



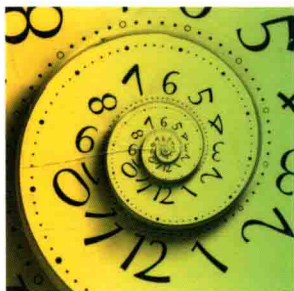
轻与重

53

什么是催眠

[法] 弗朗索瓦·鲁斯唐 著 赵济鸿 孙越 译

姜丹丹 何乏笔 主编



François Roustang

Qu'est-ce que l'hypnose



轻与重

FESTINA LENTE

姜丹丹 何乏笔 (Fabian Heubel) 主编

什么是催眠

[法] 弗朗索瓦·鲁斯唐 著 赵济鸿 孙越 译

François Roustang

Qu'est-ce que l'hypnose

图书在版编目(CIP)数据

什么是催眠/(法)弗朗索瓦·鲁斯唐(François Roustang);赵济鸿、孙越译. --上海:华东师范大学出版社,2017.

(“轻与重”文丛)

ISBN 978-7-5675-6648-4

I. ①什… II. ①弗…②赵…③孙… III. ①催眠 IV. ①R749.057

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 168379 号



华东师范大学出版社六点分社

企划人 倪为国

轻与重文丛

什么是催眠

主 编 姜丹丹 何乏笔
著 者 (法)弗朗索瓦·鲁斯唐
译 者 赵济鸿 孙 越
责任编辑 徐海晴
封面设计 姚 荣

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537

门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 上海中华商务联合印刷有限公司
开 本 787×1092 1/32
印 张 9.25
字 数 150 千字
版 次 2017 年 9 月第 1 版
印 次 2017 年 9 月第 1 次
书 号 ISBN 978-7-5675-6648-4/G · 10475
定 价 58.00 元

出 版 人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

主 编 的 话

1

时下距京师同文馆设立推动西学东渐之兴起已有一百五十载。百余年来，尤其是近三十年，西学移译林林总总，汗牛充栋，累积了一代又一代中国学人从西方寻找出路理想，以至当下中国人提出问题、关注问题、思考问题的进路和理路深受各种各样的西学所规定，而由此引发的新问题也往往被归咎于西方的影响。处在21世纪中西文化交流的新情境里，如何在译介西学时作出新的选择，又如何以新的思想姿态回应，成为我们

必须重新思考的一个严峻问题。

2

自晚清以来，中国一代又一代知识分子一直面临着现代性的冲击所带来的种种尖锐的提问：传统是否构成现代化进程的障碍？在中西古今的碰撞与磨合中，重构中华文化的身份与主体性如何得以实现？“五四”新文化运动带来的“中西、古今”的对立倾向能否彻底扭转？在历经沧桑之后，当下的中国经济崛起，如何重新激发中华文化生生不息的活力？在对现代性的批判与反思中，当代西方文明形态的理想模式一再经历祛魅，西方对中国的意义已然发生结构性的改变。但问题是：以何种态度应答这一改变？

中华文化的复兴，召唤对新时代所提出的精神挑战的深刻自觉，与此同时，也需要在更广阔、更细致的层面上展开文化的互动，在更深入、更充盈的跨文化思考中重建经典，既包括对古典的历史文化资源的梳理与考察，也包含对已成为古典的“现代经典”的体认与奠定。

面对种种历史危机与社会转型，欧洲学人选择一次又一次地重新解读欧洲的经典，既谦卑地尊重历史文化的真理内涵，又有抱负地重新连结文明的精神巨链，从当代问题出发，进行批判性重建。这种重新出发和叩问的勇气，值得借鉴。

3

一只螃蟹，一只蝴蝶，铸型了古罗马皇帝奥古斯都的一枚金币图案，象征一个明君应具备的双重品质，演绎了奥古斯都的座右铭：“FESTINALENTE”（慢慢地，快进）。我们化用为“轻与重”文丛的图标，旨在传递这种悠远的隐喻：轻与重，或曰：快与慢。

轻，则快，隐喻思想灵动自由；重，则慢，象征诗意栖息大地。蝴蝶之轻灵，宛如对思想芬芳的追逐，朝圣“空气的神灵”；螃蟹之沉稳，恰似对文化土壤的立足，依托“土地的重量”。

在文艺复兴时期的人文主义那里，这种悖论演绎出一种智慧：审慎的精神与平衡的探求。思想的表达和传

播，快者，易乱；慢者，易坠。故既要审慎，又求平衡。在此，可这样领会：该快时当快，坚守一种持续不断的开拓与创造；该慢时宜慢，保有一份不可或缺的耐心沉潜与深耕。用不逃避重负的态度面向传统耕耘与劳作，期待思想的轻盈转化与超越。

4

“轻与重”文丛，特别注重选择在欧洲（德法尤甚）与主流思想形态相平行的一种称作 *essai*（随笔）的文本。*Essai* 的词源有“平衡”（*exagium*）的涵义，也与考量、检验（*examen*）的精细联结在一起，且隐含“尝试”的意味。

这种文本孕育出的思想表达形态，承袭了从蒙田、帕斯卡尔到卢梭、尼采的传统，在 20 世纪，经过从本雅明到阿多诺，从柏格森到萨特、罗兰·巴特、福柯等诸位思想大师的传承，发展为一种富有活力的知性实践，形成一种求索和传达真理的风格。*Essai*，远不只是一种书写的风格，也成为一种思考与存在的方式。既体现思

索个体的主体性与节奏，又承载历史文化的积淀与转化，融思辨与感触、考证与诠释为一炉。

选择这样的文本，意在不渲染一种思潮、不言说一套学说或理论，而是传达西方学人如何在错综复杂的问题场域提问和解析，进而透彻理解西方学人对自身历史文化的自觉，对自身文明既自信又质疑、既肯定又批判的根本所在，而这恰恰是汉语学界还需要深思的。

提供这样的思想文化资源，旨在分享西方学者深入认知与解读欧洲经典的各种方式与问题意识，引领中国读者进一步思索传统与现代、古典文化与当代处境的复杂关系，进而为汉语学界重返中国经典研究、回应西方的经典重建做好更坚实的准备，为文化之间的平等对话创造可能性的条件。

是为序。

姜丹丹 (Dandan Jiang)

何乏笔 (Fabian Heubel)

2012年7月

催眠的方法与生活的艺术

——《什么是催眠》中文版导言

弗朗索瓦·鲁斯唐(François Roustang, 1923—2016)在去世时被法国媒体称颂为不仅仅是 20 世纪法国革新催眠治疗的理论家,而且也堪称是一位哲学家。他重新探讨的催眠(hypnose)的实践与方法,与其说是一种治疗的方法,不如说是一种修行的习练,不仅仅是自身的修行(“自我催眠”),也可以是一种可共享的体验,通过对于治疗师参与催眠过程中的状态与功能的反思与重构,他也提倡这种体验旨在引向“共同的转化”。鲁斯唐也受到在学术界的朋友、瑞士汉学家毕来德(Jean-François Billeter, 1939—)的影响,两人在催眠理论与中国古代思想尤其是与《庄子》文本的跨文化对话的方面互相借鉴。^① 后者指出,

^① 姜丹丹,“身体、想象与催眠——毕来德与庄子的思想对话”,载《国际汉学》,2016 年 6 月第 2 期。

“hypnose”在汉语中的约定俗成的译法“催-眠-术”可谓错了三次,因为这个沿袭的术语既取消了当代催眠理论尤其是鲁斯唐所讨论的方法中的“催”所暗示的主动与被动、控制与被控制的关系,也不意味着“眠”的状态,即与传统催眠术中用暗示的方法引入进入深沉的睡眠^①属于完全不同的范畴,是以一种吊诡的介于眠与醒之间的状态探索“一种意识发生改变”的状态可能性,甚至也不是技术性、策略性的“术”,而是一种习练的践行。而经过鲁斯唐彻底革新的催眠方法吸收现象学还原法,也被称作“催眠的现象学”,在跨文化对话的层面上又与中国古典思想尤其是道家思想的资源发生一种深层的沟通,那么,这种经过更新的方法究竟有怎样的指向与内涵?

鲁斯唐的催眠理论首先是从反思、解构自弗洛伊德的心理学到精神分析的运动中“诠释”、“解析”的方法的诸种弊端重新出

① 催眠术在18世纪中叶由奥地利的佛朗兹·麦斯迈(Franz Anton Mesmer, 1734—1815)理论化和系统化,但他采用的注意是“磁流”的催眠疗法,提出“动物磁性”是将生命体与宇宙相通的共同属性。这种理论与实践在当时欧洲兴起的理性与科学的思潮里最终遭到驱逐。后来,1843年,英国医生布雷顿(James Braid, 1795—1860)将这类疗法统一命名为Hypnotism,他借鉴的是希腊神话中的“睡神”(Hypnos)的名字,相传Hypnos住在冥界,左手持罌粟花蕾,右手持一支装满液体的牛角,可以用魔法让人入眠。这个术语的词源选择,已经显示在19世纪中叶取向意识,理智主义的潮流中对于催眠疗法的一种偏见。20世纪初,这种在心理治疗领域亦得到运用的疗法,尤其遭到弗洛伊德的批判。1903年,第一次被译作汉语“催眠术”。在二战之后,因这种疗法的实际治疗功效而重新受到重视。而在美国,催眠疗法经由“现代催眠之父”米尔顿·艾瑞克森(Milton Hyland Erickson, 1901—1980)在合作派临床实践中的更新而成为广泛引用的医学治疗方法。

发。或者说,如果要重新肯定催眠的治疗功效,这是一条必经之路,因为正是 20 世纪初心理学的兴起摒弃了催眠的方法,并逐渐将之彻底打入迷信、魔法、不科学的窠臼。鲁斯唐在写于 1991 年的《什么是影响》^①一书里,开头就重新倡导在心理分析的领域中所忽略和否定的三个互相关联的概念:影响、移情与催眠。因此,他所重新正名与革新的催眠理论,与心理分析置于迥然相异的理论范式。他称赞弗洛伊德的无意识理论,但反思自弗洛伊德开创的诠释、解析的方法中包含的有限性,我们可以归结这些有限性为指向涉及自我、意识、镜像的范式,引向机器、确定性、意识的光照、镜像的再现,即分析师需要引导人把无意识化为意识,试图以意识取代无意识。弗洛伊德明确地支持,“通过将无意识转变性意识的诠释工作,自我以减弱无意识为代价强大起来”,^②通过诠释、解析所涉及的确定的、可见的方式,试图引导病人产生“意识化”的觉悟。这种方法的解剖刀指向无意识,要揭示其中隐秘的欲望,并试图摆脱无意识的作用。与此相反,鲁斯唐重构的催眠理论则不试图消除无意识、不确定性、非理性、动物性,而相反肯定通过最大程度的介于自我与非自我之间的不确定性的体验,去了解和经历“陌生感”,即外界与自身内部的“相异性”,也在混杂、融合不同层面的催眠状态里面向负面的情绪因素(烦躁、苦恼、痛

① 弗朗索瓦·鲁斯唐,《什么是影响——一位法国催眠师的疗愈论》,陈卉译,上海:华东师范大学出版社,2016 年,收录于姜丹丹、何乏笔主编“轻与重”文丛。

② 《弗洛伊德德文版全集》,前言,11,第 472 页。弗朗索瓦·鲁斯唐,《什么是影响》,第 26 页。

苦、焦虑等)，“生命才是被真正体验的，与自身没有距离”。在这种引向生命体、关系、相互性、对话沟通、创造性想象力的视野里，他认为解析的方法试图建构对于过去的“回忆”强化出的叙事、虚构，而把心理现象解读、转化为机制、规律，试图建立一种心理的科学，这就必然会排除所有不能纳入理智、意识主体的因素。而鲁斯唐却认为，这种理论倾向仅仅限于在“既定的生命基础上运动”，只会回归以重复为规则、为稳固的表象的生活模式，而不可能创造出生命的独特性。鲁斯唐也肯定拉康的理论颠覆性的意义，“将次语言的关系的所有特征注入语言”，但他指出这造成了“概念的怪胎”，即“与所指脱离关系的能指”。^① 正因此，在反思心理分析的方法的历史性弊端的基础上，鲁斯唐所倡导的催眠理论尤其强调比如对于生命体（人作为有生命力的综合的生物，或者称作“动物人”）的整体关照。就是鲁斯唐在1994年出版的《什么是催眠》^②这本书进一步运用现象学的方法指出为什么催眠理论不那么操心分析、诠释、领会的问题，“它的问题不是‘为什么会这样’，而是‘如何贴合和改变情绪和定位’，总之，意义就在事物本身之中”（参见《什么是催眠》）。

鲁斯唐重新思考人的动物性、本能、被动性的积极面向，即把人作为一个整体的平衡的意义上看待人的生命存在，在非二

① 弗朗索瓦·鲁斯唐，《什么是影响》，第40页。

② 弗朗索瓦·鲁斯唐，《什么是催眠》，赵济鸿、孙越译，上海：华东师范大学出版社，2017年，收录于姜丹丹、何乏笔主编“轻与重”文丛。

元对立的层面上同时关注精神和身体、意向和语言、言说和行动、感受和表达,以恢复被症状的“隔离”所造成的循环的阻碍。这种思路的倾向汇拢法国二战后的哲学从对于笛卡尔以来的意识主体的质疑到身体哲学、身体现象学的转向。他所探索和思考的是催眠状态作为异相醒觉(*veille paradoxale*),完全不同于传统催眠术对应的“深度睡眠”的状态,而涉及的是一种中间性的、吊诡式的状态,正如他所重新界定的催眠其实对应清醒的睡眠状态这样一种悖论。“另一方面,它表现出一种扩大的醒觉状态(*vigilance*),这种状态能够考虑到生命的全部参量,这是一种全面的醒觉状态(*vigilance généralisée*),它包含并超越我们所熟知的平常生活中的那种受限的醒觉状态(*vigilance restreinte*)”(参见《什么是催眠》)。这种醒觉状态介于意识与无意识之间,关键在于可以使人恢复在习以为常、日常生活的节奏重复与习俗规范的桎梏重遭到限制与抑制的潜在的能力,“重新获得且都在自己身上唤醒构成其特点并对其起到区别作用的那个潜在力量”,因此,这种实践提供生命的潜能可以有在其中保存、生发与生成的“余地”。笔者认为,这种有关催眠的思考与他的同时代人法国哲学家、哲学史家皮埃尔·阿多(*Pierre Hadot*, 1922—2010)在重新诠释古代到现代哲学中从生活方式的视角提出的引发自身内部发生转发的“精神修炼”的方式有些相近性。^① 阿

^① 皮埃尔·阿多,《古代哲学研究》,赵灿译,华东师范大学出版社,2016年;皮埃尔·阿多对话录,《作为生活方式的哲学》,姜丹丹译,上海译文出版社,2014年。

多指出,哲学旨在实现改变一个人的生活方式的习练,首先是唤起人把注意力集中到当下的世界和日常生活的目光的“转化”。^① 无独有偶,鲁斯唐早年也曾和阿多一样有过在神学界任职的经历,但两者后来又都自觉地脱离了天主教会的系统。与宗教界的决裂,促使他们以独立而自觉的态度深入考察在世俗意义上的生活方式的实践问题。1963年,鲁斯唐还发表过一本讨论修行的著作《精神生活的启蒙课程》。但是,当他1980年代与法国理论前沿的法国杂志《批评》(*Critique*)合作而与弗洛依德学派拉开距离之后,他所探讨的催眠理论里所涉及的近似于修行的问题,更多地放置在身心不二分的身体哲学的视野里。

鲁斯唐反思传统的催眠方法在极端的情形里可能造成的对他者的暴力,即御用暗示的方法让人停留在近乎于出神、恍惚的催眠最后的阶段(*trance*),并在深度睡眠的状态加以操控。而他所重构的催眠现象学确实要引领人从这个状态中走向醒觉——总体的、全面的醒觉。这种方法召唤恢复人先天具有的一些能力比如做梦的能力,也肯定创造性的想象力在恢复潜在力量方面的治疗功效,比如他在提示的“自我催眠”的实践中,对应体验一种“虚静的时刻”,洞见如在梦境,在这种“异相醒觉”的状态,通过想象力与感觉、知觉、记忆刻在我们生命中的创伤烙印相汇合,呈现“最为奥秘的内部和表现在外部的所有行为”之间的关

^① 姜丹丹,“皮埃尔·阿多论生活方式与哲学修炼”,载《社会科学战线》,2015年9月。

联性。当这种催眠状态结束时,鲁斯唐认为,个人可以摆脱自我防御和抵抗新事物的阻碍状态,找回重新回归到真正的、具有感受力的存在的能力,也通过判断和选择进行适度的自我保护,即生成为同时具有高级选择能力构成的“过滤器”以及敏锐感受力的生命体,这可引向一种具有真正面向生活并释放出创造性潜能的生命存在的状态。作为“异相醒觉”的“催眠”的状态,因此是一种必要的媒介状态,可以助人从惯常的“受限的醒觉”过渡到“全面的醒觉”,这也意味着生成为对于自身与事物有更敏锐的感受力的个体、亦是更有能力建立与万事万物的联系与沟通的个体。因而,这种方法从探求“理解”的诠释转向引导人通向转化与行动的范畴,打开一条通达自由主体的途径,也是与心理分析的方法相区分的关键点之一:鲁斯唐认为,心理分析的方法通过意识的光照试图阐明被压抑的部份与内在的冲突,但却无法给个体提供一条走向自由和新生的可能性道路。

鲁斯唐也反思在心理分析方法的传统中缺乏现实感、缺乏关系的弊端。他甚至深刻批评弗洛伊德的观念里有唯我论的倾向,引向完美的自我-自恋式的纳西瑟斯(Narcisse)的镜像式生命的封闭性。鲁斯唐深刻反思弗洛伊德诠释的霍夫曼的小说《沙人》中所制造的存在“陌生感”(unheimlich,弗洛伊德用这个德语词来描述熟悉的事物突然显露出陌生疏离的面向而给人造成的阴森恐怖的诡异感)。^① 小说主人公把女友的眼睛移给一

^① 弗朗索瓦·鲁斯唐,《什么是影响》,第169—181页。

个自动的女木偶人,而给女友配置了一双人工的眼睛——望远镜。鲁斯唐揭示人由于把控的欲望、恐惧而将生命体缩减为机器的装置,实验置换中的边界,结果制造出双重诡异的“陌生感”。弗洛伊德在题名“令人不安的陌生感”一文里接受了德国精神科医生詹池(Ernst Jentsch, 1867—1919)的观点,后者认为这种陌生感源自“关于无生命物与生命体过度相似的理智上的不确定性”,但弗洛伊德同时又排斥詹池关于“不确定性”的提法,指出这“只可能是某种没有达到现代科学时代——或从更广泛的角度说,某种业已完成的心理发展阶段——的心理状态的残片”。^① 在继续分析这种既熟悉又陌生的诡异的“陌生感”时,弗洛伊德诠释出“分身”(double,或译为“复本”)的生命体验实践所对照的是对“自我的无限爱慕”,即与“原发性的自恋”心理有关。鲁斯唐则试图消解弗洛伊德的这种表述里内含的矛盾。首先,他肯定原初性的自恋在一定程度上的必要性,从尊重和体认个体生命的特殊性的层面上。但是,他批判“分身”的理论的危险在于把自身的图像化为生命的镜像,而如果使镜像变成本源,就会导致忽略生命体本身的自然活力,正如在社会文化部署(装置)的压力下,生命体的自然性可能会被遗忘、忽略或者异化为机器。因此,他反思当弗洛伊德的理论把心理事件理解为机制、把心理现象变成机器一般运作的装置时,就有可能把人化为自动机械装置,如无生命力的死人一样的抽象概念,而催眠方法

① 弗朗索瓦·鲁斯唐,《什么是影响》,第175—177页。

给予一种出路,就在于引导出生命体,激发自由和焕发生命体的独特性,即有可能引向重新诞生的生命体验。关键在于,这种体验的发生不是依靠他人,不是把生命力置换、投射到外部,与治疗师之间所建立的也不是情感的依赖,而是对话、沟通的有效互动关系,需要把转化的源头放置在个体的内部,“凭借生命自身的力量”通往新生的道路,“无法以别的价值打开”。^①

鲁斯唐吸收了美国艾瑞克森(Milton Hyland Erickson, 1901—1980)学派试图建立“人际互动式的催眠状态”的“合作派”催眠方法,他所重构的催眠现象学提倡在主体间性的关联之中进行治疗、通过对话性的关系而发生自身的转化,亦即在广义的“游戏”的层面,调动自身进入一种参与性、互动性、沟通性的关系情境之中。鲁斯唐反思心理分析的方法,试图从言说、姿势、语调中如同解读一个文本一样解析或者重新编码,因此,分析师与病人之间的关系是非对等的主客的关系。分析师享有解析科学的权威地位,而催眠现象学赋予另一个人主动权,不要丝毫的强加或者指令,因为强加往往没有功效,自身症状的改变或者实现转化,需要一个人作为自由的个体自行加以选择。因而,经过催眠状态的“长途绕道”的迂回,关键不在于获取理解过去行程的问题与原因,而是获取自主行动的能力,“置身于做出现今适合自己的决定的过程中”,同时,这种能力的恢复与重建也

^① 弗朗索瓦·鲁斯唐,《什么是影响》,第176页。