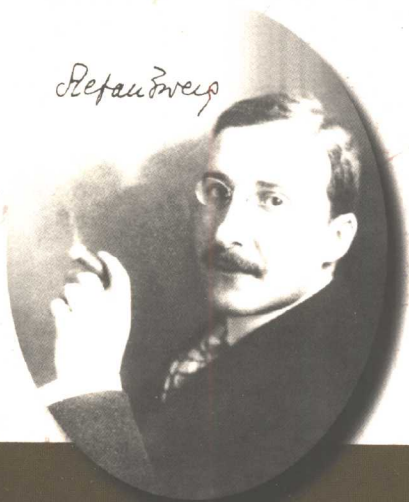


梅斯默尔、玛丽·贝克-艾迪、弗洛伊德

Sigmund Freud

Sigmund Freud



茨威格 传记系列

「奥地利」茨威格
沈锡良 / 译

梅斯默尔、
玛丽·
贝克·
艾迪、
弗洛伊德

精神疗法

安徽文艺出版社

茨威格·传记系列

Stegher Liangfa

精神疗法

——
梅斯默尔、玛丽·贝
克·艾迪、弗洛伊德

〔奥地利〕茨威格
沈锡良／译

策划／梦湖
主编／赵燮生



安徽文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

精神疗法/(奥地利)茨威格著;沈锡良译. -合肥:安徽文艺出版社,2000.9

(茨威格传记系列/赵燮生主编)

ISBN 7-5396-1931-7

I. 精… II. ①茨…②沈… III. 心理学家-传记-世界
IV. K815.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 37627 号

精神疗法 (奥地利)茨威格 著 沈锡良 译

责任编辑:岑 杰

出 版:安徽文艺出版社(合肥市金寨路 381 号)

邮政编辑:230063

发 行:安徽文艺出版社发行科

印 刷:安徽宿州印刷总厂

开 本:850×1168 1/32

印 张:10.5

插 页:2

字 数:230,000

印 数:5000

版 次:2000 年 9 月第 1 版 2000 年 9 月第 1 次印刷

标准书号:ISBN 7-5396-1931-7/I·1807

定 价:15.80 元

(本版图书凡印刷、装订错误可及时向承印厂调换)



Refauzvez



谨以此书献给
我敬仰的阿尔伯特·爱因斯坦

前 言

大自然的每一次困境,都是
对更高故乡的一次回忆。

——诺瓦利斯

对人而言,健康是正常的,疾病则是不正常的。身体将健康作为理所当然的事来接受,正如一个人的肺之于空气,眼睛之于光明。健康在日常生活中默默地成长。然而疾病呢,它像个外来者突然闯入,无意间冲向受到惊吓的灵魂中,由此便引发了许多问题。既然这个可怕的敌人来自异地,那么是谁派它来的呢?它是留下,还是走开?人们是否可以驱走它、恳求它抑或控制它?恐惧、信仰、希望、气馁、诅咒、屈从和绝望,疾病以它那残酷的利爪迫使人的心中产生这些截然相反的感觉。它教病人去问,去思考,去祷告;教病人抬起畏怯的目光望向虚无,创造一个能与它的恐惧相抗衡的生物。正是疾病为人类创造了宗教的情感和上帝的思想。

因为健康是人的天性,它不解释自己,也不愿被解释。可受到折磨的任何一个人,每次都期望在自己的痛苦中寻找某

种意义。疾病毫无意义地侵袭到人类的头上,身体无辜地、漫无目的地在顷刻间发热,直至痛得心如刀割——对于这种疾病是毫无意义的可怕的想法,人类未曾追根究底地去思考过,单单是这种痛苦就足以摧毁世界的道德秩序。在他们看来,疾病无论如何是受到某个人的派遣,而人类认为那个带来疾病的难以捉摸的人,他把它带给尘世间一定是有缘由的。一定是某个人对谁发火了,他对他发怒,对他厌恶。一定是某个人想惩罚他,因为某种罪责、某种亵渎,因为触犯了诫条。而这个人只能是那个主宰一切的人,那个从天空中扔下闪电的人,那个将严寒酷暑撒下大地、让星星闪耀和消失的人,他,这个拥有任何权力的人,这个万能的人就是上帝。因此疾病这种事从人类一开始,便与宗教情感难舍难分。

上帝带来了疾病,惟有上帝才能重新带走它:这一思想始终是任何医学的出发点。原始时代的人们受尽了伤残的折磨,他们完全是无意识的,那么无助、可怜、孤独而虚弱。他们别无他法,惟有用自己的心灵向施以魔法的上帝呐喊,祈求他的保佑。原始人只知道将呼喊、祷告和牺牲作为药物。人们无法抗拒他,这个超人,这个黑暗中的不可战胜者:人们不得不低三下四,祈求他的原谅,恳请他、乞求他祛除凡人身上的伤痛。可是如何去抓住这个看不见摸不着的人儿呢?如何跟他诉说呢?谁也不知道他住在哪儿。如何向他表示忏悔、谦卑、许愿和牺牲,这些信号他又如何能理解呢?在人类早期,可怜、未开化且又愚钝的心灵并不懂得这些东西。上帝是不会现形于无知者面前的,不会俯身关注他低下的劳作,上帝对他不屑一顾,也不会倾听他的呼声。于是在迫不得已的情况下,这个无所适从的凡夫俗子开始寻找另外一个人作为中间

人,那个人必然是一个智者和大师,精通咒语和魔法,他能祈望上帝消弭黑暗势力,平息人类心中的怒火。在原始文化时期,这个中间人就是祭司。

人类的史前时代,健康的斗争不是与单一的疾病的斗争,而是一场争取上帝的斗争。世界上的任何医学均起源于神学、礼拜、礼仪、魔法以及人们抗拒上帝考验的反压力。对付肉体病痛的不是技术上的帮助,而是一种宗教行为。人们不是在治疗疾病,而是在寻找上帝;不是在医治病痛这种现象本身,而是希冀祷告、赎罪来摆脱它,通过许愿、祭品和典礼使上帝放弃它。因为它是在超自然的途径下来的,它也惟有在超自然的途径下才能被避开。这样便出现了与现象整体相对的情感整体。只有一种健康和疾病,对它们而言也只有一种原因和一种治疗,那就是上帝。而在上帝和疾病之间也仅有一个中间人,他就是祭司,他同时也是灵魂和肉体的守护者。世界还没有四分五裂,还没有一分为二,信仰和知识在神圣的庙宇里建立了惟一的机构:没有全身心的投入,没有礼拜、咒语和祷告,从病痛中拯救出来是无法实现的。所以,擅长神秘星象的人、梦的观察家和占卜者、驱除妖魔鬼怪的大师、祭司们把医术不是作为实践科学,而只是作为神秘物。因为医术是无法学会的,也只能授予神职人员,所以它就在那些人中世代相传;尽管从经验中获得了许多医学知识,祭司们却从来不予哪怕只是客观的忠告。他们总是将治疗的事看作是奇迹,因而也要求神圣的场地、心灵的高尚和上帝同在。惟有灵与肉的清洁和净化之后,病人才可以接收到治疗的咒语:那些朝

圣者经过漫长而艰辛的旅途来到埃比达鲁斯^① 神庙之后,必须在祷告中度过第一个夜晚,他们必须净身,每人宰杀一只牲畜祭品,睡在院子里被供奉的公羊的毛皮上,并将夜里做的梦告知祭司,用于占卜。如此这般之后,祭司才给病人举行庄重的仪式,并同时对他们进行医疗。但是,心灵虔诚地亲近上帝始终是所有治疗的先决条件;谁想得到治愈的奇迹,谁就必须准备对付意料之外的事。医学学说从产生的最初就与神学教义紧密相连,医学和神学从一开始就是灵与肉的关系。

这种一开始的统一体不久就不复存在了。为了能够独立并在疾病和病人之间真正起到中间人的作用,科学就必须脱下疾病来自神圣的起源的伪装,并且必须把牺牲、祭台和祈祷这些宗教上的观念视作完全多余的东西消灭掉。医生起先站在祭司一边,不久便与他对着干了——这是恩培多克勒^② 带来的悲剧——,医生并且通过让病痛从超自然中回到平常的自然事件中,企图借助于尘世的方法排除病人心中的困扰,运用外界的物质,那儿的药草、浆汁和矿砂。祭司的职权限于做礼拜而不必治疗病人,医生则放弃对病人精神上的影响,放弃祭台和魔法。这两种潮流分别沿着各自的道路流淌。医学的所有元素迅即获得了完全崭新的脱胎换骨的含义。尤其是“疾病”这一总的精神现象,被划分为许许多多单独的分门别类的疾病。所以,从某种意义上说,它们的存在与人的精神个

① Epidaurus,古希腊伯罗奔尼撒半岛东部城邦,以医疗之神阿斯克勒庇俄斯神庙而闻名。

② Empedocles(公元前 493 ~ 前 433),古希腊哲学家,确立了上、气、火与水的四原素学说。

性分隔开了。现在,疾病涉及到的不再是整个人,而仅仅是他的某个器官了(魏尔啸^①在罗马会议上说:“没有什么全身性疾病,而多的只是器官和细胞的疾病)。这样一来,医生最初的使命自然就有了变化,他坚持不懈地与疾病是整体的观念作斗争,他又回到了原本就不多的任务上,即根据病因确定每种病痛的位置,然后将它归入早已有计划分类和描述过的疾病种类中。只要医生正确地诊断病痛,说出病名,那么他最主要的工作差不多就完成了,治疗自然而然地通过为这个“病例”所预先指令的治疗方法加以实施。现代医学彻底脱离了宗教和魔法,它是一门已被研究得非常透彻的认识科学,按照业务上的准确无误工作而不是个人的预感;如果现代医学仍然喜欢诗意地自称为“医术”,那么这个高贵的词汇也只有在工艺美术这种混合的意思下才适用。因为医学早已不再像从前那样,要求对它的追随者们进行祭司式的精心挑选,要求神秘莫测的先知的力量,要求与大自然万能的威力保持超乎寻常的一致:天职成了职业,魔法成了系统,治疗的秘密成了药理学和器官科学。进行治疗不是作为魂灵的仪式,作为不可思议的事件,而是作为医生一种纯粹的、几乎是通过计算算出的理智行为。学识取代了冲动,教科书取代了上帝,取代了神秘而富有创造性的祭司咒语。如果说古老的魔术般的治疗方法要求人的精神极度紧张的话,那么新型的临床诊断要求医生的则恰好相反,也就是说,它要求的是在绝对心平气和的情况下精神发出的自由自在的闪光点。

^① Virchow(1821~1902),德国病理学家,细胞病理学的创立者。一译微耳和。

这种治疗过程必然的客观化和专业化在 19 世纪提高得有点儿过火了:因为在被治疗者和治疗者之间出现了第三者插足,一个毫无灵魂的东西:器械。在诊断中,天才医生那明察秋毫、创造性概括症状的目光变得越来越可有可无:显微镜为他发现了细菌性病菌,测量仪替他检测血管搏动和血循环,X 线照片为他节省了直观检查。实验室在诊疗术中,愈来愈剥夺了本属于医生职业知识的工作,而在治疗时化工厂又替他尽了全职,分配药物的剂量,一个一个地装好备用;中世纪的医生们却必须根据各自的具体情况,将药物亲自混合、测定和计算。这种技术优势尽管后来曾经迷失过方向,然而最终还是成功地闯进了医学,它将治疗过程具体地化成了一张图表——非常细微和表格化:过去是把疾病视作不寻常的东西侵入了人体,现在渐渐地,它恰好又成了与人类原始时期相反的事儿,它成了“平常”的、“典型”的病例,它的时间可以预先测定,它的过程机械化了,它的实例可以理性地计算。在医院这些人类不幸的大型百货商场内,处理各种疾病完全就像那些商务企业一样,按照专门的科室,配有自己的生产科长;医生同样也被分配好了,他们是流水线上作业的人,从一张床奔到另一张床,检查单个的“病例”,却总是仅仅检查有病的器官,病人的痛苦在增加,而医生大多没有时间往他们的脸上瞧上一眼。医疗保险机构和诊所的庞大组织为灵魂和个性的丧失取得了推波助澜的作用:一家过热的大众企业应时而生,医生和病人之间内心交流的火花哪怕一次都无法点燃,心与心之间磁石般的神秘力量哪怕只闪动一次也变得愈来愈不可能。相反,家庭医生作为古生代和太古时代的生物已不复存在。家庭医生是惟一了解病人的人,他不仅了解病人的身体

状况、他的体质以及变化,而且也了解他的家庭及其与之有关的他的某些生物局限性。家庭医生是最后一个在祭司和医生之间带有某些古老的二元化的人。然而时间把他从滚动的流水线上推了下去。他就像出租马车之于汽车一样,违背了专业化、系统化的规律。他因为太过人性,不再适应先进的医学技术了。

但是,对于医学这种个性的丧失和灵魂的彻底丧失,广大的虽然无知却充满预感的老百姓向来是反对的。时至今日,蒙昧的、仍然不那么“有文化”的人们正如数千年前的人们一样,敬畏地将疾病视作某种超自然的东西,他们抗拒疾病的方式依然是希望、恐惧、祈祷和许愿这些魂灵的仪式,他们的第一个念头不是感染或动脉硬化,而是上帝。不曾有哪本教科书或者哪个老师会劝说他们,疾病是“自然而然”、完全无意义并且无辜地出现的。因此他们从一开始就怀疑任何一家诊所,它们均许诺要在实事求是的、技术的和冷静的也就是说冷漠的方式下治病救人。人们拒绝科班出身的医生,是因为强烈渴望(遗传本能)有一位全才的、与动植物联系密切、了解秘密的“自然医生”,他是天性使然而并非通过国家考试才成了医生和权威。人们始终希望有一位能“操纵”疾病的“治疗者”,而不是拥有疾病知识的专家。巫婆和魔鬼的迷信可能早已不攻自破,但对身怀绝技、法术无边的人的信仰,却远比人们公开承认的那样更加清晰地留在了人们的记忆中。而这种震撼人心的敬畏是我们面对贝多芬、巴尔扎克和梵·高这类具有惊人创造力的天才时才有的,人们今天仍然将敬畏集中在这样的人身上,自以为在这样的人身上比在普通人身上更富有疗效——人们始终渴求一个恒温的活人、一个“力量由他发

出的人”做中间人,而不是一种冷冰冰的方法。以药草治疗的女人、牧羊人、用咒语祛除病魔的人以及磁疗医生,正因为他们行医不是作为科学,而是作为手艺,甚至作为被遭到禁止的非法手艺,所以才比科班出身、有权利领取退休金的乡镇医生更能赢得人们的信任。同样,只要医学变得越是技术化、理智化和局部化,那么广大民众反对它的本能就越是激烈:数百年以来,尽管人人接受了教育,但反对学院医学的思潮在百姓的内心深处悄无声息地愈传愈烈。

科学早就感觉到了这一反抗,然而徒然地与它抗争着。连科学与国家权力相联合并强迫通过了一项反对江湖郎中和自然治疗者的法律,也是无济于事:最底层的宗教运动绝不能通过法律的条款而被完全扼杀掉。今天,仍和中世纪一样,无数未获得学位的、也就是国家认为是非法的治疗者在背着法律继续行医,在自然治疗法、宗教治疗和科学疗法之间不断地爆发小规模战争。但是学院科学真正危险的敌人,不是产生自农舍和茨冈人的野营地,而是他们自己的阵营中;就像法兰西革命和其它任何革命都不是从百姓中选择自己的领袖人物一样,真正动摇贵族统治的是站起来反对他们的贵族们。所以永远是那些不受制他人的个别医生在这场伟大的反对学院医学越来越专业化的造反中,成了举足轻重的代言人。反对丧失灵魂、为医疗奇迹揭开面纱的始作俑者,就是帕拉塞尔苏斯^①。他以他那农民的粗鲁作为武器反对所谓的“医生”们,指责他们徒有毫无想象力的书本知识,只是像拆卸人造钟表

^① Paracelsus(1493~1541),瑞士炼金学家和医生。尽管他热衷炼金术和神秘主义,却为西方治疗学引入了鸦片酊、硫磺、铝和汞。

地去拆卸人的微观世界,再把它重新拼拢而已。他与傲慢这种科学中教条的权威性作斗争,这种科学失去了与自然法术的任何联系,既不会预料到也不会注意到自然的力量,也不会感觉到这种泉流,它是从世界灵魂出发,也是从个人灵魂出发的。而不论他自己的处方在今天看来是那么地不可靠,此人的精神影响似乎随着时间的推移仍在继续增长,随后在 19 世纪初那个所谓的“浪漫”医学中被中断了。“浪漫”医学是哲学诗歌运动中的一个流派,重新致力于灵与肉的更高层次的统一。他们无条件地信仰泛神论,胸有成竹地辩护说,自然本身就是最聪明的治疗者,人至多是个辅助者罢了。正如无须由化学家告诉我们血液对抗任何毒素就会获得抗毒素一样,自我维持、自我改造的组织大多完全独自对付自己的疾病。所以,所有人类医学的主要意义,不在于固执己见地跨越自然的进程,而只能是增强内心随时存在的患病中的健康意志。不过在心理的、精神的或宗教的方式下引起的冲动,或许通常与使用粗笨的仪器和化学方法一样迫切呢;可事实上真正的成功总是仅仅来自内心而绝非外界。自然本身就是“内心医生”,是每个人与生俱来的,因此它要比只从外界症状中触摸的专家更了解疾病——疾病、器官组织和治疗问题经浪漫医学,第一次又重新被视作整体。一系列体系在 19 世纪超出了这种组织自我反抗疾病的最初理念。梅斯默尔根据人类的“健康意志”创立了磁疗学说,基督教科学派的创立则基于对自我认识的富有成效的宗教力量。有些治疗大师们运用的是自然界的内在力量,其他的治疗大师们运用的是自然界的外

精神疗法

在力量：顺势疗法^① 医生们使用未经搀合的材料，克奈普^②和其他自然疗法的导师们使用水、太阳、光等获得新生了的元素；然而所有的人均异口同声地放弃使用任何化学药物，放弃了任何器械，也因此放弃了新时代科学所取得的决定性成就。所有这些反对经院式局部病理学的自然疗法、奇迹疗法以及“精神疗法”，它们共同的对立面可以用简略的一段话来表述。科学医学视病人和他的疾病为“客体”，差不多轻蔑地将绝对“被动性”的角色分派给病人；除了顺从地、甚至心不在焉地听从医生的安排并且自己尽可能地被排斥在治疗之外，他什么也不必问，什么也不必说。这儿的秘诀是“治疗”这个单词。因为在科学医学中，当病人作为客体“被治疗”的时候，心灵疗法首先要求病人对自己作心灵上的“治疗”，要求他作为主体、作为治疗的载体和主要完成者最大限度地发挥抵抗疾病的“积极性”。在呼吁患者振作自己的精神、统一自己的意愿并以他本质的整体对付疾病的整体的情况下，出现了所有心理疗法中真正的而又惟一的药物，不过大师们的救助行动大多限于言语，而不是别的东西。可要是谁知道，这种语言，这种创造性的语言引起怎样的奇迹，嘴唇魔术般地震动虚无，它建造了许许多多的世界也摧毁了许许多多的世界，那么他就不会惊讶，为什么在治疗学中如同在其它任何领域中一样无数次地发生了真正的奇迹，就不会惊讶为什么仅仅通过安慰

① 又称类似疗法。即用最小剂量的药物对病人进行治疗的方法，而健康人服用这些药物后会引起同样的病症。其原理称为“以类似治疗类似”。与顺势疗法相对的则称对抗疗法。

② Kneipp(1821~1897)，德国天主教牧师和医生，创立了水疗法。

和眼神这些人与人之间的传递符号,有时那些完全毁坏了的器官仅仅依靠精神的力量就可以重新获得健康了。这些疗法是完全不可思议的,然而它们既不是奇迹也不是惟一,它们只是模糊地反映了一个对我们来说尚属神秘的法则,这种灵与肉具有更高关系的法则或许我们在未来的时代里才能研究得更加透彻;只要不再否认这种运用纯精神方式治疗的可行性,对从纯科学角度无法解释的现象给予某种羞羞答答的敬畏,那么对我们这个时代来说就已经足够了。

在我看来,少数治疗大师从学院医学界的脱离是文化史上最为有趣的插曲。因为在文化史中——无论是世界史还是思想史中,当某个孤独无助的个人独自反抗一个庞大的为整个世界所包围的组织时,没有什么东西可以跟心灵成果这种充满戏剧性的力量相比的了。不管是反抗罗马帝国军团和步兵队的被殴打的奴隶斯巴达克,反抗沙皇俄国的可怜的哥萨克人普加乔夫,还是反抗万能的天主教会的宽额头的奥古斯丁教团教徒路德——当一个人惟有拿他自己内心的信仰力,不得不抗拒所有世上结盟起来的势力,并投身于一场看起来他又完全无望的战争的时候,恰好他的内心激动创造性地向人们倾诉衷肠,于是它从虚无中创造了巨大的力量。我们每一个狂热地信仰“精神疗法”的人,都在自己身边聚集着无数的信徒,每个人都用行动和治疗激起并动摇了时代的意识,强大的思潮由此逐渐转为科学。且去想象一下这样似梦似幻的情景吧:在这样的一个时代,医学由于技术童话般的安排而完成了真正的奇迹,医学已经学会对活性物质中最微小的原子和分子进行分解、观察、拍照、测量、影响和改变,其它所有精确的自然科学都在有益无害地追随着它,而且器官的东西看

起来并不更具神秘感了——恰好在这时候，一大批独立的研究者证明了这整套机构在许多病例下是多余的。他们公开地、不容反驳地表示，即使在今天，也能完完全全像以往一样，可以赤手空拳地仅仅按照精神的途径取得治疗效果，甚至在大学医学院出色的精密仪器都感到无能为力的病例中。从外观看来，它的体系由于它的不引人注目而让人不可捉摸、几近可笑；医生和病人友好地坐在一起，似乎只是在闲聊而已。没有 X 线透视，没有测量仪，没有电流，没有石英紫外线灯，也根本不需要体温表，没有使用值得让我们时代骄傲的整个技术仓库里的任何东西，可是那些原始的方法往往要比先进的治疗法更有力。铁路的开通丝毫没有改变人类的精神成分——不是每年有千千万万的朝圣者赶到卢尔德^① 的岩洞去，只是为了通过奇迹恢复健康吗？至于高频电流的发明同样没法改变精神对神秘的看法，因为正是 1930 年在加尔斯帕赫^②，高频电流躲在一个捕捉心灵的人的魔棒中，在他的四周从一无所有中变出了一座拥有宾馆、疗养院和娱乐场所的城市。没有哪一种事实，能像无数的催眠暗示疗法和所谓的奇迹疗法的胜利那样如此显而易见地证明，在 20 世纪竟然还有那么巨大的信仰力，同时在细菌和细胞医学中又有多少有用的治疗的可能性多年来有意识地被忽略了，因为它固执地否认任何非理性的可能性，执拗地将精神自助从它精确的计算中排除了出去。

① Lourdes，在法国南部，天主教最著名的朝圣地之一。据说那儿的泉水能产生神奇的治疗效果。

② Gallsbach，奥地利地名。