

Love, Hate and Reparation

# 爱·恨与修复

梅兰妮·克莱因与琼·里维埃演讲录

【英】Melanie Klein & Joan Riviere◎著  
吴艳茹◎译

014006349

B842.6

209

Love, Hate and Reparation

# 爱·恨与修复

梅兰妮·克莱因与琼·里维埃演讲录

【英】Melanie Klein & Joan Riviere◎著

吴艳茹◎译



中国轻工业出版社



北航

C1692771

B842.6

209

01008347

### 图书在版编目 (CIP) 数据

爱·恨与修复: 梅兰妮·克莱因与琼·里维埃演讲录 /  
(英) 克莱因 (Klein, M.) 等著; 吴艳茹译. —北京: 中  
国轻工业出版社, 2014.2  
ISBN 978-7-5019-9509-7

I. ①爱… II. ①克… ②吴… III. ①情感—文集  
IV. ①B842.6-53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第256684号

总策划: 石 铁  
策划编辑: 阎 兰  
责任编辑: 阎 兰

责任终审: 杜文勇  
责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2014年2月第1版第1次印刷

开 本: 850×1168 1/32 印张: 3.75

字 数: 57千字

书 号: ISBN 978-7-5019-9509-7 定价: 18.00元

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65262933

发行电话: 010-65128898 传真: 010-85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: [wanjianedu1998@aliyun.com](mailto:wanjianedu1998@aliyun.com)

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换

131199Y2X101ZYW

## 前 言

本书在某种意义上是精神分析发展上的新起点。它试图通过日常语言表达饮食男女日常行为和感受背后更为深层的心理过程。在此之前这一主题没有被这样处理过，而它也需要读者调整自己的思路以欣赏无意识心灵的工作方式。本书并没有给出所得出的结论的证据，因为要这样的话，这本书的篇幅将是现在的20倍。个体在试图处理这些无意识过程时所经历的漫长而痛苦的挣扎，他试图把难以忍受的想法和冲动挤出意识之外的方式，还有最后那些被埋藏的想法重见天日，它们解释了这个人身上其他途径无法解释的事情，该个体的意识不断增长的过程——所有的这些分析师能够提供的而且令人信服的资料不得不被省略掉。

读者应该要警惕两种倾向，如果让这两种倾向发展的话，会使得读者误解本书所阐述的主题。读者要避免犯把小孩子的有意识的心理归结于只有在以后才发展的心理过程这样的错误。而且读者要记住，无意识的心理运作的规律与意识层面更合理的心理运作规律是很不一样的。对精

神分析的很大的误解源于不能够理解这一事实：无意识的思维和感受方式不仅是无意识的，而且很难理解。

在本书的心灵博览中，作者把成人生活中的很多东西追溯到婴儿期，并显示成人的很多特征是早期思维模式持续的证据。从儿童到成人和从成人到儿童，这种来回的切换根植并贯穿于本书主题中，初读时可能会令人迷惑。事实上，成人的无意识与儿童的心理并没有很大的不同，因此必须认识到，在一定意义上，精神分析师的确认为成人有着婴儿的思维，与此同时需要区分成人和婴儿的人格和思维模式。本书的大部分思想是基于 Klein 女士对儿童情感和心理生活的发展的研究工作。可以这么说，这些研究以及从中得出的结论依然经得起批判的考验，并能进一步得到应用。

John Rickman

11 Kent Terrace, Regent's Park,

伦敦, N.W. 1.

1937年7月

## 作者简介

Joan Riviere 和 Melanie Klein 均对精神分析运动在英国和英语世界的发展起了重要作用。Joan Riviere 最为人称道的是她对弗洛伊德著作超凡卓越的翻译。就如 James Strachey 所说，她在 20 世纪 20 年代翻译的《精神分析导论》，“使得英语读者有可能第一次意识到，弗洛伊德不仅是科学大师，还是个散文家。” Riviere 女士 1922 年在维也纳师从弗洛伊德，几年后作为非专业的分析师开始在伦敦执业。她在晚年致力于《国际精神分析杂志》艰辛的编辑和翻译工作。

Melanie Klein 是儿童精神分析领域的先驱，她是第一个专注于发展适用于儿童的精神分析技术的分析师。她的著作《儿童精神分析》全面体现了她对精神分析这一重要领域的贡献。她还和 Paula Heimann、Susan Isaacs 以及 Joan Riviere 合著了《精神分析的发展》。

## 万千心理图书目录

代号	书 目	著、译者	定价 (元)
<b>心理咨询与治疗导论</b>			
X999	主体间性心理治疗	P. Buirski等著 尹肖霞译	35.00
X1121	心理治疗实战录	M. F. Basch著 寿彤军等译	45.00
X1027	心理治疗师该说和不该说的话	L. N. Edelstein等著 聂晶等译	50.00
X930	沙游治疗	B. L. Boik等著 田宝伟等译	38.00
X1011	自体心理学的理论与实践	M. T. White等著 吉莉译	32.00
X808	心理咨询与治疗经典案例	Corey, G.著 谭晨译	36.00
X830	心理咨询与治疗的理论及实践	Corey, G.著 谭晨译	45.00
X720	心理咨询师的问诊策略	S. Cormier等著 张建新等译	78.00
X631	心理诊断和治疗手册 ——给心理治疗师的指南	Sharon L. Johnson著 卢宁等译校	62.00
X642	实用心理咨询与助人技术	R. Nelson-Jones著 江光荣等译	52.00
X634	心理治疗师培训教程	Bernard D. B.等著 刘盈等译	40.00
X120	心理咨询面谈技术	Rita Sommers F.著 陈祉妍等译	30.00
X705	精神科临床诊断	Morrison J.著 李欢欢 石川译	32.00
X340	心理障碍临床手册 (第三版)	Barlow D.主编 刘兴华等译	78.00
X453	临床心理督导纲要 (第三版)	Janine M. 等著 王择青等译	56.00
X415	短程心理治疗实践	Sol L. Garfield著 章晓云译	16.00
X042	心理咨询与治疗的理论及案例	R. S. Sharf著 胡佩诚等译	50.00
<b>认知行为治疗专题</b>			
X1180	认知疗法: 基础与应用 (第二版)	J. S. Beck著 王建平等译校	58.00

X1181	认知疗法:进阶与挑战	J. S. Beck著 王建平等译校	56.00
X1197	情绪障碍跨诊断治疗的统一方案 ——自助手册	Barlow等著 王建平等译校	35.00
X1198	情绪障碍跨诊断治疗的统一方案 ——治疗师指南	Barlow等著 王建平等译校	30.00
X993	边缘性人格障碍的移情焦点治疗	J. F. Clarkin等著 许维素译 李孟潮审校	52.00
X925	认知行为疗法	D. R. Ledley等著 王辰怡等译 王建平审校	38.00
X678	改变的理由	W. Dryden 著 聂晶译	26.00
X580	压力咨询	Albert Ellis等著 孙菲菲译	30.00
X707	边缘性人格障碍治疗手册	Linehan M. M.著 吴波译	32.00
X332	行为矫正——原理与方法	R. G. Miltenberger著 石林等译	50.00
<b>心理治疗精选读物</b>			
X1191	给心理治疗师的礼物(新版)	Irvin D. Yalom著 张怡玲译	25.00
X1182	嫉羨与感恩	M. Klein著 姚峰等译	60.00
X1120	心理治疗中的依恋	D. J. Wallin著 巴彤等译	70.00
X1050	熙琬叙语 ——一个咨询师的成长历程	吴熙琬著	18.00
X1008	心理咨询师的部落传说	徐钧著	28.00
X849	日常生活的心理治疗	Ole Dreier著 冯墨女译	45.00
X902	心理治疗师之路(第四版)	J. A. Kottler著 林石南等译	48.00
X866	打破心理治疗师心中的禁忌	K. S. Pope等 宫学萍译	26.00
X889	中日灾后心理援助案例集	陶新华 吴薇莉 主编	32.00
X872	聚焦取向心理治疗	Campbell Purton著 罗希译	28.00
X682	由心咨询 ——心理治疗中的超个人范式	米杉著 倪男奇译	36.00
X640	生活分析的心理咨询 ——理论与技法	松原达哉著 樊富珉 吉沅洪译	30.00

.....

欲了解更多图书信息,请登录: [www.wqedu.com](http://www.wqedu.com)

联系地址:北京市朝内大街188号D座902室 万千心理(邮编:100010)

咨询电话:400-698-1619, 010-65125990 传真:010-65262933

\*本目录定价如有错误或变动,以实际出书为准。



北航

C1692771



# 目 录

前言 ..... I

作者简介 ..... III

上

恨·贪婪·攻击 ..... 1

攻击 ..... 3

投射 ..... 9

分配 ..... 13

拒绝 ..... 15

贬低和轻蔑 ..... 16

妒忌 ..... 22

贪婪 ..... 23

妄想的仇恨 ..... 24

对异性的妒忌 ..... 26

竞争 ..... 31

热衷于权力 ..... 34

嫉妒 ..... 36

良知、道德和爱 ..... 40

注释 ..... 46

## 下

爱·内疚·修复	51
婴儿的情感状态	52
无意识的内疚感	55
与父母关系中的爱和冲突	56
爱、内疚和修复	58
认同并修复	59
幸福的爱的关系	60
养育子女：关于做母亲	65
养育子女：关于做父亲	69
家庭关系中的困难	70
爱的伴侣的选择	75
获得独立	77
学校生活中的关系	81
青春期的关系	82
友谊的发展	84
成年生活中的友谊	85
爱的更宽广的方面	88
内疚感、爱和创造性	91
与我们自己和与他人的关系	94
注释	102
译后记：缘分的天空	109

# 上

恨·贪婪·攻击

Joan Riviere



我们将在本书中讨论一些文明社会中男女的情感生活的某些侧面，这些在日常生活中的表现是我们所有人都熟悉的。这些熟悉的情感表现的两个根本来源是人类的两种原始本能：饥饿和爱，或者说自我保存和性的本能。本质上我们的生活都致力于一个双重的目标：确保生存的“养料”来源，并从中获得愉悦。我们知道，这些目标引发深刻的情感，并可成为极大的幸福或不幸的缘由。

要充分地去展示自我保存、愉悦、爱和恨的相互作用的图景，就如同要去描述和解释人类生活的每种表现。在这两个讲座中<sup>①</sup>我们努力勾勒一个大致的轮廓，那么必然在很大程度上要简化，并只能是纲要性的，当中会充满空隙，不能面面俱到。我们只是试着给你关于情感生活的一些主要模式的概念，这些模式可能会在大部分个体或某一类型的人的行为中表现出来。

必须牢牢记住的是，一般而言，恨是破坏性、瓦解性的力量——导向匮乏和死亡；而爱是和谐、统一的力量——导向生命和愉悦。但这需要马上加以限制：因为与恨紧密结盟的攻击，无论是在目标还是在功能上，都绝不是完全破坏性的或使人痛苦的；而源于生命力量的爱紧密地与欲望联结在一起，在行为表现中可以是具有攻击性甚至是有破坏性的。生活的根本目的是活着并且愉快地活着。为了达到这个目的，我们每个人试着去处理和除掉自身的破坏性力量，发泄、转移和合并它们，以获得生活中

所能够有的最大限度的安全和愉悦。我们通过无穷多的、微妙且复杂的适应达成了这个目的。每个个体的不同表现主要是两种不同因素作用的结果：爱与恨的倾向（这是在我们每个人身上的情感力量）的力度和环境在生活中对我们的影响，这两个因素从出生到死亡在不断地相互作用着。在这个讲座中我将描述人们尽力处理和获得安全感的方式，这种安全感抵御了自己身上危险的和瓦解性的恨与攻击的力量，如果这些力量太强烈的话，可导致使人痛苦的匮乏状态甚至导致灭绝行为。

## 攻击

攻击本能，至少在防御这点上，被广泛地认为是人类和大部分动物固有的。另外，攻击冲动是人类心理的根本和基础的元素，这一点似乎也是清楚的；我们只要去看看国际形势，或者在任何托儿所里发生的行为，就能看到这一点。但是除了这些“外部证据”，我想任何普通人都能从自己的经历中知道，坏脾气、自私、吝啬、贪婪、嫉妒和敌意每天都在他周围上演和被觉察，即便他没有那么容易地意识到这些也存在他自己身上。他当然知道日常生活很大一部分的不愉快源于这些情感。当这些情感在别人身上表现出来，以及真的在自己身上表现出来时，我们都要花一部分的时间和精力去设法克服和减轻它们的坏影响。

我们还知道，攻击、残忍和自私的冲动紧密地与愉悦

和满足结合在一起，在这些情感的满足中可能伴随着迷恋或者兴奋。比如说，某人在做一个尖刻的反驳后感到的野性的满足或者至少是快意，常可闪现在其眼中。这种易于与攻击情感紧密相连的愉悦在一定程度上解释了为什么它们是如此地具有强制性并难以控制。令人毛骨悚然、残忍的故事、图片、电影、运动、事故及暴行等对那些未曾学习如何减轻这种倾向或使它转向别处的人而言，多多少少是令人兴奋的。我们大部分人在克服障碍或随心所欲时，感到极大的快意。显然，攻击性在为了生存的斗争中，在一定形式上起了相当大的作用。在所有工作领域以及娱乐活动中，我们清楚地看到，那些没有足够的攻击性，那些在遇到阻力时不能坚持自己观点的人是缺乏一种非常有价值的品质的。事实上我们可以说，自我保存和“爱”的本能如果要去获得满足的话是需要与攻击性有某种混合的。也就是说，攻击性这一要素是这两种本能在实际执行中的一个本质部分。

虽然我们都知道，或都应该知道，攻击性情感的确存在于自身和他人身上，但总体上我们并不是很喜欢这种想法，所以无意识地低估它们的重要性，并试图把它们的重要性减到最小。我们不把视线聚焦在这上面，而是把它们放在视野的外缘，不让它们构成我们生活的整体画面的一部分；通过把它们维持在有点模糊的状态，它们就不会显得那么近、那么鲜明、那么真实、那么有活力，因此就不

会像我们清晰地看到它们那样令人担忧。这种否认是一种非常原始的处理我们对它们的恐惧的方法；这只是对我们有安慰作用，并不真正有益。此外，科学研究的一个条件是，我们不能只选择一个物体或一件事情的某些部分做细致的考察，而把其他的放在一边；因而，精神分析已经认识到，这些众所周知但又令人不愉快的东西比人们通常认为的更具动力性，有更重要、更广泛的影响。

对这些不友好的情感的一种解释是易被理解的，至少在很多例子上，感受这些情感的人对他们的命运或状况不满意。他们有一种丧失感，无论是因他们不能获得一些生活的必需品还是不能获得愉悦感。不言而喻，攻击，抢劫或伤害的企图等给人带来损失，将激起任何普通人和大部分动物的攻击性。但是除了来自外部的攻击，丧失感和痛苦还有另外的来源。我们内心未被满足的欲望如果足够强的话，会产生类似的丧失感和痛苦，也会如外部的攻击一样激起我们的攻击性。正是这种人类的反应影响着经济问题。众所周知，当人和其他动物缺乏生存资源时，攻击性会被激起，除非他们处在无望的冷漠、绝望和迟钝状态。<sup>②</sup>另一点也许经济学家比其他人认识得更好，即人类对环境的依赖程度。在一个稳定的经济和政治体系下，我们有大量满足需要的自由和机会，通常我们没有感觉到自己对所处的团体、机构的依赖——除非，比如说，发生地震或举行罢工！那时，我们可能就不情愿地，并常带着

深深怨恨地意识到，我们令人可怕地依赖着自然的力量和其他人。依赖被认为是危险的，因为它包含了匮乏的可能性。这种不可能实现的个体自足的欲望浮起，在某些生活情境下，会沉溺于不受约束的自由这样的幻想中，并从中感受快乐。

然而，这当中有一个大的例外——无论我们的生活环境如何，在一种情形下我们都必定有依赖感——那就是在爱的关系中。在那里强烈的欲望仍然无疑地把我们与其他人结合在一起。<sup>③</sup>很显然，在我们生活的各个方面——自我保存、性或追求快乐中，我们都是依赖其他人的。这意味着在生活中某种程度的分享、等待，为其他人放弃一些东西是必然的。但是尽管这增加了共同的安全性，它也会意味着个体安全性的一些损失。所以这些依赖关系易于激起反抗和攻击性的情感。

精神分析通过无数的情境把对依赖的焦虑追溯至我们在婴儿期体验到的最早的焦虑——婴儿对乳房感到的焦虑。吃奶的婴儿事实上是完全依赖于别人的，但是对此他并不感到恐惧，至少在开始，因为他没有意识到他的依赖。事实上，婴儿只意识到自己的存在（母亲的乳房对他而言仅是他身体的一部分——一开始仅是一种感觉），而他期待着他所有的愿望能够得到满足。他（或她）想要乳房，因着对它的爱，也可以说，为了吮乳的快乐和平息饥饿感。但是如果这些期待和愿望没有被实现，会发生什么



呢？在一定程度上，婴儿开始意识到他的依赖；他发现它不能供给所有他需要的东西——然后他就哭泣和尖叫。他变得具有攻击性。带着恨和攻击性的渴望，他似乎在自动地探索。如果他感觉空虚和孤独，一种自动的反应开始了并很快变得难以控制、压倒一切，攻击性的暴怒带来了痛苦和爆发性的、灼热的、令人窒息的、憋闷的躯体感觉；而这些反过来引起更深的缺乏感、痛楚和恐惧。婴儿无法区别“我”和“非我”；他自己的感觉就是他的世界，就是对他而言的世界；所以当他寒冷、饥饿或孤独时，世界上就没有奶、舒适或愉悦——生活中有价值的东西都消失了。当他被欲望和愤怒折磨时，伴随着难以控制的、憋气的尖叫和痛苦的、强烈的被抽空的感觉，他感到他的整个世界只有苦难；同时，整个世界也是充满血泪、被撕裂和备受折磨的。我们在婴儿期都曾处于这种情境中，这对我们的生活有巨大的心理影响<sup>④</sup>。这是我们第一次经历像死亡一样的事件，认识到某些东西的不存在，认识到好像在我们和他人身上的一种巨大的丧失。这种体验带来一种对爱的意识（在需要的形式上），与此同时与这紧紧结合在一起的是来自内部和外部的痛苦和有毁灭危险的情感和感觉。婴儿的世界失控了，在他的世界里发生了罢工或地震，而这是因为他爱、渴望着某种东西，而这样的爱会带来痛苦和毁坏。然而，他无法控制或消除他的欲望、仇恨或者抓住与获取某物的努力；整个危机摧毁了他的安宁和