

精神分析的入门书

[奥] 弗洛伊德 (Sigmund Freud) 著 陈霖序 译

精神分析引论

做自己的心理医生

17种语言
享誉全球

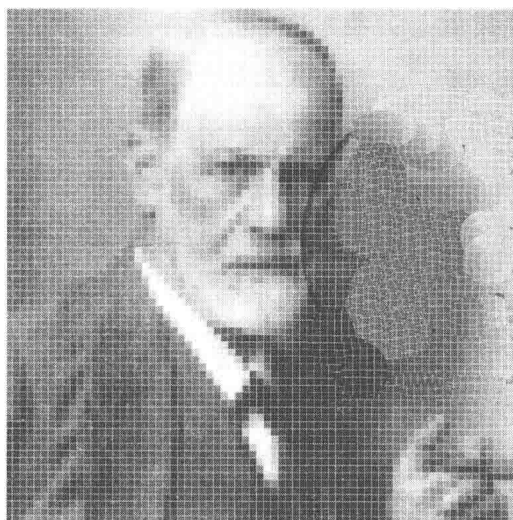


民主与建设出版社
Democracy & Construction Publishing House

精神分析引论

JINGSHEN FENXI YINLUN

[奥] 弗洛伊德 (Sigmund Freud) 著 陈霖序 译



图书在版编目 (CIP) 数据

精神分析引论 / (奥) 弗洛伊德 (Freud,S.) 著 ;
陈霖序译. — 北京 : 民主与建设出版社, 2016.7
ISBN 978-7-5139-1064-4

I. ①精… II. ①弗… ②陈… III. ①精神分析

IV. ①B84-065

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第076003号

书名原文: A General Introduction to Psychoanalysis

出 版 人: 许久文

责任编辑: 李保华

整体设计: 仙 境

出版发行: 民主与建设出版社有限责任公司

电 话: (010)59419778 59417745

社 址: 北京市朝阳区阜通东大街融科望京中心B座601室

邮 编: 100102

印 刷: 北京欣睿虹彩印刷有限公司

版 次: 2016年7月第1版 2016年7月第1次印刷

开 本: 32

印 张: 11.5

书 号: ISBN 978-7-5139-1064-4

定 价: 36.00元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

提起西格蒙德·弗洛伊德（1856—1939年），只要对心理学稍有涉猎的人就一定不会对这个名字感到陌生。作为精神分析学的鼻祖、国际精神分析学会奠基人、西方心理学第二大势力的领导者，同时也是20世纪对世界文化产生最大影响的思想家之一，弗洛伊德所创立的精神分析学说，不仅对心理学研究来说意义重大，其影响力还触及到了人类知识的各个层面，甚至对艺术和文学也产生了重大影响。

弗洛伊德不仅是一位严谨的学者，同时也是一位多产的作家。而在其众多经典名著中，《精神分析引论》一书因几乎涵盖了精神分析理论所关切和探讨的各个层面，所以一直以来都被当成是精神分析学的标准入门教材，曾被译成17种文字，流传甚广。对于此书的地位，美国学者欧内斯特·琼斯曾盛赞道，“精神分析文献的这个空白现在已经由一位最合适的作者所弥补，这就是弗洛伊德教授本人，他在百忙中费神写出这本书，凡是临床心理学界都应当对他表示感谢”。

《精神分析引论》一书共计28讲，其来源是1915—1917年间，

弗洛伊德在维也纳大学所作的28场演讲（正因如此，书中以“讲”代替了“章”的命名）。而这28讲的内容，大体上可分为三个部分：前4讲为第一部分，主要讲的是过失心理学。弗洛伊德认为，人们日常生活中的过失现象并不是无意义的，它是人们内心深处两种相反倾向互相牵制又互相调和的心理行动。他通过分析日常生活中的种种过失或失误，如笔误、口误、健忘和行动失误等现象，探讨了过失产生的心理根源；第5讲～第15讲为第二部分，主要是对梦的解析。弗洛伊德指出，梦不是一种纯粹的生理或躯体现象，而是一种心理现象，其目的主要是为了寻求欲望的满足。所有的梦都是有意义的，不过这种意义不是显现于表面的，而是一种潜意识的表现。因此，要解释梦，就不能停留在梦的表面意义上，而要深入分析其背后的潜意识欲望；第16讲～第28讲为第三部分，主要是对神经病症进行精神分析。弗洛伊德较为系统地论述了精神分析的基本理论和方法，认为神经病症状是起源于潜意识的精神历程，只要能把受压抑的潜意识导入意识，神经病的症状就可以消失，不过这是一个非常艰难的过程。

从书中我们可以看到，《精神分析引论》的前两部分写得非常浅显易懂，是对精神分析学说的简单引论，这主要是为了迎合一些非专业的初学者。到第三部分时，弗洛伊德认为初学者的水平已经大大提高了，因而开始大胆地讨论一些更专业和更困难的课题，也就是神经症的精神分析。因此，这本书的第三部分比前两部分要显得略微晦涩一些。这种由浅入深的设计使得本书的受众面大大增加，我们可以肯定，无论你是对精神分析一无所知，还是对此颇有研究，都能从本书中获益。

第一讲	绪 论	1
第二讲	关于过失	9
第三讲	过失是有意义的	21
第四讲	过失是心理的行动	37
第五讲	梦的初步研究	53
第六讲	释梦的技术	67
第七讲	显意和隐意	77
第八讲	儿童的梦的研究	87
第九讲	梦的检查作用	95
第十讲	梦的象征功能	105
第十一讲	梦的工作	121
第十二讲	梦例的解析	131
第十三讲	原始的梦和幼稚的梦	143
第十四讲	欲望的满足	155
第十五讲	关于梦的几点释疑	167
第十六讲	精神病学与精神分析	177
第十七讲	神经病症候	189

第十八讲	创伤和潜意识	203
第十九讲	抗拒与压抑	213
第二十讲	“性的”含义	227
第二十一讲	性的发展与性的组织	241
第二十二讲	力比多发展过程中的危险性	257
第二十三讲	神经病症候的形成	273
第二十四讲	一般的神经过敏	289
第二十五讲	真实的焦虑和精神病的焦虑	301
第二十六讲	自 恋	317
第二十七讲	移情作用	333
第二十八讲	精神分析与心理暗示	349

第一讲

绪 论

我想大家可能已经通过阅读或者传闻了解了一些有关精神分析的知识，但我现在要讲的是“精神分析引论”，因此，我必须假设大家对此一无所知，要我来从头说起。

不过，有一点，我可以假设大家是知晓的——那就是：精神分析法是神经错乱症的治疗方法之一。这个治疗方法不仅与其他的医药治疗方法不同，而且还恰恰相反。一般来说，要让病人接受一种新的治疗方法，医生常常会夸大这种方法的轻便性，以便使病人相信它的效力。我认为，这个办法很不错，因为这能增强治疗的效果。

然而，在采用精神分析法来治疗精神病患者时，我们所使用的方法就完全不同了。我们要向他强调这个治疗方法实施起来是多么困难，需要多么长久的时间，需要他自己做出多么大的努力和牺牲；至于治疗的效果如何，我们会告诉他不能确定，一切成功都要靠他本人的努力、了解、适应和忍耐。我们之所以会采用这种看起来很反常的治疗态度，当然有其充分的理由，这个大家以后会知道的。

很抱歉，我一开始演讲，就如同对待神经病患者一般来对待大家，我要劝大家下一次不要再来听讲了。

我还要告诉大家，我能带给你的只是关于精神分析的一点不

完全的知识，对于你们来说，要对精神分析形成一种独立的判断是很难的。这是因为你们所接受的教育和你们的思维习惯，会迫使你们反对精神分析，而要想克服这种本能的抵抗力，你们就必须先在内心做出很大的努力。我的演讲最终会让你们对精神分析了解到何种程度，这个我无法确定；不过我有必要告诉你们，在听完演讲之后，你们并不能掌握怎样进行精神分析的研究，也不可能实施精神分析的治疗。

另外，你们当中如果有人不满足这种肤浅的了解，想要更深入地研究精神分析法，与之建立永久的关系，那么我不但不会予以鼓励，事实上，我还要给予警告。因为从目前来看，倘若选择了这个职业，那么他在学术上成功的机会将十分渺茫，而且当他的事业开始时，他会发现，整个社会都不能了解他的目的和意向，甚至还会敌视他，对他倾泻所有隐藏的罪恶冲动。他所要应付的麻烦问题恐怕会像现在欧洲战争的流毒一样难以预计。

不过，有些人常常会被一种新知识所吸引，并愿意为此不顾一切。假如你们有人受到了警告，但是下一次仍然来听讲，我自然十分欢迎，但我有义务向你们指出精神分析所面临的内在的困难。

首先，是关于精神分析的教学和说明的问题。

你们在进行医学研究时，习惯于用眼睛去看，如解剖的标本、化学反应的沉淀物以及神经受刺激后所有肌肉的收缩等。当你们和病人接触后，你们通过感官来了解病人的症状，观察病理作用的结果，或者分析致病的原因。从外科方面来讲，你们能够亲眼目睹治病的手术，也可以自己尝试去做。即使是就精神病疗法来说，病人的症象以及异常的表现、语言和行为所提供的一系列现象，也会在你们心中留下深刻的印象。因此，医学教授大多是做说明和指导性工作的，就如同引导你们游览博物馆一样，而你们也会与所观察的对象直接产生关系，根据自己的亲身经历，来确定新事实的存在。

然而，不幸的是，精神分析就完全不同了。在进行精神分析的治疗时，除了医生与病人进行谈话之外，没有其他的方法。病人讲述自己从前的经验、现在的印象，并倾诉自己的痛苦，表达愿望和情绪。医生则只能静静地倾听，想办法引导病人的思路，以使他注意某些问题，并给他一些解释，观察他因此产生的赞许或否认的反应。而病人的亲朋好友只相信他们所看见的、接触的，或像在电影中所见到的那些行为，而在听到“谈话可以治病”时几乎没有不表示怀疑的。他们的理由其实是矛盾的，没什么道理可言。因为他们与此同时也相信神经病患者的病痛，完全是由想象而生的。

说话和巫术原本是同一回事。今天，我们用话语能够使人感到快乐，也能够令人感到失望。教师用话语向学生讲授知识，演讲者用话语来感动听众并左右他们的判断。

话语能够引起情绪，我们经常用它来作为互相感应的工具，因此，我们不要小瞧心理治疗的谈话。假如你们能够听到精神分析者与病人的谈话，那是相当值得高兴的事情了。

不过，要听到他们的谈话并不是很容易，因为进行精神分析时的对话是不允许别人旁听的，谈话的进程也不可以公之于众。事实上，我们在讲授精神病学时，是可以向学生介绍神经衰弱的患者或癔病患者的，但是病人只会讲述本人的病情和症状，而不会谈及别的。只有在对医生有特殊感情的情况下，病人才愿意畅谈，以便满足分析的需要。如果有一个与自己无关的第三者在场，病人就会缄口不语。这是因为分析时所要说的话，都是他们思想和情感上的秘密，他们不仅不愿意告诉别人，甚至连自己都想设法隐瞒。

因此，在进行精神分析治疗的时候，你们是不可以参观的，如果你们想要学习精神分析，就只能借助传闻。不过，这种间接的学习方式会让你们对于精神分析这个问题很难形成自己的判断。在这种情况下，你们要做的就是相信报告人所说的。

现在姑且假设你们正在听关于历史的知识，而非听关于精神病学的东西，或者假设一下讲师是在讲关于亚历山大大帝¹的传奇和成功的故事。可是讲师凭什么让你们相信他所说的话是真的呢？从根本上来说，讲师所讲的历史事迹比精神病学似乎更不可令人相信，因为历史教授也和大家一样，没有亲身参加过亚历山大的战事，而精神分析者至少能向你们叙述他自己所曾参与过的事实。历史学家往往会拿出一些证据作为他说话的依据，他会让你们去看与亚历山大生活在同一时代或比他稍晚一些年代的迪奥多罗斯、普鲁塔克、阿利安等人的记载，他也会让你们去庞贝看历史遗留下来的亚历山大的石像和钱币，向你们展示与伊索斯战争相关的照片。可是，从严格意义上讲，这些证物也只能证明古人们对于亚历山大的存在和他所立战功的真实性是深信不疑的。这也许又会遭到你们的批判，你们可能觉得关于亚历山大的一切都不足为信，可当你们离开教室时却不会再怀疑亚历山大存在的事实。原因有二：其一，如果教师也对史实心存怀疑，他没有必要硬要你们相信，这对他没有任何好处；其二，对于这些史实的记载，历来史学家也很少怀疑。如果你们怀疑他们的记载，可以通过两种方法来进行测验：一是看他们是否有作伪的动机，二是看他们的记载是否一致。通过测验的结果，我们可以得出亚历山大的史实是确实可信的，至于摩西和尼罗特的记载则可能会有一些偏差。利用这种方法，你们最后也能判断出精神分析是否是可信的。

你们当然有权利这样问：假如精神分析既无客观的证据，也不可能允许公开参观，那么我们要怎样去研究它，并相信它的真实性呢？

研究精神分析并非一件容易的工作，目前对其有深入研究的人

1 亚历山大大帝（Alexander，前356—前323年），20岁继承王位，是欧洲历史上最伟大的军事天才，马其顿帝国最富盛名的征服者。——译者注

也屈指可数，不过要学习精神分析也并不是无门路可走。精神分析的入门可以从自我人格的研究开始。有人将“自我研究”称为“内省”，事实上并不完全是这样，只不过是因没有更好的名字来描述它才这样说的。事实上，有很多普通的心理现象可以用来作为自我分析的材料，当然前提是你已经对自我分析的知识有了一定的了解。精神分析所描写的东西是确实可信的，分析的深入也是无止境的。假如你们想更深入地学习，可以自己当一回病人，亲自接受精神分析高手的分析，利用这个机会学习分析高手的精湛技艺。这是个非常不错学习方法，不过只局限于个人，不能用之于整体。

关于精神分析的第二个困难，并非它本身固有的，而是在你们受了医学研究的影响之后才有的。你们的心理态度往往是受过医学训练后养成的，这与精神分析的态度是大不一样的。你们常常从解剖学的角度来看待机体的机能和失调，用物理化学和生物学的观点来加以说明和解释，却从来不从精神方面来考虑，忽略了精神生活才是复杂的有机体最后发展的结晶。你们不熟悉精神分析的观点，因此常常怀疑它，并否认它的科学价值，而把它留给诗人、哲学家、玄学家和一般人。这个不足让你们与成为一个良好的医生失之交臂，因为在治疗病人过程中，首先接触到的就是病人的精神生活。正是因为你们轻视了精神生活的重要性，小瞧了那些江湖术士和巫师，才使得他们能够收到一些治疗效果。

因为在学校里学习医学时没有一种附属的哲学科目作为辅助，导致了你们以往教育上的这一缺陷，这也是情有可原的。你们无法真正懂得心身的关系或了解精神生活的失调，即使你们学习了一些关于心理学的知识，如思辨哲学或叙述性的心理学，或和感官生理学连带研究的所谓实验心理学。虽然医学上也有一种精神病学专门讲有关各种精神失调的临床图书，但是就连精神病学者本人也不完全相信这些纯粹的描述公式是不是真的能够称得上是科学。这些图

画所表现的症状到底是怎样发生的、组成的，又是怎样联系的，还是个未知数：它们或与脑子里的变动没有什么联系，或者虽然能有一些联系，却解释不通。只有当这些精神失常被认为是机体疾病间接导致的，才有采用精神治疗的可能。这个就是精神分析所要补填的缺陷。

精神病学是以精神分析法为心理基础的，并从中得到解释身体和精神的病扰的理由。要掌握精神分析法，就必须放弃在解剖、化学、生理等方面的种种成见，完全应用纯粹的心理学的概念。这对于你们来说，开始时会有些难以接受。

另外，还有一种困难，它并非源于你们的教育或你们的心理态度。

精神分析有两个最足以触怒全人类的信条：一个是精神与人们的理性成见相反；另一个是精神分析与人们道德或美育的成见相冲突。要打破这些成见是很困难的事情，它们是不可轻视的，作为人类进化所应有的副产物，它们是极有势力的，而且它们有情绪的力量作基础。

精神分析的第一个让人感到不快的命题是：心理过程主要是潜意识的，而意识的心理过程则只是整个心灵的分离部分和动作。

我们不要忘记，我们以往常常认为心理的就是意识的。

意识似乎正是心理生活的特征，而心理学则被看作是研究意识内容的科学。很明显，这是不容反对的观点，任何反对都会被看成是胡闹。可是，精神分析与这个观点却是相互抵触的，它否认“心理的即意识的”这种说法。精神分析认为心灵包含感情、思想、欲望等作用，其中思想和欲望都可以是潜意识的。精神分析正是因为有了这个主张，一开始便无法得到那些头脑清醒的科学家的同情，反而被疑似荒谬捣鬼的巫术。我之所以指出“心理的即意识的”这种说法是偏见，是因为如果潜意识真正存在，那么人类进化过程中

终有一个时期会否认它，至于否认它会带来什么好处，这就不是你们所能想到的了。因此，去争辩心理生活是否和意识在同一范围或超出于意识的范围之外，就如同是在做文字之争，没什么实际意义。不过，我还是要告诉大家，承认潜意识的心理过程是人类和科学开创一种新观点的一个具有决定性意义的步骤。

接下来，我要讲述精神分析的第二个命题了。这个命题和第一个命题之间有着十分密切的关系，它也是精神分析的一个创见，即认为无论是从广义上还是狭义上来说，性的冲动都是神经病和精神病的重要起因，这是个前人所没有意识到的创见。

更有甚者，这些性的冲动被认为对人类心灵获得最高文化的、艺术的和社会的成就具有最大的贡献。

依我看来，大家之所以敌视精神分析法，主要原因还在于这个结论。大家一定十分想知道为什么会得出这个结论。我们的文化之所以能够创建起来，是因为我们人类在生存竞争的压力之下，曾经竭力放弃满足我们的原始冲动。而我们的文化之所以能够不断地被改造，也是由于历代加入社会生活的每个人不断为公众的利益而牺牲自己本能的享乐。而其所利用的本能冲动，又尤其以性的本能最为重要。所以，性的精力被升华了，也就是说，它用转向其他较高尚的社会目标来替代了追求性的目标。不过，因为性的冲动不易控制，由此而导致的组织并不具有一定的稳固性，而参与文化事业的每个人也可能会有受性力反抗的危险。一旦性力放肆起来，回复到它原始的目标，那么社会文化就将面临最大的危机。正因为如此，社会不希望有人指出性和社会发展的关系，更不愿意承认性本能的势力，或讨论个人性生活的重要，甚至为了训练克制性力，几乎完全避而不谈关于性的问题。所以说，精神分析的理论是要受到非难的，它被看成是丑恶的、不道德的，甚至是危险的。不过，这种反对观点并不见得会生效，因为精神分析的结论实在可以称得上是科

学研究的客观结果；要想驳斥得有力，就必须有相当的理由。

把不合意的事实看成虚妄，继而找各种理由去加以反对，这是人类的本性。把不能接受的东西看成是不真实的，然后用来自感情冲动的一些逻辑的、具体的理由来驳斥精神分析的结果，即使面对我们强有力的反驳也要坚持其偏见，这则是社会的本性。

不过，对这种反面的理论趋势，我们决不能表示退让，我们必须承认自己苦心研究所得到的事实。只要在科学研究的范围之内，我们就无需顾及其他人的成见，不管这些成见是否有道理。

以上这些是当你们开始对精神分析感兴趣时可能会遇到的一些困难。

对于刚入门的大家来说，我或许讲得太多了。不过，假如你们没有因此而失望，我可以接着继续讲。

第二讲

关于过失

现在，我们不再去假设而要从观察到的事实入手。我们可以选取一些我们经常遇到但却很少有人注意的现象，这些现象并不属于疾病的范畴，即使在健康人身上也时有发生，心理学上将这些现象称为过失行为。比如，口误、笔误、误读和误听等情况，就经常会出现在我们的生活中。当你想要向别人叙述一件事情的时候，想好的话说出口时却用错了词；在书写的时候，想写的是这个字，却鬼使神差地写成了另一个字；阅读文章时，读错了某个熟悉的字；听觉器官没有毛病，可是却听错了别人讲的话。

还有一些过失是由于人们暂时性的遗忘所导致的，比如突然忘记了一个熟悉之人的名字，或者忘记了自己所要去做的事情等。这些内容只是被暂时的遗忘，后来多半会自然而然地记起来。

不过，也有一些记忆不是暂时性的遗忘，而是永久性的遗忘，比如把某件东西放错了位置，后来再也找不到了。这种遗忘常常令我们感到惊异懊恼，甚至难于理解。还有一些过失，虽然也有暂时性，但却与此十分相似，比如有些人明明知道某事是不确定的，但有时候却会信以为真，像这样的现象不胜枚举。

像口误、笔误、误读、误听等过失名词在德文中都是以“ver”开头的，可以看出它们之间存在着内在联系。但是，这些在生活中出现的种种过失往往是暂时的，不重要的，甚至根本就没有什么具体的意义，就好像是遗失了某样根本不必在意的东西一样。因此，在许多人看来，日常生活中的很多过失都是不值得研究的。

而我现在却要让大家来对这些现象进行研究，或许你们会表现得不耐烦，并加以反对。你们可能会说：“这世界上值得解释的神秘玄奥的事情太多了，我们花那么多力气去研究这些无关重要的过失根本毫无意义。如果你们能够解释一个耳聪目明的人自称在白天能看见或听到一些根本就没有存在的事物，或解释某人为何突然宣称自己正在遭受他最亲爱的人迫害，又或者可以用最巧妙的理由来证明一种就连一个小孩子都会感到荒谬的幻想，那人们可能就会更愿意重视精神分析了。可是假如精神分析只能解释一个演说家为何说错了字，或一个主妇为何弄丢了钥匙等琐碎小事，那么我们就应该把更多的时间和精力放在那些更加重要的事情的研究上。”

我想说，大家不要急着下定论，这个批评其实是文不对题的。当然，我不能夸口说精神分析从来不做琐碎的事情，事实恰恰相反，精神分析所观察的材料常被其他科学讥讽为是琐碎、平凡和不重要的，甚至被说成是现象界里的废料。大家似乎都这么认为：凡是重大的事情就要有重要的表现。难道说，在某些情况下，重大的事情就不能借一些琐碎的事情表现出来吗？

这个道理是很容易说明的。举个例子，假如你是一个未婚青年，对某个女孩子产生了好感，那么你怎么才能知道自己已经博得了她的欢心呢？难道一定要她明白地告诉你或给你热烈的拥抱吗？当然不是，你一定是从她的一个眼神、一个手势或和你握手的一瞬间就知道了。又比如，假如你是一名侦探，正在侦查一件谋杀案，在既无人证又无物证的情况下，你能指望罪犯会给你留下一张有他的