

寻找灵魂的人

M--o--d--e--r--n--
Man
In
Search
Of
A
Soul

灵魂的人

现代人



「瑞士」卡尔·荣格 著
沈永阳 译

寻求灵魂的
现代人



M-o-d-e-r-n--
Man
In
Search
Of
A
Soul

「瑞士」卡尔·荣格
沈永阳 译 著

图书在版编目 (C I P) 数据

寻求灵魂的现代人 / (瑞士) 卡尔·荣格著 ; 沈永阳译 . — 天津 : 天津人民出版社 , 2018.2

ISBN 978-7-201-12946-4

I . ① 寻… II . ① 卡… ② 沈… III . ① 精神分析—研究 IV . ① B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 040403 号

寻求灵魂的现代人

XUNQIU LINGHUN DE XIANDAIREN

[瑞士] 卡尔·荣格 著 沈永阳 译

出 版 天津人民出版社
出 版 人 黄 沛
地 址 天津市和平区西康路 35 号康岳大厦
邮政编码 300051
邮购电话 (010) 84827588
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>
电子信箱 tjrmcbs@126.com

总 策 划 刘志则
责任编辑 郭晓雪
策划编辑 许 峥
封面设计 严春艳
版式设计 石凯辉

制版印刷 艺堂印刷 (天津) 有限公司
经 销 新华书店
开 本 880mm × 1230mm 1/32
印 张 9
字 数 216 千字
版次印次 2018 年 2 月第 1 版 2018 年 2 月第 1 次印刷
书 号 978-7-201-12946-4
定 价 45.00 元

版权所有 侵权必究

图书如出现印装质量问题, 请致电联系调换 (010-84827588)

目 录 | Contents

第一章	
梦的分析在实际中的应用	001
第二章	
现代心理治疗问题	033
第三章	
心理治疗的目标	065
第四章	
心理学的类型理论	087
第五章	
人生的各个阶段	111
第六章	
论弗洛伊德和荣格的异同	135

第七章	
古代人	147
第八章	
心理学和文学	177
第九章	
分析心理学的基本假定	201
第十章	
现代人的心理问题	225
第十一章	
心理医生和牧师	255

第一章

梦的分析在实际中的应用

Modern Man In Search Of A Soul

寻求灵魂的现代人

应用梦的分析来进行心理治疗，至今仍饱受争议，很多医生指出，在治疗神经症中，梦的分析非常重要，所以，他们把梦中的心灵活动和意识本身放在同等重要的位置。但也有另外一些人，认为分析梦并没有太大的价值，他们认为在心灵活动之中，梦只是无足轻重的副产品。

显而易见，如果说一个人认为在神经症的形成过程中，无意识具有很重要的作用，那么他一定会将梦看作是无意识的直接表现。反之，如果他觉得在神经症的形成过程中，无意识并没有起到一定的作用，那么他自然就觉得分析梦的价值没有什么意义。但非常遗憾的是，一直到 1932 年，距离卡鲁斯创立无意识观已经过去了五十多年，距离康德发表“模糊观念的不可测量”言论，已经过去了一百多年，距离莱布尼茨假定有所谓无意识的心灵活动也已经过去了二百年，更遑论雅

内^①、弗卢努瓦以及弗洛伊德这些大师的成就了，甚至一直到今天，大家居然还在为无意识的真实性争论不休。由于当前我们的主要目的，是探讨实际临床的一些治疗问题，所以这里就不再为无意识的假说做任何辩护，尽管梦的分析和这个假说显然有着非常密切的联系。没有了无意识的概念，梦就成了一种自然的恶作剧，一大堆来自白天的没有任何意义的记忆残留物。如果真的是这样的话，那么这本书也就没有继续进行探讨研究的必要了。我们如果想要讨论梦的分析，首先必须要承认无意识具有一定的重要性，我们不能够将它仅仅看作一种理性的活动，而应该把它看作治疗过程中的一种非常重要的方法，并且至今仍是属于无意识、和神经症相互间都有着因果关系。只要是没有办法接受这种假说的人，自然也就否定了分析梦的实际价值。

但是，既然说根据我们的假设可以看出，解决神经症的问题和无意识有着密切的因果关系，而且无意识心灵活动的直接表现就是梦，那么站在科学的角度来看，进行梦的分析解释工作，就显得非常有必要了。除了对治疗结果有好处之外，我们还可以期望梦的分析和研究，能够给予心灵方面的因果道理更加科学的看法。不过相对于一个医生来说，科学上再多再重大的发现，于他们而言，也只是治疗过程中产生的一种副产品。哪怕他们非常清楚梦的分析法有益于探讨心灵因果关系的问题，但是他们也不能立刻将其应用到病人的治疗上。当然他有可能会觉得，在这种情况下所产生的新发现，具有一定的治疗价值，但是在这种情况下，他更会倾向于将分析梦看作是自己的职责所在。就像大家都很熟悉的弗洛伊德学派，他们便认为，要想寻找到重要的

^①皮埃里·雅内（Pierre Janet, 1859-1947），法国精神病学家，歇斯底里、分裂、环境和联想治疗法是他主要研究的课题，他认可心灵有能量说。——译者

治疗功效，就要努力找寻出无意识的影响因素究竟有哪些，然后再把它们给病人解释清楚，从而让病人知道自已的问题出在哪里，最终才能达到一种比较好的治疗效果。

如果我们目前先假定这种假说是能够用事实来加以证明的，那么我们就可以来讨论，通过梦的分析，是不是能够找到神经症的无意识原因，这种方法是不是没有必要借助于别的方法，还是说这种方法必须要和别的方法相结合，才能看到效果。我可以非常大胆地指出，弗洛伊德在这方面的回答是非常准确的。当我发现，能从梦中极其精准地找寻到造成神经症形成的无意识的内容时，我对这个看法更加深信无疑了。大致上看来，“初期”的梦，也就是病人在治疗早期时，所叙述的一些梦，能够达到这个效果的比较多。通过例子来解释的话，应该会更加直观明了。

以前有一个人来找我，他在社会上很有地位，他说自己有焦躁（anxiety）以及不安（insecurity）的感觉。他向我倒苦水，说经常会觉得呼吸困难、头重脚轻，并且头晕后，还会有作呕的感觉，其实这些病症都是“高山病”的表现。因为始终胸怀壮志，再加上他刻苦努力，才华惊人，所以成功地从一个穷苦孩子，成长为一个小有成就的企业家。他一点点往上攀爬，最终又抓住了一个能够让他社会地位得到提升的机会。就在他到达了一个很高的社会地位时，忽然就患上了神经症。故事讲到这里，一句我们所熟悉的，且充满戏剧性的话，就自然而然地脱口而出了，“正在这个时候，当我……”他患上高山病和自己所处的特殊位置有着密不可分的关系。之后，他叙述了前一个晚上做的两个梦，想借此请教于我。

首先来听第一个梦：“我又一次来到了自己出生的村子，在街上，我看到了以前和我一起上学的孩子，他们都是农夫家的孩子，在我从他们身边经过的时候，我假装根本不认识他们。结果我听见有个孩子说：‘他很少回我们村子里。’”由此我们可以轻松看出，这个人事业的开端非常卑微。他的梦已经很清楚地表明：你压根就忘了自己当初的地位是多么低微。

下面继续来听第二个梦：“我要去旅游，因此就显得有些匆忙。在我准备行李的时候，却怎么也找不到它们。时间一点一点地流逝着，火车很快就要开走了。最终我把所有的东西都收拾好了，我快步朝街上跑去，但是半路上忽然发现有个非常重要的公事包忘带了，于是我又飞快地往家跑。找到包之后，我又转头往车站跑，但是双脚却使不上力气。最终我拼尽全力，赶到了月台，这时，火车正好行驶出了车站。那段距离非常长，是一条呈S型的曲线。我当时忍不住想，如果司机在刚刚行驶到直线轨道上时，一不小心加大了马力，而后面的车厢仍在曲线轨道上，火车忽然加速，势必会把后面的车厢甩到轨道之外。我正要大声呼喊的时候，司机加大了油门，后面的车厢剧烈晃动，最终都被甩到了轨道外。我惊醒了过来。”

通过他的叙述，我们可以轻易地看出这个梦的内涵。它显示了这个病人急切地想要往上攀爬的欲望。火车司机行驶的时候无所顾忌，但是后面的车厢剧烈晃动，最后还被甩了出去，这就是病人出现神经症的原因。显然，病人在这一阶段，事业已经处于一种比较高的位置了，由于他出身较低，所以长时间向上奋斗已经耗费了他太多的精力。原本他应该满足于现状，但他没有，仍旧是野心勃勃，渴望着不适合

自己的成功地位。神经症的出现正是对他的一种警告。

由于我身处的环境，不能为其治疗，对于他所处境况，我表达了自己的看法，但并没有让他感到满意。到最后，事情就按照他梦到的一切发展了。在事业上，为了实现自己的野心，他不断冒险尝试，而种种做法却严重偏离了正常的轨道，所以在实际生活中，“火车出轨”也就切实发生了。通过病人的叙述，我们能够推理出，高山病的出现，正是警告他不能再继续往上爬了。这个推想已经通过他的梦证实了，他已经没有能力再继续追寻更高的位置了。

所以说通过梦的特性我们可以看出，在治疗神经症方面，梦的分析能够起到非常重要的作用。梦能够把一个人主观的情况真实地诉说出来，但是在意识上，他往往会不承认它的存在，即使是承认了，也显得特别勉强。病人意识的自我是看不出他为什么不能够按部就班地往前走的，他已经走到了极限，这是一个显而易见的事实，但是病人对此拒绝承认，并且仍旧努力前进着。一般遇到这种状况，我们大多数时候都会犹豫，或者是完全凭着自我意识来做抉择。

当然，通过病人的诉说，我们也可以做出相反的一些推断。例如，一个普通的士兵的包裹里，有可能装着一副元帅的官杖；而一个农民的儿子，也有可能事业辉煌，但是为什么这里说到的病人，却没有办法做到呢？既然说我的推断不可能完全准确，但是有什么证据，能够证明我的推断和他的相比起来，更加具有可靠性呢？这个时候，恰好他的梦表现出了一种心理现象，也就是不受意识摆布。他自身主观的感觉和梦里面所发生的结果完全一致。梦里面的结果不会照顾到病人

的看法，也不可能顾及我的推断，它只是将事实原本的真相如实地表述出来。所以我有从心理学领域来研究梦的打算。举个例子，糖如果撒入尿里面，尿里面自然就有了糖分，我们肯定不会把它看作是尿胆素、蛋白质或者其他物质。也就是说，在诊断的过程中，我认为梦的价值是无法估量的。

通过我上面提到的例子可以看出，梦提供给我们的东西，远远超出了我们请求得到的东西。我们可以通过这些例子，不断了解神经症形成的原因，从而找到更好的药方。除此之外，梦的分析能够给我们的治疗，指引道路。病人的梦很好地告诉了他，现在他要做的，就是立刻停止继续前进的步伐。

我们目前能够获取这么多线索，就已经心满意足了。现在让我们继续回到之前讨论的问题，也就是梦究竟能不能替我们找出神经症的病因。我前面已经列举了两个梦的例子来进行阐述。我也可以列举出很多容易懂的初期梦例，且它们对于神经症的解释并不能起到很大的作用。然而对于那些需要探究、分析以及解释的例子，我现在还不愿意去讨论。

对于一些比较复杂的神经症，我们一直分析到最后阶段，才能找到它们的真正原因；另外对于很多病人来说，即便是关于自身神经症的原因已经被找出来了，仍然没有办法彻底治愈。让我们再回过头来看看弗洛伊德的观点，他指出，为了达到更好的治疗效果，病人必须要非常清楚地知道自己心神不宁的因素，事实上，这只是创伤论老酒换新瓶而已。当然在“创伤论是很多神经症的原因”这一点上，我并

未表示否定；我只是想要表达，并不是所有的神经症都可以归结为创伤论，它们的起因也并不都是小时候经历过的残酷的事情。很多时候，决定论的态度往往就是由这种讨论问题的方法导致的。医生一味地关注病人的过去，不停地问“为什么”，很少去考虑“为了什么”，这样就相当于把一个同样很重要的问题给忽略掉了。病人就需要被动地挖掘那些发生在童年时代，并且已经被时光掩埋了很久的事情，而发生在自己身上的新近事情则很容易就给忽视掉了，病人也会因此受到一定的伤害。

决定论本身具有很大的狭隘性，所以对于梦或者是神经症的真正含义也就无法做出适当说明。假如说有人认为，梦唯一的作用就是找出神经症的原因，那这种想法未免太武断，很容易把梦更多的贡献给忽略掉了。以上我们列举的很多梦的例子，自然能解释造成神经症的很多原因，而且这些梦的例子也能够给我们提供很多东西，比如说药方、对于未来的一些预期及治疗的方法，等等。但是我们需要牢记的是，很多梦只是涉及了其他的事情，比如说病人对医生的一种态度，它们完全没有提到神经症形成的原因。下面，我再来列举一个病人的例子，以此更好地阐明这一点，这个病人带来了三个梦例。前前后后，她总共咨询过三个精神分析师，每一次治疗的初期，她都做了一个梦。

第一个梦：“我要去另外一个国家，但是必须要穿过国界线，但我找不到它究竟在哪里，也没有任何人能够告诉我。”她做过这个梦之后，治疗并没有看到什么成果，她只好选择放弃。

第二个梦：“我必须要穿过国界线，那是一个漆黑的夜晚，我找

不到海关大楼。很久很久之后，我看见很远的地方有盏灯，我猜想国界线应该会在那里。但想要到达那里，就必须穿越一个山谷以及一个暗沉沉的森林，我在那里迷路了。忽然之间，我发现身边好像有个人，和我一起赶路。这个人像个疯子，忽然间紧紧抓住我的手，我惊醒了。”在这个梦之后，过了几个星期，治疗中断，原因在于，治疗师对病人的无意识地认同，让她觉得很迷惑。

最后一个梦，是病人来找我时对我说的，“我必须穿过国界线，或者也可以说，我已经顺利通过了它，我到了瑞士的海关。我没有什么东西值得他们检查，因为我只有一个手提包。但是奇怪的是，海关工作人员从我的行李袋里面，翻出了两个大的垫子。”病人找我治疗的期间结了婚，然而她走到这一步很艰难，遭遇了无数的阻力。几个月后，造成她神经病症的原因被找了出来，但是我们无法从这三个梦里面得到任何的线索。很显然，这些梦仅仅表明了病人在寻找治疗师的时候，不会一帆风顺。

相似效果的事例，我还能说出很多很多，但是我觉得上面的那些例子，已经足以表明梦具有一定的预期性。在这种情形下，如果在处理它们的时候，我们仍然用决定论，这其中包含的特殊意义就无法掌控。这三个梦的例子，清楚明了地表明了分析的情形，准确地认识到这点对于治疗目的来说，具有非常重要的意义。第一个医生之所以把病人介绍给第二个医生，就是因为他已经了解到了这个情形。这个时候，病人根据自己的梦给自己下了结论，所以她才决意离开。我对她第三个梦所作出的解释，她并不满意，但是她仍旧鼓足勇气，战胜了困境，最终成功地穿过了国界线。

初期的梦大多都是非常清楚明了的，也更容易让人明白。但是将分析梦作为一项研究工作来进行时，一切就开始变得复杂起来。如果这个时候仍然觉得梦清楚易懂，那么我们就可以非常笃定地说，对于梦的分析研究仍旧是没有触碰到人格的一些要害之处。

一般情况下，梦在治疗开始后，慢慢就会变得不清楚，紧接着是模糊不清，最后会变得晦涩难解。但偶尔我们也会觉得，医生已经没有办法掌控整个状况了。这种说法有一定的道理，人们常爱说梦都是不了解的，事实上，这仅仅是医生的一种主观看法。世界上不存在不可理解的东西，关键是我们没有办法去理解它们，所以就妄自断定它们混乱不堪、不可理解。从梦的本身来看，它是清晰的，换句话说，梦其实就是在某些特定的状况下，所产生的一种必然产物。如果我们在治疗后期，或者说是几年之后，再回过头来看看那些最初认为“不可思议”的梦，就会无比惊讶于当初自己的无知。

当然实际情况是，在治疗的整个过程中，后期的梦和初期的相比，往往都会变得更加晦涩难解。但站在医生的角度，他们不能妄下结论，更不能将梦看作是乱七八糟的东西，或者说立刻去责怪病人，说其故意阻抗。医生要做的，就是能够认识到，这种情况其实是自己越来越没有办法去了解现实的情况。精神治疗师经常会面临迷惑的处境，这是他们在面对病人的一些反常行为时所产生的难以理解和不知所措，但是他们却把这种迷惑不解“投射”出去，说成是病人迷惑了。病人有时候很难承受被别人轻易看穿一切，所以心理分析师为了更好的治疗目的，也应该适当的承认自己缺乏对病人的了解。医生敏锐的洞察力以及这个职业本身的光环，若是导致了病人过度依赖，他就会亲手

替自己挖下陷阱。病人如果过分地相信医生的自信心和“深奥”了解力，往往会失去真实感，甚至会跌入顽固的移情作用（transference）里面，如此，康复的道路会更加漫长。

显然，了解是一个主观的程序。它有可能仅仅是单方面的了解，就像医生了解了，病人却依然不自知。在这种状况下，说服病人，就被医生当成了自己职责的一部分，如果说病人完全不听，医生就会认为他是在故意阻抗。每次在我单方面了解的时候，我总是强调自己了解得还不够透彻。其实医生能不能了解并不是很重要，病人才是关键。双方经过共同研究达成深层共识才是真正重要的。所以说，关于医生了解病人的工作，如果他仅仅根据某种原理，便草率地为一个梦做出判断，虽说这一判断在理论上是成立的，但病人并不会认可，那么最后的结果也必然是极度危险和不公的。只要有上面说到的判断出现，事实上就一定是错误的；其次，假如了解的结果，能够预测到病人未来的行动，然而这种行动又不利于病人正常发展的话，这种了解也肯定是错误的。我们在找寻真相的时候，必须要依靠病人的大脑；我们要想真正地触碰到病人心灵的深处，必须要在他的进程中，为他提供一定的帮助，这样才能更好地影响和感化病人。

假如医生在向病人解释的时候，只凭借自己单方面的理论，或者是先入为主的意见，那么他只能完全依靠“暗示”去说服病人或是得到任何治疗效果的机会。所以，请大家务必注意，不要上了这种暗示的当。暗示虽然没有值得过分责难的地方，但却具有很大的缺点，它会在不经意间抹杀掉病人的独立人格。那些做着实际工作的分析师，应该对扩大意识领域的意义和价值深信不疑，让以往人格中那些无意