

佛洛伊德 之日常心理分析

Psychoanalysis & Interpretation of **Human**

佛洛伊德 著／楊韶剛 譯

人生不是受環境所支配，而是受思想的擺佈。
想了解自己，答案就在心底。
讓佛洛伊德與你的潛意識對談。



(輕 經典 01)

佛洛伊德之日常心理分析

作 者：佛洛伊德

譯 者：楊紹剛

企劃製作：霍克文化公司

編 輯：蚊子工作室・賴宛靖

出 版：百善書房

地 址：235 中和市員山路502號8樓之2

電 話：02-2223-4902

傳 真：02-2223-4906

e-mail：pftwsdom@ms7.hinet.net

劃撥帳號：19508658

戶 名：水星文化事業出版社

總經銷：旭昇圖書有限公司

地 址：235 中和市中山路2段352號2樓

電 話：02-2245-1480

傳 真：02-2245-1479

2004年3月 第一版第一刷

定價 160 元

Printed in Taiwan

ISBN 986-7769-39-2 (平裝)

版權所有 請尊重著作權人的權益

身心靈 02

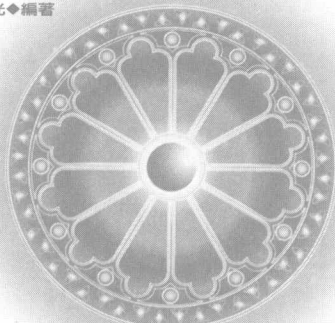
畢達格拉斯指出，人類若能洞察微宇宙音樂，就有機會認識生命諧和律，若能將這種自然外在音樂的力量，轉移到思想及自身的生物系統中，讓這些諧和律在思想或自身生物系統中發揮功效，以啟動原有功能不彰的諧和律，自然就能夠在身體的健康方面獲得很大的益處。

音樂精神療法

提昇人體自然自癒力

的醫學共振音樂

謝汝光◆編著



世界衛生組織(WHO)／美國腦力協會 推薦
世界自然醫學組織(WNO)名譽主席 黃伯南／長庚大學醫學院前院長 李英雄
世界同類療法醫學會最佳貢獻獎得主 楊聖琦／東吳大學講座教授 盧炎／專業推薦

音樂精神療法

謝汝光◆編著

定價：250元



Message

水星文化事業出版社

地址：235中和市員山路502號8樓之2 電話：02-22234890 22234902 傳真：02-22234906
e-mail：pftwsdom@ms7.hinet.net 劃撥帳號：19508658 水星文化事業出版社

佛洛依德 之 日常心理分析

Psychoanalysis & Interpretation of **Human**

佛洛依德 著／楊韶剛 譯

人生不是受環境所支配，而是受思想的擺佈。
想了解自己，答案就在心底。
讓佛洛依德與你的潛意識對談。





Psychoanalysis & Interpretation of Human

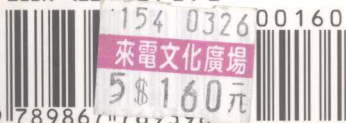
WiseMan Series

佛洛伊德把人的精神生活分為意識和潛意識兩部分，認為意識部分的作用是排除人的原始本能欲望，是不重要的；潛意識部分則是精神活動的深層基礎，對人的行為有著決定性的作用。他也把人的心理結構分為「本我」、「自我」和「超我」三個部分，通常三者處於平衡狀態，但倘若三者之間的關係失調，就是人的行為失常的根源。

讀佛洛伊德，可以使我們更深層的探究，了解現代生活壓力為造成人們某種精神疾病的根源，進而有效地調節心態，讓人生更加圓滿。

本書是佛洛伊德原著代表作的精選譯本，反映其心理哲學的主要思想和理論，書中並適當加了註解，讓讀者更易於閱讀和理解，是研究佛洛伊德心理哲學的首選佳作。

ISBN 986-7769-39-2



總經銷：旭昇圖書公司 NT:160



Psychoanalysis & Interpretation of Human

WiseMan Series



Psychoanalysis & Interpretation of Human

WiseMan Series

佛洛伊德

之

日常心理分析

Psychoanalysis & Interpretation of **Human**

佛洛伊德 著／楊韶剛 譯

大學

人生不是受環境所支配，而是受思想的擺佈。

想瞭解自己，答案就在心底。

館

讀佛洛伊德與你的潛意識對談。



出版前言

佛洛伊德（1856～1939），奧地利著名的精神病醫生、心理學家，精神分析學的創始人。他的心理學理論，不是一般意義上的哲學，甚至也不同於一般的心理學，因為它主要是作為一種精神病治療方法的理論。

佛氏早期的著作，把人的精神生活分為意識和潛意識兩個主要部分，認為意識部分的作用，是排除人的那些原始的、獸性的本能欲望，是不重要的；潛意識部分則是人的精神活動的深層基礎，其中隱藏著各種永不停息的本能衝動，和永不滿足的欲望，這些對人的整個精神活動，導致人的全部行為，有著決定性的作用。



而他在後期的理論則稍有修正，這時他把人的心理結構分爲了「本我」、「自我」和「超我」三個部分。「本我」包含了所有原始的遺傳的本能和欲望，宛如「一口充滿著沸騰液體的大鍋」，其中最根本的是性欲衝動，即所謂「性力」(Libido)，它爲各種本能衝動、欲望提供力量，是人的整個精神活動的基礎和源泉。

「自我」所代表的是理性和判斷，它既要滿足「本我」的要求，又要使之符合「現實」，調節兩者之間的衝突。但「自我」並不能脫離「本我」而獨立存在。它不僅爲「本我」服務，而且必須依靠「本我」提供的能量來活動。

「超我」則代表一種對本我的道德限制(即良知)，與「本我」處於對立的地位，它不僅使「本我」推遲得到滿足，而且使之不能得到滿足，它指導「自我」去限制「本我」的衝動。在一般情況下，「本我」、「自

SIAMUND
Freud

我」、「超我」三者處於平衡狀態，而它們之間的關係失調，就是人的一切行為失常的根源。

佛氏還認為，人類社會的風俗、習慣、宗教戒律、道德規範等等，歸根究柢，都是做為對人的性本能的一種節制而產生的。一切的科學和文學藝術，都是出於人的性本能衝動的「昇華」。當人的性欲受到壓抑、無法滿足時，便轉向其他管道去發洩，這種轉移正是一切人類文明的來源。

讀佛氏的書，可以使我們以更深層的探究，去認識現代生活所造成人們某種精神疾病的根源，進而有效地調節、完善我們的人生。

本書的譯者有楊韶剛、熊哲宏、葉松濤、宋文等人，是佛洛伊德原著代表作的精選譯本，反映了佛洛伊德心理哲學的主要思想和理論。編輯中對部分內容做了刪節，並適當加了小標題，希望便於讀者閱讀和理解。



Contents



1 意識和潛意識／12

3 自我和超我／49

5 群體心理的描述／98

7 個體暗示與力比多／136

9 自我的等級／162

2 自我和本我／27

4 兩類本能／78

6 群體心理的其他說明／123

8 群居的本能／148



Psychoanalysis
& Interpretation of Human
WiseMan Series

日常生活

心理分析





意識和潛意識

我們是從壓抑理論中，獲得我們的潛意識概念的。壓抑為我們提供了潛意識的原型。

但是我們發現我們有兩種潛意識——一種是潛伏的，但能成為有意識的；另一種是被壓抑的，但不能用通常的方法使之成為有意識的……

把心理生活劃分成意識和潛意識的，是精神分析所依據的基本前提；只有這種劃分，才能使精神分析瞭解那些在心理生活中，既重要又普遍的病理心理過程，並在科學的框架中，為其找到一席之地。換言之：精神分析不能接受意識是心理生活的實質的看法，但很樂意把意識看做是心理生

活的一種屬性，意識可以和其他屬性共存，也可以不存在。

何謂意識？

如果私下假定，凡對心理學感興趣的人都會讀這本書，但仍會發現有些人甚至在這方面也會突然停止不前：因為在這裡，我們有了精神分析的第一個術語。因對任何還不是有意識的心理的觀念，很令人難以置信，以致對大多數已受過哲學教育的人看來，這似乎是荒謬的，簡直可以用邏輯一駁即倒。我相信這只是因為，他們從未研究過催眠術和夢的有關現象，而這種現象和病理現象大不相同，才得出這一結論的。因此，他們的意識心理學不能解決夢和催眠的問題。

首先，「意識」一詞^①是一個建立在最直接、最可靠性的知覺基礎



上的、純描述性的術語。

其次，經驗證明，一種心理元素（例如一個觀念）一般說來，不是永遠有意識的。相反的，意識狀態的特點是瞬息萬變的；一個現在有意識的觀念，念在片刻之後就不再是有意識的，雖然在很容易產生的一定條件下，還可以再成為有意識的。那麼，這個觀念在中間階段究竟是什麼，我們還一無所知。我們可以說它是潛伏的，據此我們是說，它能隨時成為有意識的。或者假如我們說，它是潛意識的，那我們就是在做一個同樣正確的描述。

潛意識

因此，在這個意義上，潛意識一詞是與「潛伏的和能成為有意識的」