

弗洛伊德：

灵魂与身体
总有一个在路上

〔奥〕西格蒙德·弗洛伊德 ■ 著 谭慧 译



吉林出版集团股份有限公司

西方哲学大师经典精粹

弗洛伊德：

灵魂与身体
总有一个在路上

〔奥〕西格蒙德·弗洛伊德■著

谭慧 译



吉林出版集团股份有限公司

西方哲学大师经典精粹

图书在版编目(CIP)数据

弗洛伊德：灵魂与身体总有一个在路上 / (奥) 西格蒙德·弗洛伊德著；谭慧译。—长春：吉林出版集团股份有限公司，2018.3

ISBN 978-7-5581-4635-0

I. ①弗… II. ①西… ②谭… III. ①弗洛伊德 (Freud, Sigmund 1856-1939) — 哲学思想 IV. ① B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 008563 号

弗洛伊德：灵魂与身体总有一个在路上

著 者 [奥] 西格蒙德·弗洛伊德

译 者 谭 慧

责任编辑 齐 琳 史俊南

封面设计 颜 森

开 本 710mm×1000mm 1/16

字 数 100 千字

印 张 14

版 次 2018 年 8 月第 1 版

印 次 2018 年 8 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团股份有限公司

电 话 总编办：010-63109269

发行部：010-69584388

印 刷 三河市龙大印装有限公司

ISBN 978-7-5581-4635-0

定价：39.80 元

如出现印装质量问题，调换联系电话：010-82865588

版权所有 侵权必究

梦有如那骗子，做梦者本身就是那国王。

——弗洛伊德

前 言

人们为什么会做各种奇怪的梦？

梦向我们暗示了什么？

俄狄浦斯情结是怎样产生的？

初恋的影子为什么总是挥之不去？

为什么彼此相爱却提不起“性致”？

……

有人说，梦是神对世人的预示，是神与人的联系方式，这是预兆说；还有人说，梦不过是神经传导中电信号的不规则反映，没有实际的心理意义，此谓生理说；而在印度教中，梦被看作人生，人的一生不过是繁杂而漫长的梦幻而已……如此，关于梦的本质众说纷纭。直到1900年，有一个人凭借“梦”著书立说，开创门派，由此拨开了历史的迷雾，揭示了梦真正的心理学内涵，他也因此而成了这门学科的一代宗师。

他，就是弗洛伊德。

弗洛伊德也许是很多人认识的第一个心理学家。然而，仅仅把他称为心理学家，实在太小瞧了他。《梦的解析》的出版，如火炬般照亮了人类深层的心理活动，揭示了许多隐藏于人们心理深层的奥秘。该书不仅为人类潜意识的学说奠定了牢固的基础，还建立了人类认识自己的新的里程碑。书中包含了许多对文学、神话、教育等领域具有启示性的观点，引导了整个 20 世纪的人类文明，弗洛伊德也成为一个时代的文化符号。甚至于，说他从某种角度上启发了整个西方现代、后现代艺术，也不为过。

弗洛伊德终生从事著述和临床治疗，他以毕生精力研究了未曾被人们关注的潜意识，创立了精神分析学，拓宽了心理学的研究领域。他的思想极为深刻，分析精细，推断层层递进，构思步步深入。探讨问题时，他经常引述历代文学、历史、哲学、医学、宗教等资料，这也是其精神分析内容极其丰富的根源。

正如人类历史上许许多多的人物一样，他的出现并没有受到人们的欢迎——不是被当成异类，就是被视为洪水猛兽。他的学说极具反传统性，从诞生初起就颇受非议，被学术界和社会舆论群起而攻之，他的思想也被人们误解歪曲，被世人唾骂及冷落。尤其是他冒着天下之大不韪，以惊世骇俗之姿将讳莫如深的性作为核心研究要素时，他几乎被所有人嘲讽，成了当时学术界极不受欢迎的人，之后更是常年坐冷板凳。

然而，这位“离经叛道”的精神分析大师仍然不改初衷，我行我素。他固执而强硬，始终与那些反对、嘲笑他的声音抗辩着，从未屈服。在不到20年的时间里，他又写了约80篇论文和9本著作，继续阐述、宣传自己的精神分析理论。

在当时保守的氛围下，敢于提出如此离经叛道的理论需要很大的勇气。因此，弗洛伊德之所以是弗洛伊德，不仅因为他的聪明和努力，更因为他的执着和勇气。在灰暗的星空下，在那连上帝都沉睡的夜里，他坚持不懈，只为捍卫真理。

幸运的是，并非所有人的思想都那么狭隘虚伪，社会的进步使这位大师有了一定的发展空间。他创造的心理分析理论，作为现代心理学的一个重要流派，因其在治疗神经官能症中的运用及广泛传播，得到了人们越来越广泛的认同。

弗洛伊德从研究病人的病理出发，窥探到了人类心灵世界的秘密，此可谓伟大的创举，也是其理论终于赢得世人瞩目的原因。尽管有人把他贬得一文不值，甚至说他是写淫秽作品的“下流作家”，但他随后却拥有了众多的读者及崇拜者，其创立的心理分析学派也成了心理学领域中最有影响的派别之一，人们还把他与爱因斯坦、马克思并称为“改变现代思想的三个犹太人”——能与后两者并驾齐驱，弗洛伊德在心理学领域的贡献可见一斑。

第一次世界大战以后，弗洛伊德的心理分析理论逐渐渗透到文学、艺术、哲学、教育、宗教等领域，在随后的几

十年中，得到了更为广泛的传播，并影响了社会科学及社会生活的各个方面。例如，他直接启蒙并促成了达达主义、超现实主义的诞生，间接刺激了性解放运动及女权主义运动。而在后世，更有无数艺术家视其为精神领袖，创造出了形形色色的作品。可以说，凡是与人类精神生活有关的文化科学活动，以及探讨人类本质和命运的各种学说，或多或少都受到了心理分析理论的影响。

正是在这个意义上，弗洛伊德为人类思想提供了一个崭新的思路，以至于在 100 多年后的今天，他的理论依然深入人心，不仅对心理学来说是一种必备的积累，对于其他日常知识、人文领域及艺术创作来说，也是不可或缺的环节。

本书重点选择了弗洛伊德关于“梦的解析”“精神分析”，以及“性爱与文明”的精华内容，进行编译，成一册其思想的精华录，以飨读者。由于编译者常识有限，不当之处，请各位方家多批评指正。

目 录

梦的解析

解梦的方法 / 003

别让你的意念被理智限制 / 003

梦是愿望的实现 / 007

梦的来源 / 016

童年期的体验 / 016

肉体与精神刺激 / 021

梦的工作 / 031

重建梦思间的联系 / 031

仿同与集锦 / 033

梦的表现形式 / 037

梦中的“被禁制感” / 041

梦的象征——典型梦例分析 / 043

梦到自己裸体 / 043

梦到亲友故去 / 047

梦到考试失败 / 057

梦的象征意义 / 058

梦的本质是达成愿望 / 067

精神分析

精神分析——本我、自我与超我 / 075

自我监视机构的分离 / 075

超自我的形成是良心的起源 / 078

超自我是自我理想的载体 / 081

超自我对自我实施压抑 / 083

本我、自我、超自我怎样和谐统一 / 085

性本能与死亡本能 / 088

性本能与死亡本能的融合 / 088

自我通过力比多帮助本我 / 090

暗示感受性与力比多 / 095

群居本能 / 100

自我理想 / 105

一般的神经质 / 110

自我与精神官能症 / 110

精神官能症靠原欲维系 / 114

精神官能症与精神神经症的关系 / 118

焦虑是心理问题的核心 / 120

焦虑与预期心 / 120

精神官能症的三种焦虑 / 123

焦虑为自我躲避原欲 / 125

压抑是为躲避不愉快 / 132

原始压抑与固有压抑 / 132

压抑是为了躲避不快乐 / 135

压抑机制 / 138

移情 / 143

将无意识化为意识 / 143

潜抑作用与抗拒作用 / 146

转移关系 / 151

女性气质 / 155

女性气质的觉醒 / 155

阉割情结 / 158

女性男性化情结 / 163

自居作用 / 165

性爱与文明

人类与性 / 171

倒错倾向 / 171

儿童期性欲 / 175

性好奇 / 178

男人的对象选择 / 179

情欲退化现象 / 186

处女禁忌 / 191

性道德与现代人的神经质 / 198

文明的性道德 / 198

现代文明建立在压制本能的基础上 / 202

三个时期的性道德要求 / 205

禁欲 / 207



梦的解析





解梦的方法

别让你的意念被理智限制

我们对梦进行解释需要以“梦是可以被解释的”为前提。通常人们对梦的看法认为，梦在根本上并不是一种心理活动，而是一种肉体活动，并利用符号展现在感官上。有些外行认为梦是完全不符合逻辑的，是荒谬的，但他们却没有否认梦具有意义。因此，我们认为，梦存在着某种意义，如何解析梦成为我们研究的内容。

当今，存在两种完全不同的梦的解析方法。一种被称为“符号解梦法”，即把整个梦作为一个整体，将梦中的内容作为符号用相似原则折射到现实事物中，以预测未来。例如，

《圣经》上有一段讲，法老做了个“先出现7头健壮的牛，又出现7头瘦弱的牛，瘦弱的牛将那7头健硕的牛吃掉”的梦。约瑟夫将这个梦解释为：埃及将会有7个饥荒的年头，而且这7年会把之前丰收的7年盈余都消耗完。这种利用符号解析梦的方法只是一种主观推测和直觉反应，并且难以解释那种极不合理、荒谬的梦。由此，解梦被认为是只属于天生具有灵性的算命先生的专职。另一种方法被称为“密码法”，即把梦当作一种密码，其中每个密码代号都能用其他具有意义的内容逐个解析，然后再将这些解析结合起来。例如，我梦到信和丧体，查找解梦密码册得出的结论是信是懊悔的代号，丧体则代表订婚，然后，再为这些完全不相关的代号寻找关联，编织出对将来的预示。有些人不仅会关注梦本身的内容，还会关注做梦者的品格、社会地位等。也就是说，同一内容的梦，对不同的做梦者具有完全不同的意义。这种方法比较方便解释那些矛盾的、荒诞奇异的梦。很明显，从科学的角度讲，上面这两种梦的解析方法都不可靠。符号法不能被广泛运用，密码法所依赖的密码代号又缺乏科学依据。

我坚信梦有某种意义，也存在科学的梦的解析方法。我受约瑟夫、布劳尔“将歇斯底里性恐惧症、强迫意念等几种精神病态视为一种症状，尽可能在病人以往精神生活中寻找发病根源，并实施治疗促使症状消失，让病人复原”理论的影响，开始进行自己的研究，并接触到梦的解析问题。

我要求病人将有关某个问题所产生过的意念、想法都告诉我。由此，我发现在他们的意念和想法中会涉及他们的梦。因此我认为，应该能够把梦当作将某种病态意念追溯到昔日的桥梁，或者把梦当作一种症状，利用梦的解释寻找病源，从而展开治疗，使病人复原。

在研究中我注意到，人在反省的时候往往比在观察自己的时候产生的心理活动量大。当一个人在反省的时候，往往会有愁眉苦脸的表情，而当他在观察自己的时候，表情则往往轻松闲适。因此，为了实施这项工作，我制定了一系列对病人的要求。病人应当特别关注自己，并且能够如实反映自己内心的全部感受和想法，要尽量减少习惯性的分析和对这些感受及想法的评判。

为了使他们认识到这些要求的重要性，我强调治疗效果直接受到对这些想法和意念分析的准确程度的影响，而对想法和意念的分析取决于病人是否将所有的内心感受全盘说出，而不会因为自己认为那是不重要、不相干的，或是愚蠢的，从而将这些想法隐藏起来。一旦他们的梦、意念或其他病状无法理想地被解决时，治疗将会受到阻碍。病人必须保证自己能够对各种意念都绝对公平，严格遵守绝对不容许内心浮现出任何批判的原则。为能最大限度地达到这个标准，我尽量让病人以轻松的方式躺在休息椅上，仿佛睡觉一般闭上双眼。