CARL GUSTAV JUNG

Erinnerungen

Träume

Gedanken

荣格自传

回忆、梦境和思考

〔瑞士〕荣格/著 董冉/译

吉林大学出版社

荣格自传：回忆、梦境和思考

〔瑞士〕荣格 著
董冉 译

吉林大学出版社

图书在版编目（CIP）数据

荣格自传：回忆、梦境和思考 /（瑞士）荣格著；董冉译 .—长春：吉林大学出版社，2018.3
（读经典）
ISBN 978-7-5692-2247-0

Ⅰ .①荣… Ⅱ .①荣… ②董… Ⅲ .①荣格 (Jung, Carl Gustav 1875-1961) —自传 Ⅳ .① K835.226.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2018）第 106089 号

荣格自传：回忆、梦境和思考
RONGGE ZIZHUAN：HUIYI，MENGJING HE SIKAO

著　　者：（瑞士）荣格
译　　者：董　冉
策划编辑：魏丹丹
责任编辑：魏丹丹
责任校对：王　洋
开　　本：850mm × 1168mm　1/32
字　　数：308 千字
印　　张：12
版　　次：2018 年 3 月第 1 版
印　　次：2018 年 3 月第 1 次印刷

出版发行：吉林大学出版社
地　　址：长春市人民大街 4059 号（130021）
0431-89580028/29/21
http://www.jlup.com.cn
E-mail:jdcbs@jlu.edu.cn
印　　刷：万卷书坊印刷（天津）有限公司

ISBN 978-7-5692-2247-0　　定价：36.00 元

译者序

卡尔·荣格，是瑞士著名心理学家、精神分析学家，分析心理学的始创者，现代心理学的鼻祖之一。在心理学的研究过程中，他涉及的范围甚广，宗教、哲学、炼金术等都有研究。他从多种角度研究与人的心理相关的问题，并将各阶段的研究成果分享给世人。

在这本自传中，荣格主要以时间顺序讲述了自己在各阶段的内心体验和思想变化，他对自己剖析的深度和广度，在自传书目中少之又少。他从回忆、梦境和思考三个角度来进行自我分析。回忆，是因为此书写于他八十三岁高龄，从幼儿时期的感知到耄耋暮年的人生心得、学术成果，他都无不坦诚地写入此书。也因为此书以回忆的方式写出，其中好些部分需要耐心地细细琢磨。梦境，是因为此书涉及大量的梦境分析，无论是荣格对患者进行心理分析的时候，还是在他自己遇到重大事件的时候，都会对梦境进行解读。此类重大事件有时关乎他自己和身边人的命运，有时还关乎人类整体的命运。思考，不难理解，在这本自传之中，荣格在回忆往事的同时，也对自身进行了深刻的思考，而且在他每一个阶段的工作和生活中，思考都是必不可少的工具和方法。

荣格的研究范围广阔，他不仅仅站在西方的立场来研究西方，还会通过东西方的对比、站在西方之外来观察西方，如此便跳出了自我定义的无义循环。他前往非洲、印度等地旅行，观察这些地方的思想与西方思想的异同。他的思想还涉及了印度的佛教和曼荼罗，中国的《易经》和道教的炼金术等，因而中国读者在阅读过程中也会看到一些熟识的观点。

在阅读此书的过程中，你不会觉得是在进行严苛的学术研究，而是在与一位年老的智者交流，听他以深入浅出的方式讲述自己一生的绚烂故事，讲述自己一生的种种变化。你会看到一个懵懂的孩子成长为一位成绩斐然的老者，从平淡无奇的种种表象走进一个绚丽多彩的内心世界。这种感觉像是坐在火炉旁边听一段精彩的传奇，有时会遇到开阔壮丽的草原，有时也会遇到艰难曲折的山路，有时还会遇到秀奇瑰丽的山河……

在翻译此书的过程中，遇到不少艰涩的章节，但还是本着忠实于原著和作者思想的原则来翻译这本巨著。其间，曾多次向从事心理学研究的朋友请教，在此向所有助力于翻译此书的朋友和编辑致以诚挚的感谢。但是，无论怎样，这本书都应该得到更加完美的翻译，在阅读过程中如遇不妥之处，还请批评指正。

试读结束：需要全本请在线购买： www.ertongbook

作者序

我这一生是潜意识自我实现的故事。潜意识中的一切都曾不竭余力地外化自己，与此同时，我的人格也渴望从其潜意识状态中发展出来，从而以一个整体的身份存在。这个成长过程是无法用科学描述的，因为我的自身体验本就不是一个科学领域的问题。

只有神话才能够表达出我们在内在想象力中的样子，以及在永恒的外表下的状态。相比于科学，神话更具个体性，也能对生命予以更加精确的表达。科学只是用平均性的概念对大多数人的情况进行描述，这过于普通化，无法合理地解释形形色色的主观性的个体生活。

现在我已八十三岁，就这样我开始讲述我自己的神话。我只是“讲讲故事”，对过往做出直接性的讲述，至于人们认为这些故事是真是假，不是我关心的问题。我关心的只是，我所讲述的东西是否是“我”的寓言故事，是否是“我”的真理。

为自己写传，实在是一件难事，因为我们既没有可用适合来评判的标准，也没有相关的客观依据。我们也找不到任何可以参考的基础。我知道我在很多方面与他人不同，但说到我到底是个什么样的人，我就真的说不出了。人无法将自己与其他生物进行比较，人非猴子牛马，也非树木花朵。我就是一个人，那么问题又回来了，人又是什么呢？我与其他存在一样，都以小小的身躯体现了无限的神性，但我依旧不能将自己与其他动植物或者石头来做任何对比。只有神话性的存在才拥有比人类更为广阔的活动领域，既然如此，一个人如何能对自己做出任何确切的评价呢？

我们的生命是一个心理过程，不受自己的掌控，即便可以，也只是部分受引导。因此，我们无法对自我或是自己的生命做出任何终极性的评价。如果能的话，那我们就无所不晓了，但这不过是一种自吹自擂罢了。实际上，我们对这一切的来龙去脉是无从知晓的。一个人生命的故事始于某个时刻，而这只不过是我们凑巧记住的一个时刻，即便如此，那个时刻就已经高度复杂了。至于生命的长河将流向何处，我们就更说不清楚了。因此，生命是一个没有开头的故事，而结局也只能含含糊糊地加以暗示而已。

人的生命像一场不太可靠的实验，它的充裕只能体现在数字上。当你亲身经历时，便觉得它太匆匆，如白驹过隙。但是生命却又如此周而复始地存在着、更替着，令人不得不佩服它的奇妙。当我还是医科大的学生时，就深刻明白了这一现实，那么早就谙习世事，也算是个奇迹了。在我看来，生命仿佛是需要用根茎来维持繁茂的植物。植物的真正生命是看不到的，因为它藏在根茎里。我们能看到的地上的繁茂只有一个夏天的寿命，秋天一到，它便随即枯萎凋零了。面对在浩瀚宇宙中浮沉的人类和文明，我们难免会感叹生命的渺小与虚无。但我依旧能从这永恒的流动中抽出一丝存在着的永不消逝的东西。我们的眼睛看到的花朵会凋谢，但看不见的根茎永不消逝。

现在看来，那些写进自传的事情，是讲述如何从这永恒变化的世界中去认识这个永不消逝的世界的事件。正是这个原因，我才主要谈到了我的内心体验，其中包括我的梦和幻觉。这也是我科学研究的主要对象，它们就像沸腾的岩浆，把一块块石头加工定型。

跟内心体验比起来，那些关于以前去过的地方、见过的人或者周围的环境的记忆便黯然失色了。有许多人经历过我们这个时代，并写下了这个时代的故事，如果读者想要了解这些，大可去翻阅他人写的故事或者请他们讲述也行。在我的生命中，那些外在

事件大都已经褪色或者销声匿迹了，但我却牢牢记得“另外一个”事实，那就是我和潜意识的过招，这是深深地烙在我的记忆中的事情。这个王国存在着丰富的宝藏，这是其他任何东西都无法媲美的。

同样，有些人在我的记忆中占有不可或缺的地位，那是因为他们的名字在我生命的画轴展开的初始就进入了我的视野。因此，与他们相遇的同时便展开了一种追忆。

内心体验为我所遇到的外部事件打上了印记，并从我的青年时期开始就对我的生活产生了重大影响。我很早就明白了，如果生活中的问题或症结在内心都无法找到答案，那它们最终也不会有什么大的意义。内心体验根本无法被外在事情所替代，所以我一生对外在性事情的感受很贫乏，对它们我没什么想多说的，它们会使我觉得太空洞虚无了。我只有通过内心体验才能了解我自己，也是这些内心体验塑造了我与众不同的生活，而这本传记所写的，也正是它们。

目 录

一　童年时光　/　1
二　中学时代　/　18
三　大学时代　/　77
四　精神病治疗　/　107
五　西格蒙德·弗洛伊德　/　140
六　正视潜意识　/　164
七　著述　/　196
八　塔楼　/　220
九　旅行　/　236
十　幻象　/　286
十一　论死后的生活　/　295
十二　后期思想　/　321

十三　回顾我的一生　/　348

附录Ⅰ　/　353

附录Ⅱ　/　357

附录Ⅲ　/　364

附录Ⅳ　/　367

一 童年时光

1875 年，我才六个月大，我跟随父母从康斯坦茨[1]湖边的凯斯威尔搬到了位于莱茵瀑布边上的洛芬，住进了当地城堡里的一所牧师宅邸。

我从两三岁开始记事，我隐约记得那儿的房子、花园、洗衣房和瀑布，尤其是那个叫沃思的小城堡和教堂司事的农场。但这些记忆犹如一座座漂浮在茫茫大海中的孤岛，无法串联。

我脑海中常常浮现一个非常模糊的情景，那可能是我生命里最早的记忆。那是一个阳光明媚的夏日，我躺在婴儿车里在树荫下乘凉。婴儿车的罩子是打开的，我睡醒时被一片灿烂的景象深深迷住：头顶上是湛蓝的天空，金色的阳光透过绿色的叶子，在树叶和花丛的缝隙里闪烁。这一切都是如此神奇和美妙，让我觉得如此舒适和美好。

我还记得另一个场景：我在房子西头的餐厅里，蹲在一把很高的椅子上用勺子舀热牛奶喝。牛奶里还泡着面包屑，味道很棒，气味也很特别。那应该是我第一次闻到牛奶的味道，也可以说，是我第一次意识到自己拥有了嗅觉。

我还记得：有一次夏天的傍晚，姨妈说："来，带你去看样东西！"说着就带我往达申的大路上走。我看到远方的落日给阿尔卑斯山披上了红色的袈裟，阿尔卑斯山也显得格外清晰。"看那边，"她用瑞士的方言跟我说，"山被染红了。"那是我第一次意识到自己看到了阿尔卑斯山。后来我听说村子里上学的孩子第二天

---

① 位于德国的西南角，毗邻瑞士。

试读结束：需要全本请在线购买： www.ertongbook

要去爬苏黎世[1]附近的干特里峰，我也特别想去。可是，一个令人心碎的消息传来——说像我这么大的小孩不能跟着去，而且没有商量的余地。也就是从那时起，那被皑皑白雪覆盖的阿尔卑斯山旁的干特里峰和苏黎世，成了我在梦里也无法企及的一方土地。

又过了一段时间，母亲带我去图尔高的朋友家，我们去了他们在康斯坦茨湖边的城堡。一到那里，我就被那片湖水迷住了。波光粼粼的湖面上，小船激起了层层波浪，水面下的沙子也被水浪冲出了一道道波纹。那广阔无垠的湖面简直太美妙了，年幼的我根本找不出任何词语来描绘它的瑰丽。就在那时，我的脑海里萌生了这样一个想法：我要在湖边生活一辈子。因为我觉得水是生命之源。

我还记得在三岁多的时候，经历过一件很有意思的事：外面有一群陌生人，他们吵吵嚷嚷的，显得很激动。女佣一边跑，一边喊："渔民们发现了一个死人，是从瀑布上冲下来的，他们要把那个死人抬到洗衣房！"我父亲应道："好吧，好吧！"我正转身要去看那个死人，母亲把我拽了回来，并严厉地禁止我去花园。但是，等所有人都散了之后，我还是悄悄地溜进花园，来到了洗衣房。那门是锁着的，我绕着洗衣房转了一圈，发现了一个从屋后一直通到坡下的排水沟，排水沟里淌着带血的水。

我还记得有一个晚上，我发烧了，一直哭闹着不肯睡觉。父亲抱着我在屋里来来回回地走，哼着他上学时候的老歌。里面有首歌我很喜欢，它总能让我安静下来，它的开头是这样的："窗外静悄悄啊，人儿都睡觉了……"现在，我仍能记起父亲唱歌的声音，在寂静的夜晚，对我唱着。

听母亲说，我小时候还得过湿疹。生病的那段时间，我周围的人似乎出现了些状况，我的生活也因此有些许改变。我总觉得父母的婚姻出现了问题，但不太确定。我现在还认为1878年我生的

---

① 苏黎世是瑞士第一大城市，瑞士苏黎世州首府，西欧重要的经济、金融和文化中心。

那场病跟他们的不和有关。那段时间,也许是因为婚姻不顺,母亲也病了,她在巴塞尔的医院里住了几个月。她走后,一个姨妈来照顾我。这个姨妈比母亲还大二十来岁,却一直没有结婚。但我还是很伤心,因为没有母亲的陪伴。也就是从那个时候开始,我不再那么相信人们所说的“爱”了。而且,在很长一段时间里,我觉得“女人”都不可靠,而“父亲”这个词,对我而言,意味着可靠和亲近,却没有权力。这些就是我开始自己的人生之路时所背负的心理创伤。但成长的过程改变了我对男人和女人的看法:男人拥有我的信任,却又让我失望;女人背负着我的怀疑,却不曾令我失望。

母亲不在的那段日子,女佣来帮忙照顾我。她经常抱着我,让我把头靠在她肩上。她头发乌黑,皮肤是深深的橄榄色,和母亲的很不一样。现在我似乎还可以记起她的样子。她是那么独特,又那么亲切。我不觉得她是为整个家庭工作,而是觉得她是专门来照顾我的。她总是能让我想到一些神秘的事物。后来,这个类型的女孩成了我潜意识里异性人格化的一部分。在我看来,她所传递的那种疏离而又熟悉的感觉,成了我心中象征女性完美形象的一种特征。

那段时间,我的记忆里还有另外一个形象:一个年轻又漂亮的姑娘,她有双蓝色的眼睛,还有美丽的头发。秋天,她常带我去散步,看湛蓝的天空,有时在瀑布下面的沃斯城堡附近游玩,有时沿着莱茵河在金黄色的枫树和栗树下漫步。阳光透过婆娑的枝叶,在地上落下一个个光斑,时而还有随风飘落的金黄色叶子。她很崇拜我父亲,后来这个女人成了我的继母。而我再次见到她时,已经二十一岁了。

上面所说的记忆都比较模糊,而下面所说的记忆则对我的影响更加深刻和持久,但我只朦胧地记得其中的一部分。比如,我从楼梯上滚了下来,或是摔倒后磕到了火炉腿的角上。我现在都记得当时有多疼,也记得磕破头后流出来的血,以及医生给我缝伤口的情形。在大学预科的最后一年,我还能看到头上的那条疤。母

亲还告诉我说，有一次去诺伊豪森，路过莱茵瀑布桥时，我差点掉下去，当时有一条腿已经滑出栏杆了，幸亏女佣及时抓住了我。记忆中的这些琐事都指向了潜意识中的自杀冲动，换句话来说，是对活在这个世界上的一种奋力反抗。

而且在那段时间，一到夜晚我就害怕，有一种说不清、道不明的恐惧迎面袭来。有时感觉有什么东西在房间里转悠，有时听到的明明是莱茵瀑布沉闷的水声，我却觉得危机四伏，想到会有人被淹死，再被瀑布冲下来。城堡附近有一块墓地，教堂司事经常在那儿挖长方形的坑，挖好之后，就有人抬出一个黑色的大木箱子。那些人穿着长礼服，戴着高高的帽子，脚蹬亮黑靴子。他们动作严肃且缓慢。做完这些之后，便轮到穿着牧师长袍的父亲讲话了。他的声音洪亮，使那些女人的低低的哭泣声显得更加脆弱无力。然后，我会听到别人叹息——有人要被埋进去了。被埋的人生前住在这里，而现在突然走了，然后就被埋到这片荒凉的墓地里。还听人说，有个叫上帝的先生，他们的离去就是因为得到了上帝的召唤。

“温柔的我主，耶稣，
请张开您的双翼，
吞下您的小鸡，您的孩子。
如果撒旦胆敢兴风作浪，
那也只是徒劳无获，
请天使来阻止吧！”

这是母亲教我的一段祷词，我每天晚上都会这样祈祷，因为每次祈祷的时候，我总能在不安的夜里找到一丝抚慰。

耶稣是位善良、体贴的先生，让人感到安慰平静，有点像住在城堡里的维根斯坦先生，尽管表面看上去很严肃，但到了晚上，就会十分关心小孩子。我不知道他为什么会长着翅膀，我也不太关

心这个问题。吸引我的问题是，为什么要把小孩比作小鸡呢？还有，既然耶稣不想像吃药一样咽下这些小孩，又为什么要这样做呢？这些问题我琢磨了好久。后来，我才知道魔鬼撒旦喜欢吃小孩，为了避免让小孩落入撒旦魔爪，耶稣才勉为其难，用翅膀“吞下”小孩。这样看来，耶稣是救了这些小孩，让他们觉得很有安全感。可是现在，除了小孩，耶稣还“吃”其他人——把人埋到地下的坑里吞下去。

然而，这种罪恶的类比竟给我带来不幸的后果。我不再那么相信上帝了，我开始怀疑他。在我的心里，上帝不再是慈祥、善良的，而是与那些给人们带来悲伤的黑衣人联系起来，他们身着礼服、头戴高帽、脚蹬黑靴、手抬黑箱子。

这次沉思引起了我第一次意识上的创伤。记得有一次，那是一个夏天，天气炎热，我独自坐在家门口的路边玩沙子。那是一条通往山上的路，从门口看过去，那条路很长，一直蜿蜒至树林里。当我抬起头时，看到从那边的树林里走出来一个人，他穿着黑色的长袍，戴着宽檐大帽，像是一个穿着女人衣服的男人。当他慢慢走近了，我才看出他确实是一个穿着长及脚踝的长袍的男人。我突然想到他应该是耶稣会教士，那就太可怕了！因为不久前，我偷听父亲和他同事聊天，他们提到了耶稣会教士的一些阴险活动，而且他们说话的语气是气恼又恐惧的。所以我认为耶稣会教士非常恐怖，连我父亲都怕他。尽管我对祷词里面那个“耶稣”词语很熟悉，但我对耶稣会教士还是一无所知。

那个从山里出来的耶稣会教士一定是要掩盖什么不可告人的秘密，否则为什么要穿着女人的衣服呢？太恐怖了！我急忙起身冲回家里，跑到楼上，躲进阴暗的阁楼里。不知道藏了多久，我才壮着胆子下楼，慢慢伸出头张望，那个教士已经不见了！我猜我一定是躲了很长时间。自那以后的很多天，这种恐惧都萦绕在我心里，我不敢到屋外去，即便出去玩，那边的山坡树林也让我感到害怕。过了很久，我才听说那个黑衣人不过是个普通的天主教神父，

不会伤害别人的。

记得在三四岁的时候，我做了一个至今难忘的梦，那应该是我记忆中最早的梦了。洛芬城堡附近只住着我们一家，在教堂司事农场的后面，有一大片草地。

我梦见自己站在那片草地上。突然，我发现了一个从没见过的黑色的长方形石洞。在好奇心的驱使下，我慢慢走过去往里看，发现有一排排的台阶一直通往地下。我犹豫再三，最后还是小心翼翼地沿着台阶往下走了。走到洞底后，我看见不远处有一个豪华的拱门，门上挂着一大块像是锦缎织的绿色帷幕。我走过去掀开了帷幕，想知道帷幕后面是什么。尽管洞里的光线昏暗，但我还是看见了帷幕后面是一个约长三十英尺的长方形屋子，屋顶是石头砌的拱形，地面也铺了石板，中间还铺着红地毯，红地毯直达一个平台，平台上是光芒四射的宝座。这宝座实在是太豪华了，座位上还放着红色的垫子，像是童话宫殿里的国王的宝座。我走近后，看到有个东西直挺挺地立在宝座上，那东西大概不到两英尺那么厚，约十五英尺高，都快挨到屋顶了，我还以为是个大树桩，可仔细一看，发现这东西是由皮肉构成的，还顶着一个圆圆的像脑袋一样的东西，但是没有头发也没有脸，只有一只直勾勾地盯着屋顶的眼睛。

屋子没有窗户，也没有用来照明的灯，但是正上方有一片光辉洒下来，把整个屋子照得亮堂。我站在屋子里，总觉得宝座上的那个东西会像大虫子一样爬向我，我害怕极了。就在这时，我听到了母亲的声音："看，那就是吃人的怪兽！"声音似乎是从天而降，把我从梦中惊醒。我出了一身冷汗，并且心有余悸，以至于后来的很多个夜晚，我都不敢睡觉，怕再掉进那可怕的梦境里。

我一直弄不清楚这个梦是什么意思，也不知道梦里的东西到底是什么。多年之后我才意识到，梦里的那个东西其实是男性生殖器。又过了几十年之后，我才明白那是用来祭拜的生殖器。但直到现在，我也没有明白母亲说的那句话到底是什么意思，她说的

是“那个东西是吃人的怪兽”还是说“那是吃人的怪兽”呢？第一种意思说的是：吃人的怪物是那个生殖器，而不是我主耶稣或者耶稣会教士；而后者的意思是说：生殖器只是吃人的怪兽的象征，也就是说，我主耶稣、耶稣会教士和生殖器是一样的东西，都是吃人的。

这个梦似乎可以这样来解析：生殖器代表的是一个“顶天立地”[①]的王者，草原里的洞则代表一座坟墓，而坟墓本身是一座地下神庙，绿色帷幕象征着草地或者是被草地覆盖着的大地的秘密。地毯是血红色，那圆形拱顶又代表着什么呢？难道说在做梦之前，我已经去过了沙夫豪森，见过了圆形的米诺城堡？这似乎不成立，因为三岁的孩子是不会被带到那儿去的。所以这个拱顶不是来自于我的记忆。而且，尽管可以从解剖知识来理解生殖器的由来，但我还是不清楚为什么会梦到它。那只眼睛可以理解为小便排出口，闪着光的顶端似乎解释了“生殖器”(Phallus)[②]的词源。

在我的意识里，梦中的那个生殖器就是一尊不知名的地下之神。记得是在青年时期，只要听到别人特别强调耶稣，我想到的就是它。也是这个原因，我从不认为耶稣是真实存在的，也没有接受他，更没有觉得他亲切，他似乎是不请自来的，我总是一遍又一遍地想到地下的那个表征物。人们也教了我很多基督教教义，但是都被小时候见到的那个耶稣会教士的黑衣投下了阴影。我认为它就像一场假面舞会，比如在葬礼上，送葬的人严肃而沉重，但转头他们又笑了起来，悲痛之意也荡然无存。在我的眼中，耶稣并没有什么作用，他是一尊死神，只能在驱散黑夜的恐惧时才对我有安抚作用，但他自己却是一具被钉在十字架上的血肉模糊的尸体。人们常常称颂耶稣的善良和仁慈，但每次听到别人这么说，我总是心

---

① 原文为 Ithyphallically，有双重意思：一是希腊酒神节庆祝队伍中作为崇拜物抬着的阳具；二是副词“直挺挺地”(指阳具)。词用法在文中为双关。

② Phallus，在希腊文中意为发光、明亮。

试读结束：需要全本请在线购买： www.ertongbook