



心理分析新视野丛书

探索 梦的原野

Tracks in the Wilderness of Dreaming

[荷] 罗伯特·伯尼克(Robert Bosnak)著

陈侃译

申荷永审校

广东省出版集团

广东教育出版社

探索 梦的原野

Tracks in the Wilderness of Dreaming

[荷] 罗伯特·伯尼克(Robert Bosnak)\ 著

陈侃\ 译

申荷永\ 审校

本书英文名 Tracks in the Wilderness of Dreaming (ISBN 0-385-31526-0), 由本书作者罗伯特·伯尼克 (Robert Bosnak) 授权广东教育出版社以中文名《探索梦的原野》在中国内地出版发行。

广东省版权局著作权合同登记号

图字: 19-2007-047 号

图书在版编目 (CIP) 数据

探索梦的原野/(荷) 罗伯特·伯尼克 (Robert Bosnak)
著; 陈侃译.—广州: 广东教育出版社, 2007. 9

(心理分析新视野丛书)

ISBN 978-7-5406-6786-3

I. 探… II. ①罗…②陈… III. 梦 - 研究
IV. B845.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 150056 号

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路 472 号 12-15 楼)

邮政编码: 510075

网址: <http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司经销

佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷

(南海区狮山科技工业园 A 区)

890×1240 毫米 32 开本 6 印张 150 000 字

2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷

印数 1-4 000 册

ISBN 978-7-5406-6786-3

定价: 15.00 元

质量监督电话: 020-87613102 购书咨询电话: 020-34120440



心理分析新视野丛书

广东省出版集团 (广东教育出版社)



《心理分析新视野丛书》编委会

主编: 申荷永

编委: 张粹然 孙时进 杨广学 杨绍刚 郭本禹 孔思教
尹立 王求是 冯建国 江雪华 李英 李江雪
李春苗 刘建新 陈侃 范红霞 张敏 赵冬梅
宋斌 项锦晶 高岚 徐峰 甄国明

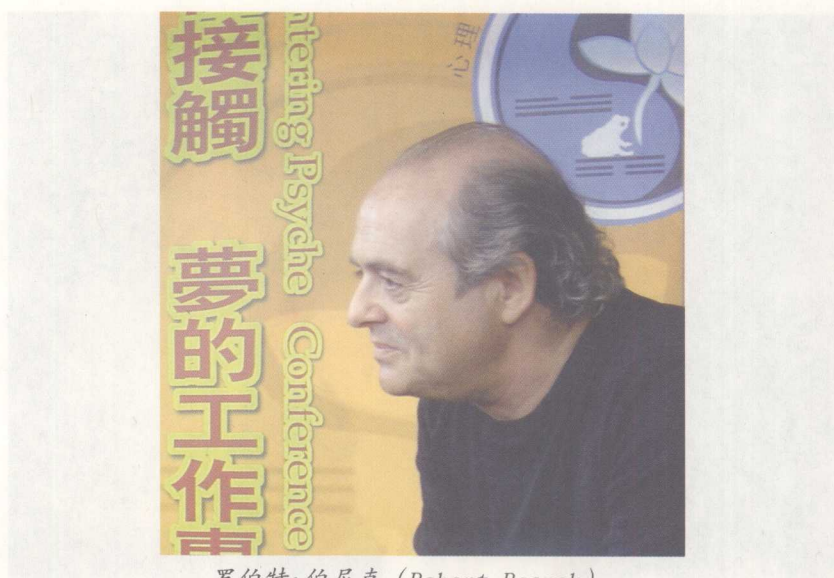
广东东方心理分析研究中心

国际分析心理学会中国发展组织

复旦大学心理分析与中国文化研究中心

华南师范大学心理分析与中国文化研究中心

共同策划出版



罗伯特·伯尼克 (Robert Bosnak)



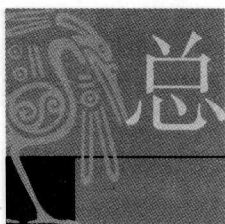
罗伯特·伯尼克与申荷永,在国际意象体现学会成立大会上(2006)



罗伯特·伯尼克、陈侃、吉尔·费雪(Jill Fisher)、申荷永在广东韶关南华寺(2005)



罗伯特·伯尼克参加由广东东方心理分析研究中心暨国际分析心理学中国发展组织举办的“灵性接触 梦的工作专业研讨会”(2003)



总序

心理分析的视野,人类心灵的境界

心理分析是人类自性的一面镜子,涵盖着远古的梦想与深远的无意识;心理分析也是一门学科,近百年来最具影响力的心理学科;于是,其过去、现在和未来,都需要我们从心去理解和领会。心理分析是一种实践,一种医心育人、积极创造、自我心性发展的实践;这实践的意义更是需要我们的切身感受和体验。心理分析也是一种不断的努力,是一种人生的追求,是一种心灵的境界,其中包含着自性化体验与天人合一的理想,其意义与价值也就包含在这理想的努力与追求之中。

心理学作为一门学科,源于人类自我认识的需要。《大不列颠百科全书》在注解心理学的时候,曾引用了传说中特耳菲神殿的箴言:“人,要认识你自己。”就是这么一句话,经过漫漫几千年的演化,形成了我们今天的心理学。

纵观近代心理学的历史,学者们曾以生理学为基础,从感官反应来描述心理;也曾有行为的导向,以外在的变化来形容内部的状态;也有当今认知的努力,借用电脑的技术来呈现人脑的规律。作为普通的心理学,经过百余年的努力,围绕自我认识或认识自我的主题,累积了丰富的意识心理学的知识体系。

即使是在心理学作为学科初创之际,心理分析便已异军突起,以无意识的探索为宗旨,积蕴了心理学原始的动力。我们所理解的心理学,本来属于三种独立的创造,由三条源头活水汇聚而成,它们分别是冯特的意识心理学、弗洛伊德的无意识心理学,以及威廉·



(*Changing of Heart*): 扉页上写道“送给我的朋友申荷永, 心的心理学意义的探索者”。

我送他《庄子》和《六祖坛经》, 传递蝴蝶入梦之物化精妙, 以心传心之智慧法音。

从那以后, 我们有了更多的接触和交流, 他开始作为我的分析师, 帮助我的个人心理分析过程。

有一次, 我从旧金山到波士顿去看他。我们一起步行走遍了波士顿和剑桥镇的大街小巷。当来到波士顿大学附近的时候, 伯尼克指着街道两边悬挂的标语对我说: 你看, 马丁·路德·金说的是“我有一个梦”(I have a dream), 而非是“我有一个希望”; 希望可能是一种幻想, 往往会落空; 但一旦拥有了梦, 那么其中也就包含了一种真实。

梦, 对于伯尼克来说, 是“真实”的, 具有特殊的真实的意义。

这也是对荣格所强调的“心理的真实性”(The reality of psyche)的认同和体现。

而“心理的真实性”, 也正是心理分析以及意象体现和梦的工作的关键所在。

后来, 伯尼克来到中国。我们一起游历北京, 一起登上泰山……仍然是一路行走, 一路分享梦中的物化体验。2003年, 我们住在韶关南华寺, 当晚倾谈至深夜。临睡前伯尼克要我为他读《六祖坛经》, 并且表示要用中文来读。于是, 我正襟危坐, 为伯尼克读《行由第一》……只见伯尼克微闭双目, 默默听其心意。这是他诚心要与惠能大师作超时空的沟通。

2005年伯尼克再来广州, 住在洗心岛。他能感受那里的心斋之意境, 竹林风响, 湖水荡漾; 听之以心, 濠上知鱼, 当如是也。

2006年, 我们更有在南华寺的一周修行。伯尼克带着他的国际团队一行十多人, 加上我们心理分析与中国文化方向的二十余位同学, 每日能在祖殿以静坐陪伴惠能大师, 以此感受为基础就地分享意象体现和梦的工作, 却是此生难得的机缘。

借助惠能大师和中国文化的恩惠, 借助伯尼克及其同事三十余

年的探索和努力，我们一起成立了国际意象体现学会（ISEI）。

意象体现（Embodied Imagination）技术是在荣格积极想象基础上的发展，如同荣格的分析心理学深受中国文化的影响，我们的意象体现同样包含着深厚的中国文化根源。

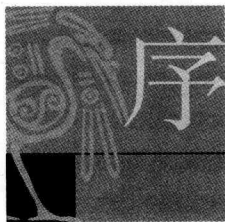
我们可以用中国文化中所独有的术语来表述意象体现的基本过程：体认—体会—体现—体验—体悟；其中尤为重要的是从意象中获得意义；以心为本，以心传心。

陈侃博士尽心翻译了这部《探索梦的原野》。她的博士论文正是以中国文化为基础，对意象体现与梦的工作的发展性研究。

前不久，我们一起在复旦大学举办了“心理分析与意象体现”专业研讨会。复旦大学心理分析与中国文化研究中心也正准备与国际意象体现学会合作，以心理分析和意象体现为基础，启动一种新的深度心理治疗师的专业发展计划。本书的出版可看作是传达这样一种新的深度心理治疗的先声。

申荷永

2007年3月于天麓湖洗心岛



致中国读者

2000年3月，我第一次来到广州，由那时起，开始了每年的有规律的到访。那一次，我看到了迅速发展的工业化所带来的繁忙，眼前林立的高楼大厦，昏黄的空气，让我这个从前的吸烟者有了一种熟悉的感觉，就好像肺部深深地吸入了一整包的香烟；同时，我也看到了人们对梦的好奇心和热情，这一切都让我惊呆了。受我的朋友和同事申荷永教授（中国的第一位荣格心理分析家，他使得心理分析在中国得到了快速的发展）之邀，我在华南师范大学做了关于梦的演讲。记得那宽大的演讲厅里坐满了学生，连窗口外都挤满了听众。许多问题被迫不及待地提出来，就好像是在水底呆了很久的潜水员急着到水面呼吸空气一般。

我是在20世纪90年代中期认识申教授的，当时我们都在参加苏黎世的一个会议，之后我们又在由西方著名的《易经》翻译者瑞策玛（Rudolf Ritsema）所组织的爱诺思会议上见了面。申和我进行了一次长时间的谈话，主要谈到的是心理治疗在中国的发展状况。显然，治疗在各个领域的发展还仅仅是萌芽阶段，主要还是集中在与理性的心理层面相关的认知行为治疗上。我们觉得是时候进行更为深入的挖掘了，在现代中国的文化、人群、家庭以及个体中，呈现的无意识心灵需要我们的探索。我开始理解，中国文化一直关注着心灵深处的感受，这感受搅动着情感，从而让心理超越了理性。中国拥有生动的文字，在它的特性没有被理性所磨灭或者埋没之前，中国文化便已经使用这样的文字来表述这关于心的思想。



现在，我们在神经科学的研究已经发现，没有了情感的参与，心理就不能作出判断，同时还会作出错误的决策。有人告诉我，传统的关于心的中国汉字正在被废弃，正在被理性的思维所压制，而我相信，身心治疗的努力除了其不可置疑的实用性以外，在文化的层面，也对这种传统文化的复兴具有修复的作用。不用说，我盼望着有机会到中国来。

申教授在 2005 年带我到南华寺。我在那里看到了六祖惠能的真身，通过修行、草药，以及世代和尚的维护，他的真身在圆寂之后一千三百多年仍然得以完好的保存。他圆寂那一刻，脸上浮现的顿悟的表情，也因而永久地印刻下来。他的呈现对我有着深刻的影响。这让我再次领悟到身体与灵魂之间的交互作用。2006 年 11 月，我们在南华寺与六祖真身相处了一周之后，一些国际的学者和治疗师共同创立了国际意象体现学会，这一学会以探索意象和身心的关系为自己的目标，并且开始训练身心治疗师。

梦帮助我们理解意象。在做梦的时候，世界上的任何一个人都会觉得自己被一个环境所包围着，每个人都会身临其境地经历着这个仿佛完全真实的环境。做梦的时候，我们都被各种意象包围着，它们像是真实的物质环境一般呈现着自己，以至于我们就好像身处一个清醒的环境中一样。意象体现把做梦的经历当作一种想象活动的范例，把意象理解为类物理的环境，我们在此中身临其境，此时，即使我们的理性思考不能够理解这些意象，我们也仍然能够通过它们沟通心灵的思索。你将要阅读的这本书，提供了一种进入这意象世界的操作方法。意象体现环绕着我们，我们身处其中，它捕获了我们。在神经科学中，我们得知，它至少部分地由情绪的大脑所产生。

今天的中国，经由心理分析的计划，情感的心灵被西方的意识再度重视，在这之前，心灵一直被理性主义所霸占，这正是著名的西班牙画家戈雅在他关于噩梦的绘画中企图要告诉我们的。他的绘画名为：理性的梦制造了恶魔。这些由理性以及伴随理性而生的必然的逻辑性所制造的恶魔在梦中呈现自己，在 20 世纪的维也纳、苏

黎世、巴黎、布达佩斯、伦敦、柏林的医务室中，通过病人的痛苦呈现自己。中国似乎也到达了这样的一个十字路口，在这里，理性及其多种形式的恶魔受到了情感的心灵的挑战。

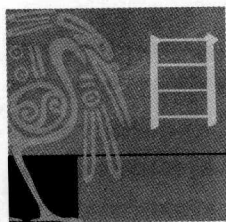
中国需要一种关注身心的治疗。研究心的最佳方式是通过梦。在梦中，我们可以自由地想象不同的世界，进行不同的历险。在梦中，心是自由的。

那么，让我用国际意象体现学会的题词来作为结束，这句话来自于马丁·路德·金：

我有一个梦！

希望这本书帮助你探索你自己的梦。

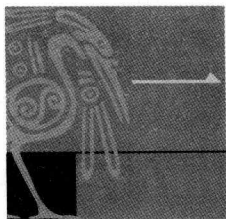
罗伯特·伯尼克
2007年2月于悉尼



目录

C o n t e n t s

- 一 红色中心 \ 1
- 二 天才之举 \ 8
- 三 做梦与清醒 \ 21
- 四 共验交流 \ 45
- 五 梦幻追踪 \ 62
- 六 梦的实习 (一) —— 季节的转变 \ 77
- 七 梦的实习 (二) —— 阴森的经历 \ 98
- 八 探索你的梦 \ 122
- 九 我的老人 \ 154
- 附录 梦的材料 (第八章) \ 157
- 跋 \ 175



红色中心

从我父亲去世的那个月开始，每当结束了一周的工作，我就会受某种力量的驱使去进行一项仪式。在我办公室的椅子的背后有一个壁炉，1977年我搬进这间房间并把它当作心理分析办公室，但早在这以前，这个壁炉就已经在这里了，并一直在温暖着这间位于新英格兰的剑桥的维多利亚式的房间。在壁炉的上方挂着一个无法考证用途的工具，它原本属于一个古代的木质火炉。这个工具由一根厚重的铸铁长杆制成，它向上弯曲着并在上端镶入了一个圆环，同时在下端也坚固地连接着另一个圆环。

从我父亲去世后，我就开始了触摸底端的那个圆环的仪式，我会举起左手，在与我齐头高的地方托着它。然后我会闭上眼睛，看着眼前出现的那片星系。我的视野会以螺旋的轨迹，顺着通往银河中心的道路延伸。在那里我见到了父亲的头顶，光秃的头顶，和头顶中间那反着光的皮肤（尽管我父亲不是秃顶），在秃顶两边是让父亲感到骄傲的白发，它们按父亲喜欢的方式，向后梳成了V字的形状。这个头顶在星系的中央盘旋，那里的光芒最耀眼，无数细小的星辰聚集在一起变成了一片白色的星云。

然后，我就会说：“感谢所有你给予的和所有你没有给予的，现在把它们都收回吧。”这样做之后，我就送走了内心的骚乱，并可以回家享受悠闲的生活了。我的理性的自我总是对这种幼稚和古怪的行为报以傲慢和盛气凌人的嘲笑，但是直到三年后的今天，这一愚蠢的行为仍然在每个周末进行着，执行着它的仪式。



利亚塔扎 (Llyatjari) 就坐在我的对面，他是一名那艮卡雷 (ngankari)——这是澳大利亚中心地区皮特展特扎拉 (Pitjantjatjara)^① 人中的一种职业，意思是原始的灵魂医生。在他那黝黑并闪闪发光的脸上，一双好奇的眼睛正极为冷静地观察着我，这就是我对他的全部印象。他知道我做了很长的旅行，穿过大陆，横跨半个地球来到这里，也知道我只能停留很短的时间。他愿意和我谈话。而我怎样利用这不足一周的时间呢？我告诉他，我想和他谈谈梦。这是事先预想好的，在我进行这次澳洲内陆的首次旅行之前，我就给人类学家戴安娜·詹姆斯 (Diana James) 写过信，她会说利亚塔扎的语言，我问她是否认识一位以原始方式工作的梦的医生，并问他是否愿意和西方的梦的医生谈话，我们可以一起谈一下我们共同的行业。利亚塔扎同意了这样的交流。

“让我先谈谈我是怎么做梦的工作的，好吗？”我说。这样，他就可以先观察我的工作。听完翻译后，他点了点头，他和他的妻子还有表姐显然都认为这是一个好主意。他们穿着粘着尘土的衣服，坐在焦土和细沙上，显得很舒适。我的衣服则是在到达当地以后换上的，一路上，它们被裹在我的黑色背囊里，因此仍然残留着半个地球以外的洁净。我坐在旅行椅上，我得留心着照顾我的后背，不过等一会儿，等我们谈得投入的时候，我想我还是会忍不住坐下来靠近他们。在利亚塔扎的身后，一只带着斑点的棕色杂交犬正舒展着身体，睡着懒觉。

我随意选了我最近分析的一个梦，因为我对它还保持着新鲜的记忆。这是一个白人男子做的梦，它来自于在墨尔本的一次实习课 (以参加课程者的真实材料为基础的梦的工作训练课程)。当我在谈他的梦的时候，我意识到，选择这个梦并非偶然，它也与我自己的心灵有着某种联系。

“这是个三十出头的男子的梦，他是在前天把梦呈现给我的，当时我为他进行了梦的工作。”我就这样开始了诉说。梦里有一辆汽

① 译者注：澳大利亚一土著部落。

车，我知道利亚塔扎在这红色沙漠里也开着一辆四轮驱动的机动车。我们曾经看到他在一片扬起的尘土里将车开进露营地，他在右手位开车，在澳洲他们都是这样，车里的他朝戴安娜调皮地咧嘴笑着。

我继续说着：“这名年轻人开着车，从他房子的车道里出来，那是一座十分有威望的房子，位于英格兰，是西方的一座著名大宅邸。此时，他可以听到他行车道上鹅卵石的声音。他喜欢开着这辆车。那是一辆敞篷车，动力十足。然后，他开上高速公路，并开始全速驾驶。油门全打开了，伴随着马达尖锐的叫声。突然，马达的转速变得过高了，并开始出现了停顿，车开始向前剧烈地跳动，然后就抛锚了，车震动得令人作呕。这名驾驶者始终都能听到马达的尖叫声，直到他意识到在他身边还坐着一位女性，她用最大的声音尖叫着，她吓坏了。然后，驾驶者在惊愕和颤抖中醒来。”

戴安娜翻译完，他们三个年长的人都点了点头，环绕着我们的沙漠一片寂静，与高速驾驶形成了鲜明的对比。

“这个梦就是这样，下面我来讲讲我是怎么做的。首先我让这个做梦的人感受汽车的力量。他在自己的身体深处体验到了这股能量，这力量就在他的腹股沟和生殖器官附近，他感到了这股力量中的兴奋和强力。然后我帮助他感受了马达，感受它如何一直尖叫，以及如何不能满足他对速度和力量的要求，让他进一步进行体验。他感到了这一切对他身体的影响。这是西方男性的典型梦境，这就是为什么那么多西方男性因为过度工作而死于心脏病发作。他们都十分紧迫，他们的马达都转速过快，超出了负荷。”

当戴安娜翻译的时候，我意识到他们明白了我的意思，他们意识到了西方那追求高速和强力的文化。利亚塔扎的妻子干因塔扎(Nganyinytja)摇着头，看起来好像是不赞成或难以相信什么。我猜测她是不理解为什么会有人把自己逼死。当然，她也可能有别的什么完全不同的想法。而我此刻发觉，我正在自我反省着自己的生活方式是否也是如此紧迫。

“然后，我让这个做梦者感受他自己身处在那女人的灵魂里。感受那尖叫的、惊吓的女人的心灵，让他进入她的世界中，允许自己



被身边的女子的心灵所超越。他先是倾听并回忆着她的音调，突然，他感觉到尖叫的眼泪穿透了他。他切实地感到了她的尖叫。他意识到了她的惊恐，并以前所未有的方式感受到了一种彻底的脆弱。在他自己经历了那个女人的恐惧之后，他让自己留在了那种对脆弱感的体验之中，这脆弱感对他的生活十分必要。正是这种恐惧使他把周围的人推开。对这种脆弱感的深刻体验可以帮助恐惧消退。为了逃避恐惧而更强烈地逼迫自己是危险的。这恐惧使他孤立，与人保持距离。他是一个孤独的人。他把别人都逼走了。

“他现在或许可以找个女伴了，或者可以成个家了。”我结束了对墨尔本梦的工作的简要叙述，并开始意识到，每个人都知道家庭的重要性，这对全世界的人都是一样的。在我们谈话背景里，利亚塔扎的几个孙子正和戴安娜六岁的儿子一起做着一个球拍。我把做梦的人的感受描述得比在墨尔本时的实际感受更为孤立和惊恐，我想，这样可以充分带出这个梦所产生的潜在影响。

“这种工作方法很好。”利亚塔扎说道。我脸红了。那名受着惊恐的驱动，同时内心已经达到速度的极限的年轻人感动了利亚塔扎家的两位女眷，她们的眼睛潮湿了。

“他怎么进行工作的？”我问戴安娜。

当利亚塔扎开始讲述他的故事时，他那深棕色的脸上的表情和我们儿时的童话里听到的土地精灵^①的表情是一样的：深深的投入，严肃的表情，同时眼睛里却闪烁着游戏的光芒。他向戴安娜诉说着，而戴安娜则一段一段地进行着翻译。围绕着我们的是那带着铁锈色彩的大地，显得陈旧和脆弱，仿佛这个世界是由尘土组成的一样。无数的小花闪耀着光芒，像是在诉说最近滋养了这片沙漠的一场雨水。树木看起来就像是依赖于干旱而生存的，干燥的树皮像羊皮纸一般，但树却仍然活着。

当他在向戴安娜传达他的反馈时，我突然想起了前天晚上做的一个梦，梦里我要去参观白宫，去见克林顿，一个十分没有安全感

① 译者注：守护神，民间传说中的守着地下宝藏的小矮人。