

《分析心理学的理论与实践》

图书基本信息

书名：《分析心理学的理论与实践》

13位ISBN编号：9787108001696

10位ISBN编号：7108001691

出版时间：1991-10

出版社：生活·读书·新知三联书店

作者：[瑞士] 荣格

页数：197

译者：成穷,王作虹

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《分析心理学的理论与实践》

内容概要

已故的C.G.荣格教授，在1935年——也就是他满六十岁的时候，在伦敦的塔维斯托克(Taristock)诊所给大约两百名医生作了一个系列讲座，一共连续五个晚上。这个讲座及其讨论曾由玛丽·巴克和玛格丽·格姆打印成册，现在编成本书正式出版。

荣格的著作是广为人知的，但亲自听到他讲演的人并不多。被他的系列讲座所吸引的，不仅有各个流派的具有代表性的精神病学家和精神治疗学家，还有精神病医院的人员和大量普通开业医生。他的习惯是先讲一个小时，然后用一个小时来进行与听众的讨论。从讲座一开始，他的新颖材料、随和的态度、流畅圆熟的英语表述，就创造了一种轻松而又激励人心的气氛，讨论大大超过原先预定的时间。荣格教授不仅具有演说家的魅力，还精于选词用字，准确地表达出他的意思，他的话清晰易懂，完全没有行话或学究腔。

荣格教授主要阐述的那些原理，也是他的独特的理论贡献。他将这些原理归在两个大的范畴之内，即：心灵的结构和内容；对心灵进行探索时所采用的方法。

他把意识界定为精神与自我之间的关系，认为其性质取决于个体的总的态度类型，无论是外倾型还是内倾型。他认为，意识与外部世界的关系是通过如下四种功能来实现的：思维、情感、感觉、直觉。由于作为意识焦点的自我来自于无意识，只有假设存在着个人的和集体的无意识，才能理解意识及其功能。关于这一假说和功能的所指，人们提出了很多问题，荣格清楚地解释了他所使用的这些术语的意义。他自己就把相当多的这类术语引进了分析心理学。

在解释他调查无意识的心灵活动所运用的方法时，荣格详细说明了语词联想测试法、析梦法、主动想象法。有些人对他如此强调语词联想测试法感到吃惊，因为此法早已为人们所摒弃。荣格提到这一方法，因为它在他的早期研究中占有关键的位置。荣格年轻时曾在苏黎士的一家名为伯尔各斯利医院里作过助理医生，他那时就着手研究大脑病变的秘密，当时，系统的心理学知识还没有问世。他对语词联想测试所作的实验，取得了出乎意料的、极有意义的结果。其中最有价值的，就是发现了无意识的自主性质。好几十年来早有人断定存在着意识之外的心灵活动，只是弗洛伊德和荣格才看到了它的临床运用。荣格通过对语词联想测试法的深入精细的研究，肯定了他的假说。他指出，的确存在着受情感左右的情结，这就为弗洛伊德关于压抑的理论提供了证据。起初，在语词联想测试中，给出的刺激(语词)只引起对一个词的反应，荣格感到这大大限制了此法的价值，于是作了技术上的改动。测试还是以原先的形式即记录反应时间的方式进行，但与此同时用各种装置分别以图表法记录下受试者情绪对他的脉搏和呼吸的影响，并测量出皮肤导电性的大小变化。荣格注意到身体和心灵在发挥功能时是不可分割的一个整体，他是第一个认识到伴随体，他是第一个认识到伴随情绪而产生的心理现象的临床医生。这就是现在我们熟知并称为精神生理现象的东西。

荣格还涉足梦的领域。他讲到了梦所包含的个人的和集体的因素，特别提到了析梦法，那是他采用的主要治疗手段。他有一次竟用一句德语来回答一个很复杂的问题，说“梦把一切必要的东西都显示出来了！”他的提问者不禁咋舌。大会主席提醒他应该用英语，他才笑了笑，说，“你们瞧，这不证明无意识的确不受支配而自行表现吗？”我很清楚记得这一插曲，尽管在讲座记录中没有记载下来。

《分析心理学的理论与实践》

作者简介

荣格（Carl Gustav Jung，1875-1961），瑞士心理学家和精神分析医师，分析心理学的创立者。早年曾和弗洛伊德合作，后来，由于观点的不同，两人的关系终于宣告破裂。荣格和弗洛伊德的观点主要有三点分歧。首先是对里比多概念的解释，弗洛伊德认为里比多是性能量，早年里比多冲动受到伤害会引起终生的后果。荣格认为里比多是一种广泛的生命能量，在生命的不同阶段有不同的表现形式。第二点分歧在于荣格反对弗洛伊德关于人格为童年早期经验所决定的看法。荣格认为，人格在后半生能由未来的希望引导而塑造和改变。以上分歧的发展导致两人对人性本身看法上的原则分歧。荣格更强调精神的先定倾向，反对弗洛伊德的自然主义立场，认为人的精神有崇高的抱负，不限于弗洛伊德在人的本性中所发现的那些黑暗势力。

荣格的人格理论包括三个层次：

- 1 意识或自我
- 2 个人潜意识
- 3 集体潜意识

他提出内倾和外倾的心理类型，原型和作为人格核心的本性等都已成为心理学中的重要概念，对哲学和文学研究也有深刻的影响。荣格著作极丰，全集共19卷，其中卷6至卷9是他理论体系的主干，包括心理类型、心理结构和动力，原型与集体潜意识等方面的研究。

《分析心理学的理论与实践》

书籍目录

前言
第一讲
讨论
第二讲
讨论
第三讲
讨论
第四讲
讨论
第五讲
讨论

《分析心理学的理论与实践》

精彩短评

- 1、浅显易懂，非常好的入门书
- 2、简单易懂
- 3、好啊！带我进入了一个神奇的世界 同时也把我已经认识的世界重新解释给我 讲座内容实录 有与医生之间的对答 很精彩
- 4、真的很好
- 5、医生们的提问很尖锐，荣格的对答引发人思考
- 6、我看的不是这个版本，不过确实不错，荣格演讲的集合，深入浅出
- 7、断断续续看了很久。
- 8、很喜欢荣格的书，真应该系统地看看。“请不要成为完美，但争取成为完整，不管这完整意味着什么。”
- 9、对神话有了点兴趣
- 10、必读
- 11、荣格不同于弗洛伊德就是对个人存在的尊重，弗氏的学说和经院哲学的关系参见本书P99，荣格相当于文艺复兴了。梦是一种个人的护教学，弗氏用人类的护教学来纠正其偏差，无不带有社会、政治和历史的色彩。而荣格则承认释梦者自己的局限性，通过个性觉醒的方式来纠正其偏差，其虽使用最原始的原形作为主动想象的色彩，实际上是最现代的方法；相比弗氏有种摩西范。
- 12、这是一本演讲集合，荣格先生的书总有些难懂，演讲就略微好些，需要仔细再读两遍。
- 13、这本书更让我困惑：心理学到底是不是伪科学？看样子我们只能把希望寄托于脑科学的进展上。另外，作者似乎对东方神秘主义有种莫名的好感。
- 14、对分析心理学爱好者来说，很有启发。
- 15、简单直接地讲述了分析心理学的主要概念
- 16、个人无意识与集体无意识，前者不是历史的，后者是人类历史性的，也是荣格原型理论的核心。但我对他分析涉及宗教的部分不甚满意。
- 17、我看的第一本荣格的书，一共五讲，很有深度
- 18、:B84-069/2
- 19、荣格关于心理学的演讲
- 20、有意思
- 21、喜欢集体无意识这个概念，它似乎可以解释人种的差异，可这岂不是政治不正确了？集体无意识和个人无意识似乎也是一种一元论，也就是说灵魂和肉体并不是泾渭分明的。不太看好对梦的分析，虽然他给的几个案例头头是道，但读起来太像左转里那些算卦高手对易经的运用：很神奇，是的，但是没法把方法普遍化让我等庸人也可以解梦。况且，对任何梦的解析的前提是做梦者对梦的正确描述，以我个人的体验，这点很难做到。最失望的是书里的四讲没有提到individuation这个我最感兴趣的概念。看来只好继续读荣格自传了。
- 22、妙死了。
- 23、很不错的书籍
- 24、会心处不必在远，只在集体原型中尔。荣格是智者。
- 25、前几章厘清了不少术语概念，尤其侧重非集体潜意识部分，值得一读；后半本是比较偏解梦案例的。
- 26、醍醐灌顶。
- 27、旁人的记述，让荣格将精力集中在演讲式的理论精度提炼上，不再是自说自话，而是易懂好记的真正荣格思想的精髓
- 28、玄乎...
- 29、阴影理论
我实在是读不下去了
- 30、荣格确实就深度和广度上来说比弗洛伊德更加有魅力，但是，他过度的引入超自然主义和神秘主义，把心理学部分的变成了一种炼金术，实在让人有些奇怪。
- 31、神荣格。

《分析心理学的理论与实践》

- 32、读时深感很有收获，但我不记得任何细节了。。有必要重读。不知为何，感觉荣格对我的影响特别深远。下一本是《红书》。
- 33、以前读过的，忘了标记。
- 34、那个好玩的梦的分析最后还是坑掉了T T。虽然取代的移情和投射的内容也很有趣就是。提问环节也萌点多多
- 35、A

1、这本书是荣格60岁时，在伦敦Taristock诊所作的系列讲座的内容。在看书的过程，如同在听荣格的演讲，其内容非常具体而饶有趣味，期间也穿插了不少荣格对分析原则的表述。荣格对心理构造（精神结构）进行了定义（<http://book.douban.com/annotation/23539433/>），并认为意识的统一只是一个幻觉。荣格解释了自我（<http://book.douban.com/annotation/23539506/>），它是精神事件的情结，它总是处于我们的注意和欲望的中心，是漂浮在无意识这幽暗事物海洋上的一点意识。世界的形象是“自我”世界的一种投射，正如后者是对世界的一种摄取一样。然而，只有哲学家的特殊心灵才能超越世界的普通图象，这个图象中的事物是静止的、孤立的。荣格分析了意识的外部功能（<http://book.douban.com/annotation/23539475/>）和内部功能，认为意识的四个外部功能（感觉、思维、情感、直觉）无法同等地显示出来，必定存在某个功能是主导功能，其他为次要或低级功能。这种低级功能总是一种最薄弱的东西，只有通过我们的薄弱与无能，我们才与无意识发生联系，才与本能的低级世界发生联系，才与他人的存在发生联系。我们的美德只能使我们独立自主，在这个领域我们不需要任何人，我们是孤家寡人。使所有的功能都变得完美，这可能并不是一个优点，因为这样的状况就等于完全的孤立、脱群。荣格强调与其追求完美不如追求完整，谦卑地尽力使自己完善，尽力作完人，这样已经很不容易，没有人是完美的。而意识的内部功能（记忆、功能的主观因素、情绪、侵犯）居于构造模型的阴影部分，如果说意识的外部功能是一个定位系统，处理我的感觉功能所给予我的外部事实；那么意识的内部功能则是意识内容与无意识假定过程之间的联系系统。我们通过特定的内在功能接近构造模型中心黑暗的无意识这个领域，这些功能并不处于意志的控制之下，它们是媒介物，无意识内容经由它们而达于意识的表面。随着你接近整个心理结构的黑暗的中心（无意识），表现于意志中的自我情结的能量或强度逐渐减弱。在无意识方面，荣格区分了个人无意识和集体无意识，并认为人格的无意识部分还在形成之中，并未完成。书中提出了三种接近无意识的方法及对应的病例：语词的联想测试方法P49 P52 P80、梦的解析方法 P84、主动想象方法 P184 P192。最后荣格详细分析了转移（一种特殊的投射）。分析医生所面临的典型的职业危险就是心理上受病人的感染，被病人的投射击中。特别是当这种转移属于原型性质的投射时，尤其难以处理。荣格花了较多的篇幅详细说明了转移的处理步骤。荣格的整个心理学所呈现的是一个四维体系的三维表现、某种具有动态功能过程的静态表现。弗洛伊德把精神过程看作静态的，而荣格却用动态和联系来描述这个过程。在荣格看来，一切都是相互关联的，并没有确定不变的无意识这种东西，无意识只是在某种条件下才不呈现于意识的，它是相对的，而这种无意识又有赖于意识的相对程度。如何才能确定一个东西是有意识的还是无意识的？你只需询问别人，没有其他标准。唯一例外是神话模式，它是一种深刻的无意识。

-----几个需要弄明白的概念：1、情感与情绪的联系与区别（程度、理性、非理性、生理性神经支配、感染力）2、情绪与侵犯之间的区别（无关病理性的、特殊情绪）3、艺术灵感与侵犯的关系（同一个东西。非病理性、相对性）4、身心平行论（类似波粒二象性、共时性）5、如何确定一个东西是有意识还是无意识？（无意识的相对缺乏、询问别人、意识的相对性、面向性）6、原型思维、共时性7、情结（不完整的、片断的人格）、自我情结、意志力与自我、情结的人格化8、歇斯底里症中的分裂与出现在精神分裂症中的分裂（在歇斯底里症中，分裂的人格仍相互联系着。在精神分裂症中、你遇到的仅仅是一些碎片，整体是不存在的。）9、转移与投射10、宗教是什么11、神经症（情结、冲突、无意识、人格分裂、精神分裂、补偿、自我治疗）12、想象（imagination、主动的，有目的、创造活动、独立的生命、象征事件的发展有自己的逻辑根据、意识和理性不加以任何干涉）和乱想（fantasy、有悖常理，幻象、稍纵即逝、个人的事物的表面、意识的期待）。

-----我们很多发明创造都始于神话预知与原始意象，有意识的科学心智发端于无意识心灵。析梦中的一些神话故事与原型意象：1、罗得西亚太阳轮（交感神经）、旋转的车轮——《伊克西翁被钉在其上的那个车轮》2、柱牙象3、龙（英雄主题（英雄自己就是那条龙）、母亲、死亡女神）——《巴比伦的创世神话中武神马杜克(Marduk)与龙泰亚摩(Tiamat)之战》4、蛇（脑脊髓系统，尤其是较低的大脑中枢、又特别是延髓和脊柱的表现）——《本能之蛇》5、蟹（腹部的交感神经和副交感神经）、甲虫（交感神经系统）其中4）5）心理事实同样是生理事实。6、棍棒（器具在梦中是把人的意志具体化的手段）7、“阿尼玛”（anima）、“阿尼姆斯”（animus）8、宗教意象(如三位一体)9、阿西西的圣·弗朗西斯10、P84病例的神话主题：巴比伦的关于格尔格麦(Gilgamesh)的原始叙事诗（对立、神经症、意识战胜无意识、无意识的最终原则是永恒女性

《分析心理学的理论与实践》

(Eternal Feminine)、(意识与无意识分隔开,无意识退场)、蛇最后获胜)11、弗来维阿斯·约瑟夫(Flavius Josephus)的犹太战争史中的一个故事12、但以理(Daniel)书第四章的故事(做事过头的成功者永远存在的问题,他们的无意识总是对他们加以抵制。这种矛盾首先表现在梦境里,如果得不到认真的对待,则必然会凶多吉少地体现在实际生活中。)——》补偿机能(compensatory function)(它们是一种迹象、一种症状,表明个体与自己的无意识相分隔,表明他在某一处偏离了他本身自然的道路。他成为自己野心和胡作非为的受害者,如果不加注意,这种罅隙会变得更宽,他会坠落进去)13、P125中世纪的基督教地下圣堂的神秘仪式(太阳神崇拜、洞、穴居者、地下宝物、神盘与矛(对立统一、无意识最深处)、蛇(医神)、水井(神泉)、深处的水(无意识)、洗礼池(洗礼盆、鱼塘(鱼:象征死去又再生)、复活节赐福仪式、教堂的子宫)、受洗(教父、教母、双重诞生(印度高级种姓的尊号、埃及寺庙的“产房”)、儿童从父母的生物性合作关系中解放))——》冒险入龙穴蛇洞寻找意识和无意识完美统一的境界,在此境界中他既非意识亦非无意识。14、炼丹术15、太阳神崇拜仪式里的钥匙大神,它的形象是有翅膀的男身加狮子头,一条蛇缠在身上,蛇首在他头部高昂着,大英博物馆内有它的画像。它是无限的时间和永恒的绵延,它是太阳神崇拜系统内至高无上之神,它既创造又毁灭万物,是柏格森(Bergson)所谓的“造化的永恒”。狮子代表黄道宫,夏季里太阳就住在其中,而蛇则象征着冬天或阴湿。所以,这个有蛇缠身的狮首神表现了对立的统一:光明与黑暗、阴与阳、创造与毁灭。这个神的画像交叉着手臂,两手各握着一把钥匙。他是圣彼得的精神之父,因为彼得也握有钥匙。这狮首人身之神握着的钥匙,是开启过去和未来的钥匙。16、四门之城,象征着整体观念,正是个人掌管着通向世界的四道门,即自身的四种心理功能。四门之城是意识和无意识的统一。在基督教象征中,基督就是整体性(totality),治愈过程就是对基督受难的摹仿,十字架的四条臂就是那四扇门。17、曼达拉(受体观念的原型、对(人格)中心的保护、无意识意象对象化)18、救星情结——》魔法人格(magic personality)的原型概念19、心理回归(还童现象)20、女性对情人的原型意象:他来自远方,漂洋过海与自己幽会一次后又远去。这个主题在瓦格纳的《飞行的荷兰人》以及易卜生的《海那边来的女士》中都可见到。-----《心理学与宗教》(荣格全集第11卷)《心理学与炼丹术》荣格《心理类型》荣格《共时性:一种因果联系的原则》(荣格全集第8卷)《原型与集体无意识》(荣格全集第9卷1节)《无意识心理学》<变形的象征>(荣格全集第5卷)《心理结构与动力》(荣格全集第8卷)《原始人怎样思维》列维·布吕尔(Levy Bruhl)《变迁的文明》荣格《实验研究》(荣格全集第2卷)《心理疗法的实践》荣格《个性化过程的梦的象征》(《心理学与炼丹术》第二部分(荣格全集第12卷))《炼丹术研究》(荣格全集第13卷)《分析心理学的两篇论文》(荣格全集第7卷)《家庭的搭配》(荣格全集第2卷)《个体命运中父亲的意义》(荣格全集第4卷)《论释梦的实践意义》(荣格全集第16卷)《梦心理学概要》《论梦的本质》(荣格全集第8卷)《死者的藏经》W.Y.伊万斯·韦兹《无意识研究》荣格《发现自己心灵的人》荣格《使用精神疗法的现状》(荣格全集第16卷2版)《无意识的作用》荣格《论“金花”》(荣格全集第13卷)《心理疗法的目的》(荣格全集第16卷)《个性化过程之研究》(荣格全集第9卷)《人与超人》肖伯纳宗教史(盲从盲信与怀疑受压抑)原始心理学年龄心理学(psychology of the ages)象征学(symbology)逻辑学之reduction in primam figuram

2、这本书是荣格针对精神科医生的一个连续五次培训。适合对荣格的分析心理学或者对精神分析有一定了解的人来读,不建议作为了解荣格的第一本书。该演讲时间是在荣格60岁的时候举行的,所以可以当作是他对自己的学术观点的一个总结。这本书里我最激动的一个观点是荣格对神经症的定义。他说神经症是由于情节的存在而造成的人格分裂。且不从其严谨性进行定义,比起我以前学的狗屁精神病学中的症状学描述好多了。至少一针见血!接下来打算继续看荣格!

3、当集体无意识在更大的社会团体内积聚起来时,结果便是大众的疯狂,这是一种可能导向革命、战争或类似事物的精神瘟疫。这样一些运动极富感染力——差不多压倒一切的,因为当集体无意识被激活时,你就不是原来的那个你了。你不仅处在这样的运动中——你就是运动本身。如果你住在德国或者在那里做过短暂的停留,你要想使自己不受影响也办不到。运动影响了你。你是人,不管你在世界的什么地方,只有靠限制你的意识,靠尽可能地把自已变为空虚个无灵魂的东西,你才能保护自己。但这样你就丢掉了灵魂,因为仅仅是一丁点的意识,漂浮在生命的洋面上而不能渗入其间。但如果你保持自己的存在,你就会注意到那种控制你的集体的氛围。你不可能在非洲或任何这样的国家生活而不受这些国家的侵染。如果你与黄种人生活在一起,你就会变得和黄种人差不多。你不可能不是这样,因为你与黑人、中国人或与你同在一起生活的任何人在某些方面都是相同的,都是人。我们总是

认为我们能够直线式前进而无视我们的弱点，但这些弱点很沉重，在到达我们的目的地之前我们经常出轨，因为我们忽视了我们的尾巴。对与错都是人类的范畴。自然过程正是它所是的东西而不是别的东西——它并非是荒谬或不合理的东西。我们只有承认自己的现状，认真走完我们注定该走的历程，才有长处可言，才能有利于心理的发展。我们的丑恶和过失对我们是必不可少的，否则，我们会失去最宝贵的求取上进的刺激。当有人拒不听谏、扭头便走时，我并不要求他回来。强迫是没有用的。愿听者自会领悟，不！能领悟者自不愿听。

4、分析心理学的理论与实践<http://www.brsbox.com/filebox/down/fc/a3ec677f3994ba38028f0f8fde90650c>是荣格1935年在他60岁的时候在伦敦一个五个晚上的讲座笔记整理。在面他尽可能的去浓缩了他要讲解的内容，而在第五个晚上的时候，他讲解了关于转移的很经典当然这里我也学习到很多。知道拉康的精神分析和荣格的心理学分析区别点在于哪一般的精神分析就如同弗的一派，更多的是喜欢让自己在一个病人看不到的角色上，然后让自己成为另外一看这个世界的人，看待人的问题。而荣格更加主张可以面对面的分析，同时也表露自己的情感，当然也是在恰当的时候表达同时他们有两点都是相同的，尽量避免转移和投射。

5、荣格的一生都在认识真我，他曾有过以下一段话“我就是相信，人类自我或曰人类灵魂的某一部分，不受制于时间和空间的法则”。荣格认为，人并非自己的主宰，而主要受一些不为我们所知的力量控制。荣格深信，心理现象必将遵循着一种有别于物理法则的法则。荣格反对弗洛伊德将性欲视为唯一的心理动机，反对将无意识归结为个体无意识，并以之为出发点提出“原型——集体无意识”理论，他发现人的心理结构有三个层次：意识（consciousness）、个人潜意识（subconsciousness）和集体潜意识（collective subconsciousness）。其中集体无意识的内容从未被个人获得过。荣格发现了在人类的精神世界里存在著一种共有的潜意识 - 集体潜意识。他相信潜意识透过梦带给我们的智慧比实际意识的洞察力更优越。荣格是一位观察敏锐、涉猎广泛的西方著名心理学家，从中国的道家、《易经》、藏传佛教，到印度的瑜伽、日本的禅学，几乎无所不包。荣格阅读过大量有关中国宗教哲学文化的书籍，还曾经学习汉字，把汉字当作可读的原型。他喜欢在石头上雕刻，甚至在纪念妻子爱玛的石头上，也用汉字刻着：她是我房屋的基石。而他所刻的最后一块石头上面有一个中国老人的头像，两边是银杏树的叶子，还有汉字刻成的“天人合一”。荣格在其自传《回忆·梦·思考》结束时，写了这么一段话：“当老子说，‘众人皆明，唯吾独懵’的时候，他所表达的就是我此时所感觉到的。老子是有着与众不同的洞察力的一个代表性人物，他看到了并体验到了价值与无价值的本质，而且在其生命行将结束之际，希望复归其本来的存在，复归到永恒的意义中去”。

6、这是我读的第一本关于荣格教授的书，在此之前，都从来没有听说过，只知道佛洛伊德。这本书写的内容是荣格在塔维斯的关于心理学的演讲。一共讲了五讲，但是越到后面我是越来越看不懂了。能力有限，无法理解大师的讲解，还需要多学习学习。首先是意识的分类，意识分成外部的和内部的，而外部的又分成感觉、思维、情感和直觉，内部的也分成记忆、主观因素、情绪和侵犯。由于意识都是来自于无意识，所以荣格教授又提出了个人无意识和集体无意识，个人无意识是一种个人经历的沉积，是曾经被意识而后被压抑的经验或开始不够生动不能产生意识印象的经验。而集体无意识则是从来没有出现在意识之中，它们的存在完全是得自于遗传。就像小孩子在没看到蛇之前，看到蛇也会感到害怕，这种现象可以用集体无意识来解释。再然后是调查无意识所用的方法：语词联想测试法、析梦法、主动想象法。这些方法一个比一个玄，所以不是很理解。最后呢，是关于转移的知识。但是看的实在是很糊涂，无法了解到底是在讲什么，看来还需要再提升下自己的水平就行了。

7、今天是今年的夏至日。我又想起09年我看这本书的那段岁月。我在看这本书时总会感觉到荣格的文字活了起来，就好像作者亲自和你在说话一样。一节断章取义的文字，你在你需要的时候翻阅，会吃惊地发现，它描写的事与你的生活会发生关联。这很不平常，你阅读任何一本书，书中的文字记述的信息，只是针对作者想要表达的问题；而这本书，其实是荣格演讲的文字记载。他不就某个特定的问题而是对于他自己理论的概念加以解释，然后你通过阅读，如果恰巧能够读懂，那么，他就是在为你，这个当下的读者，在做演说。虽然时间跨越了近百年，但这难道不能视为是一种“共时性”吗？荣格留下的影像在英国BBC公司中。我在今年看了那部纪录片《亲历大师》。发现荣格的音容与我读书时想到的一致。

章节试读

1、《分析心理学的理论与实践》的笔记-第180页

对转移的治疗的第四阶段,我称之为非个人意象的对象化.它是个性化过程的一个主要部分,其目的是将意识从客体上分隔出来,这样,个人就不再把他的幸福或生命的保障寄托在自身之外的因素(人物、思想或情景)上,而是认识到,一切有赖于他是否握有那“宝物”。如果他实现了对那金子的占有,那么,重心便落在他自己身上,而不再是它非仰赖不可的客体。达到这样一种分离状态,这便是东方民族实践行为的目的,也是一切宗教的教导的目的。在各种宗教中,这种宝物的属性总是被投射到神圣的形象上,但对受到启蒙的现代心灵来说,则不再可能。许多人不再能在历史象征中表现他们的非个人价值观念。

2、《分析心理学的理论与实践》的笔记-第107页

许多碎片时间拼凑起来,看完这本书。一个随和的作者是容易被认同的,开放的思维则能更轻易在心理学这个理论繁杂佐证微妙的领域得到青睐。

新的计划是每个月读一本书,读完写一篇读书笔记。好难。那最开始这篇,让我偷偷懒,就当是做摘抄吧。

当中,集体无意识是我此前从没想过的一个命题。对于意识的流转,有了全新的视界。让我又想把此前没有看完的《和尚与哲学家》完成,当中也有提到类似的个体之间的意识的转移,但更加带有神秘色彩,并隶属于相差较远的领域。对于集体无意识,我想还需要更多的时间去了解。

好啦,贴图。

分析心理学的理论与实践

3、《分析心理学的理论与实践》的笔记-第18页

我现在谈意识的内部功能。我刚才谈到的诸功能,在我们与环境的练习中主宰或帮助我们进行意识定向;但这些功能却不适用于那些处于自我之下的事物的联系。自我是漂浮在幽暗事物海洋上的一点意识。幽暗之物就是内部之物。紧靠着内部一面有一精神事件层,它形成环绕自我的意识带。让我用图来加以说明(图2)。如果你假设AA'为意识的门限,则得到D这一意识领域,这个领域与外部世界B即与由刚才我们谈到的那些功能所主宰的世界有关联。但另一面即C这个领域却是阴影世界。自我在此是不透明的,我们看不到它的内部,我们对于我们自己是一个谜。我们只知处在D中的自我而不知道处在C中的自我。所以,我们总是不断地发现着关于我们自己的某种新东西。差不多每年都有我们前所未有的新东西从下面翻上来。我们总是以为我们目前再也没有什么可发掘的了。我们永远不确定。我们不断地发现,我们是这、是那以及别的什么,我们常常有令人震惊的体验。这说明,我们人格的一部分仍是无意识的,它还在形成之中,我们并未完成;我们在生成着、改变着。但那种在后来的岁月里方能出现的人格其实早已在此,只不过还处于黑暗中罢了。自我有如投入屏幕的运动着的镜头。将来的人格虽然还看不到,但我们正向前迈进,并且不久就能看到未来的存在。这些潜在的可能性自然属于自我的黑暗面。对于我们已是什么,我们清楚得很,但对于我们将要成为什么,我们却不知道。

所以,内在方面的头一个功能就是记忆。记忆功能或者说复现功能,把我们与那些已从我们意识中消失的东西、与那些进入阈下或被丢失被压抑的东西联系起来。我们称为记忆的东西,就是这种复制无意识内容的能力,而在我们的意识与那再实际上还不可见的的内容加以联系中,它是我们能够清楚地识别的第一个功能。

第二个内在功能是一个困难得多的问题。我们现已走进深水,因为我们从这虽步入黑暗。我先说这个功能的名称:意识功能的主观因素。我希望我能把这个功能讲清楚。例如:要是你遇到一个你从未见

过的男人，你一定会对他有某种看法。你常想到的事自然都是你不打算立即告诉他的；你的看法也许不真实，对他完全不适合。这些看法显然只是一些主观反应。同样的反映也发生在你对事物、对情景的关系中。意识功能的每一运用，无论对象如何，总是伴有这种主观反应，这种反应或多或少是不能接受的、不公正的、不准确的。你痛苦地意识到这些反应就发生在你的身上，然而却没有人乐于承认他受制于这样的东西。他宁愿把这些东西留在阴影中，因为这有助于使他相信自己的纯洁、正派、诚实、坦率、“非常愿意”等等——所有这些词汇你们都很熟悉。但事实上，一个人并不如此。人都有这类主观反应，但又不愿承认它们。我把这些反应叫做主观因素。在把我们与我们自己的内在一面相联系上，它们起着非常重要的作用。这些东西无疑使人感到讨厌。我们之所以不喜欢进入自我的阴影世界，就是这个缘故。我们不喜欢往自己的阴暗面瞧，所以我们文明社会中的很多人完全失掉了阴影，他们已经摆脱了它。他们只有两维；他们失掉了第三维从而失掉了身体。身体是一位靠不住的朋友，因为它生产了我们不喜欢的东西；关于身体有很多很多的东西是不能被提及的。身体常常是自我这个阴影的化身。它有时会酿成家丑私谋，这自然是每个人都想摆脱的东西。我以为我已把主观因素这一概念的含义解释得够清楚了。主观因素通常是一种以某种方式进行反应的倾向，这种倾向并非总是令人愉快的。

但这个定义有一个例外：有一种人，他不像我们假定我们所有人那样靠实际的一面生活、永远正确面不会出差错。有这么一些人，瑞士人管他们叫“倒霉鬼”；他们总是把事情弄糟、总是做错事并引起麻烦，因为他们生活在他们自己的阴影中，生活在他们自己的否定面中。他们是那种上音乐会或讲演会总是迟到的人，因为他们很谦虚，不想打搅别人，他们从后面溜进去，但却把椅子绊倒，发出令人讨厌的声响，结果使得大家不得不注意他们。这种人就是“倒霉鬼”。

现在来看第三个内在因素——这个因素我不叫功能。你可以把记忆作为一种功能来加以谈论，但只有在某种意义上说，记忆是一种有意识的或受控制的功能。记忆常常是极不可靠的，它就像一匹难以驾驭的马，经常以一种使人难堪的方式拒绝服从我们。主观因素与反应的情况更是如此。事情现在开始变得更糟，因为这是情绪进入的地方。情绪显然还不是功能，它们只是一些事件，因为处在一种情绪中，正如这个词本身所标明的那样，你被带走了，你被逐出了，你高尚的自我被置于一旁而为别的东西所取代。遇到这种情况，我们就说：“他发疯了”、“魔鬼抓住了他”、“他今天中邪了”，因为人在这种状态中正像一个鬼迷心窍的人。原始人是不说他愤怒至极的；他说有一种精灵进入他身内并完全改变了她。类似的情况也发生在情绪之中：你完全被迷住了，你不再是你自己了，你的自制力实际上降到了零。这就是当一个人的内在面攫住他时的情形，他不能阻止这种情形的发生。他可以紧攥拳头，他可以保持平静，但仍无改于这种状况。

第四个重要的内在因素就是我为之称为侵犯的东西。在这里，阴影一面即无意识的一面具有完全的控制作用，所以它能撞入意识状态。当期间入时，意识的控制便处于最低点。我们不一定要认为人生中的这种时刻是病理性的，其实，只有在这个词的原有意义上即当它意味着感情科学的时候，这种时刻才是病理性的。你可以在那个意义上把它们称为病理性的，但它们实际上是一些非常状态，在这些状态中，人被他的无意识所控制，此时任何东西都可能从它的内在表现出来。他或多或少地失去正常心态。例如，我们不能设想我们的祖先十分熟悉的那些状态是不正常的，因为它们在原始人那里是完全正常的现象。原始人认为，那是由魔鬼、梦魇或精灵对人的侵犯所致，或者是人的某的灵魂（人通常有六个这样的灵魂）的出窍所致。当灵魂离开一个人的时候，这个人便处于一种改变了的状况中了，因为他自己被突然夺走了；他蒙受了失去自我的损失。这个现象你们经常可以在神经病人那里观察到。这些病人在某段时期或者不时地突然失去他们的活力、失掉自己而置身于一种陌生的影响之下。这个现象并非由他们的疾病引起；这是人所具有的正常现象，但如果这种现象成为一种经常性的东西，我们把它当作神经症来谈论也还是正确的。这是些导致神经症的东西；它们在正常人那里也是作为例外情况出现的。具有一种压倒一切的情绪，本身并不是病理性的，它仅仅是一种不合需要的东西。对于人所不希望得到的东西，我们无须用病理学的这样一个词去称呼它，因为这个世界上还有很多人所不欲但又并非病理性的东西，比如税收员。

4、《分析心理学的理论与实践》的笔记-第47页

不久前，我在巴黎度过了一个美好的晚上。我受到一些颇有教养的人的邀请，同他们进行了愉快的谈话。他们询问我对民族差异性的看法，我想我可能要引起麻烦了，于是我说：“你们看重的是拉

丁式的明澈，拉丁精神的明澈。那时由于你们的思维低下之故。拉丁思想家要比德国思想家低一等。”他们听到这话竖起了耳朵，我接着说：“但是你们的情感却是不可超越的，它占有突出的位置。”他们说：“何以见得？”我回答说：“到你能听到唱歌和能见到舞台表演的咖啡馆或杂耍班去，你将注意到一种很特别的现象。这些表演中有许多荒诞无稽与玩世不恭的东西，但某些令人感动的场面会突然出现。母亲失去了孩子，这是一种失去的爱，或者是某些极富爱国热情的东西，而你们一定流泪。对你们来说，盐和糖必须兼而有之。然而仅仅为了糖，德国人就能在那里站上一个通宵。法国人必须在糖中加一点盐。你遇见一个人并说道：‘认识你不胜荣幸’，你绝不是觉得认识他无比荣幸；你真正的感想时：见你的鬼去吧。但是你不会于心不安，他也不会。然而决不要对德国人说‘认识你很荣幸’，因为他会把你的话当真。德国人卖给你一双吊袜带，不仅期待着（这很自然）你的付款，而且也巴望你会为了这双袜带而喜欢他。”

德国民族的特点便是情感功能的低下，这种功能一点也不卓越。你如果把这一点告诉德国人，他会生气的。我也会对这话感到不高兴，德国人很喜欢他称之为“舒适”（Gemutlichkeit）的气氛。一间弥漫着香烟的烟雾，里面人人相亲相爱的房间——这就是“舒适”气氛，这种气氛不能受到破坏。这种气氛必须明澈，除了一个调子为不能再有别的。另一方面，对法国人说一些似非而是的东西会重重地得罪他们，因为那不清晰。一位英国哲学家说过：“高级的心灵决不是完全清晰的。”这是真的，同样，高级的情感也决不是完全清晰的。只有在一种光明正大的情感略有令人质疑之处时，你们才会欣赏那种情感。而一种不含有些许冲突的思想是不会令人信服的。

5、《分析心理学的理论与实践》的笔记-第7页

有关意识的重要事实是，没有一个与意识相关的自我，就不会有什么被意识到。如果某物不是关涉到自我，那它就还未被意识到。因此可以把意识界定为精神事实对于自我的一种关系。何谓自我？自我是一种复合的东西，首先是你对自己的身体、自身存在的一般意识。其次是你的记忆材料；你对已有的一连串记忆的某种观念。这两类就是我们叫做自我的主要构成物。因此，你可以把自我叫做精神事件的情结。就像磁石一样，这种情结具有巨大的引力。它从无意识、从那个我们一无所知的黑暗王国吸取内容；它也从外部世界吸取各种印象，当这些印象进入自我并与自我发生联系，它们就成为意识。如果不是这样，则不是意识。

在我看来，自我是一种情结。当然，我们所珍爱的最亲近的情结就是我们的自我。自我总是处于我们的注意和欲望的中心，并且是意识的绝对撇不开的中心。如果自我分裂了（就像在精神分裂症中见到的一样），那么，所有对价值观念的感觉也就不复存在了，而且事物也就很难进入自动复制的过程，因为中心已经分裂，心理的各个部分有的归于自我的这一碎片，有的则归于另一碎片。所以，在精神分裂症中，人们常常可以看到一种人格急速地变为另一种。

你能在意识中分别出很多功能。这些功能把意识划分为内、外两个精神领域。我所理解的外部领域是这样—一个系统，它把从环境摄入的事实、材料与意识的内容相联系。这是一个定位的系统，处理我的感觉功能所给与我的外部事实。反之，内部领域则是一个居于意识内容与无意识假定过程之间的联系系统。

先谈意识的外部功能。首先，我们有感觉，——我们感官的功能。我所理解的感觉是法国心理学学家称作“实在的功能”的东西，这是通过感官给予我的，我对外部事实意识的总和。用“实在的功能”来解释感觉，我以为最醒豁不过了。感觉告诉我的是某物在；它并不告诉某物是什么以及与之有关的其他物，它仅仅告诉某物存在。

可见识别的第二个功能是思维。在哲学家那里，思维是某种繁难之物，所以绝不要请教哲学家，因为不知道思维为何物的恰恰是哲学家。每个人都知道思维是什么。当你一个人说：“请正确思维”，他明白你的意思，而一个哲学家则永远不明白。思维以其最简单的形式告诉你一个东西是什么。它给事物以名称。思维给出的是概念，因为思维就是理解和判断（德国心理学称之为统觉）。

你能区分的第三个功能，在日常语言中被叫做情感。当我们谈到情感时，人们不免要感到困惑和愤怒，因为在他们看来，我是在谈论某种很可怕的东西。通过情调（feeling-tone），情感告诉你的是事物的价值。例如，情感告诉你一件事合意还是不合意。它告诉你一件事物对你有何价值。鉴于此，你的知觉和统觉就不能不带有某种情感反应。你总是带有某种可以实验来加以证实的情调。这一点我们后面再谈。现在我要谈谈关于情感的“可惊的”东西，这就是像思维一样的理性的功能，而认为它是最

无理性的。我要说，请你们稍加忍耐病认识这个事实：人不可能在各个方面都尽善尽美。如果一个人思维上完美无缺，那他绝不会在情感上也如此，因为两者不可同时得兼而总是互相妨碍。因此，如果你想以一种真正科学的或哲学的冷静方式进行思考，你就得撇开各种情感价值。你不可能同时为情感一价值所困扰，否则，你会感到对意志自由思考的重要性远胜于对虱子的分类。可以肯定，如果你从情感角度考虑，上述两类对象不仅作为事实而且作为价值都是不相同的。价值并不是理智的立脚点，但它们存在，而赋予价值则是一种重要的心理功能。如果你想得到世界的完整图景，你就必须考虑到价值。否则你就会碰到麻烦。对很多人来说，情感显得最无理性，因为你在愚蠢的心绪中感觉各种事物：于是每个人都相信——尤其是在英国（英国）——应当控制自己的情感。我完全承认这是一个良好的习惯并羡慕英国人的自制力。然而情感确乎存在，我见过能够出色地控制自己情感的人，但他们仍然摆不掉情感的折磨。

现在谈第四个功能。感觉告诉我们一个事物的存在。思维告诉我们那个事物是什么，情感则告诉这个事物对于我们的价值。此外还能有什么呢？人们认为，当他们知道某物的存在、它是什么、有何价值时，他们就算获得了世界的完整图像。其实不然，还有另外一个范畴，那就是时间。事物有其过去有其将来。它们从某处来，向某处去，但你却不知道它们的来处去向，你有的只是美国人所谓的预感。举例来说，如果你是一个艺术商或古旧家具商，你预感到某件作品出自1720年某大师之手，你有一种预感即那是一件杰作。或者你不知道以后的卖价如何，但你预感到它会上涨。这就是那被称为直觉的东西，这是一种预见，这是一种奇妙的能力。比如，你的病人在心里有某种痛苦，而你并不知道，但你却“知道了一点”、“有某种感觉”，如我们所说，因为普通语言还没有发展到使人能恰如其分地对各种称谓加以界定的程度。直觉这个词日益成为英语的一部分，你们很幸运，因为在其他语言中这个词还不存在。德国人甚至还不能在语言中区分感觉与情感。法语则不同；如果你会说法语，你不可能说你的胃里有某种情感而不是说“感觉”；在英语中，你们也有区分感觉与情感的词汇。但你们很容易把情感与直觉混为一谈。因为我这里所作的区分差不多是人为的，尽管在科学语言中作此区分对实践理性来说是极端重要的。当我们使用某些术语时，我们必须界定它们的含义，但除此之外我们却说这一种难于使人理解的词语，这对心理学来说总是一种不幸。

6、《分析心理学的理论与实践》的笔记-第五讲

我们知道还有别的法规，能把人从自然状态中分离出来。我这里不能详述，如果你们研究原始心理学，就会发现原始生活中所有的重大事件都伴有讲究的仪式，那些仪式旨在使人脱离以往的生存阶段而把心理能量转入下一个阶段。当一个女孩出嫁时，就要把她从父母图象中分离出来，而且他还不能将父亲图象投射到丈夫身上。因此，在巴比伦，有一种特别的仪式，就是所谓“寺庙失身”仪式（temple prostitution），即良家女子先必须委身于一个前来朝庙的陌生男子，同他睡一夜，尽管这男子从此一去不返。我们还知道中世纪有类似的法规——初夜权……；通过寺庙失身这一仪式，要在女孩心中留下一个印象很深的男人图象，而这个图象与他马上要嫁的男子很不同，这样，当以后婚姻中产生了矛盾的时候，（因为即使在那个时代婚姻中也是偶有麻烦的）她自然会产生心理回归（regression）但不会指向她的父亲，而是指向她曾遇过的那位不知名的男人。这样，她不会退回到孩童阶段，而是退回到与她年岁相当的一个男人身上，这样，便确保不发生还童现象。

这一仪式还显示了人类心理中一种美好的意愿。女性中有一种对情人的原型意象：他来自远方，飘洋过海与自己幽会一次后又远去

《分析心理学的理论与实践》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com