

精神疗法

梅斯默尔 玛丽·贝克-艾迪 弗洛伊德 传

[奥地利] 斯蒂芬·茨威格 著

沈锡良 译

JINGSHEN
LIAOFA



上海人民出版社

精神疗法

梅斯默尔 玛丽·贝克-艾迪 弗洛伊德 传

[奥地利] 斯蒂芬·茨威格 著

沈锡良 译

JINGSHEN
LIAOFA

上海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

精神疗法:梅斯默尔、玛丽·贝克、弗洛伊德传/
(奥)茨威格(Zweig, S.)著;沈锡良译. —上海:上海
人民出版社, 2007
ISBN 978-7-208-07360-9

I. 精... II. ①茨...②沈... III. ①梅斯默尔, F. A.
(1734 ~ 1815) — 传记②贝克-艾迪, M. (1821 ~ 1911) —
传记③弗洛伊德, S. (1856 ~ 1939) — 传记 IV. B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 134341 号

责任编辑 朱慧君
特约编辑 陆寿钧
封面设计 杨德鸿

精神疗法

[奥]斯蒂芬·茨威格 著

沈锡良 译

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

常熟市新骅印刷有限公司印刷

开本 890 × 1240 1/32 印张 10.25 插页 2 字数 241,000

2007 年 11 月第 1 版 2007 年 11 月第 1 次印刷

印数 1-6,000

ISBN 978-7-208-07360-9/I · 466

定价 22.00 元

谨以此书献给

我敬仰的阿尔伯特·爱因斯坦

前言

大自然的每一次困境，都是对
更高故乡的一次回忆。

——诺瓦利斯^①

一个人健康是正常的，疾病是不正常的。身体将健康视为理所当然的事来接受，正如一个人的肺之于空气，眼睛之于光明一样。健康在日常生活中默默地成长。然而疾病呢，它像个外来者突然闯入，无意间冲向受到惊吓的灵魂中，由此便引发了许许多多的问题。既然这个可怕的敌人来自异地，那么是谁派它来的呢？它是留下，还是走开？是否可以驱走它、恳求它抑或控制它？疾病以其残酷的利爪，迫使人的内心产生截然相反的感觉：恐惧、信仰、希望、气馁、诅咒、屈从和绝望。它教病人去问，去思考，去祷告；它教病人抬起畏怯的目光望向虚无，创造出一个人能摆脱恐惧的人来。正是疾病为人类创造了宗教观念和上帝的思想。

因为健康是人的天性，所以它不解释自己，也不愿被解释。可受到折磨的任何一个人，每次都期望从自己的痛苦中找到某种意义。疾病毫无意义地侵袭到人类的头上，身体无辜地、漫无目的地在顷刻间发热，直至痛得心如刀割——对于这种疾病是毫无意义的可怕的想法，人类未曾追根究底地去思考过，单单是这种想法

^① Novalis(1772~1801)，德国浪漫主义诗人，代表作有《夜之赞歌》、《圣歌》等。

本身就足以摧毁世界的道德秩序。在他们看来,疾病无论如何是受到某个人的派遣,这个令人难以捉摸的人把疾病带来了,而人类认为他把疾病带到凡人身上肯定事出有因。一定是有人在生那个人的气,对他发怒,对他厌恶。一定是有人想惩罚他,因为他犯下了某种罪责、某种亵渎,因为触犯了某个戒条。而这个人只能是那个主宰一切的人,那个从天空中扔下闪电的人,那个将严寒酷暑撒下大地、让星星闪耀和隐匿的人,他,这个拥有任何权力的人,这个万能的人就是上帝。因此从人类一开始,疾病这种事便与宗教观念难舍难分。

上帝带来了疾病,惟有上帝才能重新把它带走:这一思想始终是一切医学的出发点。原始时代的人们仍然毫无意识地受尽伤残的折磨,那么无助、可怜、孤独和虚弱。他们别无他法,惟有用自己的心灵向施以魔法的上帝呐喊,以摆脱病痛的困扰。原始人只知道将呼喊、祷告和牺牲作为药物。人们无法抗拒他,这个超人,这个黑暗中的不可战胜者:人们不得不低三下四,祈求他的原谅,恳请他、乞求他祛除凡人身上的伤痛。可是如何去抓住这个看不见摸不着的人儿呢?如何跟他诉说呢?谁也不知道他住在哪儿,如何向他表示忏悔、谦卑、许愿和牺牲,这些信号他又如何能理解呢?在人类早期,可怜、未开化且又愚钝的心灵并不懂得这些东西。上帝不会现形于无知者面前,不会俯身关注他低下的劳作,上帝对他不屑一顾,也不会倾听他的呼声。于是在迫不得已的情况下,这个无所适从的凡夫俗子开始寻找另外一个人作为和上帝交流的中间人,这个中间人要有智慧、有经验,为了调解那些黑暗势力,平息它们的怒火,他必须精通咒语和魔法。在原始文化时期,这个中间人就是祭司。

在人类的史前时代,围绕着健康的斗争不是和单一疾病的斗争,而是一场争取上帝的斗争。世界上的任何医学均起源于神学、

礼拜、礼仪、魔法以及面对上帝考验时人的内心出现的对立情绪。不是从技术上提供帮助,而是运用宗教行为去对付肉体的病痛。人们不是在治疗疾病,而是在寻找上帝;不是在医治病痛的现象本身,而是希冀通过祷告、赎罪来摆脱它,通过许愿、祭品和典礼使上帝放弃它。因为它是以超自然的方式来的,也惟有以超自然的方式才能被驱走。于是,出现了与现象整体相对的观念整体。世上只有健康和疾病之分,健康和疾病也只有一种起因和一种治疗方法,那就是上帝。而在上帝和疾病之间也仅有一个中间人,他就是祭司,他同时也是灵魂和肉体的守护者。世界还没有被四分五裂,还没有被一分为二,信仰和知识在神圣的庙宇里建立了惟一的主管机构:没有全身心的投入,没有礼拜、咒语和祷告,从病痛中拯救出来是无法实现的。所以,擅长神秘星象的人、梦的观察家和占卜者、驱除妖魔鬼怪的大师、祭司们并非将医术视为实践科学,而仅仅视为神秘物。因为医术是无法学会的,而且医术也只能授予神职人员,所以它就在那些人中间世代相传;尽管从经验中获得了许多医学知识,祭司们却从来不予哪怕只是客观的忠告。他们总是将治疗的事视为奇迹,因而也要求拥有神圣的场地、高尚的心灵和上帝的同在。惟有在灵与肉的清洁和净化之后,病人才可以接收到治疗的咒语:那些朝圣者经过漫长而艰辛的旅途来到埃比达鲁斯^①神庙之后,必须在祷告中度过第一个夜晚,他们必须净身,每人宰杀一头牲畜祭品,睡在院子里被供奉的公羊的毛皮上,将夜里做的梦告知祭司以占卜。如此折腾一番之后,祭司才给病人举行庄重的仪式,然后对他们进行医学上的治疗。但是,心灵虔诚地亲近上帝始终是一切治疗的先决条件;希望发生治疗奇迹的人,自

① Epidaurus, 古希腊伯罗奔尼撒半岛东部城邦,以医疗之神阿斯克勒庇俄斯神庙而闻名。

己必须做好奇迹发生的准备。医学学说从产生的最初就与神学教义紧密相连,医学和神学从一开始就是灵与肉的关系。

这种一开始的整体不久就不复存在了。为了能够获得独立的地位,在疾病和病人之间真正起到中间人的作用,科学必须脱下疾病来自神圣的起源的伪装,把牺牲、祭台和祈祷这些宗教观视为完全多余的东西消灭掉。医生起先站在祭司一边,不久便与他对着干了——这是恩培多克勒^①带来的悲剧——医生通过让病痛从超自然中回到平常的自然事件中,运用外界的药草、浆汁和矿砂这些物质,企图借助于尘世的方法排除病人心中的困扰。祭司的职权限于做礼拜而不必治疗病人,医生则放弃对病人施加精神上的影响,放弃祭台和魔法。这两种潮流分别沿着各自的道路流淌。随着医学和先前的整体做出了伟大的决裂,医学的所有元素迅即获得了完全崭新的脱胎换骨的含义。尤其是“疾病”这一总的精神现象,被分门别类,划分为许许多多单独的疾病。所以,从某种意义上说,它们的存在与人的精神个性分隔开了。现在,疾病涉及的不再是整个人,而仅仅是他身上的某个器官了(魏尔啸^②在罗马会议上说:“所谓的全身性疾病是没有的,但器官疾病和细胞疾病只会越来越多”)。这样一来,医生最初的使命自然就发生了变化,他坚持不懈地与疾病是整体的观念作斗争,他又回到了原本就不多的任务上:根据病因确定每种病痛的位置,然后将它归入早已分门别类和描述过的疾病种类中。只要医生正确地诊断病痛,说出病名,那么他最主要的工作差不多已经完成了,治疗采用的自然就是为这个“病例”预先指定的治疗方法。现代医学彻底脱离了宗教和魔

① Empedocles(公元前493~前433),古希腊哲学家,确立了土、气、火与水的四元素学说。

② Rudolf Virchow(1821~1902),德国病理学家,细胞病理学创始人。一译微耳和。

法,它是一种已被研究得非常透彻的知识,按照业务上的准确无误而不是个人的预感工作;如果现代医学仍然喜欢诗意地自诩为“医术”,那么这个高贵的词汇也顶多夹杂一些工艺美术的含义罢了。因为医学早已不再像从前那样,要求对它的追随者们进行祭司式的精心挑选,要求涌现神秘莫测的先知人物,要求与大自然万能的威力保持超乎寻常的一致:天职成了职业,魔法成了系统,治疗的秘密成了药物学和器官科学。进行治疗不是作为魂灵的仪式,作为不可思议的事件,而是作为医生一种纯粹的、几近通过计算算出的理智行为。学识取代了冲动,教科书取代了上帝,取代了神秘而富有创造性的祭司咒语。古老的魔术般的治疗法要求医生的精神必须处于高度紧张状态,而新型的临床诊断方法要求医生的却恰好相反,就是说,他的精神要在绝对心平气和的情况下发出自由自在的闪光点。

这种治疗过程必然地走向客观化和专业化,但在19世纪走得有点儿过头了:因为在治疗者和被治疗者之间出现了第三者插足:器械,一个毫无灵魂的东西。在诊断中,天才医生原本那种明察秋毫的、创造性地概括症状的目光变得越来越可有可无了:显微镜为他发现了细菌性病菌,测量仪替他检测血管搏动和血循环,X光照片为他节省了直观检查。在诊疗术中,实验室愈来愈剥夺了本属于医生职业知识的工作,而在治疗时,化工厂又替他尽心尽职:分配药物的剂量,一个一个地整装待发;中世纪的医生们却必须根据各自的具体情况,将药物亲自混合、测定和计算。这种技术优势尽管后来曾经迷失过方向,最终还是成功地闯进了医学,它将治疗过程具体地化成了一张图表——细致入微和加以表格化:过去是将疾病视为不寻常的东西侵入了人体,现在渐渐地,它恰好又成了与人类原始时期相反的事儿,它大多成了“平常”而又“典型”的病例,它的时间可以预先测定,它的过程机械化了,它的实例可以理性地

计算。在医院这些人类不幸的大型百货商场内,处理各种各样的疾病完全就像在那些商业企业里一样,按照专门的科室配备自己的生产科长;医生同样也被分派好了,他们是流水线上作业的工人,从一张床奔向另一张床,检查单个的“病例”,却始终仅仅检查有病的器官,病人的痛苦在增加,医生却大多没有时间往他们的脸上瞧上一眼。医疗保险机构和诊所的庞大组织为灵魂和个性的丧失起到了推波助澜的作用:一家过热的大众企业应时而生,医生和病人之间内心交流的火花连哪怕点燃一次的时间都没有,心与心之间磁石般的神秘力量连哪怕闪动一次也变得愈来愈不可能。相反,家庭医生作为古生代和太古时代的生物已不复存在。家庭医生是惟一了解病人的人,不仅了解他的身体状况、体质及其变化,而且也了解他的家庭以及他的某些生物制约性。家庭医生介于祭司和卫生员之间,是带有某些古老的二元性的最后一个人。然而时间把他从滚动的流水线上推了下去。他就像出租马车之于汽车一样,违背了专业化、系统化的规律。他因为太过人性,无法适应先进的医学技术了。

广大的老百姓向来是反对医学丧失个性和彻底丧失灵魂的,他们虽然无知,却充满着预感。时至今日,正如数千年前的人们一样,蒙昧的、仍然不那么“有文化”的人们敬畏地将疾病视为某种超自然的东西,他们抗拒疾病的方式依然是希望、恐惧、祈祷和许愿这种精神上的行动,他们心里想到的第一个念头不是自己受了感染或动脉硬化,而是上帝。不曾有哪本教科书或者哪位教师会劝说他们,疾病的出现是“自然而然”、完全无意义和无辜的。因此他们一开始就怀疑任何诊所,这些诊所均许诺要以实事求是和技术的方式,以冷静的也就是冷漠的方式治病救人。人们拒绝科班出身的医生,是因为强烈渴望(遗传本能)有一位全才的“自然医生”,他与动植物联系密切,了解秘密,他是天性使然而并非通过国家考

试才成了医生和权威。人们始终希望有一位能“操纵”疾病的“治疗者”，而不是拥有治病救人知识的专家。自从有了电灯照明之后，对巫婆和魔鬼的幻想可能早已不攻自破，但对身怀绝技、法术无边的人的信仰，却远比人们公开承认的那样更为清晰地留在了人们的记忆里。而同样震撼人心的敬畏是我们面对贝多芬、巴尔扎克和梵·高这类具有惊人创造力的天才时才会有的。今天，民众仍然将敬畏集中在他们以为能感觉到更高疗效而不是普通疗效的任何一个人身上——人们始终渴望有这么一个恒温的活人做中间人，“力量”从他那里“发出”，而不是以一种冷冰冰的方法。正因为那些以药草治疗的女人、牧羊人、用咒语祛除病魔的人以及磁疗医生们的行医不是作为科学，而是作为手艺，作为遭到禁止的非法手艺，所以他们才比科班出身、有权利领取退休金的乡镇医生更能赢得人们的信任。同样，只要医学变得越是技术化、理智化和局部化，那么广大民众反对它的本能就越是强烈：数百年来，尽管人人接受了教育，但反对学院医学的思潮在百姓的内心深处悄无声息地愈传愈烈。

科学早就感觉到了这种反抗，然而徒然地与它抗争着。甚至连科学界与国家权力机关相互联手，强迫通过了一项旨在反对江湖郎中和自然治疗者行医的法律，也依然无济于事：最底层的宗教运动绝不能因为法律的条款而被完全扼杀掉。今天，仍和中世纪一样，无数非科班出身、也就是被国家视为非法的卫生员在背着法律继续行医，在自然疗法、宗教治疗和科学疗法之间不断地爆发小规模战争。但是学院科学中真正危险的敌人，不是产生自农舍和茨冈人的野营地，而是来自他们自己的阵营中；就像法兰西革命和其他任何革命都不是从民众中间选择自己的领袖人物一样，真正动摇贵族统治的是站起来反对他们的贵族们。所以，在一场反对学院医学越来越专业化的伟大造反中，永远是那些不受制他人

的个别医生成了举足轻重的代言人。反对丧失灵魂、为医疗奇迹揭开面纱的始作俑者，就是帕拉塞尔苏斯^①。他以农民的粗鲁作为武器反对所谓的“医生”们，指责他们徒有毫无想象力的书本知识，只是像拆卸人造钟表一样地去拆卸人的微观世界，然后再把它重新拼拢而已。他以傲慢与这种科学教条主义的权威作斗争，这种科学失去了与“产生自然的自然”(natura naturans)这种崇高的魔法之间的任何联系，既不会预料也不会注意到自然的力量，也不会感觉到这种涓涓细流，它是从世界灵魂出发，也是从个人灵魂出发的。而不论他自己的处方在今天看来有多么不可靠，他的精神影响似乎随着时间的推移仍在继续蔓延，随后在19世纪初那个所谓的“浪漫”医学中被中断了。“浪漫”医学是哲学诗歌运动中的一个流派，旨在重新致力于灵与肉更高层次的统一。他们无条件地信仰自然泛神论，胸有成竹地辩护说，自然本身就是最聪明的治疗者，人充其量也就是个辅助者罢了。正如无须由化学家告诉我们，血液受到任何一种毒素感染之后就会产生抗毒素一样，自我保护、自我改造的机体大多可以完全独自对付自己的疾病。所以，所有人类医学的主要意义，不在于固执己见地跨越自然的进程，而只能是增强患病期间人的内心每时每刻存在的健康意志。不过，人在心理上、精神上或者以宗教方式引起的冲动，很有可能和使用粗笨的器械和化学方法时同样强烈；事实上，真正的成功总是仅仅来自内心而绝非来自外界。自然本身就是“内心医生”，是每个人与生俱来的，因此它要比只从外界症状中触摸的专家更了解疾病——浪漫医学第一次重新将疾病、机体和治疗问题视为整体。19世纪出现的一系列体系已经发展到不再需要机体自我反抗疾病的最初

^① Paracelsus(1493~1541)，瑞士炼金学家和医生。尽管他热衷炼金术和神秘主义，却为西方治疗学引入了鸦片酊、硫磺、铝和汞。

理念了。梅斯默尔把磁疗学说建立在人类“健康意志”的基础上，基督教科学派的创立则基于对自我认识这一创造性的信仰力量。有些治疗大师们运用的是自然界的内在力量，其他的治疗大师们运用的是自然界的外在力量：顺势疗法的^①医生们使用未经掺和的材料，克奈普^②和其他自然疗法的导师们使用水、太阳、光等获得新生的元素；然而所有的人均异口同声地放弃使用任何化学药物，放弃了任何器械，也因此放弃了新时代科学取得的决定性成就。所有这些自然疗法、奇迹疗法以及“精神疗法”反对经院式局部病理学，它们共同的对立面可以用简略的一段话来表述。科学医学视病人和他的疾病为“客体”，差不多轻蔑地将绝对“被动性”的角色分派给病人；除了顺从地，甚至心不在焉地听从医生的安排，自己尽可能地被排斥在治疗之外，他什么也不必问，什么也不必说，什么也不必做。这里的关键词是“治疗”。因为在科学医学中，当病人作为客体“被治疗”的时候，心灵治疗法首先要求病人对自己进行心灵上的“治疗”，要求他作为主体，作为治疗的载体和主要完成者，最大限度地发挥抵抗疾病的“主动性”。在呼吁患者振作自己的精神、团结自己的所有意志并以其本质整体对付疾病整体的同时，出现了所有心理疗法中惟一真正的药物，而且大师们的救助行动大多限于言语本身，除此之外没有其他任何东西。可要是谁知道，这种语言、这种创造性的语言创造了多大的奇迹，颤动的嘴唇魔术般地抵达虚无之中，它建造了并且同样摧毁了许许多多的世界，那么他就不会惊讶，为何和在其他任何领域一样，在治疗术中仅仅通过言语同样会无数次地发生真正的奇迹，为何仅仅

① 又称类似疗法。即用最小剂量的药物对病人进行治疗的方法，而健康人服用这些药物后会引起同样的病症。其原理称为“以类似治疗类似”。与顺势疗法相对的则称对抗疗法。

② Kneipp(1821~1897)，德国天主教牧师和医生，创立了水疗法。

通过安慰和眼神,通过这些人与人之间发送的信号,有时那些完全毁坏了的器官仅仅依靠精神的力量就可以重获健康了。这些疗法是完全不可思议的,然而它们既不是奇迹也不是惟一,它们只是依稀反映出一个在我们看来尚属神秘的法则,或许在未来的时代里,这种灵与肉之间存在更高关系的法则才能被我们研究得更加透彻;只要我们这个时代不再否认以纯精神方式进行治疗的可能性,并且对纯科学无法解释的现象给予某种羞羞答答的敬畏,那么这已经是谢天谢地了。

在我看来,少数治疗大师任性地从专业医学中脱离,这是文化史上最有趣味的插曲。因为在文化史中——无论是在世界史中,还是在思想史中,当某个孤独无助的个人独自反抗一个为整个世界所包围的庞大组织时,没有任何东西可以跟心灵成果这种充满戏剧性的力量相媲美的了。不管是反抗罗马帝国军团和步兵队的被殴打的奴隶斯巴达克,反对沙皇俄国的可怜的哥萨克人普加乔夫,还是反对万能的天主教会(fides catholica)的宽额头的奥古斯丁教团教徒路德——当一个人只能动用自己内心的信仰力量,抗拒世上结盟起来的所有势力,并投身于一场看起来又完全无望的战争,恰恰这时候,他内心的紧张情绪创造性地传给了他人,并从一无所有中创造了巨大的力量。我们每一个狂热地信仰“精神疗法”的人,都在自己身边聚集着无数的信徒,每个人都用行动和治疗激起并动摇了时代的意识,强大的思潮由此逐渐转化为科学。想想这样的情景多么令人惊叹:在这样的一个时代,医学由于技术得到了难以置信的提高而完成了真正的奇迹,医学已经学会对活性物质中最微小的原子和分子进行分解、观察、拍照、测定、影响和改变,所有其他精确的自然科学都在有益无害地追随着它,而且任何机体看起来不再充满神秘感了——恰恰这时候,一大批独立的研究者证明了那一整套器械在许多病例下是多余的。他们不容反

驳地公开表示,即使在今天,也能完完全全像以往一样,可以赤手空拳地仅仅按照精神的途径取得治疗效果,而其中的一些病例,甚至连大学医学院里那些出色的精密仪器都无所作为。从外观看来,它的体系由于它的不引人注目而让人不可捉摸、几近可笑;医生和病人友好地坐在一起,似乎只是在闲聊而已。没有X光透视,没有测量仪,没有电流,没有石英紫外线灯,也根本不需要体温表,没有从值得让我们时代骄傲的整个技术仓库里使用任何东西,可那些原始的方法往往要比先进的治疗法更为有效。铁路的开通丝毫没有改变人类的精神成分——不是每年有千千万万的朝圣者赶到卢尔德^①的岩洞去,只是希望通过奇迹恢复健康吗?高频电流的发明同样没有多大改变人们内心对秘密的看法,因为正是在1930年,在加尔斯帕赫^②,高频电流躲藏在一个捕捉心灵的人的那把魔棒里,在他人的四周凭空变出了一整座拥有宾馆、疗养院和娱乐场所的城市。没有哪一种事实,能像无数的催眠暗示疗法和所谓的奇迹疗法的成功那样,可以如此显而易见地证明,在20世纪的今天竟然还有如此巨大的信仰力,而且多年来,在细菌与细胞医学中又有多少实用疗法被有意识地忽略了,因为这种医学固执地否认任何非理性的疗法,执拗地将精神自助从其精确的计算中剔除出去。

不言而喻,任何一种新复古派的健康体系哪怕瞬间也无法动摇庄严的、在深思熟虑和面面俱到方面都无法超越的现代医学组织;个别精神治疗和体系的胜利丝毫不能证明科学医学本身的不当之处,而那种教条主义总是仅仅将最新发现的疗法视为普遍适

① Lourdes,在法国南部,天主教最著名的朝圣地之一。据说那儿的泉水能产生神奇的治疗效果。

② Gallsbach,奥地利地名。

用和惟一行之有效的疗法,而将其他任何一种疗法无耻地讥讽为不合时宜的、不正确的和不可想象的。可这种权威的狂妄遭到了沉重的打击。尤其是本书即将记述的精神疗法(其中个别成功的案例是无法否认的),已引起医学界精神领袖们的深思,他们从中深受教益。在他们的队伍中间有人开始怀疑了,尽管声音很低,但即使我们外行人也能听得见:(正如一位与绍尔布鲁赫^①一样名声显赫的人所公开承认的那样)“是否这种纯细菌疾病和血清疾病的观点将医学带入死胡同了呢?”是否一方面通过专业化,另一方面通过定量计算的优势而非个人的诊断,真的开始将医术从对人的服务渐渐演变为某种目的本身和叫人陌生的东西了呢?是否——重复一句绝妙的话——“医生已经变得太医生了”呢?但今天人们所称的“医学的良心危机”,指的完全不是什么狭隘的专业问题;它扎根于欧洲不稳定的总体现象中,扎根于普遍的相对主义中,终于,在科学的所有范畴遭到长达数十年的专制论断和盲目抵制之后,这种普遍的相对主义重新学习如何向专家们求教咨询了。令人高兴的是,某种很遗憾一向让专业人士感到陌生的慷慨大度,已经开始出现了:阿什纳^②就在《医学的危机》这本杰出的著作中带给我们很多令人吃惊的例子,譬如那些昨天和前天还被嘲笑和痛斥为中世纪遗物的疗法(大约如放血和灼伤之流),今天又重新成了最新最实用的疗法了。医学开始观察“精神疗法”现象,以便对它们做出更为公正的评价,并最终掌握其规律性。“精神疗法”在19世纪时仍然被科班出身的人士轻蔑地视为骗局、谎言和骗术而任人打发和耻笑。人们正在真诚地努力着,以使那些表面的(因

① Sauerbruch(1875~1951),德国外科医生,发明了进行胸腔手术的新方法,发明了假肢。

② Bernhard Aschner(1883~1960),奥地利妇科医生,有多种医学著作留世,《医学的危机》即为其中之一。

为是纯精神的)成果逐渐与精确的临床成果相适应。人们显然已发觉,那些最聪明最人道的医生对古老的普遍主义产生了某种怀念,渴望从惟一的局部病理学重回结构疗法,不仅了解这个人所得的具体病症,而且了解他所表现出的个性。当创造性的求知欲对视为普遍实体的身体和细胞乃至分子差不多探究完毕之后,它最后便将目光重新回到各自不同的疾病的整体中,在局部的制约性后面寻找更高的制约性。新的科学——类型学、面相学、遗传学、精神分析学、个性心理学,正努力设法使每个人的非同类性、使每一个个体的惟一单位重新成为人们研究的中心,然而学院以外的心理学成果、暗示现象、自我暗示现象、对弗洛伊德和阿德勒^①的认识,却越来越引起每一个善于思考的医生的关注。

器官医学和精神医学的潮流在分离了几个世纪之后,开始又彼此靠近了,因为正如歌德的“螺线图”一样,所有在越来越高的层面上的发展又强制性地回到了它们的起点。任何机械过程最后都离不开其运动的最终法则,所有的分裂必将谋求重新回归统一,一切理性又将重新归入非理性之中;而片面而严谨的科学在长达几个世纪对人体的材料和外形直至其根基进行研究之后,有关“构筑人体精神”的问题又重新被提到了议事日程。

本书决不想成为一本囊括全部精神治疗方法的系统化的史书。我只善于将思想诉诸文字。一种思想如何在一个人的心中产生,然后再从这个人之外传至世界,我总觉得,对于这种精神的或者心灵的事件,阐明它的思想似乎要比任何一份历史性或者评论性的报告更具意义。因此我仅仅选择三个人就知足了,他们每个人在各自的甚至相反的道路上在成千上万人身上海实现着精神疗法的同一准则:梅斯默尔通过内心暗示来增强人的健康意志,玛丽·

^① Alfred Adler(1870~1937),奥地利精神病学家,弗洛伊德的门徒。