



镜与灯人文译丛

# 百年洞察： 二十世纪心理学思想启蒙

Century of Insight:

The Twentieth Century Enlightenment of the Mind

[英] 德里·麦克迪尔米德 著 苏·麦克迪尔米德 编

吕雅鑫 译



镜与灯人文译丛

# 百年洞察： 二十世纪心理学思想启蒙

Century of Insight:  
The Twentieth Century Enlightenment of the Mind

[英] 德里·麦克迪尔米德 著 苏·麦克迪尔米德 编  
吕雅鑫 译

CENTURY OF INSIGHT: THE 20<sup>TH</sup> CENTURY ENLIGHTENMENT OF THE MIND By  
DERRY MACDIARMID, FOREWORD BY SUE MACDIARMID, EDITED BY SUE MAC-  
DIARMID

Copyright: ©

This edition arranged with Jonathan Pegg Literary Agency  
Through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2015 JIANGSU EDUCATION PUBLISHING HOUSE

All rights reserved.

书 名 百年洞察：二十世纪心理学思想启蒙  
原 书 名 Century of Insight: The Twenty Century Enlightenment of the Mind  
作 者 [英]德里·麦克迪尔米德 著 苏·麦克迪尔米德 编  
译 者 吕雅鑫  
责任编辑 韩宇新  
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司  
江苏凤凰教育出版社(南京市湖南路1号A楼 邮编 210009)  
苏教网址 <http://www.1088.com.cn>  
照 排 南京凯建图文制作有限公司  
印 刷 扬州市文丰印刷制品有限公司(电话:0514-84225777)  
厂 址 扬州北郊天山镇兴华路25号(邮编 225653)  
开 本 787毫米×1092毫米 1/16  
印 张 21  
版 次 2015年9月第1版 2015年9月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5499-5266-3  
定 价 40.00元  
网店地址 <http://jsfhjycbs.tmall.com>  
新浪微博 <http://e.weibo.com/jsfhjy>  
邮购电话 025-85406265, 85400774 短信 02585420909  
盗版举报 025-83658579

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换  
提供盗版线索者给予重奖

## “镜与灯人文译丛”编委会

主 编：许 钧 吴文智

副主编：顾华明 王瑞书 朱永贞

编 委：许 钧 吴文智 顾华明 王瑞书 朱永贞  
许 多 吴葆勤 张 平 孙兴春

谨以此书

献给我的家人,献给我的过去、现在与未来。

## 致 谢

2006年9月先夫德里·麦克迪尔米德(Derry Macdiarmid)完成了《百年洞察》(*Century of Insight*)的手稿,但他还没来得及修订手稿就已离世,憾矣。对21世纪而言,这是一本鼓舞人心的上乘之作。因此我诚挚地希望我的后期编辑能如实再现先夫撰写该书的本意以及他想传达的信息。

在此,我想向所有为本书出版提供支持和实际帮助的人表示感谢,特别要感谢过去这些年为本书无私地奉献时间奉献想法的朋友们,同时也要感谢艾丽丝·宾(Alice Bing),感谢她将先夫的水彩画作设计成本书的封面。最后我要感谢我的三个儿子:卡卢姆(Calum)、杜加尔(Dugal)和费昂(Fionn),感谢他们一直以来对我的鼓励。这是一段很有意义的编辑旅程。

感谢以下出版方授权同意《百年洞察》转载:

Infobase出版社,授权转载2004年出版的《卡伦·霍妮:女性心理学》(*Karen Horney: Pioneer Of Feminine Psychology*),作者S.T.希区柯克(S.T.Hitchcock)。位于马萨诸塞州剑桥市的哈佛大学出版社,授权转载1974年出版的《家庭和家庭治疗》(*Families and Family Therapy*),作者萨尔瓦多·米纽庆(Salvador Minuchin),本书版权归哈佛大学所有。

“家庭生活的标准仍是传说中的‘所以他们结婚从此幸福地在一起生活’。怪不得很多家庭无法达到这个标准。”(Minuchin,1974,p.47)

位于伦敦的劳特里奇出版社,授权转载2002年出版的《论攻击》(*On Aggression*),作者康拉德·洛伦茨(Konrad Lorenz)。



“世间之爱，皆含攻击。”(Lorenz,2002,p.208)

感谢爱丁堡 Birlinn 出版社提供宝贵的爱丁堡诗歌朗诵会照片,左二为本书作者(约摄于 1962 年)。

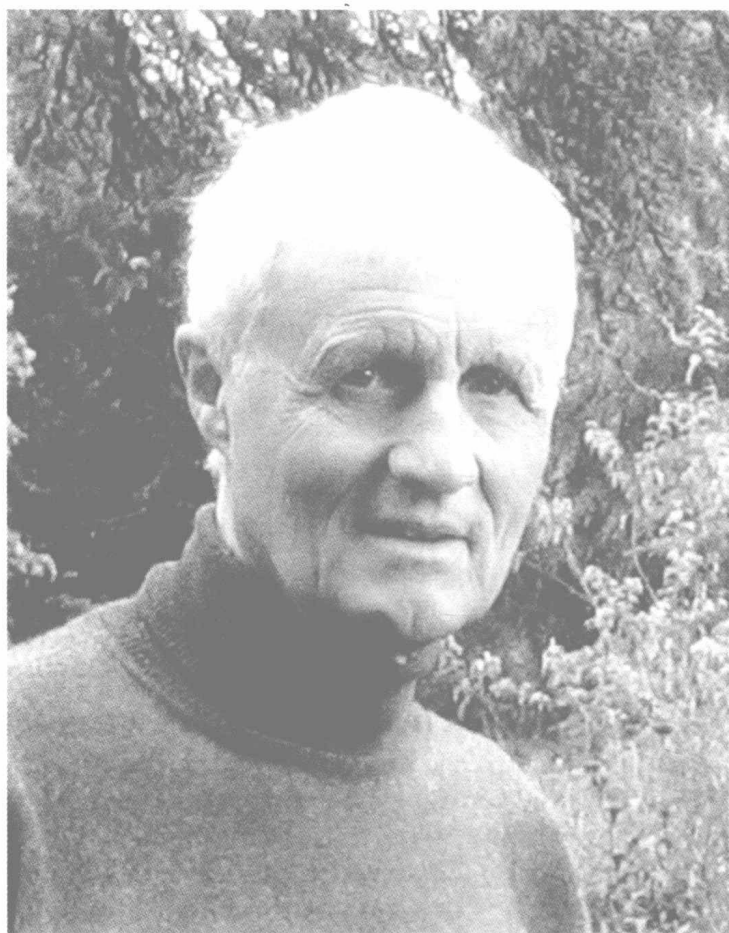
苏·麦克迪尔米德

2012 年 9 月

## 关于作者

1928年,德里·麦克迪尔米德出生于苏格兰一牧师住宅。德里早年对荣格心理学的兴趣引领他走上了分析心理学之路,之后他接受医疗训练成为英国国家医疗服务体系(National Health System,简称NHS)的一名精神科医生,继而任职伦敦盖氏医院(Guys Hospital)的心理治疗法顾问。德里与妻子苏·麦克迪尔米德育有三子,他住在克拉珀姆(Clapham),在那里他以荣格心理分析师的身份开业行医长达25年。《百年洞察》是德里职业生涯中心理治疗教学的实践总结。2006年,德里逝世。





德里·麦克迪尔米德  
1928—2006

## 序 言

自 1994 年起,先夫德里一直在伦敦盖氏医院给年资较浅的精神科医生上课,他的课是这些医生训练项目的一部分。在此机缘巧合之下,他开始撰写此书。

过去这些年,随着撰写内容愈发丰富,此书的目的也偏离了德里的初衷。起初他只是想写一本研究生训练教程,后来读者类型变多了,这俨然已是一部和所有人相关的书:我们是谁?我们过得如何?为什么我们有各自的做事习惯?

这本书赋予读者生活热情,鼓励读者积极生活。这是一本言辞尖锐的书籍,但有时书中大量对人性脆弱的理解又让人感动:首先是人类的无能导致骇人的错误,随后是不屈不挠的人类精神解决了所犯错误。本书鼓励我们拿自己的思想、自己的假定以及其他事情去冒险,也鼓励我们重新审视自认为已知的思想。此外,本书幽默逗趣,而或饶有风趣。在本书终章,读者将真正地能对作者本人有所了解:他的弱点、诚实和博爱。

德里是个慎言者,所以当他说这是本世界性的书,我就知道这是事实。《百年洞察》在从伊斯兰堡(Islamabad)到爱达荷州(Idaho)的心理学学生读书会中可能有一席之地,它可能也是联合国谈判人、家庭治疗师、政府负责人和全世界公民的必读书目。

在引言部分,德里就 20 世纪已形成的潜意识发现阐释了一些想法。弗洛伊德(Freud)、荣格(Jung)和阿尔弗雷德·阿德勒(Alfred Adler)提出了潜意识主要思想,但随后其他理论家也为此作出主要且重要的贡献。每一个体系的观点都被当做是该体系内独立的个体,而且后

来的体系通常与先前的体系形成对比。德里认为这是错误之举。相反,他将后人的想法描述成一个故事发展中的一环。和弗洛伊德、荣格以及其他的人相反,德里认为了解潜意识的目的在于让我们能够发现自己有爱人的能力。正如他所言:“爱之深矣,活之妙哉。”这是他口中的20世纪心理学思想启蒙(Enlightenment of the Mind)历史时期的真谛,也是本书的目的。

作为基础知识,本书带我们走过精神分析学说起源的历史进程,从前弗洛伊德(pre-Freud,其中包括人类学,这仅是为该理论做铺垫)、弗洛伊德本人及其追随者,这些追随者最后变成了弗洛伊德的反对者:荣格和阿德勒等人都提出了和弗洛伊德不同的理论。

这些章节的作用在于解读这些伟大的心理学创始人的性格如何塑造他们各自的童年,从而让众人能够理解他们为何会提出那样的观点;也让人能够理解因为不同的个人经历,所以他们无法接受彼此的观点。

熟悉这些心理学家们的性格对于了解整个20世纪的精神分析学具有独特作用,因为它可以把这些心理学家的想法当做性格发展的结果来分析。市面上关于弗洛伊德和荣格等人的传记比比皆是,但本书作者德里却是站在他们各自的心理角度去了解他们的想法,了解他们各自行为的原因,并了解性格如何影响他们彼此间的关系。

在对心理学思想启蒙的贡献中,弗洛伊德、荣格和阿德勒都是宗师,但20世纪其他较不为人知的实践者们也作出了同样重要的贡献。比如约翰·莱亚德(John Layard),20世纪30年代他在马勒库勒(Malekule)\*的人类学冒险和经历使他能够以独特的视角知道如何最好地利用人类本能;再比如美国的米纽庆,他熟知趋避冲突,也深知仅凭借呆在家里解决家庭冲突以帮助病人的重要性。德里认为亲自发现的事实才是最重要的,不管是谁伸出援手,最重要的是始终有人伸出援手。

在随后的章节,本书将抛开治疗专家诊疗室的历史观点,回归到我们自己的内心世界,在这里,本书将探讨个人情绪以及20世纪心理学

---

\* 原文有误,应拼写为“Malekula”或“Malakula”。译者注。

思想启蒙对我们的用处。探讨个性及其为何会如此分裂,探讨焦虑和抑郁如何禁锢我们的心,探讨憎恨的基本重要性。为什么有些人要饿死自己,而有些人要杀人?本书将撕下每个人的面具,或将唤醒沉睡的自我,还原家庭关系中或其他关系中的自我。这是我们自己也是我们身边熟人的真实写照。

接着本书揭秘潜意识的终极最强工具:梦。在潜意识这一心理学术语出现之前,人类从生物学和神经病学角度对梦进行解析。本章节通过个体案例解析梦境,其中包括德里自己的梦。

德里终其一生致力于告诉我们各种方法,以期唤醒我们对自己各个角色的意识:个体或家庭成员、配偶或朋友、同事或社区成员,不管是在当地、在本国还是在世界范围内,都要知道自己如何同其他人发生联系。一旦我们掌握了这些方法,我们就更懂得善待他人,个人、社区和社会也因此会更快乐,个人和集体精神都会更富足。

对作者和读者来说最引人思索的章节是本书的终章。德里在终章表达了自己一系列的观点:我们现在过得如何,还有,为了给个人成长创造一个更好的环境我们能做什么。通过他的视角,我们可以领悟到本书发现之旅的真谛:德里寻求加入心理学的长河,以人类学,以弗洛伊德和其他所有心理学家为源头,让他们都成为同一目标的一部分。这些思想都为心理学思想启蒙做出了贡献,它们的最终目标都是发现人类爱人的能力,从而发现人生的意义。

**苏·麦克迪尔米德**

## 中文版序

若先夫德里在世,当他得知自己的作品正在一个文化迥异的国度被赏读,他必会感到欣喜和荣幸。若德里在世,当他发现中国的传统与他深爱的苏格兰有着诸多相像之处,他也必会喜不自禁。若他在世,他定能发现许多相似处!

虽然心理治疗在西方文化中已有一段漫长的历史,但作者和他的前辈们——弗洛伊德、荣格与其他心理学家都会认同:人类总是在不停地追求与他人共度成功和有回报的生活。虽然有时这一努力会受挫,但是生存下去的动力、追求成功的动力和追求快乐的动力将永存。无论我们身在何处,德里希望他的同胞一切安好,若他在世,他肯定也会认同本书蕴含的思想传达了博爱的一切。

苏·麦克迪尔米德

2015年7月

## 引言

动力性心理治疗(Dynamic psychotherapy)是精神科医生和心理医生用于指代揭开潜意识过程的心理术语,该疗法可以唤醒患者尘封的记忆和欲望,并让有意识的自我了解这一切。

如果这个开头无法吸引你继续阅读,那我实在不知道什么样的开头才具有吸引力。不过,我希望能引诱你踏上潜意识的发现之旅,在这趟旅途中,你将接触到弗洛伊德、荣格、阿德勒以及 20 世纪 90 年代至 20 世纪末其他人的思想。我觉得这是个精彩绝伦的故事,故事里的宗师们也是以伟大探险家的方式踏上这趟旅程的,这些宗师扩展了我们对潜意识的了解。我们将追随他们,不过,借助他们整合的知识和才华对我们的旅程大有裨益,我们会走得更远。

每位思想大师都在前辈的成就中注入了新鲜血液。诚然,如我们所见,弗洛伊德、荣格和阿德勒都不遗余力地同彼此激烈争吵。(过去一百年,比起其他大多数职业,心理治疗专家更容易起争执。)由于他们每个人都是从各自的文化和差异显著的个性中形成自己的思想,因此他们无法达成一致也许并不足为奇。试想一下,对弗洛伊德而言,生活在反犹太人的环境中去接受荣格的基督徒优越性是多么艰难的一件事;又或者,对荣格这样一个爱冒险的冒险者而言,忍受弗洛伊德家长式的学术环境是多么艰难的一件事。我们应当明白他们的个性和成长背景如何塑造他们的思想,同样地,我们所有人都受自己的过去和生活环境影响。

19 世纪 90 年代弗洛伊德所代表的世纪末维也纳资产阶级思想在过去一百年里已逐渐发展成新的心理学思想启蒙,那时潜意识只被定

义为受压抑的本能和性欲。如今,我们已用新视角和新道德标准理解人类行为、文化和艺术,这一切在 20 世纪的文学中都得以体现。严格说来,考虑到本章首段中动力性心理治疗的定义,加之我本人既是心理医生也是荣格心理分析师,所以更准确的叫法应该是动力性心理学思想启蒙,但这读起来很拗口。所以我们还是简单称之为心理学思想启蒙,这看起来像是 20 世纪的产物。

心理健康是英国国家医疗服务体系中一个正在成长的领域,自 1952 年以来,我们这些和精神病打交道的医生就一直在使用“精神病医生圣经”(shrink's bible),即《精神疾病诊断与统计手册》(*The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM*)。手册第一版在美国出版,是在世界各地中用于诊断所有已知的精神疾病的一本指导手册。除了定义疾病,20 世纪心理学思想启蒙鼓励了各种心理疗法的兴起,这些疗法旨在缓解当今社会人类所有的不满情绪。

我认为在 21 世纪,尽管自由民主促进了所有的社会进步和其他进步,但是我们并未理解心理学思想启蒙的真正意义。对我而言,迄今为止,所有思想的最终目的都是为了揭秘潜意识,这样一来,人类便能认识潜意识并将其和自我融为一体。这固然有理,但却只道出故事的一部分,在此我想借本书向各位讲述余下的部分,即所有潜意识人类行为都受一个简单的基本需求激发、激励和驱动,那就是:去爱人。

弗洛伊德永远都不会知道这件事,因为他将所有精力都用于批评其后继者荣格和阿德勒的学术体系。即使是 1939 年,他在生命最后一刻也没明白这件事,那时他正看着祖国维也纳被纳粹踩在脚下。

荣格也没注意到潜意识对爱的意义,因为他成日忙于自己和上帝的关系,也可能忙于挽回自己的声誉。尽管弗洛伊德和荣格都没意识到这点,但他俩仍是心理学思想启蒙的先驱。尽管环境有时恶劣,但他们两人的贡献以及本书中提到的其他人的贡献都是人类“寻找爱,发现爱”之旅的基石。

本书将探讨这些心理学先驱们的观点,并探索克尔凯郭尔(Kierkegaard)和尼采(Nietzsche)的贡献以及他们崇尚的解放在过去一百多年产生的持久影响。继而本书将探讨 20 世纪众多的思想如何逐渐



将精神分析人性化,其中包括家庭治疗师,这些治疗师的疗法至今仍在被使用。

随后,我们将离开诊疗室,走进所有人生活的世界。当我们当中有人的需求严重受挫时,我们应该回过头去看看把所有人联结在一起但又将所有人分离的婴儿时期。到底发生了什么,事情为何变得如此糟糕以至于青少年要通过违法行为或谋杀行为满足需求?本书探讨憎恨与攻击对爱人能力的重要性,并探讨如何处理憎恨与攻击。探讨饱受多重人格和食欲不振等精神错乱折磨的患者的内心世界,因为它们有助于我们了解正常生活。最后,我们都成了做梦的人,开始揭秘潜意识每天晚上带给我们的梦境和信息,免费受邀大胆地越过醒着的生活细嗅内心的情感和幻想。

我将在书中提到自己在英国国家医疗服务体系的34年精神科医生行医经验以及在私人诊所当荣格心理分析师的经验,并附案例加以阐释。案例中所有当事人都很乐意自己的故事为他人所知,但由于我可能会误解他们,所以倘若有差错也都是我的错。并非所有患者都存活下来了,但对于那些存活下来的患者,我要向他们表达我衷心的祝愿和感谢,感谢他们教给我的一切。

我将以描写人类学先驱和心理治疗大师伊罕穆比(Ihembi)的一篇短章拉开本书的序幕。

## 图书在版编目(C I P)数据

百年洞察：二十世纪心理学思想启蒙 / (英)麦克迪尔米德著；吕雅鑫译. — 南京：江苏凤凰教育出版社，2015.7

(镜与灯人文译丛)

ISBN 978-7-5499-5266-3

I. ①百… II. ①麦… ②吕… III. ①心理学史—20世纪 IV. ①B84-09

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第155145号