

日常 生活的心理 奥秘

ri
chang sheng
huo de xin li
ao mi

弗洛伊德 著

日常生活的 心理奥秘

弗洛伊德 著
林克明 译

甘肃人民出版社

曾 序

假如有人问我：“想了解给近代心理学以巨大影响的精神分析学说，应该从何着手？”

我会毫不迟疑地回答说：“先读弗洛伊德所著的《日常生活的心理奥秘》和《梦的解析》。”因为这两本书主要阐明了精神分析的基本学说——“潜意识”的存在，以及运用潜意识境界的基本思考法则。不了解这两点，就无法了解精神分析的理论。

人之精神活动，一部分在意识状态进行，即是人自己能觉察到的；但大部分却在不知不觉之中，即所谓潜意识状态中进行。所以，人常会做出别人不能了解，甚至连自己也不解的行为，说不出该说的话（遗忘），甚或说不该说的话（语误）。以精神分析为基础的动态精神医学，对现代社会最大的贡献，就是帮助我们剖视潜意识的境界，从而对人类的行为作更有深度的了解。

精神分析家认为，人格可分为原我、自我及超我三部分。此乃观念上之划分，而非解剖上之分割。所谓“原我”，乃指人格上最原始之部分，包括各种欲望，如自我保存欲望、性欲及攻击欲望等等，是生活的原动力。原我之精神活动，

通常在潜意识状态下表现，无法直接意识到。不过，透过梦、幻想或精神病人症状等与原我有密切关系之精神产物，可以大略推测其真相。所谓“自我”，是能为自己所意识到的“我”的一部分，其主要机能为处理自体与现实之关系。一方面感受现实，一方面接受超我之批判与控制，处理原我之欲望，使之能适应现实。自我之精神活动，一部分在潜意识状态进行，但大部分在意识状态活动。至于“超我”，乃指人格中之监督批判机构，其主要作用乃在于依据其社会观念，监督是非善恶，作为原我欲望之表现及自我行为之准绳。超我之机能，一部分在意识状态进行，大部分则在潜意识状态中发挥其作用。

我们在日常生活里，常常把一些事情遗忘。所谓“遗忘”，有时是因为随着时间的消逝而自动泯没，有时是因为学习之前后，又学习别的事物而受到干扰，使之易于遗忘。以上均属于通常之“自然遗忘”。精神分析家发现另有一种很重要的遗忘，乃是由于个人不愿意记忆，即有目的地把一些事情，经由不知不觉的过程把它遗忘，但在特殊情形之下又能恢复其记忆，称为“动机性遗忘”。

换句话说，一个人常把一些可能使自己觉得痛苦或难为情的想法、冲动或记忆，从意识之境界，经由不知不觉的过程移放到潜意识之境界，说是“遗忘”了，以免因为意识到而感到不舒服。这种压抑的过程，是在潜意识状态进行的，称为“潜抑作用”。这种潜抑下来的精神材料，处于“下意识”状态，受着一种阻力，使之不易再被意识到，即“阻抗作用”，以便于保护自我。可是有时这种被潜抑下来的记忆、想法或冲动，因为力量很强，不受超我之批判和监督，或者因自我

之处置力量松懈了，就突破阻抗力量，再度浮现到意识境界里来。对于这种从下意识出现到意识境界的精神活动，我们常常不易于接受，乃以“说错了”、“想错了”或“做错了”等藉口——“错误”来否定它。

弗洛伊德所著的这本《日常生活的心理奥秘》，主要在说明如何从人们日常生活里时常发生的语误、笔误或读误等“错误”现象，或动机性“遗忘”，去发掘潜意识的存在和了解压抑作用的功能。弗洛伊德在这本书里，不仅引用一般人在日常生活里发生的资料，而且引用他自己的实际经验，经由自我分析的方法，透彻地分析、解释了深层精神活动的奥秘。精神分析的学说，一般人似乎觉得深奥不易理解，但这本书都是引用日常生活中的实际例子来说明，深入浅出，使人谈起来不但容易体会、了解，而且觉得津津有味，可以说是学习精神分析的最好的入门书。

在科学进步的二十世纪里，如何探讨“人”本身，实为最重要的课题。目前国内有关心理学或精神医学的书籍，与欧美各国相比较，少得可怜。要想赶上西方国家在这方面已有的成就，以及更进一步发展我们自己的学说及理论，将西方有关书籍译成中文，介绍给大家，是刻不容缓的急务。林克明君于百忙之余，能不辞辛劳把这本弗洛伊德的名著《日常生活的心理奥秘》译成中文，这对于促进我国心理学及精神医学的发展，无疑是做出了贡献。林君利用其本身对精神医学的知识与经验，不仅译笔流畅，读起来吸引人，而且穿插插入本国的例子以供参考，能使读者更加了解本书的理论，是尤其值得赞扬的。

——曾炆煌

译者序

近代科学发展史上，有三个最为杰出的人物，他们的成就，不但促进了其所从事的本行，使之跨入一个崭新的境界，而且更普遍影响到人类思想及生活的各个方面。这三个人，我们认为：牛顿、达尔文和弗洛伊德。牛顿缔造了物理世界的秩序。达尔文的进化论，使得生物学和有关学科的知识不再杂乱无章。而弗洛伊德所代表的，可以说是心理学摆脱了哲学的范畴，步向科学之努力的一个峰巅。

精神分析学，萌芽于上世纪末，茁长于本世纪初，迄今依然是精神医学最倚重的一环。作为一种医疗方法，它所期望的不仅是病症的消除，更重要的是，它致力于改变人心的结构，修正他对于事物的看法，他的动机，加强他自主的能力。事实上，精神分析学的影响力，早已逾越医学、心理学的界限，渗透了所有的人文科学，弥漫于人类学、考古学、社会学、犯罪学、历史研究、教育理论、文学、艺术……之中。在每一个地方，它代表的总是一股激浊扬清的力量。诚如社会学家里夫（Philip Rieff）所说：“在弗洛伊德的作品里，你可以找到二十世纪最重要、最具威力的思想。它们已使西方文明的思想史全然改观。”精神分析学对于现代人心灵

的影响，可以说是既深且巨的。

每一种划时代的伟大发现，最初总是不易为人所接受的。如伽利略、达尔文，或者比他们还要凄惨的。弗洛伊德的理论体系，自开创伊始，便不断地受到攻击和批评。然而弗氏生前的反对论调，固然都失之肤浅，弗氏之后的精神分析学家们所持的看法和修正，也不能与弗氏学说的浩瀚博大相比拟。虽然随着工具、方法的益趋精密、客观，我们不能也不愿期望心理学永远停顿在弗洛伊德的阶段，反而应对巨大变动和突破性进展的可能性引颈以待，然而弗洛伊德的某些基本观点，无论如何却是很难撼动的。就象牛顿的力学并不因相对论的来临而减其光彩，弗氏理论的未来性，至少也可与此相比拟。正是基于这样的信念，我们才愿意在弗氏逝世已逾数十年的今天译介他的作品。

弗洛伊德学说的重心，大体可以分为三个方面。其一，潜意识的发现和探讨。其二，原欲（Libido）和幼儿性欲（Infantile Sexuality）的理论。其三，对精神命定论（Psychic Determinism）的信仰。而其中尤以第一点为最重要。这也就是精神分析学有时被称作“潜意识心理学”或“深度心理学”的理由。关于性学及原欲，有《性学三论》详为论说。而这一本《日常生活的心理奥秘》，和《梦的解析》一书，则可以说是了解潜意识世界的最佳工具。关于精神的命定论，也以本书论列最详。

本书原名《Zur Psychopathologie des Alltagsleben》，一九〇一年发表于 Monatsschr. Psychiat. Neurolog. 杂志上。一九〇四年在柏林发行第一版单行本，共分十章。一九〇七年再添两章（即现在的第三与第十一章）。终其一生，本书

德文本共发行十一版。每一次改版，弗洛伊德总要添加许多观察实例。本书改动之多，实可比拟于弗氏的另外两本名著《梦的解析》与《性学三论》而无逊色。

弗洛伊德所以会对这些日常生活的错失行为特别偏爱，无疑是因为它们和梦境同样地使他能够伸展其学说，应用于正常人的心智生活上面，而不再局限于心理疾患之中。基于同样理由，他常用这一本书来引导初学者跨入精神分析学的殿堂。本书的素材，可以说更单纯，更具客观性，更切近每一个人无时不在体验着的现象。在他为一般读者所写的介绍性文章里，他有时把错失行为看得比梦的解析还重要。因为梦境的追索常牵涉太多的复杂的心理机转；过分的深入，有时难免陷于晦涩。

《日常生活的心理奥秘》，尽管比较浅显易懂，而从这方面着手来体会弗洛伊德学说的精髓之处，却是十分恰当而有效的。此外，在这本书里，弗洛伊德还展示了在他思想里极具重要性的观念：他对精神命定论的信仰。在本书的最末一章里，他便坚持了这样的看法：至少在理论上，心智历程的任何微细动向，都必须有精神上的宿因可寻。如果要证明这一理念，错失行为的探讨可以说是最方便的工具。这大概是弗洛伊德看重本书的另一个理由。

本书中译本的因缘，实际上完全是受了廖运范先生所译《弗洛伊德传》出版后各方面热烈反响的鼓舞。因而自去夏开始，我们才有逐步译介弗洛伊德一些重要著作的计划。总觉得习医以来，虽然弗洛伊德的大名早已如雷贯耳，对他的天赋和成就我们也有十分的孺慕和企羡，但实际上，我们对他的了解可以说还是相当贫乏的。弗洛伊德的重要作品，迄无中译。

过去坊间的一般译介书籍，多半失之简短，殊少可观，不足以引人窥见庙堂之美，百官之富。在我们身边，甚至要找一套英文或德文的《弗洛伊德全集》，都是好不容易的事情。在这样的条件下，以我们对精神分析学的认识之浅，而竟敢去逐译这种经典之作，付梓前夕回想起来，实在好汗颜好惶恐。如果不是凭着那一股初生之犊的愚勇和这一年来的辛苦挣扎，恐怕这一本书便永远没有和读者见面的机会了。

译作之初，以布列尔（A. A. Brill）之英译本为依据（一九二二年之单行本及收在The Basic Writings of Sigmund Freud内之一九三八年版），间或佐以德文原本及日译本。最近始得斯特雷奇（James Strachey）主编下 Alan Tyson 所译之标准版。标准版十分注重对原文的忠实性，有时未免有累赘之感。布列尔之译本侧重意译，往往把由于语言的关系而不可译的例证删除，而添加相似的英文例证。这样的方法，利弊互见，然而对于不熟悉德文的大多数读者而言，恐怕还是布列尔的译本比较简明易懂。将来再版，我们可能依据标准版，视实际需要而多少作些修正。

本书之所以能够译出，可以说完全有赖于运范兄的不断鼓励与共同译作，曾炆煜先生的指导，志文出版社张清吉先生的支持，林哲雄先生、赖其万先生的督促，以及舍妹芬芬的校阅底稿及提供意见。

特别要感谢曾炆煜医师，在其百忙之中，两度披阅全书，修正了许多译名及内容，又为我们写序。因为曾医师的指导 and 鼎力相助，才使本书没有沦于重大错误的危险，而使我们能放心地拿它出来和读者们见面。

感谢郑华志先生慨借英文版《弗洛伊德全集》。

方鸿扬兄的法文指导，宋维村兄的提供意见，以及许多朋友们的关心和赞助，也都是我们所深深感谢的。

希望本书的出版不仅是一件工作的结束，也是一种开始。一方面，它是弗洛伊德重要著作陆续问世的一个先兆；另一方面，我们更希望能不断接受读者们的意见和指正，不断地修改，使这本书能益趋完善，庶几不致愧对长眠于黄泉之下的大师。

——林克明

日常生活的心理奥秘

The Psycho patho logy of Everyday Life

遗忘，语误，误引行为，迷信及错误。

*Forgetting, Slips of the Tongue,
Bungled Actions, Superstition and Errors.*

Nnn ist die Luft von solchem spuk so voll,
Das niemand weiss, wie er ihn meiden soll.

Faust, Part II, Act v, Scene 5.

而今空气里充满了作祟的精灵，
又有谁晓得，怎样去逃开呢？

——浮士德，第二部，第五幕，第五景。

致 谢

本书第一章《专有名词的遗忘》
及第二章《名词与字序的遗忘》，为
廖运范先生所译，谨此致谢。

目 录

曾序.....	(1)
译者序.....	(4)
副题及题词	
第 一 章 专有名词的遗忘.....	(1)
第 二 章 外国字的遗忘.....	(9)
第 三 章 名词与字序的遗忘.....	(17)
第 四 章 童年回忆与遮蔽性记忆.....	(40)
第 五 章 语误.....	(49)
第 六 章 读误和笔误.....	(75)
第 七 章 “印象”及“决心”的遗忘.....	(86)
第 八 章 “误引行为”.....	(108)
第 九 章 “症状性行为”及“偶发行为”.....	(130)
第 十 章 “错误”.....	(148)
第十一章 双重错失行为.....	(157)
第十二章 命定论——机遇——及迷信.....	(162)

第一章

专有名词的遗忘

一八九八年，我发表过一篇文章，论遗忘的心理机转 (On the Psychic Mechanism of Forgetfulness)，现在我想把它的內容重述一下，作为更进一步探讨的起点。我曾把一般常见的熟名遗忘，拿来作心理学上的分析，并且从我所注意到的许多例子中，我得到一个结论，即这种常见而实际上不很重要的心智功能——记忆——的错失，可以有一个超越俗见的解释方法。

假如你要一位寻常的心理学家去解释：何故我们明明知道的名字，竟会记不起来？他也许会自得地回答你说，名字比一般的记忆内容更容易遗忘；他也许还会给他这个“遗忘选择性”(forgetting preference)下很精采的结论。但是，他不会指出任何深刻一些的决定因素。

经由对某些特别情形的观察，我进而对暂时性的遗忘现象，作了一次较尽心力的检视。这些情形虽属特别，但是在某些例谈中，仍然清晰可见。由这些努力中，我发现不只是“遗忘”(forgetfulness)，而且还有假的“忆起”(recollection)。换言之，即某人在努力要想起被遗忘的名字时，却想起了别的名字来——代用名字——他本人虽然马上就觉悟到弄错了，

但是这个代用名字却以极大的力量要强行冒出来，也就是要再造那被遗忘名字的机转，被另一机转所取代，因而弄出了一个不对马嘴的代用品来。

我以为这种机转的取代，并不是由于心理机转之反复无常，实则是遵循着一条合理合法的途径而得的结果。换句话说，我认为新出现的代用名字，和那被遗忘的名字有直接的关系。假如我能够证明这一点的话，我希望能因此对名字遗忘的根本原因，投下一道曙光。

在一八九八年的那篇文章中，我所选用的例子是：我费尽力气去想欧威特（Orvieto）屋顶那幅堂皇的壁画“最后的审判”的作者而不可得，结果冒出来的不是被遗忘的那个名字——辛哲雷里（Signorelli）——而是另外两位艺术家的名字——包堤柴里（Botticelli）和波查菲欧（Boltraffio）这两个名字一出现，我的判断马上就很可能地认为不对；而当旁人把正确的名字告诉我时，我又可以毫不迟疑地认出来。我探讨了一下所以会从Signorelli变到Botticelli和Boltraffio，其间到底有什么因果或共通的途径，得出了下面的结果：

一、Signorelli这个名字之所以会被遗忘，既不是因为字面本身奇怪，也不是因为这个字所出现的地方有什么特殊的心理学上的特征。这个被遗忘的名字之于我，正如代用名字之一的Botticelli一样熟悉，而比另一个代用名字Boltraffio还要熟悉得多。因为对于后者，我顶多只知道他是一个属于米兰学派的艺术家的名字而已。至于这个名字被遗忘的地方，对我似乎没有什么害处，也没有引起进一步的解释。那时我正坐在马车上，和一位陌生人从拉古沙（Ragusa）经达尔马希亚（Dalmatia）到荷杰格维纳（Herzegovina）的路上，我们的

话题转到意大利旅游上。这时我问我的旅伴是否去过欧威特，是不是看过×××有名的壁画？

二、为什么会把名字忘掉，我自己也想不通，直到我想起我在这个话题之前所谈的话时才了然于怀。这种遗忘，叫作新的话题为先前的话题所阻。简单地说，在我问我的旅伴是否去过欧威特之前，我和他正在讨论波士尼亚（Bosnia）和荷杰格维纳（Herzegovina）两地的土耳其人的风俗。当时我联想起曾在该地开业的一位同行说过的话，例如他们对医师有绝对的信心，而且完全服从命运。当医师不得不宣告病人无望时，他们会说：“先生（德文为Herr），我能说什么呢？我知道如果他有救的话，你一定会救他的。”在这些句子中，我们可以找到Bosnia, Herzegovina和Herr这几个名字和字，能够在Signorelli, Botticelli和Boltraffio这几个名字的变迁之间，插上一脚。

三、我认为关于波士尼亚土耳其人风俗这条思路，能够阻挠住紧接着而来的思绪。因为我的注意力在那后来的思绪尚未结束之前，就已经溜了出来，想要联想到我记忆中的另一件逸闻上去：此地的土耳其人，把性的愉悦视为最有价值的东西；遇到性的不谐时，其极度失望沮丧之情，和面临生命危险时的反应，成了奇怪的对比。我的一位同行病人，有一次对他说：“你知道，先生（Herr），那个东西停止了，生命就再也不美丽了。”

我当时忍住了，没有把这个特色说出来，因为我不愿意和陌生人谈这样露骨的话题，不过我还是和他继续谈了下去，同时把我的注意力引离了那个可能和“死亡与性”这个问题发生联想的思维。那时，我还处在数星期前在查否伊（Trafoi）

小住时所获一项消息的后遗效应之中，即一位我费尽心力的病人，终因不治的性不调症而结束了一生。我很明白，象这类悲惨的事件以及任何与之有关的事物，是不会在到荷杰格维纳的旅途上跑到我有意的回想上的。但是，由于Trafoi和Boltraffio之间的相似，使我不能不认为这个回忆在当时确曾活动起来，虽然我曾极力去避免如此。

四、我再也不能认为把Signorelli这个名字遗忘的事是一种偶发的事件，我必须找出在此过程中动机的影响。某些动机切断了我那些思维（关于土耳其风俗等等）之间的联系，随后又使我把那些与之有关的思维赶出了我的意识界，而且又可能引出了查否伊那件事的记忆来——则就是说，我想遗忘某些事物，也就是我潜抑（repress）了某些东西。说真的，我想遗忘的，绝不是欧威特大壁画的作者，但是我所想遗忘的事，却和这个名字发生了关联。于是，我的意志行为弄错了对象，结果我特意要遗忘某样东西的时候，却遗忘了另一个与我原意不合的东西。不想忆起是一回事，不能忆起又是另一回事。假如这两者没有差别，则事情就要单纯得多了。现在经过这样一番解释，就不再觉得所出现的代用名字太过离谱了，因为它们不但（以中间物的姿态）提醒我想记起的是什麼，也提醒我想忘记的是什麼，并且也告诉我，我应遗忘某些事物的打算虽没有完全成功，但也沒有失败。

五、在被遗忘的名字和被潜抑的主题（死亡与性等）之间，包括Bosnia, Herzegovina, Trafoi等名字，所形成的联系，其性质也很奇怪。

下面的附图，原出现于一八九八年的那篇文章中。这里加以引用，就是想以此图式来表示上述的关联：