

荣格83岁高龄所写自传
浓缩其一生的思想精髓

心理学大师

荣格自传

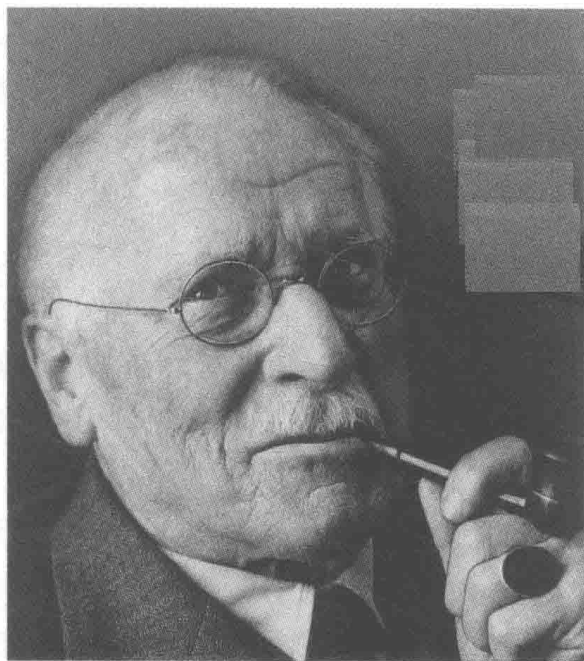
(瑞士) 卡尔·荣格 著
常春藤国际教育联盟 译

中国出版集团
现代出版社

心理学大师 荣格自传

(瑞士) 卡尔·荣格 © 著

常春藤国际教育联盟 © 译



 中国出版集团

 现代出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学大师荣格自传 / (瑞士) 卡尔·荣格著; 常春藤国际教育联盟译. —北京: 现代出版社, 2017.5

ISBN 978-7-5143-4912-2

I. ①心… II. ①卡… ②常… III. ①荣格 (Jung, Carl Gustav 1875-1961) —自传 IV. ①K835.226.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 094906 号

作 者 [瑞士] 卡尔·荣格
译 者 常春藤国际教育联盟
责任编辑 张桂玲
出版发行 现代出版社
通讯地址 北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码 100011
电 话 010-64267325 64245264 (传真)
网 址 www.xdcbs.com
电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷 玉田县昊达印刷有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1/16
印 张 16
版 次 2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5143-4912-2
定 价 39.80 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

前 言

P R E F A C E

1875年，荣格出生于瑞士凯斯威尔一个偏远的小镇上。他的父亲是一位拥有语言学博士学历的老师，而母亲在他看来则具有双重人格——第一人格善良、睿智、明理，第二人格阴险、虚伪、狡诈。并且，只要母亲的第二人格一说话，几乎都能切中他的软肋。一次，母亲对他说：“无论怎样，你都要阅读歌德的《浮士德》。”荣格遵从母亲的话，开始阅读《浮士德》，他被深深地震撼，知道了精神与物质、善良与邪恶、光明与黑暗等相互对立的一面。

歌德对荣格的影响是巨大的，尤其后来在研究炼金术的时候，荣格更是意识到自己与歌德的关系。他认为，歌德身上有一种活跃的元素，那是超越个体的过程，是原型世界的伟大梦想。我们的灵魂与身体都是由元素构成，而这些元素在祖先身上早已存在。

荣格与妻子共生育五个孩子。对于妻子，他在自传中甚少提及，但他在国外旅行时写给妻子的信却很有意思。其中有一段文字如此描述：“亲爱的，请你幻想一下，炙热的阳光照射在山顶之巅，清新的空气无处不在，不远处就是湛蓝的大海。你走在集市上，买了一个古代双耳细颈椭圆土罐。在浩瀚的夜空中，悬挂着一轮皎洁的月亮。这一切，多么美妙啊！”

荣格与妻子首次邂逅也很有趣。当时，21岁的荣格去一位友人家做客，受母亲所托，顺道去看望她的一位朋友。而看到母亲友人14岁的女儿时，荣格瞬间觉得，这就是他未来的妻子。

荣格在撰写《力比多的变化与象征》时，预感到这本书会破坏他与弗洛伊德的友谊，因此情绪十分低落。妻子便耐心安慰他，说弗洛伊德

一定会宽宏大量。尽管结果如荣格所料，但我们从中也可以看出妻子的善解人意。

回忆青少年时期，荣格直言不讳地述说着对先知的体验。父母辈中有九个学者，所以，荣格算是听着信仰理论、神学话题以及宣传演说长大的。但他却觉得他们说的都有缺憾，无法满足他对信仰的思考。并且，父亲对信仰的盲目追求也令他非常厌烦，他甚至一度拒绝进入一些建筑。

荣格的祖父是医学博士，据说还是歌德的私生子。1922年，荣格在波林根买了一块地，用将近12年的时间建了一座塔楼。他将祖辈的名字都刻在院子里的三块石板上，表示把自己的命运与祖辈的命运联系在一起。

而荣格决定在波林根建造塔楼后，他的大女儿前去探望他，大女儿激动地说：“你竟然要在这个满是尸骨的地方建房！”但荣格依旧坚持己见。动工后，真的在地下挖出一具法国士兵遗骸，荣格还为他举行了简单的葬礼。他认为，大女儿能够准确说出骸骨的存在，其实是继承自他的外祖母——他的外祖母曾经在“死去”30多个小时后又复活了。

塔楼建好后，荣格曾在半夜听到房子里有脚步声、音乐声、笑声，还有交谈声，但起来查看却一无所获。一天，他问一位在那里住了很多年的邻居，邻居告诉他，那是已经去世的人发出来的。

对心灵方面的研究源于荣格精神病学家的身份，患者的一些显著心理特征促使他对弗洛伊德有关梦的解析理论兴趣盎然。即便他反对弗洛伊德对“性问题”的一些见解，但他依然仔细研读了弗洛伊德的著作。可以说，荣格的学术生涯也是始于此。

不过，弗洛伊德在当时并不受学术界欢迎，谁推崇他的观点，谁就会被划入不受待见之列，但荣格却公然为弗洛伊德摇旗助威。初期，他被弗洛伊德的聪慧所倾倒，并称弗洛伊德是他遇到的第一个最重要的人。弗洛伊德也很欣赏他，多次暗示他做接班人。但荣格却拒绝了，因为他对此并不感兴趣，更不想牺牲精神上的独立。毕竟，对于弗洛伊德

的一些观点，他还是不赞同的。

作为一名科学家，荣格是经验主义者。经验主要来自他的梦与幻想，梦与幻想也是荣格学术研究的原始材料。他习惯在意识和潜意识层面生存。在意识层面，他力求透彻，却经常做不到；在潜意识层面，他力求表达，却只能通过梦境获得。

荣格说，他对一生的回忆都淡忘了，唯有那些做过的梦与幻想从未遗忘。因此，本书大量记录了他的梦与幻觉。在他看来，生命中所有的工作，包括在精神方面的成就，都源于他的幻觉与梦。他说：“潜意识会带给我明显的洞察力，据此提取结论就是我毕生的工作。”

荣格对其他领域也广泛接纳，无论是中国的道教、藏传佛教，还是印度哲学与历史，他均有涉猎，并对东方智慧的地位坚信不移。他还热衷于东西方炼金术的探究，觉得中世纪的炼金术是打开自己潜意识的历史基础。他对古典诺替斯理论也很喜欢，因为该理论也会触及潜意识中的一些现象，探究被直觉世界破坏的意象。

荣格的梦与幻觉实在太多。比如，在一战爆发前的一天，他出现过第一次幻觉：地球被洪水淹没，一切人类文明与生命一夕间全都丧毁，最后变成了汪洋血海。那次幻觉持续一个多小时，令他十分恐惧。几天后，同样的幻觉再次出现，情景更加惨烈。

1914年初，他接连做了三次同样的梦：在酷热的盛夏，大地冰冻三尺，四处都空荡荡的，没有一丝生命气息。半年后，他在英国医学联合会上作有关潜意识心理的讲座时表示：“一些幻想与梦都是天意。”不久，一战爆发。

除此之外，荣格还对通灵很感兴趣。

1916年，他既感到对某种思想的渴望，又发觉周围弥漫着奇怪的气氛，空气中还飘荡着幽灵，他的孩子都被鬼魂骚扰。直到有一天，门铃响起，他打开门，却什么都没发现。但整幢房子却仿佛进入很多人，是无数幽灵飘了进来。他很害怕，不明白发生了什么事情。幽灵们告诉他：“我们都来自耶路撒冷，因为在那里一无所获。”这是荣格创作一

本著作时的开幕，花了三天才完成。神奇的是，只要一提笔，幽灵们便会自动消失。

1944年，69岁的荣格不小心摔了一跤，引起心脏病发作，陷入昏迷。期间，他脑海中出现了各种幻象，感觉自己身处无边的宇宙，在离地球一千多公里的高空俯视着它。转过身，他发现太空中飘浮着一座深褐色花岗石寺庙，接近入口时，之前的一切都离他而去。那个过程无比悲伤，但那种感觉瞬间消失，他对丧失的东西不再惋惜，似乎所经历的一切都与他同在。

后来，主治医生的浮现将他拉回现实。医生出现在幻象中令他特别担心，因为他认为医生或许将要死亡。果然，十几天后，医生死于败血症。

荣格的许多梦，有时能传递一些逻辑判断所无法知晓的事情。他梦到过一栋房屋，里面坐着一位陷入沉思的瑜伽信徒，但长得与他一模一样。惊醒后，他想：“是那个人策划了我的人生，他做的梦就是我。当他醒来时，我便消失了。”

目 录

CONTENTS

Chapter 01 心灵少年

——儿时那些千奇百怪的心灵往事

1. 人生中最早的记忆 / 003
2. “先哲之子”让我感到害怕 / 006
3. 发生在那几年的光怪陆离的异事 / 011
4. 黑夜里的灵异与恐惧现象 / 014
5. 童年时具有永恒标志的行为 / 016

Chapter 02 求学年代

——决定心理活动的一些特殊行为

1. 连串的可疑反应如何证实我的猜想 / 021
2. 对孤独与寂寞的深切迷恋 / 025
3. 种种秘事缘何萦绕不去 / 030
4. 怎样用外表的自信弥补内心的不安 / 034
5. 用特殊方式调整周围环境 / 037
6. 参加特殊仪式，但却陷入困境 / 040
7. “自我”是一种很虚幻的东西 / 043
8. 将第二人格的世界当作个人世界 / 046
9. 森林是最令人恐惧的地方 / 048
10. 脱离日常生活与进入无边的“贤者世界” / 051
11. 为何内心的道德冲突越发强烈 / 053
12. 疗养结束后，途中的奇特体验 / 055
13. “精神”与空气并无不同 / 058

Chapter 03 大学时光

——印象深刻的各种心灵际遇

1. 做出一个如释重负的决定 / 063
2. 人格与本性的缺陷 / 065
3. 谁破坏了我与父亲的关系 / 067
4. 真理是无法想象的智者化身 / 072
5. 一件印象极其深刻的事情 / 076
6. 与内科医生职业擦肩而过 / 078
7. 何时开始精神病学的研究生涯 / 081

Chapter 04 精神活动

——有关精神病院的惊见骇闻

1. 精神病人的内心到底发生了何种变化 / 085
2. 放弃使用催眠术诊治病患 / 087
3. 用特殊方式诊治的两个特殊患者 / 089
4. 探查精神病患者内心的“正常人” / 092
5. 揣测精神病患者的发病缘由 / 096
6. 另眼看待精神病患者的痛苦 / 098
7. 如何对待潜在的精神病患者 / 100
8. 与患者的一次心灵相通 / 103
9. 帮助“迷途的羔羊”找到出口 / 104
10. 心理医生是否要与患者产生“同感” / 107

Chapter 05 弗洛伊德

——人生际遇中的深刻记忆

1. “迫于无奈”才与弗洛伊德结为一派 / 111
2. 弗洛伊德太过重视某种理论 / 113
3. 曾被弗洛伊德视为接班人 / 115
4. 弗洛伊德也无法解释我的一些记忆 / 119

5. 与弗洛伊德关系的彻底决裂 / 123

Chapter 06 自立门派

——机缘巧合下开启潜意识之门

1. 重新确立研究方向 / 129
2. 世界大战里的回想和幻象 / 132
3. 心灵的真实性和客观性 / 134
4. 阿尼玛的诞生和消失 / 137
5. 对死者的七次布道词 / 139
6. 曼荼罗中的自性密码 / 141

Chapter 07 心理探寻

——苏黎世湖旁的趣味生活

1. 塔楼与自我的发现之旅 / 147
2. 纪念：一块“奇特”的石头 / 149
3. 自我探寻：是真实还是梦幻 / 151
4. 浮士德与自我的统一 / 153

Chapter 08 环球旅行

——荣格视角下不同地域的文化

1. 北非——梦想之地的无限遐想 / 159
2. 梦境推理：意识的局限性 / 161
3. 热带的遐想：人类于世界的意义 / 163
4. 惊险而又愉快的草原之旅 / 165
5. 原始女性特有的完整性 / 168
6. 埃尔贡人的生存哲学 / 170
7. 非洲之旅让我如愿以偿 / 173
8. 印第安人的秘密和哲思 / 176
9. 神秘的东方印度文化 / 180

Chapter 09 心灵传奇

——怎样站在心理学的角度著书立说

1. 我与炼金术的不解之缘 / 185
2. 著书立说，提出个性化过程 / 189
3. 炼金术与心理学、信仰之间的关系 / 192
4. 移情，对梦境可能的解释 / 194
5. 信仰是一种心理学问题 / 197
6. 工作的本质意义是什么 / 200

Chapter 10 心理沉思

——耄耋之年的思考和遐想

1. 回光返照的幻象和幻想 / 205
2. 体验永恒的圣洁 / 207
3. 理性主义的狭隘之处 / 210
4. 潜意识的预见功能 / 211
5. 潜意识需要人为引导 / 216
6. 死亡是精神的一种回归形式 / 218
7. 自性和自我问题 / 221

Chapter 11 思想精髓

——潜意识和心理的完美世界

1. 远古传说的消失与沿承 / 227
2. 象征——意识和潜意识的事实混合体 / 229
3. 对立矛盾的潜意识世界 / 232
4. 个性化——人格矛盾的平衡点 / 234
5. 人死后，潜意识是否还会存在 / 236
6. 精神原型的本质是爱 / 239
7. 我的一生 / 242

Chapter 01

心灵少年

——儿时那些千奇百怪的心灵往事



作为著名的心理学家及精神分析大师，荣格的一生充满传奇色彩。从儿童时期开始，他就经历了一些千奇百怪的事情。也许有人会认为，这些事情都是荣格刻意杜撰出来的。对此，我们暂且不论真假，但一个人的内心深处能够隐藏那么多稀奇古怪的记忆，又何尝不是一件令人艳羡的事？

荣格在回忆童年的时候，既带有遗憾，又散发着神秘。他所描述的画面是那么真实可信，我们恐怕永远无法企及。

人们常说，童年时期的经历会影响一个人的一生，这在荣格身上充分体现了出来。无论是身为老师的父亲，还是具有双重人格的母亲，他们对荣格的影响都非常深远，以至在今后的的人生里，他们始终对荣格留存着一些牵绊。

1. 人生中最早的记忆

1875年，我出生于瑞士凯斯威尔的一个乡村小镇。我的父亲是一位认真的老师，家族里的几个叔叔以及外祖母也都是神职人员。因为父母关系并不是很和睦，母亲的性情也经常变化多端，所以我从小就是一个奇怪而又忧郁的孩子。我不愿意接触外部世界，只喜欢和自己玩耍，而且还时常幻想出一些游戏自娱自乐。

大概在我半岁的时候，父母将家迁移到莱茵河瀑布附近的劳芬城堡牧区。我三岁左右开始记事，还记得有关那个地方的所有情景。那里有高大的房屋、古老的城堡、美丽的花园、庄严的建筑，还有各种各样稀奇古怪的事物。有关它们的记忆在我的脑海中凌乱不堪，相互之间好像无法串联起来。

但是，有一个模糊的场景时常在我的大脑中浮现。或许，这可以被认为是我人生中最早的记忆吧！我隐约记得，那是一个阳光灿烂的下午，天空呈现出少有的湛蓝色，树叶之间的缝隙也被金色的阳光穿透。我坐在一辆大型玩具车里，玩具车的车顶被全部打开。因此，我可以很清楚地看到外面的场景。慢慢地，在温暖阳光的包围下，我渐渐沉睡过去。

突然，一阵凉风吹来，我被惊醒，但并没有感到懊恼，反而觉得很惬意。睁开眼睛，我仿佛看到了世间最美丽的风景。耀眼的太阳、美丽的花朵、摇曳的树叶，这所有的一切都是那么美好而奇妙。

有关童年时期的记忆，还有一个情景时常会在我的脑海中涌现。当时正是用餐时间，稚嫩幼小的我被放在客厅西侧餐桌旁一个比较高的儿童座椅上，家人们正在津津有味地用餐，似乎没有人管我。我手里拿着

一把汤勺，正在费力地舀杯子里的牛奶，杯子里还泡着一些小面包块。

当我终于将牛奶送进嘴里，我感觉世界瞬间变得美妙极了。牛奶的味道实在太好了，散发着浓浓的奶香味。那是我首次有感觉地意识到香味，也是弱小的我第一次有了嗅觉上的真切体验。

另外，还有一个场景也让我记忆犹新。那是一个宁静的夏天的傍晚，我的阿姨走到我面前说：“亲爱的，我带你去看一样神奇的东西。”于是，我便乖乖跟她走了。大概十几分钟后，我们在一栋通向达克森大道方向的房子面前停了下来。阿姨指着不远处对我说：“亲爱的，你看那是什么？”

我发誓，我被震惊了！在遥远的天边，火红的晚霞屹立在高大的阿尔卑斯山脉上，当时的阿尔卑斯山显得格外诱人，山顶被火红的霞光全都染成金红色。这是我第一次看到如此美妙的阿尔卑斯山。

第二天，我听说有一些达克森的孩子过两天可能去苏黎世附近的约里特山游玩。我也想一起去，但遭到父母的强烈反对，因此未能成行。而那次成为我人生中的一个遗憾，使那个位于雪山旁的高山成为我梦想中望尘莫及的地方。

随着年龄的增长，我的记忆开始变得越发清晰，我记得我的母亲曾经带我去图尔高拜访过一些朋友，他们住在博登湖畔的一座城堡里。到那里后，我被湖滨美丽的风景深深迷住了。我想，无论是谁，当看见金色的阳光在水面上闪烁出鱼鳞般的光辉、来往的船只划出一道道水波、沙滩上的沙子被水浪冲出蜿蜒的小堤、湖面上闪耀着银色的光芒时，他都会被强烈吸引住。

那时，我的心里忽然出现一个想法。那就是，以后一定要在湖边建一座房子，然后一直住在那里。因为，水是世界上最美好的东西。

除此之外，还有一件事情至今历历在目。当时，我站在博登湖畔欣赏风景，猛然看见很多人在河边忙碌着，而且还很激动。在好奇心的促使下，我决定走过去一探究竟。我听到有人说，从湖里打捞上来一具尸体。看样子像是从不远处的瀑布上冲下来的，现在已经被人们抬到城堡

里了。我觉得很好玩，于是就想去看看尸体。但母亲却紧紧拉住我，严令禁止我过去。

直到大人们都离开，我才悄悄前往停放尸体的房间。可惜，我费尽千辛万苦来到停尸房后，才发现房门已被紧紧锁住。于是我便绕着房子转圈，查看是否有别的入口。不久，我在房屋后面的斜坡上发现一个开放式的排水沟，一直通到下面。可怕的是，沟里面居然还有血水流出来。这件事一直让我记忆深刻，那时候的我，大概也就四岁。

还有一件事情让我印象很深，每当回忆起来的时候，就像做梦一样。当时感觉自己的身体糟透了，发着高烧，根本睡不着觉，我还一直在哭闹。我的父亲紧紧地抱着我在房间里来回走动，嘴里还轻哼着睡觉之前为我唱的摇篮曲。依稀记得，我非常喜欢那首曲子，歌词好像是：

“夜晚非常安静，人们都进入睡眠……”后来才知道，我之所以会那样，是因为得了严重的湿疹。

没过几年，父母的感情出现裂痕。我想，我的那场病或许与父母的分开也有一些关系。那时候，母亲也生了严重的病，还在医院住了好久，可能是婚姻危机让她身心俱疲吧！母亲住院期间，我的姑妈负责照顾我，她比母亲稍大一些，对我很好。

最后，母亲还是选择离开这个家。她的离去对我是一个很大的打击，从此以后，我对“爱”这个词产生了怀疑。在较长的时间里，我都不再相信女人。但父亲也没有给我留下太好的印象，总觉得他虽然可以信任，但却太过软弱。在这样的心理障碍下，我开始了人生的漫长旅途。

后来，随着接触的事物越来越多，早年的一些印象在我的心里发生了质变。我所信任的男人一直让我失望，而我怀疑的女人却让我越来越满意。

母亲离开后，姑妈虽然照顾我很长一段时间，但毕竟她也有自己的家庭，所以照顾我的任务就落在了女仆身上。我还记得，照顾我的女仆是个非常温柔的女人。被她抱着的时候，我很喜欢将头轻轻地依靠在她的肩膀上。她有一头乌黑浓密的秀发，皮肤并不是很白，与我的母亲相

比，完全是两类人。我总觉得她不属于我们家，而是我一个人的。许多时候，她都与我记忆中那些难以想象的高深莫测的事情有关。她就是后来我说的阿玛尼的原型，因为她带给我的那些既陌生又熟悉的感觉，就是我心里所设想出来的完美女性的样子。

在父母分开那段时间，还有一个情境令我始终念念不忘。有一个非常年轻漂亮的姑娘经常会跑到我家陪我玩，我们总是相约去莱茵河畔散步，静静地欣赏沿岸的风景，聊一些很有趣的话题。后来，她嫁给了父亲，变成了我的继母。

我知道她一直都很喜欢我的父亲，也很崇拜他。她之所以会来我家里陪我，就是想见到父亲。不过，当我再次见到她的时候，已经是二十多年之后了。

2. “先哲之子”让我感到害怕

记得有一次，我从家里的楼梯上摔下来，头部撞到了火炉腿的一个角，顿时流血不止，疼得我大声啼哭。家人及时将我送往医院，医生为我的伤口缝了很多针。直到现在，我的头上还有一道很明显的伤疤。后来母亲说，我很小的时候，曾和女仆去诺伊豪森的莱茵瀑布桥上游玩。突然，我向一旁的栏杆滑去，一只脚已经滑出了桥梁，还好女仆及时抓住我的手，将我拉了上来。

听完母亲的述说，我总觉得自己从小似乎就有自杀的倾向。或者说，对生活，我的心中早就堆积了太多的无奈。

在那段时间，我每天晚上都会做噩梦。梦里，我总会听见莱茵河瀑布发出的凄凉怒吼声。我感觉非常害怕，总觉得会有一些不好的事情发生。不久之后，有一个病死的人的尸体从附近的岩石上掉了下来，人们将他抬到不远处的墓地，挖了一个巨坑，准备将他埋起来。一些着装奇