动性生活经验“却有如童话世界般陌生”[1],再加上心理学领域中精神分析学的兴起,哲学原本直面人的精神性疾病的职责被心理学所占领,而哲学家们似乎也乐见这种现象,他们潜心于对象化的概念世界而乐在其中。基于这种现实背景,当前兴起的哲学践行(philosophical practice)运动打着“复兴苏格拉底方法”的旗帜[2],试图改变哲学过于学院式或理论化的研究风格,强调哲学应该面向日常生活,以解决生活中的常见问题为主要任务。对此,我们有必要在澄清哲学治疗的对象及其独特内容的前提下,一方面从康德“哲学不能教”的观点以及苏格拉底心灵助产术以鲜活地诠释心灵对话即是哲学的本真对象与本质诉求;另一方面对于苏格拉底方法的深入分析以充分印证心灵对话的本质是心灵的自我完善。这两方面结合还能给出一种心灵对话具有对治疗与教育双重功效的结论与启示。

## 2. 心灵与心灵疾病: 哲学治疗的对象与内容

“哲学就是做哲学”(Philosophy is to philosophize)是哲学践行运动的基本精神,它鲜明地表明哲学必定是在践行的过程做出来的,哲学的实践化与哲学本就是一回事。哲学践行运动贯彻这一精神的具体做法就是将哲学活动置于日常丰富的生活世界中,并以解决日常生活问题为己任,通过日常生活实践充分地体现哲学的实践性和功效性。正如哲学践行运动的重要推动者和传播者马里诺夫(Lou Marinoff)所说:“哲学中的生活智慧关注的是真实的生活和生活方式,但是后来,哲学逐渐被制度化,成为一种与生活毫无关系的脑力活动。哲学正在回归,要让普通人能够理解和应用它,你可以用它对人性展开无限的探索。”[3]那么,哲学转向日常生活应该直面什么问题呢?马里诺夫认为,这其实就是我们日常生活成长必然遭遇到的个性、习惯、爱好、憎恶、志向、嫌弃等。可以看出,凡是日常生活遇到的问题,都可以诉诸于哲学智慧;相应地,哲学智慧也应该关注并解决这些问题。相比解决日常生活问题的心理学方案或心理治疗而言,这里的哲学方案就称之为哲学治疗,而它的治疗对象则是心灵。

基于当代语境来理解哲学治疗容易给人一种错觉,即哲学治疗开创了哲学研究与实践的全新视角。这显然是一种误解。澄清这一误解应从哲学治疗的对象谈起。实际上,作为哲学治疗对象的心灵不只是区别于思维或思想,而是区别于经验性的、可以确切描述的心理。作为哲学治疗对象的心灵或许只是一个抽象概念,为了更充分理解这一对象,我们有必要将其转化哲学治疗的基本内容来理解。顾名思义,哲学治疗的基本内容是心灵疾病。要理解心灵疾病,可以将其与心理疾病做简要的比较。总体来看,心灵疾病和心理疾病在对象层次有两点明显差异:一是心灵的内容和心理的内

容是不同的；二是心灵疾病的表现和心理疾病的表现是不同[4]。其中，明确心灵内容与心理内容区别是基础性的问题。相对而言，心理的内容更为我们所熟悉，它是指包括心态、情绪、情感、判断和行为等在内的认知态度或效果，这些内容在本质上是心灵或思维关于心理活动的表达。相应地，心理疾病通常表现为情感的冲突或叙述事件的混乱，如行为障碍、心理变态等，它一般表露在外。进一步认真反思心理内容以及心理疾病的表现就必然会涉及心灵本身的问题，也就是说，如果没有心灵或内在思维活动，就不会有关于心理活动的表达。理解这种逻辑关系是重要的：那些表征心里活动的心理内容同样需要一种前提性的活动才可以表达出来，而这样前提性活动就是心灵本身。同时，相比心理活动的客观性和确定性而言，其前提性的心灵活动及其内容正好是主观性和不确定性的。

心灵是一种主观事实，从理解把握或言说表达的角度来看，是不确定的事实或无法准确描述的事实，但却是可以感觉或捕捉的事实。这种个体性、自由性和不确定性就是心灵疾病的根本原因，即由于心灵活动是事实，能感知却无法精确描述，其中的间隙导致心灵两个可能方向。一是好奇和不甘，就像苏格拉底(Socrates)所说，“那些研究天上事物的人，当他们发现了万物是凭着什么规律实现的以后，也希望能够制造出风、雨、不同的节令变化以及他们自己可能向往的任何东西”[5]。二是追问和无奈，这就像追逐地平线的心情，总想以客观事实来印证主观心灵，把原本真实的变动不居的心灵固定为客观的对象或事实，这就是说，“在日常生活中，人们希望能够借助某种确定的世界本原获得稳定的寄托，以应对现实经验世界变动不居所带来的心灵不安”[6]，但这种对象化行为根本不能阻止心灵的自由和朝向不确定性的未来，这种矛盾就是心灵疾病。质言之，造成心灵疾病的根本原因就是心灵自身自由性和不确定性与其面向现实生活时寻求客观性和确定性所致。哲学治疗就是审视这样现实冲突，直面心灵的本性，通过心灵对话防止自由心灵在维持自身自由性与面向现实生活客观性时失去平衡，以至于在失衡中无法继续生活继而造成所谓的具体现实层次的心理疾病。

### 3. 心灵对话：哲学的本真对象与本质诉求

康德(Immanuel Kant)晚年将其一生研究的哲学问题总结为四个方面：我能知道什么？我应该做什么？我能期待什么？人是什么？前三个问题大致构成了“三大批判”的主题，第四个问题则是前三个问题的总结和归属，“从根本上说，可以把这一切都归结为人类学，因为前三个问题都与最后一个问题有关系。”[7]可见在康德那里，哲学问题实际上就是人的问题。关于“人是什么”的问题，康德在《实用人类学》给出了解答，这可以用一句话来诠释：“一个人不能教任何人的哲学，但能激发他做哲学的天才。”[8]这种解答的核心观点可以理解为“哲学是不能教的”这样一个命题，它集中反映了康德对未来形而上学所构思的“意志自由”的设想。康德坚持认为人是有自由的，它由人的实践理性所承载，科学的哲学要做的事情就是充分张扬人的实践意志的自由性。人的行动准则只能由人自身的实践意志所设定，并且根据自身的实践需要来遵循，换言之，既没有一个先天的

实践准则来指导人的实践行动，也没有一条永恒的实践准则来限制人的意志实践行动。因此，任何用已有的知识或信念作为人的行动准则，都是在一定程度上对人的自由意志的限制。若要充分地恢复人的自由意志，最好的答案就是对知识、包括所谓的哲学知识作不信任的处理，这就是“哲学不能教”的基本意思。它表明所教的知识其实限制了人的自由，哲学要通过“不能教”的方式来彰显人的意志自由。

认为“哲学不能教”并不是与作为哲学教师的康德的教学实践自相矛盾，因为康德是想说，真正的哲学应该是体现人性自由的学问，它包括两个方面：其一，哲学的对象不是一种固定的知识；其二，人的自由意志是通过哲学的活动得以展现。康德的观点并不是哲学史的反叛，恰恰是回归了哲学的古老界定。一直以来，哲学就被看作是“爱智慧”或“追问智慧”的学问。不过，哲学的发展对这个界定进行了弱化，即将哲学的对象弱化为关于智慧的知识或作为固定知识的智慧。其中的原因大概是只有这样做，我们的“爱”或“追问”才有迹可循，才不会使哲学陷于虚无境地。然而，倘若我们用“追问智慧的活动”或“反思活动”来具象化哲学，那也是徒劳的，因为何谓“追问”或“反思”依然是悬而未决的问题。实际上，我们不需要去追问“追问”或“反思”是什么，而只需要去追问、去反思就已经获得了答案。换句话说，并不存在关于“追问”的确定答案，“追问”本身并不能界定出来，而只能“做”出来。然而，追问的活动并不是哲学问题的终点，因为在现实的生活中我们需要一种特殊的追问活动，它能够践行心灵的自由本性。两千多年的哲学史告诉我们一个很好的答案，那种特殊的活动就是苏格拉底所倡导的心灵助产术即所谓的苏格拉底方法。而这也正是哲学践行运动所着力强调的，是哲学的本真对象与本质诉求。

苏格拉底方法为何具有这样的功效？对此我们需要回到苏格拉底来解释苏格拉底方法的实质。柏拉图的《泰阿泰德篇》通常被看作是记载了苏格拉底的思想。在这篇著作中，苏格拉底宣称他是“高贵、健壮的助产婆的儿子”[9]，这是苏格拉底引出其心灵助产术的开端。按照苏格拉底的解释，助产婆们的作用在于缓和分娩的阵痛、使难产的人生产、甚至他们能“清楚什么样的男女结合可生出理想的孩子来”。[9]接着苏格拉底高调指出：“我的助产术与他们的助产术大致相似。不同的是，我实施的对象是男人而不是女人；我照料他们分娩时的灵魂，而不是他们的身体。我这种艺术最伟大的地方在于它能够以各种方式考察年轻人的心灵所产生的是幻想错觉还是真知灼见。”[9]从中可以看出，苏格拉底的助产术也可称之为心灵助产术或精神助产术，即针对的正是人的心灵或精神。可以说，苏格拉底的助产术所体现的正是哲学指向心灵问题的诉求，堪称为“医疗术的哲学”——这是苏格拉底的天才发明[10]。不过，苏格拉底的这种天才贡献经常被忽略，因为人们更习惯去关注心灵助产术所获得的知识，而忘记其直面人的心灵自身这个根本目的。

回到苏格拉底我们会发现，所谓的苏格拉底方法或苏格拉底助产术，其实质就是心灵对话。苏格拉底的对话术所惯用的方法是反诘法，即通过问答对话的方式，不断地揭示对方话语中所存在的问题甚至冲突对立的地方，由此表明对方所阐述的观点缺少必然性、普遍性，甚至往往是错误的、不可行的。简言之，哲学治疗的本质诉求并非是普遍确定性的知识而是不确定性的自由心灵，它就是要通过追问、通过心灵对话来揭示确定性知识的问题以鞭策心灵的自由活动，促使自由心灵保持

永恒的活力。

#### 4. 心灵对话：心灵自我完善的途径

在现实生活中，我们的心灵面临两种困境：一是受到外在世界的牵涉，被他物所左右，失去了自身的自由本性；二是受制于个人心灵的任意性，把自由变成了毫无目的的、无所顾忌的无聊游戏。哲学治疗就是要纠正这样两个问题。反诘式对话是苏格拉底心灵助产术的主要形式，其有效在于它非常注重表达内在观念的清晰性，从而达到放慢恣意飞翔的思维、学会审慎评估自我行为的目的。我们通常会认为，反诘式的对话可以使对话双方更好得审视自身的话语或行为，从而认清话语或行为的正当性、有效性。但这只是直接性层面的功效。实际上，反诘式对话的深层功效是通过质疑，迫使对话者承认自己无知的同时，更促使他们能够自觉进行反思，在清晰地审视自己思想的同时能够直接去面对自己的内在心灵。对此，德国哲学家尼尔森(Leonard Nelson)也着重指出：“这种强迫思想获得自由的技艺构成了苏格拉底式方法的第一个奥秘。”[11]显然，反诘式对话就是心灵助产术或心灵对话。

然而，心灵对话的功效其实并不限于此。尼尔森强调，重获自由仅仅是反诘式对话的“第一个奥秘”。不论是“自知无知”还是“认识你自己”，这都不是一个完成式。也就是说，所谓回归心灵的自由本性并不是一个确定的结果，它是一个过程。自由就应该体现在认识的过程中，而不是在结果中。如此，心灵对话应当具有永恒的魅力，它本身就是回归心灵自由的实质性方式。甚至可以说，它就是心灵自由的内在体现。这符合“哲学不能教”的基本精神。

处于现实生活中的人，其心灵自由与外物制约构成了一种此消彼长的活动状态。如此，回归心灵自由就是一个片刻不能停止的活动。心灵对话正是心灵的自由本性始终保持活力根本源泉。总之，心灵对话的本质就是一种“心灵的自我完善”的过程。旨在走出学院式哲学路线、走向广场应用的哲学践行运动，其要旨无非就是达到“心灵的自我完善”。因此，哲学践行所倡导的苏格拉底方法或心灵对话，不仅是一种哲学的本质性活动，而且也必定是一种促使心灵完善的方法，甚至它本身就是心灵完善，其实质就是治疗性。

尽管人们在实际生活中总是受到他物的牵涉和个体性恣意妄为的威胁，但因为有了对话，我们就可以很好的应付实际生活。对于大多数人而言，这个过程是顺利的。即便遇到了问题，也是可以在进一步的对话中得到大致解决。但是，由于实际生活的复杂性，特别是很多非心灵因素的参与，由此冲击着心灵应付实际生活的能力。不论是执着于他物的牵涉还是个体性恣意，都会导致心灵能力的弱化，由此就产生了所谓的心灵疾病。表面来看，这种痛苦的根源是认知冲突，但实际上就是心灵能力无法驾驭认识对象或外在事物所致。对于这种心灵疾病，心理分析式的治疗通常是通过心理访谈法或“所谓的谈心里话”。但在哲学治疗看来，如果这种心理访谈法旨在找到一种压制或消除疾病的方法或药方，那么这是肤浅的甚至是自欺欺人的，因为自由心灵与现实的矛盾是无法消解的，只有在这种矛盾驱动下去探索和追问才是真正的痊愈。哲学治疗并不否认所谓的心理方法，只

是认为它不过是心灵对话的特殊表现而已，马里诺夫在谈到方法时特别强调：“我并没有任何方法论。我认为每一位来访者都是不同的，所以我试图去了解每一位来访者在其内心深处到底是怎样的一位哲学家，而不想以某种方法来强制我的来访者进入某些条条框框。”[12]所以，在哲学治疗看来，只有心灵对话本身才是治疗的根本方法。

## 5. 心灵对话的双重功效：治疗与教育

应该说，苏格拉底创制助产术时并没有将对话本身作为哲学的目的，而只是将其作为心灵自我完善的基本途径，此时难免使其表现为工具性特征。受制于工具性的理解，哲学践行运动也通常会将对话看作是治疗心灵疾病的工具，未能将对话从工具性升华为目的性和人文性高度。因此，我们有必要走得更远：其一，心灵的自我完善的实质就是人与人之间的心灵对话；其二，人与人之间对话的开展也就是心灵的自我完善，其三，人们在现实生活中能够有效地进行对话并促使心灵自我完善就是一种心灵的自治状态即“心灵自治”。概而言之，对话与心灵自治是完全一致的。这不仅是一个符合逻辑的推论，而且也高度符合了我们的日常直观：从静态角度来看，所谓正常人那不过是因为他们能够顺利展开相互之间的对话交流；从动态过程来看，如果要促使对话能够持续顺利进行，正常的人就需要不断地完善自己以适应新对话的情境。因此，心灵对话并不只是一个方法，也不只是简单的目的，而是方法和目的的有机统一。体现这种统一形态的就是教育教学。

以苏格拉底心灵对话为核心的哲学践行，被看作是当前哲学运动的新范式，“这种新的范式的意义存在于哲学的自我完善当中”[13]。也就是说，哲学的自我完善既是心灵自我完善的体现，也是教育教学的内在诉求，即真正的教育实践在本质必定是做哲学的实践活动，这样，以哲学的心灵对话为特征的“元教学”和以对话交流为标志的“互动式教学”，就能有机统一起来，这种统一的教学形式就是所谓“互动式元教学”[14]。概言之，一方面，哲学践行必然是以教育教学这种普遍性的思想启蒙行为来实现；另一方面，深刻意义上的教育教学实际上就是心灵对话或哲学治疗。

因此，哲学治疗不仅在现实的结果层次上诠释了心灵自我完善这一哲学的真正本性，而且在原初层次上诠释了哲学直面自由性和不确定性心灵的“自治性”活动。这是符合逻辑的合理结论：其一，完善的心灵对于心灵疾病是有着根本性作用；其二，能够对心灵疾病进行自我治疗并进而自我完善就意味着“心灵自治”。在此意义上，哲学治疗也就是“心灵自治”。由此，哲学治疗在理论和实践就存在三个层次。首先在直接的效果层次上，哲学治疗具有治疗心灵疾病并达成人格完善的功效，即获得正常性人格。这个层次的功效是静态的，如果局限于这个层次就可能会出现应付新环境、新问题陷入疲于奔命的困境。其次在间接的行动层次上，哲学治疗实际上具有心灵自治的功效，它能修正第一层次的不足，从而实现塑造独立人格的高级要求。这是一个动态的、调节性功效。最后在最终的现实层次上，哲学治疗苏格拉底方法或心灵对话，即心灵对话能够与现实生活最为普遍性的教育实践活动有机关联起来，从而使得哲学这一古老的学问实现了理论与实践的辩证统一。哲学治疗的第三层次在本质上诠释了哲学治疗和教育教学的统一性：心灵对话给予了哲学以现实性

和具体性，同时也给予了教育教学以深刻性和人文性，体现了哲学治疗和教育教学的双重功效。

## 参考文献

- [1] 赫尔曼·施密茨. 情感与身体[M]. 庞学铨, 冯芳, 译. 杭州: 浙江大学出版社, 2012: 前言 1.
- [2] 罗龙祥. 哲学践行中的“他者”及其践行意义[J]. 贵州工程应用技术学院学报, 2016(5): 110-115.
- [3] 罗·马里诺夫. 哲学是一剂良药: 用思想大师的智慧开解日常生活的难题[M]. 黄亮, 译. 北京: 新华出版社, 2010: 8.
- [4] 陈晓明, 罗龙祥. 思想分析超越心理分析的实质及其实践价值[J]. 江苏社会科学, 2018(4): 185-193.
- [5] 色诺芬. 回忆苏格拉底[M]. 吴永泉, 译. 北京: 商务印书馆, 1986: 4-5.
- [6] 罗龙祥, 唐子涵. 对话式哲学的逻辑理路及其治疗性功效[J]. 科学·经济·社会, 2022(2): 57-66.
- [7] 康德. 逻辑学讲义[M]. 许景行, 译. 北京: 商务印书馆, 2010: 23.
- [8] Kant, I. (2012) Lectures on Anthropology. In: Wood, A.W. and Loudon, R.B., Eds., Cambridge University Press, Cambridge, 115.
- [9] Plato (1997) Plato Complete Works. In: Cooper, J.M., Ed., Hackett Publishing Company, Cambridge, 165-167.
- [10] 居古拉·格里马尔迪. 巫师苏格拉底[M]. 邓刚, 译. 上海: 华东师范大学出版社, 2007: 22.
- [11] Nelson, L. (1949) Socratic Method and Critical Philosophy: Selected Essays. In: Brown III, T.K., Trans., Yale University Press, New Haven, 15.
- [12] 丁晓军, 马里诺夫. 哲学践行: 哲学从理论到实践、从学院到生活——马里诺夫教授访谈录[J]. 安徽大学学报(哲学社会科学版), 2021(2): 17-24.
- [13] 彼得·哈特劳. 哲学践行: 西方哲学中的一种新的范式[J]. 安徽大学学报(哲学社会科学版), 2013(5): 30-35.
- [14] 尚晓青, 陈晓瑞. 互动式元教学: 一种互惠性职后教师教育新路径[J]. 教育研究, 2017(9): 116-123.