

# 我们的内心 冲突

(美) 卡伦·霍尔奈著  
王轶梅等译

当代精神分析经典译丛



Zur Inneren  
Conflicts

上海文艺出版社

# Our Inner Conflicts

当代精神分析经典译丛

上海文艺出版社

## 我们的内心冲突

(美) 卡伦·霍尔奈 著  
王轶梅 等译

新华书店  
PDF

责任编辑：夏青根

封面设计：王志伟

**Our Inner Conflicts**

Copyright © 1945 by Karen Horney

Translation © 1998 by Shanghai Literature and Art  
Publishing House

Published by arrangement with W. W. Norton

& Company, Inc. in association with

Arts & Licensing International, Inc.

All Rights Reserved

当代精神分析经典译丛

**我们的内心冲突**

[美]卡伦·霍尔奈 著

王轶梅等译

上海文艺出版社出版、发行

上海绍兴路74号

新华书店经销 上海港东印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 6.75 插页 2 字数 147,000

1998年12月第1版 1998年12月第1次印刷

印数 1—5,000册

ISBN 7-5321-1801-0/B·13 定价：10.00元

蘇  
平  
知  
聲  
PDG

## 鸣 谢

Publication of this book has been made possible by the generous support of the International Karen Horney Society, Bernard J. Paris, Ph.D., Founder and Director, and Helen A. De Rosis, M.D., Co-founder, and of the Karen Horney Clinic, Henry Paul, M.D., Executive Director.

本书的出版得到了国际卡伦·霍尔奈协会创办人兼主任伯纳德·J·派里斯博士、共同创办人海伦·A·德罗西斯博士以及卡伦·霍尔奈诊所执行主任亨利·保罗博士的慷慨帮助,谨致谢忱。

上海文艺出版社



## 前 言

本书致力于研究精神分析领域的进展,其内容来自于我对病人及我自己的分析经验。该理论已问世并发展了若干年了,但直到我在美国精神分析学会的赞助下进行一系列讲座的准备时,我的思想才最后定形。其中的第一部分,集中于该主题的技术层面,被冠名为《精神分析的技术问题》(1943年);第二部分,其内容涵盖了我们这里所要处理的问题,为《人格的整合》,发表于1944年;其他精选的主题——《精神分析疗法中的人格整合》、《超然心理学》以及《施虐倾向的内涵》都分别在医学学会以及精神分析促进协会上宣读。

我希望本书将有助于那些对完善我们的精神分析理论和疗法有浓厚兴趣的分析学家的工作,我还希望本书提出的观点不仅对他们治疗病人有益,而且能运用于他们自身。精神分析领域的进展只能通过艰难的跋涉来获得,其中包括我们自己的努力以及解决面临的困难。如果我们停滞不前不愿变化,我们的理论就会受到束缚变得贫乏而教条。

我确信,无论如何,任何对纯粹的技术范畴或抽象的心理学理论有所突破的著作,对那些想探究自身并一直坚持于自我发

展的人都将是有意义的。我们大多数生活在这个艰难人世中的人都被本书所描述的冲突所纠缠,需要我们的帮助。虽然严重的神经症应由专家去解决,我仍相信通过不懈的努力我们自己将逐步解决我们内在的冲突。

我首先得感谢我的病人们,是他们让我在工作中对神经症有了较深刻的认识。我还得感谢我的同事们,无论年长还是年幼,我都从他们的研究中得到了参考和借鉴,他们的关注和理解支持并促进了我的工作。在我进修的学院里,活跃的学术讨论总是激发人的思维,是那么富有成效。

我要感谢三位精神分析领域以外的人士,他们以其特殊的方式支持推进了我的工作。埃尔温·约翰逊博士,他让我有机会在“社会研究新流派”上提出我的观点,而其时经典的弗洛伊德精神分析是唯一被认可的精神分析理论和实践的流派。我尤其要感谢克劳拉·梅耶,社会研究新学院的哲学和文学艺术学院院长,她一直关心帮助我,年复一年地与我就我分析工作中产生的每一个新发现进行探讨。还有我的出版商 W.W. 诺顿,他们有益的建议为我的著作增色不少。最后但并不是无关紧要的是我要感谢米尼特·库伦,他帮助我更好地组织材料并更加清晰地阐述了我的思想。

## 序

无论出发点如何,不管道路多么曲折,我们最终必须找到引发心理疾病的人格障碍,在这点上几乎所有心理学发现的目标都是一致的。因此,这只是一个重新发现。各个时代的诗人和哲学家都知道,平静的、心态平衡的人不会成为心理失衡的受害者,受害者只能是那些为内在冲突所撕裂的人。用现代术语来说,每一例神经症,无论其症状表现如何,都是一个性格神经症。因此,我们在理论和治疗上必须努力探索以较好地认识神经症患者的性格结构。

实际上,弗洛伊德伟大的开拓性工作也逐渐汇聚到这一概念上——虽然他开创性的研究方法并没能使他对此进行清晰系统的阐述,但那些继承和发展了他的研究的人——著名的如弗朗兹·亚历山大、奥托·兰克、威尔海姆·里奇,以及哈罗德·舒尔茨-亨克等对其更明确地下了定义。然而,人们并不认为他们揭示了这一性格结构的确切性质和原动力。

我本人的出发点则有所不同,弗洛伊德关于女性心理的假定使我文化因素的作用产生了思索,它们对我们关于男性气质和女性气质的构成方面的观念的影响是明显的,而且明显地

由于弗洛伊德忽视了文化因素，他得出了某些错误的结论。我对此问题的兴趣历经了十五年的一个过程，这一兴趣的进一步加深，部分源于与埃利希·弗洛姆的交往，借助其渊博的社会学和精神分析学识，我更加认识到社会因素有着超越其在女性心理学研究方面局限作用的更为广泛深远的意义。我的这些感想在1932年我来美国之后更加坚定了。当时我发现美国人的心理状态与神经症表现与我在欧洲国家所观察到的有许多不同，而这只有文化的差异可以说明。最近我在《当代的神经质人格》中阐述了我的观点，其主要论点是神经症是由文化因素引起的。这就明确说明了，神经症产生于人际关系的障碍。

在我撰写《神经质人格》之前，我是沿着另一条从起初的假定合乎逻辑地进行推理的思路进行研究的，其主题是神经症的驱动力。弗洛伊德第一个指出这些驱动力的强迫性特征。他认为这些驱动力是天性中的本能，其目标是渴望满足及不能容忍挫折。因而他相信，这不仅存在于神经症患者，而且对所有人都起作用。然而，如果神经症是紊乱的人际关系的结果，这一假定可能就站不住脚。我在这方面得出的观点简单地说就是这些。很明确，强迫性的动力是神经质的；他们生来就感觉孤独、无助、恐惧并怀有敌意，并且尽管有这些感觉，他们仍主张妥善地与外界相处。他们的目标首要的不是满足而是安全；他们强迫性的性格要归因于隐藏在内心的渴望。这些动力因素中的两个——神经质的对情感和权力的渴望——一开始就清晰地凸现出来，这在《神经质人格》中有详细的描述。

虽然我一直认可我所认为的弗洛伊德学说的基本原则，但那时我已认识到寻求更恰当的对神经症的认识已导致我走上了与弗洛伊德并不一致的道路。如果如此众多的被弗洛伊德认为

是出于本能的因素都的确具有文化上的色彩,如果弗洛伊德认为在很大程度上是出于性欲的因素只是一种由渴望以及与他人交往中的安全感等目的所激起的神经质的对情感的需求,那么性欲理论就再也站不住脚了。童年的经历是重要的,但其对我们一生是以一种全新的方式施加影响的,其他理论上的差异也就不可避免地随之而来。因此,有必要用我自己的思想来系统阐述有关我对弗洛伊德学说的立场,其结果就是《精神分析新法》的出版。

与此同时,我对神经症的驱动力的研究也在继续进行。我称这种强迫性的力量为神经质倾向,并在我的下一部书中描述了其中十个人的有关情况。那时,我也已认识到神经质性格结构问题是至关重要的,当时我把它看作是一个由许多互相影响的微观小世界构成的客观世界,其核心存在着神经质的倾向。如果精神分析根本不包含我们目前的困境与过去经历的联系而仅依赖对当前人格中动力因素的相互影响的认识,那么认识和改变我们自身或专门的治疗帮助都是不可能的。基于对心理治疗的广泛需求而缺乏有效帮助的事实,自我分析似乎可提供填补这一重要需求的希望。因为该书的主要内容是有关对自我进行分析的可能性、局限性及其方法,我把它命名为《自我分析》。

然而,我对自己有关个体倾向的描述并不十分满意,它们本身已被精确地描述过了,但我的思绪总被这样一种感觉所萦绕,即以列举的方式进行描述使它们显得彼此孤立。我可以看到对情感、强制性的谦逊的神经质的需求,以及对“伙伴”的需求互为归属。我当时没能看出的是它们一起代表了一种对待他人以及自我的基本态度,一种特别的生活哲学。这些心理倾向是现在被我综合成“趋众”心理的核心。我还发现,强制性的对权力和

威望的渴望以及神经质的野心在某些方面有共同之处，它们大致是构成我称之为“逆众”心理的因素。但是对赞美的需求以及追求尽善尽美的动力，虽然具有神经质倾向的所有特征，并影响与他人的神经质的关系，却似乎主要影响人与自身的关系。同样，探究事物的需求的影响力似乎既比不上对情感的需求也比不上对权力的需求。它似乎不是一个独立的本质性实体而是从某些更大整体中分离出来的。

我的分析从那时起被证明是有道理的。在随后的若干年里，我的兴趣的焦点转向冲突在神经症中所起的作用。我在《神经质人格》中已说过神经症产生于相互歧异的神经质倾向的冲突。在《自我分析》中我说过神经质倾向不仅相互加强且会产生冲突。不过，冲突仍被视为次要的问题。弗洛伊德渐渐地意识到内在冲突的重要性，然而只把它们当作被抑制与抑制性的力量之间的冲突。我开始发现的冲突却有所不同，它们在相互对立的神经质倾向之间起作用。虽然它们最初只影响对待他人的相互对立的心理状态，但最后又包含了对待自我的相互对立的态度、相互对立的本性以及相互对立的价值取向。

观察研究的深入使我认识到上述内在冲突的重要意义。我所受到的最强有力的冲击首次是来自于患者对他们内心明显的对立视而不见的现象。当我向他们指出时，他们变得躲躲闪闪似乎毫无兴趣。在多次这种经历之后，我认识到他们这种回避表达了一种对抓住这些矛盾的极度反感。最终，我对冲突的认识豁然开朗，我认识到我正在接触爆炸性的事物。病人们完全有理由回避这些冲突：他们担心其所具有的力量会把他们撕得粉碎。

这样我开始理解为何人们会投入如此多的精力和智慧来或

多或少孤注一掷地努力“解决”<sup>①</sup>冲突,或更准确地说是否认其存在并创造出一种伪和谐。我在书中描述了按顺序排列的四种主要的解决尝试。最初的尝试是淡化部分冲突然后将其与冲突的主要部分对立起来。第二步是“远离人群”。这里神经质的超然的作用是以新的方式表现出来的。超然的心态是基本的冲突的一部分——也即,是一种原始的对他人的抵触性的心理状态,也代表了解决冲突的尝试,因为保持自我与他人之间一段情感上的距离将使冲突不起作用。第三步尝试则有很大的不同,不是远离他人,而是神经质的离开自己。他的整个现实的自我让他觉得有些不真实,他创造了一个理想化自我形象,其中抵触性的部分是如此地被美化以至于其不再表现为冲突而呈现出一副丰富多彩的个性多样的面貌。这个观点有助于阐明迄今许多我们尚未明了的有关神经质的以及由此在治疗方面存在的问题,它还将两个先前相互抵触相互排斥的神经质的心理倾向恰当地进行了安排。对尽善尽美的需求现在就表现为一种获得这种理想化形象的努力;而对受别人赞美的渴望可能被视为是患者需要外界认可他确实就是那个理想化形象。而且这个形象越是远离现实,患者这种需求在逻辑上就必然越难以满足。在解决冲突的各种努力中,理想化形象很可能是最关键的,因为其对整个人格有深远的影响。但反过来,它又导致了新的内在分裂,并由此又要求进一步的弥合。第四个解决冲突的尝试主要是企图消除这个新的分裂,虽然它有助于迅速而神秘地消解所有其他的冲突。通过我所说的外表化过程,内在的心理过程可以像发生在自我以外的那样被感受到。如果理想化形象意味着从实际的

---

① 参见第 10 页脚注。

自我向外迈出了一步，外表化就代表了一个更加根本的分离，它又会产生新的冲突，或更剧烈地增大最初的冲突——介于自我与外部世界之间。

我之所以称它们为主要的四种解决冲突的尝试，部分是因为它们在所有的神经症中都有规律地起作用——虽然程度不同，部分还因为它们造成了人格上深刻的变化。但它们决不是仅有的解决尝试，其他相对次要的包括专横的必须策略，其主要功能是消除所有内心的疑惑；严格的自我控制，通过纯粹的意志力来把撕裂的个性结合起来；愤世嫉俗，通过轻贱所有有价值的东西，来消除一切有关理想的冲突。

同时，所有这些未被解决的冲突的后果在我面前也逐渐清晰起来。我看到种种恐惧的产生、精力的浪费、对个性完整不可避免的损害、被妄想引发的深深的绝望感所缠绕而不能自拔。

直到我掌握了神经质的绝望心理的重要意义时，施虐倾向的意义才显现出来。这些心理代表着通过替代性的生活来恢复原状的努力，并为一个对曾经的自我感到绝望的人所拥有。而且这种常可以在施虐狂追求的对象身上观察到的毁灭一切的激情产生于其对惩罚别人所得到的成功的狂喜的不能满足的需求。很清楚，这种危害性的追求事实上并不是什么孤立的神经质倾向，而只不过是一种更具综合性的整体——因为缺乏更好的表达方法，我们姑且称之为施虐狂的永不言败的表达罢。

如此，一个有关神经症的理论逐渐形成了。其动力中心是介于“趋众”、“逆众”以及“离众”之间的基本冲突。一方面出于其对个性被分离的恐惧，另一方面出于个性应作为一个整体发挥作用的需要，神经症患者就会孤注一掷努力寻求解脱。当他成功地以这种方式创造出一种人为的平衡时，新的冲突就会持



续地产生从而需要进一步的补救措施来加以平息。这场力争使个性完整的战斗中的每一步都会使神经症患者更具敌意、更感无助、更恐惧、更疏远自我与他人,其结果就是使冲突的困境变得更加严重而真正的解决越来越遥不可及。他最终将变得绝望并可能试图从其施虐对象身上寻求某种慰藉,而这反过来又会加剧其绝望感并产生新的心理冲突。

这是一幅有关神经症发展及其造成的性格结构的相当阴郁的画面,然而我为何将我的理论称为建设性的呢?首先该理论抛弃了一直延续的不现实的乐观主义思想,即荒谬地认为我们能以简单的方法治愈神经症,但它也并不等同于悲观主义。我称其为建设性的是因为它使我们第一次可以处理并消解神经患者的绝望心态。我称之为建设性的最主要的原因除了对其心理纠缠的严重性的认识,还因为它不仅使我们可以减缓潜在的冲突而且确实可对其进行消解,并且使我们能通过努力使人格真正地得到整合。神经症患者的内在心理冲突不能通过理性的决心来解决,患者自身的解决尝试不仅无益反而有害,但我们可通过改变造成他们目前状况的人格的内在环境来解决这些内在冲突。每一项有效完成的精神分析工作都会改变这些环境因素,从而使一个人的无助、恐惧、敌意以及对自身及他人的疏远状况都有所好转。

弗洛伊德关于神经症及其治疗的悲观思想源于其对人性善的一面及人的发展的深深怀疑,他是以人类注定要承受痛苦或毁灭自身为出发点的,人类的这一天性使得其只能被控制,或充其量被“升华”。我的信条却是人类有能力也有愿望开发自己的潜力并成为一个人健全的人,而如果与他人进而与自身的关系被扰乱并持续地紊乱下去,这一切将会变质。我相信只要人类生

存下去,他就能改变并不断处在进化之中,这种信念随着对人性理解的逐渐加深而得到增强。

## 中文版前言

卡伦·霍尔奈(1885—1952)是20世纪最重要的精神分析思想家之一。她曾在格廷根的弗赖堡大学和柏林研究医学,1910年开始与卡尔·亚伯拉罕共同从事精神分析,并成为于1920年建立的柏林精神分析研究所创始人之一。20年代至30年代初,她在固守传统理论框架的同时,开始尝试修正弗洛伊德关于女性心理学的观点。她的论文因远远超越了时代而未得到应有的注意,但自1967年《女性心理学》重版后,卡伦·霍尔奈已被公认为首位伟大的精神分析女权主义者。

1932年,霍尔奈接受弗兰茨·亚历山大邀请,到新成立的芝加哥精神分析研究所担任副主任。1934年迁往纽约,加盟纽约精神分析研究所。期间,她受到美国新的知识与社会思潮的影响,出版了两本著作——《当代的神经质人格》(1937)和《精神分析新法》(1939)。书中摒弃了一些弗洛伊德理论的基本前提,不再强调其理论的生物学取向,而以文化、人际关系的强调取而代之。这些书大大惹恼了霍尔奈正统保守的同事们,她被迫辞职,离开纽约精神分析研究所。在她思想的第二阶段,霍氏与同为新弗洛伊德主义者的哈里·斯达克·沙利文、埃利希·弗洛姆、克

拉拉·汤普森、亚伯拉罕·卡迪纳合作进行“文化学派”的精神分析。

离开纽约精神分析研究所后,霍尔奈于1941年创建美国精神分析研究所,并在此较为宽松的环境下发展了她的“成熟理论”。在《自我分析》(1942)、《我们的内心冲突》(1945)和《神经症与人的成长》(1950)中,她提出人们为解决因感到不安全、不被喜爱、无价值而产生的焦虑,否认自己的真实情感,精心设计出防卫策略,这种策略既是人际的,又是心理内部的。

卡伦·霍尔奈的思想演变可分为数个阶段,因此她对不同人有着不同的意义。有人认为她首先是位在反弗洛伊德女性心理学观点的运动中起重大推动作用的女性,另一些人认为她是新弗洛伊德主义“文化学派”的一员,还有一些人则以为她的主要成就在于“成熟理论”,该学说完善了防卫策略的复杂分类。尽管霍氏思想的每一阶段都很重要,我觉得成熟理论代表了她对精神分析学说的最大贡献。她早期的大多数观点已被她本人或别人修订、丰富;另一些则被后人重新发现、吸收。《我们的内心冲突》和《神经症与人的成长》对人类行为中现存的内心冲突及防卫情意丛提供了前所未有的强有力解释。这不仅在临床实践上,而且在文学、文化、政治心理学、哲学、宗教、传记、性别等领域的工作中都有巨大的价值。

## 1. 霍尔奈与女性心理学

当霍尔奈还是柏林精神分析研究所一名讲授正统理论的教师时,她开始反驳弗洛伊德关于阴茎嫉妒、女性受虐狂和女性发展的学说,并试图用站在女性立场的观点去取代当时流行的以男性为中心的女性心理学观。虽然起初她尝试从内部去修正精

神分析学说,最终她还是向这一学说的许多前提条件提出挑战,继而发展了她自己的理论。

在霍尔奈最早的两篇女性心理学论文——《论女性阉割情结的起源》(1923)和《逃离女性身分》(1926)中,她努力说明女孩与妇女有固定的生理构造和成长方式,应从女性的角度去理解它,而非仅仅从她们不同于男子且认定她们劣于男子之处来考虑。她指出,精神分析学说之所以认为妇女是有缺陷的男子,是因为该学说乃一位男性天才(弗洛伊德)和一个男权统治社会的产物。如果精神分析学说只从男性视角看女性,就不能说它是对妇女天性本质的科学描绘。霍尔奈的疑问是:男子为什么会这样看待妇女?她认为,男子对于怀孕、生产、母亲身分、乳房以及吮吸的嫉妒,使他们无意识中产生贬低妇女的倾向;男子对富创造性工作的冲动是他们对自己在繁衍后代工作中所起微小作用的过度补偿。男子“子宫嫉妒”一定比所谓的女性“阴茎嫉妒”更强烈,因为男性需要贬低女性更甚于女性贬低男性的需要。

后来的论文中,霍尔奈继续分析男性的妇女观,暴露其缺乏科学依据之处。在《两性之间的不信任》(1931)中,她提出妇女被视作“二等入”,因为“在任何时代,强大的一方会创造有助于保持它地位的意识形态”,且“在此意识形态下,弱方与强方的不同之处被解释成为劣处”。《害怕女人》一文将男子对妇女的恐惧追溯至男孩害怕自己的生殖器无法胜任与母亲的关系。来自女性的威胁并非阉割,而是羞辱,是对他“男性自尊”的威胁。长大后,男性始终有深深隐藏的关于他阴茎大小或性能力的焦虑。女性身上却没有对应的焦虑。她“只按照存在的方式去扮演角色”,不被强迫去不断证明女性身分。因此也就不存在相应的女性对男性的恐惧。男性应付这种焦虑的对策是树立“有效率”的

形象,寻求性征服和贬低恋爱对象。

霍尔奈不否认妇女常常妒忌男性并对自己的女性身分感到不快。事实上,她的许多论文均涉及“男性气质情结”。在《被抑制的女性情结》中,她把“男性气质情结”定义成“有关女性感到被歧视,她对男性的嫉妒,她期望成为男性,抛弃女性身分的一切情感、幻想的情结”。虽然最初她提出妇女为男性气质情结束缚是因为她们需要逃离俄狄浦斯处境下产生的焦虑与罪恶感,但霍尔奈很快发现男性气质情结虽不可避免,可它是男性统治文化和特定家庭推动力的产物。事实上,女孩从一出生就被或小心或粗暴地暗示她劣于男性,此种体验“不断地激发她的男性气质情结”(《逃离女性身分》)。

讨论家庭推动力时,霍尔奈起先着眼于女孩和男性家庭成员之间的关系,但后来,母亲成为妇女“男性气质情结”发展中的核心人物。在《母亲的冲突》(1933)中,她将以前论文里提及的一些导致男性气质情结的童年时代特征加以归总:“一个女孩可能很早就有理由讨厌她所处的女性世界,这可能是由于母亲吓唬她,或凭经验她对父亲兄弟彻底失望,不抱幻想;也有可能是她的早期性经历令她恐惧;或她发现兄弟比自己更得宠爱。”所有这些都曾发生在卡伦·霍尔奈的幼年时代。

霍尔奈有关女性心理学的论文彻底脱离了弗洛伊德“解构构造即命运”的信条,强调文化因素是女性问题及其性别定位的重要诱因。妇女嫉妒的并非男子阴茎,而是男性特权,她们需要更多机会发展作为“人”的能力。家长的理想未必与她们的天性一致,但这种理想的文化力量却常使她们能在行为上与其一致。《女性受虐狂问题》一书中,霍氏向“受虐狂是天生的,或至少与妇女的天性相近”的观点发出质询。此种精神分析学的立场反

映了陈旧的男性文化观,但她又指出,一系列的社会条件使妇女比男性更易成为受虐狂。进一步说,比较研究表明这一类社会条件普遍存在,有些社会比另外一些更不鼓励妇女的发展与提高。

尽管霍尔奈将她职业生涯的大部分时间投入了女性心理学的写作,她仍于1935年放弃该选题。因为她感到,文化在女性心理形成中的角色令她无法确认哪些心理为女性特有,哪些不是。在名为《女性害怕行动》(1935)的演讲中,她指出,只有当妇女从男性统治文化中所定义的女性观中解放出来后,我们才能真正地区分妇女与男子心理上究竟有何不同。我们的首要任务不应是探讨“女性本质”,而应推动“整个人类人格的完善”。从此之后,霍尔奈开始发展她认为中性、对两性同样适用的理论。

## 2. 霍尔奈与弗洛伊德的决裂

30年代,霍尔奈出版了《当代的神经质人格》与《精神分析新法》两本著作,以致她实际上被逐出精神分析学界。书中,她对弗洛伊德理论进行系统的批判,建立了自己的精神分析方法。

当时,霍尔奈思想的主导特征之一是强调文化在神经质防御与冲突的形成中所扮演的角色。她在有关女性心理学的论文中进一步阐述了文化的重要意义。侨居美国后,霍尔奈体会到美国文化与中欧文化之不同,她更能够接受一些社会学家、人类学家和文化取向较浓的精神分析学者如埃利希·弗洛姆、哈拉德·拉斯韦尔、鲁思·本尼迪克特、玛格丽特·米德、阿尔弗雷德·阿德勒及哈里·斯达克·沙利文等人的影响。

霍尔奈指出,弗洛伊德由于过分强调人类行为中的生物学因素,以致他将自己所处文化氛围中较为普遍的情感、态度和人

际关系不正确地推而广之。他没有认识到社会因素的重要性,将神经质的自我中心归因于自恋力比多,将敌意归因于破坏本能,将对金钱的着迷归因于肛欲力比多,将贪婪归因于口淫欲。人类研究表明,不同的文化在以上性格特征的形成过程中所起的作用也有很大区别。霍尔奈坚持马林诺夫斯基的看法,认为俄狄浦斯情结是一种文化意义上的条件反射,可以通过社会的修正得到减轻。

霍尔奈摒弃了弗洛伊德“神经症起源乃文明与本能之冲突”的说法。弗氏以为,我们为生存必须有文明,为有文明必须压制或升华本能。因为快乐来自本能迅即的、完全的满足,我们就必须在生存与快乐之间作出抉择。霍尔奈不相信这种个人与社会的冲撞不可避免。发生冲撞是由于不利的环境阻碍我们情感的需求,导致恐惧与敌意。弗洛伊德把人类描绘得天生无法满足,具毁灭性与反社会性;但据霍氏的看法,这些特征只是对不利环境的神经质反应,而非本能的流露。

霍尔奈常常首先被看作“文化学派”的一员。其实,对文化的强调只是她思想历程中的一章。30年代,她著作中更重要的特征是最早出现在《当代的神经质人格》中的神经质构成的新观点。霍尔奈并未像人们所想的那样忽略童年时代在感情成长中所具的重要意义,但她认为致病的原因不是力比多受挫,而是家庭中让儿童感到不安全、不被喜爱、不受重视的因素。这些因素导致儿童“基本焦虑”的形成,令他们在这个潜藏敌意的世界里倍感无助。随后,他们试图采取一些防卫措施,如追逐爱情、权力或超脱,来克服焦虑。不是每个人都能与这些防卫措施协调适应,于是内心的冲突又引发新的障碍。霍氏在后来的著作中继续发展提炼此种神经症形成观。



霍尔奈感到,我们的防卫措施导致恶性循环,因此注定失败。恶性循环中,我们用以平息焦虑的方法恰恰使之增长。例如,一个人对爱的需求在受到阻碍时会变得更强烈,随之而来的苛求与嫉妒却使他比以往更难得到爱。从未被爱过的人会产生一种不可改变的想法,认为自己不可能被爱,因为他们不相信爱的表示,而且走向极端,以为任何爱的给予都出自别有用心动机。丧失爱会使他们依赖别人,他们又十分害怕依赖,因为这使他们分外脆弱。霍氏将这种情形比作“一饿汉害怕食物有毒,所以不敢吃任何东西”。

霍尔奈的《当代的神经质人格》主要讨论对爱的神经质需求,同时着重研究人因无望获得爱而产生的对权力、名望、财富的渴求。对此类目标的追逐是焦虑、愤怒和自卑感的产物。神经质的人永不满足,因为无论怎样的成功都不能使他们感到安全、有保障或对已有的成就满意。如果对爱、成功的需求不是在强迫的形式下体验到的,他们就成为温厚的、可具满足感的人。

根据霍尔奈的观点,人们为解决基本焦虑,采取多种而不是一种防卫措施。他们可能“同时被驱使去设法统治每个人又想为每个人所爱,服从别人又将自己的意愿强加于人,想要离群索居又渴望别人的爱慕”。结果,他们被不可解决的冲突(通常也是神经症的根源)百般折磨。

霍尔奈的早期著作阐述了神经症的构成:人际关系的困扰引起基本焦虑,焦虑导致防御策略的形成,而防御策略又是有违初衷、相互矛盾的。《当代的神经质人格》一书主要讨论对爱和权力的追逐,同时提及超脱;《精神分析新法》中,霍尔奈将自恋癖和完美癖加入人际关系策略一栏。这些著作中她还介绍了一些心理策略,如自命不凡、自责、神经质折磨、过分循规蹈矩,但

在最后两本著作前，她并未对此作出深入的阐述。

也许霍尔奈在精神分析新观点上的最杰出之处即在于她研究重点的不断转移——既在理论上也在临床实践上，既研究过去的也研究现在的。她试图以“构成观”取代弗洛伊德对“起源”的重视。她认为精神分析应对当前的防卫及内心冲突情意丛多加关注，不要太注重婴幼儿期起源。该特征是霍氏理论与传统精神分析法的分水岭，也使她的观点难以被着眼“过去式”的人所接受。

霍尔奈在《精神分析新法》一书中把她的“进化论”思想和她称之为“机械进化论”的弗洛伊德思想加以比较区别。进化论观点认为“事物今天的存在方式不与它们最初的存在方式完全相同，但从早期阶段演变而来。早期阶段与现阶段的形态可能并无多少类似之处，但如果没有早期的形态，今天的形态也就无从而来”。机械进化论思想认为“发展过程中并没有创造出什么新东西”，“我们今日所见只是旧瓶装新酒”。对霍尔奈而言，早期经历的深刻影响不能阻止以后的发展，弗氏则认为五岁以后就没有任何新鲜东西，尔后的反应或经验仅被看作对早期的重复。弗洛伊德机械进化论思想在他有关潜意识永恒性、重复强迫症、倒退、移情的论述中得到充分表达。霍尔奈称之为“用过去解释现在，用婴儿期来表明当前趋势”。

潜意识永恒性是弗洛伊德学说中关于儿童期经历与成年后行为之间关系的中心点。儿童时期受到压制的恐惧与欲望，乃至整个经历，在成长过程中不会受到后来经历的影响。此观点导致固恋概念的产生。固恋是指心理上从属于早期环境中的某个人（如父亲、母亲）或力比多发展过程的某一阶段。根据固恋的观点，成长后的爱慕或其他行为仅仅是对过去的重复

而已。

霍尔奈从未尝试驳倒潜意识永恒性的信条及与其相关的大量概念,但她却在不同的前提条件下建立起自己的理论。“非机械论观点认为生物体发展过程中绝无对前期阶段的简单重复或倒退。”现在总包容着过去,但过去存在于发展的过程之中,而不是重复里。霍尔奈说,生命能够“真正完善”的方式即在于“每一步骤都为下一步骤提供了条件”。因而,“那些将当前难题与儿童时期影响迅速联系起来的说法在科学上只是真伪参半,在实践上更毫无用处。”

霍尔奈模式中,早期经验对我们的深刻影响不是产生固态,从而不断重复过去的行为方式;它影响我们建立处世的方式。反过来它又被后来的经验所影响,最终演化出我们成年后的防卫措施及性格构架。早期经验决定发展的方向,因此与后期经验相比可能有更大一些的影响,但成年人的性格是所有先前的心理构成和环境因素相互作用而得的产物。

霍尔奈与弗洛伊德的另一不同之处是,弗氏学说中具决定意义的儿童期经历在量上相对较少,且大多与性欲有关;霍氏以为儿童期的整个经历乃神经症发生的缘由。由于社会文化的因素,与伙伴关系的因素,特别是家庭中令儿童感到不安、不被喜爱、不受重视的因素会引起基本焦虑,产生病态,上述不利状况导致了特定性格构架的发展,这种性格构架又引发日后的麻烦。

当前状况与儿童期确有关联,不过霍尔奈认为溯源极其困难复杂。她称试图寻找儿童期起源来理解病症的方法是“努力用毫无所知的东西解释知之甚少的东西”。她说“重视那些真正驱动或压制一个人的力量,更为有益;依此方法即便对童年期经历了解无多,也可以有合理的机会来解释病症。”

### 3. 霍尔奈的成熟理论

从《精神分析新法》一书开始,霍尔奈将神经症的中心特征看作因环境中压抑的力量而产生的对“自然本我”的扭曲。治疗的目的是帮助病人恢复自我,重获自发性,并找到自己的重心。霍尔奈在一篇名为《你能固守立场吗?》(1939)的论文中提出“真实的自我”这一术语,后于《自我分析》(1942)中再次提到,并首次采用“自我实现”的说法。《神经症与人的成长》(1950)开篇霍尔奈即对健康的人格发展与神经质的发展进行比较区分,前者个人能意识到他们的潜能,后者人们则与真实的自我疏离。该书副标题为“实现自我的奋斗”,她的真实自我概念既是对健康心理也是对神经症认识的基础。

真实的自我并非一成不变的存在,它是整套“内在的潜能”——包括气质、才智、能力、禀性等——这些都是我们基因组的一部分,而且需要有利的环境来培养发展。它不是学习的产物,因为没人能被教作自我;但它亦非对外部世界的影响无动于衷,它是在能够提供多种发展途径的外部世界中通过相互作用得到实现的。人们能够在不同的条件下以不同的方式实现自我。尽管如此,婴幼儿期的某些特定条件是每个人实现自我必不可少的。能使儿童表达自己思想与情感的“温暖氛围”,对儿童各种需要的善意满足,以及与周围其他人“愿望和意志的正常摩擦”皆属此类。

当父母由于神经症不能爱孩子,甚至不将他视作“具有独立个性的人”时,孩子会产生基本焦虑,阻碍他“自发地以真实情感将自己与其他人联系起来,迫使他寻找方法应对”。这时孩子的感情和行为已不纯粹是自我的表达,而被防卫策略左右。

霍尔奈的成熟理论描述了这些防卫策略,将它们归总入精密的分类。《我们的内心冲突》一书中,她致力于人际关系策略及导致其产生的矛盾根源;而在《神经症与人的成长》中,她对心理防卫进行了极为详尽的解说,并把它与人际关系策略结合——虽然结合得不甚完美。

霍尔奈于《神经症与人的成长》中向“只重心理或人际关系因素两者之一”的做法提出警告,认为神经症可被理解成为“只是一个过程,此过程中人际关系矛盾导致特定的心理完形,后者反过来又依赖于并修正旧有的人际关系模式”。与此同时,她又漠视自己的警告,过分强调心理因素。这就给读者出了难题。因为人际关系矛盾导致心理完形,所以最为逻辑地展示她理论的方法应从人际关系开始。《我们的内心冲突》中她是这样做的。可在《神经症与人的成长》中,她急于表述最新的观点,首先讨论了心理策略,有时甚至将人际关系的解决追溯至心理原因,以致造成一些观念的混淆。这里我将她最后两本著作中的研究成果加以综合,澄清混淆,使《神经症与人的成长》一书更易理解。

为了克服导致产生基本焦虑的不安全感、不被喜爱感和不受重视感,人们可能采取顺从或自我谦避的方法迎合他人,可能以攻击或自负的方式对抗他人,也可能变得超脱、与世无争,远离人群。霍尔奈在《我们的内心冲突》里采用前一组说法(顺从的、进攻的、超然的),在《神经症与人的成长》中则采用后一组(自我谦避的、自负的、与世无争的),其实这些倾向通常都交替发生。健康人能在三种取向里灵活变通地转移,但对自我疏离的人,转移是强迫性的,不加区分的。每种解决方法都包含有行为方式、个性特质的萃集,正义观及有关人性、人类价值和人类

状况的整套信念,同时还包含与命运的一笔交易,依从该方法被认为可获回报。

在不同的防卫转移中,涉及基本焦虑的某一因素被夸大了:如顺从方法中的无助,进攻方法中的敌意,超然方法中的孤立。由于产生基本焦虑的状况必然会滋生以上所有三种情感,个人就必须同时作出三种防卫转移;又由于这些转移涉及各不相同的性格构成和价值体系,他们就会被内心冲突所折磨。为获得某种完整感,他们会强调某一类转移强于其他,成为主导性格或自我谦避,或自负,或超然的人。性格和环境因素在他们各自情形中的特有结合则决定他们强调哪种转移。

其余的倾向依然继续存在,它们潜意识地在伪装下以迂回的方式得到表现。不同转移间的矛盾虽无法解决,但可以简单地转入地下。当被湮没的倾向由于某种原因渐进表面,个人会体验到严重的内心骚动甚至瘫痪,根本无法作出任何一种转移。在某种强大影响的推动下或由于主导解决方法的戏剧性失败,他们可能会采用原先被压制的另一种防卫策略。他们把这一过程体会为转换或教育,其实它只是一种防卫对另一种的替代。

顺从趋向为主导的人试图通过获得爱与赞许,通过使他人需要自己,以此控制他人的方法,去克服基本焦虑。他们表现“善良、有爱心、谦恭、柔弱”以使别人伴随自己。由于他们有让步的需要,有安全表达进攻倾向的需要,因而常常会被具有相反性格的人吸引,通过自负的人替代地实现对生活的主宰。这种关系会发展成“病态依赖”,一旦顺从的一方开始感到他们牺牲自己作出的让步并未得到回报,就将产生危机。

顺从型人价值观基于“善良、同情、爱心、慷慨、无私、谦卑的导向,憎恶自负、野心、冷酷、无道德原则、主宰欲”。因为任何期

望,任何奋斗,任何试图得到更多回报的做法对他们都如同“向命运提出危险轻率的挑战”,他们被严重地压制于孤行专断与自我保护行为之下。他们笃信基督教的价值观,但却是在一种强迫性的方式下,因为这种价值观是他们的防卫系统必需的。他们一定信奉若有人打你的左脸,就把右脸伸给他;他们必然以为在这世界上苍自有安排,美德将受回报。他们的交易是,如果他们做平和、有爱心、回避骄傲、不求荣誉的人,就会被命运和他人善待。如果交易不成,他们或会对上帝的公正绝望,得出结论自己是有罪的一方,或求助于另一种公正信仰,它超越了人类的理解力。他们不仅要相信世俗的公平原则,而且要相信人性之善,也恰是这一点,会令他们容易失望。

霍尔奈说,顺从型人“有各种进攻倾向被严重压制”。感受或实施这类倾向与他们的行善愿望会发生强烈的冲撞,危害他们获得爱、公正、保护和赞许的整套策略,因而只能被压制下来。顺从策略往往会增大他们的敌意,因为“谦恭和‘善良’引来他人粗暴的对待”,“对别人的依赖导致异常的脆弱”。但他们内心的愤怒威胁到自我形象、生活哲学、他们与命运的交易,他们必须压制、掩饰、调整他们的愤怒,避免产生自我憎恨和对他人的敌意。

自负倾向占主导的人与自我谦避型人有着完全相反的目标、品性和价值观。最吸引他们的不是爱,却是主宰。他们憎恨无助,因痛苦而感羞耻,需要成功、声望与认知。如前所述,《我们的内心冲突》中的顺从、进攻和超然方法到《神经症与人的成长》中演变为自我谦避、自负和与世无争。霍尔奈将自负的方法分为区别显著的三类——自恋的、完美主义的、傲慢-报复的。因此现在就有了五种主导解决方法。《我们的内心冲突》未论及

自恋和完美主义,该书所讲的进攻性方法即《神经症与人的成长》中的傲慢-报复方法。

自恋的人试图藉“自我崇拜,魅力的训练”来驾御生活。他们通常是受到宠爱的孩子,天赋高于常人,成长过程中感到世界就像充满爱心的母亲,自己则是命运的宠儿。他们对自己的能力极有信心,以为自己战无不胜。事实上,他们可能不停地谈论自己的功绩和杰出品质,不断地需要用别人的爱慕和忠诚来确认他们对自我的评估。这正暴露了他们的不稳定感。他们的交易是,假如他们能固守自己的梦和夸大了的自我估价,生活将赐给他们一切所需。若事情并非如此,他们就会经受心理崩溃,因为他们没有能力面对现实。

完美主义者有非常高的道德和智力标准,在此基础上他们藐视别人。他们为自己的操行端正深感自豪,生活中追求“完美无瑕”。由于遵守他们的这种标准十分困难,他们常常将懂得道德价值观与做个好人混为一谈。一方面他们以此方法欺骗自己,另一方面却坚持要求别人遵守这种标准,并因别人做不到而鄙视他们,从而将自己的自我谴责外表化。将自己的标准强加于人的做法使他们对极少数通过选择的人充满崇敬,而以苛刻的或居高临下的态度对待人类中绝大多数。完美主义者有笔原则至上的交易,公平、正直、尽职使他们有资格要求获得“别人及生活同样公平的对待。这种对生活中正义的绝对信赖给他以主宰感”。他们通过高标准来控制命运。厄运或他们自己的错误会危及到这一交易,他们甚至可能被无助感或自我憎恨感摧毁。

傲慢-报复型人的主要动机是他们需要报复性的胜利。自恋的人早期获得赞赏,完美主义者成长于苛严标准的压力之下,傲慢-报复型人却在童年时代受到粗暴对待,有对所受伤害进行



报复的需要。他们感到，“世界恰如角斗场，用达尔文的观点来说，即适者生存、优胜劣汰。”在与别人的关系中，他们显得富竞争心、冷酷无情、愤世嫉俗。他们不相信任何人，避免感情纠葛，伺机利用别人以加强自己的主宰感。他们认为自我谦逊的人是傻子，可尽管满怀轻视，又常常被自我谦逊型人的温顺、听话所吸引。

正如顺从型人为使他们的解决方式起作用必须压制敌意冲动，对傲慢-报复型人而言，“任何同情心，善良的责任，或依从的态度都会与他们建立的整个生活构架不相协调，并动摇其基础。”他们要想变得坚韧，以为所有感情的流露都是软弱的表示。他们害怕自己出现顺从倾向，因为这会使他们在充满敌意的世界里变得脆弱，会使他们自我憎恨，还会威胁他们与自己的交易。他们从不指望上天的恩赐，坚信只要固守生活是场战斗的观念并不让自己受到传统道德观和自身软弱情感的影响，就一定能实现自己的志向。如果他们的自负解决方法突然失败，谦恭倾向立即趋于抬头。

超然倾向占主导的人既不追逐爱慕，也不渴求主宰，他们向往自由、和平、自给自足。他们不屑于追逐世俗的成功，对努力有深刻的反感。他们极需优越感，通常轻视别人，但他们其实是在想象中而非现实中完成自己的抱负。他们为应付满是凶兆的世界，只得远离它的势力范围，并将别人拒于自己内心生活的门外。为避免被环境左右，他们试图克制内心的渴望，要求甚少。他们听命于现状，通常不会抱怨生活。他们的交易是，“如果不向别人索取，别人就不会来打扰他们；如果不作尝试，就不会失败；如果对生活一无所求，就不会失望。”

超然型人逃避自己一如逃避他人，他们压抑或否认自己的

感情或内心冲突来达到这一目的。对现实生活的放弃使他们能以“旁观者”的态度成为别人和自己内心历程的最佳观察者。他们的洞察力与情感分离。他们以“客观的兴趣”看待自己,就像观看一件艺术作品。

《神经症与人的成长》一书中,霍尔奈描述了导致每种解决方式的典型童年经历。但大多数儿童的经历是混合体,因而衍生出混合的防卫。防卫之间的矛盾引起波动、反复与自我憎恨。霍氏理论的最显著特征之一是允许我们通过把互为矛盾的态度、行为、信念视作内心冲突构架的一部分来理解它们。当考虑霍尔奈的防卫分类时,须牢记她描述的是动态的情景,各种解决方式综合、冲撞、变强或变弱、需要保护、滋生恶性循环,一旦它们失败,就被另外的方式所替代。

当人际关系困难造成迎合、对抗和疏离别人的倾向时,这些转移之间的矛盾及与之相伴的心理问题就会带来它们自己的防卫策略。为补偿软弱感、无价值感和缺陷感,我们借想象的翅膀创造出“理想化的形象”,认为自己具有极高的天赋和无限的力量。

由于理想化形象的塑成很大程度上受到我们的主导防御及其所推崇的品性的影响,我们必须联系人际关系策略才能理解它形成的过程。自我谦避型人的理想化形象是“讨人喜欢,品质的综合体,如无私、善良、慷慨、谦恭、圣洁、高尚、同情”。它也美化“孤弱无助、忍受痛苦、遭遇折磨”,以及对艺术、大自然和其他人的深厚情感。傲慢-报复型人视自己为不会被任何情况摧垮的主宰者。他们比别人更机敏、更坚强、更现实,因而可以胜过别人。他们对自己的警惕性、预见力和计划性引以为豪,觉得无人能够伤害他们。自恋的人是“救世主、命运的支配者、先知、伟

大的施予者、人类的造福者”。自恋者认为他们拥有无穷精力，不用努力就有能力达到永无止境的成功。完美主义者把自己看成品行端正的楷模，以为在处理生活的方式上达到无懈可击的完美境界。他们无论从事什么工作都出色，永远判断正确，在人际关系中一直公正、尽职。超然和与世无争型人的理想化形象是“自给自足，不依赖，不受外界影响的安宁，不为欲望和激情所困”，对残酷命运的枪林弹雨坦然处之。他们渴望不受约束，不为压力所扰。每种解决方法中，理想化的形象或多或少都来自宗教的或社会文化的模式，或者受到历史事件、个人经历的影响。

理想化的形象最后并未让我们轻松，反而导致自我憎恨和额外的内心冲突。虽然我们赋予自己的品质是由主导人际关系确定的，被压制的解决方式仍然有所流露；又由于每种解决方式崇尚的品质不同，我们努力去实现理想化形象就必有自相矛盾之处。再者，由于唯有当我们是理想化的形象时才感到自己活得有价值，任何有所不足之处均被认为毫无价值，因此就会形成“被鄙视的形象”——它正是自我轻视的焦点所在。霍尔奈称，“相当多人一会儿有傲慢的无所不能之感，一会儿却觉得自己不过是小小一粒尘埃。”理想化的形象在主导人际策略中被塑造出来，被鄙视的形象则反映出被强行压制的策略。当我们确信自己就是想象出来的那个或完美或糟糕的人时，理想化的形象演化出理想化的自我，被鄙视的形象衍生被鄙视的自我。

霍尔奈假定自我有四种形态：真实的（可能的）自我，理想化的（不可能的）自我，被鄙视的自我，实际的自我。真实的自我不是一个独立存在体，它是能够通过与环境的相互作用得到实现的一整套生理特性。它实现的程度与方式相当多地取决于外部

条件。不利条件下,我们因无法触及真实的自我,故而发展出不切实际的美好的理想化形象,恰如被鄙视的形象是不合实际地无价值和软弱的。实际的自我是我们的实际存在状态,乃力量与软弱,健康与神经质的混合体。实际自我与真实自我之间的距离取决于自我实现与自我疏离的发展程度。

随着理想化形象的形成,我们开始着手“追求荣誉”,此时“推动自我实现的精力被转移到实现理想化自我的目标上”。对荣誉的理解因不同的解决方法而相异。霍尔奈不认为对“绝对”的探究是人性的基本要素。因为有能力想象、计划,所以我们总可以超越自我,不过健康人懂得人类有局限性,并在此背景下去实现那些可能实现的目标。自我疏离的人是走极端的,常把对荣誉的追求当作生命中头等大事。这会令他们觉得有意义,给予他们梦寐以求的优越感。霍尔奈写道,“与其他理由相比,生命中的更多部分被奉上了荣誉的祭坛”。对荣誉的追求构成一种“个人宗教”,其戒律由我们特定的神经质规定。不过荣誉体系是任何一种文化的主要组成部分,我们也有可能因这一原因参与其中,包括有组织的宗教、团体认同的种种形式、战争与军事组织,以及所有各种竞争、奖励、等级制度。

理想化形象的创造不仅导致对荣誉的追求,而且产生霍尔奈称为自尊体系现象的构架。我们对理想化自我的特性深感自豪,并在这种自豪的基础上对他人提出神经质的要求。与此同时,我们感到必须以一种与我们有关自己的完美概念相称的方式去做。如果世界并未承兑我们的要求或我们未能坚持像“必须”做的那样,我们就变成被鄙视的自我,体验到折磨人的自我憎恨。我们的自尊、必须、要求、自我憎恨的具体特性,与理想化的形象一起,受到主导解决方法及它与次要倾向之间冲突的影响。

神经质的自尊以对理想化自我的特性的骄傲取代了实际的自信与自尊心。对神经质自尊的威胁导致焦虑与敌意,它的崩溃造成自我轻视和绝望。有不同的方法可以树立自尊,包括能使受羞辱者重新建立起优越感的报复,对威胁性事物的丧失兴趣。还包括不同形态的变形,如忘记侮辱性的场景片断,否认责任,责备他人,虚构。有时“幽默被用来使不可忍受的耻辱变得不再刺痛”。

根据自尊原则,我们向世界和我们的同类提出“神经质的要求”。其具体内容随主导解决方法的不同而改变。但任何情况下我们均以为与命运的交易应受奖励,我们应得所需去使解决方法运转。这些要求“被对魔力的期望渗透”。当它们在实际经验中受挫,我们就会反应出绝望、怒火中烧,或对迎面而来的事实加以否认。另一种可能是,我们也许坚持神经质的要求作为对“将来荣誉的保证”。神经质的要求加剧我们的脆弱,因为要求一旦受阻,我们就不得不面对一直企图逃避的懦弱感和无用感。

追求荣誉使我们臣服于霍尔奈所称的“专横的必须”。“必须”迫使我们像头脑中完美的自我那样生活。这些“必须”来自理想化的形象,由于理想化的形象很大程度上是对自我谦避、自恋、追求完美、傲慢-报复和疏离等解决方法的美化,所以我们的“必须”主要与主导防卫相联系的性格品质和价值观所决定。尽管如此,次要倾向依然有所流露,结果,我们常被“相互矛盾的必须之间的激烈交锋”困扰。当我们试图遵从自相矛盾的内心指令,注定会憎恨所做的一切,甚至陷入瘫痪,无计可施。这样的“必须”根本无法做到,不仅因为它们自相矛盾,而且因为它们不现实:我们必须爱每个人,必须从不犯错误,必须永远得胜,必须

从不需要他人,等等。与必须有关的外表化现象还有许多。我们感到自己的“必须”是他人期望的,自我憎恨是他人摒弃的,自我批判是他人不公正的评判。我们期望他人遵守我们的必须,将因自己无法做到而生的怒气转移到他们头上。必须发展成抵御自我憎恨的一种防卫,可它们却把情况搞得更糟。来自“惩罚性的自我憎恨的威胁”,使它们成为“恐怖政权”。

必须是我们与命运交易的基础。无论采用何种解决方法,交易规则均为如果我们遵守这些必须,要求将得到兑现。我们用听从内心指令的办法来控制外表现实。当然,我们不认为自己的要求不合情理,而觉得它是被美化的自我有权期望的东西。

自我憎恨是心理内部防卫策略的最终产物,它强化我们的不适应感和失败感。它本质上是理想化的自我因实际自我未能做到它必须做到的而产生的愤怒。因为自我憎恨太过痛苦,难以直面相对,所以它相当大部分地是无意识过程。抵御对自我憎恨的感知,主要方法是外表化,它有积极的和消极的两种形式。积极的外表化“企图把自我憎恨引向外部,以生活、命运、制度习俗,或别人为憎恨对象”。消极的外表化“仍然以自我为憎恨对象,但把憎恨看成是或体验为来自外界的”。当自我憎恨可以自觉时,常会有某种自尊参与其中,以维护自我美化。“对不完美的极度谴责使人肯定了认同自己的神圣标准。”霍尔奈指出自我憎恨乃“人类头脑的大悲剧。人类开始追求无限和绝对之时也就开始毁灭自己。在他和向他许诺荣誉的魔鬼签约时,他就注定要进地狱——进他自己心中的地狱”。

#### 4. 霍尔奈理论的应用性

由于霍尔奈第一本著作的书名关系,她的理论经常被误认

为描述她所处时代的神经质人格——指三、四十年代中上阶层的纽约人。我以为该观点从两方面得来，一是对她早期注重文化的著作的过分强调；二是对她的成熟理论有所误解：其实这一理论适用于过去、现在的多种社会形态。霍氏描绘的防御在不同的社会中形式亦不同，各个社会鼓励不同的策略，助长不同方式的内心冲突，但对抗、疏离和迎合他人的转移似乎是人类天性的一部分，而不是文化的产物。行为学研究者应把它们作为动物王国简单防卫机制，即争斗、逃跑、投降的复杂人类版本来认识。防卫的起源来自本能，这或许也是霍尔奈理论能应用于多种文化背景的原因之一吧。

我个人很大程度是通过作为一个文学教师和评论家的工作体会到霍氏理论的广泛应用性的。我有许多来自不同国家，不同背景的学生，他们证实霍氏理论适用于他们本人、他们族群的其余成员，以及他们文化、文学的诸多方面。在教学与写作中，我不仅用霍尔奈理论分析英美文学主要阶段的作品与作家——包括乔叟、莎士比亚、弥尔顿和一大批小说家——而且分析了古希腊、古罗马、法国、俄国、德国、西班牙和挪威、瑞典几个世纪以来的文学。有些学者运用她的理论研究中国、日本和印度文学。

霍尔奈理论的广度与深度还体现于它在传记作品中的实用性。现已有对罗伯特·弗罗斯特、查尔斯·伊万斯·休斯、肯尼迪家族、斯大林、伍德鲁·威尔逊、吉米·卡特、菲力克斯·法兰克福特和林登·约翰逊的霍尔奈式研究，更多的公众人物和作家也可通过霍氏的方法得到分析。

许多作家应用霍尔奈理论分析美国文化。从《富足的人们——经济富裕与美国性格》(1954)一书中可以看出，霍氏对美

国文化中的竞争性所致的性格特征、内心冲突和恶性循环的分析使戴维·M·波特深受影响。波特将霍尔奈的看法与自己对富足的后果的担忧联系起来,指出日益增加的财富“意味着竞争中有更多的奖赏”,更多的奖赏又意味着若有竞争效能,可获更多回报。因此进取精神水涨船高。而这种进取精神却南辕北辙,滋生内心冲突。我们用安全感去换取机会,随后体验到缺乏安全感引起的焦虑。我们被驱使着以变得神经质为代价去加入竞争,“因为社会本身认为回报不可拒绝,所以它注定要迫使每一个人为之奋斗。”

在《富足中的贫瘠:美国生活方式的心理学描述》(1989)中,保罗·华齐塔尔也称美国人追求不断增加的财富的方式里“有一些强迫性的、不合理的、自拆台脚的东西”。尽管华齐塔尔并未说过所有人都神经质地积极进取,他仍感到霍尔奈的转移——对抗倾向描述抓住了最能刻划美国公众生活和经济体系运作特征的行为方式中一些极为重要的东西:“作为一个国家我们因自己强、大、成功而骄傲,我们以同样的标准评价英雄。”美国人鼓吹竞争远胜过相互支持,为征服于统治“自然与环境”而“奋斗不懈”。这个国家害怕被当作“可怜的、无助的巨人”,为避免这一可能产生的形象,它会采取不理智的敌对行为。美国人受困于恶性循环,为获得安全感急切地依赖“商品的生产与积累”,他们无视这将让他们感到更不安全的现实,继续如此干下去。

波特从《当代的神经质人格》里汲取养分,华齐塔尔则消化吸收了《我们的内心冲突》。1982年,《美国心理学分析杂志》发表詹姆斯·霍夫曼的《美国文化的心理学批判》,文中用到霍尔奈的整个成熟理论。波特把重点放在富足上,霍夫曼则强调影响美国人行为的威胁感和自卑感。当这个国家还年轻时,已经站



稳脚跟的欧洲势力认为它在文化方面和社会方面都是低劣的；而在它的扩展中，边疆生活险象环生。在城市，有达尔文主义的环境，那些通常在故乡贫穷且受压迫的新移民既被他们的新同胞歧视，又被视作一种威胁。

以上压力产生补偿性的防御，结果，美国历史的大部分显示出对荣誉的追寻和“美国性格的理想化形象。美国人开始相信合众国将成为地球上最伟大的国家，随即它就已经是最伟大的国家，而且也许它永远都是”。美国历史上的每个时期都用其特有的方式“调整、渲染美国优势的神话”。由于美国人自以为十分重要，“他们对其他国家提出极度夸张的要求，要求别人服从他们的意愿，作任何决定前先与他们商量，把他们当作统治者和整个世界的调停者”。与波特和华齐塔尔一样，霍夫曼发现“进取的竞争”比合作更能标志美国经济生活。美国人喜欢好斗的领导者，赞美依靠个人奋斗获得成功的人。当然，美国文化中也有与进取精神相矛盾的其他倾向。

现在也有了对伊丽莎白和维多利亚时代文化多方面的霍尔奈式分析。我相信霍氏的方法对任何社会进行研究都将是富有成效的。

霍尔奈把神经症描绘为个人的宗教。她甚少提及有组织的宗教，但她的理论却可以用来分析宗教，因为大多数宗教包含对荣耀的追寻，及与之相伴的“必须”、要求、自尊和自我憎恨。宗教提供与命运的交易，交易中某些特定的信仰、行为、姿态、仪式和品质特征将受回报。《旧约全书》的很大部分颂扬完美主义的交易，交易中人们在连珠炮式的威胁和许诺下被迫遵守一整套复杂的仪式与指令。《新约全书》中，占主导地位的交易有所改变。顺从的态度取代了对法规的遵守，宽容、忠诚、谦恭将得到

回报。大多数宗教要求追随者们符合理想化的形象(这一形象因宗教不同而不同),许诺他们若成功便有荣誉,同时威胁他们如果做不到要受惩罚。由于失败常常被认为不可避免,有时甚至会有潜在的抵御失败的防卫。

用霍尔奈的方法分析宗教可以促进我们理解不同的教义和仪式所代表的心理需求与防御,从而使它们更具人道意义。她的方法帮助我们了解宗教做了一些什么,以及人的信仰受到威胁时的巨大痛苦。随着宗教式微,许多现代人丧失了原先公众具有的错觉体系,他们必须形成几乎没有双向检测的个人的神经质解决方法。虽然大部分宗教都基于一宗神奇的交易,但它们之间有重大区别。有些宗教鼓励心理健康,有些却起抑制作用。上帝可以被想象成充满爱心的家长,也可以被想象成一个神经症患者,要求我们将真实的自我献上他荣誉的祭坛。

哲学体系也表述了人类的需求与防卫,因此同样是精神分析的合适对象。例如,从霍尔奈的视角研究叔本华、克尔恺郭尔、尼采等哲学家就很有意思。叔本华看来被疏离倾向主导,克尔恺郭尔是自我谦避的,而尼采充满进攻性。我们能够看到在天才的苦心研究下每一种防卫有了怎样的成果。理解哲学体系的心理学取向不仅可以使我们看到它的来源,而且能让我们领会它的影响力、号召力的本质。有时还可以解释哲学体系中的前后不一之处,因为这可能表达了哲学家的内心冲突。

在以上粗浅评论中,我仅能泛泛地介绍霍氏理论的广度和深度。她的成熟理论,尤其是《神经症与人的成长》一书,不仅对人格理论和精神治疗临床实践,而且对文学、传统和文化的研究作出了重大贡献。玛丽亚·威斯特科特应用霍尔奈的理论,在《卡伦·霍尔奈的女性主义遗产》(1986)和《女性关联与理想化的

自我》(美国心理分析杂志,1989)中对性别问题进行了探讨。霍尔奈理论的力量照亮了以上这些领域,而另外一些领域如政治心理学、宗教和哲学也已经开始被研究、探索。

**伯纳德·J·派里斯 博士**

**佛罗里达大学英语教授**

**国际卡伦·霍尔奈协会主任**

(AR06/11)

215

## 内容提要

本书是精神分析学家卡伦·霍尔奈阐述神经症理论的经典之作。书中探讨了不同性格倾向的人为解决其基本的内心焦虑与冲突而采取的不同防御策略，如用顺从的方法迎合他人，以攻击的方式对抗他人，或变得超脱而远离人群。作者指出正是这些试图解决冲突的错误尝试加剧了内心冲突的困境，并使人们在神经症的道路上越陷越深，最终使人深感恐惧、绝望，或转而在其施虐对象身上寻求慰藉。作者认为神经症患者的内心冲突只有通过改变那些使冲突产生的条件来解决，而精神分析的目的即是帮助患者恢复自信、激发潜能，最终成为一个健全的人。

当代精神分析经典译丛

后现代精神分析

(美) 诺曼·霍兰德著 潘国庆译

神经症与人的成长

(美) 卡伦·霍尔奈著 张承谟 贾海虹译  
与命运的交易

(美) 伯纳德·派里斯著 叶兴国译

一位精神分析家的自我探索

(美) 伯纳德·派里斯著 方永德等译  
我们的内心冲突

(美) 卡伦·霍尔奈著 王铁梅等译

精神分析新法

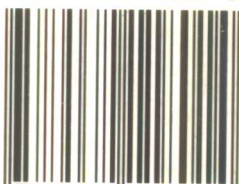
(美) 卡伦·霍尔奈著 雷春林 潘峰译

我们的内心冲突

Our Inner Conflicts



ISBN 7-5321-1801-0



9 787532 118014 >

B84-  
1024

# 目 录

|            |   |
|------------|---|
| 中文版前言..... | 1 |
| 前言.....    | 1 |
| 序.....     | 1 |

## 第一部 神经质冲突和解决尝试

|                   |    |
|-------------------|----|
| 第一章 强烈的神经质冲突..... | 3  |
| 第二章 基本冲突 .....    | 11 |
| 第三章 趋众 .....      | 22 |
| 第四章 逆众 .....      | 34 |
| 第五章 离众 .....      | 42 |
| 第六章 理想化形象 .....   | 60 |
| 第七章 外表化 .....     | 74 |
| 第八章 伪和谐的辅助法 ..... | 86 |

## 第二部 未解决冲突的结果

|                |     |
|----------------|-----|
| 第九章 恐惧 .....   | 97  |
| 第十章 人格丧失 ..... | 106 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 第十一章 无望 .....     | 126 |
| 第十二章 施虐倾向 .....   | 135 |
| 结论 神经质冲突的解除 ..... | 155 |



## 第 一 部

### 神经质冲突和解决尝试



## 第一章

### 强烈的神经质冲突

我以下面这段话作开场白：并不是只有神经症患者才有心理冲突。在某个时期我们的愿望、兴趣乃至信念总会与周围的其他人发生冲突。正因如此，我们与所处环境之间的冲突是一件平常的事，所以，我们自身内在的冲突本身就是人类生活的一个组成部分。

动物的活动很大程度上取决于本能。它们的交配、抚雏、觅食、防御或多或少都具有规定性而并不只是个体的决定。相反，人能够进行选择，也须做出决定，这既是人的特权，同时也形成了负担，因为我们往往不得不在相互矛盾的愿望之间进行抉择。例如，我们也许既想独处又想与友人做伴；也许既想学医又想学习音乐。或者可能在愿望与义务之间存在抵触：有人陷入困境需要我们伸出援手，而与此同时我们正想与情人共度良宵。这样我们也许就会无所适从。当我们既想与他人保持一致却又觉得必须向他们表达反对意见时，当我们相信在战时承担一项危险的任务是一种光荣同时却又要顾及自己对家庭的责任而不能去冒风险时，我们最终就可能陷入到冲突之中，面临两个不同的价值取向。

冲突的种类、范围以及强度很大程度上取决于我们所生活的文化背景。如果文化背景是稳定的,风俗习惯是固定的,个人选择的变化就是有限的,可能产生的个人的冲突范围也是较少的,但尽管这样,冲突依然存在。一种忠诚可能妨碍另一种忠诚;个人愿望可能与集体的一致不相容。如果文化处于迅速变化的阶段,极端对立的价值观与背道而驰的生活方式比肩而立,个人所需做出的选择就复杂多样,困难重重了。他既可以遵从社会的期望又可能成为一个持异议的个人主义者;可能很爱交际或像个隐士;可能崇拜成功者或鄙视他们;可能认为严格的纪律对儿童的成长有好处或允许他们自由自在地成长;可能认为男女应遵循不同的道德准则或认为男女平等;可能认为性关系是人类一种亲密的表示或认为性与爱是两码事;可能鼓吹种族歧视或认为人的价值与肤色或鼻子的形状无关,诸如此类。

无疑类似上面所述的此类选择是人们经常要面临的,因而可以想象冲突是无处不在的。但严重的是大多数人并没有意识到这点,并经常含糊地去对待。更常见的是他们随波逐流并被偶发事件所左右。他们不清楚自己所处的立场,做出了妥协、陷入矛盾漩涡而毫不知觉。我这里所提及的正常人,既不是很普通也不是很理想化,只是非神经质而已。

这样,必须建立起认识矛盾事物的前提并在此基础上做出决定。前提有四重。必须清楚我们的愿望究竟是什么,或更重要的是我们的感觉究竟如何。我们是真的喜欢某人还是仅仅因为我们觉得应该喜欢他?双亲去世了我们是真的很悲伤还是仅仅装装样子?我们真的希望成为一名律师、医生还是仅仅因为这是一份令人尊敬并获利颇丰的职业?我们真的希望自己的孩子快乐和独立还是仅仅停留在口头上?大多数人会发现这些简

单的问题并不那么好回答,这就是说,我们并不知晓自己真正的感觉和意愿。

由于冲突常与观念的坚持、信仰或道德标准等有关,因此,我们必须首先具备了自己的价值观,才可以认识那些冲突。那种仅仅是一种流行而并不是我们所信奉的观念是不会导致冲突的产生,也不能作为我们进行判断的指导原则的。如果我们简单地接受环境中所盛行的价值观念,那些对我们影响最大的冲突就不会产生了。例如,如果儿子从不怀疑其头脑简单的父亲的才智,那么当父亲希望他从事某个他自己并不太喜欢的职业时,冲突就不大会产生。一个已婚男子爱上了别的女人确可说是陷入了冲突之中,但如果他本人并未对婚姻的内涵有深刻的认识,那么他就会索性避开阻力而不去面对冲突,作出决定。

即使我们对这样一种冲突有所认识,我们也必须并能够对相互对立的争端做出取舍,但能够清楚地并理智地做出抉择不容易,因为我们的情感和信念也常是混沌的。也许,说到底,大多数人都没有足够的安全和幸福感,所以无法做出取舍。

最后,做出抉择要以有承担相应责任的意愿和能力作前提,这包括抉择错误的风险及愿承担后果而不推卸责任。应认识到:“这是我自己的选择,是我自己所为。”这要求有比目前大多数人更大的内在力量和独立性。

由于我们中间的如此多的人都被这种令人窒息的冲突所扼制——不管如何否认——我们总是嫉妒羡慕那些似乎生活得一帆风顺,丝毫没有被这股湍流侵扰的人,这当然可以理解。这些人可能有比较强健的人格,有自己的价值观,或掌握了如何达到宁静致远的心态的方法从而使冲突和抉择的难题在其人生中丧失了毁灭性的力量。但是外部表现往往具有欺骗性。更常见的

是,由于漠然、盲从或机会主义的原因,我们所嫉妒的这些人并不能正视某个冲突或在其自身信念的基础上去努力加以解决,而仅仅是随波逐流或为眼前利益所影响。

明知冲突可能会带来苦恼而有意识地去体验可能会带给你一笔无法估价的财富。我们越是能正视自身面临的冲突并努力寻求自己的解决办法,我们所获得的内心的自由和力量就越大。只有当我们愿意承受其压力我们才能臻于掌握自己的理想状态。内心的迟钝产生的虚假的安宁一点也不值得羡慕,它只会使我们虚弱并极易为各种外界因素所摆布。

当冲突集中于人生重大的问题,正视并解决它们就更加困难了,但假如我们的人生充满活力,我们没有理由做不到这点。教育可以在很大程度上帮助我们更清醒地认识自己并发展自己的信念,对选择所涉及的各种因素意义的认识将帮我们树立奋斗的理想及人生的方向。<sup>①</sup>

当一个人是神经质的人时,那种在认识和解决冲突上始终固有的困难就会无边无际地扩大了。神经症,应该说只不过是程度问题——也即每当我提到“一个神经症患者”,那总是指“一个到了病态程度的人”。对他而言,对感情和愿望的意识处在一个低潮,其有意识并清醒地体验的情感通常是其心理脆弱部分受到冲击时产生的恐惧与愤怒的反应,即使这些情感可能被抑制了。这些确实存在的思想观念被强制性的规范如此深地渗透以至于它们已丧失了指引方向的作用。在这些具强制力的倾向的支配下,抉择取舍的本领表现得软弱无力,承担责任的能

---

① 对那些仅仅因为环境的压力而受压抑的正常人,读读哈瑞·爱默生·福斯迪克的《论做一个真正的人》,也许会获益匪浅

力也几乎丧失殆尽。<sup>①</sup>

神经质冲突所涉及的普遍问题也同样困扰着正常人。但类型上差别很大,以致于有人提出是否可用同样的词汇加以表述。我认为可以,只是我们必须意识到其间的区别,即:神经质冲突的特征是什么?

以下面一个有些简单的例子加以说明:一个与他人合作进行机械研究的工程师常为不时的疲劳和烦躁所困扰,其中一次是由下述事件引发的。在有关某技术问题的讨论中他的意见不像其同事那样得到赞同,其后不久在他不在时别人做了一个决策,随后也没给他任何机会发表看法。他本应认为这个过程是不公正的因而开展一场斗争,或者也可以欣然接受大多数人的意见,其中任何一种反应都应是合乎情理的。可他却不然,虽然他深感被轻视,却没有进行反击,他只是清楚地意识到自己很恼火,他胸中沸腾的怒火只发泄在梦中。这种压抑的愤怒——一种对他人的愤怒与对自己软弱行为的痛恨的混合——是其身心疲惫的主要原因。

很多因素导致他不能合乎逻辑地做出反应。他已树立了一个高大的自我形象,而此形象需要他人的尊崇来加以维持。当然,这完全是下意识的:他简单地按这样一个前提行事,即在他所从事的领域里没有人能及得上他,任何轻蔑的表示都会危及此点从而激起其愤怒。此外,他有一种无意识的训斥和羞辱他人的施虐冲动——这种心理状态让他如此讨厌以致于他只好用过分的友好来加以掩饰。同时一种无意识的驱使别人的动机使其迫切需要得到别人的欢心,一种不可抗拒的对赞同的需求,结

---

<sup>①</sup> 参看第十章,“人格丧失”。

合一种通常由顺从、迁就以及回避争执等组成的心理状态使得他对别人的依赖变得更强。由此,介于两种心理状态之间的冲突就会产生,一方面是破坏性的进攻——被引发的怒火和施虐狂式的冲动,另一方面,对赞同及友情的需求,按他自己的眼光要表现得端正和通达。其结果就是不知不觉发生的内心的激变,而其外在表现则是疲惫不堪,他的整个行为能力皆陷入瘫痪。

观察与冲突有关的各种因素,首先得到的印象是它们之间绝对的不相容。确实很难想象有比这更极端对立的事:既傲气十足地要求他人俯首帖耳,又低三下四地讨好他人。其次,整个冲突始终是无意识的,其间起作用的相互对立的倾向并不为人觉察而是受到了深深抑制。内部汹涌的浪潮只有几许轻微的气泡浮上表面。情感因素得到了合理的说明:这是不公正的,是一种轻视,我的意见会更好。第三,两种发展倾向都具有强制性。即使他对自己过度的需求有些理性的认识,或对自己的依赖性的存在和性质有一些感觉,他也不可能自觉自愿地改变它们。要想改变这些因素,需进行大量的分析工作。他被任一方面的强制性力量所驱使,而这是他自己无法控制的:他根本无法放弃任何由其强烈的内在需求所产生的外在需求,而这些需求并不能代表他自己内心真正的欲望。他可能既不愿驱使别人也不愿顺从别人。事实上,他鄙视这些倾向。不管怎么样,上述说明对认识神经质的冲突有着深远的意义,它意味着没有一个决定是行得通的。

再举一例,我们可以看到一幅类似的画面。一位自由撰稿人偷了朋友的一小笔钱,可当时他并无理由这样做。他需要这笔钱,可在过去当他陷入困境时他的朋友总是乐于帮助他。他采取偷窃行为只是为给人留下他是个特别重视友谊的正派人的



印象。

下面的冲突说明了其原因。此人对情感有明显的神经质需求,特别渴望在一切现实生活中得到关照。这种渴望由于同时伴随一种无意识的驱使他人的冲动而被减轻,其方法是试图在威吓他人的同时又得到别人的喜爱。这些倾向本身会使他愿意并渴望得到帮助和支持,但他也无意地滋生出一种极端的傲气,而这实际上是一种不堪一击的自大。他认为其他人应能为其效劳而感到荣幸;对他来说寻求帮助是件丢脸的事,他讨厌不得不提出请求,这种情绪又被一种强烈的自立和自负的渴望所加强,这使得其对承认自己需要某些东西或被置于某种被施恩的地位不能容忍,所以他可以取,而不能受。

这一冲突的内容与第一例不同,但其基本特征是一致的。而且,任何神经质冲突的事例都显示出冲突驱动力之间存在着类似的排斥性,都表明其无意识和强迫性的特性,这总是导致患者在矛盾着的问题上犹豫不决。

考虑到普通的冲突与神经质冲突之间界限模糊,其间的区别基本体现为:引起冲突的问题之间的对立对正常人来说要比神经症患者小得多。正常人面临的选择是介于两种行为方式之间,其中任何一种在相对完整的人格构架之内都是可行的。说得形象一点,其引起冲突的心理倾向交错的夹角为  $90^\circ$  或更小,而相应的,神经症患者的心理倾向夹角则可能为  $180^\circ$ 。

在意识方面也有程度的不同。正如克尔恺郭尔<sup>①</sup>所指出的:“现实生活是如此丰富多彩以至于仅靠展示这样一些理论上

---

<sup>①</sup> 索伦·克尔恺郭尔《不治之症》,普林斯顿大学出版社,1941年版。

的对比现象,例如完全无意识和完全有意识的绝望心理状态,是根本无法对其进行描述的。”但不管怎样,关于这点我们可进一步阐述:正常的冲突可能是完全有意识的;神经质的冲突则从其基本内涵来说总是完全无意识的。即使一个正常人并未意识到他的心理冲突,借助较少的帮助他就可以认识到,而导致神经质冲突的基本倾向处在深深的抑制之中,对其进行揭露只会遭遇极大的阻力。

正常的冲突涉及在两种可能性之间的实际选择,两种选择都是合乎需要的,或只是在信心上有差别,他对两者确都重视,所以对他而言,即使比较困难,找到一个可行的抉择是可能的,同时也需要某种程度上的放弃。而陷入冲突的神经症患者却不能自由地选择。他同时为具有同样强制作用但趋势不同的力量所驱使,其中任何一种倾向他都不愿追随,因此通常意义上的抉择他无法做出,就像搁浅的船只,无法摆脱困境。这种冲突只能通过研究其所含的神经质的倾向来加以解决,通过改变他与自身及他人的关系来消除所有这些心理倾向。

上述特征说明了神经质冲突深重的原因,它们不仅难以被认识,使陷入神经质冲突的人变得无助,而且这些特征还具有一种让人有充分理由感到害怕的破坏性的力量。除非我们了解这些特征并铭记在心中,否则我们就不能理解为何神经症患者需拼命努力去解决<sup>①</sup> 他们的问题,而这也构成了神经症的主要内容。

---

① 我将通篇使用“解决”(solve)这个词来表达神经症患者消除其内心冲突的努力。因为他无意识地否认这些冲突的存在,严格地说,他并不试图“消除”(resolve)它们,其无意识的努力只是去“解决”(solving)他的问题。

## 第 二 章

### 基 本 冲 突

冲突在神经症中扮演的角色要比通常想象的重要得多。然而要验证这点却决非易事——部分原因在于这些冲突基本上都不为人所觉察,更主要的是因为神经症患者总要千方百计否认其存在。那么,有什么征象可以证明存在潜伏的冲突呢?前一章所举的例子中冲突的存在是通过两个都很明显的现象揭示出来的。其一是其导致的症状——第一例中的疲惫感,第二例中的偷窃行为。事实上,每个神经症的症状都指向一个潜在的冲突,也即,每个症状都或多或少地是某个冲突的直接结果。我们会逐渐看到未消解的冲突将对人们产生什么影响,它们是如何产生焦虑、消沉、优柔寡断、迟钝、超然等等情况。这里对诱因关系的认识有助于我们把注意力从明显的心态纷乱的表象转移到其产生根源上——虽然这些根源的确切性质尚不能被揭示

揭示正在活动中的冲突的另一个征象是前后矛盾的行为。在第一例中一个确信工作程序有误且遭受了不公正待遇的人却没有进行任何的反抗;第二例中,一个非常注重友谊的人却去偷朋友的钱。有时患者自己也会意识到其行为的前后矛盾,但更常见的是,即使一个未经任何训练的观察者也会明显看出这种

前后矛盾，而患者却对此视而不见。

前后矛盾的行为揭示了内心冲突的存在，正如体温的上升显示出身体的不适一样。举一些常见的例子：一个姑娘很想结婚，然而当有男人向她求爱时她却又畏缩不前；一位深爱子女的母亲也会经常忘记他们的生日；一位对朋友慷慨大方的人对自己却很小气；另一个喜欢独处的人却从不愿身处孤独；一个对大多数人很宽容体谅的人却对自己过分苛刻要求甚高。

与表现出的症状不同，自相矛盾的行为常可使我们对潜伏的冲突性质作尝试性的假定。例如，明显的消沉心态只是揭示了某人陷入了两难窘境的事实，但如果一个显然深爱其子女的母亲忘记了孩子的生日，我们也许会认为她更热衷于做一个好母亲的理想而不是其子女本身。我们也许还会接受这样的可能性，即她既有做个好母亲的理想，也有无意识的挫伤孩子的施虐倾向——两者相互抵触。

有时，一个内心冲突会浮到表面——即其本身被有意识地体验。这似乎与我的神经质冲突是无意识的观念相矛盾，但这实际上是对真正的冲突的曲解或更改。如此，当一个人发现他面临必须做出重大抉择的局面时，尽管他有逃避的技巧并良好地进行了发挥，他还是可能会被这个意识到的冲突所撕裂。他决定不了现在是否该娶这个女人或那个女人或是否该结婚；是从事这项工作还是那项工作；是维持还是解散合伙关系。随之他将忍受这种巨大的苦恼，在正反之间徘徊，却作不出任何决定。他也许会求助于分析医生，希望能帮他解开心中的结，而他必然会感到失望，因为当前的问题只是爆炸性的内心冲突最后的爆发点而已，困扰他的一些特别的问题在没有经过一段漫长而曲折的过程从而认识隐藏其间的冲突的本质以前是不可能得

到解决的。

在另一则例子中,这种内在的冲突可以被具体化并为人们所觉察,作为介于其自身与环境中的一种矛盾,或者当发现似乎隐藏着的恐惧和压抑感正侵扰他的愿望,他也许会意识到正有一股逆流从其内心深处涌出。

对人类了解越多,我们就越是能够认识导致神经症症状、自相矛盾的行为以及表层冲突的诱发因素。但是,必须指出的是,这也会使事情变得更加复杂,因为矛盾的数量和变化也越来越复杂。所以我们不禁要问:在所有这些特别的冲突下面是否潜藏着一个基本的冲突,是它导致了所有这些冲突的产生?我们可以用语言来描述其结构,比如说,一次充满矛盾的婚礼,充斥着明显与主题无关的有关朋友、孩子、费用、吃饭时间、佣人的矛盾和争吵,这一切是否都显示出相互关系上某种根本性的不和谐?

认为在人性中存在基本的冲突是一种古老的观念,并在各种宗教和哲学中占据着重要的地位。光明与黑暗、上帝与魔鬼、善与恶的力量对峙都是其不同的表达方式。在现代心理学中,弗洛伊德如同他在其他方面一样在此领域做出了开创性的工作。他的第一个假定认为基本冲突是介于我们本能的冲动,即盲目地追求欲望的满足与约束性的环境——家庭以及社会之间的冲突。这种具约束性的环境在幼年时期被内在化并从那时起表现为具约束性的超我。

这一具如此重大意义的概念在此被讨论是不太合适的,因为这要求对所有反对性欲理论的争论重新作一番阐述。我们还不如撇开弗洛伊德的理论前提,去理解这一概念的本身含义。保留下来的部分即主张介于原始的以自我为中心的本能要求与

我们具有约束性的良心之间的对立就是我们千变万化的内在冲突的基本源泉。正如随后可看到的,我也同意这种观点——或者说从我的思想来看可大致与其相当——它在神经症的结构中占据着一个重要的地位。我有不同看法的是其基本性质,我认为这虽然是一个重要的冲突,但却是相对次要的且产生于神经症发展过程中所产生的需求。

我的观念就是如此,我并不认为每一个介于欲望与恐惧之间的冲突能说明一个神经症患者精神分裂的程度以及其后果如此有害以致真能摧毁一个人的人生。弗洛伊德所主张的精神状态暗示神经症患者拥有全身心去追求某一目标的能力,只是因为恐惧心理的阻碍才使其难以成功。而正如我所看到的,冲突的根源在于神经症患者丧失了全身心追求目标的能力,因为其强烈的欲望被肢解了,也即走向了事物的反面,<sup>①</sup>这就形成了一幅比弗洛伊德所描述的更为严重的情景。

虽然我所认为的基本冲突比弗洛伊德的更具破坏性,我对最终解决这种冲突的可能性的认识却比他更具建设性。根据他的观点,基本的冲突是普遍存在且原则上解决不了的,所以能做的只是寻求一定的调整或将其置于一定的控制之下。根据我的观点,基本的神经质的冲突首先并不一定会产生,在产生后也是有可能加以解决的——假如患者愿意付出巨大的努力并承受其间的艰辛。两者的差别不在于乐观还是悲观,而是由前提的不同导致的必然结果。

弗洛伊德后期对基本冲突的解释在哲学上是颇有吸引力

---

① 参看弗朗兹·亚历山大的《结构性与本能性冲突的关系》,《精神分析季刊》,第十一卷,第二期,1933年4月。

的。如果不考虑他的思想路线的复杂内涵,其有关“生命”和“死亡”本能的理论归结起来就是一个介于人类建设性和破坏性的力量之间的冲突。弗洛伊德本人的兴趣也更在于这两股力量被消减的方式而不是利用它们来说明冲突。例如,他看到了解释作为性本能和破坏性本能的融合的受虐狂和施虐狂冲动的可能性。

要运用上述思想来研究冲突需要引入道德标准,而弗洛伊德认为道德标准是科学领域的非法闯入者。与其观点相对应,他努力发展一种不包容道德标准的心理学体系。我相信这种追求自然科学意义上的“科学性”的努力却更说明了为何弗洛伊德以此为基础的理论 and 疗法被局限在一个过于狭窄的范围,更明确地说,这种努力造成他不能正确认识冲突在神经症中的作用,虽然他在此领域做了大量的工作。

荣格也对人类的对抗性倾向倾注了巨大的热情。事实上,他深感矛盾对个人的影响,以致于他认为有一条普遍法则,即任何一种因素的存在都必然揭示了其对立因素亦同时存在。外表的柔弱反映了内心的刚毅;表面上的外向性反映隐匿的内向;外在的思维和推理的优势反映了内在感知上的优势,等等。与此相应,荣格似乎认为冲突是神经症的根本特点。然而,他接着又说这些对立面并不是互不相容而是互相补充的——目的是接纳对方并因此达到完全的理想状态。他认为神经症患者是陷入单向发展的人,荣格用他所说的互补法则全面论述了这一思想。现在我也认识到对抗性倾向包含有一个完整的人格所不能或缺的互补因素,但在我看来,它们只是神经质冲突的派生物,且由于代表了解决冲突的努力而依附得如此紧密。例如,如果我们把一种内省的、孤独的、更多地与自己而不是他人的感情、思想

或想象有关的倾向视为一种真正的心理倾向的话——其结构上是由经验构建并被强化——那么,荣格的理论可谓正确。有效的治疗方法应是向患者展示其隐藏的“外向性”的心理倾向,指出只顺从单一方向的危险性,并鼓励他将两种倾向兼收并蓄,融入自己的生活。然而,如果我们把内向性(我更愿称之为神经质的超然)当作一种回避与他人有紧密联系的冲突的一种方法,我们的任务就不是鼓励更多的外向性,而是要分析潜在冲突,只有在这些问题得到解决以后才能实现人格的完整。

继续阐述我的观点。我在对他人的根本性的矛盾的心理状态中发现了神经症患者的基本的冲突。在深入细节以前,让我们看看杰克尔博士和海德先生在其小说中对这样一种矛盾的戏剧性描写。书中的主人公一方面脆弱、敏感、富有同情心、乐于助人,而另一方面却又表现得粗暴、无情、自高自大。当然,我并不要说这种神经质分裂总是表现出如小说中所描述的那样,而仅仅是想指出作者生动地表现了患者在对待他人的态度上所暴露出的根本的矛盾性质。

要想从根本上探讨这个问题,我们必须回顾我所说的基本焦虑<sup>①</sup>,这意指一个孩子在一个充满潜在敌意的世界里所抱有的一种孤独和无助的感觉。环境中一系列不利因素都可能使他产生不安全感:别人对他直接或间接的支配、漠不关心、乖僻的行为,对其个人需要缺乏尊重,对其行为缺乏引导,轻视的态度、过度的褒扬或正相反,缺乏真诚的温暖呵护,在父母发生争吵时被要求表明态度,被赋予过多或过少的责任,在与其他孩子的交往中防范心过重或被其他孩子孤立、受委屈、遭歧视,诺言的违

---

① 卡伦·霍尔奈《当代的神经质人格》, W. W. 诺顿出版社, 1937 年。



背、充满敌意的氛围,等等等等。

我在此唯一想给以特别关注的是孩子认为环境中充斥着虚伪:父母的爱、他们的慈善活动、诚实、慷慨等等可能只是虚伪。应该说,父母的行为确有虚伪的成分,但另外一些可能只是他对父母行为中出现的矛盾的感觉。然而上述因素往往交织在一起,它们可能一览无遗也可能十分隐蔽,所以在分析中人们只能逐步地认识到其对孩子成长的影响。

在这些令人烦恼的事情的包围中,孩子探索着自己前进的道路,应付着这个危险的世界。尽管他柔弱而恐惧,他还是无意识地调整着自己的行为策略来适应在环境中起作用的一些特殊力量。如此,他不仅形成了一些特别的行为策略,而且形成了持久的性格倾向,这成为其人格的一部分,我称其为“神经质倾向”。

如果我们想知道冲突是如何形成的,我们就不能把目光过于集中在个别的倾向上,而应全面地审视在此情势下儿童能够且确实遵循的主要方向。我们现在虽然暂时把注意力从细节上移开,但将更清晰地了解儿童应付周边环境的主要手段。起初这幅画面相当混沌模糊,但不久抓住三条主线它就具体化了:儿童可能趋众,逆众或离众。

当表现为趋众时,说明他承认自己无能,尽管他也疏远自我,心存恐惧,他依然要努力赢取别人的感情,并依靠上他们,只有和他们在一起他才感到安全。如果其家中成员存在意见相左的情况,他将依附于其中最有力的人或群体。通过遵从他们,他获得了归属感,并感受到支持,从而不再感到那么软弱和孤立。

当他表现为逆众时,他坦然承受周围的敌意,并有意识或无

意识地决心要抗争。他绝对不信任别人对他的感情和意图,并以各种可能的方式进行对抗。他想成为击败他人的更有力的强者,这部分出于自身的防御需要,部分则是对他人的报复。

当他表现为离众时,他既不想归属谁也不想与他人抗争,而是与别人保持距离。他觉得与他人没有多少共同语言,别人都不理解他。于是他建立了一个属于自己的天地,其间包含着大自然、玩具、书以及梦想。

在上述每一种人生态度中,都有某种与基本焦虑有关的因素被过分强调了:第一种是无助感,第二种是敌对感,第三种是孤立感。但实际上儿童并不能全身心地去按某一种人生倾向行事,因为在其人生倾向发展的环境中,所有上述这些密切关联的因素都是同时存在的,我们进行全方位审视后发现的只不过是其间最突出的罢了。

如果我们现在进一步研究充分发展的神经症,以上所述就是明显的了。我们都了解那些成年人,他们身上明显地带有我们粗略描述过的三种心态中的一种,但我们也能发现,他的其他人生倾向也在发挥作用。在一个具显著依赖性和顺从型的人身上我们能观察到进攻型性格倾向以及对超然的某些需求。一个具有明显敌意的人也会有顺从的性格倾向和独处的需求;而一种超然的个性也会有敌意或对感情的渴望。

然而,还是占主导地位的心态最大程度地决定实际行为,它代表了某个特定的人物最自然的对待他人的方法和手段。这样,一个超然的人理所当然会运用各种无意识的技巧与他人保持一段安全的距离,因为他在任何需要密切合作的时候都会感到不知所措。此外,占主导地位的心态经常但并不总是最易为患者有意识的心理所接受。

这并不意味着那些相对次要的心理状态就不强烈了。例如,通常很难说是否一个具明显依赖性、温顺的人统治他人的欲望要弱于他对感情的需求,只是其挑衅的冲动表现方式更迂回罢了。在许多例子中,这些被掩盖的心理倾向的效力可能会很大,而占据主导地位的心理状态被颠倒了,在儿童身上我们可以看到这种主次的颠倒,而在成人身上此类现象也不鲜见。英国作家毛姆的小说《月亮和六便士》中的人物斯特雷克兰就是一个生动的写照。妇女的病历也经常显示这种变化。一个以前像野小子、野心勃勃、叛逆的姑娘在陷入爱河之后却变得温顺、依赖,明显没有了雄心壮志。或者,在遭受不幸经历的重压下,一个超然的人会变成病态的依赖者。

应该补充的是,这样一些变化使得一些常见的问题变得更加清晰了,即是否后天的经历毫无价值?我们是否曾经并一直为孩子时代的境遇所指引和决定?从冲突的观点看待神经症的发展过程使我们能给出比通常更贴切的答案。有如下一些可能:如果早期的境遇不是太压抑儿童的自然成长,后天尤其是青春期的经历会对其个性起到定形的作用。然而,如果早期境遇的影响很大,足以把孩童塑造成一个死板僵硬的类型,那么任何新的人生经历都不能消除这种影响。部分原因在于其所受的严厉管束使其不能接纳任何新的人生体验,例如,他的超然个性可能如此严重而不允许接受任何人的亲近表示,或者他的依赖性植根得如此之深以致于他被迫扮演二等角色并为人利用。部分原因在于他总是以一种固定的模式来对待任何新的人生体验,例如,一个进攻型的人面对友谊会将其视为糊涂的表现,或觉得别人试图利用他,因而新的人生体验将只会使他旧的思维模式得到加强。当一位神经症患者的确表现出不同的人生态度时,

后天的经历似乎是给其个性带来了变化,然而这种变化并不如其表现的那么重要,实际上,所发生的一切只不过是内外压力结合起来迫使他放弃那占主导地位的心理状态转而走向另一个极端——但如果没有任何冲突来开头的话,这一变化是不可能产生的。

以精神健全的正常人的观点来看,这三种心理状态没有任何理由相互排斥,每一种都应能相互屈从、相互斗争、或保持自我。这三者可以相互补充并共同支持一个和谐的整体,如果其中某一种倾向占据了主导地位,那只能说明它沿着自己的路线过度发展了。

但在神经症中,这些心理状态不可调和却是有几个理由的。神经症患者处事不灵活,他被驱使着去顺从、或抗争、或冷淡待人,而不管这种行事方式在特定的环境中是否适当。且如果他不这样做他就会陷入恐慌之中。因此,当所有这三种心理状态以任何强烈程度出现时,患者就不可避免地要陷入一个严重的冲突之中。

另一个会显著扩大冲突范围的因素是:上述心理状态并不仅局限于患者与他人的关系中,它也会逐渐扩散到整个人格,就像一个恶性肿瘤在有机组织中扩散那样。结果是:其范围已不仅涉及到人际关系而且渗透到其与自身以及整个生活关系的各个方面。如果我们不能充分认识这一无所不包的特性,我们就会情不自禁地以术语简单地说明所形成的冲突,如爱与恨,温顺与叛逆、服从与支配等等。那么就像通过审视法西斯主义与民主主义的某个相反的特征,如各自对待宗教与权力的态度的不同来区分它们一样会让人误入歧途。两者在对待宗教与权力的

态度是不相同,但以此作为区分标准你不可能认识到民主主义和法西斯主义代表的是两个完全不同的世界,分别代表了两种完全不相容的人生哲学。

始于我们与他人的关系而生的冲突迟早会影响整个人格,这一切并不是偶然的。人际关系是如此重要以致必定会造就我们成长的品质、奋斗的目标、所信仰的价值观念。所有这一切反过来又会影响我们与他人的关系,并因此纠缠在一起,相互混杂。<sup>①</sup>

我的观点就是:源于互不相容的心理状态的冲突构成了神经症的核心,因而应被称为基本的。同时我还要补充的是,我之所以用“核心”这个词并不仅仅从比喻的角度来说明其重要性,而且因为它是神经症一个活跃的起源中心。这个观点是新的神经症理论的核心,该理论的实质在以后会变得更加明显。广而言之,这一理论可以被看作是我早期观点的进一步阐述,即:神经症是人际关系紊乱的一种表现。<sup>②</sup>

---

① 因为与他人的关系与对待自己的态度是彼此分不开的,这一观点偶尔也出现在精神病学著作中。那种认为其中某一方面无论在理论还是实践中都是最重要的因素的观点是站不住脚的。

② 这一观点首先在《当代的神经质人格》一书中提出,并在《精神分析新法》和《自我分析》两书中作了进一步的阐述。

## 第 三 章

### 趋 众

仅靠展示一些人的基本冲突的活动情况来说明何谓基本冲突是不可能的。基本冲突有一种破坏性力量,因此,神经症患者就在它周围构建一个防御结构,该结构不仅将冲突掩盖了起来,而且使之埋得很深以致使它不能以纯粹的形式分离出来。其结果是,我们所看到的往往是解决冲突的各种尝试而非冲突本身。所以,仅仅一份详尽的病历不足以将所有本质内涵及其间的微妙充分显现出来,这种展示必然会显得只是详尽但非主要,而且所描绘的画面也太不清晰。

此外,上一章所作的粗略描述也需要进一步充实。要为了理解基本冲突所包含的所有内容,我们必须对相互对立的各个因素先一个一个地进行研究。如果我们先观察这样一些个体类型,在他们身上,某一因素在冲突中占主导地位,且对他而言,这一因素更能代表其自我,那么,我们的研究就比较容易成功。为简便起见,我把这些个体类型根据个性分成顺从型、进攻型及超然型三种<sup>①</sup>。在每一类

---

① “类型”这个词在这里仅仅是用来指个性很明显的那类人,我并不想在本章或随后两章中提出一个新的类型概念。提出一个新的类型概念固然好,但它必须建立在更为广泛的基础上。

型中,我们将把注意力集中在每类人更加合意的心理状态上,而尽量不考虑这一心理状态背后的种种冲突。从上述每一种人身上我们会发现,正是他们对待他人所持的基本态度产生,或至少是促使产生了人们的某些需求、特质、敏感性、压抑性、忧虑以及最后但并非最不重要的一整套各人所特有的价值观念。

这种研究方法也许会有某些不足,但它也有明显的优点。有些人的心理状态、反应、信念等比较显而易见,如先研究它们的功能和结构,就比较容易看清它们在某些病症中的综合表现情况,在这些病症中,它们都显得含混不清。此外,研究具代表性的病历有利于凸现上述三种心理状态之间内在的矛盾。我们回过头来再看一下民主对法西斯主义这个比喻:如果我们要指出民主与法西斯这两种意识形态之间的本质区别,我们是不可能通过研究一个只具有某种民主理想却又在私下里倾向使用法西斯手段的人来进行的。我们不妨首先尝试从国家社会主义的著作和行为中认识法西斯思想,然后将其与最具代表性的民主生活方式进行比较,这将使我们对这两种信仰的差异有个清晰的印象,并因此而有助于我们认识那些试图调和这两者的人和团体。

第一类,即顺从型的人表现出“趋众”的所有特征。这种人特别需要感情和认同,尤其是“伙伴”,也即朋友、情人、丈夫或妻子,“这个伙伴将使他实现其一生的愿望,并对善恶承担责任,成功地使他达到这些目标是其首要的任务。”<sup>①</sup> 这些需求与所有神经质的倾向有着共同的特征,也即都是强迫性的,无选择的,而当受到挫折时就产生不安或消沉。不管“此人”的内在价值是

---

<sup>①</sup> 引自卡伦·霍尔奈《自我分析》,W.W. 诺顿出版社 1942 年版。

否有问题,也不管此人对他的真实感受怎样,这些需求都发挥着作用。这些需求的表达方式不管怎样的千姿百态,它们都围绕着一个中心,即渴望与人亲近、渴望“归属”。由于个人需求的这种无选择性,顺从型的人往往有过高估计他与周围人意气相投、志趣相同的倾向,而对导致关系疏远的因素却有所忽略。<sup>①</sup> 这样,他对别人作出错误判断并不是因他无知、愚蠢或观察能力欠佳,而是由其强迫性的需求所决定的。就如一位病人所画的,她感到自己就像是一个置身于陌生又危险的动物中的幼童。在画上,她站在中央,弱小且无助,身旁一只巨大的蜜蜂随时要蜇她,一只狗作势要咬她,一只猫也跃跃欲试要抓她,而一只公牛的犄角则就要抵向她。显然,就较具进攻性的生命而言,除了它们较为吓人以外,其生命的其他真正性质并不重要,而它们的“感情”却是顺从型的人最需要的。总之,这类人需要被人喜爱,被人需要,被人渴望,被人所爱;需要他人的认同,需要受人欢迎;他要他人赞同他,他人欣赏他;并感觉自己对别人,尤其是对某个特定人物很重要。他要别人帮助、保护、照料和指导。

在精神分析中,这种需求的强迫性特征向神经症患者指出以后,患者可能会硬说他的这些愿望是十分“自然”的,当然,他是可以为自己辩护的,因为除了那些整个人已被施虐狂严重扭曲(这在后面加以讨论)以致于其对情感的渴求已被扼杀殆尽,应该可以假设每个人都确实想被人喜爱、想有所归属、期待得到帮助等等。可是神经症患者的问题是在于其声称自己对情感和对被他人赞同的疯狂追求是真诚的,而实际上,这种真诚却因他永

---

<sup>①</sup> 参看《当代的神经质人格》第四和第五章中论述感情需求的部分,以及《自我分析》第八章中论述病态依赖心理的部分。



不满足的对安全感的追求而大打折扣了。

满足这种渴望的需求是如此强烈,以致他所做的一切都是为此而进行的。在此过程中,他发展了形成其个性的某些品质和心理状态,其中有一些可称得上很惹人喜爱:在对他人能从感情上表示理解这一点上,他对别人的需求变得很敏感。例如,虽然他可能对某个对生活持超然态度的人的独处愿望很不在意,但他却对另一个人对获得同情、帮助、赞同等等的需求显得很敏感。他会主动去努力满足别人的愿望,或满足他自以为是别人的愿望,他是那么努力,以至经常忘了自己的感情。他变得“无私”,成了一个有自我牺牲精神和无所求的人——除了他对情感有无限的渴望。他变得善解人意,变得尽可能地去体谅别人,感激别人,欣赏别人,变得慷慨大度。他完全无视这样一个事实,即在内心深处他并不怎么关心别人而且倾向于认为别人都是伪君子 and 逐利小人,但是——如果我可以有意识的词语来描述这种无意识的行为——他使自己相信他爱每一个人,他们都是“好人”,都是值得信赖的人。这种谬误不仅会导致他因失望而伤心,而且会从总体上加剧他的不安全感。

这些品质并不像他自己认为的那般有价值,尤其是因为他并没有考虑到他自己的情感和判断,而只是盲目地向他人付出他想从他人那里得到的一切,也因为对他的付出没有相应的回报,他感到极大的困惑。

与上述特征伴随并与之相吻合的是另一种特征,用以避免出现丢脸、不和、竞争等情况。他有轻贱自己的倾向,甘居次要地位,把荣耀让给别人。他变得善于满足、性情随和,而且至少能有意识地使自己不心怀忌恨。任何复仇或征服的愿望都被深深地压制,以致他自己也经常会诧异于自己怎会如此长大地

容易随遇而安而从心怀怨恨。这里重要的是他总是有意主动去承担责任,此外他毫不考虑自己真实的情感,也即,不管他是否真的感觉自己有错,他总是责怪自己而不是他人,并且在受到明显不当的批评或意料之外的攻击时总是在自己身上找错或向人致歉。

从上述心理倾向到明确的压抑行为之间有一个细微的转变。由于任何进攻性行为都是顺从型所禁忌的,所以我们在这里会发现与武断、挑剔别人、提要求、下命令、给人留下印象、力争野心勃勃的目标的达成有关的心理压抑。此外,由于其生活完全要适应他人,心理抑制经常阻止他为自己着想或独自进行享受。这一切会达到一种如果不与他人分享,无论是饭菜、表演、音乐、大自然,它们就会变得毫无意义的程度。不用说,这样一种对享乐的僵硬的限制不仅会使人生变得索然无味而且会使自己更加依赖于他人。

除了上述优良品质的理想化以外,这类人还有某些对待自己的特别的心理倾向。其一是普遍感觉软弱和无能——一个“可怜的小我”的感觉。在需要他自己拿主意时他会觉得不知所措,就像一只从停泊处松脱的小船或失去救星的灰姑娘。这种无助感部分是真实的。当然,这种无论如何也不可能进行抗争或竞争的感觉并不一定导致实际上的软弱。此外,他对自己和他人坦承自己的无能,这一点在其臆想中也许会被戏剧性地夸大。他经常运用这一点来呼唤别人的同情或保护自己:“你们必须爱我,保护我,原谅我,不能抛弃我,因为我是如此软弱无助。”

第二个特点来自其轻视自己的倾向。他认为每个人都理所当然地比自己强,更有吸引力,更聪明,受过更好的教育,比自己更有价值。这种感觉有其实存在的基础,即由于他优柔寡断,缺乏

自信,这就削弱了他的能力;但即使在他无疑具有才能的领域这种自卑感也会使他将功劳归于别人——全然不考虑自己的成绩——认为他人比自己更有能力。在具有进攻性或傲慢的人面前他对自我价值的感觉就更加萎缩了。然而,即便是一个人独处,他也倾向于低估自己的品质、天资、才能,以及自己的财物。

第三个典型特点是其总体上对他人的依赖性。这是一种在无意识中以别人的看法来评价自己的倾向。其自尊随着他人的赞同或非难以及对其有无感情而起落,因此别人的拒绝对他都意味着灾难。如果某人没有回应他的邀请,他也许会有意识地理性地对待,但按其所生活的内心世界的逻辑他的自尊心是受到了极大的打击。换句话说,任何批评、回绝或遗弃都是构成威胁的危险事件,而他可能会使出浑身解数来挽回那些打击他的人的关心与尊重。他这种别人打了他左脸他却又把右脸凑过去的行为并不是源于什么神秘的“受虐狂”冲动而只是基于其内在心理状况下所能做的一种符合逻辑的事。

上述这一切促成了他具有一些特别的价值观念。自然,这些价值观念根据其个性的成熟程度而表现得清晰或模糊,同时也被不同程度地加以巩固,其原因在于其仁慈、同情、爱、慷慨大方、无私、谦恭的心理倾向,同时也因为利己主义、无情无义、野心勃勃、不择手段、执掌权柄等倾向为其所厌恶——虽然他同时也羡慕这些东西,因为它们代表了“实力”。

以上就是与神经质的“趋众”心理相关联的各种因素,现在显而易见用某一个词汇如“顺从的”或“依赖的”来描述是何等的不恰当,因为一个完整的思考、感受、行动的方式——一个完整的生活方式——蕴含在其中。

我曾答应不讨论那些对立的因素,但除非我们能意识到对

相对立的因素的压制将占主导地位的倾向加强的程度有多大，我们才能对所有上述心理倾向和信念粘附的坚定程度有个完全的认识，所以我们应对事情的反面作一短暂的浏览。当我们对顺从型进行分析时，我们会发现种种被强烈抑制的进攻性倾向。与过分关心构成鲜明的对比，我们面对的是对他人缺乏兴趣的冷淡、蔑视的态度，无意识的寄生或利用他人的倾向，控制或操纵他人的癖好，对超过别人或享受复仇胜利的无尽的需求。自然这些被压制的冲动的种类和强度是变化着的，其中部分是对早期与他人交往中的不幸经历的一种反应。例如，直到5岁或8岁时还经常乱发脾气的儿童在其后变得很温顺听话，但同时其进攻性的心理倾向也被培养并由日后的经历得到进一步地加强，这是因为许多因素都会连续不断地让他萌生敌意。这就使得我们会迷失方向从而弄不清与此有关的一切，但只要说谦让和“仁慈”会导致受人践踏、被人利用就够了。此外，依赖他人会导致一个人格外脆弱，而一旦其过多的对感情和被人认同的需求得不到满足时，这反过来又会导致被忽视、被排斥、被羞辱的感觉的产生。

当我说所有这些情感、冲动、倾向被“压抑”时，我是以弗洛伊德的观点来运用这个术语的，它意指个人不仅意识不到它们，而且是如此着力于使自己永远意识不到这些他始终密切关注以免有一丝痕迹为自己或他人察觉的心理因素。由此，我们就要面临这样的问题：是什么驱使个人来压抑在其心中起作用的这些力量呢？从顺从型的情况里我们可以找到几个答案，其中绝大部分我们只有在后面讨论理想化的形象和施虐者时才能认识到，在此我们所能认识的是敌意的情绪和表示将危及其对喜爱他人以及被他人喜爱的需求；此外，任何进攻性或甚至是任意妄

为的举动对他而言都似乎是自私自利的，他因此应谴责这种行为并由此感觉他人也会对此加以谴责，由于其自尊心过于依赖别人的认同，所以他自己是不会冒这种风险的。

对自信的、报复的、野心勃勃的感觉和冲动的压制还有其他的作用，它是神经症患者诸多消除冲突并创造和谐、统一、完整感觉的努力之一。使我们的内心变得和谐的渴望并不是什么不可思议的奢望，而是受到让生活正常运转的现实需求激励的结果——这在你不断被驱使向反方向前进时是不可能的——也受到避免产生被撕裂的极可怕的结果的激励。通过窒息所有互有差异的因素来使某一倾向占主导地位是一种无意识的使个性条理化努力，它构成了解决神经质冲突主要努力的一部分。

这样我们已找到了对所有进攻性的冲动进行持续的严格审查的具两重性的利益所在：不这样，人的统一的生活方式将被破坏，其人为的和谐将被打破。而且进攻性倾向的破坏性越大，排斥它们的需求也就越迫切，此人会矫枉过正永不为自己谋取什么，永不拒绝他人，总是取悦他人，总不愿出头露面，等等。换言之，顺从的、绥靖的倾向被加强了，他们行事时更加不由自主并缺乏分辨事物的能力。<sup>①</sup>

很自然，所有这些无意识的努力并不能使这些被抑制的冲动自己丧失作用或表现，但他们是以顺应其结构的方式来做此努力的。他会“因为我很可怜”而提出要求或打着“有爱心”的幌子悄悄地使有关倾向占据主导地位。这种被压抑的敌意在不断积聚后也可能以不同的剧烈程度爆发出来，从偶尔的激动到大发雷霆。由于没有认识到他对别人的要求太过分且是以自我为

---

<sup>①</sup> 参看第十二章，“施虐倾向”。

中心的,他就会情不自禁时时感到人们对待他是如此的不公以致他再也不能忍受。因此,这种爆发当它们不顺应文雅和温和的要求时,对他个人自己来说是完全有理由的,按他自己的前提他十分正确。最终如果被压抑的敌对情绪使他的心中完全为盲目的愤怒所占据,就会引发各种机能紊乱,像头痛或胃口不好。

因此,顺从型的大多数性格具有双重动机。例如当他使自己处在从属地位时,其利害关系在于避免冲突并因此与他人和谐相处,但这也可能是消除反映其超越他人的痕迹的一种手段;当他允许别人利用他时这是一种顺从和“仁爱”的表现,但这也可能是其厌恶自己利用别人而自肥思想的结果。对神经症患者来说,要想克服这种屈从心理,必须对冲突的两面进行透彻、恰当的分析。

从保守的精神分析著作中我们有时会得到这样的印象,即精神分析治疗的本质是“进攻性行为的发泄”,这显示了其对问题的复杂性尤其是对神经症结构认识的肤浅,它只对某些特定种类的神经症患者有用,但即使在他们身上其作用也是有限的。这种进攻性行为是得到了发泄,但这却很容易对此人的发展产生危害。如果欲求人格的最终整合,随后就必须对冲突作一番探究。

我们还需将注意力投向爱与性在顺从类中所扮演的角色。对他来说爱通常是作为唯一值得其奋争的人生目标,没有爱的生活是单调的、无意义的、空虚的。引用一句弗里茨·维特尔应用于强迫性的追求行为的措词<sup>①</sup>:爱变成了一个被排斥于其他

---

① 弗里茨·维特尔《神经症患者的无意识阴影》,《精神分析季刊》,第八卷,第二部分,1939年版。

任何事物以外的幽灵。除非爱的联系使其具有情致与风味,否则人、自然、工作或其他任何娱乐或兴趣都将变得毫无意义。在当前,我们的文明中这种固有的情结更经常而普遍地出现在女性而非男性身上的事实使人们产生了这是一个特别女人气的渴望的印象。实际上,这不是什么女人气或男人气的问题,而是一个神经质现象,因为这是一种无理性强迫性的冲动。

如果我们理解了顺从型个性的结构,我们就能发现为何爱对他们如此重要,为何存在“疯狂的方式”。考虑到此类人所具有的相互矛盾的、强迫性的心理倾向,这事实上是满足其所有神经质的需求的唯一途径。它保证了其为人所喜爱且占据主导地位的需求的满足(通过爱),保证了他占据从属位置从而超越他人的需求(通过伙伴专一的关心)。该方式使其可在一个被证明是正当的、单纯的或甚至是值得赞美的基础上发泄他所具有的进攻性冲动,同时使其表现出他所具有的令人喜爱的优良品质。此外由于他意识不到心理障碍和令他痛苦的事源自于他内在的冲突,爱的召唤的确对这一切有治愈的作用:只要他能发现有人爱他,就万事如意了。这种希望很容易被说成是靠不住的,但我们也必须理解他这种或多或少无意识的推理有其内在逻辑性。他认为:“我软弱无能,孤独地生活在这个充满敌意的世界上,这对我是一件危险和威胁。但如果我发现某人爱我甚过他人,我就不会再身处境境了,因为他(或她)可以保护我,有他在我就不必再坚持自我了,因为他会理解我并给我想要的一切,而不必非让我提出请求或解释不可。事实上我的软弱也许就是我的财富,因为他喜欢我显得无能而我也能依赖他的力量。如果这意味着是为他做事,或他要我为自己做事,那种我绝对无法为自己提起的积极性就会大大地提高。”

他认为——再次按已被系统表述过的逻辑进行推想,这种逻辑部分来自于思索,部分只是一种感觉,还有部分就是相当无意识的了:“对我来说孤独真是痛苦,它不仅使我享受不到一切我所没有参加的活动的乐趣,还有其他更严重的,我感到不知所措,感到焦虑。当然,我可以独自去看场电影或在周末晚上读书,但这将是件让人丢脸的事,因为这显示出没有人想要我。所以我必须精心安排永远不使自己在周末夜晚孤孤单单——或是在任何其他时候,但只要我找到一个好的爱人,他会让我摆脱这种羞辱,我就再也不会孤独了,一切现在都变得有意义了,不论是准备早餐、工作还是看日落,都让人身心愉快。”

他又想:“我毫无自信心,我总是觉得其他人比我更有能力、更有吸引力、更有天赋。即使那些我已成功完成的事情也不值得一提,因为我不认为自己有什么功劳。我也许是在虚张声势,或者只是碰上了好运,可我当然不能肯定我能再这样做,而且一旦别人真了解了,他们就再也不会愿意和我打交道了。但如果我能找到某个人他爱我如同我爱我自己而且我对他而言十分重要,那么我就会成为一个重要的人了。”所以,难怪爱对患者来说具有了海市蜃楼般的诱惑,也难怪他们宁愿去求诸于爱而不愿努力去寻找改变内在心理的途径了。

性交本身——除去其生物性的功能——其价值在于提供了被人所需要的证明。顺从型患者越是想超然——也即,害怕感情上卷入——或越是对被人爱感到绝望,纯粹的性行为就越可能取代爱的位置。这样性行为似乎将成为人们亲密友好的唯一途径,且其作用被高估了,就如同前面认为爱可以解决任何问题一样。

如果我们小心地避免这两种极端——即认为患者对爱的过



度热情只是“出乎自然”，或将其当作“神经质的”而不予考虑——我们就会认识到顺从型患者在此方向指引下产生的期望是其生活哲学的逻辑产物。如同在神经症症状中频繁出现的那样——抑或始终如此？我们发现患者的推理不论是有意识的还是无意识的，本身是完善无缺的，但却是建立在错误的前提之上。谬误在于他误解了自己对情感的需求以及爱的真正能力，还在于他完全忽视了对他进攻性的甚至是有心理倾向的平衡。换句话说，他忽视了整个神经质的冲突。他所希望的只是在不改变任何冲突本身的情况下消除这些没得到解决的冲突所产生的有害的结果——这是每一个神经症患者解决问题的努力中所具有的心理特征，这也是为何这种努力不可避免地注定要走向失败的原因。有人一定会说不管怎么样爱还是一个解决的办法。如果顺从型患者有足够的幸运能找到一个既有能力又有善心的伙伴，或后者的神经症与自己相适应，其痛苦也许会得到很大缓解并寻找到一定的幸福。但是规律显示，这种他想从中找到人间天堂的关系只会让他陷入更加悲惨的境地。他太可能将冲突引入这种关系并随之摧毁它，即使最有利的局面也只能缓解实际的苦恼。除非其内心冲突得到了解决，否则其人生发展仍将面临障碍。

## 第 四 章

### 逆 众

在讨论基本冲突的第二个方面——逆众倾向时——我们的方法和以前一样,通过研究进攻性倾向占主导地位的个性类型来着手进行。

正如顺从型坚持人“性善”的观念却又不断被相反的事实所打击那样,进攻型认为他人总是有敌意的,并拒绝对此的否认。对他来说,人生就是一场相互对立的战斗,先下手为强、后下手遭殃。他也承认有例外,但却勉强而有保留。他这种心理倾向有时十分明显,但通常是被一种殷勤讨好的彬彬有礼的举止以及公正无偏的与他人的良好交往所掩盖,这一“门面”代表了对权宜之计马基雅维里式的让步。然而照例这是一种伪装,是一种血统纯粹的自我感觉以及神经质需求的混合物。他想让人相信他是一个好伙伴,同时只要别人都对他处于指挥位置没有疑问他也会有一些实际的善行。为了满足其进攻性目的,一些对感情和被别人认同的神经质需求被加入其间。对顺从型人来说这种“门面”是不需要的,因为对他们来说,价值观无论如何也要与普遍认同的社会或正派人的美德相一致。

要懂得进攻型人的需求与顺从型人一样都具有强迫性的特

点,我们必须认识到它同样是受到了基本焦虑的刺激。这一点必须强调指出,因为恐惧的成分,后面会表现得很明显,从来就没被此类人承认或流露出来。在他看来每件事都是费力的,或变得费力或至少显得费力。

他的需求究其原因起源于他把这个世界看成一个竞技场的思想,而在其中按达尔文的观点是弱肉强食适者生存的。对生存贡献最大的因素很大程度依赖于此人所生活的文明,但无论如何,不择手段地追求个人利益是一条最高法则,因此其最主要的需求都汇聚成要对他人进行控制。控制的方式是变化无穷的,它可以是公开运用权力,也可以通过精心筹划或施恩惠与别人来间接地操纵他人。他可能更喜欢垂帘听政,手段可以是通过才智的运用。这一切都包含了一个信念在内,即通过理性的思考和深谋远虑任何事都能做到。其进行控制的特定形式部分是取决于其自然禀赋,部分则代表了引起冲突的倾向的融合。例如,如果此人同时又具有寻求超然心态的倾向,他将避开任何直接的控制方式,因为这会使他与别人接触过近。在有更隐蔽的对感情的需求的情况下,间接的方式也更为他所喜爱。如果其愿望是在幕后进行操纵,施虐倾向就会表现出来,因为这包含了利用他人来达其目的的心态。<sup>①</sup>

与此同时,他还需要超过别人,获得成功、声誉或任何形式的褒奖。顺此方向奋斗其目标部分是指向权力,因为成功和声誉在一个竞争性的社会里会提供权力。他也会通过外部的肯定、喝彩以及无上权威等方式获得主观上的感觉。如同在顺从型中那样,重心存在于此人自身以外,只有想从他人那里得到肯

---

① 参看第十二章,“施虐倾向”。

定这一点有所不同。事实上两者同样都无出息。当他们弄不懂为何成功并不能对其不安全感有任何舒解作用时,就显示出了其精神上的无知。不过这一事实显示了成功和声誉被他们当作一个衡量标准的普遍程度。

一种强烈的利用他人,胜过他人,使别人对自己有用的需求是其心理的一部分。这类人总是以“我能从中得到什么?”为出发点来看待周边情势及人际关系——看它们是否与金钱、声誉、权力或自己的计划有关。此人有意识或半有意识半无意识地相信每个人都是如此,所以重要的是要比别人做得更好。他所发展的品质几乎与顺从型人完全相反,变得冷酷而固执,或装出这副样子。他认为所有感情,无论是自己的还是他人的都是“哭哭啼啼的多愁善感”。爱对他是无足轻重的。他并不是永不会“坠入爱河”或永不结婚,但他最关心的是其情人或伴侣要拥有非凡的特点,可以借助其吸引力、社会声望或财富来增强自己的地位。他认为没有任何理由去体谅别人,“我为何要关心——让他们自己管自己好了。”在一个古老的伦理问题中,两个人在一木筏上求生,面临的是只有一人可以活下来的困境,对此,他会说当然得努力争取自己活下来,否则就既愚蠢又虚伪。他不愿承认他有一丝一毫的恐惧,他总是采取果断的措施将事物置于自己的控制之中。例如,他可能虽然害怕夜盗但还强迫自己待在一个空房子里;他可能会坚持骑马直到克服对马的畏惧;他可能故意穿过众所周知有蛇出没的低湿地带,这一切的目的就是消除自己对上述事物的恐惧。

与顺从型倾向占主导地位的人遇事采取迁就的态度正相反,进攻型人做的事总是促使其成为一个好的斗士。在争论中他表现得机警而泼辣且会故意提出一些问题来证明自己的正

确。当他毫无退路时他总是使精神处于一个最佳状态并毫无选择地投入战斗。与顺从型人不愿赢得胜利正相反,他不能忍受失败而且毫不讳言其对胜利的渴望。他总是时刻准备着去指责他人就如同顺从型人总是自己承担责任一样,在任何情况下他都不会有负疚感。顺从型人在服罪时也一定不相信自己确实有罪,但他被迫姑息;进攻型人也并不确信别人都是错的,而只是装作他是正确的,因为他需要这种明确的主观立场,这在很大程度上就像一支军队需要一个安全区域来发起进攻。对他来说,在不是绝对必要的情况下承认自己错误即使不是大傻瓜那也是不可原谅的软弱表现。

与他这种不得不与这个邪恶的世界进行斗争的态度相一致,他会形成一种具现实主义色彩的时刻保持警惕的观念。他永远不会天真地忽视别人身上任何可能阻碍他达到目的野心、贪婪、无知或其他种种表现。因为在竞争性文明中类似上述的行为要比真正的正派普遍得多,他觉得现实一点很有必要。当然,实际上他与顺从型一样都执着于一端。他的现实主义的另一方面是对计划的重视和深谋远虑。就如同任何优秀的战略家,在任何情况下他总是仔细地分析自己的机会、对手的力量、可能隐藏的危险。

因为他总是被驱使着宣称自己是最强的、最精明的,或最具探索精神的人,所以他努力发展那些能使自己有上述表现的能力和才略。他在工作中投入的热情和才智使他成为一个高度受人尊重的雇员或事业的成功者。然而,他在工作中给人留下的干劲十足的印象在某种意义上会让人误入歧途,因为对他而言工作只是一种达到目的的手段。他并不热爱其所做的工作,也并没有从中得到真正的乐趣——这与其使生活完全不带感情色

彩的努力是一致的。这种对所有感情的扼杀有两方面的影响。一方面从获得成功的角度看这样做是有利的,因为这可以使他像一部加满油的机器那样高速运转,不停息的产出将会给他带来前所未有的力量和声誉,而在此感情可能会产生干扰。可以想象它们可能使他陷入到一大堆没有利益的工作中去;可能使他不能经常运用并掌握通往成功之路所应具有的各种技巧;这也可能诱使他偏离自己的本来目标而沉溺于对自然或艺术的欣赏,或迷醉于朋友的友情而非接近那些对达到自己的目标有用的人。另一方面,对情感的压抑导致的冷酷无情对其工作质量有影响:它必然有损其创造力。

一个进攻型的人看起来好像非常放纵不羁。他可以毫不隐瞒自己的愿望、下达命令、大发脾气、为自己辩护,但实际上他的心理压抑一点也不比顺从型人少。他这种特别的压抑并不立即让我们觉得那是压抑,但实在也不是我们文明的光荣。压抑来自于感情方面并与他获得友谊、爱、感情、富有同情心的理解的能力、无聊的享乐有关。其中最后一项他会轻蔑地视其为浪费时间。

他自认为自己强大、诚实和现实,如果你以他的方式来看待世界那么这一切似乎不假。根据他的前提条件他的自我评价是具有严格的逻辑性,因为他而言无情就是力量,对他人漠不关心也是诚实的表现,为自己的目标而奋斗就是现实主义。他对诚实含义的理解部分是源自于对现实世界的虚伪的一种尖锐的揭露。热衷于某种主张、博爱的情感在他眼里都是十足的虚伪。对他而言揭开所谓社会意识或正派人的道德面具还其通常的本来面目不是一件难事。其价值观是建立在弱肉强食哲学基础上的。强权即公理,让仁爱 and 宽恕见鬼去吧。人都是狼(Humo

homini lupus)。在此我们看到了与我们熟知的纳粹党人无甚区别的价值观。

进攻型患者拒绝真诚的同情和友谊,也拒绝这两种态度的伪装:顺从和姑息迁就,这是有其主观逻辑性的。但因此而认为他没有辨别是非的能力将是个错误。当他遇到一位友好的但毫无疑问具有实力的人物时他也很愿去结交并表示出自己的尊重。问题在于他知道在这方面过于分明对自己只会有害。他认为,在这场生存的战斗中这两种态度都将对他不利。

然而,为何他如此激烈地拒绝上述这些比较软弱的人类情感呢?为何他好像很厌恶别人有感情色彩的行为呢?为何当某人在他认为不当的时候表达同情他会表现得如此轻蔑呢?他表现得就像一个驱赶门前乞丐的人,因为他们正在伤他的心。他确实可能对乞丐很刻薄:他可能会以完全没有必要的激烈态度来对待他们一些最简单的要求。上述反应是进攻型的典型写照,在精神分析中当其进攻性倾向变得不那么僵硬时很容易被观察到。事实上,他对他人“软弱”的感觉也是矛盾的,既鄙视它,又欢迎它,因为别人的软弱可以使他更自由地去追求自己的目标。为何他还如此经常地被顺从型所吸引——正如后者也如此经常地被他所吸引呢?其反应如此激烈的原因在于他受到了他与自己的软弱情感做斗争的需求的激励。在这方面,尼采给了我们一个很好的说明,他使他笔下的超人视任何形式的同情心为在内部从事破坏活动的第五纵队。“温柔”对这种人而言不仅意味着真正的情感、怜悯、喜好而且意味着需求、情感中所隐含的一切以及顺从型的处世标准,例如在对待乞丐这件事中,他心中应有同情心的骚动,有满足这个乞丐需要的愿望,应该有一种伸出援手的感情。问题是他心中还有一种更为强烈的摒弃这

一切情感的需求,其结果就是他不仅拒绝了乞丐的乞求而且侮辱了他。

顺从型希望将各种背道而驰的动力融合在爱中,而进攻型则希望将它们转化为对名望的追求。获得名望不仅使他有可能会获得对自己所需的肯定而且对他形成了被别人所喜爱以及能够反过来喜爱他人的额外诱惑。因为名望似乎提供了对其内心冲突的解决,所以就成为了他所追求的梦想。

进攻型的人进行奋斗的内在逻辑性原则上与顺从型中所提到的情况相一致,因此这里只需简单提及。对他们来说,一切怜悯的情感或是责任和义务都是“善的”,或者说,顺从的态度将与其建立的整个生活结构不相容并动摇其根基。此外,这些相对立的倾向的出现将使其面对自己基本的冲突并因此摧毁他们精心培育的组织——人格整体化。其结果就是对较柔弱的倾向的抑制加强了其进攻性的倾向,使得它们更具强迫性。

如果上述讨论过的两类人物的形象在我们的脑海里已是十分鲜明的话,我们就可以认识到他们代表了两个相反的极端。一方所希望的刚好与另一方相背。一方不得不喜欢所有的人,而另一方则认为他人都是潜在的敌人;一方尽力避免冲突的产生,另一方则认为战斗是人生所必需;一方固着于恐惧和无助,另一方则尽力打消这些感觉;一方无论如何神经质,还是趋向仁爱的理想,而另一方则遵循着弱肉强食的哲学。但是这两种模式始终不是可以自由选择的:每一种都是强迫的,不可变更的,取决于内在的需求,其间没有任何两者可以相互交融的中间地带。

我们已讨论了两种类型,现在我们可以顺此再往前跨进一步了。



我们开始发现基本冲突所包含的内容,至此我们已发现基本冲突在上述两种不同类型中作为占主导的倾向发挥作用的两方面因素。我们现在所要做的是想象一个有着两种相对立的人生态度和价值观且它们发挥同等作用的人。很明显,这样一个人会无情地受到驱使,走向两种完全相反的方向,以致几乎完全不能行事。事实是他的内心将完全被撕裂并瘫痪从而毫无能力去行事。原因在于作为此人努力解决冲突的方法之一,他努力想要清除某一类型倾向的努力却使他陷入另一类型之中而不能自拔。

像荣格关的单方面发展的观点是完全不充分的。这种说法至多形式上貌似正确。由于其建立在对原动力的错误看法之上,所以其内涵不可能正确。荣格从单方面概念出发,认为在治疗中必须帮助患者接受他的对立面,我们说这怎么可能呢?患者是不可能接受的,他只能认识它。如果荣格期望这一步可以使患者成为一个人格完整的人,应该说这一步当然是最后的人格完整化所必需的,但从这一步本身来说它仅意味着使患者面对自己的冲突,而他一直回避着这些冲突。荣格所没能正确估计的是神经质倾向的强迫性质。在趋众和逆众之间并不简单地存在着软弱和强健的区别——或者正如荣格会说的,介于女人气和男子气之间。我们都有顺从和进攻的可能性,如果一个人没有被强迫性地驱使去努力奋争,那他可以达到某种程度的人格一体化。然而,如果这两种模式都是神经质的,两者对我们的成长就都会产生危害。两种不良成分加在一起并不会产生一个合乎希望的人格整体,两种互不相容的成分也不会产生一个和谐的整体。

## 第 五 章

### 离 众

基本冲突的第三个方面是对超然的需求,即“离开”人群。在此类型中对超然的需求已成为占据主导地位的心理倾向。在研究之前,我们必须先搞清楚神经质超然意味着什么。这自然不仅仅是偶然闪过的想与世隔绝的念头,事实上每个严肃对待自己和生活的人不时都会寻求孤独。我们的文明使我们如此深深地卷入了外部生活,以致于我们对此需求了解甚少,但自我实现的可能性一直为各个时代的人生观和宗教信仰所强调。对富有意义的孤独的渴望决不是神经质的,而大多数神经症患者正相反,他们从其内心深处收缩、做不到建设性地独处,这本身就是神经症的一个标志。只有在与他人交往中存在无法忍受的压力,离群独处成为一种回避此压力的主要途径时,希望独处才是神经质超然的一个表现。

高度孤独的人的某些特质是如此特别,以致于精神病医生倾向于认为他们只属于超然型。上述特质中最明显的特征是普遍地疏远人群。引起我们注意的是这一类型的人特别着重于此,但事实上他们疏远人群的程度并不比其他神经症患者更严重。例如,在我们已讨论过的两种类型中,很难得出普遍的结论

说哪一类人更与人群疏远。我们只能说在顺从型人中这一特征被掩盖了,当某个人发现这一点时他会感到惊讶和害怕,因为他与别人接近的需求是如此热切,他确信自己与他人之间没有鸿沟存在。不管怎么样,与人群疏远说到底只是人际关系遭到困扰的一种表现,它是所有神经症都有的症状。疏远的程度更多地取决于这种困扰的严重性而不是神经症的形式。

另一个通常被认为是超然型人所特有的特征是对自我的疏远,也即对情感体验麻木迟钝,不清楚自己是什么人、所爱为何、所恨、所欲、所希望、恐惧、憎恶、信仰的又是什么。这也是所有神经症的共同现象。已患神经症的人就像一架受遥控导航的飞机,其行为受到了如此多的限制而自己却一无所知。超然的人能像海地人古老的起死回生术那样——死亡,但通过巫术可以复生;他们也可以像正常人那样工作和活动,但体内没有生命;而其他类型的人则又可能有相对丰富的感情生活。因为有这样的变化存在,我们也不能认为自我疏远就是只属于超然的范畴。但所有超然的人都共有另一个特性,那就是:他们能够带着一种客观的兴趣看待自己,就如一个人看待一件艺术品似的。也许对此最好的描述方法是说他们对待自己所持的是同样的“旁观者”的态度,而这也是他们总体上对待生活的态度。因此这类人经常可以成为自己内心活动的优秀观察者。一个很好的例子就是他们经常显示出对梦中的景象有着不可思议的理解力。

起关键作用的是他们在自己与他人之间拉开感情距离的内在需求。更准确地说,是一种有意无意的不与他人有任何形式的感情联系的心理倾向。无论是陷入爱河,还是身处战斗、合作或竞争之中,他们都围绕自己画了一个神奇的圆圈,任何人都难以入侵,而这也正是为何他们可以与别人在表面上“友好相处”

的原因。这种需求的强迫性特征在有外界入侵时就会从其不安的反应中显露出来。

超然型人的所有需求和品质都归结于不要介入这一主要目的。其中最明显的特征是一种自给自足的需求,最明确的表示就是万事不求人。进攻型人也想做到此点,但两者的精神实质不同。对进攻型的人而言,这种精神是他在一个充满敌意的世界里杀出一条自己的路并在斗争中打败他人的先决条件;而对超然型的人而言,其态度就如同鲁宾逊·克鲁索:为了生存他必须做到富于才干,这是他们补偿自己孤独的唯一途径。

一个更靠不住的获得自给自足的方法是有意或无意地缩减其需求。如果我们记得这里隐含的永不使自己与某人或某事联系过于紧密从而使某人或某事成为自己生活中不可缺少的一部分的原则,我们就可以更好地理解这一途径的各种动机。最好是与其他的人或事没有重大的关系,否则即将危及到超然。例如,一个超然的人也许能得到真正的快乐,但如果快乐的获得无论如何都要依赖于他人,那么他宁愿断此念头。他能在某个偶尔的夜晚从与朋友的相聚中体味到快乐,但总体上他并不喜欢交际和社会活动。类似地,他回避竞争、声誉和成功。他想限制饮食及其他生活习惯并使其保持在一个不需要他花过多的时间或精力去挣钱支付的范围之内。他可能非常痛恨生病,视其为让他丢脸的事,因为这迫使他要求助于别人。他还可能坚持要自己掌握客观事物的第一手资料。例如,如果他是个外国人的话,他就不愿从别人口中或著述中获得有关俄罗斯的资料,而宁愿自己去看去听。如果他这种态度没有固执到即使在一个陌生的城市里也拒绝问路的荒唐可笑的地步,这倒会使他具有一种非凡的内在独立性。

另一个突出的需求是隐居。他就像一个住在旅馆里很少翻动门上“请勿打扰”牌子的客人，甚至书籍也会被他视作来自外界的入侵者。任何有关他个人生活的问题都会让他不快，他想把自己隐藏在厚厚的面纱下面。一位对生活中最琐细的小事也保持极端缄默的患者曾告诉我，在他四十五岁时他仍然憎恨有关上帝无所不知的说法，其程度甚至与他母亲当年对他说上帝会透过百叶窗看到他在咬自己指甲时毫无二致。一个超然的人如果被他人“另眼看待”，就会非常恼怒——这使他有一种被践踏的感觉。通常一个超然的人宁愿单独工作、睡觉、吃饭，这一点与顺从类有显著不同，他不愿与别人打交道——其他人会打扰他。甚至当他与别人在一起听音乐、散步或谈话，他真正能感受到的快乐也是来自日后的回想。

自给自足和隐居两者都符合超然的人最突出的需求——绝对的独立。他自认为他的独立是一件有积极意义的事。这种独立无疑有某种价值，因为无论他怎样软弱无力，他也绝对不是一架听人摆布的机器。他对合作的盲目拒绝，加上他对竞争的回避确实使他保持了某种个性完整。这里的谬误在于他是为自立而自立，却忽视了自立的最终价值应体现在他运用这种自立的成果上。他的自立，作为超然的整体征象的一部分，与其整体一样都有一个消极的定位，其目的是不受别人和外界影响，不受强迫、约束，不承担义务。

如同任何其他神经质倾向一样，对自立的需求也是强迫的、盲目的。它通过对外界的强制、影响、责任义务以及诸如此类的其他任何事情的过敏反应表现出来。敏感性程度是一个衡量超然程度的良好标准，强制力是因人而异的。衣领、领带、腰带、鞋子等类似物品产生的身体上的不适都会被感觉到，思维上的任

何障碍都会引起一种被围困的感觉；身处隧道或矿井之中会产生不安的情绪。这方面的敏感并不能完全解释幽闭恐怖症，但其无论如何也是背景因素。长期的责任义务即使可以避免，签署合同、超过一年的租约、成婚仍然都是难事。婚姻对超然的人当然也是一种在任何情况下都靠不住的事，因为它意味着卷入了人类的亲密行为——虽然寻求防护的需求或相信伴侣将完全适应自己的怪脾气也许会减轻这种风险的程度，通常他在婚前会遭受痛苦的侵扰。时间流逝的无情在绝大多数情况下被超然型人视为一种压迫；迟到五分钟上班是其常有的习惯，因为这会让他有一种自由的错觉，时间表对这种人是个威胁。超然的人很欣赏这样的故事：某人在去车站前拒绝查阅时间表，而只是在他觉得合适的时候动身，哪怕误了车他也宁愿在那等下一班火车。别人希望他能做某些事情或希望他能以某种方式行事都会让他感到不自在并因此产生逆反心理，无论这些希望是否确由别人表达出来或仅仅是他自己的臆想。例如，通常他也喜欢赠送他人礼物，但总不包括生日和圣诞礼物，原因无非是这是别人所肯定期盼的。他讨厌与人们普遍接受的行为准则或传统的价值观保持一致。为了避免摩擦他表面上也会遵守这些东西，但在内心里他固执地拒绝所有这些通常的惯例和标准。最终，别人的建议会被他视为意图支配他，从而遭到其抵制，哪怕这种建议与他自己的愿望是相一致的，在此情况下他这种抵制行为可能也与一种有意无意的挫败他人的愿望相联系。

优越感的需求虽然存在于所有其他神经症中，但在超然型的人身上更被强调，因为这与超然有着内在的联系。“象牙塔”和“非凡的孤独”之类的词汇就是超然和优越感几乎永恒地联系在一起佐证。大概没有人能在不特别强健或富足或自感无比

重要的情况下忍受孤独,这也被临床病例所确认。当一个超然者的优越感被暂时打消,无论是由于一次直接的失败还是由于内心冲突的加剧,他将不能再忍受寂寞并会狂乱地向外寻求爱和保护,这种摇摆在其人生经历中时常会发生。在其十来岁或二十出头时,他可能还与他人保持着一种相当冷淡的友谊,但基本上已过着一种相当孤独的生活,感觉上也比较轻松。他会为自己的未来编织各种美梦,如果他能拥有一些特别的东西的话,但在现实的重压下美梦多半将破灭。虽然中学时代他就下决心要成为人上人,大学时代却意外地面临激烈的竞争从而产生退缩。他的首次恋爱以失败而告终,或由于随着年龄的增长他认识到自己的美梦不可能成为现实,逃避随之变得不可忍受而 he 也被一种强迫性的寻求人类亲密关系、性关系、婚姻的冲动所吞没。只要被人所爱他情愿忍受任何侮辱。当这样一个人来接受分析治疗时,他的超然仍是既明确又明显,是不可能被消解的。起初他的愿望不过是想让我们帮他找寻到任何一种形式的爱。只有当他感觉自己足够强大时他才能非常宽慰地发现他更愿“独自生活并喜爱这种生活方式”,给人的印象是他只不过又回复到他以前的超然了。但这事实上是其第一次足够明确地承认——甚至是对自己——孤独是他所欲,此时将是影响其超然心态的恰当时机。

就超然的人来说,优越感的需求有某些特别的性质。由于厌恶竞争性的争斗,他不想通过持续的努力来实实在在地超过别人。他更愿自己的财富不需自己努力表现就能为他人所知晓,自己内在的伟大不需自己的行动就能为人所感受。例如,在他的梦中,他会臆想有一批财宝藏在某个遥远的村落,而鉴赏家们千里迢迢去观赏。像所有优越感的想法一样,这其中包含有

现实的成分：藏匿的财宝象征着用魔圈防卫着他的智慧和情感生活。

他的优越感的另一表现方式是其自身独一无二的感觉，这是他希望感到自己独立并与他人不同的直接结果。他会把自己比作卓然屹立于高山之巅的一棵参天大树，而其他处在下面森林中的树木却相互缠绕生长缓慢。在顺从型的人注视着同伴，暗中自问：“他会喜欢我吗？”的地方——进攻型的人则想知道：“对手有多强大？”或“他能对我有用吗？”——超然型的人首要关注的问题却是“他会侵扰我吗？他会设法影响我或他是否会不理睬我？”皮尔·金特（Peer Gynt）遇见钮扣铸工的情节就是一个绝妙的象征，表现了超然者被抛入人群后所感到的惊骇。即使身处“地狱”里那间自己的屋子也是好的，但如果被抛进一个熔炉中去，被铸成型，或变成其他形状，这对他则是一个毛骨悚然的想法。他觉得自己就像一块珍贵的东方毛毯，式样和色彩都是独一无二的，永远无与伦比。他对能摆脱环境的影响而保持自我感到非常自豪，并决心要继续下去。在培养其坚定不移的品行过程中，他建立起了所有神经症患者所固有的对某个神圣原则的坚定不移的信念。他一心甚至急切地要精心形成自己的生活模式并努力让它更加纯洁透澈，不容任何外来成分介入其中。就其单纯和荒谬而言，皮尔·金特有一句格言：“对你自己，那就足够了。”

超然型的人的感情生活不像前述其他类型的人那样遵循一种严格的模式，其个体的变化要大得多。这主要是因为前述两种类型的主导性倾向指向肯定性的目标——其一是感情、亲密的行为、爱；另一类则是生存、统治、成功——而超然型的人其目



标指向是否定性的：他不愿意卷入任何事件，不需要任何他人，不允许别人打扰或影响他，因此其感情生活的画面将依赖于在这种否定性的框架中发展起来的或允许生存的特定的欲望，只有如上述一些有限数量的超然型内在倾向才能被有系统地表达出来。

超然型的人存在着一种压抑所有感情的总倾向，甚至是否定感情的存在。我这里想引用诗人安娜·玛丽亚·阿密一本未出版的小说中的一段加以描述，因为它简明地反映了这一倾向以及超然型人其他一些典型的心理倾向。主人公在追忆其青春时代时说道：“我能想象一种强烈的生理联系（与我父亲）和一种强烈的精神上的联系（与我心目中的英雄），但我搞不清这种感情是从何处以及如何产生的；感情绝对不存在——人们如同对待众多的其他事情那样对此也撒了谎。B感到很惊讶，‘但你如何解释献身呢？’她问。一时我被她话中的真实性弄得大吃一惊；随即我断定所谓献身也只是另一则谎言，而既然那不是谎言，那就是一个生理的或是精神的行为。那时我梦想能孤独地生活，永不成家，强壮而宁静不用过多闲谈来消磨时间，不用乞求别人的帮助。我想自己努力工作，越来越自由，放弃幻想从而清醒地生活和看待世界。我觉得品行无任何意义；只要活得真实好坏并无差别。乞求同情或期待帮助是大罪。心灵对我而言是必须捍卫的圣殿，其间总是有奇异的仪式在进行，只为那些祭司、监护人所知。”

对感情的排斥主要是与对他人的感情有关并见之于爱与恨两个方面。这是想与他人保持感情距离的必然结果，因为清醒无误地体会到的强烈的爱与恨会使他与别人很接近或陷入与他人的冲突之中。H.S.沙利文“距离机制”的说法在此是恰当不

过的。这样做并不会产生这样的结果：即情感将被限制在人际关系以外的领域，并在对待书籍、动物、自然、艺术、饮食以及等等其他一些事物中活跃起来，但确有很大的危险存在。对一个易陷入深深的、热烈的情感的人，只压制其感情的某一方面是不可能的——况且还是最重要的感情——除非完全彻底地把全部情感压制下去。这是一个推论，但下面的说法则无疑是正确的。超然型中的艺术家，已经证明在其有创造力的时期他们既能进行情感的深刻体验又能将其表现出来，他们通常已经历过一段或是对情感的完全麻木或是激烈地对所有情感进行否定的时期，通常是在青春期——就像上面引述的那段小说所描写的。这个有创造力的时期似乎是在一些不幸的寻求与他人紧密关系的努力之后出现的，他们或慎重或一时冲动地调节自己的生活于超然——也即，从那时他们有意或无意地决心与他人保持一段距离，或已决心过一种孤独的生活。现在，与别人间隔一段安全的距离，他们就能释放并表达出一大堆并不直接与人类关系相联系的情感，这个事实使得早期对感情的拒绝对一个人超然心态的形成是必要的因素这一解释就可以成立了。

另一个为何感情的压抑可能会超过人类相互关系的范围的原因已在我们有关自给自足的讨论中表明了。任何可能会使一个超然的人依赖他人的愿望、兴趣或快乐都被认为是对内心的背叛从而应被摒弃。似乎在感情被允许完全发挥作用之前都必须从它是否会使自己丧失自由这一点上进行一番仔细的检查。任何对其自身独立性的威胁都会使其在感情上产生退缩。但当他发现某种情势在这一点上很安全时，他便会完完全全地享受它。梭罗著的《沃尔登湖》就很好地说明了在这些状况下可能产生的深刻的感情体验。其内心潜伏的对自己变得耽于享乐或由

此而对自己心灵的自由造成的间接的伤害的恐惧有时会使他濒于禁欲主义的边缘。但这是一种自成一格的禁欲主义——并不指向自我克制和自我折磨,我们也许称之为自律更合适——有某种前提——并且不缺乏智慧。

自发的感情体验应该有其宣泄的渠道,这对保持心理平衡有极重要的作用。例如,创造性的能力可能是一种解救方法。如果其感情的表露受到了抑制,而随后通过精神分析法进行治疗或其他一些体验使得心灵获得解救,那么对超然的人所产生的良好效果可能会大得如同一次不可思议的痊愈。对这样的治疗进行评价当然需要慎重。首先,将之普遍化可能会是个错误:对某个人有效的解救方法并不必然地对其他人有同样的作用<sup>①</sup>。且即使对此人本身来说,严格地从其神经症基础是否得到根本改变上进行分析,这也不能成其为一次“痊愈”,这仅仅是让他获得了一个更令其满意、较少烦扰的生活方式。

情感感受压抑,理性的重要性就越发凸现出来,随即就会期盼由纯粹理智的力量来解决一切问题,似乎仅有对某人自身问题的认识就足够去治愈他们,或单靠理性就可以解决这个世界上所有的问题。

从我们所谈论的关于超然的人的人际关系中可以清楚地看到,任何亲密且持久的联系都必定要危及他的超然并因此很可能引起灾难性的后果——除非其同伴同样是超然的并自愿地尊重其保持距离的要求,或除非因其他原因他能够并愿意使自己适应这些需求。陷入爱河忠诚耐心地等待皮尔·金特归来的索

---

① 参看丹尼尔·施奈德于1943年5月26日于医学研究会宣读的论文,《神经症形式的变移;其对创造性优势以及性的力量的歪曲》。

尔维格是一个理想的伴侣。索尔维格并不期望从他那里得到什么,她表现出的期望会让他像丧失对自己情感的控制那样让他感到害怕。通常他意识不到自己付出的是多么的少,而是相信已把对他而言如此珍贵的未明说的、被忘却的情感给予了伴侣。假如情感距离被充分地保证,他也许能保持一份相当程度的持久的忠诚。他也许会有热烈的性关系,但总是昙花一现很快又结束。这些关系是脆弱的,任何风吹草动都可能让其退缩。

性关系也许对他过于重要,就像一座连接他与别人的桥梁。如果这种关系只是暂时性的且不会打扰他自己的生话,他会去享受其乐。如果这种关系能被放置在专为此类事所划出的狭窄空间里,这类关系可以得到限制。另一方面他也许会采取敬而远之的态度并不允许自己与之有任何牵扯,随之完全假想的性关系可能会取代真实的性关系。

我们上面所描述的所有这些特征在精神分析过程中都会出现。自然,超然的人讨厌这种分析,因为那的确是对私生活的最大的侵扰。但他也同时对能观察自身感兴趣且可能会为能将自己内心复杂的活动显现在自己眼前所吸引。他也许会对梦境的艺术性或无意中与他人交往时所表现出的才能感兴趣。当发现某个假定被证实时他所表现出的快乐与科学家们的毫无二致。他感谢分析医生对他的关注以及在各方面所指出的问题,但讨厌被驱策或“强迫”趋向他所未预见的方向。他经常会提到分析中某些治疗建议的危险性——虽然事实上在他这个病例中这些建议的危险性要比在其他类型中小,这是因为他早已全副武装来防范外来影响。他远不是以证实分析医生的暗示是否可行的理性方式来保护其立场,而是按其习惯性倾向盲目地拒绝一切医生所说的不符合他对自己和生活的总的看法,尽管表面

上做得有礼含蓄。他尤其讨厌分析者竟会希望他无论如何也要做出改变,他当然想消除那些烦扰他的事情,但这必须不涉及其人格的改变。他几乎像无意识地决心要保持自己本来面目那样明确地想观察自己。他对所有外来影响的藐视只是对他态度的一种解释而已,而且还不是最深层的解释。之后我们将了解另外那些解释。自然,他在自己与分析医生之间保持了很大一段距离。很长时间内,分析医生对他而言只是一个声音。在其梦境里,这种分析治疗的情景就如同身处两个大陆之间的两个记者相互打长途电话。初看这样一个梦似乎反映了他感觉医生及其分析过程距他十分遥远——仅仅是被意识到地存在的某种倾向的准确的表达。但由于梦是对解决途径的一种探索而不仅仅是对存在的感觉的描述,这样一个梦的深层涵义是希望自己与分析者以及整个分析过程的联系远离自己——不让这种分析以任何方式触及到自己。

最后一个在精神分析治疗内外都值得注意的特征是保护超然状态不受外来攻击时所表现出的惊人的力量,这也可说是任何神经症类型的共同表现。但在超然型人中这一奋争似乎更加坚韧,几乎是必须调动起所有力量投入的一场生死搏斗。战斗实际上在超然状态受到攻击之前很长一段时间里就以一种很具破坏性的方式开始了。将精神病医生排除在外是其中的一部分。如果医生试图让患者相信他们之间存在某种关系且患者精神上可能会有这方面的某些问题发生并继续,他会遭到后者或多或少完全而礼貌的拒绝,患者至多说出他对医生的一些理性的看法。如果出现一种本能的情感反应,他就不会进一步纠缠了。此外,还存在着一种根深蒂固的不愿任何与人际关系有关的事情被别人拿去分析的抵触情绪。患者与他人的关系总显得

· 暧昧不清以至于医生们经常难以从中获得清晰的印象。患者这种憎恶是可以理解的,他已与他人保持着一段安全的距离,谈论这种事只能让人烦恼、不舒服。重复纠缠这个问题可能会引起公开的猜疑,难道医生想让学生喜欢上社交活动?(这对他可是侮辱之极的事。)如果其后一个时期医生成功地向患者展示了一些明确的超然的弊端,患者会变得害怕而过敏。他可能会想在此时刻进行放弃。如果一切仍被扭曲,患者的反应仍然游离于分析治疗过程以外,如果这些通常平静而理智的人的孤独和自立受到了威胁,愤怒将占据其心灵,抑或会变得骂骂咧咧。一想到要参加某个要求有真正的参予以及不仅仅是支付应得权益的运动或职业团体,绝对的痛苦就会产生。如果他们确实卷了进去,他们可能会像无头苍蝇那样拼命解救自己。与一个生活受到冲击的普通人相比,在寻求解脱方法方面他们要更为老练。如果要他们在爱与独立之间进行选择,正如一位患者曾面临的,他们会毫不犹豫地选择后者。这就提出了另一个要点,他们不仅愿意运用一切可能的方法来防卫其超然,而且他们并不感到自己在这其中有什么过大的牺牲。外在的利益和内在的价值将同样被放弃——有意识地,通过打消一切可能会扰及其独立的愿望;或无意识地,通过自动地禁止。

任何被如此强有力防护的事物一定有其巨大的主观价值,只要我们能意识到这一点,我们就有望理解超然的作用并逐渐在治疗上对患者有所帮助。正如我们已看到的,每一种对待他人的基本态度都有其明确的价值。在趋众心理中,这类人试图为自己建立起一种与外部世界的友好关系;在逆众心理中,他武装自己以在这个竞争性的社会里求得生存;在离众心理中,他希望能获得某种心灵的完整和安宁。事实上,所有这三种倾向

不仅值得追求而且也是我们作为人的发展所需要的,只是当它们表现和发挥作用都局限在神经质的框架里时它们就变得具有强迫性、刻板、唯一性,而且彼此排斥,这虽然还没有完全消除但也极大地贬损了其价值。

从超然中获得的收益确实相当大。重要的是,在所有东方哲学中超然都被视为精神高度发展的基础。当然我们不能把这种理想与神经质超然相提并论。在东方哲学中超然是被自愿选择作为达到自我实现的最佳途径,并被那些能(如果他们愿意的话)过一种不同的生活的人所采用;而神经质超然并不是什么选择的结果,而是来自于内在的强制,是生活唯一可能的方式,然而,某些类似的收益也许能从中得到——虽然其程度主要依赖于整个神经质过程的严重程度。虽然神经症会有某种毁坏性力量,超然的人仍可能保持某种人格的完整。这在一个人际关系总体上友好而真诚的社会里是很难做到的,但在一个充斥着伪善、欺诈、妒忌、残忍以及贪婪的社会里,即使一个心理一点也不强健的人也很易做到人格的完整,而与人保持距离有助于做到这一点。此外,神经症通常使人的心灵不得安宁,而超然则可能提供一条通向安宁的途径,其范围随他愿意做出的牺牲而变化。假如在他的魔圈中感情生活还没有完全丧失,超然还为其提供了一些进行独创性思考和感觉的方法。最后,所有这些方面,结合其对这个世界的观照以及相对较少的心神烦乱都为创造力的发展和展现做出了贡献,如果他有创造力的话。我并不是说神经质超然是创造的一个前提条件,但在神经症的重压下,超然能提供使存在的创造力得以表现的最佳机会。

然而尽管这些收益价值可能很大,它们似乎也并不能成为为何要如此不顾一切地防卫超然的主要原因。实际上,如果因

为某个原因这些收益很小或被伴生的烦扰所掩盖,这种不顾一切的防卫将同样存在。这一观察结果将我们引向更深入的层次。如果超然型患者陷入与他人的紧密联系之中,他会很快垮下来,或用通俗的话说,精神崩溃。我在这里考虑用这个词是因为它涵盖了广泛范围的身心紊乱——官能失调、酒精中毒、自杀尝试、意气消沉、工作能力丧失、精神病发作。患者自己,有时精神病医生也倾向于把这种身心紊乱与某些在“崩溃”以前刚发生的令人心烦意乱的事件联系起来:一位士兵所受的不公正待遇;丈夫在外鬼混回家却矢口否认;某位妻子的神经质行为;一次同性性行为;在大学里默默无闻;过早地为生计而奔波,以及等等此类让人不快的事情。不错,这些问题都会与之有关,治疗时应认真地加以对待并努力发现由某个特别的困境在患者身上会引发什么问题。但仅做这些是远远不够的,因为为何患者会受到如此强烈的影响?为何他整个心理的平衡会被一个总的来看并不比普通的挫折和烦扰更严重的困境所危及呢?这些问题并未得到解决。换言之,即使医生认识到了患者对某个特定的困境是如何反应的,他仍需进一步搞清楚为何在原因和结果之间存在着如此明显的不均衡。

在寻找答案时我们可以发现这样的事实,即超然中涉及的神经质倾向就像其他神经质倾向一样只要在起作用就会给人一种安全感,而反之,就会让人产生焦虑不安。只要超然型患者能与他人保持一段距离他就会感到比较安全。如果因为某种原因他的防护魔圈被穿透了,他的安全就受到了威胁。这样我们就能更接近于理解为何超然的人如果不能保卫自己与他人的情感距离他就会感到恐慌的原因了——此外还应说明的是他的痛苦之所以如此巨大是因为他没有任何其他对待生活的方法,而如



果是这样,他就只能保持孤独并回避生活。在此又是超然所具有的消极的特征使事情变得不同寻常并与其他神经质倾向有所不同。更特别的是,在困境中超然的人既不能妥协也不能进行斗争,既不合作也无自己的主张,既不会表现出爱也并不残忍。他就像一个动物一样不设防,面对危险只有一种应对方式——即逃跑或藏起来。在联想或梦境中有恰当的形象和比拟:他就像锡兰丛林中的小精灵,只要他们躲在森林里就战无不胜,可只要一出来就很易被击溃。他又像一个只被一堵墙防护的中世纪的要塞——如果这堵墙被推倒,整座城池在敌人面前就是不设防的了。这样一个处境从总体上证明了他对生活的焦虑不安是有其理由的,这有助于我们理解他的冷淡总体上是一种防卫,而这是他必须牢牢坚持并尽一切代价加以保卫的。所有神经质倾向本质上都是出于防卫性的动机,但其他两种还以一种明确的方式整合各种努力来处理生活问题,而当超然成为占主导地位的倾向时,它却使人在面对现实生活时变得如此无能,以至于在这段时间里其防卫性特征变得最为显著。

不过防卫超然时的拼命劲头还有进一步的原因。对超然的威胁、“冲垮这堵墙”经常意味的不仅仅是暂时的痛苦,其可能的结果还有精神病发作时的人格的分裂。如果在精神分析治疗过程中患者的超然开始崩溃,那么患者不仅变得非常担心而且会直接或间接地表现出明显的恐惧。例如,存在着一种害怕自己会被乱七八糟的人群所淹没的恐惧,一种根本上担心丧失自己独一无二个性的恐惧。还有一种恐惧是害怕自己无助地暴露在进攻类面前,受他们的高压统治为他们所利用——这是他完全不设防的结果。另外还有第三种恐惧存在,即变得精神错乱。这一恐惧是如此鲜明以至于患者想要有明确的保障以排除这种

可能。精神错乱在此处并不意味着狂暴,亦非对不负责任愿望抬头的反应,而是对被爆裂了的特殊的恐惧的直接表达,通常出现在梦境或联想中。这说明放弃他的超然将使其面对自己的冲突,他将不可能经受得住,而会像一位患者想象的那样就如同闪电劈过大树一样被撕裂。这一假想也为其他观察者所证实。高度超然的人对内在冲突的观点有一种难以遏制的反感。过后他们会告诉精神病医生他们确实不懂当他说起冲突时到底是在谈些什么。无论何时只要医生成功地向他们展示在其内心作用的冲突,他们都会以你觉察不到的令人惊讶的无意识的技巧把话题岔开。如果在他们准备承认此点以前无意中突然认清一个冲突,他们就会感到急剧的恐慌。之后当他们在一个更为可靠的基础上探讨对冲突的认识时,一个更为汹涌的超然的浪头随之而来。

至此我们得到了一个初看会让人糊涂的结论,超然是基本冲突内在的一部分,但也是对抗它的一层防护物。然而,如果我们更具体地分析,这个难题自己又给出了答案。它是对抗基本冲突中其他两个更为活跃的伙伴的一种防护物。在此我们必须重申,基本心理倾向中的某一方面获得了主导地位并不能阻止其他相反的部分存在并发挥作用。我们在超然的人格中甚至可以比在前述其他两种个性中更清楚地看到这种力量的发挥。首先,这些相互对立的斗争显现于整个生命史中。在清楚地接受超然以前,一个这种类型的人通常已经经过了顺从和依赖以及进攻和无情抗争的阶段。与其他两类明确界定的价值观相比他的价值观则多数是矛盾的,加上他对其所认为的自由和独立的始终不变的高度评价,他可能在精神分析治疗过程中的某些时侯表露出对人类的美德、同情心、慷慨大度、自我牺牲的极度欣

赏,而在其他时候又会摇摆到无情的自私自利的弱肉强食哲学。他自己可能也会被这些相互矛盾的观念所迷惑,但通过乔装或其他办法他将努力否认它们相互冲突的性质,对此治疗医生如果没有对其结构的敏锐洞察将极易被蒙混过去。他也许会试图沿着这一个或那一个方向探寻,但都难以深入下去,因为患者一次又一次地躲进超然状态以求庇护,就像关闭了一艘船的舱壁一样让你寻不着入口。

超然型人的特殊的“抵制”是受一个极好的却又简单的逻辑支撑着。他不想把自己与医生联系起来或认识自己作为人的本质;他的确一点也不想分析他的人际关系;他不想面对自身的冲突。如果我们理解他这些前提,我们就会明白他甚至对分析任何此类因素都提不起兴趣。他的前提是清醒地确信只要他与别人保持一段安全的距离,他就不必为自己与别人的关系操心,这种关系中的烦扰也就不会让他心烦意乱;甚至医生说及的冲突也能且应该被扔在一边,因为它们只会给自己带来麻烦;也无需澄清任何事情,因为他无论如何也不会偏离超然。正如我们前面所说的,他这种无意识的推论逻辑上是正确的——每一点上,他所忽视的并且长期拒绝承认的是他不可能在真空中成长与发展。

那么神经质超然十分重要的作用就是使主要的冲突不能发挥作用,这是对超然进行保护最根本的最有意义的目的之所在。作为创造一种伪和谐的多种神经质方法之一,它是主要通过回避来解决问题的一种尝试。但这并不是什么真正的解决,因为对亲密关系、进攻性压倒优势、利用以及胜过别人的强迫性的渴望依然存在,其载体如果不是瘫痪而难以发挥作用,则总是要折磨人的。最终,相互矛盾的价值观依然存在,他也就不可能获得任何真正的内心的平和或自由。

## 第 六 章

### 理 想 化 形 象

我们讨论了神经症患者对他人所持的基本态度,熟悉了他们企图解决冲突,或者更确切地说,把冲突处理掉的两大方式。一是压制住人格中的某些层面而突出其对立面,二是使自身与他人保持足够的距离,使冲突无法产生。这两种方式都引发一种统一感,使个人能发挥作用,即使他本人因此要付出沉重的代价。<sup>①</sup>

这里要说的另一个企图是,创造一个神经症患者认为自己就是那样的形象,或者是他当时感到自己能够是或应该是的一种形象。不管是有意识还是无意识,这一形象总是在很大的程度上远离现实,尽管这一形象对这个人所产生的影响却是实实在在的。而且,这种形象本质上总是带有功利性,就像《纽约人》杂志上一幅漫画所说明的那样。漫画里,一个肥胖中年妇女在镜子里看到的是个苗条的妙龄少女。理想化形象的具体特征各异,为人格结构所决定:美,或者权力、智力、天赋、神圣、诚实或者你的意愿,可能被视为至关重要的东西。这种形象有多大的不现实,就能在多

---

① 赫尔曼·农伯格在《自我的合成功能》一文中对这种追求统一的问题作过探讨,见《国际精神分析杂志》,1930年。

大的程度上使这个人变得傲慢无礼(在这个词的本义上),因为傲慢无礼,尽管是在与“目中无人”同义的意义上使用,却是指把自己没有,或者潜在的而非已经实际表现出的品质硬是归为己有。这种形象越是不现实,就越使得患者变得脆弱、渴望外界的肯定、认可。有些品质,我们肯定自己有,就无需以旁人的话来证实,但是,假冒的东西一旦受到质疑,我们就特别敏感,动辄发怒。

从精神错乱者自以为是的自夸中,可以看到这一理想化形象,但其特征原则上同于神经症患者。当然,神经症患者没那么异想天开,但对他们来说,这一理想化形象却同样跟真的一样。如果我们把远离现实的程度作为区别精神错乱症与神经症的标志的话,那么,我们也许可以把理想化形象视为某种程度上的精神错乱症和神经症的结合物。

理想化形象本质上是一种无意识现象。尽管神经症患者身上的自我膨胀即使在一个没有经过专门训练的观察者眼里都是显而易见的,可他本人就是意识不到。他也不知道是在把多么杂乱的品质奇怪地纠合在一起。他只有一种朦胧的感觉,他是在严格要求自己,但他把这种追求十全十美的要求误认为是真正的理想,根本不管它们是否合适,相反,还挺引以为豪的呢。

这种理想化形象的创造会影响到一个人对自己的看法,但影响方式因人而异,在很大程度上取决于兴趣的中心何在。如果这个神经症患者的兴趣是要让自己相信他与他的理想化形象确实相符,那么,他就慢慢地要自己相信,他事实上是个大师级人物,是个出类拔萃的人,就连他的过错都是神圣的。<sup>①</sup> 如果兴趣集中在实际自我上,而与理想化形象相比,实际自我又是太让

---

① 参见安娜·帕利希《跪拜》,花园城出版公司,1939年。

人蔑视了,那么,自贬的批评就冒头了。因为源于这一贬低的自我图像与理想化形象同样远离现实,所以,不妨称作被贬抑形象。最后,如果兴趣放在理想化形象与实际自我的差异上,那么,他的全部意识所在,我们能观察到的一切,就是他不停地企图把两者联结起来,并鞭策自己朝十全十美的方向努力。如果是这样,他就喋喋不休地重复着原该怎么怎么,唠叨到让人瞠目结舌的程度。他不停地对我们说,他原该感到、想到的事情,原该做的事情,可是他没有那样。就像天真的“自恋狂”一样,他深信自己生来就完美无缺,他流露出这种想法,因为他相信,如果对自己更严格些,更有自控能力,更警觉、更慎重一点的话,事实上,他能够做到完美无缺的。

与真正的理想相反,理想化形象呈现出一种静态特征。它不是他努力想达到的一个目标,而是他敬奉的一种固定想法。理想有动态性,理想能激励人们来接近,对于成长和发展来说,它们是必不可少的有价值的力量。而理想化形象无疑对成长构成障碍,因为它要么就是否认缺点的存在,要么就是谴责缺点。真正的理想使人谦恭,而理想化形象让人变得傲慢。

这一现象——不管如何定义——是早就被发现了。任何时代的哲学著作中都提及过。弗洛伊德把它写进了神经症理论,并用许多名称来命名:自我理想、自恋、超我。它也是阿德勒的心理学的中心主题,不过在那里被描述成对自我情结的追求。要详尽地指出这些概念和我的概念之间的异同,那会太离题。<sup>①</sup> 简而言之,

---

① 对弗洛伊德的自恋、超我、罪恶感等概念的评论,参见卡伦·霍尔奈《精神分析新法》,1939年,W.W.诺顿出版社;也可参见埃利希·弗洛姆的《自私与自爱》,载《精神分析》,1939年版。

所有这些概念都毫无例外地只关注理想化形象的某一方面,而没能把这一形象视为一个整体。因此,尽管不仅弗洛伊德、阿德勒,而且还有许多其他作者——包括弗朗兹·亚历山大、保尔·费德恩、伯纳德·格卢克和欧内斯特·琼斯——发表过中肯的评论,也争论过,但是,这一形象完整的意义及作用尚未被人们所认识。那么,这一形象作用何在?显然,它能满足主要的需求。无论各个作者如何对之作出理论阐释,但有一点共识,即它构建了神经症难以动摇甚至难以削弱的堡垒。譬如,弗洛伊德就认为,一种根深蒂固的“自恋”心理是治疗过程中最为严重的一大障碍。

理想化形象取代了现实的自信和自豪,这也许是他最根本的作用。一个最终患了神经症的人很少有机会建立起最初的自信,因为他有过逃脱不了的让他窒息的种种经历。他可能有的这种自信在他神经症加剧的过程中会受到进一步削弱,因为保持自信的必不可少的条件可能遭到破坏。要扼要地勾划出这些条件是件困难的事情。最主要的因素是一个人的情感力量的鲜活、源源不断,是他自己的真正的目标的拓展,还要具有能成为他自己生活中的一种积极的“工具”的功能。神经症不管怎样引发,上述因素都可能受破坏。神经症倾向妨碍自己决断,因为这时一个人是被驱使,而自己不是驱动者。而且,神经症患者决定自己走什么路的能力会因为他对别人的依赖而不断减弱,不管这种依赖以什么形式出现——盲目反叛、盲目希望出众、盲目地想要远离他人,统统是依赖的表现形式。再一点,通过压抑情感能量的主要部分,他就使它们丧失功能。所有这些因素使他几乎无法确立自己的目标。最后但不是最不重要的一点,基本冲突使他在自己的屋子里和自我分离。被剥夺了这一基本的根基

之后,神经症患者只好夸大他的重要和能量的感觉。这就是为什么相信自己万能是理想化形象的一个永恒的组成部分。

第二个作用与第一个作用密切相关。神经症患者在真空中不感到软弱,但是,在一个满是人的世界里却自感无力,他认为,这里全是随时准备欺骗他、侮辱他、奴役他、击垮他的敌人。因此,他总要拿别人来和自己衡量、比较,不是出于虚荣和任性,而是出于一种痛苦的必要。由于他骨子里感到软弱、渺小——我们后面将会看到——他必须找到某种能让他感觉更好、比他人更有价值的东西。不管是采取何种方式,让自己感到更神圣,或更残忍,还是更充满爱心或更加尖刻,他心里必须感到某些方面有优势、高人一等——不包括任何想占优势的具体的欲望。这一需求主要包含想胜过别人的成分,因为不管神经症的结构如何,患者总感到脆弱,觉得被人瞧不起,受到了侮辱。通过报复来治愈感到受了侮辱的心灵,这种需求可能作用于或存在于神经症患者的心里;可能是有意识的,也可能是无意识的,但在神经症患者需要获取优势这一点上,它是内驱力之一,也赋予它以特殊的色彩。<sup>①</sup> 我们眼下的文明提倡竞争精神,这不仅通过妨碍人际关系在总体上引发神经症,而且具体地助长了这一争先的需求。

我们已看到理想化形象是如何取代真实的自信和自豪的,但是,它还有另外一种取代方式。因为神经症患者的理想是自相矛盾的,它们也就不可能有什么约束力。这些理想黯淡不明,模模糊糊,因而不能给他指明方向。所以,要不是他努力成为自己虚构的偶像赋予他一些生活意义的话,他便会感到生活毫无

---

<sup>①</sup> 参见本书第十二章,“施虐倾向”。



意义可言。这在分析过程中变得特别清楚,因为这时粉碎他的这一理想化形象给他暂时带去一种完全失落的感觉。只有到这个时候,他才认识到在理想方面他的看法的混乱,这就开始给他敲了一记警钟,意识到不可取。先前,他整个无法理解这些,也毫无兴趣,不管他如何就此唱高调。现在,他第一次意识到,理想是有某种意义的,希望发现他本人的理想到底是什么。我以为,这种经历就是理想化形象取代真正的理想的证据。了解这一功能对于治疗意义重大。分析医生一开始可以向患者指出他的价值观的矛盾所在,但要等到理想化形象可以摆脱了,他才能指望患者对这个话题有积极的兴趣,才能着手解决这些矛盾问题。

这一形象有许多功能,其中最主要的一个功能,可以用来解释这一形象的顽固性。如果我们在自己的镜子里把自己看成是道德或智力方面的完人,那么,即使是我们最显眼的缺陷和过失都会消失,或者着上迷人的色彩——就像在一幅好画中,破败的一堵墙不再破败,而是由五彩颜色共同描绘出的一件漂亮作品。

如果我们提一个简单的问题:一个人把什么看作是他的过失和缺点,那么,我们就能更深刻地理解这种防御性功能了。就是这类问题似乎不管用,说明不了什么,因为人们认为回答起来有无数个可能性。然而,有一个比较具体的回答。一个人把什么视为他的缺失,这取决于他在自己身上接受什么、排斥什么。但是,这——在相似的文化环境里——又取决于基本冲突的哪个层面占上风。例如,顺从型的人并不把自己的恐惧或者无助视为污点,而进攻型却会把这类感觉看成耻辱,要把它隐匿起来,不让自己知道,也不让别人知道。顺从型认为自己带恶意的敌对行为是一种罪愆,而进攻型的则把自己较为温柔的情感看作让人瞧不起的软弱。而且,每一种类型都不得已排斥一个事

实:他的优点只是有个虚名而已。比如,顺从型必须否认他不是个真正充满爱心的、慷慨的人这样一个事实,超然型不想承认他远离别人并非出于自己的选择,不想承认他必须离开别人,因为他无法和别人相处,等等。作为一条规则,两种类型都拒绝施虐倾向(后面再讨论)。由此,我们会得出结论,被患者视为缺点并加以排斥的就是那些与占有优势的人对他人的态度不协调的成分。我们可以说,理想化形象的防御功能就是去否认冲突的存在,这就是它出于必要而死活不变的原因所在。我认识到这一点前常常纳闷,一个患者怎么会如此无法把自己看得不那么重要、不那么有优越感一点。但按照现在的思路看,答案就不难找到。他不作丝毫的让步,因为一承认某些缺点,他就要面对冲突,也就会危害到他已人为建立起来的和谐。因此,我们能够看出冲突的厉害程度和理想化形象的死硬之间确实存在的相互联系:一个特殊精致而僵硬的形象允许我们暗示出非常有破坏力的冲突。

在已经指出的四个作用之上,理想化形象尚有第五个作用,同样与基本冲突有关。这种形象在仅仅掩盖冲突不能接受的部分以外,还有一个更积极的用途。它代表一种艺术创造。在创造中,相反的两端以和好的面貌出现,也可能,至少,它们对这患者本人再也不是冲突了。列举一些例子就能说明这种事情是如何发生的了。为避免冗长,我只说一下存在的冲突,以表明它们是如何出现在理想化形象之中的。

某人的冲突的主要层面是顺从——非常需要爱和赞同、受到照顾、变得同情人、慷慨、考虑周到、充满爱心。第二个主要层面是超脱,讨厌参加群体组织,强调独立性,害怕牵连,对压制很敏感。超脱总与人际间亲密的需要发生冲突,在他与女性的关

系中不断引起麻烦。进攻型内驱力也很明显,表现在他想占先,想间断地控制人,偶尔想利用他们一下,不能容忍一点点干扰。自然,这些倾向极大地减弱了他追求爱和友谊的能力,也与他的超脱发生冲突。他不知道这些内驱力,他已经虚构出一个形象,由三个角色的集合体构成。第一,他是个了不起的富有爱心、珍视友情的人——根本不相信任何一个女人会更多地去爱另一个男人,没人有他那么善良,那么好。第二,他是他所在时代的最杰出的领袖,是被人崇仰的政治天才。最后,他是伟大的哲人、智者、罕见的人才,对生活的意义和终极的无用有深刻的洞察力的人之一。

这一形象不完全是狂想的产物。在所有这些方面,患者都有很大的潜力。但这些潜力要提升到完成了的事实的层面上,提升到伟大而独特的成就的层面上。而且,这些内驱力的强制性已经被遮掩,已经被对天生的品质和才能的信念所取代。有的不是对爱和赞赏的神经症需求,而是一种假设的爱能力;不是想出人头地,而是假设有高人一筹的天赋,不是需要远离别人,而是要有独立和智慧。最后,也是最重要的,冲突以下列方式被消除。在现实生活中互相干扰并且使他不能挖掘出自己任何潜力的驱动力被提升到抽象的完美王国,看起来是一个丰富心灵的几个和谐层面,它们代表的基本冲突的三个层次被隔离在构成理想化形象的三个角色里。

通过另一个例子,把冲突因素隔离开来的重要性可以看得更清楚。<sup>①</sup> 某人的情况是,主要倾向是超脱,以一种非常极端的

---

<sup>①</sup> 罗伯特·路易斯·斯蒂文森对双重人格作过经典描述,其《化身博士》的主要内容就是建立在一种可能性上:有可能将人的冲突因素分离开。

形式,带有上一章所描述的所有含义。他顺从的倾向也非常明显,尽管他本人没有意识到,因为这与他对独立的追求太不协调。希望特别出众的种种企求偶尔也会迫不得已地冲破压抑的外壳。渴望人际间的亲密是意识到的,但与其的超脱始终发生冲突。他只能在自己的想象中表现出残暴的进攻性:他沉湎于大屠杀的幻想之中,很坦白地想杀掉所有那些干扰他生活的人;他假装相信一种弱肉强食哲学——力量就代表权利,不顾一切地追求自我私益,这是唯一聪明又真实的生活方式。但在他的实际生活中,却很胆小,只是在某些条件下才表现出猛烈的行动。

他那理想化形象即是下面的奇怪组合。大部分时间里,他是个生活在山顶上的隐士,已经获得无尽的智慧和平静。难得,他也会变成狼人,完全丧失人的感情,表现出嗜血的倾向。而且,好像这两种不和谐的角色层面还不够似的,他还是个理想的朋友和情人。

这里,我们看到了对神经症倾向的同样的否认,同样的自我夸大,同样把潜力误以为是现实。尽管在这一例中,没有要调和冲突的企图,矛盾仍然存在。但是——与真实情况相反——它们看起来是纯而又纯,没有搀杂什么。冲突是隔离开的,所以彼此间互不干扰。这似乎是重要的一点。这样,冲突就消失了。

更完整统一的理想化形象还有最后一个例子:在某患者身上,进攻型倾向占绝对主导地位,并伴有施虐倾向。他是独断专行的,打算利用别人。受一种勃勃野心的驱使,他毫不留情地开始这样干了。他会策划、组织、争斗,有意识地坚持一种十足的弱肉强食哲学。他也绝对远离别人,但他的进攻性驱动力总让他和一群人纠缠在一起,所以,他超脱不了。当然,他小心翼翼,

不让自己卷入任何个人关系,也不让自己享受任何主要由他人贡献的东西。在这一点上,他是成功的,因为对他人所怀有的积极性情感大都被压抑住了,人际亲密的欲望主要通过性渠道来疏导。然而,明显有一种屈从的倾向,伴随着盼望得到认可的需求,这种认可妨碍了他对权力的渴望。还有潜在的禁欲主义标准(主要是鞭笞他人的,但也不自觉地用到他自己头上),和他的弱肉强食哲学格格不入。

在他理想化形象里,他成了身穿耀眼盔甲的骑士,视野开阔,无往而不胜的斗士,永不停息地追求正义。就像一个明智的领袖一样,他从不与任何人确立过分密切的私人关系,而且秉公办事,讲究原则。他诚实、不虚伪。女人爱他,他能成为了不起的情人,但他不拴在任何一个女人身上。就像在其他例子中一样,这里也获取了同样的目标:基本冲突的因子混为一体。

由此看来,理想化形象是解决基本冲突的一种努力,一种与我已经描述的其他努力至少同样重要的尝试,它具有很大的主观价值,可以用作纽带,把一个分裂的人格合拢到一起。尽管只存在于患者心里,但却决定性地影响到他与别人的关系。

理想化形象可称为虚构的或虚幻的自我。但这样说只对了一半,因此,也会产生误导作用。在虚构这种形象时,患者主观想象的成分当然是明显的,尤其是因为这一形象出现在本来可以脚踏实地、置身于现实中的人身上。但这也并未使该形象纯属虚构。这是一种富有想象力的虚构,与现实因素交织在一起,并受它的控制。它通常包含了一个人真正理想的痕迹。尽管那辉煌的成就是虚构的,但是,其下面的潜力倒常常是真实的。更有关联的是,这一形象乃是出于种种内在的需要才虚构起来的,

起了一些真正的作用,对于虚构者的影响是实实在在的。其虚构的过程决定于一些肯定无疑的规律,所以,了解其特征,我们就能对某一患者的性格结构作出精确的推断。

但是,理想化形象中无论有多少胡思乱想的成分,对于患者本人来说,却有着现实的价值。这一形象确立得越牢固,他就越是成为这一理想化形象,而这时,他真正的自我却在逐渐隐退、淡出。由于这一形象发挥的功能所具有的性质,所以,真实图景的这种倒错是注定要出现的。它的每种功能目标就是谦避真正的人格特征,从而突出这一功能本身。回顾一下许多患者的历史,使我们相信,这一形象的虚构常常是救了他们的性命。所以,如果患者的形象受到指摘,他就会抵制,这完全合理,至少是合逻辑的。只要他认为这一形象是真正的,而又不是破碎的,他就会感到自己重要、高人一等、和谐,尽管这仅是些幻觉而已。他会认为有权提出各种要求、各种观点,这是以他假想的优越感为基础的。可是,如果他允许人打破这一形象,他立刻就会受到威胁:他要面对自己的软弱,无权提任何特殊的要求,是个小人物,甚至在他心目中是个可怜虫。更可怕的是,他要面对自己的冲突,面对被撕得粉碎的可恨的恐惧。这可以给他一个机会,使他成为更好的人,比他那理想化形象的荣耀更有价值,是人家对他说的话,但在很长一段时间内,这对他毫无用处。这是他在自己所害怕的黑暗中的跳跃。

理想化形象有这么大的主观价值值得推崇,如果不是它本身也有这么大的弊端的话,其地位是无懈可击的。由于其中的虚构因素,整个“大厦”一开始就特别的摇摇欲坠。这是一座安了炸弹的宝库,使个人非常脆弱,不堪一击。一旦受到外界的任何质疑或者批评,一旦知道自己没能达到这一形象的要求,一旦

发现在他身上起作用的种种力量,他就会“爆炸”或者垮掉。他必须限制自己的生活,以免遇到这些危险。他必须避免去他可能会受不到敬拜或认可的场合。他只好避免完成他不敢肯定不能完成的任务。他甚至对所有努力都有一种强烈的反感。在他这个天才眼里,他能画出一幅画这一想法就已经是一幅杰作了。任何普通人只要凭借辛勤的努力就能取得些许成绩。可他呢,要他像某某人那样苦干,就是承认他并非大师级人物,这是丢人的事情。然而,事实上,没有耕耘,哪来收获?他一直情不自禁要去追求的目标就这样,被他的心态搞跑了。他的理想化形象和真实自我之间的鸿沟由此更深了。

他依赖于外界的不断的肯定、认同、羡慕、恭维,可这些东西不过能给他以短暂的信心。潜意识里,他可能仇恨任何趾高气扬的人,仇恨任何在某一方面超过他的人,比如更有魅力、心态更平衡、消息更灵通些,这种人有破坏他对自己的看法的危险。他越相信自己就是那理想化形象,这仇恨就越深。或者,如果他自己的傲气受到压制,他就会盲目地羡慕那些公开自认为重要并通过傲慢举止表现出来的人。他爱的是在这些人身上看到的是自己的形象,当他意识到(他肯定会以这样那样的方式意识到的)他如此敬仰的神其实只对他们自己有兴趣,而他们不过是喜欢他在他们的祭坛里烧的香,这时,他就跌入了失望之谷。

很可能,最糟糕的缺失是接下来与自身的疏远。我们不可能压制或消灭自身的基本部分而不变得与自身疏远。就是那种由神经症过程逐渐造成的变化才使神经症在不知不觉的状态下出现的,尽管它有自身的基本特性。患者根本就是遗忘了他真正感觉到的、喜欢的、排斥的和相信的东西。一句话,遗忘了他究竟是什么样的人。他都不知道,就过起理想化形象的人

过的生活了。J.M.巴里的《汤米和格里泽尔》中汤米比任何临床描述都更能说明这一过程。当然,患者不可能这样办而不被由无意识托辞和合理化作用织成的“蜘蛛网”所死死缠住,生活起来茫茫然无头绪。患者失去了对生活的兴趣,因为生活的人不是他;他无法作出什么决定,因为他不知道究竟想要什么;如果困难涌来,他也许会充满一种非现实感,发现自己的虚幻——这是他一直对自己不真实的状态的重要体现。为了解这一状态,我们必须意识到蒙住内心世界的虚幻面纱终究要被冲破的。有个患者最近说过:“要不是真实世界添乱,我会很好过的。”这恰好概括出了整个情况。

最后,尽管创造出理想化形象是要消除基本冲突,而且在一定程度上也确实达到了目的,可同时,却造成了新的比本来更加危险的人格裂痕。大致来说,某人创造出自身的理想化形象,那是因为他容忍不了他真正的形象。创造理想化形象表面上看是为了与自己的真实形象抗衡,但过于抬高自己之后,他便更加无法容忍真正的自我,便开始恼怒它、鄙视它,达不到自己设定的无法实现的目标时,就焦躁不安。于是,他就徘徊于自我美好和自我鄙视之间,毫无可靠的中间地带可以依赖。

这样,一种新的冲突又出现了,双方分别是强迫性的、矛盾的企望和一种由内心失调强加的内在专断。他对内在专断作出反应的方式就跟一个人对类似的政治专断作出反应一样:他可能会认同,就是说,他感到自己就像独裁者对自己说的那样自己是很棒的、了不起的、很理想;或者,他会谨小慎微地去努力达到要求;或者他会反抗那种威逼,拒不履行强加上来的义务。如果是第一种反应,我们得到的印象就是个“自恋”的人,接受不了批评,于是,就发觉不了业已存在的裂痕。如果是第二种反应,这



就是个完美主义者,即弗洛伊德的超我型人物。第三种反应,他似乎对任何人、任何事都不负责任,行为古怪、无责任感,像个否定论者。我说似乎是,或者外表上看起来是,我是经过考虑的,因为不管他的反应如何,他本质上一直是烦躁不安的。即使常常相信自己是“自由自在的”反叛型人物,也同样在他希望推翻的强制性标准下面累死累活地干着,当然,他仍然被操纵在理想化形象手里这一事实可能只表现在他把这些标准作为鞭子抽打在别人身上的时候。有时,一个人会从一个极端走向另一个极端,阶段性地重复着。譬如,他有时可能超人的“好”,但如果没能从中得到惬意感,他就会摇摆到疯狂对抗这些标准的反面。也可能,他从看起来是毫无保留的自我美化移到完美主义上去。更多的情况是,我们看到这些不同的态度集为一体。这一切都说明——用我们的理论能够解释——所有这些企望都不能令人满意;它们注定要失败,我们必须把它们视为在容忍不了的情况下的“突围”,就像处在其他不能容忍的情况下一样,最不相似的方法都交替用过了。如果一种不行,就更换一种。

这些后果一起筑起了反对真正发展的一个有力的障碍。患者因为看不到自己的错误就无法从中学到什么东西。尽管他不同意,实际上,他注定要对自己的成长失去兴趣。他谈及成长时,潜意识里想的只是要塑造一个更趋完美的理想化形象,没有丝毫缺陷的形象。

因此,治疗的任务就在于使患者详尽地知道这种理想化形象,帮助他逐渐理解它所具有的功能、主观价值,把它所必然招来的痛苦展示在他面前。这样,他就会开始考虑自己付出的代价是否太大了。但是,只有当创造这一形象时的种种需求大幅度减少时,他才会放弃这一形象。

## 第 七 章

### 外 表 化

依我们所见,神经症患者为了跨越真实自我与理想化形象的差距所采取的一切伪装最终是如何扩大了这个差距。但因为此形象的主观价值极大,所以他必须不懈地做出努力使自己能够接受它。他为此作出的努力方式多种多样,有许多种将在下一章讨论。这里我们将着重探讨一种不大为人所知的方式,其对神经症结构的影响尤为重要。

这种方式我称之为外表化,它是指这样一种倾向:患者将内在的过程感受成好像是发生在个体外部,因此通常以这些外部因素来解释自己的精神障碍。它与理想化行为即逃避真实自我的意图不谋而合。然而,不同的是,理想化行为对真实人格的再认识和再创造的过程依然停留在自我范畴内,外表化行为则意味着全然放弃自我领域。简单地说,患者会逃避基本冲突,在理想化形象里寻求寄托;然而一旦真实自我与理想化自我之间的差距达到一个不可容忍的冲突程度,他便不再依靠自身因素,而只有完全逃离自我、把每一件事物都看成发自我外部。

在此出现的某些现象属于投射行为,意为个人精神障碍的

客观化<sup>①</sup>。投射通常指当主观上不接受某些倾向或品质时便将责备和责任转嫁他人,比如自己有背叛、野心、主宰、自以为正直和懦弱等等的倾向,便怀疑他人有这些倾向。在这种意义上,该术语是完全可以接受的。然而,外表化是个更为广泛的现象,而责任的转移只是其中的一种。患者不仅把自己的缺点当作是他人的,甚至或多或少地将自己的一切感受都当作是他人的。一个有外表化倾向的人会对弱小国家的受压迫者深感烦扰,却意识不到自己感受的压迫。他感受不到自己的绝望而会强烈地从他人身上感受到。在这种关系中,尤其重要的是他浑然不觉自己对自己的态度,例如,他明明在生自己的气,却觉得别人对他生气。或者,与其说他是别人发火不如说是对自己发火。再者,他会将自己的烦恼连同他的愉快心情和成就统统归于外界因素。他会把失败归于天意,成功归于偶发环境,高昂情绪归于明媚天气,等等。

当一个人感到他的人生,无论是好是坏,都由他人来定夺,他便执意要转变、改造、惩罚他们,保护自己免受他们的干扰,或者去吸引他们,这些举动都是合乎逻辑的。据此,外表化是一种依赖于他人的倾向——然而不同于对温情的病态需求所引起的依赖性。它也是一种过于依赖于外界环境的倾向。无论他居于闹市或郊外,节何种食,睡得早或迟,为哪个委员会工作,这些选择都至关重要。他因此带有了荣格所称的外倾特征。但是荣格认为外倾是气质性倾向的片面发展,而我认为这是通过外表化试图消除未解决之冲突的结果。

---

① 这一定义是 E. A. 斯特莱克尔和 K. E. 阿贝尔提出的,见《发现我们自己》,1943 年,麦克米伦出版公司。

外表化的另一必然结果是患者意识到一种吞噬人心的空虚感。但这种感觉又发生了错位。他并没有在情感上感到空虚，而是在胃里感到了它，并通过强迫性的饮食努力地消除它。或者他会担心他体重的减少会使他如一片羽毛般飘来荡去——他觉得经受不起任何狂风暴雨。他甚至会说如果袒露一切，他只不过是空壳一枚。患者的外表化倾向越是严重，他就越发变得虚无飘渺、漂浮不定。

这个过程的分析就到此为止。现在让我们来看看它是如何具体地有助于缓解自我与理想化形象之间的紧张关系的。因为无论一个人的自我意识有多强，这两者之间的差异都会在无意识中提醒他注意：他越是成功地接近那个形象，这个反应便越是无意识。最常见的是，它表现在自我轻蔑、自我恼怒和压抑等情绪中，这一切情绪不但令人极度痛苦，而且还以各种方式丧失人的生存能力。

自我轻蔑的外表化倾向以两种形式出现：一种是鄙视他人，一种是自觉被他人鄙视。两种形式通常是并存的，哪一种更显著，或至少更被觉察到取决于神经症患者性格的整体构造。一个人越是具有进攻性，他就越自以为是，高高在上，也就越容易鄙视他人，也就越不可能想到受到了鄙视；反之，他越是具有顺从性，他因达不到理想化形象而产生的自责便越容易觉得自己对他人一无是处。后者的影响破坏性极大。它使人害羞、呆板、退却。它使人感激声不断——为一点好意和赞扬低三下四地道谢。同时，他又甚至无法接受真诚的友善，而糊里糊涂地认为自己不该得此宽待。他对高傲自大的人没有抵抗力，因为他自身有一部分与他们一致，他觉得自己受到鄙视是理所当然的。自然，如此反应会滋生怨恨，一旦日积月累地受到抑制便会产生爆

炸的能量。

尽管如此,通过外表化形式体验自我轻蔑具有明显的主观价值。自我轻蔑的体验将摧毁神经症患者建立起的假自信,并将他置于崩溃的边缘。被人鄙视固然令人痛苦,但总有能够改变他们态度的希望,或者心存良好期望认为他们并不公正。当被鄙视的正是自己,所有这一切都无济于事。这里没有任何求助的余地。神经症患者无意识中感到的一切无望之感都将显露出来。他不仅会开始贬低自己的实际弱点,还会觉得自己就是值得贬低的。因此,即使他的优秀品质也会被打入自卑感的深渊。换言之,他会自觉自己就是可鄙视的对象;他将此认作一件不可改变、无能为力的事实。对此,治疗过程中有一可取之处,即不触及自我轻蔑感直至患者的无望情绪消失,并不再执着于理想化形象。至此,患者才能够正视他的自卑,并逐步意识到他的自卑感并非客观事实,而是自己的主观感受,源于自己的冷酷无情的标准。对自己采取更加宽厚的态度后,他会发现情况并非不可改变,他所反感的品质也并不真的值得鄙视,而是他最终能够克服的精神障碍。

如果我们忘记了保持本人即是理想化形象的幻觉对于他是何等重要的话,我们就很难理解神经症患者的自愤情绪或它呈现出的范围。他为达不到这个形象而感到绝望,也肯定要对自己恼怒,这一事实归于该形象所一贯具有的无所不能感。无论他童年时的境遇如何的不利,作为全能者的他理应能够战胜。即使他理智地认识到他有很大的精神障碍,他仍然为无法排除它们而感到既无奈又恼怒。在他面对冲突的驱动,意识到甚至他也无力实现矛盾着的目标时,这种恼怒便达到一个极点。这

就是为什么他会在突然间发现一个冲突而使他陷入极度痛苦中的原因之一。

**自我愤怒**的外表化形式主要有三种。当患者毫无节制地发泄不满时,就将愤怒宣泄到自身之外。这样,它变成了对他人的愤怒;或者表现出一般的愤怒,或者直冲他人身上具体的缺点,而这些缺点正是他反感的東西。以下例子可以说明这一观点。一名患者抱怨丈夫优柔寡断。尽管他的犹豫不决表现在一件琐事上,而她却要大发雷霆。了解到她自己也是优柔寡断时,我指出她在毫不留情地披露和责备自己身上的这一弱点。听我这一分析,她突然发疯似地怒火中烧,恨不能将自己撕得粉碎。理想中的她原本刚强过人,这一事实使她无法容忍自身的任何弱点。这种反应,尽管颇具戏剧化特征,但在下一次询访中却被忘得一干二净。她刹那间意识到了她的外表化倾向,但还不准备就此罢休。

第二种方式表现为患者常常有意无意地害怕或担心自己难容的缺点会激怒他人。当一个人确信他的某种行为定会招致强烈的敌视而结果对方并未表示敌视,他简直会感到大惑不解了。又例如,患者的理想化形象是像维克多·雨果笔下《悲惨世界》中的主教一样仁慈和善,她大为惊奇的是每当她果敢行事,甚至面带怒色时,人们反倒更喜欢她,而不是扮演圣人般的角色。从这类理想化形象中可以推测出顺从是患者的主导倾向。事实上,这种外表化形式导致的主要后果之一是助长了顺从心理,它说明了各神经症倾向之间如何不断恶性循环地相互增长。强迫性的顺从得到增长,因为理想化形象,包含上述圣人般的结构成分,驱使他更加地自我谦避。所产生的敌视冲动将引起自愤情绪。而愤怒的外表化因导致了对他人进一步的恐惧又反过来加

强了顺从心理。

将愤怒外表化的第三种方式集中表现在身体失调上。自我恼怒显然会引发相当严重的身体紧张,表现为肠疾、头痛、体乏等现象。具有启发性的发现是,当有意识地觉知愤怒时,所有这些症状即刻消失。对这些身体表症我们是称之为外表化呢,还是仅将之看作压制愤怒造成的生理反应,对此人们表示疑虑。但是我们不能撇开患者对这些表症的利用。通常,患者非常希望将他们的心理疾病归于生理疾病,然后将生理疾病归于某个外部因素。他们心理上并无异常,他们只是想证实一下:由于不当的饮食而患了肠疾,由于超量工作而引起疲乏,或者由于空气潮湿而染上风湿症,以此类推。

神经症患者通过外化愤怒得到了宣泄,同样的情况出现在自我轻蔑中。但有一点必须补充说明:如果我们不能认识到这些自毁冲动真正具有危险性,我们将不会完全理解他的病情会严重到什么程度。第一病例中列举的患者只是一时间有要将自己撕碎的冲动,而精神错乱者却真的会付诸行动,毁掉自己。<sup>①</sup>如果不通过外表化行为,可能会出现更多的自杀者。可以理解的是,由于弗洛伊德意识到自毁冲动具有强大的能量,才设立了自毁欲这一说法(死亡本能)——虽然这一观点阻碍了他真正理解自毁行为,从而也少了一种行之有效的治疗法。

内心压制感的强度取决于患者的人格受控于理想化形象的程度。过高估计这种压力是困难的,这比任何外部压制更糟,因为后者还允许保持内在自由。患者多半是不会意识到这种感觉

---

<sup>①</sup> 卡尔·门林格尔对此观点进行了大量举证,见于他著的《人对抗自己》,1938年,布林斯出版社。然而,门林格尔是从一种完全不同的角度来探讨这一现象的。他依循弗洛伊德的观点,认为人有一种自毁本能。

的,但我们可从情绪的消释和内心自由的获得来判断它的强度。压制感一方面可以通过对他人施加压力得以外表化,它产生的外在效果与病态的主宰欲相类似,尽管两者是并存的,但区别在于:内心压力的外表化并不主要是要求他人服从。它主要表现在将同样使自己苦恼的标准强加于他人,而不考虑这样会不会使他人痛苦。清教徒心理正是这样一个众所周知的例子。

同样重要的是,这种内心压迫的外表化表现在对外部世界过于敏感,以致于有些像强迫。每个善于观察的人都会知道,这种过于敏感是普遍存在的。并非所有的过于敏感都源于自我施加的压制感。通常有一种因素,即在他人身上体验到自己的权力欲,因而表示忌恨。在超然型人格中,我们首先想到的是患者强迫性坚守他的独立性,这必然使他对外界压力感到敏感。将无意识的自我强加的束缚外表化是一种隐藏得更深的病因,是更容易被分析医生忽视的问题。尤其值得遗憾的原因是它潜在地影响到患者与分析医生之间的关系。患者有可能拒不接受分析医生的任何建议,即便在他分析了他敏感症的种种更多明显的原因之后。在这一局势中不合作斗争变得愈加严重,因为分析医生就是想在患者身上发生变化。他诚恳地告诉病人,他只是想帮助他去进行自我矫正,去挖掘内心的生命之泉,但这种声明无济于事。患者会不会屈从于医生偶尔施加的影响呢?事实是,由于患者不真正了解自己,也就无法判断该接受什么,该拒绝什么;尽管医生小心翼翼不向病人强加自己的观点,但仍然毫无用处。由于病人也不知道自己是因苦于内在的压制而表现某种症状,所以他只能不加分辨地反对改变他的任何外界意图。毋庸讳言,这种徒劳的斗争不仅见于分析过程中,也必定或多或少地发生在任何与他人的亲密关系中。只有对患者这种内心活



动过程进行分析,才能最终把作怪的幽灵赶走。

使问题复杂化的是,患者越是屈从于他的理想化形象对他的苛刻要求,他便越将这种顺从外表化。他会急不可待地达到分析医生——或者别的什么人——所期望于他的,或自认为是他们期望于他的一切。他会表现得软弱可欺,但在同时又暗自积累对压制的怨恨。结果是他会最终认为人人都处于支配他的地位,因而变得怨恨一切。

那么,一个外化内心压抑的人有何所得呢?只要他相信压力来自外部,他就可以反抗,即便只是作思想上的保留。同样,外部施加的限制是可以避免的;也可以保留自由的幻觉。但以上列举的因素更为重要:承认内心压抑即意味着承认自己并非理想化形象,从而引出所有麻烦。

这种内心压抑是否或以多大程度表现在身体症状上,这是个有趣的问题。凭我的印象它会导致哮喘、高血压和便秘,但我这方面的经验还有限。

各种与理想化形象对立的外表化特征留待我们作一番探讨。总体说来,这些特征的外表化是通过投射而实现的,也就是说,患者觉得是他人的特征,或觉得是因为他人自己才有这些特征。这两种过程不一定同时出现。在以下病例中,我们要再次讨论有关问题以及众所周知的情况,但这些实例将有助于我们更深地理解投射的含义。

一位饮酒过度的患者 A 抱怨他的情人对他不够关心体贴。据我所知,这种抱怨是没有根据的,或者无论如何也没到 A 所抱怨的程度。他本人经受着一种冲突,一方面在外人看来他顺从、温和、慷慨,另一方面又盛气凌人、斤斤计较、骄傲自大。在此体现了进攻倾向的投射现象。但为何会出现投射现象呢?理

想化形象、进攻倾向仅仅是力量型人格的自然成分,而最显著的特征是善良——他认为自圣·弗朗西斯以来再也没有人比他更善良了,也再没有出如此理想的朋友。那么,投射是不是巩固了他的理想化形象?当然是的。但这种投射也允许他实现自己的进攻倾向而又无须认识这点,因而避免了面对冲突。这里,我们看到一个陷入了难解困境中的人。他不能放弃他的进攻倾向,因为它们具有强迫性。他也无法放弃理想化形象,因为这是他的精神支柱。投射是一条摆脱困境的途径。它因此反映了一种无意识的二重性:它使他可以保留骄傲自大的要求,同时又可以做理想化的朋友。

该患者也怀疑他情人的不忠。关于这一点没有任何证据——她对他忠心耿耿,就像母亲对待儿子。事实是他自己沉湎于昙花一现的桃色事件,只是对此守口如瓶。在此人们会想到他由己推人而产生了报复性恐惧心理。当然他需要为自己开脱。同性恋倾向的潜在投射这一想法并不有助于说明这种心理状态。我们可以从他对自己不忠行为所持有的特有态度上找到答案。桃色事件并没有被遗忘,但细细回想起来已不再清晰。它们已不再是活生生的体验。另一方面,那个女人的不忠行为却显得格外生动。在此,他的体验被外表化了,其作用如前一例一样,都使他既可以保持理想化形象,又可以随心所欲。

玩弄政治和行业组织中的权力政治可以作为另一例证。这种操纵的动力经常由有意识地削弱对手、巩固自己地位的企图驱使,但也来自一种无意识的两难心境,与以上陈述的相似。如果是这样的话,这种争权夺利的行为就是无意识的二重性的一种表现形式。它使人在这种争斗中使出全部伎俩和花招而又不玷污其理想化形象,同时又提供一种极佳途径将自愤和自蔑的

情绪统统宣泄到他人身上——最好宣泄到他最想击败的人身上。

我将指出一种责任可以转嫁他人而他人并不带有患者自身精神障碍的常见方式,以此作一结论。许多父母一旦意识到某些自身的问题便立即想到童年,从中得出全部解释。他们敏感于压制,因为,他们诉说到,他们的母亲专横跋扈。他们易受侮辱,因为童年时遭受过侮辱;他们怀有仇恨心理,因为小时候受到过伤害;他们畏葸不前,因为少时不被人理解;他们有性压抑,因为是在清教徒环境中长大,等等。我不准备在此提及分析医生与患者探究早期影响的谈话,而想说过分热心探索童年只是没完没了的重复,同样也是漠视于探讨对当前患者起作用的那些因素。

由于受到弗洛伊德过于强调遗传观点的支持,所以让我们仔细研究一下它有多少是建立在事实上,有多少是建立在谬论上。的确,患者神经症的发展始于童年,而他所能提供的一切数据与已发生的对这类特殊神经症发展的认识有关。的确,他对自己的神经症不负有责任。客观环境的影响是他无能为力的。在不久要讨论的原因中,分析医生必须明确这个观点。

谬论在于:患者对基于童年建立起来的那些因素缺乏兴趣。然而,这些因素现正对他发生作用,并潜伏在当前的精神障碍中。例如,童年时他目睹周遭虚伪的人或事,这可能是使他现在变得愤世嫉俗的部分原因。但若他单把他的愤世嫉俗与早期经历相联系,他便忽视了当前愤世嫉俗的需要——一种源自因理想间的背离而自我分离的需要;他因此不得不放弃所有的价值观来试图解决那个冲突。另外,他要承担承担不了的责任,而当他应当承担时又拒不接受。他一再强调早期经历的影响,以便

安慰自己他的某些缺点确实是由不得自己而产生的,同时他又觉得他本应安然无恙地走出早年不幸的阴影——正像出污泥而不染的百合花。为此有一部分应归咎于他的理想化形象,因为它不允许他接受有缺点或过去、现在发生了冲突的自我。但更重要的是,他喋喋不休地说起童年是一种逃避自我的特殊方式,这使他仍然保持一个渴望自省的幻觉。因为他使它们外表化了,他感受不到作用于内心的这些因素;他也无法想象自己是积极把握一生的人。既然不能推动自己,他便将自己看成一个一旦滚下山去就必须一直滚下去的球体,或者看成一只作实验的南美豚鼠,一旦受制将终身难脱。

患者片面强调童年这一现象明确地表现了他的外表化倾向,以致于每当我面对这种态度时便知道:这是一个完全和自己疏远的人,并继续要逃离自己的人。而我的预见至今还没有过差错。

外表化倾向也出现于梦中。如果分析医生以监狱看守的形象出现在患者的梦里,如果丈夫“砰”地关上梦者想穿过的门,如果发生了意外或出现了障碍妨碍了实现一个梦寐以求的目标,这些梦即是表明患者的一种企图:否认内心冲突而将它归咎于某个外界因素。

具有广泛的外表化倾向的患者分析起来特别困难。正像他会去看牙医一样,他会去找分析医生,期望他做一件其实与自己无关的差事。他关心的是他妻子、朋友、兄弟的神经症状,而不是他自己的。他滔滔不绝地谈起他的生活困境,而不肯检查自己在其中的原因。倘若他妻子不那么神经过敏,或他的工作不那么令人烦恼,他便会认为一切都很正常。有相当一段时间内他浑然不觉他的内心正发生着情绪波动:他怕鬼,怕贼,怕电闪

雷鸣,怕身边恶意中伤的小人,怕卷入政治漩涡,但却从不怕自己。他至多关心的是可以给自己提供一些知识和艺术乐趣的问题。但是可以这么说,只要从精神上讲他并不存在,他就不可能将获得的心得运用到实际生活中。因此,尽管他对自己的了解多于他人对自己的了解,他的改变还是微乎其微的。

因此,外表化实质上是一种积极的自我消除过程。其可行性的原因完全在于:患者疏离了自我,而这种疏离是神经症发展过程中所固有的现象。随着自我的消除,内在冲突也从意识中排除是自然而然的。外表化使患者对他人充满责备、恶意和恐惧心理,结果以外在冲突取代了内在冲突。更确切地说,外表化大大加重了最早引起神经症的冲突:个体与外部世界之间的冲突。

## 第 八 章

### 伪和谐的辅助法

常见的情况是,撒一个谎通常会再撒第二个谎,然后又用第三个谎来支撑第二个谎,依此下去直到一个人被缠在蛛网般的谎言中不能逃脱。如果缺乏对问题追根究底的决心,这类事情会随时随地发生在一个人或群体的生活中。胡拼乱凑或许能派些用场,但这会导致新的问题,所以反过来又需要一个权宜之计来临时应付。这正如神经症患者试图解决基本冲突一样;在神经症患者这里以及在前面的情况中,并没有出现确有益处的东西,尽管表面情形发生极大的改变,而原先的精神障碍还是又凸现出来。而神经症患者的举动——他是情不自禁——就是将一个伪解决加在另一个伪解决之上,一个个重叠起来。正像我们所见的那样,他会试图使冲突的一面格外突出,而他的分裂状态一如从前。他会采取极端措施将自己与他人完全疏远;但尽管他远离了冲突,他的整个生活基础却是摇晃不定的。他创造了一个理想的自我,他在其中俨然一副成功和完整的形象,但同时也制造了一个新的裂缝。他试图摆脱纷争消除内在自我以弥补那个裂缝,却自觉陷入了一个更为难堪的困境。

需要采取更进一步的措施来支撑这种失衡。患者继而采取

任何一种无意识的方法,这些方法可归类为盲点作用、分隔作用、合理化作用、过分自控、自以为是、捉摸不定和犬儒主义。我们准备逐个讨论这些现象——这是份太细致的工作——而仅将揭示这些方法是如何运用在对付冲突上的。

神经症患者的实际行为与他的理想化形象之间的差异是如此显著,以致于我们会诧异他居然对此视而不见。但除了一点看起来外,他甚至对眼前的矛盾也毫无知觉。这种盲点现象是针对最显而易见的矛盾的,它首先引起我对我所描述的冲突的存在和相关问题的注意。比如,一名具有顺从型所有特征的患者自认为具有基督品德,有一次却用随便的口气对我说,他在职员会议上恨不能用枪把那些同事一个个地射杀。诚然,诱发这类类似杀生念头的毁灭欲在当时是无意识的。但问题是,这个杀人念头——他解释为“玩玩”——丝毫也没有影响到他基督般的理想化形象。

另一名患者是位科学家,他自认为对工作忠心耿耿,堪称是他领域里的改革者。但在选择出版哪些作品时因完全受了功利的支配而推出他觉得最能引起喝彩的论著。他无意作假——只是同样不知道这中间有什么矛盾。同样地,一个在理想化形象中和善而直率的人对取一个女子的钱将之用于另一女子的行为不以为然。

显然,在这些病例中,视而不见的功能是将潜在的冲突排斥在觉知之外。令人惊讶的是该行为可能达到的程度,而当这些患者既有文化又有心理学知识时就更让人吃惊了。说我们都倾向不理睬我们不想见的事肯定不是足够的解释。我们应当补充一句:我们对事物视而不见的程度取决于我们对此怀有多大兴

趣。总而言之,这种人为的视而不见简单明了地表示我们是如何反感承认冲突。但真正的问题在于我们如何能试图忽视如以上例证中那样显著的矛盾。事实是存在着非有不可的特殊条件。其中的一个条件就是对我们自身的情感体验麻木不仁。另一个条件已由斯特莱克指出,表现在喜欢隔居。斯特莱克在提供了盲点作用的例证时也提及这种逻辑周密的隔离划分法。一块留给朋友,一块留给敌人,一块留给家庭,一块留给外人,一块留给职业,一块留给私生活,一块留给上流人士,一块留给市井小人。因此,块与块之间发生的事在神经症患者看来并不显得相互抵触。一个人只有在他因有冲突而失去了整体感的情况下才可能依此生活。因此分隔化现象既是因冲突而自我分离的结果,也是因不愿承认冲突而设的防卫手段。该过程并非不像理想化形象病例中所描述的情形:矛盾依然存留,但冲突悄然离去。很难说这类理想化形象是否可以解释分隔化现象或正好相反。然而,似乎可能的是,隔居的事实是根本性的,它导致了理想化形象的创造。

为了解此现象,必须考虑到文化因素。人在很大程度上仅仅是复杂社会机制中的一个齿轮,与自我的疏远几乎成了普遍现象,而人的价值观也已经衰退下去。由于我们的文明中存在无以计数的显著矛盾,便产生了对价值观念的普遍麻木现象。价值标准已不再受到重视,以致于我们不会,比如,因看到今天还是一个虔诚的基督教徒或一位忠诚的父亲明天却俨然成了恶棍一条而大惊小怪了。我们周围极少有人格完整的人形成对我们分裂状态的对照。在精神分析工作中,由于弗洛伊德丢开道德价值——这个将心理学看成自然科学的结果导致了分析医生与患者一样看不清这类矛盾。分析医生认为有自己的道德观或



对患者的道德观表示兴趣是“非科学的”态度。但事实上,许多理论体系都承认矛盾的存在,不一定仅仅局限于道德范畴内。

合理化作用可定义为通过推理的方式自我欺骗。合理化现象主要用来替自己辩护或将自己的动机和行为与约定俗成的意识形态看齐,这个通常的想法只在某种程度上合理;其含义是生活在同一文明中的人们都沿着同一准则进行合理化,而实际上,被合理化的内容和方式因人而大不相同。当我们把合理化现象视为神经症患者试图创造伪和谐的一种方式时,它才是自然而然的。建立在基本冲突之上的每个防卫支撑点上都在运行着这种合理化作用。患者的主导心态因推理得到加强——那些显现冲突的因素要么被他减少到极点要么被改头换面,使它们掩盖冲突。当我们把顺从型与进攻型的人作一对照时,将发现这种自欺的推理行为是如何为人格的合理化推波助澜的。顺从型把乐于助人的欲望归于自己的同情心,虽然可看出他有强烈的主宰倾向;而如果这些主宰倾向过于明显,他便将之合理化为焦虑心理。进攻型的人在帮助他人时坚决否认任何同情心,并将他的行动完全归于权宜之计。理想化形象总是需要大量的合理化行为作为支撑:实际自我与理想化形象间的差距必须被推理成是不存在的。有外表化倾向的患者竭力证实外界环境的影响,或证明那些本人不愿接受的性格特征仅仅是对他人行为的“自然”反应。

过分自控的倾向可表现得很强烈,有一度我将它列入早期神经症倾向之一。它担当起防范矛盾情感冲击的大坝作用。虽然它在早期表现出有意识的意志行为,而后来便通常变成或多或少的自动行为了。患者在对自己施加控制时,不允许自己因

热情、性冲动、自怜或愤怒而失去自制力。在分析过程中,他们不善于作自由联想;他们不会饮酒提神,宁愿忍受痛苦也不愿接受麻醉。一言以蔽之,他们竭力要克制所有的自发性。该特征最易发生在有明显冲突的患者身上。通常,这些人还没有采取任何有助于消除冲突的步骤:既没能明显地表现出一种主导态度,压倒其余与此相冲突的态度,也没有培养起足够的超然态度使冲突无法发生作用。这些人仅靠理想化形象支撑着;而该支撑力如果没有要建立内在统一的努力的支持显然是不够的。这个形象如果以相互矛盾的因素组成一个混合体,它将是特别脆弱的。这时,就需要有意识或无意识地运用意志力来控制冲突的倾向。由于最具破坏性的倾向是由愤怒引起的暴力,他就要使出最大力量来克制愤怒。这便导致了恶性循环的产生;那个愤怒,由于受到压制便积聚了爆发力,这个爆发力反过来需要更多的自控来抑制那个愤怒。如果医生让患者注意他的这一过于自控行为,他会开脱说自控是任何文明人的美德和必须做到的事。他忽略了他的自控是强迫性的。他不由自主地以最刻板的方式加以控制,并且唯恐它失效。这种恐慌表现出害怕自己神经失常,这清楚地说明控制的作用在于抵挡被分裂的危险。

自以为是是有两方面功能,一是从内消除疑虑,二是从外消除影响。疑虑重重和优柔寡断常常是冲突未能解决的伴随物,它们可达到的强度足以瓦解患者的整个行动。在此状态中,患者自然容易受到外在因素的影响。如果我们信仰真纯,我们就不会轻易动摇;但倘若我们的人生处于十字路口,对前进的方向犹豫不决,外界力量便容易成为主导因素,即便这是暂时情形。另外,优柔寡断不仅体现了一种行动过程,也包含着对自身、个人权利及价值的怀疑。

所有这些优柔寡断减损了我们应付人生的能力。不过,显然并不是人人都同样不能容忍它们。一个人越是视人生为一场无情的战斗,他便越会将疑虑看成一个危险的弱点。他越是自我孤立,坚持凡事靠自己,就越会因受外界影响的干扰而感到烦躁不安。我的所有观察表明一个事实,即有明显进攻倾向和超然特征的结合为发展自以为是感提供了最肥沃的土壤;而进攻性越趋向表面,这种自以为是感就越是生硬武断。患者意在试图通过武断地宣称自己总是正确的来一劳永逸地平息冲突。在合理化作用的控制下,情感成为来自内部的叛徒,必须得到坚决的控制。平静是可以获得的,但这是坟墓般的平静。所以,可以想见,这些人不愿受到剖析,因为这会扰乱其有条不紊的状态。

几乎与呆板的自以为是相反,但同样不失为一种有效拒绝承认冲突的防卫法是:捉摸不定。倾向于这类防卫法的患者自比为童话故事中的人物,被追击之下摇身变成了鱼;若此装扮还不安全,则又变为鹿;若猎手追上来则如小鸟展翅飞离。你永远无法使他们固守己见;他们会矢口否认或向你保证他们不是那个意思。他们有莫衷一是、模糊问题的本事。让他们去做有关事件的确切报告常常是不可能的;即使做了,听众末了还是对所发生的事件一知半解。

他们的生活同样是一片紊乱。他们时而凶狠,时而又富于同情,时而十万分地体贴周到,时而冷酷无情,漠不关心,时而趾高气扬,时而又自我谦避。他们想表现成一个能发号施令的人,结果却成了个逆来顺受的可怜虫,然后又变回去而恢复盛气凌人的人。他恶劣待人后又懊悔莫及,竭力作出补偿,然后又会变得凶狠至极,恶语伤人。没有一种情况对他们是真的。

分析医生简直给弄糊涂了,沮丧之余感到抓不到实质的东

西。这时他就错了。这些患者只是没有成功地遵循惯常的统一人格的程序：他们不但没能压制住一部分冲突，也没能建立起确切的理想化形象。我们可以从某种意义上说，他们表现了这些努力的价值。前面讨论过的那些患者，无论他们的表现结果怎么令人感到麻烦，但有较好的人格组织，而不像捉摸不定型那样如此迷失方向。另一方面，分析医生如果认为冲突是显而易见的因而无需深入挖掘，从而期望这是份轻而易举的工作的话，那他同样是错误的。他会发现自己面临患者反感将问题透明化这一现象。其实这只是患者避开任何真知灼见的一种手段，如果他不了解这点，他将受到挫败。

最后一种拒认冲突的防卫法是犬儒主义，即否认和嘲弄道德标准。对道德标准的根深蒂固的怀疑必然反映在每一种神经症中，无论患者如何固守他所能接受的道德准则。犬儒主义的起因众说纷纭，其功能总是否认道德标准的存在，因此患者无须弄清楚自己实际相信的是什么。

犬儒主义可以有意识的，于是成为马基雅维里式人物（阴谋权术者们）一贯奉行和捍卫的准则。这一切都是表象。只要你不被抓住，你可以随心所欲。只要他不傻，就是伪君子。这类患者会对分析医生在特定场合下所使用的“道德”一词感到敏感，正像弗洛伊德时代的人们一提及“性”就极度敏感一样，而不顾它出现的场合。但犬儒主义也可以是无意识的，只是由于患者对流行观念的口头顺从而使这种嘲讽倾向被掩饰起来。尽管患者可能并不知道自己有犬儒主义特征，但他的一言一行都暴露出他遵循其原则行事。或者，他会不明智地卷入矛盾之中，就像有些患者一方面确信自己看重诚实和体面，一方面却又嫉妒

他人有玩弄花招的手腕,并且憎恨自己这方面没什么本事。在治疗中,医生必须在适当的时候让患者充分认识到他的犬儒主义特征,并帮助他了解这一点。也有必要向他说明,为什么他应该建立起自己的一套道德价值观。

以上所述都是围绕着基本冲突这一中心而建立起来的防卫措施。为简明起见,我将把这整套防卫体系称为保护性结构。在每一种神经症中,都可以见到多种防卫措施的综合利用,只是其作用程度大小不等。



## 第 二 部

### 未解决冲突的结果





## 第 九 章

### 恐 惧

在探索神经症问题的深层意义时,我们很容易被它的错综复杂弄得头绪皆无。这是很自然的,因为如果我们想要理解神经症就必须正视它的复杂性,对我们有帮助的做法是,时不时地从问题中跳出来,以重新获取一个新的认识角度。

我们已经一步步地探究了保护性结构的发展。我们已看到自我防卫是如何一个接一个地建筑起来,直到建立了一个比较静态的机制。在这一过程中给我们留下了深刻印象的是其中一种极大的推动力量。正是这种力量使一个人沿着一条如此艰辛、代价如此之大的道路向前进,使整个心理构造被建构得如此坚固、如此难以打破。我们不禁想知道这种驱动力究竟是什么?是否仅仅是对基本冲突的破坏性的力量的恐惧?举个类比的事例可能会使我们得到答案。像所有的类比一样,这一个事例与实际情况并不完全相同,所以只能在广义上适用。让我们假设有一个曾有过阴暗的过去的男子靠着假面具进入了一个社会圈子。当然,他时刻都在担心自己的过去会被人知道。一段时间后,他的处境有了好转,他交了朋友、有了工作、成立了家庭。正因为他珍惜他新的社会地位,于是便又多了一种恐惧,害怕失去

这些东西。他那受人尊敬的社会地位给予他的自尊心使他与自己那苦涩的过去疏远了开去。他向慈善事业甚至自己过去的同事慷慨解囊,以借此抹掉他过去的生活。但与此同时,他人格中所发生的变化继续使他卷入新的心理冲突中,其结果是他这种以假面具开始的新生活结果却成了他心理上一个潜在的障碍。

因此,在神经症的形成过程中,基本冲突仍然存在,但已经换了一种形态。在某些方面它虽然已被减弱了,但在另一方面它却又被加强了。然而,由于这一过程中固有的恶性循环,继而而来的冲突便更为激烈,其原因是,每一种新的自我防御姿态的形成却进一步损害了他与他自己及与其他人的关系——正如我们所见到的,这就是内心冲突滋生的土壤。而且,不管表面上的幻象——爱情美满或事业成功、断绝了的过去或新的自我形象的确立——多么真实,在他生活中起了一个多么重要的作用,他仍会害怕这样的生活秩序会被打破,害怕失去现在所珍惜的东西。随着他与自己的隔膜增大,他便越来越没有能力了解自己的内心、解除自己的精神障碍。停滞代替了自然自发的心理发展。

这种保护性结构虽然表面上坚固,实际上却是极为脆弱的,其本身又引发了新的恐惧。其中有一种恐惧就是害怕内心的平衡被打破。保护性结构虽然会带来一种平衡感,但这种心理平衡极容易被搅乱。患者对这种威胁并没有清醒的意识,但他会情不自禁地以多种方式感受到它。他们曾有过这样的经历,即会时而又无缘无故地暴怒,时而又欢欣鼓舞,时而又忧郁沮丧,时而疲惫不堪,时而压抑拘束。所有这些体验使他有一种不确定的感觉,一种不自信的感觉。他觉得自己如履薄冰。这种不平

衡也可能表现在步态或姿态上,或者其他需要身体平衡的技能上。

这种恐惧最具体的表现是害怕自己精神错乱。当它达到一种显著的程度时,首要的症状便是驱使患者去寻求精神病医生的帮助。这种恐惧也会使久受压抑的人做出各种“疯狂”的事情来,大多数情况下会不负责任地做出破坏性的事。然而,对神经失常的恐惧并不能说明此人会真的发疯,通常只在极为压抑的心情下,一个人才会暂时显示出这种倾向。最能强烈刺激一个人、使其失去自我控制、作出疯狂举动的因素是对自身理想化形象的突如其来的威胁,或是因潜意识中的愤怒造成的紧张情绪的不断叠加。例如,一个平时自信自己性情平和、富有勇气的女子在一种难以应付的情况下,她突然感到无助、焦虑和愤怒。平日那个理想化了的形象突然被打破了,只留下了一种似乎濒于崩溃的恐惧感。我们已经提到过当一个超然型患者被迫从自己的庇护所里走出来、走到别人面前来的时候,比如去参军或与亲戚一起住时,他便会感到极其恐惧。这种恐惧也表现为害怕自己精神错乱;在这一情况下,实际上也可能变得精神错乱。在进行精神分析时,一个花了很大力气使自己生活在一种假和谐里的病人也会因突然意识到自己性格上的分裂而感到一种类似的恐惧。

通常潜意识中的愤怒最容易使对精神错乱的恐惧变为现实,这一点在分析过程中已表现了出来。恐惧减退下去后,余下来的便是一种担心,担心自己在失去自我控制的情况下会对他人进行侮辱、打骂甚至谋杀。接着又害怕在睡眠时或因酒精、麻醉或性兴奋引起的暴力行为。这种愤怒本身可能是有意识的,也可能是执着于暴力行为的冲动。在另一方面,他们也可能完

全是无意识的；他突然会无缘无故地感到恐惧，伴之而来的也许还会发汗或晕眩——这一切都预示着潜意识中对暴力的冲动可能会如脱缰的野马失去控制的恐惧。当潜意识中的愤怒爆发出来时，他可能会害怕雷雨、鬼怪、夜盗、蛇等等任何潜在的破坏性的力量。

但总的说来，对精神错乱的恐惧不太常见，它只是害怕失去内心平衡的最显著的外在表现而已。通常来说，这种恐惧以较隐蔽的方式存在，它的形式很模糊，很不确定，日常生活中的任何变化都会刺激它的发生。感受这种恐惧的人也许会对将要作的一次旅行、搬家、换工作、雇一个新女佣，或任何其他的事情感到深深的烦恼。无论什么时候他们都试图避开这样的变化。病人不愿接受心理分析也许是因为害怕生活变得不稳定，尤其当他们已经找到了一种使他们生活稳定的生活方式后，更是如此。当他们考虑心理分析是否可行时，他们会关心一些乍一眼看上去似乎非常合理的问题：心理分析会动摇他们的婚姻吗？会暂时影响他们的工作吗？会扰乱他们的心情吗？会动摇他们的宗教信仰吗？我们应当看到，这些问题的出现是由于病人心理上的无助感；他认为冒险是不值得的。但在他的这些担心后面也存在着一种真正的焦虑，即他必须肯定心理分析不会影响他的心理平衡。在这种情况下，我们完全可以得出这样的结论，即他的心理平衡不完全稳固，而心理分析会很困难。

分析医生能不能给予病人他们所需要的肯定答复呢？不，他不能。任何一种精神分析必然会给病人带来一种暂时的苦恼。而分析医生所能做的是探究这些问题的根源，向病人解释清楚他们真正的恐惧是什么，告诉他们虽然精神分析会扰乱他们目前的心理平衡，但会使他有机会得到一个更为稳固的心理

平衡机制。

另一种由保护性结构引发的恐惧是对暴露的恐惧，其原因是在结构本身的培育和维护过程中戴上的许多假面具。这一过程将与因未解决的内心冲突而引起的道德整体性的破坏一起讨论。我们现在只需指出一个神经症患者想要在自己面前和他人面前把自己表现得与他本身不一样——表现得性格更为和谐、更为有理性、更为慷慨、更为强有力或更为无情。他是更害怕在自己面前暴露出来还是更害怕在别人面前暴露出来，这很难说。他在意识中更担心别人的看法，他越是把恐惧外表化，便越是急于想肯定别人没有发现他的真实性格。在这种情况下，他也许会说，他对自己的想法并不重要，当他发现自己的失败时，他可以泰然处之，只要别人不知道就行了。事实虽然并非如此，但他在意识中的确是这样想的。这便表明了恐惧的存在。

对暴露的恐惧也许会以模糊的感觉表现出来。即以为自己虚张声势，成为某种与自己真正焦虑的东西无甚关系的性格特质烦恼。他们也许会害怕自己不如自己自信的那样聪明、那样有竞争力、那样有教养或那样有魅力，因此会转而为这些与性格无关的特质感到恐惧。病人会回忆起他在青少年时，虽然一直在班上名列前茅，但心里却总在害怕这完全是因为自己虚张声势。他每次转学都肯定这一次别人会发现他的真面目，但即使他又一次名列前茅，恐惧依然存在。这种感觉令他颇为迷惑不解，但却找不到内在的原因。这是因为他完全想错了：他对暴露的恐惧跟他的智力完全无关，而只是被转移到了那个层面上。事实上，他没有意识到他一直在假装成一个不在乎分数的人，而心里却一直在想胜过别人。这一例证导出了一个相关的

结论。担心自己在虚张声势总与某个客观因素有关,但这一客观因素通常并不像病人自己认为的那样。从其病症来说,最显著的表现是脸红或害怕脸红,因为病人害怕别人会发现他潜意识中的伪装,所以如果精神分析医生注意到病人正在隐藏什么,便致力于寻找他认为病人怕被别人知道而遮遮掩掩的某些经历的话,那他便错了。病人也许并没有在隐藏什么,分析医生这样做也许会使病人越来越害怕,以为自己内心一定有极为阴暗的一面在潜意识中不愿流露出来。这种情况会导致对自我谴责式的检查,而并没有建设性的作用。他可能会进一步叙述自己的风流韵事;或说起曾起过的破坏性邪念。但只要分析医生认识不到病人的内心冲突,只在一方面作研究,那么病人对暴露的恐惧心理便会依然存在。

对暴露的恐惧会受到任何情况的刺激——对于神经症患者来说这就意味着接受考验。这包括开始做一份新的工作、交新的朋友、进新的学校、考试、社会集会或任何一种会使他受人注意的场合,甚至仅仅是参加一次讨论也会使他紧张。通常,病人以为自己是害怕失败,但事实上,他是在害怕暴露自己,所以他的恐惧便不能有所减轻。他将仅仅感到这次勉强渡过了难关,但下次将如何呢?如果他失败了,他只能愈加肯定他一直是个虚张声势的人,这次终于被人发现了。这种感觉的结果之一便是害羞,尤其在新的环境中更是如此。另一个结果是在别人喜欢或欣赏他时,他会表现得很小心。他会自觉或不自觉地想:他们现在喜欢我,但如果他们真地了解我之后,他们便不会这样了。当然,这种恐惧在分析中起了一定作用,促使分析家去了解他们的内心。

每一种新的恐惧都需要有一套新的防护机制。害怕被暴露

出来的都归入到对立的范畴下,从而构成了完整的防护机制。在一方面,病人往往会避开任何一种对他有所考验的情况;如果不能避开,就表现得缄默、自制,戴上一副无人能看透的面具。在另一方面,病人还下意识地试图使自己成为一个完美无缺的虚张声势者,不用再害怕被人看穿。后一种态度并不仅仅是防护型的。积极进取的人也会努力试图完美无缺地虚张声势,他们想通过这种手段来给那些他们想要利用的人留下深刻的印象;对他们的任何质疑都会被他们狡猾地反击回去。我在这里指的是有公开施虐倾向的人。我们以后将会看到这一特点是如何融入到整个心理机制中去的。

当我们回答了以下两个问题之后便能够理解病人对暴露的恐惧了:他害怕暴露什么?如果他的那一面暴露于人前,他怕什么呢?第一个问题我们已经回答了。为了回答第二个问题,我们必须先来看看另一个由保护性结构引发的恐惧,即对被人忽视、屈辱、嘲笑的恐惧。保护性结构的脆弱引起了对平衡被打破的恐惧,下意识里的伪装导致了对真实面目被暴露的恐惧,而对被人屈辱的恐惧则来源于受了伤的自尊心。我们在别处谈到过这一事实。理想化形象的创造以及自我外表化的过程都是在试图修复损伤了的自尊心,但正如我们所看到的,这两者反而造成了进一步的损伤。

当我们统览一下神经症形成过程中自尊心所受到的影响时,我们偶然发现两个此消彼长的过程:当现实中的自尊心程度下降时,非现实的自尊心就出现了——他会自以为非常优秀、非常进取、非常独特、无所不能或无所不知;在另一方面,我们发现神经症患者把实际自我加以萎缩,却把他人抬高成巨人。

随着自我的被抑制、被压抑,同时也被理想化、外表化,个人失去了对自我的了解;他感觉自己像个没有重量和实质内容的影子。对于别人,他既需要又害怕,这使他们对他来说更为可畏,但同时却更为必须。这样,他的重心落在了他人身上而不是自己身上,还许以他们本该是自己的特权。其结果是他过分看重别人对他的评价,而自我评价却失去了意义。别人的看法有了无与伦比的力量。

以上几个过程的合力作用向我们解释了神经症患者何以会极其受不了别人的忽视、屈辱及嘲笑。每一种神经症中都存在着这些过程,因此在这方面,几乎每个病人的感情都非常脆弱。如果我们认识到这种恐惧的多方面原因,我们便会发现要去除它,甚至要减弱它却不是件容易的事。只有当整个神经症消失时,这种恐惧才会消失。

总的来说,这种恐惧的结果是将神经症患者与其他人疏远开来,使他对别人更加敌视。但更重要的是,这种恐惧的强大力量使遭受其苦的人被不同程度地束缚住了。他们对别人的所做所为不敢有所期望,不敢为自己制定远大的目标,他们不敢接近那些看上去在某一方面比自己强的人,他们不敢说出自己的想法,即使能做出实际的贡献;他们不敢运用自己的创造性才能,即使有创造性才能也不敢用;他们不敢发挥自己的魅力,不敢给别人留下深刻印象,不敢追求一个更好的地位,诸如此类,不一而足。当他们试图在这些方面发展时,就会因害怕别人的嘲笑而退缩不前,转而采取保持沉默、保持尊严的方式来保护自己。

另外,还有一种恐惧,它比我们已经描绘过的那些恐惧更为微妙,可以被视为由神经症的发展而产生的所有的恐惧的凝缩。



这就是对改变自己的恐惧。对于改变自己,病人会做出两种极端的反应。他们要么会淡化整个问题,认为在未来的某一天会发生某种奇迹,到那时自己自然会改变;要么他们会过于仓促地改变自己,可实际上却并没有理解这样做的意义。对于前一种情况来说,他们私下里以为对问题稍稍有个了解或承认自己的弱点应该已经足够了;为了发挥自己的潜力他们必须改变自己的态度和动机,对他们来说,这个想法令他们感到吃惊,使他们觉得不自在。他们明知这种主张是合情合理的,但在潜意识里他们仍然在抵制它。与此相反的另一做法只说明病人在不自觉地假装改变。这一部分是源于病人对自己的不完美之处的无可奈何的妄想,但同时也源于他潜意识中的无所不能的感觉——他以为只要想让困难消失,困难便会消失。

在害怕改变的背后是害怕自己向坏的方向发展——也就是,失去理想化的自我,变成自己反感的人,变得像别人一样,或被分析得只留下一个空壳;害怕未知的事物、害怕不得不放弃到目前为止已获得的安全和满足,尤其害怕心理问题的解决只是个莫须有的幻像,最后,他还害怕自己无法改变——这种恐惧在我们讨论到神经症患者的绝望时更能理解。

所有这些恐惧都是由未解决的内心冲突引发出来的。但因为如果我们想最终求得人格的完整就必须直接面对这些冲突,因此这些冲突也成了我们面对自我的障碍。可以说,内心冲突是我们必须经过的炼狱,只有在这之后,我们才可能获得拯救。

## 第 十 章

### 人 格 丧 失

要分析未被解决的冲突所带来的后果,就是要进入一个看似无边无际而又鲜有人探索过的领域。要接近这一领域,我们或许可以从分析一些神经症的表征入手,如抑郁、酗酒、癫痫和痴呆等,希望就此更好地认识一些具体症状。但我却宁愿从一个更为广泛而合理的角度来探讨这个问题。我想提出这样一个问题:未被解决的冲突对我们的精力、人格的完整、生活的乐趣产生了怎样的影响呢?我之所以采取这样一种方法是因为我相信,要了解任何神经症症状的意义就必须先弄清楚它们根本的人性基础。现代精神病学有一种倾向,即随手拈一个理论公式来解释存在的症状。从临床医生的角度,出现这种倾向是很自然的,因为他们的工作就是要处理这些症状。但这样做却行不通,更谈不上科学,就好比让一个建筑工程师不打地基而先建好一幢楼的顶上几层一样。

与这个问题有关的某些因素前面已经提到过,这里只需扩充一下就行了。另外有些因素也包含在前面的讨论之中了,还有另外一些因素要加进来。我们的目的不是让读者仅仅对未被解决的冲突的危害有个模糊的概念,而是要清晰、全面地描述它

们对人格造成的巨大破坏。

生活中有未被解决的冲突主要会造成巨大的个人精力的浪费,其原因不仅包括冲突本身,还包括为解决冲突而作的各种不正确的努力。当一个人根本上是处于分裂状态时,他就无法将精力全部集中在某一件事情上,而总是同时追求两个或更多个相互矛盾的目标。这意味着他要么分散了自己的精力,要么就自己挫伤了自己的努力。前者是像皮尔·金特那样的人。他们理想中的形象诱使他们相信,自己可以干好任何一件事情。处于这种状态下的女人既想做一个理想的母亲,无可挑剔的厨娘,完美无瑕的主妇,又要在社会和政治生活中声名显赫;既想做一个忠实的妻子,又想有婚外情,还要做属于她自己的有创造性的工作。不用说,这种愿望实现不了。她所追求的所有这些她注定都得不到。而她的精力——无论她生来是多么的精力充沛——都将被浪费掉。

更常见的是对某个单一目标的追求也遭致失败,因为相互矛盾的动机彼此阻碍。一个男人也许想与他人结为好友,但他又对别人太过苛求,总想支配别人,结果他做朋友的潜能就表现不出来。另一个男人希望他的小孩能在社会上出人头地,但他对个人权力的追求和一惯的自以为是使他不能如愿。有人想写一本书,可一旦不能马上找出他想要说的话,他就头痛如裂,疲惫得要命。在这个例子中又是个人理想化的形象在作怪:既然他是一代大师,那奇文妙思就该从他的笔端奔涌而出,有如从魔术师的帽子里蹦出个把兔子那样简单。当奇文妙思不出来时,他就会对自己悖然大怒。有人也可能想在某个会议上发表确有价值的主张,但他不仅要以一种让人耳目一新、让他人黯然失色的方式提出来,他还希望得到众人赞誉,避免受到批评;但同时

由于他把自卑感外表化,他又担心遭到嘲弄。结果是他根本没法认真思考问题,即使他想出了点什么,那也会令人讨厌,不会产生什么结果。另外还有一种人倒是考虑周全,但由于他有施虐倾向,因而招致周围所有人的反对。几乎没有必要再举例了,我们只要瞅瞅自己和周围的人,就可以找到许多这样的例子。

尽管神经症患者思维普遍缺乏明确的方向性,但也有一种明显的例外。有时候,患者表现出令人惊奇的意志专一性:男人们会为了野心舍弃一切,包括尊严;女人们除了爱,可以对生活一无所求;父母把全部兴趣都投到孩子身上。这些人给人一种全身心投入的感觉。但正如我们已指出的,他们实际上在追求一种幻像,认为这种幻像能解决他们的冲突。表面上的专一是绝望而不是人格整合的表现。

不单是相互矛盾的需要和冲动要消耗、浪费掉精力,患者自我保护性结构中的某些因素也会带来同样的结果。有时为了抑制基本冲突中的某些部分,却把人性全都遮蔽了。被遮蔽的部分仍很活跃,足以对患者产生影响,却起不了任何有建设性的用途。精力在这一过程中就此流失掉了,要不然这些精力还可以用于保持自信,与人合作,建立良好的人际关系。这里只再提一个因素,即患者与自我分离,它使患者丧失了行动的能力。他虽然可以依旧好好工作,而且在外在的压力之下仍能作出较大努力,但要他独立处事的话他就会彻底垮掉。这不仅意味着他在闲暇时间毫无建树,也毫无乐趣,至少还意味着他的创造力给浪费掉了。

对大多数患者来说,各种各样的因素结合起来对人格造成大范围的弥漫的压抑。为了理解并最终消除某一压抑,我们通常要对它作反复的分析,从我们探讨过的各种不同角度去分

析它。

精力的浪费和胡乱投入可以由三种主要的精神紊乱状态引起,这三种紊乱状况都是冲突未被解决的外在表现。其中之一是凡事均不能作决断。这种状况可见于各种场合。患者处理事情,无论大小轻重,全都作不了决断。吃这个菜还是吃那个菜?买这个箱子还是买那个箱子?去看电影还是就听听广播?患者无休止地在这些选择间摇摆,犹豫不决。他不能决定选哪种职业,或任职后该走哪一步;不能在两个女人中作取舍;不能决定该不该离婚;不知道要死还是要活。对他而言,如果非要作出决定,并且一旦作了就不能更改,那可真是一场严峻的考验,那会使他惊恐万状,身心交瘁。

尽管他们优柔寡断,表现明显,但患者常常感觉不到自己的这一点,因为他们总是无意识地竭力避免作决定。他们做事拖拖拉拉,老是“找不出时间”来做事情;他们坐等机运或让别人去作决定。随之产生的漫无目的状态也通常照样不为患者所知。患者时刻都在犹豫,但患者会不自觉地采用许多手段来掩饰这一点,所以分析医生很少听到患者诉说自己有这方面病情,而实际上这是一种较普遍的障碍。

精力分散的另一种典型症状是一种普遍性的办事无效率。我这里指的并不是在某件特殊的事情上笨拙无能,那可能是因为缺乏训练或不感兴趣造成的。我也不是说那种尚未被发掘的能力,正如威廉·詹姆斯在一篇很有趣的论文<sup>①</sup>中描述的那样。在这篇论文中,詹姆斯指出一个人若在身体疲劳时也不懈劲,处

---

① 威廉·詹姆斯《记忆与研究》,朗曼出版公司,1934年。

在外在环境的压力之下也不屈服,那他就会迸发出巨大的潜能。我所说的办事无效益是因为患者的内心冲突使他无法发挥得最好而造成的。就好比 he 驱车前行时踩着刹车,车子终归要慢慢停下来一样。有时候他的情形就是那样,无论就他的能力还是事情本身的难度而言,他做事都不应该像实际结果那样慢。并非他没有尽力,相反,他做任何事情都会异常努力。比方说,他会花上好几个小时来写一份简单的报告或学会一项简单的机械操作。当然,妨碍他的因素多种多样。他可能正在不自觉地抗拒他觉得强加给他的东西;他可能想让每一个细节都完美无瑕;他也许正生自己的气呢——如上面例子中讲到的,他怪自己已经动手却没有卓见成效。办事无效率不仅表现在见效缓慢上,它也可能表现为行为笨拙或好忘事。一个女佣或是一位家庭主妇如果私下认为像她那样有才气的人,却要做此等粗活是不公的话,那她的活就干不好。她不仅在这件事上没效率,她干什么事都会没有效率。从主观上讲,这意味着在一种扭曲状态下工作,其结果难免就会容易疲劳,需要多休息。处在这种状态下,一个人干什么工作都得更加努力,正如刹车被踩住了汽车难以正常开动一样。

内心的扭曲,也即办事无效率,不仅会在工作中表现出来,在人际交往中也会明显地显露出来。如果有人想待人友善,但又讨厌这样做,认为这是在奉迎他人,他就会显得矫揉造作;如果他想向人讨取某物,但又觉得他应该强行索取,他就会显得粗鲁;如果他又想坚持己见,又准备附和他人,他就会显得迟疑;如果他想与人交往但又怕遭人拒绝,他就会显得害羞;如果他既想与对方发生性关系,又想让对方觉得差劲,那他就会显得冷淡——凡此种种。冲突的面越宽,内心的扭曲越严重。

有些人意识到了内心的这种扭曲,但通常是在特定条件下当这种扭曲加重时才意识到的。还有的人在获得了少有的放松,情绪轻松时自然拿平时的情况作个对比,也会突然意识到这种扭曲。对于因这种扭曲而造成的疲劳他们通常会用其他原因来解释:身体不好、劳累过度、睡眠不足。的确,这其中任何一种因素都可能是原因之一,但其影响却远不如平常所想象的那么突出。

第三种典型的紊乱症状是普遍性懈怠。有此症的患者有时责备自己太懒了。但他们实际上怎么也不会觉得自己懒并且乐在其中。他们有意避免作任何努力,并且自我慰藉说自己只要有个主张就行了,“细枝末节”还是让别人去实施吧(也就是说,事还是让别人去干吧)。回避努力还可以表现为一种担心,怕努力会给他们带来伤害。考虑到他们清楚自己容易疲倦这一事实,这种担心是可以理解的。如果分析医生只从表面特征来看待这种疲倦症状,那么他给患者的劝告只会加重这种病情。

神经性懈怠是主动性和行动能力的瘫痪。一般说来,它是强烈地希望与自我分离和缺乏目的性的结果。如果患者长期感到自己的努力是扭曲的、无效的,他就处处显得无精打采,尽管间或他们也会有一点兴奋的行为。在引起这一症状的各种因素中,以理想化形象和施虐倾向影响最大。正是必须要不断努力这一事实令患者感到屈辱,因为这说明他并非他理想中的形象。而一想到要干的事原本稀松平常,他就倍感迟疑,以致他宁肯不干而在心里幻想着自己在做大事。这种形象总是让患者自卑,令他苦恼,使他不敢相信自己还能干有价值的事情。于是他就把所有行动的欢乐和刺激掩埋起来,就像是将它们扔进了流沙里。施虐倾向,尤其是被压抑了的那一种(受虐倾向),使得患

者面对任何类似于攻击性的东西都向后退缩,结果造成程度不等的精神的瘫痪。普遍性懈怠尤其具有重要的意义,因为它不仅涉及患者的行为,还涉及到他的情感。只要神经症冲突未被解决,对患者的精力就会造成难以估算的巨大损失。由于神经症归根结底是某种特定文明的产物,因此对人的才智和品性的这种摧残就成了对那种特定文明的严厉控诉。

生活中有未解决的冲突不仅会使精力分散,而且会造成道德品性的分裂。这里说的是道德原则,以及在与他人交往中和影响自身发展的感觉、态度和行为。正如精力分散会造成一个人精力的浪费一样,在道德上的分裂也会导致一个人丧失道德专一性,换句话说,会损害一个人的道德完整。这种损害源于患者想同时作相互矛盾的几种努力,也源自他想掩盖这几种努力本身相互矛盾这一本质的企图。

相互矛盾的道德价值元素存在于基本的冲突之中。无论怎样设法调和,他们总是要相互阻碍,对他产生影响。这就意味着他不会,也不可能认真对待哪一种道德价值。尽管理想化形象包含真正理想的成分,但从根本上说它却是一种伪制品。患者本人或缺乏训练的观察者要识别出这种伪制品与真品的区别,其难度和区分真假银行支票的难度一样大。我们已经看到了,神经症患者也许真的相信他在追随着自己的理想,因而他会谴责自己的每一个疏忽。这样,在追求他的标准时,患者会显得过分小心。或者可能会在想到和谈到自我价值与追求时自鸣得意。尽管如此,我却认为他并未认真对待自己的影响,因为它们对他的生活没有义务性的强制力。当它容易实现且对他有利时,他就这样做;要不然他就弃之不顾。我们在讨论盲点作用和分隔作用时已见过这种病例,而类似情况很少发生在认真追寻



理想的人身上。如果是真正的理想,也就不会轻易被丢弃。尽管有患者声称自己真正献身于某一事业,但遇上了诱惑他就会成叛徒。

总之,道德完整遭到破坏的特征是真诚的减少和以自我为中心趋势的增强。说到这里,不妨提到一个事实:在佛教禅宗的典籍中,真诚就是专一,这与我们通过临床观察得出的结论刚好一致,那就是,一个内心分裂的人不可能完全诚实。

徒弟:我知道狮子在扑向对手时,不管对方是一只野兔还是一头大象,它都会倾尽全力,请您告诉我这是怎样一种力量?

师傅:这是真诚之精神(即不欺之力)。真诚即不欺,意味着要“全身心地投入”,术语说是“全力以赴”……在行动中要毫不保留,没有任何虚假之辞,什么也不虚耗。一个人能如此生活,别人就会说他是一头金毛狮子;他就会成为有大丈夫气概、真诚和衷心不二的象征;他就是一个圣人。<sup>①</sup>

自我中心论是一个道德问题,因为它要求别人屈从于自己的需要。患者不是把别人看作有着各自的权力、与自己平等的人,而只是把他们看作是一种可以用来实现自己目标的工具。他讨好或喜欢别人以缓和自己的焦虑;给人一个好印象以抬高自己的名望;怪罪别人因他自己不想承担责任;挫败别人以满足

---

<sup>①</sup> 参见铃木大拙《佛教及其对日本文化的影响》,东方佛教协会(东京)出版,1938年。

自己成功的需要，等等。

这些伤害的具体方式因人而异。大多数方式已在其他相关部分讨论过了，这里只需要对它们作个系统性的分析就行了。我不打算作详尽论述，那太难了。我们还没有讨论过施虐倾向，而且还要放到以后再说，因为我们认为施虐倾向是神经症发展的最后阶段。我们就从最明显的表现方式入手。无论神经症经历的是怎样的一个过程，它总包含有这样一个因素：无意识的假象。其中较突出的表现有如下这些：

爱的假象。爱这一概念所包含的或主观上以为可以包含的情感和企求多得惊人。它可以包括一个人的寄生性期待，这种人觉得自己太软弱太空虚而无法独立生活。在更具进攻性的人身上，它表现为一种企图剥削他人的欲望，希望通过别人获取自己的成功、威望和权力。它可以表现为渴望征服别人，战胜别人，或将自己融入他人借以完成自己的生活，甚或他还会通过施虐的方式实现这一点。它也可以指一种渴望得到他人敬仰的渴求，因他想以此来证实自己理想化的形象。正因为在我们的文明中充斥着虐待与背叛，爱极少会是一种纯真的情感，于是我们就有了这样的印象：爱成了轻视、憎恨和漠不关心。但让真爱变换性质并不那么容易。事实上，那些有着爱的假象的情感和企求最终都要露出真面目。不用说，这种假象不仅存在于性关系中，还存在于家长与孩子的关系以及朋友间的关系之中。

善的假象。无私、同情和诸如此类的东西也和爱的假象类似。这是顺从型患者的特点，若他想压抑进攻性倾向，又有特定的理想化形象，那么这种假象会更严重。

兴趣与知识的假象在那些与自己的情感疏离，以为只用理智便可驾驭生活的人身上表现得最为明显。他们装作什么都

懂,对什么都感兴趣。这种假象也出现在另外一种人身上,但不易让人觉察得到。这种人看起来似乎要献身于某项特定的事业,他们不会意识到自己只是利用这种兴趣作跳板,以获取成功、权力和物质利益。

诚实公正的假象常见于进攻型患者的身上,特别是带有明显施虐倾向的患者身上。他看出了别人身上爱与善的假象,认为自己不会与这种普遍的伪善行为同流合污,不会假装慷慨、爱国、虔诚或其他什么的,所以他特别诚实。但实际上他犯有另外一种形式的虚伪。他没有流行的偏见可能是他对传统价值观念盲目否定的结果。他敢于说“不”并非源自于某种力量,而是出于挫伤他人的愿望。他的坦率可能是想要讽刺和羞辱他人。在他宣称自己的兴趣动机纯正的外表下,可能掩盖着他想要利用别人为自己捞取好处的企图。

痛苦的假象必须要加以详细讨论,因为关于这种假象有一些令人不解的观点。坚持弗洛伊德理论的分析家们与普通大众持相同的观点,即神经症患者需要觉得受了亏待,需要担心,需要受惩罚。他们用以说明上述观点的数据是众所周知的。但“需要”这种提法实际上包括了许多种理性罪过。持上述观点的人没有意识到,神经症患者实际上遭受的痛苦比他意识到的痛苦还要多,而且他通常是开始康复时才会意识到他所受的痛苦。更为重要的是,他们似乎不了解,冲突不解决,痛苦就不可避免,这是完全不以人的意志为转移的。如果一个神经症患者听由自己人格分裂,这肯定不是因为他要对自己加以伤害,而是因为他内心的需要驱使他这样做。如果他自作下贱,挨了一耳光还要送上另一侧脸,他实际上——至少在潜意识里——恨自己要这样做,瞧不起自己;但他如此担心自己的进攻性倾向以致他不

得不走另一个极端,让自己受到别人这样或那样的伤害。

产生对痛苦的嗜好还有另一个特征,那就是喜好夸大其辞或添油加醋地描述自己的痛苦。的确,患者可能会别有企图地感受和炫耀痛苦。患者可能是为了乞求重视或原谅;可能是不自觉地以此来从别人身上捞取好处;可能是把它作为被压抑的报复性的表现,用来消除对报复欲望的压抑。但考虑到患者内心对自己的要求,我们就只能把这看作他能用来实现某些目的的唯一方式了。的确,他也常常把自己所受的痛苦归咎于站不住脚的原因,给人一种无缘无故沉迷于痛苦的印象。他因而隐入悲伤,难以自拔,认为一切都源于他是“有罪”的,而实际上他是因为不能成为自己理想化的形象而痛苦。或者,与所爱的人分离会使他不知所措,尽管他自己认为这是爱得太深的缘故,但实际上他内心遭受分裂使他无法忍受独自一人生活。最后,他还可能错误地认识他的感觉,在自己心中充满愤怒时以为自己正经历着痛苦。比方说,一个女人如果情人没有如约写信来时便会觉得自己很痛苦,但实际上她是在发火,因为她希望事遂己愿,也可能是因为任何看来缺乏关怀的事情都让她感到羞辱。在这里,痛苦被患者不自觉地用来避免承认自己的恼怒和产生这种恼怒的神经症倾向。她还会强调痛苦以掩盖自己在整个对自己对人关系中的两重性。但是,在上述所有例子中,没有一例可以看作患者想要痛苦。所表现出的,只是一种无意识的痛苦的假象。

一个更进一步特别的损害是患者形成了无意识的自大狂倾向。在这里我依然是指患者把自己本不具备或较少具备的品质看成是自己完全具备的品质,并以此为基础,无意识地觉得自己有权指使他人,否定他人意见。所有神经质自大狂都是无意识

的,因为患者意识不到任何毫无道理的要求。这里需要区分开来的不是有意识的自大感和无意识的自大感,需要区分的应该是显而易见的自大感和隐藏在过分谦虚和随处道歉行为之下的自大感。区别就在于包含的进攻性的大小,而不在于自大的程度。在一种情况里患者公然要求得到特殊的权力;在另一种情况下,如果别人不主动给予他特权,他就会受到伤害。而在这两种情况下患者所缺乏的是一种可以被称作现实的谦卑感的品质,即患者应该认识到——不仅口头上要承认,而且情感上也要真诚地接受这一事实——人类普遍都存在局限,都不完美,自己尤其是这样。据我的经验,没有病人会愿意去想或听到别人说自己有某种局限。那些有隐蔽性自大感的患者尤其如此。他宁愿毫不留情地痛责自己办事疏忽也不愿像一个基督徒那样承认“我们的知识只是零星半点的”。他宁愿责怪自己粗心大意、懒惰懈怠,也不愿承认一个人不可能永远都处于最佳状态。隐蔽性自大感最确定的标志就是在自责,连同因而表现出的认错态度,和内心对任何批评的恼怒以及对外界的漠视之间的明显的矛盾。通常要经过仔细观察才能发觉这些受伤害的感觉,因为过分谦卑的人常会将它们掩盖起来。但实际上他也许和有公开性自大感的人一样苛求甚多。他对别人的批评一点也不会温和多少,尽管他表面上也许会自甘谦卑,敬重他人。但在私下里,他期望别人像他一样完美,这就意味着他对别人的个性缺乏真正的尊重。

另一个道德问题是无法确立明确的立场以及随之而来的不可靠性。这种神经症患者很少根据一个人、一个主张或一个事业的客观优点来选择立场,而是根据自己的情感需要来作选择。但他的情感需要又是相互矛盾的,因此他很容易从一个立场变

到另一个立场。于是许多神经症患者随时准备改变立场——好像无意识中被收买了——为更大的温情、威望、名气、权力和“自由”而改变立场。这种情况可见于患者所有的人际关系之中，无论是与其他个体的关系还是作为个体与群体的关系。患者常常不能确定自己对别人的感受和看法。一点尚未被证实的闲言碎语就可以让他们改变看法。有一点失望，有一点受到了轻视，或自认为遭到轻视了，就足以让他与“非常要好的朋友”断绝关系。遇到一点点困难，他们的热情就不见了，变得无精打采。他们会因个人好恶而改变宗教、政治或学术观点。他们会在私人场合表明自己的立场，但一旦受到权威或团体的一点点压力他们就会放弃自己的立场——通常他们都不知道为什么要改变主张，甚至有时都不知道自己已经改了主意。

神经症患者会无意识地避免明显的摇摆不定，他不会首先表明态度，而采取“骑墙”观望的态度，以便能够随便倒向哪一边。他可以用情况复杂为由来解释自己这种态度，或者说他这样做是因为他必须要“公正”。毫无疑问，若他真愿意保持公正那是可贵的。而且在许多情况下竭力小心认真以求公正的愿望的确会让一个人作决断变得困难起来。但“公正”可能是理想化形象的必然属性，它的功能就是让人不必作决断，同时让人觉得自己超乎偏见之争之上，已经“得道”了。在这种情况下患者有一种抹杀区别的倾向，认为两种观点实际上并不那么矛盾，认为争辩双方都有道理。这是一种伪客观性，它妨碍患者看清任何事物的本来面目。

这方面的表现在不同类型的神经症中有很大的不同。那些真正孤独离群的人保持着最大程度的诚实可靠。他们脱开了漩涡般的病态竞争和亲密关系，无论是“爱”还是野心，都不能轻易

收买他们。另外,他们对生活采取一种旁观者的态度,这通常使得他们作评判时能仔细思索,客观公正。但不是每一个孤独离群者都能表明立场。他也许很不愿意介入争端或表明态度,即使在他的头脑中也没有明确的看法,他要么含糊其辞,要么人云亦云,没有自己的意见。

与此相反,具有进攻性倾向的神经症患者似乎驳斥了我的关于神经症患者一般难有个人见解的主张。特别是当他顽固地自以为是时,他似乎格外有能力持有确定的主张,有能力捍卫和坚持己见。但这种表象是虚假的。当这种人观点确定时多半是因为他要有一个观点而不是他真的确信那一点。因他的观点还可以被用来压制他心中所有的疑惑,因此这些观点往往带有教条性甚或盲目的特征。并且,在权力和成功的诱惑下,他是可以被收买的。他的可靠性是有限的,它取决于他对支配地位和名誉的渴求。

神经症患者对责任的态度可能会使人迷惑不解,部分原因是因为这个词本身的含义就很多。他可以指在履行职责与义务时要小心谨慎。在这种情况下,神经症患者是否负责取决于他特殊的性格结构;这并不是所有神经症普遍拥有的。对其他一些患者而言,责任可能意味着在他们的行为影响到其他人时,他们就要对自己的行为负责,但它也有可能是用来控制别人的一种委婉说法。认为自己有责任,意指自己该受责备也许只是要表达一种愤怒情绪,表示恨自己成不了理想化的形象,而此时,这种感觉与责任毫不相干。

如果我们确实知道对自己负责意味着什么的话,那我们就会明白,对一个神经症患者而言,要做到这点,就算有可能,也是很困难的。那首先意味着要以一种实事求是的态度向自己和他

人承认,什么是自己的意图,哪些是自己说过的话,哪些是自己做的事,并愿意承担后果。这同扯谎和怪罪他人正好相反。对一个神经症患者而言,让他这样子对自己负责非常困难,因为一般说来他不知道自己在干什么,为什么要这样干,而且主观上根本不想知道。这就是为什么他总是设法推卸责任的原因。他要么否认,要么说忘了,要么说疏忽了,总是找别的理由,觉得别人误解了他,或认为被弄糊涂了。而且由于他倾向于把自己排除在外或认为自己没错,他很容易认为一旦出现了问题,那么他的妻子、生意伙伴、分析医生就要负责任。另外还有一个因素常常使他不能对自己行为的后果负责,甚至看不到其后果,那就是自以为万能的感觉。在此基础上,他希望爱干什么就干什么,并且可以不负责任。而他如果意识到不可避免的后果,这种感觉便会被粉碎。与此相关的最后一个因素初看起来像是智力上的无能——即考虑不到原因和结果。患者给人的普遍印象是他生来就只能从过错与惩罚的角度来思考问题。几乎每一个患者都会认为分析医生在责怪他,而实际上分析医生只是让他面对自己的问题及其后果。在未接受分析诊断的场合,他又觉得别人总在怀疑他,要攻击他,因此他总是处于防御状态。实际上,这是一种心理活动过程的外表化。正如我们已经看到的,造成他有这种被怀疑和攻击感的源泉正是他自己的理想化形象。正是这种挑刺与防卫的内心活动,加上这种活动的外表化,使得他几乎不可能在涉及到自己的场合去考虑原因与结果的关系问题。但是在不涉及到他自身问题的时候,他可以像其他任何一个人一样采取实事求是的态度。比如,如果街道因下雨变得很湿,他不会去追究是谁的错,而会接受这种偶然的联系。

当我们说要自己承担责任时,我们还指要能够挺身而出自



己认为是正确的东西并愿意在我们的行为和决定被证明是错误的时候承担全部后果。如果一个人内心冲突所分裂,要做到这一点又很困难。他应该挺身捍卫哪一种,他又能够捍卫哪一种冲突的倾向呢?它们中间没有一种是真正想要或相信的东西。他真正能够挺身捍卫的只有他那理想化的形象。然而,他却绝对不允许犯错误。因此,如果他的行为或决定招致麻烦,他必须假装正确,把事与愿违的结果推给别人。

用一个比较简单的例子就可以说明这个问题。有个组织的头儿渴望拥有无限的权力和威望。没有他,什么决定都作不了,什么事也干不成。他不愿意把责任交付到别人手上,尽管他们受过专门的训练,也许有可能把某些事情处理得更好。在他自己看来,他对每一件事情都懂得最多。另外,他不希望别人觉得或变得重要起来。他觉得自己只是因为时间和精力的限制,才不能如愿以偿。但就是这么个人,他不仅想支配他人,他还要叫屈,还想做个大大的好人。由于没能解决这些内心冲突,结果他身上出现了我们所描述过的所有症状:懈怠懒惰,嗜睡,优柔寡断,拖拖拉拉,因而没法安排自己的时间。并且由于他觉得守约是一种令人无法忍受的强制性行为,他私下里乐于让别人等他。还有,他会做许多并不重要的事情,仅仅为了满足他的虚荣心。最后,他又迫切地想要在家里做个好男人并因而赔上了许多时间与心思。所以,这个组织自然运作不好。但由于他看不出自己有任何毛病,所以他就怪罪于组织的其他成员或者怪周围环境不好。

我们不禁又要问,他又能对他人格中的哪一部分负责呢?为他的支配倾向负责,还是为他顺从、奉承和迎合别人的倾向负责?首先,他对两者都不清楚。但即使清楚,他也无法在两者之

中作出取舍,因为全都是强迫性的。况且,他的理想化形象不允许他在自身看到理想的品质和无限的能力以外的成分。因此,他无法为他的冲突不可避免引起的后果负起责任。否则,他拼命想不让自己知道的一切也就暴露无遗了。

一般说来,要神经症患者对他的行为的后果负责,他就会特别反感(无意识的)。甚至对显而易见的后果,都一概闭眼不看。因为消除不了冲突,他就坚持认为——又是无意识地——像他这样的全才,应当能处理好冲突。他相信,别人可以受到后果的牵制,而对他来说,根本就不存在。所以,他必须回避对因果律的任何认识。假使他能睁开眼看看,它们倒能给他上一堂很管用的课,让他吸取教训的啊!它们有力地表明,他的生活方式根本行不通,他就是使出浑身解数,有计谋也好,有策略也好,都无法改变操纵我们的精神生活的法则,这些法则对物质生活有同样的制约作用。

事实上,对责任这个话题,他整个地没有兴趣。他只看到——或者朦胧地感觉到——这个问题的消极面。他看不到的,或者逐渐才了解到的,是他不理解这一问题的后果——他追求独立的强烈愿望受挫。他希望傲慢地推掉一切义务,以保持独立。可是,现实生活中,对一个人负起责任来,是获得真正的内心世界的的一个必不可少的条件。

神经症患者为了避免看到他的问题和痛苦的原因就在于他心中的冲突,便采取三种方式之一——经常是三合一地使用。在这一点上,外表化会使用到极限,这时,所有情况,从食物到天气,从健康到父母、妻子,或者命运,都被视作某次灾祸的起因而遭到谴责。或者,他持以下态度:既然什么都不是他的错,任何不幸落到他头上,都是不公平的。他居然也生病、感冒、死去,他

竟然婚姻不幸、孩子有毛病、工作成绩没人肯定，这全不公平。这样的思维方式（有意识或无意识的）真是错上加错，因为他的冲突的产生有自己的一份责任，现在给他剔除了；不仅如此，而且跟他无关的所有因素对他的生活也产生了一种影响。但它有自身的逻辑。孤独不合群的人典型的思路就是这样的，他以自我为中心，这一中心使他理解不了自己仅仅是一根大链条上的一个小环节，如此而已。他想当然地认为，他应该得到某种社会制度下某个时期的一切舒适的生活待遇，可他又就是讨厌与他人联系在一起。因而他无法理解为什么他会为他本人没有参与什么而遭受痛苦。

第三种方法与他拒不承认因果关系有关。后果在他脑子里出现时是些孤立的事情，与他本人、与他的冲突无关。比如，沮丧或恐惧，似乎是从天而降，落到他头上。这当然可能是因为心理上的无知或者缺乏观察所造成的。但我们在临床分析中可以看出，患者坚决否认可能存在的联系。他也许不相信它们的存在，或已经遗忘。他也可能认为，分析医生不是很快去消除烦人的紊乱——他来就诊为的就是这个目的——而是来“责备”他，以狡猾的方式来保全自己的面子。这样，患者可能已经清楚导致他的惰性的因素，但不想承认，他的惰性不仅使临床分析速度减慢，而且使他做的一切事情延宕。或者还有个患者知道了自己对他人的进攻性、贬低性的态度，可搞不懂为什么他常吵架，并招人嫌。这些冲突存在于他内心是一回事，但他每天的问题又是另一回事。这种把他内心的冲突与它们对他生活的影响所作的隔离造成了他把整个事物加以隔裂这一总倾向的产生。

神经症患者不肯承认他的神经质态度及倾向大部分是深藏不露的，容易为分析医生所忽视，原因就在于对他来说，这一切

再明显不过了。这是不幸的事情,因为除非医生让患者弄清楚他回避后果,除非让患者知道他这样做的原因,否则,他无法意识到他已在多大程度上干预了自己的生活。意识到后果的产生和存在是临床分析中最有力的医疗因素,因为这给了患者一个很深的印象,即他唯有改变自身的某些东西,才能获得自由。

那么,如果神经症患者不能对自己的虚假、狂妄、以自我为中心和逃避责任负责,我们还能不能谈道德?有人持这样的观点:作为精神分析医生,我们只需要关心病人的疾病,治好病就行,至于道德问题,那不在我们所辖范围以内。有人会指出,弗洛伊德了不起的业绩之一是推翻了“道德的”态度,而我好像要推崇道德态度了!

有人认为这些是科学观点,但它们站得住脚吗?在人类行为方面,我们果真能排除掉对错判断吗?分析医生如果决定什么需要分析检验,什么不需要,难道他们不就是在他们有意识排斥的判断的基础上进行的?然而,在这样一些隐含的判断上有一种危险:它们有可能是在要么太主观、要么太传统的基础上作出来的。这样,一个分析医生可能觉得,一个男人在外拈花惹草是无需分析的,而女人一旦惹出桃色事件就有仔细分析的必要了。或者,如果他主张一种放荡的、由性冲动驱使的生活,那他就会认为忠实,无论男女,都需要分析。而事实上,这些判断应以具体患者的神经症为基础。需要决定的问题是,患者的态度对他的发展是否有害,对他与他人的关系是否有害。如果有害,就说明患者的态度是不对的,需要治疗。分析医生下的结论的理由应向患者解释清楚,以便使他自己在这件事情上拿出主张。最后,上述的观点难道不也包括了存在于患者思路中的谬误吗?

这一谬误即道德问题是个判断问题,并不是一个与后果孪生的事实问题。让我们拿神经症患者的自夸作个例子。其实,这是作为事实而存在的一个问题,不管患者对此是否负有责任。医生相信,自夸是患者应意识到并最终要克服的一个问题。医生持有的这种批评态度难道不是因为他从小在主日学校里懂得了自夸是有罪的、谦卑是一种德行而后才形成的吗?或者,他的判断是由一个事实决定的:自夸是不现实的,会产生不良后果,患者不可避免地要承受这些后果的重压——也不管他是否负有责任。当然,就自夸而言,其后果妨碍了患者了解自己,因此也阻碍了他的发展。而且,自夸的患者对他人也会不公正,这又有反作用——不仅使他时不时地与人发生冲突,而且总是使他与别人疏远。这又使他的神经症加重。因为患者的道德观一部分来自他的神经症,一部分又在维护神经症。所以说,分析医生没有选择余地,唯有面对这些道德观。

## 第十一章

### 无 望

尽管有内心冲突，一个神经症患者时而也会心满意足，享受生命中的和谐。但是要想经常享受这种幸福则需依赖很多条件。比如：他对任何事情都不会觉得开心，除非他是单身独处——或者除非他能与人分享；除非他在控制局势——或者除非他得到众人的附和。事实上，构成幸福的种种条件往往相互冲突，因而，他得到幸福的机会愈加减少。他可能喜欢由他人带头，但是同时又会憎恨这一点。一个女人可能很欣赏她丈夫的成功，但是同时又会嫉妒他。她可能很喜欢开晚会，但是为了使一切都尽善尽美，她在晚会举行前就已经心力交瘁。神经症患者确实能够享受到一时的幸福，但是他极其脆弱又惊恐不安，幸福对他而言只能是昙花一现。

另外，日常生活中发生的一些不幸在他的脑子里占有太重的分量。任何小小的失败都会使他陷入抑郁，因为失败证明他一无是处，尽管失败缘于某些他无法控制的因素。任何善意的批评都会使他焦虑不安。正因为如此，他总是比实际情境所赋予的要不幸和失意得多。

这一切看上去已经够糟的了，但是实际情况更糟。人类只

要有希望就能够承受巨大的苦难；但是神经机能障碍不可避免地导致希望的丧失，神经障碍状况越厉害，无望程度就越高。这种无望可以深埋心底。表面上，神经症患者可能忙于设想和计划以使事态变好：要是他已经结婚，有一套大一点的公寓，换个工头，娶的是另一个人就好了；而对女性患者来说，要是她是个男人，年长一点或年轻一点，高一点或不要太高，那就一切如意了。有时候，消除一些不安因素确实对患者有所帮助。但是通常这些希望仅仅是患者内心障碍的外表化，最后终将失望。神经症患者期待外在的变化带来完美的世界，但是却不可避免地将自己和自己的神经症带入新的状态。

希望依赖于外界，这一点在年轻人中较为常见，这也就是为什么对一个年轻人做分析不像原先想得那么容易。随着年龄增加，随着希望一个接着一个地破灭，人们会更愿意从他们自身去寻找痛苦生成的可能原因。

尽管当无望的感觉还处于潜意识，它的存在和力量已可以从各种各样的迹象中察觉到。在患者的一生中可能有某个阶段，他表现出对某个事件非常失望，其失望的程度和延续时间大大超过事件所造成的应有影响。一个人可能因为青春期的一次单恋，某个朋友的背叛，一次不公正的被解雇，或因为考试失败而感觉到彻底的绝望。很自然地，人们会首先去寻找到底有什么特殊原因造成他如此强烈的反应。但是凌驾于这些特殊原因之上，人们通常发现不幸的经历耗干了深深的绝望之井。同样地，老是想死或不时冒出自杀的念头——不管是否有做作的成分——其结果是彻底的无望，虽然外在可能表现出乐观。轻率的表现，即对任何事都不愿意认真对待——不管是在心理分析过程中还是在平时——是另一种迹象，表明在困难面前极易

受挫。弗洛伊德定义的消极治疗反应就是这种情况。一种新的虽然有点痛苦的解决问题的方法可能只会使病人沮丧,他不愿意再一次经受设法解决一个新问题的痛苦。有时候这看起来像是病人不相信自己能克服某个具体的困难;实际上却说明他缺乏希望,即问题的解决能使他有所获益的希望。在这种情况下,病人抱怨某种顿悟伤害了他,令他害怕,讨厌分析医生把他搞得心烦意乱等等就很合逻辑。总觉得自己能够预测未来也是无望的一种表现。虽然表面上看起来像是对生活的一般性焦虑,怕被搞个冷不防,怕犯错误,但是我们发现这些预测总是带有悲观色彩。像预言女神卡珊德拉一样,许多神经症患者的预言大部分是不吉利的,很少有好的。这种着眼于生活的黑暗面,而不是光明面使人怀疑他有根深蒂固的无望感,不管这种无望被多么聪明地合理化了。最后,还有一种慢性忧郁症,它很隐秘,不知不觉中加剧,不使人觉得是抑郁症。有慢性忧郁症的人可以表现良好。他们很愉快,享受生活,但是在早上他们可能得花几个小时才能振作起来,再一次去承受生活。生活是一种如此永久的负担以致他们不再觉得它是负担,也不再抱怨。但是他们的精神却永远处于低潮。

无望的根源是无意识的,而无望的感觉却是有意识的。一个人可能被悲观情绪渗透。或者他对生活采取消极的态度,无所期盼,只是觉得生活必须忍受。或者 he 可以用很哲理的话来说,生活本质上是一场悲剧,只有傻瓜才会对人类不可改变的命运自欺欺人。

在初次接触时就可以感觉到病人的无望感。他不愿意作出最小的牺牲,不愿意经受哪怕是很小的一点不方便,不愿意冒一点点险。他给人的感觉是太自我放纵。而实际上,他是看不出



有什么迫切的原因需要他做出牺牲,因为他不想从中得到任何好处。同样的态度也发生在心理分析以外。他安于困境,而本来只要稍作努力或稍有点主动性就可以改变的。但是也可能他已完全被自己的无望感击倒,一般的困难对他来说就好像是无法逾越的障碍。

有时一句不经意的话会使这种状况明了化。分析医生随意提到某个问题没有解决,需要做更多的工作,而病人的反应可能是:“你认为这还有希望吗?”当他意识到自己的绝望时,却往往无法说明原因。他会把它推诿到种种外界因素:从他的工作、婚姻到当时的政治形势等等。但是,他的无望不是由于任何具体的、一时的环境因素造成的。他对一切都感到无望:生活毫无意义,从未有幸福或自由。他觉得自己被永远排斥在一切使生命有意义的东西之外。

或许索伦·克尔恺郭尔对此作出了最深刻的回答。在他的《不治之症》<sup>①</sup>一书中,他提出所有的绝望追根溯源都是对身为自我的绝望。各个时代的哲学家都强调身为自我的重要性,以及因感觉自我被隔绝而产生的绝望感。这也是禅宗佛教作品的中心主题。在现代作家中,我只引用约翰·麦克默里<sup>②</sup>的一句话:“除了完全、彻底地身为自我,我们的生存还能有什么其他意义吗?”

无望是内心冲突无法解决的最终结果,根源是患者对自己成为身心统一、不可分割的整体的绝望。神经障碍的不断升级

---

① 索伦·克尔恺郭尔《不治之症》,普林斯顿大学出版社,1941年。

② 约翰·麦克默里《理智与情感》,阿普尔顿-世纪出版社,1938年。

最终导致这种结果。其基本感觉就是陷入冲突,像被囚禁的鸟儿,看不到任何逃脱的可能性。所有解决问题的企图不仅失败了,而且越来越把人与其自我分离。重复的体验加剧了无望的感觉——才能带不来成就,或许是因为一次又一次地精力被分散到太多的方面,或许是因为在创造过程中产生太多的障碍,足以使人停止求索。这也可以应用于诸如爱情、婚姻、友情等,它们一件接着一件触礁失败。反复失败令人沮丧,就像实验室里的老鼠,本来可以跳到一个开口处得到食物,它跳呀跳,最后发现开口处已被隔断。

另外还有一种想符合理想化形象的事实上的无望。很难说这是不是造成无望的最有可能的因素。但是毫无疑问,在分析中,当病人认识到他远不是他想象中的那个完美无缺的人时,他的无望感便昭然若揭。他感到无望不仅因为他对达到梦想的高度感觉绝望,更因为他认识到这一点后会对自己产生深深的蔑视,这种自我蔑视损害他有所获取的期待,无论是在爱情上还是工作上。

最后,导致无望的因素还有所有那些使人的重心从其自身转移的过程,使他不再是自己生活的积极推动力。结果是他对自己,对自己作为一个人而要发展丧失信念;他总想放弃——这种态度,虽然有时候不被人注意,其后果非常严重,甚至可以被称为心灵死亡。正如克尔恺郭尔<sup>①</sup>所说:“尽管有(绝望)这种事实……他仍可以看上去……很好地生活着,做一个人,忙于日常事务,结婚,生子,获取荣誉和尊敬——可能没人注意到,在更深的意义上来说,他缺乏自我。关于这一点,这个世界不会多加

---

<sup>①</sup> 索伦·克尔恺郭尔《不治之症》,普林斯顿大学出版社,1941年。

追究；因为自我是这个世界最不愿意寻根刨底来探求的东西，对一个人来说，在他所有的东西中，如果被他人知道他拥有自我，这将是危险的事。而真正的危险，即缺乏自我，反倒会被不屑一顾；任何其他的损失，一条胳膊，一条腿，五块钱或是一个老婆等等，肯定会被人们注意到。”

从我从事监督工作的经验来看，分析医生们通常没能清楚地正视无望的问题，因而没有加以适当的处理。我的同事被病人的无望感搞得不知所措——他们认识到病人的无望，但是没有把它当作问题来处理——结果自己被搞得很绝望。这种态度对分析来说当然是致命的，因为不管分析医生的技巧有多好，作出的努力有多大，病人能感觉到分析医生实际上已放弃了他。这种道理在心理分析圈外也是成立的。没有人能够成为真正有帮助的朋友或伙伴，如果他不相信他所帮助的人能充分发挥自己的潜力。

有时候，我的同事们犯的是正好相反的错误，即对病人的无望重视不够。他们认为病人需要鼓励，就给了他鼓励——这值得称赞，但还远远不够。当分析医生给予病人鼓励时，尽管病人感激分析医生的好意，但是他有理由对分析医生感到不满，因为在其内心深处，他知道他的无望不是一种通过好意的鼓励即可消除的情绪。

为了大胆地、直截了当地解决问题，首先需要认识到上文提到的病人感觉无望时的一些间接迹象，同时弄清病人无望的程度如何。还必须明白他的无望是和他的心理障碍联系在一起的。分析医生应该清楚这一点并直截了当地向病人说明白：他的境况只有在现状继续存在并被认为是无法改变时才是没有希

望的。契诃夫的《樱桃园》里的一个场景很好地说明了这个问题。一家人,面临破产,想到要离开这个有着美丽樱桃园的庄园,大家都很绝望。一位实务家提出合理的建议:他们可以在庄园某处造些小房子以供出租。他们墨守成规的观念使他们不可能同意这样的计划,因为除此之外没有其他的解决办法,所以他们还是觉得没有希望。就像没有听到方才的建议,他们还是无助地请求是否有人能帮助他们或是有什么好的建议。如果他们的指导者是个好的分析医生的话,他会说:“当然现在境况很困难。但是是你们的态度使这件事变得如此绝望。如果你们能考虑改变一下你们对生活的企求,完全没有必要感到如此绝望。”

相信病人能够改变,相信他能够解除自己的内心冲突是一个关键因素,决定着治疗师是否敢于去处理问题,也决定着治疗师的成功机会。就在这一点上,我和弗洛伊德的观点有明显不同。弗洛伊德的心理学和其内含的哲理基本上是悲观色彩的。他对人类的前途的观望<sup>①</sup> 和对治疗的态度<sup>②</sup> 都标记着这种色彩。基于他的理论前提,他只能是悲观的。人受本能驱动,本能只能经“升华”而得以改变。人期望满足的本能冲动不可避免地会被社会挫败。他的“自我”无助地在本能冲动和自身也需要改造的“超自我”之间摇摆。超自我是凶险的、破坏性的。真正的理想根本不存在。自我满足的愿望是“自恋”。人的本性是破坏性的,“死亡本能”促使他不是去毁灭别人就是自己遭罪。所有这些理论使人们无法用积极的态度去对待变化,也局限了弗洛伊

---

① 西格蒙德·弗洛伊德《国际心理分析丛书》第十七卷,《文明及其不满》,伦纳德和弗吉尼亚·伍尔夫出版社,1930年。

② 西格蒙德·弗洛伊德《分析的可终止与无休止》,载《国际心理分析杂志》,1937年。

德倡导的潜力超群的治疗法的价值。相反地,我认为神经症难以抗拒的冲动不是本能的,而是来自于扭曲的人际关系;当人际关系得以改善时,这种冲动也会发生变化,我相信源于扭曲的人际关系的种种冲突能得到真正的解决。这并不是说基于我提倡的原则上的治疗法没有局限性。还需要做很多工作才能清楚地界定这些局限所在。但是我们已有充分理由相信有发生根本变化的可能性。

那么,为什么说认识并着手处理病人的无望感非常重要呢?首先,这种方式在处理抑郁症和自杀倾向等特殊问题方面很有价值。确实,我们能够通过揭示出病人当时的具体矛盾冲突,从而解除病人的抑郁症状,无需触及病人一般的无望症。但是如果我们想防止病人抑郁症的复发,就必须处理无望的问题,因为这正是病人产生抑郁的深层原因。为了解决不知不觉中加剧的慢性抑郁症,我们同样必须触及这一根源所在。

自杀的情形也是如此。我们知道像深深的失望、蔑视和惩罚之类的因素容易导致人的自杀倾向;而当倾向表露出来时再来阻止自杀往往已为时过晚。如果我们能对不是那么引人注目的无望迹象稍加注意,并在适当的时间跟病人谈及此事,许多自杀很有可能不会发生。

更普遍的意义还在于这样一个事实,病人的无望对治疗任何一种严重的神经机能病都构成障碍。弗洛伊德倾向于把所有阻挡病人康复的东西都叫“阻力”。但是我们很难把病人的无望也归入这一类。在解析过程中,我们需要处理向前和后缩的两种力量的相互对抗,阻力和推动力的抗争。阻力是病人用以维持现状的所有力量的集合词。而他的推动力是由促使争取内心自由的那种积极的活力所赋予的。我们利用这种动力进行工

作,没有它,我们什么也干不成。这种力量帮助病人克服阻力。赋予他丰富的联想,从而为分析医生提供了更好地了解他的机会。这种力量使病人足以经受住成熟过程中不可避免的痛苦。使他甘愿冒险放弃给予自己安全感的种种处事态度,开始一种未知的、全新的态度来对待自己 and 他人。这种过程绝非分析医生拉硬扯可成;必须要病人自己愿意才行。而这种宝贵的力量会因病人的无望而瘫痪。如果分析师不能认识到并处理这种无望症,那么他就丧失了一个最好的同盟来向病人的神经症作战。

病人的无望不是通过一次心理分析就可解决的问题。只要病人不再觉得自己厄运缠身,无法改变,而把自己的无望看作是一个最终可以解决的问题,这已经是一个很大的胜利。这一步解放了他,使他开始向前迈进。当然会有起伏反复。当他洞察到一些有帮助的东西,他可能会很乐观,甚至过于乐观,但是一旦发现原来新的问题更令人心烦,他会又一次陷入绝望。每次又得重新着手来处理他的无望症。但是当病人认识到自己确实可以改变,窒息着他的无望感就会放松。他的动力也会随之增加。开始,动力只局限于希望摆脱最使其烦恼不安的症状。慢慢地,当病人越来越了解自己的桎梏所在,当他体验到自由的感觉后,这种动力会越来越强大。

## 第十二章

### 施 虐 倾 向

患有神经无望症的人能以这种或那种方式继续“照常生活”。如果他们的创造能力没有被神经症损伤得太厉害的话,他们或许可以有意识地沉湎于他们的个人生活,致力于某个能令他们富有成效的领域。他们可以投身于社会活动、宗教活动或者某个组织的工作。他们的工作可能挺有用,虽然他们缺乏热情,但是他们也别无私图。

还有一些人,在适应某种生活框架时,不再充满疑虑,但也感觉不到生活的意义,只是在完成义务。约翰·马昆德在他的《时间太少》里描述了这样的生活。我想这也正是埃利希·弗洛姆<sup>①</sup>所说的“缺陷”状态,他不把这种情况看作是神经症。而我却认为这正是神经症的结果。

另一方面,他们有可能放弃所有对生活的认真探索而转向生活的边缘,试图从他们的某种爱好、美味佳肴、狂欢滥饮或是小小的性快感中攫取一点幸福。或者他们也可以放任自流,任

---

① 埃利希·弗洛姆《神经症的个体根源与社会根源》,载《美国社会评论》第九卷,第四期,1944年。

己堕落,彻底垮掉。因为无法有始有终地做任何工作,他们就沉湎于吃喝嫖赌。查尔斯·杰克逊在他的《失去的周末》一书里描述的酒精中毒就是这种状态的最结局。这样联系起来一想,如果来研究一下潜意识里的任己毁灭是不是导致结核病和癌症之类慢性病的心理原因可能很有意思。

最后,无望的人很可能会变得非常具有破坏性,但同时又期望通过某种替代性的生活而使自己复原。我认为这就是施虐倾向。

因为弗洛伊德认为施虐倾向源于本能,心理分析的着重点都放在所谓的施虐变态上。而日常关系中的施虐模式,虽然未被忽视,但是也没有什么严谨的说明。任何一种武断的或进攻性行为都被看作是本能施虐倾向的变异或升华。比如弗洛伊德就把对权力的追求看作是这样的一种升华。确实,追求权力可能是施虐性的;但是对一个把生活看作是一切都在互相争斗的战场的人来说,这只是在为生存而挣扎。其实根本不一定是神经症。由于缺乏甄别,我们既没能对施虐心态可能采取的方式有比较全面的看法,也没有一个比较精确的标准可以用来确定什么是施虐症。只能由各个机构自己来定性是或不是施虐狂。这种状况非常不利于做出确诊。

光是凭伤害他人的行为还不能说有施虐倾向。一个人可能正处于个人挣扎或一般意义上的奋斗中,在争斗过程中,他不仅伤害他的对手,也伤害了伙伴。对他人的敌意也可能仅仅是反应性的。一个人可能觉得受到伤害或感到害怕而奋起反击,其反抗力量,虽然客观上大大超过了挑衅的力度,但是主观上来说并不过分。但是也很容易犯这样的错误:经常把真正的施虐倾向看作是正当的反应性行为。虽然很难把两者区分开来,但并



不是说应对性敌对不存在。最后还有那些侵犯型病人的进攻战术,他觉得他是在为生存而战。我不把这些侵犯行为称为施虐;可能有人受到这种行为的伤害,但是这种伤害是这些行为无法避免的副产品,原本不是病人的首要意图。简而言之,我们说的这类行为,它们是侵犯性的,甚至是敌对的,但是它们不是病人恶意犯下的。病人不能从伤害本身得到任何有意识的或无意识的满足。

而相对于此,让我们来看一些典型的施虐态度。从下述这类人中观察得最为透彻,这类人丝毫不受约束地表述他们对他人的施虐倾向,不管他们是否意识到自己到底有没有此类倾向。下面如果我说到某个人是施虐癖,我指的是这个人对其他人的心态显而易见是施虐的。

这样的人可能想奴役他人,尤其是奴役同伴。他的“受害者”必须是一个超人的奴隶,一个不仅自己没有愿望、感情、主动性,而且对其主人没有任何要求的奴隶。施虐倾向可能以塑造、教育受害者的形式出现,像《皮格马利翁》里希吉斯教授塑造伊莉莎一样。在最好的情况下,这种倾向有其积极的一面,比如父母和孩子,老师和学生。偶尔这积极的一面也会在性关系中出现,尤其当施虐者是两人中更成熟的一个时。这种关系在一对年长的和稍年轻一点的同性恋中非常明显。但是,即使是在这种关系中,只要这个奴隶有任何想自行其是,结交新朋友,自找乐趣的表示,主人就会凶相毕露。虽然不是一成不变,但是通常情况是这样的,主人占有欲和嫉妒心极强,并把这种嫉妒当作虐待同伴的武器。这类虐待性关系的特点是:对施虐者来说,控制受害者比他自身的生活更有趣。他忽视自身的事业,宁愿弃绝结交新人的快乐和好处,也不愿意让同伴独立。

施虐者奴役同伴的方式很有特性,根据两人的性格结构只在局部范围内有变化。施虐者会给予被虐的一方一点甜头,使其觉得这种关系值得维持。他会满足同伴的一些需要——不超过其基本的生存需要。他还向同伴强调他所给予的是多么独一无二。他会对同伴说,没有任何人像我这样如此理解你,支持你,并给予你这样的性满足;实际上,除我之外不会再有任何人能够容忍你。他会直截了当或用暗示的方法诱惑同伴今后的一切会更好,他会保证爱对方,会跟对方结婚,经济状况会更好,会更善待对方。有时候他会强调他非常需要对方,强调同伴对他的吸引力有多大。因为他如此强烈的占有欲和蔑视感把同伴和其他人隔离开了,因而他的这些伎俩变得更加有效。如果他的同伴被他弄得很依赖他,他就会用离开来恐吓对方。恫吓的方式还有很多,因为它们另有显著特点,我将分开来谈。很自然,如果我们不考虑施虐者同伴的个性特征就很难理解这到底是怎样一种关系。通常,施虐狂的同伴属于温顺服从型,害怕遭遗弃;他也可能属于这样一类人,因为把自己的施虐冲动深深地压制住而变得有点不知所措。下面我们还会谈到这种现象。

在这种情境下产生的相互依赖使被奴役者和奴役者双方均感不满。如果后者希望超然的需求增强,他会对同伴占有自己如此多的心力和精力感到极其憎恶。他没有认识到是他自己造成了这些束缚,他会责骂同伴太缠人。他想从中摆脱出来,这既说明他的害怕和气愤,也是他用来恐吓同伴的一种方式。

不是所有的施虐癖都嗜好奴役他人。另外一类施虐癖以像玩弄乐器一样玩弄他人感情为乐。索伦·克尔恺郭尔在他的小说《诱奸者日记》里描述了一个对生活一无所盼的人是如何全身心的沉溺于诱奸游戏之中的。他知道什么时候应该表现出兴

趣,什么时候应该显得满不在乎。他在期待,观察女子对他的反应时是高度敏感的。他知道什么能够唤起、什么能够扑灭女子的情欲。但是他的敏感性只局限于施虐游戏所需的范围内:丝毫不关心这种经历会对女子的生活产生什么样的影响。小说中描写的是有意识的非常精明的盘算,这种盘算通常在不知不觉中就进行了。这是吸引和拒绝、使人入迷和让人失望、欢欣鼓舞和堕落失意、快乐和悲伤的游戏。

第三种施虐狂的特征是利用同伴。这种利用不一定是施虐症特有的,也可以仅仅为了获取而去利用。在虐待性的利用中,有所获取可以是原因之一,但是这种获取是虚幻的,为获取而投入的自觉感情大大超过所得到的。对施虐狂来说,利用的乐趣在于利用本身。关键是要去体验超越他人的成就感。它独特的施虐色彩表现在利用的方式方法上。直接或间接地,施虐狂会对同伴提出不断升级的要求,并且让同伴感觉到如果他不能满足这些要求,就应该觉得内疚和耻辱。施虐狂总能找出理由来说明自己的不满,觉得自己被不公正地对待,因而有理由要求得到更多。易卜生的小说《黑达·盖布勒》描述了这种情况,其实即使满足了施虐者的这些要求,他也不会有任何感激之情,他的这些要求的目的是为了伤害同伴,让对方俯首帖耳。这些要求可能是物质方面,性方面的要求,或是要求同伴帮助施虐者建立事业;或是要求同伴对自己特别关注,全心全意,还要求同伴有无限的容忍性。这些要求本身并没有什么特别的施虐内容:施虐性质表现在他认为同伴应该尽心竭力、想方设法去充实一种情感真空的生活的期待心理。黑达·盖布勒不断地抱怨无聊,需要刺激和激情是这种状况的最好写照。这种像吸血鬼一样吸取他人情感活力的需求一般都是完全无意识的。但是也有可能这种

需求正是渴望利用他人的深层原因，施虐狂表达出来的种种要求正是从这里获取其养分的。

当我们了解到在利用他人的同时，施虐者还有一种挫败他人的心理倾向，对利用的本性就看得更清楚了。如果说施虐狂什么都不愿意给予，那是错误的。在某种情况下，他甚至可以是慷慨的。施虐狂的典型特征不是吝啬到什么都不松手，而是一种更为活跃的，虽然是无意识的，想挫伤他人的冲动——扼杀他们的幸福，使他们的期望落空。同伴的任何一点满足或轻松的感觉都不可避免地挑起施虐狂想方设法搞破坏的欲望。要是同伴想见到他，他就会阴沉个脸。要是同伴想性交，他就会显得很僵硬或是性无能。他甚至都不用刻意地去做什么或故意做不好什么。只要简单地辐射出他的沮丧，他就是一味抑制药。引用阿尔多斯·赫胥黎<sup>①</sup>的话：“他不用做什么，他只要是他就足够了。而他们一经感染马上就会枯萎变黑。”稍后面一点又提到：“这是对权欲多么精致的提炼，多么优雅的残忍啊！那种传染性的忧郁是多么令人吃惊，无任多么高昂的兴致都会被它破坏掉，它甚至可以窒息任何一点点快活的可能性。”

施虐狂的另一种重要倾向是蔑视和侮辱他人。他非常善于找他人的缺点，发现并指出他人的弱点。他直觉地知道他人的敏感之处和易受伤害之处。他把他的直觉冷酷地应用于损人的批评。这可能被合理地解释为诚实或是希望对他人有所帮助；他会自欺欺人地认为他是确实为对方的能力和是否正直感到不安——但是如果有人对他的真诚提出疑问，他会惊恐不安。他也可能表现出对他人的猜疑。病人会说：“要是我能相信那个

---

<sup>①</sup> 阿尔多斯·赫胥黎《时光应该有停顿》，哈珀和兄弟出版社，1944年。

人就好了!”但是在把那个人幻想成蟑螂、老鼠之类令人恶心的东西后,又怎么可能再去信任他呢!换句话说,病人的疑心可能只是在自己心底贬低他人的一种后果。而如果施虐狂不清楚自己蔑视他人的心态,那么他感觉到的只是这种蔑视造成的后果:疑神疑鬼。好像把这种情况看作喜欢挑剔比看作施虐倾向更为合适。实际上他不仅用探照灯照耀确实存在的瑕疵,他更擅长于把自己的错误外表化,用来针对别人。比如,如果他自己的行为搅乱了别人,他会立刻对这个人情感上的不稳定表示他的关注,并且蔑视对方的情绪波动。如果对方因为害怕而对他不那么坦白,他会责骂对方不坦诚、说谎,而实际上这一切完全是他自己造成的。这种伤害不仅仅是言辞上的,还伴随各种各样傲慢的行为。令人耻辱,下流的性行为是其中的一种表现方式。

当任何一种这样的冲动受到挫折,或是事情反过来,施虐狂觉得他自己受人控制,被人利用,糟人轻视,他会大发雷霆,几近发狂。在他的想象中,对冒犯者的任何折磨都不过分:他可以拳打脚踢,把对方撕成碎片。这些施虐性的愤怒随后可能被他自己压制住,压制后就会产生极端痛苦和身体机能失调,导致内心紧张程度提高。

那么,这些倾向到底有什么意义呢?有什么内在的迫切需要使一个人变得如此残忍?那种认为施虐倾向是性倒错冲动的表现方式的假设实际上没有任何依据。确实,施虐倾向可以在性行为中表现出来。这一点符合这样一条基本规则,即所有的性格态度都会在性的范畴里表现出来——就像在我们的工作方式、步态和笔迹里表现出来一样。确实许多施虐行为都带有一定的兴奋和激情,这一点我已反复提到过。然而就此认为这种

令人震颤的、激动人心的情感本质上是性欲的,虽然感觉上并不像,需要依赖于这样一种假设,即每一次激动本身都是性欲的。但是没有证据可以证明这种假设。现象学上说来,施虐快感和性放任的感觉在本质上是完全不同的。

断言施虐冲动是一种顽固的婴幼儿倾向的持续有一定的说服力,因为儿童对动物和更年幼的小孩比较残忍,而且很明显地从中得到乐趣。着眼于这种表面上的相同性,我们或许可以说,施虐冲动是儿童残忍的提炼。实际上,这不仅仅是精炼提纯,成人施虐狂的残忍不同于儿童的残忍。正如我们所看到的,成人的残忍有其非常明显的特性,是儿童直截了当的残忍所缺乏的。儿童的残忍是在感到压制和受辱后的一种比较简单的反应。他向弱者实施他的报复。而成人的施虐倾向却很复杂,其根源尤其复杂。而且,像所有企图把后来的怪异行为归因于原先的经历的做法一样,这种断言没有回答一个非常关键的问题:为什么这类残忍如此持久,而且经过精心策划,这种残忍行为到底是什么因素造成的?

上面所做的种种假设只着眼于施虐病态的一个方面——性欲和残忍——甚至连这种特性也没能解释清楚。埃利希·弗洛姆<sup>①</sup>提供的解释虽然比其他观点更接近实质所在,但也没有完全说明白。他指出一个施虐者并不想毁掉他所依附的伙伴,但是因为他无法自我生存,必须有一个同伴和他共生。这一点完全正确,但是这还不足以解释一个人为什么有这种难以抗拒的冲动要去搅乱他人的生活,而且这种干扰方式为什么会这样特别。

---

<sup>①</sup> 埃利希·弗洛姆《逃避自由》,法勒和莱因哈特出版社,1941年。

如果我们把施虐看作神经症症状,那么,像以往一样,一开始我们应该先设法弄清楚导致施虐倾向产生的性格结构,而不是去试图解释这些症状。从这个角度着手,我们发现如果一个人不是对自己的生活深感无能为力,他是不会有明显的施虐倾向的。诗人们早在我们通过临床仔细检查才发现之前就凭直觉感受到了这一点。就像是黑达·盖布勒和那个诱奸者,他们对自己和自己的生活感到无能为力。在这种情况下,一个人如果不能听从命运,他就必然会充满愤慨。他觉得自己永远被排斥在外,被彻底打败了。

因而他开始憎恨生活,憎恨生活中所有好的东西。他妒火中烧,因为他得不到自己迫切想要的。这是一个被生活抛弃了的人心酸的嫉妒。尼采称之为“Lebensneid”,即嫉恨。他感觉不到别人也有痛苦:“他们”坐在餐桌边,而他却在挨饿;“他们”在爱,在创造,在享受,健康,安闲,有归属。他们的幸福和他们快乐和享受“幼稚”的期盼激怒了他。如果他不能幸福和自由,他们为什么能这样?用陀思妥耶夫斯基笔下的白痴的话来说,他不能原谅他们的幸福。他必须践踏别人的幸福。有一个故事很好地描述了这种态度。一位患肺结核的老师在他学生的三明治上吐唾沫,并为自己毁坏他人的力量洋洋自得。这是仇恨性嫉妒的一种有意识的行为。而一个施虐狂挫伤、破坏他人精神的倾向照例是无意识、深藏在内的。但是其目的却和那个老师的一样邪恶:把自己的痛苦分给他人;如果别人同他一样失败、堕落,那么他自己的苦难就减轻了,因为他不再是唯一遭受折磨的人。

“酸葡萄”战术是他减轻嫉妒痛苦的另一种方法,他掌握得非常好,甚至连受过训练的观察者也会受其蒙骗。事实上,他把

自己的嫉妒掩藏得很深,如果有任何人提起它的存在,他会嗤之以鼻。他着眼于生活痛苦、沉重、丑恶的一面不仅仅因为这是他痛苦内心的一种表现方式,更因为他需要用这种方式向自己证明他并没有错过什么。他不停地挑错、贬低他人,部分原因就在于此。比如,他会注意到一个漂亮女人身上某一个不太完美的局部。走进一个房间,他的眼睛会落到和其他东西不太协调的某种颜色、某件家具上。他会挑出一篇精彩演讲的一个小错。同样的,别人的生活、个性、可能的动机有任何一点错误,他都会把它看得很严重,如果他是老于世故的,他会把自己的这种态度说成是他对缺点的敏感。而实际上,他的探照灯只照错误,对其他的一切均视而不见。

虽然他成功地缓和了自己的嫉妒心理,减轻了烦恼,但是他贬低一切的心态却给自己带来了一种长久的失望和不满的感觉。假如他有孩子,他想到的主要是孩子带来的负担和义务;假如他没有孩子,他会觉得自己失去了人生最重要的经验。假如他没有性关系,他觉得被剥夺了享受,老想着禁欲的危险性;假如他有性关系,他又会觉得耻辱和羞耻。假如他有机会出去旅行,他会抱怨旅行的种种不便之处;假如他没有机会去旅游,他会认为不得不呆在家里是很丢脸的。因为他从来没有想到他老是感觉不满意的根源在自己身上,所以他认为他有权利抱怨别人辜负了他,可以向他们提出更高的要求,即使别人完成了他的要求,他也不会感到满足的。

这种悲苦的嫉妒,贬低一切的倾向和伴之而来的不满足在一定程度上解释了一些施虐倾向的成因。我们明白了为什么施虐狂要去挫伤他人,给别人带来痛苦,喜欢吹毛求疵,提出贪得



无厌的要求。但是只有当我们把他的无望感对他与他自己的关系的影响联系起来考虑时,我们才能了解他破坏性的程度,了解他傲慢无礼的自我正确论。

他违反了人类尊严最基本的要求,但是在其内心深处隐藏着一个具有很高、很严格道德标准的理想化形象。他是这样一类人中的一个(我们前面提到过),这类人因为对自己达到如此高的标准感到绝望,所以自觉不自觉地决心变得尽可能地“坏”。他可能成功地变得很“坏”,沉迷在一种不顾死活的兴奋中。但是这样一来,理想化形象和真实自我之间的隔阂变得无法弥补。他觉得无法拯救或原谅自己。他的无望感越来越深,最后变得毫无顾忌,因为他觉得已经没有什么可以再失去的了。只要这种状况存在,他就无法用积极的态度对待自己。任何想使他振作起来的企图最后都会失败,而且还暴露出治疗师对病人这种状况的无知。

他的自我厌恶是如此强烈以致于他无法正视自己。他穿上自我正确的厚厚盔甲来与之抗衡。对他任何一点小小的批评、疏忽,或是没能对他赏识有加都会激发他的自卑感,所以他认为这一切都是不公正的,必须加以拒绝。他把他的自我蔑视外表化,他责备、训斥、侮辱别人。但是这一切又使他陷入恶性循环的泥潭。他越藐视他人,就越看不到他对自己的蔑视——而这种自我蔑视越强烈,越无情,他就变得越无望。打击他人其实是一种自我保护。这种过程可从前文所举的一个例子看出:有个病人指责她丈夫优柔寡断,当她认识到其实她是对自己的优柔寡断生气时,她简直要发疯。

从这里,我们开始明白为什么一个施虐者必定要去贬损别人。我们开始了解他不由自主地、疯狂地想去改变别人,至少是

改变自己同伴的那种冲动的内在逻辑。既然他自己无法达到理想形象的高度,他的同伴必须做到;只要有任何失败,他对自己感觉到的无情怒火就会浇到同伴身上。他会问自己:“为什么我不随他去?”但是很明显,这种理性的思考不会有什么结果,只要他内心的争斗还存在,只要这种内心争斗被外化。他常常把施加于同伴的压力解释为“爱”或是为了同伴的“发展”。毋庸置疑,这不是爱。也不是为了让同伴遵循自己的内心法则去发展。实际上,他想强加于同伴的是一件无法完成的任务:实现他——一个施虐狂——的理想化形象。为掩饰自己的自卑感而表现出来的自我正确论使他的行为有自命不凡的自信。

了解这种内心挣扎能使我们更好地洞察施虐症状的另一个更为普遍的内在因素:像毒药一样渗透患者每一个细胞的复仇心态。他一定而且必须是复仇性的,因为他把强烈的自我蔑视外表化了。因为他的自我正确论使他看不到问题的产生是他自己造成的,他只是觉得自己被滥用了,成了牺牲品;因为他看不到他的绝望的根源在于其自身,他一定要找别人为之负责。他们毁了他的生活,他们必须作出弥补,他们必须自食其果。正是这种仇恨,而不是什么别的因素,扼杀了他全部的同情心和怜悯心。为什么他要同情毁了他生活的人?而且他们还过得比他好?在某些情况下,复仇的欲望非常明显;他可能意识到这一点,比如关于他父母。但是他没有意识到这种复仇欲望是一种渗透全身的性格倾向。

到目前为止,我们知道施虐狂觉得自己遭排斥、在劫难逃而胡作非为,以疯狂的报复心态把仇恨洒向别人。我们还知道他通过使别人痛苦来减轻自身的痛苦。但是这还不足以说明问

题。单单是破坏性这一点还不能说明为什么很多施虐狂都有如此高昂的激情。对施虐狂来说,他一定有所获取,这种获取对施虐狂至关重要。这种说法可能同施虐是无望的产物这一假设自相矛盾。一个无望的人怎么可能有所希望而且还去追寻这种希望呢,更不用说如此尽心竭力地去寻求了?然而事实上,从主观角度来看,施虐狂确实可以从中获取很多。贬低他人,他不仅可以减轻自己难以忍受的自我轻蔑,而且还可以有高人一等的感觉。当他塑造他人的生活时,他不仅获得令人兴奋的支配他人的力量,他还找到了生活的替代意义。当他在感情上利用他人时,他为自己找到了替代的情感生活,这种替代缓和了他的情感贫瘠。当他打败别人时,他有获胜的洋洋自得,这种得意遮掩了他自己绝望的失败。追求复仇的胜利可能是他最强烈的动力。

他的虐待癖满足了他对刺激的需求。一个健康、稳定的人不需要这样的刺激。一个人越成熟,对刺激的需求就越少。但是一个施虐狂的情感生活是一片空白。除了愤怒和洋洋自得,他所有的感情都窒息了。他需要这些尖锐的刺激使自己觉得还活着。

最后,虐待别人赋予他力量和自豪感,这反过来又加强了他无意识的全能感。在分析过程中,对自己的施虐倾向,病人的态度发生很大变化。当他刚知晓自己的施虐倾向时,他对这些倾向持批评态度。但是这种暗含的拒绝并非全心全意;他只是对现状口头说说而已。他的自我厌恶症会间隙发作。在后期,当他快放弃施虐的生活方式时,他会突然感到自己就要失去宝贵的东西。随心所欲地对待别人的那种得意感,他可能是第一次有意识地体验到。他会表示他的忧虑,怕心理分析会把他变成一个可鄙的懦弱无能的人。而且,像在分析过程中经常发生的

那样,病人的忧虑是有充分主观根据的:失去那种控制别人为自己感情需要服务的力量,他觉得自己成了一个可怜的、无用的家伙。慢慢地他会认识到从施虐行为中得来的力量和自豪感只不过是一种可怜的替代品。自己之所以觉得它们很宝贵只不过是真正的自豪感无法得到。

当我们明了这些获取的本质意义时,我们就不会觉得这种说法自相矛盾:一个无望的人也会疯狂地去追求。但是他追求的不是更多的自由或更好的自我实现,那些使他变得无望的一切依旧没有改变,他也不想去改变。他所追寻的只不过是替代品。

情感上有所得是通过替代性的生活获取的。施虐的意思就是靠侵犯他人生活,这种侵犯主要是破坏性的。但这是一个被彻底打败的人唯一能过的生活方式。他追求目标时的不顾一切出自一个人绝望时的无所顾忌。既然没有什么可失去的,那他只会得到。从这个意义上来说,施虐行为是有积极目标的,必须被看作是企求补偿。而如此狂热地追索这个目标是因为胜过他人的快感可以使施虐者摆脱失败的悲惨感觉。

但是这些施虐行为所含的破坏性因素不会不对施虐者本身产生影响。我们前文提到过,这会加剧他的自我轻视感。另一个重要的影响是会导致焦虑。焦虑的产生一方面是因为施虐者害怕被虐者反击:他害怕别人会像他对待他们,或者像他想对待他们一样来对待他。在他的意识当中,这不是害怕,而只是理所当然地认为别人只要有机会,就会“凶狠地处置他”——也就是说,如果他不是一直处于进攻性的防御中的话。他必须随时警惕,预测任何可能的攻击,以保证使自己不受侵犯。潜意识里,

他相信自己是不可侵犯的,这一点很重要。这使他有一种高傲的安全感:他不可能被伤害,他不会被抛弃,他不会出事,他不会生病;实际上,他永远不会死。假如他真的被他人或被环境伤害,他虚假的安全感一旦被砸烂,他就会痛不欲生。

他的焦虑,另一部分原因是因为害怕他自身那些暴躁的、毁灭性的成分。他觉得自己就像是随身携带着一枚装满炸药的炸弹,必须有高度的自我控制和随时随地的警戒才能防止它爆炸。当他喝酒时,因为受酒精影响而有所松弛,这些危险成分就会暴露出来。他会变得极具破坏性。在特定条件下,他或许会意识到这种冲动对他意味着诱惑。因此,在左拉小说《人兽》里,当施虐狂被一个女孩吸引时,他惊恐万状,因为这种吸引激发了他谋杀她的冲动。目睹一场事故或一件残暴的事都会使他陷入恐慌,因为这些唤醒了他自己的破坏冲动。

这两种因素——自我轻视和焦虑不安——是施虐冲动被抑制的主要原因。抑制的程度有所不同。通常,这些摧残性的冲动只是不被自己知晓而已。一般来说,这么多的施虐行为不为本人知晓简直令人吃惊。他只意识到他偶尔有虐待弱者的欲望,当读到施虐举动时会很激动,或者有一些比较明显的施虐幻想,仅此而已。这些零星的发现仍然是彼此孤立的。而在日常生活中他对他人所做的种种极大部分是无意识的。他对自己和他人情感的麻木是使问题模糊的一个因素;如果这层迷雾不驱散,他是无法从情感上体验到他所做的事情的。而且,他用来掩饰施虐倾向的种种理由非常巧妙,不仅欺骗了他自己,也骗过了那些被虐待的人。我们应该记住施虐是严重神经症的最后一个阶段。因此使用什么样的理由来掩饰真相得看到底是什么样的神经症引发了病人的施虐倾向。比如,顺从型病人会下意识地

用假装的爱来奴役他的同伴。他的种种要求会被归因于他的需求。因为他是如此孤弱害怕,或是病得这么厉害,同伴应该为他服务。因为他不能孤零零地一个人,同伴应该一直陪着他。他会下意识地通过他的表现间接地表达他的谴责:别人让他遭了多少罪。

而进攻型患者却公然地表示他的施虐倾向——这并不是说他要比顺从型病人更知晓自己的施虐倾向。他毫不犹豫地表示出他的不满、蔑视和要求,他觉得他不仅完全有理由这样做,而且他这样做是出于坦诚。他一点都不顾及别人,自私地利用他们,把自己的行为归诸外在原因,恐吓他们说是他们酷待了他。

超然型病人,他不引人注目地表示他的施虐倾向。他会悄悄地挫伤别人,他动不动就后缩,让别人觉得是他们在束缚他,妨碍他,使他们感到不安,而他自己却在一边暗笑他让他们做了傻瓜。

但是施虐冲动也可能因压抑得太深而导致倒错施虐症。情况是这样的,他非常害怕自己的施虐冲动,他尽可能地后缩,不让冲动暴露出来被自己和他人察觉。他逃避一切断然的、进攻性的、敌对的东西,其结果是产生彻底的自我压抑。

可以概略的说明这是怎样一个过程。尽量后缩,不去奴役他人变成不能下达任何命令或做任何吩咐,更不用说承担起责任或领导他人。在施加影响、提出建议时过分谨慎。甚至连最正常的嫉妒也被抑制。最仔细的观察者也只会注意到当事情不如他意时,他会头痛,胃不舒服或有其他一些症状。

不去利用他人,自己尽可能地后缩导致自我谦避倾向的产生。它表现在不敢表述任何愿望,甚至都不敢有任何愿望;不敢

反抗虐待,甚至都不敢感到自己受到虐待;把他人的期望和要求看作比自己的更合理,更重要;宁可被他人利用而不考虑自己的利益。他进退两难。他害怕自己想利用他人的冲动,但又蔑视自己的不够武断,认为是怯懦的表现。当他被人利用时——这是自然发生的——他陷于无法解决的困境,因而产生抑郁或其他功能障碍。

同样地,他不仅不去挫伤他人,还会过分关心不要使他人失望,他考虑周到且慷慨大方。他会竭力避免任何会伤害他人感情或会侮辱他人的事。他会本能地找一些“好话”来说,比如一句赞扬的话,以增加他们的自信。他会自动地把责任揽到自己身上,说一大堆的道歉话。如果他必须批评他人的话,他的批评是最和缓的。甚至当别人粗俗地侮辱他,他也仅表示他的“理解”。而实际上他对屈辱非常敏感,在内心忍受着极度的痛苦。

情感上的施虐性玩弄,如果被抑制太深的话,会产生自己毫无吸引力的感觉。因此病人会真的相信——尽管通常有相反的证据——他对异性毫无吸引力,他只能满足于别人留下的残渣。说到这种低人一等的感觉,只不过是另一种说法而已,他自己也已经意识到了,这可能只是他自我轻视的一种表现方式。但是其意义在于这种无吸引力的想法可能是一种无意识的退却,对征服和拒绝这种令人激动的诱惑的退却。在心理分析过程中会逐渐明了,病人在潜意识中虚化了他的爱情关系。一种奇特的变化会发生:“丑小鸭”意识到了他吸引他人的欲望和能力,但当他们对他的举动当真时,他会马上用义愤和轻蔑的态度来对待他们。

这种情况造成的人格特征具有欺骗性,很难评估。这同顺

从型有着极其惊人的相似性。实际上,公然施虐者通常属于进攻型,而倒错施虐者一开始基本上主要为顺从倾向。两者的相同点在于,他在童年时期深受打击,因而不得不屈从。他可能篡改了他的感情,把对压迫者的恨转为对他的爱。当他长大时——可能是在青春期——这种冲突变得难以忍受,他把超然当作避难所。但是当他面临失败时,他又无法把自己孤立在象牙塔里。他好像又回复到了原先的依赖状态,但是有一点区别:此时他对情感的需要变得如此不顾一切,他愿意出任何价钱,只要自己不被孤零零地扔下。而同时他找到感情的机会却减少了,因为他对超然的需求——这种需求仍然存在——不断地干扰他同他人维系在一起的欲望。这种挣扎拖垮了他,他变得无望,产生了施虐倾向。但是因为他对他人的需求非常强烈,他只得压制自己的施虐倾向,试图退却以掩盖自己的施虐倾向。

在这种情况下,同他人相处是一种负担——虽然他自己可能并没有意识到。他显得害羞、不自然。他总是在扮演一个违背他施虐冲动的角色。很自然地他认为他是确实喜欢别人的;所以当在心理分析过程中他发现自己对他们其实没有任何感情,至少不能肯定是什么样的感情时,他非常震惊。在这个时刻,他会倾向于把这种情感缺乏看作是无法改变的事实。而实际上,他只是在摆脱他自己假装出来的好感,而且在潜意识里宁愿什么都感觉不到,也不愿意去面对他自己的施虐冲动。只有当他认识到这些冲动并开始去克服它们,他才有可能对别人产生真正的好感。

一个训练有素的观察者能觉察到某些因素意味着施虐倾向的存在。首先,总是能发现病人用一些阴险的手段恐吓、利用、挫伤他人。虽然是无意识的,但是可以感觉到他对他人有一种



轻蔑感,只是表面上他把自己的轻蔑归因于他们道德水准太低下。此外还有一些彼此不协调的事情显露出施虐的迹象。比如有的时候他可以无限耐心地忍受住别人对他的施虐行为,但是有时候却对很细微的支配、利用和侮辱敏感之极。最后,他给人“受虐狂”的印象——即沉迷于被虐待的感觉。但是因为这个术语和它所含的意思容易引起误解,所以最好不用它,我们只描述一下有关的一些要素。因为老是抑制自己不去坚持自己的权利,这个倒错的施虐症患者很容易受到虐待。而且,因为他对自己的怯懦很生气,他通常会被公然施虐狂吸引,既羡慕又憎恶——就像后者,察觉到他甘愿受虐,也被他所吸引。这样,他使自己处于被利用、被挫伤、被侮辱的地位。而他其实根本不欣赏这种被虐的乐趣,反而感到非常痛苦。他从中得到的只是他通过别人实践了自己的施虐冲动,而不用去面对他自己的施虐倾向。他觉得自己很清白,并对他人的施虐行为感到很义愤——而同时却在希冀有那么一天,他能强过他的施虐伙伴,能够征服他。

弗洛伊德也看到了我所描述的情况,但是他没有根据的笼统结论使他的发现变得没有说服力。为了把这些发现框入他的整个哲学构架,他把它们当作证据来证明人天生是破坏性的,不管外表上看起来有多好。而实际上,这种状况只是某种特定神经症的个别结果。

我们大大地发展了这种观点:认为施虐狂是性变态,或者用精巧的术语来说明他的卑鄙和恶劣。性变态相对来说并不多见。即使真的出现,也只是病人对待他人总体态度的一种表现方法而已。破坏性倾向无可否定,但是当我们了解这些倾向后,我们发现在非常不人道的行为后面是一个痛苦挣扎的人。这样

的发现使我们有可能来医治这样的一个病人。我们把他看作一个绝望的、被生活击垮了的人，他在寻求生活的复原。

## 结 论

### 神经质冲突的解除

我们越了解神经冲突对人格的危害,就越迫切地希望能够真正地解决这些冲突。但是,我们现在已知道这不是能用理性的决定、逃避或是意志力所能做到的,那么应该怎么办呢?只有一种办法:改变存在于人格本身导致冲突产生的那些条件。

这种方式很激进,做起来很困难。考虑到要改变我们内心的任何一点都非常困难,所以我们必须想方设法寻找捷径。这也许是为什么病人和其他的人会经常问这样的问题:如果一个人看到了自己的基本冲突,这样是否就足以解决问题了?回答非常明确,不行。

即使分析医生——在分析起初就已辨明病人的分裂类型——能够帮助病人认清自己的人格分裂,这种顿悟也不能给病人带来即效。或许能使他感到一点安慰,因为他的麻烦有了看得见、摸得着的原因,而不再是糊里糊涂的浑沌一片了;但是他仍然无法把觉悟到的东西应用于自己的生活。了解一点离散的自身是如何相互作用和相互影响的并不能使他的分裂症缓和。他听这些事实就像听一篇奇怪的讲话;好像有道理,但不知道对他自己有什么作用。他潜意识里的种种保留会使他的这点

感知失效。下意识地,他会坚持分析医生夸大了他的冲突程度;如果不是外部环境的缘故,他根本没事;爱情或成功就能使他摆脱痛苦;虽然芸芸众生无法一心两用,但他完全可以办到,因为他有无穷的意志力和超人的智慧。或者,无意识中他会觉得这个分析医生是个庸医或是个好心的傻瓜,他在假装乐观;作为一名医生,他应该知道他的病人已经无可救药——这意味着病人在用自己的无望感来响应分析医生的建议。

病人的这些内心的保留表明:病人不是死死坚持自己解决问题的尝试——这些尝试对他来说要比冲突本身更加真实——就是对康复完全绝望,所以只有先设法解决病人的这些企图和它们造成的后果,然后才有希望有效地处理好病人的基本冲突问题。

寻找解决问题的捷径引发了另一个问题,因为弗洛伊德也强调起源,所以这个问题显得很有分量:是不是把这些冲突冲动——它们被认知以后——和它们的起源以及童年时代的早期表现联系起来就可以解决问题?回答仍然是:不行。而且其原因也大致相同。对早期经历最详细的回忆也只能使病人对自己更宽容,更怜悯。丝毫不能使病人的冲突有任何缓和。

虽然了解早期环境对孩子人格造成的影响没有多大直接的治疗价值,但是这对我们了解神经质冲突产生的条件有一定的意义<sup>①</sup>。因为毕竟是由于他同自我、他人之间关系的变化最初导致了冲突的发生。我在以前的书里<sup>②</sup>和本书的前文已阐述

---

① 如众所知,这有很重要的预防价值。如果我们知道有利于和不利于儿童成长的环境因素,就有办法防止神经症的代代遗传。

② 参看卡伦·霍尔奈的《精神分析新法》第八章,W. W. 诺顿出版社,1939年。《自我分析》第二章,W. W. 诺顿出版社,1942年。

了这种发展过程。简言之,一个小孩可能觉得自己处于一种危及到自身内心自由、自发性、安全感和自信——即危及到他心理存在的核心的境地。他感觉孤立无助,因而,他起初想把自己与他人联系起来的尝试不是由自己真正的情感而是由战略需要决定的。他不能简单地喜欢或不喜欢,信任或不信任,表白自己的愿望或抗议他人的愿望,而是不由自主地制定出各种方法来对付别人,巧妙地操纵他们以使自己受到的伤害最小。这种方式的基本特征可概括为同自我和他人离异、无助、焦虑和人际关系的紧张敌对,从一般的谨慎到明确的仇恨。

只要这些状况存在,神经症患者就无法摆脱任何一种冲突冲动。而且,在神经症的演变过程中,导致冲突产生的那些内心需求变得越来越紧迫。事实上,问题的虚假解决反而加剧了患者与己、与人关系的紧张程度。这意味着问题得到真正解决的可能性越来越小。

因此,治疗的目标只能是设法改变导致冲突产生的那些条件。必须帮助神经症患者自己拯救自己,使他意识到自己真正的情感和需求,形成自己的一套价值观,并依赖自己的情感和信念同他人相处。如果能有什么魔法使我们做到这点,那么冲突就会烟消云散,不攻自破。因为不可能有这样的魔法,所以我们必须了解应该采取什么步骤来达到目的。

每一种神经症,不管其症状多么戏剧化,多么没有人格,其实都是一种性格扭曲。治疗的任务就是全面分析神经症的性格结构。因此,对这个结构和它的个体变异了解得越清楚,我们就可以越精确地勾画出要做的工作。如果我们把神经症看作是建筑在基本冲突周围的保护体系,那么心理分析工作可以大致分为两部分。第一部分:仔细诊察病人试图解决问题的种种无意

识的努力和这些努力对病人人格的影响。这包括研究他占主导地位的心态到底有什么含义、他的理想化形象、他的外表化等等,先不考虑它们和内在冲突的具体关系。认为冲突成为焦点之前无法了解并处理它们,这种看法不对。因为虽然它们的出现源于患者协调冲突的需要,但是它们本身也是有生命力、有力量的,可以施加它们的影响。

第二部分:着手处理冲突。这不仅意味着要使病人了解冲突的大致情况,还应该使他明白冲突到底是怎样对他产生影响的:他那些互相矛盾的冲动和从这些冲动中滋生而来的心态在特定情形中是怎样互相干扰的。比如,他那种使自己处于从属地位的需求——倒错施虐症加剧了这种需求——是怎样妨碍他在游戏或竞争中获胜,而同时他征服他人的冲动又迫使他必须取得胜利;他的源于各种原因的禁欲主义怎样同他祈望同情、感情、自我放纵的需求相矛盾。我们必须使他明白他是如何从一个极端跳到另一个极端的。比如,他怎样对自己一时过分苛求,一时又过于宽松;他的外表化要求——这些要求受施虐冲动影响变得更为强烈——怎样同他无所不知、宽大仁慈的需求发生冲突,结果是他对别人所做的每一件事都在谴责和宽容之间摇摆;还有他怎样一时僭称自己拥有所有权利,一时又觉得自己什么权利都没有。

这部分的分析工作还包括:解析病人试图做的种种难以置信的趋同和妥协,比如他试图把利己和慷慨、征服和感情、统治和牺牲结合起来。分析工作也包括帮助病人准确地理解他的理想化形象、外表化以及其他种种是为了偷偷地把冲突化解,把它们掩饰起来,缓解冲突的破坏力。总而言之,分析工作应该使病人透彻地了解自己的冲突,了解这些冲突对其人格的总影响,以

及冲突是如何导致种种特殊症状的。

从整体来看,病人对心理分析工作的每一个阶段都会产生不同类型的抵抗。当分析到他试图解决问题的努力时,他一心为自己心态和倾向内含的主观价值辩护,抗拒一切洞察它们本质的见解和看法。在分析他内心冲突时,他竭力证明他的冲突根本不是什么冲突,因而认不清这样一个事实:他特有的种种冲动实际上是互不相容,互相矛盾的。

至于按什么次序来处理问题,弗洛伊德的建议或许总是最有影响力的。把有效的医疗原则应用于分析,他强调任何治疗病人的方法都有两个关键点:一、心理解释应该有益;二、心理解释不应该有害。换句话说,分析医生必须牢记两个问题:病人在此时是否能够承受住某种特别的顿悟?一种解释对他来说是否有意义,是否能使他进行建设性的思考?但是我们仍然缺乏具体标准来精确地衡量什么是病人能够承受的,什么有助于引发病人建设性的顿悟。病人与病人之间巨大的结构性差异不容许我们对解释的时间安排做任何教条的规定,但是我们可以遵循这样一条原则:只有当病人的心态发生了某些特别的变化后,某些问题才能够得到有效的解决,而且没有过分的风险。在这个基础上,我们可以指出一些通常切实可行的治疗方法。

如果病人一心追寻对他来说意味着拯救的幻影,要病人正视冲突是没有用的。他必须首先明白他的追寻不仅徒劳无功,而且会干扰他的生活。简洁地说,应该先分析病人解决冲突的种种企图,然后再分析冲突本身。我不是说必须刻意避免提到冲突。到底采取什么样的谨慎办法应该依据整个神经症的结构来决定。有些病人,如果在事态还不成熟时就指出他们的冲突,

他们会歇斯底里大爆发。而其他一些病人,可能感觉不到医生的话有什么意义,说过就算。但是按照逻辑,如果病人抱定自己解决问题的方式不放,而且在潜意识中希望靠它们来“侥幸获得成功”,那么就不可能指望病人会对自己的冲突有任何真正的兴趣。

另一个需要谨慎对待的问题是理想化形象。在这里讨论在什么状况下理想化形象的什么方面可以在心理分析早期就着手解决有点离题。然而谨慎是必要的,因为理想化形象通常是病人唯一感觉真实的部分。更重要的是,这可能是使病人有自尊,避免淹没在自我蔑视中的唯一要素。病人必须有一定的现实力量才有可能忍受住对他形象的损害。

在分析工作一开始就着手处理施虐倾向肯定不会有效。一部分原因在于施虐倾向是理想化形象的极端对立。即使是在后来阶段,知晓自己的施虐倾向通常也只会使病人充满恐惧和厌恶。把这项分析推迟到病人的无望感有所减轻,人变得充实些的时候再进行是有理由的:当病人在潜意识中仍然认为他只能以替代性方式生活时,他是不可能有兴趣去克服什么施虐倾向的。

在根据具体的性格结构进行分析工作时,可采用相同的原则来决定处理问题的先后次序。比如,一个进攻型的病人:他鄙视感情,认为情感是软弱的表现,他为所有表现出力量的东西欢呼。应该首先处理他的这种心态。如果把病人同他人亲近的需求放在首位是错误的,不管这种需求在分析师看来有多么明显。病人会憎恶医生的做法,觉得是对其自身安全的威胁。他觉得他必须警惕,提防分析医生把自己弄成个“伪君子”。只有当他更强壮一些时,他才能够容忍自己顺从、自我谦避的倾向。对此



类病人,一开始根本不要提到无望的问题,因为他很可能拒绝承认自己有什么无望症。无望对他意味着可厌的自怜和可耻地承认自己失败。相反的,如果是顺从倾向占主导地位的病人,那么首先应该处理的是病人的“亲众”因素,然后再考虑那些支配欲或报复倾向。同样,如果病人把自己看作一个天才或一名情圣,那么试图解决病人害怕被轻视、被拒绝的恐惧完全是浪费时间,更不用说去分析处理他的自我蔑视倾向了。

有时,一开始可以着手处理的问题很有限。尤其是当高度的外表化和严格的自我理想化结合在一起的时候,这是一种不许有任何瑕疵存在的立场。如果有迹象向分析医生透露了这种状况的存在,那么他就应该避免做任何暗示患者的病因源于自身的解析,这可以省下他很多时间。当然,在此时触及理想化形象的某个具体的方面还是可行的,比如患者强加于自己的过分要求等。

熟悉神经症性格结构的动力有助于分析医生更快速、精确地抓住病人的种种联想所想表达的意思,因而知道目前应该做些什么。分析医生能够从似乎无足轻重的迹象看出并预示病人人格很完整的一个方面,将自己的注意力集中于需要关注的要素。他的地位就像是一个内科医生,当内科医生发觉病人有咳嗽、晚上盗汗、午后力竭的症状时就会考虑到肺结核的可能性,并依据这个来做检查。

假设一下,如果一个病人老为自己的行为道歉,很容易羡慕分析医生,在交往中暴露出自我谦避倾向,分析医生会把所有这些因素看做跟“亲众”心态有关。他会检查这是否是病人的主要心态;如果他找到进一步的证据证实这点,他就会设法从各个可能的角度来处理这个问题。同理,如果病人反复谈到他感觉蒙

受屈辱的经历,还表示他把心理分析也看作是在受辱,分析医生就知道他必须着手处理病人对受辱的恐惧。他将选择当时最容易理解的一种恐惧根源做分析。比如,如果病人已经对理想化形象有了一定了解,医生可以把恐惧和病人希望理想化形象得到证实的需求结合起来。又比如,假如病人在分析过程中表现迟钝,谈到的尽是如何感觉自己在劫难逃,那么分析医生就必须就当时的可能性开始处理病人的无望感。如果这种状况发生在分析一开始时,那么分析医生能做的只是向病人指出无望意味着自暴自弃。然后他会试图使病人明白无望并非出于真的身处绝境,无望是一个需要去了解,然后设法去解决的问题。如果无望是在分析过程较后期出现的,医生也许可以把它和比较具体的因素联系起来分析,比如病人因为无法找到解决自身冲突的方法,或者是因为达不到自己的理想化形象的标准而感到绝望。

这里所介绍的方法需要分析医生有敏锐的直觉,并对病人身上发生的一切高度敏感。直觉和敏感是分析医生非常有价值,甚至是不可分割的工具,应该充分加以发挥。但是运用直觉并不是说心理分析方法还处于“艺术”的领域,或者说只要有一点常识就足够了。了解神经症的性格结构,并在此基础上作出推测,这些推测具有严格的科学性,从而使分析医生能够以精确、可靠的方式进行分析工作。

但是,性格结构有无穷的个体变异,所以分析医生有时候只能在试验和错误中前进。我说的错误不是指像把责任归咎于病人原本不存在的动机,或是抓不到病人基本神经冲动之类的严重错误。我指的是一种较常见的错误:在病人还没有准备好之前,做病人一时无法接受的解释。严重的错误可以避免,但是像这样做不成熟的心理分析的错误却无法避免。如果我们随时保

持警觉,注意病人对解释的反应,我们就可以及早认识到此类错误,作出相应对策。我认为我们大家似乎过于强调病人对分析的“抗拒”,即他对某一解释的接受或拒绝,却忽视了病人的这种反应到底有什么意义。这种做法很不幸,因为病人的这种非常具体的反应其实正好向我们透露出:在病人做好准备愿意处理分析师指出的问题之前,我们应该做些什么。

下面这个例子可以作为例证。一个病人意识到在他的私人交往中,同伴向他提出的任何要求都会激怒他。最合理的要求会被认为是胁迫,最中肯的批评被看作侮辱。而同时他自己却可以直言不讳地批评同伴,并要求同伴对己绝对忠诚。换句话说,他把特权都给予了自己,他的同伴却什么都没有。他开始明白他的这种心态即使不是彻底摧毁,至少也会损害他的友谊和婚姻。到现在为止,他在医生的分析过程中一直很活跃,效果不错。但是当他明白自己的这种心态会带来什么后果以后,他开始沉默。病人有点抑郁和焦虑。在他不多的自由联想里反映出很强的退缩倾向,这同他在先前的分析过程中希望同一位女性友好交往的急切心态形成明显反差。这种退缩的冲动表明对他来说同他人彼此相互依存是无法容忍的事。权利平等的观点他只在理论上接受,却拒绝实行。他抑郁是因为发现自己陷于无法解决的困境,而退缩的倾向意味着他试图摸索出解决的方法。当他认识到退缩毫无用处,除了改变自己的心态外别无他法时,他开始对这个问题感兴趣,为什么对他来说相互依存如此难以接受。随后出现的联想表明,情感上他只看到两种选择:要么拥有一切权利,要么什么权利也没有。他说他害怕如果他放弃任何一点权利的话,他将再也做不成他想做的事,将不得不依从别人的愿望。这非常完整地揭示出他有顺从、自我谦避倾向,这种

倾向我们已触及过,但是还没有深刻地反省过它们的意义。由于种种原因,他的顺从和依赖性很强,以致于他不得不僭称自己拥有全部权利,以图保护自己。当顺从仍然是其内心的急迫需求时,让他放弃这种自我保护对他来说就是自我沉溺。必须首先设法处理他的顺从倾向,他才有可能考虑改变他那种随心所欲地解决问题的方法。

本书所叙述的每一点都清楚地说明:任何一种单一的方式都无法彻底解决问题;必须一次又一次地从不同的角度触及同一个问题。这是因为病人的任何一种心态都有多种根源,而且随着他的神经症的演变又起了各种新的作用。比如:抚慰和“容忍”的心态从根源上来说神经症情感的需求的基本组成部分,因此在处理情感需求时必须同时处理这种心态。当涉及理想化形象时,又必须重新检查病人的这种心态。在这种情况下,抚慰的心态将被看作病人自以为是圣人的一种表达方式。当讨论到病人的超然心态时,我们会理解这种心态还涉及到病人避免产生磨擦的需求。当看到病人对别人的惧怕和他从自己的施虐冲动退却的需求时,这种心态难以抗拒的本性显得更为明显。在其他情况下,病人对胁迫的敏感可能一开始被看作是源于超然的一种防御心态,以后又被看作是他权欲的外在投射,或许后来又被认为是病人外表化、内心胁迫或其他倾向的表现方式。

在分析过程中变得清晰明了的任何一种神经症心态或神经质冲突必须同病人的人格联系起来,把它们作为一个整体来理解。这就是我们所说的心理分析工作必须自始至终、深入彻底。它包括以下几个步骤:让病人知晓某种具体倾向或冲突所有公开的、隐秘的表现形式,帮助病人了解这种倾向令人难以抗拒的

本性,使病人同时了解它的主观价值和有害后果。

当病人发现某种神经症特质时,他倾向于马上提出这样的问题:“它是怎样生成的?”而不是去仔细诊察它。不管他是否意识到自己的做法,他希望能从问题的历史根源着手来解决问题。分析医生必须把他拽回来,不让他躲避到过去中,鼓励他首先应该检查它到底有些什么。换句话说,首先应该了解这种特质本身。知道它是以什么独特的方式表现出来的,他自己又是用什么方式来掩饰它的,还有他自己的心态到底怎样。比如:假如病人明显地表现出惧怕自己太顺从别人,那么他就应该知道他对自身任何形式的自卑会痛恨、害怕、鄙视到什么程度。他应该认识到他无意识地设立的制止物:在他的生活中清除一切顺从的可能性和一切有顺从倾向的东西。然后他会懂得明显背道而驰的各种心态怎样服务于这同一个目的;他怎样对别人麻木不仁,感觉不到别人的情感、需求或反应;这一切又怎样把他变得如此鲁莽、不体谅别人;他怎样窒息自己对他人的好感,同时又扼杀了自己讨别人喜欢的欲望;他怎样贬损别人对自己的柔情好意;他怎样不加思索地拒绝请求;在私人交往中,他怎样认为自己有权喜怒无常、挑剔、苛求,却不容许其同伴享受这种特权。或者,如果是病人无所不能的感觉占主导地位,那么光让病人了解他有这种感觉还不够。还应该让他明白他怎样从早到晚给自己安排无法完成的任务;比如,他怎样觉得他应该以最快的速度就一个非常复杂的题目写一篇绝妙的论文;他怎样期待自己文思泉涌,才气横溢,尽管自己早已疲惫不堪;在心理分析过程中,他怎样刚瞥见一个问题就迫不及待地想马上解决掉它。

第二步,病人必须认识到他是身不由己,被驱使着按某种倾向行事的,不管自己的愿望或最佳利益所在,甚至通常是正好与

自己的利益相反。他必须认识到这种强迫力是无选择的,并不参照实际境况。比如,他应该明白他的爱挑剔心理既针对朋友,也针对敌人;不管对方怎么做,他都会求全责备:如果对方很温和,他会怀疑他理亏心虚;如果对方很有权威的样子,那就是飞扬跋扈;如果对方屈从,那是懦弱低能;如果对方愿意跟他在一起,那是太容易到手;如果对方拒绝什么,那就是太吝啬,等等。如果现在讨论的心态是病人对自己是否被需要、受欢迎不肯定,那么他应该认识到他的这种心态会一直存在,尽管所有的证据都说明他是受欢迎的。了解一种倾向的难以抗拒性还包括了解这种倾向受挫时的反应。比如,假如现在的倾向是有关病人对情感的需求,那么病人应该认识到他对任何拒绝或友情减退的迹象都会觉得害怕、不知所措,不管这种迹象是如何的细小,也不管这个人对他来说是否根本无关紧要。

第一步向病人显示了他的问题的严重程度,第二步向他强调了问题背后的力量有多强大。两者都会引起他进一步仔细检查的兴趣。

当医生检查某种独特倾向的主观价值时,病人通常很愿意主动提供信息。他会指出他对权威的反抗,对带有胁迫意味的一切的反抗和挑战是必需的,他是在为生存而战,否则他就会被占支配地位的父辈湮灭了;自觉高人一等的思想帮助过,并且仍在帮助他去面对自己缺乏自尊的生活;他的超然,即“不在乎”的态度保护他不受伤害。确实,此类联想源自自我保护的目的,但是这些联想本身也很说明问题。它们能告诉我们为什么首先会采用这种独特的态度,它有什么历史价值,这有助于我们更好地了解病人病情的发展。但更为重要的是,它们引导我们去了解神经症倾向当前的功能是什么。从治疗的角度说,这些功能才

是最为重要的。没有一种神经症倾向或神经症冲突会仅仅是过去的遗留,它不像习惯,一旦养成,永远存在。我们可以肯定它是由存在于当前性格结构中的紧迫需求所决定的。我们必须首先改变目前在起作用的那些力量,至于了解一种神经症特质产生的历史根源只能处于第二位。

任何一种神经症状态,它的主观价值主要在于同其他神经症倾向抗衡。透彻地了解这些主观价值会向我们指明在某个特别的情况下应该从何处着手。比如,如果我们知道病人无法摆脱自己全能的感觉,因为这种全能感可以让他把潜力当作事实,辉煌的计划当作实际的成功,那么我们就应该检查一下病人到底生活在他的想象中有深。如果我们发现他生活在想象中是为了保证自己不遭受失败,那么我们的注意力就应该集中到那些导致他预测自己会失败,并且让他一直生活在失败恐惧中的那些因素上。

治疗中最重要的步骤是要让病人看清楚问题的另一面:他的神经症冲动和冲突的负面作用。在前面的步骤中应该已做过一点这方面的工作。但重要的是让病人全面了解自己的病况。只有了解了,病人才会觉得有改变的必要。鉴于每一位神经症患者都受驱使力求维持现状,所以激励病人的力量必须强有力才能超越阻力。而这种激励和动力只能出自病人的自觉自愿,出自病人获取内心自由、幸福和发展的渴望,出自他的认识:任何一种神经机能障碍都会妨碍他获得这一切。因此,如果病人的自我批评有贬低自己的倾向,他应该看到这种自我贬低会毁了他的自尊,使他失去希望;无望会使他觉得自己是多余的、不被需要的,不得不忍受侮辱,从而导致了他的报复心态;最后丧失工作的动力和工作能力;他为了免于堕入自我轻视的深渊不

得不采取一系列的防御性态度,像妄自尊大,脱离自我,对自己的不真实感等,从而加剧自己的神经症。

同样地,当某种冲突在分析过程中开始显露时,必须使病人知道这种冲突对他生活有何影响。比如像自卑倾向和成功需求之间的这一冲突,有必要让病人了解倒错施虐这一病症所固有的种种束缚性抑制。病人应该了解他如何对每一个自我谦避的行为表现出很强的自我轻视,如果他在某人面前会战战兢兢、卑躬屈膝,那么他一定对此人充满愤恨;另一方面,征服他人的企图使他既对自身感到恐惧,又害怕对方反击。

有时候会发生这样的情况,尽管病人已意识到某种神经症心态会造成的全部有害后果,但是他仍然没有兴趣去克服这种不正常的心态。而是表现得好像这个问题不存在似的。几乎难以察觉地,他把问题推到一边,结果什么进步也没有。考虑到他已经看到了他对自己造成的种种伤害这一事实,他竟然仍然无动于衷,这一点非常值得引起注意。然而,病人的此类反应很容易被忽视,除非分析医生非常机敏,善于发现。病人会提出另一个题目,医生帮助他分析,忙了半天结果发现他们又陷入一个相同的僵局。如此一来,分析医生很迟才意识到病人发生的那点变化和所投入的巨大工作量极不相称。

如果分析医生知道病人有可能发生此类反应,那么他就会问自己病人身上到底是什么因素在起作用,阻挡病人接受这一事实:他必须改变自己的错误心态,因为它已造成一系列的有害后果。起作用的因素通常有好几个,只能设法一个一个地解决。病人可能仍然被自己的无望感搞得不知所措,根本想不到还有改变的可能性。也可能病人希望超过分析医生、挫败他、让他闹笑话的冲动胜过他对自己的关心。还有可能病人有很强的外表



化倾向,所以尽管他已经认识到后果的严重性,他还是觉得不会发生在自己身上。也可能他对全能感的需求很强烈,所以尽管他知道后果难以避免,他还是存有侥幸心理,认为自己可以避开它们。也可能他的理想化形象不容他接受自己有任何神经症心态或神经症冲突。他只会对自己生气,觉得既然已经认识到了,那么这种障碍应该很容易被自己控制。认识到病人有上述可能性很重要,因为如果分析医生忽视这些窒息病人变化动机的因素,那么心理分析就很容易蜕变为被休斯顿·彼得森称为“癫狂心理学”的东西,即心理研究只为了心理学本身。设法使病人在这种情况下接受自己,这本身就是一种胜利。尽管冲突本身还没有发生任何变化,但是病人已有一种如释重负的感觉,开始表现出他愿意从缠绕着自己的网中解脱出来。这种有利于工作的条件一旦建立起来,变化很快就會发生。

毋庸多说,上述所言并不是一篇关于分析技巧的论文。我没有提及那些在分析过程中非常活跃的因素,也没有包括那些有治疗疗效的因素。比如说,尽管这是一个关键要素,即病人把他所有的防御或进攻性的特质带进他同分析医生的关系中,我并没有讨论这种现象的有利和不利之处。我所描述的步骤是当每一种新的倾向或冲突开始明示时我们需要进行的过程。通常根本无法按我们排列的前后次序进行分析,因为某些障碍尽管显而易见,但是对病人来说一时还无法着手进行。像前面提到的病人僭称权力的例子,一个问题可能仅仅揭示出另一个需要首先解决的问题。只要每一个步骤最后都涉及到了,它们的前后次序并没有太大关系。

依据所处理的问题的不同,心理分析会给病人带来不同的症状变化。当病人认清自己无意识的、不起任何作用的愤怒和

这种愤怒产生的原因后,他的恐慌会消除。当他明白自己陷入的进退维谷的困境时,他的抑郁症会解除。每一次成功的心理分析都会使病人对己、对人的心态产生一些变化,这些变化跟当时具体探讨的是什么问题没有太大关系。如果我们把一些截然不同的问题联系起来看,比如像对性的过分强调、相信事实会等同于一个人的愿望、对胁迫的过分敏感等,我们发现针对这些现象而做的心理分析对病人人格产生的影响基本上差不多。不管分析的是哪一种心理障碍,敌意、无助、害怕、离己、离众心态最后都会有所缓解。让我们来看一下离己心态怎样在每一种情况下都有所缓解。一个过分强调性的人只有在感受性和性幻想时才觉得有活力,他的成功和失败均局限于性的圈子,他认为自己唯一有价值的资产就是他的性吸引力。只有当他了解自己的这种状况后,他才会对生活的其他方面开始有兴趣,从而拯救他自己。一个认为事实是由想象中的计划来界定的病人看不到自己是一个有行为能力的真正的人。他既看不到自己的局限所在,也看不到自己真正拥有的东西。通过分析,他不再错把自己的潜力当作成果,他不仅能够面对自己,而且可以体会到真正的自我。对胁迫过分敏感的人忘记了自己的欲望和信念,觉得一切都是由别人控制并强加于他的。当分析清楚这种状况后,他开始了解什么是自己真正想要的东西,从而可以努力去实现自己的目标。

在每一次分析过程中,本来被抑制的敌意会冒出来,无论这种敌意属于什么类型,无论其根源是什么,因而病人一时会变得非常易怒。但是每次只要能消除一种神经症心态,这种无理性的敌意就会有所减退。当病人认识到障碍的产生自己也有份,而不是把它全部归咎于外在原因,当他不再是那么脆弱,害怕,

苛求,依赖性那么强等等,他的敌意会随之减轻。

敌意的减轻主要是因为无助感的减轻。一个人越强健就越不怕别人。力量的增长有很多原因。他本来转移在外的重心已经回复到自己身上。他感觉自己更有活力,开始建立起自己的一套价值观。慢慢地他会有更多的精力,他用来抑制自我的精力被释放出来。他不再因恐惧、自我轻视、无望而那么自我抑制,那么无能。他不再盲目地依从、无谓地争斗或肆意发泄自己的施虐冲动。他能在理性的基础上作出让步,从而变得更为坚强。

最后,虽然病人会暂时出现焦虑不安,因为他已建立好的防御体系被削弱,但是每一个有效的步骤都有助于排解这种焦虑,因为病人对人、对己的恐惧已有所减弱。

这些变化产生的结果是病人与人、与己的关系得到改善。他不再是那么闭锁。在一定程度上,他变得强壮,敌意有所减轻。其他人不再对他构成威胁,不需要他去争斗、操纵或躲避他们。他能对他们产生友好的感情。随着外表化倾向的抛弃和自我蔑视的消除,他同自己的关系也改善了。

如果我们仔细检查一下分析过程中病人所发生的变化,我们发现这些变化可以同样发生在那些最初导致冲突产生的条件上。在神经病症的演变过程中,所有的压力都变得更为剧烈,而治疗可以使压力减缓。在无望、恐惧、敌意和闭锁的情况下,病人因为同世界争斗的需要而产生的种种心态现在开始变得毫无意义,可以被逐步摆脱掉。如果他有能力同他人平等相处,他有什么必要为一个自己憎恨的、践踏自己的人而埋没自己、牺牲自己呢?如果他自我充实,不再生活在被沉溺的恐惧中,可以和他入一样地去生活、去竞争,他又为什么需要渴求权力和赏识呢?如果他能够去爱,而且也不惧怕斗争,他又为什么要急于避免同他人交往呢?

做这些工作需要时间。一个人陷得越深,障碍越多,需要的时间就越长。希望分析治疗简短有效,这种心情可以理解。我们希望有更多的人从分析中获益,我们知道有一点帮助总比没有帮助强。确实,各种神经症的严重程度不同,轻缓的神经症可以在相对来说短一点的时间里痊愈。虽然有些简短心理治疗的试验很有成功的希望,但是由于对作用于神经症的那些力量的强度认识不足,许多这样的试验只能是一厢情愿。对严重的神经症病例,要想缩短分析过程就必须更好地了解神经症的性格结构,因为这能节省浪费在寻找心理解释方法上的时间。

幸运的是,心理分析并不是解除内心冲突的唯一办法。生活本身就是极为有效的治疗师。一个人的某些经历可能足以使人发生人格变化。可能是一位真正的伟人的榜样激励了他;也可能是一场大灾难,在灾难中他同别人的紧密联系使神经症患者从以自我为中心的闭锁中挣脱了出来;也可能是因为同交往的人意气相投,操纵或躲避他们已显得没有必要;还有可能神经症行为的后果是如此严重,而且发生得如此频繁,患者已有深刻印象,反而不再觉得那么害怕和僵化。

但是,生活促成的疗效是无法控制的。我们无法刻意安排痛苦、友情或宗教经验来满足某个病人的特殊需要。生活作为治疗师是无情的,对一名神经症患者有帮助的情形可能会彻底毁了另一名患者。而且,如我们所知的,神经症患者认识自己神经症行为并从中吸取教训的能力是极为有限的。我们甚至可以说如果病人已经掌握了这种吸取教训的能力,如果他能够审查心理障碍生成中自己起的作用,能够搞明白这一点,并把这种见

识应用于自己的生活,那么我们的分析治疗就大功告成了。

了解冲突在神经症中所起的作用,知道冲突是可以被解除的,这促使我们重新确立分析治疗法的目标。尽管许多神经障碍属于医学治疗的范畴,但是用医疗术语来确立治疗目标却是行不通的。因为心身疾病本质上是人格冲突的最终表现,所以治疗目标必须用人格范畴里的术语来确立。

如此看来,心理分析治疗应该有几个目标。首先,病人必须获取对自己负责的能力,对自己负责意味着他能感觉到自己才是生活最积极可靠的力量,他能作出决定,承担后果。其次他能够对他人负责,承担义务并相信这些义务的价值,不管它们是关系到他的孩子、父母、朋友、雇员、同事、社区或国家。

同责任紧密相连的另一个目标是获取内心独立。对他人的观点和信念不是简单地公然反抗或全盘接受。这主要意味着使病人建立起自己的一套价值体系,并把它应用于实际生活。尊重他人的个性和权利,这正是彼此相互依存的基础。也正好符合真正的民主理想。

我们可以把目标确定为情感的自发性,了解自己的情感,知道情感是鲜活的,无论是爱或恨、幸福或悲伤、恐惧或欲望。这包含表达情感和主动控制情感的能力。因为爱和友情非常重要,所以我们应该特别加以指明,这种爱不是像寄生虫那样依赖性的,也不是像虐待狂那样支配性的,而是像麦克默里所说的,“这样一种关系……它没有任何其他目的,我们相互联系,因为对人类来说,分享经验,相互理解是很自然的事,我们共同生活,彼此敞开心扉,并从中得到快乐和满足。”<sup>①</sup>

---

① 约翰·麦克默里《理智与情感》,阿普尔顿-世纪出版社,1938年。

治疗目标最全面的表述是力求全心全意、不装假、情感真实。对自己的情感、工作、信念全身心地投入。这种全身心的投入程度接近冲突消除后的水准。

这些目标不是任意制定的，也不是因为它们正好是各时代智者所追寻的理想。当然这种巧合也不是偶然的，因为它们正是心理健康的要素。我们有理由设立这样的目标，这是在了解神经症致病因素后确立的，合乎逻辑。

我们敢于确立这样高的目标是因为我们坚信人格可以改变。不仅仅是小孩才有可塑性，只要我们活着，我们大家都有发生变化，而且是根本的变化的能力。这种信念有经验的支持。心理分析是产生巨大变化最有效的办法。我们越了解作用于神经症的那些力量，我们实现预期变化的机会就越大。

无论是分析医生还是病人都不可能百分之百地达到目标。目标是我们努力去争取的理想，理想的价值在于它为我们的治疗和生活指明了方向。如果我们不清楚理想的真正意义，我们就会犯这样的错误：用一种新的理想形象代替旧的理想形象。我们应该清楚，分析医生无法把病人变为一个白璧无瑕的人。他的作用在于帮助病人获取内心自由，使他能够全力以赴地去努力实现这些理想。这意味着给予病人一个成熟和发展的机会。