

你以为你在“做人”，你只不过重复着“做个人”

和而不同 · 2026-07-23 08:38

海德格尔说，人是被“抛”入这个世界的。你未曾选择出身、时代与天赋，甚至连“想成为谁”的念头，也多半是环境悄悄塞给你的。于是你服从安排，扮演一个自己都不认识的角色——你以为这是“做人”，其实不过是日复一日地“做个人”。

“做人”与“做个人”，一字之差，天壤之别。“做人”是在空白处落笔，每一次选择都带着清醒的觉察；“做个人”却是在墨迹上描红，把重复误认为选择，把惯性误认为自己。你每天上班、吃饭、社交、刷手机，你以为你在主动地“做人”，其实你只是在被动地“做个人”——做着社会期待你做的那个“人”，重复着文化灌输给你的那套“人”的模样。你之所以觉得日子像复印机吐出的同一张纸，恰恰是因为你从未真正问过自己：这个“我”，究竟是谁决定的？

哲学家邓晓芒在《新批判主义》一书中，对此有着深刻的洞见。他指出，中国传统文化的根本症结在于“缺乏自我意识”——在这种文化中，自我被理解为一个“固定不动的点”，宇宙的一切都反映于其中，万物皆备于我，唯有自我本身无法在其中出现，就像镜子可以照见万物，却唯独照不见自己。这个无法被照见的自我，成了一个视觉上的“盲点”，一个“无”、一个“空”。你活了一辈子，却从未真正看见过“自己”——你看见的都是别人给你的角色、社会给你的标签、传统给你的义务。你只是在“做个人”，做那个文化早已替你写好的“人”。

这正是邓晓芒所批判的未经自我启蒙的混沌状态。人活在习惯里，活在从未被反省和质疑的价值体系里。你以为你在独立思考，其实你不过是在重复祖辈的思考；你以为你在自由选择，其实你不过是在执行文化早已编码好的程序。邓晓芒警告说，人很容易因为献身于一个自己所拥护的“理想”目标而感到“充实”，却在这个过程中不知不觉地丧失了自我，成了某种外在力量的驯服工具。你越是努力地“做个人”，越是完美地扮演社会给你的角色，你就越是远离那个真实的自己。

那么，出路在哪里？邓晓芒提出的“新批判主义”，给出的答案是“自我批判”。这种批判不是为了检讨个人偶然的行為和欲望，而是批判自己自幼习惯而未经反省、甚至未意识到的价值体系。它要求你像鲁迅那样，把反传统的刀首先指向自己，对自己身上那些天经地义的“真诚”进行无情的拷问和自我忏悔。只有当你开始质疑那个“理所当然”的自己，开始怀疑那些“从来如此”的活法，你才从“做个人”的惯性中挣脱出来，迈向了“做人”的第一步。

萨特说：“人是自由的，人注定自由，人背负着自由的重量。”察觉自己正在服从，便已站在服从之外；察觉自己正在重复，便已从重复中醒来。那份“腻”，那份对惯性的厌倦，恰恰是你尚未被彻底吞没的证据。

做人，终究是在“被给予”的牢笼里，做那一个决定转身的囚徒。这转身的一念，就是全部的自由。而这一念，始于你终于愿意问自己一句：我到底是在“做人”，还是在“做个人”？



扫码进原文:

<https://ximutan.com/forum/post/28>

以书会友，谈论天下

© 西木读书论坛