

Xinqier

honglou mengying

心气儿!

红楼梦影 花落花开

北京青年报心理解码版精品专栏汇编

岳晓东◎编著



这是著名心理学博士岳晓东先生的最新力作，从心理学的角度来解剖红楼梦中人。此书俨然一面镜子，照出人生之无常，照出人心之善恶，

照出人格之缺陷，从其中我们或多或少能捕捉到自己的影子，体味相似的心情，感受内心的挣扎。

一生幸福与否，大多是心境使然。心气平和，才能立足；有点心气儿，方能成事。

中国社会科学出版社

国家一级出版社★全国百佳图书出版单位

Xinqier

hongloumengying

心气儿!

红楼梦影 花落花开

岳晓东◎编著

⊕ 中国社会科学出版社

国家一级出版社 ★ 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

心气儿：红楼梦影 花落花开 / 岳晓东编著. -- 北京：中国社会出版社，
2011.9

ISBN 978 - 7 - 5087 - 3692 - 1

I. ①心… II. ①岳… III. ①《红楼梦》人物—研究 IV. ①I207.411

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 190713 号

心气儿

编 著：岳晓东

责任编辑：牟 洁 王晓翔

出版发行：中国社会出版社 邮政编码：100032

通联方法：北京市西城区二龙路甲 33 号

电话：编辑部：(010) 66063028

邮购部：(010) 66060275

销售部：(010) 66080300 传真：(010) 66051713

(010) 66051698 传真：(010) 66080880

(010) 66080360 (010) 66063678

网 址：www.shcbs.com.cn

经 销：各地新华书店

印刷装订：中国电影出版社印刷厂

开 本：170mm × 230mm 1/16

印 张：11.75

字 数：160 千字

版 次：2011 年 11 月第 1 版

印 次：2011 年 11 月第 1 次印刷

定 价：25.00 元

未经许可者许可不得摘编、转载本书 中国社会版图书，版权所有，侵权必究。

目 录

贾宝玉 知心哥哥太女性 不思进取难指望	1
贾宝玉是大观园中一号知心哥哥	1
贾宝玉融入女性社会是为了逃避家庭责任	3
富贵闲人，不可能成为家庭有担当的大丈夫	4
情感小贴士：如何做好适应现实的男性角色	5
林黛玉 野蛮女友心眼小 无理取闹增烦恼	7
黛玉的野蛮女友表现：无理取闹 胡搅蛮缠	8
黛玉无理取闹的根源是自卑情结	9
黛玉还是一个抑郁型人格障碍患者	10
情感小贴士：做个进退自如的野蛮女友	11
薛宝钗 为妻当重高情商 长袖善舞贤内助	13
宝钗之好在于她的情商高	14
宝钗如何感知他人的情绪	14
宝钗如何管理自己的情绪	16
薛宝钗为什么是宝二奶奶的不二人选	18
情感小贴士：如何成为高情商的人	18





王熙凤 精明能干善周旋 心狠手辣意志坚	20
心狠毒辣、善弄权术，是“最毒妇人心”的典范	21
不信因果报应，做事我行我素，自我防御机制极强	22
超强防御机制，获得一时宽慰，埋下一世灾祸	24
情感小贴士：如何做个内外兼修的女人	25
 贾母 福寿才德全乎人 偏疼宝玉隔代亲	26
贾母的唯一之错是对宝玉溺爱无度	26
贾母“隔代亲”心理机制背后是老年人的“心理反哺”	28
情感小贴士：如何以“隔代亲”哄好老年人	30
 贾政 为人端方荣耀一时 教子粗暴灌输失败	32
贾政对于宝玉的责骂教育是失败粗暴的教育	32
贾政对宝玉实施责骂教育背后的心理因素是什么	34
情感小贴士：如何避免失败的父爱教育	35
 王夫人 偏见导致迁怒生 善人翻脸也薄情	37
王夫人因何撵走晴雯	37
王夫人为什么厌恶晴雯	38
王夫人的“黛玉—晴雯”的移情表现在哪儿	39
王夫人为何怨恨黛玉	39
情感小贴士：如何避免对人产生偏见	41
 贾元春 凤冠霞帔微笑着 忍悲负重抑郁着	43
元春“凤栖梧桐”实属无奈	44
元春患有微笑型抑郁症	45
元春之死预兆着贾府的衰败	47

情感小贴士：如何活出“贵妇人”的自我	48
贾探春 孤傲逞强自清高 实为能把自卑超	50
探春孤傲逞强的表现	51
探春的孤傲是为了超越自卑	52
情感小贴士：如何培养真正的自信	54
贾迎春 贵为千金大小姐 不咸不淡“二木头”	55
迎春的种种“二木头”表现	56
迎春是为何变成了“二木头”的	57
迎春“二木头”的悲惨结局	58
情感小贴士：如何争取人生的主动权	59
贾惜春 貌似老成练达者 实则情感冷漠人	61
惜春情感冷漠表现在拒绝并排斥人间社会	62
惜春情感冷漠的根源来自从小缺少紧密安全感	63
孤僻冷漠的性情在空门得到精神的依偎	64
情感小贴士：警惕情感世界中的“惜春现象”	65
史湘云 狂放不羁真名士 纯真宽宏自风流	67
湘云的乐观直率的表现	68
湘云的乐观人格分析	69
湘云的结局	71
情感小贴士：怎样做一个乐观豁达的人	71
妙玉 如兰纤纤金玉质 无奈投身向佛门	73
妙玉是迫入佛门，不是遁入佛门	74





妙玉长居佛门，靠的是心理暗示	74
妙玉凡心未了，性情古怪	75
妙玉暗恋宝玉，与佛家清规相悖	76
情感小贴士：如何避免穿鞋子给别人看的“妙玉”现象	77
 秦可卿 枉擅风情秉月貌 身陷不伦一命休	79
秦可卿因不伦之恋而忧郁成疾	80
心病成疾，形成了忧郁型人格障碍	81
因为无法得到有效社会支持，秦可卿忧郁至消沉绝望	82
情感小贴士：如何面对生活中的挫折	83
 李纨 热心低调不争锋 安宁有福自精彩	85
避锋芒，知进退，真性情，表爱心，李纨在“贾府”活出“真我”	86
青春寡居的李纨，何以有很强的主观幸福感	87
情感小贴士：如何做一个有幸福感的人	89
 平儿 半个主子半丫鬟 巧以沟通化尴尬	91
平儿的“二奶”身份尴尬，做事左右为难	92
平儿有一颗玲珑心，四种沟通卓有成效	92
平儿以非主子身份同感共情，赢得尊重	94
情感小贴士：如何面对地位决定的职场困局	96
 袭人 心思缜密巧应对 忽刚忽柔善终人	98
袭人的应对策略灵活多变	99
解决式应对	99
转移式应对	100
忍耐式应对	101
退让式应对	101

同感式应对	102
升华式应对	102
情感小贴士：如何合理应对危机	103
 晴雯 抓尖要强少心计 红颜薄命招人怨	105
缺心眼的丫头不设防	105
晴雯心理不设防在于太自负	108
情感小贴士：如何远离缺心眼	110
 紫鹃 一片热忱为黛玉 大观园里真闺蜜	112
紫鹃对黛玉的闺蜜支持	113
紫鹃的闺蜜支持对黛玉的健康作用	115
情感小贴士：如何面对友谊中的矛盾与冲突	117
 鸳鸯 首席丫鬟不畏强 有见有识性子刚	118
古往今来不愿做小老婆的丫鬟中，鸳鸯首屈一指	119
鸳鸯的自主性表达在心理学上是一种积极的交流方式	120
刚烈的鸳鸯，聪明而善于自我保护	122
情感小贴士：如何提高自主性表达的能力	123
 邢夫人 贪婪女处世糊涂 “尴尬人” 护夫自误	125
邢夫人愚昧，“护夫自误”	125
邢夫人的认知误区及“自误”后果	126
邢夫人“护夫”的根源	127
情感小贴士：做贤妻不做“圣母”	129





赵姨娘 收敛低调皆不谄 二奶蠢事做到底	131
赵姨娘做尽二奶的蠢事	131
赵姨娘的认知误区是“博命误”	133
赵姨娘“博命误”的后果	134
情感小贴士：如何避免成为蠢女人	134
尤二姐 心存侥幸为二奶 演绎悲剧不可恕	136
尤二姐的生存状态比较艰难	136
尤二姐心存侥幸而自圆其说	137
尤二姐注定的“二奶悲剧”	138
情感小贴士：女性如何避免落入“二奶陷阱”	139
尤三姐 古今绝色奇女子 新新人类无变通	141
尤三姐刚烈行为捍卫清白	142
尤三姐刚烈有余，压弹不足	143
情感小贴士：如何应对职场中的性骚扰	145
刘姥姥 朴实幽默得高寿 当仁不让老笑星	147
刘姥姥以幽默俘获人心	147
刘姥姥以幽默笑看人生	149
情感小贴士：如何做个幽默的女性	151
贾琏 风流好色第一人 寻求平衡是主因	153
贾琏的确是偷情高手	153
贾琏对凤姐爱恨交织	154
贾琏因何一再偷情	155
凤姐让贾琏体验自卑	156

贾琏偷情偷的是自信体验	157
情感小贴士：如何防止丈夫出轨	158
 薛蟠 呆霸王暴虐香菱 夏金桂薛家称霸	160
薛蟠的双重人格表现	160
薛蟠因何欺凌香菱	161
薛蟠又因何受制于金桂	163
薛蟠制服法：香菱应如何化被动为主动	164
情感小贴士：男人如何制服撒泼的女人	165
 贾瑞 钟情妄想迷凤姐 不可自拔魂归天	167
贾瑞逐渐为凤姐迷魂	167
贾瑞因何痴迷凤姐	169
情感小贴士：如何缓解单相思的苦恼	171
 曹雪芹 生在豪门曾优裕 坎坷不平殁于贫	173
行为偏僻性乖张，那管世人诽谤	173
曹雪芹反叛人格的心理分析	174
一部《红楼梦》写出了曹雪芹什么反叛心理	175





贾宝玉

知心哥哥太女性 不思进取难指望

贾宝玉作为《红楼梦》的核心人物，生得面若秋月，性格聪敏灵秀，是贾家寄予厚望的继承人。但贾宝玉是贾家的“反骨”，他的性情极具两面性。一方面，他对女性平等相待，怜惜多情，俨然一副知心哥哥的面孔；另一方面，他对仕途极其厌恶，终日厮混于女儿堆中，不问人情世故，真真一个冥顽不化的纨绔子弟。如此反差，究竟暗示着宝玉怎样耐人寻味的心理状态呢？



贾宝玉是大观园中一号知心哥哥

纵观贾家玉字辈的继承人，论谁最能振兴家业，非宝玉不可。但宝玉厌恶功名利禄，喜好厮混在女儿堆里，被贾母称为“混世魔王”。《红楼梦》的



第二回写宝玉周岁时，贾政以传统抓周的方式来试宝玉的未来志向，谁知宝玉对桌子上众多物品一概不取，只把脂粉钗环抓来。这看似轻描淡写的一笔，却道尽了宝玉与胭脂粉黛间纠缠不休的一生。

宝玉似乎对女性有着异常自然的亲近感。他嗜好调脂弄粉，这些在父亲贾政眼里看起来“不成大器”的爱好，宝玉却乐此不疲。袭人的再三劝告，湘云的果断制止，都没有打消宝玉亲近胭脂花粉的渴望。但或许正是这个与众不同的癖好，使得宝玉对女性有更多的了解和羡慕。自小到大，宝玉的生活总被女性所围绕着，无论是自家的姊妹还是照顾他的丫头，他总能与这些女性嬉戏玩闹，融洽相处。《红楼梦》第二十三回中写宝玉自入住大观园以来，每日只和姊妹丫头们一起读书写字，弹琴下棋，作画吟诗，拆字猜枚，描鸾刺凤，斗草簪花，低吟悄唱，无所不至。如此小女儿般的生活，宝玉也乐在其中，难怪他能得到大观园里女性的喜爱。

《红楼梦》第九回中说“宝玉又是天生成惯能作小服低，赔身下气，情性体贴，话语绵缠”。相比于其他贾姓兄弟的大男子主义表现，宝玉既体贴周到，又懂得哄人，不愧是大观园里体贴女性的知心哥哥。如《红楼梦》第十七、十八回所写，在“大观园试才题对额”中，宝玉因在贾政面前很出彩，一高兴，就把身上所佩之物都赏了小厮。黛玉得知后，对宝玉说：“我给的那个荷包也给他们了？你明儿再想要我的东西，可不能够了！”说着赌气回房，拿起正在给宝玉做的一个香袋就较。这时宝玉脱下外衣，从里面的红袄襟上解下黛玉给他的荷包。黛玉看到宝玉对自己送的东西如此珍重，很感动，于是又愧又气，只好低头一言不发。仅此一件小事，宝玉的细腻一览无余。在与黛玉的爱情中，宝玉一直以自己的真挚回应黛玉，他细致体贴对待时而耍性子的黛玉，与黛玉一起分享自己的心情心事，为黛玉的病情担忧，为黛玉的赌气而伤情，整颗心都让黛玉搓揉着。可以说，他们的爱情已然达到了精神共鸣的高度。

宝玉不仅对黛玉体贴细致，对其他女性也爱护有加。当袭人不小心转述茗烟猜测“那琪官的事，多半是薛大爷素日吃醋，没法儿出气，不知在外头唆挑了谁来，在老爷跟前下的火”之类的话，宝玉为免宝钗多心，忙止住袭人道：“薛大哥哥从来不这样的，你们不可混猜度。”也只有心思细腻的宝玉能如此的为人着想。不只对自家的姊妹如此善解人意，宝玉对丫头也丝毫不差。当自己因为金钏儿的事被父亲贾政打得血肉模糊时，他还能变着法子，对玉钏儿赔笑问长问短。秦钟生病，宝玉自己“心中怅然如



有所失，虽闻得元春晋封之事，亦未解得愁闷”。

还有，宝玉在蔷薇架下看龄官画蔷，看得自己身上淋湿了也不知道，只管问龄官湿了没。宝玉还哄白玉钏亲尝了莲叶羹，自己烫了手倒不觉得，却只管问玉钏儿烫到哪里了。甚至在自己读书时，还顾到麝月衣单太冷。如此种种的周到怜爱，不胜枚举，甚至于丫头晴雯病后被王夫人撵出贾府，当天宝玉又偷偷前去探望。晴雯死后，宝玉更是亲作《芙蓉女儿诔》，祭奠晴雯。

宝玉的这般忧人之忧，乐人之乐，对女性的自然亲近和真心喜爱，使得他产生了与当时世俗相背离的奇特的两性观念。在《红楼梦》第二回中，他提出了“女儿是水做的骨肉，男子是泥做的骨肉”的观点，并说“见了女儿便清爽，见了男子便觉浊臭逼人”。宝玉的惊世骇俗之言道出了他对于女性的倾慕，特别是对女性不必追逐功名利禄的羡慕。《红楼梦》第二十回中，针对两性的差异，贾宝玉又提出了“原来天生人为万物之灵，凡山川日月之精秀，只钟于女儿，须眉男子不过是些渣滓浊沫而已”的论调，这更加表明了宝玉对男性的贬斥及对女性的仰慕。

凡此种种，都使宝玉完全融入了女性世界中，做了大观园内的一号知心哥哥。

贾宝玉融入女性社会是为了逃避家庭责任

贾宝玉钟情女性，个性中带有明显的女性化色彩，他爱好胭脂水粉，待人体贴入微，处事多愁善感。这一切从表面上看是贬斥世俗男性，性别反认同的表现，深层次看则是逃避家族责任，追求人生逍遥的行为。

在心理学上，人的性别认同不仅包括了个人对其生理特征的认知，也包括了个人对其性别角色的认知。在传统的性别角色认同中，男性应具有事业心、进取心和独立性，其突出表现为待人诚实正直，行为粗犷豪爽。这便有了“男性气质”。与此相反，女性则应表现为富有同情心和敏感性，善于理家和哺育子女，并对人温柔体贴，举止文雅娴静，这便有了“女性气质”。

性别角色的认同主要依靠父母的示范作用，并通过外界环境的影响来完成。性别认同始于少儿时期（5-6岁），在青少年时期会表现的越来越强烈。若一个人不能很好地认同并接纳自我的性别角色，则会导致各种性



别偏差行为，使得个人在社会交往和家庭关系上遇到重重问题，最终影响身心健康。

对于男性来说，性别反认同主要表现为：一是对于男性在社会准则下的责任和义务，认知不足或有所推卸；二是某些行为方式接近于双性化甚至女性化，例如衣着和言语的女性化表现等；三是性格上表现出女性化中温和阴柔的一面，例如容易多愁善感而缺乏男性的刚毅豪迈等。

男孩子的性别认同好坏，有一个人起着至关重要的作用，这个人就是孩子的父亲。按照精神分析的理论，男孩子在与父亲的互动交流中，会不断模仿父亲的行为表现，并从他身上学习男性应有的行为、思考模式及性格特质。在这当中，如果父亲的形象是威严有亲，则孩子会完全效仿父亲的行为；如果父亲的形象是威严无亲，则孩子可能会出现叛逆权威，并憎恨男人。

在宝玉的成长过程中，贾政的形象一直是恐惧的化身。先是在周岁抓周礼上，宝玉抓了脂粉，惹得贾政大怒。后是宝玉不好读圣贤之书，专好厮混于姊妹丫头之间，又屡遭贾政的训斥，甚至大打出手，以至于后来宝玉见到父亲就浑身哆嗦。如此紧张的父子关系，宝玉能去学习和模仿贾政什么呢！另一方面，宝玉从小便是由丫鬟带大的，很少有同龄男性与他知心默契，终日与姊妹丫鬟嬉闹，一同斗草簪花、低吟悄唱，长此以往性格不女性化才怪呢！

总而言之，贾宝玉对男性的反认同，表面上看是由他深受女性化成长环境的影响而成，深层意义上则是对男性角色的厌恶及对父亲形象的反叛而生。换言之，贾宝玉之倾慕女性，本质上是他不欲进入男人角色的否认式的防御机制表现。而这虽然一定程度上有助于宝玉追求自我的个性发展，但并不是健康人格的表现，也不利于宝黛爱情的长远发展。

富贵闲人，不可能成为家庭有担当的大丈夫

宝玉对女性平等关爱，可以照顾得体贴周到，但宝玉不能脱离那个时代的要求，更不能回避男性所赋予他的责任。具体地说，宝玉可以不参加科举考试，但他不可以鄙视被儒家奉为经典的四书五经；宝玉可以讽刺那些热衷功名的人是“沽名钓誉之徒”、“国贼禄鬼之流”，但他不该热衷于

儿女情长的《西厢记》、《牡丹亭》之类的书籍；宝玉可以嘲笑“文死谏、武死战”的所谓“大丈夫名节”是“胡闹”，但他不应整日沉浸在女儿国中，过着安逸奢华的生活。贾宝玉作为贾家最有资质的继承人，他的所作所为完全与家族的教诲背道而驰，真真是个“孽根祸胎”。

宝玉的人生追求是做个贵族里的“富贵闲人”。由此，他一方面十分鄙视其封建家庭对他的寄托与期望，另一方面又安心地享受着其贵族阶层的锦衣玉食。贾宝玉有此矛盾心态，本质上就是因为他想逃避自己的责任。这样的男子，是无法成为一个真正的大丈夫的！

事实上，贾宝玉和林黛玉之所以能够成为知音，就是因为黛玉全力支持贾宝玉的反叛。例如，对于考取功名这件事，宝钗说教，他拔腿就走人；湘云说教，他立即下逐客令。但黛玉从来“不说这样混账话”，如果黛玉哪天也让宝玉去考取功名，宝玉“也早和她生分了”。

但是，真正的爱情不仅需要精神上的共通，更需要经得起现实的冲击和考验。而在宝黛所处的那个社会，宝玉如此反叛家庭的重望，追求个人的逍遥，何以担得起贾家兴盛的重任呢？又何以承担自己作为大丈夫的职责呢？试想一个每天游手好闲、厮混内帷的人，如何能成为有担当的大丈夫？贾宝玉可以不求功名，但他需要学会操家理财。宝黛的爱情之花开在大观园的温室中，是根本经不起柴米油盐酱醋茶的洗泡的。

由此说，宝玉是个体贴的知音，但绝非是个大丈夫。

情感小贴士：如何做好适应现实的男性角色

大观园可以成为宝黛爱情的保护伞，让纯洁神圣的爱情自由生长，但对于大部分人而言，却没有这个好运。精心养护的爱情经不起现实的考验，最后不得不遗憾收场，落得彼此心伤。那么，对于爱情中的男性而言，如何才能最大程度保障自己的爱情在俗世中经历挫折，如何做到爱情与现实兼顾呢？

1. 男人要活出男人样。

男性与女性都有其在社会中被期待的行为和品质，这是时代所赋予的使命。所以作为男性，不该因为俗世的挫折而变得多愁善感，甚至消极避世，而要在不断的磨难中尝试变得坚强和勇敢，以积极的心态面对生活和未来，活出男子汉的尊严和气概。



2. 男人要有立业之本。

如大观园中的爱情一样，象牙塔中的爱情往往偏向于彼此的心意，女生往往在意男生的温柔体贴和帅气的外表。但迫于现实的压力和未来的不安定感，女性更要求男性有事业心、责任心和上进心，这才是立世之本，也是爱情所必需的避风港湾。

3. 男人要兼顾多种角色。

在纯粹的爱情中，男性的角色或许更侧重于知音和呵护者。但人在现实的社会关系网中有着多重角色，调查表明，61%的女性看重的是男性作为丈夫和父亲的潜力，这就需要男性不仅要成为女性的知音，更要顾全多种社会角色，并灵活转换，给爱情一个可期望的未来。



林黛玉

野蛮女友心眼小 无理取闹增烦恼

林黛玉是《红楼梦》中的一号女主角。她天生丽质，两弯眉，一双含露目，更兼具动静交融的柔弱气息。她虽才华横溢，却心胸狭窄，与人常存芥蒂。特别是在与宝玉的爱情互动中，她一直在使小性子，闹别扭，活脱脱一个古代版的“野蛮女友”。当代社会，谁要找这么个女友当媳妇，家务事非把她拖垮不可。

