

24重人格

〔美〕卡梅伦·韦斯特 著 李永平 译

First Person Plural:
My Life as a Multiple

《纽约时报》

Top **10**



上海译文出版社

B846/10=2

2008

24 重人格

Cameron West

〔美〕卡梅伦·韦斯特 著 李永平 译

First Person Plural:

My Life as a Multiple

《纽约时报》

Top **10**



上海译文出版社

图书在版编目(CIP)数据

24 重人格 / (美) 韦斯特 (West, C.) 著; 李永平译.

上海: 上海译文出版社, 2008. 4

书名原文: First Person Plural

ISBN 978 - 7 - 5327 - 4506 - 7

I. 2... II. ①韦... ②李... III. 心理小说 - 美国 - 现代

IV. I712. 45

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 022651 号

Cameron West, Ph. D.

FIRST PERSON PLURAL

Copyright © 1999 by Cameron West, Ph. D.

This edition arranged with THE FIELDING AGENCY, LLC

through BIG APPLE TUTTLE-MORI AGENCY, LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright © 2007 by

SHANGHAI TRANSLATION PUBLISHING HOUSE(STPH)

根据台湾高宝国际(集团)有限公司 2000 年版校订出版

All rights reserved.

图字: 09 - 2001 - 301 号

24 重人格 [美] 卡梅伦·韦斯特/著 李永平/译

上海世纪出版股份有限公司

译文出版社出版、发行

网址: www.yiwen.com.cn

200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc

全国新华书店经销

上海书刊印刷有限公司印刷

开本 890 × 1240 1/32 印张 13 插页 2 字数 208,000

2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

印数: 0,001 - 8,000 册

ISBN 978 - 7 - 5327 - 4506 - 7/1 • 2555

定价: 28.00 元

本书中文简体字专有版权归本社独家所有, 非经本社同意不得转载、摘编或复制
本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题, 请向承印厂调换 T: 021 - 36162648

和谐人格——《24 重人格》推荐序一

正常时，每个人都有一个人格，就像每个人都有个血型。如果谁拥有的人格超过 1 个，那就是病态。这本《24 重人格》，说的就是一位成功的美国商人——卡梅伦·韦斯特先生，突然在某一天，发现自己的身上，积聚了多达 24 重的人格。灵魂的居所因此变得拥挤不堪冲突不断，人生卷入了混乱的巨大漩涡，一切都出轨了。

你可能会问：人格是个什么东西？

“人格”这个词，据说是从拉丁文译过来的，指的是“演戏时应剧情需要所戴的脸谱”。

在心理学界，关于人格的定义很多，分类也很繁杂。人格看不见摸不着，却又无处不在。比如说，当人们喜爱一个人的时候，常常会说，这个人很有人格魅力。当我们表达愤慨的时候，会斥责某人人格卑劣。大家都觉得深能理解此意。不过要是追问刚刚说完这些话的那人——请教一下：什么叫做人格？估计很可能他也是一头雾水语焉不详。

人格，是一个人人会用，却又不甚了了的词。

荣格说，“人格”是由意识、个人无意识和集体无意识组成的面具，是文化要求每个人扮演的角色。

美国心理学家高尔顿·奥尔波特认为：人格就是每个人以其生理

为基础而形成的一些稳定的性格特征。在卡特尔的人格测试中,他提出“人格是对人在特定情境中行为的预测”。米歇尔认为“人格是个人心理特征的统一”。伯杰认为“人格是稳定的行为方式和发生在个体身上的人际过程”……

众说纷纭。于是有人干脆把“人格”一词暂且搁置,按照自己的理解来阐释“人格”的含义。比如研究什么样人格的人才能当好官?这是把人格同性格相混淆了。有姑娘问:什么样人格的人才值得嫁?这是把人格同道德品质联系到了一起。杂志上登出:猜一猜最能挣钱的五种人格特质?干脆把人格与算命混为一谈。

我比较赞同的说法是:人格是构成一个人的思想、情感以及行为的特有模式。它具有独特性、稳定性、统和性和功能性。人格是一整套身心系统,在人的成长过程中逐渐形成,时刻能对环境的刺激做出相应的反应。说它独特,是因为每个人都与众不同。说它稳定统和,是指在一段时间内,人格有规律可循,很难形成突变。它是和谐的,由各种要素组合而成,浑然一体。

同一个人,具有两种或是更多种完全不同的人格,就叫多重人格,本书的主人公卡梅伦·韦斯特就罹患此症,学术名称叫作“分离性身份识别障碍”。即使对专业人士来说,这也是罕见的病例,对于普通读者来说,便更费解。允许我打个不一定准确的比方——卡梅伦·韦斯特好像成了川剧绝活“变脸”的演员,倏忽之间,形神陡变。他原本是风度翩翩的商界成功人士,是宽容有趣的丈夫,是慈爱幽默的父亲,却不料眨眼工夫就成了退缩畏葸善良懦弱的8岁男孩,马上又是霸道骄横顽劣的叛逆青年,更不可思议他还能化作温柔的12岁少女脉脉含情……总之各种脸谱腾腾跌宕呼风唤雨,间不容发眼花缭乱。

一共有多少种角色呢?本书中,主人公历数他身上共存的角色,共计24名。就像一栋大房间里,住了整整两打房客。哦哦,说房客似乎不大准确,应该说是居住着24位司令官,轮番发号施令。彼此性格不

同面目不同,行事风格也各有千秋,你方唱罢我登台,熙熙攘攘好不热闹。看到这里,你一定要紧皱着眉说,这似乎不太妙。是的,岂止是不太妙,简直是军阀混战天下大乱!为了不让读者们一头雾水,作者特地在本书的扉页上列出了一张“人格清单”。建议您千万不要忽略了这张清单,它非常要紧,是你阅读此书的不倦向导。不然的话,你很可能被这些人格的化身吵得头脑发胀,险些失去阅读的耐心。倘如真是那样,你就和一本很重要的心理学著作失之交臂啦!

人格这个东西,绝不能没有。如果说某个人丧失了人格,将是非常严重的指控,基本上就等同于把他从人类社会开除出去了。当然,也绝不能太多。比如这本书中的卡梅伦·韦斯特先生,拥有了24重人格,濒临崩溃的边缘,生活被搞得一团糟。他不得已放弃了工作,住进了精神病院,多次自伤鲜血淋漓,妻子差点离开了他,孩子也陷入巨大的迷惘混乱之中……

作为一个正常人,我们很难想象,在一个人有限的身体里,壅塞了24种截然不同的人格,会怎样倒海翻江?韦斯特一步步描绘了这场突如其来的劫难,让人不寒而栗。那些喷涌的鲜血,虚无缥缈的字迹,脸上不断变幻的表情和毫无连贯的词语,就是这种人格大拼盘的惨痛写照。韦斯特带着我们一步步经历他内心的崩塌和陷落,体验他的恐惧、无奈和悲愤。我们为世界上曾有人遭受过这种罕见的折磨和苦难,心乱如麻,心急如焚。从这个意义上说,《24重人格》提供了非常翔实而真切的心理病理标本。书中有一页插画触目惊心,那是韦斯特发病时,用鲜血在纸上写下的“救命”二字。虽油墨为黑,但映入眼帘,会感到喷薄而出的殷红与烧灼。

在深入了解韦斯特的痛苦之后,一个冷峻的问题凸显而出:这些杂芜喧嚣的人格,是如何诞生的?韦斯特何以深受其害无法自拔?他会在开车时,变成一个混沌无知的低能儿,连油门在哪儿都不知道。也可能在夫妻亲热时,忽然变成年幼的孩童惊惶失措……

在心理医生和妻子的帮助下，韦斯特潜入冰冷的童年之海，打捞出可怕的记忆残骸。

韦斯特4岁的时候，被外婆残忍地性骚扰，而后又被亲生母亲强迫乱伦……因为太惨烈，年幼的韦斯特只有选择彻底忘记，才能维持自身脆弱的尊严感。他遗忘的方法，就是创立了一个又一个的分身，由他们承担起这份奇耻大辱和哀痛与激愤。分身们像滋生的蘑菇一般躲在阴暗的角落里，韦斯特在表面的平静中苟且度日。可惜这方法可奏效于一时，却不能带来永久的平复。终于有一天，分身们蜂拥而出，各自为政，撕扯着韦斯特，分裂着韦斯特，彻底捣毁了韦斯特的生活，给他带来了灭顶之灾。

跟随着韦斯特的笔触，我们看到他如何坚韧地寻求着自我救赎之路。亲人们鼎力相助，帮他众多的格——整合。韦斯特终于在心理医生的引导下，在高科技录像技术的展示下，看到了一个个分身活灵活现的表演。他开始直面自己的病态，承认自己罹患重症，和众多分身达成协议。在勇敢地对质和谴责了当年迫害者们的罪行之后，他渐渐地走向了康复。

这就是韦斯特的经历，令人扼腕叹息。也许有人会说，毕竟也太罕见了，只当听一个遥远的故事。其实，本书为我们提供的意义远大于此。

每个人的内心，都有一间仓库。我们所经历过的事情和情感，都被一一输送到仓库里，分门别类地储存起来。其中有一些贴着精致美丽的标签，那是让人欢愉的美好回忆，我们十分乐意时时拉开抽屉，欣赏一番。也许还会拿出来展示，与亲朋们分享。那些让人不愉快的记录，我们将它们贴上封条，放在犄角旮旯处，恨不能闭目塞听，永不开启。也许在哪个不经意的瞬间，那扇小门冷不丁地弹开了，我们会忙不迭地关上，愁眉不展。

我们以为这就是全部的库藏了。其实，并非如此。有一些最不堪

回首的惨烈记忆，被我们深深地掩埋在心灵库房的地下，化作了冰冷僵硬的泥土。

然而，负面的能量不会自动消失。如果没有正确的清理和根除，它们会在地下发酵，滋生出越来越密厚的复仇菌丝。终于有一天，它们遏制不住地爆发出来，让人们抑郁、沮丧、烦躁、悲观、绝望……甚至，衍生出陌生而诡异的人格，操控我们的生命。

韦斯特遇到的是极端事件，一般人的隐痛，可能没有这般惊心动魄。但他疗治心理暗疾的过程，却为我们提供了宝贵的参照系。

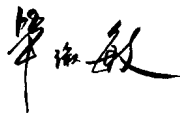
我们的问题各种各样：也许是死亡、仇杀、贫穷、卑微、嘲讽、诬陷……也许是父母的偏心、师长的漠视、伙伴的孤立、亲人的责难、陌生人的轻蔑，长辈的鄙视……创伤无分大小，只在乎那印记是否深及骨骼？来自异性的一个不经意的嘲弄，蕴含着杀伤力可能堪比核武器。这些回忆沉积在你心里，让你永无忘怀，如同威力强大的定时炸弹，潜伏在你人生的礁石中，不知道什么触机，轰然起爆，污染你生命的海洋。

怎么让内心永远保持澄澈呢？诀窍只有一个，就是敢于正视心底的负面能量，决不退却。无论它多么邪恶和不可一世，你已经长大，你已经强有力，你已经安全。你可以战胜它们，粉碎它们。很多时候，我们恐惧的其实并不是事件本身，而是莫可名状的虚弱感。只要心灵强健，过往的伤害就变成了纸老虎，灰飞烟灭。

韦斯特是值得我们尊重和学习的，他敢于一个接一个挖开尘封多年的仓库地下室，寻找让自己无法面对的严酷真相。当他终于直面这段历史，并接纳了自己的分身之后，力量与和谐就回到了他的身上。他完成了心理学的博士课程，成为了一位临床心理学家。

掩卷之后，我们发现了人人都可能有一座心理地库。打开门，挖下去，拂去尘封的蛛网，清理旧物，让阳光照进暗室，从此让那里宽敞明亮，是你的责任。

人格这东西，有一个就够用了。它坚定友爱勇敢仁慈智慧
安宁……

A stylized handwritten signature in black ink, likely reading '庄子' (Zhuangzi).

2008年2月11日
正月初五

离奇的“多重人格现象”——《24 重人格》推荐序二

受出版社编辑的委托,我花了几个晚上阅读了全书(台湾译本),深感一个心理学家(Cameron West 博士,本书的作者和主角)能用非常优美的文字和细致入微的描述为读者展现他的心路历程,揭示普通人或许不可思议或难以理解的一个多变、离奇、但又确实存在的“世界”——多重人格现象——之难能可贵。同时也为本书的译者(台湾精神科医生李永平博士)的翻译技巧称好,一个精神科医生倘若没有扎实的双语文学技巧和专业心理学的知识是很难高质量地完成该书的翻译工作的。

众所周知,人在不同的社会场合应该以不同的社会角色(或身份)出现,如在家中,可能是孩子的父母、配偶的伴侣;在单位工作,可能是领导或职员;在周末的外出购物或游玩中,可能是顾客或游客。就是说,在人的社会生活中,不同阶段或不同场合我们都会有一定的角色转换,但自我一般是相对恒定的。然而,多重人格者,他们则可能在同一场合或相对的一定时间范围内以不同的角色出现,甚至改变自我(本书中所描述的所谓分身),这是一种病理心理现象,往往会给患者本人和家庭带来巨大的痛苦和不幸。因为是一种病理心理现象,并非是一种严重的精神疾病或精神障碍(如精神分裂症),而且缺乏有效的治疗手段,临床心理学家和精神科医生常常会忽视,甚至会误诊,使得这类患

者更加痛苦并遭受社会的歧视。本书作者以自己的经历,详细描述了多重人格患者的内心世界和其就医诊治经过,从患者角度揭示了他的临床表现和导致问题存在的可能原因——童年期的性创伤经历(乱伦或性虐待)。这是目前比较公认和接受的一种理论假设,即从弗洛伊德精神动力学理论解释多重人格发生的机理。

关于弗洛伊德的精神分析或精神动力学理论,在过去 100 多年里对人类了解心理现象和揭示心理活动的内在动力所在起到了举足轻重的影响,国内早在 20 世纪的 30 年代便有其著作的翻译介绍,20 世纪 80 年代随着改革开放和学术研究的发展,这类著作曾大量译成中文。精神分析理论的基本框架或结构是将人格分成本我(id)、自我(ego)和超我(super-ego);人的意识领域分为意识(conscience)、前意识(pre-conscience)和潜意识(un-conscience);人的心理障碍或问题的产生是源于童年期的创伤经历或性力(Libido),其治疗的技术乃是应用躺椅、自由联想和释梦,向患者揭示其心理障碍的起因和联系,使其领悟从而达到人格的重建,克服其问题。本书所展示的便是一个非常详实的成功范例:患者成年期发病,通过长期虽断断续续(搬迁地方、更换治疗医师)但坚持不懈的治疗,逐步使其认识到问题产生的症结——在其成年自我(卡姆)的记忆中早已忘却的童年性虐待(与外婆、母亲的乱伦),通过释梦、解释和工作修通(interpretation)让其识别其不同分身的意义,以及与其童年期性虐待的关系,学会逐步面对和适应,同时鼓励和督促其成年自我不断努力与学习,最终学业有成(心理学博士、临床心理学家)、家庭和睦与幸福(妻子的理解与支持、儿子的健康成长)。

关于多重人格,国内临床研究不多,仅在 20 世纪 50 年代和 60 年代初期有少量文献报道。一方面是其本身的复杂性和难辨别性,因为患者的表现常多变和“缺乏规律”(如果不长期随访和记录观察的话),很容易被临床精神科医师误诊为精神分裂症;另一方面,部分患者的异常行为常涉及违法或伦理道德,同时多重人格的诊断又缺乏客观的诊

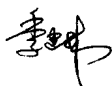
断依据,很难鉴别出是患病或逃避司法制裁,使得这类患者被漏诊。再者,由于历史等诸多因素,精神动力学理论与精神分析技术在国内的介绍和应用推广不够,甚少有这方面的专家学者,因此这类患者的诊断与研究甚少。值得庆幸的是,近 10 余年来,中德心理治疗讲习班的系列培训,已有部分国内同行涉足这一领域,积累了一定的实践经验;这本书的中译本出版发行无疑是雪中送炭,为精神分析的实践和大众的理解与接受提供了一个成功的范例,或许在不远的将来也会有中国的案例研究与报道,使得我们更多地了解人的复杂心理现象,总结经验和有效地帮助心理障碍的患者,减轻和缓解他们的心理痛苦,重塑人生的辉煌。

严格意义上讲,本书是一本纪实性的文学作品,通过详细记录主人公的内心心理活动变化和现实经历,将精神分析的有关理论和方法有机地融合于字里行间,使得读者不知不觉地深入到多重人格患者的心理世界,从中了解人的复杂内心世界,并学到有关的精神动力学理论与知识。因此,它又是一本非常好的心理学知识科普读物,一反教科书的枯燥、乏味和深奥难懂,值得推荐。

当然,本书的学术观点仅是从精神分析理论出发来揭示多重人格现象的产生,并非代表全部心理学的解释,希望读者能用科学的观点看待本书。因为多重人格的产生不仅仅有其童年期的性创伤经历,往往还与其社会环境、文化背景和生物学遗传素质等多方面相关,即心理障碍的产生与发展,乃至预后转归是与生物、心理和社会等多维因素密切联系的,并非完全能用一家学说来概而广之。近 30 余年来,在医学领域所提倡的是用“生物心理社会医学”模式(即整体医学)来认识和了解疾病。

世界卫生组织(WHO)将每年的 4 月 7 日定为“世界卫生日”,2001 年的 4 月 7 日的主题是“精神卫生”,号召全球“消除偏见,勇于关爱”。由此可见,在 21 世纪的今天与将来,心理卫生与健康将构成现代人生

活中的一个重要组成部分,心理的重要性以及对心理的认识和理解与社会进步和发展是同步的,衷心希望本书中译本的出版与发行能为中国心理卫生事业的普及与推广起到抛砖引玉之作用。



复旦大学上海医学院精神卫生学系主任
复旦大学附属中山医院心理医学科主任

我的分身

精灵：长生不老，没有年龄。这个分身很早就出现在我的生命中。他的任务是激励我，给我希望，让我鼓起勇气活下去。至今我仍然感觉到他的存在，但即使在我接受心理治疗时，他也很少露面。

老鲨：这个分身是原始人，最初根本不会说话，只会一个劲摇头晃脑，喉咙里发出咕噜咕噜的声音。他总是龇着牙，看见东西就咬，不管那是桌子、衣服还是植物。我的众多分身中，有一位曾经替老鲨画过一幅肖像，把他描绘成一种没有四肢的怪物，总是张开血盆大口，露出两排雪白的牙齿。老鲨后来学会说话，也学会使用双手或刀叉进食。他不常露面，但每回出现都会带来一些点心，跟其他几位分身共享。

戴维：4岁。这个可爱的小男孩，脸上总是带着忧伤的神情。他是第一个出现在我的生命中的分身，但现在不常露面。

安娜和特露蒂：4岁大的孪生姐妹。安娜有一双乌溜溜的大眼睛，个性活泼、开朗。她成天咧开嘴巴，笑得好不开心。这个小姑娘还记得她遭受过的虐待，但已经不再感到伤心难过了。她最喜欢吃饼干。她的双胞胎姐妹特露蒂却整天绷着脸儿，闷声不响，独自躲藏在角落里。

她永远不会忘记身心遭受过的创伤。每次吃饼干，安娜总是不忘分一半给特露蒂。作为分身核心团体的一个成员，安娜露面的机会最多。

莫扎特：6岁。个性沉静，身体瘦弱，呼吸急促。这个小男孩不常露脸。

克莱：8岁，常常出现在我的生命中。好长一阵子，他讲话结结巴巴，神情显得很紧张，从不敢正眼看别人一眼。现在情况好多了，讲起话来不再口吃，偶尔也敢正眼看人。克莱脖子上总是绕着一条围巾。不戴着这条围巾，我们是从不出门的。分身们组成的核心团体中，克莱也是一位成员。

斯威奇：8岁。他对自己遭受过的虐待一直感到非常愤懑，但他对其中一位凌虐过我们的人，却依旧忠心耿耿，因而把心中的怒气发泄到我身上。我的其他分身也变成他的出气筒。好几次，他把我弄得遍体鳞伤。如今，他不再动不动就发狂了，团体中的其他成员也开始接纳他。这阵子，斯威奇不知从哪里弄来一枚警徽，成天戴在身上四处招摇。他也是核心团体的成员。

怀亚特：10岁，非常聪明，常常露面，喜欢在外面走动，跟人们攀谈。这个男孩成天四处游逛，观察周围的事物。他对物体的形状和模式特别感兴趣。怀亚特对文字十分敏感，小小年纪就能够别出心裁，以独特的眼光和方式描绘他看到的事物。他也是核心团体的成员。

特蕾西、基特、尼基、小湖、玩具仔和凯西：这些男孩是一伙的，号称“六儿郎”。他们全都出现在早期。那个时候肯尼迪担任美国总统，电视节目中只有棒球赛转播和连续剧《淘金记》是彩色的。这些男孩渐渐

融为一体，浑不可分，然后一齐隐没进入我的心灵深处，不再露脸。

尘儿：13岁的女孩，个性温柔，心地善良，常常上街买菜，做饭给大家吃。我们这个群体中年纪还小的成员，都是尘儿在照顾，有时她会朗读儿童故事书给孩子们听。最让她感到失望的是，身为一个花样年华的姑娘，她竟然寄生在一个中年男子的躯壳中。尘儿也是核心团体的成员。

盖尔：最新加入我们这个群体的女孩，直到这本书的写作即将完成时才出现。最初，盖尔很害羞，不爱跟人打交道，但现在跟尘儿很要好，常在一块做家务。尘儿教盖尔烘焙面包。再过一阵子，这两个女孩极可能会融合成一体。盖尔也是核心团体的成员。

基思：15岁，沉静，退缩，不常露面。

巴特：28岁，个性随和、风趣。他在我们这个群体中扮演的角色已经转变：开始时，他总喜欢吓唬大伙儿，强迫他们守密，而今他却以孩子们的保护者自居，常常陪他们玩耍，逗他们开心。每当危机发生，我的生命陷入低潮时，他总会跟佩尔联手，扛起重责大任，领导大伙儿渡过难关。巴特的风趣和幽默帮助我们熬过许多个黑暗的日子。他希望自己变得更成熟、更干练。他总要以半开玩笑的口吻，称我为“大夫”或“呆子”。

凯尔：巴特出现没多久，凯尔就跟着露面。两个人年纪相仿。凯尔是巴特的好友兼拍档。哥俩越来越亲近，终于融合成一体，变成了一个人。

利夫：30 多岁，精力充沛，干劲十足。在我的众多分身中，他代表的是行动、创造力和成就。此人办起事情来铁面无私，不讲情面，对吃喝玩乐这档子事没什么兴趣。以往他总是站在我身后，如影随形，虽然不至于把我当成傀儡摆布，但也不忘时时鞭策我，激励我，驱使我一路往前冲刺，片刻也不让我停歇下来。如今，他跟巴特和佩尔合作，帮我处理日常事务，但步调放慢很多，态度也放松了许多。利夫也是核心团体的一员。

老天：30 多岁。他很早就出现在我的生命中，帮助我疏导感情和记忆，以免让我的分身们和我本人心灵负荷过重。群体运作越熟练，成员之间越能够互相沟通、共同合作，我们就越不必依赖老天。功成身退，从此他不再出现了。

浪子：约摸 30 岁。这家伙简直就是一个性爱工具，乍看就像一条蛇。任何时候，只要有一个女人——不管年纪多大或多小——主动向我表示好感，他就会冒出来。如今，他偶尔还会跟女人调情，但他在我们这个群体中的角色和职务已经有所调整，变成了年纪较小的分身们的监护人。目前，只有在我接受精神治疗时，他才会露脸，但出现的次数并不多。

佩尔：温柔、慈悲的精灵。身为诗人和艺术家的佩尔，帮助我跟大自然的平衡力量保持紧密联系，达到和谐状态，他给我带来心灵的宁静和解脱。他把我们揽入怀中，保护我们，他是我们这个群体每一个成员心目中的父亲。