

(法) 魏维安·蒂鲍迪 著
严和来 译

Viviane Thibaudier



100% JUNG

百分百 荣格

我的一生都是关于无意识的故事，并且是无意识圆满地自我实现的故事。

Carl Gustav Jung

漓江出版社

(法)魏维安·蒂鲍迪 著
严和来 译

Viviane Thibaudier

100%
JUNG

百分百
荣格

漓江出版社
桂林

Original French Title: 100%Jung

© 2011 Groupe Eyrolles, Paris, France

Simplified Chinese Edition © 2015 Lijiang Publishing Ltd.

All rights reserved

著作权合同登记号桂图登字:20-2013-224 号

图书在版编目(CIP)数据

百分百荣格/(法)魏维安·蒂鲍迪 著;严和来 译. —桂林:漓江出版社, 2015.11

书名原文: 100%Jung

ISBN 978-7-5407-7430-1

I. ①百… II. ①蒂… ②严… III. ①荣格, C.G. (1875~1961)—分析心理学—研究
IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 009487 号

出版统筹:吴晓妮

责任编辑:叶子

装帧设计:居居

漓江出版社有限公司出版发行

广西桂林市南环路 22 号 邮政编码:541002

网址:<http://www.lijiangbook.com>

全国新华书店经销

销售热线:021-55087201-833

山东德州新华印务有限责任公司印刷

(山东省德州市经济开发区晶华大道 2306 号 邮政编码:253000)

开本:880mm×1 230mm 1/32

印张:5.25 字数:94 千字

2015 年 11 月第 1 版 2015 年 11 月第 1 次印刷

定价:28.80 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印单位联系调换。

(电话:0534-2671218)

节制与癫狂,秩序与诗意,能相提并论乎?荣格曾试之。

——埃利·亨伯特

献给卡密尔、埃米莉和亚历山大

中译注:埃利·亨伯特(Élie Humbert, 1925—1990),巴黎第七大学教授,精神分析家,曾任法国分析心理学学会(SFPA)主席,1957—1960年追随荣格工作与学习。

代序

再现荣格

法国荣格派心理分析师魏维安的《百分百荣格》，如今有了中文版，由留学法国的精神分析学专家严和来执笔翻译。于是，我们就有了再度接近荣格的机会。希望这种近身的阅读，能够如作者所愿，获得百分百的荣格印象。

魏维安在其著作的“序言”中，引用了荣格传记中的一句话：“我的一生都是关于无意识的故事”。这是荣格传记的开场白。荣格接着说：“无意识中的所有都在寻求外在的表现，（我们的）人格也是如此，渴望从其无意识状态中脱颖而出，以整体来体验自身。”

或许，这其中已包含了“百分百荣格”的由来，以及荣格之所以成为荣格的奥秘。

魏维安将荣格称为“心灵医生”。显然，这与人们一般意义上所理解的“心理医生”有所不同。荣格与弗洛伊德一起，

都是无意识心理学的创建者,属于深度心理治疗的先驱。所有的心理治疗,都不仅要识脑,而且要识心。若要识心,则必然要接触心灵的实在。在荣格出生的地方,瑞士康斯坦斯湖畔的凯斯威尔,后人立起这样一块石碑:在这座房子里,诞生了卡尔·古斯塔夫·荣格,人类心灵的探索者。

《百分百荣格》的作者,用了“成其所是”来表达其对荣格心理学之意义的理解。借助于东方智慧,荣格已超越了西方的二元对立,并从这种超越中获得了二元存在的真正意义。由此,他演绎出其分析心理学的传奇:从潜意识到集体无意识,以及无意识的意义;梦与我们的内在现实;与无意识的生动对话;意识的发展,自我与情结的表达;心理类型与适应环境;人格面具及其作用;阴影,以及其中的消极与积极方面;男人与女人,阿尼玛与阿尼姆斯;自性,以及自性化过程;中年危机及其转化;共时性,有意义的巧合与巧合的意义……至此,魏维安已用通俗易懂的文笔、深入浅出的风格,呈现了荣格分析心理学中最重要的理论、思想及其方法和应用。

魏维安早年毕业于巴黎第七大学的临床心理学专业,作为荣格心理分析师在巴黎从业已有四十余年。她曾任法国分析心理学学会(SFPA)主席,巴黎荣格学院院长。她也曾受国际分析心理学会(IAAP)委派,前来中国担任荣格心理分析专业督导师。

如同荣格,魏维安喜欢中国,喜欢中国文化与中国哲学。十多年前的2002年,第二届心理分析与中国文化国际论坛之

后,我们曾一起登上泰山,一起走访曲阜孔子故乡。她具有法国人的本色,却有着中国人的情怀。从那之后,她几乎每年都来到中国,为国际分析心理学会在中国发展组织,组建广东东方心理分析研究院,以及在华南师范大学、复旦大学和澳门城市大学讲学与督导,传授其心理分析体验,为分析心理学在中国的发展做出了重要贡献。

译者严和来毕业于四川大学(学士、硕士),留学法国多年,在巴黎第十三大学完成临床心理学博士学位。他具有充实的精神分析理论基础和临床经验,且与作者魏维安熟悉,了解其人与思想。《百分百荣格》是魏维安的创作,我们中文读者则通过严和来先生的表达来理解。

作者魏维安在书中用“成其所是”来概括荣格的贡献。她引用了荣格在《移情心理学》中的一段话作为点题之笔:“懂得:‘看,这就是我。’还有什么比这重要的东西吗?”

“看,这就是我。”似乎荣格已经现身。

“看,这就是我。”实际上,这也是传达给我们每一个人的信息,包括《百分百荣格》的读者,读到了百分百的荣格,了解了荣格的心理学。那么,你们从中读出自己了吗?

申荷永

2014年10月23日于荣格故居波林根

目 录

引言 / 1

第一章 荣格,一个我们还不熟悉的人 / 6

荣格,孤独者 / 6

荣格,精神病医生 / 11

弗洛伊德年代 / 14

第二章 弗洛伊德与荣格的分歧 / 17

一切皆非性 / 18

精神乱伦 / 21

第三章 无意识何用之有? / 28

无意识的创造性 / 28

使新的可能性出现 / 34

在复杂的深渊里潜行 / 36

第四章 梦:内在现实 / 39

王道 / 39

梦的补偿活动 / 41

象征 / 44

第五章 任其出现 / 47

意象 / 47

与无意识对话 / 48

第六章 成为意识 / 58

自我和无意识的关系 / 59

自我及其幻想:情结 / 62

第七章 我们个人自身的等式 / 66

人皆有类型 / 67

适应环境:功能 / 68

我们和他人 / 74

第八章 存在与表现:人格面具 / 76

交流的工具 / 79

第九章 挑剔邻人 / 80

黑暗与身体 / 82

黑暗的积极面 / 84

第十章 夫妇及其奥秘 / 86

男性、女性 / 87

组合：阿尼玛/阿尼姆斯 / 91

第十一章 阿尼玛如何表现? / 95

阿尼玛：被忽视的弱点 / 97

任阿尼玛支配 / 102

第十二章 阿尼姆斯如何表现? / 107

阿尼姆斯的善行与恶行 / 108

阿尼姆斯和权力意志 / 111

被阿尼姆斯占有 / 115

第十三章 自性：统一的存在 / 118

中心之路 / 118

远比自我要大 / 120

自性的象征 / 122

自性化进程 / 125

第十四章 人到中年 / 128

对立转变 / 129

初恋 / 131

第十五章 共时性,有意义的偶合 / 135

时空的内与外 / 136

世界即一 / 139

结论 / 142

术语表 / 148

参考文献 / 151

引言

我的一生都是关于无意识的故事，
并且是无意识圆满地自我实现的故事。^①

C.G.荣格，心灵医生

和弗洛伊德一样，荣格是精神分析的先驱者之一。但是，全世界在谈论精神分析之父时，都习惯性地谈论弗洛伊德，很少有人提及荣格，至少在法国是这样。

实际上，荣格曾是弗洛伊德的“接班人”。和作为精神分析运动的创始人弗洛伊德一样，在 20 世纪的最初时刻，荣格持续多年地是一个中心人物。他是国际精神分析协会(IAP)

^① C.G.荣格(C.G.Jung):《荣格自传:回忆·梦·思考》(*Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées*, Gallimard, NRF, 2005)中的第一句话。

的第一任主席,从这个协会创立的1910年起,一直到他离开这个协会的1914年,当时协会总部设在瑞士的苏黎世;他还是《年鉴》^①第一个总编纂人,这本期刊可谓第一本国际性精神分析杂志。

关于荣格,我们是不是有什么话还没有说?人们已经知道他不只是一个老夫子、一个符号学研究者,或者一位神话学家,他还是神秘主义者、玄学主义者、反犹主义者,他还摆弄一些图表,相信飞碟或者沉湎于炼金术……即便如此,评论还远未结束。甚至有一些人还写了一些关于他的书,为了证明他是多么不值得称道;其方式就如一些人写了长篇论著,就是为了证明上帝不存在!

如此菲薄,又极易过激,这对于歪曲荣格思想大有贡献。但是,我们认识真正的荣格吗?我们从没有看过他的书,只是对他理论当中某一个被长期歪曲的概念有一些道听途说的理解,而且还是带有成见及敌对的理解,只凭这个,我们就可以分析和总结他的所有著作吗?我们真的读过他那言简意赅而又含义复杂的作品吗?我们真的明白其作品的深度,理解其作品的真正含义,熟知其作品无限的丰富性了吗?

在许多盎格鲁-萨克逊国家里,特别在美国,荣格受到了高度的评价,有不计其数的著作是关于他的,或者受到其作品的启发。但是,在法国,他还很少被人了解,法国的大学到目

^① 其全称是《精神分析与精神病学研究年鉴》(*Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschungen*),1908年4月27日在(奥)萨尔茨堡创立,布鲁勒和弗洛伊德是主编,荣格是总编纂人。

前还是把他“放逐”在外。这就像许多别的作家一样,不管他们思考着什么问题,只要没有进入到“正确的思想”领域,就会被“放逐”。

但是,不管我们愿意与否,荣格都是 20 世纪伟大的思想家之一,并且还可能是他的那个时代排名靠前的思想家。他很早就感兴趣于东方思想,从 20 世纪 20 年代起,他就把东方思想介绍给西方公众,他是这方面的先驱者之一。他对中国经典思想和佛教思想^①都有着各种评述,和当时一些伟大的汉学家和印度学家都保持着紧密的合作。

具有敏锐的远见,本着好奇又好学的精神,他对所有的东西都感兴趣,包括科学、哲学、文学、人类学、古生物学、宗教历史、语言学等等。在心理学领域,他具有一些极其大胆的远见。远在当代物理学之前^②,他的著作就把许多科学研究结合在一起。此外,他的著作还特别受到艺术创作者的青睐。

① 参见 C.G. 荣格:《关于金花奥秘的评论》(Commentaire sur le mystère de la Fleur d'Or, Albin Michel, 1979), 以及关于《西藏度亡经》(Bardo Thödol) 和藏传佛教的《圣大解脱经》(Grande Délivrance) 的评论,见《心理学与东方主义》(Psychologie et orientalisme, Albin Michel)。也可以参看一些著作的序言:铃木大拙的《佛教禅宗引论》(Introduction au bouddhisme zen, Buchet/Chastel, 1996);《易经》的英文与德文的译文,或者他的《昆达里尼瑜伽的心理学》(Yi King ou sa Psychologie du yoga de la Kundalini, Albin Michel, 2005) 等等。

② 关于这一主题,在别的作者那里也能看到。如 M. 卡塞纳韦 (M. Cazenave):《科学与意识,宇宙的两种阅读》(Sciences et conscience, les deux lectures de l'univers, Stock, 1980), 或者《同步性,灵魂与科学》(La synchronicité, l'âme et la science, Albin Michel, 1994)。

“成其所是”

懂得：“看，这就是我。”

还有什么比这重要的东西吗？^①

在他生命的头二十年，荣格总是自我感觉突出，难以与他的环境相融。他知道这表明他不是“泛泛之辈”，自我感觉与别人不同。而人们不喜欢和他们不同的人，因此他忍受着人们的眼光与争议。在他生命的最开始，这种情况就磨炼着他的意志精神，也让他学会如何给自己以自信，学会如何运用他内心的源泉。对“差异”的开放终其一生都在锻造着他的内心。他洞察人与物的目光和他考虑心理疾病或者神经症的方式，也深受到这种性格的影响。

荣格以一种极其人性的方式考虑医患关系，他不是将考虑问题的重心放在病理学方面，而是放在考虑是什么在病人身上不良地运转着，从而消除这个不良运转——或是改变它，或是设法让它回归到正常运转。荣格知道每个人都把自己的神经症构造成一连串的反应，并且处在自我治愈的企图当中。因此，治疗的主要目的不是使症状消失，而是相反，要尝试理解其动力和深层的意义。在其生活和发展着的环境当中，有些症状是可以化为有用之物的；与此同时，荣格还努力发现每

^① C.G.荣格：《移情心理学》(Psychologie du transfert, Albin Michel, 1980)，第55页。

个人自身的价值和内心的丰富性,从而让病人能够发现他真正的自己是什么样子的。这也是为了病人能生活得与自己本身更一致,即便他周围的人对他并不做如此指望。

尽管是一名精神病医生,荣格认为并不存在所谓的正常与不正常的人,存在有病的或者完善的精神。又有谁可以确定地说出所谓的“正常化”是什么呢?人各有异,在某些特定环境或是时刻,当人生遇到困难时,我们所有人都有点“混乱”,甚至会“精神失常”。甚至,荣格还认为,确切地说,可能也正是在那里,在“混乱”和“精神失常”那里,存留着我们的原创性。一切皆需考量。

荣格关于世界与人类的看法并不是二元的。荣格认为我们不要尝试着和我们的矛盾与错误战斗,不要想着消除它们。我们要做的则是相反,即要努力发现它们的意义;对我们来说,是它让我们今天如此地存在着。这也是荣格伟大的原创性所在。我们都自然而然地努力着,努力寻找一种可接受的平衡,努力做到尽管受伤但好歹还能够继续活下去;在这种努力中,我们发现的意义将起补偿校正的作用,它还可以指明那些无意识地占据我们内心的东西。这也等于说,意义对我们讲述我们自己,为了最终达到整合的目的,这次完全是在意识中达到我们人格的完整;这也是为了认清最后的“情结”,而最后的情结即整个存在的情结。

第一章

荣格,一个我们还不熟悉的人

夜里我感到了一些莫名的焦虑……
一些人淹死了,一具尸体从岩石上掉落。
在附近的墓地里,教堂管理人在挖一个洞……^①

荣格,孤独者

一个替代的孩子

卡尔·古斯塔夫·荣格,1875年7月26日出生于瑞士康斯坦斯湖畔的凯斯威尔,这是一个三国的交界处:瑞士、德国和奥地利(在那个时代,奥地利还在奥匈帝国的版图上)。他的父亲,保罗·阿基里斯·荣格(Paul Achilles Jung)是一位牧师。

^① C.G.荣格:《荣格自传:回忆·梦·思考》,第28页。