

精神分析新法

卡伦·霍妮

中文版前言

1. 霍尔奈的女性心理学
2. 霍妮与弗洛伊德的决裂
3. 霍妮的成熟理论
4. 霍妮理论的应用性

前言

- 第一章 精神分析的基本概念
- 第二章 弗洛伊德观点的总前提
- 第三章 力比多理论
- 第四章 俄狄浦斯情结
- 第五章 自恋概念
- 第六章 女性心理学
- 第七章 死亡本能
- 第八章 童年之强调
- 第九章 移情概念
- 第十章 文化与神经症
- 第十一章 “自我”与“本我”
- 第十二章 焦虑
- 第十三章 “超我”概念
- 第十四章 神经症内疚感
- 第十五章 受虐狂现象
- 第十六章 精神分析疗法

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”。《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，精心设计出的防卫策略，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的解释。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、性别等领域的研究中都有巨大的价值。

1. 霍尔奈的女性心理学

当霍妮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。

在霍妮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。霍妮的疑问是：男子为什么会这样看待妇女？她认为，男子对怀孕、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；男子对富于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，霍妮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”人，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。

霍妮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，但霍妮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”（《逃避女性身分》）。

讨论家庭推动力时，霍妮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结：“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·霍妮的幼年时代。

霍妮有关女性心理学的论文彻底脱离了弗洛伊德“解剖构造即命运”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。

尽管霍妮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，霍妮开始发展她认为中性，对两性同样适用的理论。

2. 霍妮与弗洛伊德的决裂

30年代，霍妮出版了《当代的神经症人格》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，霍妮思想的主导特征之一是强调文化在神经症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，霍妮体会到美国文化与中欧文化之不同，她更能接受一些社会学家、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。

霍妮指出，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，将神经症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。人类学研究表明，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。霍妮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。

霍妮摒弃了弗洛伊德“神经症起源于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。霍妮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症反应，而非本能的流露。

霍妮常常首先被看作“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《当代的神经症人格》中的神经症构成的新观点。霍妮并未像人们所想的那样忽略童年时代在感情成长中所具有重要意义，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。

霍妮感到，我们的防卫措施导致恶性循环，因此注定失败。恶性循环中，我们用似乎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以得到爱。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动机的用心。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”。

霍妮的《当代的神经症人格》主要讨论对爱的神经症需求，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、可满足感的人。

根据霍妮的观点，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。

霍妮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。《当代的神经症人格》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，霍妮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、神经症折磨、过分循规蹈矩，但在最后两本著作前，她并未对此作深入的阐述。

也许霍妮在精神分析新观点上的最杰出之处即在于他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，也使他的观点难以被着眼“过去式”的人所接受。

霍妮在《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”。机械进化论思想以为“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”。对霍妮而言，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、重复强迫性、倒退、移情的论述中得到充分表达。霍妮称之为“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。

霍妮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。霍妮说，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。”

霍妮的模式中，早期经验对我们的深刻影响不是产生固恋，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。

霍妮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；霍妮以为儿童期的整个经历乃神经症发生的缘由。由于神会文化的因素，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结构构架的发展，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，不过霍妮以为溯源极其困难复杂。他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. 霍妮的成熟理论

从《精神分析新法》一书开始，霍妮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“自然自我”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。霍妮在一篇名为《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，霍妮即对健康的人格发展与神经症的发展进行比较区分，前者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、禀赋等——这些都是我们基因组合的一部分，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。

霍妮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。

霍妮于《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。霍妮在《我们的内心冲突》里采用前一组说法（顺从的、攻击的、超脱的），在《神经症与人的成长》中则采用后一组说法（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，攻击方法中的敌意，超脱方法中的孤立。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，或超脱的人。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，有安全表达攻击倾向的需要，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。

霍妮说，顺从型人“有各种攻击倾向被严重压制”。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、攻击和超脱方法到《神经症与人的成长》中演变为自我谦避、自负和与世无争。霍妮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，该书所讲的攻击性方法即《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性。他们的交易是，假如他们能固守自己的梦和夸大的自我估价，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。他们认为自我谦避的人是傻子，可尽管满怀轻视，又常常被自我谦避型人的温顺、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。它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，这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。

超脱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。”

超脱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，霍妮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。当考虑霍妮的防卫分类时，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，就被别外的方式所替代。

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。自我谦恭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、预见力和计划性引为自豪，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表现出色，永远判断正确，在人际关系中一直公正、尽职。超脱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。

理想化的形象最终并未让我们轻松，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。霍妮称，“相当多人一会儿有傲慢的无所不能感，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，被鄙视的形象衍生出被鄙视的自我。

霍妮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，我们因无法触及其实的自我，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移动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。霍妮不认为对“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。这会令他们觉得更有意义，给予他们梦寐以求

的优越感。霍妮写道，“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。不过荣誉体系在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，而且产生霍妮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症的要求。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次要倾向之间冲突的影响。

神经症的自尊以对理想化自我的特性的特性的骄傲取代了实际的自信与自尊心。对神经症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的片断，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“神经症的要求”。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，我们也许坚持神经症的要求作为对“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妮所称的“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，甚至陷于瘫痪，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，自我憎恨是他人摈弃的，自我批判是他人不公正的批叛。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责定了认同自己的神圣标准”。霍妮指出自我憎恨乃“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 霍妮理论的应用性

由于霍妮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症人格——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,这或许也是霍妮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、他们种族群的其余成员,以及他们文化、文学的诸多方面。在教学与写作中,我不仅用霍妮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。

霍妮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·约翰逊的霍妮式研究,更多的公众人物和作家也可通过霍氏的方法得到分析。

许多作家应用霍妮理论分析美国文化。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。波特将霍妮的看法与自己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,可获得更多回报。因此进取精神水溺船高。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,他仍感到霍妮的转移——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”,他们无视这将让他人们感到更不安全的现实,继续如此干下去。

波特从《当代的神经症人格》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》,文中用到霍妮的整个成熟理论。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”。由于美国人自以为是十分重要，“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妮式分析。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。

霍妮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。

用霍妮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症解决方法。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，从霍妮的视角研究叔本华、克尔凯郭尔、尼采等哲学家就很有意思。叔本华看来被疏离倾向主导，克尔凯郭尔是自我谦避的，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的贡献。玛丽亚·威斯特科特应用霍妮的理论，在《卡伦·霍妮的女性主义遗产》（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。霍妮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、宗教和哲学心理学已经开始被研究、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·霍妮协会主任

前言

我写这本书，对精神分析理论作出批评和重估的动机源于对现在心理治疗结果的不满。

我发现，几乎每一位病人都会给我们提出我们现有的精神分析知识无法解决的问题。

正如大部分心理分析者一样，我开始也把这种迷惘归结于我的经验、理解力的不足或盲点。我不记得我是如何缠着我阅历丰富的同事，问他们一些问题的。比如弗洛伊德或他们自己是如何理解“自我”的？为什么性虐待狂冲动和“肛门里比多”有不可分割的内在联系？以及为什么这么多不同的倾向都被认为是潜在的同性的表现？但我最终没有得到令人满意的答案。

我第一次主动对精神分析理论发生疑问，是在读弗洛伊德的女性心理学概念时。后来，这些疑问又因弗洛伊德对死亡本能的假定而得到了加强。但是在几年后，我才开始用批评的眼光思考精神分析理论。

正如读者将在整个书中看到的，弗洛伊德逐渐发展完善起来的理论体系是如此自圆其说，你一旦陷入其中就很难使自己的观点见解不被他左右。只有在你对整个体系赖以建立的有争议的理论前提有了了解之后，你才能对引起各个具体理论中的错误根源有一个更清晰的认识。坦率地说，我认为我有资格在本书中对弗洛伊德的理论作出批评。因为我运用他的理论已有十五年之久。

不但是普通人，就是精神病专家对正统的精神分析都有一种反感。这并不只是大家认为的情感上的原因，而是这些理论确有一些可争议之处。这些反对者常常对精神分析全盘否定，这样做是令人遗憾的，因为它不但把精神分析中可信的内容和可疑的部分一起抛弃，同时，也否定了精神分析所能提供的真知灼见。我发现我越对一系列精神分析理论采取批判的态度，我就越认识到弗洛伊德基本原理的建设性价值，理解心理问题的途径也就越多。

因此，这本书的目的不是寻找精神分析的毛病，而是力图通过减少可争议因素使精神分析最大限度地发挥它的潜能。理论思索和实践经验使我产生如下信念：如果我们能摆脱某些历史决定的理论前提，摈弃在此基础上产生的理论，我们就可以大大扩展我们的理解范围。

一言以蔽之，精神分析应超出本能和遗传心理学的范围，就后者来说，弗洛伊德倾向于把人后期的怪癖视作儿童时期欲望或反应的直接重复。因此，他认为，只要我们阐明了这种潜在的儿童经历，后期的干扰就可以消失。当我们放弃这种带有偏见的对成因的强调时，我们会认识到后期的各种怪癖和早期经历的关系比弗洛伊德想象的更为复杂，不可能孤立地重复已往的某些孤立的经历。是儿童期经历作为一个整体形成了后来的某种性格结构，这种结构导致了以后的一些困难。因此，对实际的性格结构的分析变得尤为重要。

对于精神分析的本能倾向来说，当性格倾向不再被解释为本能冲动的最终结果，而仅仅因环境而改变，这时整个问题的重点落到了塑造性格的生活环境上。我们不得不重新寻找导致神经症冲突的环境因素，因而人际关系的冲突成为神经症的主要根源。于是，一种主要是社会学的定位取代了主要是解剖生理学的定位。如果我们排除对隐含在“力比多”理论中的愉悦原则的片面考虑时，人对安全的追求显得更为重要，我们对焦虑在导致对于安全的追求中的作用也会有新的理解。因此，神经症的成因既不是俄狄浦斯情结也不是什么儿童期的愉悦追求，而是使孩子感到无助、脆弱，感到世界是一种潜在威胁的所有不利的因素。由于这种对潜在危险的害怕，孩子必须形成某种“神经症的倾向”来使自己有种安全感地对付这个世界。在这种情况下，自恋倾向、受虐倾向及完美主义倾向并不是由本能冲动引发的，从根本上说它们代表了孩子设法走出这个充满了未知危险的世界的一种尝试。由此可以说神经症所表现出的焦虑并不是“自我”对被本能冲动所压倒或被假设中的“超我”惩罚的恐惧，而是特定的安全保护装置失灵的结果。

这些观点的基本变化对精神分析具体概念的影响将会在下面的章节中分别讨论。这里可作一大概介绍：

尽管性问题有时是神经症的主要症状，但它们已不再被认为是神经症的动力源泉。性方面的困难与其说是神经症性格结构的原因，不如说是它的结果。

另一方面,道德问题显得重要起来,乍看起来,这些病人表面上与之斗争的道德问题“超我”,神经症的负疚感)会把人引入死胡同。它们是虚假的道德问题,这一点必须予以揭示。病人正视每一种神经症涉及的真正的道德问题并去试着克服它们。

最后,如果“自我”不再被看作是实现或抑制本能冲动的工具的话,诸如意志、判断和决定等人类的能力又可以重新恢复它们的尊严。而弗洛伊德所描述的“自我”看上去就不是一种普遍现象,而是一种神经症现象。因此,我们必须承认,对于个体自发的自我的扭曲是神经症产生和持续的最主要根源。

所以说,神经症代表了困难条件下一种特殊的求生方式。神经症的本质包括与自我和他人有关的烦恼以及由此而产生的冲突,重点转移到了被认为与神经症相关的因素之上。这种转移大大扩展了精神分析治疗的任务。其目的不再是帮助病人控制自己的本能而是尽量减轻他的焦虑,直到他能够摆脱“神经症倾向”。除此之外,还有一个新的精神治疗目标,即恢复病人的自我,使他重新获得自发性,找到自己身上的精神重力中枢。

据说作家写一本书,收获最大的是他自己。我知道自己从本书的撰写中受益匪浅。系统阐述思想的必要性已使我所要阐述的思想在我脑中清晰明了。至于别人是否能从中获益,现在还不能预测。我想,很多精神分析者和精神病学家都经历过跟我一样的对于大量理论争鸣观点正确性的迷惑,我并不期望他们接受我的见解、观点,因为它们既不是完整的也不是终极的,它们也不是所谓的新的精神分析“学派”的开端。但我希望我能清楚地把它们传递给读者,让读者自己检验这些观点正确与否。我也希望本书有助于那些严肃地热心于把心理分析应用于教育、社会工作和人类学的人们澄清他们面临的一些问题,最后,对于拒绝把精神分析当作一种充满令人惊奇但有待完善的假设的理论结构的人们来说,不管他们是精神病学家还是一般老百姓,我希望他们能通过本书的讨论对这门学科有一个新的认识,即:精神分析是一门因果的科学,是理解我们自己及他人的具有独特价值的建设性的工具。

在我对精神分析理论的正确性产生模模糊糊的疑心的时候,我的两位同事给我鼓励和启发,他们是哈罗德·舒尔茨-汉克和威尔海默·莱希。舒尔茨-汉克对儿童期记忆的治疗作用提出疑问,他强调了分析实际冲突情境的必要性。虽然莱希在当时正致力于“力比多”理论,他指出首先必须分析神经症病人已经形成的防卫性性格倾向。

相比之下,我的批判态度形成过程中所受的其他影响比较一般。麦克斯·霍克海默对一些哲学概念的阐述使我了解了弗洛伊德的思想前提。这个国家的不盲从教条的传统使我不必不加分析地全盘接受精神分析理论,使我有勇气沿着我认为正确的道路走下去。此我,我熟悉的一种在许多方面同欧洲不同的文化让我认识到不少神经症冲突最终是由文化环境决定的。在这一方面,埃利希·弗洛姆的著作扩展了我这方面的知识。弗洛姆在他的一系列讲座和论文中批评了弗洛伊德著作中文化定位的缺乏。他在个体心理的许多问题上也给了我新的启发。遗憾的是,在我写这本书时,弗洛姆先生对社会因素在心理学中的重要性的系统阐述尚未发表,否则的话,我会引用他的许多论证。

我还要借此机会感谢伊丽莎白·托德小姐。她承担了本书的编辑工作,另外她的建设性的评论及对如何更好地组织材料而提出的建议对我帮助很大。我还要感谢我的秘书玛丽·莱弗太太,她不懈的工作和善意的理解是无价的。最后我要感谢艾丽丝·舒尔茨小姐,她在英语理解方面对我有所帮助。

第一章 精神分析的基本概念

是什么构成了弗洛伊德心理学的基本原则？人们对此众说纷纭。有人说它是一种使心理学成为一门自然科学的企图；是一种把人类的各种情感和欲望最终归结为“本能”源头的企图；有人说它是一种对引起公众愤怒的性的概念的延伸；有人说它是对俄狄浦斯情结普遍性的信念；也有人说它是建立在把人性分为“自我”、“本我”和“超我”基础之上的；还有人说它是基于这样一种概念：人类童年生活的模式会在今后的人生中反复出现，因此通过唤起这些早年的经历有望治愈心理疾病。

毫无疑问，这些都是弗洛伊德心理学的重要方面。当然，这些方面哪个处于核心地位、哪些处于次要地位，各人有不同的看法。正如我们下面会看到的：这些理论都有值得商榷之处。它们应当被看作必须承受的历史包袱，而不是它的核心。

那么，什么是弗洛伊德心理学及精神病学中具有建设性的以及——如果允许我冒昧地预测其发展的话——长期适用有效的观点呢？概括地说：如果弗洛伊德心理学上的基本概念不被用以指导我们今天观察现象和思考问题的话，可以说从那时起，在心理学以及心理治疗领域，将不会有任何有价值的发现。也就是说，当弗洛伊德的这些原则被摒弃的时候，任何新发现的价值也不可能存在。

要提出这些基本概念困难之一是：它们往往和一些值得商榷的学说纠缠在一起。因此要指出这些概念的本质要点就必须剥离某些理论的蕴涵。因此看起来似乎通俗的表述实际上是阐明基本原则的有意识的尝试。

我认为弗洛伊德学术贡献中最重要和最本质的学说是弗洛伊德认为精神过程受到严格制约，行为和感情可能受到无意识动机的制约，驱使我们的动机是各种情感力量。我认为弗洛伊德的这些原理是他最基本的也是最重要的研究成果。因为这些原理是密切相关的，我们可以从其中任何一点出发。我觉得，无意识动机原理应放在首位。这个原理属于那种为大家普遍接受但其内涵又不为大家全面掌握的概念。对于那些没有发现自身潜在的态度和目标的巨大力量的经历的人来说，理解这个概念的确比较困难。

精神分析评论家宣称：现实中我们无法揭示病人完全意识不到的东西，我们所能发现的病人或多或少都能感觉其存在，只是他们不知道它对其生活的影响有多重要而已。为了进一步阐明这个问题，让我们回顾一下迄今为止当一种无意识的态度被揭示之后实际发生的事。有这样一个典型事例：在分析情境条件下所作的观察的基础上，一位病人被告知他看上去似乎有种强迫自己不犯任何错误的倾向，他总得是自确的，对事物的了解必须比别人要深刻，这一切都隐藏于理性的怀疑主义之后。当病人感到这中暗示有些道理时，他会回想起许多事。比如他在读侦探小说时是如何为大侦探的观察和结论的正确性而感到惊奇不已；在中学时他是颇有一番雄心壮志的；不善讨论而且总是易为他人意见左右，但同时他又会好几个小时地思考一个他想说而又没说的话；有一次，他为看错了时间表而感到非常难过；在谈话和写作的时候，他总是避免涉及并非确定无疑的事，要不然他就会著述颇丰；他对任何形式的批评非常敏感；他经常怀疑自己的智力；当他观察魔术师表演而又无法看出其中的奥妙时，就会疲惫不堪。

什么是病人意识到的，什么又是他没有意识到的呢？他有时意识到了这种“不犯错误”动机的感召力，但他没有意识到这种态度对他生活的重要影响。他一直把它当作一种无足轻重的怪癖，并不知道他的某些重要的反应和抑制以某种方式与此相关。当然，他也不了解为什么自己一定要永远正确。那意味着，病人并没有意识到全部重要的东西。

对于无意识动机的异议是从一种过于形式主义的立场出发的。对一种态度的意识，不仅包括知道其存在，也包括知道其力量、影响及其产生的结果和具有的功能。没有它，这种态度仍处于无意识状态，尽管有时一些零星的知识也可以达到意识的状态。还有一种异议，即我们永远也不能发现真正的无意识倾向。这个论点与无数事实不符。比如：一个病人有意识地采取对一切人表示喜爱的态度。其实，他并不真正喜欢别人，而是觉得有必要这么做。

这一下切中了问题的要害；他的感觉是他总是模糊地意识到了这点，但他又不敢承认。即使我们进一步暗示他，他的对别人的主导性态度是鄙视，对他来说，这种暗示也不会是一个全新的启示。其实他知道他偶然也鄙视别人，只不过他没有意识到这种感觉的深度和广度而已。但如果我们进一步告诉他，这种鄙视是轻视别人的倾向的结果，那倒会使他感到新奇不解。

弗洛伊德无意识动机概念的重要性并不在于宣称这种无意识过程的存在，而在于这种动机的两个特殊方面。第一、把人们的欲望驱逐到意识之外，或不让其进入意识，并不能阻止其存在或发生作用。这意味着有时我们会莫名其妙地感到不满或不快；有时我们会作出非常重要的决定而不知道作出这一决定的动机是什么；我们的兴趣、信念和依赖可能是由我们不知道的力量决定的。另一方面，如果我们剥离某些理论蕴涵，无意识动机之所以仍处于无意识状态是因为我们并不想知道这些动机。后一种原理是对精神现象实际的和理论的理解的关键。它意味着，任何尝试揭示无意识动机的企图都会带来一场斗争，因为我们的某种兴趣会很成问题。简言之，这就是对心理治疗具有最重要意义的“抵抗”概念。相比之下，对于不准欲望进入意识的那些兴趣的本质所持的不同观点就显得不那么重要了。

只有在承认了无意识活动过程及其作用之后，弗洛伊德才能作出另一个已证明最富建设性的基本结论。它也是一种有效的假设，它认为精神活动过程同肉体活动过程一样受严格制约。它表明一直被认为是偶然的、无意义的或神秘的，比如梦、幻想及生活中的错误是可能解释、分析的。这种理论也有助于我们深入地从心理上了解迄今一直被归结为器官性刺激的现象，比如焦虑梦境的精神基础，手淫的精神影响；歇斯底里的精神决定，引起官有性疾疾病、工作疲劳的精神因素。以往一些被归于外界因素而引不起人们心理学兴趣的现象也有了一条建设性的分析解决途径。比如：偶然事件背后的精神因素，某些习惯形成和保持的精神动力，如何形成对过去被认为是命运的安排的重复出现经历的精神上的理解。

弗洛伊德对这类问题思考的意义不在于他提出的解决这些问题的办法。例如，强迫性重复就不是什么令人满意的解决办法。它的意义在于为人们理解这类问题提供了途径。实际上，精神活动过程受某些因素制约的原理是我们开展日常工作的基础。没有它，我们在精神分析时便寸步难行，不用说要理解病人的任何反应了。它使我们有可能认识到我们对于病人情况的了解与病人的实际情况之间还有距离，并提出了如何使我们了解得更加透彻等问题。比如，我们会发现，有这样一类病人，他们充满了对自己重要性的过高估计和胡思乱想，由于周围的环境并不承认他的重要性而对此抱有强烈的敌意。这样的人会逐渐形成一种非现实感。这种非现实感在这种敌对反应中形成和发展。是不是可以这样说：这种非现实感实际是通过幻想来借以逃避和贬低他无法容忍的现实环境。然而，如果记住精神活动过程有规律可循这一原理，我们就会承认某个特定的因素或因素组合尚不为我们所知，因为其他情况大致类似的病人并没有形成这种非现实感。

这也同样适用于对量化因素的评估。例如，一个小小的刺激，如我们说话时带有一点不耐烦的语言，会使病人大为焦虑。这种因与果不成比例的现象提醒分析者思考以下一些问题：如果一个轻微、暂时的不耐烦表现会导致病人如此程度的焦虑，那么这也许是因为患者觉得他不能确定我们对他的态度。那么如何解释这种如此程度的不确定呢？为什么我们对他的态度如此重要呢？是不是他对我们有一种强烈的依赖感？如果是，原因是什么呢？他对他所认识的人是否也有这种强烈的不确定感呢？还是某种因素强化了他与我们之间的这种感觉？总之，精神活动受某些因素制约从而有其规律是一个有效实用的假设，它引导并鼓励我们进一步深入探讨心理上的各种内在联系。

精神分析的第三条基本原则叫个性动力原理。其实在论述前两个原则时已提到了它。更准确地说，这个原理是一个一般的假设，即我们的态度和行为之后的动机潜藏在我们的情感力量中；这又是一个特殊的假设，即为了理解任何一种个性结构就必须承认互相冲突的性格中的情感驱动力。

对于一般的假设的建设性价值，以及它对于研究理性动机、条件反射和习惯形成的心理学的极大优越性不必赘言。按照弗洛伊德的理论，这些驱动力在本质上是本能的：与性有关或具破坏性。但是，如果我们不考虑这些理论方面，用情感内驱力、冲动、需要或激情来代替“力比多”，我们就会看到这种假设的内核，并能充分认识到它在帮助我们理解个性时的价值。

第二个较特殊的假设强调内心冲突的重要性。这个假设已成为了解分析神经症的关键。这个假设的值得商榷之处在于内心冲突的性质。弗洛伊德认为冲突发生于“本能”和“自我”之间。把他的本能理论同内在冲突概念混杂起来，这种混杂招致了强烈的批评。我也认为弗洛伊德的本能定位是精神分析发展最大的障碍之一。但是，这些争论带来的结果是：争论的焦点已从内在冲突概念的本质部分——冲突的主要作用转移到了这个概念有争议的部分，即本能理论了。我现在不便详细说明为什么我认为这个概念那么重要，但对这一问题的阐述将贯穿全书，即使全部抛弃本能理论，神经症主要是由内在冲突引起的这一事实仍然存在。不受理论假设的影响而看到这一点证明了弗洛伊德的真知灼见。

弗洛伊德不仅揭示了无意识精神过程对于性格及神经症的重要性，他还向我们详细说明了这些过程的动力机制。不让某些情感或冲动进入意识，弗洛伊德称之为“压抑”。压抑过程可以比作鸵鸟政策：被压抑的情感或冲动同以前一样有效。但是我们假装它们不存在了。通常意义上所说的压抑和伪装的区别在于前一种情况下我们在主观上认为我们没有那种冲动。仅仅压抑一种情感冲动是不足以使其长期平息的。要达到这个目的，其他防御手段也是必须的。这些防御手段大致可分为两类：一类改变情感冲动本身；另一类仅仅改变它们的方向而已。

严格地说，只有第一类防御手段算是真正的压抑。因为它能有效地消除对某种情感或冲动存在的意识。而达到这种结果的防御手段又可进一步分为两种：反应构成和投射。反应构成带有某种补偿性质。个性中存在的残酷的一面会由过分和善的外表来补偿。剥削和利用他人的倾向一旦遭到压抑，会转化成在提出要求时的小心翼翼和过分谦虚的态度。敌意可能为表面的漠不关心所掩盖，而对爱的渴求又可能表现为一种“我不在乎”的态度。

把一种情感投射给他人也会引致同样的结果。投射过程和天真地假设他人以和我们同样的方式感觉或作出反应没有什么本质区别。有时候，投射也就是这么回事。例如一个病人因自己陷于各种矛盾冲突中而自私自贱时，他只能假定分析者也会以同样的方式看待他。到目前为止，投射与无意识过程毫无关系。但是相信某种冲动或情感存在于他人身上可以被用来否认它们在自己身上的存在。这种转移有许多好处。例如，如果一个希望有外遇的丈夫把自己的这种愿望投射到他妻子身上，那么他不仅可以消除对这种冲动的意识，而且还会产生对他妻子的优越感，他可以问心无愧地以怀疑和责备等形式把各种本来显得站不住脚的充满敌意的情感反泄到妻子身上。

由于这种防御手段有诸多优点，它很常见。但唯一要补充的不是对这个概念的批评，而是提醒人们，如果没有证据，不要任意把任何现象说成投射，而且在寻找投射的因素时要小心谨慎。例如，一位病人坚信分析者不喜欢他，这种感觉可能是病人自己不喜欢分析者的投射，但也可能是病人不喜欢自己的投射。或者，这可能根本就不能投射，可能是病人避免与研究自己的分析者有感情纠葛的借口，假如他认为这包含着依赖的危险。

另一类防御手段并不改变冲动本身，而是改变它们的方向。受到压抑的不是情感本身，而是情感与某种情境或某人的关系。这种情感以某种方式与那个人或情境相分离，以下是最重要的几种方式。

第一，与某人有关的一种情感可能被转移到另一个人身上。就愤怒这一情感来说，这种情况最常见，原因是由于害怕或依赖他所感到愤怒的人，也可能由于模糊地意识到针对那个人的愤怒也许没有道理。因此，怒气会朝他并不害怕的另一个人身上发泄。比如孩子或

女仆；或是自己不依赖的人，比如姻亲或雇员；或者朝他有理由对他（她）发火的人发泄，比如把对丈夫的怒气转移到不诚实的侍者头上。另外，如果一个人对自己感到生气，这种怒气可能表现为针对在场的任何一个人。

第二，针对某人的情感可以转移给事物、动物、活动或环境的一个众所周知的例子是：拿墙上的苍蝇作为自己生气的借口。针对某人的怒气还可以转移到那个人所持的观念、想法和喜欢的活动上来。在这里，精神活动受严格制约的原理也证明有用处，因为选择情感转移的对象是受到严格制约的。比如，一位妻子相信她对丈夫是一心一意的，但她会把她对丈夫的埋怨发泄到他所从事的工作上去。这可能是她要全部占有丈夫的欲望决定了她把埋怨从丈夫转移到他的职业。

第三，针对他人的某种情感可能会转而针对自己。突出的例子是：对他人的责备批评转化为对自己的责备。这个概念的好处可以从弗洛伊德提出的一个问题中看出来，这个问题对于许多神经症来说至关重要。通过观察人们发现，不能表达批评、指责或埋怨与他人抱怨自己之间存在着联系。

第四，与某一特定人或情境有关的情感可以变得完全模糊或淡化。例如，对自己或别人的愤怒可以表现为一种普遍的无可名状的恼怒。因某种窘境而产生的焦虑可以表现为没有内容模模糊糊的焦虑。

另外一系列给人启发的情况是，关于同意意识分离的情感是如何得到发泄的，弗洛伊德发现了四条途径。

第一，以上提及的各种防御手段用来把某种情感或它的真正含义和指向同意意识分离开来，但并不妨碍情感的表达，尽管有时候表达方式比较迂回曲折。例如，一个对子女过分溺爱的母亲可能通过这种溺爱来发泄她的许多敌意。如果这种敌意投射给别人，那么发出者仍可借口别人对自己不友好而反过来继续发泄自己的敌意。如果一种情感仅仅被转移，它还是可以得到发泄，只不过以一种错误的指向表现出来而已。

第二，被压抑的情感或冲动可以在理性规范的基础上得到表现，或者用弗洛姆的话说，如果它们以社会可接受的形式表现出来[参见马克思·霍克海默主编的《关于权威与家庭》一书(1936)中埃利希·弗洛姆的有关文章]。一个占有或控制的倾向可以以爱的形式表现；个人的野心可以通过对一项事业的投入来表现；对他人进行诋毁的倾向可以表现为讲求理智的怀疑主义；不得不说真话的现象背后可能隐藏着充满敌意的攻击性。文饰过程我们都粗略地知道，但弗洛伊德不仅告诉我们它的范围和运用时的微妙之处，他还教会了我们在心理治疗过程中如何加以系统的利用以揭示无意识冲动。

就后一方面而言，文饰过程也是用来保持防御态度并证明其合理。了解这一点是重要的。对谴责他人或保护自己的利益无能为力在意识中可能表现为替他人的感情着想或是具有理解别人的能力。不愿承认自己身上的无意识的力量可以文饰为：这是出于对不相信自由意志的罪恶感的考虑。没有能力获得自己想要得到的东西可以看起来好像是没有私心；过分的胆怯看起来好像是关心自己的责任。

尽管在实践运用时文饰的概念往往被误用，但这并不因此而削弱它的价值。不能因为好手术刀也能用来作坏手术就说刀子本身有问题，但是我们必须认识到，运用文饰概念犹如使用一个危险的工具。没有证据就不能随便说一种态度或信念是对其他东西的文饰。如果其他动机是真正具有推动力的动机，而不是臆想出来的动机，文饰作用就存在。例如，一个人不愿接受一项困难而又报酬丰厚的工作，因为他觉得这将迫使他放弃他的信念，他可能真正笃信这些信念，宁愿放弃金钱和由此带来的显赫地位也要维护这些信念。还有一种可能性，这个决定后面真正根本的动机并不是这些信念——尽管它们存在——而是害怕自己不能完全胜任，或他会因此招致批评和责难。在后一种情况下，要不是由于害怕，这个人就会接受这份工作，尽管要作出必要的妥协。当然，就这两种动机哪个比重更大一些可能会有许多不

同的变化。只有在恐惧情感成为更具影响力的动机时，我们才能说它是一种文饰作用。也是由于我们知道此人在其他时候会毫不犹豫地作出妥协，我们可能不相信一个有意识动机的存在。

第三，受压抑的感情或想法可以通过漫不经心的行为表现出来。弗洛伊德在他关于智力心理学和关于日常生活错误的心理学的研究中指出了这类表达。这些研究成果的很多细节尚可商榷，它们已成为精神分析信息的一个重要来源。感情和态度也可以通过漫不经心的语气、手势，以及在没有意识到其意义的情况下所说的话、所做的事中表现出来。在这一点上所作的观察同样构成了精神分析疗法的一个有价值的部分。

第四，也是最后一点，受压抑的欲望或恐惧可以在梦境和幻想中再现。一种受抑制的复仇冲动可以在梦里付诸行动；在有意识的思维里不敢建立的对别人的优越感可以在梦里实现。这个概念将来的影响很可能比它迄今为止的作用还要大，特别是当我们使它不仅包括具体的梦和幻想，也包括无意识幻想时，更是如此。从心理治疗角度看，认识到这些幻想是重要的。因为我们常常所说的病人不愿治愈的情况通常就是他不愿放弃他的幻想。

由于我在以下各章将不再讨论弗洛伊德有关梦的理论，我想借此机会指出我认为它所具有的重要价值。姑且不论弗洛伊德指出的与梦有关的许多详细的特性，他已经教会我们如何理解这些特性。就释梦而言，我认为他最重要的贡献在于他提出了梦是欲望满足倾向的表现的假设。如果你想知道一个梦表现了什么样的倾向，或什么样的潜在需要使表现这一特定的倾向成为必要，那么，在我们理解了梦的潜在含义之后，梦便往往可以暗示我们它背后的动力。

让我们做一种简化的假设，一位患者的梦境的实质是表现了分析者的无知、专横和丑陋。梦是内在倾向的表现的假设告诉我们，第一，这个梦包涵了一种对于一个观点贬低的倾向；第二，我们必须找出驱使患者贬低分析者的实际原因。这个问题反过来可能导致一个认识，即患者觉得分析者所说的话使他感到羞辱；或者他觉得自己的优越感受到了威胁，通过贬低分析者他可以恢复他的优越感。认识这一系列反应又会导致另一个问题：这是否是患者作出反应的典型方式？就神经症患者而言，梦的最重要的功能是企图消除他的焦虑或是为生活中无法解决的矛盾找到折衷的解决办法。如果这种努力失败，焦虑的梦境就会接踵而来。

弗洛伊德关于梦的理论往往引起争论。但是，在我看来，这种辩论的两个方面——释梦时必须遵循的原则和根据这个原则对梦所作的解释——经常被混为一谈。弗洛伊德已经给了我们一些方法论的观点，这些观点必然有拘于形式的性质。这些原则得出的真实结果完全取决于你认为在一个个体身上哪些冲动、反应和矛盾是最基本的。所以，在同样的原则基础上也可以引出不同的解释，而这些不同的解释并不妨碍这个原则的有效性。

弗洛伊德的另一个主要贡献是他为理解神经症焦虑的性质和它在神经症中所起的作用开辟了道路。因为这一点，将在以下的章节中详述，在这里仅提一下。

出于同样的原因，我这里对弗洛伊德关于童年经历的影响的研究成果作一个简章的说明。这些研究成果的争议焦点主要集中于三个假设：假设一，反应的遗传定式比环境的影响更重要；假设二，具有影响的经历本质上是与性有关的；假设三，童年以后的经历很大程度上是童年经历的一种重复。即使不考虑这些有争议的问题，弗洛伊德的研究结果的本质仍然可以表述为：童年经历在迄今为止人们尚未想象到的程度上对性格和神经症的形成发挥了作用。毋庸赘言，这个发现对精神病学乃至教育和人种学的影响是革命性的。

为什么要列举弗洛伊德在强调性经历方面的有争议的论点，以后还会详细阐述。尽管他对性欲的评价引起了很多人的反对，但我们不应该忘记弗洛伊德帮助我们以实事求是的态度看待性问题，消除了理解它们的含义和意义的障碍。

不应忽略，弗洛伊德为我们进行精神分析治疗提供了基本的工具。关于移情、抵抗和自由联想方法的概念是促成精神分析治疗的主要概念。

如果我们不考虑那些关于移情是否主要是婴儿期态度的重复的理论争论的话，移情概念认为：对患者对于精神分析情境的情感反应的观察、理解和讨论构成了理解他的性格结构以及他的困难的捷径。它已经成为最有效的、也是不可或缺的精神分析治疗的工具。我相信尽管它对心理治疗具有十分重要的价值，但精神分析的未来很大程度上取决于对患者的反应作更精确、更深入观察和理解。这个信念基于以下的假设：心理学的本质在于理解人类关系中起作用的各种心理过程。这种精神分析意义上的关系也是人类关系的一种，它给我们提供了理解这些过程的前所未有的种种可能性。因此，对这种关系更精确更深入的理解将是精神分析最终必须对心理学提供的最大贡献。

抑制是指一个人努力防止被压抑的情感或思想进入其意识的一种能量。这个概念，正如前面提到的，是基于这样的认识：患者完全有理由避免意识到某种冲动。尽管对于其性质尚有争议（在我看来是错误的概念），但这丝毫不影响我们承认它们的存在极其重要的意义。人们在研究患者如何维护其立场、如何斗争、退缩及回避问题等方面已做了大量工作。我们所能认识的这种斗争的个别形式越多，精神分析治疗就会变得越快、越有效。

精神分析中使精确的观察成为可能的具体因素是患者必须说出他想的和感受的一切，不顾任何理智的或情感上的阻碍。精神分析治疗中一个有效的基本原则是：思维和感情之间有一种连续性，虽然它并不明显。它迫使分析者密切注意思维和情感出现的顺序，它使分析者能逐步对患者外在表现背后的倾向和反应作出初步的结论。心理治疗中的自由联想就属于那些价值还远远未被探明的概念之一。根据我的经验，我们对可能的精神反应及关联和可能的表现形式认识越深，就越证明这个概念的价值。

对患者外在表现的内容和顺序的观察，以及对他的行为举止——手势、语气及诸如此类的事的观察使我们对现象背后的精神活动过程作出推断。如果这些推断被当作初步的解释告知患者，他们随即又会进行新的联想。这种新联想可能证实、也可能推翻分析者作出的假设，可能提出新的方面来扩大这些假设，也可能把这些假设缩小到某些特殊的方面。总之会显示出针对这些解释的情感反应。

这个方法也受到了责难。有人指出：这些解释是武断的。解释刺激并影响了在解释之后作出的联想，因此整个程序在本质上是极为主观的。尚且不论这种反驳只是对于在心理学领域不可能达到的某种客观性的疾呼，如果说这些反驳还有什么意义的话，它只可能与以下的可能性有关：如果说一个以专断方式对易受暗示影响的患者作出的错误的解释是对他的误导，那么当一个易受暗示影响的学生相信他在显微镜里看见了某样东西时，如果教师已经告诉他去看什么，他也是受到了误导。两者是很相似的。这种可能性当然是存在的。误导性解释的危险是不可能排除的，只可能减少。一位分析者的心理学知识和理解力越强，他就越不会强求与既定的理论相符，他的解释的武断性越小，他自己的问题对观察的干扰越小，从而危险就越小。如果分析者始终考虑患者可能出现的顺从并对其作出分析的话，误导的危险还可以进一步减小。

以上初步的讨论并不意味着对弗洛伊德丰富的研究成果已详尽表述，它们只不过涉及心理学研究方法中一些基本点，这些基本概念据我的经验已证明是最具有建设性的。对它作简单扼要的表述是可能的，因为它们是我研究中使用的工具，在以下每一章节中我将详细表述它们的用途。可以说它们是这部书的精神背景。弗洛伊德的其他一些开创性研究成果将在各章予以阐述。

第二章 弗洛伊德观点的总前提

天才之为天才，其特征之一是具有敏锐的洞察力和质疑流行偏见的勇气。从这层意义及其他意义上说，弗洛伊德都可以算得上一位天才。他不断地跳出传统思维的圈子，以一种新的目光看待精神领域的各种问题，这的确令人有些难以置信。

另一方面，即使他是天才，也很难完全脱离他所处的时代来考虑问题。虽然天才具有敏锐洞察力，但是他的思想在许多方面注定要受到当时整个时代的精神意识大背景的影响。这么说，听上去像是有些老生常谈。了解弗洛伊德的著作所受的影响，不仅从历史的角度来看是有趣的，而且对那些力图更全面地理解复杂而看上去抽象难解的精神分析理论结构的人来说也是必不可少的。

我对精神分析史和哲学的知识与兴趣实在太有限，因此无法完全了解19世纪流行的哲学意识形态和当时的心理学派是如何影响弗洛伊德的思想观点的。我的目的仅仅是对弗洛伊德观点中某些特定前提作深入探讨，以便更好地理解他处理和解决心理问题的独特方式。这些精神分析理论在很大程度上受到含蓄的哲学前提的影响，这些我们将在以后的章节中讨论。本章的目的不在于详细追述这些前提的影响，而在于对它们作一简短概述。

先看看弗洛伊德在生物学上的定位。他一向以科学家的身分自豪，反复强调：精神分析是门科学。哈特曼精辟阐明了精神分析的理论基础[海恩茨·哈特曼《精神分析之基础》，1927]。他宣称：“精神分析以生物学为其基础，这是它重要的方法论优势。”例如，他在评论阿德勒的理论时说：如果阿德勒找到了权欲的生物基础，那将是一个很大的收获。因为在哈特曼看来，那是神经症最重要的因素。

弗洛伊德生物学定位的影响有三方面：一、他倾向于把精神现象看成是化学生理因素共同作用的结果；二、他倾向于把体质或遗传因素视作决定精神经历及其发生顺序差异的基本因素；三、他倾向于把两性间的精神差异视为解剖学差异的结果。

第一种倾向是弗洛伊德本能理论（力比多理论和死亡本能理论）的决定性因素。弗洛伊德相信精神生活是由情绪内驱力决定的，因为他假定这些内驱力具有一个生理基础，所以他属于本能理论派[这个事实埃利希·弗洛姆在他一份未公开发表的手稿中强调过。本文中“本能理论家”一词的含义现已不用。现在，“本能”一词是指“对身体需求或外界刺激所作出的天生的反应模式”（W·特罗特《和平与战争中的民众本能》，1915年）]。他把本能视作内在的肉体刺激因素，它们持续不断地起作用，并且具有一种释放紧张的倾向。弗洛伊德还反复指出，这种说法使本能处于生理过程和心理过程的中间地带。

第二种倾向是他强调体质或遗传因素。这一倾向对于力比多理论的形成起了很大的作用，即力比多经历了遗传性所限定的几个阶段：口腔、肛门、阳具和生殖器阶段。它也促成了关于俄狄浦斯情结是一种普遍现象的假设。

第三种倾向是弗洛伊德女性心理学观点的决定性因素之一。它最明白地表现在“生理构造即命运”[西格蒙德·弗洛伊德《两性心理区别的心理后果》，载《国际精神分析杂志》(1927)]这句话里，这在弗洛伊德的雌雄同体的概念中显而易见。例如，他认为女人想成为一个男人的愿望在本质上是一种想拥有男性生殖器的愿望；而男性不愿表现出“女人气”的态度归根到底是一种对阉割的恐惧。

第二种历史影响是负面的。直到最近，社会学家和人类学的研究成果才表明，我们在文化问题上失去了自己的天真纯朴。19世纪人们对文化差异知之甚少，一种普遍的倾向是把自己的文化特点笼统说成是人性。因此，弗洛伊德相信他所看到的人类、他所观察到并力图解释的形象，具有“放之四海而皆准”的效力。他这种不足的文化定位同他的生物学

前提缠结在一起。就环境的影响而言，具体地说是家庭——统而言之文化，他感兴趣的多半是影响他视作本能内驱力的方式。另一方面，他倾向于把文化现象看作基本为生理本能结构的结果。

弗洛伊德研究心理学问题的第三个特点是他公然回避价值判断、放弃道德评价。这种态度与他自称是一个自然科学家是一致的，因而只在记录和分析观察中方有其道理。正如埃利希·弗洛姆指出的[埃利希·弗洛姆《精神分析疗法的社会条件》，载《社会学研究杂志》，1935]，这种态度部分受到了自由时代经济、政治、哲学领域中流行的宽容原则的影响。我们将在后面的章节中看到，这种态度对一些理论概念如“超我”及精神治疗如何产生重大影响。

弗洛伊德观点的第四个基础是：他倾向于把精神因素看作一对对矛盾体，这种照样深深根植于19世纪的哲学形态中的二元论思想，在弗洛伊德的整个理论构想中始终存在。他提出的每一个本能理论都便于使所有的精神表现在两类生硬对立的倾向下变得可以理解，这种精神前提的最有意义的表达在于：弗洛伊德在本能和“自我”之间发现了二元论。他将此二元论视作神经质冲突和神经质焦虑的基础。弗洛伊德的二元论思想也表现在他的“女子气”和“男子气”这一对立概念上。这种思想包含的生硬性给了它某种机械性，与辩证思想形成对照。在此基础上，我们可以理解弗洛伊德的假设：他认为一个群体含有的因素与其相对立的群体有异。比如，“本我”包含了所有情绪满足欲，而“自我”却只有审察和抑制功能。在实际生活中，如果承认这种分类的话，“本我”和“自我”不仅可能而且常常确实包含对某种目标的强烈追求。机械思维的习惯也解释了这一思想，即耗在一个系统中的能量可自动耗尽其对立系统。正如对他人施爱就会削弱人的自爱一样。最后，这种思想在下述信念中也显而易见，即矛盾的倾向一旦建立就会永远存在下去。与此相反，有的人却认为：两种对立的倾向之间可能不断相互作用，“恶性循环”即是其形式之一。

最后一个重要的特点与下述特点非常相似，那就是弗洛伊德的机械进化论的观点。由于这种观点的内涵并不广为人知，也因为它于理解精神分析的心理理论的重要性，故我在这里要多说几句。

我所说的进化论观点是指一种假定，即现存事物的存在形式与初时不同，但却由前期阶段进化而来。前期阶段的形态与现在的可能无相似之处，但若没有前期阶段，现在的形态就不可思议。这种进化论在18、19世纪主宰了科学思维，与当时的神学思维形成了鲜明对比。它起初用于物质世界的无生命物体，但也用于生物和有机体的现象。在生物学界，达尔文是其最杰出的代表。同时，它对心理学也产生了重大影响。

机械进化论观点是进化论思维的一种特殊形式。它意指当今的表现形式不仅由过去决定，而且只包含过去；在进化过程中，真正新的东西不会产生。我们今天所看到的还是原先的东西，只是形式变化了而已。下面一段话出自威廉·詹姆斯之口，很好地阐明了机械思维：“作为进化论者，我们必须抓牢的观点是所有出现的新形式只不过是原始的、未曾变化的物质再分布的结果而已。”[威廉·詹姆斯《心理学原则》，1891]谈到意识的发展时，詹姆斯说：“就它而言，新的性质、原先未曾出现的因素，在任何晚期阶段都不会出现。”他认为，意识在动物的进化过程中不可能作为一种新的性质出现，因此，这种性质应归属于单细胞生物。这一例子也暗示了机械思维关注的焦点。此焦点落在遗传学上，暗含着某些问题，如事物在何时以何种形式出现，它又以何形式再出现或重复自己。

很多大家熟悉的例子可以说明机械和非机械思维间侧重点的区别。在水变成蒸汽的问题上，前者强调汽只不过是以另一种形式出现的水而已；后者则强调，汽尽管由水变化而来，但在变化中它已带上一种崭新的性质，由不同法则所控制，具有不同的效果。又如，在机器从18世纪到20世纪的发展问题上，前者主要指出18世纪初就存在的各种机器和工厂，且把这一发展纯然当作量的发展；后者则强调量的增多带来质的变化，同时也带来了新的问

题。比如新的产生规模、新的雇员群体的兴起、新的劳工问题等等，这种变化不仅是个增长问题，而且还带来新的因素，换言之，重点是量转变为质。后者的观点是：有机体的进化过程不可能只是对过去的简单重复或退化到原先阶段。

在心理学里，有一个最简单的例子能说明这些观点的差异，即年龄问题。机械论认为40岁男人的抱负是重复其10岁时的抱负。非机械论认为：尽管童年抱负的因素多半都包括在成年抱负中，但后者的内涵因年龄的缘故与前面完全不同。男孩对自己的前途相入非非，希望有一天能幻想成真。40岁的男人或可能大致实现了自己的梦想，或可能意识到根本无法实现它，他将意识到自己同机会失之交臂，或自己能力有限，或者外部困难重重。如果他不知进退，仍死死抱住这些幻想不放，那么这些幻想必定意味着失望与绝望。

弗洛伊德的观点是进化论的，但在方法上是机械论的。他的假设是公式化的，他认为：人过5岁发展就不可能有什么新东西了。5岁后的反应和经历只是过去的反应与经历的重复。这个前提在精神分析文献中以多种方式出现。比如焦虑问题，弗洛伊德提出：在何处我们可以找到它的早期表现。沿着这条思路，他得出结论：生是焦虑的最初表现，以后的种种焦虑都可能视作生之焦虑的重复。这种思维方式也解释了为什么弗洛伊德非常喜欢将发展阶段推测为种系发生的重复。比如，他把“潜伏期”视作冰川期的残留。这种思维也部分说明了他对人类学的兴趣。在《图腾与禁忌》一书中，他断言：原始人的精神生活非常有趣，因为它代表了人类自身发展的保存完好的早期阶段。他企图从理论上解释，阴道感觉是由口腔或肛门感觉转移而来，虽然这不甚重要。弗氏的这种企图可以说是对这种机械论的进一步说明。

弗洛伊德的机械进化论最常见于他的强迫性重复理论里。更具体来说，其影响可见于他的固恋理论，暗示了无意识的无时间性理论，也见于他的退化理论，移情理论。一般地说，这种观点说明了将当前的倾向归结于幼儿时期的程度，也说明了用过去来解释现在的倾向。

到目前为止，我只客观介绍了弗洛伊德的理论前提，未加上自己的评论，在以后的章节里，我亦不试图讨论其有效性，因为这已超出了一个精神病学者的能力与兴趣。对于精神病学者来说，他对哲学前提的兴趣是去探讨这些前提是否能提供有益和有用的概念。如果允许我对这些概念的讨论及结果作出预测的话，我的判断是，若要使精神分析的巨大潜力得以发挥，精神分析就必须扬弃自己身上的历史包袱。

第三章 力比多理论

天才之为天才，其特征之一是具有敏锐的洞察力和质疑流行偏见的勇气。从这层意义及其他意义上说，弗洛伊德都可以算得上一位天才。他不断地跳出传统思维的圈子，以一种新的目光看待精神领域的各种问题，这的确令人有些难以置信。

另一方面，即使他是天才，也很难完全脱离他所处的时代来考虑问题。虽然天才具有敏锐洞察力，但是他的思想在许多方面注定要受到当时整个时代的精神意识大背景的影响。这么说，听上去像是有些老生常谈。了解弗洛伊德的著作所受的影响，不仅从历史的角度来看是有趣的，而且对那些力图更全面地理解复杂而看上去抽象难解的精神分析理论结构的人来说也是必不可少的。

我对精神分析史和哲学的知识与兴趣实在太有限，因此无法完全了解19世纪流行的哲学意识形态和当时的心理学派是如何影响弗洛伊德的思想观点的。我的目的仅仅是对弗

洛伊德观点中某些特定前提作深入探讨，以便更好地理解他处理和解决心理问题的独特方式。这些精神分析理论在很大程度上受到含蓄的哲学前提的影响，这些我们将在以后的章节中讨论。本章的目的不在于详细追述这些前提的影响，而在于对它们作一简短概述。

先看看弗洛伊德在生物学上的定位。他一向以科学家的身分自豪，反复强调：精神分析是门科学。哈特曼精辟阐明了精神分析的理论基础[海恩茨·哈特曼《精神分析之基础》，1927]。他宣称：“精神分析以生物学为其基础，这是它重要的方法论优势。”例如，他在评论阿德勒的理论时说：如果阿德勒找到了权欲的生物基础，那将是一个很大的收获。因为在哈特曼看来，那是神经症最重要的因素。

弗洛伊德生物学定位的影响有三方面：一、他倾向于把精神现象看成是化学生理因素共同作用的结果；二、他倾向于把体质或遗传因素视作决定精神经历及其发生顺序差异的基本因素；三、他倾向于把两性间的精神差异视为解剖学差异的结果。

第一种倾向是弗洛伊德本能理论（力比多理论和死亡本能理论）的决定性因素。弗洛伊德相信精神生活是由情绪内驱力决定的，因为他假定这些内驱力具有一个生理基础，所以他属于本能理论派[这个事实埃利希·弗洛姆在他一份未公开发表的手稿中强调过。本文中“本能理论家”一词的含义现已不用。现在，“本能”一词是指“对身体需求或外界刺激所作出的天生的反应模式”（W·特罗特《和平与战争中的民众本能》，1915年）]。他把本能视作内在的肉体刺激因素，它们持续不断地起作用，并且具有一种释放紧张的倾向。弗洛伊德还反复指出，这种说法使本能处于生理过程和心理过程的中间地带。

第二种倾向是他强调体质或遗传因素。这一倾向对于力比多理论的形成起了很大的作用，即力比多经历了遗传性所限定的几个阶段：口腔、肛门、阳具和生殖器阶段。它也促成了关于俄狄浦斯情结是一种普遍现象的假设。

第三种倾向是弗洛伊德女性心理学观点的决定性因素之一。它最明白地表现在“生理构造即命运”[西格蒙德·弗洛伊德《两性心理区别的心理后果》，载《国际精神分析杂志》(1927)]这句话里，这在弗洛伊德的雌雄同体的概念中显而易见。例如，他认为女人想成为一个男人的愿望在本质上是一种想拥有男性生殖器的愿望；而男性不愿表现出“女人气”的态度归根到底是一种对阉割的恐惧。

第二种历史影响是负面的。直到最近，社会学家和人类学家的研究成果才表明，我们在文化问题上失去了自己的天真纯朴。19世纪人们对文化差异知之甚少，一种普遍的倾向是把自己的文化特点笼统说成是人性。因此，弗洛伊德相信他所看到的人类、他所观察到并力图解释的形象，具有“放之四海而皆准”的效力。他这种不足的文化定位同他的生物学前提缠结在一起。就环境的影响而言，具体地说是家庭——统而言之是文化，他感兴趣的多半是影响他视作本能内驱力的方式。另一方面，他倾向于把文化现象看作基本为生理本能结构的结果。

弗洛伊德研究心理学问题的第三个特点是他公然回避价值判断、放弃道德评价。这种态度与他自称是一个自然科学家是一致的，因而只在记录和分析观察中方有其道理。正如埃利希·弗洛姆指出的[埃利希·弗洛姆《精神分析疗法的社会条件》，载《社会学研究杂志》，1935]，这种态度部分受到了自由时代经济、政治、哲学领域中流行的宽容原则的影响。我们将在后面的章节中看到，这种态度对一些理论概念如“超我”及精神治疗如何产生重大影响。

弗洛伊德观点的第四个基础是：他倾向于把精神因素看作一对对矛盾体，这种照样深深根植于19世纪的哲学形态中的二元论思想，在弗洛伊德的整个理论构想中始终存在。他提出的每一个本能理论都便于使所有的精神表现在两类生硬对立的倾向下变得可以理解，这种精神前提的最有意义的表达在于：弗洛伊德在本能和“自我”之间发现了二元论。他将此二元论视作神经质冲突和神经质焦虑的基础。弗洛伊德的二元论思想也表现在他的“女子

气”和“男子气”这一对立概念上。这种思想包含的生硬性给了它某种机械性，与辩证思想形成对照。在此基础上，我们可以理解弗洛伊德的假设：他认为一个群体含有的因素与其对立的群体有异。比如，“本我”包含了所有情绪满足欲，而“自我”却只有审察和抑制功能。在实际生活中，如果承认这种分类的话，“本我”和“自我”不仅可能而且常常确实包含对某种目标的强烈追求。机械思维的习惯也解释了这一思想，即耗在一个系统中的能量可自动耗尽其对立系统。正如对他人施爱就会削弱人的自爱一样。最后，这种思想在下述信念中也显而易见，即矛盾的倾向一旦建立就会永远存在下去。与此相反，有的人却认为：两种对立的倾向之间可能不断相互作用，“恶性循环”即是其形式之一。

最后一个重要的特点与下述特点非常相似，那就是弗洛伊德的进械进化论的观点。由于这种观点的内涵并不广为人知，也因为它于理解精神分析的心理理论的重要性，故而我在这里要多说几句。

我所说的进化论观点是指一种假定，即现存事物的存在形式与初时不同，但却由前期阶段进化而来。前期阶段的形态与现在的可能无相似之处，但若没有前期阶段，现在的形态就不可思议。这种进化论在 18、19 世纪主宰了科学思维，与当时的神学思维形成了鲜明对比。它起初用于物质世界的无生命物体，但也用于生物和有机体的现象。在生物学界，达尔文是其最杰出的代表。同时，它对心理学也产生了重大影响。

机械进化论观点是进化论思维的一种特殊形式。它意指当今的表现形式不仅由过去决定，而且只包含过去；在进化过程中，真正新的东西不会产生。我们今天所看到的还是原先的东西，只是形式变化了而已。下面一段话出自威廉·詹姆斯之口，很好地阐明了机械思维：“作为进化论者，我们必须抓牢的观点是所有出现的新形式只不过是原始的、未曾变化的物质再分布的结果而已。”[威廉·詹姆斯《心理学原则》，1891]谈到意识的发展时，詹姆斯说：“就它而言，新的性质、原先未曾出现的因素，在任何晚期阶段都不会出现。”他认为，意识在动物的进化过程中不可能作为一种新的性质出现，因此，这种性质应归属于单细胞生物。这一例子也暗示了机械思维关注的焦点。此焦点落在遗传学上，暗含着某些问题，如事物在何时以何种形式出现，它又以何种形式再出现或重复自己。

很多大家熟悉的例子可以说明机械和非机械思维间侧重点的区别。在水变成蒸汽的问题上，前者强调汽只不过是以另一种形式出现的水而已；后者则强调，汽尽管由水变化而来，但在变化中它已带上一种崭新的性质，由不同法则所控制，具有不同的效果。又如，在机器从 18 世纪到 20 世纪的发展问题上，前者主要指出 18 世纪初就存在的各种机器和工厂，且把这一发展纯然当作量的发展；后者则强调量的增多带来质的变化，同时也带来了新的问题。比如新的产生规模、新的雇员群体的兴起、新的劳工问题等等，这种变化不仅是个增长问题，而且还带来新的因素，换言之，重点是量转变为质。后者的观点是：有机体的进化过程不可能只是对过去的简单重复或退化到原先阶段。

在心理学里，有一个最简单的例子能说明这些观点的差异，即年龄问题。机械论认为 40 岁男人的抱负是重复其 10 岁时的抱负。非机械论认为：尽管童年抱负的因素多半都包括在成年抱负中，但后者的内涵因年龄的缘故与前面完全不同。男孩对自己的前途相入非非，希望有一天能幻想成真。40 岁的男人或可能大致实现了自己的梦想，或可能意识到根本无法实现它，他将意识到自己同机会失之交臂，或自己能力有限，或者外部困难重重。如果他不知进退，仍死死抱住这些幻想不放，那么这些幻想必定意味着失望与绝望。

弗洛伊德的观点是进化论的，但在方法上是机械论的。他的假设是公式化的，他认为：人过 5 岁发展就不可能有什么新东西了。5 岁后的反应和经历只是过去的反应与经历的重复。这个前提在精神分析文献中以多种方式出现。比如焦虑问题，弗洛伊德提出：在何处我们可以找到它的早期表现。沿着这条思路，他得出结论：生是焦虑的最初表现，以后的种种焦虑都可能视作生之焦虑的重复。这种思维方式也解释了为什么弗洛伊德非常喜欢将发展

阶段推测为种系发生的重复。比如，他把“潜伏期”视作冰川期的残留。这种思维也部分说明了他对人类学的兴趣。在《图腾与禁忌》一书中，他断言：原始人的精神生活非常有趣，因为它代表了人类自身发展的保存完好的早期阶段。他企图从理论上解释，阴道感觉是由口腔或肛门感觉转移而来，虽然这不甚重要。弗氏的这种企图可以说是对这种机械论的进一步说明。

弗洛伊德的机械进化论最常见于他的强迫性重复理论里。更具体来说，其影响可见于他的固恋理论，暗示了无意识的无时间性理论，也见于他的退化理论，移情理论。一般地说，这种观点说明了将当前的倾向归结于幼儿时期的程度，也说明了用过去来解释现在的倾向。

到目前为止，我只客观介绍了弗洛伊德的理论前提，未加上自己的评论，在以后的章节里，我亦不试图讨论其有效性，因为这已超出了一个精神病学者的能力与兴趣。对于精神病学者来说，他对哲学前提的兴趣是去探讨这些前提是否能提供有益和有用的概念。如果允许我对这些概念的讨论及结果作出预测的话，我的判断是，若要使精神分析的巨大潜力得以发挥，精神分析就必须扬弃自己身上的历史包袱。

第四章 俄狄浦斯情结

弗洛伊德的俄狄浦斯情结是使对父母一方的性依恋，并伴随着对另一方的妒忌。弗洛伊德认为这种体验是由生物学所决定的，虽然，在个人身上，它是由父母对孩子身体需求的照料引起的。它的种种变异取决于实际生活在特定家庭环境中的个体丛渴望，因为力比多发展的阶段不同，而在质上也有所不同，这些欲望在对父母的生殖器欲望中得到了最高的体现。

这些个体丛是生物学意义上的，因而是无所不在的。这一假设又生出另外两个有赖于它的假设。由于在大多数健康的成年人身上看不到俄狄浦斯情结的症状，弗洛伊德由此而设定在这些人身上的俄狄浦斯情结已成功地抑制住。这一结论，正如麦克杜格尔所指出的，对于那些不相信该情结的生物学性质的人来说是没有说服力的。此外，弗洛伊德发现许多例子表明母女、父子关系非同一般，于是提出扩大这个概念，根据这个扩大的概念，同性逆转俄狄浦斯情结与正常异性俄狄浦斯情结具有同等的重要性。因此，举例来说，女儿对母亲的依恋是以后对父亲依恋的一个正常先兆。

弗洛伊德确信俄狄浦斯情结无所不在，这一确信的基础是力比多理论给出的预先假定，这样一来，凡接受力比多理论的人，也就必须接受俄狄浦斯情结的普遍原理了。正如前面所指出的，力比多理论认为人际关系最终以本能冲动为其基础。

当这个理论应用到孩子同父母的关系上时，似乎得出以下结论：希望像父母一样的欲望可能是口腔混合欲的派生物，依赖父母可能是强化了了的口腔组织的表现 [下面引用奥托·弗尼契尔的一段话：一个小女孩由于从小有胃疾，为此她实行饥饿节食，这引发了她极强的口腔欲望。在生病后的一段时间里，她养成了喝完牛奶就甩瓶子——或甩到地板上，或将它打破——的习惯。这个举动在我看来包含着这样的心理：这个空瓶子对我有什么用？我要一瓶满的！作为小女孩，她算得上非常贪婪。口腔固结表现为强烈地害怕失去爱及狂热地依恋母亲。因此，当她母亲在她三岁时再怀孕时，她感到十分失望。（奥托·弗尼契尔《视淫本能和认同》，载《国际精神分析杂志》，1937）这篇报告隐含了一个假设，即强化口腔力

比多导致女孩强烈依恋母亲，害怕失去母爱，发脾气和敌视母亲。所有我认为与报告中所描述现象有关的因素都被省去。当然，饥饿节食固然重要，因为它可引起孩子对食物的重视，但我想还是首先知道母亲如何对待孩子。打个比方说，我倒觉得这小女孩还在子宫里，这是因为她所受的对待而产生强烈的焦虑和敌意，因而又导致对温情和无条件爱的需求增加了，也强化了妒忌及对被拒绝、被抛弃的恐惧。此外，我觉得，她在发脾气和破坏性幻想中表现出的敌意，一方面是由她母亲引起的，另一方面又是由于她占有性的爱的要求得不到满足而产生的愤怒的结果]，男孩恭顺父亲或女孩恭顺母亲，都可能是被动同性恋或性受虐倾向的表现；反之，男孩忤逆父亲或女孩忤逆母亲，则可能由内心在抗争同性恋欲望。概括地说，任何对父母的爱情和柔情从定义上讲是目标受抑性欲；恐惧主要来自害怕因违反禁欲（如乱伦欲、手淫、妒忌）而带来的惩罚，而这种害怕又阻碍了肉体的满足（害怕被阉割、害怕失去爱）；最后，对父母的敌意，如果不是源于本能冲动压抑的话，就可理解为性竞争的最终表现。

由于这些情感或态度有些确实存在于父母与孩子的关系中，正如它们存在于任何人际关系中一样，对相信力比多理论的人来说，无所不在的俄狄浦斯情结的证据实在太充分了。无疑，后期患有神经症或精神病的人可能与父母有密切的关系，不管这种联系的本质是性欲的还是非性欲的。弗洛伊德能够排除社会禁忌的干扰并看到其含义，的确是他的一大功劳。然而问题依然存在，孩子对父母的固恋是有生物学上的原因呢还是某些可以描述的环境下的产物？我坚持相信后者。造成对父母的更深的依恋，大致有两组环境条件。虽然它们不一定有关联，但都是由父母造成的。

简言之，二者之一是父母带来的性刺激。这可能出于父母对待孩子的错误性态度，也可能源于父母带有性意味的爱抚，或者来自家庭成员全都蜜情柔意或偏袒某些家庭成员而排挤另一些可恶分子的家庭氛围。父母的这种态度，不仅是他们情感或性不满的结果，而且据我经验看来，还有更加复杂的原因，这里为了避免扯得太远，就此打住。

另一组环境性质上完全不同，在上一组情形里，孩子对性刺激确有反应，而在这组里，谈不上什么自发或引发的性欲。这里孩子只有焦虑。我们以后将能看到，焦虑是内在冲突倾向或需求的结果，典型的引起孩子焦虑的冲突是在二者之间：对父母的依赖——这孩子的孤独和恐惧感而加剧——和对父母的敌对冲动。孩子的敌意可能由多种方式引起：父母不尊重孩子，父母对他们提出无理要求和禁忌，不公正，不讲信用，压制批评，还将上述行为说成是爱，为获特权或达到勃勃野心而虐待孩子。如果孩子除了要依赖父母外，还明显暗自害怕父母，并因此感到敌视父母会危及自身的安全，那么，这种敌意冲动的的生活必定带来焦虑了[参阅劳伦斯·F·伍利《儿童时期不适当磨炼对情感张力的影响》，载《精神病学季刊》，1937]。

减轻这种焦虑的方法之一就是依赖父母中的一方，如果孩子有机会得到父母的抚慰，他就会这么做。这种因焦虑而依赖人的态度很容易同爱混淆起来，在孩子的头脑中，依赖就像是爱。这虽不必一定但却容易带上性的色彩。它当然带有神经症情爱需要的所有特点，这种需求，换句话说，是由焦虑决定的对情绪的需要，正如我们在成年神经症患者身上看到的：依赖、贪婪、占有欲以及妒忌指向所有干扰或可能干扰他的人。

最终的图画看上去同弗洛伊德所描述的俄狄浦斯情结并无二致：狂热依恋一方，并妒忌另一方，或者妒忌任何妨碍他的独占需要的人。据我的经验，绝大多数孩子都依恋父母，因为回过头来看，这种依恋在分析成人神经症患者时都显示了出来，都属于这种类型。但些些依恋的动力结构与弗洛伊德所说的俄狄浦斯情结完全不同。与其说它们首先是一种性现象，不如说它们是神经症冲突的早期表现。

将这一情形与主要由性刺激引发的性依恋的情形作一比较，可以看出重大的不同。在主要由焦虑引发的依恋中，性因素不是本质的；它可能出现，但也可能完全消失。在乱伦

性依恋中，目标是爱，但在由焦虑引发的性依恋中主要目标是安全感。因此，在第一种类型中，孩子一般会依恋引起爱或性欲的父亲或母亲，而在第二种类型中，孩子会依恋更有力更威严的父亲或母亲，因为赢得了他或她的爱受保护的可能就最大。在后一种情形中，如果一个女孩原先对专制的母亲的依赖现在出现在她与丈夫的关系中，这并不是说女儿认为丈夫代表了母亲，而是意味着由于尚待分析的原因，女孩仍然焦虑重重，她需要按照童年时采用的方式来减轻焦虑，只不过原先依赖的是母亲现在信赖的是丈夫。

以上两种类型的依恋并不是一种生物学现象，而是对外部刺激的一种反应。俄狄浦斯情结本质上不是生物学的这一观点似乎为人类学方面的观察所证实了。观察结果表明：这种情结的出现取决于家庭中一整套因素，如父母的权威作用，家庭与外界的隔绝程度，家庭规模的大小，性禁忌及其类似因素。

还有一个问题尚未解决：在正常情况下，即在没有特殊的外部刺激或焦虑的情况下，孩子对父母是否会自发产生性情感。虽然我们的了解只限于有神经症的孩子和成人，但我还是觉得，没有充足的理由认为生来就有性本能的孩子不对他的父母或兄弟姐妹产生性意念。当然，人们可以质疑，没有其他因素，这种性意念能否达到弗洛伊德在俄狄浦斯情结中所描述的那种强度。弗氏认为性欲的出现非常强大，大得足以引起只有靠压抑才能消除的妒忌和恐惧。

俄狄浦斯情结理论对当今的教育影响极大。从正面说，它有助于做父母的意识到，引发孩子的性欲，过分纵情，过分保护或性禁忌，对孩子都会产生永久性的伤害。从负面来说，它会给父母带来一种错觉，即启蒙孩子的性意识，不禁止手淫，不体罚他们，不让他们看到父母的性交，不让他们过分依赖父母，做到这些就足够了。这些想法的危险在于其片面性，即使这些想法实施得严谨，也可能种下日后神经症的祸根。何以如此呢？答案原则上同回答精神分析治疗并不十分成功的质问一样：许多同儿童成长密切相关的因素被认为无关紧要，因此没有得到足够的重视。在这儿我把父母的这类态度看作父母真关心孩子，真尊重孩子，真给孩子温暖，我也把这类品质看作是真诚的、可靠的。

但是，这种片面的性倾向所造成的实际伤害，可能不像原先想象的那么有害。至少精神分析家给教育家提的建议是合理的、可行的，因为这些建议主要教人如何避免具体错误。但是有些涉及更重要因素的建议，如我前面所提的那些，那创造有利于孩子成长环境的因素，就很难实施，因为它们需要质的变化。

俄狄浦斯情结理论是有意义的，这主要因为此情结被认为对后期的人际关系具有重要影响。弗洛伊德认为，后期对他人的态度在很大程度上是俄狄浦斯情结的重复。因此，举例来说，一个男人对其他男人的傲慢无礼可能暗示他正在抵制他曾对他父亲或兄弟产生的同性恋倾向；一位女人不能自发地爱自己的孩子，也可解释为她将自己等同于她们。

这种观点的可辩之处将在以后涉及重复强迫理论时一齐讨论。这里我只想说：如果这种认为孩子对父母的性依恋是儿童时期的正常现象的观点未经证实，那么把孩子长大后的种种怪癖归结为儿童时期的乱伦欲以及针对这些欲望的反应，其有效性同样也是值得一辩的。这类解释主要用以增强解释者的信念——他认为俄狄浦斯情结常常发生并产生巨大的后果。但这样提出的证据未免有循环论证之嫌。

如果我们放弃俄狄浦斯理论的理论含义，那就不存在什么俄狄浦斯情结了，剩下的只是一个极有益的发现，即人早期的整个人际关系以不可低估的程度塑造了人的性格。因此，后期对他人的态度，并非早期经验的重复，而是来自性格结构，而这种性格结构的基础，在孩子提时就给打下了。

第五章 自恋概念

心理分析文献中所谓的自恋现象有许多不同的表现。它们包括虚荣，自满，追名逐利，渴求被爱却又不能爱他人，不合群，正常自尊，有理想和创造欲，担心健康、外表和智力水平。因此要为自恋下一个临床上的定义颇为棘手。上述自恋现象的共同之处是关心自己，或者说只是关于自己的态度而已。这种情形之所以令人困惑，乃是因为“自恋”这一术语只取发生学含义，以表明这些现象的根源被认为是自恋力比多。

与临床定义的含糊相比，这个发生学含义的定义就较确切：一个人如果深恋着自己，他就是自恋。用格雷戈里·齐尔伯格的话说：“自恋”一词不是通常认为的自私自利或以自我为中心；它特指一种心理状态，是人的一种自发态度，个人处于这种心态，碰巧只选择他自己而非别人作为爱的对象，这并不是说他不爱或恨别人，样样为自己着想，而是说他内心恋着自己，到处找一面镜子，顾影自慕，顾影自怜。[格雷戈里·齐尔伯格《孤独感》，载《大西洋月刊》，1938年1月]

这个概念的核心是这样一种假设，即自我关注或自视过高是种自我迷恋的表现。弗洛伊德争辩说，当我们迷恋一个人时，难道我们对他的缺点不是视而不见吗？而对他优良品质又往往夸大其词？因此，自我关注和自视过高的人无疑深恋着自己。这个假设同力比多理论无有二致。在这个基础上，确实可以毫无顾忌地把以自我为中心看作自恋的表现，把正常自尊和理想看作为自恋的无性欲派生。但是，如果我们不接受力比多理论，这个假设看上去只不过是个武断的论点[参阅迈克尔·巴林特《自我的早期发展阶段》，载《形象》，1937]。大多数临床证据除极个别外，都不能证明它的正确。

如果我们不从发生学含义而从实际含义来考虑自恋，那么自恋，就在我看来，本质上应被看作自我膨胀。心理膨胀，像通货膨胀一样，意味所赋予的自身价值比实际的多。它意味着这个人因无充分根据的价值而爱自己，羡慕自己[这里强调的是根据不足这一事实。人对自己和对他人的幻想或看法并非完全异想天开，只是这看法可能夸大他实际具有的潜力]。同样，它也意味着这人因不具备、或具备得不如他想象的那么多的素质而期待别人的爱和羡慕。我认为，一个人对自己的确具备的素质而自鸣得意，或者希望别人也重视这素质，这不是自恋的表现。这两种倾向——自视过高或奢望别人的不当羡慕——不可能截然分开。二者时时存在，虽然存在方式不同，各有所重。

为什么人会抬高自己？如果我们不满意生物学上的推测——这种推测意味着要把这种倾向归于本能根源——那么我们就得另找答案。在所有的神经症现象中，我们在根源上发现患者同他人的关系有障碍，这障碍在童年时期因前面几章提到的环境影响而产生。孩子自恋倾向发展的最重要因素，似乎是他们因悲伤和恐惧而疏远他人，他同他人的积极感情纽带变得纤弱了；他失去了爱的能力。

这种不利环境也产生了他的自我情感障碍。情况严重时，这些障碍不仅仅意味着伤害自尊心，它们还会完全压抑自发自我[埃利希·弗洛姆在他的关于权威的讲座中，第一个指出了自我失落对神经症的意义。而且奥托·兰克的意志和创造力概念似也包含了类似因素。参阅奥托·兰克《意志疗法》，1936]。种种影响产生了如下作用：父母永远正确，其权威不容置疑，结果造成了孩子为求安全唯命是从的环境；父母有自我牺牲精神，其态度使孩子感到他不能有自己的权力，应为父母而活；父母给孩子灌输自己的抱负，视儿子为小天才，视女儿为公主，这样使孩子感到父母爱他是因想象的的品质而非因他真实的自我。以上这些影响，尽管表现各异，但都使孩子感到让别人爱或接受，就必须按别人期望他的去做。父母完全把自己强加到孩子的大脑里，孩子不得不言听计从，可心里害怕，渐渐地便失去了詹姆斯所说

的“真实的我”。孩子自己的意志，自己的愿望，自己的情感，自己的喜好厌恶，自己的悲伤通通都麻木了 [斯特林堡在他的童话《没有自我的尤巴尔》（刊于《童话和幻想》，1920）中描述了一个过程。一个男孩天生意志坚强，他以第一人称谈论自己比别的孩子时间要早。但他的父母告诉他说他没有自我。稍大点后，他说：我有想法和意愿。但他的父母告诉他他没有意愿。意志力颇强的他对此感到吃惊但还是接受了这话。他长大后，父亲问他想干什么，他却不知道，因为他的意志力已被禁锢而停止发挥作用了]。因此他逐渐失去了衡量自身价值的 ability。他开始依赖于别人的意见。别人认为他坏他就坏，别人认为他傻他就傻，别人认为他聪明他就聪明，别人认为他是天才他就是天才。对一般人来说，自尊在某种程度上取决于别人对自己的评价，可对他来说，只有别人的评价才算数 [用威廉·詹姆斯的话说，剩下的只是“社会的自我”，“一个人的社会自我是要他的伙伴来承认的。”]

其他影响也会促进这类情况的产生，比如自尊心受到直接的打击；父母贬低孩子使他无时不感到自己是个坏孩子，父母偏心，这损坏了他的安全感，使他千方百计要超过他的兄弟姐妹。还有一些因素直接伤害孩子的自主、自立和创造力。

在这样压抑的环境下，孩子会采用以下方式来对付生活：对规范（超我）阳奉阴奉，迫使自己谦恭避让、依赖他人（受虐倾向）、自我膨胀（自恋倾向）。选择或主要选择哪种方式要由具体的环境来决定。

一个人通过自大能得到什么呢？

通过想象把自己塑造成人杰可以避免感到微不足道的痛苦。他或者沉湎于有意识的幻想之中——想象自己是一个王子、一个天才、一位总统、一位将军、或一个探险家——或者对自己的重要性只有朦胧感觉。他越是不但疏远他人而且疏远自己，这些意念就越容易有心理真实性。这并不是说因为这些意念，他就像精神病人一样弃于现实，而是说现实带上了一种暂时性，正如生活之于基督徒，基督待期望真正的生活始于天堂，他的自我意念代替了他那受损的自尊，成了他“真实的我”。

孩子创造一个幻想世界，在那个世界里他成了英雄，这种创造可以安慰他的失爱，他的失宠。他可能感到，虽然别人因他现在的所是而拒绝他，轻视他，不爱他，可这完全是因为他太好，好得超出了别人的理解。我的印象是：这些幻觉远远不止给患者带补偿性的窃然满足。我经常想：它们是否真的不能救他于水深火热之中，因而真的不能拯救他的生命。

最后，自我膨胀表现出同他人建立良好关系的企图。他人若因他的所是而不能爱他、尊重他，至少应该关注他、敬佩他。获得钦佩就等于获得了爱，这是自然结果。由此他推而证之，不表示钦佩他，就是不需要他。他已无法理解，客观的甚至批评的态度也是善与爱的一种表现。对他来说，不对他盲目崇拜就是不再爱他，甚至怀疑那是敌意。他判断他人的准则是他从他们那里得到的羡慕或奉承。敬佩他的人就是好人、高人；反之就不屑不顾。因此他的满足是受人钦佩，同时他的安全感也依赖于受人钦佩，因为这使他觉得自己强大，周围的世界很友好。可这种安全感摇摇欲坠，一旦失败，底下的不安全感就会浮现出来。实际上不光是失败会导致这一结果，就连转而钦佩他人也会产生这种影响。

这样，某种性格倾向的组合出现了。为便于理解，我们称之为基本自恋倾向。它们的进一步出现取决于自我同他人疏远的程度，取决于产生焦虑的程度。如果他早期的经历并不是太具决定性，如果他后期的环境变得有利，那么这些基本倾向就可能得到克服，否则，它们总有一天会通过三个主要因素而得以加强。

其一是与日俱增的徒劳感。追求出人头地是一股强大动力，它驱使人去做出成绩，去培养社会认同或令人可爱的品格，但这动力也有一个危险即做事千万要注意对他人产生的效果。这种人选择一个女人不是因她出何出色的缘故，而是因为征服她能使他得到满足，或增加他的威望。创作一个作品不是因作品的缘故，而是为了作品可能给人留下的印象。光彩的印象比实际更重要。于是就有了这个危险：肤浅、炫耀、投机会扼杀创造。即使一个人以

这种方式赢得了荣誉，他也肯定会感到这种荣誉是不能长久的，尽管他并不知道自己这种不安的原因。缓解这种不安的唯一可行途径是加强自恋倾向：追求更多的成功，自我愈加膨胀。有时候，他居然有种令人困惑的本领，把缺点和失败说成优点和成功。如果他的作品未被充分承认，那是因为他已超越了时代；如果他不能同家人或朋友友好相处，那是因为他们有缺点。

另一种强化自恋倾向的因素是对周围世界的过分期待，总认为别人欠他什么。他觉得别人应承认他是天才，而自己却不用实际工作来证明这一点。女人应对好青眼有加，而自己用不着主动努力。比如说他内心可能会认为，一个结识了他的女人却爱上另一个男人是不可思议的。这类态度的典型特点，是期待自己不努力、不主动就得到忠诚和荣誉。这类期待很特别很确然，同时，由于个人的自发性、创造力和主动性受到伤害，加之又害怕别人，故而很有必要。原先使他产生自我膨胀的因素也麻木了他的内在能力。因此，他内心一再坚持要实现他的希望只有依靠别人 [H. 舒尔茨·亨克在《命运和神经症》(1931)一书中指出了这个过程对神经症的重要性。他宣称，每一神经症都有一个基本过程顺序。简单地说，恐惧——惰性——过分的要求。N. L. 布里茨恩在《双重心一情》(载《神经病学和精神病学档案》，1936)一文中也强调了对他人过分要求或希望不劳而获等个性的含义]。这个过程——其含义不曾为人意识到——以两种方式导致自恋倾向的增强：一，必须通过强调自己的所谓的价值来证明对他人的要求是正当的。二，这种强调必须重复，以便掩盖过分期望必定带来的失望。

产生基本自恋倾向的最后一个根源是人际关系的不断恶化。个人对自我的幻想，对他人不可理喻的期望，必定使他变得十分脆弱。由于周围环境对他的内心要求置之不理，他常常感到受了伤害，愈加敌视他人，愈加孤独，结果是被迫躲进他的幻想里。对他人的怨恨也可能加剧，因为他把自己不能实现幻想的责任推到他人身上。结果，他身上就有了一些我们认为是不道德的品质，如明目张胆的利己主义，怀恨，疑神疑鬼，漠视他人，假若他们不能为他的荣誉所用的话。当然，这些恶劣品行与他自视为人杰的观点格格不入；它们已大大超过了人的一般缺点。因此，必须将它们掩饰起来，或者将它们抑制，这时它们只可伪装出现；或者干脆否认它们的存在 [由自我膨胀引起的压抑比由完美主义追求引起的压抑要轻一些。通常同个人自我膨胀形象格格不入的倾向会被否认或粉饰]。这样，自我膨胀就有了遮掩掩存差异的功能，这倒也符合这么一条格言：我是人中豪杰，不可能有这种缺点，它们也不可能存在。

有明显自恋倾向的人，身上有其不同之处。要了解这些不同，我们须考虑以下两个主要的因素。一，钦佩的幽灵在现实中或只在幻想中作祟的程度。这中间的区别最终归根到数量因素上，一言以蔽之，归结到个人精神崩溃的程度。二，自恋倾向同其他性格倾向结合的方式，比如说，它们可以和完美主义倾向、受虐倾向 [参阅弗里茨·威特尔《受虐狂探密》，载《精神分析评论》，1937] 和虐待倾向合在一起。这种结合的频繁度可由这样一个事实来解释：它们都来自类似源泉，对类似的不幸提出不同的解释方法。在精神分析文献资料中，自恋癖之所以有那么多自相矛盾的表现，部分是因为我们没能认识到，自恋癖只不过是性格结构中的一个具体倾向。正是各种倾向的结合才赋予人格某一特定色彩。

自恋倾向也可同脱离群体的倾向相结合。后者常出现于精神分裂的人格里。在精神分析文献中，脱离群体一向被视作一种自恋倾向；但是，疏远他人是自恋癖的固有性质，而脱离群体却不是。相反，有明显自恋倾向的人虽然不能去爱别人，但却需要他人来崇拜和支持自己。因此，在这些病例中，把自恋倾向连同脱离群体倾向结合起来说似乎更准确一些。

自恋倾向常见于我们的文化中。人与人之间常常不能真正地亲善和相爱；人自私自利，只关心个人安全、健康和赏识；人常常感到不安全，于是容易高估自己的重要性；人不能评估自己的价值，因为他让别人来评估。这些典型的自恋特征绝不只限于神经症患者。

弗洛伊德解释了这些倾向的频繁出现，认为其根源在生物学。这一假设又一次证明弗氏相信本能概念，同时也表明他习惯把文化因素拒之于门外。实际上，引起自恋倾向的两类因素在我们的文化中通常也发挥着作用，许多文化因素使人彼此间产生恐惧和敌意，因而彼此疏远。还有许多阻碍个人自发性的普遍影响，如情感、思想、行为规范；还有，人也往往以貌取人而非以质取人。另外，把追求威望看作克服恐惧和内心空虚的手段也无疑是个文化现象。

综上所述，弗洛伊德曾教我们如何观察自大与自恋[西格蒙德·弗洛伊德《自恋癖：导言》（载《论文集》第四卷，1924年）。也请参阅欧内斯特·琼斯刊于《国际精神分析杂志》（1913）上的文章《耶稣情结》，还有卡尔·亚伯拉罕刊于同一杂志上的文章《关于精神分析方法的神经症阻力的一种特殊形式》。两位作者都作出了精确的观察]，但这些观察却使我们做出与他不同的解释。我相信——对于其他心理学问题也一样——本能是源泉的观点使我们觉察不到特定倾向对人格所具有的重要意义和内涵。我认为，自恋倾向并不是本能的派生物，而是代表一种神经症倾向，此时它是种想通过自我膨胀来对付自我和他人的企图。

弗洛伊德认为，正常的自尊和自大都是自恋现象，二者的差别只在数量上。在我看来，这是因为，不能清楚地区别两种对待自我的态度，只会使问题更加复杂化。自尊与自大的区别不是量的，而是质的。真正的自尊建立于人确有的品格，而自大则意味着向自己及他人展示无根无基的品质或成就。如果出现其他条件，又假如自尊及与自发自我相关的其他品质受到压抑，那么自恋倾向就可能抬头，因此，自尊和自大是互相排斥的。

最后，自恋不是自爱之表现，而是自我异化的表现，说得更明了一些，是人依恋自我幻想，因为他实际已失去了自我。结果，自爱与爱他人二者的内在联系，就弗洛伊德所赋予的含义来说，已然失败。但是，弗洛伊德在其第二个本能理论中就自恋和爱之间提出的二元论——如果去掉其理论内涵的话——倒包含了一个古老而又重要的真理，即任何自我中心都会分散个人对他人的注意力，削弱爱他人的能力。但是弗洛伊德的理论观点另有所指，他把自大倾向视作自我依恋的产物，他相信有自恋癖的人不爱他人是因为他太爱自己。他把自恋比作一个水库，水库逐渐干枯，使个人不能去爱他人（即给他人力比多）。在我看来，自恋癖患者既疏远自己又疏远他人，因此，只要他有自恋癖，他就既不爱他人也不能爱自己。

第六章 女性心理学

弗洛伊德认为，男女两性身上的精神怪癖和障碍是由其雌雄同体倾向引起的。他的观点主要是：男性的许多精神障碍起因于他们对体内“女性”倾向的拒绝；而女性的许多精神怪癖起因于她们内心想成为男人的欲望。弗洛伊德对此观点的详尽阐述主要是针对女性心理，而不是男性心理。因此，我在这里主要讨论他的女性心理学观点。

按照弗洛伊德的说法，女孩成长过程中最令其不安的莫过于发现男人有阴茎而她没有。“发现自己是被阉割是女孩人生的一个转折点。”她对此发现的反应，是明确希望自己也有阴茎，希望自己也会长出阴茎，同时妒忌有阴茎的幸运儿。在正常的发展过程中，这种阴茎妒忌并不持久；女孩意识到自己的“缺陷”是不可更改的事实后，就会由希望有阴茎转向期望有孩子。“这种想有孩子的愿望意味着对她身体缺陷的补偿。”

阴茎妒忌原本不过是自恋现象，女孩因自己的身体比男孩缺少了什么而感到不满。但它的根在对象关系中。就弗洛伊德看来，不光对男孩，对女孩来说母亲也是第一个性对象。她希望拥有阴茎并不仅仅为了满足自恋癖式的自尊，也因为她对母亲有性本能欲望。而这种

性欲，只要是生殖器性质的，就带有男性特点。弗洛伊德由于没有认识到异性相吸的基本力量，故而提出这样的疑问：为什么女孩需要转向恋父？就此情感的转向，他给出了两个原因：一，母亲应对没有阴茎负责，故而敌视母亲；二，希望从父亲那里得到这人器官。“说到底，女孩转向父亲时，心中存的希望无疑是对阴茎的希望。”因此，人生伊始，男孩和女孩只知道一种性：男性。

阴茎妒忌被认为对女性的成长留下了不可磨灭的痕迹，即使在成长最正常的情况下，也得花大力气方可克服这种妒忌。女性极重要的态度和愿望是从得到阴茎的愿望中汲取能量的。下面简要陈述弗洛伊德对此说明的主要观点。

弗洛伊德认为，生个儿子是女性最强烈的愿望，因为这是她对阴茎的愿望的继承。从阴茎拥有意义上说，儿子代表了愿望的实现。“唯一能给母亲带来不折不扣满足的东西是她同儿子的关系。她可以将不得不压抑的所有抱负移到儿子身上，并从他那里得到自己身上仍有的男性情结的满足。”

怀孕期间，尤其当本该出现的神经质障碍此时平息了，拥有快乐被称作阴茎的象征性满足（阴茎即孩子）。女性的分娩因某些功能性原因出现延误的时候，这表示她有可能不想同代表阴茎的孩子分离。另一方面，母性可能被抛弃，因为母性使人想起女子气。同理，月经期间的情绪低落与不快、烦躁与易怒都被看作月经的结果，因为月经期间的情绪低落与不快、烦躁与易怒都被看作月经的结果，因为月经也使人想起女子气。痛经经常被解释为幻想的结果，幻想中父亲的阴茎被吞食。

同男人关系的障碍被看作是阴茎妒忌的最终结果。既然女人转向男人主要因为希望得到一件礼物（代表阴茎的男孩），或者因为希望实现她们所有的抱负，那么，如果男人辜负了她们的希望，女人就会轻易地背叛他们。妒忌男人还可能表现为企图超越他们，贬低他们，或者追求独立，只因独立意味着可以漠视男人的帮助。涉及到性，女性失去贞操之后，则可能公然拒绝女性角色；失贞可能使女性敌视性伙伴，因为她觉得这种性交简直就是阉割。

实际上，在弗洛伊德看来，女性的性格特点本质上几乎都是源于阴茎妒忌。女性自卑感是因缺少阴茎而轻视自己性别的表现。弗洛伊德认为，女性比男性更虚荣，并将此虚荣视为她需要阴茎损失补偿。女性外表端庄谦虚，根源是想掩饰生殖器“缺陷”。女性容易妒忌，被说成是“没有正义感”、“喜欢属于男人的心理和职业兴趣”。实际上，女人所有的雄心勃勃的追求，在弗洛伊德看来，都表明女人想得到阴茎的愿望是种根本内驱力。另外，一些常被认为尤其属于女性的抱负，如希望成为最漂亮的女人，嫁一个最出色的男人，按照亚伯拉罕的说法，都是阴茎妒忌的表现。

尽管阴茎妒忌的概念与男女生理结构差异有关，但它却与生理学思维相矛盾。即然女性的身体构造是为了适应其特殊的生理功能，何以她们的心理决定因素却是对男性特征的渴望？要证实这个说法，需要大量的证据。可是，我们实际掌握的证据并不多，主要是以下三大观察。

第一，有人观察到，小女孩经常祈望拥有阴茎或希望会生出阴茎，但是没有理由认为，这种愿望与同样经常出现的拥有乳房的愿望相比，意义更大。此外，与这种愿望相随的，可能是种被我们的文化认为是女子气的行为。

第二，有人观察到，有些女孩在青春期不仅希望成为一个男孩，而且还借男性化的举止来表白她的真心实意。但是，问题又来了：我们接受这些倾向的表面价值是否合理？分析它们时，我们可能找到这些明显男性化愿望的正当理由：逆反心理，因自己不漂亮而绝望等等。实际上，由于女孩成长的环境比以前宽松、自由，这种行为现在少见多了。

第三，有人观察到，成年女性可能表达想成为男性的愿望。有时开诚布公，有时却在梦中见到阴茎或阴茎的象征物。她们也蔑视女性，把自卑感归为自己是个女人。她们可能流露出阉割倾向，或在梦中与之相遇，以伪装的或非伪装的形式出现。但是后一类现象虽然

确实存在，其出现却不像有些分析文章所说的那么频繁。而且，它们只出现在神经质女性当中。最后一点，它们还容许不同的解释，因而还远远不能证明不能反驳这个观点。批评性地讨论它们之前，让我们先来看看弗洛伊德及许多其他分析家如何看待阴茎妒忌对女性性格有决定性影响的有力证据。

我估计有两个主要因素可解释弗氏等的看法。首先是理论偏见，偏见在某种程度上与现存的文化偏见不谋而合。在偏见的基础上，精神分析家把女性患者中的下述倾向草率地释为源于阴茎妒忌：喜欢驾御男人、训斥男人，妒忌男人的成功，野心勃勃，自食其力，不愿接受帮助等等。我怀疑，将这些倾向归咎于阴茎妒忌是否还有待于进一步证实。其实，我们可以容易地找到更多的证据，如女性对女性功能（如月经）众口一声的抱怨，性冷淡，或抱怨父母偏爱兄弟，或喜欢强调男人的优势，或是梦有所思（如梦中女人拿着一根棍子或切一根香肠）。

审视这些倾向，显然它们既是女性神经症患者也是男性患者的典型表现。专制权欲、个人野心、妒忌或训斥他人，这些倾向都是当今神经症不可或缺的组成部分，虽然它们在神经症结构中扮演的角色会有所不同。

还有，对女性神经症患者的观察表明，以上所有这些倾向不仅女人有、孩子有、男人也有。说女人在同男人的关系中出现这些倾向导致她们同他人的关系也出现这些倾向，未免有些武断。

最后，关于梦中的象征，对男性化欲望的表现只从表面理解，而没有怀疑它是否还有更深的意义。这种分析过程有悖于传统的分析态度，因而只能认为是理论上的偏见在作祟。

第二个导致精神分析家过分夸大阴茎妒忌作用的原因不在分析家本身，而在女性患者身上。虽然有些女性患者对阴茎建妒忌是她问题之根源所在的解释很快就淡忘了，另一些患者却很快就接受这种解释，并很快学会了从女性、男性的角度来谈论她们的麻烦，甚至于她们梦中的象征物也适应这样的思维了。这些人并非特别容易相信别人。每一位有经验的精神分析专家都会注意到一位患者是否听话，是否易受暗示，并通过分析这些倾向从而减少由此而发的错误。有些患者不需分析者的暗示，便能从女性和男性的角度来看待自己的问题，因为自然的，谁也不能排除精神分析书籍的影响。但是，为什么许多患者乐于抓住依据阴茎妒忌之说作出的解释呢？这里有一个更深层次的原因：这些解释提出了相对无害的、较为简单的解决方法。女人更容易认为，她之所以令她丈夫讨厌，乃是因为她不幸天生没有阴茎从而妒忌他有阴茎；反之，她们不易承认，比如说，正是自己身上正直、一贯正确的态度使她不能容忍任何质疑和异议。对一个患者来说，她更容易认为是上天对她不公，而不太容易意识倒自己实际上对环境提出了过高的要求，因此要求一旦得不到满足便大发雷霆。看来，这种精神分析者的理论偏见与患者避而不谈实质问题有可能有某种巧合。

如果说男性化的欲望掩盖了受压抑的冲动，那么是什么使它起到这样的作用。

现在我们来看看文化因素。正如艾尔弗雷德·阿德勒指出的，希望成为男人可能是因为希望拥有那些被我们的文化认为属于男性的品质或特权，比如力量、勇气、独立、成功、性自由及选择伴侣的权利。为避免误会，我要明确申明：我并不是说阴茎妒忌只不过是象征性地表示希望拥有被我们的文化认为是属于男性的素质。这听上去不太合理，因为这种欲望不必压抑，因而也不需要象征性的表达。象征性表达，只有排挤在意识之外的情感或倾向才需要。

那么，潜伏在男性化欲望下的压抑追求是什么呢？答案不是一个万能公式，而是必须针对具体患者、具体情况作具体分析。女性倾向于以这样或那样的方式把自卑感建立于自己是女人的基础上，要发现压抑追求的真相，就不能只取女人这一倾向的表面价值，而是该向她指出，每一个属于少数或劣势一方的人，都会用这种不利的地位来掩饰因各种原因产生的自卑感；同时也要告诉她，重要的是去发现这些原因。根据我的经验，最常见、最有效的

根源之一是患者达不到关于自我的夸大的认识。然而自视过高却又是必要的，因为各种未被承认的自我吹嘘须得掩盖起来。

另外要记住，希望成为男人有可能掩盖受压抑的雄心壮志。在神经症患者身上，雄心的破坏力非常大，大得使人充满焦虑，因而须被抑制。这对男人或女人都是一样的。但作为文化环境的结果，女人身上受压抑的破坏性的雄心可能表现为相对无害的欲望象征，这欲望就是想成为男人。心理分析所要做到的，就是揭示这种雄心中的利己和破坏性成分。另外，不仅分析是什么导致了这种雄心，还分析它通过以下方式对人格产生的影响：压制爱和工作、妒忌竞争者、贬低自我、害怕失败或成功。一旦我们解决了潜伏在患者身上的雄心以及她对自己的过高评价或过高期望下的深层次问题，成为男人的欲望就脱离了患者的联想。随后，她就不再可能躲藏在男性化欲望的象征性屏幕之后了。

总而言之，基于阴茎妒忌的解释阻碍了人们理解心理学的基本难点。如抱负，以及与这些难点相关的整个人格结构。由于这些解释使真实的问题变得更加模糊，所以我强烈反对对这些解释。从心理治疗的角度看更是如此。我也同样强烈反对所谓男性心理中雌雄同体的重要性。弗洛伊德认为，男性心理学与阴茎妒忌相对应的是“男人抵抗对其他男人采取被动的或女人式的态度”。他称此种恐惧为“拒绝女子气”，并把许多精神问题归结于它。可在我看来，这些问题属于那些需要外表完美，表面优越的人的性格结构问题。

弗洛伊德还提出另外两个密切相关的观点，都涉及到女性内在特征。其一，女子气“同受虐狂有某种隐蔽的联系”。其二，女人最基本的恐惧是害怕失去爱，且这一恐惧相当于男子害怕阉割。

海伦娜·多伊奇对弗洛伊德的这一假设深有研究，她概括它时称受虐狂是女性精神生活的基本力量。她认为，女人性交的终极需要是被强奸、被施暴；女人的心理需要是被羞辱；月经对于女人非常重要，因为它助长受虐幻想；分娩代表了受虐满足的高潮。为人母的快乐，由于包括了牺牲精神及对孩子的关心，构成了一种渐长渐至的受虐满足。多伊奇认为，由于这些受虐追求，女人或多或少注定要感到性冷淡，除非她们遭到或感到自己被强奸、被伤害或被侮辱 [海伦娜·多伊奇《受虐狂在女性精神生活中的重要性》。(第一部分：“女性受虐狂同性冷淡的关系”，刊于《国际精神分析杂志》，1930)。拉多认为，女人对男性素质的偏好实际是抵御女性受虐追求的一种表现 [桑道尔·拉多《女性的阉割恐惧》，刊于《精神分析季刊》，1933]。

根据心理分析理论，精神状态取决于性态度，即然如此，受虐狂尤为女性特点的观点，就具有深远的意义了。这些观点需要一个假设，即女性一般或至少大部分是顺从的、依附的。有一种印象支持着这些观点，即：在我们的文化中，有受虐倾向的女人比男人多。但是须记住，现在的资料仅限于患有神经症的女性。

很多女神经症患者对性交有受虐狂式的见解。如认为自己是男人兽欲的牺牲品，她们不得不牺牲自己，并由于这种牺牲贬低了自己的人格。她们还可能幻想性交使她们受到肉体伤害。少数患者甚至幻想分娩时的受虐满足。许多母亲扮演着殉道者的角色，一次次强调她们为了孩子是如何牺牲自己的。这类母亲可能正好证明，做母亲可给女神经症患者提供受虐满足。还有一些患神经症的女孩，她们害怕结婚，因为她们想象结婚意味着她们会成为丈夫的奴隶并受到虐待。最后，关于女性扮演的性角色的受虐或幻想可能是导致女性拒绝自身的性别角色而偏好男性角色的原因之一。

如果承认女神经症患者出现受虐倾向的频率高于男性，那么，我们该如何解释这一现象呢？拉多和多伊奇试图说明，女性成长中的特定因素负有责任。我暂且不讨论这类假设。因为两位作者所引入的基本因素，是女孩缺乏阴茎，或是女孩发现这种“缺陷”后的反应，而我却认为，这种假设是错误的。实际上，我认为要找到女性成长过程中的某些导致受虐狂的特定因素是不可能的。因为所有这些企图都停留在一个前提上，即受虐狂本质上是一种性

现象。不得不承认，受虐狂的性方面，如其出现在受虐狂幻想和性变态中的那样，是其最为引入注目的部分，并首先吸引了精神病学家的注意力。但我认为——以后还要作详细阐述——受虐狂从本质上不是一种性现象，而是人际关系冲突的结果。受虐倾向一旦建立，就可能表现在性方面，并可能在这里成为满足感的条件。从这一点来说，受虐狂并不是女性特有的现象，难怪那些试图从女性成长过程中寻找特定因素来解释受虐狂现象的分析家们要遭失败了。

我认为，要寻找的不是生理原因，而是文化原因。可问题是，文化因素在女性受虐狂倾向的形成过程中是否起到作用。这个问题的答案取决于你认为什么是受虐倾向形成的基本动因。我的概念主要是：受虐狂现象代表了借助谦恭和依赖而获得生活中的安全和满足的努力。我在以后还要讨论，这种基本人生态度决定了解决个人问题的方式，比如，它导致通过软弱和受苦来达到控制他人的目的：通过受苦来表达敌意，通过生病来为失败寻找借口。

如果这些假设正确，那就的确存在导致女性受虐态度的文化因素。这些因素与过去几代人的关系比同现在的更密切，但它们对现在的一代人也产生了影响。简而言之，这些因素是：女人依赖性更强；女人的软弱和脆弱被强调；普遍存在的思想意识认为女人天生依赖他人，唯有通过他人如家庭、丈夫、孩子等，她们的生活才会有内容和意义。这些文化因素本身并不带来受虐倾向。历史已证明，女人在这些条件下，可以感到幸福、满足和充实。但是像这类因素，在我看来，要担负一种责任，即在女性患有神经症时，它们助长了女性神经症的受虐倾向。

弗洛伊德认为，女人的基本恐惧是害怕失去爱，这个观点，如其所暗示的，一定程度上离不开女性成长过程中的特定因素导致受虐狂的假设。由于受虐狂倾向与其他特征一样，表示对他人的情绪依赖，又由于防御焦虑的主要受虐手段之一是获取情爱，所以害怕失去爱即是一种特殊受虐特征。

但是，对我来说，同弗洛伊德的其他两个关于女性本质的观点，即阴茎嫉妒和受虐狂的特定女性基础相比，认为害怕失去爱是女性基本恐惧的观点对我们当前文化中的健康妇女在一定程度上还是适用的。这里没有生物因素，只有导致女人过分珍惜爱而害怕失去爱的文化因素。

多少世纪以来，妇女被剥夺了重大的经济和政治责任，只局限于个人情感的生活领域，这就是她们的生存条件。可这并不是说她们没有承担责任，不必外出工作，而是表明，她们的工作仅限于家庭小圈子，因而只以感情主义为基础，与不带个人色彩的、讲究实际的人们相区别。另一方面，爱与忠实逐渐被认为主要是女人特有的美德和理想；还有，对于女人来说，由于她同丈夫和孩子的关系是通向快乐、安全和特权的唯一途径，因此爱具有了现实意义上的价值；而在男人圈子内，现实价值以男人的赚钱能力为比较。因此，女人不太可能追求情感领域以外的东西，而且她们自己也把情感以外的追求置于次要地位。

这就是为什么过去的女人总是夸大爱的作用，期望从爱那里得到比它实际可能提供的更多的东西，这也是为什么她们比男人更害怕失去爱。在某种程度上，这也是我们所处的文化中女人出现这些现象的现实原因。

这种文化氛围导致妇女把爱视作生活中唯一重要的价值，它所具有的含义使我们能够看清现代妇女的某些特征。其中之一是，她们对衰老的态度。妇女有衰老恐惧症，而这种恐惧症又带来诸多内涵。既然长期以来，妇女唯一可以实现的成就，不论是涉及爱、性、家庭还是孩子，都只有通过男人才能获得，因此对她们来说，取悦男人就是最重要的了。由此而生的对美和魅力的崇拜在某些方面而言算是好的结果，但是对性吸引力重要性的强调，却又暗含对人老珠黄的焦虑不安。如果男人接近50岁就恐惧或沮丧，我们该说他有毛病。发生在女人身上，这种感觉则被视作自然，之所以自然是因为性吸引力仍代表着唯一价值。衰老对每个人来说都是个问题，但当年轻成了被人关注的核心时，衰老就成了一种绝望。

这种恐惧并不仅限于标志女性吸引力终结的衰老；这种恐惧的阴影笼罩着她的全部人生，必定使她对生活感到极为不安。这种恐惧还解释了母亲对处于豆蔻年华的女儿常有的妒忌心理。它不仅破坏了她们的关系，而且还让这种敌意波及到所有的女人。它使女性不能对性领域以外的东西作出评价，如成熟、镇静、独立、自主和明智等。如果女性总是对成熟的岁月抱着贬低的态度，那她们就不能像对待爱情生活那样认真看待其人格发展。

将一切系于爱的期待，在某种程度上也解释了女性对其女性角色的不满。弗洛伊德将此不满归因于阴茎妒忌。从这个角度看，这种不满主要有两大原因。其一，在当今的文化中，人际关系普遍存在问题，以致很难在爱情生活中获得幸福（这里我不是指性关系）。其二，这种文化氛围容易导致自卑感。有时人们会问：在我们的文化中，男人和女人谁更容易有自卑感。从精神上进行量化很困难，但有一个区别：一般来说，男人不会因为自己是男人而感到自卑，可女人却往往会因自己是女人而自卑。我在前面说过，缺陷感同女子气质无关，但它以女子气质的文化内涵来掩盖其他源泉的自卑感，而这类自卑感，男女没有不同。但是，为什么女人的自信容易动摇，这还是有其文化原因的。

健康牢靠的自信心以广泛的人类品质为其基础，如主动、勇敢、独立、才干、性魅力，应变力等。只要持家仍是件涉及诸多责任的大事，保要生孩子的数目未受限制，妇女就会觉得自己是经济过程中的建设性因素；这样她们就具备了自尊的坚实基础。然而，这种基础已渐然消失，消失中，妇女也失去了一个感到自己有价值的基础。

就自信心的性基础而言，清教徒式的影响，不管人们怎么评价它们，无疑是导致妇女地位下降的因素之一。因为它们认为性欲是有罪的下流的。在一个父权社会里，这种态度必然使妇女成为原罪的象征，许多这类典型可在早期基督教文献中见到。这正是一个不容忽视的文化原因，解释着妇女为什么甚至于今天还因性欲而视自己下流、败坏，自尊感也因而下降。

最后要谈的是自信心的情感基础，但如果人的自信取决于施爱或被爱，那么他所建立的基础既狭小又不太可靠，狭小是因为它排斥了许多人格价值，而不太可靠是因为它过多地依赖外部因素，比如多结识伙伴。另外，它还很容易导致情感上依赖他人的慈爱和欣赏，而若失去爱和欣赏，就会感到自己分文不值。

就女人的所谓自卑感而言，弗洛伊德确实说过这么一段令人如释重负的话，“但你不能忘记，我们描写女人是基于这样一种基础，即她们的天性是由其性功能决定的。这个因素的影响固然深远，但我们必须记住，除此不论，女人还是女人。”

我相信他确实这么想，但同时也希望他的这一观点在他的整个理论体系中占有更重要的地位。弗洛伊德最后关于女性心理学的文章中有几句话表明，同其早期研究相比，他正另外考虑文化因素对女性心理的影响。“我们必须小心，不要低估了社会习俗的影响，它们也迫使女性处于被动状态，整个问题依然模糊不清。我们千万不能忽略女子气质同本能生活之间尤其密切的关系。社会和生理构造压抑着女性的主动性，这种压抑有助于发展强烈的受虐冲动，而这些冲动的作用，是在性爱上约束了已然内倾的破坏性倾向。”

但由于弗洛伊德关注的主要是生物学上的，他并没有一一而且因其前提的基础，也不可能看到这些因素的全部意义。他不能看到，在何种程度上这些因素决定了愿望和态度，他也无法衡量文化环境同女性心理内在联系的复杂性。

我想人人会赞同弗洛伊德的观点，认为性别构造及功能间的不同影响了精神生活。但对这种影响的确切本质作出预测，似乎没有什么建设性意义。美国妇女有别于德国妇女，二者又有别于美国西南部的印第安妇女。纽约市的职业女性同爱达荷州农民的妻子又不一樣。特定文化环境造就特定的品质与才能，于男人如此，于女人也如此。我们希望了解的，正是其造就方式。

第七章 死亡本能

弗洛伊德在他的第三种也就是最后一种本能理论中，放弃了“自我力比多”与“目标力比多”之间的二元对立观点，重新回到了原先的性本能与非性本能冲动之间的对比上来。不过，这一次却有了一个重要的不同：原来弗洛伊德认为自我维护的内驱力——“自我冲动”是性冲动的对应物，而现在他认为自我破坏本能即自我维护的对立面才能承担起这个对应物的角色。以临床角度说，二元对立如今落在本能之间，包括自恋癖、目标爱恋和破坏本能。

人类历史中频繁出现的残酷，也暗示了破坏本能的的存在，如战争、宗教迫害、任何专制关系、犯罪等。这些事实给人一种印象，人需要发泄自己的敌意和残酷，而且从不放过任何机会。此外，我们的文化中每天都有各式各样、或明或暗的残酷，如剥削、欺骗、诽谤、压迫弱者孩子和穷人。甚至在那些充溢爱或友谊的人际关系中，敌意的潜流也常是决定性因素。弗洛伊德相信只有一种人际关系摆脱了敌意的渗入，那就是母亲和儿子的关系。即使这个例外，看上去也有些一厢情愿，而幻想中的残酷和赤裸裸的破坏欲一点也不少于现实生活中的残酷和破坏欲。哪怕受了一点儿冒犯，我们也可能做梦，梦中的冒犯者被撕成碎片或受尽侮辱。

最后，我们不仅对他人有破坏欲，而且对自己似乎也常施以残酷。我们可能杀死自己；精神病患者可能严重自残；一般的神经症患者似乎倾向于折磨、贬低、嘲笑自己，剥夺自己的快乐，给自己提出不可实现的要求，并且因自己达不到这些要求而严厉地谴责自己。

本来弗洛伊德把敌意的冲动和表现视为与性有关。他认为这些冲动部分是施虐狂的表现（即一种基于性欲内驱力的表现），后来，他认识到这些解释还不够说明问题，还有许多破坏冲动是性本能无法解释的。

“我知道，我们只要睁开眼就可看到破坏本能的的表现，它们同淫欲融合在一起，呈现出对己、对人的施虐或受虐倾向。但我不能理解，我们何以竟然忽视非性欲侵犯和破坏欲的普遍存在，何以在解释生活时，没有给它应有的重视”[西格蒙德·弗洛伊德《文明及其不满》，1929]

承认破坏本能与性无关也未必能根本改变力比多理论。带来的唯一理论性变化，是过去把施虐狂与受虐狂单单看作性本能内驱力而现在却把它们视作性本能和破坏欲的混合。

如果说破坏冲动本质上是一种本能，那它的器官基础是什么？为了回答这个问题，弗洛伊德求助于一些他称为推测的生物学解释。这些推测首见于他涉及本能之性质和强迫性重复的理论。他认为，本能由生理感官刺激引发；它的目的是消除刺激的干扰，并重建刺激前原有的平衡。弗洛伊德认为强迫性重复代表了本能生活的一条基本原则，他借助这个概念推断人有重复以往经历或早期发展阶段的强迫性冲动——不管它们是快乐的还是痛苦的。弗洛伊德争辩说，这条原则似乎表现了人的一种恢复早期生活并回归于它的倾向，这种倾向是生理上固有的。

弗洛伊德由这些思考得出一个大胆结论：既然存在回归、重建早期发展阶段的本能倾向，既然非生理器官性的东西存在于生理器官性的东西之前，存在于生命发展之前，那必定存在一种天生的重建非生理器官状态的倾向；既然非生命条件存在生命条件之前，那必定存在一种趋向死亡的本能冲动。“生命的目标就是死亡”，这就是弗洛伊德得出关于死亡本能的理论途径。他相信，生命体因内因而死亡的事实，可以用来证实存在自我毁灭本能冲动的假设，而这种本能存在于人体新陈代谢中的分解代谢过程中。

人如果没有什么东西来抵消这种本能，那我们平时尽力保护自己摆脱危险就显得令人不解了，明智之举应该去死。也许，看上去像自我保存的冲动只不过是生物体以自己的方

式死去的意愿。但的确存在与死亡本能相抗衡的东西，即生命本能，弗洛伊德认为它由性冲动代表。因此，根据这个理论，基本的二元对立落在了生命本能和死亡本能之间，它们的生理器官表现为种质和体细胞。没有临床观察结果能证明死亡本能的的存在，因为“它是在机体内部悄然发生的分解作用”。我们所能观察到的只是融合，即死亡本能和生命本能的联合。正是这种联合使死亡本能不能毁灭我们，或至少是它延缓这种毁灭。起初，死亡本能同自恋力比多联结在一起，形成了弗洛伊德所说的基本受虐狂倾向。

但死亡本能同性冲动的结合本身并不足以防止自我毁灭。如果定要防止自我毁灭倾向的相当部分就须指向外部世界。为了不毁灭自己，我们必须毁灭他人。这样推论下来，破坏本能就成了死亡本能的派生物。破坏冲动可以再次内倾，表现为自残的冲动；这些是受虐狂的临床表现。如果破坏冲动禁止外泄，自我毁灭的危险就会增加。弗洛伊德认为后一假设的证据在于，如果神经症患者的积怨得不到外泄，它们就折磨自己。

尽管弗洛伊德自己也承认死亡本能只不过是一种推测，并没有任何佐证，但他却觉得这个理论远比他以前的假定更富成效。另外，它符合本能理论所需的所有条件：它是二元论的；对立双方都可立于器官基础之上；两种本能及其派生物似乎包容了所有的精神现象。

更具体地说，死亡本能及其派生物——破坏本能，在弗洛伊德看来解释了所有他以前观念无法解释的神经症中的敌意侵犯，也解释了所有的猜忌，对他人敌意的恐惧、斥责、对积极向上的嘲弄式拒绝。这种见解，若仅绳之以力比多理论工具，则仍旧是个谜。梅兰尼·克莱因及其他英国精神分析家观察到人的破坏妄想的早期表现，现在随着这一新理论的出现似乎找到了一个满意的基础，受虐狂现象过去一直是个谜，因为它被理解为内倾虐待狂，如今受虐狂现象似乎可得到更好的解释了。性冲动和自我破坏冲动的联结，表明受虐狂具有防止自我毁灭的功能，或按弗洛伊德的说法，具有一种防止自我毁灭的实用价值。

最后，这个新理论为“超我”及惩罚需要的概念提供了理论基础，弗洛伊德的“超我”是指人格中一个独立部分，它的主要功能是阻止对本能冲动的追求。它被认为是人对自我敌意侵犯的载体，它带来挫折，阻止快乐，苛求自我，对不完成要求施以酷刑，总之，它的力量来源于得不到外泄的侵略冲动。

以下我集中讨论死亡本能的派生物——破坏本能。弗洛伊德明确界定了破坏本能的含义：人天生有种邪恶、侵犯、破坏和残酷冲动。“所有这些背后隐藏的一点真理——尽管我们竭力否认——是人这个动物，并非温文尔雅，亲善友爱，只在遭到攻击时才会自卫，他身上的强大侵犯欲，须被看作其本能天赋的一部分。结果邻居对他来说不仅是可能的帮手或性对象，而且是一种诱惑，诱惑他去邻居身上获取侵犯欲满足，去剥夺邻居的劳动能力，强迫邻居与之发生性关系，占有邻居财产，侮辱、折磨乃至杀害邻居。它简直可以说是人类豺狼，面对他的一生及历史的证据，谁有勇气来否认这一点？”“人与人之间所有温情和爱的关系归根到底都是建立在恨的基础之上的。”“说到对象，恨的历史比爱的历史还要久长。”人成长初期，即“口腔”期，恨表现为与对象合并的倾向，即消灭对象的存在；在“肛门”期，与对象的关系取决于控制它或战胜它的倾向，这种态度同情几乎没有什么区别。只有到了“生殖器”阶段，爱与恨才表现为一对矛盾。

弗洛伊德也预测到人们在情感上反对这样的观点，他们会说，宁愿相信人性本善。但弗洛伊德辩论时却不能看见，否认人破坏本性的观点并不等于肯定人性本善，另外，他也不能看见，破坏本能的假设对人们在情感上可能是有吸引力的，因为它可以减轻他们的责任感和内疚感，使他们不必正视自己破坏冲动的真正原因。重要的并不是我们喜不喜欢这个假设，而是它是否符合我们的心理学知识。

弗洛伊德假设中值得争议之处，并不在于其宣称人充满敌意、破坏性和残酷，也不在于这些反应出现的频率和程度，而是在于它宣称，通过行动和妄想表现出来的破坏欲本质上也是一种本能。破坏欲的程度和频度并不证明它是本能的。

这个假设暗示敌意可能在任何情况下出现，它在“等待被激发”，“我们如果失去了那种满足就会惴惴不安”，这里的满足指发泄敌意的满足。因此，要讨论的问题是：我们是否有足够的理由而心怀敌意和破坏欲。如果敌意有足够的理由，如果敌意只是对环境的一种适当反应，那么破坏本能的假设本是微不足道的证据也失去了。

表面上看，弗洛伊德的观点似乎颇有道理，他认为人往往因小小的刺激而生出大大的敌意或残酷。一个安分守己、不惹事生非的孩子可能遭一顿毒打；一个同事没有受到他人的阻碍也可能贬低他人的人品或成绩；一个患者即便得到了很多帮助也可能充满敌意；一群罪犯可能痴迷于对不曾危害到他们的无辜者施以暴行。

确实，外部刺激和因它而发的敌意似乎常常不成比例，但问题仍是：敌意是否一向没有足够的理由。精神分析治疗为回答这个问题提供了最好的材料。

无疑，一个患者尽管心理明白分析者已给了他帮助，但仍可能恶狠狠地贬低对方。他可能心理希望败坏分析者的名声，或甚至真的这么做。他对分析者的努力报以极大的怀疑，怀疑分析者会误导他、伤害他或利用他，分析者觉得自己并没有任何事去引发如此强烈的敌意。当然他有可能术道不精或缺乏耐心，他的解释可能不得要领。但是，回顾以往的治疗工作，人们一致认为即使毫无错失，患者的敌意依然抛向分析者。上面的例子，可能很好地说明，敌意没有外部刺激也可产生。

事实果真如此吗？由于精神分析情境提供了独一无二的有利条件，即患者和治疗者可以较准确地知晓对方的心理活动，因此，我们可以明确做出否定的回答。这种情境的核心是：患者的敌意是防御反应，而反应的程度同他感到自身受到伤害和威胁的程度完全成比例。比如患者脆弱的自尊会使他感到整个分析过程是种没完没了的侮辱；或者他对分析者的期望过高，以致相对而言他感到自己受了欺骗和愚弄；或者他由于焦虑而需要得到过多的关爱，因而感到分析者在不断地拒绝他甚至于讨厌他。患者也有可能把自己对完美、无限成就的苛求投射到了分析者身上，因而感到分析者正在期望他做不可能的事或不公正地责备他，所以患者的敌意是对分析者行为作出的顺理成章的反应，虽然分析者的行为实际不是如此而是患者感觉其如此。

在其他诸多情境中敌意和残酷也会无缘无故地产生，其过程也相似。这种假设，似乎颇有道理。但是，如何解释侵犯者对无辜受害者施暴的现象？就拿折磨动物的孩子来说，环境使他产生多少本不大可能对强者产生的愤怒和怨恨？我们还须回答同样的涉及有施虐妄想的小孩的问题：我们须证明，这种的敌意不是对环境刺激影响作出的反应，或者说得明确些，我们须证明，幼儿身上的施虐行为妄想，是否也出现在因有温暖和尊重而感到愉快和安全的孩子身上。

精神分析实践中还有一条经验似乎与破坏本能假设相矛盾。精神分析越是不断消除患者的焦虑，患者就越有爱的能力及真心容忍他人与自我的能力。他不再具破坏性了。但如果破坏欲是本能的，那它岂能消失？毕竟，我们不创造奇迹。依据弗洛伊德的理论，我们可以预期：当一个患者经过分析治疗后对自己的生活产生更多的满足感，先前一直聚集在“超我”的内倾侵犯此时应转向外部世界，即在他的受虐倾向减弱时，他对他人的破坏倾向理应加强。但实际情况却是，经过成功的分析，他的破坏倾向减弱了，这里，相信死亡本能的分析者会提出反对意见，认为尽管患者行为和妄想中的破坏欲减弱，但很明显，较之分析前，他更善于自作主张，坚持自己的权利，获取自己想要的东西，提出合理的要求，更善于控制局面。可是所有这些都描述为更具“侵犯性”，而这种“侵犯性”又被认为是死亡本能目标受抑表现。

让我们来考虑一下这一反对论调及以此论调为基础的假设。在我看来，这一假设包含了同样一个谬论，类似于把情爱看作性冲动目标受抑的表现。对一个神经症患者来说，由于他的敌意得不到发泄，任何一种自我强调，如表示要火柴抽烟，可能确实代表一种侵犯行

为，他可能因此而不能向人要火柴。但我们能因此而下结论说，所有自我强调，都是目标受抑的破坏欲吗？对我来说，任何一种自我强调均表现出对待人生与自我的积极向上有助益的态度。

最后，弗洛伊德的假设还暗示，敌意或破坏欲的最终动因是破坏冲动。由此他走向了我们观点的对立面，我们的观点认为，人为了生存而毁灭，他认为人是为毁灭而生存。如果新的洞见教给我们看待陈旧观点的不同方式，那我们就该畏缩着不敢承认它的错误，但是这里却不是这种情况。如果我们想伤害人或杀人，那是因为我们受到或感觉到危害、羞辱或虐待，因为我们的宏愿受到或我们感觉它们受到了干扰。换言之，如果我们希望破坏，那是为了保卫我们的安全、幸福或在我们看来是安全幸福的东西。一般说，是为了生存的缘故，而不是为了破坏的缘故。

破坏本能理论不仅没有真凭实据，而且也同现实相矛盾，由它带来的含义也大为有害。就精神分析治疗而言，它意味着让患者自由表达敌意就是目的本身。因为在弗洛伊德看来，破坏本能若达不到满足，患者就会局促不安。的确，对于那些压抑着谴责、自私自利要求及报复冲动的患者来说，能表达这些冲动是种释然，但如果分析者把弗洛伊德的这个理论视之过重，就可能强调错了。其实，主要的任务并不是让患者自由表达冲动，而是去了解冲动的原因，并通过消除潜伏的焦虑来消除产生这些冲动的原因。其次，这一理论有利于维持二者——何为基本破坏欲和何为基本建设欲即自我强调——间的混乱。比如说，患者对他人的批评态度可能主要表现为源自潜意识情绪源的敌意，但是，如果每一种批评态度在分析家看来是颠覆性敌意，那么表达这些可能性的解释就可能遏止患者发展其批评才能。因此，分析家应区别敌意动机和自我强调企图。

这一理论的文化含义同样有害。它必然导致人类学家认为每当他们在一种文化中发现人们友好亲和，敌对反应就被压抑。这种见解使企图在具体文化环境中寻找破坏欲原因的努力化为乌有，也使试图改变文化环境的努力归之徒劳。人若天生有破坏性并因之不幸，何以要追求美好的明天呢？

第八章 童年之强调

弗洛伊德在他的第三种也就是最后一种本能理论中，放弃了“自我力比多”与“目标力比多”之间的二元对立观点，重新回到了原先的性本能与非性本能冲动之间的对比上来。不过，这一次却有了一个重要的不同：原来弗洛伊德认为自我维护的内驱力——“自我冲动”是性冲动的对应物，而现在他认为自我破坏本能即自我维护的对立面才能承担起这个对应物的角色。以临床角度说，二元对立如今落在本能之间，包括自恋癖、目标爱恋和破坏本能。

人类历史中频繁出现的残酷，也暗示了破坏本能的存在，如战争、宗教迫害、任何专制关系、犯罪等。这些事实给人一种印象，人需要发泄自己的敌意和残酷，而且从不放过任何机会。此外，我们的文化中每天都有各式各样、或明或暗的残酷，如剥削、欺骗、诽谤、压迫弱者孩子和穷人。甚至在那些充溢爱或友谊的人际关系中，敌意的潜流也常是决定性因素。弗洛伊德相信只有一种人际关系摆脱了敌意的渗入，那就是母亲和儿子的关系。即使这个例外，看上去也有些一厢情愿，而幻想中的残酷和赤裸裸的破坏欲一点也不少于现实生活中的残酷和破坏欲。哪怕受了一点儿冒犯，我们也可能做梦，梦中的冒犯者被撕成碎片或受尽侮辱。

最后，我们不仅对他人有破坏欲，而且对自己似乎也常施以残酷。我们可能杀死自

己；精神病患者可能严重自残；一般的神经症患者似乎倾向于折磨、贬低、嘲笑自己，剥夺自己的快乐，给自己提出不可实现的要求，并且因自己达不到这些要求而严厉地谴责自己。

本来弗洛伊德把敌意的冲动和表现视为与性有关。他认为这些冲动部分是施虐狂的表现（即一种基于性欲内驱力的表现），后来，他认识到这些解释还不够说明问题，还有许多破坏冲动是性本能无法解释的。

“我知道，我们只要睁开眼就可看到破坏本能的表现，它们同淫欲融合在一起，呈现出对己、对人的施虐或受虐倾向。但我不能理解，我们何以竟然忽视非性欲侵犯和破坏欲的普遍存在，何以在解释生活时，没有给它应有的重视”[西格蒙德·弗洛伊德《文明及其不满》，1929]

承认破坏本能与性无关也未必能根本改变力比多理论。带来的唯一理论性变化，是过去把施虐狂与受虐狂单单看作性本能内驱力而现在却把它们视作性本能和破坏欲的混合。

如果说破坏冲动本质上是一种本能，那它的器官基础是什么？为了回答这个问题，弗洛伊德求助于一些他称为推测的生物学解释。这些推测首见于他涉及本能之性质和强迫性重复的理论。他认为，本能由生理感官刺激引发；它的目的是消除刺激的干扰，并重建刺激前原有的平衡。弗洛伊德认为强迫性重复代表了本能生活的一条基本原则，他借助这个概念推断人有重复以往经历或早期发展阶段的强迫性冲动——不管它们是快乐的还是痛苦的。弗洛伊德争辩说，这条原则似乎表现了人的一种恢复早期生活并回归于它的倾向，这种倾向是生理上固有的。

弗洛伊德由这些思考得出一个大胆结论：既然存在回归、重建早期发展阶段的本能倾向，既然非生理器官性的东西存在于生理器官性的东西之前，存在于生命发展之前，那必定存在一种天生的重建非生理器官状态的倾向；既然非生命条件存在生命条件之前，那必定存在一种趋向死亡的本能冲动。“生命的目标就是死亡”，这就是弗洛伊德得出关于死亡本能的理论途径。他相信，生命体因内因而死亡的事实，可以用来证实存在自我毁灭本能冲动的假设，而这种本能存在于人体新陈代谢中的分解代谢过程中。

人如果没有什么东西来抵消这种本能，那我们平时尽力保护自己摆脱危险就显得令人不解了，明智之举应该去死。也许，看上去像自我保存的冲动只不过是生物体以自己的方式死去的意愿。但的确存在与死亡本能相抗衡的东西，即生命本能，弗洛伊德认为它由性冲动代表。因此，根据这个理论，基本的二元对立落在了生命本能和死亡本能之间，它们的生理器官表现为种质和体细胞。没有临床观察结果能证明死亡本能的的存在，因为“它是在机体内悄然发生的分解作用”。我们所能观察到的只是融合，即死亡本能和生命本能的联合。正是这种联合使死亡本能不能毁灭我们，或至少是它延缓这种毁灭。起初，死亡本能同自恋力比多联结在一起，形成了弗洛伊德所说的基本受虐狂倾向。

但死亡本能同性冲动的结合本身并不足以防止自我毁灭。如果定要防止自我毁灭倾向的相当部分就须指向外部世界。为了不毁灭自己，我们必须毁灭他人。这样推论下来，破坏本能就成了死亡本能的派生物。破坏冲动可以再次内倾，表现为自残的冲动；这些是受虐狂的临床表现。如果破坏冲动禁止外泄，自我毁灭的危险就会增加。弗洛伊德认为后一假设的证据在于，如果神经症患者的积怨得不到外泄，它们就折磨自己。

尽管弗洛伊德自己也承认死亡本能只不过是一种推测，并没有任何佐证，但他却觉得这个理论远比他以前的假定更富成效。另外，它符合本能理论所需的所有条件：它是二元论的；对立双方都可立于器官基础之上；两种本能及其派生物似乎包容了所有的精神现象。

更具体地说，死亡本能及其派生物——破坏本能，在弗洛伊德看来解释了所有他以前观念无法解释的神经症中的敌意侵犯，也解释了所有的猜忌，对他人敌意的恐惧、斥责、对积极向上的嘲弄式拒绝。这种见解，若仅绳之以力比多理论工具，则仍旧是个谜。梅兰尼·克莱因及其他英国精神分析家观察到人的破坏妄想的早期表现，现在随着这一新理论的出现似

乎找到了一个满意的基础，受虐狂现象过去一直是个谜，因为它被理解为内倾虐待狂，如今受虐狂现象似乎可得到更好的解释了。性冲动和自我破坏冲动的联结，表明受虐狂具有防止自我毁灭的功能，或按弗洛伊德的说法，具有一种防止自我毁灭的实用价值。

最后，这个新理论为“超我”及惩罚需要的概念提供了理论基础，弗洛伊德的“超我”是指人格中一个独立部分，它的主要功能是阻止对本能冲动的追求。它被认为是人对自我敌意侵犯的载体，它带来挫折，阻止快乐，苛求自我，对未完成要求施以酷刑，总之，它的力量来源于得不到外泄的侵略冲动。

以下我集中讨论死亡本能的派生物——破坏本能。弗洛伊德明确界定了破坏本能的含义：人天生有种邪恶、侵犯、破坏和残酷冲动。“所有这些背后隐藏的一点真理——尽管我们竭力否认——是人这个动物，并非温文尔雅，亲善友爱，只在遭到攻击时才会自卫，他身上的强大侵犯欲，须被看作其本能天赋的一部分。结果邻居对他来说不仅是可能的帮手或性对象，而且是一种诱惑，诱惑他去邻居身上获取侵犯欲满足，去剥夺邻居的劳动能力，强迫邻居与之发生性关系，占有邻居财产，侮辱、折磨乃至杀害邻居。它简直可以说是人类豺狼，面对他的一生及历史的证据，谁有勇气来否认这一点？”“人与人之间所有温情和爱的关系归根到底都是建立在恨的基础之上的。”“说到对象，恨的历史比爱的历史还要久长。”人成长初期，即“口腔”期，恨表现为与对象合并的倾向，即消灭对象的存在；在“肛门”期，与对象的关系取决于控制它或战胜它的倾向，这种态度同情几乎没有什么区别。只有到了“生殖器”阶段，爱与恨才表现为一对矛盾。

弗洛伊德也预测到人们在情感上反对这样的观点，他们会说，宁愿相信人性本善。但弗洛伊德辩论时却不能看见，否认人破坏本性的观点并不等于肯定人性本善，另外，他也不能看见，破坏本能的假设对人们在情感上可能是有吸引力的，因为它可以减轻他们的责任感和内疚感，使他们不必正视自己破坏冲动的真正原因。重要的并不是我们喜不喜欢这个假设，而是它是否符合我们的心理学知识。

弗洛伊德假设中值得争议之处，并不在于其宣称人充满敌意、破坏性和残酷，也不在于这些反应出现的频率和程度，而是在于它宣称，通过行动和妄想表现出来的破坏欲本质上也是一种本能。破坏欲的程度和频度并不证明它是本能的。

这个假设暗示敌意可能在任何情况下出现，它在“等待被激发”，“我们如果失去了那种满足就会惴惴不安”，这里的满足指发泄敌意的满足。因此，要讨论的问题是我们是否没有足够的理由而心怀敌意和破坏欲。如果敌意有足够的理由，如果敌意只是对环境的一种适当反应，那么破坏本能的假设本是微不足道的证据也失去了。

表面上看，弗洛伊德的观点似乎颇有道理，他认为人往往因小小的刺激而生出大大的敌意或残酷。一个安分守己、不惹事生非的孩子可能遭一顿毒打；一个同事没有受到他人的阻碍也可能贬低他人的人品或成绩；一个患者即便得到了很多帮助也可能充满敌意；一群罪犯可能痴迷于对不曾危害到他们的无辜者施以暴行。

确实，外部刺激和因它而发的敌意似乎常常不成比例，但问题仍是：敌意是否一向没有足够的理由。精神分析治疗为回答这个问题提供了最好的材料。

无疑，一个患者尽管心理明白分析者已给了他帮助，但仍可能恶狠狠地贬低对方。他可能心理希望败坏分析者的名声，或甚至真的这么做。他对分析者的努力报以极大的怀疑，怀疑分析者会误导他、伤害他或利用他，分析者觉得自己并没有任何事去引发如此强烈的敌意。当然他有可能术道不精或缺乏耐心，他的解释可能不得要领。但是，回顾以往的治疗工作，人们一致认为即使毫无错失，患者的敌意依然抛向分析者。上面的例子，可能很好地说明，敌意没有外部刺激也可产生。

事实果真如此吗？由于精神分析情境提供了独一无二的有利条件，即患者和治疗者可以较准确地知晓对方的心理活动，因此，我们可以明确做出否定的回答。这种情境的核心

是:患者的敌意是防御反应,而反应的程度同他感到自身受到伤害和威胁的程度完全成比例。比如患者脆弱的自尊会使他感到整个分析过程是种没完没了的侮辱;或者他对分析者的期望过高,以致相对而言他感到自己受了欺骗和愚弄;或者他由于焦虑而需要得到过多的关爱,因而感到分析者在不断地拒绝他甚至于讨厌他。患者也有可能把自己对完美、无限成就的苛求投射到了分析者身上,因而感到分析者正在期望他做不可能的事或不公正地责备他,所以患者的敌意是对分析者行为作出的顺理成章的反应,虽然分析者的行为实际不是如此而是患者感觉其如此。

在其他诸多情境中敌意和残酷也会无缘无故地产生,其过程也相似。这种假设,似乎颇有道理。但是,如何解释侵犯者对无辜受害者施暴的现象?就拿折磨动物的孩子来说,环境使他产生多少本不大可能对强者产生的愤怒和忿恨?我们还须回答同样的涉及有施虐妄想的小孩的问题:我们须证明,这种的敌意不是对环境刺激影响作出的反应,或者说得明确些,我们须证明,幼儿身上的施虐行为妄想,是否也出现在因有温暖和尊重而感到愉快和安全的孩子身上。

精神分析实践中还有一条经验似乎与破坏本能假设相矛盾。精神分析越是不断消除患者的焦虑,患者就越有爱的能力及真心容忍他人与自我的能力。他不再具破坏性了。但如果破坏欲是本能的,那它岂能消失?毕竟,我们不创造奇迹。依据弗洛伊德的理论,我们可以预期:当一个患者经过分析治疗后对自己的生活产生更多的满足感,先前一直聚集在“超我”的内倾侵犯此时应转向外部世界,即在他的受虐倾向减弱时,他对他人的破坏倾向理应加强。但实际情况却是,经过成功的分析,他的破坏倾向减弱了,这里,相信死亡本能的分析者会提出反对意见,认为尽管患者行为和妄想中的破坏欲减弱,但很明显,较之分析前,他更善于自作主张,坚持自己的权利,获取自己想要的东西,提出合理的要求,更善于控制局面。可是所有这些都描述为更具“侵犯性”,而这种“侵犯性”又被认为是死亡本能目标受抑表现。

让我们来考虑一下这一反对论调及以此论调为基础的假设。在我看来,这一假设包含了同样一个谬论,类似于把情爱看作性冲动目标受抑的表现。对一个神经症患者来说,由于他的敌意得不到发泄,任何一种自我强调,如表示要火柴抽烟,可能确实代表一种侵犯行为,他可能因此而不能向人要火柴。但我们能因此而下结论说,所有自我强调,都是目标受抑的破坏欲吗?对我来说,任何一种自我强调均表现出对待人生与自我的积极向上有助益的态度。

最后,弗洛伊德的假设还暗示,敌意或破坏欲的最终动因是破坏冲动。由此他走向了我们对立面的观点,我们的观点认为,人为了生存而毁灭,他认为人是为毁灭而生存。如果新的洞见教给我们看待陈旧观点的不同方式,那我们就该畏缩着不敢承认它的错误,但是这里却不是这种情况。如果我们想伤害人或杀人,那是因为我们受到或感觉到危害、羞辱或虐待,因为我们的宏愿受到或我们感觉它们受到了干扰。换言之,如果我们希望破坏,那是为了保卫我们的安全、幸福或在我们看来是安全幸福的东西。一般说,是为了生存的缘故,而不是为了破坏的缘故。

破坏本能理论不仅没有真凭实据,而且也同现实相矛盾,由它带来的含义也大为有害。就精神分析治疗而言,它意味着让患者自由表达敌意就是目的本身。因为在弗洛伊德看来,破坏本能若达不到满足,患者就会局促不安。的确,对于那些压抑着谴责、自私自利要求及报复冲动的患者来说,能表达这些冲动是种释然,但如果分析者把弗洛伊德的这个理论视之过重,就可能强调错了。其实,主要的任务并不是让患者自由表达冲动,而是去了解冲动的原因,并通过消除潜伏的焦虑来消除产生这些冲动的原因。其次,这一理论有利于维持二者——何为基本破坏欲和何为基本建设欲即自我强调——间的混乱。比如说,患者对他人的批评态度可能主要表现为源自潜意识情绪源的敌意,但是,如果每一种批评态度在分析家

看来是颠覆性敌意，那么表达这些可能性的解释就可能遏止患者发展其批评才能。因此，分析家应区别敌意动机和自我强调企图。

这一理论的文化含义同样有害。它必然导致人类学家认为每当他们在一种文化中发现人们友好亲和，敌对反应就被压抑。这种见解使企图在具体文化环境中寻找破坏欲原因的努力化为乌有，也使试图改变文化环境的努力归之徒劳。人若天生有破坏性并因之不幸，何以要追求美好的明天呢？

第九章 移情概念

如果有人问我，弗洛伊德的发现中，哪一点是我最重视的，我会毫不犹豫地说：是他发现了能利用病人对分析者和分析情境的情绪反应来进行治疗。弗洛伊德走出这一步，证明了他的思想的独立性，他把病人的情绪反应看作有用的工具，而不只把病人的依恋或易受暗示当作影响病人的方式，也不把不利反应当作十足的可恶。我之所以把这一点说得清清楚楚，是因为在我的印象中，那些详尽阐述弗洛伊德这一方法的心理学家却未盛赞他的开拓性工作。修改某样东西是容易的，唯有天才才能第一个见到可能性。

弗洛伊德观察到，分析时，病人不仅讲述自己当前和过去的困难，而且还流露出对分析者的情绪反应，这些反应常常缺乏理性。病人可能完全忘记了他来接受分析的目的，以为除了发现得到分析者的爱和欣赏外，其他一切都不重要。他可能完全生出一种无名的恐惧，害怕危及他与分析者的关系。他可能将这分析场面变成一次欲占上风的激烈较量，而这场面原本只是分析者帮助病人梳理问题。例如，一位病人在他的问题得到一些澄清后，非但不感到宽慰，反而只看到一个事实，即分析者认识到病人不曾意识到的东西，于是病人怒不可遏。病人也可能违背自己的利益，暗地里千方百计挫败分析者的努力。

弗洛伊德认识到，分析时表现出的反应无一例外地具有这病人的特点，这一事实使我们更需要理解这些反应。而且，弗洛伊德还认识到，分析情境为研究这些反应提供了一个独特的机会，这不仅仅因为病人不得不表达自己的情感和思想，而且还因为精神分析关系不像其他关系那样复杂，因而也更容易观察。

当然，从病人的诉说里可以了解很多东西，他们诉说自己对他人的态度，对妻子、对丈夫、对女佣人、对校长、对同事等等的态度，但是研究这些态度时，我们常常缺乏稳固的基础，一般来说，病人不但不知道自己的反应或者激起这些反应的条件，而且私下里决然不想了解它们。许多病人力求使自己貌似正确，这使他们不自觉地修正原有的心理障碍，使之变得于他们有利。这样，他们常常作出反应使之看上去与受到的刺激相称，或者病人在自我谴责倾向的压力下叙述发生的事件，这倾向同样使问题蒙上一层迷雾。分析者不知道其他相关的人，尽管他或许能够揣摩出一幅他们的不成熟的图画，但要说服病人他自己也有冲突就可能不太容易了。

也许有人反对说这些困难也会出现在精神分析的情境中，病人对分析者的反应也可能没有根据，而分析者也不知道这些反应是否有根据，因为他毕竟处于一时间既当演员又当法官的两难之境。这是完全可能的，对这些反对意见只有一个答复：起因于这些根源的错误是不可避免的，但在分析情境中却能大大减少。分析者较之病人生活中的其他角色，心态更超然，但由于他的注意力集中在理解病人的反应上，他又不能像平常那样随意作出幼稚、主观的反应。同样，他自己照例也被人分析，因此，情绪反应很少有非理性的东西。最后，他认识到他所面对的反应，病人必定带进每一种关系当中，这一认识使他在对待病人反应时不

会带上个人情绪。

不幸的是，弗洛伊德的这一非常有教益的观点，未能逃脱他自己的机械进化论思维的影响，而影响的程度使移情概念得以公开讨论。弗洛伊德相信，病人的非理性情绪反应表明幼儿期情感复活，如今依附在——即移置到——分析者的身上，不管分析者的性别、年龄或行为，也不管分析时发生了什么事，那些诸如爱、蔑视、怀疑、妒忌等情绪，通通依附到分析者身上。这与弗洛伊德的思维方式是一致的。病人针对分析者发展起来的情感力量过于强烈，以致要解释这强大的情感力量除了用幼儿期本能驱使力，还能用什么呢？因此，分析者的首要兴趣之一，就是认清分析时的某一特定阶段，病人分派他何等角色：是父亲、母亲，还是兄弟姐妹，是扮演好母亲形象还是坏母亲形象？

这种方法的实际内涵也许可以用一个例子来阐明，尽管它并不吻合在讨论重复概念时未曾指出的基本观点。让我们假设，病人爱上了分析者。病人此时只为一小时的分析而活着，他因分析者的友好而快乐，因分析者的小小拒绝或他认为的拒绝而沮丧。他妒忌其他病人或分析者的亲戚。他幻想分析者正在挑选他。对分析者的性欲可能出现在意识或梦境里。

如果分析者采用弗洛伊德的解释，他就会根据涉及母亲的联想，暗示病人对母亲的爱或许比他能记起的理深，而现在复活的正是这种旧爱。因为病人小时候的确强烈依恋于母亲，同时也因为当前的迷恋好像具有非个人色彩，症状减轻时，病人就可能迷恋其他医生、律师、教士或其他给他友善或保护的人。分析者意识到这种迷恋没有个人色彩，并将这种不分张三李四的迷恋态度归于病人重复一个旧模式的冲动。但病人感到宽慰，因为他认识到他的爱的情感中有一种强制性的、非真实的东西，结果现在的迷恋逐渐消失后，对分析者的依附却保留下来。

这种解析的弱点仍然是对病人性格中的现存因素缺乏足够的思考。这个例子中，现有因素是指使病人依附分析者的因素。有一种可能性，即病人是那种受虐倾向突出的人，他可能将自己系于他人身上，作为他安全与满足的依靠，或更确切说，是与他人合为一体。因此，对他来说，获取情爱是消除疑虑的手段。有种种理由认为，在病人的头脑中，这种对情爱的需求大多表现为爱和忠诚，一旦焦虑被激起——这在每个成功的分析中必定常常发生——这个病人依附分析者的需求就增加。所以，每当病人对分析者的依赖超乎寻常时，分析者就应该首先将它与现有焦虑或担心的迹象联系起来。这个程序的作用，是打开认识病人焦虑之门，并能最终理解应对焦虑负责的基本结构。由于主要是病人的焦虑才使他依附分析者，所以这种解析从一开始就抵制了依赖的危险。

依据幼儿模式来看待病人依恋的分析有三大危险，第一大危险是它们助长了对分析者的依赖，它们没有触及基本焦虑，因此病人对分析者的依赖就增加了。这是非常危险的，因为这与治疗目的相抵触，而这一目的是，或应该是，帮助病人建立一个自由而独立的人格。

试图把针对分析或分析情境的情绪反应解释为重复过去的情感或经历的第二大危险在于：分析大体没有收效。例如，病人可能暗自觉得整个过程是对他尊严的无法忍受的羞辱。假如认识到这一反应主要与过去的羞辱感有关，假如没有尽力去发现他的现存结构有哪些因素可以解释这些情感，那么分析者就算是出了偏差，时间也算是白白花在病人身上，因为他此时正明里暗里贬低和挫败分析者。

第三大危险是，对病人的当前人格结构及其所有后果缺乏详尽的阐述。当前实际存在的个人倾向，可认为就是当前的倾向，哪怕它们与过去有初始联系。因为一个特定的敏感、蔑视尊严，首先必须认识它，然后才能将它与过去联系起来。但是，这个过程妨碍人们理解各种倾向内在联系的方式，即一种倾向决定另一些倾向，增强另一些倾向，或者与另一些倾向相冲突的方式。而且这一过程可能导致建立倾向间的错误内在联系。

由于这一点在实践中和理论上都很重要，我可许要用个例子来说明。这个例子必须浓缩和图式化，故而引用的目的不在于说服读者相信，我得到的结构图较之用“直线式”解

释得到的结构图更接近真理，而只在于说明方法与结果间的差异。

病人X，天分甚高，他在与分析者的关系中，显示出三种主要倾向，我称之为A、B、C。A，他非常听话，并无意识地期望分析者对他报以保护、爱以及羡慕；B，他暗里自视清高，认为自己既聪明又道德，是位天才，可一旦这些品质遭到质疑，他就对分析者发怒；C，他担心分析者鄙视他。

经分析得出童年的三个经历A1、B1和C1。A1，父亲把听话当作X想要什么就给什么的条件；B1，父亲认为他是个天才；C1，母亲鄙视父亲。

根据弗洛伊德的移情概念，就可作出这种解释：X童年时把自己等同于母亲，并且针对父亲扮演了一个被动的女性角色，以期获得一些回报。至于当前人格结构，X有潜在的被动同性恋倾向，对此，他感到羞愧，也因此他害怕受到鄙视。他的自视清高实际上反抗他的女性倾向，用以补偿他的自我蔑视和被人鄙视的恐惧。这一解释也可说明X的其他特性。例如，他害怕将自己系于任何女人，这种恐惧也可用他的潜在同性恋倾向，他对被女人鄙视——像父亲被母亲轻视那样——的恐惧来解释。

如果不从A、B、C倾向朝童年的A1、B1、C1因素划垂直线，而是划横线，也就是说，如果主要力图理解的是A、B、C倾向为何相互联系，那么就on必须考虑这样的问题：为什么X虽有良好素质和不寻常的天赋却依然深怕受人轻视？为什么他必定紧抱自视清高不放？这样问来，渐渐地就可认识到，X暗地的承诺比他实际能给的要多，他激起的是期望无所不包的爱。但是由于恐惧和微妙的虐待狂倾向，他既不愿意，也无能力来实现这种期望。同样激起的是期望非凡的智力成就，但由于自我放纵和各种禁忌，他不能竭力来实现它们。X不想或者没有意识到这一点，因此无形中成了一个骗子，只想通过暗自许诺来获得羡慕、爱和支持，但从不“付诸行动”。

所以就倾向B而言：自视清高对掩饰自己的骗术和蒙蔽他人的眼睛是必要的。由于他主观上认为自视清高非常重要，所以倘有人对此质疑，他就受不了并报之以强烈的敌意。

倾向A：X之所以听话是因为他对别人寄予厚望，故而不敢激起任何对抗，因为他须符合做好人的形象，须做别人期望他所做的事情，也因为他需要情爱，而这需要是因自己不明智的伪装而生的萦绕心头的焦虑的结果。

倾向C：他鄙视自己，部分是因为他存在没有意识到的依赖他人的倾向，部分是因为他听话，还部分是因为他的生活建立在错误的伪装上，因此，他害怕遭到别人的轻视。

弗洛伊德认识到，貌似夸张的情感反应不仅发生在分析情境里，而且也发生在其他密切关系中。实际上，比较一下分析情境和其他情况，我们就看到一个复杂问题：如果分析情境中爱仅仅是一种由幼儿期对象移到分析者身上的情感，那么或许真的所有的爱都是移情？如果不是真的，那我们又如何区别移情之爱和非移情之爱呢？我对这些问题的看法与我对移情概念本身的看法是一样的。在分析关系中，尤其在其他关系中，正是整个当前人格结构才决定人是否以及为何感到被别人吸引。

然而，依附，或更确切地说，依赖，在分析情境中比在其他关系中更为常见，这一点依然千真万确。其他的情绪反应，总体上看，似乎分析时较之未分析时要来得更频繁、更激烈，那些看似适应性甚强的人，分析时也可能公然怀着敌意、疑团、占有欲以及苛求。

这些观察到的现象表明，分析情境中或许有一些特定因素促成了这种反应。据弗洛伊德称，分析中的病人行为举止与感觉越来越具“幼儿”模式，因此弗洛伊德坚称，是分析促成了倒退性反应。病人须自由联想的义务，再加上分析者的解析和他的容忍态度，会使得病人放松他的有意识的成人控制，从而使幼儿期反应流露得更加自由，揭示病人的童年经历就能引导他再体验过去的情感。最后也是最重要的，分析不可中止，哪怕病人受了一些挫折，也就是说，分析者还有照顾病人的愿望和需求的义务。这条规则被认为促进了向幼儿情感模式回归，而促进的方式与人们相信其他挫折会促进回归的方式一样。

我已经讨论过回归的概念，所以这里只管提出我对这一问题的解释。我认为，精神分析情境所面对的特殊挑战，是如下一个事实：即病人习惯性的防御之心不能得到有效利用。它们不加掩饰，因此防御之下受抑的倾向被挤到突出位置。有一位病人，对某些人产生不肥皂白的羡慕之情，这可能因为（比如说）他想掩盖竞争的冲动。这个病人分析时也会尽力采取同样的策略来对待分析者——盲目地崇敬他，但随后不久他就得面对潜伏的轻视倾向。还有位病人借用极度的谦虚来掩饰自己对他人的过分要求，分析时就得面对这些要求的存在以及它们包含的含义。又有位病人，老是害怕被人发现，他在其他情况下，能通过疏远他人、遮遮掩掩和严格控制——这些态度在分析时是不能维持的——来躲避这一危险。分析不可避免地拌击迄今起着重要作用的防御之心，因此必定激起焦虑和防御性的敌意。只要防御是必要的，病人就必须保护它们，他也必定像憎恨一个危险的入侵者一样憎恨分析者。

弗洛伊德的移情概念理论上和实践中都有其含义。由于弗洛伊德将病人分析中的非理性情感和冲动看作是曾经针对父母或兄弟姐妹的类似的情感的重复，他故而相信移情反应在用“疲惫规律性”来重复恋母关系。他把这种频率当作证明俄狄浦斯情结经常发生的最有力证据。但是，这个证据是循环论推理的产物，因为解释本身就是建立在富有争议的信念之上：即俄狄浦斯情结是种生物现象，因而无处不在，而过去的反应随后重复不已。

移情概念的实践含义之一涉及分析者对病人的态度。弗洛伊德认为，由于分析者扮演病人幼儿期的某一重要角色，所以他自己的性格应尽量消除；用弗洛伊德的话来说，他应该“像面镜子”。不要带上个人色彩的建议，虽源于一个有争议的假设，但兴许有用。分析者不应该将自己的问题强加给病人，他也不应该在情感上与病人缠在一起，因为这种卷入兴许会妨碍自己的视线，以致看不清病人的问题。这个建议之所以值得争论，乃是因为它可能导致分析者态度呆板、冷漠、专横。

幸亏分析者的自发性使他难以恪守做一面镜子的理想。然而，这样的理想本身给分析者带来了某些危险，这些危险最终也必反映在病人身上。理想欺骗了分析者，而分析者又欺骗了自己，错以为自己对病人没有任何情绪反应。然而实际上更恰当的做法是建议分析者了解自己对自己的个人反应。也许他事实上对病人的某些欲望，例如想骗他的钱，想挫败他的努力，想羞辱他或激怒他，确实作出了反应，尤其是病人的这些倾向以伪装出现并不能被清楚识别时。因此，分析者最好还是承认，自己确有这种反应，并用两种方式利用它们：第一，问问自己，所感到的反应是否不完全是病人想要的反应，这样可以获得一点线索，把握正在进行的分析过程；第二，把自己的反应当作更好地了解自己的一个挑战。

分析者的情绪反应应被理解为“反移情”，这一原则可能遭到反对，其被反对的理由，与移情概念完全一样。根据这个原则，当分析者对病人想挫败他的努力的倾向报之以内心恼怒时，他也许把病人等同于自己的父亲，因而重复一个幼时感到被父亲击败的情境。但是，如果按照分析者自身的性格结构来理解他的情绪反应，权当这是受到病人实际行为的影响的结果，那就可以看到，他恼怒是因为分析者（比如说）幻想自己必有能力治好每个病人。在他不能治好时，就觉得这种失败是本人的奇耻大辱。或者，再以另一个常见的困难为例，只要分析者感到自己受到不公待遇，并以此来保护自己的过分要求，他就很难解开病人身上的类似疙瘩；他更可能同情病人的痛苦，而不太可能分析这种痛苦所掩盖的防御性因素。

但是，还须加上这一点：我们越是无视移情的重复性方面，分析者的自我分析就必须越严格。因为要看到并理解病人的问题及其一切后果，就需要更多的思想自由，而不是把问题与幼儿期行为作简单联系。比如，如果一个人连自己身上的问题都解决不了，那就不可能分析神经症抱负或受虐狂依赖的含义。

我认为，假若我们让移情这一术语脱离它原有含义的片面性，即复活过去情感，那么是保留还是舍弃这一术语就无关紧要了。用简炼的话来说，我对这一现象的观点是：神经质说到底是人的人际关系出现障碍的表现；分析关系是人类关系的一种特殊形式，现存障碍既在

其他地方出现,也一定在这儿出现;进行分析的特定条件使我们有可能在这儿研究这些障碍,且准确性较之其他地方更高,也使我们有可能说服病人看到它们的存在和它们所起的作用。如果移情概念因此从强迫性重复的理论偏见中分辨出来,那么总有一天,它将产生它本来就能产生的结果。

第十章 文化与神经症

从前面几章的讨论中,我们已经看到弗洛伊德理解文化因素的某些局限,以及造成这些局限的原因,我将扼要重述一下这些原因,并总结弗洛伊德对文化问题的态度给精神分析理论带来的影响。

首先,我们必须记住,弗洛伊德发展他的心理学体系时,尚不了解我们现在所知道的文化影响性格的程度和本质。而且,他自己给自己的定位是本能理论家,这使他不能正确地评估这些因素。他非但没有认识到神经症的冲突倾向主要归因于我们的生存条件,而且还把它们当作只是经过个人环境修饰过的本能倾向。

结果,弗洛伊德把西方文明中中产阶级流行的神经质倾向归结为生物学因素,并因此把它们当作固有的“人类本性”。其特征是:充满极大的潜在敌意,这表现在恨比爱来得更快、更有手法,情感上孤独,喜欢以自我为中心的倾向,随时准备逃避,渴望得到一切,对财产和声望问题纠缠不清。弗洛伊德不但没有认识到所有这些倾向最终都是由特定社会结构和环境带来的,而是把自私自利最终归结为一个自恋力比多,把敌意归结为破坏本能,把金钱问题上的困难归结为肛门期力比多,把渴求得到一切归结为口腔期力比多。因此,把现代神经症妇女身上常有的受虐狂倾向看作类同女性本性,或者认为当代神经症儿童身上的某一特殊行为表现了人类发展的某一普遍阶段,就是顺理成章的事了。

因为弗洛伊德确信所谓的本能内驱力的作用有着普遍性,所以他觉得有权根据这一观点解释文化现象。资本主义被视为一种肛门性欲文化,战争的決定因素是天生的破坏本能,而文化成就大体说来是力比多内驱力的升华。不同文化的性质差异可用本能内驱力的本质加以说明,这些内驱力或被表达或被压抑,各有特色。也就是说,它们被认为是依赖于表达还是压抑主要与口腔的、肛门的、性器官的或破坏性的内驱力有关。

也正是基于这些假设,原始部落的复杂习俗才被解释为类似于我们文化中的神经症现象。一位德国作家把这一过程讽刺为精神分析式作家的习惯——习惯于将原始人视作一群野蛮的神经症患者,这种大胆之说一旦进入社会学和人类学领域,论战也就开始了,而论战的企图,是借以将矛头指向精神分析在文化问题上的信口开河,从而完全否定精神分析。这是没有正当理由的。所谓信口开河,只是反映出精神分析的某些值得争议的原则,离精神分析须奉献的精髓相去甚远。

弗洛伊德倾向于把某些环境影响当作个人的偶然不幸,而没有认识到它们背后的整个文化影响力量,这也可以证明弗洛伊德是多么地不重视文化因素。例如,弗洛伊德认为家庭中兄弟比姐妹更受偏爱是一种偶然,然而,男性儿童受偏爱实际是一种父权制社会的模式。这里也许有人会提出反对意见,认为对个体的分析与用何种方式来看待偏爱是没有联系的,但事实并非完全如此。现实中,对兄弟的偏爱是女性儿童感到低人一等或不甚称心的众多因素之一;因此,弗洛伊德把偏爱兄弟现象的出现当作一种偶发事件,这表明他没有看到影响女孩的所有因素。

尽管童年经历真的不仅因家庭而异,而且也因同一家庭的各个儿童而异,但是大多

数经历是整个文化氛围作用的结果，而非偶然而至。比如，兄弟姐妹间的竞争，由于在我们的文化中普遍存在就被看成普遍的人类现象，这恐怕有点言过其实，我们不禁要问：这种现象在何种程度上取决于我们文化当中的竞争性？如果说竞争掺入到生活的其他领域而唯独未掺入到家庭，那这实在是太不可思议了。

就弗洛伊德考虑文化因素对神经症的影响而言，他的考虑也是片面性的。他的兴趣只在文化环境如何影响现存的“本能”内驱力这个问题上。弗洛伊德认为造成神经症的主要外部因素是挫折，与此观点一致，他假定文化环境通过对个体施加挫折引发了神经症。他相信，文化通过对力比多，尤其是对破坏内驱力加以限制，助长了压抑、负疚感和自我惩罚的需求。因此，他总的看法是，我们应该用不满和不快的代价来换取文化好处。而办法就是升华。但是，由于升华的能力有限，由于“本能”内驱力受到压抑是带来神经症的基本因素之一，所以弗洛伊德认为，文化造成的压抑程度与随后发生的神经症频度和严重度之间存在一个数量关系。

但是，文化与神经症的关系主要是质量上的，而不是数量上的。重要的是文化倾向的性质和个人冲突的性质之间的关系。研究这个关系的困难是人的能力上的困难——人不能多专多能。社会学家能够提供的信息，只是特定文化的社会结构，而分析家能够提供的信息，只是神经症结构。唯有通过合作，才能克服这个困难。

在考虑文化与神经症的关系时，只有那些神经症共有的倾向才是重要的。从社会学的观点看，个人在神经症方面的变化是不相关联的。我们应该舍弃使人迷惑的丰富的个体差异，在产生个体神经症的环境中以及神经症冲突内容上寻找共同特性。

社会学家得到这些资料后，就可以将它们与文化环境联系起来，这个文化环境促进了神经症的发展并对神经症的冲突本质负有责任。应考虑以下因素：代表神经症滋生源的因素，构成基本神经症冲突以及解决冲突企图的因素，表面所需的神经症患者展示给自己和他人看的因素。

个人出现神经症，起因最终是感到了疏远、敌意、恐惧和自信心的丧失。这些态度本身不构成神经症，但却是神经症滋生的土壤，因为正是这些态度的结合才会在面对这个充满潜在危险的世界时感到孤苦无援。正是基本焦虑或说基本不安全感使得人必须刻意追求安全和满足，这种刻意追求的矛盾本质构成了神经症的核心。第一组因素——它们与神经症有关，需在文化中寻找——是些环境因素，这些环境因素造成了情感孤独、潜在的敌对而紧张的人际关系、不安和恐惧感、以及个人无能为力感。

在以下的论述中，我要指出这方面相关的因素，但这不是说，想擅闯社会学领域，只是希望能阐明一种兴许可行的合作。西方文明有许多产生潜在敌意的因素，在这些因素中，首先横列着一个事实，即这个文化的基础是个人竞争。经济竞争原则影响着人际关系，影响的途径是使一个人去斗另一个人，怂恿一个人去超越另一个人，使一个人的优势变成另一个人的劣势。我们知道，竞争不仅在职业群体中支配着我们的关系，而且还渗透到我们的社会关系，我们的友谊，我们的性关系以及家庭成员的关系，因此将破坏性竞争、毁谤、怀疑、抱怨、妒忌的细菌，通通带到每一种人际关系。现在的赫然不平等，不仅是财产上的不平等，而且还有机会上的不平等，如教育、娱乐、健康保养与恢复，这些构成了充满潜在敌意的另一组因素。更深一层的因素，是一个群体或个人可能剥削另一个群体或个人。

也许应该最先指出造成不安全的因素，首先是经济和社会领域的实际不安全感[拉斯维尔《世界政治与个人的不安全感》，1935；L.K. 弗朗特《精神安全感》，见《教育的社会经济目标》，1937]。另一个造成个人不安全感的有力因素，当然是因潜在的敌对紧张关系而生的恐惧：害怕一旦成功遭人嫉妒，一旦失败遭人鄙视；害怕被人责骂。而另一个方面，又害怕因想排挤、贬低和剥削别人而遭到报复。同时，由于人际关系的障碍和缺乏团结所造成的个人情感的孤独，也许是产生不安全感的一个重要因素；在这种情况下，个人孤立无援只

好自己救自己，没有保护或感到未受保护。总体不安全的感觉不断增加，原因是事实上传统或宗教在今天多已软弱无力了，它们无法使个人感到自己是强大集体的不可分割部分，不能为个体提供保护伞，也不能指导个人的追求。

最后，还有一个问题：我们的文化如何损害个人自信呢？自信是个人真实拥有力量的表现。任何失败，只要个人将它归咎于自身缺陷都会损害自信，不管这种失败发生在社会生活里还是职业或爱情生活中。地震可能使我们感到软弱无力，但不会损害我们的自信，因为我们认识到那是一种不可抗拒的力量在运作。个人在依靠自己选择并达到某一目标时具有的局限性不应该损害他的自信心；但是，鉴于外部局限比地震更难察觉这一事实，尤其是鉴于成功取决于个人能力这一观点，个人倾向于将失败归咎于自己的缺陷。而且，在我们的文化中，对势必出现的敌意和明争暗斗人们通常没有心理准备。人们教导他说，人人对他心怀善良，信任别人是一美德，戒备别人差不多就是道德缺陷；现实确实存在充满敌意的紧张，而《圣经》却教导我们四海之内皆兄弟，这二者的矛盾，我相信也是降低自信心的决定性影响之一。

第二组应该考虑的因素，是那些构成神经质冲突的抑制、需求和努力。研究文化中的神经症时，我们发现尽管症状表现有很大不同，其基本问题却惊人相似，不是指弗洛伊德认为的本能内驱力中的相似，而是指实际冲突中的相似。比如，不择手段的抱负与强迫性情感、需要间的冲突，想疏远他人与想完全占有某人间的冲突，过分强调自食其力与一心想过寄生生活间的冲突，强迫性谦逊与想成为英雄或天才间的冲突。

社会学家认识到个人的冲突后，就须寻找应对个人冲突倾向负责的文化冲突倾向。因为神经质冲突涉及到对安全的满足的痴心追求，所以就须特别寻找获得安全和满足的矛盾文化方式。比如，把野心勃勃的神经症发展作为安全、复仇、自我表现的手段，这在一个不知个人竞争、亦不奖励杰出个人成就的文化里，简直就是不可思议的。这一观点也同样适用于对声望和财产的神经症式的追求。把依赖某人作为消除疑虑的手段，这在一个明确不鼓励依赖态度的文化里几乎不可能。在有的文化中，痛苦和无助意味着在社会上丢脸，或像萨缪尔·巴特勒在《埃瑞洪》中描写的要受到惩罚，这种文化不太可能将痛苦与无助当作解除神经症困境的方法。

文化因素对神经症的最显著的影响，势必可从神经症病人急于向自己和他人展现的形象中看出来，这一形象主要是由他对非难的担心和对盛名的热望所决定的，因而，它由那些在我们文化中得到赞扬和奖励的品质所构成，例如，无私、爱心、慷慨、诚实、自我控制、温和、理智、善断等。假如说，文化中没有无私这一意识，神经症病人就不会感到不得不保持一种无所贪求的形象，不得不掩藏自私之心又压制对幸福的自然向往。

因此，文化环境对产生神经质冲突的影响问题，较之弗洛伊德的认识要复杂得多。它涉及到彻底分析某一特定文化，比如从这样的角度：特定文化以何种方式和何种程度产生了人与人之间的敌对情绪？个人的不安全感有多严重，什么因素使他感到不安全？什么因素损害了个人的天生自信？存在哪些社会禁忌和戒律，它们对压抑和恐惧产生了什么影响？什么观念是有效的，它们提供什么样的目标或文饰作用？特定环境创造、鼓励或阻碍什么需求和努力？

这种在神经症中反复出现的问题，本质上与我们文化中健康个体的问题没有什么不同。竞争与仁爱、自我中心与团结一致、自大与自卑、利己主义与利他主义，这些相互矛盾的倾向健康者也有。不同之处在于，在神经症患者身上，这些矛盾倾向登峰造极，冲突双方倾向更加迫切，这是他内心异常焦虑的结果，所以他找不到圆满的解决方法。

剩下的问题是，为什么有些人变得神经质，而其他人虽然生活在类似的环境里，却能应付当前困难。这个问题类似于常就一家兄弟姐妹所提出的问题：为什么其中之一神经质严重，而其他人只是略有影响？这样的问题隐含着前提，即不同个人的精神状况本质上

相似，这个前提导致人们在兄弟姐妹的体质差异中寻找解释。尽管体质差异必定与人的整个发展有关，但是导致这一结论的推理方式是错误的，因为它所依赖的前提是错误的。对所有兄弟姐妹来说，只有精神的总体氛围是相同的，他们受此氛围的影响方式却各有所异。然而，细究起来，同一家庭中，一个孩子的经历与也许与其他孩子的经历完全不同。实际上或许存在无穷尽的、各式各样的重要差异，父母偏爱这个或那个小孩的差异，兄弟姐妹之间的相处差异，还有其他种种差异。影响程度较轻的孩子或许能够应付当前困难，而程度较大的小孩就可能有了冲突，并绝望地陷入冲突之中，也就是说，他可能变得神经质。

生活在同样艰难的文化环境里，为什么有些人变得神经质，而有些人却不是，这人的答案与上述的相似。神经质者是那些受当前困难打击较大，尤其是在童年受打击较大的人。

一个特定的文化频频发生神经症和精神病，这实在是表明人们的生活环境出了严重差错。它说明，这个文化环境产生的精神困难超出了人的平常应付能力。

迄今为止，精神病医生对文化影响的兴趣，虽然从许多方面来说很重要，但在治疗病人的实践中，这种兴趣却很索然。此兴趣本可帮助医生以适当参照框架看待神经症，理解为什么一个一个病人苦苦挣扎于本质上类似的问题之中，为什么病人的问题与自己的问题相似。当分析者帮助病人认识到，命运不是对他一个人特别不公，他的同胞最终也经历同样的命运，这时，病人身上的一些痛苦就消除了。同样，如果分析者引导病人认识到各种禁忌的社会本质，如手淫、乱伦、死亡欲或反抗父母权威等，那么病人身上的负疚感也就涣然冰释了。受到竞争问题煎熬的分析者，在认识到竞争问题无论如何都是人人而临着的问题时，就会有勇气据以解决个人的问题[至于普遍性，本能理论消除疑虑另有新法，在那里分析者指出了某些本能内驱力的普遍性]。

但是，有一个方面使意识到文化含义对治疗特别重要：即问问是什么构成精神健康。文化意识不强的精神病专家倾向于认为这是一种纯医学问题，这样解释本已足够，只要精神病医生只关心明显症状——如恐惧、迷惘、消沉——以及它们的痊愈。但是精神分析治疗的目的远不止于此，它不仅要去掉这些症状，而且要根除症状，实现人格转变。要收到这一效果，就要对病人的性格进行分析。但是，分析者在分析性格倾向时，没有简单的测量尺度来测定什么是健康，什么是不健康。其次，医学标准一个不留就被社会评价尺度所取代。也就是说被一个正常标准所取代，“正常”是指特定文化或特定人群中统计学上的平均数。正是这种隐含的尺度决定了什么问题要解决，什么问题不要解决。我说的隐含是指分析者没有意识到自己使用了评价尺度。

那些没有意识到文化含义的分析者可能真诚地反驳上述论点。他们会强调说，他们根本不评价，判断价值不是他们的事，他们只是解决病人提出来的问题。但是这样说明，他们就忽视了一个事实，病人某些问题根本就不会自己提出来，也不会企图怯声怯气地提出来——而且出于同样的原因，这样妨碍了分析者认识这些问题，病人也认为他的某些怪癖是“正常”的，因为它们正好与“平均”巧合。

例如，一位妇女用她的全部精力来推动她的丈夫职业上的发展，她有能力和成功地丈夫进行了各种各样的工作，可她自己的才智与事业仍停留在背影里，而对这种情境，分析者也许看不出她这种态度有其问题，因为它看上去是“正常的”。这位妇女本身也没有感觉到或认识到有问题。当然，这里不一定存在问题。丈夫也许比妻子更有才能。妻子也许太爱丈夫，以致于她的最佳才能就表现为她给丈夫的忠实友谊，以致于她获得幸福的最好机会就在于她这样做了。但是，对其他病人来说，情况也许不是这样。比如，我记得有一位病人，她比丈夫更有才能。她与丈夫的关系糟糕得不能更糟。她最严重的问题之一就是她不能为自己做事。但是，由于这个问题隐藏在“正常”女性的姿态之下，所以常常被忽视。

另一个病人从未提出且分析者也极少看到的问题是，病人不能就某个人、某种原因、

某种制度或某种理论作出自己的判断；这种不能判断被忽视了，因为对一般思想自由的个人来说是正常的。像前一个例子那样，这种特性不一定对每个病人造成困惑。但是有时候，病人的决定性的恐惧可能隐藏在凡事皆忍的表面态度之下。他可能极度害怕因采取批评立场而激起敌意或遭到疏远，不敢有半点独立思想。在这种情况下，病人缺乏分辨力就是一个值得分析的问题，这人问题没有看到就不能触及他最严重的困难。

自然，分析者对文化意识的不足可能以更严重的形式显露出来，这些形式因有明显的不足无须再作讨论。因此，比如说，分析者也许感到有必要分析病人的创新冲动，而病人坚持的保守规范却不去触及；同样，他可能看到病人批评精神分析理论的问题，但忽视了病人可能谎称接受这个理论的问题。

因此，没有意识到现存文化的评价作用，加之前面已讨论过的某些理论偏见，二者结合起来促成了片面选择病人提供的材料。在精神分析治疗当中——教育亦然，目标不经意地变成了适应“正常”，只有在性欲问题上——因为一个良好的性生活方式是精神健康的基本因素之一——分析者才意识到不受目前惯例约束的目标。如特罗特所说，人们应该区分精神正常与精神健康，并且理解后者是一种思想自由状态，在这种状态中“全部能力都可供使用”[参阅W.特罗特《和平和战争中的民众本能》，1935]

第十一章 “自我”与“本我”

“自我”这一概念充满了不一致和矛盾。弗洛伊德在他最近一篇论文中宣称，神经症冲突介于“自我”与本能之间，这似乎是说，“自我”应理解为既不同于又对立于本能追求。如果真是这样，那就很难认识这个“自我”具体由什么构成。

最初，“自我”包含的不全是力比多。它是满足自我保护的纯粹需求的非性欲部分。但是，由于引入自恋概念，大多数原先纳入“自我”的现象，本质上变成性欲的了：关心自己，追求自我扩张，追求声望、自尊、理想及创造力。后来，又由于引入“超我”概念，规范我们行为与情感的道德目标和思想准则，本质上也成了本能的了（“超我”成了自恋力比多、破坏本能以及先前性依恋衍生物的混合体）。因此，弗洛伊德把“自我”与本能当作一对含糊不清的对立物。

我们唯有从弗洛伊德的各种论著中搜集资料，才能大致认识他将“自我”纳入何种现象。他似乎需要以下几组因素：自恋现象；无性欲特征的“本能”派生物（比如，借以升华或反向作用而形成的品质）；本能内驱力（比如，非乱伦特征性欲），此内驱力已然发生变化以致个人可以接受它们——这可能等于说它们可被社会接受。[尽管弗洛伊德一般将“超我”看成“自我”的一个特殊部分，但在有些文章中，他强调两者间的冲突]

因此，弗洛伊德的“自我”不是本能的对立极，因为它本质上就是本能的。正如弗洛伊德在有些论著中提到的，“自我”实际是“本我”的有机部分，“本我”是原始的，未经修饰的本能需求的总和。[西格弗德·弗洛伊德《群体心理学与自我分析》，1922]

脆弱是“自我”的最基本特性。所有能量源都蓄积在“本我”。“自我”靠外借力量生存。其好恶、其目标、其决策，全都取决于“本我”和“超我”。它得小心翼翼，不让本能内驱力与“超我”或外部世界冲突得太危险。正如弗洛伊德所描述的，它有三重依赖——依赖“本我”、依赖“超我”和依赖外部世界——好像是一个中间人。它想享受“本我”追求的满足，但又往往屈从“超我”的种种禁忌。它的脆弱类似于这么一个人的脆弱，这个人没有自己的资源，只想从对方获得好处却又不损坏对方任何东西。

评价“自我”概念时，我得出的结论，与弗洛伊德就几乎每一理论提出的结论相同：其本观察虽然很敏锐，很深刻，但由于被化入一个尚无助益的理论体系，其有益价值也就荡然无存。从临床的角度出发，人们也许确实赞同这个概念。慢性神经质者给人的印象是他们对自己的生活没有发言权。他们受到自己不知和无法控制的情感力量的驱使。他们生硬的行为和反应是种无奈，常常与他们的智力判断形成对照。他们的待人态度不是取决于有意识的愿望和价值，而是取决于强制性的无意识因素。这在强迫性神经症中最为明显，对所有严重神经症来说也大致真实，更不用说精神病了。弗洛伊德用了一个骑手的比喻，骑手心想控制马的方向，却被马带到了马想要去的方向，这个比喻是对神经症“自我”的极好描写。

但是，对神经症这类观察却不能得出这种结论，即“自我”大体上只是本能的修饰部分。甚至对神经症，这也不是定论。假设，在很大程度上，神经质患者对他人的同情是变形的虐待狂行为或外化的自我同情，这也不能证明同情他人没有部分是“真实”的[“真实的”在这里是指该情感——或判断——不准许对所谓本能成分作进一步分析；“真实的”既指基本的又指自发的]。又假设，病人对分析者的羡慕主要是由于他无意识地期望分析者能给他带来奇迹，或由于无意识地努力排除任何竞争，但这也不能证明病人不能“真正”欣赏分析者的能力或他的人格。考虑这样一个情形，A有机会通过诽谤来伤害其对手B，但A可以忍而不发，其中有种种无意识情绪原因：他可能害怕B报复；他可能须保持自己心目中的正直形象；他可能装出毫无恶意的样子来迎合别人的赞扬。但是，所有这些都不能证明，他不忍诽谤是因为他觉得这样做有失尊严，也不能证明他不是有意识断定这种报复太卑鄙、太阴险。这与我们这里要考虑的问题相去太远；道德品质内容在何种程度上由文化因素决定？但是，我认为“真实性”或许确实存在，弗洛伊德不能借助本能来消除它，相对论者也不能借助社会评价和条件来抹杀它。

这话也许同样适合于精神健康的人。他可能也会在自己的动机问题上欺骗自己，但这事实并不能证明他经常这样做。由于他少受焦虑的煎熬，因而比神经症患者少受无意识内驱力的驱使，所以弗洛伊德对他下的结论也较少依据。因此，弗洛伊德在“自我”概念中否认——而且根据力比多理论必须否认——存在着不可分解成为更基本的“本能”单位的判断或情感。一般来说，他的概念是指，理论上讲任何对人或目标的判断须被看作“更深层”情感动机的文饰作用，而对一种理论采取批评态度须被视作最终的情感上的反抗。它意味着从理论上说，根本不存在归根到底本质上不同力比多或破坏内驱力决定的好恶、同情、慷慨[弗洛伊德在上述文章中提到观察时指出，观察发现慷慨之士有时吝啬异常，令我们大为吃惊。“它们表明每种值得称赞和有价值的品质都以补偿和过度补偿为基础”]、公正感及事业献身精神。

否认智力能独自存在就助长了对判断力的怀疑；例如，它可能导致分析的人对任何事情不采取无保留的立场，只认为他们的判断或许仅仅表现为无意识好与恶的态度。它也可能助长一种错觉，即要精悉人类本性就要发现他人的每一个判断或情感的不可告人的动机——并且由此助长了沾沾自喜、自以为无所不知的态度。

另一个后果是，它助长情感怀疑，从而有了使情感蒙上阴影的危险。对“那仅仅因为”的或多或少、有意识的认识容易危害情感经验的自发性和深度。所以常常出现这种印象，被分析者好是好多了，却变得“不那么像个真人”，或如人们所说，不那么活蹦乱跳了。

对诸如此类结果的观察，有时倒被人用来使一个由来已久的谬论亘古不变：意识太多使人“内省”无功。但是，之所以有这段“内省”，不是因为太多的意识，而是因为大家心照不宣，暗中相信动机无处不在，动机通常被当作卑鄙之物。弗洛伊德自己就认为动机价值低劣，尽管他希望从科学的角度来思考它们，并且强调它们超出了道德评估的范围，就像本能驱使大马哈鱼在排卵期向上游一样。事情往往就是这样，狂热地追求一个新的、有效的发现，却可能把它带到失去有效的地步。弗洛伊德教导我们用怀疑的眼光审视我们的动机；

他揭示了无意识自我中心和反社会内驱力的深远影响。但是，如果断言（比如说），判断不可能仅仅表达人的是非观，人不可能因为确信事业的价值而献身于此事业，友善不可能是良好人类关系的直接表达，那就未免真过于武断了。

非常遗憾，在精神分析的文献中，我们对“本我”知之甚多，对“自我”却知之甚少。这一缺憾应归咎于精神分析的历史发展，精神分析最先对“本我”作了仔细研究。人们希望对“自我”的详细阐述也会顺章成章接踵而至，但这个希望很可能破灭。弗洛伊德提出本能理论，留给“自我”的空间范围和生命力没有超出我们上面所论及的内容。我们只有抛弃本能理论，才能对“自我”有所知，但这样一来，它与弗洛伊德脑子里的现象就不相同了。

同此我们将看到，接近于弗洛伊德描述的“自我”不是人类本性固有的东西，而是一个具体的神经症现象。它也不是后来患有神经症的个人的体质固有的东西。它本身是一个复杂过程的结果，即异化于自己的结果。这种自我异化，或者如我在其他场合所谓的，这种自发性个人自我的发育障碍，是一个关键因素，这因素不仅处于神经症发展的根源，而且还妨碍个人摆脱神经症。假如他没有异化于自己，那么神经症患者就不可能被自己的神经症倾向逼迫着走向本质上与自己相异的目标。而且，假如他失去了评价自己或他人的能力，他就不可能像他实际的那样感到需要依赖他人，因为不论什么神经症依赖，归根到底都是基于一个事实，即个人失去了自己的引力中心，且将此中心转移到外部世界。

当我们抛弃了弗洛伊德的“自我”概念，新的精神分析疗法的可能性就展现在我们面前。只要“自我”据其本质被当作“本我”的佣人和监工，它就不能成为治疗的对象。因此，寄予治疗的期望必须限制于使“奔放的激情”更好地适应于“理性”。但是，如果这个“自我”因其脆弱而被当作神经症的一个重要部分，那么改变它就势必成为治疗的一个任务。因此分析者必须努力为最终目标而奋斗，这目标就是恢复病人的自发性和判断力，或用詹姆斯的话来说，他的“精神自我”。

弗洛伊德假定了“自我”——“本我”——“超我”的人格结构，依据这一假设，他就冲突本质和神经症焦虑本质得出几条构想。他区分出三种冲突：1、个体与环境之间的冲突，此冲突虽最终应对其他两种冲突负责，但并非特别针对神经症而言；2、“自我”与“本我”间的冲突，此冲突使“自我”面临被本能内驱力的巨大力量所淹没的危险；3、“自我”与“超我”间的冲突，此冲突导致害怕“超我”。这些论点都将在接下来的几章中加以讨论。

抛开术语和理论细节，弗洛伊德的神经症冲突概念大致如下：由于本能的遗传性，人不可避免地要与环境发生冲突；个人与外部世界的冲突后来传到个人的内部，变作其奔放的激情与其理智或道德规范间的冲突。

人们不免得到这个印象，这个概念在科学水准上遵循基督教关于善与恶、道德与不道德、人的兽性与人的理性之间的冲突的思想意识。这是无可非议的。问题是，是否只有神经症冲突才真具有这种性质。据我对神经症观察得出的结论，使我大致有如下一个观点：人并不像弗洛伊德假设的那样要不可避免地与环境发生冲突；若有这种冲突，那也不是因为他的本能，而是因为环境引发了恐惧和敌意。人因此而生出的神经症倾向，尽管从某些方面来说，提供了对付环境的一种手段，但从其他方面来说，却加剧了他与环境的冲突。因此，照我看来，与外部世界的冲突，不仅是神经症的起因，而且也是神经症困难的一个基本部分。

此外，我认为像弗洛伊德那样用图式化的方式来确定神经症冲突的起源是行不通的。实际上，冲突之源有多种多样。例如，两种互不相容的神经症倾向之间可能存在冲突，如独裁权力欲与依赖他人的要求之间的冲突。某种个人神经症倾向自身内部也许就包含了一个冲突，因为要求形象完美的需求既包含了屈从倾向，又包含了反抗倾向。想要表面一贯正确，会与所有不符合这种表面的倾向发生冲突。由于本书从头至尾或详或略地讨论了冲突的本质以及冲突在神经症患者的性格和生活中所起的作用，这方面我就无需赘述了。不面，我将讨论看待神经症冲突的不同态度导致对神经症焦虑的不同理解方式。

第十二章 焦虑

对那些像弗洛伊德一样倾向于以器官为最终基础来解释精神现象的人来说，焦虑是一个极具挑战性的问题，因为它与生理过程联系紧密。

的确，焦虑通常与生理上的症状同时出现，比如心悸、排汗、腹泻、呼吸急促。这些生理症状伴随出现时或意识或未意识到焦虑。例如，病人在检查之前，也许患了腹泻，并且清醒地意识到焦虑。但也许还有心悸或频繁的排尿急迫感，然而却没有意识到焦虑，只是后来才认识到肯定出现过焦虑。尽管焦虑时，情绪在身体上的表现特别明显，但是它们不是焦虑独有的特点。沮丧时，身体和精神活动过程会放慢；极度兴奋能改变肌肉组织的张力或使步法更加轻快；勃然大怒也许使我们颤抖并使血液往头上涌。另一个用来说明焦虑和生理因素之间的关系的事实是，焦虑也许由化学药品产生。但这一点同样也不仅仅适用于焦虑。化学药品可能使人兴奋或昏昏欲睡，但是其药效不构成心理问题。心理问题只能是：造成诸如焦虑、睡眠、兴奋感等状态的精神环境是什么？

焦虑是对危险的情绪反应，比如恐惧。焦虑区别于恐惧的特征如下：第一，精神不集中和怀疑重重。即使面对的危险很具体，如地震中的危险，它还是有点莫名的恐怖。同样特性的神经症焦虑也有，不管这个危险是否尚未确定或者已具体化，如恐高症。

第二，正如戈尔茨指出的，受到引起焦虑之危险威胁的，是属于人格之本质或核心的东西。由于不同的个人对何为其有重要价值的东西有不同的看法，他对何为其重要威胁也有不同的认识。虽然有些价值几乎人人认为非常重要，如生命、自由、孩子，但是对他来说，代表重要价值的东西——如他的身体、他的财产、他的名声、他的信念、他的工作、他的爱情关系——全取决于个人生活环境和他的人格结构。我们将看到，认识到焦虑的这一条件会有助于引导我们理解神经症的焦虑。

第三，就像弗洛伊德正确强调的，焦虑有别于恐惧的一个特点，是面对危险感到孤苦无助。孤苦无助也许以外部因素为条件，如地震就是。或者以内部为条件，如软弱、胆怯、缺乏主动性等。因此，同一情境可能引起恐惧，也可能引起焦虑，这全取决于个人对付危险的能力或意愿。为说明问题，我想一个故事，这故事是病人告诉我的。一天夜里，这位病人听到隔壁房里传出声响，像是有窃贼想破门而入。她当时惊得心悸，出冷汗，感到焦虑不安。稍后，她起床走到大女儿房里。女儿也很害怕，但决定迎着危险而上，要到不速之客作案的房里看个究竟。她这么一做，反倒把窃贼吓跑了。母亲面对危险感到孤立无援，女儿却不；母亲是焦虑，女儿是恐惧。

所以，解释任何焦虑要做到令人满意，就应回答三个问题：什么受到危险？危险的根源是什么？面对危险感到孤苦无助的原因是什么？

神经症焦虑中令人费解的，是明显缺乏引起焦虑的危险，或至少是明显的危险与焦虑的强度不相称。人们有这种印象：神经症患者害怕的危险只是想象的。然而，神经症焦虑至少能像由明显的危险情境所激起的焦虑那样强烈。正是弗洛伊德引导人们理解这个令人困惑的问题。他断言，撇开矛盾的表象不管，神经症焦虑中所担心的危险与客观焦虑中的危险一样真实。不同的是前者的危险由主观因素构成。

在寻找有关主观因素的本质时，弗洛伊德一向将神经症焦虑与本能根源联系起来。简略地说，弗洛伊德认为，危险之源是本能的张力程度或“超我”的惩罚力；危险的对象是“自我”；孤苦无助是由“自我”的脆弱和它对“本我”和“超我”的依赖所构成的。

由于“超我”的恐惧将在“超我”概念一章一并讨论，这里我只主要论述弗洛伊德的，他称之为更严格意义上的神经症焦虑的观点，这种焦虑实则是“自我”担心被“本我”的本能要求所淹没。这个理论与弗洛伊德的本能满足学说一样，最终停留在机械论观念上：满足是本能张力消减的结果；焦虑是本能张力增加的结果。内驱力被压抑就产生紧张，这紧张是神经症焦虑担心的真正危险：母亲把孩子单独留下，这孩子就感到焦虑，这是因为他无意识地期望力比多内驱力受阻以导致它们受挫。

弗洛伊德从观察中寻找这个机械论观念的佐证，如他观察到，当病人能够表达压抑至今的对分析者的敌意时，他就可能摆脱了焦虑：弗洛伊德认为，正是被压抑的敌意造成焦虑，也正是这敌意外泄了焦虑才得以清除。弗洛伊德认识到，病人能摆脱焦虑也许是因为分析者对敌意未报以责备和愤怒，但是他没有看到，这一解释足以剥夺他的机械论观点的唯一证据。他没有得出这个结论，这又证明理论上的偏见一定程度上妨碍了心理学的发展。

虽说担心责备和报复真的可能促成焦虑，但仅凭这一点解释尚不透彻。为什么神经症患者如此害怕这种后果？如果我们接受这个假设，认为焦虑是对我们应该审视的重要价值之威胁作出的反应，同时抛弃弗洛伊德理论上的先入之见，那么病人感觉他的敌意危害到什么呢？

每个病人都有自己的答案。如果他的受虐狂倾向突出，他就会感到依赖分析者就像他迄今依赖母亲、校长和妻子一样；他就会感到没有分析者自己不可能生活，感到分析者具有或毁灭他或实现他的所有期望的魔力。他的实际人格结构，他生命中的安全感，都取决于这种屈从态度。所以，维持他俩的关系对他来说是件事关生死的大事。出于他自己身上的其他甚有说服力的理由，这种病人感到敌意在他看来可幻化出被遗弃的危险。因此，出现敌意冲动势必引起焦虑。

但是，如果他的要自己表现得完美无缺的需求突出，那他的安全感就系于符合他的特定准则或者符合他认为别人寄予他的期望。如果他的完美形象基本由诸如理性、冷漠和文雅构成，那么只要预见到敌意情绪的爆发就足以引起焦虑，因为它使他们想像出受谴责的危险，这对追求完美的人来说是一个致使的威胁，就像遭遗弃对受虐型的人一样。

其他对神经症焦虑的观察无一例外地符合这普遍原则。对一个自恋型的人来说，他的安全感寄于被人欣赏或羡慕，致命的危险就是失去社会地位的危险。如果他发现自己处在一个不认可他的环境，焦虑就可能在他身上出现，这从许多曾在国内很受敬重的流亡者身上可以看到。如果个人的安全感寄于与他人的融合，那么他孤单时就可能产生焦虑，如果一个人的安全感寄于默默无闻，那么当他引入注目时，焦虑也许就会出现。

鉴于这些资料，似乎能证明神经症患者的焦虑所受的危险，就是他的特定神经症倾向，也就是说，是那些他追求的，自己的安全感所寄托的倾向。

这样解释神经症焦虑所受的危险使得我们容易回答危险源的问题。答案倒也一般：任何可能危害个人的保护性追求，即他的特定神经症倾向的东西，都可能引起焦虑。如果我们理解人获得安全的主要手段，那我们就能预测什么东西可能使他感到焦虑。

危险之源可能就在外部环境，例如，流亡者突然失去威望，他就需要安全感。同样，一位女人受虐狂般地依赖丈夫，如果因外部环境的缘故她有失去丈夫的危险，不管这外部环境是疾病、丈夫的出国还是另一位女人，那她可能会感到焦虑。

危险之源也可能就在神经症患者本人身上，这个事实使我们理解神经症焦虑变得复杂。他身上的神经症倾向——可能是危险的根源，如果它可能危险到安全手段的话。

神经症患者产生这种焦虑，可能是因为一个小的错误，一种正常的情感或一种正常冲动。例如，一个将安全感寄于永不犯错的人之所以产生焦虑，也许是由于他犯了一个人人都可能犯的错误或判断失误，如忘了人名，或旅行安排未尽周详。同样，一个倾心于无私形象的人，若稍稍动了合法合理私念也可能产生焦虑；而从孤零中求安全的人，若遇上爱情或

深情，也可能产生焦虑。

无疑，被当作威胁的内部因素中，暴露的敌意排在第一位。其原因有二，各种各样敌对反应在神经症中尤为频繁，这是因为每种神经症撇开其特殊性质不论，都会使人虚弱和脆弱。较之健康者，他更常常感到被拒绝，被责骂，被羞辱，因此他的反应更多是愤怒、防御性的进攻、妒忌、贬抑或虐待狂冲动。另一个原因是，他对人的恐惧如此之大，形式如此之多，致使他不能轻易反抗，除非对他来说，鲁莽的、不友好的侵犯行为是种安全手段，可这种情形相对罕见。但是，作为危险因素的敌意的频繁出现，不应诱惑我们下结论说正是敌意本身引起焦虑。正如我们在前面讨论中暗示的，我们必须时时问一问，敌意造成的危险到底是什么？

压抑本身不激起焦虑，但如果它危害到某一至关重要的价值，就可能激起。因此，如果一位船长必须命令船改变航向以避免即刻撞船，而此刻他的手或声音却不能发挥作用，他于是陷入极大的恐慌，这种恐慌与神经症焦虑完全相类。决策受到抑制，这本身并不助长焦虑，但如果关键时刻不能克服这抑制，就容易产生焦虑。

最后，由于存在矛盾倾向，神经症倾向就可能受到危险。因此，要求独立的冲动若危害到因安全缘故而同样必要的依赖关系，就可能产生焦虑。同样，受虐狂依赖冲动也可能引起焦虑，如果个人的安全主要寄托于独立情感的话。由于每个神经症有许许多多的冲突倾向，所以一种倾向危害另一种倾向的机会也就无穷无尽。

但是，我们还须考虑仅仅存在矛盾倾向并不说明焦虑就会产生。对付矛盾倾向的可能性也很多。一种倾向也许被压抑得如此彻底，以致于不会干扰任何其他倾向；它也许可被归入幻想；也许可找到妥协的解决方法，如消极抵抗，它就是反抗与顺从间的妥协方法。一种倾向也许会压制另一种倾向，就像对默默无闻的强迫性需求可能压制相随而至的强迫性担负。这些各式各样的解决方法有制造一种均衡，尽管这均衡也许不甚牢固。唯有这均衡受到妨碍，且安全手段因此多少受到严重危害时，焦虑才会发生。

如果将我的神经症焦虑概念与弗洛伊德的焦虑概念作一比较，也许有助于澄清我的概念。弗洛伊德认为，危险之源在“本我”和“超我”之间，这一点我已提及过，也许可以说它与我称作神经症倾向的东西大致不谋而合。根据我的观念，危险之源是不确定的；它可能或由内部因素或由外部因素构成；激起焦虑的内部因素不一定是像弗洛伊德所说的内驱力或冲动；但它可能是一种压抑。神经症倾向也可能是危险之源，但若果真如此，其原因也与其他刺激性因素相同，即因为它危害到至关重要的安全手段。

根据我的概念，神经症倾向并不真是危险之源，而是那个受到威胁的事物，因为安全感寄托在这些倾向的顺利操作上。操作一旦失灵，焦虑马上出现。另一个不同的看法是，受到威胁的事物不是像弗洛伊德所说的“自我”，而是个人的安全感，因为他的安全感寄托在他的神经症倾向的作用上。

有关神经症焦虑问题，我与弗洛伊德的分歧归根结底在于论述力比多理论和“超我”时出现的不同。在我看来，弗洛伊德视为本能内驱力或它们的衍生物的东西，是因安全缘故而形成的倾向。它们受到潜在的“基本焦虑”的限制。因此，根据我对神经症的解释，我们必须区分两类焦虑：基本焦虑和明显焦虑。前者是对潜在危险作出的反应；后者是对一个明显危险作出的反应。明显一词在这里并不指有意识。每一种焦虑，无论潜在的还是明显的，都可能因种种原因[实际上，不同人对焦虑的不同态度值得仔细观察，因为它们显示出重要特征]受到压抑；焦虑也许只有在梦境中，在身体上的伴随症状里，在通常的草率中才显露出来，无需被有意识地察觉。

两种类型焦虑的不同之处，可以用一幅画面来说明。假设一个人正在一个陌生的国家旅行，而他又知道这个国家充满危险：不友好的土著人，危险的动物，以及食物不足。只要他有杆枪，有食物来源，他就会意识到潜在危险，但他不会有明显焦虑，因为他感到他有

自我保护的手段。但是，如果他的枪支弹药和食物供给被毁坏或被偷，危险就显而易见了。那么——假如生命于他具有第一价值——他就会有明显焦虑。

基本焦虑本身就是一种神经症现象。它主要是现存的、既依赖又反叛父母的冲突造成的。由于依赖，对父母的敌意须受压抑。我在一本早期出版的书中详细论述过，压抑敌意有助于使人毫无防御能力，因为这使他看不到他应该与之战斗的危险。如果他压抑他的敌意，这说明他不再意识到某些人对具有威胁；因此在他应该警惕的场合，他却可能表现得顺从、听话、友好。这种毫无防备，加上害怕报复，虽受到压抑却仍然存在，它是用来解释在一个充满潜在敌意的世界里，神经症患者之所以具有孤苦无助这一基本情感的有力因素之一。[基本神经症和一般人类的害怕现象不同之处在于：害怕是面对现存的危险——疾病、贫穷、死亡、自然力、敌人——而表达出的人类的孤立无助的情感；而在基本焦虑中，孤立无助感主要是由被压抑的敌意引发，危险之源被认为主要是预期的来自他人的敌意。]

第三个理解焦虑有关的问题仍有待讨论：个人面对危险的孤苦无助。弗洛伊德认为，造成这种孤立无助的原因是“自我”脆弱，而“自我”又须依赖“本我”和“超我”。我则认为，孤立无援在某种程度上暗含在基本焦虑当中。另一个原因是神经症患者的处境不安全。一方面，他严格坚持用自己的安全手段保护着自己，但另一方面又使他自己没有防御能力。他就像个走钢绳的演员，自己保持平衡的能力保护他不至于掉下来，但也使他面对其他危险显得孤立无助。最后，孤立无助暗含在神经症内驱力的强迫性本质中。造成神经症焦虑的主要内部因素也具有强制性的特点，因为它们埋藏在神经症刚性结构之中。神经症患者没有力量抑制自己不能某些刺激作出敌意反应，他甚至不能减少这种反应，无论危害自己的安全有多重也一样。他也没有力量暂时除去（比如说）自己的惰性，无论这种惰性会如何强烈地危及他对勃勃雄心的追求，这些追求同样也是强制性的。神经症患者经常抱怨有陷落的感觉，这是完全有道理的。明显焦虑的最大部部是他孤立无援陷入两难之境的结果，因为这种处境两方面都是强制性的。

改变焦虑概念就势必改变治疗方法。信奉弗洛伊德概念的分析者对病人的焦虑作出的反应是寻找被压抑的内驱力。在精神分析治疗过程中，当焦虑出现时，他脑子里会产生这样的问题，病人是否压抑了针对分析者的敌意冲动，或者他是否有自己没有意识到的性欲要求？另外，只要分析者的思想受制于理论上的预先假设，他会期望发现大量的影响感情的因素，而当发现自己在解释实际情境中的大量因素时窘态百出，他最后只好求助于这种看法：欲望或敌意的如此程度表现出尚未消退的婴幼儿期的影响，这些影响曾一度受到压抑，但现在复苏了并且移置到了他身上。

根据我对焦虑的解释，分析者碰到病人的焦虑问题时，应该适时向病人解释，焦虑往往是某种没有意识到的尖锐两难之境的结果，由此而鼓励病人寻找这种处境的本质。回到我们的第一个例子，病人对分析者表现出敌意，分析者理解了这种敌对反应的原因之后，应该告诉病人，发泄敌意尽管使他得到宽慰，但没有完全解决他的焦虑问题。人没有焦虑也可能有敌意；如果焦虑已经产生，他也许感到某种重要的东西受到敌意的危害。对这个问题的刨根问底——如果成功的话——就可能揭示受到敌意危害的神经症倾向。

根据我的经验，这种方法不仅使我们能够在一个更短的时间内治疗病人的焦虑，而且可以了解到有关病人性格结构的重要资料。弗洛伊德正确指出，释梦是理解病人无意识过程的途径，这话也适用于分析明显焦虑。正确分析焦虑情境是通往理解病人冲突的主要道路之一。

第十三章 “超我”概念

构成弗洛伊德“超我”概念的基础是以下的主要观察：有些神经症患者似乎坚持既极严又极高的道德标准；他们生命中的动力不是获得幸福的愿望，而是追求正确与完美的强烈冲动；他们受到一系列的“应该”和“必须”的支配——必须把工作做得完美，必须多才多能，必须有完美的判断力，必须是个模范丈夫、模范女儿、模范家庭主妇等等。

他们强迫性的道德目标不屈不挠，绝不允许出现他们无法控制的情况，不管这些情况是内在的还是外在的。他们认为自己应该能够控制每一种焦虑，不管这种焦虑有多深；自己应该不受伤害，不犯任何错误。如果他们不能任合自己的道德准则，焦虑或负疚感就可能发生。被这些要求所控制的病人，不仅因为现在不能符合这些要求而责备自己，而且也因为过去没有符合这些要求而责备自己。尽管他们是在不利的环境下成长的，他们仍觉得自己不应受到这些环境的影响；他们本应该足够坚强以忍受任何虐待，而不应有恐惧、依顺、憎恨等这样的情感反应。承担着如此多的不合理责任，很容易错误地导致那种可以追溯到童年时期的负疚感。

这些要求的绝对性，也可见于它们往往被不加选择地应用的事实。个人可能置他们的令人不快的品质于不顾，依然然到有义务喜欢每个人，而且如果他做不到这一点，他就会挑剔自己。比如，一位病人谈到一位妇女，说她冷酷无情，自私自利，不体贴人，吝啬，这从有关事件看得出来。接着，这位病人开始“分析”自己不喜欢她的原因。我打断她，问她为什么感到非要喜欢那位妇女，因为在我看来，有足够的理由不喜欢这个苛求的女人；对这个问题，病人回答得很宽慰，她当时认识到，不管人的品质价值如何，去喜欢每个人已经成为她不成文的法则。

这些准则的强制性本质的另一个方面，是弗洛伊德所谓的“自我陌生”性格。他用这个术语的含义是指个人似乎对自己强制准则没有发言权。无论他喜欢它们与否，无论他相信其价值与否，这跟他不加区别地应用它们的能力毫无关系。这些准则确实存在，不容置疑，也不可阻挡，并且还必须遵守。它们若有偏离，这偏离必须得到个人有意识思想的仔细认可，否则接踵而至的就是负疚感、自卑感或焦虑。

个人可能意识到强迫性道德目标的确存在，比如也许会说他是一个“完美主义者”，也许他可能不这么说——因为他对完美的执著不允许他承认非理性完美追求——但，他可能一次次重复，他该如何有能力感到不受伤害，该如何有能力控制情绪或应付每一种情境。或者，他也许天真地确信，依气质而论，他是“好的”，有良知有理性。最后，他也许根本没有意识到存在这类目标，更不用说它们的强迫性特征。简言之，人们对这些准则的意识程度是大相径庭的。

总的来说，无论这里或别处，内驱力是否有意识的问题太宽泛了，以致不能揭示预期结果。一个人也许意识到自己雄心勃勃，但却意识不到这种雄心却控制着他，或意识不到雄心的破坏性特征。他也许意识到不时地有焦虑感，但却不知道焦虑在何等程度上决定着他的整个生活模式。同样，简单地说一个人意识到或者没有意识到对道德完美的需求，这种说法没有多少意味。要探出意识的存在并不太难，重要的是，分析者和病人应认识到这些需求对个人与他人及与自己关系的影响的程度和本质，也应认识到那些使个人觉得必须维护他的严格准则的因素。从这两条思路进行研究意味着艰苦的工作，因为正是在这些问题里开始展开与各种无意识因素的斗争。

人们也许会问，如果病人极少意识到他的准则的存在，也从未意识到这些准则的力量和影响，那么分析者怎么可能得出这些要求是现实存在并发生效用的结论呢？这里有三大

类资料。

一，人们观察到，一个人的僵硬行为可能一成不变，尽管这种行为既不是环境也不是他的利益所要求的。例如，他可能总是不分张三李四地为别人办事，借钱给他们，给他们找工作，为他们跑腿，然而他却总是不能为他自己办事。

二，人们看到，有些焦虑、自卑感或自责的出现，是由于实际或可能偏离了现有强迫性准则而作出的反应。例如，一位刚开始做实验的医科学生会感到自己很笨，因为他不能立即把血球计数做得又快又准；一个待人一向慷慨的人，当他想去旅行或买套舒适的公寓时，就有阵阵焦虑，尽管这两桩事都在他的财力范围之内；一个人若判断失误，他就会责备自己，深感自己太无用，尽管这种判断涉及的问题也可允许有不同的看法。

最后，人们还看到，人常常觉得别人在谴责他，或期望他做出不合情理的成绩。而实际上，他们既未谴责他也未苛求他。这种情形下，我们也许可下结论说，个人有充足的理由设想这些态度的确存在。他的设想或许暗示（比如说）他正投影出他的自我苛求和自我谴责态度。

我认为这些资料是正确的。看清了这一现象和它对理解及治疗神经症的重要性，就从一方面证实了弗洛伊德有锐利的观察力。剩下的问题是如何解释它。

弗洛伊德基于他的本能理论，只能设想诸如对完美的神经症般的需求的强大力量本质上是本能的。他将这种力量看作各种本能或本能衍生物的结合。在弗洛伊德看来，它是种混合物，由自恋欲、受虐欲，尤其是破坏欲混合而成；它也是俄狄浦斯情结的残余物。就它代表了具体化的父母形象而言，它的禁令必须遵守。在此，我将不讨论这些可能性，因为在前面几章里，我已经说明了为什么我认为涉及的理论问题值得争论。这里识说一点就够了：弗洛伊德的“超我”概念是与力比多理论和死亡本能理论相一致的；如果我们接受这些理论，我们也必须接受他的“超我”观点。

回顾弗洛伊德对这人问题的论著，我们发现他的主要看法是，“超我”是个原本具有禁止特征的内部机构。它像个秘密警察局，准确地察觉任何被禁止的冲动倾向，尤其是攻击性倾向，并且当它们出现时，就无情地惩罚个人。由于“超我”似乎激起了焦虑和负疚感，弗洛伊德故而下结论说，它肯定被赋予了某种破坏力。于是神经症式的对完美的需求就被看作“超我”的专制力量的结果。为了符合“超我”并避免惩罚，个人不管意愿与否，都必须达到完美，现在来阐明这一点：弗洛伊德明确反对涉及自我强制限制与理想之间关系的通常看法；通常说来，限制被认为是现有道德目标的结果，但是弗洛伊德把道德目标看作是虐待狂侵犯的结果。“一般解释这种情境的观点正好相反：自我理想建立的准则似乎是压制攻击性的动机。”个人因此指向自己的虐待狂从原本应发泄于他人的虐待狂中获取力量。他不憎恨、折磨、指责他人，而是憎恨、折磨、指责自己。

弗洛伊德指供了两种观察作为这些论点的证据。一种是，沉迷于完美需求的人把自己弄得痛苦不堪；简言之，他们在限制要求下感到窒息。另一种是，用弗洛伊德的话说，“人越是制止自己对他人的攻击性倾向就越暴虐，也就是说，在他的自我理想中他变得具有攻击性。”

第一种观察无疑是对的，但它也允许有其他解释。第二种则有争议。的确，这类人或许对他人表面慷慨，却不给自己任何享受，他们也许一方面焦急地自逼着批评或伤害他人，一方面又用自我谴责来责备自己。但是，这种观察除了能有不同的解释之外，并不能保证具有普遍性。它有许多自相矛盾之处：也有这种神经症患者，他们甚至表面上苛求他人跟苛求自己一样，鄙视他人跟鄙视自己一样，乐意谴责他人跟乐意谴责自己一样。还有那种种残酷又如何评说呢？比如以道德或宗教需求的名义而进行的残酷行为。

如果神经症式的对完美的需求不是假定的禁止力量作用的结果，那它的意义又是什么呢？弗洛伊德的解释虽然值得争议，但却包含了一条建设性的线索，这就是这些解释尚未

说出的话，追求完美缺乏真诚。倘若用通俗的话来说，就是这种道德追求“挂羊头卖狗肉”。就这方面，亚历山大专有阐述，他指出神经症式的道德目标追求太拘泥于形式，因此其特征是表面虔诚而实际虚伪。

那些似乎受驱于不屈不挠追求完美的人，只是做出一番姿态，假装有令人兴奋的美德而已。[] 真心实意想有所收获的人，当他看到自己身上的障碍妨碍着自己的目标，就乐意深探祸源，以便最终能将它克服。比如，如果他时常发现自己无故动怒，他应先努力控制自己动怒，如果这种方法无效，他应积极努力发现自己人格中什么倾向使他动怒，并在可能的情况下努力改变它们。我们说的神经症患者却不是这样。他先将自己的动怒减到最低限度，或者给它寻找理由。若这些办法失败，他就无情地责备自己的态度。他会千方百计控制它。如果控制不了，他就责备自己没有控制力。但是，他努力到这里就驻足不前了。他从不想到，他自身可能有问题以致动怒。因此，一切都没有变化，这游戏照旧无休止地重复。

在他被分析时，他会认识到自己的努力归于徒劳，虽然他不情愿看到这一点。分析者告诉他说，动怒仅仅冒出水面的水泡，对此他可能既礼貌又理智地接受。但是，只要分析者一触及更深一层的障碍，他就会作出复杂的反应，既暗暗动怒又焦虑不已，用不了多久还会机灵地争辩说是分析者错了，至少会说是分析者在夸大其词。结果，他可能以再次谴责自己不能控制动怒而告终。这种反应，每当触及到一个更深一层的问题，无论多么小心翼翼，还可能重复出现。

因此，这类人不仅没有探索之心深入到障碍的根源，作出实际改变，而且还积极地反对这样做。他们非但没有被分析的愿望，而且还厌恶这种愿望。要不是有些症状太严重，如恐惧症、疑病症、忧虑等等，他们可能永远不会求助于分析，不管他们的性格困难实际有多大。当他们确实来寻求治疗时，他们希望消除他们的症状，而他们的人格却原封不动地保留。

我从这些观察中得出的结论是，上述这种人，并不像弗洛伊德所说的，受驱于一个“尽善尽美”的需求，而是受驱于保持表面完美的需求。是哪些人眼中的表面呢？第一印象是，这种人首先要自己认为看上去是对的。他也许确因自己的缺点而责备自己，不管这些缺点是否被他人发现。他表面上相怪不受他人的支配。正是这种印象使弗洛伊德产生了这种观念：“超我”虽最初源于幼儿期的爱、恨和恐惧，但最终变成了道德禁忌的、在内心的自主表现。

的确，这类人显示出明显的独立倾向，与受虐狂倾向突出的人相比，这更加清楚。但是，这种独立来自反抗，而非来自内部力量，正是出于这个原因，它具有很大的欺骗性。实际上，他们极度依赖他人——以他们自己特定的方式。他们的情感、思想和行为都取决于他们感到别人寄予他们的期望，不管他们对这些期望作出的反应是对抗还是依顺。他们也依赖别人对他们的看法。因此，这种依赖仍是特定的；对他们来说，最要紧的是让别人认识到他们一贯正确。任何异议都令他们感到不安，因为异议意味着他们的一贯正确被人怀疑。因此，他们急于呈现出来的正确表面，是既为了别人的恩惠又为了自己的利益而作出的矫饰。下面我将谈谈表面完美需求，这种需求简单地表现为既要在自己的眼里又要在别人的眼中表面完美。

矫饰的这一特点在追求完美的强迫性需求中也会出现，而且还往往更加明显，这些需求不涉及道德问题，只涉及以自我为中心的目标，比如，必须无所不知，这一现象常见于我们这个时代的知识分子当中，而且也容易观察到。当这种人碰到了他不能回答的问题时，他就不惜任何代价假装知道，尽管承认不知道根本不会影响他的学术威望。或者，他只在形式上玩科学术语、方式和理论的把戏。

如果我们把个人的努力看作是因完美和一贯正确的“假象”而发——出于某种原因，这有必要加以维持——那么整个“超我”概念就从根本上改变了。“超我”就不再是“自我”

内部的一个特殊机构，而是个人的一种特殊需求。它不鼓吹道德完美，但却表达了神经症式的、保持完美表象的需求。

在某种程度上，每一个生活在有机群体里的人都必须保住面子。在某种程度上，我们中的每个人都为周围环境的准则所左右。在某种程度上，我们都依赖于别人对我们的敬意。但是，发生在我们考虑的这种人身上的是——允许稍作夸张——人全然变成一个门面。他自己所想、所好、所恶以及所珍重的统统不重要了。唯一重要的是符合期望和准则，并且履行职责。

表现完美的冲动兴许与特定文化所珍重的东西有关：整洁、干净、准时、认真、有效、学术或艺术成就、理性、慷慨、忍耐、无私等。特定个人强调的完美取决于多种因素，比如：他的天赋；他童年时给他留下良好印象的人或品质；他小时候为之吃了苦头并使他决心做得更好的不良环境；他成为人杰的实际可能性；他须借助完美来保护自己不受伤害的焦虑。

我们如何理解这种想要表现完美的苛刻需求呢？

对于它的起源，弗洛伊德给我们提出了一条大体线索，他指出，这种倾向起源于童年时代，它与父母的禁忌有关，与压抑着的对禁忌的憎恨有关。但是，把“超我”禁忌看作几乎是父母施加的禁忌的直接残存物，就似乎简单化了。就像任何其他神经症倾向一样，能够说明它的产生原因的，不是童年时这个或那个个别特征，而是整个环境的总和。完美主义态度的原发基础基本上与自恋倾向的原发基础相同。由于这个基础曾与自恋问题一并讨论过，这里扼要重述一下就够了。作为种种不利影响的结果，儿童发现自己处于一个令人沮丧的环境。他的自我发育不全，因为他被迫迎合父母的期望，因而他失去了自主能力，失去了他自己的愿望、自己的目标和自己的判断。另一方面，他与人们疏远并害怕他们。前面提到过，有几种方法可以摆脱这种根本的不幸：自恋倾向、受虐倾向或完美主义倾向可能由此而产生。

有明显完美主义倾向的病人，他的童年史往往表明，他的父母自以为是，对孩子实行不容置疑的权威性管束，这种权威也许首先指的是道德准则或者个人专制统治。孩子也常受到许多不公正的待遇，如父母偏爱其他孩子或者为一些事情责骂他，而这些事情的过错不在他，而在父母或其他孩子。尽管这种不公待遇没有超出一般程度，但它产生的憎恨和愤慨却在一般程度之外，因为实际待遇与父母一贯正确的假象相差悬殊。由此而生的谴责，孩子不能表达出来，因为他对自己能不能被接受太没有把握。

作为这些环境的结果，儿童自己身上不再具有引力中心，而将它完全转移到权威身上。这是个逐渐和无意识的过程，看上去好像是儿童判定父亲或母亲一贯正确。好与坏，称心与不称心，快乐与不快乐，可爱与可恶，这些事物的衡量标准都从个人身上带走了，并永远与他无缘，他不再有自己的判断力了。

这样做下来，他就无从知道自己是在逃避，是在把外部准则做成自己的准则，从而确保了独立的假象，这里面的含义也可以作这样的解释：我做一切我被认为该做的事，从而以此代价摆脱了责任，获得了没人管我的权利。个人通过坚持外部原则，也获得了某种坚强，这种坚强遮掩了他的弱点，它好比紧身胸衣，护卫着受伤的脊骨。他的准则告诉他何为他的需求，何为对与错，因此他给人留下的坚强性格的印象是骗人的。这两种收获，都使他区别于受虐狂，受虐狂是公开地依赖他人，受虐狂的过分软弱用坚强的准则之盔也掩盖不了。

另外，通过对准则或期望的一味迎合，他使自己免于责备和攻击，从而消除了与环境的冲突；他的强迫性内在准则则左右着他的人际关系。

最后，通过坚持准则他获得了优越感。这种满足类似于自我膨胀获得的满足，不同之处在于：有自恋癖的人可能喜欢自己的了不起，喜欢因此而获得的他人羡慕；在追求正确的人身上，突出的是报复他人的心理。甚至极易产生的负疚感也被当作美德，因为内疚证明

个人对道德要求异常敏感。因此，如果分析者指出病人的自我谴责如何如何过分，病人就会有意无意地保留自己的看法，认为他比分析者优秀得多，而分析者衡量标准“较低”，根本不可能理解他。这种态度包含着一种多为无意识的虐待狂满足：用一个人的优势来刺痛和打击他人。虐待狂冲动，可以仅仅表现为贬损他人的思想，挖苦和嘲笑他人的错误或缺点。但是这种冲动旨在告诉别人，他们是多么愚蠢，多么无用，多么卑鄙，使他们感到自己是个废物；这种冲动是从一个人自己一贯正确的高度，用正义的愤慨来打击它们。通过做得“比你更圣洁”，个人就获得了鄙视他人的权利，并借此将他父母给自己造成的创伤施加到别人身上。尼采在《天亮》中描绘了这种道德的优越感，其标题是“文雅的残酷乃美德”。

“我们有一种道德，它完全建立在我们对盛名的渴望之上——因为我们对它的评价不高！的确，我们满可以问一问，这是什么冲动？它有什么基本含义？我们借用自己的外表，用它来使邻居悲哀，来激发他们的嫉妒，来唤起他们的无能和堕落感；我们竭力在他的舌上滴上一丁点我们的蜜，使他尝尝他命运的苦汁，就在我们将这个假定的好处赐予他时，一面却用锐利和胜利的目光看着他。

“看看这个人吧，他现在变得谦卑了，而且在谦卑中变得完美，而且通过谦卑寻找那些他长期准备折磨的人；因为你肯定可以找到他们的！还有一种人，他怜悯动物，并因此被人钦佩——但他正是借用这种手段，希望对某些人发泄他的残酷。看看那个伟大的艺术家吧：想象着他打败的对手的嫉妒，他心里早就乐不可支，他拒绝让自己的力量休眠，直到他成了一个伟人——他要求他人对他的伟大支付多少次心灵的痛苦！修女的贞洁：她用多么威胁的目光注视着与她生活不同的其他妇女的面庞！她目光中闪耀着怎样的复仇喜悦！这个题目不长，它的变异尽管可能数也数不清，但不会那么容易变得枯燥无味——因为断言追求高尚的美德本质上只是欢喜文雅的残酷，它仍然太荒谬，一者是新奇，一者又几乎是痛苦。”

这种报复性的战胜他人的冲动有许多根源。这种人不太可能从人际关系或工作中获得满足。爱和工作都变成强制的、他内心反对的责任。对他人的自发性的积极情感被遏止了，憎恨就有了一大堆理由。但是，不断产生虐待狂冲动的特定根源是，他感到自己的生命不为自己所有，他必须时时刻刻不辜负外部期待。他不知道正是他自己把自己的愿望和准则移交给了别人，所以他在责任和枷锁下感到窒息。因此，他想战胜别人只能通过一种方式来实现，那就是在正直和美德方面胜过别人。

因此个人的这种圆滑表面的反面，就是内心反对他人期望他所做的一切事情。一桩事或一种情感，只要是属于他被认为该做或感觉的，就足以激起他的反抗。有些罕见的例子，个别活动超出了这一类别，比如读侦探小说或吃糖果；因此这些也许是唯一不带内心反抗情绪而做的事。其结果往往是倦怠和惰性。一个人若不是自由的人——尽管他没有意识到，若不依自己的动力而行动，若他的行动和情感都被规定住，那么他的活动和整个人就变得毫无生气和没有吸引力。

由于不知不觉地阻挠期望的实际意义重大，须在此单独指出其特殊后果：工作压抑感。即使人自愿开始一件工作，但这工作不久就成了一种必须履行的责任，从而促使人产生消极反抗的工作态度。因此，他常常发现自己处于冲突之中，一边急着想把它做得完美，一边又根本不愿做。这种冲突的结果，因两边的种种因素而异。有时惰性多些，有时惰性少些，或者干脆不做。一种紧张，一阵偷懒就交替出现在同一个人身上。这反而把工作弄得异常艰辛。工作越是日常琐碎小事，紧张反倒越大，因为做每项工作都必须好得无懈可击，且倘若犯错，就会激起焦虑。所以要寻找种种借口彻底放弃工作，或者把工作责任推给别人。

这种既顺从又反抗的又重倾向也说明了治疗中的一个困难所在。分析者指望个人说出他的思想和情感，期望他自己了解自己并最终改变自己身上的某样东西。然而，分析者这样做使病人千方百计反抗这一程序。结果，这种类型的病人表面温顺，内心却阻挠分析者的努力。

这一基本结构可能产生两种焦虑。其中之一弗洛伊德已经描述过。他把这种焦虑称作对“超我”的惩罚性力量的恐惧。用简单的话说，它是种因犯错，或认识到缺点，或预见到失败而产生的焦虑。

按照我的解释，这种焦虑源于表面与背面间的悬殊。它主要是一种假面具被揭下的恐惧。这种恐惧，虽可能依附于某一特殊物上，比如手淫，却是神经症患者时时处处抛不开的恐惧，他害怕说不定哪一天被人揭去了面具，露出了骗子面目，或者哪一天被人发现他不是真正的慷慨或大公无私，而是真正的以自我为中心和自私自利者，或者被人发现他真正感兴趣的不是他的工作，而是他的荣誉。在聪明人身上，这种恐惧可以引起对共同讨论的担心，因为可能有人提出什么看法，也可能有人提出什么问题，而这些又是他不能即刻辩驳或回答的——而这么一来，“无所不知”就被揭穿了。他有许多喜欢他的朋友；但最好不要与他们亲密无间，因为他们可能渐渐对他失望。他的老板器重他，并委他以重任；但最好不要接受，因为他可能被发现根本没有这般才能。

害怕伪装被揭的恐惧——尽管这些伪装是真诚所致——使这种人怀疑和担心分析，因为分析显然是要去“发现”。他的恐惧可能突发于重重焦虑；它可能是有意识的，也可能表现为普通的羞怯，还可能伴随明显的坦率。害怕面具被揭去的恐惧是许多无形痛苦的根源。例如，它造成了不被需要的痛苦感受，这种感受在这里就是“没人喜欢我现在这副模样”。它是高傲与孤独的主要根源之一。

由于表面完美的需求包含着虐待狂冲动，所以害怕面具被揭的恐惧非常大。如果有人把自己抬高到十全十美的地位，并以此认为可以嘲笑他人的缺点，那么犯一个错误就会招致被人嘲讽、鄙视和羞辱的危险。

当一个人意识到具有或追求自己的意愿，却又找不到这些愿望在健康、教育、利他主义等方面的必要理由时，包含在这个结构中的另一种焦虑便产生了。例如，一位妇女对自己的要求总是过分谦让，当她去一家一流旅馆住宿时，她就会焦虑重重，尽管所需费用绝对没有超过她的经济能力，而且如果她去别的地方，亲戚朋友还认为她傻。同一个病人，当分析触及她对生活的要求这一问题时，就可能感到明显的焦虑。

理解这种焦虑有几种方式。一、可以把谦虚看成贪婪的反向作用，把因有合法愿望而滋生的焦虑看成害怕不能控制贪婪的恐惧。但是，这种解释并不令人满意的。的确，这些病人时有贪婪行为，但我认为，这些贪婪是一切个人愿望普遍受抑的第二性反应。

或者也可以认为，对病人来说，“无私”的外表与宽容、理性等外表一样绝对必要。如此，可把因为发现“自私”愿望而产生的焦虑解释成害怕伪装被揭的恐惧。这种解释虽然没错，但依我经验看来却不够全面，就是说，它不能使病人感到可以自由自在地拥有自己的愿望。

我用自己提供的方式来看待这种结构，唯有在此之后，我才认识到有可能对这种焦虑作更深的了解。分析时，这种人常常认为分析者期望他做出某种行为，如果他不肯，分析者就查他的老底。这种倾向通常被描述成“超我”对分析者的投影。于是，病人就听到说，是他把自己的要求投射到分析者身上。根据我的经验，这种解释不够完全。病人不仅投射他的要求，而且还确实想把分析者当作掌他船舵的船长。没有规矩，他就感到迷失方向，就像失了导航仪的船逐流漂荡。因此，不仅仅是他害怕被人发现，而且他的安全感深深根植他对规矩的服从和别人对他的期望，以致于他一旦没有这些东西就会无所适从。

有一次，我想说服一位病人，告诉她不是我想让她为了分析牺牲一切，而是她自己出于某种原因建立起这种假想，结果她对我非常生气，并且告诉我说，最好分发一些传单给病人，告诉他们分析时该怎么做。我们认为她失去了自主性（这是梦中所示）和自己的意愿，所以她不再是她自己。尽管成为她自己的打算对她具有吸引力，是她生命中最想得到的东西，但第二天晚上，她做了个充满焦虑的梦，梦见洪水来临，危及她的档案记录。她对自己并不

担忧，只担心她的档案。档案对她来说象征着完美。档案要做得时新和无瑕是生死攸关的大事。这个梦的含义是：如果我是我自己，如果我发泄我的情感（洪水），那么我的完美的外表就会受到危险。

我们容易作天真之想——像病人那样——想像成为自己是完全称心如意的事。的确它也非常宝贵。但是，如果一个人将一生的安全感建立在不是真实自我的基础上，那么发现外表的背后还有一个人时就会大吃一惊了。一个人不可能既是个活动木偶又是个心仪自然之士。只有在他克服了源于表里不一的焦虑后，他才能找到存于自身引力中心恢复当中的安全感。

这里提出的观点，从另一方面说明了抑制的原动力，这观点既涉及压抑力量又涉及受压抑的因素。弗洛伊德认为，除了对人的直接恐惧，对“超我”的恐惧也是造成压抑的力量。我认为对这种压抑因素的看法太狭隘了。任何内驱力、需求或情感都能被压抑，如果它危及另一个、对个人来说非常重要的内驱力、需求或情感的话。破坏性抱负可以受到压抑，这是需要保护无私外表的缘故。但是，出于安全的原因，个人必须以受虐狂的方式依赖他人，这或许是破坏性抱负受到压抑的另一个原因。因此不管如何理解“超我”，压抑的产生与“超我”是有联系的，但我认为，它只是众多重要因素中的一个而已。

至于能够使“超我”产生压抑的“超我”力量，弗洛伊德把它主要归咎于自我破坏本能。我认为，这一现象就像是主要因为它构成了反对潜在焦虑的坚强堡垒一样有威力。因此，像其他许多神经症倾向一样，它必须不惜任何代价加以维持。

弗洛伊德认为，正是本能内驱力，由于其反社会的特性才屈服于“超我”的压抑。如果为了清晰的缘故，我能用朴素的道德字眼来表达，那么弗洛伊德的观点就是，受到压抑的正是人身上腐败、邪恶的东西。这个观点无疑包含了弗洛伊德的伟大发现之一。但是，我想提出一个较为灵活的看法：受压抑的东西取决于个人感到不得不展现的外表；凡不符合这一外表的都会受到压抑。例如，一个人可能毫不顾忌地沉湎于污秽的想法和行为，或者肆无忌惮地对许多人存有盼其死亡之愿，但同时又可能压抑着出于个人利益的愿望。但是，我提出的看法的不同之处并没有很大的实践意义。外表大致与被视作“好的”东西相符，因此，代替外表受压抑的东西多半与被视作“坏的”或“卑鄙”的东西相符。

然而，还有一个重要的差异，它涉及受压抑的因素。简略地说，维持某种门面的需要导致压抑“坏的”、反社会的、自私自利的、“本能”的内驱力，而且也导致压抑人类中最有价值、最具活力的因素，比如，自发的意愿，自发的情感，个人的判断力等等。弗洛伊德看到了这个事实，但没有看到这个事实的重要性。比如说，他看到了人们可能不仅压抑贪婪，而且还可能压抑其合理意愿。但是，他解释这一现象时却指出，我们无法描述压抑的范围：立意要压抑的只是贪婪，而合理的意愿也随它而去。确实，这是可能发生的，但也存在压抑好的品质的现象。它们必须被压抑，因为它们会危及门面。

因此，总的来说，神经症患者的外表完美需求会导致两种压抑：1、压抑任何与其特定门面不符的东西；2、压抑任何使他不可能维持这一门面的东西。

鉴于外表完美需求所带来的痛苦后果，我们可以理解为什么弗洛伊德认为“超我”本质上是一个反自我机构。但是我认为，只要个人感到必须一贯正确，貌似侵犯自我的行为就是一种不可避免的结果。

弗洛伊德认为“超我”是道德要求，尤其是道德禁忌的内在表现。基于这种观点，我觉得有资格下一条结论：即“超我”本质上等同于良知和理想的正常现象，只是比良知和理想更加苛刻而已。据弗洛伊德看来，两者本质上都是对自我的残酷发泄。

除了我讲过的不同解释，正常的道德规范和神经症式的外表完美需求之间仍然有一些相似之处。的确，许多人的道德准则仅仅意味着保持道德外表。但是，如果断言道德准则通常大致如此，那就过于武断，与事实不符了。撇开理想的定义所涉及的哲学缠结不谈，也

可以说，理想代表了个人自认为于他有价值和须履行的情感或行为标准。它们没有异化于自我，而是自我的不可分割部分。“超我”只与它们表面上相似。如果说外表完美需求的内容只是偶然地与某一文化认可的道德准则相一致，那就不太正确；如果它们不与被认可的准则相一致，完美主义的目标就不能发挥其各种作用。但是它们只是模仿道德标准的姿态，它们仿佛是道德价值的冒牌货。

伪道德目标与道德标准和理想大相径庭，它阻碍了后者的发展。我们一直在讨论的这种承受着因求安宁而生恐惧的压力，故而采取了自己的标准。形式上，他遵守这些准则，但心底里却反抗它们。例如，他表面上待人友善，但感到这种态度——无意识地感到——是种不堪负担的强制。只有当他的友善失去强迫性的性质后，他才能开始考虑他自己是否愿意友好待人。

确实，神经症式的追求完美涉及道德问题，但它们既不是病人明显与之斗争的问题，也不是病人假装拥有的问题。真正的道德问题在于不真诚、傲慢和文雅的残酷，这些东西离不开已经讨论过的结构。病人不对这些品质负责；他是情不自禁地有这些东西。但是，分析时，他就得面对它们了，不是因为分析者有义务改善病人的道德观，而是因为病人受它们的折磨：它们干预与他人的良好关系，也干预病人本人，它们妨碍他的尽可能好的人格发展。尽管这部分分析对病人来说特别痛苦和焦心，但它也是可能带来最大宽慰的部分。威廉·詹姆斯说过，放弃伪装如同使它们得到满足，是苍天赐予的宽慰。从分析中的观察来看，放弃伪装得到的宽慰似乎比满足伪装得到的宽慰大得多。

第十四章 神经症内疚感

最初，人们并不认为内疚感在神经症中有重要作用。对它们的研究，都是与力比多冲动或前生殖器的幻想或乱伦的性质联系在一起。但是，很少有人像马西诺斯基那样声称，所有的神经症都是内疚神经症。只是在“超我”的概念形成之后，人们才开始关注内疚感，并把它们当作神经症原动力中的一个关键因素。实际上，强调内疚感，尤其是无意识内疚感理论和受虐狂概念，只是“超我”概念的其他方面。我之所以把它们分开加以论述，是因为某些我认为重要的问题可以得到恰当的关注。

在某些情况下，内疚感也许就当作内疚感来表达，因此可能使整个情形蒙上阴影。它们要么是普通的无用感，要么依附于特殊的行动、冲动、思想、与乱伦有关的幻想、手淫、涉及亲爱的人的死亡愿望等等。但是，从临床上来说，导致确信内疚感在神经症中起了广泛而主导作用的，不光是这些相对来说较小出现的直接表达方式，更是那些经常出现的间接表达方式。在那些被认为是构成内疚感的众多现象中，我将讨论一些特别重要的。

首先，某些类型的神经症病人沉湎于涉及每件事情的或明或暗的自我谴责：伤害别人的感情，为人卑鄙，不诚实，尖刻，想毁掉每个人，懒惰，虚弱，不守时。这种反责通常与愿意承担不幸事件的责任有关，这种事件大可以大到谋杀一位达官贵人，小可以小到患了感冒。这类人生病时，这责怪自己没有保重身体，没有穿足衣服，没有及时求医，或者没有防范传染病。如果朋友有段时间没有拜访，他的第一个反应就是思量又思量，是否可能伤害过朋友的情感。如果约会误，他觉得肯定是他的过错，是他没有听仔细。

有时候，这种自我谴责表现为没完没了地思考他本该说些什么，本该做些什么，或者不该忘记做什么，不该太过分以致排除了其他活动或者造成了失眠。很可能根本无法描述这种沉思的内容：他也许花上数小时苦苦思量他说过的话，别人说过的话，他本来应该说什

么，他说的话有什么影响；他是否关上了煤气开关，是否因为没有关，有人来了会受到伤害；是否有人踩到人行道上的桔子皮而摔倒，而这块桔子皮他本该捡起来。

我估计，自我反责的出现远比通常设想的要多，因为它们可能隐藏在看上去象是个人想认识自己动机的愿望背后。在这些情况下，神经症患者不会以任何方式公开地自我谴责，而是貌似在“分析”自己。例如，他也许想知道，他是否未曾开始做某项事，以证明自己的吸引力；是否没有说过伤害别人的话；或者是否他不干任何工作不是十足的偷懒。有时候，很难区分所有这些都是出于想最终有所改善的愿望而真诚地质问自己的动机，或者只是一种微妙适应精神分析法的自我反责形式。

另一组同样说明内疚感存在的现象，其表现形式是对他人的异议极度敏感，或者害怕被人发现。有这种担心的神经症患者，可能常常害怕别人因与他交往过甚而感到失望。分析时，这种病人可能将重要信息留在心里。他们对待分析过程，就像犯人对待法庭上的审判；因此他们时时存在戒备之心，但又不知道他们害怕被察觉的究竟是什么东西。为了排除可能的责骂或指责骂无效，这些病人小心翼翼地不犯任何错误并且严格遵守法令。

最后，还有的神经症患者似乎喜欢引祸上身。他们的行为非常有挑逗性，以致于他们常常受虐待。他们可能好像很容易闯祸，可能经常生病，丢钱——而且他们可能感到这些事情发生比没有发生更令他们心安理得。这些现象也被认为是内疚感的表现，或更确切地说，是需要以受难来赎罪。

从所有这些倾向中得出存在内疚感的结论似乎很有道理。自我反责好像是内疚感较直接的表达方式；显然，对批评的过度敏感，或对动机表示怀疑，通常是害怕过错被发现的结果（偷了东西的女仆，若有人随意问问东西放在哪儿，她就会将此无恶意的东西当作是怀疑她的诚实）；有罪受难一直沿用至今。因此，认为神经症患者比普通人更具内疚感是有道理的。

但是，这个假定却带出一个问题：为什么神经症患者感到如此内疚？他们看上去并不比其他坏人坏。弗洛伊德对这个问题的答案包含在“超我”概念之中。神经症患者虽不比他人坏，但因其严厉的道德至上的“超我”的缘故，他们比其他人更容易感到内疚。因此，根据弗洛伊德的阐述，内疚感表现为存在于“超我”与“自我”之间的张力。但这里又出现别一个难题。有的病人愿意接受关于他们内疚感的建议，有的则拒绝接受。[“就病人而言，这种内疚感是无声的，它并不告诉病人有内疚；病人不感到内疚，只是感到有病。这种内疚感仅仅是以抵制病愈的形式表现出来，要克服它相当困难。而且要说服病人这一动机隐藏在他继续生病的背后，也相当困难；他紧紧抓住一个更为明显的解释，即分析不是治疗其疾病的良方。”（《自我与本我》）] 解决这一窘境的方法是无意识内疚感理论：病人可能承受着无意识内疚感的煎熬，可自己对此却一无所知；他不得不用痛苦和神经症来补偿它们。他对“超我”的恐惧如此之大，以致于他宁可保持病状，也不愿认识到他感到内疚和为什么内疚。

确实，内疚感能够被压抑。但是，把无意识内疚感的存在，当作对那些情感所产生的现象的最终解释，也是不够的。无意识内疚感理论并不涉及这种情感的内容，不涉及它的为什么存在，何时以及如何存在。它仅仅是根据偶然判定必定存在这个人没有意识到的内疚感，好像只是凭借间接证据而定，这使得分析失去了治疗价值，使得这一理论失去了依据。

要想弄清这个问题——这在其他问题也一样——就可能需要就这一术语的含义达成一致看法，而不将它用于其他目的。在精神分析文献中，内疚感一词有时用来指无意识内疚的反应；有时又与惩罚需要同义。[H·南伯格已经把对内疚感等同于惩罚需要的观点提出正确质疑，尽管是出于其他原因。见《内疚感和惩罚需要》] 在一般语言中，这一术语现在用得既频繁又宽泛，所以我们常常想知道，当一个人说他感到内疚时，他是否真感到内疚。

“真感到内疚”是什么意思呢？我认为，在任何情境中，内疚是由于违反了特定文化中有效的道德要求或禁忌，内疚感就是表明痛苦地意识到做出了这种违反行为。但是，一

个人也许因为关键时刻没有帮助朋友而感到内疚，尽管对他俩来说，现存的准则是相同的。所以，我们还须补充，在内疚感当中，那种痛苦的意识关系到违反了个人所认定的那种准则。

内疚感可能是一种真实的情感，也可能不是。一个判断内疚感是否真实的重要标准，就是看它们是否伴有想作修补或做得更好的真挚愿望。一般说来，这种愿望的存在与否不仅取决于赋予被违准则的重要性，而且还取决于违反行为带来的好处。这些考虑至今可用，无论所犯过错是一种行为，还是一种情感，是一种冲动还是一种幻想。

当然，神经症患者可能有内疚感。就他的准则包含着真实因素这一程度来说，他对实际或想像的违反行为作出的反应，可能就是一种真实的内疚感。但是我们已经看到，他的准则至少有部分仅仅是别有用心的假象。它们是虚假的，从这一程度上说，他对违反那种虚假作出的反应与内疚感毫无关系，依照前面的界定，这反应全然是种伪装。因此，不能认为没有遵守“超我”的严格道德要求就一定会产生真实的内疚感，也不能依据内疚感的表象来下一结论，说这根源就是真正的内疚。

如果我们不接受这种观点，即我们描述的神经症现象是无意识内疚感的结果，那么它们的实际内容和意义又何在呢？这个问题的某些方面在讨论“超我”的时候已有所提示。但由于其他某些方面须作补充，我在此将它们重复一下。

对任何类似批评的东西过度敏感或对动机表示质疑，主要起因于完美表象与现存缺点或缺陷之间存在的悬殊。由于表象不可不维系，所以质疑其牢固性就是件令人害怕和恼怒的事。此外，完美主义的准则和拥有这些准则的企图与个人的自豪联系在一起。这是一种虚假的自豪，取代了真正的自豪。但不管是真是假，这个人自己为自己的准则而自豪，也因为有这些准则而感到高人一等。因此，他对批评又有另一种方式：羞辱感。这个反应在治疗中有实践意义，因为尽管有的病人表达它，另一些病人却掩盖或压抑它。由于他们的完美形象意味着理性，所以他们感到不应该受到分析者的建议的伤害，因为他们来分析的目的明确——就是来倾听分析者的建议。如果这些隐藏的羞辱感不能被及时发现，分析就可能因它们而失败。生病或保持病状的倾向将与受虐狂现象一并讨论。

自我反责通常结构复杂，就它们的含义没有单一答案，那些坚持给心理学问题指供简单答案的人，无疑会走上歧途。首先，自我反责是外表完美需求的绝对性带来的不可避免的后果。日常生活中的两个简单类比或许能说明问题：如果出于某种原因，赢一场乒乓球比赛对一个人来说很重要，那么比赛时笨手笨脚他就生自己的气；如果出于某种原因面试中给人留下好的印象对他来说很重要，那么他会忘记提到某个可以使他长处得以表现要点而生自己的气，并且还可能事后责备自己，说竟然忘记这一点真是太傻了。我们将这一描述应用到神经症的反责。我们已经看到，出于种种原因，外表完美需求是个有强制性的。对于神经症患者来说，不能维持完美形象就意味着失败和危险。因此，他肯定会因为某一步骤而对自己感到生气，不管这一步骤是思想上的情感上的还是行动上的，对他来说，都意味着完美失败。

这一过程就是弗洛伊德描述的“转而反对自己”的过程，它暗示着总体上敌视自己。但实际上，个人生自己的气仅仅是因为某一特殊东西。一般说来，他之所以自责，是因危害到了某一目标，而达到这一目标又很重要，甚至不可或缺。我们还记得，这一阐述与对神经症焦虑的阐述相近，在这种情形下，焦虑的确有可能产生。我们或许可推测自我反责本身是否就是企图对付正出现的焦虑。

自我的责的第二个含义与第一个紧密联系在一起。如前所说，完美主义者特别害怕别人认识到他们的门面仅仅是门面而已，因此他们对批评和责备怕得要命，从这人方面说，他们的自反的责就是企图预先准备受责备，通过自己提出责备来防止别人提出——甚至，通过明显苛责自己来平息别人的指责，从中获得宽慰。这与正常心理有明显相似之处。小孩在书上弄了墨水渍，他害怕因此受到责备，所以神情可能极度沮丧，希望借此平息老师的怒气，

得到几句宽慰的话，例如书上弄了点墨水渍毕竟不是大罪之类。对小孩来说，这可能是个策略。同样，反责自己的神经症患者也采取策略性的行动，尽管他自己没有意识到自己是在这样做：如果有人只取他的自我反责的表面价值，他会立即警惕起来；而且，就是这个自我反责极深的人，若有人轻微地批评他几句，他就会勃然大怒，并把批评当作不公平的待遇而加以怨恨。

在这种情况下，我们应该想起，自我反责不是躲避责备的唯一策略。还有相对一面，即反守为攻，主动进攻的策略倒是合了一句古老的格言：进攻是最好的防御。[为什么安娜·弗洛伊德把这一简单过程描绘成与攻击者的等同，这叫人难以理解。参见安娜·弗洛伊德《我与反机械论》(1936)]这是一种更直接的方法，因为它显露出隐藏在自我反责中的倾向，即那种极力否认存在任何缺点的倾向。这也是更有效的防御。但是，只有那些不怕攻击别人的神经症患者才能使用这一策略。

然而，害怕责骂别人的恐惧却通常存在。事实上，它是助长引发自我责备的另一因素。这一机制因害怕指责别人而把责备加在自己头上。它在神经症中起了一个非常重要的作用，因为一个神经症患者通常对他人怀有强烈的责备之心，但同时又非常害怕指责他们。

产生指责别人的情绪，原因有多种多样。神经症患者有恰当理由怨恨他早期环境中的父母及其他人。至于当前，他指责人的神经症部分来自他的特定性格结构。这事我们无法在此作公平评判，因为那将意味着先要重审神经症种种纠缠的可能性，然后详细推断责备如何必定会产生。因此，只要勾勒出部分原因就足够了：没完没了却又未认识到对他人寄予无限期望，而一旦期望没有实现便感到受到不公待遇；依赖他人——容易感到被人奴役并同时生出怨恨；自我膨胀或表面正直——感到被人误解、被人蔑视、被人无辜批评；必须表面一贯正确；借指责别人来躲避洞察自己的缺点；表面利他主义——容易感到被人辱骂、被人强制等等。

同样，压抑指责他人的情绪也有许多颇具说服力的理由。首先，神经症患者害怕他人。他以种种方式过分依赖他人，无论是依赖他人的保护、他人的帮助还是他人的观点。由于他必须装出一副有理性的外表，故而不能流露或发泄没有充足理由的悲伤。因而，常常有把对别人的尖刻责备积存起来的情景。尖刻责备没有得到发泄就变成一种爆炸性的力量，于是就成了个人的危险之源。他必须千方百计把它们暂时压一压。正是在这里，自我反责作为控制它们的手段出现了。个人迫使自己感到，别人根本没有什么过错，有过错的只是他自己。[这种阻止别人的批评的迫切需求反使自己不能批判性的评价别人，于是助长了面对他们的孤立无助感]我认为，这是一个过程的原动力，弗洛伊德把此过程描绘为将自己与自己感到要指责的那个人等同起来。

把对别人的指责转移到自己身上，这一做法常常基于这个哲理，即一旦有不利事件发生，总得有人来承担。如果不是总是，至少一般来说，那些建造一个庞大机构以维持完美形象的人对临近的灾难会显得焦虑重重。他们觉得好像生活在一柄悬着的随时可能落下的剑下，尽管他们自己也许没有意识到这些恐惧，他们基本没有能力来直面生活中的波折。他们不能面对这样一个事实，即，生活就像一道数学难题，无法计算其结果，在某种程度上，生活就像一次冒险或一场赌博，有福也有祸，充满着无法预测的艰难与危险，充满着预料不到也不可预料的困惑。作为一种获得宽慰的手段，他们死守着一个信念：生活是可以算计的，也是可以控制的。因此，他们相信倘若出了错，必定是某人的过错，因为这样想才能够避免令人不快和令人害怕的认识——生活是不可算计和无法控制的。如果这样的人出于某种原因，停止指责别人，那么他们就会因为不利事件而指责自己。

隐藏在明显内疚感背后的问题，其范围不能被指出的因素所穷尽。比如，出于各种原因而产生的自我轻视的倾向，可能很容易被人认为是源于内疚感中生出的无用感。但是我的意图，并非想一一述尽所有隐藏着的原动力，我只想说明一点，即，不是所有被认为是

内疚感的现象事实上都要以那种方式加以解决：可能存在虚假的内疚感，真内疚不存在；也可能有一种反应——比如恐惧、羞辱、愤怒，决意避开批评，无力指责别人，有不利事件就需有人来承担——这些与自责无关，之所以那样解释，仅仅是因为理论上的先入之见。

关于“超我”和内疚感，我与弗洛伊德的不同看法包含了不同的治疗方法。弗洛伊德认为无意识内疚感是治疗严重神经症的一大障碍，这在他的拒绝治疗反应理论中有详细论述。而我的解释是，病人之所以不能真正洞悉自己的问题，其困难在于他提供的貌似穿不透的外表，因为他的外表完美需求是强迫性的。他把来接受精神分析当作最后的求助手段，可来时心里却相信自己其实安然无恙，他正常得很，根本没有真病。他憎恨任何对他的动机提出质疑的解释或表明他存在问题的解释。他最多也只是理性地接受这类解释，他要表现完美无缺的决心如此之大，以致于他不得不否认任何缺陷，甚至否认他身上存在的任何问题。他心里很踏实，踏实得跟一种真正本能差不多，他的神经症自我反责避免了实际上的弱点。事实上，它们的功能旨在不让他面对真正的缺陷。它们是对现存目标的划率妥协，仅仅是获得宽慰的手段，让他确信自己毕竟不是太坏，确信自己的良心不安愈发使自己比别人更好。它们是种保全面子的手段，因为如果一个人真正想改进自己并看到这种可能，他就不会把时间浪费在自我反责上；无论如何，他不会感到指责自己就万事大吉，反倒会积极努力理解和改变自己。但是，神经症患者除了责备自己以外什么也不做。

因此，要做的第一件事就是指出他对自己的要求是不切实际的，然后使他认识到他的目标和他的成就只具其形不具其质。他完美的外表与他实际的倾向之间的悬殊必须揭示出来。他必须感到他的完美主义的需求苛刻得有问题。所有这些需求所带来的后果必须认真研究。他对分析者询问他，想从他身上发现一些东西所作出的反应，必须加以分析。他必须理解造成这一需求以及维持这一需求的因素。他必须理解需求所起的作用。最后，他必须看到有关的真正的道德问题。这一方法比通常的方法更难，但是，这方法带来的观点，较之弗洛伊德关于治疗可能性的观点，要少些悲观。

第十五章 受虐狂现象

受虐狂通常被定义为通过受苦来追求性欲满足。这一定义包含三个先决条件：1、受虐狂本质上是一种性欲现象；2、它本质上追求满足；3、它本质上是一种受罪愿望。

说明第一点的资料是大家非常熟悉的事实：儿童会因为挨打而变得性欲兴奋；在受虐狂的反常行为中，性满足是靠被羞辱、被奴役或受肉体虐待来获取；在受虐狂幻想中，幻想类似情境会导致手淫。但是大多数受虐狂现象并不具有明显的性欲本质，也没有资料可表明它最终起源于性。论点代替了资料，这个论点的基础是力比多理论，它认为对待他人的受虐狂性格倾向或态度代表了某种受虐狂性欲冲动转换。因此可以认为，举例来说，一位妇女通过表演殉难者角色来获得满足，尽管这没有明显的性欲本质，但仍然是最终性欲根源的衍生物。

另一个假设涉及所谓的“道德受虐狂”，也就是说，“自我”为了与“超我”求和，急不可待地惹是生非，或招致失败，或用自我责备来鞭笞自己。弗洛伊德认为，“道德受虐狂”最终也是一种性欲现象。他坚决主张，当惩罚需求可以消除对“超我”的恐惧时，它就是一种经过修饰的，“自我”屈从于“超我”的性欲受虐狂行为，“超我”代表了一种具体化的父母形象。所有这些理论都值得争议，因为我认为它们运作的假设是错误的。由于这些假设已经讨论过，其论点就无需再考虑了。

其他作者对受虐狂现象中性欲满足强调不太多，但仍坚持这一前提，即为了理解受虐狂行为，人们必须用追求满足的字眼来定义它。这个前提是建立在这样一个推理之上的，即相信难以抗拒、难以对付的欲望是受虐狂欲求的话，它们就势必由一个最终能带来满足的目标所决定。因而，弗朗兹·亚历山大认为，那些人愿意自己受罪，但他们这样做不仅仅因为他们想逃避来自“超我”的惩罚威胁，而且还因为他们相信，通过罚以受罪，他们或许可以体验某些被禁止的冲动。弗里茨·威特尔斯提议，“受虐狂者希望证明他本人某部分无用，以便在重要的另一部分里活得更安全。他从别人感到的痛苦中获得快乐。”我本人已提出过一个假设，即，所有的受虐狂欲求最终是为了满足，也就是说，为了赦免的目标，为了用它所有的冲突和局限来摆脱自我，那么，我们在神经症中发现的受虐现象，则代表了一种对狂欢倾向的病理学修饰，这种倾向似乎世界各地都有。

但是，问题依然存在，对这种满足的追求是否最终决定了受虐狂现象呢？简而言之，是否能将受虐狂界定为本质上追求自我放弃呢？虽然这种欲求在某些病例中明显可见，但在其他病例中却并不明显。如果受虐狂是对赦免追求的定义要继续维持，我们就需要另一假设来支持这一界定，这个假设就是：这种欲求在不明显的时候也起作用。这样的假设可以做很多：比如说，所有受虐狂现象最终具有性欲本质，这一假设就是以它们为基础。而且肯定会有这种情况，即我们追逐的满足的幻想却居然没意识到。但是，没有佐证资料就运用这些假设是危险的。

在以下的论述中我将尽力说明，认为受虐狂本质上是追求满足只是一种先入之见，如果我们停止用这种先入之见来探讨受虐狂问题，可能会更具建设性。实际上，弗洛伊德本人也不死守这一假设。他曾主张，受虐狂是死亡本能与性欲内驱力融合的结果，融合的作用就是保护个人免遭自我毁灭。尽管因为死亡本能具有推测性，这一假设的基础不甚牢靠，但它仍然值得注意，因为它在受虐狂的讨论中引入了一个保护功能概念。

包含在受虐狂一般定义中的第三个论点——视它本质上是一种受苦愿望——与流行的观点相吻合。这样的言论可以证明，如，某某人感到不开心，除非有东西让他担心，除非他感到受了苦，诸如此类。在精神病学中，这个假设还有一个危险，即说明治疗某些神经症的困难时，把这些困难与病人保持病症的愿望联系在一起，而不是将它们与我们现在的心理学知识不足联系起来。

前面已经指出，这个论点的基本谬误，是忽视了一个事实，即欲求的迫切性可由其减轻焦虑的官能来决定。我们很快就会看到，受虐狂欲求在很大程度上也是一种获取安全感的特殊方式。

受虐狂一词是用来指性格倾向中的某一特定品质，但对这一品质的本质，它不作点滴评说。实际上，受虐狂性格倾向包含两大倾向。

一、自我轻视倾向。大多数情况下，个人没有意识到这种倾向，而仅仅意识到它的结果，表现在感到自己无吸引力、渺小、无能、愚蠢、无用。与我称之为自我膨胀倾向的自恋倾向相比较，这种受虐狂倾向是一种自我紧缩倾向。一个自恋者[我说的自恋者、受虐狂者或完美主义者是一种简化的表达方式，是指自恋倾向、受虐狂倾向或完美主义倾向在其身上突出的人]喜欢向自己和他人夸张自己的优点和能力，而受虐狂者喜欢夸张其缺点。自恋者喜欢感觉到自己轻松驾驭任何任务，完美主义者喜欢认为他必须有能力应付任何情况，而受虐狂者则倾向于用“我不能”三个字来做出孤立无助的反应。自恋者渴望成为注意的中心，完美主义者爱深居简出，因为自己的准则而暗自庆幸高人一等，而受虐狂者倾向于默默无闻，畏缩到一个角落里。

另一个主要倾向是倾向于个人依赖。受虐狂对他人的依赖不同于自恋者或完美主义者的依赖。自恋者依赖别人，是因为他需要他们的关注和羡慕。完美主义者虽然过分关心保留自己的独立，但实际上也依赖他人，因为他的安全感寄托在自动符合他认为别人寄予他的

期望。但是，他渴望对自己隐瞒这个事实和他依赖人的程度，而且像分析时那样，若有人揭穿这一事实，他就会感到这是打击他的自尊和安全感。这两种依赖都是特定性格结构所带来的不必要结果。另一方面，对受虐狂者来说，依靠实际上是一个生存条件。他觉得，要是没有另一个人的存在，没有仁慈、爱情和友谊，他就无法生活，就像没有空气无法生活一样。

为简便起见，我们把受虐狂者所依赖的人称作他的伙伴，不管这人是他的父母、情人、姐妹、丈夫、朋友或医生；[F·库恩凯尔指出了相关人对神经质者的重要性，但他把这看作神经症的一个普通特征，没有特别将它与受虐狂联系起来。E·弗洛姆称这种关系为共生关系，并认为是受虐狂性格结构中的一个基本倾向。]这“伙伴”可能不是一个个体，而是一个群体，比如家庭成员或宗派成员。

受虐狂觉得自己无独立做事的能力，并期望从伙伴那里得到一切：爱情、成功、声望、关怀、保护等。这是他没有认识到的，也多半是与他的有意识谦虚和卑微相违背的，所以他的期望具有寄生性。他认为自己依恋他人的理由非常有说服力，以致于他可能不愿认识这么个事实：他的伙伴现在不是也永远不是实现他的期望的合适人选；他不想认识到某一种关系中暗含的局限性。因此，他不满足于情感或兴趣的示意。通常，他对命运的态度也大体如此：他觉得自己像在握在命运手中的孤立无助的玩偶，或者，他感到一切都命中注定，且根本看不到自己把握命运的可能。

这些基本的受虐狂倾向的生长土壤，与自恋和完美主义倾向的生长土壤基本相同。简略总结一下：不利影响的综合作用，使儿童对个人的主动性、情感、愿望、见解等的自发主张受到扭曲，他感到周围的世界充满潜在敌意；在这些艰难的条件下，他必须找到妥善对待生活的可能性，因此就有了一种我称之为神经症倾向的东西。我们看到自我膨胀是这种倾向之一，而过分迎合准则是另一种。我相信，如前所述的受虐狂倾向的产生，是一种更进一步的倾向。任何这种方式提供的安全都是真实的。比如，完美主义者的虚假的适应，实际上抹去了与他人的明显冲突，给了他一种坚强的感觉。现在我们将力图理解受虐狂倾向也以何种方式提供安慰。

有能够依靠的朋友或亲戚，对任何人来说都是值得欣慰的。受虐狂在依赖中寻获的安慰，原则上属于同一类。它的独特个性起源于一个事实，即它以不同的假设为基础。一个在庇护环境下成长的维多利亚时期的女孩也依靠他人。但是，能依赖的世界通常是友好的。用依赖和接纳的态度来对待一个宽大、仁慈且提供保护的世界，既不痛苦也不会助长冲突。

但是，在神经症中，这个世界或多或少认为不可靠、冷酷、吝啬、充满复仇；而对这样一个充满潜在敌意的世界，一面感到要依赖它一面又感到孤苦无援，这无疑等于在重重危险中束手无策。受虐狂者对付这情境的办法，就是扑进某人的怜悯怀抱。他的个性完全淹没了，他与伙伴融为一体了，但却因此获得了某种宽慰。他获取这种宽慰的方式，简直就像一个弱小的遭到危险的国家，向一个强大的入侵者交出主权和独立从而获得保护一样。不同之处是，小国知道自己走这一着棋，不是因为它爱那个大国；而在神经症患者的头脑中，这一着棋常常表现出忠诚、献身或巨大的爱。但实际上，受虐狂无力去爱，也不相信伙伴或其他人会爱他。在献身的幌子下，出现的实际是一味依赖伙伴，以减轻焦虑。因此，这种安全本质上靠不住，被遗弃的恐惧也从未消失。伙伴的任何友好姿态会带来宽慰，但是伙伴若对其他人或对自己的工作产生兴趣，若不能满足受虐狂对关怀备至的没完没了的渴望，那么伙伴的这些行为，就可能立即使受虐狂者幻想出被遗弃的危险，从而激起焦虑。

通过自我贬低而获得的安全，是一种谦逊安全。必须再次强调，安全的确可以通过使自己渺小、没有吸引力或谦逊而获得，就像它能够通过给人留下有良好品质的印象而获得一样。寻求这种谦逊安全的人，行为像只老鼠，宁愿呆在洞里不出来，生怕出来就被猫吃掉。结果，对生活的感受就象偷乘者的感受一样：偷乘者没有自身的权利，还得不让别人注意自己。

这种态度的出现，被认为是由于这人死守谦逊行为模式，它的强制性，可见于一个事实，即当抛弃他人的支配时，焦虑就会产生。比如，如果这种人得到一个职位，而这个职位较之他目前的更有利，他反倒心存戒备。或者一个自视自己能力低下的人，若在讨论会上大肆宣扬自己的主张，反倒可能惊恐莫名；即使作出了有价值的贡献，说到贡献也是歉意满怀。这类人在其童年时代或青少年时期，常常害怕穿精致的衣服，害怕穿得比朋友漂亮，因为这会让他们感到引人注目。他们既不敢想像有人会因此而感受到他们的伤害，也不敢想像有人会因此而喜欢他们、欣赏他们；因为即便证明这是错的，他们还是坚信自己“算不了什么”。一件事情做得很出色，理当受到称赞，可他们听到称赞时却可能感到尴尬不安；他们自己反倒乐于贬损它的价值，从而剥夺自己从成就中获得的满足。因此而产生的焦虑，常常是工作压抑的一个重要特征。例如，创造性的工作也许变得非常痛苦，因为它向来意味着坚持自己的独特观点或情感。因此要完成这项工作，唯有身边时时有人不断鼓励才行。

源于“鼠洞”态度产生的焦虑，出现的频率似乎不与这种态度出现的频率成比例，也是因为生活机械的安排形式，防止了焦虑的产生，或者因为逃避反应成了机械行为这一事实。没有抓住机会，甚至没有注意到机会；对远在可能性和能力之下的二等职业，却借助种种借口抓住不放；甚至没有认识到能够并且应该提出要求；避免接触真正所喜欢或乐于帮助的人。经过了所有这些困难而取得了成功，可情绪上却未体验到这是成功。想出一个新主意，出色完成一项工作，思想上却马上贬低它们的价值。他买了一辆福特而不是林肯，尽管他更喜欢后者而且经济上也有能力。

神经症患者多半没有意识到他有谦逊倾向；他通常只感觉到其结果。他可能有意识地采取防御性的态度，同时认为他讨厌引人注目或者不在乎成功。也许他可能因为自己软弱、渺小、没有吸引力而只感到遗憾。也许他最常有的感觉是自卑感。这些感觉是他对自己主张退避三舍的结果而不是原因。

所有这些意味着存在软弱、无助的生活态度的倾向，都是大家熟悉的现象，但是它们的出现通常另有根源。在精神分析文献中，它们被描述为被动同情倾向的结果，内疚感的结果，或想做个孩子的愿望的结果——我认为所有这些解释都会使问题变得模糊不清。拿想做个孩子的愿望来说，受虐狂倾向也许真的仅表现为“我想做个孩子”；也许常常做梦，梦见自己回到子宫或被抱在母亲怀里。但是，说这种现象就是想做个孩子是没有多少道理的，因为神经症患者“希望”像小孩那么小就像他“希望”孤立无助一样；正是焦虑的压力迫使他采取他的策略。梦见成了个婴儿，并不能证明有想做婴儿的愿望，而是表达了希望被保护，不必自食其力，不必承担责任的愿望——这个愿望非常吸引人，因为借此生出了孤立无助的感觉。

迄今，我们看到了受虐狂倾向是一种减轻焦虑、对付生活中的困难，尤其是对付生活危险或被认为是生活危险的特定方式。然而这种方式本身却常起冲突。首先，神经症患者总是因自身的弱点而鄙视自己。这与文化铸成的孤立无助和依赖有明显区别。比如，那个维多利亚时代的女孩，就满足于依赖；这种依赖既不贬低她的幸福感，也不损害她的自信。相反地，某种柔弱和无助的依靠态度正是理想的女性品质。但是对受虐狂来说，不存在崇尚这种态度的文化模式。而且，尽管孤立无助给神经症患者提供了一种达到愿望的有用战略手段，但他想要的不是孤立无助，而是不引人注目和依赖；甚至他这种愿望，也仅仅是为了借此手段获得安全感。这样做的不可避免而且有害的结果就是软弱，软弱绝非原本所望，因为——如已经指出的——在一个充满潜在敌意的世界里，软弱是非常危险的。这一危险，加上别人对他的软弱心理不赞成，使得神经症患者不齿于软弱。

因此，软弱几乎是无休止恼怒的源泉，甚或是无力狂怒源泉，这种恼怒可能是由于日常生活中无数偶然原因造成的。但是偶然原因与因其而至的动怒往往不易被人察觉。可这种类型的人对此却记得很牢：他没有坚持自己的观点，不敢表达自己的愿望，屈从于他想要

拒绝的东西，对阴险之心知晓得太晚。他本该斩钉截铁可实际却调和致歉；实际却失去了一次机会；实际却用生病避开困境。

自己的软弱使他吃了一个又一个的苦头，这苦头是导致他不加区别地崇拜力量的原因之一。凡是敢于公然咄咄逼人或斩钉截铁的人，不管其价值如何，至少暗地里受到了崇拜。敢于撒谎或欺骗的人激起的暗自崇拜与为了崇尚事业表现神勇的人所激起的肃然起敬是同样深的。

这个心灵灾难的另一个后果是沾沾自喜的想法漫生。幻想中，受虐狂者可以对老板和妻子说出自己对他们的看法；在幻想中，他是个名垂千古、春风得意的花花公子；在幻想中，他搞创造发明、著书立说。这些幻想虽有安慰作用，但也加剧了存于他心中的对比。

以受虐狂依赖为基石的关系充满了对伙伴的敌意。我只提这种敌意的三个主要根源。一个是神经症患者对伙伴的期望。由于他自己缺乏能量、主动性和勇气，所以他暗自期望从伙伴那里得到一切，从关怀、帮助、减轻危险和负责，到生计、声望和荣誉。本质上——而且讳莫如深地——他想寄食于伙伴的生活。这些期望不大可能实现，因为没有哪个想保留自己个性和维护自己个人生活的伙伴能够满足他的期望。如果神经症患者意识到他对伙伴要求的程度，那么对失望作出的敌对反应就会使失望与反应间的比例失衡。在这种情况下，他就会因为没有得到他想得到的东西而一味生气。但是，于他要紧的不是摊牌，因此他须装得像小男孩或小女孩那样谦虚和天真。这一过程，说穿了是一种简单的利己主义生气反应，但在他的头脑中却被歪曲了。不是他在期望中自私自利不体贴人，而是他被伙伴冷落、愚弄和凌辱。于是，那不合理的生气反应就变成了恶狠狠的道行谴责。

另外，尽管受虐狂者因安全缘故，死守他“算不了什么”的信念，但他对他人的轻微忽视或不恭极度敏感，而且报之以盛怒，只是因种种原因而不发而已。即使给他以真诚的友谊，他也无动于衷，因为任何认为自己“算不了什么”的人都不可能认为别人会认为他算得了什么。因此而产生的对他人的尖刻，是别剧需要他人和憎恨他人间的冲突的主要因素之一。

敌意的第三个主要根源隐蔽得更深。由于受虐者不能容忍他和伙伴之间的距离，更不用说分离，所以他实际上感到自己做了奴隶。他觉得伙伴的条件，不论怎样的都必须接受。然而，因为他憎恨自己的依赖性，将它视为羞辱，所以不管伙伴多么体贴他，他内心还是必定对抗着伙伴。他觉得伙伴统治着他，自己就像只粘在蜘蛛网上的苍蝇，伙伴就是那蜘蛛。婚姻里，丈夫和妻子常有这类似情境，所以有可能两人都抱怨被对方支配得令人无法接受。

由此而产生的部分敌意可能偶然爆发出来。但是总体上，受虐狂者对伙伴的敌意构成一永久难灭的危险，因为他既需要伙伴又害怕疏远伙伴。

敌意来得更强烈些，焦虑也就接踵而至。但是，焦虑越增加，反过来对伙伴的依赖要求就越强。这样的恶性循环使分离愈加艰难和痛苦。因此，受虐狂者固有的人际关系中的冲突，说到底是依赖与敌意间的冲突。

上述受虐狂结构的基本倾向，势必与生活的各个方面有关。从其存在程度而言，这些基本倾向决定一个人追求愿望，表达敌意，逃避困难的方式。它们也决定他处理其他种种神经症需求的方式。比如控制他人的需求或外表完美的需求。最后，它们还决定他可得到的满足，从而影响他的性生活。下面我要讨论这些不同生活方面的具体受虐狂特征，但我只选择一些性格特征来谈，因为本章的目的不在研究受虐狂，而在传递受虐狂现象的基本原理的总体印象。

受虐狂的某些愿望可能直接表达出来，尽管表达的程度和表达时的条件有所不同。但是，受虐狂式的表达愿望的特定方式，在于受虐狂者因自身条件不好而生的需求在别人的印象中有多大。比如，一个保险推销员，不称赞保险的价值，反倒以他急需佣金为由恳求潜在顾客买他的保险。一个好的音乐家，求职时不给人留下他的技艺精湛的印象，反倒强调他

需要赚钱。说得尖锐些，表达愿望的特定方式就像绝望地喊救命，大意是说：“我太可怜了，太绝望了——帮帮我吧”；“如果你不帮我，我就彻底完了”；“在这个世界上我只有你——你一定得可怜可怜我”；“这事我干不了一一请你帮我做”；“他害得我好苦，要对我的一切痛苦负责——你必须为我做点什么”。听这些话的人就置身于强烈的道德责任下。较为清醒的精神病学观察者就会注意到，病人出于得到想要之物的战略目的，会无意识地夸大他的痛苦和需求。这种见解倒是正确的；病人正是借助一副痛苦无助的可怜相来显示获取某物的典型受虐狂策略。

但是问题仍然存在：为什么他只用这一特定策略？这种策略有时候可能有用，但大多数病历显示，有用也只是暂时而已；他周围的人们慢慢就厌倦了这种恳求，迟早会把他的可怜看作理所当然的事，不再有动于衷了。如果受虐狂者加强他的进攻，比如说，威胁着要自杀，他或许仍可以达到他的目的；但总有一天，这种威胁也不管用。因此，我们不能把他的态度仅仅当作一种策略。为了充分理解它，我们必须认识到，受虐狂者有意或无意地确信，他周围的世界冷酷、吝啬，根本不存在自发仁慈之类的东西。因此他感到，只有靠施加强大的压力，他才能获得他想要的东西。此外，他又基本认为，他没有为他自己要求任何东西的权利，因此在他的头脑中，愿望必须有正当的理由。在这场不幸中，他找到的答案，是把他目前的孤立无助和忧伤，用作施加压力和为自己的要求寻找理由的手段。不知不觉中，他让自己滑入了更深的痛苦和无助感里，因而主观上他觉得有权利要求帮助。至于这一过程中是在一派和气还是争吵不休中进行则取决于许多因素，但大体上，“受虐狂式的救命”的基本成分似乎总是相同的。

表达敌意的方式因性格结构而异，那种外表完美需求突出的人，借用自己道德或智力上的优越以及自己的一贯正确来刺痛或伤害别人。表达敌意的特定受虐狂方式如下：受难、无助，把自己说成是牺牲者、受害者，恨不得自己粉身碎骨——用人类学的术语来说，在受害者的门槛上自杀。他的敌意也可能出现在残酷的幻想里，尤其是梦见冒犯他的人蒙受羞辱。

受虐狂式的敌意并不完全是防御性的。它还常具有施虐狂的性质。一个人如果用他的权力使他人感到无助或受难[这个定义不全面，因为看到或听到灾难或残酷行为时也可能有类似的满足。但是在这里，本质上还是欣赏自己，优于那些遭受不幸事故、残酷行为、羞辱等受害者之上。马奎斯德·萨德指出了施虐狂力量的基本成份。尼采在他所有的著作中强调了这一点。后来，埃利希·弗洛姆在他论述权威心理学的演讲中强调了这一点]，以此获得满足，他就是施虐狂。施虐狂的冲动，源于软弱且受压迫的个人之复仇，就像一个奴隶的复仇，他渴望一种感觉，即他也能使他人屈服于他的愿望，使他们在他的打击下畏畏缩缩。有这种基本结构的受虐狂者，具备了促成上述含义的施虐狂倾向的所有先决条件：由于种种原因，他很软弱，他受到或感受到羞辱和压迫，而且在他心里，他要别人承担他受苦的责任。

这里，有一点理论上的歧异。弗洛伊德一贯假定施虐狂倾向和受虐狂倾向互为联系。他最初认为，受虐狂行为是内倾施虐狂行为，据此他争辩，原发性满足在于让别人受苦，其次，同样的冲动可能转向这人本身。弗洛伊德的后期受虐狂观点并未改变这种主张，因为只要受虐狂行为还是被当作性欲本能和破坏本能的融合，它在临床上的表现形式——这正是我们所感到兴趣的——仍然是种施虐狂冲动由他及己的转向。但是这新的见解借助推测增加了一种可能性，即受虐狂无论如何还是先于施虐狂（即原发性受虐狂）。虽然我不赞同后一主张的理论含义，但从临床的观点看我同意这一主张。基本的受虐狂结构是滋生施虐狂倾向的肥沃土壤。但是，我们不应急于对此说法下结论，因为施虐狂倾向绝非只是受虐狂倾向的特征。任何由于非神经症原因而软弱和受压抑的个人，都可能有一些倾向。

遇到困难畏缩不前，这本身当不是受虐狂行为。具体的受虐狂因素在于他感到困难的东西，尤其是在于他选择避免困难的方式。由于他的谦逊和依赖是强制性的，加之它们所带有的一切含义，鼯鼠丘在他眼里也往往成了高山，尤其是当他应该为自己做点事的时候，

或者当他面临责任和危险的时候。有些人也许只是避免作任何努力，稍须努力就可能引起反应，比如说，一想到要做件大点的事就浑身没劲，例如为圣诞节购物或搬家。受虐狂者对困难做出的典型反应是张口就说“我干不了”，有时则包裹在一种恐惧里，害怕做事所需的努力会伤害他。

他逃避困难的特有方式是借口拖延，尤其是借口生病。如果有许多令人不快和让人心惊的工作等着他，如果考试或与上司争辩，这些想想都可怕，那么他或许就生病，或至少希望出点事故。当他必须去看医生，或必须确定有商务安排时，他就拖延，把现有的问题从脑子里赶出去。比如，家庭情况纠缠不清需要理顺。倘若他静下心来，积极解决，他就会看到种种解决办法，脑子也就轻松了。可他偏不，反而从未清晰地思考目前的困境，他只稀里糊涂地希望，事情到时自会理顺，结果问题非但没有解决，反倒使他觉得有个巨大而模糊的威胁笼罩在他心头。这样逃避所有的困难加剧了他的软弱感，使他比实际更软弱，因为他失去了本可在战胜困难中得到的力量。基本受虐狂结构，也决定了个人对待其他神经症倾向的方法，这些倾向可能与他的受虐狂倾向结合在一起。我将简略地指出一些二者可能存在的相互联系。

前面讲过，讨论受虐狂结构，不可能将它与自以为是倾向分开。[这一说法不可倒过来说，没有受虐狂倾向或它在人格中不显著的时候，自我膨胀也可能产生。]它们所属的结构，多半体现为不让自己被自我鄙视所淹没的手段。它们通常全都停留在幻想里，耗去了大量的时间和精力。

但是，如果同时存在一个神经症抱负，而这个抱负使现实中因没能成就伟大、非凡的事业而令人难以忍受，那么情形则是另一幅模样。在这种情形下，就是遇上了尖锐的两难之境了，因为抱负鼓励个人压取成功。另一方面，谦逊又使他害怕成功。特定的受虐狂者对付这两难之境的办法，就将未能成功归咎于其他——人或环境——并且用疾病或伪装的缺陷来充当借口。女人或许把她的失败归咎于自己是一个女人，或者把没有从事创造性的工作处咎于日常事务太急迫了。想成为大演员却又不肯演戏的女孩，把她的不愿登台归因于自己身材太小。另一个女人把她没能在演艺事业中获得成功归因于别人的嫉妒。其他人把自己的失败归咎于家庭背景不好，或亲戚朋友干扰了他们的计划，或没有给予足够的支持。

这种类型的病人可能有意识地希望得慢性病，比如肺结核。通常他们没有意识到指望生病让他们着迷。但是，如果看到这种人贪婪地利用微乎其微的生病机会，就难以不得出这个结论了：每次心脏跳就让他想起心脏病；每次多排几回尿就以为是糖尿病；每次肚子痛就以为是阑尾炎。这种关注通常是疑病症恐惧的成分之一，这样，恐惧就成了期望疾病的反应，而疾病却只在想象中栩栩如生。这个人生病得到的益处使他很难相信，他的心脏、肺和胃根本没有毛病。正如每个医生凭借经验就知道的，这种病人可能肆无忌惮地怨恨有人说他没有病。不用说，这不是疑病症恐惧的全部解释，而只是有可能在他们身上起作用的因素之一。

最后，神经症障碍本身也许被用来作为一种借口，这个事实可能妨碍治疗。这种人认为，治果治愈了，就可能失去不让实际工作考察他实际能力的好借口。他害怕这种考察的理由有好几种。一种就是因为他的自我贬低倾向作祟，他本质上不相信自己能够做成一件事；另一种是他好像把力争成功看作“自招麻烦”；同时，他还隐约认识到，真正工作和真正成功的前景于他没有吸引力。与他在幻想中轻松达到迷人的目标相比，拼死拼活地做一项受人尊敬的工作就没有魅力了。因此，他经常更喜欢让他的雄心壮志停留在幻想中，继续把他的神经症难题当作借口。精神分析时，这一现象通常被解释为不愿变好，比如说，不愿变好是因惩罚需求的缘故。这种解释是冲不住脚的。比如，病人在疗养院疗养或去风景地游览，就没有责任，没有义务，也没有他人或自己的期望；他暂时感觉良好。更准确地说，这些病人一方面想康复，一方面又逃避这种指望，因为康复既意味着积极对待人生，又意味着失去不

积极实现其部分雄心的借口。

受虐狂倾向也能和强制性的权力和控制需求结合在一起。这点我能说得简单些，因为人人知道受虐狂者实施控制的方式是借助自己的受难和无助。他的家人和朋友可能屈从于他的愿望，因为他们害怕不这样做的话，就会有某种激变：绝望啦、消沉啦、功能性紊乱啦，等等。但是，必须补充的是，亲戚通常把他的行为当成纯粹的策略。艾尔弗雷德·阿德勒的功劳，是他指出了无意识策略的重要性，但是他把这种解释当作天衣无缝就是一种肤浅了。必须理解整个结构，从而把握为什么一个神经症患者一定要达到某一目标，为什么只有某些方式才能使他达到这目标。

这里最后要说的结合是受虐狂倾向与强迫性的外表完美需求间的结合。弗洛伊德认为，与这一需求相联系自我反责的根源，是对“超我”的惩罚力量的受虐狂式的屈服。我已经指出，这些倾向本身并不是受虐狂行为，而是取决于性格结构的其他因素。但是，它们可能出现在某个受虐狂倾向突出的人身上；在这种情况下，他们不仅仅是自我反责，而是形式上采取这样的倾向，即沉迷于内疚感，并求助于苦痛来补偿他们。非神经症的对付内疚感的办法，是坦然对待自己的缺点并尽力克服它们。然而，这一办法需要一定的内在能动性，而受虐狂者却鲜有这种能动性。

当然，受虐狂者试图用受难作补偿时，遵循了一种文化模式。用牺牲来抚慰神是广为流传的宗教方式。在我们的文化里，基督教相信受难是种赎罪的方式；刑法也把受难作为对犯罪的惩罚；只是最近才抛弃这个原则，改用教育。受虐狂者利用这些模式来鞭笞自己，这当中的明显特征是它的完全无效；其原因是这种情愿受罚并不涉及真正的内疚感，而是为他的强迫性外表完美需求服务，最终是企图重建他的完美形象。

最后，基本受虐狂结构也决定了可以获得的满足的性质。令人满意的受虐狂经验可以是性欲的也可以是非性欲的，前者存于受虐狂幻想和反常行为中，后者则在于沉迷于痛苦和无用之中。

为了解受虐狂能够带来满足这一令人困惑的事实，我们必须首先认识到，几乎所有的可产生满足的途径都与受虐狂类型紧密相关。任何有建设性的自作主张的活动通常都要竭力避免，不然的话，就滋长足够的焦虑，使本可从中获取的满足败兴。造成这种败兴的可能因素，不仅包括领导性和开拓性的工作，而且包括独立工作或者为达到某目标而作的有计划的不懈努力。另外，由于谦逊是强制性的，因此不可能为被认可或成功而高兴。最后，受虐狂不可能自愿献身于一项事业。尽管由于他没有自己的立场而必须依赖一个“伙伴”或一群人，但他太焦虑，太疑心，太以自我为中心，以致于他不能自愿地全身心地把自己交给某件事或某个人。

一方面他不能积极、自发地爱他人，一方面他又不肯屈服，二者势必对他的爱情生活造成基本伤害。为了实现某些需求，他离不开某些人，但他对这些人的兴趣、需求、快乐及发展却产生不了自发情感；他能给别人的爱超过不了他对事业的爱。因此，本可在爱情和性欲中获取的满足也被扭曲了。

所以，本可得到的满足被极大地限制了。实际上，只有沿着能找到安全的道路方可获得满足。我们已经看到，这些方式的特征是依赖和谦逊。但是，这里我们碰到了一个问題，因为仅仅靠依赖和谦逊不能带来满足。观察表明，只有当这些态度走到了极端，满足才得以体验。在性欲受虐狂幻想或反常行为中，受虐狂者不仅依赖伙伴，而且他还成了自己手中的粘土，被强暴，被奴役，被羞辱，被折磨。同样，谦逊也许给他带来满足，假使他走到了这种极端的话，比如在“爱情”或牺牲中完全迷失自己，迷失自己的身分，迷失自己的尊严，将自己的个性淹没在自我贬损之中。

为什么寻找满足必须走这等极端呢？对伙伴的依赖，虽是受虐狂者的一种生活条件，但不能产生很大的满足，因为它充满着冲突和痛苦的经历。为了澄清通常的误解，我明

确重中，冲突和痛苦的经历既非暗自想要亦非喜欢的东西，只是它们是无法避免的，而且对受虐狂者和其他人来说同样都是痛苦的。那种势必使受虐狂关系不快的经历，在讨论基本结构时已经提到过。现在重复其中的一些：受虐狂型的人鄙视自己的依赖性；由于他对伙伴的过分期望，他注定要失望和怨恨；他注定要经常感受到了不公平待遇。

因此，只有排除冲突，麻醉痛苦，才能从这种关系中获得满足。有几种方法可以消除冲突，缓解精神上的痛苦。对受虐者来说，因依赖而产生的冲突，总的来说，是软弱与强大、被淹没与自作主张、自鄙与自豪之间的冲突。他解决这一冲突的特有方式，就是在反常行为和幻想中，把他对力量、自豪、自尊及尊严的追求推到一边，并且完全抛弃自己，使自己依附于软弱和依赖。当他因此成了他伙伴手中孤立无助的工具，当他因此沉浸在凄惨里，他能获得满意的性体验。受虐狂缓解精神痛苦的特定方式，就是加剧痛苦并完全向痛苦投降。借助沉迷于羞辱，他自我鄙视的痛苦被麻醉了，并且可能转变成一个令人满意的体验。

许多观察发现，通过把自我淹没在痛苦的情感中，无法忍受的痛苦能够得到缓解并转变成一件乐事。一个善于自我观察的病人对此深有体会。他也许感到了轻蔑，感到了责备，感到了失败，知道它们纯粹是痛苦，但他却自甘堕落到凄惨的痛苦情感里。他隐约意识到自己太夸张，自己本可以走出痛苦，但他也基本明白，他之所以不想这样做，乃是因为他把自己抛向无法抗拒的悲伤诱惑。当受虐狂倾向和外表完美的强迫性需求结合在一块时，背离完美形象的偏差也被以同样的方式对待。认识到错误纯然是种痛苦，但是通过加剧这种痛苦，通过沉迷于自我指责和卑劣的情感，受虐者或许就麻醉了这痛苦，并且从自我贬低的沉迷中得到满足。这个满足就可能是非性欲受虐狂满足。

痛苦怎么能够通过加剧它得以缓解？我曾经描述了这个过程中运行的原则，在此我逐字的援引。谈到貌似自愿增加痛苦，我说道：这种痛苦无明显好处而言，也不给观者留下好印象，赢不到同情，得不到将已欲施予他人的暗自庆喜。但是，神经症者却还是有所收获，只是性质不同而已。对于一个野心勃勃认为自己独一无二的人来说，出现爱情的失败，竞争的失利，以及不得不承认自己有脆弱或缺陷之处，这些都是他无法忍受的。因此，当他把自己估计得一无是处时，也就无所谓成功与失败，优越与低劣了；能过夸大他的痛苦，通过沉迷于普通的痛苦或卑劣感，令人恼火的经历就会失去一些现实性，特别的刺痛就得以缓解、麻醉。此过程操作的原则是一辩证原则，它包含了一个哲学真谛，即到了一定的时候，量就会转变成质。具体地说，这个原则的含义是，尽管受难是痛苦的，但放任自己去承受极度的苦难兴许就像用鸦片对付疼痛。

用这些方法获得的满足，是在于使自己沉湎于或着迷于某事。我不知道是否还可作进一步的分析。但是我们可以揭开它的神秘面纱，办法是将其与熟悉的经历联系起来。比如性欲放纵、宗教狂热、痴迷伟大情感，不管它们是由大自然或音乐所致，还是由对某个事业的热情促成。尼采把它称作狂欢倾向，并认为它是人类获得满足的基本可能性之一。鲁思·本尼迪克特和其他人类学家指出它在许多文化模式中起作用。在受虐狂者身上，它表现为沉湎于依赖苦痛和自我贬损，这是因为他的基本结构不允许其他形式的满足。

回到开头提出的问题——受虐狂是不是一种追求性欲的具体行为，它能否被界定了普通的寻求满足行为或者特定的在苦难中寻求满足的行为——我得出的结论是，所有这些追求只代表了受虐狂现象的某些方面，而非其核心。它的核心是，胆小而孤立的个人企图用依赖和谦恭来对付生活和生活中的危险。正是源于这些基本欲求的性格结构，才决定了维护意愿的方式，表达敌意的方式，为失败寻找理由的方式以及对付同时存在的其他神经症欲求的方式。它也决定了寻求什么满足和寻求满足的途径。受虐狂反常行为和受虐狂幻想的特定性欲满足，同样是由这基本结构决定的。使问题更具争论的是：受虐狂反常行为没有解释受虐狂性格，而受虐狂性格解释了反常行为。受虐狂者像其他人一样不愿痛苦，只是他的苦痛是他性格结构的结果。他偶然找到的满足不在苦痛里，而在他欣喜若狂地沉湎于悲伤和自我贬

融之中。

因此，治疗的任务就是要阐明受虐狂的性格倾向，注意它们所有的细节，并揭示它们与相对倾向间的冲突。

第十六章 精神分析法

精神分析法即非直觉的，也非受朴素的常识左右，所以就此而言，它受到了理论概念的影响。在很大程度上，这些概念决定了哪些因素应该观察，哪些因素在神经症的产生、持续和治疗中被认为是重要的，也决定了什么才是治疗目标。新理论上的新见解必定决定了治疗上的新方法。尤其是在本章中，我遗憾本书的框架不让我许我述之过细，不得不忽略许多相关问题。我将讨论的问题，多少局限于精神分析治疗中具体要做的工作，治疗因素，治疗目标，病人和分析者面临的困难，以及促使病人克服其障碍的精神因素。

为了更好地认识这些因素，我们先来简单地总结一下哪些是构成神经症的基本要素。各种不利的环境因素的结合，使儿童与自己和他人的关系出现障碍。这些障碍的直接后果就是我所说的基本焦虑——这是一个集合概念，描述着一种复杂感受：面对充满潜在敌意和危险的世界，心里感到脆弱和孤苦无援。这种基本焦虑使得儿童必须寻找妥善对付生活的方法。他所选择的方法就是特定条件下可能得到的方法。这些我称作神经症倾向的方法具有一种强制性，因为个人觉得只有严格遵守这些方法他才有在生活中维护自己，避开潜在危险。由于其他获得满足的方法也充满着重重焦虑，所以个人只把这些方法当作他获得满足和安全的唯一手段，这一事实使他愈来愈被这些方法（神经症倾向）所控制。此外，这些神经症倾向还使个人能够发泄心中对这世界的怨恨。

因此，这些神经症倾向一方面对个人而言有一定的价值，但另一方面对他今后的发展来说却始终会有深远的不良影响。

这些神经症倾向所能提供的安全感向来不牢靠；一旦它们远作失灵，个人就容易焦虑重重。它们使个人固执，而且程度有过之而无不及，因为还须常常进一步采取保护手段来消减新的焦虑。他还是无一变化地纠缠于矛盾的追求之中；这些矛盾的追求可能一开始就出现了，或者说一个方向的固执追求可能引发另一种对立的追求，还可以说某种神经症倾向本身就可能带有矛盾冲突。[第一种类型的典型例子是一种神经症抱负同时引发了神经症情爱需求；第二种类型的例子则是受虐狂谦逊倾向引起自我膨胀倾向；第三种类型的例子则是顺从与抗争的冲突倾向，这些倾向的根源是外表完美需求。]这种不协调追求的出现使得产生焦虑的机会大大增加，因为它们的不协调性意味着一种危险，即一种追求会危害另一种追求。因此总体来说，神经症倾向会使个人更加不安全。

此外，神经症倾向进一步疏远了个人与自我的关系。这一事实，加上他固执的人格结构，实质上损害了他的创造力。他可能有能力工作，但他真实自发自我中生机勃勃的创造源泉必然被阻塞了。而且他也变得牢骚满腹，因为他能获得满足的机会十分有限，而满足本身通常也只是暂时的、部分的。

最后，虽然神经质倾向旨在给人提供与他人交往的基础，但它们同时也会进一步损害人际关系。之所以这样说，乃是因为神经症倾向助长了对他人的依赖，激发了各种各样的敌对反应。

由此而发展的人格结构乃是神经症的核心。纵然它有无数的变异，但始终逃不出如下基本特征：强迫性的追求，冲突的倾向，产生明显焦虑的倾向，损害与自己和他人的关

系，潜力与其实际成就悬殊太大。

所谓的神经症症状通常被看作神经症分类的标准，但不是本质要素。诸如恐惧、抑郁、疲劳等神经症症状也许根本就没有出现。若有的话，它们就是神经症人格结构的自然产物，也只有在这个基础上我们才能理解它们。事实上，神经症症状与神经症性格障碍的唯一区别是后者显然与人格结构有关，而前者与性格的联系不甚明显，但看上去就像是域外产物。神经症患者的怯懦是其性格倾向的明显结果，而他的恐高症却不是。但是，后者只是前者的表现而已，因为在他的恐高症中，各种恐惧都已经纯然转到并集中于某一特定因素。

依据以上对神经症的解释，有两种精神分析法似乎是错误的。第一种是未先了解具体性格结构之前就企图直接理解症状的全貌。遇上纯环境神经症，有时能够直接处理出现的症状，办法是将其与实际冲突联系起来。但遇上慢性神经症，我们一开始就知之甚少，更不用说症状全貌了，因为症状的全貌是所有现有神经症症状纠缠的最终结果。例如，我们不知道为何某个病人出现了梅毒恐惧症，另一个却患食欲亢进，第三个又有疑病症恐惧。精神分析者应该知道不能直接理解症状，也应知道何以不能直接理解。一般说来，企图即刻解释症状被证明是种失败，至少是浪费时间。最好是先将它们存于脑后，待以后理解性格倾向时看清了它们的面目再搬出来。

通常病人不满意这种步骤。他自然希望立即解释他的症状，而怨恨在他看来是不必要的耽搁之物。导致他怨恨的更深一层原因常常是他不希望别人闯入他的人格隐私。分析者应竭尽全力坦率告诉病人他采取这一步骤的原因，并分析病人对此作出的反应。

另一种错误方法是将病人现实怪癖与病人童年经历直接联系起来，并在这两系列因素匆忙确定因果关系。在精神分析治疗中，弗洛伊德的主要兴趣是将病人的现实障碍追溯到本能源头和婴儿经历，而这一步骤与弗洛伊德心理学的本能论和发生论无有二致。

根据这一原则，弗洛伊德的疗法有两大目标。如果一一措辞不确请包涵一一我们把弗洛伊德称作本能内驱力和“超我”的东西对等于我称作神经症倾向的东西，那么弗洛伊德的第一个目标就是承认存在神经症倾向。例如，他可能因存在自我反责和自我限制而得出结论说，病人有一个强大的“超我”（外表完美需求）。他第二个目标是将神经症倾向与婴儿经历联系起来，并在这个基础上解释这些倾向。涉及到“超我”，他的首要兴趣是承认至今仍病人在人身上起作用的父母禁忌，揭示恋母关系（性联系、敌意、求同作用），他认为正是这种关系最终应对这现象负责。

根据我对神经症的看法，主要的神经症障碍是神经症倾向的结果。因此我在治疗中的主要目标，是先认识病人的神经症倾向，然后一一揭示它们的功能及其对病人人格和生活的影响。再以外表完美需求为例，我的首要兴趣是理解这一倾向对个人的作用（消除与他人间的冲突，使他觉得比别人优越），了解这一倾向对病人人格和生活的影响。后一种研究有可能理解（比如说）在何等程度上个人一方面几乎自动迫切地迎合他人的期望和准则，另一方面又恨不得推翻这些期望与准则；何以这种两面性导致无精打采和惰性；何以个人为表面独立而自豪但实际却完全依赖他人的期望和见解；何以个人一方面怨恨寄予他的一切期望，而另一方面没有这些期望指导他时又充满失落感；何以个人惊恐不已，生怕别人发现他道德追求的轻薄和生活里时时处处表里不一；何以这又反过来使他离群索居且对批评过分敏感。

我与弗洛伊德的分歧在于：承认神经症倾向之后，他主要研究它们的起源，而我主要研究它们的实际作用和后果。二者的用意是一个，即消除神经症倾向对病人的影响。弗洛伊德相信，只要病人认识到他的神经症倾向的幼儿本质，他就会自动意识到这些倾向不合他的成人人格，从而有能力掌握它们。这种观念的错误根源，我在前面讨论过了。我认为弗洛伊德认为导致治疗失败的障碍——如无意识内疚感太深，无从知悉自恋癖，生物内驱力无法改变——实际却源于他的治疗所依据的错误前提。

我的观点是，通过梳理神经症倾向的后果，病人的焦虑就大大减小，他与自己和他

人的关系就大大改善，这样他便摆脱了神经症倾向。神经症倾向的产生必须以儿童敌视和惧怕这世界的态度为先决条件。如果分析神经症倾向的后果，也就是说如果分析现实的神经症结构，有助于个人有区别地亲善他人，而不是无区别地敌视他人，如果他的焦虑得到相当的减少，如果他获得了内在力量和内在能动性，那么，他就不再需要安全手段了，而是可以依照自己的判断来解决生活中的难题。

并不总是分析者才建议病人到他的童年里寻找原因，病人常常自发地提供病因方面的材料。只要是病人主动提供的资料与其病因相关，就有利于把握倾向的本质。但若病人无意识地运用这些资料来匆忙确立一种因果关系，这倾向的本质就难以捉摸了。他常常希望借此避免面对他身上真实存在的倾向。可以理解，病人的兴趣不在认识这些倾向的不可协调性，也在不认识他为它们付出的代价：直到分析时，他的安全和期待的满足都建立在对上述愿望的追求上。它宁可稀里糊涂地希望，他的冲动不似它们看上去那样迫切，那样不协调；宁可希望鱼和熊掌兼而得之，一切都无须改变。因此，当分析者坚持挖挖倾向的真实含义时，他就找出种种理由来反对。

一旦病人自己意识到，他寻找病因的努力走到了尽头，最好主动干扰他，指出即使他回忆的儿时经历可能与现实倾向有联系，它们也不能说明这倾向为何维持至今。分析者应向他解释：通常最好是先别把好奇当原因，应先研究具体倾向给他的性格和生活造成的后果。

强调分析现实性格结构，但这并不意味着应该忽略关于童年的资料。事实上，我描述的分析步骤没有人为地重构童年情景，它甚至能更清晰地了解童年的障碍。根据我的经验，不论是用老的还是经过修饰的分析方法，已然忘却的记忆相对来说很少死而复燃，更常见的，反倒是纠正记忆的失真，而被认为不相关的事例倒赋予了重要意义。病人最终逐渐了解自己的具体发展过程，这便帮助他重新找回自我。而且，通过了解自己，病人就平和地看待父母或者对他们的回忆；他明白父母也陷在冲突之中，即使伤害到他也是在无奈之下。更重要的是，当病人不再为其所受伤害而感到痛苦时，或至少看到了克服这种痛苦的主法时，先前的怨恨就得到缓解。

在这一步骤中，分析者能用的工具，很大程度上是弗洛伊德教导我们使用的那些：自由联想和解释，它们是让无意识过程进入意识的手段。仔细研究分析者与病人的关系，这是认识病人与他人关系的性质的手段。在这个问题上，我与弗洛伊德的分歧体现在两组因素上：

首先是我的解释与弗洛伊德的不同。解释的性质取决于被看作本质的因素。我在本书通篇讨论了这方面的差异，所以这方面就一笔带过，不再赘述了。

另一组因素不甚明确，故而更难阐述。分析者操作程序的方式，他主动还是被动，他对病人的态度，他敢还是不敢作出价值判断，他鼓励还是阻拦病人的态度，这些都暗含在这组因素里。其中有些方面已经讨论过了，另一些在前几章中有所暗示。这里只简略地概括一下重点部分。

根据弗洛伊德的观点，分析者的角色应相对被动些。他建议分析者应“不偏不倚”地倾听病人的自由联想，避免偏听某些细节，避免主观意图的介入。[“==他应该像接受器一样让自己的无意识向着病人正出现的无意识，应像电话听筒一样向着电话机。电话听筒可以把声波引起的电流振荡重新转换成声波，治疗人员的无意识大脑也能够从与病人的交流中重构指引病人联想的无意识。”]

自然，即使在弗洛伊德看来，分析者也不可能彻底被动。由于他要作出解释，所以他就主动影响了病人的联想。例如，当分析者有重构往昔倾向时，病人就因此被消然引导去寻觅往昔。另外，当分析者发现病人再三躲避某些话题时，他就会积极干预。然而，在弗洛伊德看来，理想状态是分析者由病人牵着走，待他认为时机合适，才对提供的资料作些解释。在这一治疗过程中，分析者也会影响病人，这可以说就是一种效果，理想是理想，只是不愿

承认而已。

我的观点正相反。我认为分析者应有意识地引导治疗过程。当然，这样的说法，如同弗洛伊德强调被动一样，不可全信，因为向来就是病人指定分析的总趋向，是他通过自由联想展示自己头脑中最主要的问题。另外，依我看来，在治疗过程中，有很多时间分析者啥也不干，只作解释。解释可能包括很多方面：澄清病人因未意识到其存在而以复杂和伪装的形式提出的问题；指出现有矛盾；在了解病人的人格结构等基础上提出解决问题的可行办法。如果这样做几个小时，病人就会有所收益。但是，一旦我确信病人正走向死胡同，我就毫不犹豫地积极干预，建议他走另一条路，当然我自会分析他为何宁可走那条路，也会告诉他为何我要他走这条路的理由。

不妨举个例子，假设病人意识到他必须事事正确。他对此认识如此深刻以至于他开始怀疑起来，自问为什么它如此重要。依我的治疗方法，应直言不讳地向病人指出：通常来说，径直寻找问题的答案效果不大，最好是先一一认识这一倾向对他产生的后果，理解它起了什么作用。当然，这样一来，分析者冒的风险更大，责任也更大。但说到底，分析责任总是在分析者肩上，做错建议并从而浪费时间的风险。依经验来看，较之不干预的风险要小。当我觉得给病人的建议没有把握时，我就指出它是尝试性的。如果我的建议还是没有切中要点，病人就会觉得我也在寻找解决办法，这个事实或许就引发了他的积极合作，一块来纠正或证实我的建议。

分析者不仅应该更加有意影响病人的联想方向，而且应该影响对那些最终可能帮助病人克服神经症的精神因素。病人要完全的工作相当艰苦。它相当于抛弃或大大修正迄今占统治地位的对安全和满足的欲求。它意味着抛弃自视重要的幻觉。它意味着改变与他人及与自己的整个关系。什么力量驱使病人来做这艰苦的工作呢？病人寻找分析帮助是出于不同的动机和不同的期望。我们多半想要摆脱明显的神经症障碍。有时，他们希望更有能力应付某些环境。有时，他们又觉得在人格发展中止而不前，希望闯过某一难关。很少有人来分析时直言希望更开心。这些动机的力量和有利价值因病人而异，但却可被积极用于有效治疗。

然而必须意识到，所有这些内驱力并非完全像它们看上去的那样。病人想根据自己的主要来达到其目的。他或许希望不触及人格就摆脱痛苦。他希望本领更大，或者说自己的才能得到更好的发展，这种愿望几乎向来多由他对分析的期望所决定，他期望分析有助于他更完美地维持他的一贯正确和优越的表面。即便是他对快乐的追求——这是所有动机中最有效的一个——也不可只取其表面价值，因为病人头脑中的快乐暗暗要求实现他所有的相互矛盾的神经症愿望。但是，分析时，所有这些动机都得以加强。这种情形在非常成功的分析中也会出现，而分析者也未特别注意到。但是，由于动机被加强，或者说由于动机被激活，对于治疗具有非常重要的意义，所以分析者最好要了解什么因素造成这种结果，并且引导分析，以便使这些因素发挥作用。

分析时，想摆脱痛苦的愿望尤为强烈，因为即使病人的症状可能减轻，他还是逐渐认识到他的神经症承受了多少无形的痛苦和障碍。把神经症倾向造成的所有后果作一次耐心的阐述，可以帮助病人认识它们，并自觉对自己不满，但这种不满足是有利的。

而且，一旦去掉他的伪装，他改善自己人格的欲望就有了更坚实的基础。例如，完美主义的冲动就被真正希望发展天生潜力的愿望所代替，不论这些愿望涉及的是天赋还是人的一般才能，比如能亲善、能爱的才能，做好事和为做好事而快乐的才能。

最重要的是，追求快乐的愿望变得更强烈。多数病人仅仅知道可在自己焦虑范围内得到部分满足；他们从未体验过真正快乐，也不敢力争真正快乐。其中原因之一就是神经症患者完全沉浸在自己的安全追求中，只要他仅仅摆脱了萦绕于心的焦虑、消沉、偏头痛等，他就感到满足了。况且，在许多情况下，他感到务必在他人及自己的眼中，保持虚伪的“无私”形象；因而，尽管他实际上以自我为中心，却也不敢让自己的私欲太露骨。或者他可能

期望快乐就像空中的阳光一样洒到自己身上，无需自己费半点力气。更深的另一个原因也——可能是那个最终原因——就是个人像只吹起的气球，或像个提线木偶、一位成功的猎人、一位偷乘者，但就是不像他自己。仿佛快乐的前提，是拥有自己身上的引力中心。

分析加强快乐欲望的方式有几种。通过消除病人的焦虑，分析解放了能量与欲望，这些能量与欲望追求的更多的是生命中积极的东西，而不仅仅是毫无风险的安全。而且，分析还揭示了“无私”是因为恐惧和渴望盛名而维持的一种假象。对这一部分表象的分析应给予特别关注，因为尤其在这里，快乐愿望才可能得以解放。另外，分析帮助病人逐渐认识到，假若他期盼快乐从天而降，那你就误入歧途。享受快乐是一种才能，但应从自己身上挖掘。仅仅对病人说番话是没有用的，因为无论如何他已知道这是一个悠久而不辩的真理，也因为在在他看来，这依旧是个抽象的事实，没有半点现实根基。使它获得生命和现实的途径，就是通过精神分析。比如，一个想通过爱和伴侣关系来得到快乐的病人，分析时认识到，对他来说“爱”无意识表明的仅仅是种关系，他在这种关系中可从伙伴那里得到他想要的一切，可以随心所欲地使唤伙伴。病人还会认识到，自己一面期望接受“无条件的爱”，一面却让内心自我四分五裂，把他自己裹得紧紧的。意识到了自己要求的本质，意识到了这些要求本质上的不可实现性，尤其是意识到了这些要求以及他对挫折的反应给他的关系造成的实际后果，他最终就会认识到，他不必绝望于用爱来获得快乐，只要他花费了足够的工夫，重新获得了他自己的内在能动性，他就能得到快乐。最后，病人越能摆脱其神经症倾向，就越能成为自我的自我，人们也就越相信他有能力追求快乐。

激发和加强病人的改变欲望还有一种可行办法。即使病人熟悉精神分析，他还是几乎死守着一个错觉，即被人分析就意味着要去意识他身上某些令人不快的东西，尤其是那些埋藏在过去里的东西，而且这种意识像有魔法似的，能使他很好适应世界。分析的目的在于改变他的人格，这个事实若他考虑到了，他就会盼望这种改变自动出现。我不在讨论一面看到某一不理想倾向，一面又强制自己去改变这一倾向的哲学问题。不管怎样，病人不知不觉中区分了意识和改变，其中的主观原因是大家可以理解的。病人必须意识到被压抑的倾向，这一点他大体接受——尽管具体来说，他自然与这一方向的每一步作斗争——但他拒绝接受病人必须改变的观点。这些显然都未经深思熟虑，但是当分析者让病人面对最终改变的必然性，病人也许会大吃一惊。

有些分析者向病人指出这一必然性，而另一些人在某些方面与病人持相同的态度。我在监督一位同事进行分析时发生了一件事，它或许可以用来说明问题。病人指责那位同事想改造和改变他，对此这位同事反驳说，这不是他的意图，他只是想揭开某些精神事实。我问那位同事是否确信自己答话的真实性。他承认不完全真实，实际上他觉得希望病人改变是不对的。

这个问题看来自相矛盾。每个分析者听到人说自己的病人发生了巨大变化都会感到自豪，然而他又不肯承认或向病人明说他是有意希望病人的人格会发生变化。他倾向于坚持，他所做的一切或想做的一切就是要让无意识的过程进入意识，至于病人更好地了解自己后做了什么事，那是病人自己的勾当。这一矛盾可以用理论来解释。首先，人们普遍认为，分析者是个科学家，他的唯一任务就是观察，收集资料，提出资料。其次，“自我”之说的功能亦有限。最多，人们认为它有自动操作的综合功能，[参阅H.南伯格《自我的合成功能》]但它也有自己的意志力，因为所有的能量被认为来自本能。理论上说，分析者不相信我们能意志办成事，因为我们的判断告诉我们，如果我们想完成某事，就应该做正确而明智的事。因此，他避免故意朝有利方向激活意志力。[奥托·兰克在他的《意志治疗》(1936)中，对精神分析中不考虑这一能力的做法提出了恰当的批评。但是意志力是一个过于形式主义的原则，它不能成为治疗的理论基础。其要点仍然在于，能量从什么铐铐下解放出来以及目的为何]。

但是，不能说弗洛伊德根本没有认识到病人的意识力在治疗中所起的作用。他间接地认识到了，他断言压抑须由判断所代替，或者说我们用病人的智慧工作，这意味着病人的智力判断激活激发了要改变的意志冲动。每个分析者事实上都依赖这种在病人身上涌动的冲动。比如，当他能向病人证实存在“幼儿”倾向（贪婪或固执）和这倾向的有害含义时，他必然激活了克服这一倾向的意志冲动。问题只在于何者更不可取，是意识到这样做了呢，还是要有意志这样做。

激活意志力的精神分析方法就是让病人意识到某些联系或动机，从而使他能够作出判断和决定。至何等程度才产生这种结果要取决于病人顿悟的深度。在精神分析文献中，人们区分了“纯粹”智力顿悟和情感顿悟。弗洛伊德明确指出，智力顿悟太软弱，不能使病人作出决定。[如果病人想与分析展现的，对抗压抑的正常冲突作斗争，他需要一个巨大的动力来影响令人向往的回复健康的决定。否则，他可能决定重复先前的问题，并允许那些为意识所接受的因素再次回到压抑之中。这个冲突中决定性一票不是由他的智力穿透力决定的——它既不够强大，也不够自由，无法做出这一成就——而是由他与医生的关系决定的]的确，当病人得出存在早期经历的结论，当他情绪上感受到这一经历，当他只谈死亡欲望，当他真正感到死亡欲望时，这里面就有质的差异。但是，虽然这个区分有其好处，但它对智力顿悟有失公平。这里，所谓“智力”不经意中带上了“表面”涵义。

如果有充足的说服力，智力顿悟就是一部强大的发动机。我所想象的顿悟品质，可用每个分析者可能都有的经历来阐明。病人有时意识到某些倾向，比如虐待倾向，并且真正感受到了它们。但几星期后，这些倾向对他来说像是新发现的大陆。发生了什么事呢？不是因为缺乏情绪品质，而是应该说对受虐狂倾向的顿悟没有什么分量，因为顿悟依旧是孤零零的。为了使它结合成一体，必须做到以下几步：了解受虐倾向的伪装表现及其强度；了解激发它们的情境以及它们所带来的后果，比如焦虑、压抑、内疚感、与他人关系的障碍等。只有顿悟到这个范围与精确度，它才有足够的力量使病人调动能得到的能量，立下改变自己的决心。

通过激发病人的改变意愿所达到的效果，从某种程度上说，类似于医生告诉糖尿病患者为了治病必须节食所达到的效果。医生让病人看到滥食给他造成的后果，让他看清自己的身体状况，也就激发了病人的能量。不同之处是分析者的任务相对艰难得多。医生能够确诊病人害病的原因，知道病人为了治好病该做什么和不该做什么。但是，分析者和他的病人都不知道什么样的倾向会造成什么样的障碍。除了与病人的恐惧和敏感一次次斗争外，他们还必须走弯路，必须穿过一道道令人迷惘的文饰作用，绕过重重貌似怪异的情绪反应，以便捕捉“柳暗花明又一村”的联系。

改变的决心，虽具有不可估量的价值，但并不等于说有改变的能力。为了让病人能够放弃神经症倾向，必须找出他的人格结构中使这些倾向必然出现的因素。因此，精神分析方法要利用刚被激发的能量，用它来作进一步分析。

病人或许会自发地采用更进一步的分析。比如，他可能更加精细地观察引发虐待狂冲动的条件，渴望分析这些条件。但是，有些人仍有心理压力，不得不想马上根除每种恼人的倾向，这些人可能会竭尽全力来立即控制虐待冲动，但是一旦控制不了，他们又感到失望。遇上这种情况，我可能向病人解释，只要他心里仍然感到软弱，有压抑，容易认为自己受到屈辱，那么他想控制虐待狂倾向的企图就不大可能成功。我还会告诉他，只要他有这种念头，他势必生出要击败他人的报复心理，因此，他若真想克服虐待狂倾向，就必须分析产生这些倾向的精神根源。一个分析者越能意识到有待进行这项深入的工作，他就越能够解除病人的无谓失望，越能够把病人的努力引向有效的渠道。

弗洛伊德认为，道德问题，或价值判断，都在精神分析的兴趣和能力之外。将他的观点应用于治疗，这意味着分析者必须施以宽容。这一态度与精神分析的主张是一致的。精

神分析认为自己是门科学，反映出无拘无束的原则，这一原则体现了自由时代一定阶段的特性，是现代自由人中广为流行的特征之一。分析者沉着冷静的宽容，被看作是使病人意识到且最终表达受抑冲动和反应的不可或缺的条件之一。

这就引出了第一个问题：能否获得这种宽容。分析者可能成为一面镜子，光照别人不照自己？在讨论神经症的文化含义时，我们已经看到这只是一个无法付诸实现的理想。既然神经症涉及了人类行为和人类动机的问题，社会和传统的评价就不知不觉地决定了它所面临的问题和它所瞄准的目标。弗洛伊德本人也没有严格坚持他的理想。他不让病人质疑他自己的某些看法，比如当今社会流行的性欲道德价值，也不让病人怀疑他相信真诚对待自己是一个有价值的目标。事实上，当弗洛伊德把精神分析称为再教育时，他就与他的理想相矛盾了，因为他屈从于一种幻觉，即教育是可以想象的，至少不需要明显的衡量尺度和目标。

由于分析者有价值判断，哪怕他没有意识到这一点，他自称的宽容也不能说服病人；病人感觉得到分析者的真实态度，用不着分析者明确表露出来。他从分析者表达某事的方式，从分析者认为什么是，什么不是理想品质的观点里知道这种态度。比如，当分析者断言因手淫而生的内疚感必须加以分析时，他实际是暗示他不认为手淫是“坏事”，因此手淫不是内疚的理由。当分析者把病人的倾向称为“寄生性”倾向，而不是简单地称作“接受性”倾向时，他实际是向病人暗示他的判断。

因此，宽容只是一种可望不可即的理想。分析者择词越细心，他就越能接近它。但是，就避免价值判断而言，宽容是种值得争取的理想吗？答案最终是个人观点和个人的问题。我认为，没有价值判断实际属于那些只可能推倒不可能培养的理想。神经质患者心里承受着压力，觉得必须发展和维护道德伪装、寄生欲望、权力冲动等等，对此心甘情愿地多多理解多多宽容，并不妨碍我将这些态度看作干扰真正快乐的负值。我倒怀疑，相信这类态度应被克服，是否有利于完全理解它们。

就这一理想的治疗价值而言，我怀疑它能否实现对它所寄的期望。这期望就是，分析者的宽容会减轻病人对谴责的恐惧，从而引发更自由的思想 and 表达方式。

尽管这期望貌似有理，但却无效，因为它未考虑病人害怕谴责的确切本质。病人不是害怕自己身上惹人讨厌的倾向被视作低劣，而是害怕由于这一倾向他的整个人格受到谴责。此外，他也害怕这种谴责冷酷无情，根本不体谅滋生这种不良倾向的原因，而且一面可能因各种特殊品质而害怕谴责，但同时他的恐惧又大体上是不加区别的。他期望他每做一事就受一次谴责，这种期望部分是因为他惧怕人的心理加剧，部分是因为他自己的价值体系失衡这一事实。他既不知道自己的真实价值，也不知道自己的真实缺陷，前者表现在头脑里，幻想着完美和独一无二，后者则被压抑。因此，他对自己因何而受谴责完全没有把握。比如，他不知道是因为有合理的私欲，还是因为批评的态度或性欲幻想。鉴于神经症患者的恐惧具有这种特征，所以毋庸置疑，分析者客观上的伪装不仅不能减轻这一恐惧，而且反而势必加强这一恐惧。如果病人从来不能肯定分析者的态度，而且如果他偶尔感到有异议而这些异议又不能接受，那么他潜在的谴责恐惧必然会加剧。

自然，要消除这些恐惧，就必须分析这些恐惧。有助于减轻恐惧的方法是让病人认识到，尽管分析者认为他的某些品质是令人不快的，但分析者并不谴责他的一切。我们需要的不是宽容，或更确切地说，不需要虚假的宽容，而是有益的友谊，在友谊的气氛中承认某些缺陷并不损毁崇尚优秀品质和潜能的能力。在治疗中，这不是意味着表扬一下病人，而是心甘情愿地相信倾向中一切好的、真实的成分，同时又要指出倾向中不切实的方面。例如，明确区分病人良好的批评能力和对这种能力的滥用，区分他的自尊和自大，区分他的真实友谊——如果有的话——和他特别的仁爱和大方的伪装，这些都是很重要的。

这里也许有人会反对，认为所有这些都不重要，这主要是因为病人是在特定的时候仅仅通过情绪之镜来看待分析者。但是，不要忘了，只是病人的一部分把分析者看成一个危

险的怪物或人中豪杰。当然，这些情感有时可能很突出，但是还向来存在另一部分，它虽然不是时时引人注目，但却保持着清晰的现实感。在分析的后期阶段，病人也许明确认识到他对分析者有两种感觉。比如，他或许会说，“我确信你喜欢我，可我还是觉得你好像憎恨我。”因此，让病人熟悉分析者的态度，不仅对减轻他的谴责恐惧很重要，而且或许还能让他认识到他的投射作用。

精神病学史表明，在古埃及或古希腊就有两种精神障碍概念：一种是医疗科学概念，一种是道德概念。概括来说，道德概念通常占主导地位。为医学概念赢得了伟大胜利，此功当属弗洛伊德和他的同代人。在我看来，这个胜利是永远抹不掉的。

但是，我们对精神疾病的因果的了解不应该蒙蔽了我们的眼睛，使我们看不到精神疾病确实涉及道德问题这一事实。神经症患者常有一些特别优良的品质，比如，同情他人的痛苦，理解他人的冲突，疏远传统准则，对美学和道德价值敏感入微。但他也有一些值得怀疑的品质。由于恐惧、敌意和软弱感的缘故——后者起因于神经症过程并由前二者加强——他就不可避免地变得有些不诚实、虚伪、怯懦和以自我为中心。他没有意识到这些倾向的事实并不能阻止这些倾向的存在，而且也不能——这就是治疗人员所关心的——使他免受其苦。

我们现在的态度与在精神分析前流行的态度，二者的不同之处在于，我们现在是以另一个角度来看待这些问题。我们了解到，神经症患者生下来和其他人一样，也不懒散、虚伪、贪婪、自负，他童年的不利环境迫使他建立起一个周密的防御及满足体系，因而导致了某些不利倾向的发展。所以，我们认为他不必对此负责。换句话说，有关精神障碍的医学概念和道德概念之间的矛盾并不像其看上去的那样不可调和：道德问题是疾病的不可分割部分。因此，我们应该把帮助病人澄清这些问题当作我们的医疗任务。

它们在神经症中所起的实际作用，在精神分析里是说不清楚的，这是因为某些理论假设的结果，这些假设主要包含在力比多理论和“超我”概念里。

实际提出的道德问题，通常是些假道德问题，因为它们属于病人的需要，病人需要表面完美，需要在他人眼中高人一等。所以，要走的第一步就是要揭示道德伪装，并认识它们对病人产生的真正作用。

另一方面是病人的真实道德问题。这些问题病人急于要隐藏的，毫不夸张地说，他隐藏它们的心情比任何人都更急切。完美主义和自恋的假象之所以必不可少乃是因为它起到了掩饰它们的屏障作用。但是病人必须能够看清这些问题的性质，否则他就既不能摆脱生活两重性的折磨，也不能摆脱由此而来的焦虑和压抑。由于这个原因，分析者对待道德问题必须像对待性欲偏差一样坦诚。病人只有先勇敢地面对它们，然后才采取对待它们的立场。

弗洛伊德认识到，基本的神经症冲突最终须由病人的决心来解决。这儿同样存在一个是否不该有意鼓励这一过程的问题。许多病人看到一些问题后，会自发地采取一种立场。比如，当病人认识到自己的特殊自尊带来的不幸后，他可能自发地把它称为伪自尊。但有些人则因为陷入冲突太深而不能作出这样的判断。在这种情况下，暗示最终须作出决定就显得非常有用。举例来说，一位病人花了一个小时说他如何羡慕那些不择手段获取成功的人，又花了一个小时宣称自己如何不在乎成功，如何只是对自己作品的题材感兴趣，这时，分析者不仅要指出其中的矛盾，而且还须暗示病人他最终必须决定自己真正想要的东西。但是，我不赞成草率而肤浅的决定。重要的是，要敦促病人分析什么东西驱使他走哪一方向，什么东西是他在哪一种情况下必须得到和放弃的。

分析者若要在治疗中采取这些态度，必须有一个先决条件，即他对病人的态度必须是发自内心的友好，而且他必须已澄清了自己的问题。只要他自己还窝藏着假象，他就必然也保护病人身上的假象。不仅分析者自己的“说教式分析”应当广泛而透彻，而且他还必须不停地分析自己。如果分析者的任务主要是解决病人的实际问题，那么这种自我理解就是分

析别人的必不可少的先决条件。

以下我想谈谈上述新方法与分析时间的长短有无联系，以此来结束精神分析疗法的讨论。

一次分析需要多长时间（以及它成功的机会）取决于多种因素的综合，比如隐藏的焦虑有多少，现存的破坏性倾向有多少，病人生活在幻想中的程度有多大，他自弃的范围和深度有多大等等。为了初步估计时间的可能长度，可采用各种各样的标准。其中，我最为关注的有：在过去或现在可供建设性利用的能量总额，涉及生活的积极可行的愿望程度，以及上层建筑的力量。如果后面这些因素是有利的，积极而直接地解决现实问题就大有裨益。我敢说，较之平常认为的，有更多的这种人无需系统分析就得到了帮助。

至于慢性神经症，我已试图大致说明应做工作的范围和种类。不深入到更多的细节，就不可能得知其复杂情况。工作的分量和难度使我们不可能很快完成它。因此，弗洛伊德反复说，神经症快速治愈的可能与疾病的严重程度是相对应的。这番话至今没错。

人们提出了各种缩短分析过程的建议，比如设定一个多少有点武断的结束分析的时间，或者间断地进行分析。这些尝试尽管有时候有效，但没有也不可能达到它们的预期目的，因为它们没有考虑到实际应该完成的工作。我认为，缩短分析有一个明智的方法：避免浪费时间。

我认为要达到这个目标，没有什么简单容易的诀窍。如果我们问一位机械师，他怎么能一下子把隐藏在机器中的缺陷找出来，他会告诉我们，他对机器了如指掌，又通过观察实际问题，所以才有可能得出结论确定毛病出在什么地方。用这种方法，他就不会浪费时间找错方向。我们必须认识到，尽管过去几十年做了大量的工作，但与机械师对机器的深刻了解相比，我们对人类精神的了解倒像个门外汉。也许它永远不可能像机械师那样精确。但是，我自己分析的经验以及我监督分析的经验使我相信，我们越理解精神问题，得出结论过程中浪费的时间就越少。因此，我们有理由希望，随着认识的前进，我们不仅能够拓宽精神分析所涉及的问题范围，而且还能够在合理的时间期限内解决这些问题。

分析应该在什么时候结束？这里该再一次警告，不能依靠表面迹象和孤零零的标准，比如明显症状的消失，能享受性爱的能力，梦之结构改变等等，来寻找很容易的解决方法。

实际上，这问题又一次触及到个人的处世哲学。我们是否打算拿出一个成品，让所有的问题一劳永逸地解决了呢？或者我们认为这有可能，我们是否相信它就是令人向往的呢？或者我们是否认为生命是一个发展过程，不到存在的末日就不会结束或不该结束？正如我在这本书从头到尾指出的，我相信神经症患者由于在自己的追求和反应中使自己非常刻板，从而阻拦了个人发展，这使他陷入了自身无法解决的冲突之中。因此，我认为分析的目的不在使生活没有危险和冲突，而在使个人最终能自己解决自己的问题。

但是，病人什么时候才能自己掌握自己的发展呢？这个问题与精神分析疗法的最终目的的问题是一样的。依我看，解除病人的焦虑仅仅是迈向目标的手段，真正的目的，是要帮助病人重新获得自发性，帮助他找到自己的价值衡量尺度，一句话，就是给他成为他自己的勇气。