

心理咨询师的部落传说

徐钧 著

THE LEGEND OF PSYCHOTHERAPY

心理咨询师是这样一个特殊群体，他们工作在人类心灵的丛林，用自己的真诚和简单，浸入来访者的生命和灵魂，将一份曾经遗失的生命带回人世。

新华出版社

K815.1/14

2008

心理 咨询 师 的 部 落 传 说

**THE LEGEND OF
PSYCHOTHERAPY**

徐 钧 著

新 华 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

心理咨询师的部落传说/徐钧著. —北京: 新华出版社, 2008. 3

ISBN 978-7-5011-8299-2

I. 心… II. 徐… III. 心理学家—生平事迹—世界 IV. K815.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 025209 号

心理咨询师的部落传说

作 者 徐 钧

责任编辑 孟 通

策 划 万语文化

执行策划 徐维东 郑 燕

特约编辑 郑 燕

装帧设计 姚 荣

出版发行 新华出版社

地 址 北京石景山区京原路 8 号

网 址 <http://press.xinhuanet.com> <http://www.xinhupub.com>

邮 编 100040

印 刷 上海长阳印刷厂

开 本 850×1168 毫米 32 开

印 张 8.625

字 数 150 千字

版 次 2008 年 3 月第 1 版

印 次 2008 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5011-8299-2

定 价 25.00 元

本社购书热线:(010)63077122 中国新闻书店电话:(010)63072012

图书如有印装问题,请与印刷厂联系调换 电话:(021)50596888

推荐序一

华东师范大学心理咨询中心主任 叶斌博士

我很喜欢看心理治疗大师的生平和传记。对于我而言，那些大师鲜活曲折的人生历程，要比他们的理论有趣得多。要理解他们的理论，不结合他们的生平、背景往往会流于肤浅的表面，甚至不得要领。比如当事人中心疗法的创始人卡尔·罗杰斯，为什么他会在心理治疗中发起了人本主义运动，是与他出生在一个“亲密温暖又有非常严格宗教信条”的家庭有关。这种家庭背景和基督教思想的熏陶，才会令他后来提出对当事人的“非指导性原则”和“无条件接纳”。

所以，就这个意义而言，心理咨询无论从理论还是实践而言，都是一个心理咨询师个人创造的过程，是有个性的；是一个人心灵影响另一个人心灵的过程，人性的力量远超过技术。

徐钧的这本小书为我们开启了管窥心理咨询和治疗发展历史上大师们人性的一道门缝，无论这些人性是光彩熠熠的，还是如常人般也是有阴影的，它们都是鲜活的、生动的，让人可以深思和反省的。

光通过这条门缝，你可能看得不够过瘾。若想了解全貌，就得自己主动推门、探头进去张望一番，甚至干脆登堂入室看个仔细。徐钧体贴地在每个大师故事的后面注明了你可以窥得

全豹的途径——相关推荐书目。唯一可惜的是，他的那些推荐书目大多是台湾版的，一般人不容易得到。不过，在资讯发达和大陆心理学蓬勃发展的今天，其中的那些书会越来越多见大陆自己的版本。

其实与徐钧交往不太多，难得如此荣幸受邀为他的书写序。很早就知道他在“西祠胡同”网站的“心理研究所”任版主，把个“研究所”搞得热火朝天，而且粉丝众多。在闻名许多年之后，在苏州召开的第一届华人心理学家大会上，我们才有缘照面。认识后的第三天就和他一起到苏州西园寺拜访佛学院的院长济群法师。徐钧是佛学研究所的讲师，在那里教授心理学和心理咨询课程。那个下午，几个人在幽静的禅房品茶听禅，兴味盎然，而又心平气和。

徐钧是学人类学出身的，对佛学也很有涉猎和践悟，对心理学更是好学无比，看的心理学和心理咨询方面的书比我们一般人都多——你只要看看那些推荐书目就知道了。又博学又有丰富的实践，所以他写的那些故事值得你认真看一看。如果你买了这本书，我推荐大家一个有趣的读法：作者写了这么多人的故事，但每个人也就选取了两三事而已。为什么他会选择这两三事？有没有一些反复出现的主题？背后有什么情结作祟？你若有能力有兴趣，不妨捕捉之、分析之。强烈建议徐

钩在网上搞个有奖问答什么的，看看大家会得到些怎样的答案。

衷心希望这本书销得好，那就意味着有更多人有机会到心理咨询大师的名人堂参观。看一看，想一想，一定会有收获的。

2007年5月15日
于温哥华访学之时

推荐序二

上海林紫心理咨询中心主任咨询师 李孟潮

中国心理咨询师这个部落被一股浮躁之气笼罩着，具体表现为几乎任何一个稍微有点影响力的人都被冠以“大师”的称号。比如说我，不过几百人知道我是谁而已，就有人叫我“大师”，很像中学生推选“班花”、“班草”。

近一百五十年来，其声名真正走出这个部落，进行了环球旅行，让各地各土著各部落都了解到他的大师只有一个，就是弗洛伊德。在他后面的是荣格，不过显然荣格的声名所跋涉的地域没有弗洛伊德那么广阔。只能算出差次数多，比不上徐霞客那样的专业的旅行家。

当然，如果把佛陀算成心理咨询这个部落的始祖的话，那个部落的叙事和传说要完全改变。一方面，这个部落就应该算是人类历史上最声名显赫的部族。但是另一方面，在佛陀那太阳般无限光明的照耀下，弗洛伊德的光芒要比上任何一个行星都很困难了。我想这种超级严重的自恋创伤是心理咨询大师和他们的粉丝们无法承受的。对佛陀的嫉妒是这个部落的老毛病了，当然也可以理解，谁愿意在人类社会群星闪烁之时做个流星，甚至只是浩渺宇宙中的微尘一粒呢？

徐钧这部书显然是要让这个部落里面的各位长老出来，

让民众一观其音容笑貌。这是一本适合所有初学者或者对心理咨询感兴趣的人阅读的书。你们也来看一看，瞧一瞧，俺们这些大师多深刻啊，多睿智啊，别老跟着歌星球星屁股后面转，也偶尔整个高雅的，玩个深沉的，心理咨询，懂吗你？

此外，这本书对于心理咨询专业工作者的意义我认为也是值得重视的。我一向主张，专业工作者在学习任何一个疗法的时候首先应该了解这个疗法的创始人的背景。如果你不了解当初弗洛伊德为什么要发明精神分析，他是针对哪一类患者发明出来这个方法的；不了解他的个性有何局限，让他过于执著于某些东西、过于忽略某些东西，你是不可能理解精神分析的。你会照葫芦画瓢的在那里“装”精神分析，装得很像，几乎没人看得出破绽，直到有一天你的来访者跑掉或者告诉你真实的你是什么样的。因为你在做精神分析的时候，其实是在“装”你想要成为的那个人，或者成为某个学派的“孝子”从而获得归属感的满足。

只有当你真正了解一门治疗技艺发明出来的历史和背景，你才是真正知道了这门技艺。这就像你闭上眼睛的时候，你很容易把自己身边的那个叫翠花的姑娘想象成仙女，然后你很容易就可以爱上她。可是你爱上的是仙女80%+翠花20%，而不是完整的翠花本人。我想很多心理治疗的“粉丝”实在需要

阅读一下这本书，认识一下“翠花”的真面目，帮助你内心的
“翠花”茁壮成长。

作者前言

真正的心理咨询，在于协助一个人自我的理解，或者更加确切的说是自我同理——一种对于自我具有关心、温柔、同情的自我理解和接纳。

心理咨询师需要拥有发自内心而无所技巧的关注眼光，去同理另一个人灵魂的困境。这一目光最终会使得来访者也能够再次发现自己生命的价值。

因此心理咨询师首先是一位具有创造力的艺术家，其次才或许是个科学家。他或她将需要用自己生命和灵魂的真诚和简单，来浸入来访者的生命和灵魂中，去将一份曾经遗失的生命带回人世间。

一个心理咨询师首先是具有同情心和真诚的人，虽然他或她可以有些缺陷，但他或她要能够坦然开放自己的心灵。一个能够如此开放自己的心灵的人，或许具备了从事真正心理咨询工作的灵魂准备。

单一技巧对于真正的心理咨询是无用的，在治疗过程中，一切技巧的需要将被来访者所识破。所以心理咨询不仅仅是一种知性的工作，而且是如精神分析大师科胡特所说的：“这种人（心理分析师）奉献其生命来帮助他人，由对他人内在生命的同情和理解之浸泡，获得对于生命的洞识……分析师必须努

力不要让自己像个程序设计良好的电脑……分析师（对来访者）的回应需要其人格的深度层面之参与。”（Kohut, 1978）

而这些内涵性信息的传递，并不是理论教学和阅读可以得来，因为生命的丰富性往往承载在活生生的故事中。当代美国著名的心理治疗专家欧文·亚隆在他的临床教学中，运用心理治疗小说和故事——如《当尼采哭泣》、《诊疗椅上的谎言》——来进行心理治疗教学，我觉得这是一种十分有意义的工作。在人类社会的部落时期，年轻人在青春期接受成年礼后，部落的长老就给这些后辈讲授一些部落的传说轶事，当听闻这些传说时，部落的新成员们就无意识地学习到了关于部落的精神、经验、教训，因此一种精神性开始延续。

心理咨询师的群体——一种工作在人类心灵丛林的特异部落——也有这样属于自己的传说故事，他们以外有许多非凡的故人，以自己生命的方式呈现了关于心理咨询师群体的精神、经验、教训，有的甚至呈现了一种超越这一群体范畴的人类精神、人性探索、人类理想、智慧善用。因为故事传说所拥有的生命性的丰富，远远超过单调说理所带来的信息。

本书以著名心理咨询和治疗大师小传为引导，呈现大师所经历的真实人生和临床轶事，以此来传承他们在精神上的成就、思考、智慧、错误……在这些小传和轶事之后，还有相关中文书目推荐以供加深阅读。

当我沉浸在本书的写作时，发现本书的故事所传递的另一个重要事实，本书整体上所反映的心理咨询和治疗的取向，是以自体心理学为基础的整合式心理咨询与治疗。之所以产生这一取向是基于我本人成长及成长中的无意识建构，同时也来源于我认同自体心理学能摆脱古典精神分析的刻板，能从人性主义角度关注来访者真正的主体经验，这一立场实际整合了精神分析和人本主义治疗二大疗法的优势力量。当然，这样深度同理的要求在实际临床心理咨询和治疗中并不是心理咨询师能够时刻遵循的，事事圆满并不符合这世间的现实，但它至少提供了一个与来访者工作的人性咨询框架，帮助来访者更有机会相遇曾经被放弃的自我。

同时要说明的是，这实际上也是一本适合非专业读者的小故事书。那些对心理学有兴趣的非专业读者，同样可以轻松地阅读其中的大部分内容，并得以理解真实的心理咨询和治疗师的生活和临床可能是怎么样的。

本书的出版还要感谢编辑徐维东和郑燕、我的夫人燕霞，还有不少临床心理学家的谈话通信，因为如果缺少他们的支持鼓励及与他们的交流，这本书到目前可能还不会写出来。

目 录

001 推荐序一

005 推荐序二

001 作者前言

西格蒙德·弗洛伊德 (Sigmund Freud, 1856-1939)

003 工作的动力是什么？

004 弗洛伊德与女儿苏菲

007 弗洛伊德之死

芮克 (Theodore Reik, 1888-1969)

013 内在的声音

014 相合的人并不一定都要在一起

荣格 (Carl Gustav Jung, 1875-1961)

019 波林根与中国村庄的故事

021 太阳父亲

023 人有不同

026 乘火车的治疗

费伦齐 (Sándor Ferenczi, 1873-1933)

033 费伦齐治疗一匹马

035 拒绝精神分析

克莱因 (Melanie Klein, 1882-1960)

041 在命运中的努力

霍妮 (Karen Horney, 1885-1952)

047 三女孩大战二母亲大师

弗洛姆 (Erich Fromm, 1900-1980)

053 弗洛姆的爱情

安娜·弗洛伊德 (Anna Freud, 1895-1982)

057 安娜和父亲的外套

059 安娜的个性特质

森田正马 (Masatake Morita, 1874-1938)

065 豁出去的森田正马

067 正马与其妻

罗森费尔德 (Herbert Rosenfeld, 1910-1986)

073 罗森费尔德的痛苦

温尼科特 (D. W. Winnicott, 1896-1971)

079 倾听

081 愿我死时是生机勃勃的

比昂 (Wilfred Bion, 1897-1974)

087 包容的心境

088 勇气和谦虚

科胡特 (Heinz Kohut, 1914-1981)

093 “恶魔”的人性

095 放下自我

097 人性能如是

巴史克 (Michael Franz Basch, 1930-1996)

103 永远别让我离开

106 从未解决问题的治疗师

卡尔夫 (Dora Kalff, 1904-1990)

111 每一粒沙子都找到了它们的位置

113 两位心理学家的倒霉事

河合隼雄 (Hayao Kawai, 1928-2007)

119 找回根基

马丁·布伯 (Martin Buber, 1878-1965)

125 我与你

罗杰斯 (Carl Rogers, 1902-1987)

131 人性需何者

132 大师的有限性

罗洛梅 (Rollo May, 1909-1994)

139 与死神相遇的梅

142 梅之爱

莱因 (Ronald David Laing, 1927-1989)

147 莱因的案例演示

欧文·亚隆 (Irvin D. Yalom, 1931-)

153 被击中的一刻

155 初学之心的故事

弗兰克尔 (Viktor E. Frankl, 1905-1997)

161 弗兰克尔和悖论治疗

163 精神世界

莫雷诺 (Jacob Levy Moreno, 1889-1974)

169 莫雷诺创立心理剧

171 哲卡的个性

萨提亚 (Virginia Satir, 1916-1988)

177 萨提亚治疗的产生

179 哭了

弗雷德里克·皮尔斯 (Frederick S. Perls, 1893-1970)

183 坏孩子皮尔斯

186 被弗洛伊德伤害了

艾里克森 (Milton Hyland Erickson, 1901-1980)

191 策略的智慧

193 吉米的故事

艾利斯 (Albert Ellis, 1913-2007)

197 朗克斯公园的男孩

199 狗屎主义

夏皮罗 (Francine Shapiro, 1948-)

205 发现“苹果”的秘密

海斯 (Stephen Hayes, 1949-)

211 久病成医

214 平衡的生活

佛陀 (Buddha, 公元前 624-公元前 544)

219 佛陀：东方古代杰出的临床心理学家

221 复活生命的芥子

223 慈悲：治疗的同理

225 我该信谁说的

227 中道

229 附录：心理治疗和咨询历史发展概论

西格蒙德·弗洛伊德

Sigmund Freud, 1856-1939

