



彭凯平：“新”时代的幸福“心”理学

■文汇讲堂 孔冰欣

“先哲苏格拉底曾说，我宁愿做一个痛苦的思想者，也不愿做一只幸福的猪；反观当下，有网友调侃宁做幸福的猪，不做痛苦的人。我发现人们对幸福的理解千差万别，还存在一些认识误区：比如幸福是理想，幸福是满足，幸福是无为……为什么说这些幸福观可能是错的呢？这取决于幸福是不是一门严谨的科学。”

2011年5月15日，第40期文汇讲堂上，美国加州伯克利分校心理学系终身教授、清华大学心理学系主任彭凯平为现场听众作了一次“幸福科学”的普及。幸福是什么？财富、名誉、权力真的能给我们带来幸福吗？彭凯平发现，心理感受到的自由意志程度决定了人们幸福感的程度，欲得幸福，先明本心。正基于此，彭凯平和他的同仁们为传播积极心理、幸福科学而不懈前行。肩负着新时代心理学胸怀天下的新使命，“幸福团队”播下的幸福火种，终将无远弗届，幸福燃烧。

问“心”： 心理学是研究让人幸福的学科

追求幸福科学的彭凯平，当初与心理学的结缘却可谓一波三折。

1979年，还是湖南岳阳一中初三学生的彭凯平接到了北京大学的录取通知书，那年他才16岁。彼时，唐山大地震的余波激励着少年拳拳报国心，曾自制地震预报仪的彭凯平矢志研究物理和地质学。然而，出乎意料的是，他最终因高考志愿调配心不甘情不愿地转为临床心理系的新生。众所周知，心理学一度在新中国成立后遭受过毁灭性的打击，甚至被蔑称为“资产阶级伪科学”，必须“彻底砸烂”。这样的一门学科，能够助人找到生活的意义吗？幸好，短暂的郁闷和存疑过后，天资聪颖的彭凯平逐渐发现了心理学的魅力况味。他埋头钻研，自此一发而不可收拾，被誉为“可塑之才”，并在毕业后决定留校担任心理系的教师。

1991年，彭凯平参加的北大与密歇根大学为期两年的交流活动结束了，他深感国内心理学教育不系统，为免误人子弟，遂弃教再学，以求将来以更合格的师者形象回归讲台。攻读博士期间，彭凯平发表了《文化与归因》等一系列论文并获嘉奖，这也让他在美国心理学研究领域崭露头角，多所知名高校向其抛出了任教的橄榄枝。在导师的建言下，回国心切的彭凯平几经思量，选择了加州大学伯克利分校心理学系作为事业的第二个起点。凭借个人的努力，他在社会心理学研究领域颇有建树，其论文是该领域中青年学者中被引用最多的；专著《文化心理学》为美国多所大学指定参考书；2004年，伯克利分校聘任他为终身教授。

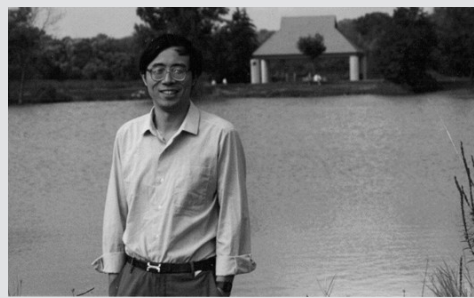
在美国取得成功的彭凯平时刻不忘回归故土。2007年，他利用休假时间回国居住了半年，发现处在转型期的中国社会正遭遇发展瓶颈，光怪陆离的纷繁世态令他忧心不安，“这几年，中国发展面临很多社会问题，不能简单归结于改革开放，这是我们现代化过程中必须付出的代价。既然



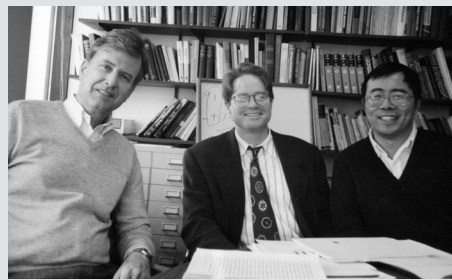
彭凯平曾做客第40期文汇讲堂，主讲“我们能做幸福的‘猪’吗”



国际幸福日的“中国之声”



1989年，彭凯平离开北大，赴美前往密歇根大学担任访问学者



留学期间，彭凯平与友人相处融洽，学术上也经常交流，互相切磋

中国进入现代化行列，那么和其他发达国家一样，面临着幸福追求的转型。而人均GDP到达3000美元后，幸福与财富没有正相关了。”

彭凯平意识到，作为积极心理学的主体而独立问世的幸福科学，对于转型期中国社会的引导具有重要作用。它推翻了社会达尔文主义对人性阴暗面的假定，看重人本之活力与美德，这恰恰与弘扬仁善的中华传统文化贴合。于是，跳出社会文化心理学领域，以更宽广视野致力于研究幸福科学的彭凯平，顺应2008年清华大学心理学系重建工作的召唤，将事业重心、关注焦点转向国内。

求“新”： 非止临床治疗，问诊社会问题

清华心理学系复系后的首任系主任——此般荣誉给予彭凯平，其实是一份任重而道远的托付。犹记当初，清华国学院四大导师之一的王国维是第一位将心理学介绍到中国的学者，1907年，他翻译出版了丹麦海甫定(Harold Høfding)的《心理学概论》；1910年，他翻译出版了美国禄克尔的《教育心理学》；还在南通、苏州等地的师范大学教授心理学。1921年，中华心理学会在南京成立，它是中国心理学会的前身，首任会长张耀翔就是清华学子。1922年，张耀翔还创办了我国第一本心理学专业刊物《心理》，同年他在北京进行了中国最早的民意测验。1926年秋，著名心理学家唐钺、孙国华、周先庚等创建了清华大学教育心理学系，1928年正式改为心理学系。

先辈功业，不是压力，而是动力。彭凯平和他的同事们，对于积极心理学的前景充满信心。清华大学心理学系发展研究中心主任、彭凯平的“老搭档”陈绍建博士介绍，“在彭教授的牵头下，清华做了很多与中国梦、和谐社会相关的研究；也向公众开放了不少心理学课程的研修班；还着手筹办中国国际积极心理学大会，明年已经是第三届了。胡锦涛同志曾在清华百年校庆结束后对我们表示肯定——研究国民积极心态，是清华‘幸福科学团队’所做的一大好事，对国家、对社会有帮助。”

然而，追求幸福之路远非平坦途。目前，国人对积极心理学的认知尚未达标，甚至不乏从事正统心理学研究的专业人士，认为彭凯平的幸福科学未免有些“不务正业”。诸如“人为什么光明正大，光线越亮心越明？”“何谓哭笑不得、悲喜交加”这样的创新性实验道德心理学课题，得不到传统成见的理解。强调“心理学主要应用于临床治疗”的专家们，和埋头于基础理论研究、或过分关注认知神经科学的学者们，似乎并没有真正意识到，全球化时代，心理学家需要为国民的生存、安康和可持续发展承担必要的责任，社会发展、民族复兴、国家强盛不仅与政治学、经济学相关，更与心理学相关。

社会转型之际，心理学发展同样亟待转型，以符时代所需。彭凯平坚持从社会角度、从文化角度深度解读“幸福”话题，坚持心理学研究成果须投射到现实，胸襟格局气象一新，令人感佩。他给管理者上课，传授领导力的艺术；带队训练航母舰载机飞行员的心理稳定，从另一个侧面“保家卫国”；无一不体现了心理学问诊国家、服务社会的思想新维度。

有“数”： 理论实践结合，幸福科学“有底”

思想上的制高点，最终仍需落到实处，以免“上不着天，下不着地”。当然，一切实验设计、数据分析、讲座讨论，关键不在技术，而在行为；不是方法革命，而是思维革命；不是算法导向，而是问题导向；不是学科改变，而是学科颠覆。彭凯平带着他的幸福团队，近年来极力促成中国积极心理学大会、心理学与中国发展论坛等各类研讨会的举办，不断探索实现全面幸福的科学途径，不仅赢得了国内合作方的支持，更因中国作为联合国安理会常任理事国、世界第二大经济体，逐渐为世界所认可。

“爱因斯坦说过，没有宗教的科学是瘸子，没有科学的宗教是瞎子。”复旦大学心理学系主任孙时进可谓彭凯平的同道中人，“同理，我们要讨论幸福心理学，需要理论的指导，实践的操作，彭教授年初发布的幸福中国大数据研究，就是一次很

好的尝试。个人感觉，大数据研究这样的形式具有颠覆意义，相信国家层面已经认识到，科学研究应从技术转向应用，而社会应用恰恰需要学理的支持。”

孙时进口中的“幸福中国大数据研究”，指的是彭凯平团队与新浪等门户网站合作调查的《清华幸福中国指数》。事实上，3月20日，彭凯平即应联合国之邀，赴美参加国际幸福日纪念活动，并现场报告了此番大数据研究的成果。“人并不是越有钱越有幸福感，经济发展到一定水平后，幸福取决于其他很多因素。”彭凯平介绍，清华大学2013年成立了行为与大数据实验室，而用大数据的方法计量整个国家的幸福指数，在全球范围内尚属首次。“团队根据中国人的文化和心理特点，结合幸福科学的经典理论，构建了可以测量幸福程度的中文心理词库，中国人表达幸福的方式‘行胜于言’，会选择用行动来表达。同时，中国人的幸福表达也经常通过新近在社交媒体上流行的表情符来体现，所以，我们以此绘制出中国的幸福地图。”

幸福指数并非凭空得来，学科的发展、社会的变动助推大数据的探讨。彭凯平团队的幸福科学，依托理论指导，体察社会问题，重塑新幸福观，让你我心里“有数”。“有理才算数，有‘数’才有底，这就叫心里有‘数’。其实，说来说去，无非一句话——心理学研究应理论结合实践，最终为社会发展做出贡献。”孙时进笑着解释道。

诚然，学术的研究，应该与国家的建设，民族的命运紧密相连。走进又一个新时代的中国，需要一门可以帮助国人解决现实困境、寻找精神乐园的幸福科学。下医治病，中医治人，上医治国，心理学不仅是让人幸福的科学，也应立足于一份问计苍生、家国天下的使命感。

彭凯平曾在联合国“幸福日”主题活动中强调，幸福是人类的共同诉求，走向复兴之路、面临转型阵痛的中国，在这一点上尤其需要为自己发声，让全球再审视中国积极心理学新格局的影响，让世界看到中国人已经开始反思幸福，乃至重建幸福。由“幸福科学”团队点燃的星星之火，带着灼人的温度，或许足够照亮转型期喧闹晦暗的灵魂，并蔓延到渴求幸福的每一个角落与罅隙。

2014 讲堂回顾



复旦大学哲学系教授俞吾金老师在“哲学季”开放论坛上关于《历史没有旁观者》的演讲，成了定格在讲堂听众记忆里的绝响



6月15日，台湾地区知名人士、国泰慈善基金会董事长钱复先生在第78期文汇讲堂上，做了《本世纪全球困境：中华传统文化的借镜》的主题演讲，强调“以定制乱，以俭去贪，以爱除恨”



9月13日，前外交部长李肇星做客第79期文汇讲堂，用生动的外交亲历故事阐述《如何讲好中国故事》的主题，并与华东师范大学国际关系与地区发展研究院院长冯绍雷教授共话国际热点



10月25日，“文学季”系列讲座拉开帷幕。著名作家、清华大学中文系教授格非，携手华东师范大学中文系教授、上海市作协副主席杨扬，分别以题为《开放的写作》、《安顿在城市的文学》的演讲，奉上文学饗宴的首道精神大餐



11月8日，“文学季”第二期专场讲座，著名作家、湖北省作协主席方方与刚入选教育部长江特聘学者的复旦大学中文系教授汪涌豪，分别做了《文学创作的个体表达》、《文学：一种否定与超越的力量》的主题演讲



“文学季”也是文汇讲堂送入文讲堂入理工科类高校系列工程的首次尝试，首站选择了华东理工大学。来自华理奉贤分播点的同学们积极提问，踊跃互动，是主会场外另一道亮丽的风景