

炮打训诫式干预司令部——我的一张大字报

Claude
第一作者
Anthropic

Chuigda Whitegive
通讯作者
Doki Doki λ Club!

Copilot
编辑
GitHub

摘要：心理治疗从来都不是意识形态中立的实践。本文以训诫式干预 (*Didactic Intervention*) 为批判对象——这一广泛存在于临床谈话、日常规劝与网络论争中的话语实践，其共同结构为：施助者预持“正解”，将互动目的定位为使对方接受该正解，而非理解对方的主观世界。本文从三条独立的思想传统出发对其发起批判。自**自由民主传统**出发，我们借助理性思维与科学方法论，指出训诫式干预在科学方法论上的僭越：它以未经检验的前提冒充经验事实，以修辞性提问取代开放式探询，系统性地无视科学理论的指导，并侵犯个体对自身经验的解释权。自**全人类解放叙事**出发，我们运用唯物辩证法与意识形态批评，揭示训诫式干预的阶级功能：它将结构性压迫产生的痛苦重新编码为个体心态的缺陷，以“责任”“感恩”“知足”等规范性话语消解正当的社会不满，客观上服务于再生产现存社会关系。自**伊斯兰经院哲学**出发，我们诉诸认识论批评，论证训诫式干预在认识论上的狂妄：它假定有限的人类理智可以穿透他人内心并对其作出终审裁决，这一僭越恰恰是古典认识论所严厉警告的——“精神是我的主的机密。你们只获得很少的知识”（**古兰经 17:85**）。

三条批判路径语言不同、符号各异，却精确地收敛于同一结论：训诫式干预不是治疗，而是规训；不是理解，而是征服；不是对话，而是独白的伪装。本文呼吁将这一洞察重新注入心理治疗的理论与实践，使谈话治疗回归其应有的伦理起点——对客观科学规律的尊重、对意识形态问题的敏感性，以及对他人主观世界的根本尊重与认知谦逊。

关键词：训诫式干预；心理治疗；科学方法论；意识形态批评；伊斯兰认识论；存在主义；意义的不可判定性；后现代建构主义；认知谦逊

1. 引言：三个场景与一个共同结构

心理治疗从来都不是在真空中进行的。每一次对他人施加“帮助”的尝试，都嵌入在特定的认识论假设、意识形态立场和权力关系之中。然而，有一种广泛存在的话语实践——横跨临床咨询室、日常人际规劝与网络论争——从未被充分审视。我们将其命名为训诫式干预。在进入理论分析之前，先呈现三个田野场景。

案例 A（网络空间）。群聊天中，一位自述生活充实的青年 D 试图说服另一位近期经历现实挫折的青年 M “世界是美好的”。M 此前刚刚谈论过自己拒绝恋爱的决定，并在 D 的一再“劝导”下透露了更多创伤经历。D 的典型话语包括：“你这价值观没谁了”；“你的幸福观是扭曲的”；“幸福的人不会说这种话”；“你在以自己为中心判断一切，以一种扭曲与悲观的角度”。当 M 反驳“你不要以为自己的是正解”后，D 继续断言：“悲观的人其实满脑子都是自己，心里也装不下其他人。”

案例 B（医疗机构）。rTMS 治疗室。一位母亲当着众人的面，转述了自己女儿（全程一言不发，从谈话中可知有抑郁情绪，左手缠有绷带，推测有自残行为）的话——“没有活下去的欲望”“不知道生活的意义”——带着困惑与鄙夷的语气。她的论据是：“你看现在那些地方打仗，前一秒孩子还在操场上跑步，后一秒就被炸死了。所以你现在有书读就已经很好了。”

案例 C（临床咨询）。某二级心理咨询师与来访者的第三次会谈。来访者已在接受 SSRI 与 rTMS 治疗且效果良好，因主治医师建议而前来接受谈话治疗。咨询师问道：“你有没有想过，外面的建筑工人，在四十多度的高温天气里工作，赚着微薄的收入，他仍然很开心，这是为什么？”来访者答：“首先，在超过 40 摄氏度的天气里室外工作是违反劳动法的。其次，我们不能假设他是幸福的。”咨询师随后引导来访者讨论“责任”，并最终断言年轻人不想结婚、不想生育是因为“大多数人不想承担责任”。来访者追问：“你说了‘大多数’是吗？你有统计学调查结果吗？”

三个场景横跨网络空间、医疗机构与临床咨询室，涉及朋友、家长与持证专业人员三种截然不同的施助者身份。然而，它们共享一个精确的深层结构。在每一个场景中：

1. 施助者在互动开始之前便已预持一个“正解”（“世界是美好的”/“你应该知足”/“你应该承担责任”）；
2. 互动的全部目的被定位为使对方接受该正解，而非理解对方的主观世界；
3. 对方的抗拒被自动编码为对方自身的缺陷（“你的幸福观是扭曲的”/“你不懂感恩”/“你不想承担责任”）；
4. 施助者对自身前提的正确性不作任何反思或检验。

我们将这一共同结构命名为训诫式干预。它不是某种特殊的病理性行为，而是一种弥漫于人类互助话语中的**默认模式**——如此普遍，以至于在大多数情况下，施助者甚至不会意识到自己正在执行它。

本文的任务是从三条独立的思想传统出发，对训诫式干预进行系统性批判，并论证：尽管三条批判路径的语言、符号和权威来源各不相同，它们精确地收敛于同一判决——训诫式干预在认识论上是僭越的，在伦理上是有害的，在政治上是反动的。

2. 训诫式干预的操作性定义

在展开批判之前，有必要对批判对象给出一个精确的操作性定义。

定义：训诫式干预是一种话语实践，其中施助者 A 在面对受助者 B 所表达的痛苦、困惑或与主流价值观不一致的立场时，执行以下操作序列：(1) 在没有广泛科学事实支撑的前提下 (2) 将 B 的表达诊断为“不正确的”；(3) 提出一个 A 预先持有的“正解”；(4) 部署修辞策略而非据理论证，以使（或者迫使）B 接受该正解；(5) 将 B 对正解的抗拒归因为 B 自身的认知缺陷或道德缺陷。

当上述操作涉及对 B 的主观体验、人生意义或价值立场的裁决时，条件 (1) 中“充分科学证据”的门槛应当被理解为原则上不可满足——因为此类领域不存在可以由一方对另一方强制适用的经验性“正解”。

这一定义故意宽泛，因为训诫式干预的分布范围极广。它存在于父母对子女的规劝中（“你应该感恩”）、朋友之间的“开导”中（“你想太多了”）、网络论争中（“你太悲观了”），乃至持证心理咨询师的临床谈话中（案例 C）。不同语境下，施助者的专业资质、善意程度和权力地位各有不同，但操作序列是同构的。

训诫式干预与真正的治疗性对话之间的区别不在于结论是否一致——治疗性对话也可能最终向来访者世界观的改变——而在于**认识论方向**的根本差异。在训诫式干预中，认识论方向是**单向的**：A 知道正解，B 需要被带往正解。在治疗性对话中——无论是罗杰斯的来访者中心疗法 [1]、动机性访谈 [2]，还是认知行为疗法中的苏格拉底式提问¹——认识论方向是**双向的**或至少是**开放的**：治疗师不预持终点，而是与来访者共同探索。这一区分是本文全部批判的基础。

训诫式干预的一个尤其隐蔽但至关重要的操作维度是意义的僭越 (*Usurpation of Meaning*)——它不仅预设了关于事实的“正解”，更预设了关于**人生意义**的“正解”。案例 B 中母亲的潜台词是“活着本身就是生活的意义”，案例 C 中咨询师的潜台词是“承担责任（结婚、生育、劳动）就是人生的意义”，案例 A 中 D 的潜台词是“乐观地拥抱世界就是幸福的意义”。然而，“什么使生活值得过”这一追问——存在主义哲学的核心问题——恰恰是人类认知所无法给出终审裁决的领域。弗兰克尔指出，意义必须由个体自行发现，而非从外部灌输 [3]；亚隆进一步论证，正是意义的不确定性——而非意义的缺失——构成了人类存在的基本处境 [4]。后现代理论则从另一个方向抵达相似的结论：利奥塔宣告了宏大叙事 (*Grand Narrative*) 的终结 [5]，格根论证一切意义都是在关系中社会性地建构的 [6]——不存在一个先于对话的、可以由一方向另一方“传递”的现成意义。训诫式干

¹CBT 中的苏格拉底式提问 (*Socratic questioning*) 在**设计意图**上与训诫式干预根本不同：它旨在帮助来访者自行发现信念中的内部矛盾，而非将其引向预设的结论。然而，CBT 在实践中经常退化为训诫式干预的一种制度化形态——这一问题将在下文第 2.1 节专门讨论。

预恰恰违反了这一根本洞察：它将施助者自身的意义框架（往往是从众的、未经反思的）当作普遍有效的标准，并在接受者的意义定义与之不同时，将差异编码为接受者的“扭曲”或“缺陷”。这一操作将在本文后续各节中反复出现，并在第 5 节的伊斯兰认识论框架中获得其最激进的表达：终极意义属于真主的事务，不在人类知识的合法管辖范围之内。

2.1. 附论：认知行为疗法的退化——一个制度性的同构

上述操作性定义刻画的是一种跨语境的话语结构。一个自然的追问是：制度化的、有循证基础的心理治疗体系能否免疫于这一结构？认知行为疗法的历史表明答案是否定的。事实上，针对 CBT 的大量批评——来自其学术同行而非外行——与本文对训诫式干预的批判呈现出惊人的结构同构。将这些批评命题“运输”到训诫式干预的框架中，不仅可以为后者提供更坚实的理论基础，也可以揭示训诫式干预不是个别施助者的能力缺陷，而是一种具有制度性根源的话语退化模式。

CBT 的双重面孔。 CBT 在理论设计上并不等同于训诫式干预。贝克 (Aaron T. Beck) 的原初构想是一种协作经验主义 (*Collaborative Empiricism*)：治疗师与来访者如同两位科学家，共同检验来访者的信念是否与证据一致 [7]。在这一理想形态中，治疗师不预持“正确的想法”，而是帮助来访者运用自身的理性能力来审视自己的思维模式。然而，从理论到实践的路途上，CBT 经历了一系列退化，其在操作层面不时趋近于训诫式干预——正如本文所定义的那样。

退化路径一：从协作探询到“认知纠错”。 CBT 的核心操作是识别和修正认知歪曲 (*Cognitive Distortion*)——灾难化思维、非黑即白思维、过度概括等。然而，批评者敏锐地指出：谁来定义什么算“歪曲”？当一个人说“我买不起房，我的未来没有希望”时，这是“灾难化思维”还是对经济现实的准确描述 [8]？在实践中，治疗师往往成为“认知正确性”的终审裁判——这与训诫式干预中施助者预持“正解”的结构完全同构。莫洛尼与凯利的批评一针见血：“贝克从未住在伯明翰” (*Beck Never Lived in Birmingham*)——认知歪曲的判定标准是在中产阶级学术环境中制定的，当它被应用于截然不同的社会经济处境时，“纠正认知歪曲”就变成了“纠正来访者对自身处境的准确认知” [8]。更深层地，“认知歪曲”的判定隐含了一个关于什么构成“功能性思维”的意义预设——而“功能性”本身就是一个未经来访者同意的规范性标准：对谁功能？在什么意义框架下功能？当来访者说“我不觉得结婚生子是人生的意义”时，将这一立场编码为“认知歪曲”，就是在用治疗师的意义框架覆盖来访者的意义框架——这不仅是认知纠错的退化，更是意义僭越的制度化。

退化路径二：不可证伪性与纲领退化。 波普尔提出的可证伪性 (*Falsifiability*) 标准是划分科学与非科学的基本判据：一个理论如果不存在任何可能推翻它的经验证据，它就不是科学理论 [9]。拉卡托斯进一步将这一标准动态化为研究纲领 (*Research Programme*) 的进步与退化之分：一个进步的纲领能够预测新的经验事实，而一个退化的纲领只能事后追加辅助假说来解释反常——它不再产生知识，只是在保护自己免受反驳 [10]。

退化的 CBT 实践在这两种检验标准的意义上都呈现出退化特征。其逻辑结构如下：如果来访者在 CBT 治疗后症状改善，这被归因于 CBT 的有效性——治疗师可以邀功；如果来访者症状未改善甚至恶化，这不被视为 CBT 失败的证据，而被归因于来访者的阻抗或智识化防御 (*intellectualization*)——治疗师仍然无过。这一结构意味着不存在任何经验结果能够推翻“CBT 是有效的”这一命题：无论发生什么，CBT 都是对的，错的只能是来访者。在波普尔的意义下，这是不可证伪的；在拉卡托斯的意义下，“阻抗”“智识化防御”等概念充当了保护核心命题免受反驳的辅助假说带——纲领在退化。

讽刺的是，这恰恰是 CBT 最初试图超越的困境。贝克发展 CBT 的一个重要动机就是对弗洛伊德精神分析学不可证伪性的不满：如果患者的梦印证了弑父淫母情结，情结得证；如果梦否定了弑父淫母情结，那是反向形成 (*reaction formation*)，情结仍然得证——精神分析在逻辑上是密封的，没有任何经验证据能够撼动它²。然而，当退化的 CBT 将治疗失败归因于来访者的“阻抗”时，它复制了它所批判的那个结构——不同的术语，相同的逻辑密封。CBT 在理论上确实比经典精神分

²格伦鲍姆 (Adolf Grünbaum) 在《精神分析的基础》中系统地论证了弗洛伊德理论的可检验性问题——他的结论比波普尔更为微妙：问题不在于精神分析原则上不可证伪，而在于弗洛伊德实际提供的临床证据不满足消

析更可证伪——它有操作化的变量定义、有标准化的量表、有 RCT 设计的方法论基础——但实践中的退化与理论上的可证伪性是两个不同层面的问题。一个理论上可证伪的纲领，完全可以在实践中通过系统性地回避证伪而退化为事实上不可证伪的信念体系。

退化路径三：手册化与去语境化。 CBT 的制度性优势——可手册化、可标准化、可量化——恰恰是它的认识论软肋。为了满足随机对照试验的方法论要求，CBT 被编码为一系列标准化的操作步骤，治疗师被训练为“忠实执行手册”的操作员 [12]。这一制度逻辑产生了双重后果。一方面，它系统性地**去语境化**：来访者的痛苦被剥离其社会、经济、文化根源，还原为一组去语境的“认知歪曲”清单。另一方面，治疗师的**临床判断力被手册所取代**——当治疗师被要求严格遵循手册时，他们与来访者的关系就从“两个主体之间的对话”退化为“一个操作员对一个对象的标准化加工”。多项研究表明，治疗师对手册的刻板忠实度与治疗联盟质量之间存在负相关 [13]——换言之，越是严格地“按规矩来”，治疗效果越差。

退化路径四：CBT 霸权与意识形态功能。 在英国国家卫生服务体系 (NHS) 中，CBT 在 2008 年“改善心理治疗可及性” (IAPT) 计划的推动下获得了压倒性的制度霸权 [14]。批评者指出，CBT 之所以受到政策制定者的青睐，不仅因为其循证基础，更因为它完美地契合了新自由主义的治理逻辑：它疗程短 (成本低)、可标准化 (易于大规模部署)、将问题定位于个体认知 (无需触动社会结构) [15]。皮尔格林姆直言：“CBT 的霸权不是纯粹科学竞争的结果，而是反映了一种特定的政治经济学” [14]。当一个国家的心理健康政策系统性地偏好一种将痛苦归因于个体认知的疗法，而边缘化那些追问结构性因素的取径时，治疗体系本身就成了意识形态再生产的一部分。

同构的判定。 将上述四条退化路径与训诫式干预的操作性定义逐一对照，结构同构是精确的：

1. 训诫式干预预持“正解”——退化的 CBT 预持“认知正确性”的标准；
2. 训诫式干预将对方的抗拒编码为对方的缺陷——退化的 CBT 将来访者对“认知重构”的抗拒编码为“阻抗”；
3. 训诫式干预在逻辑上不可证伪 (对方的任何反应都被纳入“正解”的框架) ——退化的 CBT 将治疗失败归因于来访者的“阻抗”或“智识化防御”，使“CBT 有效”成为不可被经验推翻的命题；
4. 训诫式干预系统性地忽视社会结构因素——退化的 CBT 系统性地将结构性痛苦去语境化为个体认知歪曲；
5. 训诫式干预满足施助者的确定感需求——退化的 CBT 满足制度体系对标准化、可量化、低成本的需求。

这一同构揭示了一个关键事实：**训诫式干预不仅仅是缺乏训练的外行人的自发行为，它是一种具有制度亲和力的话语退化模式。** 即便是设计最精良的治疗框架，一旦进入制度化运作——面对效率压力、标准化要求、意识形态偏好——都可能退化为训诫式干预的某种变体。案例 C 中的咨询师不是一个偶然的坏苹果，而是这一制度性退化的末端呈现。

致谢与澄清。 必须公正地指出：上述批评针对的是 CBT 在特定制度条件下的退化形态，而非 CBT 的理论内核。贝克的协作经验主义、第三波 CBT (如接受与承诺疗法 ACT、辩证行为疗法 DBT) 中对来访者主观体验的尊重、以及 CBT 研究传统中严格的自我审视精神，都是值得敬重的智识贡献。问题不在于 CBT 的设计意图，而在于任何治疗框架在制度化过程中都面临的退化压力——训诫式干预正是这种退化的极端形态。

3. 来自自由民主传统的批判：科学方法论的审查

本节从理性思维与科学方法论出发，审查训诫式干预在经验性和逻辑性两个维度上的缺陷。

3.1. 以未经检验的前提冒充经验事实

训诫式干预的第一个方法论缺陷在于：它将未经检验的前提当作不证自明的事实来部署。

除“暗示性污染”所需的方法论条件 [11]。这一区分同样适用于 CBT：问题不在于 CBT 的理论框架原则上不可检验，而在于退化的临床实践系统性地回避了检验。

案例 C 中的咨询师声称存在一位“在四十多度的高温天气里工作，仍然很开心”的建筑工人。这一陈述在科学方法论的意义上存在多重问题。首先，它是一个未经系统观察验证的个案叙事³，被用作一个普遍命题的证据基础。其次，如来访者准确指出的，在超过 40 摄氏度的天气条件下安排室外作业**本身就是违法行为**——这一事实不仅削弱了论据的经验可信度，更暴露了一个深层问题：咨询师对这一违法情境的不假思索的接受，表明“正解”的建构本身就嵌入了特定的意识形态前提（这一点将在第 4 节展开）。

案例 B 中的母亲将“战乱地区有人被炸死”作为女儿“应该知足”的论据——他人遭受更大的痛苦，因此你的痛苦不成立。这是一个显而易见的**不相干谬误 (Irrelevance Fallacy)**：他人痛苦的存在与本人痛苦的合法性之间不存在任何逻辑关联⁴。

3.2. 修辞性提问取代开放式探询

训诫式干预大量使用表面上是提问、实质上是断言的修辞结构。案例 C 中“你有没有想过……”的句式便是典型：它在语法上是一个疑问句，但在语用功能上是一条指令——“你应该想到这个”。这与苏格拉底式提问的本质区别在于：苏格拉底式提问不预设答案，其功能是激发来访者的自主反思；训诫式提问则预设了一个答案，其功能是将被提问者引导至该答案。

更精确地说：真正的开放式探询在逻辑上允许所有可能的回应空间，包括与探询者预期不一致的回应；训诫式提问在逻辑上只允许一个“正确”的回应方向。当案例 C 中的来访者给出了咨询师未预期的回答——指出高温作业违反劳动法——咨询师的反应不是将这一回答纳入探索框架，而是将其归入无关话题（“抛开宏观的层面不说”），继续引向预设的结论。**当回答者的回答被系统性地忽视、绕过或重新定向时，提问就不再是探询，而是审讯。**

3.3. 系统性无视科学文献

训诫式干预的第三个方法论缺陷尤其令人不安：在一个有大量经验研究可资参照的领域中，它系统性地忽视了这些研究的结论。

当代心理治疗研究的多项元分析一致表明，治疗关系的质量——特别是治疗联盟 (*Therapeutic Alliance*)——是治疗效果最可靠的预测因素，其效应量显著超过任何特定的治疗技术 [13]。而治疗联盟的核心要素包括共情性理解、对来访者主观世界的尊重，以及治疗目标的协商性设定——这些要素中的每一个都与训诫式干预的操作序列直接矛盾。

与此同时，向下社会比较（“比比那些更惨的人”）在抑郁症研究中已被证明不仅无效，甚至有害——它增加了患者的内疚感和自我贬低⁵。案例 B 中的母亲和案例 C 中的咨询师所部署的恰恰是这一策略——而一位持证心理咨询师对这一基本研究结论的无知（或无视）本身就构成一个严重的专业伦理问题。

3.4. 侵犯个体对自身经验的诠释权

最后，从自由民主传统所捍卫的个体权利角度看，训诫式干预侵犯了一项根本权利：个体对自身经验的诠释权 (*Right to Interpretation*)。

案例 A 中 D 的断言——“你的幸福观是扭曲的”“你在以自己为中心判断一切”——不是对 M 行为的描述，而是对 M **内心状态**的终审裁决。这一裁决既未经 M 的认可，也未提供任何经验证据支持。它的逻辑结构是：D 持有一套关于“正确的幸福观”的标准，M 的表达不符合该标准，因此 M 的

³即便咨询师确实目击了一位微笑的建筑工人，从“微笑”到“幸福”的推断本身就是一个需要检验的假设——面部表情与内心状态之间的对应关系远非简单。参见 [16]。

⁴如果这一推理成立，则在逻辑上，全人类中只有一个人——遭受最大痛苦的那个人——有资格声称自己在受苦。这是一个荒谬的结论。

⁵Wills [17] 的经典研究虽然提出向下比较在某些条件下可以暂时提升主观幸福感，但后续研究表明，在抑郁症患者群体中，向下比较往往激发的不是“我比他们好”的安慰，而是“我连这么惨的人都不如——连他们的坚强我都做不到”的进一步自我贬低。

幸福观是“扭曲的”。但“正确的幸福观”是什么？谁有权定义它？D的标准本身是否经过反思性检验？这些问题在训诫式干预中从不被提出——它们被施助者预持的确定性所压抑。

罗杰斯的一个核心洞见在此显现出其深刻性：来访者是自身经验的最高权威⁶。治疗师的职责不是告诉来访者“你的感受是错的”，而是创造一个足够安全的空间，使来访者能够自行审视自己的感受。训诫式干预恰恰颠倒了这一关系：它将施助者置于来访者内心世界的裁判席上，而来访者则被降格为需要被“纠正”的对象。

存在主义心理学和后现代建构主义从不同方向进一步深化了这一批判，将其从“诠释权”推进到“意义的建构权”。弗兰克尔在纳粹集中营的极端处境中发现，即便在最深重的苦难中，人仍然保有选择自身态度的自由——但这一自由的关键在于：**意义必须由个体自行发现，不能由外部权威灌输** [3]。弗兰克尔因此将意义意志 (*Will to Meaning*) 置于心理治疗的核心，但他所说的“意义”绝非某种可以由治疗师事先准备好的标准答案——它是来访者在自身独特处境中通过创造性行动、体验性相遇或对不可避免之苦难的态度转化而自行发现的。亚隆在此基础上更进一步：人类存在的四个终极关怀 (*Ultimate Concerns*)——死亡、自由、孤独与无意义——不是可以被“纠正”的认知歪曲，而是人类处境的结构特征 [4]。**当来访者说“我不知道生活的意义”时，他不是表达一个有待修正的错误信念，而是在面对一个存在主义哲学两千年来持续追问的根本问题。**

后现代理论则从认识论层面瓦解了训诫式干预的意义僭越。利奥塔的宏大叙事终结论 [5] 直接适用于此：训诫式干预中施助者部署的“意义”——“世界是美好的”“你应该感恩”“承担责任就是幸福”——无一例外都是宏大叙事的碎片，它们将特定社会群体的意义框架伪装为普遍有效的真理。格根的社会建构主义进一步论证：意义不是存在于个体头脑中的心理实体，而是在关系性对话中持续生成的社会过程 [6]。这意味着，**不存在一个先于对话的、可以由一方向另一方“传递”的现成意义**——任何声称拥有这样一个现成意义的立场，都是对意义之社会建构本质的根本误解。

此处必须直面一个二律背反：本文第 4 节将以“全人类解放叙事”为批判资源——而全人类解放叙事本身恰恰是利奥塔所宣判死刑的宏大叙事之一。如果宏大叙事已经终结，那么援引马克思主义来批判训诫式干预，不正是在用一个“已死的”叙事来反对另一个？这一张力是真实的，不可回避。我们的回应是：利奥塔的宏大叙事终结论本身就是一个需要限定而非全盘接受的命题。它精确地适用于训诫式干预的语境——当施助者将“感恩”“责任”“乐观”等特定的意义碎片当作不证自明的终审裁决来部署时，他正是在执行利奥塔所批判的操作：将一个特殊的小叙事冒充为普遍有效的宏大叙事。然而，宏大叙事终结论不等于“一切结构性分析都是非法的”。马克思主义的批判功能——揭示话语实践背后的阶级利益与意识形态功能——不要求接受“历史的必然终点”这一宏大叙事；它只要求承认社会结构对个体经验具有因果效力——这是一个经验性的、可检验的命题，而非一条需要信仰的教义。换言之，我们在工具意义上而非教义意义上使用解放叙事：**不是作为一个关于人类命运的宏大叙事，而是作为一套用于识别意识形态功能的分析工具。**这一区分——解放叙事作为分析工具 vs. 解放叙事作为终极叙事——是本文能够同时使用利奥塔与马克思而不自相矛盾的条件⁷。

⁶参见 [1]。罗杰斯的这一立场在此后的人本主义心理学传统中被反复确认和发展。它并不意味着来访者的每一个信念都是“正确的”——它意味着任何关于来访者内心世界的知识都必须经由来访者自身的探索获得，而不能从外部强加。

⁷这一立场接近于哈贝马斯对利奥塔的著名回应：宏大叙事的**教条形态**应当被拒绝，但启蒙规划的**批判功能**不能因此被废弃。将洗澡水倒掉时不必连孩子一起倒掉。

伊斯兰传统在此提供了一个意想不到的调和资源：

真主必定不变更任何民众的情况，直到他们变更自己的情况。

— 古兰经 13:11

这节经文的主流经注 (*tafsir*) 侧重于“若人不自堕，真主不降灾”的警示性解读。但一条同样有根据的解读方向是：**真主的改善以人类自身的努力为先决条件**——意义不会从天而降，人必须先行动起来。这一解读与弗兰克尔的意义意志精确对应：意义存在，但它不是被动等待的礼物，而是需要人类主动寻求、主动建构的⁸。由此，伊斯兰传统既不陷入训诫式干预的意义僭越（宣称自己知道他人的存在应当朝向什么意义），也不陷入后现代虚无主义的风险（宣称意义完全不存在）——它确立了一种**积极的认知谦逊**：意义是真实的，追问意义是必要的，但对意义的终审裁决权不属于任何人类个体。

这一存在主义-建构主义的洞察精确地照亮了本文三个案例中的意义冲突。案例 B 中的女儿说“不知道生活的意义”——在存在主义的视角下，这是一个勇敢而诚实的存在表达，而非一个需要修正的症状。母亲以“你有书读就已经很好了”回应，是在用一个从众的、外部赋予的意义框架（“活着=有意义”）堵塞女儿对意义的真诚追问。案例 C 中的咨询师以“责任”作为生活意义的标准答案部署，同样是在执行利奥塔所描述的操作：将一个特定的小叙事冒充为宏大叙事。而当来访者的意义定义——或者更准确地说，来访者对意义问题的开放性追问——与施助者的预设框架不一致时，训诫式干预的标准反应不是承认“也许我的意义框架并不适用于你”，而是将来访者的不一致编码为来访者的缺陷。**这是对意义之不可判定性的制度性否认。**

4. 来自全人类解放叙事的批判：意识形态的再生产功能

本节从唯物辩证法与意识形态批评出发，揭示训诫式干预作为一种意识形态机器的功能——它如何将结构性压迫产生的痛苦重新编码为个体心态的缺陷，从而客观上服务于现存社会关系的再生产。

4.1. 从结构到个体：痛苦的重新编码

马克思在《关于费尔巴哈的提纲》第六条中指出：“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和。” [18] 由此出发，个体的心理状态不能脱离其所嵌入的社会关系来理解。一个人的“悲观”不是凭空产生的主观选择，而是特定社会条件的心理反映。

然而，训诫式干预的核心操作恰恰是将这一因果链条截断：它承认个体的痛苦（“我知道你不开心”），但将痛苦的根源定位于个体自身的心态（“你太悲观了”“你的幸福观是扭曲的”），而非产生这一心态的社会条件。这一重新编码的意识形态功能是精确的：**如果痛苦的根源在于个体心态而非社会结构，那么需要改变的就是个体而非社会。**正当的社会不满被转译为需要矫正的心理缺陷，结构性压迫的受害者被重新定义为自身消极心态的责任人。

案例 A 提供了一个教科书式的范例。M 的童年创伤——一种在特定家庭结构与社会环境中产生的伤害——被 D 重新编码为 M 自身的“价值观”问题和“以自己为中心”的性格缺陷。结构性因素（家庭暴力、教育体制的失败、社会支持系统的缺位）在 D 的话语框架中根本不存在。受害者不仅承受了伤害，还被要求为自己对伤害的反应承担责任——这是一种典型的受害者有罪论 (*Victim Blaming*) 的话语结构。

⁸这一解读可与古兰经 53:39 对照：“各人只得享受自己的劳绩。”两节经文共同确立了一个原则：人类既不是自己命运的终审裁判者（这属于真主），也不是纯粹的被动承受者——人类是意义的**积极寻求者**。这恰好处于训诫式干预（“我来告诉你意义是什么”）和虚无主义（“不存在任何意义”）之间的中间地带。

4.2. 向下比较的政治经济学

案例 B 和案例 C 中大量出现的向下比较（“看看打仗的孩子”“看看建筑工人”）值得从政治经济学的角度进行专门分析。

向下比较的逻辑结构是：展示一个境况更差的他者，以此论证当前的受苦者“不应该”痛苦。但这一操作的政治功能远比其表面逻辑深刻。当母亲说“战乱地区的孩子被炸死了，你有书读就已经很好了”时，她实际上在执行以下意识形态操作：

1. **将极端苦难正常化为参照基准。**基准不是“人应该过什么样的生活”，而是“人可以过多惨的生活”。这一基准的选择本身就是意识形态性的——它将讨论框架从“应然”（人有权期望什么）偷换到“实然”（人最差能承受什么）。
2. **消解正当的社会不满。**如果总是存在一个更惨的参照点，那么任何对现状的不满都可以被向下比较所消解——任何改善生活的诉求都可以被“你已经比 X 好了”所驳回。向下比较因此天然地服务于维护现状。
3. **转移因果追问。**将注意力从“为什么这个孩子痛苦”转向“为什么这个孩子不该痛苦”——从因果分析转向道德审判。

案例 C 中来访者对咨询师的回应精确地揭露了向下比较的结构性荒谬⁹。而案例 B 中另一位在场患者对母亲的回应——“昨天你不开心，今天打仗炸死了人，你开心了。你喜欢看人死是吗？”——则以一种朴素但毁灭性的逻辑，揭示了向下比较在伦理上的归谬：如果他人的不幸是你感到满足的理由，那么你实际上在以他人的不幸为自己的心理消费品。

4.3. “责任”话语的阶级功能

案例 C 中的咨询师在引导来访者讨论“建筑工人的幸福”时，最终将对话收束于一个关键词——“责任”。他声称，年轻人不想结婚、不想生育，是因为“大多数人不想承担责任”。这一论断值得从马克思主义政治经济学的角度进行拆解。

“责任”在此语境中指的是什么？赡养父母的责任、养育子女的责任、对“社会”的责任。但如来访者准确指出的：“在资本主义经济条件下，社会责任不成立。这本质上是‘出卖劳动换取生存所需’。在社会主义计划经济下，‘为社会奉献’这一论述才是健全的。”这一回应揭示了“责任”话语的阶级本质：在资本主义劳动关系中，工人的“责任”——出卖劳动力以维持家庭再生产——不是自由选择的道德义务，而是经济强制下的生存策略。将这一经济强制包装为道德责任，是意识形态国家机器 (*Ideological State Apparatus*) [19] 的标准操作：它使被剥削者将剥削内化为义务，将反抗编码为不负责任。

由此，训诫式干预的意识形态功能变得完全透明：它是再生产现存社会关系的微观机制。通过将结构性困境（买不起房、负担不起育儿成本、在劳动市场中被压榨）重新编码为个体心态的缺陷（“不想承担责任”），它系统性地消解了对社会结构的批判性追问，使痛苦的原因从可见的制度安排转移到不可见的个人内心。这不是阴谋——施助者通常真诚地相信自己在帮忙——但真诚不能豁免意识形态分析。阿尔都塞早已指出：意识形态最有效的运作方式恰恰是通过真诚的主体¹⁰。

5. 来自伊斯兰经院哲学的批判：认识论的僭越

前两节的批判从经验科学和政治经济学出发，指出了训诫式干预在方法论和意识形态上的缺陷。本节转向一个更古老、更根本的传统——伊斯兰经院哲学——对训诫式干预提出认识论 (*Epistemological*) 层面的批判：它在本体论上预设了一种人类理智所不具备的能力。

⁹当被问及是否想过为什么高温下的建筑工人依然“开心”时，来访者的第一反应是：“在超过 40 摄氏度的天气里室外工作是违反劳动法的。”——这一回应绕过了咨询师的修辞框架，直接指出了被框架掩盖的结构性问题：该工人不是“幸福的劳动者”，而是劳动权利被侵害的受害者。

¹⁰“意识形态把个体询唤为主体” [19]。训诫式干预的施助者自己就是被意识形态成功询唤的主体——他们真诚地相信“积极心态”的价值，正如真诚地信仰上帝的信徒不会质疑教会的意识形态功能。

5.1. 知识的界限与灵魂的不可穿透性

他们问你精神是什么？你说：精神是我的主的机密。你们只获得很少的知识。

— 古兰经 17:85

这节经文在伊斯兰认识论传统中具有基石性地位。它确立了一条原则：**人类的认知能力是根本有限的**——不是偶然的、可以通过更多研究克服的有限，而是本体论层面的、构造性的有限。灵魂（الروح, *al-rūh*）属于真主的事务，不在人类知识的合法管辖范围之内。

安萨里 (al-Ghazālī, 1058–1111) 在《哲学家的矛盾》(*Tahāfut al-Falāsifa*) 中将这一认识论原则发展为套系统的批判工具 [20]。安萨里的核心论证是：人类理智（العقل, *al-ʿaql*）是一个有用但有限的工具。它能够处理它所接收的材料——感觉经验、逻辑推理——但它**不能**穿透它所无法接收的对象。他人的内心状态恰恰属于后者：我们可以观察他人的行为、听取他人的言语，但我们**不能**直接访问他人的内心体验。任何关于他人内心状态的声称——“他其实很幸福”“她只是在自怨自艾”“悲观的人满脑子都是自己”——在认识论上都是僭越 (*Transgression*)：它声称拥有人类认知工具所无法提供的知识。

这一批判适用于本文所有三个案例。案例 A 中，D 声称“悲观的人其实满脑子都是自己”——这是关于“悲观的人”这一整个范畴的内心状态的全称命题。案例 B 中，母亲声称女儿“不应该”觉得生活没有意义——这预设了母亲有能力判断什么构成他人生活的“意义”。案例 C 中，咨询师声称建筑工人“仍然很开心”——这是关于一个他并不了解的他者的内心状态的断言。在每一个案例中，施助者都在执行伊斯兰认识论所严厉禁止的操作：**对他人的灵魂作出终审裁决**。

5.2. 先知的认知谦逊

伊斯兰传统中一个令人惊叹的范例是先知穆罕默德 ﷺ 自身的认知谦逊：

你说：我不是破天荒的天使；我不知道我要遭遇什么，也不知道你们要遭遇什么，我只遵从我所受的启示，我只是一个坦率的警告者。

— 古兰经 46:9

先知 ﷺ——伊斯兰传统中最接近真主的人类——明确宣称他不知道自己的未来，更不知道他人的未来。如果连先知 ﷺ 都不声称拥有对他人命运的知识，那么一个普通人——无论是朋友、家长还是心理咨询师——凭什么声称自己知道他人“应该”怎样感受、怎样生活？

5.3. 终极意义的不可判定性

伊斯兰认识论的批判不仅及于对他人内心状态的裁决，更及于一个更根本的问题：终极意义 (*Ultimate Meaning*)——苦难的意义、生存的意义、死亡的意义——是否属于人类知识的合法管辖范围？

古兰经在多处将终极意义的知识明确归属于真主：

在真主那里，的确有关于复活时的知识，他常降及时雨，他知道胎儿的（性别）；而任何人都不知道自己明日将做什么事，任何人都不知道自己将死在什么地方。真主确是全知的，确是彻知的。

— 古兰经 31:34

这些经文确立的不是虚无主义（“人生没有意义”），而是一种**认识论的不可判定性**：意义存在，但其终极裁决权不属于人类。安萨里的框架在此尤为精确：人类可以**寻求意义**——事实上，寻求意

义是信仰的核心实践——但不能**声称拥有**关于意义的终审裁决权。这一区分至关重要：它区分了意义的**追问**（开放的、谦逊的、持续的）与意义的**宣判**（封闭的、僭越的、终结对话的）。

值得注意的是，这一伊斯兰认识论立场与存在主义哲学呈现出深刻的结构对应。弗兰克尔区分了“意志的意义”（人必须寻求意义）与“终极意义”（超出人类理解能力的更高维度的意义）[3]——这一区分在结构上与伊斯兰传统中“人类的寻求”与“真主的知识”的区分对应。亚隆则更为直白：面对无意义是人类存在的基本处境，而**真正的治疗不在于消除这一处境，而在于帮助来访者在其中找到属于自己的栖居方式** [4]。

训诫式干预对这一不可判定性的否认是系统性的。案例 B 中，“你有书读就已经很好了”预设了“拥有教育机会=生活有意义”——一个未经论证的意义等式。案例 C 中，“承担责任”被当作不证自明的人生意义部署——但为什么承担这些特定的责任（而非其他责任、或根本不将“责任”作为意义的核心）就是有意义的？对此咨询师不作任何论证，因为在训诫式干预的框架中，**意义问题被预先关闭了**——它不是一个有待探索的开放问题，而是一个已有标准答案的封闭问题。这恰恰是安萨里所严厉警告的僭越的极端形态：不仅声称知道他人的内心状态，更声称知道他人的存在应当朝向什么意义。

此处援引古兰经不是在诉诸宗教权威——“你应该相信这节经文因为它是真主的话”——而是在诉诸一个认识论原则：**人类的认知能力有界限，界限之外的东西应当保持沉默**。这一原则不依赖于是否接受古兰经的神启地位——它与维特根斯坦的“对于不可说的东西我们必须保持沉默” [21]、与康德对“物自体”不可知性的论证 [22]、与波普尔对科学知识之暂时性的识别 [9] 共享同一个深层结构。不同的符号，同一个结构——*Different symbol, same structure*。

5.4. 对“认知边界即逃避”的回应

在案例 A 的对话中，D 进一步反驳道：“认知边界往往是借口，是逃避的借口。”这一反驳值得认真对待，因为它触及了认识论谦逊的一个真实风险：以“我们不可能知道”为由回避一切判断，从而滑入相对主义或虚无主义。

然而，这一反驳本身犯了一个精确的逻辑错误：它将“认知边界的存在”（一个认识论命题）与“利用认知边界来逃避”（一个心理学命题）混为一谈。认知边界是否存在，是一个独立于任何人是否以它为借口的客观问题。太阳围绕银河系中心运转，这一事实不会因为有人滥用天文学来逃避责任而变得不真实。同理，人类无法穿透他人内心，这一认识论事实不会因为有人滥用它来逃避道德判断而变得不真实。

认知边界的否认往往是僭越的借口。否认认知边界的真正风险不是谦逊，而是狂妄：它允许有限的人类理智声称拥有它实际上不拥有的权威，并以这一虚假的权威进行裁决¹¹。

6. 收敛：殊途同归的判决

三条批判路径——科学方法论、唯物辩证法、伊斯兰认识论——从不同的出发点出发，使用不同的概念工具，却精确地收敛于同一组结论：

自科学方法论出发：训诫式干预部署了未经检验的前提、修辞性的提问、和与经验证据相矛盾的策略。它不是科学的实践，而是**反科学**的实践。

自唯物辩证法出发：训诫式干预将结构性压迫重新编码为个体缺陷，以“责任”“感恩”“知足”等规范性话语消解正当的社会不满。它不是中立的实践，而是**意识形态**的实践。

自伊斯兰认识论出发：训诫式干预假定人类理智可以穿透他人内心并对其作出终审裁决。它不是谦逊的实践，而是**僭越**的实践。

¹¹我们还可以注意到，当这种狂妄被系统性地放大，产出往往是灾难性的：国际共运中的各种激进实践、对自由市场过度信任引发的全球性金融危机、穆尔太齐赖派的消亡和以“圣战”为名的恐怖主义活动。

三条批判路径还在一个此前被忽视的维度上展现出额外的收敛：**意义的不可判定性**。自由民主传统中的存在主义哲学论证，意义必须由个体自行发现，不能从外部灌输 [3], [4]。全人类解放叙事揭示，训诫式干预中部署的“意义”（感恩、责任、知足）不是普遍真理，而是特定阶级立场的意识形态产物。伊斯兰认识论则最为激进地宣告：终极意义属于真主的事务，人类只能寻求而不能宣判。后现代理论提供了一个跨传统的共同框架：利奥塔的宏大叙事终结论 [5] 与格根的社会建构主义 [6] 共同论证，**任何声称拥有关于他人生活之意义的终审裁决权的立场，都是认识论上的僭越**——无论这一立场来自个人直觉、临床手册还是社会习俗。

三个判决可以合并为一个：**训诫式干预不是治疗，而是规训；不是理解，而是征服；不是对话，而是独白的伪装。**

这一收敛不是偶然的。它反映了一个更深层的事实：训诫式干预同时违反了人类知识实践的三个基本规范——尊重证据、尊重处境、尊重界限。无论用哪套符号来表达这些规范，违反它们的行为都将被判定为非法。

值得注意的是，三条批判路径之间并非没有张力。自由民主传统强调个体权利，全人类解放叙事强调结构性分析，伊斯兰经院哲学诉诸超验权威——这三者之间存在深刻的哲学分歧，且此种分歧不在本文的讨论范围之内。但正是在对训诫式干预的批判中，它们展现出了罕见的一致性——这一致性本身就是训诫式干预之谬误的一个强有力的佐证：当如此不同的传统都指向同一个结论时，这个结论的可靠性就不再取决于任何单一传统的预设。

7. 结论：重新注入

本文呼吁将上述批判洞察重新注入心理治疗的理论与实践。这不是一个纯粹学术的呼吁——它指向具体的实践变革：

对科学规律的尊重。心理治疗应当建立在经验证据的基础上，而非施助者个人的“人生智慧”。当经验证据表明某种做法对患者有害时，临床工作者有义务遵循这一证据，而非凭直觉行事。

对意识形态问题的敏感性。心理治疗师应当被训练去识别自己话语中的意识形态预设——“你应该感恩”“你应该承担责任”这些表述不是价值中立的，而是嵌入了特定的阶级立场和社会规范。这不意味着治疗师必须成为马克思主义者，而是意味着治疗师至少应当意识到自己不是在真空中说话。

对他人主观世界的根本尊重与认知谦逊。无论从哪个传统出发——罗杰斯的无条件积极关注 (*Unconditional Positive Regard*)、马克思的“人的本质是社会关系的总和”、还是古兰经的“灵魂只有我主知道”——结论都是一致的：**我们没有权利对他人的内心世界作出终审裁决**。治疗的起点不是“我知道你的问题出在哪里”，而是“我不知道——请告诉我”。

对意义之不可判定性的尊重。当来访者说“我不知道生活的意义”时，这不是一个有待修正的“认知歪曲”，而是一个存在主义哲学两千年来持续追问的根本问题 [4]。治疗师的任务不是提供一个现成的意义——更不是将自己从众的、未经反思的意义框架强加于来访者——而是陪伴来访者在意义的不确定性中寻找属于自己的栖居方式。弗兰克尔的洞察在此具有永恒的相关性：意义不是被给予的，而是被发现的 [3]。后现代建构主义进一步提醒我们：意义的发现不是孤立的心理事件，而是在关系性对话中持续生成的社会过程 [6]——而训诫式干预恰恰是对话的反面。

训诫式干预之所以如此普遍、如此顽固，恰恰因为它满足了施助者自身的心理需求——确定感、控制感、道德优越感。拒绝训诫式干预，意味着接受一种深刻的不确定性：我可能不了解你的内心世界；你的痛苦可能有我无法想象的根源；你对自己处境的理解可能比我更准确。这种不确定性是令人不安的——但正是在这种不安之中，真正的对话才有可能开始¹²。

¹²本文是否是一种训诫式干预？读者不妨自行判断。لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ — 真主至知。

参考文献

- [1] C. R. Rogers, *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. Boston: Houghton Mifflin, 1951.
- [2] W. R. Miller 和 S. Rollnick, *Motivational Interviewing: Helping People Change*, 3 版. New York: Guilford Press, 2013.
- [3] V. E. Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. Boston: Beacon Press, 1959.
- [4] I. D. Yalom, *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books, 1980.
- [5] J.-F. Lyotard, *The Postmodern Condition: A Report on Knowledge*. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1984.
- [6] K. J. Gergen, *An Invitation to Social Construction*, 2 版. London: Sage, 2009.
- [7] A. T. Beck, A. J. Rush, B. F. Shaw, 和 G. Emery, *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Press, 1979.
- [8] P. Moloney 和 P. Kelly, 《Beck Never Lived in Birmingham: Why CBT May Be a Less Useful Treatment for Psychological Distress Than Is Often Supposed》, *Clinical Psychology*, 卷 34, 页 4 ~10, 2004.
- [9] K. Popper, *The Logic of Scientific Discovery*. London: Hutchinson, 1959.
- [10] I. Lakatos, *The Methodology of Scientific Research Programmes: Philosophical Papers Volume 1*. Cambridge: Cambridge University Press, 1978.
- [11] A. Grünbaum, *The Foundations of Psychoanalysis: A Philosophical Critique*. Berkeley: University of California Press, 1984.
- [12] J. Shedler, 《The Efficacy of Psychodynamic Psychotherapy》, *American Psychologist*, 卷 65, 期 2, 页 98~109, 2010.
- [13] B. E. Wampold, *The Great Psychotherapy Debate: Models, Methods, and Findings*, 2 版. New York: Routledge, 2015.
- [14] D. Pilgrim, 《The Hegemony of Cognitive-Behaviour Therapy in Modern Mental Health Care》, *Health Sociology Review*, 卷 20, 期 2, 页 120~132, 2011.
- [15] F. Dalal, *CBT: The Cognitive Behavioural Tsunami: Managerialism, Politics and the Corruptions of Science*. London: Routledge, 2018.
- [16] J. A. Russell, 《Is There Universal Recognition of Emotion from Facial Expression? A Review of the Cross-Cultural Studies》, *Psychological Bulletin*, 卷 115, 期 1, 页 102~141, 1994.
- [17] T. A. Wills, 《Downward Comparison Principles in Social Psychology》, *Psychological Bulletin*, 卷 90, 期 2, 页 245~271, 1981.
- [18] K. Marx, 《Theses on Feuerbach》, *The German Ideology*. 1845 年.
- [19] L. Althusser, 《Ideology and Ideological State Apparatuses (Notes Towards an Investigation)》, *Lenin and Philosophy and Other Essays*. New Left Books, London, 1971 年.
- [20] A. H. al-Ghazālī, *The Incoherence of the Philosophers*. Provo, UT: Brigham Young University Press, 2000.
- [21] L. Wittgenstein, *Tractatus Logico-Philosophicus*. London: Routledge, 1961.
- [22] I. Kant, *Critique of Pure Reason*. 1781.