

Anthony Stevens

两百万岁的自性

[英] 安东尼·史蒂文斯 著

杨韶刚 译

The Two Million- Year-Old Self



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

The Two Million- Year-Old Self

Anthony Stevens

两百万岁的自性

[英] 安东尼·史蒂文斯 著
杨韶刚 译



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

The Two Million-Year-Old Self, by Anthony Stevens

Copyright©1993 by Anthony Stevens

Manufactured in the United States of America

All rights reserved

Second printing, 2005

Simplified Chinese translation edition published by Beijing Normal University Press

本书中文简体字翻译版由北京师范大学出版社出版。未经出版者书面许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

北京市版权局著作权合同登记号:01-2012-7008

图书在版编目(CIP)数据

两百万岁的自性 / (英) 史蒂文斯著; 杨韶刚译. —北京:
北京师范大学出版社, 2014.5
ISBN 978-7-303-17321-1

I. ①两… II. ①史…②杨… III. ①心理学—研究
IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 273595 号

营销中心电话	010-58802181 58805532
北师大出版社高等教育分社网	http://gaojiao.bnup.com
电子信箱	gaojiao@bnupg.com

LIANGBAIWANSUI DE ZIXING

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com
北京新街口外大街 19 号
邮政编码: 100875

印 刷: 北京京师印务有限公司
经 销: 全国新华书店
开 本: 170 mm × 230 mm
印 张: 10.5
字 数: 115 千字
版 次: 2014 年 5 月第 1 版
印 次: 2014 年 5 月第 1 次印刷
定 价: 35.00 元

策划编辑: 何琳	责任编辑: 何琳
美术编辑: 王齐云	装帧设计: 王齐云
责任校对: 李茵	责任印制: 孙文凯

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

序

安东尼·史蒂文斯(Anthony Stevens)是一位建造桥梁的工程师。在这部经典之作中，他以生花妙笔把分析心理学、人类学、行为生物学、梦心理学、心理语言学、精神病学和各种可以替代的心理治疗方式联系了起来。有一次史蒂文斯给我写信，他说：“从孩提时代起，我就喜爱建造桥梁，作为一名精神病学家和心理分析师，而且接受过实验心理学的专业训练，我自然而然地对在这三门学科之间的鸿沟上搭建桥梁产生了兴趣，尤为重要，我感到自己深受这种兴趣驱使，想要考察一下，它们之间迥然不同的研究发现和理论建构究竟是以什么样的方式做到相互平行、相互补充以及最终相互丰富的。”

和他正致力于研究的荣格(Carl Gustav Jung)一样，史蒂文斯极富深意地把分析心理学和其他学科的相关发展联系起来，从而使原型(archetype)的假设经得起实证研究的检验。这一过程肇始于1982年他的《原型：自性的自然史》(*Archetype: A Natural History of the Self*)一书的出版。在这本书里，史蒂文斯论证说，主要是在性格形成学(ethology)[◎]和分析心理学之间进行的比较研究，能够清楚明白地阐明古代的东西在如下这些基

译者注

◎ Ethology，可以翻译为性格形成学或性格学，指对人类性格、气质或民族精神及其形成的研究。

本领域中影响我们生活的方式，这些领域包括：亲子之间依恋关系(attachment bond)的形成与发展，神话、仪式和宗教对人格形成及发展的贡献以及群体团结的保持。在那本书里，他也开始尝试把荣格的基本概念与人脑的结构成分联系起来。

在他的第二本书，1986年出版的《维西米德：一个崇尚治疗艺术的荣格式社团》(*Withymead: A Jungian Community for the Healing Arts*)^②中，史蒂文斯考察了人们对社团的根本需要，考察了群体为了治愈精神疾病而把拥有庞大家族的原型群集起来的能力。在他的第三本书，1989年出版的《战争的根源：一种荣格学派的观点》(*The Roots of War: A Jungian Perspective*)中，史蒂文斯注意到，原始社会的男性是使人们容易发生武装冲突和杀戮的因素。这本他写得最好的书中，他还向我们提供了实现和平的方式。

在他的第四本书，1990年问世的《论荣格》(*On Jung*)中，他在一篇富有独特创造性的、传记体的、开拓性的论文中，把分析心理学运用到荣格本人身上。在这部作品中，他着重讲述了两百万岁的自性是怎样帮助荣格治愈他自己的伤痛的。

因此，《两百万岁的自性》(*The Two Million-Year-Old Self*)就是史蒂文斯在从事心理考古学研究中经过多年发掘的产物。他揭示了自性原型是怎样在我们的梦、神话和疾病中表现出来的，他还向我们展示了自性原型的基本智慧是怎样手持钥匙、打开大门，使我们进行治疗探索并治愈了我们的伤痛。

在第一章里，史蒂文斯集中探讨了“对不可知事物的认识”，这类似于威廉·詹姆斯(William James)^③探索“看不见的现实”。史蒂文斯考察了荣格毕生致力于使未知成为可知以及如何把不

📖 译者注

② Withymead，是英国的一个崇尚用精神分析方法进行心理治疗的社团。

③ 威廉·詹姆斯(1842—1910)，美国第一代哲学家和心理学家、教育学家，实用主义哲学的创立者，美国机能主义心理学的先驱，曾两度担任美国心理学会主席。

可知的新领域不断地向后推。作为一个绘制心理图表的人，史蒂文斯带领我们在集体无意识的神秘事物中游弋，在那里，我们遇见了它们本身就是不可知的原型——换句话说，这些原型是不可直接认识的。和原子一样，它们的存在只能从其各种不同的表现形式中推论出来。史蒂文斯假设，这个两百万岁的自性居住在心灵深处黑暗的地下迷宫里。他揭示了梦是怎样使黑暗而又原始的地下世界大放异彩的，使我们能够在这个史前的原型世界中发现永恒的自性。

我们的自我(ego)常常只想认识可知的事物，而忽略了对不可知事物的认识。但是，正如荣格所体验到的——而且已经在所有荣格学派分析师的培训中确立下来——我们也能认识不可知的事物。为了做到这一点，意识的自我必须向一个更高级的力量投降，这个更高级的力量就是自性[神圣意象(the *Imago Dei*)或心理中心和整体]；然后通过体验到象征的自我死亡，我们就能认识超自然的神秘事物(numinous mystery)。保罗·蒂利希(Paul Tillich)通过在面对虚无时拥有存在的勇气(the courage to be)而达到了宗教精神肯定的这种要旨。如果我们还有耐心的话，神圣的光芒就会在我们的内心世界或心理的表面看来十分混乱的集体无意识的茫茫黑暗中闪耀，集体无意识是我们的外部世界或宇宙的一面镜子。我们能够(在神秘的直觉意义上)认识到，我们只是永不停息的神圣进化过程中的一粒富有创造性的和生气勃勃的火花。我们是怎样瞥见这一点的呢？

他的第二章的标题是“梦见神话”，在这一章里，史蒂文斯帮助我们打开了我们做梦时的心灵之窗，以及我们体验这一内部世界的体验之窗。史蒂文斯论证说，梦尝试架设一座从心理

的外部世界通往内部世界的桥梁。他认为，为这一艰巨任务负责的这个内部桥梁的建设者不是别人，就是那个原始的天才，那个两百万岁的自性。史蒂文斯证实，这种假设与神经科学的证据一致，即梦的活动是在种系发生上非常古老的脑部位开始的。按照史蒂文斯的观点，“与这个内部世界的两百万岁的自性交会(encounter)就是去体验我们人类的种系发展史，这是一种个人的新发现”。他问道：“还有什么比这更令人惊异的冒险呢？”但是史蒂文斯也痛惜地指出，在我们大多数人看来，对这个从原始时代就存在的、经常在我们醒着和睡眠时伴随着我们的人物，我们却完全一无所知。

犹太教法典说，“一个没有得到过解释的梦就像是一封未读过的信”，而史蒂文斯则对当代最有趣的一个梦作了解释，这个梦是加里(Gary)做的，他是一个年轻的农民，也是史蒂文斯的一位病人。他解释了这个梦的原型成分，指出一个古老的神话是怎样在梦中出现，以及它是怎样和加里的处境及问题联系起来的。这位病人梦见了一个神话，使他能够不受其神经症冲突的影响，继续进行他自己的个体化过程。

有些人会询问“我的个人神话是什么，我怎样实践它？”这说明这些人已开始了他们自己寻求答案的个性化过程(individuation process)^⑥。这些答案把治愈痛苦作为深度治疗的一部分而包含在内，正如弗兰西斯·培根爵士(Sir Francis Bacon)的格言所说，“若没有探索，创伤和痛苦就不可能治愈”。史蒂文斯在这本书的第三章“治愈伤痛”中发现，这种探索包括对内心世界这个两百万岁的自性的探索，这个自性正在奋力地适应当前的世界。史蒂文斯认为，这种抗争向我们提供了心理病理学的一

 译者注

◎ 在荣格心理学中，个性化过程就是自我实现的过程。在这个过程中，个体成为心理学“可分割的内在”(in-dividual)，意思是说，成为一个可分离的，但不可分割的统一体或“整体”。这是一个终极的概念，个体在获得阶段性的意识或无意识的短暂平衡之后，仍然需要对随后发生的二元对立的矛盾进行融合，使意识能够了解无意识的内容，使原来偏颇的意识态度得到纠正，使人格获得健康的成长。

个基本原则。他坚持主张：“在当今时代的环境允许那些有 200 万年历史的原型需要得到实现的地方，其结果就是那种我们称为健康的心理适应形式，但是，在当今时代的环境使那些有 200 万年历史的原型需要遭受挫折的地方，其结果则会导致适应不良和疾病。”

为了阐明他的论点，史蒂文斯对詹妮弗(Jennifer)那个复杂的精神病案例进行了描述。詹妮弗表现出多种精神病症状：焦虑、恐惧症、抑郁症、一些强迫性的想法和强迫性动作、精神分裂症样的退缩。史蒂文斯指出了正确理解所有这些症状的方式，对那个两百万岁的幸存者来说，所有这些症状都是完全正常的反应模式的一些病态夸张。他指出怎样通过揭露、交朋友、正确地对待和认识这个古老的内部存在的黑暗秘密，詹妮弗才克服了她的几乎全部障碍。他得出结论认为，就我们所有的人而言，对居住在我们心理世界中的这个土生土长的自性予以接受、产生同理心(empathy)、进行联系和交往是适应和健康的关键。所谓有障碍的人才能以这种方式成为个性化的人，并过上一种充分信任他人和更加完满的生活。

伊莉莎·巴特利特(Elisha Bartlett)曾写道：“治疗学并不是建立在病理学基础上的。前者不可能从后者推断出来。它是完全建立在经验基础上的。它绝对地而且完全是一种经验的(empirical)艺术。”在史蒂文斯的第四章“治疗的探索”中，他对治疗的经验艺术作了思考。他根据 200 万年来人们对疾病含义的理解、对治愈要求的理解，深入调查了一些可供选择的治疗方法如针灸、按摩脊柱疗法、芳香治疗和顺势疗法所取得的成功。他论证说，现代医学和精神病学，连同它们对科学和技术

的强调，都使两百万岁的感受失去了方向，得不到支持并被误解。史蒂文斯使用比较人类学和分析心理学的材料来阐明医治者的原型，并且确定了有史以来我们人类就已知晓的那些基本原则和治疗实践。史蒂文斯对荣格的下述观点作了回应，认为心理代表着一种自然的治愈力量。史蒂文斯讲述这种观点，旨在帮助我们内心深处的这个两百万岁的自性更多地感受到，生活在我们外部的当代世界里是比较安适的。他假设说，为了使我们的自然生活重新和我们地球上的自然生活和谐一致，我们就必须改变我们的态度、我们的制度和我们的环境。

本书把安东尼·史蒂文斯的个人神话同治疗——即治疗我们自己和我们的世界——的原型神话联系起来。这是一种深刻的说明，在广度上包含多方面的内容，在深度上鼓舞人心。对于我们必须怎样以友好的态度对待我们内心深处的这个两百万岁的自性，怎样促使这种古老的集体智慧发挥作用来拯救我们自己、我们整个人类大家庭以及我们的地球，这本书提供了一种重要而又及时的反思。我们必须认识到，只要我们还活着，这个两百万岁的自性就必将继续存活下去。

我相信，在安东尼·史蒂文斯的深刻洞见中存在着使这个两百万岁的自性的调整活动得以完成的种子。我们不仅对人类而且对其他生命的集体经验的表现形式有更多的意识，就会使我们和我们的世界发生转变，使之处于更健康的状态。那时，我们就会真正成为一个统一的人类大家庭——与我们自己、相互之间以及我们的地球和谐一致、和平共处。

大卫·H. 罗森

得克萨斯州，学院驻地

致 谢

我愿意借此向卡罗琳·费伊(Carolyn Fay)和大卫·罗森(David Rosen)表示我最热忱的感谢,感谢他们善意地邀请我在费伊主持的讲座中做演讲。本书就是依据讲座的草稿写成的。感谢他们对我1992年4月在得克萨斯期间的盛情接待。德博拉·沃里斯·罗森(Debohra Voorhees Rosen)为我在第一次讲座之前那个夜晚准备的晚会非常独特,而且对我来说,整个访问期间是一个提高生命价值和难以忘怀的过程。

我无比感激“加里”和“詹妮弗”允许我讲述她们的人生阅历中那些最重要的方面。和这类病人在一起工作的好处是,使我的生活有了价值,也使本书的出版成为可能。

我必须感谢罗特里杰(Routledge)和普林斯顿大学出版社允许我引用《荣格全集》(*The Collected Works of C. G. Jung*),感谢罗特里杰、威廉·科林斯和兰登书屋允许我引用安妮拉·贾菲(Aniela Jaffe)记录和编辑的荣格撰写的《回忆·梦·反思》(*Memories, Dreams, Reflections*)一书,感谢多伦多大学出版社允许我使用P. 麦克莱恩(P. MacLean)博士关于三位一体的脑的著名图表。

我格外感激诺玛·勒斯科姆(Norma Luscombe),她始终不渝地关注我的初稿,勤奋而富有幽默感地对我的原稿进行文字加工,感谢玛丽·莱恩·狄克逊(Mary Lenn Dixon)热情地对本书终稿所做的编辑工作。

绪 论 / 1

第一章 认识不可知的事物 / 5

对理解的一种强烈欲望——集体无意识的原型——原型的表现形式——人类学：普遍的文化特征和原型社会——行为生物学——梦心理学——原型精神病学——原型语言学——进入史前期

第二章 梦见神话 / 41

对一个梦进行解释——梦的生态学

第三章 治愈伤痛 / 69

有两百万年历史的心理错乱——“一个根本没有希望治愈的病例”——症状的心理生物学——心理动力学的五条原则——关键的原型系统——治愈

第四章 治疗的探索 / 117

人类学方法——心理学方法——治愈的原则与实践——达到目标

尾 声 / 149

译后记 / 152

绪 论

每一个已经文明化的现代人，无论他的意识发展到多么高级的程度，在其更深层次的心灵中他仍然是一个古代人。

——《荣格全集》第10卷

荣格心理学的核心有这样一种观点：在我们的意识智力（conscious intelligence）^①之下，有一种更深刻的智力在发挥作用——这就是人类通过进化而形成的智力。



卡尔·古斯塔夫·荣格
(Carl Gustav Jung,
1875—1961)，瑞士
心理学家，分析心
理学创始人。

荣格将这种经过种系发生的心理成分进行拟人化的处理，把它视为一种古老的存在，或者叫作“存在于我们所有人心中一个已经两百万岁的人”，也因此，荣格受到了一些逻辑学家的质疑，这些逻辑学家谴责他陷入了那个矮人（homuncular）的谬误之中——就是说，他相信在他心里有一个矮小的老人坐在那里实施着控制。但是，荣格并没有因为他有这种幻想而感到苦恼。在他看来，

◎ 译者注

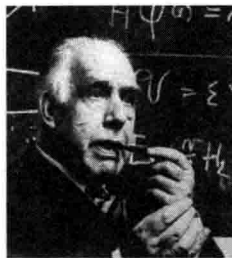
① 意识智力，亦可译为“意识智能”，指我们的意识能够觉察到的智力活动，包括认知层面的心理活动，例如，对事物的感知、记忆思维、想象，尤其是综合判断、推理、创造性思维等。现代心理学采用智力测验的方法测试人的智商（IQ），其主要内容就是意识层面的智力。

译者注

◎ 尼尔斯·波尔 (1885—1962)，丹麦物理学家。他因为对原子结构和量子力学的研究而获得1922年诺贝尔物理学奖，被视为20世纪最有影响的科学家之一。

◎ 詹姆斯·黑尔曼 (1926—2011)，美国心理学家，后荣格学派的著名代表人物之一，他曾在苏黎世的荣格学院学习和研究过，提出原型心理学。其核心思想是对灵魂—意象 (soul—image) 做出新的解释。他把心灵 (psyche) 等同于意象 (image)，但与荣格的心理结构或原型不同。他从动态的角度强调意象对人的心理和整个世界的塑造作用，意象既是心灵的内容，也是心灵观察万物的视角。

可以把这个两百万岁的人生动地比喻为处于个人存在之核心的一种古老的原动力，它是凭借我们人类的进化遗传而形成的。在表达这种观点时，荣格与尼尔斯·波尔 (Neils Bohr)[◎] 的态度是相同的，波尔曾认为原子是一个“微小的太阳系”：这两种比喻都是有效的尝试，都想为那些否则不可看见的东西创造出一种工作意象来。

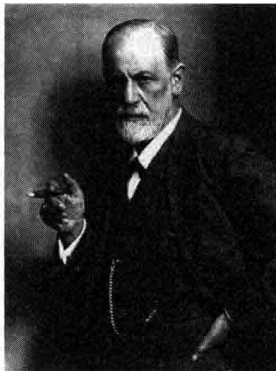


尼尔斯·波尔

荣格发现，种系发生的(生物进化的)心灵是由原型单元组成的，这些原型单元在梦和幻想中以拟人的形式 (personate) 表现出来。我们在梦中和幻想中遇见的并不是作为理智的抽象观念的男性化、女性化、邪恶或智慧，而是具有他们自己人格和意图的人物形象。当荣格在他的病人和他自己身上碰到它们时，就把它们命名为阿妮姆斯、阿妮玛、阴影、智慧老汉和智慧老妇人。这个两百万岁的人是另一种形式的拟人化表达方式：这个古老的存在物并没有在我们的头脑中有任何物质形式的存在，“灵魂”或“无意识”也同样是没有任何物质形式的存在。但是，作为我们进化遗传的现象学的具体表现形式，可以把它理解为在我们的个人生活中扮演着某种不可或缺的角色，是作为人的一个伙伴而“拟人化地表现出来的”。我已经知道，我们是能够认识、热爱和亲近这个伙伴的。

荣格心理学的一种力量(也是一种严重的危险)就在于它对神秘事物的喜爱，它坚持走自己道路的意志。遗憾的是，这种自力更生的无畏精神可能会导致那种心理上的目光短浅。詹姆斯·黑尔曼 (James Hillman)[◎] 就是这种观点的坚定拥护者。在

他所著的《梦与地下世界》(*The Dream and the Underworld*)这本既引人入胜又具挑衅性的书中,他宣称:“深度心理学的传统就是待在家里,并顺其自然地发展而创造它自己的基础。”想要以此为基础建构一种心理学,这可不是一个可靠的基础,而是一个空想的基础,一个只适合于建造空中楼阁的基础。为了使这种多少有点像广场恐惧症的传统得以保持下去,黑尔曼宣称,弗洛伊德(Freud)和荣格都“公开放弃了把解剖学、生物学、自然科学和神学作为他们学术活动和主张的基本前提”^[1]。但是,真实的情况并非完全如此,他们当然也不会放弃前面所称的三种学科。弗洛伊德之所以



西格蒙德·弗洛伊德

选择要待在家里,是因为在他看来, (Sigmund Freud, 1856—1939), 神经生理学还没有发展到足以使他 奥地利犹太心理学家, 精神分析学派创始人。提出他从最初就想要建立的“科学心

理学的设计”。事实上,弗洛伊德在伟大的欧内斯特·布吕克(Ernest Brucke)实验室里工作了六年所获得的神经生理学知识,深刻地影响了他的精神分析理论的形成。和弗洛伊德一样,荣格承认“这种‘心灵红外线’(psychic infra-red)◎,即心灵的生物本能的极点”的基本重要性,这种心灵红外线“逐渐转变为机体生理学,并因而与其化学和物理的条件相结合”^[2]。荣格把原型的这种生物学的极点比作性格形成的“行为模式”,并宣称它就是“科学心理学所要适当关注的东西”^[3]。

我可不愿意待在家里,我愿意让我们大家深入到遥远的过

译者注

◎ 红外线是不可见光,被普遍应用于军事、海防、安保等方面。也有一些神学家,尝试用红外线摄影机、照相机等来捕捉所谓鬼魂、精怪的踪迹。在荣格心理学中,心灵红外线的意思是指与人的最基本的生物本能密切关联的心理活动,是处在潜意识深处的原型的生物学极点。

去、沿着地平线进入远离西方心理学传统的文化中去进行一番游历。我也不想把我们自己限制在相对比较近期的苏美尔、埃及、希腊或罗马的过去历史的类似事件之中，我宁愿回到更久远的过去，回到我们的心灵所由之形成的靠狩猎和采集而生存的时代，回到所有人类经验的原型基础，回到仍然生活在我们的心灵和脑结构中的人类的、哺乳动物的和爬行动物的祖先那里去。要做到这一点，就要在荣格的那个两百万岁的人内部发现一个一亿四千万岁的脊椎动物，它会对我们的有限存在提供支持，并且使我们的梦富有生命力。

绪论注释：

- [1] James Hillman. *The Dream and the Underworld*, p. 6.
- [2] C. G. Jung, *The Collected Works*, Vol. 8, 第 420 自然段。
- [3] C. G. Jung, *The Collected Works*, Vol. 18, 第 1228 自然段。



第一章

认识不可知的事物

我们必须时刻牢记在心，我们的所谓“原型”其本身是不可能进行表征的，但其作用在于能使我们对它进行想象，这就是原型意象和观念。我们在物理学中遇到过一种类似的情境：在物理学里最小的微粒本身是不能进行表征的，但它们却具有某些作用，我们可以凭借这些作用的性质建立一个模型。

——《荣格全集》第8卷

