

观影疗心

10位心理学家的电影疗愈课

张海音 岳晓东 王浩威 等 口述

开森心理 主编



电影中，藏着什么？
爱欲、孤独、焦虑、迷茫、和解、依恋、归属……

国内10位资深心理专家首次联手，
带我们一起照见人生的秘密和真实的自己。

中国致公出版社
China Zhigong Press

观影疗心

10位心理学家的电影疗愈课

张海音 岳晓东 王浩威 等 口述

开森心理 主编



中国致公出版社
China Zhigong Press

图书在版编目 (CIP) 数据

观影疗心 : 10位心理学家的电影疗愈课 / 张海音等
口述 ; 开森心理主编. -- 北京 : 中国致公出版社,
2018

ISBN 978-7-5145-1258-8

I. ①观... II. ①张... ②开... III. ①电影—应用—
心理学 IV. ①B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第093416号

观影疗心 : 10位心理学家的电影疗愈课

张海音 岳晓东 王浩威等 口述 开森心理主编

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 : 北京兰星球彩色印刷有限公司

开 本 : 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 : 6.75

字 数 : 150 千

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

定 价 : 45.00 元

版权所有, 未经书面许可, 不得转载、复制、翻印, 违者必究。

目 录

第 1 章

爱，需要把爱人杀死一次

⊗ 施琪嘉 & 《杀死比尔》 / 001

电影，用故事熏陶你的潜意识 / 003

昆汀·塔伦蒂诺电影的风格 / 005

昆汀·塔伦蒂诺的家庭和爱情 / 009

杀死比尔：奸尸、恋童癖与俄狄浦斯情结 / 010

第 2 章

性瘾、歇斯底里与谈话疗法

⊗ 岳晓东 & 《危险方法》 / 019

危险方法：精神分析师之间的不伦之恋 / 021

弗洛伊德、荣格、萨宾娜、奥托、艾玛 / 023

歇斯底里与性自虐的形成与治疗 / 029

跟大师来一次预约 / 039

第 3 章

畸恋、欲望、虚无与毁灭

⊗ 张海音 & 《洛丽塔》 / 045

中年男子与未成年少女的原罪畸恋 / 047

亨伯特：成人外表下的少男之爱，是恋童癖还是畸恋 / 050

洛丽塔：以潜意识幻想灌注的“爱意”注定枯萎 / 061

心理治疗之父女畸恋与母子畸恋 / 062

每个人的内心都有禁忌感和阴暗面 / 064

第 4 章

纯真心灵的永恒歌唱

⊗ 高天 & 《放牛班的春天》 / 067

放牛班的春天：用音乐来治愈灵魂的故事 / 069

音乐治疗与音乐教育的本质区别 / 070

用音乐建立深层情感联结 / 075

音乐为什么可以治愈灵魂 / 082

对音乐治疗的进一步了解 / 084

第 5 章

我们都是最熟悉的陌生人

⊗ 王浩威 & 《一一》 / 089

电影与心理学的深层联系 / 091

一一：生老病死是每个人都要谱写的乐章 / 093

乐下人生：人最难的是，直面真实的自己 / 095

当时代分崩离析时，真诚与亲密感就不再重要了吗 / 100

第 6 章

盗不走的梦，逃不出的空间

⊗ 张沛超 & 《盗梦空间》 / 103

盗梦空间：所有的一切，都是意念的产物 / 106

穿越梦境的，不是情节，是情绪 / 112

人生如梦，谁都不希望从中醒来 / 114

觉知之路：消除对情绪的恐惧 / 121

关于意念植入的进一步解释 / 122

第 7 章

死亡母亲综合征水平上的黑暗自性化

⊗ 李孟潮 & 《香水：一个谋杀犯的故事》 / 131

香水：通过恨和死亡达成的自我完整性 / 133

死亡母亲综合征：类型、特点与治疗 / 136

格雷诺耶：母爱缺失的人，一生都在找寻理想型父母 / 142

以恨为驱动的人，会借黑暗自性化获得解脱 / 147

第 8 章

比钢铁更坚硬，比蝴蝶更自由

⊗ 孟沛欣 & 《弗里达》 / 151

传奇女性弗里达：用情绪体验成就自己 / 153

弗里达：绘画中，与自己的疼痛相处 / 156

艺术治疗的六大独特性 / 161

绘画作品为什么可以疗愈身心 / 164

第 9 章

我是谁——无足鸟的旅程

⊗ 薛伟 & 《阿飞正传》 / 169

阿飞正传：无足鸟没有归属感的一生 / 172

称呼阿飞：没有真正社会身份的边缘人 / 173

养母：靠秘密维系的母子关系 / 174

情感：无足鸟的爱情，没有栖息地，也无法停泊 / 177

寻母：知道彼此存在，却永远看不到对方 / 182

宿命：无足鸟一旦落地，生命就终结了 / 184

第 10 章

想说爱你不容易——复杂创伤的治疗关系

⊗ 张天布 & 《心灵捕手》 / 187

心理电影的三种表现形式 / 189

心灵捕手：这不是你的错 / 191

解读威尔的心理创伤 / 197

如何治疗像威尔一样的患者 / 204

1

爱，需要把爱人
杀死一次

施琪嘉 & 《杀死比尔》

人的潜意识会阻抗来自意识层面的教化。但如果电影是讲故事的形式，人的潜意识便容易接受故事的熏陶，影响就在潜移默化中发生了。

我比较偏爱昆汀·塔伦蒂诺 (Quentin Jerome Tarantion) 执导的电影。他执导的电影都很具男性色彩,选择的演员也极具个性。接下来,我将从心理动力学的角度分析下昆汀导演的动作片《杀死比尔》(Kill Bill)。

电影,用故事熏陶你的潜意识

我们首先要明白,电影与我们内心意象之间存在怎样的关系。

人类早期生活在洞穴里,在洞穴里生火,所以洞穴、黑暗和火光构成了原始人类的生活情境。对于长期生活在黑暗中的原始人类而言,光就象征着天亮、希望和奇迹,而黑暗则象征着无望。从心理学角度看,黑暗这一意象还往往象征着潜意识。

我记得刚开始学精神分析的时候,有一个同学说梦到自己住在少数民族人家的二层楼房里,楼上是人住的地方,而楼下是喂猪的地方。老师当时分析说:“赶快把你肮脏的想法告诉我们吧。”老师这样说,是因为在心理学对潜意识和意识的描述上,上面或楼上常常代表意识,而

下面、楼下或地下室常常代表潜意识。所以他说有两层楼，上面住人、下面养猪，我们会认为比较低、比较脏、比较黑暗的地方就是他的潜意识。换句话说，待在越是黑暗的地方，离潜意识就会越近。

与成年人相比，儿童的想法更接近潜意识，因为他们的很多防御机制还没有形成，所言所想基本就是潜意识层面的真实需要。很多人长大后忘记很多事情，但是，早年看的电影和电影中的某些情节有可能终生难忘，这就是潜意识在其中发挥了作用。

如果我们要教育人，可以选择在睡觉前、黑暗中或比较昏暗的光线下进行。如果再配上沉稳些的语言，并时不时地给被教育者一些引导，比如让其看幻灯片或看电影，这样的教育效果会更持久。

为什么催眠大师米尔顿·艾瑞克森^①（Milton Hyland Erickson）的催眠治疗那么有效呢？因为他不仅是催眠大师，更是一个出色的故事大师，他能够很巧妙地讲故事，

① 米尔顿·艾瑞克森：1901-1980年，美国医疗催眠、家庭治疗及短期策略心理治疗的顶尖权威，被喻为“现代催眠之父”。

让人被他的故事所吸引。他把治疗的目的放在故事中，来访者或病人的潜意识会从故事中获得隐喻或启发。电影也是讲故事，催眠是听觉故事，电影则是视觉故事。电影不是教化的产物，如果电影有太多教化的东西，就会引起潜意识的反感。如果电影不讲故事，只是告诉观众你应该这样，或者你应该那样，即使说的都是对的，也会遭到观众潜意识的阻抗。人的潜意识会阻抗来自意识层面的教化，但如果电影是讲故事的形式，人的潜意识便容易接受故事的熏陶，影响就在潜移默化中发生了。

昆汀·塔伦蒂诺电影的风格

血腥与暴力

昆汀·塔伦蒂诺的电影总是充满血腥和暴力。从潜意识的角度来讲，相比畸恋、吃人肉和杀戮，血腥和暴力在潜意识中是更常见的。

要理解昆汀的电影为什么这么暴力，首先要看“暴力”代表什么。在精神分析中，弗洛伊德早期对“暴力”的理解是攻击性。攻击性暴力都是指向外面，对社会、对

他人、对他物，而不是指向自己的。如果指向自己，那就是自残、自伤和自杀。弗洛伊德早期提出了最没有结构性的一种攻击性：毁灭性的攻击性。比如，在昆汀·塔伦蒂诺导演的另一部电影《无耻混蛋》(*Inglourious Basterds*)中，这种血腥的表现是一群美国士兵把自己见到的每一个纳粹士兵都杀死，然后把纳粹士兵的头皮割下来，以上交头皮数作为杀死纳粹的证据。这是一种恨至极点的毁灭性的表现。

但是，我们看昆汀的电影时为什么会体验到美感，而没有感受到这种毁灭性呢？

对于攻击性来说，相对于“毁灭性的攻击性”的是具有结构性的攻击性。比如，表达愤怒，如果把愤怒表达得恰到好处，会让你既感觉到了愤怒，又觉得自己没有被毁灭，而且施暴的人也没有被毁灭。

假如我们内心有毁灭性的冲动，看到电影中的角色通过杀人把愤怒表达出来，那么我们在观看时会觉得很爽、很过瘾，甚至体验到某种美感。这一点，昆汀做到了。

但是，如果这种毁灭性特别强烈，你看到的电影镜头特别糟糕，那美感也就消失了。什么叫特别糟糕呢？一、没有

希望；二、没有秩序；三、在观影过程中没有获得提升。

毁灭性的攻击性源于婴儿早期对母亲和世界的态度。由于婴儿早期非常焦虑，随时觉得自己都可能死掉、被抛弃，感到极其不安全，所以如果不能及时地得到母亲的呵护、理解和安抚，他的攻击性就会表现得极其强烈。

人类和动物的攻击性是不一样的。动物的攻击性表现为本能，这种本能跟自己的存活及地盘意识有关。比如，你霸占了我的地盘，我要夺回这个地盘，因此要把你杀掉。动物的攻击性有时跟食物的短缺也有关。比如，我现在饿得受不了了，只好吃一些小动物，甚至自己的同类。

社会学和人类学研究发现，人是唯一一种不仅仅为了占领地盘或填饱肚子而杀死同类的动物。有的时候，人杀死同类是为了取乐，特别残忍、毫无人性。这种人有可能具有反社会人格，其中男性较多见。还有一种情况就是染色体变异。正常男女的染色体是X Y，而他们的染色体是X Y Y，有两个Y染色体（男性染色体）。这种人长得特别高大，汗毛特别厚密，天生具有攻击性。早期，对这种极有攻击性的人一般会进行化学阉割（打针），以减少其攻击性。

音乐风格

除了血腥与暴力，昆汀导演的电影中的音乐也极有特点：音乐风格不固定，而是跟着电影的风格和节奏随意切换。我们以前欣赏到的电影音乐，常常是作曲人专为这个电影所设计的，但是昆汀没有采取这种方式。他总是去找一些现成的音乐作品来配合电影的节奏，因此他的电影音乐有非常不一样的风格。但你不仅不觉得突兀，反而感到电影和配乐是无缝衔接的。他把这首音乐拿过来，把那首音乐拿过来，统统放在一起，所以整部电影的配乐经常不是某一个人的制作，而是他潜意识的选择。

结构复杂

昆汀导演的电影的结构特别复杂：一、它把我们内在的毁灭性攻击投射到了屏幕上；二、在毁灭性攻击中有某种逻辑、某种希望，而且你能看到这种攻击性从毁灭性转换到了结构性，这是昆汀电影最吸引人的地方；三、昆汀就像一个“标志”，只要人们一想到他，就会想到他的电影是非常暴力、血腥且具有某种美感的。

昆汀·塔伦蒂诺的家庭和爱情

昆汀出生在一个艺术世家。昆汀的爸爸有爱尔兰和印度血统，所以他骨子里对东方文化有一种崇拜。比如，在《杀死比尔》中，女主角先是到日本去寻找武士刀，后来跟中国的师傅学剑术和武功。昆汀的妈妈后来改嫁给一个搞音乐的人，所以在昆汀的电影里面，音乐品种特别多，这甚至成为他电影的标志之一。昆汀家里存了很多黑胶唱片，他的电影中很多非常奇特的音乐都是从这些黑胶唱片中选出来的。昆汀大概7岁的时候，全家搬到加州。在那里，他上了跟艺术有关的学校，开始接触艺术制片。

昆汀的前女友索菲亚·科波拉（Sofia Coppola）是《教父》（*The Godfather*）导演弗兰西斯科·科波拉（Francis Ford Coppola）的女儿。在《教父》第一部的最后，有一个孩子出生，这个孩子就是索菲亚。索菲亚在《教父》第三部中扮演一个黑社会老大的女儿，演技获得认可。后来，索菲亚女承父业，成了好莱坞著名的导演，导演的电影广受好评。这不是因为她是大导演的女儿，而是她自己努力奋斗的结果。

中国电影编剧比较好的是莫言、余华，以及冯小刚

的御用作家刘震云。冯小刚的电影很多是根据刘震云的小说改编的。冯小刚早期拍的电影的剧本跟王朔也多有关系；而张艺谋早期的很多电影都跟莫言有关系，比如《红高粱》。索菲亚·科波拉也是特别好的电影编剧，她的第一部电影作品改编自美国小说家杰弗里·尤金尼德斯（Jeffrey Kent Eugenides）的同名小说《折翼天使》（*The Angels' Share*）。虽然索菲亚·科波拉当时还特别年轻，但她把这部小说改编得特别精彩。当时电影公司已经决定用其他人的剧本了，但看了索菲亚改编的剧本以后，立即决定用她的版本。

由此可以看出，昆汀的品位是不低的，他所欣赏的人也有比较高的品位。

杀死比尔：奸尸、恋童癖与俄狄浦斯情结

主演分析

昆汀挑选的电影演员都有一种“怪怪”的感觉，比如在《杀死比尔》中扮演主角“新娘”的乌玛·瑟曼（Uma Thurman），她身高 178cm。瑟曼家族非常富有，她的母