

疯子·病人·异类

弗洛伊德

婚内出轨

荣格

温尼科特

草地上打滚

弗洛姆

当众接吻

心理咨询师

克莱因

孤独的强者

人人都能读懂的超萌极简心理学史

的部落传说[®]

罗洛·梅

徐钧——著 等死而愈

贪财之心

欧文·亚隆

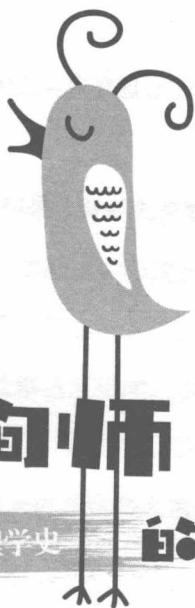


中国致公出版社
China Zhigong Press



心理諮詢師

心理諮詢師



心理咨询师

人人都能读懂的超萌极简心理学史

的部落传说^①

徐钧——著



中国致公出版社
China Zhigong Press

图书在版编目 (CIP) 数据

心理咨询师的部落传说 / 徐钧著. -- 北京 : 中国

致公出版社, 2018

ISBN 978-7-5145-1300-4

I. ①心... II. ①徐... III. ①心理咨询—工作人员—
传记—世界 IV. ①K816.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第137326号

心理咨询师的部落传说
徐钧 著

责任编辑 : 周 炜

责任印制 : 岳 珍

出版发行 :  中国致公出版社
China Zhigong Press

社 址 : 北京市海淀区翠微路 2 号院科贸楼

邮政编码 : 100036

电 话 : 010-85869872 (发行部)

经 销 : 全国新华书店

印 刷 : 三河市冠宏印刷装订有限公司

开 本 : 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 : 7.75

字 数 : 230 千

版 次 : 2018 年 9 月第 1 版 2018 年 9 月第 1 次印刷

定 价 : 49.00 元

版权所有, 未经书面许可, 不得转载、复制、翻印, 违者必究。

心理咨询师都有病？心理咨询师都没病？谈到心理咨询师时，人们很容易有这两个疑惑。实际上，心理咨询师都是人，而且因为一直在直面内心，所以是更为真实的人。徐钧的这本书，给我们讲了那些心理咨询大家们的故事甚至绯闻，这可以让我们碰触到这些真实的心理咨询大家们的存在。在业内，徐钧一直有“图书馆”或“百科全书”的称号，由他来讲述这些大家们的小故事，最合适不过了。

武志红

畅销书作家、《为何家会伤人》作者

理论是人创造出来的。如果我们只是看到一个人的理论，而没有看到他的整个生命历程，那就相当于只看到了这个人的毛发。徐钧在我眼里是通晓古今中外各种理论的人，但在这本书里，他却亮出了令人惊异的八卦精神，细数心理学领域名人们的生活和关系的琐碎，极大地满足了凡人对伟人的偷窥欲。当然不仅如此。猜测徐钧想通过这个做法建构自己的理论，即：有趣地活着，比什么

都重要。

曾奇峰

知名心理学家、《幻想即现实》作者

真正的心理分析世界并不是像弗洛伊德认为的那么科学，反而确实充满了徐钧所谓的部落气息。徐钧这本书透过许多具有创造力的分析师个人的故事，让我们从小故事里面看到大历史，分析心理学的另一个层面，让我们对于这样的传统，才能够有全面性的理解。

王浩威

前台湾心理治疗学会会长、台北华人心理治疗基金会执行长

徐钧这本书巧妙地把佛陀列为本部落长老之一，而且放到了最后，实在颇有深意。从表层上看，这本书就是要让部落里面的长老们出来，让广大群众能观容貌，适合所有初学者和爱好者阅读。但其实本书有更加深刻的用途，比如专业者在学习任何疗法之前首先应该了解这个疗法的创始人及其背景。

李孟潮

精神科医生、个人执业

徐钧的这本《心理咨询师的部落传说》中选取的小故事，与其说是传说，不如说是“意外”，或者说是传说也是“意外”。实在找不到一个合适的词，权且就用“意外”吧。现在就借这篇序，借这个“意外”，来表达我对徐钧这本书内容的一些感受。

一般意义上的意外，即出乎意料、碰巧，发生在这些伟大的心理学家身上居多。比如兰克为职业选择困扰时，在街头巧遇弗洛伊德；森田正马在投入学习之后，脚气与神经衰弱意外地没有恶化；在卡巴金的博士论文答辩会上，分子生物学的教授们竟然饶有兴致地讨论其论文开头的一句格言……

人们常说情理之中、意料之外。情理之中，说的是事后怎么看都有其内在必然；意料之外，说的是实际过程总与事先计划不一致，出现了太多的偶然性。意料之外是暂时的中断，情理之中则是随时的接续。对于人的世界，“意料之外”尤为重要，几乎是其本质和乐趣所在。没了这些“意料之外”，生活该是多么贫瘠、无趣，又将失去多少富有活力的创造。

徐钧在自序中说起本书的写作动机，他试图通过这本书，逼真

地描绘在心理咨询互动过程中发生的体验“转变点”，这样的“转变点”由上述的诸多“意外”构成，是人类学视野中所谓的“心灵发现”。毫无疑问，这些“意外”都对当事人产生了至关重要的影响。

因此，本书中的传说值得细细品味。同时，个人认为在心理咨询中，当事人个人史中的故事、经历，都具有寓言的性质，需要反复解读。文艺理论家认为文学是生活陌生化或戏剧化的结果，其实生活本身就是意外的戏剧。沉浸于当事人的生活故事中，并去充分感觉、描述，总会有超乎想象的发现，心理治疗师由此能体会当事人的独特性与丰富性。

另外一个层面上的“意外”，即心理治疗中解释的功能与意义。解释是心理治疗的重要工具，真正的痊愈（如果有的话）发生在解释之外，发生在治疗师的意想之外。完美的解释是治疗师为了理解当事人所作出的一种努力，但绝对不是问题的正确答案。解释与寻求解释的努力将我们带人人迹罕至之处，那里春暖花开、人声鼎沸……

作者徐钧，也许是误打误撞进入了心理治疗领域，他今天的成就也应该是一系列“意外”的结果。他兴趣盎然地钻研着自体心理学、聚焦、正念，并在治疗和培训上投入饱满的热情，用天真的赤子之心试图发现和创造更多的意外。这本书也可以算是意外之喜了。

以“意外”观之，每个人都是传奇，无处不是神迹。

吴和鸣

中国地质大学（武汉）应用心理学研究所教授

一直很喜欢看心理治疗大师的生平和传记。对于我而言，大师们鲜活曲折的人生历程，要比他们的理论有趣得多。想要深入理解他们的理论，如果不结合他们的生平背景，往往会出现流于肤浅表面、不得要领的问题。比如“以人为中心疗法”的创始人卡尔·罗杰斯，他在心理治疗中发起的人本主义运动，与他出生在一个“亲密温暖又有非常严格的宗教信条”的家庭密切相关。这种家庭背景的生活以及基督教思想的熏陶，令他进一步针对当事人提出“非指导性原则”和“无条件接纳”的心理疗法。

因此，无论是从理论还是实践而言，心理咨询都是心理咨询师个人创造的过程，是有个性的。心理咨询也是一个人心灵影响另一个人心灵的过程，带给人性的力量远超过技术。

徐钧的这本书为我们了解心理咨询和治疗发展史开启了一道门，通过这道门我们可以看到大师们的生平和传记，无论他们的生活是光彩熠熠的，还是如常人般有着阴影，都是鲜活的、生动的，启发人不断深思和反省。

也许生平传记还不够让你大呼过瘾，若想了解更多，还

得自己主动去深究一番。徐钧在本书中体贴地为大家提供了可以深入了解心理学咨询和发展的途径——相关推荐书目，附录在相关大师的故事后面。

徐钧一开始在“西祠胡同”网站任“心理研究所”版主，在“研究所”玩得风生水起，粉丝众多。隔了多年之后，在苏州“第一届华人心理学家”大会上，我们有缘第一次照面。认识后的第三天，和他一起到苏州西园寺拜访佛学院的院长济群法师，当时他已是佛学研究所的研究员，在那里教授佛学禅修和心理咨询课程。那天下午，我们几个人在禅房里品茶听禅，兴味盎然而又心平气和，印象深刻。

徐钧是学佛学出身的，对文化人类学、藏学也有涉猎和践悟，对心理学更是好学无比，看过的心理学书籍比一般科班出身的人都多，这些推荐书目就是最好的见证。

最初我给本书写序是在2007年，当时我在加拿大温哥华的西门菲沙大学（SFU）做访问学者。在初版序言里，我给读者推荐过一个有趣的读法：作者写了这么多人的故事，但每个人就选取了二三事。为什么会选择这二三事而不是其他？这背后有没有一些反复出现的主题？有没有什么情结作祟？若有能力、有兴趣，读者朋友不妨亲自去捕捉分析。在此强烈建议徐钧在网上开设一个“有奖问答”活动，看看大家会给出一些什么答案。

在本版序里，我仍然保留这个建议。此外，在初版时我有写道，

“衷心希望这本书销得好，这样就意味着更多人有机会到心理咨询大师的名人堂参观”。如今这本书一版再版，就已然说明当初的祝福已经成为现实了。

如此甚好。

叶斌

华东师范大学青少年心理健康教育研究与培训中心总监

“中国心理咨询师”这个部落，自建立以来一直被浮躁之气所笼罩，表现之一便是稍微有点儿影响力之人皆被冠以“大师”的称号。近150年来，心理咨询师的声名真正走出部落，进行环球旅行并让各土著、部落了解、研究、批判、崇拜，乃至影响西方文明进程的人只有一个，就是弗洛伊德。他无愧于“大师”这一称号，荣格、拉康紧随其后，而称他们俩为“巨匠”更为贴切。

当然，如果把佛陀算作“心理咨询师部落”始祖的话，那部落的叙事和传说就要完全改变了。一方面，此部落应该算是人类历史上最声名显赫的部族之一；另一方面，在佛陀太阳般无限光明的照耀下，弗洛伊德的光芒也要暗淡很多了。对佛陀的羡慕、景仰是本部落的顽疾，当然这也可以理解，毕竟谁愿意在人类社会群星闪烁之时只是浩瀚夜空中的一颗流星，甚至只是宇宙中的一粒微尘？

徐钧这本书巧妙地把佛陀列为本部落长老之一，而且放到了最后，实在颇有深意。从表层上看，这本书就是要让部落里面的长老们出来，让广大群众能观其容貌，因此它适合所有初学者和爱好者阅读。而对于为了显示个人生活高雅趣味的人来说，带着这种自恋

心态阅读此书，那么就只能加深他的脆弱和自卑。

而此书有更加深刻的用途，比如在学习任何一个疗法之前，我们首先应该了解这个疗法的创始人及其背景。为什么弗洛伊德要发明精神分析，精神分析是针对哪一种患者发明出来的，弗洛伊德自身的个性有何局限，以及他为何过于执着某些东西或者过于忽略某些东西等，这些都是我们理解弗洛伊德精神分析的重要信息。

你可能会照葫芦画瓢地在那里“装”懂精神分析，装的几乎没人看得出破绽，直到有一天，来访者跑掉或者告诉你真实的你是什么样的时候，你已经不值得信服了。因为你在“假装”自己成为那个“别人”，成为妈妈口中那个别人家的孩子，或者“假装”成为某个学派的“孝子”，这只是为了获得一种归属感和满足感。

因此，只有当你真正了解一种治疗方法的背景和发展过程时，你才真正掌握了这个疗法。就像你闭上眼时，很容易把身边那个叫翠花的姑娘想象成仙女，很容易爱上她。可是，你爱上的实际是“仙女80%+翠花20%”，并不是完整的翠花本人。我想很多热爱心理咨询的“粉丝”们的确需要阅读一下这本书，认识“翠花”的真面目，帮助自己内心的“翠花”茁壮成长。

在心理咨询师中，内心的“大师”和“翠花”分别对应着两个原型。“大师”=“智者”，如果是男性治疗师，他内心的“智者”一般来说是个智慧老男人，如弗洛伊德、荣格、佛陀；如果是女性治疗师，她内心的“智者”就对应着智慧老女人，比如克莱因、萨

提亚、观音菩萨或索菲亚女神。而“翠花”=“灵魂”，也就是男人、女人心中的灵魂伴侣，根据性别，分别被称为阿尼玛和阿尼姆斯。

咨询师一开始是跟随大师成长，然后是追随自己灵魂成长，最后是具有智慧，能够分辨什么时候该随人、什么时候该随己、什么时候该随便随性、什么时候该严肃认真，最终放下“随”与“不随”的二元对立。如莲花生大士所言，“藉由松坦任随，方能感到自在”。

咨询师们对大师的个人生活可以有各种各样的分析——孤独、窥视、暴露、攻击、投射认同、口欲焦虑、自恋吞并、同胞竞争等。其中，最有文化意味的解读，还是他们通过了解大师的个人生活，能把心中理想化、神化的大师还原为凡俗的人，和自己平起平坐，从而收回投射出去的大师意象，跟随外在大师，开启追溯内在大师的历程。

这个历程根据《易经》的随卦，分为六个阶段：

阶段一：出交之随。指心理咨询师外出交往时，应保留对本土文化的认同和内在大师的联系，以谦虚的态度，在西方各种心理治疗流派里寻找大师跟随。这个阶段大概出现在二三十年前，西方心理咨询刚刚引入中国时。

阶段二：系小之随。指咨询师一旦和众人交往，就难免受到对方内在小孩的熏陶，从而如随卦的内卦震卦和外卦兑卦的象征：一群叽叽喳喳追寻快乐的少女围绕着一个大哥，形成一种崇拜大师的浮躁局面。在崇拜外在大师的过程中，大家都丧

失了和内在大师的连接。这正对应着当前的局面。

阶段三：系大之随。指咨询师舍弃作为大哥或者小妹的少年心态，根据对各种大师流派的精细研究，理想化程度逐渐减弱，并开始回收投射出去的大师，能够初步意识到“大师－凡人”的两极对立，追随自己的内心，开始有意识地整合内心大师和外在大师。目前中国只有少数流派表现出这种趋势，他们深入精要地研究本流派，开始接近国际水平。

阶段四：有获之随。指咨询师已经能够和内心大师建立充分的连接，自身能够创新和发展各种西方流派，弥补本流派的不足，开始具有国际话语权，但是仍可能遇到各种凶险的情境，比如妄自尊大、激进民族主义等，即明明本来只是让行业进步了一点点，偏偏要说成自己创造了一个新流派。

阶段五：孚嘉之随。指咨询师化身为真正的大师。内外大师辩证整合，既能够追随各个时期大师的步伐，又能让别人跟随自己，自身又能从善如流、随缘度化。

阶段六：拘系之随。指咨询师如果自我膨胀、心浮气躁的话，会被名声、奉承所囚禁，强行逼迫年轻人走自己的道路，会被年轻一代革命。《易经·象》说到，随人之道的关键在于人们应具有一种品行，“向晦入宴息”，即君子遵守自然作息规律，在天暗时入室休息。但是，休息的时候人们在做什么呢？当然是睡觉、做梦。故其引申意义是指一个人面对诱惑时，仍能够守

住内心的安宁，知道一切不过是一场梦。

大师之梦贯穿整个精神分析的发展过程。弗洛伊德本人的从业动机很大一部分就是为了成为大师，他习惯把自己认同为“师父”，把年轻同事投射成自己的“徒弟”“王子”“继承人”和“接班人”，最终造成在精神分析的过程中不断发生的叛变、政变。这就导致在精神分析发展的过程中，一些本来可以用民主自由精神来化解的矛盾，结果变成了反抗独裁教条的另起山头、揭竿起义，这是精神分析发展的悲哀。

在中国文化中，中老年人是“湖海还朝白发生，懒随年少事声名”（陆游《送梁谏议》）。在这一点上，西方大师也许并不是很好的榜样。目前中国咨询师们还需继续寻找可以追随的偶像，徐钧这本书也许能挖掘出更多这样的历史材料，供大家品味。

李孟潮

中国精神分析代表人物

伏藏师是藏传佛教中特有的一类人，他们能从山洞中、岩石里、虚空中或者禅定中的意识里获得前人所埋藏下的圣物和圣教，可以是一尊佛像，也可以是某个秘密的修法。这点我是从徐钧那里得知，他比我懂得多。

后来我把伏藏师这个概念迁移到心理治疗中，提出了“病伏藏”的说法。既然心性遍及一切，症状岂有例外之理？进一步说，恰恰是使人痛苦的精神症状，才使得人们意识到心的存在，继而开始探索心理的规律，开掘心性的宝藏。这样一来，整个心理咨询与治疗的体系都“积极”了，不同于修自行车之类的粗活，变得“佛系”起来，徐老师把佛陀请到最后一章压轴，不知道是不是这个用意。

心理治疗的大师们，就是这样一类熟悉如何在精神症状中开掘处于蛰伏状态中的心性宝藏的人。他们大多自己就是病人，因为自己的痛苦而产生了对心病与心性的敏感性，靠着这种敏感性，找到了越来越多同病相怜的人，进行合作式的取藏活动。熟悉精神分析发展史的人应该知道，弗洛伊德的很多重要理论都是从他自己的病里取得的伏藏，而不少取藏的心法，则是由他的病人们传授的，渐