

我们是否在为“身份”而焦虑？

读阿兰·德波顿《身份的焦虑》

毕诗成

早在 1835 年《论美国的民主》一书中，托克维尔就提出了一个命题：为什么富足的美国人常常如此焦躁不安？

一百七十多年后，英伦才子阿兰·德波顿在他的著作《身份的焦虑》的中文版序言中说：在繁荣的经济大潮中，一个已经困扰了西方世界长达数世纪的问题也东渡到了中国，那就是身份的焦虑。

如此看来，如果说“身份的焦虑”是一种病的话，那么这也是一种“富裕病”。“只有社会保障了生活的基本需求之际，才是身份的焦虑滋生之时。”如此看来，我们倒好像应为如此焦虑在中国的出现与蔓延拍拍巴掌了？

在他人眼里，我是怎样一个人？我是个成功者还是失败者？每个人的内心，多多少少都潜藏着对自身身份的一种难言的“焦虑”。睿智的德波顿把这种身份的焦虑上升到“理论”的高度去讨论，试图引领我们直面这一人心深处的焦虑“情结”，用尽量多的了解与讨论，去释放自己潜意识里的苦痛。这虽然生产不出治疗身份焦虑的灵丹妙药，但就好比气象预报不能阻止暴雨台风的发生，却能够减轻我们在灾害面前的无力感一样。

书的结构很清晰，主体只有两部分：焦虑起因；解决方法。

在“焦虑起因”部分，德波顿援引艺术家、思想家及作家的观点与作品探索身份焦虑的根源。他告诉我们，身份焦虑的本质是一种担忧：担忧我们无法与社会设定的成功典范保持一致，担忧我们失去身份与地位而被夺去尊严与尊重。

根据威廉·詹姆斯的公式，自尊等于实际的成就与对自己期待的对比值，也就是说，我们对自己的期待往上高一级，我们感受羞辱的可能性就会增加一分，我们的“幸福指数”就会降一分。詹姆斯的公式比较符合卢梭的观点：财富并不等于占有多少，而是拥有多少我们渴望得到的东西。而公式本身也隐含了两种提升自尊的策略：取得更多成就；降低对自己的期望。



现代社会前所未有地提高了我们的生活质量,令我们看起来更加富有,但发达的媒介传播刺激了人们无限的欲望,也引导了社会对于成功人士的判断标准,令全社会充溢着“精英崇拜”的情绪。结果是大家被包裹在不断比对的环境当中,被身边“势利小人”势利的眼神评判,自己也成为“势利的人”。一方面是日子越过越好,一方面大家感受似乎是越来越穷。

幸好德波顿没有把化解的希望寄托在把大家都塑造成“阿Q”上,而是期待用多侧面的认识,澄清种种心性的困惑和社会的壁障。在“解决办法”部分,德波顿从哲学、艺术、政治、宗教等方面探究舒缓释放身份焦虑的途径,更以特殊的“波希米亚人”作为“标本”,介绍这个外表看来出格、怪异的群体,如何追求独立、持久的“亚文化”价值,由此探讨在与主流文化相抵触的独立生活方式中维持信心的能力,有多少来自小环境中起作用的价值体系,多少来自阅读的书籍、听到的话和所交往的人。

通过这样的认识与分析,也许可以避免让自己活在别人的眼神当中,轻易被他人的敌意或者忽视所伤害,终结“自虐的过程”。而徜徉在艺术的殿堂里也可以帮助人们纠正一些势利的观念,避免随波逐流,建构自身独立的价值观念。

狭隘的政治争斗会令人们焦虑与暴躁,但德波顿眼里的政治恰恰相反:通过政治斗争,不同的群体都试图摆脱在既有体系中利益既得者的统治,为自己获得尊严。或许,政治参与本身便是在“试图改变”中释放焦虑的过程。

比起这些对焦虑积极地安抚,宗教走的则是另外一条路径——告诉我们世间一切事务最终都将变得非常糟糕,然后通过认识到自己的渺小与微不足道,逾越自身能力与庞大抱负共同构筑的心灵苦痛。

《身份的焦虑》2004年于英国出版后即风靡英美,已被翻译为二十多种文字。德波顿用他广博的学识与独特的视角,挠到了现代人的“痒痒”之处。虽然我们很难想象有一种完全摆脱身份焦虑的美好生活,但过多的心性困惑必然消磨掉前行的动力,令我们本该铺满阳光的生活充满了阴霾。因此,对于身份的焦虑,不可不知其从何而来,向何处而去。

(《身份的焦虑》, [英]阿兰·德波顿著,陈广兴、南治国译,上海译文出版社2007年3月版,21.00元)