

跟随心理学泰斗，踏上心灵之旅，直面被潜意识压抑的人性，
揭开心灵深处的面纱。化解心中困惑，洞悉本性，开拓幸福人生。

解读弗洛伊德
破译心灵密码

另一个我

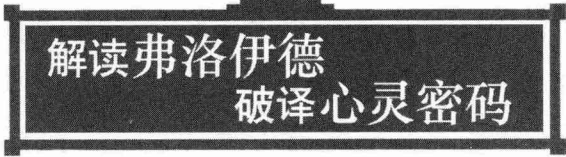
——听 弗洛伊德解密心理

THE OTHER SIDE OF ME

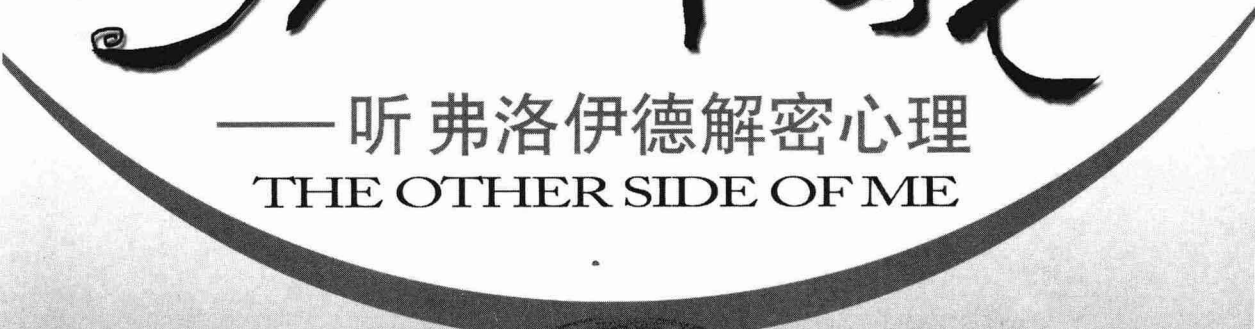
[倪先平] 编著



中国华侨出版社



解读弗洛伊德
破译心灵密码



另一个我

——听 弗洛伊德解密心理
THE OTHER SIDE OF ME



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

另一个我/倪先平编著. —北京: 中国华侨出版社, 2008. 11

ISBN 978-7-80222-765-1

I. 另… II. 倪… III. 精神分析—研究 IV. B84-065

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第168463号

● 另一个我

编 者/倪先平

责任编辑/文 锋

责任校对/王京燕

策 划/胡 家

装帧设计/青鸟意讯艺术设计

版式设计/青鸟意讯艺术设计

经 销/新华书店

开 本/710×1000毫米 1/16开 印张/14.25 字数/180千字

印 刷/三河市和达印务有限公司

版 次/2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-80222-765-1

定 价/28.00元

中国华侨出版社 北京市安定路20号院3号楼305室 邮编: 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

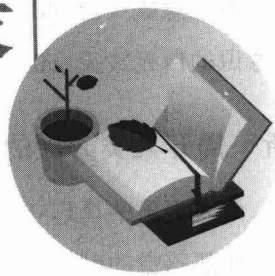
导 读

精神分析学之父——弗洛伊德是20世纪最具影响力的思想家，也是近代历史上对解读人类心灵方面有独特贡献的重要人物之一。他的贡献不仅体现在心理学方面，还体现在社会学、人类学、医学、文学、艺术、宗教、史学等各方面，几乎遍及人类生活的每一个领域。他的学说丰富了人们对人性的解读，改变了人们思考自身的方式，在解决人类心灵纷扰方面功不可没。

遗憾的是，他的著作充满深奥的学术气息，用词晦涩难懂。对常人而言，想要通读其著作以窥探人类复杂的内心世界，难免会有绞尽脑汁而不得其法的无奈。

本书化解了这一难题。采用原文、直解、经典案例、案例分析、警示五大板块式结构，对弗洛伊德的理论进行了全面解读，兼具知识性与趣味性。更有价值的是，本书还实现了理论与现实的结合——在分析的同时渗透了大量的现实生活的案例，让大家在轻松品其理论的同时，能做一个心灵的探秘者——认识自己与他人的行为和思想，解开生活中的麻团，并有意识地去唤醒自己心灵深处的巨大能量，发掘自身的潜能，从而去开拓幸福的人生。

目录



第一章 过失心理学：探求过失的心里源头

口误：潜意识意愿的直白\4

口误：内心矛盾的斗争与妥协\6

口误：未受抑制的联想的干扰\9

口误：给压抑的心灵透口气\12

口误：说错人名是侮辱还是崇敬\14

笔误：对内心秘密的泄露\17

笔误：一种内心期待的反映\19

笔误：某种危险隐意的表达\21

读误：感觉刺激替代的产物\23

读误：内心对某信息的否定\26

遗忘：对不情愿的伪装（对日常计划的遗忘）\28

遗忘：回避不愉快的感触（对专有名词的遗忘）\31

遗忘：潜意识的不乐意（对某种想法的遗忘）\34

遗忘：逃避真实的心理动机（对经历的遗忘）\36

误引：思想的象征性的表现\39

误引：自我谴责呼声的作用\41

误引：“献祭行为”的体现\44

遗失：表示不在意或厌恶\46

错误：无意识的自我毁灭\50

第二章 梦的解析：揭开人类心灵的奥秘

梦的来源：个人经历的再现\56

梦的来源：外部感觉的刺激\60

梦的来源：主观感觉的刺激\62

梦的来源：内部躯体的刺激\65

梦的来源：心理作用的刺激\68

显意与隐意：从梦的谜面寻求谜底\71

梦的伪装：某种愿望的满足\74

梦的目的：生理和心理的需要\77

梦的稽查：通过替代发挥作用\79

梦的象征：梦的另一个化妆师\82

梦的象征：象征与象征物的关系\85

梦的工作：梦形成的压缩作用\87

梦的工作：把思想转变为视像\91

梦的工作：梦形成的粘合作用\93

梦的回归：精神作用的反向运动\96

第三章 神经病学：对自我觉醒的追求

妄想症：内心深处的病态想法\104

强迫症：精神负担产生的根源\107

- 创伤症：精神创伤进入潜意识\111
- 抗拒行为：潜意识受抗拒的支配\114
- 压抑症：心理被压抑的产物\118
- 幻想症：幻想症的本源探索\122
- 神经过敏：受本能作用的扰乱\125
- 焦虑症：情绪受压抑的替代物\129
- 自恋症：源于自卑感的压抑\132
- 移情作用：对自我情感的转移\135

第四章 性爱心理学：性欲的本质及发展

- 性倒错：性“对象”的变异\144
- 幼儿性欲：幼儿性本能的表现\147
- 儿童性欲：儿童性好奇的产生\149
- 青春期性欲：性原欲强烈的表现\152
- 性欲发展：性欲发展中的危险\155
- 性欲发展：受到自我本能的制约\158
- 畸恋：男人的对象选择的异型\162

第五章 超越惟乐原则：影响心理的基本原则

- 惟乐原则：产生愉快的心理支配\170
- 惟乐原则：对不愉快的心理的抗拒\172
- 惟实原则：暂时容忍不愉快的存在\176
- 重复现象：自己的命运自己掌控\178
- 意识功能：克服兴奋中的欲望\182
- 死本能：施加趋向死亡的压力\184

生本能：生的愿望的直接体现\188

第六章 自我与本我：人类行为的心理动因

本我：受无意识力量的影响\194

本我：一切心理能量之源\197

自我：受知觉系统的影响\200

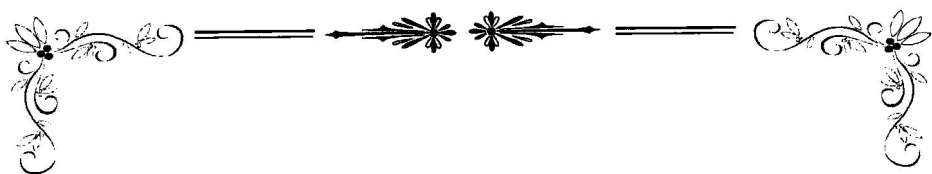
自我：对心理力量的管理\203

本我：能控制本能的冲动\206

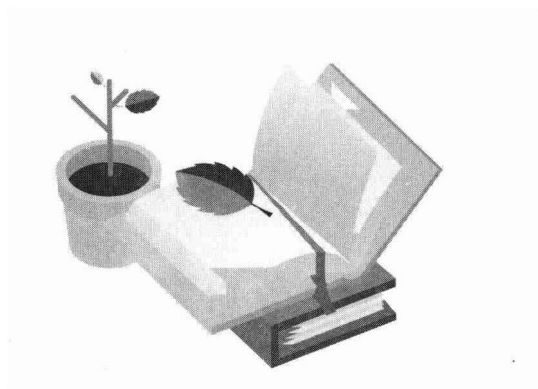
超我：受自居作用影响\210

超我：监督、批判及管束行为\212

超我：遵循的是“道德原则”\215



第一章 过失心理学：探求过失的心理源头



从某种程度上说，精神分析是建立在对过失行为进行研究的基础上，我们关注并讨论过失，终极目的是通过它们了解精神分析精髓。

——弗洛伊德





在日常生活中，人们常常遇到这样的情况：想好的话，却莫名其妙地用错了词（口误）；想写的字，却鬼使神差地写成了另一字（笔误）；读书看报，没有生词，却阴差阳错地发错了音（误读）；与人交谈，没事干扰，却稀奇古怪地听岔了话（误听）……

生活中诸如此类的过失还很多，比如突然想不起某个熟人的名字；想不起自己经常光顾的商店名称；想不起某日用品的搁放位置；或者忘记了要做的事——比如到某地取样东西，到了那却想不起去干什么；与某人约好见面，结果却忘得干干净净。至于遗忘某段经历，虽不常见，也不是没有，这也是影视剧中经常出现的故事情节。

此外，我们还可能犯下这样或那样的小错误，比如损坏物品、遗失东西等。

上述种种行为，并不属于疾病的范畴，在健康正常的人身上时有发生，心理学上称其为过失或过失行为。

这些“不经意”的过失看似微不足道，通常不会引起我们的重视，然而，弗洛伊德认为，过失的发生并非仅仅是偶然的现象，不能用“人人都有可能不小心说错话”这么简单的逻辑一笔带过。

运用心理分析原理，尤其是无意识心理，弗洛伊德观察并分析了这些现象，发现这些不为人重视的小事并非偶然，都有一定的规律性。他认为，一切事件和现象都有其前因后果。那些外表看来好像是偶然的各种心理现象，实际上都有潜意识的动机，都为一些隐蔽的愿望所左右。

口误：潜意识意愿的直白

【原典】

每一种口误的结果，都可以看作是说话人的一种有目的的心理历程。事实上，口误这一正常行为，往往代表了说话人潜意识中的某种愿望。

【直解】

口误就是人们在“不经意”间说错话。口误是人们的潜意识要表达的目的、意愿或者倾向时的一种心理体现，是对潜意识意愿的直白。一个人在潜意识中的心理活动，往往通过口误的形式来表现。琢磨一个人的口误通常可以了解到他内心的真实想法，这正是研究口误的“意义”所在。

【经典案例】

一天，一位年轻的上尉正在阅读一本有趣的书，读兴正浓，他深深地被书中的故事所打动。这时，忽然电话铃响了，他无奈地拿起电话。电话是上司打来的，命令他去检查一下通讯线路。上尉的心里有多不乐意，可想而知。

不乐意也得去啊！匆忙检查完通讯线路，上尉回到驻地，向上司汇报说：“检验顺利，一切正常，安静。”话一说出口，上尉就意识到了自己的失误。正确的报告应该是“检验顺利，一切正常，完毕。”

【案例分析】

这位上尉把“完毕”说成了“安静”，这意味着什么？这一语误，其实是心理作用的结果。在上尉的潜意识里，上司打断他的阅



读，他很懊恼，渴望有一个安静的环境以继续享受阅读的快乐。于是，汇报时，他就不由自主地表达了这一真实愿望。

【警示】

人们常说眼睛是心灵的窗户，意思是说眼神的变化能反映一个人的心理。其实，嘴巴也算是一扇窗户，也能反映一个人的心理。

一位企业老板，因为近来公司业务急剧滑坡而焦头烂额，睡不安枕，食不甘味。眼见着公司人心浮躁，士气不振，老板决定召开一个全体员工大会，鼓舞员工同心协力，排除万难，共渡难关。

但是会议上，心力交瘁的老板开口便说：“各位员工，大家好！今天在这里我想睡一下……”全体人员愕然，继而不禁哄笑起来。老板很快意识到自己失言，忙不迭地改口说：“我是睡，呃，呃，我是说……”结果，哄笑声不绝于耳。

老板的口误，是因为潜意识里“想要睡觉”这种内在愿望干扰所引发的。老板全力以赴以解决企业困境，想要休息的内在欲望根本不被理智所接受，也没有被清晰地意识到。但是，对于精疲力尽的身体来说，睡觉又是如此地具有诱惑性和难以抑制。于是，这种强烈的、不被理智所接受的“睡觉情结”，就趁着老板注意力放松的时候，以口误的方式得到了释放。

一个国家的一位众议院议长，在一次会议开始时说：“先生们，今天法定人数已足够，我宣布散会。”他把“开会”说成“散会”，议长的潜意识里可能有着强烈的被压抑下去的真实愿望：早点散会。或许在他看来，本次会议不会有啥结果，对本人也无益，与其费时费力，不如干脆散会。

人们大多有这样的体验：在疲倦、兴奋、注意力分散的情况下容易发生口误。正如上述两例，一个长期作战，身心疲惫；一个场合重大，难免兴奋，这能否说明身体状况与口误的发生有着直接相关呢？

对这一揣测，弗洛伊德予以了否定。他认为，人们在健康正常的情况下同样可能产生口误，这说明身体因素不能成为主因，最多充当一下帮手，提供点便利。

在弗洛伊德看来，口误主要是由生理机能失调和心理活动障碍引起的注意力扰乱。用通俗的话来讲，是两种不同意图之间相互干扰的结果。人们的潜意识里总是隐藏着一些真实想法、愿望，不为人们的意识所接受、承认或知晓，于是，在意识的控制下，在理智的干扰下，这些潜意识的愿望便只能以口误形式表现出来。

对现代人来说，认识口误于工作、生活、学习都大有裨益：一方面，留意自己的过失，可认识自我，避免不利于己的自我暴露；另一方面，警觉他人的过失，可洞察其行为动机，了解其真实想法，巧妙应对。

口误：内心矛盾的斗争与妥协

【原典】

当一个人试图隐藏一种矛盾心理的时候，他的潜意识往往会背叛他，与他开个玩笑。

【直解】

口误中往往包含着矛盾的信息。人的心理世界往往是一个矛盾的内心世界，一种心理会影响或者说干扰另一种心理。这种矛盾心理对抗的结果是，一种心理战胜另一种心理，或者说一种心理向另一种心理妥协。这种结果存在于我们的潜意识中，也可能表现在我们的行动上，以口误的形式表现出来。

【经典案例】

案例一：

一位男士对一位女士产生了好感，只可惜无论长相、学识还是家



庭，两人的差距都很悬殊，根本不可能成为情侣。

一天，男士在大街上偶遇这位女士，心中不禁一阵狂喜，鼓足勇气上前对女士说：“如果你允许，我很高兴‘陪辱’你。”啪！他话一出口，就挨了女士一记耳光。

案例二：

一个政治性的期刊被人投诉为腐败，领导便委托单位的一位编辑发表演讲进行申辩。

当演讲快要结束时，他这样说道：“我们的读者可以作证，我们一向以‘最自私’的态度从事工作，为社会谋福利。”

【案例分析】

在案例一中，那位先生所说的“陪辱”，是由“陪伴”和“侮辱”这两个词混合而成。这一混合词，除了包含陪伴的意思外，还隐含侮辱和占便宜的意思。

显然，这位男士的内心很矛盾：他渴望陪伴这位女士，但又害怕自己的要求会侮辱她。这足以表明男士的动机并不是很单纯，或许他也意识到了自己的复杂动机，试图加以隐瞒，然而口误出现了，他的潜意识背叛了他。

在案例二中，那位申辩的编辑将“最不自私的态度”误说成“最自私的态度”。实际经过分析即可得知在他心里存在着这样的矛盾：被迫来作申辩和无可奈何的矛盾；自己的观点与领导的观点不一致的矛盾。这种矛盾的心理就直接表现在口误上了。

【警示】

矛盾心理几乎人人都有。弗洛伊德认为矛盾心理的产生受意识或者潜意识的影响。在意识层面的矛盾心理，能够被人们感知，而受潜意识影响的矛盾心理，往往会隐而不察。正是这种矛盾心理的存在，

当我们即使在不觉得疲倦、兴奋和心不在焉时，同样会说错话。

弗洛伊德说，“注意力”理论往往与口误出现的事实并不相符。口误并非完全是注意力不集中的问题，多半与说话人当时的矛盾心理状态有关。

一个人，很富有，可很吝啬。一次，他邀请一些朋友开舞会，到晚上11点还很热闹。中间有一个休息时间，大家以为要开宴了，没想到富翁仅用夹肉面包和柠檬汁来待客。恰逢国家大选的日子即将来临，谈话主题自然集中到总统候选人的问题上，讨论越来越激烈。其中一个支持罗斯福的客人大声向主人说：“罗斯福的好处太多了，说也说不完，然而有一件事不能不提，他是一个绝对可靠和公正的人，铁面无餐。”他话一说完，人们便哄然大笑。他把“铁面无私”说成“铁面无餐”，对这一口误的来由，主人与客人都心知肚明，场面难免有些尴尬。

客人出现这样的口误，正是源于这样的矛盾心理：对富翁盛情相邀的感激与对富翁吝啬待客的不满矛盾情绪。

弗洛伊德认为，内心思想的矛盾最容易导致人们把想说的话反。在说话时，误说反话是思想矛盾在意识言语里的表现，因为相反的话与一个人的潜意识是有关联的，它们的位置相当接近，很容易就会弄错。

留意他人的口误，首先要做的是分析其真实心理。如果对方内心矛盾，我们应有意识地用语言与行为去引导，令其心理倾向有利于彼此关系发展的方向上。如果我们自己经常产生口误现象，就得有意识地平衡、化解内心的矛盾，理性客观地处理事情，做生活的智者。



口误：未受抑制的联想的干扰

【原典】

促成口误的正面因素（未受抑制的联想之流）及其反面因素（压制力量的松弛）通常同时起作用。伴随着压制力量的松弛——或不如更明确地说，经由这一松弛——未受抑制的联想之流遂能发生作用。

【直解】

在很多时候，口误可能是我们意识的联想之流造成的。也许在平时，我们心中原有一股意志的力量在压制着这种联想之流，它一旦松弛或低沉，口误也就容易发生了。

这种联想的作用，也其表现互不相同，有时可能是还不应该出现的话预先来临，有时可能是对说过的话一再重复，有时可能把经常听到的声音插入说话中。这种种原因只是在方向上有所区别，也就是说我们联想的范围有所不同罢了，至于其根本性质，都是一样的，即受到联想的干扰。

联想的干扰可能来自于某一潜意识思想，在口误中显现出来，而我们只有通过深入分析才能把它带到我们的意识世界里来，找到真正的心理动机。

【经典案例】

案例一：

一位病人去看医生，他告诉医生，他做了一个梦：一个小孩想自杀，决定用毒蛇来咬伤自己。

在梦中，他看到那个小孩被毒蛇咬了以后在痉挛中因剧痛而扭动身体。他发现这个梦是前天的印象引发而来的。