

世界箴言寶庫

弗洛伊德箴言集

宋景明 編



世界箴言宝库

# 弗洛伊德箴言集

宋景明 编

东北朝鲜民族教育出版社

责任编辑:崔炳贤

封面设计:翁立涛

世界箴言宝库 弗洛伊德箴言集  
宋景明编

东北朝鲜民族教育出版社出版  
长春市和丰彩印厂印刷 吉林省新华书店发行  
787×1092毫米 32开本 5印张 4插页 95千字  
1993年2月第1版 1993年2月第1版第1次印刷  
ISBN 7-5437-1439-6/Z·10

---

印数:1—10000册

定价:2.60元

# 目 录

---

- 一、人 生 篇..... (1)
- 二、人格篇 ..... (31)
- 三、修养篇 ..... (49)
- 四、性爱篇 ..... (71)
- 五、本能篇..... (100)
- 六、文学、艺术篇..... (107)
- 七、政治篇..... (123)
- 八、道德、宗教篇..... (129)

九、战争篇…………… (137)

## 一、人 生 篇

有时，自我为了求得生存，尤其是在对待来自死亡的危险时，人也会力图通过改变本能的对象选择来转移危险。也就是说，把死亡本能的能量从自身吸引开，并投放到或发泄到外界对象上去，转化为对外界的攻击、破坏、竞争等欲望，以此来转移自身的危险。例如，竞争本身就是感到自己存在着威胁；再如自我受到侵犯便转化为对他人的攻击等等。还有，某些属于攻击型的变态心理的人，每天虚幻地想象着别人对自己的危险，总是处处担心着别人对自己的危害，因此，他们常常失去理智地敌视任何人，对人攻击、施暴。

无论是生的本能，还是死的本能，它们的能量或驱力都来自“里比多”，都属于潜意识领域。它们的能量极大，暗中推动着人类的一切行为，决定着个人一生的主要活动。由于这两种本能的存在，人在本性上是双重的，而形成两种对立的力量趋于互相毁灭。无论是个人，或是社会的不满和斗争，都是由于这两种本能冲突的缘故。

人类的遗忘，是一个极为复杂的问题。这里所说的“遗忘”，主要是指一个人在某种情况下把

本来很熟悉的名词（人名、地名、术语等）以及预定好的计划完全忘记，或回忆错误等等之类的情况。

从精神分析的观点来看，这类遗忘常常是由于某种潜意识思绪的干扰所引起的。遗忘的机制，在被阻挠的名词和阻挠该名词出现的症结之间，开始就存在着某种关联，或者由于疲劳、经验的循环障碍以及各种心理力量症结的困扰等而发生的记忆失常。

在我的精神分析学中，童年生活经历遗忘的研究始终占有很重要的地位。当我深入研究日常心理时，我发现被压抑在潜意识中的童年痛苦经历，有时也可以片断地、不成规律地、改装地表现在日常记忆中。这一现象再次证明，被压抑在潜意识深处的童年痛苦回忆一刻也没有停止活动，虽然它们在大多数情况下无法重现于正常的心理活动中，但在偶然的情况下，一旦存在与之相关联的某种心理因素表现的在意识层面上，并存在着其他有利于它们冒现条件（如意识注意力的暂时分散等），它们就可以冒现出来。不过，即使是在这种情况下，也只能是片断的、破碎不堪的，或甚至是被歪曲、被改装了的，意识决不容许这些痛苦的童年经历“肆无忌惮”地表现出来。作为一个精神分析学家，其重要任务就是抓住这些在偶然机会涌现的片断材料，加以综合分析，最后描绘出其原有的历史画面。

儿童的不现实的愿望，由于种种条件的限制，不可能得到满足，而被压抑下去。但是，这些失败的痛苦经历，没有因为时间的流逝而被消除，相反，一直被下意识地保留在内心深处。这些被压抑的欲望，在人的潜意识层中积极的活动着，寻找着发泄的通道，一旦有机会便爆发出来。轻者导致过失行为，重者引发精神病症。梦就是通过象征的形式将这些愿望表现出来，并使其得到满足。要治愈精神病症就必须将患者内心深处的隐密、欲望分析、诱导出来。

生命的目标，必定是事物的一种古老的状态，一种最原始的状态；生物体在某一时期已经离开了这种状态，并且它正在竭力通过一条由其自身发展所沿循的迂回曲折的道路挣扎着恢复到这种状态中去。“一切生命的最终目标乃是死亡”而且回顾历史，可以发现无生命的东西乃是先于有生命的东西而存在的。

唯实原则并不是在放弃最终获得愉快的目的，而是要求和实际暂缓实现这种满足，要放弃许多实现这种满足的可能性，暂时容忍不愉快的存在，以此作为通向获得愉快的漫长而曲折的道路的一个中间步骤，

成年人所作的艺术游戏的模仿，与儿童那些行为不同，是以观众为自己的目标的。它们并不



为观众略去极度痛苦的体验，然而能使他们感受到极度的欢悦。

在儿童经验中，对来自惩罚的恐惧，大概是有所有恐惧中最重要的。小孩为了争取其独立性，为了摆脱父母的控制，便开始逐渐对家庭以外的人产生兴趣和依恋心情。换句话说，孩子开始对其他的人和事产生了能量发泄作用。但对这样的对象选择，他可能畏缩不前，因为孩子也害怕由于把对父母的爱转移到其他人身上，而可能会引起父母的报复，结果落得孤苦伶仃，无人理睬。同时，孩子也不能肯定新选择的对象是否能补偿他失去的父母之爱。对于儿童或青少年来说，这确实很象一个人处于左右为难的二难推理。这种情形的最后结果，将取决他或者是继续发展，或者是停滞不前。如果孩子先前已有过遭到父母反对的经验，他多半会产生固定作用。

对于孩子，具有讽刺意味的是，与其说是因为爱，不如说是因为恐惧才整天围着母亲身边转。确实，孩子害怕由于自己企图获得独立而招致父母的报复。如果孩子确信父母对他非常溺爱，而且凭经验知道父母不会抛弃自己的话，他就不大可能固定在不成熟的发展阶段上。

除了在对对象上产生固定作用外，人格结构和动力发展也可能出现固定作用。如有的人始终停留在愿望性思维的水平上；有的人所不能明确区

分主观世界和客观世界：有的人则在超我的严厉控制下艰难度日，依然处于童年恐惧的束缚之中；有的人则因为固定在某一防御机制上，并由此形成了他们的人格；也有的人还停留在原始的冲动性和发泄性行为阶段。因此，固定作用有各种不同的类型和等级，它使人不能实现自己的全部心理潜能，几乎每一个人都在某个方面因不同程度的恐惧而受到心理上的阻碍。

移置作用的方向是由什么决定的？主要取决于两个因素。首先是社会影响，它通过最主要的代理人——父母来对孩子的移置作用施加影响。父母准许孩子作出某些对象选择，同时又禁止他们的其他选择，由此便影响到孩子的心理能量的移置方向。例如儿童吸吮手指时，父母通常要加以责备；但父母对孩子舔棒棒糖却听之任之。成年人吃棒棒糖可能被人笑话，但社会却允许成人抽纸烟、雪茄或烟斗。假如成人吸吮婴儿奶瓶上的橡皮奶嘴，无疑会遭到奚落和嘲笑，但他们却可以用嘴对着啤酒瓶畅怀大饮，等等。

总之，社会对人们的某些对象选择大加限制，可同时又不断提供替代物来满足他们的本能。如果社会不能提供适当的替代物，人们就可能转向那些已被禁止的对象。

决定移置作用方向的第二个重要因素是，原来对象与替代对象之间的相似程度，或者说，二者在多大程度上是等同一致的。如果一个人被禁

止采用某种途径去解除紧张时，那么，他一看来似乎是在现实中出现的東西，事实上不过是早已忘怀的过去生活的反映。

假如我们不是在有意识的东西和无意识的东西之间进行比较，而是在现实清晰的自我和被压抑的自我之间进行比较的话，那就会避免，缺乏清晰性的缺陷。

对于某个系统来说的不愉快，同时对于另一个系统来说就是一种满足。

当生命刚刚开始形成时并不存在着性欲和性的差别，但下述可能性依然存在；那后来被称作本能的本能也许从一开始就在起作用。

还有一种情况，也可以看作是某种具有投射作用的防御机制。这种投射作用则是将个人的思想情感赋于外部世界和人际关系。例如，一个人感到幸福时，便以为其他的人也很愉快；当他感到痛苦时，便认为人世本来就是一个悲惨世界。关于这一类赋于性投射作用的防御本质，可以这样来分析，即一个人的幸福可能因其他人的痛苦而遭到破坏，由此人会因自己不适宜的愉快心情而感到内疚；为了消除这一威胁，他便想象着其他人也与自己同样快乐。假如一个人相信大多数人都不会诚实，他就比较容易原谅自己的撒谎。惯于

考式作弊的学生为了开脱自己，便常常认定几乎所有的人都这样干。如果一个人相信性关系混乱是一种普遍现象，他也会以此来替自己的越轨行为辩解……等等。

总之，这类投射作用实际上并没有对真正的动机进行压抑，也不存在选择替代对象。也就是说，在这种情况下，人们承认自己的内在动机，但是，却可以通过把自己的动机投射给别人而得以减轻其道德性焦虑。

人的身心发展过程具有连续性和阶段性。在正常情况下，人的身心发展都是循序渐进地不断地从一个阶段进入另一个发展阶段。但有时，这种发展进程也可能出现停顿，这样，人就会在发展阶梯的某一处停滞下来。这里有两种情况，如果这种停顿主要表现在生理发展过程中，即是发育迟缓现象；如果主要是表现在心理发展过程中，即被称之为“固定”。

人们的心理发展停滞不前或陷于固定，常常可能是因为人们已预见到即将面临的艰难险阻所产生的焦虑所致。因此“固定作用”也是自我对付焦虑的一种防御机制。譬如说，大多数儿童在入学的第一天，都会有某种程度的顾虑或紧张；青少年在首次与异性交往时，通常会显得局促不安；高中生和大学生在临近毕业时，总会萌生出忧虑和期待相互交织的复杂心情……可以说，几乎所有的人都是这样，当他们在离开自己熟悉的事物

或环境，而接触到陌生的新的事物或环境时，免不了会产生某种焦虑。这种焦虑可以叫作“分离焦虑”。如果一个人的分离焦虑过强，那么他往往会固着原来的生活方式上，而很难迈向新的生活。

如果我们必须去死，并且死亡首先会使我们丧失那些我自己最钟爱的人，那么，服从一个无情的自然法则，服从一个至高无尚的必然性，总比屈从于某种本来或许可以避免的偶然遭遇要使人觉得好受些。

一个集体的品格，要高于构成它的那些个人的品格；而且，唯有集体才能产生高度的无私和献身精神。个人的利益，在离群索居的个人那里，几乎是唯一的动力，而在集体那里，简直是已为人所注目的。唯有社会，才最终为个人制定出伦理的准则；而个人则通常是无法以某种方式来达到社会所要求的高标准的。在一些非常的时刻，在一些团结中还可能产生一股莫大的热情，它使最壮丽的集体业绩成为可能。

至于智力方面的工作，事实上看来还确定应承认，要在思想领域中作出伟大的决策，要获得重大的发现，解决疑难问题，就只能靠一个人回避世人的潜心钻研。

投射作用是指，当一个人的本我或超我共同对自我施加压力时，为了消除焦虑而把自己内心

不被允许的冲动、念头和行为推向别人或外界周围的事物上。譬如，一个人可能把“我恨他”说成是“他恨我”；或者是把“我的良心折磨着自己”说成是“他在折磨我”。这样，人们就把来自本我的意图或根源于超我的逼迫，都归咎于他人或转移到别人身上。而这一切在表面上都可能是以“借题发挥”，或借口“以小人之心度君子之腹”的方式来表达。《伊索寓言》中有这样一个故事：狗叼骨头过桥，见下水影以为另一只狗来抢骨头，于是吠咬一声而骨头落水。水中反映的正是狗自己怕影子，这只狗想抢夺骨头的愿望在倒影中现露出来。这也是投射作用的例子。

投射作用不仅能帮助减轻焦虑，它还能给人提供表达自己真实感情的借口。当一个人相信有人恨自己或甚至迫害自己时，他便会感到自己对这位想象中敌人的攻击，也是理所当然的。于是，人们往往以这样的自卫反击为借口，而使自己的敌对性或攻击性冲动得到很大程度的满足。当然，这些理由都不过是人精心编造的托词，以便将自己的罪责推卸到他头上。这就是通常所说的方过饰非。也就是说，人们干了那些超我所不能容忍的事情，于是极力到外界去寻找可以证明其行为是正常的理由或借口。

所谓“文饰作用”也是另一种形式的投射方式，即人们往往以社会能够接受的行为动机来取代社会所不能认可的行为动机。例如，一个为慈

善事业捐献大笔经费的人，可能以为自己这样做完全是出于慈善心肠；其实，他的真正动机则可能是纯粹为了自我炫耀，或者可能是由于做过什么错事而问心有愧。无庸赘言，人们往往不可能意识到自己的投射作用或文饰作用，否则这些机制就不会起到减轻焦虑的作用。自我的其它防御机制也是这样，它们必须是在无意识中起作用，以便更有效地减缓焦虑的存在。

投射作用是一种极其普遍的防御机制，因为每个人从小就受到鼓励，要他到外界中去寻找行动的原因，而不太注重分析自己的内在动机。再就是，在日常交往中人们也逐渐懂得，只要自己能够花言巧语地杜撰出种种借口或遁词，也就可以为其一些不端的行为开脱，以避免惩罚或自责。这样，在事实上，人们就常常有可能因歪曲真理而得到好处。

精神分析是以对梦的分析基础的。对梦的解释是一门新兴科学到目前为止所作的最复杂的工作。有一种最普通的梦的形式可以描述如下：白天的心里活动引起的一连串的思想，其中有一些保持着活性，逃避了为睡眠作心里准备的一般压制。晚上这一串思想成功地找到了与无意识倾向之间的联系，这种倾向甚至在做梦者童年就出现了，但往往是受压抑的，被排斥在意识之外。借助于无意识的帮助，这些思想，这些白天心理活

动的残迹又复活了，并且以梦的形式出现在意识之中。

原始的自我企图吸收每一样好的东西而排斥每一样坏的东西。按照这种观点，坏的东西、与自我不相容的东西、外部的东西是一致的。

不现实的表象或者主观的东西只能是内部的；反之，现实的东西就是外部存在的。经验告诉我们，重要的不仅在于一事物寻求满足的对象，是否具有“好”的性质；及它是否能够进入自我，而且也在于它是否在外部世界里一旦需要时就能摄取。

绝不能把错失看作是人们日常生活中的一些琐事，这绝不是小题大作。正是那些各种微不足道的差错，往往具有极其重要的含义。事实上，许多非常重要事情的症结，正是在一定情况下和一定时期内被一些非常微暗或细琐的迹象加以暴露的。假如你是一个刑事律师，并且担任一件凶杀案的调查工作。你是当真期望凶手会把他的照片和通讯处留在犯罪的现场呢？还是不可避免地要使自己满足于有关罪犯的一些比较微暗的和不甚确定的踪迹呢？所以，让我们不要低估微末的迹象；也许凭着它们，我们就能够找到比较重大事件的线索。



澳洲一众议院议长在一个会议前致开幕词时说道：“诸位贤达先生们！我有幸介绍某某先生来参加我们的会议，我就此宣布会议闭幕。”这位议长把会议“开幕”说成正好相反的“闭幕”，他本人并未意识到，而只是在哄堂大笑声中才发觉自己的失言，从精神分析的观点来看，象这类事例并非只是简单的正反联想所致，它的原因主要是来自某种潜意识的干扰，也就是说，一种意图被另一种更潜在的意图所干扰。警方说，议长可能觉得这次会议是不必要的而本来就不想开；或者由于自己身体不适而希望早点结束会议；或者由于很疲劳根本就不想开这个会……等等。这些潜在的念头和愿望，足以使那位议长在无意中误把“开幕”说成“闭幕”。这种情况我们把它归之于某种潜意识的干扰。我们认为，某一潜意识只可能在一次语误里透露出一些蛛丝马迹，只有经过进一步努力分析才能把它带到意识领域来；或者它也可能来自一种更为广泛存在，而又同这整句话有矛盾的心理动机。

下面是在第二次世界大战期间的一个真实的例子，它来源于当时《纽约时报》的一篇柏林通讯：一位校稿员排字时因为把某文的公式化结尾“向希特勒致敬”排成了：“向希特勒治病”（Heil Hitler，变成 Heilt Hitler. Heil：致敬 Heilt：治病），因而被投入牢房。这位校稿员只承认这是一个偶然的错误。但从精神分析学讲，这个错误明