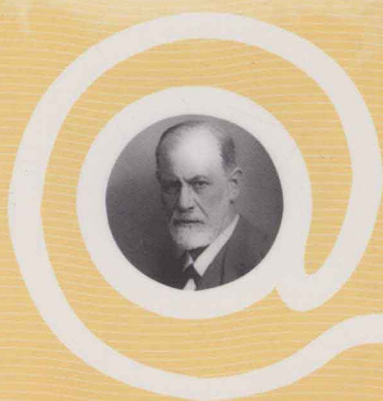




大师微博 改变生活



与弗洛伊德 相约在微博

文木◎编著

欲望的，太欲望的

在潜意识里，人的性欲一直处于压抑状态。道德法制等社会规则，使人的本能欲望时刻处于理性之中。



中国长安出版社



大师微博 改变生活



与弗洛伊德 相约在微博

欲望的，太欲望的

文木◎编著



中国长安出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

与弗洛伊德相约在微博：欲望的，太欲望的/文木编著.

—北京：中国长安出版社，2012.2

ISBN 978-7-5107-0493-2

I. ①与… II. ①文… III. ①弗洛伊德，

S. (1856 ~ 1939) —精神分析—通俗读物 IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 013116 号

与弗洛伊德相约在微博：欲望的，太欲望的

文木 编著

出版：中国长安出版社

社址：北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)

网址：<http://www.ccapress.com>

邮箱：ccapress@yahoo.com.cn

发行：中国长安出版社 全国新华书店经销

电话：010-85099947 85099948

印刷：北京欣睿虹彩印刷有限公司

开本：1/32

印张：7.5

字数：210 千字

版本：2012 年 2 月第 1 版 2012 年 2 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-5107-0493-2

定价：26.00 元

弗洛伊德·西格蒙德，1856年5月6日出生于奥地利的摩拉维亚，他在中学时代就显示出非凡的智力，17岁考入维也纳大学医学院，1876年至1881年在著名生理学家艾内斯特·布吕克的指导下进行研究工作。1881年开始担任临床神经专科医生，“二战”期间，由于德国纳粹党的迫害于1938年迁居伦敦，1939年9月23日因口腔癌在伦敦逝世。

作为一个离经叛道的精神分析大师，弗洛伊德像人类历史上的许许多多的人物一样，他们的出现并没有受到人们的欢迎，反而被视为“异类”；他们的思想总是被众人误解和歪曲。然而幸运的是，并不是所有人的思想都是那么虚伪和狭隘，社会进步给这位精神病理学家一定的发展空间，弗洛伊德所创立的精神分析理论，可称一家之言，作为现代心理学中的一个重要流派，得到了人们越来越广泛的认同。

弗洛伊德的主要代表著作有《精神分析引论》、《性学三论》、《梦的解析》、《图腾与禁忌》、《日常生活中的心理病理学》等。弗洛伊德在众多著作中所表达的理论基础即精神分析理论，该理论将人的一切活动的根本动力归为生物性的本能欲望的冲动，

前言 PREFACE

而本能冲动中最核心的冲动为性本能的冲动，在社会法律、道德、文明、舆论的压制下，人被迫将性本能压抑进潜意识中，使之无法进入到人的意识层面上，而以社会允许的形式发泄出来，如进行文学、艺术的创作。后期弗洛伊德又提出了与“生的本能”对应的“死的本能”学说，认为人除了维护自身生命生长发展的能量（即求生本能，其中核心本能为性欲本能）之外，还有着将自身生物肌体带入到无机状态，即死亡状态下的能量，即死亡本能，死亡本能在战争、仇视、杀害、自残中得以非常明显的表现。

作为一个治疗精神疾病的医生，他的观点不仅在精神病学，也在艺术创造、教育及政治活动等方面得到广泛的运用。人们认识到，人类的行为不仅是由性欲所支配，社会经济因素对人格的形成、教养对本性也都起着作用。虽然弗洛伊德学说一再受到抨击，这丝毫无损于他的形象。他卓绝的学说、治疗技术以及对人类心理隐藏的那一部分的深刻理解，开创了一个全新的心理学研究领域。由他所创立的学说，从根本上改变了对人类本性的看法。

弗洛伊德创造了用精神分析来治疗精神病的方法，同时他系统地论述了人的个性结构学说，将人类面对欲望所产生的一系列焦虑、压抑进行深刻剖析，提出了焦虑的防御、阉割情绪、抑制和升华等解决人格发展困境的方法，对于人类不断完善自我有不可替代的作用。

弗洛伊德的精神分析等理论无疑是现代思想的一座巍然耸立的里程碑，不仅对二十世纪初的西方思想文化影响极深，同时更为我们认识自我、剖析自我、提升自我提供了前瞻性知识。生活在 21 世纪的我们，需要的是从他浩瀚的精神世界中汲取营养，得到人格及心灵的提升。

正是基于此种目的，本书精选了弗洛伊德经典著作中的闪光点，并在每段智慧的文字之后附上简短智慧小语，让您与弗洛伊德相约在微博，从而更轻松、更便捷、更深刻地了解弗洛伊德思想之精华。

愿本书能够为您提供一把了解弗洛伊德的钥匙，同时更希望弗洛伊德的智慧之光能够打开您的心灵之门，获得灵魂的共鸣。

沸腾的欲望之火 1

挣扎在欲望的深渊 3

人总是无休止地追寻独一无二 4

潜意识中隐藏着动物式的本能冲动 5

没有欲望的生活索然无味 6

有些欲望本能需要在太阳下公开 7

欲望是妄想的火种 9

性变态：先天的普遍性倾向 10

动作错误是源于潜意识的驱使 11

遗忘，因为那些不快的记忆 12

过失是内心矛盾冲突的结果 13

倒退之后保持激情与勇气 14

意识是冰山露出海面的一角 16

潜意识是内在成就的根本驱动力 17

都是性欲惹的祸 19

性是开启心理难题的钥匙 21

性本能具有升华的能力 22

挣扎的力量来自性冲动 23

多考虑本能的审美需要 24

目 录
CONTENTS

生活总是很难圆满	25
嫉妒隐藏在潜意识中	26
残酷与冷漠源自情感的压抑	27
我们徘徊在现实与梦想的冲突中	28
谁懂得如何等待，谁就不必让步	30
不要活在过去生活的阴影中	31
都是性欲惹的“祸”	32
人人都有自恋欲	33
爱情需要学习需要准备	34
 叩问梦中的愿望	37
梦的动机是一个愿望	39
不做梦的人必定平庸	40
所有梦都是绝对自我的	41
性冲动是梦的原始动力	42
遇到十字路口暂时停下来	43
永恒人性存于无从追忆中	44
给睡眠一个轻松的心态	45
用勇气超越生活的顾虑	46
梦来源于真实的存在	47
拆除冷漠的墙，梦中不再难堪	48
梦用象征表现伪装的思想	49
梦是释放压抑的主要途径	50
理性是梦的敌人	51
梦带领我们到达人性的原始领域	52
白日梦是心灵的寄托	53

皈依自我的意识 55

人人内心深处都有一个本我的精灵 57

本我如同充满各种兴奋剂的大锅 58

在幻念中寻得自由的快乐 59

记忆中的童年是最宝贵的 60

超我是道德化的自我 61

思想愈深邃，理解的人愈少 62

以自主的品质赢得尊重 63

自我理想是更高的完美性要求 64

本我犹如脱缰的野马 66

忧郁的自我既是狱吏，又是囚犯 67

屈己从人在科学上是无益的 68

躯体是自我表面的投影 69

想象让梦想起航 70

快乐与道德的冲突 73

游走在快乐和痛苦之间 75

幸福和痛苦本是一体两面 76

人生似棋不如棋 77

累了，就闭上你的眼睛 78

幸福的人从不幻想 79

求取快乐是心理活动的全部 80

快乐原来如此轻松简单 81

幸福是一种乌托邦的心态 82

良心用完美和负罪约束自己 83

快乐源自心境的平稳 84

目 录

CONTENTS

诙谐是表现自己的强烈冲动 85

新奇始终是快乐的条件 86

幸福绝不是文化的价值标准 88

构筑爱的圣地 89

爱是伟大的导师 91

过分估价，爱将变得一文不值 92

尊重女性是正常男性所具备的基本素质 93

生命中唯一重要的是爱情和工作 94

爱情的秘诀是若即若离 95

恋爱是追求幸福的合理方法 96

初恋是心里最美丽的痛 97

爱情是情和欲的结合 98

婚姻应以身心赤诚相爱 99

敬爱与爱情无关 100

最高贵的爱情存身于苦行生活中 101

当爱情受到创伤 102

爱使人从利己走向利他 103

情感升华延长爱的保质期 104

爱不是性欲的美妙代言 106

友情与爱情的联姻是一种缘分 107

健全自我的人格 109

善良才具备永恒的美 111

人的命运就是其性格 112

凡人皆无法隐瞒私情 113

控制自己无节制的欲望恶魔	114
偏见是无知和愚昧的产物	115
羞怯心是优秀的女性特征	116
是骗子才以空言欺人	117
勇敢面对是解决冲突的好方法	119
解开孩子的情结	120
不要忘记那个真实的自己	121
人必须有勇气超越因循与贪恋	122
模仿是为了超越	123
还孩子以纯真的世界	124
做一个有思想的人	125
父母的榜样是孩子成长的精神来源	126
超越自卑	128

历经人生的磨炼	129
用冷静驱赶恐惧	131
人人都会犯错	132
从压抑的消除中获得快乐	133
女人，不要低估自己的价值	134
给自己的神经系统放个假	135
禁欲是一条无形的枷锁	136
少一份自恋，多一份奉献	138
不做好分内事，会心生罪恶感	139
理解需要感情上的共鸣	140
架起自己的精神支柱	141
心灵是抉择竞争的场所	142

目 录
CONTENTS

焦虑因性欲的缺乏而起 143

在快乐之路上忍受“痛苦” 144

信仰需要一种狂热 145

在生存中坚强挺立 147

生存与竞争是永久存在的 149

假如生活就像我们看到的那样 150

自信会成就真正的成功 151

人总是要靠自己 152

理智的声音总是“渗人”人心 153

不要被任何威望麻痹 154

个人都不可能孤立地存在 155

强大者必须拥有强大的内心 157

唯有成绩能让众人信服 158

无忧无虑只是一种幻想 159

在群体中也要保持部分本色 160

权宜应变，不断完善自我 161

在愤怒时微笑 162

学会发现和感知生活 163

持续的密切会产生厌恶情绪 164

活出闪亮的人生 165

无法摆脱的生死 167

本能是最大的理性 169

生活的本能就是爱欲 170

生命的叫喊是经爱欲发出的 171

有时，生活需要孤注一掷	172
所有的欲望都是死亡本能的表现	173
个体只是物种绵延的一部分	174
生命的智慧在于保持优点，克服缺点	175
人总是在无意识中确信自己不死	176
爱让我们聚合到一起	177
在现实与快乐的夹缝中生存	179
生死原本是人生的过程	180
行为背后的动机很难被认清	181
人总是走在生死边缘	182
生命意志的张力	183

艺术与情感的冲撞 185

艺术需要保持一份纯粹	187
生活不能缺少美的滋养	188
生活的艺术需要自己体会	189
艺术给贫乏生活以补偿	190
文艺是苦闷的产儿	191
放慢脚步并非罪孽	192
所有的玩笑都有认真的成分	193
无知不能衍生出任何东西	194
经典使我们的快感释放	195
找到情感与理智的交汇点	196
生活需要合理的发泄方式	197
你的语言就是你的魔咒	198
灵魂的松弛，源于文学	199

目 录
CONTENTS

人的内心都是丰富多解的 200
在感性的诱惑与理性的节制中寻得平衡 201

娱乐至死的文明 203

人类为一个文明毁灭了另一个文明 205
对禁忌的违反是个体行动的推动力 206
如果存在双重的道德标准 207
牺牲本能的享乐有助于文化的进步 208
法律从本源上是野蛮的暴力 209
宗教对不属于它的人总是冷酷的 210
我们生活在焦虑的时代 211
感情的冲动是一种欲望冲动 212
本能欲望时刻处于理性控制之中 213
忏悔是寻求自我救赎的有效途径 215
信仰实际是灵魂的一种状态 216
心灵的逃亡并非脆弱的表现 217
人沉迷于权威带来的极度愉悦 218
以毁坏自然为前提的文明将一片荒芜 219



沸腾的欲望之火

■ 挣扎在欲望的深渊

人类于是更迭地忽为求乐的动物，忽又为理性的人类；因为得之于现实的微乎其微的满足是不能救饥解渴的。

——弗洛伊德《精神分析引论》

人类从伊甸园的禁果起，就开始虔诚地跪在欲望的膝下，成了它永不逃亡的俘虏。欲望像一根无形的绳索，套住了人们的理智的头脑。于是，人们便披着“信徒”的外衣，一面对自己说着“作孽”，一面义无反顾地将枷锁附在自己的身上，走向无底深渊。

弗洛伊德说，人类总是不断地追求，但是得之于现实的微乎其微的满足根本不能救饥解渴。于是我们看到了，在那个伪善的十字架下，巴黎圣母院众教徒集体自杀，看到了后羿的妻子嫦娥那只伸向长生不老药的手而长久居住冰冷的月宫之中，看到了周朴园赶走侍萍时冷笑背后的残酷……人们在欲望的魔幻境界，愈陷愈深。欲望像那些“美味”的河豚，新鲜美味中又隐含着剧毒，它像美国人身体内那滚滚流动的“黑色”血液，即使背信弃义也要证明些什么。可见，欲望彻底统治了我们的肉体 and 灵魂。