

—— 看清自己 读懂他人 ——
荣格历经二十多年心理研究的传世佳作

看清你的 心理类型

心理学大师破解人类性格密码

[瑞士]卡尔·荣格◎著
常春藤国际教育联盟◎译



非
外
借

中国出版集团
现代出版社

看清你的 心理类型

心理学大师破解人类性格密码

[瑞士]卡尔·荣格◎著
常春藤国际教育联盟◎译



中国出版集团
现代出版社

图书在版编目(CIP)数据

看清你的心理类型 / (瑞士) 卡尔·荣格著; 常春藤国际教育联盟译. —北京: 现代出版社, 2016.12

ISBN 978-7-5143-5674-8

I. ①看… II. ①卡… ②常… III. ①性格—个性心理学 IV. ①B848.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第 324325 号

作 者 [瑞士] 卡尔·荣格
译 者 常春藤国际教育联盟
责任编辑 张桂玲
出版发行 现代出版社
通讯地址 北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码 100011
电 话 010-64267325 64245264 (传真)
网 址 www.xdcbs.com
电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷 北京中印联印务有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 15.5
版 次 2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5143-5674-8
定 价 39.80 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

译者序

P R E F A C E



著名精神分析学家弗洛伊德对荣格有知遇之恩，曾经像父亲一样指导他，并帮助他成为国际心理分析学会会长。但荣格骨子有一种为追求真理而无所顾忌的精神，当他发现自己的“亚父”弗洛伊德的理论陷入偏执的境地时，他毅然决然地站出来表示反对，不惜背负上“背叛老师”的骂名。之后，他创立了荣格人格分析心理学理论，并将自己研究所得的意识、个人潜意识和集体潜意识理论用于人格分析。

《看清你的心理类型》集合了荣格对于心理类型的巅峰理论，是他在心理学领域工作二十年的心血结晶。书中内容主要来源于荣格在治疗各种心理疾病时的经验总结以及他在实践中的无数探索，也有他和多位心理学家的接触沟通、他对心理特性的自我批判的成果。

本书前半部分主要讲述了古代和中世纪时期的思想史和那个时期的人格特点，其中最主要的就是以柏拉图和亚里士多德为代表的两种不同的心理学体系。从远古时期开始，这两种体系所分离出来的思想和性格就进行着激烈的斗争，到了中世纪，其影响仍然没有消退。这一时期的哲学和历史对心理类型的发展起到了可贵的启蒙作用，因此，我们有必要追本溯源。

书中后半部分主要介绍了美学、艺术所表现的心理特点，还对美国



心理学之父威廉·詹姆斯的理论进行了辩证的分析，并从唯理论和感觉论、唯心主义和唯物主义、乐观主义和悲观主义、意志自由论和宿命论、一元论和多元论、教条主义和怀疑论等多种哲学和心理学上的对立理论进行了详尽的阐述，以科学的态度对詹姆斯的很多心理理论进行了整理和评论，以使读者对心理类型在各个领域引发的观点有一个系统的了解。

本书体现了很强的批判精神，在对古希腊与中世纪时期的哲学进行分析时，也对贯穿于那个时代的唯名论与唯实论的争论进行了比较彻底的否定，并分别指出了两大理论的致命伤。此外，本书对席勒、尼采、康德等学者的局限性也进行了毫不留情的批判，这在大多数心理学作品中是非常少见的。

荣格在对心理类型的论述中，一改往日将个案展现出来并分条论述的写作习惯，从历史学和哲学的角度出发，将自己在实践活动中积累的经验 and 知识结合起来，以历史发展的角度论述问题，从而极大地减少了阅读的困难。他突破了自己作为精神病医生的局限，从狭小的领域步入了广阔的世界，无论在专业化领域还是在一般的社会领域，其论点都能引起极大的共鸣。

在写作的过程中，荣格花费了大量的时间，与精于心理研究和人格分析的心理学家互通信件，以便及时发现自己的不足，其中就有他的挚友，住在巴塞尔的斯米德博士。荣格表示，这位博士在心理学的很多方面都比他要优秀，他们在心理类型的很多论点上擦出了火花。这使荣格能第一时间发现自己理论中的不足之处，并加以修改。

由于时代的局限性，荣格也难免会对某些心理学理论做出片面的解

读，为了不误导读者，我们对大多数有争议性的理论进行了保守解读，即全面、客观地阐述心理学论点对主观、偏执的理论加以修改和加工，并尽可能地还原荣格那个时代的历史背景和政治背景，以使读者依靠自己的能力去理解本书关于心理类型的论述，而不是拘泥于教条的理论知识。因为我们希望每一位读者都能带着客观和批判的态度去追求真理。

目 录

CONTENTS



Chapter 01 心理类型：

潜藏于内心深处的自我认知

1. 在灵魂中找寻自己的影子.....002
2. 两种性格的碰撞：斯比特勒 vs 歌德.....006
3. 心理类型：和解象征的晴雨表.....010
4. 听斯比特勒说象征的本质.....013
5. 心理移情——美学中的“哈姆雷特”.....015

Chapter 02 性格哲学：

叩问心灵深处的精神世界

1. 性格类型：具体 or 抽象.....020
2. 八大对立范畴详解类型观.....023
3. 批判：詹姆斯类型观的总结.....029



4. 古典型：完美中的遗憾	031
5. 浪漫型的特征——心灵的早熟.....	036
6. 要言妙道：心理功能的归纳阐述.....	039

Chapter 03 外倾心理：

吸收大自然能量的唯我意识

1. 流于客观的外倾态度	042
2. 具有内倾特征的外倾无意识	045
3. 外倾思维类型：一种廉价的思维方法.....	049
4. 过犹不及，外倾情感的尺度	052
5. “玩物丧志”的外倾感觉.....	054
6. 外倾直觉与感觉的“相爱相杀”	057
7. 外倾态度：理性 vs 非理性	060
8. 外倾 vs 内倾，变化的万物与不变的心.....	063

Chapter 04 内倾心理：

潜藏于内心的唯我意识

1. 内倾态度：存有精神价值的主观倾向.....	070
2. 内倾无意识：源自幻想的恐惧.....	072

3. 臣服主观：内倾思维的“金科玉律”	073
4. 潜藏的情感：来自内倾者的否定和蔑视	078
5. 主观粗暴干预下的内倾感觉	081
6. 内倾直觉者：迷失在直觉中的“艺术家”	084
7. 内倾态度中的理性“是非”	088
8. 内倾男性：斯文面具下的狂野	091
9. 内外倾女性：温柔如水的背后是什么	093

Chapter 05

上古哲学：

在战火与经院中徘徊的心灵世界

1. 古之心术：古代心理现象研究的得与失	098
2. 经院哲学内部分歧：人是否应该被原罪束缚	101
3. 由饼干和酒引发的“化体说”之争	103
4. 生活在“狗窝”里的柏拉图批判者	105
5. 唯实论的荒唐：认不出戴面纱的爸爸	110
6. 引发跨世纪争论的“波菲利”问题	115
7. 为什么说神和一百个钱币是同一概念	119
8. 生不逢时的折中主义者：阿伯拉尔	121
9. 个体与先知，谁代表了人们共同的信仰	126
10. 挑起路德与兹温格利战火的“用餐礼”	129



Chapter 06 本能哲学： 心理革命中的先贤之音

1. 埋藏在“希腊天堂”的心灵枷锁..... 134
2. 大革命的罪与罚：血流成河的现实心理..... 139
3. 寄生于潜意识中的“远古之美”..... 143
4. 飞翔在无限之中的生命本能..... 147
5. 情感 vs 感觉：本能的双重博弈..... 151
6. 博弈之后的第三种本能..... 155
7. 本能 vs 自我：当原始人遇到从不离家的孩子..... 160

Chapter 07 心灵哲学： 内心温柔与狂野的双重博弈

1. 日神精神的两极：幻想与癫狂..... 166
2. 酒神冲动蕴藏的“醉狂”力量..... 170
3. 名家之言：乔丹类型学的全面与片面..... 174
4. 艺术的类型：朴素的词与伤感的诗..... 176

Chapter 08 病理类型： 心理病态下的性格力量

1. “原初功能”与“次生功能”的接力赛 182
2. 心理病态低级状态的性格差异在哪里 185
3. 批判视角：摆脱“脑神话”的次生功能 188
4. 抽象作用：压抑生命的病理倾向 191

附录：心理类型的概念汇总 197

后记 229



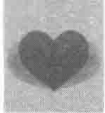
Chapter

❁ 01

心理类型： 潜藏于内心深处的自我认知

心理类型存在于约定俗成的古老精神之中，存在于个人的性格观点之中，当然也会化作情感寄托在作品之中。诗人从来都是抒发情怀和感受的先驱，他们之所以受到推崇、为世人尊重，不是因为他们较普通人更善于表达——这不过是人际交流的层面，最为重要的原因是他们表达出来的情感和感受实际上道出了绝大多数人的心声，读者在某个感情激点上与作者达成了共鸣，并在心灵契合的基础上感叹：“这就是我的心情啊！”

我们已经了解了外倾型性格和内倾型性格的区别，也在一些人身上看到了较为具体的例子，比如诗人对心理类型的表达必然隐藏在诗行里。诗歌人人可以品读，潜藏在诗歌中的心理类型人人都可以对照。



1. 在灵魂中找寻自己的影子

如果说类型问题是合理的，那就只有一种说法：对于诗人来说，其情感生活的复杂性主题是由类型问题提供的，而除此之外，类型问题没有扮演任何角色。很明显，这种说法是不科学的，因为类型问题在席勒身上已经做出了“证明”，作为思想家和诗人的席勒一生都在受它的影响。本章致力于探讨斯比特勒于1881年创作的诗集《普罗米修斯与埃庇米修斯》，这是一本专门讲述类型问题的诗集。

有一种说法指出，普罗米修斯是一位内倾型的先知先觉者，而埃庇米修斯是一位外倾型的后知后觉者和实践者。对于此，我无法过早地给出定论。抛开这些说法，从本质上看，二人的冲突是外倾和内倾这两种发展倾向在同一个人身上表现了出来。而斯比特勒正是利用了这一点，从而把二人独立的人物形象与他们各自的命运类型所产生的冲突具体化了。

诗集很明确地刻画出了普罗米修斯的内倾型性格，这表现在他时刻都会关注自己的内在世界，同时一直忠诚于自己的灵魂。

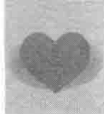
忠诚于灵魂就意味着屈从于自己，普罗米修斯个人的荣辱或是耻辱

都源自灵魂，他认为自己的灵魂是他的女主人和向导，而埃庇米修斯则是使自己屈从于外部世界。普罗米修斯屈从于灵魂的表现有以下几个方面：首先，他把自我献给了灵魂，从而变得非个人化了；其次，他无条件地屈从于灵魂，以至于把自己置于与外界完全隔绝的境地，丧失了人格面具的抗衡力，同样也使自己丧失了被外界矫正的可能，很明显，这样的情况是无法被现实情况所容纳的，这也就是天使会化作世界秩序的代表出现在他面前的原因；最后，是心理学的层面，把适应现实作为目标已经成为普罗米修斯所倾向的角色。

天使曾对普罗米修斯有过这样的劝诫：“倘若你无法驾驭自己难以战胜的灵魂，从而使得自由无望，那么你将会面临多年来所收获的荣誉、赞赏、喜悦以及成果毁于一旦的局面。你将被驱逐出荣耀之国，灵魂的眼中没有神，更没有法律，于你的灵魂而言，天堂和地狱一样，都不具备神圣的性质。”

普罗米修斯形成了一个片面的灵魂定位，也就是在他面前，所有外在世界的倾向都处于被压抑和无意识状态，即便是这些倾向可以被感知到，其表现形式也不过是投射而已，算不上是自己的人格。这就形成了一种矛盾：普罗米修斯所信奉的灵魂存在于他的意识当中，而同时又只呈现为一种投射。

人格面具有一种联系的功能，这同样是灵魂的功能，灵魂一方面属于人，另一方面依附于相关客体当中，在后一种情况下，灵魂就是无意识的。我们都清楚，在心理因素之下，人们比较容易承认无意识只不过是一种有条件的存在——当然，这要除去一些哈特曼哲学的追随者和拥护者。在认识论中，心理学的认识范围并不包括现实事物的本质，因此我们无法对它进行任何有效的陈述。因此在无意识的复杂心理之下，我们也不可能对客观现实提出任何有效的观点。但需要指出的是，相对于



外界的现实事物，很多人认为无意识的内容更具有现实性。人类思想史便是最好的证明。说得具体一些，在人类的实际经验当中，无意识内容与意识活动存在持久的联系，因此，我们有权利声称无意识内容是现实的，虽然这样的说法在客观世界中很值得怀疑。

既然明确了无意识内容具有特殊的现实性，我们就可以把无意识内容描述为一种客体。人格面具会受到外在客体的制约，而同样具有联系功能的灵魂也是一样，只不过制约它的是内在的客体。因此，灵魂与主体是区分开来的，灵魂在普罗米修斯的身上便表现为一种与自我主体完全不一样的东西。

天使劝诫普罗米修斯按照事物的发展要求去适应事物，但条件是他贡献出自己的灵魂，普罗米修斯没有答应，于是天使所说的厄运便降临了。从本质上看，主体（也就是普罗米修斯本人）是人性的，但他的灵魂却是魔性的。无意识内容在人类的心理历史背景中融入了全部的心理印痕承续过程，这些心理印痕有一些典型特征，那正是人类心理使用最频繁和最密集的功能。它们通常会以神话主题和神话意象的形象表现出来，并且在世界所有的种族中以一种惊人的相似性出现。

无意识作为一种意识世界，和现实一样拥有范围广阔的领域。普罗米修斯屈从于灵魂，但灵魂却是无意识的恶魔的化身，当主体与这样的灵魂相遇时，意象世界的整体及其极端性和矛盾性就被体现了出来；屈从于外部世界的埃庇米修斯所信奉的现实事物的形式总会与无意识相遇，这时候，他的本性和外在世界就产生了一定的矛盾。而以上两种极端现象都存在于常态之外，对于大多数走中间道路的常态人来说，这两种极端根本就是野蛮、无法想象的东西，在他们的认识观念中，它们是不存在的，对他们来说，灵魂是人性的，并不存在隐晦的魔性特征。

普罗米修斯为了按照预见中遥远的未来进行创造，曾一度断绝了与

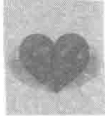
外部世界的联系；而埃庇米修斯追寻的却是世界，或者是以世界的视角看起来有价值的东西。因此，埃庇米修斯对天使说：“我的灵魂现在在我的手上，我是渴望真理的，如果能够让你快乐，还请你将‘谨言慎行’以及公平公正的良知赐予我。”

埃庇米修斯用自己的灵魂换取了天使赋予他的“谨言慎行”，于是他没有了灵魂。埃庇米修斯之所以屈从于自己的外倾，是因为外倾能够定向于外在的客体，现实世界充满了渴望与期待，这似乎对他大有裨益。随着时间的发展，埃庇米修斯受到了普罗米修斯的影响，渐渐变成了一个模仿内倾型的伪装外倾者。这是一种无意识的“性格模仿”，而且还会时常出现，所以埃庇米修斯要追求真正的外倾，这也是他向“真理”迈出的步伐，他也因此获得了一定的报酬。

普罗米修斯服从于灵魂的要求，中断了与外在客体的一切联系，这是他付出的惨烈牺牲。而埃庇米修斯既不用受制于灵魂，又可以免受屈从于外界客体所带来的危险，从而把自己安置在一个有效的避难所中。这样的庇护在良知中存在着，使得埃庇米修斯不必完全屈从于外在的客体。

良知身上的谨慎与节制就像一层纱帐，轻而易举地蒙上了埃庇米修斯的双眼，他生活在自己的神话中，但是并不清醒。不过他的生活与他一贯的期望是那么一致，以至于他的所有感觉都是正确的，作为国王，他总是能够满足所有人的愿望，因此，他总能够获得成功。人们渴望见到自己的国王，想来也是这个原因。因此，虽说埃庇米修斯最后的结局并不那么光彩，但是他在位期间从未遭受过强有力的公众舆论的攻击。他强烈的外倾型性格，表现在他的自信、自大、健全的良知、相信自身价值的坚定以及不可置否的“正确行为”上。

作为国王的埃庇米修斯去看望自己生病的哥哥普罗米修斯的时候，



带去了珍贵的药膏，他渴望哥哥能够好起来。他由左右两个侍从搀扶着，颤颤巍巍地把药膏送到哥哥面前，没想到普罗米修斯却对此厌恶至极，迅速把头偏向一边。这一下子惹恼了埃庇米修斯，他开始阐述普罗米修斯的所有过错，指出这所有的一切都是他应有的惩罚。

有人曾经指出：“一个人能够带给社会的，除了欢喜便是惊讶，如果两者都不是，那就一定是苦恼和震动。”这倒非常切合上述情景。在东方，富有的人为了炫耀自己的地位，一定要有左右两个侍从的搀扶，才会出现在公共场合，这和埃庇米修斯炫耀自己的权力和地位是同样的道理。即便这样做没有什么效果，但依然可以提升自己的气势，从而形成一种优越的气势。这不过是一种假象，却可以同实际行动一样取得成功。因此，外倾型性格的人善于利用外表来达到一定的效果，而内倾型则会利用自己的实际力量去追求这样的成效，即便徒劳无功。

倘若普罗米修斯与埃庇米修斯两人的性格集中到了一个人的身上，那么，这个人就会处于外表是外倾型，而内在却是内倾型的矛盾之中，并且时刻饱受两种倾向的撕扯，因为每一个倾向都想把对方拉入自己的阵营。

2. 两种性格的碰撞：斯比特勒 vs 歌德

我们相信，歌德的普罗米修斯更多地属于外倾型，而斯比特勒的普罗米修斯则属于内倾型。这项判断的来源正是我对歌德传记的深入研究。或许普罗米修斯的形象并不完全契合内倾态度，但是作为一个传统人物，人们对他的形象或许会有截然不同的解释。