

走出心灵 的地狱

人在社会生活中的诸多心理困境，
最终都会累积转化为生理状况。解开心理症结，人生豁然开朗。

ZOU
C
H
U
XINLING DE
DIYU

柯云路 著

中原出版传媒集团
中原传媒股份公司
河南文艺出版社

走出心灵 的地狱

柯云路 著

河南文艺出版社

• 郑州 •

图书在版编目(CIP)数据

走出心灵的地狱/柯云路著. —郑州:河南文艺出版社,2019.6

ISBN 978-7-5559-0830-2

I.①走… II.①柯… III.①报告文学-中国-当代 IV.①I25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 078676 号

Zouchu Xinling De Diyu

走出心灵的地狱

出版发行	河南文艺出版社
本社地址	郑州市郑东新区祥盛街 27 号 C 座 5 楼
邮政编码	450018
承印单位	河南瑞之光印刷股份有限公司
经销单位	新华书店
纸张规格	890 毫米×1240 毫米 1/32
印 张	6.75
字 数	152 000
版 次	2019 年 6 月第 1 版
印 次	2019 年 6 月第 1 次印刷
定 价	35.00 元

版权所有 盗版必究

图书如有印装错误,请寄回印厂调换。

印厂地址 河南省武陟县产业集聚区东区(磨店镇)泰安路

邮政编码 454950 电话 0391-2527860

前 言

—

上帝给了每个人以健康的权利,然而,有些人注定要折磨自己,不愿意运用自己的权利。

十多年前,我在有关著作中提出了一些新的疾病学观点。

我提出:疾病在一定程度上是人自己制造出来的。或者说叫作“自造病相”。

人之所以生病,除了其他原因,还因为生病有“好处”。人是在需要生病的时候才生病的。

我还进一步提出：疾病在相当大程度上是自我暗示出来的。

疾病在相当大的程度上是潜意识制造出来的图画。

潜意识不仅制造梦，制造神经症，而且还制造各种疾病。人人都有制造疾病的功能。

生病确实是有“好处”的。人用生病来解决许多矛盾，来解脱自己，战胜家人，战胜环境。

疾病在相当程度上是手段，是武器。人在制造疾病时，运用现存文化提供的全部逻辑。

因此，剖析疾病，就要全面剖析人类现存的文化。

一百年前，当弗洛伊德创始的精神分析学论证了潜意识制造了梦，制造了神经症时，曾经因为触犯了当时的医学观念及整个文化观念，在一个时期内引起强烈的社会舆论的反对。

今天，当我们提出潜意识不仅制造了梦，制造了神经症，而且还运用几乎相同的手法制造各种各样的疾病时，可能对现存观念有更深刻的触及。

人类不认识疾病，就不能真正认识自己。

我们今天不但提出疾病也是潜意识制造出来的图画，而且还提出，对神经症的分析，正是分析各种疾病的钥匙。神经症，又称精神神经症，主要有：焦虑症，恐惧症，强迫症，抑郁症，疲劳症（即神经衰弱），疑病症，癔病，等等。因为它是以心理障碍为表现的疾病，一般没有什么器质性病变，它是潜意识通过心理机制所致，因而比较容易被理解。而大多数疾病并非有这样明显的精神色

彩,有很多看来是纯生理的,又有大量的器质性病变,我们的认识似乎就很难朝前走了。

好在现代医学关于“心身疾病”已有相当多的论述,我们只需在此基础上加以独特的引申与发挥。

笔者在有关著作中指出,潜意识确实用同制造神经症同样的象征手法制造了各种疾病。至于如何制造出器质性病变这种生理图画,揭示它的奥秘也并不困难。

人类社会从来都是布满疾病的社会。每个人都有过疾病,每个人周围都发生着疾病,疾病是一个无所不在的巨大存在。整个社会生活中都有它的角色。整个文化中都有它的参与。不知道有多少社会现象、文化现象、生活现象、艺术现象、家庭现象、人生现象与疾病有关。

当我们被疾病所包围,当我们或曾经、或正在、或将被疾病折磨时,为什么不放下蒙昧彻底地想一想:疾病究竟是因为什么?

二

潜意识制造神经症,这是现代医学知道的事情。潜意识制造各种疾病,这是我们需要继续论证的事情。

在这里,我们只想说,任何一个具有现代文化水准的普通人,只要不拒绝分析自己,分析自己的环境,那么,都能渐渐找到足够

的经验和事例来理解这一点：

疾病在相当大程度上是潜意识制造出来的图画。

一旦有了这样的认知，我们对疾病、对疾病充斥于中的、疾病在里面扮演缺一不可角色的人类社会生活，便有了极为犀利的透视和解剖。

对与疾病有关的社会现象、文化现象，也便有了全新的认识。

1994 年秋，在深圳的一次活动中，我凭中医望诊方法，对人群中一位从未谋面也从未听说过的女记者说：你有妇科病。

她很惊讶，承认自己确实患有子宫肌瘤。

我接着说出了她子宫肌瘤的比较详细的情况。

她很震惊，因为同她的医学诊断完全吻合。她问，应该怎么办？

我说，如果不搞清楚自己生病的病因，用什么方式恐怕都很难奏效。

她问：我怎么能知道病因呢？我如果知道病因，病不就好了？

我请她讲述一下自己的家庭情况。

她从父母讲起。

我说不用，直接讲述你的夫妻生活情况。

她又从最基本情况讲起。

我请她讲对她现在有直接意义的各种变化，不要回避事实。

她承认了，一年多前，她与丈夫感情破裂，冲突剧烈，她很痛苦。

我又问,子宫肌瘤是什么时候发现的,二者有没有联系?

她稍一想就回忆起来:从与丈夫感情破裂,她就感觉自己妇科不好,而且体征十分明显。没多久,去医院检查发现了子宫肌瘤。在此之前,体检时一切正常。

她又问我怎么治疗。

我回答:如果不放下自己的心病,用任何一种方式治疗了,即使当时有效,过后还会生出新的疾病来。我说,子宫肌瘤是她的潜意识、无意识制造出来的。因为有了子宫肌瘤,于是就不能有性生活,不能再生育。这就用疾病的“假相”掩盖了夫妻关系破裂的“真相”。这个掩盖是对自己的掩盖。她是因为有病而不能继续夫妻生活,不是因为丈夫不爱她而不能继续夫妻生活。这样,她受伤的自尊心就得到了安慰。

所以,她的妇科病,第一是病给自己的。

另外,制造出一个妇科疾病来,还隐喻地表达了自己的痛苦。这个痛苦之相,除了自己,谁能看到?当然是丈夫。她在潜意识中希望以此苦难相来感动丈夫,获取他的同情和怜悯,使其回心转意。

从这个意义上讲,她的病,第二是病给丈夫的。疾病本身就是一份声明,就是一个“外交辞令”。

第三,她的子宫肌瘤还可能有更多的亲属、朋友知道。因此,它第三是病给社会周边环境的。为的是求得更多的理解与同情。

我说,因为子宫肌瘤对她有这三个“好处”,所以潜意识把它

制造出来。不认清这一点,不消除潜意识制造疾病的心理机制,怎么可能彻底摆脱疾病呢?因为你需要(虽然你并不自觉)疾病啊!

如果能放下心中之病,正确对待生活,正确分析自己的命运,开朗起来,下决心不要疾病,那么,她的病就可以治好。如果自己要病,拿病来折磨自己,陷在病人的角色中,那么,用什么手段治疗,都不会彻底奏效。

病由心生。

我告诉她,病既不能帮助她,也不能补救她的夫妻关系,病最终只会把一切搞得更糟。要看明白这一点。否则,自此就会病魔缠身,痛苦不堪,以至最终残害自己的生命。

她听明白了,被震醒了,豁然开朗了。

几个月后,她又在北京见到我。这时的她已经红光满面,像换了一个人。她感激万分地告诉我:她好了!

这个病例典型地说明:

第一,潜意识能够像制造梦境一样制造出器质性疾病来。

第二,正确的疾病分析,能够治疗(起码会配合治疗)疾病。

同样,在1994年秋天,一位七十岁的建筑经济学专家膝关节及小腿扭伤,用各种理疗方式治疗均告无效。这位建筑经济学专家就是我的父亲。

我赶回家去看望。

我的父亲向来健康开朗,几乎从不生大病,然而,他此刻手捂

膝盖，痛苦地诉说着。家庭的全体成员，包括我的母亲都围在四周。

首先是了解情况。父亲那时正在对一部一百多万字的建筑概预算专著做修订改写工作，桌上铺满了稿纸。工作很紧张，也很顺利。另外，出版社还约他在明后两年再写两本有关新材料建筑的专著，他也答应了。同时，他受聘于一家建筑公司担任高级顾问。一切似乎都很正常。然而，前几天下楼梯时，他一不小心踩空了，扭伤了膝关节和小腿。说完，父亲试着站起来挪了一两步，果然疼痛异常。

我笑了，对父亲说：您这腿是自己想疼的。

父亲很不高兴：我怎么会想疼呢？这是扭伤的，不是心理作用。

我说，我给您分析。我问父亲，他目前重新审定建筑工程概预算专著，压力大吗？

他说，有压力。对一部十多年前出版的一百多万字的稿件审定改写，工作量是很大的，要更换许多内容、资料，要重画大量表格，还要增写新的文字。仅增写的内容就近二十万字。出版社又有时间要求。

我问：你还答应出版社明后年再写两本新书，这又有压力吗？

父亲想了一下，承认是有压力的。这样的写作计划，对于七十岁的人，当然不是很轻松的。

我又问：你现在又在公司担任顾问，还要有日常工作，这又是

压力,对吧?

对。

你还有其他社会活动,仍然在争夺你的时间,对吧?

对。

你还喜欢做些家务,但现在也成了负担,对吧?

他承认,是。

全家人都笑了。

我说,你这么大压力,怎么办? 满桌的稿纸堆在这里,现在的书,出版社在催你,未来的书,出版社在等你。你没有那么多时间。你感到压力太大,承受不了。所以,潜意识让你下楼时踩了个空,制造了一个“工伤事故”。

于是,你就可以坐在那儿不动了。

你不用像往常那样帮着做家务了。

你不用到公司去上班了。

你不用应接一些社会活动了。

这样,你可以排除掉一些压力,比较专心地写作了。

父亲略想了一下,表示接受我的分析。

然而,父亲又提问了:我现在不做家务了,也不出去了,我的潜意识达到目的了,可是,我的腿还在痛,好像越来越厉害,为什么?

我说:第一,你腿痛才能不出去。你一不痛,不就又该帮着做家务了?

父母都为这个分析笑了。

第二,即使你现在不必上班,不必做家务了,但你还是有压力的。对你最大的压力是写作。

父亲想了一下,点头。我接着说:所以,你必须减轻这方面的压力,否则,潜意识还会作怪。

父亲既同意,又做相反的解释,比如出版社的期望啦,新材料建筑的书很重要啦,等等。

我接着分析:第三,你在这么多年的生活中,习惯被妈妈处处照顾起来。这次腿一疼,就更加什么也不用管,你一天到晚诉苦腿疼,像小娃娃一样,也蛮陶醉的,蛮舒服的。

一家人又都笑了。他们都能理解我的分析。

我接着讲明,在一个妻子把丈夫从里到外的生活都照管到家的家庭中,丈夫只要一畏惧压力,就容易出现“丈夫角色崩溃症”,很容易一下子缩到妻子的照料中。这个角色是很容易腐蚀男人的。这种“丈夫角色崩溃症”,对于任何年龄的男人都是可能出现的。

只要身边有一个能把他当作孩子一样精心照料的女人。

我的分析,家里人都接受了。然而,理智的分析未必一下就能终止潜意识的作怪。我注意到父亲没一会儿又用手摩挲起膝盖和腿部,又诉说起痛苦来。

再分析,再指明。

然而,那种陈述疼痛的倾向顽强出现。

这时,作为心理治疗,必须采取坚决的支持手段。有的时候,仅仅使患者明白了道理,并没有使他同时具备排除自己所处情势的力量,依然是不行的。

我对父亲说,建筑工程概预算著作既然已经快搞完了,那就抓紧搞完它。明后年的新材料建筑专著不写了。

父亲迟疑,心里明显放不下。

我非常坚决地说:绝对不要写了。第一,你在这方面已写过书,再写,无非是更换新的资料,意义也不是太重大的。第二,人要注重自己的健康,不要把功利看得太重。第三,如果社会需要这类书,可以指导年轻人去写。我说,这是我的忠告,“不听就不是我的父亲”。

听了幽默的话,父亲一下笑了,同意了。我们立刻就能感到他心中如释重负的轻松感。

两天后,母亲告诉我一个消息,父亲五十年前的大学同学将在上海举行盛大的同学会。

父亲很想去参加。家里人都很犹豫,怕他的腿吃不消。在我们的谈话之后,父亲的疼痛有所减轻,但并未完全好转,走路仍显得比较吃力。

这是一次难得的机会。情势要求患者只能在完全健康的情况下才能实现愿望。我立刻抓住这个机会,鼓励他去参加。我说,没问题。只要下定决心,变换自己的心态,腿疼立刻就会好。

父亲一下兴奋起来,表示要抓紧锻炼,同学会是五天之后的

事情,他争取在动身之前恢复。

我迅速为父母订购了往返机票,并把父亲在上海活动的有关事宜安排好。结果,临上飞机前,父亲的腿康复了,只说还略有一点感觉。而在上海活动期间,可以说是“健步如飞”了。

这个病痛已成为历史过去了。然而,如果一位像父亲这样的老知识分子,当时处于自己设置的压力中不可解脱,沉浸在“病人”角色中不可自拔,那么,时间一久,就可能成为一种凝固的人格持续下去了。

这个案例典型地告诉我们:潜意识不仅能制造疾病,还能制造“工伤事故”来达到自己的目的。

人类如果不善于分析自己的疾病,就可能把医学的各种治疗手段当作培育自己疾病角色的催眠语。

先制造疾病,进入病人角色。再不断去治疗,强化自己的病人角色。

这种自我折磨的人生受难之曲,所有的人都不应该再唱。

一位女大学生,几年前得了一种不明病因的脱发症,每天夜里大把大把头发脱落在枕头上,没多久头发所剩无几。看西医,看中医,吃药,打针,理疗,针灸,均宣告无效。痛不欲生。后来,看到我的有关著作,其中讲到了潜意识与疾病的关系,讲到了生病的目的性、应需性。

她来信说,看了我的书,明白了自己真正的病因,她的脱发不过是感情痛苦的结果。她认清了自己,也明确了该如何正确对待

人生。她认识到,人要真正智慧,开悟自己的心是最重要的。否则,人生会在各种误区中。不久,她感到身心产生了许多奇异的变化,最明显的是头发又都一片片地长起来了。

头发,在中国文化中向来是爱情的象征。古时削发为尼。剪去自己的头发,一直被女性当作不再婚嫁的殉情的象征手段。

潜意识运用了这种象征语码。

它隐喻地制造了女孩子的脱发症,以表明她心中的爱情痛苦。

这个案例告诉我们,许多看来奇怪的病症,都是潜意识制造的图画。

潜意识在制造疾病图画时,第一,是“应需的”,是要达到某种目的,是有某些“好处”的。它不会毫无目的、毫无动机地制造疾病。

这可谓潜意识制造疾病的“目的性”。

或者说“应需性”。

或者说“有好处”的原则”。

第二,是运用象征语码。即制造疾病手法的“象征性”。从这一点讲,它是隐喻大师,象征主义大师。

认清这个规律,对于破除各种疾病的心理机制,揭示疾病的社会心理原因,是极其重要的。

有一位男大学生,很小患有耳痛病,经常发作,疼起来要命。任何治疗都无效。

年龄大了,犯得少一些,但仍无法根治。只能听任它无缘无故地发作,又等待它不知何时无缘无故地停止。查不出原因。

这自然也是一个心病,他常常很怕自己在要紧关头突发耳痛病。

几年前,他也是看了我的书,突然明白了自己生病的原因。

他说,小时候,两三岁或三四岁时,妈妈又生了小弟弟,于是,母爱便从他身上移到了小弟弟身上。他嫉妒弟弟(他现在都能体会到自己那时的心理),他为自己不能重新赢得母亲的注意而焦虑痛苦。就在那个时期,他开始耳痛,而且痛起来要死要活,母亲只有把他抱在怀里抚爱才能缓解他的疼痛。这样,他又多少从弟弟那里夺回了部分母爱。

现在明白耳痛的原因了,心里豁然开朗,耳朵不再疼痛。而且从内心相信自己的耳朵不会再疼痛了。

我已经没有了这种需要。他在来信中说。

于是,这一疾病成为他认识自己心理、认识人类心理的一个经验。

这个病例告诉我们:有些疾病根植于童年心理深处的土壤,它可能在其后的很多年还保持某种影响。

当我们把这一切都揭露了、照明了,显意识对潜意识认清了,潜意识也把自己的话讲给显意识听了,显意识与潜意识交流了,人的理性与非理性思维交流了、沟通了,问题就解决了。

天下的事情有时就在沟通。

一个城市电路、水路、公路、邮路、信息不通，也都会堵塞、瘫痪。

一个人的血管不通，呼吸不通，排泄不通，经络不通，都会生病。

人的潜意识与显意识之间不沟通了、堵塞了，也会生病。

三

疾病，有时候确实是人自己制造出来的。

而制造出来的原因是需要。

这样的话，对于没有思想准备的人，最初一定是感觉非常刺耳的。

若真是这样，疾病还该获得同情吗，还该得到安慰照顾吗？

莫非人要为自己的疾病负主要责任？

我们说：是。破译疾病密码，就是要所有人看清自己在疾病中负有的责任。

我们要告诉人们，一定要掌握好自己健康的权利。

如果世界真有上帝，那么，上帝一定会说：看好自己的心，不要在里面装进太多的病。

如果世界真有佛祖，那么，当代最大的佛言该是：人生无病。

现在，人类的物质建设发展到相当高的程度了，人对世界的