

重口味 心理学2

Hardcore Psychology II

How to prove you're not freaky?

怎样证明你不是变态？

姚尧
／著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

各种怪癖的背后
到底隐藏了什么？
揭开心理学中最幽暗、
最深层的秘密！

重口味 心理学 2

Hardcore Psychology II

How to prove you're not freaky?

怎样证明你不是变态？

姚尧

／著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

重口味心理学. 2 / 姚尧著. —北京: 九州出版社,
2013. 9

ISBN 978-7-5108-2371-8

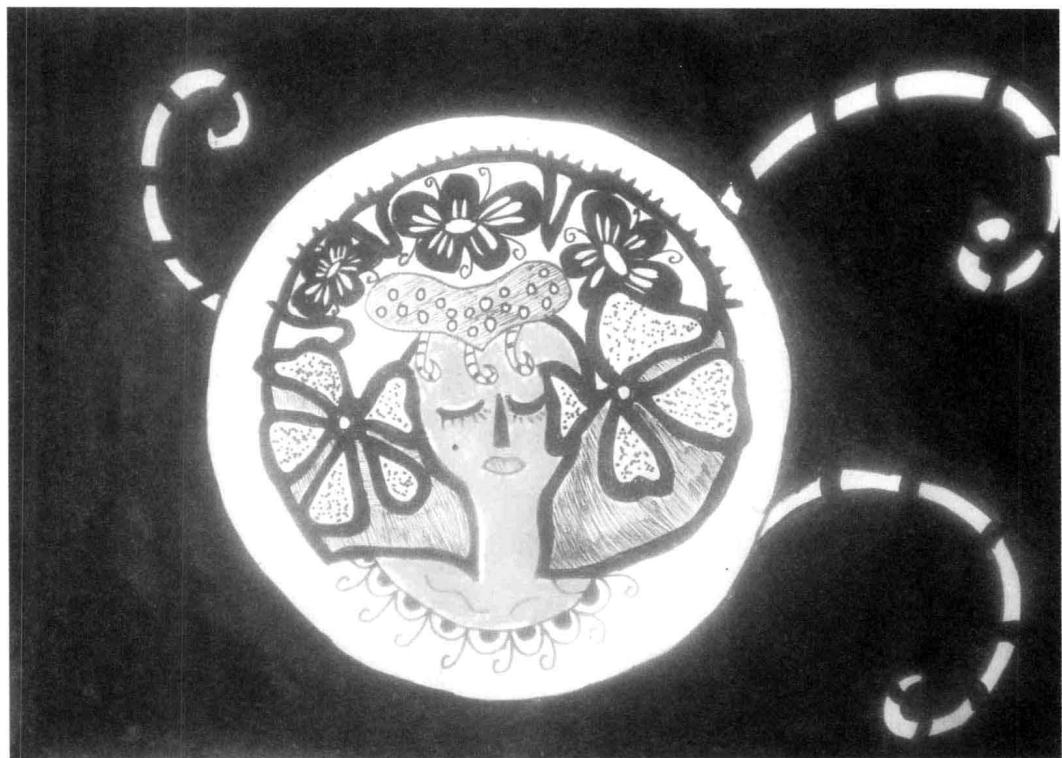
I. ①重… II. ①姚… III. ①心理学—通俗读物
IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第232045号

重口味心理学. 2

作 者 姚尧 著
出版发行 九州出版社
出 版 人 黄宪华
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号 (100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 北京嘉业印刷厂
开 本 700毫米×1000毫米 16开
印 张 20
字 数 280千字
版 次 2013年11月第1版
印 次 2013年11月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-2371-8
定 价 39.80元

★ 版权所有 侵权必究 ★



美人 | 自闭症女孩儿芝芝的画



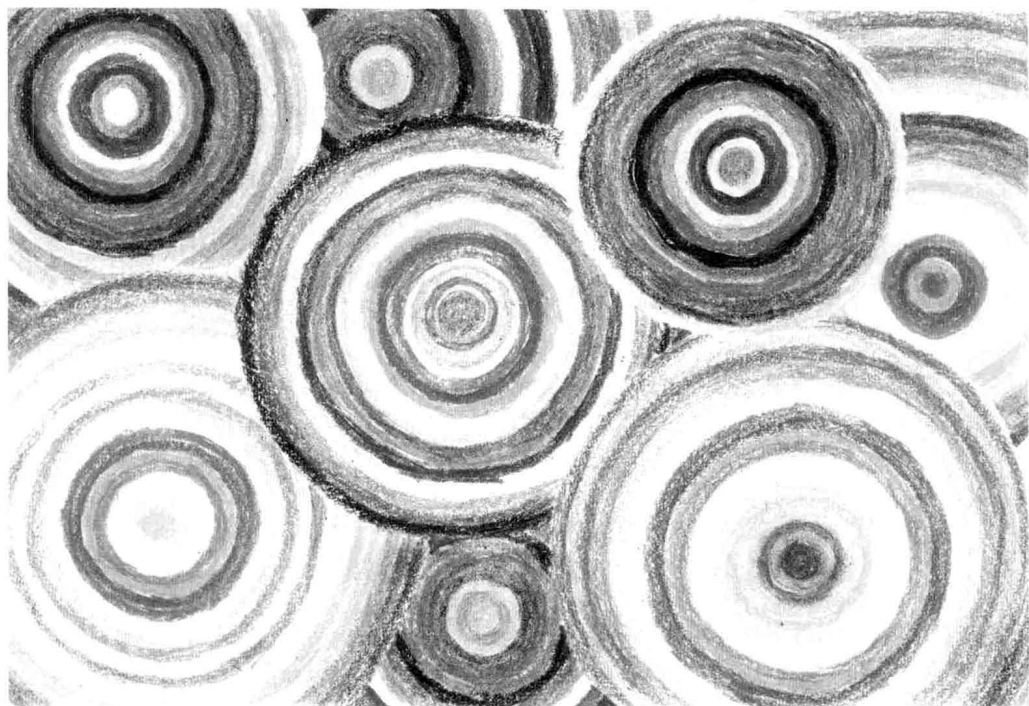
鲜花 | 自闭症女孩儿芝芝的画



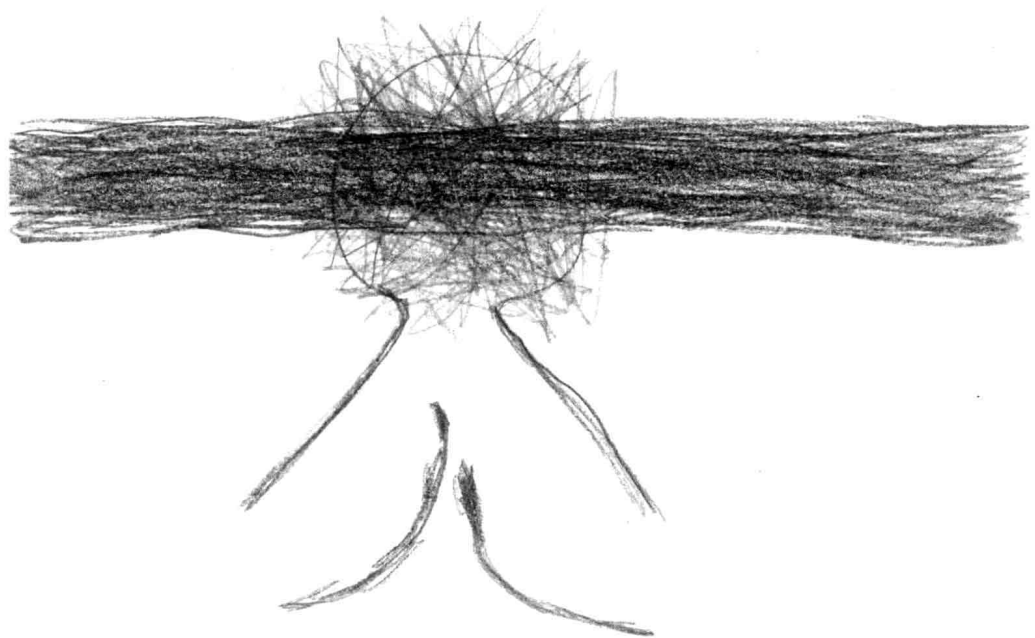
自画像 | 自闭症女孩儿芝芝的画



牙齿&伤口



数字



洞穿



目录

CONTENTS

001



第一篇 孤独星人——我来自孤独星

对于孤独星人V而言，数字并非只是一个简单的笔画，它有声有音，有颜色，有形状，有质地，能代表他的喜怒哀乐。例如，1是一道亮白色，就像手电筒的光，晃得你睁不开眼；5会响起轰隆隆的雷声，或惊涛拍岸的咆哮声；37像他的早餐麦片粥一样黏糊糊的；89则让他感到仿佛飘起了雪……

不同的计算在他心里会投射出不同的图像，不仅如此，一些特定的数字还会引起他不同的感觉。例如，乘11的时候，他心里会有塌陷的感觉。在所有的数字里，6最难记，因为它无法呈现出特定的形状，也没有质地，仅仅是一个小黑点，就像缝隙或小洞。

有时，在晚上入睡前，他眼前会出现一道亮光，接着是成百上千的数字游来荡去，那感觉美极了，如同仙境。假如晚上V有点儿失眠，他就会想着自己漫步在数字的风景里，安详又快乐。他从未在里面迷路，因为质数就像路标一样为他指引着方向……

“特立独行的孤独星人” / 003

“不聪明那么多，只聪明一点点”——智力发育迟滞 / 008

“规矩不能破”——刻板行为 / 011

“你说我世上最孤独，我说我世上最神奇” / 015

我们又何尝不是“外星人”呢？ / 030

033



第二篇

“被拿掉支杆的稻草人”——潜意识的神妙世界

假如一觉醒来，潜意识消失了会怎样？
如果潜意识消失了，那么世界看起来就会像一团混乱的像素与颜色，而不是组合成有意义的三维空间影像。这样说，想象我们的大脑没有潜意识会变成什么样子是没有意义的，因为意识依赖的是潜意识的运作，如果没有潜意识，我们也意识不到什么。就好比没有计算机复杂的软硬件系统运作，计算机屏幕上的东西就不可能存在一样。

潜意识的“马脚” / 037

“没有你我怎么办” / 046

收了潜意识！ / 051

055



第三篇

神奇的九层催眠空间——催眠

催眠时，被催眠者最常见的幻觉，就是感觉到身体某一部分消失，或者“自立门户”，离开身体单独行动。比如，被催眠者会感觉到自己的脑袋变得异常大，像是充满了气体……最后，干脆摆脱身体的控制，独自飘浮在空中。这让我想起了伊藤润二的恐怖漫画——《人头气球》。

类似的还有“消失的屁股”。催眠师告诉被催眠者，当他们试图坐下时，发现自己的屁股没了，接着，被催眠者真的发现自己的屁股“不见了”！那该怎么坐下呢？这些人觉得很困惑，尝试用不同的办法来解

决问题。比如把枕头裹在屁股上，为自己做个“假屁股”，或者用手当作屁股来支撑身体……整个场面看上去非常搞笑。

被操控的“灵魂”——分离性障碍 / 060

催眠九层地宫 / 066

潜行者 / 073

085



第四篇

被抑郁精附体的那些年——抑郁症

抑郁症曾侵袭我、占据我、吞噬我，就像藤蔓纠缠着橡树，就像吸血鬼附在我的身上，汲取我生命的活力，充实它自己的生命。在患重度抑郁症最糟糕的那段日子里，我发现有些恶劣的情绪并不属于自己，而是抑郁症的情绪，就像橡树上缠满了爬藤的叶子。当我试图解脱自己的时候，却觉得灵魂的翅膀被折断，无处可去。日复一日的日出日落，变得没有任何意义。

当时我愿意接受最痛苦的死法，却浑浑噩噩到连自杀的念头都没有。生命中的每一分、每一秒都成了折磨。我的体液仿佛都被抽干，于是连眼泪都成了奢侈品，我的嘴唇也干裂了。我曾以为放声大哭是人生最悲惨的状况，后来发现，眼泪流干后的无所适从才是更加深刻的绝望。

被“抑郁精”附体 / 088

病因盒子 / 097

“斩妖利器” / 105

“春天来了，可我却看不见” / 111

113



第五篇

恐怖的欲望——碎尸杀人狂

进入高中后，J突然变得非常古怪，渴望被人关注，有时有人给他点儿钱，他就可以在商场里表演一系列叛逆、怪诞、离奇的举动，来吸引人的眼球。同时，他发现喝酒能减轻自己的痛苦、对性的迷惑以及对罪恶的幻想。他的朋友还记得他对动物所做的恐怖实验：钓鱼的时候J把鱼从湖里拉出来，然后拿出折刀把鱼切得粉碎。朋友问：“你这是在干吗呢？”J回答：“我只是想知道它被碎尸后的样子。”

一个十几岁的少年，将他在童年时期对死亡动物的幻想，慢慢地延伸到了和死去或者昏过去的男人做爱的性幻想上。

“汉尼拔”们的来时路 / 116

困惑的浪漫——恋尸癖 / 124

心理癌症——反社会人格障碍 / 127

137



第六篇

睡眠那些事儿——睡眠障碍

突发性睡眠症中经常发生的“猝倒”，便和渐冻人肌肉萎缩的情况有些类似。只不过这里我们称它为“突冻人”更合适些，因为猝倒没有经过一个缓慢演变的过程，而是突然一下子肌肉放松到无法支撑站立的程度，人“轰然倒下”，陷入昏睡。

除此之外，猝倒的病情并不像渐冻症一样是不可逆的。它通常只持续几秒钟或几分钟，然后人就从瘫软中醒来，恢复正常，跟没事人似的。而且猝倒一般发生在人们经历了强烈的情绪之后，比如大喜大悲。设想一下，你正为最喜欢的球队玩命喝彩，眼看就要进球的时候，突然一下子昏倒在地，不省人事了；或者，当你与人发生冲突，正吵得面红耳赤，突然“断片儿”，趴在地上就睡着了。这是多么令人沮丧和不给力啊！

“马牌需要宝塔” / 139

奔跑着的睡眠小男孩 / 144

“发令枪故障”——失眠 / 147

“错误的时间，错误的地点”——突发性睡眠症 / 150

165



第七篇

“同志” style——同性恋

两个同性恋男人之所以不能长期在一起，是因为我需要的也是你需要的。

同性恋大部分是胆怯的、文弱的，希望对方是彪悍的、阳刚的，就像女孩找另一半会考虑要么跟自己的父亲非常像，要么就是正相反。男同性恋找另一半也是，要么是像自己阳刚的父亲一样纯正的爷们儿，要么就是跟自己懦弱的父亲完全不一样的纯正的爷们儿，总之是要纯正的爷们儿。不信可以看画男性肖像画得最漂亮的，准是同性恋男人，因为一个同性恋男人喜欢的是一个真正的异性恋男人，一个真正完美的男人。所以两个男同性恋者只会在有共同的利益时，才会长期在一起。由于在一起时都希望对方更像男人，所以不能长久。就像电影《蜘蛛女之吻》中那位同性恋者的自白：“我始终在等待一个真正的男人，但这不可能发生，因为真正的男人要的是真正的女人。”

什么让你变得“与众不同”？ / 169

“我们恋爱吧” / 175

结婚还是不结婚？这是个问题 / 180

“同志” style / 186

189



第八篇 树木人格分析——“画的解析”

但是如果树木倾斜得非常严重的话，则说明绘画者可能会回避和轻蔑女性。如果绘画者是男性的话，他们对于女性的活动、思想和心理等可以说是既怜悯又藐视。他们认为女性没有男性进化的程度高，没有什么价值可言，有的甚至只把女性看作玩乐的对象，认为女性本质上是妓女或者仆人。也有的人可能会像泰国的和尚一样，完全避免跟女性接触。在这种情况下，画出极端的从左向右倾斜的树木的男绘画者，往往会存在两种情况：有同性恋倾向，或者是独身主义者。

“佛说了，你是狗屎，所以你看对方才是狗屎” / 191

画纸的讲究 / 197

树的讲究 / 215

纸树合一 / 221

227



第九篇 死亡是一生中最大的高潮——临终关怀

大多数人在得知自己身患绝症命不久矣的时候，第一反应往往是：“不！不是我！这绝对不可能！”这是人们踏上将死之路必须要经历的第一步。还记得我们的心理卫士“防御机制”吗？这也许是它为我们做的最后一件事了。

当现实的情况太糟糕，一时超出了我们心理的承受范围，我们便会本能地求助于“否认”，坚称已经发生的事实不是自己亲眼看见的那样，“你们都看错了”，拒绝接受。就像一位丈夫在被妻子抛弃以后，还继续在晚餐桌上为妻子留出位子，坚信她随时会回到自己身边。因为，相比承认被妻子抛弃这个事实，不“相信”妻子真的离开，会让他感到舒服一些。在这个过程中，“否认”的程度会慢慢降低，这位男性

会慢慢接受他妻子再也不会回来的现实。所以“否认”相当于为人们提供了一个心理缓冲带，人们才不至于在面对突如其来的噩耗时被击垮。这也可以解释为什么一个人可以一天抽两包烟却不担心自己的健康问题，因为他们否认香烟会对自己造成伤害，或者否认自己想活得长久和健康的愿望。

真的怕死 / 230

死神五部曲 / 238

死亡是真理的时刻 / 250

253



第十篇

“失乐园”——那些与性有关的秘密和禁忌

如此说来，性障碍又何尝不是潜意识里人们因为恐惧而作出的一种逃避呢？因为恐惧无法勃起，因为恐惧无法性兴奋。

比如一个男人，他的母亲在他小的时候曾经错误地制止了他正常的性行为。长大后，当他娶了一个女人，潜意识中发现这个女人身上有当年“错误”的性行为的影子，那么由于“恐惧”再次被母亲责备，他可能会对她表现出性冷淡或者性无能。

同样的，一位女性不能享受与丈夫性交的乐趣，因为每当这个时候，她父亲严厉厌恶的表情就会出现在她的脑海里。后来偶然间她发现，如果丈夫能在做爱前假装愤怒，“揍”她一顿，她便能过上正常的性生活。因为她认为惩罚能抵消一切！所以，当她被丈夫“打”一顿后，她就认为自己受到了应有的惩罚，不用再担心父亲的不满和指责，可以尽享鱼水之欢。

爱之三角 / 255

欢迎乘坐“性爱小火车” / 257

“性趣”决定一切 / 260

“上帝，赐予我贞操，但别是现在” / 263

眼睁睁地看着你，却无能为力 / 268

刀尖上的性 / 272

幕后真凶 / 276

281



第十一篇

生不如死——创伤后应激障碍

我们前面也说过，面对生活的挫折，人的心理会有一个自动保护机制在起作用，就像伤口自然愈合一样，将不良刺激转化为良性刺激，借此渡过难关。常见的心理防御机制有合理化、压抑、选择性遗忘、幽默、投射等。这里我们就来说说其中的“合理化”——为社会不能接受的事情找出可以被大家接受的理由，用一个容易被接受的解释来取代真实的原因。例如，一名学生在一次考试中获得了很差的成绩，他可能会坚持认为是老师没有做好考前指导；一个女生的男朋友跟她分手了，她可能会对朋友们说，她从一开始就没有真正喜欢过他。与真相比起来，这类说法让人在情感上更容易接受。而被囚禁做性奴对于这些女性来说，则可以理解成“大哥”这样做是爱我们，想把我们保护起来不受外界的侵扰。

“我的心真的受伤了” / 283

亲历噩梦 / 287

“谁让我心痛？” / 294