荣格的智慧

编摇摇著:荣格·韩原著,刘烨编译
出 版 社:中国电影出版社
书摇摇号:[illegible]
版权所有:烨子工作室
类摇摇别:精神分析
出版时间:[illegible]
字摇摇数:[illegible]千字
内容提要:

摇摇荣格认为,人并非由自己主宰,而主要受一些不为我们所知的力量控制。这些力量来源于自己的潜意识部分,而我们的意识部分仅仅是潜意识中的沧海一粟。潜意识并非只是生长发育阶段压抑作用的总和,潜意识具有负面效应,同时也具有积极作用,它赋予人创造力,能帮助人确立生活的意义,并且指导人追求个人独立。正是人的这种潜意识,构成了每个人的独特性格。性格是一个人在现实的稳定态度和习惯化了的行为方式中所表现出来的个性心理特征。谦虚或骄傲,诚实或虚伪,勤劳或懒惰,坚强或懦弱,果断或犹

需要全本请访问: www.ertongbo

豫等等都是人的性格特征。性格决定命运,性格改变人生。这已成为世界各国学者的共识。那么,性格与命运之间究竟存在怎样的内在联系呢?荣格经过长期潜心研究,终于破译了"性格决定命运"的密码。为了让广大读者深刻理解"性格"与"命运"的内涵,我们编译了荣格的著作。在本书中,除了展现荣格在心理学领域所表现出来的睿智和人格魅力以外,还全面阐述了荣格的分析心理学理论及类型理论。

荣格的智慧

序摇摇言

荣格是瑞士著名心理学家和分析心理学的创始人。1909年,弗洛伊德把他定为精神分析运动的法定继承人,称他为“王储”。1911年,在弗洛伊德的举荐下,荣格担任国际精神分析学会第一任主席。荣格一生致力于心理学研究,以意识与无意识、自我与自己为轴心,将不同时间、空间、文化、人性等结合成一个整体,构成他特有的思想结构。他的分析心理学理论自成一家,成为举世公认的权威。

荣格认为,人并非由自己主宰,而主要受一些不为我们所知的力量控制。这些力量来源于自己的潜意识部分,而我们的意识部分仅仅是潜意识中的沧海一粟。潜意识并非只是生长发育阶段压抑作用的总和,潜意识具有负面效应,同时也具有积极作用,它赋予人创造力,能帮助人确立生活的意义,并且指导人追求个人独立。正是人的这种潜意识,构成了每个人的独特性格。

性格是一个人在现实的稳定态度和习惯化了的行为方式

中所表现出来的个性心理特征。谦虚或骄傲,诚实或虚伪,勤劳或懒惰,坚强或懦弱,果断或犹豫等等都是人的性格特征。

性格决定命运,性格改变人生。这已成为世界各国学者的共识。那么,性格与命运之间究竟存在怎样的内在联系呢?荣格经过长期潜心研究,终于破译了“性格决定命运”的密码。

为了让广大读者深刻理解“性格”与“命运”的内涵,我们编译了荣格的著作。在本书中,除了展现荣格在心理学领域所表现出来的睿智和人格魅力以外,还全面阐述了荣格的分析心理学理论及类型理论。

我们将荣格关于“性格”的理论编著成四个部分:

一、性格决定命运

二、性格类型

三、个性升华

四、荣格心理性格类型测验

在编译过程中,我们采用通俗易懂的语言,在保持荣格理论原汁原味的基础上,尽量展现荣格博大精深的思想。衷心希望广大读者能够领悟其中的真谛,对自己的人生有所裨益。

刘摇烨

圆翻豫年 员月 圆日

目摇摇录

第一章摇性格决定命运

播下一种行动,你将收获一种习惯 播下一种习惯,你将收获一种性格 播下一种性格,你将收获一种命运。大千世界中的芸芸众生,为什么有的人春风得意,有的人却黯然无光?为什么有的人财运亨通,有的人却一贫如洗?每个人的性格不同,正是导致每个人具有不同的命运的原因之一。

性格是人最本质的象征 辕员

无意识的伟大力量 辕缘

创造情感协调 辕苑

感染力,传递信息的良好途径 辕怨

微笑的魅力 辕员猿

激发热情的火花 辕员远

养成关怀他人的习惯 辕员怨

建立同感 辕圆原

用自信催发巨大潜力 辕圆怨

需要全本请访问 www.ertongboo

第二章摇性格类型

良好性格会让你拥有绚丽多姿的生活、健康愉悦的身心、善解人意的知己、团结友善的同事和领导；恶劣性格会使你一无所有、受人白眼，迷失在人生的沼泽之中。荣格对性格的科学解析能够帮助我们认识自己的性格，唤醒我们对人生的关注以及对性格的探究。

性格概况 辕猿

性格学的发展过程 辕猿源

性格的两种基本类型 辕猿苑

人类的心理机能 辕源员

摇（员）思维 辕源员

摇（圆）直觉 辕源猿

摇（猿）情感 辕源远

摇（源）感觉 辕缘园

内向性格的四种类型 辕缘源

摇（员）思维型 辕缘源

摇（圆）直觉型 辕远猿

摇（猿）情感型 辕苑园

摇（源）感觉型 辕感苑

外向性格的四种类型 辕怨园

摇（员）思维型 辕怨园

摇（圆）直觉型 辕员园缘

摇（猿）情感型 辕员园圆

摇（源）感觉型 辕员园怨

第三章摇个性升华

关于“个性完善”的话题,许许多多学者做了大量研究与论述。荣格的“性格心理学”观点在众多理论著作中显得雅而不俗。他的阐述深入浅出,语言极具心理学特色,为“个性完善”开辟了一条“性格心理学”的途径。

解析个性的形成过程 辕灵园远

摇(员)早期心灵意识的特征 辕灵园愿

摇(圆)心灵意识的发展过程 辕灵园源

摇(猿)性格成熟 辕灵源园

人格培养 辕灵源圆

摇(员)窥视儿童的早期心理 辕灵源猿

摇(圆)性格是人际关系的基础 辕灵远苑

摇(猿)神童的培养 辕灵苑园

摇(源)教育的终极目标 辕灵苑愿

摇(缘)儿童心理障碍 辕灵愿猿

铸造完美个性 辕灵怨猿

摇(员)荣格的人生之路 辕灵怨猿

摇(圆)心理医生自我分析 辕灵怨远

摇(猿)性格与人生定位 辕灵怨怨

摇(源)重视教育,完善个性 辕圆园缘

第四章摇荣格心理性格类型测验

世事洞明皆学问,人情练达即文章。在人际交往中,我们不需要圆滑世故,八面玲珑,但要做到进退自如,游刃有余。人贵有自知之明。只有掌握自己性格中的优点和缺点,才能在人生道路上扬长避短,走向成功。荣格独创的心理性格类型测验题,将引导我们彻底明白自己的性格特征和内心世界。

性格类型测验 辕圆圆圆

内向思维型性格测验 辕圆圆愿

内向直觉型性格测验 辕圆援园

内向情感型性格测验 辕圆源圆

内向感觉型性格测验 辕圆源源

外向思维型性格测验 辕圆源缘

外向直觉型性格测验 辕圆源苑

外向情感型性格测验 辕圆源怨

外向感觉型性格测验 辕圆愿员

性格是人最本质的象征

编辑按语：

性格是人的最本质特征。我们认识一个人，既可以从其外表、行动等方面加以区分，也可以从其性格特征方面进行更加深刻的了解。

现实生活中，每个人的性格千差万别。有的让人感到和谐、舒服，如谦虚、自信、热情大方、诚实、无私、勤劳、细心等；有的让人觉得不舒服，如狂妄、自私、虚伪、懒惰等。归根结底，性格的类型是由各种性格特征的独特而有机的结合造成的。这种结合，可称为性格结构。性格结构的类型究竟应如何划分，标准各异，方法不一。

瑞士心理学家荣格的“内向型”和“外向型”的性格理论较为著名。

荣格认为，性格内向的人，很少向别人显露自己的喜怒哀乐。他们在情感方面经常自我满足，珍视自己内心的体验；在他人面前容易害羞，说话慌张，不愿在大庭广众面前出头露面，做事深思熟虑，但缺乏实际行动，常有困惑、忧虑、郁郁不乐之感。性格外向的人，心理活动倾向外部，经常对外部事物表示

关心和感兴趣。这些人性情开朗活泼，善于交际，但他们不愿苦思冥想，而要依靠他人或活动来满足个人情绪的需要。同时他们善于在活动和群体交往中表达自己的情绪与情感；不知道害羞，而且健谈，交朋友当面就熟；说话大胆、不考虑别人的感情。他们自由奔放、当机立断并易产生轻率行为，动作快、不拘小节。

荣格认为，内向和外向，其实不过是程度问题。一个人只是或多或少地属于内向型或外向型，并非整个都是内向或外向。内或外都是相对而言的。

另外，荣格认为个人还有四种心理功能，即思维、情感、感觉和直觉。思维是一种渴望理解事物的理智功能；情感是一种价值判断的功能；感觉是一种感官知觉；直觉是一种直接地把握到的而不是作为思维和情感的结果所产生的经验或体验。两种性格结构和四种心理功能的不同组合表现为个性的行为模式，这就构成了荣格提出的八种个性性格类型。

从上述各种性格类型来说，每个人的性格类型都是他自己的性格特征的独特构造。以这种方式形成的性格结构，必然具有自己的特征：

——性格具有完整性和矛盾性

就性格的结构而言，人的性格的所有个别特征，是相互依存、相互联系的。它具有完整的统一性，但这种统一性不是绝对的。只有在人的基本态度完全决定了其余态度的情况下，绝对的统一性才有可能。然而这个前提是不可能存在

的。因此，统一性是相对的。因为客观现实本身有着种种矛盾，现实向人提出的各种要求或人向现实索取之间也存在着矛盾。如在某些人的性格特征中，高傲与谦虚、懒惰与勤奋、疏忽与缜密等因素，构成了性格的对立统一体，于是性格变得复杂。

——性格结构具有确定性

确定性对于性格来说，具有不可忽视的意义，如果没有它，性格就会随环境的变化而变化，那样就显得反复无常缺乏主见，难于成为改造世界的主体。但这并不是说性格的稳定性会固定化、僵化和孤立。人们可以改变自己的性格，塑造良好的性格。此外，性格会随着环境的变化而出现一定的改变。正是性格具有确定性和可变性，其在不同的情境中才能显出不同的生活风貌和特点。正像在内室中对妻子是一种面目，在会客时是另一种面目，在工作时更是一种面目。当然这些都是在确定的性格前提下发生的变化。性格是各人生活的投影，而又丰富了人的生活。

——性格结构具有复杂性和主导性。

既然性格是生活的投影，就必然具有复杂性，这在一般人身上都有反映。主导特征一般是指人们对待现实的基本态度。尽管人们的性格复杂，却都围绕着主导方面而构成了人的独特性格。

——性格结构具有表层和深层的特征

一般来说，性格的复杂是基于千变万化的表象（行为）而言的。其实，性格复杂归根结底受制于深层因素，即所谓灵魂

需要全本请访问 www.ertongbo

深处,如动机。正是人们内心所产生的动机是复杂的,决定了行为的复杂性。处于行为和动机之间,便是处世态度。处世态度也决定着动机的是否发生。从根本来说,处世态度受制于动机,受制于积累的应激经验。所以了解人的性格,必须纵深窥探。

无意识的伟大力量

编辑按语：

有资本比没有资本好。有体力比没有体力强。不过，今天力量的最大源泉之一就是特殊而迷人的性格。

在西方国家，许多学者都认为“二十世纪是一个精神分析的世纪”。这种观点尽管有些夸张，但精神分析学在二十世纪的科学领域中确实占有一席之地。致力于精神分析研究的学者们发现，人类性格中最重要的部分就是“无意识”。这一概念的诞生，为语言、性格及命运等方面的研究工作带来许多启发。

“无意识”的概念最初起源于柏拉图关于“迷狂”的说法，后来西方国家的许多学者都对这一概念作过大量研究。真正为“无意识”作出科学解释的，应该是奥地利心理学家弗洛伊德。

在多年的医学研究过程中，弗洛伊德发现了一个现象：在人类自觉意识之外，还存在着一种人们没意识到的内在驱动力，这个驱动力始终存在于人的精神世界里，支配着人们的实际行为——这就是无意识。

无意识是一种伟大的力量。你或许认为,力量是一种可以从外界获得的东西。可荣格却认为,从外界获得的力量是不会持久的。最基本的力量是一种能使你取得你所希望的成果,并在这个过程中可以为别人创造价值的你自身所具有的能力。这是一种能改变你的命运,使形势对你有利而不是有害的能力,它能使你明确自己的需求,为满足这些需求,引导你自己的个人王国——你自己的思维过程、行为过程,使你能取得你所希望的结果。

纵观历史,控制我们命运的力量以各种不同的形式在变化着。最早的时候,力量只是一种简单的生理状态的体现,身强体壮的人可以控制自己的命运,也能控制他周围人的命运。随着文明的发展,力量渐渐作为一种遗产而被继承下来。国王以一种明白无误的特权统治着他的国土,其他人只有通过同他的联合才能得到力量。随后,在工业社会初期,资本就是力量,那些拥有资本的人控制着这种工业过程。所有这些因素,现在仍在发挥着作用。有资本比没有资本好。有体力比没有体力强。不过,今天力量的最大源泉之一就是特殊而迷人的性格。

创造情感协调

编辑按语：

我们都知道“同类相聚”的原理，一旦你成功地进行了情感协调，获得了他人的认同，你就会对他产生极大的吸引力，你们之间就会实现良好的互动。

创造情感协调，就是创造和揭示你与他人的共同之处，我们称这一过程为“镜现”。有很多方式可以寻找与他人的共同之处，从而进入情感协调。你可以通过共同的兴趣——如文娱活动等，也可以通过同一类型的朋友或熟人，还可以通过信仰等。通过这些共同点，就能发现和发展双方的共通之处。所有这些都是通过语言进行交流的。进行情感协调的一般方式就是交换彼此的信息。不过，研究表明，双方之间的交流只有35%是通过词语实现的，38%是通过声调实现的，人们交流的大部分，其中约55%是通过面部表情和肢体语言实现的。一个人的面部表情、手势、姿态和举止比他的语言提供的信息更多。像班尼·黑尔这样的表演大师站起来攻击你、威吓你，却只能是使你发笑的原因，这并不是词语本身的力量，而是他的表演——他的动作和形体——使你有这种感觉。

所以，我们进行情感协调不能仅仅通过语言来表达，情感协调最好的方式之一是通过共同的生理状况来进行交流。伟大的催眠师米尔顿·埃里克森医生就是这样，他十分善于“镜现”别人的呼吸方式、姿势、音色和手势。通过这样的行为，他能在几分钟里同别人进行完全的情感协调，同他素昧平生的人也会毫无疑问地信任他。要是你能通过语言感染他人，那末把语言和生理状况结合起来，将获得更不可思议的成功。

我们都知道“同类相聚”的原理，一旦你成功地进行了情感协调，获得了他人的认同，你就会对他产生极大的吸引力，你们之间就会实现良好的互动。因为这种思维是无意识的，所以它就更具成效。不知不觉中，你们就会意识到这种联结力。

感染力,传递信息的良好途径

编辑按语：

平时情绪犹如一股暗流,生生不息,不绝如缕。除非是在情绪大爆发时期,会像决堤的洪水,汹涌而来。情绪的交流常常会细微到几乎无法察觉,却又无时不在左右你的思想和行为。

一位日本的心理学大师说过一句话:心理变,态度亦变;态度变,行为亦变;行为变,习惯亦变;习惯变,人格亦变;人格变,命运亦变。换句话说,一个人要想运势好,他的性格首先要好。强烈的感染力就是一种好性格。

曾经有人做过这样一个实验:让心情沮丧的女性与她们的男友一起来到实验室讨论两人的感情问题。结果发现,随着谈话的深入与推进,她们的男友的心情也不由自主地越变越糟糕,且非语言信息的表达也趋于一致。显然,男友们已感染上了女友的沮丧。

在每一次与人交往过程中,我们都在不断地传递着情感讯息。影响着周围的人,同时也在不断接受他人的情感信息。在多数的情况下,这种交流与感染比较间接与隐密,不为大多数

需要全本请访问 www.ertongbo