

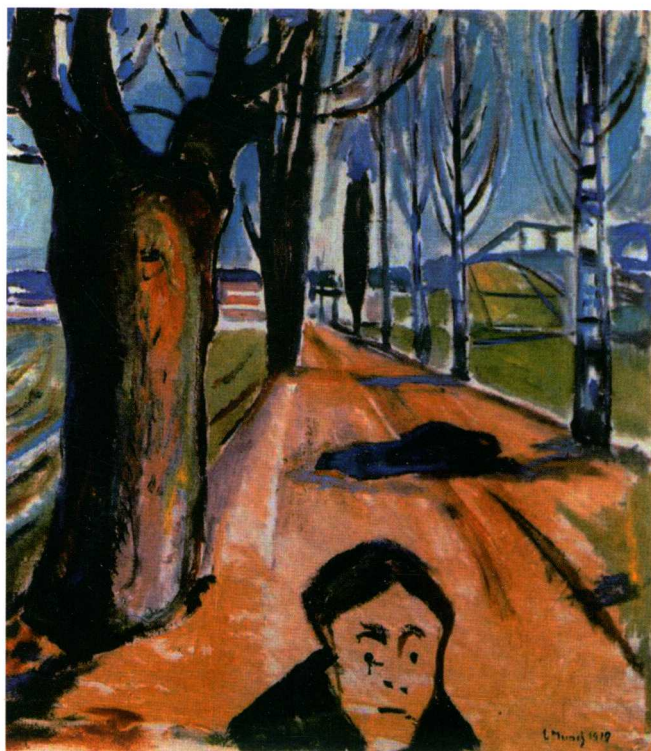
心理学大师经典译丛

寻求灵魂的现代人

Modern Man in Search of a Soul

【瑞士】卡尔·古斯塔夫·荣格（C.G.Jung） 著

徐说 译



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

心理学大师经典译丛

寻求灵魂的现代人

Modern Man in Search of a Soul

【瑞士】卡尔·古斯塔夫·荣格 (C.G.Jung) 著

徐说 译

人民邮电出版社

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

寻求灵魂的现代人 / (瑞士) 荣格 (Jung, C. G.) 著;
徐说译. —北京: 人民邮电出版社, 2015. 9
(心理学大师经典译丛)
ISBN 978-7-115-40148-9

I. ①寻… II. ①荣… ②徐… III. ①精神分析—研
究 IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 177535 号

内 容 提 要

荣格认为,痛苦并非来自神经症,而是源于生活的无意义感和空虚感,这正是我们时代的一般神经症。换言之,与精神、身体或化学药物相比,意义对疾病的进程影响更大,因此,只有充满意义的事物,才能使我们获得自由。

作为荣格一生思想精华的总结,《寻求灵魂的现代人》基于困扰现代人的精神难题——无意义的灵魂——展开论述,对“原始人”与“现代人”的关系、释梦的机制、心理类型、人生的不同阶段进行了生动详尽、深入浅出的剖析,并以心理学家特有的睿智指出,医生的任务是治疗病人,而非抽象的疾病,病人真正需要的是信仰、希望、爱和洞见这四种人类所能达到的最高成就。

事物的面貌完全取决于我们怎样看待它们,而不在于它们本质上是怎样的。因此,为了理解个人生活的意义,我们必须跳出自我中心的狭隘视角,以一种更宽广、慈悲和超越的心灵体验这个世界。唯有如此,我们才称得上是真正活在当下的现代人。

◆ 著 【瑞士】卡尔·古斯塔夫·荣格 (C. G. Jung)

译 徐 说

责任编辑 姜 珊

执行编辑 黄海娜

责任印制 焦志炜

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京隆昌伟业印刷有限公司印刷

◆ 开本: 700 × 1000 1/16

印张: 16

2015 年 9 月第 1 版

字数: 220 千字

2015 年 9 月北京第 1 次印刷

定 价: 39.00 元

读者服务热线: (010) 81055656 印装质量热线: (010) 81055316

反盗版热线: (010) 81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

目 录

- 第一章 释梦之实践 // 015
- 第二章 现代心理治疗中的问题 // 039
- 第三章 心理治疗的目的 // 065
- 第四章 心理类型理论 // 083
- 第五章 人生的不同阶段 // 103
- 第六章 弗洛伊德与荣格的对比 // 123
- 第七章 原始人 // 133
- 第八章 心理学与文学 // 161
- 第九章 分析心理学的基本预设 // 183
- 第十章 现代人的精神难题 // 205
- 第十一章 心理治疗师与牧师 // 231

心理学大师经典译丛

寻求灵魂的现代人

Modern Man in Search of a Soul

【瑞士】卡尔·古斯塔夫·荣格 (C.G.Jung) 著

徐说 译

人民邮电出版社

北 京

试读结束，需要全本PDF请购买 www.ertongbook.com

图书在版编目 (CIP) 数据

寻求灵魂的现代人 / (瑞士) 荣格 (Jung, C. G.) 著;
徐说译. —北京: 人民邮电出版社, 2015. 9

(心理学大师经典译丛)

ISBN 978-7-115-40148-9

I. ①寻… II. ①荣… ②徐… III. ①精神分析—研
究 IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 177535 号

内 容 提 要

荣格认为, 痛苦并非来自神经症, 而是源于生活的无意义感和空虚感, 这正是我们时代的一般神经症。换言之, 与精神、身体或化学药物相比, 意义对疾病的进程影响更大, 因此, 只有充满意义的事物, 才能使我们获得自由。

作为荣格一生思想精华的总结, 《寻求灵魂的现代人》基于困扰现代人的精神难题——无意义的灵魂——展开论述, 对“原始人”与“现代人”的关系、释梦的机制、心理类型、人生的不同阶段进行了生动详尽、深入浅出的剖析, 并以心理学家特有的睿智指出, 医生的任务是治疗病人, 而非抽象的疾病, 病人真正需要的是信仰、希望、爱和洞见这四种人类所能达到的最高成就。

事物的面貌完全取决于我们怎样看待它们, 而不在于它们本质上是什么样的。因此, 为了理解个人生活的意义, 我们必须跳出自我中心的狭隘视角, 以一种更宽广、慈悲和超越的心灵体验这个世界。唯有如此, 我们才称得上是真正活在当下的现代人。

◆ 著 【瑞士】卡尔·古斯塔夫·荣格 (C. G. Jung)

译 徐 说

责任编辑 姜 珊

执行编辑 黄海娜

责任印制 焦志炜

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京隆昌伟业印刷有限公司印刷

◆ 开本: 700 × 1000 1/16

印张: 16

字数: 220 千字

2015 年 9 月第 1 版

2015 年 9 月北京第 1 次印刷

定 价: 39.00 元

读者服务热线: (010) 81055656 印装质量热线: (010) 81055316

反盗版热线: (010) 81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

无家可归的现代人

《寻求灵魂的现代人》收录了荣格在 1929—1931 年间所做的讲稿与论文，卡利·贝尼斯（Cary F. Baynes）于 1933 年将其译为英文，自 1987 年起，陆续有了黄奇铭、苏克和赵蕾的中文译本。

第三次胜利

《寻求灵魂的现代人》初成之目的，在于总结荣格的主要思想。在书中，荣格不仅扬弃了弗洛伊德和阿德勒的理论，还吸纳了广博的宗教（包括基督教、灵智派、印度教与佛教）、神话、炼金术、中国的易学与老学等内容。这本内容丰富的著作的问世，是它的第一次胜利。

作为一部学术著作，能够达到这样的水准已实属不易。谁料在书籍出版后的数年内，荣格在书中论述的西方文化之痼疾，竟被第二次世界大战所印证。将近一个世纪以来，这本书继续帮助人们认清自我、重新找回生活的意义。这是它的第二次胜利。

今天，面对着分支越来越多的现代心理学，面对这个痼疾未愈、新问题层出不穷的世界，我们依然需要这位伟大的心理学家的见解。为今天的心理

学学科与心理学工作者所承担的文化责任贡献一份力量，这一愿景，将是本书的第三次胜利。

荣格在工作上的勤勉有目共睹，思考的深度更是令人叹服。于是，我们再一次站在这位巨人的肩上，用他为我们提供的思辨眼光，对其为心理学所做的贡献进行一番考察。

荣格对心理学的贡献

科学是对真理的判断，它的首要任务是发掘事实。在自然科学中，科学家通过对基本事实进行分类而形成描述性的概念，再用这些概念来总结自然规律。心理学正式成为一门独立的科学虽然仅有一百多年的历史，但却拥有异常丰富的事实；可是，当心理学家尝试去描述它们时，往往会陷入主观经验的沼泽中，难以构建能够科学而精准地再现这些事实的概念和定义。荣格认为，这是因为我们与心灵难分难解，当涉及心灵时，我们很难与之保持距离，自然也就失去了辨别差异、分析和比较的能力。

为了解决这一问题，以科学为导向的实验心理学便设法与它的研究对象保持足够的距离，用统计学对其进行提取和概括。这一举动的直接结果便是，使得实验心理学的发现显得非常无趣且毫无启发性。统计关注的是事实的平均值和变异程度，但是个体最重要的特征是其独特性，对个体和心灵而言，绝对真实的首要特点便是不规律性。

由此，我们便看到了心理学研究的两个问题。第一，心灵的性质决定了心灵的研究难以逃脱主观性的干扰，若是拿事实去套已有的概念和理论，便

会离真相越来越远。第二，若是弃个体的特殊现象于不顾，妄图通过统计去研究无边无际的心灵，是不可能获得任何准确的结论的。

荣格清醒地认识到了这两个问题，并在发展他的分析心理学理论的过程中时刻对其保持高度的警惕性。

首先，在释梦方面，荣格认为“万万不可缩减梦的意义来迎合有限的理论”，因为“有很多病人都在模仿医生的技术与理论术语，甚至在梦里也会这样做”。他反对弗洛伊德把梦的内容视为表象的观点，而是将释梦比作阅读一段难懂的文字，“它之所以难懂，不是因为被表象掩蔽了，而是因为我们读不懂它。我们首先要做的是学习如何阅读，而不是去揣摩文字背后的意义”。

其次，荣格从数量巨大的案例出发，挖掘现象背后的心理加工过程，再从日常用语中的概念出发，重新构造了一套关于心理功能的概念，并最终发展出了我们今天所熟知的心理类型的概念。

最后，在 20 世纪初心理治疗流派百家争鸣的环境里，荣格通过对事实的细致观察，将各个流派的理论和方法重新划分为“告解、解释、教育和转化”四个阶段，形成了整合性的分析心理学。当然，这与他的博学和眼界是分不开的。荣格说：“每个人都能高举着知识的火把前行，然而，每个人都只能举一段路，直到下一个人接过它。如果我们能客观地接受这一事实——如果我们能知晓，我们并非亲自创造了真理，而只是真理的表述者，不过是用语言表述出了我们这个时代的心理需求罢了——那么，我们就可以避免大部分龃龉与痛苦，还能够看到人类精神的深刻性和超越个体的连贯性。”在心理学分支与流派不胜枚举的今天，我们依然需要借助这种眼界对其进行探

索，以使其体系更加完善和紧密。

失去了根的文明人

荣格说：“与本能性质的分离使文明人不可避免地陷入了意识与无意识、精神与自然、知识与信仰的冲突之中，而且，一旦意识无法继续忽视或压抑本能，这些冲突就会演化为疾病。”他认为，人们过于认同意识而牺牲了无意识，正是“失去了根”的表现。

那么，文明人是如何失去了根的呢？在荣格看来，文明人的学习能力使之能够适应现代文明，却也令其与本能日益疏远了。鲁迅在《文化偏至论》中主张“掇物质而张灵明，任个人而排众数”，很好地总结了现代文明压抑人性的两个方面：一是近代以来崇尚物质的观念压抑了人的灵魂，二是多数人政治压抑了人的个性。

我们不妨借鉴复旦大学谢遐龄教授的“四个世界”理论来梳理上述概念——世界Ⅰ是物自体所在的世界，是不可知的；世界Ⅱ是个人的心理世界；世界Ⅲ是公共知识的世界；世界Ⅳ是社会存在的世界。在现代文明中，科学所代表的是世界Ⅲ，政治所代表的是世界Ⅳ，这两个世界掌握了人们所使用的话语，为了适应现代文明，人们便把世界Ⅱ抛诸脑后了。

至于如何解放灵魂、彰显个性，鲁迅提出的办法是“弄文学”，而荣格则从日常用语出发，分析了世界Ⅱ与世界Ⅲ、世界Ⅳ的关联与区别，下面就是几个例子。

心灵与意识。荣格指出，被我们的意识归为幻觉的东西，对心灵来说有

可能是真实的；也就是说，我们应当重视心理事件的真实性。在给它们命名的时候我们应该清楚地认识到，对心灵来说，心理真实与外部世界的真实即使用了同样的名称，但它们的含义是不同的。

肉体与精神。在人道主义的生活秩序中，肉体必然会受到压抑。但是，即使在文明世界里，也有体育竞技、现代舞蹈、极限表演、恐怖电影和侦探小说等，让人在没有危险的情况下体验激动、热情和欲望，以此发泄本能中的暴力倾向。因此，荣格说，“人道主义的理想应该包括实实在在的肉体”，既尊重肉体又尊重精神并非一种堕落的迹象，因为“危险本身就孕育着拯救的力量”。

理解与知识。在面对心灵的时候，理解与知识有时是矛盾的。从知识的角度看，个体只不过是一个永无休止地重复出现的单元；但是从理解的角度看，独一无二的个体生命才是心理学家真正的研究对象。荣格告诫我们，这种冲突不能通过二选一的粗暴方式来解决，而是要进行双向思维。

信仰与知识。“信仰与知识之间的差距如此巨大，使我们不得不承认，这两种范畴及其看待世界的方式，从性质上来讲其实是不可比较的。”宗教体系坚信，信仰的内容是有迹可循的，基督本来就是一个真实存在的人，神学绝对不是神话作品。但这与我们所认识的世界是不一致的，真实的世界里不曾发生“五鱼二饼”的神迹。荣格认为，信仰与知识之间的这种分裂，是我们这个时代精神混乱的典型特征，也是神经症的标志性症状。

现代人与时代精神

我们该如何寻根呢？首先必须同时兼顾意识与无意识。荣格告诉我们，现代人站在世界的前端，将意识发挥到极致；时代精神则呈现出无意识的变迁，指引着人类的前进方向。

荣格所说的现代人，是那些能够完全意识到当下的人。这绝不是我们平时所说的“活在当下”，而是指拥有了最高程度的意识和最低限度的无意识。现代人勇敢地坚持自己的选择，而不是像凡人那样瞻前顾后；现代人拥有精湛的技艺，他为了更充分地意识到现代的每一步努力，都将使他湮没于共同的无意识之中。因此，现代人必然是孤独的，仿佛站在高山之巅、处于世界边缘。

为了完成这种孤独，现代人将众人赶走。每一个个体都不应该泯灭于众人之间，因为合理的利己主义是一种最强大、最健康的力量，荣格称之为“真正的上帝的意志”，而且“只有在彻底被抛弃和孤独的状态之下，我们才能体验到自己的本性中那些有益的力量”。这种有益的力量，便是对博爱的珍视。与“现代人”相反，“时代精神”则是无意识的，正好补偿了有意识头脑的态度，并可以预测世界将要发生的改变。荣格认为，时代精神的绝佳体现是现代艺术。艺术家并不是一群拥有自由意志、能够实现自我的人，而仅仅是一些允许艺术利用自己来实现它的目的的人——一股无法抑制的创作激情抽干了艺术家的个体能量，打乱了艺术家的生活。现代艺术不仅是一个美学问题，也通过打破人们旧有的美学观念向其展开了一场心理教育。这里

的艺术不是某种意识形态指导之下的艺术，因为审美本身就是一种意识形态，它能够令人自发地筛选出其所认可的价值。

需要说明的是，任何作品都是时代及个体交互作用的产物，荣格的作品也概莫能外。因此，我们不仅要认识到荣格心理学所具有的不可磨灭的启示价值，同时也要本着“拿来主义”的态度辩证地看待其观点。

最后，囿于译者水平所限，疏漏之处在所难免，还望方家不吝批评指正！

徐说

2015 年 7 月

英文版译者序

在过去十年中，不同来源的证据皆表明，西方世界正迎来一次精神上的重生，即从根本上改变对生命价值的认识。在经历了长期的向外扩张之后，西方世界开始重新检视内心。人们的兴趣已从事实本身转移到了事实对个体的意义及价值上，这是一种普遍的共识，然而，世界上的不同团体对这一转变的期待各不相同，如果我们着手分析这些期待，便能看到几种势力的尖锐冲突。

对于天启宗教的信仰者而言，这场即将到来的重生，便是天主教或新教的复兴。他们幻想着，数以百万计的人将涌回教堂的庇佑之下，教堂将安抚战后世界的灾荒与幻灭，并教给人们结束混乱、恢复秩序的方法。他们相信，恢复对基督教的信仰，能带给人们一种安稳可靠的生活，重拾已被世界遗失的原始动力。

另外有一大群人则认为，若要获得新的见解，必须彻底颠覆对宗教的固有理解。他们相信，宗教是历史遗留下来的迷信和野蛮行为，为了推陈出新，需要一场崭新而持久的“启蒙运动”。人们应该只把知识用在正确的地方，特别是经济和技术方面，而所有的丑恶现象，诸如贫穷、愚昧和贪婪，都将消失无踪，人类将重回伊甸园。对这群人而言，这场精神上的重生仅限于理性范围，人类的命运将由理性思维来裁决。

但是，传统信仰与激进的理性主义是两个极端，在二者之间可能还有许多过渡观点，都可为人类精神演变的难题指出方向。可以说，这些中庸观点

的持有者知道自己已经长大，不会再去基督教堂，但在科学真理面前，他们也不否认生活中的宗教态度是不可或缺的。这些人能够同样清晰地感受到灵魂和身体。他们所看见的灵魂，无法用传统宗教或唯物主义的术语来描述。他们不希望把虔诚的内心体验和受逻辑控制的身体割裂开来。他们相信，如果能够更加了解头脑内部的工作方式、知道更多微妙且确凿的支配心灵的法则，他们就能够获得必要的新态度，这样既能免于退回晦涩的中世纪神学，又不至于成为 19 世纪意识形态幻象的受害者。

荣格抒发感慨的对象，正是这第三种人。他克服了种种困难，从自己多年的精神科医生和分析师的实践中，提炼出了大量面向大众且适用于大众的信息。他给出的关于心灵本质及其功能的提示，正是现代人苦寻不得的。他呈现在我们面前的观点是对群体信仰的挑战，在每个渴求超越传统的人的心中都激起了强烈的回响。

需要说明的是，除去一处例外^①，本书中的全部文章都是讲座的文稿。其中四篇文章的德文版是在不同的出版物中发表的，余下的则来自一部已被翻译为英文的书中，这部书也包含了其他的一些文章。

我们非常感激拉斯罗女士（Violet de Laszlo）就《心理治疗师与牧师》（*Psychotherapists or the Clergy*）一文提出的许多有益的建议。荣格医生及其夫人也悉心阅读并雅正了部分译文。

卡利·贝尼斯

1933 年 3 月于苏黎世

① 《弗洛伊德与荣格的对比》（*Freud and Jung-Contrasts*）一篇，是应一位德国编辑之邀而写的特别专稿。——英译者注。

目 录

- 第一章 释梦之实践 // 015
- 第二章 现代心理治疗中的问题 // 039
- 第三章 心理治疗的目的 // 065
- 第四章 心理类型理论 // 083
- 第五章 人生的不同阶段 // 103
- 第六章 弗洛伊德与荣格的对比 // 123
- 第七章 原始人 // 133
- 第八章 心理学与文学 // 161
- 第九章 分析心理学的基本预设 // 183
- 第十章 现代人的精神难题 // 205
- 第十一章 心理治疗师与牧师 // 231