



第三季

ABNORMAL PSYCHOLOGY



制出版社
UBLISHING HOUSE

原来你是这样的大师

产后抑郁症
戴安娜王妃

喜剧灵感来自绝望
金·凯瑞

不疯魔不成活
凡·高

魔鬼的儿子
帕格尼尼

与疾病共存
约翰·纳什

渡渡鸟的漫游
卡罗尔

才子多情又多病
莫泊桑

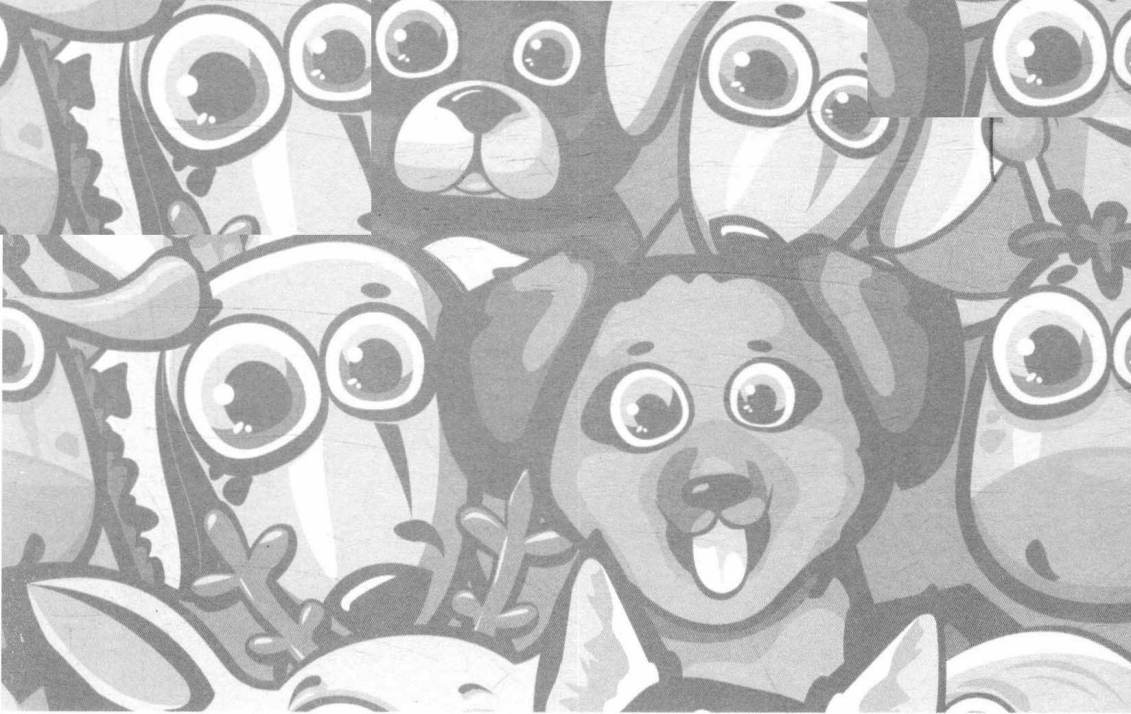
专心致志的孤独者
米开朗琪罗

硬汉的最后一枪
海明威

住在疗养院的艺术
草间弥生

纪如景◎著

变态心理学



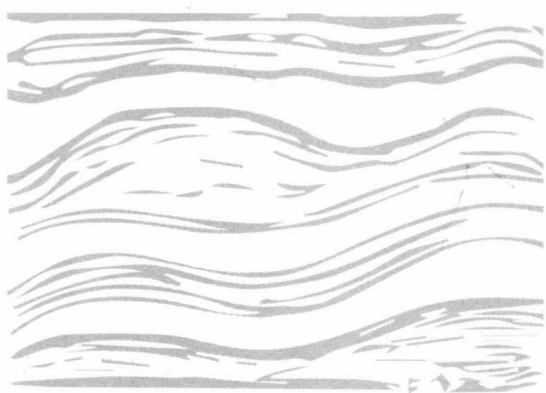
变态心理学

原来你是这样的大师

纪如景◎著

第三季

ABNORMAL PSYCHOLOGY



中国法制出版社
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

变态心理学. 第三季 / 纪如景著. —北京: 中国法制出版社, 2018.8
(心理学世界)

ISBN 978-7-5093-9349-9

I. ①变… II. ①纪… III. ①变态心理学—通俗读物

IV. ① B846-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 051404 号

责任编辑: 郭会娟 (gina0214@126.com)

封面设计: 汪要军

变态心理学. 第三季

BIANTAI XINLIXUE. DI-SAN JI

著者 / 纪如景

经销 / 新华书店

印刷 / 北京海纳百川印刷有限公司

开本 / 710 毫米 × 1000 毫米 16 开

版次 / 2018 年 8 月第 1 版

印张 / 13.25 字数 / 201 千

2018 年 8 月第 1 次印刷

中国法制出版社出版

书号 ISBN 978-7-5093-9349-9

定价: 39.80 元

值班电话: 010-66026508

北京西单横二条 2 号 邮政编码 100031

传真: 010-66031119

网址: <http://www.zgfzs.com>

编辑部电话: 010-66054911

市场营销部电话: 010-66033393

邮购部电话: 010-66033288

(如有印装质量问题, 请与本社印务部联系调换。电话: 010-66032926)

莎士比亚说：“疯子、情人和诗人，都是满脑子结结实实的想象，疯子看见的鬼比广大的地狱里所能容纳的还多。情人和疯子一样癫狂，他从一个普通人的脸上会看到海伦的美。诗人转动着眼睛，眼睛里带着精妙的疯狂，从天上看到地下，地下看到天上。”

自古以来，艺术家、诗人、画家以其独特的精神气质和杰出的艺术作品流芳后世，在个人生活中，他们却承受着比农民、商人、小职员等更强烈的精神痛苦。和天赋平平的普通人相比，艺术家更容易患上精神疾病，所以普鲁斯特才说：“所有杰作都出自精神病患者之手”。

人们常说，疯子的隔壁住着天才，大概因为天才的才华显露总是伴随着精神上的与众不同。细数古往今来的大家大咖，怪癖多多，难以相处已经算不上毛病，就像每一位天才都是一种变态心理的代言人。

画家凡·高、音乐家贝多芬和作家狄更斯是典型的躁郁症患者，物理学家爱因斯坦和雕塑家米开朗琪罗患有阿斯伯格综合征，作家伍尔夫、数学家约翰·纳什则纷纷被精神分裂症折磨，至于科学家牛顿，他能和多种精神病态扯上关系。

大哲学家亚里士多德说：“没有一个天才不是带有几分疯癫。”《变态心理学》系列写到第三季，笔者决定走入艺术家的内心世界，用各行各业大师级人物的人生故事来讲述变态心理

学。撇开其得天独厚的天分，艺术家也是普通人，他们会生病，会痛，会难忍心灵的痛苦而发出对命运的怒吼，幸运的是，疾病使得他们行为怪异的同时，激发了他们的艺术才能。天才的病态是珍珠般的病态，他们因病而痛，后人却能欣赏到这痛苦带来的灵感迸发。’

精神越是不同常人，艺术成就越大，这句话并非定理，但从人类历史观察，却往往有迹可循。卡夫卡一辈子受困于身份焦虑，焦虑毁了他的生活，成就了他的文学；兰波与魏尔伦相恋，其惊世骇俗不为世人所容，那短短几年，却是兰波迸发诗情的最佳契机；强迫型人格的乔布斯如同暴君和独裁者，令他的员工叫苦不迭，他却由此缔造了苹果神话……这样的例子还可以举出许多。

笔者罗列政治家、画家、作家、音乐家等人群的精神状态，旨在让读者换一个角度来了解变态心理。变态心理学中的抑郁症、躁郁症、精神分裂症、阿斯伯格综合征、药物依赖在历史名人身上都很常见，此外，自古以来，作家、音乐家、哲学家中的同性恋者非常多，如果细数，会列出一张冗长的人物名单。

任何变态心理，与个人身体特质、心理特质有关系，与特定历史时期的社会因素也有关系，希望《变态心理学（第三季）》在提供变态心理学范例的同时，为你——亲爱的读者提供一个认识大人物的新视角。若你觉得患有抑郁症的林肯更真实，觉得穿着睡衣见客的爱因斯坦有几分可爱之处，笔者会备感欣慰的。

目 录

Contents



第一章

脆弱又强大——抑郁与躁狂

抑郁症患者——林肯	003
别了，卡列尼娜——托尔斯泰	006
产后抑郁症——戴安娜王妃	010
能者皆狂——来一点轻躁狂	014
见证人性之恶——张纯如	017
喜剧灵感来自绝望——金·凯瑞	021

第二章

冰与火之歌——躁郁双相

钟情风景不画人——列维坦	027
癫狂激发灵感——狄更斯	031
不疯魔不成活——凡·高	034
缘何间歇性多产——舒曼	038
暴躁的音乐大师——贝多芬	042
沾边儿精神病人——牛顿	047

第三章

天才的隐性基因——精神病

- 与疾病共存——约翰·纳什 053
- 优雅与疯癫——伍尔夫 058
- 被精神病的诗人——庞德 063

第四章

幻觉中的灵感——歇斯底里与怪癖

- 渡渡鸟的漫游——卡罗尔 071
- 包法利夫人是我——福楼拜 076
- 才子多情又多病——莫泊桑 081
- 多写症与高产作家——陀思妥耶夫斯基 086

第五章

笨拙的天才——阿斯伯格综合征

- 活在自己的世界——爱因斯坦 093
- 童话幸福创造者——安徒生 097
- 专心致志的孤独者——米开朗琪罗 103
- 与 AS 谈恋爱——莫扎特与鲸鱼 107

第六章

巨人的卑微——焦虑障碍

- 被身份焦虑牵系——卡夫卡 115

慢性焦虑症——达尔文.....	120
被害妄想症——哥德尔.....	125
才女与疯子——卡米耶.....	129
失败的滋味——拉赫玛尼诺夫.....	135

第七章

不寻常的大脑——人格障碍

歇斯底里人格——卢梭.....	143
自恋型人格——拿破仑.....	147
强迫型超级天才——乔布斯.....	151

第八章

物质控制精神——药物依赖

永远在路上——凯鲁亚克.....	159
狂吸雪茄的老烟民——弗洛伊德.....	163
有暴力倾向的酒鬼——诺曼·梅勒.....	167

第九章

心灵走投无路——自杀

幻灭的上流社会梦——杰克·伦敦.....	173
沦陷了精神故乡——茨威格.....	177
硬汉的最后一枪——海明威.....	181
独特而壮阔地流浪——三毛.....	185

第十章 其他障碍

住在疗养院的艺术家——草间弥生.....	191
阿尔茨海默症——撒切尔夫人.....	195
魔鬼的儿子——帕格尼尼.....	199
参考资料.....	203



■ 第一章

脆弱又强大
——抑郁与躁狂

抑郁症患者——林肯

作为全球第四大疾病，抑郁症已经成为继心脑血管病、癌症、糖尿病后的第四大“人类杀手”。如今，全球有 3.4 亿人饱受抑郁症之苦，这个数字还在逐年攀升，根据世界卫生组织的预计，到 2020 年，抑郁症将成为仅次于心脏病的人类第二大疾患。抑郁症是一种多发且难以治疗的心理疾病，在人群中，平均每 100 人中有 6 名抑郁症病人，重度抑郁症病人具有强烈的求死欲望，每 5 名抑郁症病人中，有 1 人将自杀付诸行动。

有的人将抑郁症看作心理感冒，由于意志不够坚强，心理抗压能力差，便长久地闷闷不乐，失眠多梦，对生活没有兴趣。实际上，抑郁症比人们玩笑中所说的“你又抑郁了”严重得多。抑郁症是心境障碍的一种，严重时能发展为重度精神障碍，不仅影响病人的正常社会功能，还会导致自杀。

临床上，抑郁症最显著的表现是持久的心境低落，而且是与自身处境不相称的心境低落。病人闷闷不乐，自卑抑郁，悲观厌世；在生活上表现为情绪消沉，焦虑烦躁、坐立不安，没有兴趣参与日常活动，无法体验愉快情绪，整日愁眉苦脸，忧心忡忡；在社会功能方面表现为社交能力障碍、不合群、离群，出现躯体不适、精力减退、持久性疲乏而无法胜任工作。

悲痛欲绝时，病人认为活着没有意思、度日如年、生不如死，在绝望无助下有企图自杀行为，不少人尝试自杀并且自杀成功。部分病人出现明显焦虑，还有运动性激越，严重时出现幻觉、妄想等精神病性症状。抑郁症发作

短时可持续两周以上，长时可持续一年或数年，发作后症状有不同程度的缓解，多数人反复发作。

抑郁症之强大，可以堂而皇之地入侵任何人的生活。不论这个人有何等社会成就，有何等社会地位，教育水平如何，财富总值如何，抑郁症并不只“关照”穷途末路之人，大有前途之人也逃不掉。在人类历史上，许多工作勤奋、有前途、有才华的人都深受抑郁症困扰，美国前总统林肯、大作家托尔斯泰、音乐家海德尔都是抑郁症病人，饱受抑郁症之苦，美籍华裔作家张纯如在写作《南京大屠杀》期间看到了太多人性之恶，患上了抑郁症，最终自杀身亡。

亚伯拉罕·林肯是美国第十六任总统，林肯是解救美国的大英雄，曾经带领美国人民走过艰难困苦岁月。多年来的民众评选中，林肯始终占据最受美国人爱戴的总统一栏的第一位。1860年，林肯也是美国历史上最受人景仰的总统之一。51岁，他以不超过40%的选票当选为美国总统。彼时南北战争一触即发，国内混乱动荡，情形艰难，可以说，他接手了一个烂摊子。这位总统没有时间享受，这位伐木工人出身的一国领袖正被不信任和嘲笑的眼睛盯得死死的。

林肯是完美的政治家，是和平缔造者，也是杰出的爱国者。在美国人眼中，他是像神一样存在的人物，然而，这个历史伟人却曾深受抑郁症之苦。由于独特的生活经历和工作压力，林肯患上了严重的抑郁症，他对生活失去了兴趣，感觉工作没意思，对未来的绝望感甚至影响了他的生活和工作。从年轻时开始，林肯就表现出对自己的不自信，因此他的性格有些飘忽不定，时而信心十足，时而迷茫无措。据史学家研究，林肯在26岁和32岁时有过两次严重的抑郁症发作，严重到差点自杀。他在给友人的信中说：“现在我成了世界上最可怜的人……我不知道自己能否好起来，我现在这样真是很无奈。对我来说，或者死去，或者好起来，别无他路。”

尽管终生与抑郁症相伴，林肯依旧找到了尽量摆脱疾病困扰的方法——幽默感。在美国人相对保守、不苟言笑的年代，林肯是一个极富幽默感的人。他曾形容自己短暂的军旅生涯是“与军营里的蚊子进行无数次的血战”；面对得意忘形、举止失当的将军，林肯如此教训说：“看你昏头昏脑的样子，就像只头上挨了一闷棍的鸭子。”弗洛伊德将幽默感看作健康的心理防御机制，林肯的幽默感正是他宣泄悲哀、消极情绪的最佳方法。

人们尚不清楚导致抑郁的原因，目前的研究证明，心理因素的影响更大一些，同时有遗传因素的存在。林肯的母系和父系的家族成员都曾出过抑郁症病人。9岁时，林肯的母亲以一种奇特的方式去世了——她喝掉了一杯牛奶，然后中毒身亡。母亲的去世给了林肯沉重的打击。成年之后，林肯结婚成家，生儿育女，可是4个儿子中有3个夭折，每一个孩子的去世对他都是严重的心理打击。

通常情况下，抑郁症病人会服用神经抑制药物控制症状，这类药物有一定效果，但是存在巨大的副作用。为了对抗抑郁症，林肯一直在服用一种蓝色药丸，那是用来治疗精神忧郁的药物，直到入主白宫后，他才停止服用——因为那种药物让他脾气暴躁，一触即发。后世的医疗史学家经过研究证实，那个“蓝色药丸”含有水银成分而且含量远远超过了安全数值，如果林肯继续服用，不仅会使他脾气暴躁，还可能置他于死地。

走了一段弯路后，林肯开始从心理层面面对自己的问题。他尝试了鼓励疗法。有一次，他在参与公众活动时听到了大量赞扬之声，事后，他感觉精神愉快。民众对他工作的期待，让林肯找到了工作的动力。后来，他习惯性地 will 报纸上赞美自己的报道剪下来，整理成小册子，每当心情压抑时，他就拿出来看一下，以振奋精神。一段时间后，林肯又重新找回了自信。所谓心病仍需心药医，应对抑郁症，除了医生的指导和药物治疗，最根本的力量在于自己。

别了，卡列尼娜——托尔斯泰

著名主持人崔永元在为了一本抑郁症类图书撰写的序言中说：“抑郁就像当官，当得好好的，忽然被降了一级，天知道是好事还是坏事，没得说了。”在小崔之后，越来越多的明星敢于承认自己得了抑郁症，民众对“抑郁症”的了解也逐渐深入起来。

写作本身不失为一种心理治疗方式。许多作家、作曲家、画家凭借艺术创作解决精神障碍、抑郁、恐惧等人类天生要面对的问题，但也不乏写作者陷入抑郁中的案例，如列夫·托尔斯泰。作为俄国批判现实主义作家，托尔斯泰一生都在理想追求与所处阶级的矛盾中挣扎着。

抑郁症可分为轻度抑郁和重度抑郁。轻度抑郁以一种挥之不去的愁绪萦绕人心，如同氧气锈蚀钢铁一般。轻度抑郁症病人异常敏感，微不足道的变化就能引起其巨大的内心危机，愁苦将快乐、平和等情绪通通挤走，愁得人眼神呆滞、动作僵硬，甚至伤及骨骼和心肺。陪伴托尔斯泰终生的是持久的、弥散的轻度抑郁。

出身贵族，世袭伯爵决定了他与下层劳苦大众的阶级距离。带着善良与爱生活在污浊的环境中，托尔斯泰年轻时染上了贵族社会的不少恶习，他酗酒、赌博、不务正业、私生活放荡。这些堕落之行在他的《忏悔录》中得以体现，中年时的托尔斯泰严格地批判了十几二十岁的自己。

他将心灵的堕落归结于“没人给我灌输过任何道德观念，绝对没有”，他

学着身边的大人抽烟、喝酒、淫乱、打人、理所应当被人伺候，一切都是模仿。而且，身边的大人鼓励他自暴自弃，放弃道德，一旦他想要做一个有道德的人，他便遭受轻视和嘲笑。任何坏的东西，虚荣、权力欲、自私、淫欲和愤怒都会得到尊重。

俄罗斯男人大都酗酒如命，赌博成性，这些毛病，托尔斯泰一并拥有。海子在他的诗歌《给托尔斯泰》中写道：我想起你如一位俄国农妇暴跳如雷，的确，在面对社会不公时，托尔斯泰时常跳出来指责贵族阶层。他痛恨自己是一个地主，于是热心参与社会改革活动，还打算把土地分给农民。

托尔斯泰的出身和他的道德信仰决定他是一个矛盾体，终生无法摆脱心灵上的折磨。他痛恨俄国社会的不公，抨击上流社会的奢侈腐化，从《安娜·卡列尼娜》中列文这个形象可以看到现实中的托尔斯泰，他善于思考，对哲学研究颇有兴趣，并且致力于农事改革，可惜他本身就是地主贵族出身，他的抨击对象、改革对象和口诛笔伐的对象中就包括了自己。

晚年的托尔斯泰陷入焦虑状态，抑郁症的折磨使他每天都在质问生命的意义。在家里，他脾气暴躁，难以与人相处，三番五次地离家出走。从1860年开始，托尔斯泰便陷入了精神危机，1873～1877年，他经过12次修改，写完并发表《安娜·卡列尼娜》，之后，他完全放弃了小说写作，将兴趣转向哲学、宗教方面，他宣称：“艺术不仅是没用的，而且是有害的。”由于写作大量论战作品，托尔斯泰的作品被查禁，他和教会也发生了决裂。

在《忏悔录》中，托尔斯泰探索了自己的抑郁倾向。《忏悔录》帮助他粗浅地分析了别人，更重要的是不断否定自己，认识自己与自然之间的距离。回想起年轻时代的生活，托尔斯泰说：“我在战争中杀死过人，找过人决斗想送掉他的命，我打牌输了不少钱，挥霍农民的劳动成果，还惩罚过他们。我生活腐化，对爱情不忠；我撒谎骗人，偷鸡摸狗，酗酒斗殴……凡是犯法的事

我都干过。而干了这些事我的同龄人至今一直把我看成正人君子。”

人们在司空见惯的日子里过生活，托尔斯泰却觉得一切都不正常，或者反过来说，世界是正常的，只有他发疯了。他自己也承认，“我知道，我是疯子”“我在这疯人院里难过极了”。改变自己的生活方式和自我折磨都是托尔斯泰为了减轻内心愧疚感而采取的行动。他开始讨厌人情世故，拒绝亲友间的应酬，不出席贵族宴会。他还戴着草帽，穿上旧衣服在农田里干活。这一“改变”发展到极致，他想要解放他的农奴——把他的田地分给农奴。同时，他还打算把他的著作权无偿捐给社会。

82岁那年，托尔斯泰最后一次出走，这已经不是他第一次离家出走了。

