

導論

第一章 人為什麼會對心理學發生興趣

第二章 弗洛伊德如何發現心理分析學

第三章 “這兒無處可藏”

第四章 一首小夜曲

第五章 二十年後

第六章 “問你的心何所知”

第七章 我父親的聲音

第八章 愛與黑暗的暴君

第九章 生命的召喚

第十章 轉向另一個電臺

第十一章 氣氛

第十二章 太初無言

第十三章 步驟

第十四章 有意識與無意識的觀察

第十五章 第三只耳朵

第十六章 自由漂浮的注意力

第十七章 我是誰？

第十八章 洞察

第十九章 猜測

第二十章 領會

第二十一章 從真的驚人到驚人的真

第二十二章 心理分析與機智

第二十三章 吃驚的心理分析者

第二十四章 少女與老婦

第二十五章 神經官能症的掩飾

第二十六章 出自幼兒之口

第二十七章 追尋失去的思想與情感

第二十八章 心理時刻

第二十九章 捉迷藏

第三十章 記憶與回憶

第三十一章 人對別人的“無”意識

第三十二章 一個未曾領會的個案

第三十三章 證據問題

第三十四章 相互作用

第三十五章 走向自我的迂回路

第三十六章 間奏曲

第三十七章 強記的心理分析學

[第三十八章 潛意識中無快捷方式](#)

[第三十九章 用詞與矛盾](#)

[第四十章 心理分析家（謔諧曲）](#)

[第四十一章 別人的與你的經驗](#)

[第四十二章 預期作用](#)

[第四十三章 思想的震驚](#)

[第四十四章 勇於“不瞭解”](#)

導論

不久以前，在一次心理分析治療中，一個年青人提出兩個問題向我求教：第一，他是否應該從事某種職業，第二，他是否應該跟某個女孩結婚。這使我想到我在他這個年齡所遭遇到的情況。他剛剛獲得心理學博士學位；我在他這個年齡也剛剛獲得哲學博士學位，那時我是弗洛伊德的學生。

有一天傍晚，我在維也納的瑞茵斯特拉斯街遇到這位偉人，他正在做例行散步，我就跟他一起走回家去。一向友善的他，問到我最近的計畫，我就把當時的問題告訴他，問題的性質就和那位向我求教的年青人差不多。當然我希望弗洛伊德能夠給我一些指示，解除我的疑惑。

他說，“我只能把自己的經驗告訴你：當我要做的決定不甚重要時，總會發現前思後想有點好處。可是，當我碰到極為重要的事情，比如說，選擇配偶或職業，決心就要從潛意識中產生，從我們內在某個地方產生。我認為在做關係一生的重要決定時，我們應當遵從天性中內在需要的指導。”

弗洛伊德並沒有告訴我應該怎麼做，卻讓我為自己下了決心。選擇職業就像選擇配偶一樣，是關乎一生命運的事情。我們應當面對這個命運，接受由此而產生的一切後果。三十五年以前的這個傍晚，當我決心要做心理分析者的時候，我就跟這個職業結成連理，不管是好是壞。

大部份中年人，當你問到他們有沒有想過要改換職業的時候，都會說沒有。如果你表示驚奇，或有點不相信（“什麼，從來沒有？”），有不少的人就會考慮一下，然後說，“嗯，可能有吧。”讓我坦白的說，在這三十五年的心理分析工作中，我不只一次想要改換工作。有時我常常覺得，心理分析工作似乎不是一種職業，而是一種災難。因為有些人向心理分析者提出的要求，只有老天才能做到的；在這種時候就難免心灰意冷。我常常對我自己說，人家認為心理分析者應該是魔術師，當他自我介紹的時候，應該像吉伯特和蘇利文一樣：

啊，我的名字叫約翰·威靈頓·威爾斯
我能呼風喚雨，驅鬼招神。

在我年青的時候，我還雄心勃勃；那時，我也有灰心喪志的時候，原因倒不在心理分析工作的界限，而在這種職業本身的界限。我的意思最好由一個小故事來說明。這是約瑟夫·坎茲(Josef Kainz)的故事。坎茲是維也納傑出的演員，他是德國舞臺藝術登峰造極的悲劇演員。在他光輝的一生接近末尾的時候(他於一九一〇年去世)，維也納的柏格戲院經理請他扮演莎士比亞的“暴風雨”(The Tempest)中的普羅斯比羅(prospéro)。經過一段時間的考慮後，他終於拒絕。他說，“演普羅斯比羅這個角色的人，不僅要是一個偉大的演員，而且要是個偉大的人。但是，一個偉大的人豈能只是一個演員……？”就以坎茲所講的意義來說，我也很懷疑一個偉人是否只做做心理分析家就算了。我希望各位不要說，弗洛伊德只是一個心理分析家；因為他是一個偉人。他創造了一門新的科學，他發現了心理分析學。他是一個偉大的思想家，他是有史以來最偉大的心理分析家之一。

有些時候我懷疑我的心理分析工作到底能有多大的功用，它對社會能有多大的衝擊呢？但我從沒有懷疑過深度心理學的價值，這種心理學的洞察力能夠深入人心，殆無可疑。深度心理學提供了一種方法，讓我們可以用無比的洞察力探察到人的情感與智性生活的動態性。心理分析學把一支火炬交到人的手中，得以照見人心最黑暗的角落，向最深的隱密之處投下一道曙光。使人得以看清下層世界最蔭蔽、最遙遠的處所。使我們瞭解到千萬種的情感變化，都遵循著某種法則在運行、在騷動！——而這種法則正不異於物理學與化學的法則。而能夠讓我們見到這種內在法則的，卻只有心理分析學一途，別無其他門徑。心理分析者所切望的，就是去發現那潛意識過程的法則，去發現掩藏在心理正面後邊的東西；當他發現到這些時，會感到莫大的滿足。

本書所要敘說的就是這樣一種奇異的冒險故事，就是向世界上最後一片黑暗大陸探測的故事。心理的洞察有時是經歷了千辛萬苦的挖掘才得到的，有時則系突然靈光一閃，從潛意識的深淵中迸發出來。

走向心理分析室的人斷不是毫無心理準備的。在他去請教心理分析醫師之前很久，他就一定察覺到自己心理有一些特別的經驗，他感到焦慮或抑制，觀察到一些徵候和行為特徵，而這些東西使生活變得艱困，有時變得難以忍受。他曾經想辦法去弄清楚究竟是什麼東西在干擾他的工作，騷亂他的社會行為，阻斷了他的愛的力量。有許許多多次，他都想去回答這個問題：他遭受的種種挫折是不是出自他所不知道的某種原因？這原因是什麼？他曾經想藉著自己的力量

走出感情的迷宮。然而，他的自我分析是不成功的，因為他用的工具不適當，他的知識與洞察力不充分。一個人如果未曾做過這種不成功的自我分析，絕不可能去找心理分析醫生。在他去找醫生以前很久，就由於內在的需要而對心理的問題感到興趣了，因為那是他自己的問題。環繞著我們的世界充滿惑人的問題，可是為什麼我們要把注意力轉向內在呢？為什麼人會對他內在發生的事情感到興趣與關懷呢？這個問題絕不只是某一個病人的問題，它是眾人與共的問題。而從這裡入手，也就使我們瞭解到心理分析學是如何發現的。

“心理分析”這門新科學的起源就是為了探測我們內在情感的艱困複雜，想去降服內在的不安。弗洛伊德向世界提出的見地便是由這種自我觀察和自我分析產生的，但這個世界對他的見地卻半信半疑。弗洛伊德這個人，即或他只觀察自己，即或除了對自己的觀察報告之外沒有出版過任何其他作品，即或他從來沒有治療過任何神經官能症患者，他仍舊是世界上最偉大的心理學家之一。他的自我觀察與自我分析如果未曾和分析他人所得的資料比照，他的心理洞察會不完整；但他最具有決定性的洞察首先卻不是得自對他人的分析，而是得自他對自己的細密分析。

本書要從弗洛伊德所走過的第一個階梯走起，要從一個新的角度來引介心理分析學：那就是，從自己的自我觀察與自我分析著手。因此，它要把讀者引到一個新的、奇異的界域——從其他分析者止步的地方起步。

在本書第一部分舉了不少心理上自我觀察與自我分析的例子，以說明心理學家配備著他的科學工具，潛入那黑暗的界域時，會發現到什麼。第二部則讓讀者見到分析者在工作室中研究的情況。在這一部中，我把分析者用的基本步驟，他的內在過程，內在過程的特點，由內在過程所得的領悟以及它的失敗之處都提供出來——總之，我要說的是這內在過程可能達到的成就，以及它所受到的限制。我提供了上百件的個案史，當然並不是用枯燥的科學名詞來表達的，因為枯燥的科學名詞不能使個案史起死回生。因此，我把每一件個案史都化做分析者內在的經驗。我要告訴各位的是，在這個分析者天天同他不可見的敵人做沉默的掙角時，心理的洞察是如何像曙光一般向他透露出來。當然，這些例子我只能簡要的說明，但是，成功的結果我固然明白的提出，錯誤與失敗也同樣坦白的加以討論。

我這本書所要探討的是心理分析者自己潛意識的過程；他要把硬幣的另一面翻過來給各位看看。心理分析者所分析的往往是他人的潛意識過程，本書所要分析的則是一個分析他人潛意識過程的分析者，他心裡做的是什麼，他所達到的又是什麼。

各位都念過很多書，其中談到神經官能症的某種病徵是什麼意義，某種精神疾病的性質和隱藏的內容是什麼，某一個夢的表面內容之下所潛含的意義是什麼。我在這裡所要說明的卻是心理分析者心中所發生的事。

本書所說的事情並非樣樣都是新的，本書的新穎之處，是把這些事情說了出來。

心理分析學經過了五十年的發展，現在已經到達一個新的階層。在開始的時候，心理分析者是一種新學派的精神治療家。當時的人認為這種剛剛開始的心理分析方法跟當時的醫學精神直接衝突——當時的醫學，一般人都認為是唯物論和機械論的。不論怎麼說，當時的心理分析者其實更像北美土人所相信的術士，而不像醫生。到了今日，在我來說，心理分析者基本上是一個心理學家，心理分析學則是一種心理學上的方法，而這種方法的用途之一，是心理治療。未來的發展將會使我們明白，治療個人的神經官能症並不是心理分析學最重要的用途。

從心理分析者所應當接受的教育而言，去探察潛意識的過程、它們的性質、它們隱藏的意義、以及它們的內含，是極為重要的。在我看起來，訓練分析者的時候，把治療學和臨床醫學放在最重要的地位是不對的，因為其中隱藏了一種危險。心理學的層面必須放在最要的地位。我認識一些心理分析者，他們是神經學專家，有廣泛的精神病學知識，可是卻不是聰慧的心理學家。其實，我認為——這話聽起來可能會相當奇怪——有些心理分析者，他們主要的興趣並不是心理學的工作。但是，心理分析學若不是心理學，就不是心理分析學。

美國人是講求實踐的民族，我的同事們對心理分析學的興趣也主要是它實用的方面。但是，我常常提醒他們，要記得我國最偉大的一個先賢，那就是班哲明·弗蘭克林。一八五四年十二月七日，路易·巴斯脫在里爾就任教授職，第一次演說時，就曾經引用弗蘭克林的話。各位讀者對這件事未必都知道，因此我把這段話引證如下：

沒有理論，實用就變成了一種僵規，僅是由習慣所產生。惟有理論可以產生發明的精神，並使它得以發展。各位切不可苟同于那些心靈狹小的人士，因為他們認為科學必須當下有實用價值，否則就棄置不顧。弗蘭克林說過一句很妙的話，各位知道嗎？有一次他去看一件純粹科學發現的實驗，有一群人圍著他，問他道，“這有什麼用？”弗蘭克林回答說，“剛生下來的小孩有什麼用？”就是這樣，各位先生，剛生下來的小孩有什麼用？然而，就在這稚嫩的年齡，天才的種子可能就存在他的生命裡，使他日後大有所成。在孩子中，不管他們現在看起來是多麼弱小，卻存在著將來的大法官，科學家，和英雄，足堪跟往

日的偉人在青史中互爭光輝。所以，各位先生，一種理論的發現，它的本身存在就是一種價值，它喚醒了希望，而這就是至為重要的事。但我們還要培育它，讓它成長，然後我們才能知道它會成為什麼樣子。

巴斯脫就是這樣說的。巴斯脫這個人，即使不能按著普通的意義說是個醫生，卻是最偉大的科學家之一，是人類最大的恩人之一。

我把自己限於心理學的層面還有另一個原因，這個原因是我個人方面的：我對於治療學的貢獻並不多，但它仍略有新穎之處，至少別人很少像我這樣把它說出來。我覺得我做的努力還不夠，我應當把我的瞭解向更廣泛的、受過教育的讀者提出來。

我還有另一個個人的理由：只有到了現在，經過了三十七年的實際分析工作與理論研究之後，我才敢說到技術的問題。有兩個理由，使我以前不敢奢言心理分析技術的問題，第一，我無法從別人的錯誤取得經驗。所有的諺語，勸誡和警告對我都沒有用處。如果我要從別人的錯誤取得經驗，我必須把那些錯誤變成自己的錯誤，然後也許能夠把它們驅逐掉。我的心智是如此的頑固，而智性又如此不容易回頭，使我往往必須把同一種錯誤反復許多次，才能夠獲得教訓。只有在我經歷過一兩次難堪的遭遇後，才會在下一次察覺到同樣的情況時改正自己。

在本書開始的時候，我也要向讀者做一個請求，希望讀者瞭解本書所談的主題是難以掌握的，尤其難以描述。如果我的掌握和描述不甚成功，也是意料之事，我並無怨言，同時也希望各位不要為此灰心。我在本書向各位提供的，不是科學上確斷的理論，而是要讓各位瞭解到人的心理過程，我們對自己與他人的潛意識，要想探察與瞭解，是必須經歷這種心理過程的。我將儘量努力抓住這個過程中的種種重要元素——這些是到目前為止心理學家尚未探測過的——並把心智力量的流動，向各位提出說明——這心智力量之流，是自由流動的，但又仍舊受到控制。

一九四七年十二月，狄奧多·芮克寫於紐約

第一章 人為什麼會對心理學發生興趣

心理學家——我們所指的是對情感問題有好奇心的心理學家——是天生的，而不是訓練出來的。心理學的興趣和做心理觀察的秉賦，就像音樂感和數學才能一樣，是天生的。沒有這種天份，就不會產生任何成果——不論上了多少學，

念了多少書，聽了多少課。心理學的天份和音樂的天份有很多地方可以對照。音樂家也像心理學家一樣是天生的，但要想成為音樂家卻仍舊必須訓練，必須長期努力的工作。只有天份並不足夠；但只是勤勞而沒有天份仍舊等於零。當一個心理學家要去從事創作性的工作，要在的一本書或論文中提出心理學上的新發現，心理秉賦的有無就會變得極為明顯。目前我們在心理分析刊物上可以看到許多文章，在書店裡可以看到很多書籍，他們寫得都很巧，提供了一些醫學、社會學、心身醫學(psychosomatic)或生理學的有趣資料。我並不懷疑它們的價值，可是我在其中連一點心理學的痕跡都看不到。

羅西尼(Rossini)第一次去聽“法國新教徒”歌劇時，有人問他，“大師，你覺得音樂如何？”他回答道，“音樂——我沒有聽到音樂。”同樣，念了某些心理分析書籍和雜誌的人也許學到了不少東西，卻沒有學到心理學。當然，認為歌劇一定要音樂，可能是偏見，不過，這個偏見卻我們很想保持的。

德國學者克倫(O.klemm)曾經說，心理學有很長的往日，卻只有很短的歷史。事實上，心理學是科學中最年青的一員。原始人依照本能的需要而生活，是不會顧及到心理的事情的。他把注意力轉外在世界，而把獲得的知識也用於控制外在的世界，使外在世界來滿足他的願望。他想征服一小塊現實世界，而並不渴望任何其他的統治權。心理學家的國土卻不是這個世界，不是物質的現實世界。當原始人的心中產生衝突的時候，當他的願望不能獲得滿足的時候，他就把這些衝突與願望向外投射，投射到外在世界，認為跟雷電雨水火風有關。為了控制這些東西，他開始運用魔術，召喚鬼魂；他變成了魔術師，感到自己是萬能的；到了最後他放棄了這種萬能的態度，認為他所崇拜的神才是萬能的，於是他變成了虔信宗教的人，神祇的崇拜者。他把他的熱情、需求、衝突和挫折投射到自然力的領域中，就像我們把影片投射到螢光幕上一樣。他看看這些影片，卻不知道這些影片只是他內在的反映。數千年來，人類就是用這種方法來處理自己的精神過程，來瞭解自己的精神過程。那麼，究竟是什麼力量使人類最後在自己內在發現這些精神過程呢？實在說，其中的原因我們還不知道。

但是，這件改變的發生必然藉著某些事情而開端。保羅·莫比亞斯——德國的心理學家——說，“把我們的注意力投向外在世界是自然的，轉向內在是不自然的。用比喻來說，我們就像處在一個黑暗的屋子，從一扇小窗子看著外面春光明媚的世界；外在的一切都是清楚易辨的；可是當我們轉向內在，我們會發現，很難於在自己這個黑暗的屋子中安適自處。”這個比較相當有意義。只有當外在再沒有什麼東西讓我們去看，或當屋子裡有什麼事情發生，逼著我們轉過頭來的時候，我們才會把注意力從陽光明媚的世界轉開。

心理學並不是以自我觀察為開始，而是以自我觀察為終。是的，自我觀察——

就它的可能性與事實而言——產生了它專有的心理學問題。每一種科學研究都需要物件和主體——也就是研究的物件和做這種研究工作的主體。一般的科學，是以外在世界的事實，以及事實與事實之間的關係為研究物件；而主體則是觀察者，是從事研究的工作者。在內省的心理學中，研究的物件則是研究者自己的心裡過程；而主體是他自己。因此，物件與主體是同一個東西，這就使人困惑。這一個現象是如此特異，以致於無從解釋；心理學家最好的辦法可能是把它視為理所當然，不再為這個問題浪費時間。亞裡斯多德曾經說，一切的研究都起於驚奇；如果這句話是對的，則大部份心理學家就顯得不甚有驚奇之情，沒有耐心為這種“多餘的”情感費神。

讓我們想想看，德爾菲的阿波羅神廟上著名的箴言：知汝自己。這句話表面上看起來顯得很單純。“自己”並沒有什麼神秘之處。宙斯之子阿波羅的意思似乎象心理學教科書的題詞那麼明白：把你的注意力轉向自己的人格，認識你自己。

然而，到了今天，德爾菲神廟上這一句箴言究竟有多麼深的意義，卻成了嚴重的問題。神諭總是充滿了曖昧與雙重的意義。在“知汝自己”這幾個字的後面隱藏著另一個觀念。這幾個字實際上指示著一種最艱困的任務——那是人性所抗拒的任務。要想完成它，人必須以寡敵眾。德爾菲的箴言所標示的並不是心理學的起步，而是心理學的目的。如果認識自己是一件容易的事，則根本用不著刻在神廟上當做一種誠諭。

對這種自我觀察的現象，威廉·詹姆斯曾經做了一個巧妙的說明，“The I observes the me”(“主格我觀察受格我”)。對自己的知性過程與情感過程做觀察，顯然要有一個先決條件，那就是自我內部的分裂。只有這種分裂，心理學才可產生。事實上，這種分裂必然會產生心理學，我們也必然需要心理學。如果自我沒有分裂，他就不可能觀察自己，他也不需要觀察自己。

自我觀察是心理學後期階段的產物。尼采也曾經說：“你”早於“我”(“The Thou is older than the I)。每一個小孩都是自私的，但他最開始的時候感與趣的並不是他自己。那時候的他，還沒有一個輪廓清楚的他自己。最早的觀察對象是周圍的人。在對他人的觀察和自我觀察之間並沒有一條直接的道路可通。

“你”有很長一段時期都是唯一的觀察對象。而“我”只是一個新的觀察物件——這個觀察物件還那麼年青，以致於許多心理學家歷來都沒有發覺它是一個值得注意的物件，這種情況一直到最近才略有改變。你自己的心理過程是不適合當做統計學、曲線圖表、試驗和一覽表的資料的。

就以兒童來說，他們是怎樣從觀察他人到自我觀察的呢？兩者之間必然有一個

中間階段，只是這個階段往往被我們忽視。這個階段是這樣的：孩子到了某個年齡察覺到他是父母親或乳母的觀察對象。換句話說，他的主格我之所以能夠觀察到受格我，是由於“他們”——“她”或“他”——觀察了“我”。孩子原來的注意力是投向周圍的人，接下來他的注意力開始投向他自己。因此，自我觀察起源於察覺到自己被觀察。

因此，觀察他人與自我觀察的中間階段，是察覺到自己被他人所觀察。在某些精神疾病的狀況下，這種自我觀察會變成一種幻覺，覺得自己一直在被別人觀察。在“自身喪失感”(depersonalization)的現象中，這種幻覺往往更強——這種人往往抱怨道，他不能夠感覺，卻只能觀察自己。譬如說，有一個人正在演講，他突然察覺到自己的音調、姿態、手勢和某些表情。這種察覺跟他對觀眾的反應的察覺並不是分開的，這時他仍舊可以感覺到說話的語調和內容在聽眾的心裡造成何種印象。關於這種情況，我們有一個很好的形容詞，那就是自我意識——我們說那個演說者有了自我意識。在別人面前我們常常會有自我意識，但並不是只有在別人面前我們才會如此；獨處的時候也會有這種現象，只不過情況較少。而且也是次屬性的*。【譯注：自我意識是由自我觀察產生，而自我觀察最初的、最主要的原因是被他人觀察；因此，在獨處時的自我觀察與自我意識是被他人觀察、在他人面前的自我意識之延伸，故謂“次屬”(secondary)。】

我再說一次，自我觀察不是原初的現象，因為在它之前是被人觀察。在自我觀察中，自我的一部份觀察另一部份。這種觀察在種類與程度上都有種種不同，這些不同，我相信在未來的個人心理學的發展上是很有重要性的。

有一個我認識的小女孩問她的媽媽說，“為什麼在中央公園有人對我笑你就要對他笑？”這個小女孩觀察到，凡是有人用歡喜的眼光對她笑的時候，她母親就會對那個人微笑。這個小女孩所觀察到的並不是她自己，而是別人為了她自己而起的反應。

兒童在早年的時候所做的原始觀察，使他對父母親或乳母的反應產生瞭解釋：他們喜歡我或不喜歡我，贊成我或不贊成我，他們高興了或生氣了。被觀察以及稍後發展出來的自我觀察，永遠都跟這種批評的感覺連在一起。心理學一再告訴我們，自我觀察導致自我批評，而我們每個人也都親自過這種經驗。自我觀察，從最開始就是由自我批評而產生的。最早的時候，是父母親或乳母對我們的批評態度，而自我批評則是這種批評態度的延續。父母親或乳母的批評態度，被我們納入(Introjection)。把別人納入我們自己之內，是自我觀察的先決條件。如果，沒有這個過程，小孩子就不會從被觀察之感轉變到自我觀察。這個過程形成了一個圓環：注意力先指向外在世界和他人——察覺到被人觀察，

而且往往被人批評——把觀察或批評自己的人納入自己之內——自我觀察。

我們知道，有許多心理學家，覺得驚奇(有些甚至連驚奇都沒有)：主格“我”為什麼能夠觀察受格“我”？現在我們瞭解到，這個觀察者“我”究竟是誰了。那是內在化的外在物件——是母親；或者是乳母，他們在孩子小的時候，是觀察孩子的人。把監督者納入自己之內，使自己分裂成為兩個，而這種分裂使自己得以觀察自己。我們使得自己的一部分，成為另一部分的監督者。觀察者“我”，是觀察我們的母親和父親在我們內在的延伸。從這個情況看來，我們便想到宗教信仰的誕生——西方的宗教認為有一個全知的神，這個神能夠看到一切。有一個小女孩聽到這種說法之後，生氣的說：“沒禮貌，那神不差嗎！”

弗洛伊德有一次說，對自己的本能衝動作反省式的察覺，最後會導致抑制這些傾向。我們願意再加一句，這種自我觀察其實是由原先已經存在的自我抑制所產生的結果。如果我們不記得兒童時期別人對我們的反應，就不可能有自我觀察的產生。就是由於我們的某些本能表現得到了父母親或他人的歡喜或不悅，我們才會產生自我觀察。讓我們再回過頭來談那個演說者，當他的自我意識到達某了種程度，他就會開始尷尬起來。他會變得口吃，吞吞吐吐，口誤，猶豫不決。這些結果是由於他覺得他的演說不受人歡迎，受到了不佳的批評，自我意識意識到別人的消極態度，察覺到或預料到別人在批我們。

心理學必須有兩個人才能產生——即使當一個研究者獨處一室，做內在反省的時候，他仍舊是兩個人；一個是觀察者“我”，一個是被觀察者“我”。我們知道，這個觀察者最早先的時候是父親(或母親)，而現在則納入了我們的內在，在我們之內存在。現在觀察自己的人還有一個“上司”，有一個監督者。

心理分析學為這種不可見的監督者起了一個名字，叫做“超我”(super-ego)。以前我們總以為自己是自己家的主人，一直到弗洛伊德才發現了“超我”的存在——這超我就是被我們納入自己心中的父親意象。超我也就是我們在做自我觀察時的那個觀察者。

許多心理分析者都以為超我只對我們做批評、懲罰和禁誡。我的看法與此不同，因為這個超我既然是父親和母親在我們童年所留下來的意象，它就不可能只是批評、懲罰和禁誡。從心理分析的實際工作中我們瞭解到，超我對個人會有憐惜之情，這就是我們所謂的自憐。自憐其實不過是潛意識中這麼一種念頭：如果媽媽或爸爸看到我現在這麼可憐，她(他)會多麼難過。

超我也會對我們微笑，會安慰我們，似乎對我們說，“沒什麼大關係；事實上

沒你想像的那麼壞。”我們就管這種心境叫做幽默。有時候當我們明知做錯了，超我卻仍舊會原諒我們，這就是我們所謂的自諒。宗教裡邊就管這種情境叫做“恩寵”，而恩寵是以人對神的崇拜來取決的。在很多情況下，當我們把“自我”(self)這個字跟其他的字並用時(如“自信”self-confidence)，“自我”所代表的其實是心中的父親。可是我們一般人並不知道這個層次；其實，這裡邊的“自我”所意指的就是“超我”。

“自我”(ego)主要是一種知覺器官，它知覺的對象是外在世界。它不能夠觀察自己。“超我”則是內在世界的第一個代表。它是我們精神生活中底層世界沉默的嚮導。心理學就是由這個監督者對我們的情感加以監督而引起的。這個監督是父母親的代表，它在審查著我們的思想和情感生活。它的注意力集中在社會所不允許的傾向與衝動上。對這些傾向與衝動，它加以批評，責備，抑制，最後是把它們壓抑下去。心理學最初的發現就是為了施行這種壓抑而產生的。心理學的起源從我們一般心理學性質的描述與判斷可以看出來。語言把這種起源做了正確的表達。當我們形容一個人的時候，我們怎麼說呢？我們往往說他頑固，貪心不足，迂腐，或者說他仁慈、友善。在這種描述裡邊，不是有著超我的聲音嗎？我們本來不想用先入為主的觀念來觀察和形容一個人，但是我們可憐的語言卻沒有辦法避免褒貶之意。長期以來，心理學就受著道德和宗教概念的束縛，而超我則是一個見證人。超我對於人心所發生的事情，比自我中任何其他部份都知道得更清楚；這就像一個有世俗聰明的牧師，他對一般人的瞭解比一般人都更清楚。

我再說一遍，心理學最先是由於監督個人和社團中的思想與情感而產生的，目的是要把社會所禁止的衝動與觀念壓制下去。心理學家是人類靈魂的檢查官；他有時候愚蠢，有時候聰慧，有時候寬大，有時候嚴厲。對特別叛逆而激烈的分子，最好的辦法就是掃除。因此心理學變成了一種壓制的工具。對於自我中某些傾向，它加以忽視，否認，或表示脫離關係。當這些傾向和衝動無法否認的時候，心理學就給它們起一些別的名字，把它們加以分類，加以描繪，用這種方法把它們歪曲，把它們打發掉。即使當心理學表面上從這種壓抑解脫以後，它所得到的自由也只是一種官樣文章。表面上它雖然以獨立自許，卻仍舊牢牢的把持住先入為主的觀念。這種情況就像一幅著名的漫畫上所說的那個樣子：有兩個人爭得面紅耳赤，其中一個對另一個大叫道：“你給我閉嘴！你不知道這裡是自由國家嗎？”心理學差不多兩千年來就是這個樣子。

然後慢慢發生了一些改變。這個改變的消息不是由心理學家帶來的——至少說，不是由職業心理學家帶來的。這個改變的起步是由於發現了人心中隱藏著的傾向，這些傾向原先是被否定的，被禁止的。它們以前只在莎士比亞的戲劇和一些其他的詩篇與小說中出現過。在蒙田的散文，在羅奇夫高(La

Rochefoucauld)，在康福特(chamfort)等人的作品中傳出了呼聲，這些人——主要是法國人——都是真理的追求者。這些人的精神是自由的，或者說是解放了的，他們努力要揭發隱藏著的東西，要打破自我欺騙的枷鎖，自我中的另一部份——也就是用它的力量來支持那些受壓抑的傾向的部份——現在來幫助要移除枷鎖。近代心理學的大轉變展開了。這個消息是由法國的道德家傳播出來的，而在尼采身上得到了極重要的表達(在這裡我們必須把他當做偉大的心理學家之一來看待)，在弗洛伊德身上則到達頂峰。

心理學是從檢查情感生活為開始。在自我中可觀察與控制的部份，我們就稱之為良心(或社會恐懼)，它負責監督某些觀念與傾向，使它們不致闖入有意識的思想界域。在這一個階段，心理學只是提供了一種藉口，讓人壓制某些衝動而已。既然心理學只是一種最佳的自我欺騙工具，“知汝自己”這個界域就變成具有深刻的意含。只有到了很久以後，心理學才發現它的任務是要移除壓制的力量，去尋索被禁止的內在力量。一開始，這可以說是一種地下運動。由於尼采，更由於弗洛伊德，被壓抑的本能和被否定的衝動，才從隱藏的深處發出了聲音。心理學的地下運動終於公開了，讓它為世人所知。

心理學的觀察以及心理學的研究與發現，是在人的內在發生的。但是，做心理觀察的器官是什麼呢？本書所要尋找的就是這個器官，因為是它在觀察、認識和發現我們內部所發生的事情。到目前為止，我們還沒有發現這個器官。它仍是未知的，而且，更重要的，它仍舊是我們所沒有意識到的。

第二章 弗洛伊德如何發現心理分析學

心理學必須有兩個人參加，即使只做心理上的自我觀察，也必須有兩個我。當你想要認識和瞭解別人心中所發生的事情，你必須先反觀自己。而要反觀自己，你自己必須先一分為二。因此，心理學上的關懷(興趣)有一個前提，那就是內在的紛擾。沒有內在的紛擾便不可能有心理學上的認識。再者，情感的紛擾必須已經克服到某一種程度，衝突幾乎已經解決了，否則心理學上的關懷就不可能產生。當一個人十分憤怒的時候，他不可能對自己的心理過程有觀察的興趣和能力。因此我們可以假定，弗洛伊德這樣一個心理觀察上的天才，必然有情感上的衝突，這種衝突不但使他對於心理學發生關懷，而且成為必要的東西。

現在我們把他特殊的天份先放在一邊，來提出下面的問題：在心理上，是什麼東西使弗洛伊德能夠得到那麼大的發現，解開夢的謎語，看透人性的動機？是什麼力量迫使他走入神經官能症的下層世界(因為那麼多人都一直停留在表面上)？他自己也常常談到他如何創立了這一門新的科學，他說，“心理分析學是由於醫學的需要而產生的。它的起源是為了幫助神經疾病的患者，對這些人來

說，休息，水療法或電療法都不能發生效用。”這些話是他自己說的。為了要幫助這些病人，他必須瞭解他們以前的、未經探測的病徵。弗洛伊德是沿著這一條路走向心理分析學的。可是，心理分析學究竟是如何在弗洛伊德心中產生的呢？

這個問題到現在還沒有答案。到目前為止，甚至還沒有人提出過這個問題。弗洛伊德心中的個人動機究竟是什麼呢？究竟是什麼內在衝突使他對心理學的關懷如此強烈，如此焚燒不停呢？

弗洛伊德自己提出來的解釋，可以說只是官式的。在他自己所做的解釋之外是不是另有解釋？如果有，兩者並不一定互相排斥；它們可以像兩間屋子一樣可以共存，其中之一燈火燦亮，另一間則只有一枝小小的蠟燭，而屋子的大部份角落都留在黑暗之中。

現在我們感興趣的是這一間黑暗的屋子。我曾經把弗洛伊德跟倫柏蘭(Rembrandt)相比，在觀察的精確上，沒有一個畫家可以比得上倫柏蘭，但是他畫面的大部份都留在黑暗之中，而光線的意義只是跟黑暗的對比而已。同樣，弗洛伊德的某些動機也保留在黑暗之中；弗洛曼亭(Eugene Fromentin)在說到倫柏蘭的時候寫道，“他的白天是用黑夜造成的。”這個話可以用來形容弗洛伊德。弗洛伊德是一個告白者，是一個自傳者，他有令人敬佩的勇氣與坦率態度；然而有時候他卻保留著一些私人秘密，是從來不肯吐露的。他是一個自我表白者，也是一個自我掩藏者。在某一段文字中他寫道，“也當為自己謹慎。”

這種謹慎是他很少違背的。似乎他覺得必須把他自己的事情保留給他自己，即使對我們這些最忠於他的學生都不例外。在他老年的時候，有時候他會對這個學生或那個學生偶爾談起他一生的某些片斷，就好像他突然倦於保守秘密一樣。在他的“夢的解析”，“日常生活的心理病理學”和其他作品中，他提出了許多有關他自己的發現，這些發現都是讓人驚奇的，是自我分析的傑出例子，是偉大的心靈最令人珍惜的自我表白，自此以後，全世界的心理分析者都寫過不少的自我分析文章，但是，跟弗洛伊德的這些自我分析段落相比，都相形失色。因為，弗洛伊德的分析是出於我們未曾聽過的真誠態度，無比的道德勇氣，冷靜而不留情的自我觀察，一直在自我尋索，而從不自我掩飾。然而，他的自我表白並不是沒有界線的——這並不是因為他在某些事情面前躲藏了，而是因為他知道這是一個偽君子的世界，他知道這個世界不會瞭解他的勇敢無畏，反而會誤解他。“你的真知灼見，不敢對小夥子平攤，”我們常常聽到弗洛伊德向我們引述歌德的“浮士德”中的這一句話。

在弗洛伊德出版的許多書中，和他對我們學生的許多次談話中，都曾經發覺過被壓抑的情感，衝突，懷疑和恐懼。然而，關於他自己，他就始終保持著明顯的限制與謹慎。有一次跟我談話時，他強調“私事”(privata)和“隱私”(privatissima)之間的區別，私事就是如果有科學的需要你就可以說明的事情，而隱私則是任何場合之下都不能討論的事情——不論討論起來對我們多麼有價值。

那麼，在他去世以後，我們有沒有辦法再走到他這個秘密的屋子中？我們想發現這個秘密並不是為了無謂的好奇心，也不是為了刺探弗洛伊德的私生活。我們想要發現的是弗洛伊德如何走向神經官能症，因此我們追問這個問題是起於對心理學的關懷，他自己不會在乎我們現在的探索，因為他常常表示，他去世以後，對個人的事情就不再介意。他不相信靈魂的不死；他和海涅一樣，認為人類死後即使復活，也是渺不可期。

接下來就是要去探討，究竟是什麼力量使弗洛伊德對神經官能症的心理學產生那麼強烈的興趣。當然，要想找到這一間秘密的屋子確實很困難，尤其是因為弗洛伊德很少表露自己的秘密。那麼這個屋子究竟座落在什麼地方？

許多心理學家都沒有瞭解到，心理分析學有兩個分支。一支是探討神經官能症、歇斯的裡亞、恐懼症、強迫性精神官能症等等的病徵與病因。另一支則是心理學方面的一一關於夢、日常生活中的小錯誤，口誤，機智與迷信等方面的心理學。總之，這一支心理分析學包括弗洛伊德所謂“後設心理學”(metapsychology)的各部份。

前者對性的理論，衝動的概念，尤其是對欲力(libido)提出了貢獻。它走向生物學的方向，或者說，它想要把心理學與生物學連結起來。我們顯然可以看出，這些學說是由經驗和對他人的觀察產生的。對瞭解神經官能症和精神疾病，這一支心理分析學做了最為珍貴的發現。

另一支心理分析學所關懷的則是純粹的心理現象，情感過程，這些都是個人的內在經驗，是個人自己最能夠親自觀察的；再者，這些跟生物學都沒有明顯的關連，而心理分析學所探索的也不是它們跟生物學的關係。夢，機智，口誤，跟吾人的自由的、有意識的思考相衝突的古老迷信——所有這些現象(以及許多其他現象)都由弗洛伊德做過分析——主要是從他自己的生活中取例子來分析。

當然，這兩支並非時時都截然有分。有時兩者交纏，而在極深之處則必然相遇。但兩者的傾向畢竟又有分別，其一比較傾向於病理學，其二比較傾向於普通心理學。未來的心理分析學——或許可說整個未來的心理學——的發展，都

要看研究者究竟認為兩支中的哪一支更為重要，認為哪一支更能為未來的人類帶來更好、更豐富的成果而定。

弗洛伊德曾有許多次告訴我們——在他的著作中也一再說明——他對醫生這門職業並沒有多大的喜好。為病人治病的願望在他心裡並不強烈，有很長一段時期他都不能決定究竟要不要學醫。有一次，他去聽一堂課，講的是歌德的散文“自然”，這堂課竟然讓他下了決心。什麼人的終生職業是這樣決定的呢？但弗洛伊德不但這樣決定了，而且打贏了。有一次他說，他從這個“繞道”上轉回最初的願望，是他的一次勝利(研究醫學竟是“繞道”！)——他最初的願望就是在心理學的領域中發現一些新的東西。他始終認為他自己是一個心理學家，而不是醫生；而這就是一條分界線，使許多心理分析家跟他們的創始人截然不同；這些心理分析家對這位創始人只是在口頭上表示一點尊重而已，實際上卻相差甚遠。

他們的心理分析概念基本上跟弗洛伊德的概念很不相同。他們認為心理分析學是醫學的一支，而他們從自己的記憶中也找出許多言辭來證明自己的看法是正確的；但弗洛伊德明明白白講過的話他們卻未曾留意。弗洛伊德曾經強調，心理分析學不是“醫學的一支。我認為心理分析學是心理學的一部分；我不能瞭解為什麼有人能夠拒絕認識這個事實；心理分析學不是以前所謂的醫療心理學，也不是病理的心理學，而是純粹的心理學；當然，它不是心理學的全部，而是心理學的地下層，或者可說是它的基礎。心理分析學可用於治療疾病，但我們不可為此而受騙。電與 X 光也可以做醫學用途，但兩者卻仍舊是屬於物理學範圍。心理分析學屬於心理學，這是歷史上的演變也無法否定的……有人辯道，心理分析學是一個醫生發現的，他的目的是為了說明病患。但在對心理分析學的估價上，這種論證是無關緊要的。”在這一段話的後面是一段告白，說他在四十一年份的醫療工作之後，他才發現他從沒有真正做過醫生，他之所以成為醫生，是跟他原本的願望不合的。他說，他通過了所有的醫學考試，而對醫學卻沒有感覺到任何興趣。他原本的意思是要從事理論工作，但外在的需要迫使他放棄。他觸及到神經病理學(neuropathology)，而最後，由於“新的動機”，研究起神經官能症。

這是有意的否定某些人的看法，說明心理分析學不是醫學的一種。當然，美國的大部份醫生或許都比這位新科學的創建者與最偉大的代表更清楚這門科學是什麼——不過，真的如此嗎？恐怕殊為可疑。①【①一九三八年七月三日，我接到他從倫敦給我的最後的信件之一，信中他強烈的批評紐約的同業們的觀點，“在他們來說，心理分析只不過是精神病學的女僕而已。”】

弗洛伊德很明白的警告道，不要把他列入醫生的範圍，他說，“請把我括除在

外”，這就很明顯的表示了這層意思。紐約的心理分析學與維也納的心理分析學，其距離之遙遠絕不止於一個大西洋。兩者對心理分析學的看法相去真是不可以道裡計。

此刻我們所關懷的是下面這個問題：是什麼個人因素激發弗洛伊德去研究神經官能症的心理學？那把他的注意力轉向這個新方向的“新動機”是什麼呢？他以前的興趣就是要去發現某些新的東西，這一點殆無可疑。他曾說，在他年青的時候，他就有強烈的願望：想去瞭解世界的神秘，想為某些神秘提出解釋；他這種願望十分強烈。他小的時候從來沒有“當”過“醫生”；他的好奇心是在別的方向。

現在我想做的就是(我們所認為的)弗洛伊德的兩個階段連接起來；一個是他早期的興趣，一個是他後期對神經官能症問題的探討。這個橋樑確實是狹窄的，但在我看來，卻足以承擔這個重量。我曾經提過，弗洛伊德不常說他自己和他內心的生活。我的印象是，在他七十歲的生日以後，他變得更有自信；至少他從那時以後告訴了我一些事情是我以前從未猜疑到的。有一件是最為重要的。有一天傍晚，我偶然在維也納的凱特奈街遇到他，便跟他一同走回家。散步的時候我們談的大部份都是心理分析病例。當我們要走過一條交通頻繁的街道時，弗洛伊德猶豫起來，好像不知要不要走過去似的。我提醒他注意車輛，這更增加了他的猶豫，但這位老人抓住了我的胳膊出乎我意料的說，“你知道，我以前的廣場恐懼症(agoraphobia)還有一點殘留，這個毛病年青的時候相當困擾我。”我們越過了街道，又重拾原來的話題，而剛剛這句話也就打發過去了②，當然他這件告白在我心中留下很強的印象，而他似乎“偶然”提到這件事，不但沒有使我的驚奇減弱，反而增加。如果他真正有過這種廣場恐懼症——也就是在越過空曠地方時感到恐懼——而這種神經官能症在他的情感生活中留下了疤痕，那麼我不僅是要驚奇，且更感到敬佩，因為他的人格已經擺脫了那些病態。【②這件事一定是發生在一九二八年以前，因為我記得，往後我都是在他家裡看到他】

後來波恩菲德(Siegfried Esnfeld)發表了一篇論文，“弗洛伊德的一篇未知的自傳短文”(An Unknown Autobiographical Fragment by Freud,1914)，在這篇論文中，波恩菲德向我們證明，弗洛伊德在一篇討論銀幕式記憶(screen memories)的文章中，含有自我分析的成份，表面上則裝做是關於一個患者的報告。文章中記述一個三十八歲的男人，“他雖然在職業上跟心理學的問題毫不相干，卻始終對這些問題保持著興趣。”波恩菲德還細心的檢查弗洛伊德文章中的細節，證明了那個患者其實就是弗洛伊德本人。後來弗洛伊德也用過同樣的方法把自己偽裝成另一個人。波恩菲德在發表這篇文章的時候，還不知道弗洛伊德對我說的那種廣場恐懼症。

在這裡我們所關懷的倒不是弗洛伊德的恐懼症在他生活中的意義，而是找出了原來隱藏的一環——他原先的主要興趣在心理學，後來則致力於研究神經官能症，我們現在所發現的，就是這兩者之間的關連；從這裡我們可以看出，為什麼他必須瞭解神經官能性的騷亂。他不僅是想要幫助病人而且還面對著另一個要求，那就是：醫生，治好你自己。這種要求拿到弗洛伊德目前的情況來說，它的意思就是：醫生，要瞭解你自己的徵候和疾病。但要想得到這種瞭解，就必須做自我分析，而自我分析卻不能只限於徵候。從這裡我們可以推論到，弗洛伊德對自己的病例所做的解釋，可以當做一個通例。他曾說過，心理分析學先是研究神經狀態，然後又以“讓那醫生驚奇的程度，離開這一方面的研究，因為心理分析學不得不注意到人的情感與熱情，而且也認識到記憶的重要性，以及潛意識的希望所具有的力量。”有一段時期，心理分析學似乎註定要納入心理學的領域中，而無法指出“患者的心靈跟正常人的心靈究竟不同在什麼地方。”弗洛伊德說，心理分析學在發展的過程中，逐漸遇到了夢的問題，而夢是“正常人所創造的不正常產品。”夢是一種謎語，在解釋這種謎語的時候，心理分析學“發現在潛意識的心智中有一個共同的根基，最高的和最低的精神衝動都以此為基礎，而正常的心智活動和病人奇怪的機轉(mechanisms)都是從這裡產生。個人心智的機轉現在比以前更為清楚，也讓我們看到得更為完整了……。”

弗洛伊德自己很明白，他自己的神經官能症跟他對心理學與普通病理學的興趣有密切的關係。夢——還有機智以及日常生活中心理方面的一些小錯誤——變成了兩者之間的橋樑。對這些現象的分析提供了線索，讓我們走向他心靈生活的密室。在幫助他自己的過程中，也瞭解了、幫助了和治癒了上千上萬的人。由於他認識到潛藏在有意識的思想背後的意涵，他也發現了所有人類的潛意識過程的意涵。如果他不是在自己心中首先發現那些最人價值的秘密，他是絕不可能在別人心中發現的。

凡是念過弗洛伊德最主要的一些作品的人，都知道他這些對人心的洞察是從分析他自己的夢、口誤等等達成的。他主要的方法是自我觀察和自我認識，由一雙非常靈敏的耳朵來做指引，諦聽他內在的聲音。到後來他從事對他人的觀察和研究他人的心靈時，他便以自己的經驗做比較，因此幫助了他對別人的瞭解。當然，後來又經過了一些批評和修正——譬如說，把過早的模擬和結論加以批評和修正——因此把弗洛伊德由自己的經驗所得的瞭解，做了更深更廣的拓展，但心理學上的瞭解，最基本、最重要的來源，仍舊是自我觀察和自我分析。

心理分析學是心理學，這是我這一段導論所得出的必然結論，也是使我跟美國

的大部分心理分析學家不同的地方。心理分析學固然可以用來治療神經官能症；但那畢竟只是一種運用，而心理分析家本身，在起源與本性上則是純粹的心理學。心理分析學最重要而最有價值的洞察，都是由自我分析發現的。不論何時何地，心理分析學如果有重要的科學進展，自我分析所產生的經驗必然都扮演最重要的角色。要想對人心有重要的洞察，就必須跟自己的經驗做比較(這往往是無意識的)，否則我們便無法深入人心。要想瞭解人類情感和思想的意義和動機，就必須先從自己的內心去瞭解，也就是說，觀察者和心理學家必須從自己內在的經驗出發，這是一個關鍵性的因素。

下面我要說一說前面這些結論會導致什麼重要的科學結果。不過我先要指出弗洛伊德跟其他心理分析學家不同之處究竟何在，一個偉人和平凡的心靈之間究竟有何不同。弗洛伊德的發現是由他自己完成的。這些發現不僅是具有特殊價值的個人經驗，而且也是一個偉大的勝利，足以跟任何偉大的發明家所得的勝利相比。這是一個研究自己心靈的人所獲得的勝利，他達到了他的目標，同時也發現了人類心靈的普遍規律。我們從書本和課堂中認識到弗洛伊德的發現；當我們自己在被分析或分析他人的時候，我們也再度發現這些內在的事實。不過，我們的心理分析機構似乎未曾認識到一個事實，就是，被分析和自我分析在經驗的價值上是不可同日而語的。自我分析是潛入自己內心的最深處，去發覺自己最深的秘密；跟它相比，被分析只能算是第二等或是第三等的東西。再者，我們所做的自我分析也不可能跟弗洛伊德最初的經驗相比。我們對自己做的心理分析，固然在瞭解自己和他人方面有很大的重要性，但跟弗洛伊德所得的結論仍舊不可相較，因為他的自我分析是初創的，也可以說是英雄式的，因為他必須克服他內在的抗拒。當我們被別人分析時——即使是我們自己要求別人來為我們分析——分析是從外面引進來的；它缺乏自己發掘自己秘密時所感到的那種深切的經驗。不論別人對我們說什麼，不論我們從別人學習到什麼，都無法像我們在自己內在發現的東西那麼深刻。心理分析家為患者或學生所做的事情，至多是產婆或產科醫生的工作。每個人的孩子都必須由他自己來生產。心理分析者只能幫助他生產，減少他的產痛。然而卻不能影響他生產的有機過程——不僅不能影響他人的這種過程，即使自己的過程也不能影響。

許多負責訓練精神病科醫生的心理分析家認為，把學生做過分析就夠了。這就好像是說，被人分析，在情感與心智上就獲得了足夠的經驗，足以做心理分析者了！而自我分析則變成了多餘的事！他們是不是認為上課、聽講可以替代自己對自己的深刻認識？這種想法猶如把聽詩看做和寫詩具有同等的心理份量。被分析必須由自我分析來接續和補充，並由心理分析學家來監督，若非如此，則被分析只是一個孤立的經驗，在自己內部沒有生根，也不能結出果實。“從他們結的果實，你可以認識他們”——這句老話也可以用在心理分析者身上。

我在前面說過，心理分析學中最有價值的一些東西，不是由學習可以得到的，這是我跟許多心理分析學家看法不同的地方。我認為，這些最有價值的東西，只能由自己的經驗獲得。當然，每個學習心理分析學的人，自己都應該被分析，這方面的價值我絕不致低估。但我不認為一個人對心理分析學的經驗到此為止；我認為，被分析幾乎可以說是心理分析經驗的開始。只有在被分析以後，再用自我分析來繼演和完成這種自我認知的過程，才庶幾可以達到弗洛伊德所達到的經驗。

讓我用一個例子說明我的意思。有一個年青人決心要做演員。讀過一些古典作品以後，他自信有一天會飾演哈姆雷特，奧賽羅和浮士德等。他必須先學習演戲；於是他到最好的戲劇學院去上學，由最好的老師指導。他學習如何念誦臺詞，調節音調，控制抑揚頓挫，朗誦詩句，又學習如何在舞臺上舉手投足。現在他開始覆述哈姆雷特偉大的獨白，學著浮士德如何跟梅菲斯托菲討論倫理與宗教問題；他已經懂得如何把他所學習的東西用到舞臺上，也知道如何強調舞臺動作的效果——不過，他仍舊是一個低劣的或中等的演員，他不能打動我們的心弦。如果他要想感動我們，還必須怎麼做呢？

在我看來，他還必須做兩件事。第一點，當他步上舞臺的時候，他必須把他在學院中所學的東西全部忘卻，他必須把這些東西一概掃除，就像他從來沒有受過訓練一般。如果在這真實的演出之際，他無法把這些忘卻，那就表示他的訓練還不充分，因為，訓練必須深刻到可以把它忘卻，假如他還必須在意識的層面上去考慮和回憶他應該怎麼說或怎麼做，他不如不上舞臺。

他以前所學的必須深深的潛入他的組織中——潛入他的頭腦與肉體的神經組織中——以致于他完全從自己的內在抒發出來，就像他從來沒有進過戲劇學校，然而一言一行，舉手投足無不中節。

戲院裡的聽眾，認為技巧是理所當然的事，他們所要求的，是另外一些東西——一個演員，當他最初要當演員的時候，必然是想表達人的內在情境，而在舞臺上，他必須把這種情境表達出來。換句話說，他必須自己變成哈姆雷特或浮士德，親自去感受他們所感受的東西。要想做到這一點，他就必須重新去感受他第一次在書本或舞臺上遇到哈姆雷特和浮士德的時候所感受到的東西，否則他就沒有辦法感動我們。

心理分析者跟演員相似。我知道一些心理分析者，他們在學校裡學的並不多。我還認識另外一批心理分析者，他們的技巧訓練可以說完美無缺，就是沒有自己的格調。他們無法掌握對心理分析學最早的熱切之情。我還認識第三種心理分析者，這是一些大師，為數甚少；他們在心理分析學的領域中有純熟的訓

練，他們在舞臺上就像君王一樣，舉手投足不留一絲學習的痕跡。

這一個比喻可以用在自我分析上，也可以用在對他人的分析上。一個優秀的分析者必然由自我分析學到很多經驗，但是，在意識層面上他不需再去回想從自我分析得來的經驗。一個優秀的分析者必須以他個人的經驗為基礎，否則對自己和他人的分析便不會有多大的價值。

把這個標準用來審查心理分析學方面的著作，我們會得到什麼樣的結論？目前在心理分析雜誌上，發表過不少文章，這些文章跟個人的經驗距離非常遙遠，就像天狼星跟我們這個地球一樣。在這些文章中，心理分析的探討是如此之貧瘠，跟人的生活如此之遙遠，以致於看起來像是數學演算，而不像心理學。讀這類文章的時候，我常猜疑這些心理分析者究竟是睡著的還是醒著的？這些文章絕不是他們內在經驗的結果，這些分析者絕不曾觸及自己的內心。他們是什麼分析者？“科學”到這種程度，已經純粹是為了科學而科學，在實際的生活中已經一無用處。凡不是從經驗淵源而出的，絕不可能成為有益於他人經驗的東西。

個人的經驗當然可以是隱而不顯的。表面上可能沒有明說，但在心理分析者的作品中我們卻可以感覺出來；因此，我要再說一遍：你可以從他們的果實認識他們。

第三章 “這兒無處可藏”

在美國，文化界的人士對“智性”估價過高，到達令人駭異的程度。不僅是公立學校、學院和大學如此，而且研究機關也是如此，他們給人一種印象，認為智力測驗是辨別秉賦的唯一標準。就似乎，智力——現在所謂的“聰明”(smartness)——是衡量才份的唯一決定性因素；就好像其他的秉賦根本不必考慮，而想像力、道德勇氣和創造才能根本不重要似的。我相信貝多芬比一個銀行經理的智力商數要低，但我寧願用所有的銀行經理來換一個貝多芬。我也認為莫札特的智力商數比不上一般的大學畢業生；而且，我可以確定一定低於大多數心理分析者。

對於智力單方面的強調，使一般人對於心理分析學的起源有錯誤的看法。第一點，認為這種新的研究辦法是由艱辛的、透澈的思考新發現的，是由極大的智性努力所發現的。弗洛伊德以他無比的坦誠對這一種看法做了有力的否認。他一再地強調，他是由偏見，是由先入為主的觀念發現心理分析學的。他用德文的“vorurteil”來說明他這層意思——這個字的意思就是“pr-notion”(“先見”)，或“pre-judgement”(預先判斷)。他的意思用英語中的hunch(預感)來表示，可以更正確一些，所謂“預感”，在我看來是由直覺所得的印象，是一種“先

見”——不是由理性來認知或判斷，而是感覺到它。對我們這些有科學頭腦的人來說，對我們這些心理分析者來說，心理分析學是由預感產生的，恐怕會覺得不是味道。但是，一個觀念的誕生之處並不是決定性的因素；耶穌生在馬槽裡，但他的觀念征服了全世界。

事實上，許許多多的發明與發現都是由“預感”產生的；科學史上這種事情歷歷可尋。弗洛伊德曾經一再說明，他最深的一些洞察都是由預感產生的，而他對預感也採取信賴的態度。當時的學者們都以為夢不過是一種生理現象，弗洛伊德就不肯同意這種看法，他跟凡夫走卒的看法一樣，認為夢必然有秘密的含義，可以加以解釋，他還另有一種預感：一般的醫生都把歇斯底里認為是由生理上的原因造成的疾病，弗洛伊德不接受這種看法，而認為是情感的衝突造成的結果。他認為一般的精神病學說不能解釋神經官能症的起源與性質，反而接受一般沒有文化教養的群眾所持的看法——認為神經官能症是情緒上一種騷亂。一般說來，他甯喜歡從心理上做解釋，而這種解釋又是大部份人不當真的。他不在意站在少數人一邊，他堅強的意志使他不顧他大部份同業的看法。我們一般的心理分析者在天才與秉賦方面自然無法企及弗洛伊德，然而，至少我們應當追隨他無畏的精神，他的道德勇氣和他為了自己的信念而忍受痛苦與孤獨的心理準備。可歎的是，在目前心理分析者中，我很少看到這方面跡象。

目前我們所知的心理學，是由對於夢和神經官能症的本質之預感而產生。它的基本觀念是這樣的：當人自由自在的談論他們自己的時候——不僅是談論他們的秘密，而且是談論任何跟他們有關的事務——會把他們自己情感的秘密透露出來。他們會透露出是什麼事情在騷擾和折磨他們，會透露出一切佔據著他們의思想和激動他們情緒的事情——儘管他們可能極端不願直接談論這些事情。

弗洛伊德曾經說，人天生就不善於保守秘密，他們的一言一行都會洩露自己的心意。人的衝動常常想要找尋表達的機會，而很多衝動是社會所禁止的，因此，自我便築起了強有力的防衛系統，不讓它們表現。因此，這些衝動就被漠視，或打入黑暗的深淵，被否認，被驅逐，永遠不再提起。由於懼怕這些衝動的力量，人就把開天闢地的大石頭堵到門口，不准它們出來。然而它們卻用一些小小的，不引人猜疑的語言、符號和姿態表露出來，而不顧我們的恐懼和羞恥感。古老的黑人精神歌曲把這種情況做了恰當的表示：

……我走向岩石，
藏起我的臉，
岩石卻叫喊，“無處可藏，這兒無處可藏。”

這就是心理分析學的基本法則，是學習心理分析學的人或接受治療的病人所需遵從的唯一法則。初聽之下，似乎簡單得很。真的，我們幾乎難以想像還有什麼事情比這個更為容易。但事實上又多麼困難！要想走到它的邊緣，就需要多麼長久的意志訓練和思考訓練，更不用說要做得完美了！

這基本法則就是我們所謂的“自由聯想”。現在的作家喜歡說“意識流”(stream of consciousness)；這種用法固然有它的長處，但也有短處。意識流有時會變成海洋，使人有被淹沒的危險；有時候它又會變成涓涓細流，似乎會乾枯。這是一種很特別的流。

這種流的過程，心理學當然老早就認識了，也在很久以前就用聯想律來加以說明。當我們連續的想到一個蘋果，一個花園，花季，或蘋果跟蘋果餅時；當我們看到一張畫像而想到畫中的人物時；當我們聞到某種氣味而想到某種菜肴時，我們都是依照聯想律在思想的。當我們想到冷與熱，或高與低的時候也遵從著這種聯想律。弗洛伊德有一個預感：思想的這種流動有它的潛流，這種潛流對思想潮流的決定性，可能要比心理學歷來所認為的程度都大得多。這些潛流是無意識的衝動和興趣(關懷)，是被壓抑的情感。自由聯想只有在表面上是自由的；後面有人在垂簾聽政。

弗洛伊德遵從他這種預感。他要患者想到什麼說什麼，沒有任何例外，也不用任何檢查和控制。一般說來，我們在說話的時候都是遵從著某個方向的。我們想要把話說得合邏輯，想要切中要點(這種努力往往失敗，我們的參議員就是例子。)心理分析學所治療的患者應當想到什麼就說什麼，而不要這種秩序和控制。他的思想可以隨意跳動。

心智活動有種種不同的形態，我們可以把這些形態用下列方式做比喻：思想有如沿著常道前進，走向某一個目標；把心裡想到的念頭一概說出，卻像漫無目標的走動，不過，這兩種心智活動的方式是否互不相容呢？當然不是；在我們的精神生活中，有足夠的餘地容納這兩種活動。它們在不同的層面發生。好比一座樓房，在第四層有一個鋼琴家在彈奏克裡門特的一首奏鳴曲，而在一樓的某個房間裡，另一個音樂家卻可能在奏彈一首貝多芬的奏鳴曲。只要他們兩個都沒有聽到對方的聲音，就不會互相干擾。

顯然，思想的兩種方式有它們各自的領域，其間有著界線，如果任何一方擅越，就會造成騷擾。律師在思考困難的法律問題時，加果任憑自己的幻想，必然不能獲得明確的解答。可是詩人在寫情詩的時候如果把心裡的每一種比喻都詳加考察，一定寫不出好詩來。律師的思考方式不合於寫詩，詩人的思考方式不適於處理法律問題，是顯而易見的。律師必須盡可能運用理性；推論與結論

都需合乎邏輯；詩人如果長時間反省則無法寫詩。如果他讓自己的句子反思再三，就失去了自然的流露性。法國詩人保羅·梵樂希說，思考或反省就是“斷線”（perdre le fil），可是，如果一個律師在做摘要的時候，追隨任性的觀念，他的思想卻會斷線。這正像諺語所謂“張三的補品是李四的毒藥。”

那麼，把你心裡面所想到的念頭直接的說出來，不是很簡單嗎？因為，想什麼就說什麼，不必講求順序、邏輯，也不必講求節奏和理由，這不是最簡單的事嗎？其實一點也不簡單；要把心裡的話照實說出來，並不像走平路，而像障礙賽跑。你心裡的念頭會讓你大為吃驚，不僅吃驚，而且會羞恥，懼怕。當你想把心理發生的念頭照實說出來，你會發現它們跟社會上許多的觀念都無法相容；因此你必須把這些社會觀念統統拋到腦外。同時，你也必須把恐懼與羞恥（羞恥可能是一種特殊形態的恐懼）統統拋卻。有關性與大小便方面的衝動與思想，是不好出口的。卑鄙的、侵犯性的和敵意的傾向——尤其是對於親近的人所產生的這類傾向——更是我們難於承認的。

然而，難於啟齒的並不只是這一類的傾向。心理分析者常常驚奇的發現到，有些人勇於承認自己的性倒錯傾向，而不敢承認自己的溫柔情感。在左拉的一篇小說中，有一個被告老老實實的承認他犯了情殺案，卻羞於承認有一次他吻了一個女人的襪子。瑣屑的念頭往往比卑下的行為更難於承認。心理分析者常常發現，人對自己認為愚蠢或迷信的念頭比對犯罪行為或反社會行為還更為羞恥。

但是，我們何必在這裡空論這些障礙呢？每個讀者自己做做試驗就可以了。當然，這種試驗和真正的心理分析還不相同，但它仍舊具有其中某些重要的成份，而且任何人都可以現在就試試看。讀者可以拿一張紙，一枝鉛筆，從現在開始，把你半個鐘頭內所發生的念頭記下來。寫的時候不要用任何檢查，不要省略或刪節任何念頭，也不要考慮到邏輯、美學、或道德問題，只是把腦子裡的念頭記下來，不要顧及平時指示思想方向的社會約束。如果你真的誠實，真的能夠克服一切阻撓的傾向，而把一切念頭都記載下來——不論是聰明的還是愚蠢的，是合禮的還是不合禮的，重要的還是瑣屑的，不管它們的秩序，目的和關連，不加選擇和檢查，那麼你就真的做了一件難得的事。然後，把這些記錄放到抽屜裡，離開這間屋子。第二天再把它拿出來，詳細的讀一讀，你會遇到一個識你在許多方面吃驚的人——但這個人又不是你不認識的。想了這些事情的人就是你現在這個人嗎？你認識了一個新人。

由於現代的新發明，這種試驗做起來容易得多。這新發明就是答錄機。你可以先把自己的念頭自言自語的說出來，錄在錄音帶上，第二天聽聽看。這比筆錄的方式要好，因為從念頭到說話比到筆寫要直截。這是一種原始的辦法，因為

我們的念頭只是我們內在的語言，只是沒有發出聲音來而已。每個人都看到過，有許多人在讀書或寫字的時候嘴唇在蠕動，好像在說話似的。說出來的言詞跟只存於思想裡的言詞不同，因為它含有情感的成份。天主教認為懺悔不能只用思想或手寫，必須用口說，自有道理。說出來的話不僅對聽者有不同於思想和文字的效果，對說話者本人也是一樣。我曾聽一個我認識的女孩說，“到我聽了自己說的話，我才知道我在想什麼。”錄音的機好處是可以聽自己說話。當然，這種試驗不能代替心理分析，但它可以使人相信，人確實有自己所不知道的思想與衝動。在人的“心房”中，有些寄宿者是沒有登記的。

這種試驗要想接近自我分析的程度，當然還必須有其他的一些條件，但有一件事是顯然的：一個人要想“分析自己”，他必須先能夠做這種試驗。

做這種試驗的人不久就會發現，心理分析中有一個因素比其他任何因素都更重要，那就是道德勇氣(精神勇氣)。弗洛伊德有一次就強調的說，他最有價值的發現就是由這種勇氣——而且也只有由這種勇氣——達成的。有許多心理分析者自認為憑他們智性的天賦就足以做分析者；但事實上，分析者遲早有一天會遇到某些患者，在智性上達超過分析者，而每個分析者也必須有這種心理準備。我有幸治療過幾位有名的作家與科學家，我也常常有機會贊佩他們的天才。在診療室中，一個分析者的權威憑藉兩種因素。第一種，他在心理學上的知識與經驗；但這種因素是任何有天賦的病人都容易獲得的；第二種因素則是心理分析家的道德勇氣，這種勇氣使他能夠面對他人和他自己的任何思想與情感，這些思想與情感往往是令人不愉快的，是壓抑的，而患者也往往回避它們。分析者最重要的工作就是要幫助患者，使他們敢於面對這些衝動與觀念。分析者扮演的角色是產婆，幫助患者把那些思想與觀念帶到意識層面上來，使患者承認它們有存在的權利，同時也要把它們列入考慮。

心理分析者往往也和患者一樣面臨著同樣的危險：那就是把他們不願意承認的思想和情感加以壓制和否認，跟自己捉迷藏。每一個分析者都應該定期做這種試驗，看看自己對自己夠不夠真誠。這樣的自我分析對他會有教導的作用，讓他知道每個人都不願意承認某些不愉快的事實，因此當他遇到病人抗拒這種不愉快的事實時，他會比較有耐心。這種自我分析也可以使他認識到，在他自己做了許多年的分析者以後，他還可以從自己學習到很多東西，自己還有很多東西有待他去認識。分析者若以為他對自己已經徹底明瞭，不需再做分析，那只代表他太膚淺。任何時候當他面對自己，他都會發現有些東西讓他吃驚；即使是一個心理分析者，面對自己的時候，都很少感到是一件愉快的事。

這種經驗每次都會使他產生新的洞察，增加了他心理學上的知識，而這些都是從他情感生活的深井中流出的，就在此刻我聽到一個聲音說，“自己不願意做

的事勸起別人來倒是很容易。”

這是一個挑戰，我要接受它，中斷我現在的寫作，自己來做這樣的試驗。

就在此刻我的心念是什麼樣子呢？我看到書架上的小柳樹……一個史前時期的花瓶……青春……老年……懊悔……書……“論理與宗教百科全書”……我未寫完的書……我的眼睛轉到門上……牆上掛者一幅亞瑟·許尼茲勒(Arthur schnitzler)的相片……我的兒子亞瑟……他的前途……桌子上的檯燈……一個患者有一次看到這座燈沒有燈罩時所說的話……那桌子……幾年以前不在那裡……我太太把它買來……起初我不肯花錢買它……不過她還是把它買來了……如果我屋子裡有另外一個人，這些就是我在當時要向他報告的念頭。顯然這些念頭大部份是由我所看到的東西來決定的；念頭與念頭之間的關連似乎只是由我所看到的東西和我所想到的人物連接起來的。有兩串思想似乎是不合乎聯想律的；一串是，“論理與宗教百科全書”——我沒有完成的書，另一串是小柳樹——春天——老年——懊悔。

這些真是我的思想嗎？它們是否只是我思想的線索，而不是思想的本身？設若如此，它們就只是一些最表面的消息，而我的思想還有更深的一層。如果我要把我真正的想法說出來，就必須把這些線索之間的空隙填起來，在骨架口填上血肉。我真正的想法是這樣的(並不是全部，並不足用遠鏡頭來拍攝的全景，但已足夠讓我明白此時佔據我心中的思想是什麼)。

我看到書架上的小柳樹……它們插在我從奧地利帶來的史前時期的花瓶裡……那些花使我想到我維也納年青的時候……我已經漸漸老了……明年我六十歲……我懊悔沒有更享受青春……我記得上次我看到 S 博士時他說的一個笑話：“人在六歲的時候以為雞雞是尿尿的，到了六十歲的時候，知道事實是如此。”……關於性無能的不愉快的念頭，這是老年人感到威脅的……回到懊惱上，懊惱我年青的時候沒有在性方面好好享受……一句法國諺語：“si jeunesse savait, si vieillesse pouvait”(“年青時如果懂，年老時如果能”)……我試著安慰自己……我工作過，我完成了一些事情……我寫過許多書……多少？二十？三十？只有六本翻譯為英文……“論理與宗教百科全書”使我想起我第二冊“宗教的心理問題”還沒有完成……雖然沒有明說，我卻已經默許了弗洛伊德要繼續研究……門……離開……死……亞瑟·許尼茲勒的照片……我想起他，我看到他跟我以前走在維也納夏廣路時的樣子……那時我們住在同一條街，我的兒子也取他的名字……我曾經希望亞瑟成為一個像亞瑟·許尼茲勒一樣的作家，後者是我所喜愛的……許尼茲勒曾經當過醫生，後來他不再行醫，因為他喜歡寫作……我曾經希望我的兒子學醫；那是在荷蘭的事，但是，他不得不終止學業，寧願變成一個書商……即使納粹沒有來，他可能也不會完成學業……我有

點失望，因為我希望他有一份輝煌的事業……他的事業和成功呢？我想到亞瑟許尼茲勒的兒子……他的名字叫亨利克……他像我的兒子一樣，目前在美。我已經很久沒有聽到他的消息了。或許他在好萊塢。他的父親或許也期望他做別的行業吧。我可以確定他不喜歡好萊塢。我記得他的藍眼睛，灰鬍子……我聽到過亨利克在維也納公立學校一年級的故事。老師問學生，他們知不知道歌德是誰。沒有人知道，但小亨利克說，“我不大確定，但我相信他是我爸爸一個同行。”……我的兒子亞瑟小時候說過一句聰明的話，有一次，聽過莫札特的一首協奏曲以後他問媽媽說，“他叫莫札特，是不是因為他的音樂那麼紮特？”（“紮特”，zart 這個德文意思是“溫柔，精美”）……對亞瑟的喜愛……他對音樂的熱忱……我常常擔心，他似乎太熱忱了。葛裡帕紮（奧地利的大詩人）曾經寫道，他的戀人“醉于音樂，就像別人醉於酒一樣。”……我曾經希望亞瑟成為一個作曲家……他有很高的音樂秉賦，可是像我一樣，太懶，不肯去學樂器……我記得，他很小的時候，就哼著馬勒的交響曲的調子……他像我一樣喜愛這位作曲家……桌子上的檯燈……那是一盞有曲線的大檯燈……有一次，燈罩破了，燈露在外面……那時一個請我醫療的女士說，“檯燈看起來那麼赤裸。”那盞燈座落在上面的那張桌子原來是沒有的……我太太建議我們買張桌子，放在靠牆的這邊……我認為沒有必要，不想花這個錢……我們錢很少……我太太沒有爭辯，但幾個星期以後，桌子已經放在那裡了，檯燈放在上面……她哄過了我……我怕老婆還是溺愛？……這些是我的念頭，當然不是全部。有些我跳過去了，因為，就像弗洛伊德所說，人要為他自己保持秘密。另外有一些聯想我也沒有說出來，因為，我要為我太太保持秘密，也為我的兒子和其他的人保持秘密。同時，我的思想潮流也沒有做完整的記述，因為在這裡我只考慮到我心智活動的中心，而沒有把邊緣的思想都包括在內；如果把這些也記載下來，我還要多寫許多頁。譬如說，當我想到亞瑟的時候，一件往事從我心中閃過。在那一瞬間，他母親的樣子——他跟他母親很像——在我心中出現。我記得，當他還很小的時候，我們的一段談話。即使在那個時候，我就曾經表示，對他的未來抱著很大的希望，可是我的太太說，她只希望他快樂。這時我的思想轉到了一個方向，比較起名譽與成就和快樂究竟那一種重要。當我的兒子誕生的時候，亞瑟·許尼茲勒（我的兒子就是取他的名字）已經很有名了，可是他並不快樂。

這些思想其實是心理過程的重要成份，因此，不應當括除在這個報告之外，尤其是它們觸及到這幾年來我常常想到的問題（懊悔我青春已逝。）

馬勒的名字在這一串思想裡而為什麼會出現呢？表面上看來，似乎只是由於我的兒子在很小的時候就記得馬勒交響樂中的許多的調子。在報告中所提到的這些聯想以外，至少還有另外兩點是我剛剛忽略的；一個是浮面的，另一個則是深層的。第一點就是牆壁上許尼茲勒像片的旁邊有一張馬勒的照片。這種聯想

似乎符合翁特 (W.Wundt)等心理學家所說的聯想律。第二點卻不是浮面的：在我年青的時候，馬勒與許尼茲勒兩人在維也納都住過很多年，卻一直沒有相遇，一直到許尼茲勒在聽過馬勒的第六交響曲之後。那首曲子使他深受感動；而我跟我的兒子亞瑟也一同去聽這首交響曲在維也納演奏。

在這裡，我們遇到聯想的“過度牽連”(over-determination)。這是說，某一種念頭跟它後面的念頭有許多線索相連。因此，對於這些複雜的連接關係，沒有任何辦法做充份的記載和形容，因為不同的思想在不同的層面同時發生，又相互作用，我們無法把這種情況同時陳述出來。我們只能把這些同時發生的念頭用前後順序來述說，而心理上的各個層面也只能提一提，無法同時展現。

我們的思想的邊緣有著非常複雜而豐富的内容，要想把這些說清楚極為困難。我在這裡只舉一個例子：在我的意念之流中，歌德的名字曾經出現過(小亨利克·許尼茲勒在公立學校說，他想，歌德跟他爸爸同行)。但這並不是歌德第一次出現在我腦子裡。他原先就在那裡了，不過是在思想過程的邊緣：當我想到我的兒子不再繼續他的學業，我也想到他跟一個荷蘭女孩訂婚，想到他的早婚跟他放棄學業有關係；這時，歌德的 *Hermann and Dorothea* 中的一句話(我原來已經不大記得了)在我腦子裡神秘的出現。那句話是母親希望他兒子結婚，“以便晚上成為你生命中美麗的一部份。”在這裡，由於歌德的話，暗示了結婚的性方面的動機。跟歌德有關的另一個線索，是許尼茲勒的兒子。亨利克是浮士德的名字(浮士德是歌德所寫的一齣悲劇的主角)而這齣悲劇的詩文是經常伴著我青年時期的。我的思想從這一點又轉入我對歌德的心理分析學的研究，轉到我的野心與期望——我希望一九四九年，法拉耳·史特勞斯會為我出版英譯本，那時正值世界各國慶祝歌德兩百周年誕辰……懷疑我自己能不能活到那時……我的心臟病……許尼茲勒死於心臟病。

另外還有一些遊動的思想是我在前面的報告沒有提到的。我與許尼茲勒在維也納的夏廣路散步的時候，我們曾經談到婚姻。他娶了一個年齡比她小很多的女孩。從這裡，我的意念轉到我現在的妻子，她是我的第一個妻子——亞瑟的母親——去世後迎娶的。但這一條路，夏廣路，在許尼茲勒的小說“走向廣闊之路”中扮演了相當重要的角色，這本小書也討論到猶太人的問題。我的兒子決定離開歐洲，部份原因是由於納粹的危險——這又是納粹問題。

除了這些以外還有一些意念，可是它們的脈絡太複雜了，因此我不能在這裡說明，但它們在心理上是很重要的，透露著內層的消息。在這裡我只能舉兩個例子。我想起亞瑟說到莫札特時那句聰明的話；然後想到我的兒子對音樂太感興趣，然後想到葛理帕紮關於他戀人凱蒂對音樂的熱愛所說的那句話。聯想的線索似乎清楚得很；但要領會心理的內在運作，卻必須知道莫札特和葛理帕紮這

兩個名字之間的關連。葛理帕紮在提到凱蒂·美洛利齊對音樂的熱忱時，幾乎是站在反對的立場的，就像我反對我兒子過份的耽於此種藝術一樣。但葛理帕紮自己是個音樂的愛好者，他的鋼琴彈得很好，他崇拜音樂大師們，常常談到貝多芬，他曾經為貝多芬準備了一齣歌劇的歌詞。他曾為貝多芬寫了悼詞，在入葬時宣讀，跟許多維也納人淚灑黃土。

在我的心理上，必然是把葛理帕紮跟他所敬佩的莫札特做了對比。把與莫札特連想在一起的，尚不只是葛理帕紮對他女友的批評與我對兒子的批評。兩人之間的關連很早以前就在我的心裡存在。那不是只由現在偶然發生，而是從我青年時期即已開始。我像所有在維也納上大學的男孩一樣，念過葛理帕紮的大部份劇本，對他的一生事蹟知道得很多。老實說，儘管我們所受到的教育要我們把他當做維也納的大詩人，我卻一直不喜歡他。為了表示我這種隱藏的不喜歡，我發現我在大學念書的時候，想要把他誕生的年代忘記，有一次考試考到這個問題，我就錯了。但有一件巧合卻又把他的生辰年代牢牢的記在我的心上，使我想忘也忘不了，那就是一七九一年，莫札特去世的一年。我固然不喜歡葛理帕紮，卻無法掩蓋我對另一個維也納人莫札特的喜愛。就這樣，一直到四十年以後的今日，我仍舊清楚的記得這個年代。

我的邊緣的聯想中第二個例子是一個視象。想到許尼茲勒，我突然想起在他六十歲生日的時候，維也納的一份報紙上所刊載的一幅漫畫。這漫畫是揶揄的，倒不一定是惡意的。漫畫上許尼茲勒舒服的抽著雪茄，他吐出來的煙圈卻正要慢慢變成美女誘人的面龐和體態的樣子。這位寫過 **Hands Around** 的作者，若有所思的看看這些煙圈，沉湎在快樂的回憶中。漫畫的標題則表明了他的想法：“啊，那才是美好的日子！”

這幅漫畫我只在廿五年前看過一眼(一九二二年，許尼茲勒六十歲)，但現在卻清楚記得，這不只是我偶爾看到他在牆上的照片引起。如果讀者記得我前面說過的意念，他當會想起我自己的年齡——明年我就要六十歲了——想起我對青年時期的追悔，以及關於性無能的威脅的不愉快的想法。這裡是聯想線索中的個人因素。那幅漫畫微妙的提示了衰去的青春和性能力，由於這幅漫畫，在我的內在喚起了回應，使我把自己跟許尼茲勒聯想到一起，因為我自己現在到了當初跟他結識的年齡③。【③一九一三年，我出版了“亞瑟·許尼茲勒的心理”，但我跟他成為鄰居是好幾年以後的事。】

我已經把這幾分鐘的試驗中流過心中的意念說了出來。當然，要想把伴隨著這些意念的情感成份說出來是不可能的(這些情感有些是清楚的，有些是模糊的，有些是集中的，有些是散漫的。)“為我一去不回的青春懊悔”，“想到我逝去的麥子”，或“對幼兒時的亞瑟的喜愛”——這樣的句子只是指出了這些情感

的存在，而遠不足以表示它們的性質。

如果我是在接受心理分析的時候表露出這些意念，為我做分析的人一定會明白我伴隨著這些意念的情感。一個人的語氣，頓挫和表情、姿式，不但能夠表露出所想的是什麼，也可以表露出所感受的是什麼。如果他真配做一個心理分析者，當我告訴他，我想到許尼茲勒或沒有完成那本書時(這是我答應佛洛德要完成的)，他一定能夠猜測或感覺出我的情感。當然，這些內在的東西是無法言說的，但它必然能像一首無言之歌一種表達出它的情感，而聽者也能夠感觸到。

除了這些印象之外，我意念的接續流動也會使分析者瞭解到這時是什麼東西在盤據著我的心。他會察覺到我想到我日漸年老了，為我的性能力擔心，我試圖用其他方面的滿足安慰自己已逝的青春。

他一定會看出我年青時是一個野心很大的人，同時想把我的野心加到我兒子的身上，而對他又像對我自己一樣感到失望。所有這些意念與情感在我做試驗的這幾分鐘，都像老鼠一樣從地底下爬出來。在這種試驗中，“聽到”的事情就是事實。

當我們把心中的意念說出來的時候，我們並不一定都知道自己說的是什麼。過後當我們再談或再聽這些話時，會覺得驚奇，駭異。我們不知道自己說的是什麼。但即使如此，我們仍舊比大部份“不知道自己在說什麼”的人知道得清楚些。

我認為，自我分析性的聯想，價值越乎當下的用處。它不僅使我們瞭解自己在某一個時刻的心理狀態，而且更新了也加深了我們的分析經驗，使分析成為一種活的經驗，成為生活的一部份。一個每天看十個八個病人的心理分析者往往會面臨一個危險，那就是他把他的工作看成了一種“職業”，把他自己看成了一個“專家”，精通精神生活的高深，而心理分析學在他看來也變成了一種“標準”的程式。他自從第一次被分析以後，就沒有再經歷過分析。

當一個人真誠的把他內心流過的念頭說出來時，絕不會是無聊的話；這一點，心理分析者與患者卻必須共同體認。從無意識的深處冒出來的東西，是有它自己的秩序、連關與理由的。我曾經有許多機會觀察到，某些人由有意識的思想所說出來的話是多麼缺乏意義。

第四章 一首小夜曲

德國的偉大作家萊辛(Gsthold Ephraim Lessing)在兩百年前曾說，如果一個人未曾

在某些情況下“失”心(lose his mind, “發狂”),他就沒有“心”可以失。如果我們不會偶爾像個瘋子似的去思想去行動,則真不敢說我們是不是“正常人”,會不會像有理性的人那樣去思想去行動了。在夢中,我們回到許久以前已經捨棄的思想方式,回到我們醒著時不再感覺的那種情感。從夢裡面透露出我們內在所發生的事件的消息,而這些事件的發生是我們所不知道的。當白天的生活如常的在進行,在我們睡覺的時候卻經歷著令人興奮的事情,“大自然的第二迴圈”——那詩人(譯注:指歌德)對睡覺的稱謂——不止是安慰我們,幫助我們忘卻憂慮。二十多年以前,那位維也納的醫生(譯注:指弗洛伊德)可能是對的:他證明我們稱之為莎士比亞的那位詩人患了失眠症;沒有一個人像他那樣推崇睡眠,他說睡眠是“受傷的心之止痛劑。”

弗洛伊德一再說過,他對自己的夢的分析使他對自己的情感生活有了最深的洞察。心理分析者不得不追隨這位宗師。當他察看他的夢境時,他會發現自己的秘密,而這些原是隱藏的。他也會發現,在他——這位元現代文化模式中講理的、守法的公民——和瘋子、罪犯與野蠻人之間的分別是多麼微薄,那僅僅是一層鑲在粗糙傢俱外層的柚木薄片。在“夢”這片鏡子中,他比在任何鏡子中更能見到自己的面目,看清自己的特徵。在這面放大鏡下,他看到的是自己的一部份,而“析夢”更是一枚放大鏡,使他見到隱藏的思想與情感。夢是他人生的一部份,正如白天的經驗與事件是他人生的一部份一樣——而有時候甚至更是他真實的人生。

弗洛伊德曾一再強調,夢的解釋是一個轉捩點,使心理分析學由心理治療學的一種方法轉變成深度心理學。同時他也認為對夢的分析研究是瞭解神經官能症的心智程式的最佳途徑。夢是正常人的病理現象,是“導致歇斯的裡亞症候,驅迫性的觀念和瘋狂的系統的第一個鏈環”。一九三二年弗洛伊德寫道,“心理分析者似乎覺得,關於夢,他們沒有什麼東西可以加上去,似乎夢的學說已經結束了。”這個話是弗洛伊德強調的,相當使人吃驚。然而這話卻有它的正確性。不過,自從弗洛伊德發現了夢的最大秘密以後,就再沒有新的東西可以要我們去發現嗎?我不相信沒有。關於夢,還有許多東西沒有解答:例如,它同做夢者真正的目的關係如何?睡覺之前的思想與夢中的潛在內容有什麼關係?夢與藝術的想像相似之處何在?夢中的視象跟精神病患者的心智系統的關係如何?此外還有許多問題。

我真的認為,最近二十五年來,夢的心理學之所以這般沒有成就,是由於心理分析家們不願意解釋和發表他們自己的夢。看起來似乎我們太拘謹了,不敢談我們自己夢到些什麼事,也不敢解釋我們夢中的念義。自從弗洛伊德發表他對自己的夢的解釋以後,分析家們所發表的這類文章不超過十根手指頭。我們要求患者要有道德勇氣,要真誠,可是為什麼我們自己不做個好榜樣呢?在這裡

不該存著雙重標準。如果我們的自我表露會使我們失去他們的信任，則我們先得自他們的信任就是冒取的，是他們不願意給的。如果我們由於談論我們的潛意識思想而失去了他們的尊重，則他們就只是由於看錯了我們才尊重我們。

事情在改善之前總是比較不好的，但下面我要舉兩個我自己的夢境，加以分析，或許可以做為改善的先鋒。這個夢境的內容和解釋都沒有什麼驚人之處。但它們的一些特質卻使我認為有足夠的理由把它們公開，那就是，從心理分析的觀點來看，它們的內容一點也沒有奇特之處。另外一些特徵則關係到夢的情感成份，對它們做解釋時的特殊途徑，以及這種解釋所得到的心理學結論。另一個特別的地方則是兩例夢之間相隔的時間——大約二十年。就我所知，由同一個人對相隔那麼久的兩個夢來加以陳述和解釋，這還是第一個例子。也許它們會在一個小問題上提出一點貢獻：性格在經過那麼長時期改變的以後，如何影響到做夢者潛意識的層面。由於篇幅的關係，我只能把解釋局限在中央的部份。

第一個夢的時間是一九二六年九月間。內容如下：我看到自己站在法官（複）面前，我發表了一篇了不起的答辯。我被控謀殺；我確實犯了這個罪。

夢裡的情緒並不都是焦急、懊悔或沮喪。醒來之後，我記得在夢中我從椅子上站起來，在我開始演說的一刻有一種很大的得救感和松釋感。這種情緒使我覺得奇怪，這種情緒跟當時的處境是那麼不相襯。夢做完了以後，我在床上又半睡半醒的待了幾分鐘。（當我寫這幾行時，幾個奇怪的字闖進我的意念中：“在歡樂以後”（“in after-enjoyment”）就好像我要重新抓住這個夢似的，但我並沒有有意識的想這樣做。在我這樣半睡的狀態中，我夢中的演說詞有兩句話穿透到意識層面來。第一句是稱呼：“法官閣下！陪審團諸位先生！”第二句——顯然是從一段未知的演說詞中脫離出來的——完全清楚的句子，這個句子在我回想的時候使我喜歡：“在我一生中，我做過許多使我感到羞恥的事(of which I am ashamed)——我自認為各位先生每個人也是如此——但沒有一件是須讓人不齒的(of which I have to be ashamed)。”在回憶中，我似乎在把玩著這兩段話的戲劇性效果：“感到羞恥的”，和“須讓人不齒的”，就好像一個演員在朗誦一段臺詞似的。

我已經說過，這個夢在心裡分析學上並沒有什麼特異之處。我把它提出，是因為它的解釋過程頗有趣味。我從來不曾有意識的要去解釋這個夢；可以說，它是自己在解釋的。這事情的發生是這樣的：這個夢發生以後的一年，我常常會想起它來。為什麼我在某時會想起它，似乎沒有什麼理由可講，似乎只是記憶力要提醒我一下，要我記得什麼事而已。迷信的人，或表面裝科學而實際迷信的釋夢者會說，這種夢有一種預言的性質。但對它做過分析之後，可以看出它

根本沒有這種預言性。

對這個夢的片斷分析都是突然冒出來的。此後的幾個月，每當憶起這個夢時，就會跟著產生一個想法，而這個想法又總是會把夢中的某一部份的含義帶到表層上來。那情況就像長久沉在湖中的物體浮到水面上來，可以抓到一樣。關於這種斷續出現的夢境回憶，我還要另外加添幾句說明。這些回憶的產生似乎跟它們產生之前我的思想與處境都沒有任何關係。那麼，它們為什麼會在那個時候出其不意的出現呢？它們出現的時候是當某一部份的意義突然明顯了的時

候，就好像一塊布幕拉開了一樣。有時候，夢是整個回憶起來的。這時候，並沒有對夢境意義的洞察，卻只像遇到一個熟人。到了第二年最後幾個月的時候，這個夢再來到腦子裡的時候已經很少有視象的成份，而伴隨的情感如遇故人：“啊，那懺悔衝動的夢。”（我在心裡給它起了這個名字。）見到這個夢境浮升到意識層面時，我總是覺得愉快，就好像重溫以前曾經沉迷過的白日夢。夢的內容與伴生的情感是很不相襯的，做夢的時候如此，回憶的時候也是如此。

對這個夢的回憶並沒有強迫性的性質。這些回憶從來沒有驅迫過我，而只是跟隨著我。每次當我記起的時候，也不過是幾分鐘就過去。在這短短的幾分鐘，會發生一些想法，日後累積起來，它們便像拼圖遊戲一般，把夢的解釋拼湊了出來。這種回憶和另一種大家都知道的夢境回憶是不一樣的，後面這一種是夢境穿入夢醒以後的生活，有時幾小時，有時甚至幾天，似乎成了白天生活的一部份。這種夢思(*the thought of the dream*)跟日常思想有類似之處。在我對這個夢的間斷回憶中，情況卻不一樣。它似乎是在提醒我某種對我有重要意義的事情。

我從來沒有想把這個夢加以解釋，也沒有有意識的把注意力轉向過它。因此，我對它的興趣是自願自的發生的，是“不由自主”的。

在做這個夢以前的幾天，跟它有關的事是這樣的：黃昏的時候我讀了一篇文章，“心理分析與刑法”，這是大學裡一個法學講師為評論我的一本書而寫的，我那本書是《懺悔的衝動和對懲罰的需求》，是在頭一年出版的。評論者推崇這本書，但他的推崇沒有讓我留下什麼深刻的印象，因為他誤解了我，而對書中最重要的部份則加以擯斥。我在書中提出“無意識的懺悔衝動”(*unconscious compulsion to confess*)【譯注：無意識間感受到的一種迫力，想要懺悔，告白，表露自己的內在】，而這個理論的意含他並沒有搞清楚；我在書中提出，某些罪行的發生是受到事前(而不是事後)無意識間的罪惡感所影響；評論者對這一點則加以否定。那天晚上從大學圖書館裡看完這篇文章走回來，我感到惱怒，心中便跟這個教授交戰起來，我怨忿他低估了我這本書的重要性。我並不認為在科學上爭論會有什麼價值，但我有一個壞習慣，就是在心裡面跟我

的對手爭辯。在這種想像的爭論中，我自詡自己十分睿智，敏捷，機智；總之，我具有實際生活中我全然沒有的那些特點。當我在想像中見到我的敵人時，我也展示著雄辯的天才，詞藻豐富，銳利，邏輯嚴緊。我用不可抗拒的論證把他一擊全倒；我用犀利的諷刺凌越他，我用極為精巧的殘忍言詞傷到他最容易受傷的地方——都是我在真實的討論中絕不會做的事情。當我被他攻擊，當我的自尊受到傷害的時候，我特別會產生事後的明智，那就是只有在離開宴會或討論會時才會想到的精彩念頭，也就是法文形容得很恰當的“下了樓梯的聰明”。每當我受到攻擊的時候，我幾乎總是不能立即提示反擊，但要想忘記卻難乎其難。於是我養成了這麼一種亡羊補牢的反應，而在想像的復仇行為中獲得極大的滿足。

有時候也不只是在想像裡。我從不能瞭解猶太、基督教的神為什麼要說復仇是(歸)他(管)的事。當一個人受到有意的和惡意的傷害時，復仇之情幾乎是難以抑制的，除非是超人。如果我們瞭解何以會遭人傷害時，有時會感到容易原諒一些，但我們對他人造成的傷害，卻更易於自諒。杜·斯苔爾夫人(Madame de Stas)有一句名言，“瞭解一切就是原諒一切”；在我看來，這是一句女性的話，而且是不真實的。一八九三年，當德國的探險家卡爾·房·德爾·斯坦南(Karl von der steinen)在中央巴西學習土著語言的時候，他發現他們沒有和“原諒”相當的字眼。他花了很大的功夫向他們解釋。最後，族中最老的一個人經過很久的思考以後，認為“我原諒”的最好的翻譯法就是“我反擊”。

我當時並不知道我的夢是由讀了法學教授 B 的這篇文章引起的。讀過這篇文章以後幾個月，在維也納心理分析協會上又舉行了一次討論會，討論我的這本書。在討論會的中間，我又想起了這個夢，而夢所代表的意義我突然明白了一——它代表著願望的實現。至於這個夢的其他構成成份，已經在前面做過分析。

刑法與法律心理學教授 B，在他的評論中曾經表示，無意識的罪惡感會不會具有這樣的驅迫性，他有所懷疑，而這種罪惡感的增漲是否足以使犯下殺人行為，他也表示懷疑(這些理論是我在該書中提出的)。關於這一點，當時維也納其他人士也在辯論——有些同業批評我的這個觀點不正確，而他們的態度則使我覺得不正確。那時是一九二六年，無意識的罪惡感會導致犯罪動機與行為之說還是新說。

由此我瞭解到夢境的潛含意義。我站在法官面前；我自己犯了殺人罪；我為自己申辯。這意思是說，我一定知道殺人者的情緒過程是什麼樣子了，因為我自己就殺了人，我自己就成了我心理研究的物件。因此，我可以對批評我的人提出實征有據的報告，這報告的真實性殆無可疑，因為是出自我自己內心的。我現在是一個罪犯了，我可以向他們證明我書中所描寫的情感過程都是真實的一

——在犯罪以前的焦慮懸疑，罪惡感推動了犯罪行為，在犯罪行為中的松釋感——這些都像我書中描繪的一樣。我比你們都知道得清楚，因為我就是謀殺者；我書中的理論是正確的，我的對手錯了。

我在我靈魂的深處發現殺人的可能性，這一點我並不吃驚。約翰·佈雷德福特(JohnBradford)看到一個殺人者被帶去行刑的時候不是這樣說嗎？——“佈雷德福特沒有走上這條路只是天恩。”大部份心理學家，法官和檢察官都以為他們沒有這種傾向，其實，他們只是老天保佑罷了。

由此看來，這個夢的形成是由於想向批評者證明，我是對的，他們是錯的。在意識的層面，我並沒有感覺到想殺任何人。這個夢境的心理學中心不是謀殺，而是希望證明我的心理學學說是對的，它符合犯罪時的真實情緒。我在夢中之所以不感到恐懼和懊悔，不擔心判罪，也是由於這個原因。就似乎我認定自己會擺脫殺人罪刑。更有甚者，我犯的這個謀殺罪不但不是我的罪罰，而且為我帶來勝利。但在這個角落裡果真就沒有什麼東西隱藏嗎？

在回憶中，夢裡的情緒是急切的要在陪審團面前發表我了不起的演說。我終於要在法官面前來為自己辯護，以證明我(的學說)是對的，來對我的批評者表達憤恨之意。這當然是主要的理由，但在這學術的關懷以外，還有一些什麼隱藏著——當我們把這些衝動向無意識的深層追查，我們會發現一種殺人的願望，想殺掉那些批評我的人，包括和善的教授 B 和維也納心理分析協會中那些不甚和善的同業們。我忽視了——至少在我的潛意識中如此——他們對我這本書的推崇；他們只對我書中的某部份採取批評的態度，而我就用殺人的願望來反應。在我醒著的時候，我只感覺輕微的懊惱。當我瞭解我夢中顯示的憤恨是如此強烈時，我感到吃驚了。

廿五年後的今日，回顧這個夢時，我瞭解到我對批評者的這種反應是我性格的一部分，不論在生活中我是如何控制它和隱藏它，還是一樣。那個夢的意義就等於是我在幻想中向一個想要羞辱我的人復仇。在我看來，這類的幻想是有心理治療價值的。我認為，在沒有罪惡感的伴隨之下，這樣一種暴力的幻想對我有保護作用，使我免於精神病。如果在這樣一件嚴肅的事情上可以開玩笑，我就要說，心中日殺一人，可以免找醫生(和童子軍的“日行一善”相對。)

另有一次，我突然明瞭到，在夢裡我知道我犯了殺人罪，同時由於我坦誠的承認，而感到極大的松釋與滿足。由此我證明了，無意識的懺悔衝動的深度效力，而這是在書中提出的。在書中我論證道，懺悔是把自己做的事情用言詞重複一遍，就好像把那件行為重新做過一遍一樣。同時，懺悔會在無意識間把導致犯罪的種種情緒都表現出來，因此可以使當事人在心理上掌握這種經驗，

把它克服。在夢中，我的告白也是為了證明我的學說的正確性。這樣看來，似乎我是想把理論化做事實，以證明我理論的正確；而另一方面看來，我似乎又想證明，我的學說是來自我親身的經驗，因此錯不了，而我的告白本身就足為了證明這學說的正確性。在前述的斷續回憶中，有時會冒出一些聯想，顯露出我的謀殺願望究竟是對誰而發，而這些人都是與我有密切關係的。再者，我演說詞中的話慢慢的也可以瞭解了。“陪審團的諸位先生”，和“我感到羞恥的……為人不齒的”這種對比句型，我也明瞭了究竟是對什麼人而發——那是對心理分析同業中反對我的人而發的，那口氣是諷嘲的，攻擊性的①。【①當我們考慮到我惡意的攻擊是由於我感覺受到傷害而引起時，我可以得到部份原諒，但也止於部分。“動物猙獰，遭受攻擊，便盡行防護”。】

這個夢的“潛含”內容是我的一個願望的實現：說服我的對手，讓他們相信我的心理學觀點是對的。這種願望是那麼強烈而急迫，以致於使我寧願為了滿足它而犯殺人之罪。但是，這裡面必然還有某種極為個人的原因在內，否則不可能純為學術的理由而這般熱切。我在夢中的偉大演說，事實上不是跟我的學說有關，而是跟我(在夢中)的殺人衝動有關，它要為這個殺人衝動來辯護，來找理由。在這裡，我個人所關懷的事不是抽象的心理學理論，而是我潛在的殺人願望。因此，在夢中我告白的不僅是夢中的事實(“我犯了這個罪”)，而且是我的殺人願望。換句話說，這個夢有時是以一個告白而呈現的。因此，這個夢的產生具有另一重動機：我希望證明，告白的衝動是夢的形成的因素之一。當然，這是一個次要因素，但在我的書出版以前，並沒有人提過這種議論，因此我是第一個。因此，這個夢不僅是要證明我正確，別人不正確；它還滿足了我另一個秘密願望：如果我的學說是正確的，則我對夢的心理學也做了一些貢獻。

在此處，另一個隱藏的意念浮到意識層面來。我有兩個早期同業，就是奧圖·蘭克(*otto Ran*)與漢斯·沙克斯(*Hanssachs*)，我常把自己的成就跟他們相比。他們對夢的解釋都有所貢獻，他們代表了我的兩個哥哥。但是我對夢的學說卻殊少貢獻。因此，如果我能證明夢有告白的作用，就滿足了我一部份心願。

綜言之，這個夢中的情感是有好幾個層次的。謀殺願望的實現使我感到松釋，解放。同時，它們滿足了我另一個願望：說服批評我的人；它們也證明了告白的心理效果，就是使人感到松釋。個人的因素與學說的因素之間的連接點，則是這樣的：告白的言詞是行為(真實的或想像的行為)複現。在這個夢中，情感從最深的層面(謀殺願望的實現)到現高的層面(學說獲得證明)都是一脈相傳的。

關於做夢之後幾個月中，夢的回憶也是值得一提的。這個夢的回憶時間是不規則的，而回憶的場合也沒有共同點；但回憶之後總是跟著一些聯想，使這個夢境的某一部份變得可解。對這些部份的解釋，並不是我去尋索出來的，它們可

以說是自己坐到我的膝蓋上來。這種情況之所以有趣，是因為它提供了一個例子，使我們知道人有時候是如何找到潛意識的線索的。許多心理分析者認為我們是在追逐這些線索；然而，在我們完全沒有料到的時候它們卻也會出現。由此我們也可瞭解，有些很久以前做過的夢為什麼會在聯想中重新出現。

我那個夢的回憶有時跟我當時的情境沒有顯然的關連。這些情境我大部份還都記得。下面是幾個例子：

我一邊散步一邊想著一個宗教心理學的問題，就是各宗教中關於復活的觀念。伴隨著這個思想，馬勒的第二交響曲的最後一個樂章必然在我腦子裡出現，因為我聽到自己在哼這首交響曲中的一段旋律。那一段曲子是描寫世界末日四面八方一切復活者大集合的情況。我腦子想像著上升的音階和暴風雨式的和絃，它們所表代的是復活者在最後的審判以前心情的沉重，然後是擂鼓的聲音，四支號角回應著。然後是各種樂器的大合奏，聲音極大，而復活者的大合唱則用低沉的聲音緩緩的浮升上來。跟著這種恐懼聲音發生的是安慰的言詞：“哦，相信我的心，哦，相信你一切都無所失”；然後從小調轉入大調：“你不是徒然而生的，你不會徒然而生，徒然而受苦！這就是你所渴望的，你為此而戰鬥。”我的想像力跟著迴響起那勝利的終曲：

我的灰燼，經過短暫的休息，
將重新復活，燃起……

這時那夢境突然又來到我心中。當時我並不知道是為什麼。但現在回想起來，思想的連接是很顯然的。先是一切生命在最後審判之前的恐懼，然後是克服了一切焦慮，產生松釋感，而最終匯成了歡呼的勝利之情。我的夢的回憶就是由這兩種感情的對比激起的，因為我的夢也因樣具有這兩種情感的對比，一種是告白之前的罪惡恐懼，一種是告白之後的松釋。馬勒的交響曲兩情的對比必然對我有所影響，因為它反映了我自己的情緒。

另有一次是在我跟我妻子談話的時候。我有一個常常提到的看法，可是對這個看法我妻子不以為然，她認為那個看法站不住腳，甚至是胡說的……後來她請教過一個她很信任的人，而那個人卻同意我的看法。於是她終於承認我對了。那次我們談話時，我就是在向她說這件事，我心裡感到“我早就告訴過你了”的那種滿足。可能就是由於這個原因(以及其他相關的原因)，那個夢又在我心中閃過——畢竟我是對的，在忍受了長久的屈辱以後，我被人家承認是對的，我為自己的勝利而歡樂。

第三次是在跟其他心理分析者的一次討論會上，那時一個同業尖刻的批評我的

一個觀點。他的批評越來越對人不對事，我在聽他說話的時候，那夢境突然出現。那好像是一個信號，好像是一個火花，指示出一個熟習的處境；夢的回憶很快就消失了。但這一次和上一次心理分析會議上討論到我那本書的情況不同。現在我知道，夢為什麼在這個時候出現，因為我這一次竟然克服了一向的猶豫不決，而發動攻擊，這是我少有的現象。這個信號指示出此後十分鐘所發生的事情；我發動了機智的、諷嘲的、殘忍的反攻。我用大家都懂得的暗示來開始，然後進展到特別惡意的攻擊，終致於使我的對手遁地無門。

回家的路上，這個夢又再次來到我的心中，而其中的關連立刻變得清晰起來。在討論會上，它的出現是為了給我一個暗示：現在是我的時機了，蓄意刁難我的人，我會把他撕得粉碎(當然是象徵的意義)。從此以後，這個夢再來到我心中的時候，總是重新肯定我對它的認識。實際上發生的這一次對抗，似乎有很大的作用，取代了我夢中的滿足，自此以後，這個夢就不再自動出現。

在我的潛意識中，要證明自己是正確的，這種願望就是如此強烈，使我深感驚奇；然而在我醒著的時候，我並不十分在意我是對是錯(當然我瞭解，我把這個夢提出來並加以討論，也並非偶然，而是表示了同樣的願望)。

我們的任務並不是要證明自我分析有多大用處，或者是多麼必要，而是要我們明白，在分析他人之前必先分析自己；不巧的是我們幾乎把這重意義忘記了。自我分析和被人分析，在感受上是很不一樣的，自我分析等於是察看自己所住的屋子。很可能由於你每天都住在這個屋子裡，許多事物反而察覺不到。客人來了，一下子就看出你未曾留意的事情，但他的發現跟你的發現是不能比較的。一個外人看你的屋子裡，有些東西，角落和隱藏的地方是無法看清楚的。有些你對自己隱藏的東西，當你發現它的時候，會有一種親切的感覺，而這是別人向你指明的時候，你所不會感覺到的。有一天我聽到一個小故事：一個小男孩在他姑母家過夜，抱怨他姑母把燈熄了。他姑母問道，“你怎麼了，湯米？你在自己家裡不是也黑著睡覺嗎？”湯米回答說，“是啊，不過那是我自己的黑。”

第五章 二十年後

剛剛我們講了一個自己的夢。但研究的物件是我們自己的還是別人的並不重要；重要的是經驗；更正確的說，那應該是經驗，而不只是分析診療室中的例行公事。

人如何對人心有所洞察，是沒有規矩可循的。有時候經過了長期而辛苦的工作，它們才來，有時候卻不召自來(有時候則召之不來)。這就像生養小孩一樣。他們的誕生與成長都是有機的過程，催促不得。(心理分析文獻顯示出，觀念也

有早產和流產的現象。)心理分析者很少明白他們自己如何獲得結論，也不大知道這種經驗是如何演進如何成長。有些例子中，洞察力是把問題前思後想後出現的，有些例子中則像閃光一般出現，而我們不知道它是如何出現的，也不知道它是從何處出現。

前面一章對我的夢所做的解釋是分期付款式的。下面這個夢，我對它的領會卻是當即的，可以說是付現金的。

這個夢發生在一九四六年八月，那時我們一家在加拿大的一個農場度假。做夢的前一天，天氣非常熱，我很久都無法入睡。我對這個夢的瞭解過程，至少和夢的內容一樣重要，因此，我要把做夢的前後處境詳細的說一說。就以我對心理分析文獻的知識來說，這還是以前從沒有人報告過的。我知道這樣做是不平常的，可是，不平常的事情也只有用不平常的方法才適合。

那個夢做過以後，我半夜醒來；屋子裡很黑，我想再睡，卻睡不著；我覺得心情抑鬱，翻來覆去。天非常熱，我在床上很不舒服。我的思想並沒有轉向那夢境，不過，我知道我做了一個夢，夢到在渥太華見到一個小男孩，他說法語，其他我就不記得了。我看著旁邊熟睡的太太，聽著她安靜的呼吸。我拿過她的手，貼在臉上，然後慢慢睡去。第二天早晨七點鐘醒來，心情較佳。在醒來的那一刻，昨晚那個夢很清楚的呈現在面前；先是看到那男孩被一群人圍著，然後是他說的話。

這個夢的解釋是在此後的一個鐘頭發生的，那時我在刮臉，洗臉，吃早飯。我腦子裡一邊映著夢中的情景，夢的含意就一邊自動的呈現出來。頭一刻鐘我就明白了這個夢所要表達的主要意思，其他的部份也在半個多鐘頭之中陸續呈現出來。它們跟著基本的觀念出現，就像散兵跟著部隊前進。就某種意義來說，對這個夢的解釋過程，我可以說是個旁觀者，因為我一邊刮鬍子，它就一邊出現。我一邊解釋這個夢——或者說，這個夢一邊自行解釋——一邊看著鏡子裡的自己。我從來不覺得自己英俊，可是這時我看著鏡子裡的自己，卻驚奇於自己的醜；我看到鏡子裡的自己在做鬼臉，癡笑，或哀傷，反映著我內在的輕快和痛苦，而這些情緒都是由我對夢的領會而起。整個的說來，我鏡子裡的表情幾乎是非人的，就好像我對鏡子裡向外張望的這個又老又禿又醜的猶太人感到非常厭惡。我當時對自己的這種批評很適合那個夢的內容，這一點我稍後才瞭解到。就我對心理分析文獻的知識來說，這種情況還是以前沒有的——在夢的解釋過程中，一面物質的鏡子和一面心靈的鏡子同時放在自己面前；但我可以肯定，這不是一個愉快的經驗。至少在我這個個案中是不愉快的，儘管夢中所顯示的東西有些地方讓我覺得有趣。

夢是這樣的：我剛剛從渥太華的一家餐廳吃過飯出來，走在街上。我走進一個公園，開始跟一個小鬼說話，他穿得破爛。他在五歲到六歲之間，幾乎要六歲了，他訴苦道，他一定要離開家，因為他的家人對他不好。他喃喃的說，他已經做了某種事。我問他，為什麼他要跟家人待那麼久。他回答說，“你必須生活。”然後他說，“我要到山上去。”人走過來圍著我們。有一個女孩帶著兩個兒童，每個人卻驚奇的看著那老男孩。我對他們說，“他不要說他做的是什麼？”現在我看清楚，他的帽子有很白的頭髮，那帽子的前沿下垂。

早晨醒來的時候，我知道我就是那“老男孩”(我也不知道為什麼我會知道)。在我睡覺以前，我聽到我們窗子下面有一個人對另一個人說話。他們用的是法語，我聽不清楚他們說的是什麼，只有最後幾個字例外，那是，“晚安，老兄”。在睡著以前，我想到 *vieux gar, con* 和英文的 *old boy* 有一樣的意含。無疑，我就是那個年老的白頭髮的男孩。他五歲到六歲之間，幾乎是六歲。在做夢的時期，我正好是五十到六十之間，其實是五十八歲，幾乎快六十歲了。【譯注：等於英文的 *old boy*；但一般用這兩個字(英語或法語)時，等於中文的“老小子”“老傢伙”“老兄”是熟朋友的稱呼。】

認出了這個老男孩的身份以後，我就把這個夢逐句的掃過一遍，然後聆聽，自由聯想對我展開的解釋。

我剛從渥太華的一家餐廳吃過飯出來，走在街上。渥太華是離我們所住的農場最近的一個城市，只有幾個鐘頭的距離。農場裡的食物讓我很不滿意，因此，我常常希望到渥太華的一家飯店好好吃一頓。當我們從紐約到這個農場來的時候，在渥太華曾經停留兩個鐘頭，在車站吃了一頓很好的午餐。因此這個夢是從一個單純的願望滿足開始的：我想要吃一頓滿意的飯。事實上前一晚我曾經向我太太提出過這個願望，因為那一餐又很不合我的胃口。在夢裡我則已經吃了一頓好餐了。我走進一個公園。這又是我們在渥太華逗留時的一段回憶。午飯以後，我們在這個陌生的城市逛街，看看黎德河，在公園附近的樹蔭下，坐在凳子上。我開始跟一個穿著破爛的小鬼說話，這是事實上沒有發生過的事。我們已經知道這個穿著破爛的小鬼是誰，也知道他幾乎是什麼意思。但是我跟他談話——在夢裡我以兩個角色出現，又是什麼意義呢？在夢的舞臺上，做夢的人以不同的角色出現並不常見；倒是在真實的舞臺上一個演員有時會扮演兩個角色。最特別的是，我開始跟自己說話。這幾乎是無法解釋的，也是不可能的，就好像一個演員不能夠在舞臺上跟自己對話一樣。夢的內容卻可以說明我們明瞭這一點的含意。那是我同自己的對話，在我入睡以前我真的跟自己談過話。這個 *dialogue intérieure*[面談](為什麼這兩個字會用法文出現呢?)等一下就說明。他訴苦道，他一定要離開家，因為他的家人對他不好。如果不把做夢前一天的事情說明一下，這句話就無法瞭解，前幾天一直熱得不堪忍受，我

這個相當胖的人感覺到十分痛苦。那天晚上我為了我們的暑假，跟我太太鬧意見。每年夏天我都很想到高山上度假，可是每一次我都放下自己的願望，讓我被她們說服，到一個有湖的地方，讓孩子們可以享樂。每一次她們都告訴我那裡很涼快，可是每次都變得很熱，因此我變得壞脾氣，鬱鬱不樂。這個夏季，人們也是告訴我，魁北克的農場會很涼快，可是天氣還是變得熱不可支，弄得我無法工作。有一本書我已經準備了很久，想在這個暑期完成，可是我無法工作。我責備我太太，她關心孩子不關心我。我說，讓我們每個夏天都在炎熱的地方度過，是她的錯；在這種地方我找不到我所要的樂趣。她回答說，我想要的那種高山空氣不適合孩子，我可以自己到山上去度假。事實上，我不喜歡這幾個星期跟家人分開，我會寂寞。當夢裡說：他抱怨他家人對他不好，便反映了我這種自憐和責備的心情。我覺得我的妻子和孩子對我不平，她們希望我為她們的舒適而犧牲我的健康。當然，這些都太誇張了。我的太太和孩子都不會有這種要求；但我覺得我被疏忽了，被傷害了，認為她們為我考慮得不夠。

在我半夜醒來又入睡以前(由於極熱，也由於我的懊悔，我難以入睡，因為我傷了我太太的心)，腦子裡閃過一些憂傷的念頭：“如果一個人能夠再活一次，如果他能有第二次機會多好！”這時我隱隱約約記起詹姆斯·巴瑞爵士在《親愛的布魯特斯》中所描寫的一些情節；這本書所寫的是一種想像中的可能性。如果有人有第二次機會，他會過得多麼不同！但是我想，只是第二次機會還不夠；性格也必須改變。如果我還是我——一個不會純樸的享受生活的人，一個隻知道工作而不知道遊戲的人，一個願意成全他人希望，可是又嫉妒人家享受的人——即使有第二次機會又有什麼用呢？那是沒用的。要想重新開始，必須做另一個人。而人已經老了，又如何能有第二次機會呢？

要讓他能夠重新來過，不但要讓他的身體恢復年青，而且也要讓他的心年青，要讓他有一個新的靈魂，可以接受新的印象。如果一個人從頭活一次，而性格還是一樣，那麼他的生活就還是一樣。我回顧自己的一生，告訴自己說，我這一生是為他人活的，而現在生命即將衰謝，要改變已經太晚，能夠改變之處已經很少。帶著一顆老了的心，要享受生活是不可能的。這是在我入睡以前想到的一些念頭。當然，這是對我當時的處境而發的，夜間仍不消退的熱度使我難以入睡，我對我太太所說的尖刻的話使我感到懊悔，但是我又仍舊想逃脫這個農場，這些都使我不安。因此，我那時是既懊悔又氣惱，最後我終於睡著了。

夢實際就是從這裡開始的。我看到自己重又變成一個男孩，而同時我又知道我已經老了(白髮的)。這個奇怪的白髮小男孩反映了前述的思想：我要再變成男孩，但我已經老了。這個奇怪的處境實際上表現了我的意見：“這是胡說，荒唐。”夢從想去渥太華開始，吃一頓好飯，然而就轉入了深層。在我懊悔失去年青的一切機會以後，我曾經想要偷偷的離開這個農場，坐火車去渥太華，到

一家旅行社，問問看是否可以有一家高山上的旅館，讓我度過剩下的幾個星期。在此以前，我曾經問我太太，是否可以離開這個鬼農場，帶著孩子跟我一起去高山旅社，但被她否決，她說，我們已經答應過，要在這個農場度過整個夏季，而收拾行李在她來說又太繁重，因為她身體也不好等等。在夢裡，我見到自己在渥太華；我已經在一個好餐館吃過飯，這時是該把處境做全盤考慮的時候了，我開始跟自己說話。我內在時談話有一部份就是從這裡產生的，反映了我入睡以前的一些念頭。夢裡我變成了一個男孩，卻是一個“老男孩”，是一個男孩，可是已經老了。法文 **vieux garoon** 表示了前晚聽人談話時的餘跡。

因此，“老男孩”是一個濃縮的意象。我說：我要再做男孩，要自由，要流浪（小鬼！）；但夢裡也知道我已經太老了，不能再自由流浪，做一個不負責任的冒險者。這種濃縮的意象還有另一重意含：有一個朋友有一次揶揄的管我叫“白髮男孩”。我的夢也採用了這一個親切的形容詞，可是又把它比喻性的意義逐字的翻譯成基本的意象：白頭髮的小男孩。

這個男孩戴著一頂帽子，前沿下垂。這時我對夢的解釋停頓了，不曉得這是什麼意思，這是夢境中唯一使我困惑的一段。沒有什麼事情能夠使我明瞭，白髮的頭上為什麼戴著一頂小帽(**cap**)，而不是一頂寬邊帽，這時我想到法文的 **chapeau** (帽子)。毫無緣由的，我突然想到一個美國人的插曲：他的太太去世了，他要到巴黎的一家商店去買一頂黑帽子。他本來應當說要買一頂 **Chapeau noir** (黑帽子)，可是他卻說，要買一個 **capeau noir** (黑保險套)，店員很吃驚，那個美國人解釋道他要買一個黑保險套，因為他太太去世了。那店員說，“那麼秀氣啊！”（“**Quelle délicatesse!**”）

我是多麼笨！當然，我和任何心理分析家一樣，懂得小帽子所象徵的性的含意。可是我原來就是沒有想到；就需要繞過法文的 **chapeau** 與 **capeau** 的插曲，才瞭解了它的含意。我對鏡子中正在刮臉的自己做了一個鬼臉，想起了我們心理分析家在病人身上常常遇到的抗拒，那常常是讓人吃驚的。

當然，我現在知道，是什麼抗拒力使我不能認識夢中小帽子的秘密含意。在有意識的層面，我從不曾想到婚外的性生活，以及諸如此類的避孕工具，這一點我無需強調。但在潛意識裡，這種可能性跟我單獨上山仍舊可能連在一起。我並不知道自己具有這種願望；我一點也沒有不忠於我太太的欲望；可是那頂小帽子以及關於那個美國人的聯想卻使我明白，任何意識層面的藉口都不足以否認。在那美國人的故事中，保險套的運用和妻子的死亡連在一起，絕不是偶然。這裡我把念頭打斷，因為不堪忍受。

小帽，有邊帽，垂下來的帽沿，這些當然在潛意識中有性的意義，但除此以外

還有另一層意義。現在我想到了。當我醒來時，我感到輕微的背痛和想排尿的感覺。這兩種症候是我近幾個月察覺到的，醫生告訴我是由於攝護腺脹大所致，而這是大部份老年人常見的病症。這種老年的病徵跟我睡眠時無意識的願望不協調。排尿的需要可能被我的司夢機關做了錯誤的解釋，以為是性的感覺。在夢裡處處遇見要重新年青的願望！

他喃喃的說，他已經做了某種事。這跟我的自責有關，因為我說了傷害我妻子的話。在我入睡之前，我曾有一種不舒服的感覺，覺得我發脾氣發得不對，心裡覺得懊惱，同時又有俗語所謂被“不當做人看” (“in the doghouse”) 的感覺。夢中的喃喃自語就是與此有關。我本來想跟太太道歉，可是又沒有說出口。如果我要說，就得放低聲音，否則就會把鄰間的小孩吵醒。

我問他，為什麼他要跟家人待那麼久？事實上，這是我曾經問過自己的問題：為什麼我不獨自上山？為什麼我獨自度假那麼困難？他回答說，“你必須生活”。這是第一句法文，表面上看來這是一個回答，實際上可以說是一種嘲弄，是一種藉口；我不能夠去度假，因為我必須賺錢過日子。除了夏季以外，我度不起其他假期。這一點，頭一天晚上我也跟我的妻子談到。我說，有時我很想中斷一下分析治療的工作，因為我很想到山上去呼吸幾天新鮮的空氣，可是我做不到。我必須賺錢——可是現在，在這個夏天，我卻過得這麼可憐！“你必須生活” 句話正回應了我的這個念頭：“我必須賺錢”。

可是我為什麼說法語呢？當然，渥太華大部分人都說法語；可是只做這樣的解釋就太淺了。在我臨睡以前，那種懊惱的念頭中，我曾經想到要去渥太華一家旅行社，打聽山上的旅社。這種計畫——或者說，只是用計畫來哄一哄自己——在我的想法裡遇到了一些阻礙。我的法語在渥太華夠好嗎？小時候我法語說得很好，當我在巴黎上學的時候，我可以用法語很滿意的表達自己的意思，後來我曾經用法語在巴黎大學的文理學院開過課程，可是我已經很多年不說法語了。當我在農場跟那裡的人聊天時，我發現我的法語說得很流利，使我很高興。是的，在我心裡甚至覺得他們的法語跟我的比較起來“加拿大腔”，而我的卻是“巴黎腔” (一笑!)。可是，有些日常的東西，譬如說蔬菜，工具或傢俱，我常說不出法文名字，使我覺得害羞，跟自己惱怒。我一向很得意自己的記憶力，可是這記憶力有時候竟然不管用，而有時候又說得很流暢。我覺得，我的語言能力似乎跟人家對我的態度有關，要看人家歡不歡迎我而定。我一定是感到有點懼怕，怕在旅行社裡我那可憐的法語不足應用，無法說清楚我的問題，並讓他們提供我所要的回答。在夢中這個恐懼完全被克服了。那個老男孩說的是法語，就好像那是他的國語；而如果事實上他是渥太華的一個頑童，他當然是以法語為國語的；但事實上，當然不是如此，因為我是生在維也納。

他說：“我要到山上去。”如果我到渥太華的旅行社去，這其實就是我要說的話。這是那個夢的真正核心，我的自我肯定在這裡表現得最為強烈；我的意思是說：我要去山上，任何人任何事都不能阻止我。如果這個夢成真，那麼，我在渥太華的旅行社裡，就是用這種斷然的口氣去接洽山中旅社的。

人走過來，圍繞著我們。其中有個女孩帶著兩個兒童。每個人都驚奇的看著那老男孩。這裡所描述的就是當我要離開農場的那個樣子。人們會走過來，圍繞著我們(我跟我的家人)。那帶著兒童的女孩當然是我太太——她比我年青了那麼多——和我的兩個女兒。每個人都會驚奇的看看那個老男孩(我)，他竟然找到了決心和力量，在暑期的中間獨自離開他的家人。我有一點是英雄了；我已經做了那個事。我對她們說，“他不要說他做了什麼？”當然，這是指我不要說出，我觸怒了我太太(譯注：即頭一天晚上用言詞傷了他太太)。同時，我又感覺到，我不想說明我為什麼要離開這個地方。我要秘密的離開。我對她們說，我沒有話好說；這意思就是，我不做解釋。當然，這個夢從頭到尾都有一種抗逆的成份在內：任何人都沒有權利要我對自己所做的事情加以解釋。就似乎這種抗逆可以克服我心裡一種輕微的恐懼感：別人怎麼看我呢？他們會說我什麼？如何解釋我離開？夢裡的那個“他”，當然是我自己，那是我出現在我的計畫中，而又被我自己所觀察。如果讀者有耐心一直讀到這裡，我將不會驚奇他的感歎：“這是一個什麼混帳啊！將近六十歲了，做了一家之主，夢裡邊卻要把太太孩子拋在一個異國的鄉間，自己卻要像一個遊民一樣，獨自到山上去！”我不想推脫我做這個夢的責任，而且願意承認道：**voilà comme je suis** (又是法語?)——我就是這個樣，至少我有一部份是這樣，我夢中所表現的確實如此。夢中所顯示的心理事實我們必須加以正視；我確實曾經想要獨自離開家人，獨自到山上去過幾個星期，把我的書完成。我沒有什麼托詞。這個夢並不是一個深思熟慮的行為，但它表示我在考慮一個行為，至少在潛意識中是如此。面對著嚴厲的批評，我只能提出一些理由：我真的因為天氣熱而痛苦。我曾經那麼希望在山上完成我的書，我已經有八年希望住在高山上，而且始終不能如願。再者，事實上我當然還是跟家人留在一起，白天住在農場比較涼爽的地窖裡，而且沒有完成我的書。

在我看來，夢醒以後所發生的事值得做心理學上的考察。當然，我醒後無法再行入睡，不安的翻來覆去，這是由這個夢所引起的情緒使然。我一定是感到罪惡——並不是由於夢的內容，而是由於頭一天晚上對不起我太太。當我想到，她是怎麼容忍我和我的脾氣，我就感覺到對她的切愛。我把她的手拿過來，就好像要請求她原諒一樣，我幾乎馬上就睡著了。

這個夢把白天所沒有充份表達的情感釋放出來。它不僅用意象滿足了我的願望，同時也讓跟這些願望相關的情感任意表露，這個夢完成了心理治療的功

能。當我半夜醒來，幾乎不記得這個夢和其中所寓含的情感。就好像它們只是一個遠處的回聲而已。到了第二天早晨，夢境重又回到記憶中，但是卻掩蓋了苦澀和懊惱的情感。值得注意的是，雖然表達了我渴望年青和沒有責任，可是它卻仍舊提醒我，我不再年青，我是丈夫，是父親。這夢雖然表現著個抗逆，可是是於心有愧的。

從這個夢的分析，我們再回到我們的主題，這就是探討那些奇怪的道路，由此對我們的潛意識有所洞察。當我們以心理學家的精神來探討這個問題的時候，究竟是自己的經驗或別人的經驗已經不那麼重要了。當一個人發現了他自己內在的“從黑夜透露的”秘密，他所獲得的智性滿足已經不是個人的事。心理學家由於洞察自己隱藏的思想和驅使力，他所感到的欣慰是難以言喻的。對於潛意識的過程之性質和動機的認識與瞭解，給人的滿足可以與人心的任何冒險並駕齊驅。凡是愛好這門科學的心理分析者，都會享受到那種像是狩獵一般的樂趣，而它的成果卻是任何有意識的努力都無法提供的。弗洛伊德所給我們的絕不只是一種治療神經官能症或精神病的方法；他讓我們懂得了一種所有的人類共同的語言——儘管這個語言並不是每個人都懂得的。

在說話和思考時，我們不知不覺間表露了自己。在我們的夢，我們日常的錯誤和口誤中，在我們的聯想中，我們都表露了自己，情況超乎我們想像。當我們說話，我們暗示了比我們的語言更多的東西。在我們未曾察覺的瑣事上，包含著我們的生活中一切重要的東西。在夢中我們跟素未謀面的自我約會。

如果我們想要分析來到表面的東西，我們就會有新的認識。大部分人，當我們對他們——包括我們自己——知道得更清楚，他的特性反而在我們心中變得不大清楚。可是當我們透入他——包括我們自己——人格的更深處，我們會發現，最好的人，心裡也有某些最壞的部份，而最壞的人，也有某些最好的東西。

第六章 “問你的心何所知”

凡是有相當深度的自我分析，總會使分析者相信，在心理上，他跟他所治療的患者並沒有基本的不同。因此，我們建議分析者應當有時跟他自己見面，這不僅可以擴充他對自己人格的知識，而且是一種很好的自我教育方式。許多心理分析者，在觀念上都誇張他們自己和患者之間的距離。但事實上，他們站在欄杆的這一邊，而沒有站在那一邊，他們坐在躺椅後面，而沒有在躺椅上，只是幸運使然而已。這個看法是很明智的，如果你對這個看法有所懷疑，不妨我分析看看，便知此言不虛。自我分析可以使分析者謙卑，使他不致於覺得他是靈魂的主宰者。

三十年以前，維也納大學的學生們傳說著一個故事：一個相當愚蠢的而又自負的臨床助理，很懂得如何運用社會關係，結果變成了精神病學教授。所有的同事都大感吃驚，不曉得為什麼這樣一個蠢驢會得到這樣一個職位，因為這是許多有才能和有雄心的醫生所渴望的職位。有一個同事聳聳肩說，“這也許是讓他變成神經病最溫和的辦法。”真的，精神科醫生和他們的患者之間距離並不那麼遙遠。我們所有的人都在跟同樣的情感問題鬥爭，而誰成功誰失敗往往只是程度的問題。

內在的真誠多一些或少一些，道德勇氣增一點或減一點，便決定了我們能否瞭解自己和他人。閱讀前一章對我自己夢的解釋，我突然明白，我還缺少這種內在的真誠。下面幾段，我不僅要表白我在釋夢的時候所略去的部份，而且要對這種省略做分析；在我看來，後者更為重要。

在我寫前一章的時候，我隱約的感覺到，我把我思想裡的什麼東西省略掉了，或者說，在我描述我做夢的原因時，把某種因素省略掉了。我遺忘了某種東西，或者跨過了某種東西。但那是什麼？我知道要到何處去找尋，可是卻找不到。那似乎跟我對我太太的責備有關：我認為是她使我在夏天受了那麼多罪。我知道這種責備是不大公平的，但不公平到什麼程度？我覺得自己比她的責任更大，但為什麼會如此？我知道我上一章寫得有問題，但問題出在哪裡？我不知道如何來刪減或訂正。然而，我仍舊模糊的感覺到我把某些應當說的話壓抑了。我有一種不舒服的感覺，覺得我忘了什麼東西，而又記不起忘了什麼。

這種感覺掃也掃不掉，讓我煩惱。我的腦子裡出現了一個比喻：就好像有一個人用心的在做某種嚴肅的工作，可是一個小男孩——譬如說，是他的兒子吧——拉他的袖子，要他注意一件不重要的事；他為此惱忿。

讓我說一說這個比喻。我察覺到——有時是苦惱的察覺到——我腦子裡產生的比喻往往選擇得並不好，有時甚至不適當，但這種自我批評並沒有什麼用。儘管有自我批評，我還是想用比喻來說明心理學上的事情，想用其他方面的觀察所得來使自己和他人明瞭心理事實。但前面我所用的比喻卻相去太遠。不僅是相去太遠，簡直是幼稚，愚蠢。我努力驅除這個小男孩的比喻，它卻堅持不去。我要趕快說明，正是這“愚蠢”的比喻使我終於找到了線索，明瞭了我壓抑的是什麼。下面我們就沿著這條線索追蹤下去。

先說我壓抑的是什麼。我太太確實是決定要帶著孩子留在酷熱的農場裡，但我們不得不在農場渡假，我卻是有責任的。我放棄了找尋山上旅社的努力。我曾經找到一家山上的旅社，海拔夠高，費用不貴——但它卻只招待基督徒。為此

我灰心喪氣。在我們開始度假前幾周，我曾為了接洽山上旅社而弄得不愉快，就是這個不愉快的經驗使我把這件事壓抑下去，也把前一章寫的分析扭曲了。我跨過不談的事是猶太人的問題。而這個問題卻是我們在何處度假的主要因素。我打聽過佛蒙特州和新罕什菲爾州的幾家山上旅社，結果它們都是“保留”旅社，或“簽督徒保留”旅社。我有一個朋友，是哈佛大學的講師，他終於為我介紹了一個旅社經理，那家旅社的地點和收費看起來都讓我滿意，我們就訂下了房間，而且我已經收到了付款通知。我們有一些朋友，他們也希望在同一個旅社度假，可是他們的名字一看就知道是猶太人。他們接到了經理有禮貌的回信，答覆了他們提出的問題，但在信的下端有一個用打字機打上去的字“Restricted”“保留”。(譯注：即僅為白人基督徒保留的)。當然，我取消了預訂的房間，因為那裡的經理不歡迎猶太人。我寫信表示我的失望與憤怒。此後我又經歷過一些類似的經驗，然後我放棄了這種希望，認為不可能找到既合意又不反猶太的旅社。

那麼，為什麼我要壓抑這個念頭呢？第一，一定是我不肯向我自己和我太太承認我做的努力不夠——在我經過一些失望以後，我不想再去試探了，但我未必不能再去試探，只是我不想再做。當然，我不再去想其他的山上旅社，主要是為了避免這種不愉快的回憶。我也必須承認，從那時以後我也一直避免再想這件事。我不能像別人一樣受到歡迎與招待，使我感到屈辱，尤其是在這個我已經把它當作家鄉的國家裡；這件事情使我避免去想，在歐洲住了五十年之後，我曾經希望來到美國可以不再有種族或宗教上的區別，我不得不承認，這種願望沒有實現。

這個小小的壓抑表面上看來雖是偶然，卻觸到我圍繞著猶太問題的思想圈。在歐洲，我為猶太病人做分析的時候，有時會遇到一個現象，在智性上我固然很容易瞭解這現象，可是在情感上我卻殊難瞭解，這就是，有些猶太人恥於做猶太人。在美國，我遇到一些類似的現象；有些病人往往回憶到，他們常常覺得恥于他們的父親或母親；這些人大部份是生在美國，在美國長大，他們的生活習慣都已經美國化了，但是他們的父母卻沒有美國化，還保持著他們的宗教習慣或民族習慣，他們的英語都說得不太好。他們的孩子對他們跟美國一般不同的地方極為敏感；譬如說，當他們到學校去看他們的孩子，他們的孩子就感覺到羞恥。這些事情都自然得很，但是我卻只能在智性上瞭解這些事情。我自己從來沒有過類似的經驗和感覺。

在情感上這種瞭解的缺乏，是下面幾段分析的開端。由前面我所提過的奇怪的比喻，穿過了事情的表面，到達中心，然後又揭露了我潛意識的記憶。在討論我一連串的探索之前，讓我先說一說我個人對猶太問題的態度。(這個問題許多年來都盤踞著我的思想，而我對心理學的研究也跟這個問題有很大的關係。然

而，這裡不是詳細討論這個問題的地方。)

有很長久的一段時期，我都認為我的民族是我的家人的延伸，而我對他們的態度也和我對家人的態度相似。同時，我相信，凡是猶太人，他們的情感必然以他們對家人的態度為根源。我認為，他個人對猶太問題的立場，無意識間被他跟家人的情感所決定。一個猶太人對猶太民族的態度反映了他對家人的情感態度，尤其是他對父親的情感態度。其他的人，或者朋友與戀人，往往比家人跟我們相處得更久，但是我們對於父母兄弟姐妹有一種特別的情感，使我們跟對別人的態度不同的，即使這些人跟我們再為親切。童年時的印象——大部份都沒有保留在有意識的層面——決定了我們這種態度，使我們跟家人的關係至為密切。我們不僅對他們更為瞭解，而且是用一種不同的態度瞭解他們，而我們對他們的愛與恨也跟對別人不一樣。別人不知道的缺點我們知道，而別人不知道的秉賦與優點我們也知道。有時我們比別人對他們還沒有耐心。如果我們在別人身上發現某些特徵和性情，我們不會惱怒，可是在他們身上發現，就覺得難以容忍。

用這些家人與民族的相關概念，我想用來解釋一些難以解釋的情感事實：一種情感，不管是肯定的還是否定的，當我們對家人而發時，就是跟對別人不一樣，不管後者是我們的朋友還是戀人。似乎對家人的情感有一種特別的成份。再用比喻來說，在同一把提琴上，從不同的弦拉出的同一個音，音質就是不一樣。對自己的民族的態度是對家人的態度的延伸，這個觀念也使我明瞭為什麼我們往往更被陌生人吸引，而對自己的家人則往往存著敵意和批評的態度。人可能寧願跟別人在一起，而不願跟他自己的家人在一起；他甚至會覺得跟自己的家人隔閡——但他卻永遠不可能跟他們成為陌生人。共有的往事會變成人的潛意識內容，因而使人不可能跟家人斷絕關係；因為這種密切的關係並不僅是由血緣組成，也是由相同的生活韻律組成。這裡所說的不是意氣相投，也不是血緣關係，而是一種休戚與共之感，是我們跟祖先、子孫結合在一起的感覺，這是比其他關係都更為強韌的。我對別人可以比對家人更贊佩、更愛慕，可以覺得更親切，更珍貴，但我無論如何不能否認我的家人。我可以選擇朋友或情人，但我卻不能選擇父母，我不能選擇生而為義大利人，或希臘人或猶太人。我的民族——他們都具備著我的父母兄弟姐妹，祖父母，叔叔，姑姑相同的特徵與面龐。我看看這些面龐，儘管他們並不是我的家人，但卻是我的同族。這些面龐或許並不令人喜歡，但對我來說，他卻總是“親切的”，我不是一個虔誠的猶太人；我已經很少讀猶太書籍，對猶太的歷史，文學和宗教，我的知識也少得可憐。然而，我知道我的每個纖維裡都是猶太人。強調它或否認它，都是無用的，愚蠢的。唯一正確的態度就是承認它。

這段長長的題外話是為了幫助我們瞭解本章所要討論的主要問題，就是為什麼

有些猶太人會恥於做猶太人，而這個問題是我在感情上無法領會的。我的看法是這樣：恥於自己的猶太特質，在心理上跟恥于自己的父母是同一件事。如果這種看法是對的，那麼我必然會下結論說，這種情感於我是陌生的，我從來沒有這種感覺。但不可能沒有過這種感覺，我一定曾經像別的孩子們一樣，有過恥于自己父母的經驗，只是我把這種記憶壓抑下去。現在我要利用這個機會，沿著這個方向做自我分析。

善意拖延得越久，就越難實行，譬如說，要娶某個女孩，或回一封信。當我原來的問題拖延下來，後來又重新想起時，已經不是原來的樣子。猶太人的問題當我從另一個角度想起時，已經和我原來的想法不甚一樣，這一次我是從自己的兩個女兒得到提示的。

我的女兒梅莉安還不到八歲，請了她的一個小同學(男生)到家裡來吃午飯。在吃飯的中間，梅莉安——她坐在我旁邊——彎過身子來對我耳語說：“爹爹，把你的嘴擦一擦！”我剛剛喝了一些橘子汁，大概是嘴唇上還留了幾滴。我的小女兒顯然在她的小男孩朋友面前以我為恥。這是她第一次覺得以我為恥嗎？很不可能；這可能只是我第一次察覺到而已。

幾個星期以後，我的另一個女兒十三歲的荻奧朵拉，帶著她的一個女孩朋友到家裡來。當我走進荻奧朵拉的屋子裡，我有禮貌的招呼她們，荻奧朵拉也為我和她的朋友做了正式的介紹。在小小的聊天中我偶然提出了一個問題：“你們班裡誰最聰明？”話剛說完，我就知道問錯了，因為我的女兒用責備的眼光看我，而她的朋友則結結巴巴的說，“我不知道”。顯然，我闖入了一個禁區，或冒犯了她們高年級的規矩，但是，我並不太清楚犯了什麼錯。一刻之後我就告別了她們，儘量裝做端莊的樣子。我的感覺並沒有騙我。第二天，我太太果然通知我，荻奧朵拉向她抱怨，說她爸爸在她朋友面前用那麼“愚蠢的問題”使她難堪。後來我瞭解到這個問題所以使她難堪，原因有二：一，因為這個問題的答案在小學高年級的同學看來是不著邊際的，是不重要的；二，因為不論怎麼回答都不對，不論那女孩認為她自己最聰明或認為我的女兒最聰明，說出來都不對。

這樣看來，我自己的女兒已經有兩次以她們的父親為恥了，當然，絕不只是這兩次，只不過是其他的時候我沒有察覺到而已。我不僅是在言談與餐桌儀態方面上了一課，而且也在兒童心理學上上了一課。我試圖回想自己童年有沒有類似的例子，卻想不起來。我父親的樣子清清楚楚在我眼前，我也知道他像一般人一樣有缺點有弱點，但是，我不記得曾經以他為恥。

然而，我小時候聽來的一句猶太諺語卻在我的腦子裡出現：“凡恥于自己家人

的，就沒有好運。”這句話也和許多其他的猶太諺語一樣，包含了豐富的心理學真理。但是從兒時以後我就再沒有想過這一句諺語，現在卻想起來，這裡邊是有蹊蹺。我知道，這句兒時聽來的話對我有長遠的作用，成為我的一種警惕，甚至是潛意識之中的一種禁誡。它威脅以家人為恥的人，使他們會懼怕災難的降臨。只有到後來我才瞭解到，這句話所包含的意義不是魔術性的，而是心理意義上的。

由於我記不起對家人的羞恥感，在意識層面上我就放棄了探討的努力。可是，過了一段時期以後，那種記憶卻突然不召自來。這跟我前面打的一個比喻有關，就是小男孩拉他爸爸的袖子，讓他注意一件不重要的事情那個例子。我們都知道，比喻從來就不是偶然的，它含有潛意識的資料。這時我突然瞭解到，那小男孩就是我，我記起了這件事情的整個詳情。

那時我一定年紀很小，因為當我走在父親身邊時，他牽著我的手。那是夏天，天氣很熱，父親帶我去奧伽頓，這是維也納的一個公園，孩子們經常都在那裡玩。我父親是一個肥大的人，就像我現在一樣，夏天炎熱的天氣必然使他痛苦，因為他一邊走一邊喘氣。我記得我那時非常以他為恥，而現在我明白是為什麼了，我一定是把他沉重的呼吸聲以為是放屁的聲音。或許不久以前我曾經聽人家說，人應該控制放屁，而我跟他散步的時候，卻認為他在公共場合做了不體面的事。或許我曾經在臥室裡發出過這種聲音，而生怕他在別人面前也會如此。也很可能那個小男孩拉他的袖子，要他自己注意，我的記憶並沒有騙我：那時我真的以父親為恥。

其他的記憶也隨著出現，就好像禁門已經打開一樣。這些都跟我的童年有關，它們呈現出一些其他的情景，是我以父親為恥的。這些記憶的內容都是幼稚的。我的父母親是仁慈而誠實的人，但他們也和所有的人一樣，有人性的缺點和弱點。

關於這一段自我分析，我們只再說幾句話就好了。這個自我分析的結果，並沒有使我改變原來的看法，就是恥於自己的猶太特質，可以追溯到自己恥于自己的父母。心理分析上的很多經驗都肯定了我這個觀點。

但是，在心理的意義上，恥于自己的父母跟恥于自己的民族並不是同一回事。任何人如果深深的挖掘他自己潛意識記憶的領域，我相信都會發現他自己恥于父母的經驗。恥於自己的人民卻有另一層心理學的意義；它必然是一種否認自己基本特質的一種傾向，恥於做猶太人，不僅表示懦弱與不真誠，表示他對這個古老民族偉大遺產的錯誤否定，也表示否定我們從祖先、祖父母和父母繼承下來最珍貴的部份，而我們的祖先與父母就藉著這些最珍貴的部份仍舊活在我

們的身體裡。並且，否認自己的人民就是否認自己。人沒有自尊便不能活下去。猶太的那句諺語正是這個意思：恥于自己的家人，就是恥於自己，而恥於自己，就缺乏自信，但沒有自信，生活就不值得活下去。這種含意跟歌德的觀念正是不謀而合：只要自己不失去自己，只要自己仍舊保持是自己，任何生活都可以過。

我的孩子有時以她們父親的人性缺點為恥，並不使我難過，但我為她們擔心；我希望她們永遠不要因為她們的父親是猶太人而引以為恥。前一種情感只關乎個人的缺點，而後者則是超乎個人的，它關乎整個民族的命運，它觸及到這一代同上一代和下一代的命脈。

由這一段的自我分析所產生的一連串思想，還涉及到在心理學上瞭解他人所需要的條件。心理分析者如果聆聽他人所說的話——甚至聆聽他人未說出的話——他就會得到一些訊息，從這裡可以產生心理的洞察，而這些卻是他用任何其他方法都不能獲得的——讀書，上課，聽演說都無法求得。他必須鑿開土地，向自己內在更深更深的挖掘，一直挖掘到那一切心理領會的泉源。這是不能從外來的。潛意識令人困惑的過程並不是由心理分析學可以讓我們瞭解的，而是必須分析者自己去瞭解。我和許多心理分析者抱著不一樣的看法，而且我要強調這種看法；我不相信可以靠“學習”來認識潛意識的內容；我不相信分析者可以從他的智性和他的學術智慧獲得線索。我認為，對那些想探求隱藏著的心理學真理的人，最好的忠言是早於弗洛伊德三百年的一句話；這是莎士比亞戲劇中的一個人物在維也納——就是弗洛伊德在此工作的這個維也納——所說的①【①《以牙還牙》第二幕第二景，依撒白拉。】

……向你的胸懷
敲門，問你的心何所知——

要從事心理分析工作，必須經過認真的學習，和經年的科學研究，但只是研究絕不能產生對人心的瞭解。我們的洞察力，真正的泉源已經在莎士比亞的話中指出。這句話一直到現在都是合用的，也是比心理分析機構中任何課程都更為重要的。在所有的學習都已結束，所有的研究都已做完，請不要從你的“智性”，你的“理性”求取解答。問你的心何所知。

第七章 我父親的聲音

在街上或在公園裡，有時候你會注意到，有些人在對他們自己說話，他們講得似乎很起勁；但他們並不一定都喝醉了或是瘋子。我有一個朋友也有這種習慣，有一次我問他為什麼要這樣。他玩笑式的回答說，有時候他想聽一聽聰明

的人是怎麼說話，而當他說話時，他覺得自己是在說給一個聰明的人聽。對自己的這種高估，有時是對的，有時是錯的。更重要的一點是，跟自己談話的時候，比跟別人談話會真誠一些。說話者比較不會受到限制，可以說他想說的話，而聽者也比較能夠容忍他，比較喜歡聽，不但對他有理的話如此，對他無理的話也是如此。當然，許多在別人面前從來不提或極少提到的話題，跟自己講話時也可以自由討論。

自我分析跟自我談話有相似的地方，不同之處，是它不僅是談話，而且是發覺前此未曾發覺的東西。為自我分析而自我分析，就像為藝術而藝術一樣，是貧瘠不育的。自我分析之所以會產生，是由於我們被自己的思想所震驚，是由於我們覺得自己心裡有奇怪的感覺，是由於我們驚奇於自己竟然有不曾料到的行為和禁誡。這些情況可能比我們所想像的要多。

一百多年以前，維也納的一個諷刺家曾經說：“我相信每個人——包括我自己——都有最壞的一面；這種看法很少出錯。”這句話當然可以獲得證實。但卻是一面之詞。自我分析會讓我們明白，我們內在不僅掩藏著未曾預料的邪惡與可怕的衝動，同時也掩藏著友善，甚至慷慨的情感，而這是我們沒有夢想到的，或者只是夢想裡才有的。這種潛入自己內在的海洋中的行為，不但是把怪物帶到海面上來，同時也把未曾以到的寶藏帶到海面上來。一個人，如果在適當的時機潛入內在的海底，他會發現許多超乎善惡的驚奇在等待他。

下面我將要提出一段自我分析，這不僅是對我一種心情的片斷分析，而是對我的心態結構的分析，而對我的這種心態的瞭解，是在事情發生以後幾個月才產生的。

像我許多同業一樣，在第一次大戰後，我離開了腐化的維也納，前往柏林，在那裡，新的心理分析機構有相當好的遠景。我在柏林開業，成績相當滿意。有一天我接到維也納來的一封信，要我約見他。這個人我不認識，可是他說有佛洛德的特別推薦。在約定的時間，那個人來請我診療。他是一個富有的中年美國人，相當有名氣。他敘述了他的神經症狀，把他的心理情況做了一番很恰當的描述。許多年來，他都害著一種嚴重的強迫性神經官能症，幻覺到有許多神秘的危險在圍繞著他，使他不得不出許多複雜的安全措施來保護自己。由於他神經上的困擾，還有家庭的關係，他無法到柏林來求醫。弗洛伊德建議他來找我，因為過去我曾治療過許多類似的病況。這位病人向我提出如下的建議：如果我回到維也納去治療他，每天只要一個小時，他就負責我的生活費用，而且比我在柏林從事心理分析工作所賺的總額要高出許多。經過短暫的考慮之後我接受他的邀請。我把某些患者的診療工作告一段落，把另外一些轉給我的同業，便於一九三二年十一月返回維也納。那時日爾曼帝國的首都柏林固然在社

會與文化上有許多方便，我卻不太喜歡。當我到達維也納車站的時候，覺得就像兒子回家找他的母親一般。我在路上所期望的生活，就真真實實的出現在面前了。我可以完全免於經濟的顧慮，把大部份時間都用來從事科學研究，我可以如願的常常去看望我的家人和朋友。這個奇妙的機會使我可以見到弗洛伊德，可以參加維也納心理分析協會一週一次的聚會；幾年以前我曾經是這個協會的秘書。對我來說，這簡直是童話成真。

過後的幾個月，這種白日夢是真的實現了。我不必再一天花十個鐘頭來做分析治療，因此我著手原先計畫的兩本書，常常跟家人和朋友相聚，看望弗洛伊德，並定期參加維也納心理分析協會。最初的這一段時期我覺得極為享受。早晨當我要去大學圖書館的時候，走在本城的街道上，感到十分快樂。

那位美國人給我訂的公寓，和他自己的一樣，是在布裡斯托旅社，這像是紐約的華爾道夫—亞斯托利亞一樣榮華尊貴的地方。我還記得，當我第二天早晨醒來，看到那華麗的屋子就是我的新居時，對自己的幸運簡直不敢相信。我按照平常的時間走下來吃早飯，快樂的哼著史特勞斯的圓舞曲。當然，餐廳裡沒有一個人招待我。那時還不到七點。我從夜班職員的櫃檯前面走過，他抬起頭來看我，表情十分吃驚，就好像看到半夜的遊魂一樣。我才突然想到，在這種地方，十一點以前幾乎是沒有人來吃早飯的，我早餐和中餐都吃得儘量簡單。那天晚上，在布裡斯托餐廳的門口，首席服務生來迎接我，他的每一個地方看起來都像公爵，他有禮貌的陪著我到我的餐桌上。其他的服務生立刻出現，準備聽候我的吩咐。我四周看了一下，有點尷尬的發現到，在這明亮的大廳裡，我是唯一沒有穿晚禮服的人。此後幾天，我繼續在布裡斯托吃飯。現在我已經穿得很得當了，可是我不喜歡每天傍晚再刮一次臉，換上餐裝。此外，那神氣的首席服務生和他三個聽話的助手，以及吃飯時的種種講究，讓我覺得不舒服。那個地方的豪華對我的精神有壓抑的作用。每天早晨我走出這個旅館，到附近的一個小咖啡屋去吃早餐。我從夜間服務生的櫃檯旁邊偷偷的溜過，而當被他注意到的時候覺得尷尬，並為此懊惱。這真是荒唐。為什麼我竟然因為早晨七點鐘吃早餐而覺得好像犯了罪似的？我不得不承認，當首席服務生和他的三個助手向我的餐桌走來時，那種好像要舉行大典似的莊嚴，讓我覺得不快。我不再去布裡斯托餐廳，而在比較不那麼驕奢的飯店享受晚餐，惱怒的對自己說，那種莊嚴華麗不對我的胃口。那個地方根本不適合做我的家。慢慢我明白，我實際上喜歡不那麼豪貴正式的生活起居之處。當我走過布裡斯托閃亮的走廊時，我覺得一種不相屬之感。

另外還有一個因素，使我覺得不自在。我那位病人，跟我約好每天一個鐘頭見面，我也為他固定保留一個鐘頭，可是他並沒有履約。確實，在柏林商談的時候，他就曾經說過，有時他可能無法在指定的時間前來，這一點我也有準備。

可是事實上，三個月中我只見了他幾次。以後他又來過一個鐘頭，然後就再也沒有看到他，也沒有再聽到他的消息。當我們在柏林商談的時候，他曾要求我，不要給他寫信，也不要打電話，免得引起他恐懼的意念。他希望我等待，到他需要我的時候，他自己會來。由於我答應過他，因此我現在必須受這個約束。幾個星期過去以後，我發現我被這件事騷亂，因為我無功受祿，而且他花了還麼一大筆錢。

我安慰自己，要自己有耐心，告訴自己說，我其實一點也不懶。我不是每天都在努力的工作嗎？我不是已經寫完一本書，又在為另一本做準備工作嗎？我不是把心理學和精神病學所有的新文獻都拿來研讀嗎？顯然，我認為這些事情是比其他的工作都更有趣的。常常我會發現自己在恥於自己，因為正當盛年的我，卻沒有自己賺取自己的生活費用。這是很吊詭的，因為我現在“嫌”得比一向都多，這種既無責任又無任務的安逸生活使我覺得不舒服。我甚至開始憤怒于我這個病人，而從各方面來說，我都應當把他當做施主來看。以前，每天做十個小時的分析工作，我是多麼夢想有一個安逸的生活，免於經濟的負擔，使我可以獻身於研究計畫！而現在仁慈的命運已經給了我這個環境，然而我卻不能享受它。

我努力想擺脫這種奇怪的不快之感，卻徒勞無益，而且與日俱增。我一再問自己，到底是什麼鬼東西在我正應當滿足的時候卻讓我不能滿足。從我謙卑的標準來看，我現在幾乎是富有了。我什麼也沒做，卻得到了一大筆錢^①。我的生活應有盡有，而維也納又是我的本城，那麼，我究竟是在搞什麼鬼呢？我曾找到了一找解釋，可是，那顯然是托詞，因此，我無法相信。最美的假期卻被烏雲掩蓋。我常常莫名其妙的感到不安與沮喪。當然，這種沉悶的情緒也會好幾個鐘頭不來，可是在我沒有預料的時候，它們又會出現。我記得有一天當我跟弗洛伊德愉快的談話之後走回家時，它掩蓋了我；又有一次，我從歌劇院聽完“玫瑰騎士”，走回布裡斯托，要跨過街道時，它掩蓋了我。還有一次，是我聽完馬勒的第四交響曲回家的時候。那時我的心裡還在迴響著最後一個樂章，這個樂章充滿著歡悅和孩子式的快樂。在冬夜裡我一再一再低哼著這個樂曲，而突然覺得抑鬱；我以前也曾有過這種情況，但沒有一次像這樣糾纏不去。雖然我跟它們努力奮鬥，不安與不快卻與日俱增。【^①當然，幾年以後，希特勒把我的儲蓄都拿走了。】

最後，終於不能忍耐。我寫了一封信給他，表示我的謝意和歉意，因為，我對他已經沒有什麼大的用處了。我要求他原諒，可是並沒有說明理由——因為我沒有理由——然後收拾行李走路。第二天早晨，當我搭上計程車穿過維也納的街道，前往車站的時候，我感覺到奇妙的輕鬆愉快，就好像拋掉了一個沉重的負擔似的。在放射著春光的早晨，空氣是清甜的，我帶著友愛的心境看著街上

每個人的臉。我跟維也納的告別不是悲傷的，卻充滿著柔情。這就像告別一個戀人，而你知道永遠不會忘記她。

好幾個星期以後，我才開始瞭解，在維也納的這段期間，我的心境究竟是怎麼一回事；我開始瞭解到，我的不滿正是由於我的好運。又隔了很久以後，我才想起，在維也納的時候，沮喪的情緒第一次來臨是在什麼時節。有一天下午，我偶然——是偶然嗎？——經過我出生和在那裡渡過了童年的房子。我的父親是一個公務員，由於微薄的薪俸常常為家計憂慮。但我從童年的房前走過，兒時的回憶重又從陰暗的角落爬到我的心上，我又看到父母親憂慮的臉龐。但我到達布裡斯托的時候，就被抑鬱的情緒所掩遮。從那時以後，這種情緒就常常來臨，只有偶而間斷。它的心理學的意義，只有到很久以後我才充分瞭解。

似乎我不能允許自己享受這樣富裕的環境，這樣過分舒服的生活，或沒有做多少工作而賺來的大筆錢。童年的回憶使我又想到我們的貧窮，我的父母終生就是在這種貧窮之中渡過的，為了讓我們孩子受教育，他們作了很多犧牲。這裡，在這同一個城市，跟我童年的家只有半個鐘頭步行的路程，我卻生活在奢侈中。在這件事情以前，我已經覺得布裡斯托旅館有些讓我不自在，那時，我的解釋是，我不習慣於這樣的優雅華貴。沒有顧慮的生活持續得越久，我的情緒就變得越壞。

最後，我終於無法再避免這樣一個心理學上的結論：我的抑鬱是由於潛意識中的罪惡感，因為我父母親生活得那麼貧苦，而我卻生活得那麼浮華。我父母親被剝奪了他們的一切樂趣，哀愁的在可憐的環境中支撐，以便讓他們的孩子好好成長。我似乎可以讓自己享受普通的舒適生活。可是我的內在有一種神秘的東西——那叫做良心的東西——禁止我享受異常的奢侈或過多的金錢，除非我是靠艱辛的工作來賺取的，否則，我就無法享受富裕的生活。似乎我沒有權力去過驕奢的生活，因為我父母親曾經受了那麼多的艱辛。我曾經調整自己，使自己去適合舒服的奢侈的生活，可是沒有成功。

後來，我承認自己是個該死的傻瓜，可是我知道我別無他途。幾個月以後，我把這個故事告訴弗洛伊德，他親切的對我大笑(我喜歡他這個笑，儘管是對我有一點逗弄)；如果我記得不錯，在那次他曾說，希望我的“良心厚一點”。從那次以後，我卻希望我的“良心硬一點。”可歎的是，此後再也沒有這樣的好機會讓我再試一試，我的良心究竟有沒有厚一點或硬一點。我怕命運再也不會給我第二次機會了——如果要有，可必須趁早，不然就來不及了——但我相信，現在我是比較更能接受舒適或略為奢侈的生活了②。【②當我們年歲日長，或當我們已經為思想中的罪惡受過痛苦，潛意識中的良心似乎就比較不那麼嚴苛。我這稀奇怪的情緒，必須從另一個方向來加以探討，否則前述的說明就是不完

整的。說它只是潛意識的良心之反應，固然更能阿諛自己，但，那既不正確又不誠實。我想這種情緒必然有一種潛在的罪惡感在先。我的這種情緒可以很容易的加以推測。一開始的時候，我一定因為自己的好運而自負，我一定有一種自以為了不起的感覺，以為自己住在維也納最高級的旅社，是由於我傑出的成就使然，這個想法固然會使我痛苦，不過，我仍舊必須承認，在開始的時候，我一定有一種勝利感，或自得感，覺得比我可憐的父親和兄弟能幹得太多，因此，才享受到這種待遇，此後產生的抑鬱，當然是一種道德反應，是由於這種自得感在心理上演變成罪惡感。我此後的沮喪就是由於潛意識中跟我的自得反其道而行的結果的。】

我以前治療的一個患者——一個戲劇家——最近寫信告訴我，他住在好萊塢，享受著極其奢侈的生活。他跟一個大影片公司簽定合約寫劇本，可是，好幾個月以來連一行都沒有寫卻支領巨額的薪俸。這個年青人在好萊塢享受奢華而悠閒的生活，卻沒有不必要的道德顧慮。他已經有了我所缺乏的“厚良心”。

後來我到維也納去了幾天，又看到布裡斯托旅館。有某種力量促使我走進旅館的前廳，這是我的勝利感與失敗感產生的地方。我只在那裡看了一下，看到那裡的客人沉坐在椅子裡，然後就離開了。當我走到萊恩街的時候，我聽到自己腦子裡在說，“這些人只是錢太多了。”這是廢話；顯然，只有非常富有的人才能夠住在布裡斯托。我何必說這個話呢？而在這個話裡有著一種口氣和一種維也納方言的味道；這些我雖然是熟習的，可是我自己很少運用。似乎這個話並不是我說的，而是另一個人說的，是很久以前說的。那似乎是很久以前某種東西的回聲。我並不記得我父親說過這句話，但那發音和口氣卻是他的而不是我的。話裡邊那種譴責的意味，一定是我住在那豪華的旅社中感到不自在的原因。就似乎我自己是我父親所責備的年輕人之中的一個。

很奇怪的，離開布裡斯托旅館之後不一會兒，另一件事來到我心中，那是一首兒童的詩，我可以確定自從童年以後就沒有再想到它。這首詩突然來到我意識中，就似乎它們是從舞臺上的地板裡突然跳出來一樣。這是維也納公立學校的孩子們常常背誦的一首民謠，題目叫做“想要換葉子的小樹”。那是說一棵小樅樹，它生在森林裡，周圍有各式各樣的樹木，它覺得自己只有針狀葉是一件羞恥的事。它希望它有別的葉子。它真的換成別時葉子了，可是被山羊吃掉。那小樹又希望自己長草的葉子，可是一陣暴風把那些葉子都吹斷了。那小樹現在希望自己長出金葉子，可是一個小販走過，把它的葉子摘下來，放在袋子裡拿走了。這恍然大悟的小樹，現在只希望它原來的針狀葉了。這一首小詩被我遺忘了那麼久，而現在突然出現，意思是很顯然的：我在諷嘲自己貪得無饜的欲望。兩個原本獨立時記憶——也就是我父親的聲音和這一首小詩，顯然是在幾分鐘之內連續出現的。這兩件事的記憶必然是發生在我七、八歲的時候，可

以說它們是屬於我往日相同的地層。它們不僅間接的肯定了我在此處所說的心理分析觀點，也使我相信，我幼年時所受的道德教育深深的根植在我內心，一直到我中年以後仍舊根深蒂固。

我所做的這種自我分析，基本上是出自一種需要，就是希望能夠洞察到日常生活中我自己的情緒，思想和衝動。關於我的性格與情緒發展，我見到了一些驚人的發現。我明白了為什麼我的情緒裡需要有一個敵人或一夥敵人，為什麼我不能想像自己可以做政黨的黨員，為什麼我的志願走向某個方向而不走向另一個方向。同時我也明瞭了，為什麼當我看到一本我贊佩的書或一篇文章，我老是希望那是我寫的，這裡邊證明了我的贊佩之中總是有著嫉妒的成份。(奇怪得很，我可以念一大堆“心理分析季刊”，卻一點嫉妒的感覺都沒有。)自我分析使我有許許多多的洞察，其中有許多是痛苦的，是拉低了自己的，少數幾個是愉快的，大部份在別人看來是無趣的，但就以我做為一個人和心理學者來講，都是相當重要的。

第八章 愛與黑暗的暴君

為精神病患者做治療工作的心理分析者，他對自己並沒有完全的瞭解，他只是比患者更能夠發現自己和他人人格中的秘密而已。這是本書所持的觀點。自我發現的過程是永無終止的。被分析過幾次，絕不表示對自我的探討就已圓滿結束；它只是整個旅程的中途站而已。新的經驗可以增加心理分析者的知識與領會。這些新的經驗有時候是在我們不曾預料情況下出現的。你可能在尋找另一個東西，卻偶然發現了這個你原來無知的東西。

我有一個這一類的經驗值得在這裡提一提，因為那是在我被分析以後三十年才發生的。當我在寫《一個心理學家對愛的看法》的時候，我找尋我的心理學學說的先驅。關於我在這本書中提出的學說，我並不認為是取自任何心理學家，但我要很高興的承認，我的觀念的起源很受一些詩人的影響。他們的言詞在我心中留下不可否認的痕跡。當我思考著愛如何誕生，如何成長，以及它的心理學特質時，一些已經遺忘的，或者半遺忘的詩句就在我的腦子裡出現。這些沉睡了許久的詩句慢慢睜開它們的眼睛，就像童話中沉睡經年的睡美人一樣。奇怪的是，這些渺茫的深井中突然升起的詩句，並不是莎士比亞，歌德，但丁，拜倫或海涅的，而是我十幾歲時所讀過的和聽過的一些不知名的詩人的片斷詩句。我幾乎有四十幾年不曾想到過它們。

這種情況便我想到蒙屈豪森男爵(Baron von Miinchhausen)所說的德國民間故事。他說，有一個馬車夫趕著一輛郵車，當他在嚴冬走在郊外的時候，他吹起號角要傳遞信號，可是號角卻不響，他一試再試都不成功。當他到達一個小旅

店，就把號角掛在廚房爐火附近的一個樁子上。不久，他和同伴都突然聽到了一個奇怪的聲音。他的號角開始響了，發出了大家都熟習的一種號聲。最後他們終於弄明白，那優美的旋律原來被凍結在號裡，而現在融化出來。同樣，那遺忘的詩句也從我內在某個隱藏的地方浮現出來。譬如說，有兩行德文詩就從我的內在浮升。它們把我要表達的意念表現得非常正確，而清楚和優美的程度又超乎我的希望。我覺得很奇怪，不知道它們是出自何處。可是當我寫那本書的時候，它們卻一再出現，好像要帶給我什麼消息。它們除了本身直接的意義以外，似乎還有另一層意義，似乎在傳遞一件秘密的和屬於個人的事情。那又是什麼呢？這兩行詩如下：

Denn wo die Liebre erwacht,
Stirrt das Ich, der dunkle Despot.

譯為英文如下：

For when true love awakens.

Dies the self, the dark tyrant.

(因為，當真正的愛覺醒，

自我——那黑暗的暴君——就死亡)

當然，我知道這兩行詩是一首詩的摘句，可是那是哪一首詩呢？我也知道那是我童年讀過的，但此後一直未曾再讀。當我寫那本書的時候，這兩行詩句一直在我心中纏繞不去。我非常努力的想要把這首詩的其他句子回憶起來，可是失敗得很慘。各位都知道，想要背誦一首詩，卻忘記了開頭的句子時那種滋味。你會“eng eng eng”eng 了老半天，然後只好從你記得的地方背起。我為了想記起那已經遺忘的詩句，就做了這樣的努力，可是卻徒勞無益。有些詩句出現，可是它們對不對呢？遺忘的部份圍著我飛來飛去，像蒼蠅的翅膀一樣，可是我卻無法抓住它們。我不能抓住這首詩，卻又不能把它趕走，最後我終於棄權。其他的詩句是什麼，作者是誰，又有什麼關係呢？我決心不要在那本書中引用那兩行詩句。我裝做不在乎。我隱約的感覺到，這已經不是一個文學上的問題，不是作者屬誰的問題，而是一個我個人的問題，跟我個人的某種秘密部分有關。

我要想棄權卻不容易；我翻遍了德文詩集，找了好幾種詩選，可是都沒有發現。我向一些比我熟悉文學的朋友請教。我向好幾個從德國和奧地利避難到美國的詩人請教；可是沒有一個人可以告訴我這兩行詩出自何處，又作者是誰。有一個朋友開玩笑的問我，那會不會是我小時候作的詩，後來又被我忘記了。我當然知道我絕沒有能力寫這樣的詩；而且我知道我讀過它們。我甚至還有一種印象，似乎看到老式的印刷字體①。【①我可以斷定，大部份作家都有過類似的經驗，有過這種心智努力遭受挫折的情況；我曾經為弗洛伊德找出過遺忘的

文句，它們的作者或淵源；這種情況發生過幾次，而弗洛伊德為此曾經高估我的文學素養，我為此也稍感自得。可是有時候卻仍舊無法達成願望；下麵這封信足以為證，那是一九二九年十一月十一日弗洛伊德寫給我的：“請不要再為(尋找)‘自然的尺寸’ (inch of Nature)而費心，並請原諒我為此麻煩你。我放棄這個引句。沒有人能夠找得到它(來自何處)。這幾個字是從什麼地方來的，仍舊是一個未解的謎團，因為那不可能是我自己的創作。由於我除了莎士比亞之外，還讀過密爾頓和拜倫，因此，也可能在拜倫的詩中找到，但我仍舊請你不要再費心尋找，並請接受我最深的謝意。”弗洛伊德在《文明及其不適》中引用了這三個字，卻沒有提到它的作者。】

我從沒有用有系統的自我分析去找尋這個詩人的名字和其他遺忘的詩句，而且為了這種省略，我也準備接受同業們的責備。我可以確定，他們之中有許多人會說，在自己和他人心中去發現這些遺忘的部份是非常容易的事。在他們來說，這只是孩子的遊戲一般。他們會說，他們可以把自己和他人心中這種小問題幾分鐘之內加以解決。我佩服他們，可是我並不相信他們。

然而，我還是繞了一個圈子把這位詩人和他的詩找到了，我發現它們的過程，在心理學上是，一件有趣的事，而我遺忘它們，也是有趣的事。我不知道我記得的這兩行為什麼會有一種東方的韻味。當這兩行詩在我腦子裡屢屢出現的時候，有一次我產生了一種視覺上的影子，我看到我母親的房中一個小書架，同時在我腦中出現的是一小本鍍邊的書，書頁有點發黃。我記起，當我小時候是在這本書中讀到這首詩的，書架上有些什麼書呢？我試圖回想，尤其是幾本詩集。(下面幾本書名都是我匆忙記下來的，因為我現在開始對我的心理問題感到興趣。我強調的認為，這樣的一種探討並不足以成為系統的自我分析。無論如何，它並不是成功的。)這個探討到此時刻，已經有了智性探險的性質，我追蹤它的發展，就像一個化學家追蹤一個重要的實驗一樣。

我第一個想到的是歌德的《西方—東方詩集》，但我立即就知道不可能出在這一本。這本詩集在我大學的時候知之甚詳，到現在我還背得很多首。其他的名字出現了，漢默—波克斯台爾(Hamms-Purgstall)(他出版過許多東方詩的譯作，在我幼年時，很熟悉他的名字，我還記得在維也納附近的柯羅斯托紐堡看見過他的墓碑。)不，當然不是他。書架上還有夏飛大人的詩歌，這是弗烈德利克·波敦斯提德的譯作(波斯詩人夏飛的詩譯本)。奇怪的是，這個書名在遺忘了那麼久之後竟然記起來了。

蒲雷庭(platen)的《詩集》(Gfgs 在不在書架上？不在。其他的書呢？海涅？是的，有海涅的詩。《詩人費度西》(The Poet Firdusi)這個名字突然在我腦子裡出現。這首詩我在海涅的《浪漫詩歌》中找到，但是其中沒有我記得的那兩行。

然後我又想到海涅的《希伯來旋律》。可是也不在那裡。接著出現的名字就是《東方詩集》，這是耶胡達—哈—利未(Jehuda-ha-Levi)的主要作品；我之所以想到它，當然是由於海涅曾經把他稱做阿波羅藝術領域中的兄弟。在書架上有沒有奧瑪·開儼(Omar jKhayyam)的《魯拜集》？沒有，我可以確定沒有。再者，讀到《魯拜集》是很多年以後的事，而且讀的是英譯本，而不是德譯本。

我可以確定，那一首縈繞不去的詩，不是東方詩的譯文，就是一個很會採取東方詩風的德國作家的作品；但我對前一種可能性更加相信。

為什麼我會有這樣的確信呢？這時，一個新的名詞出現在我腦際，這是一本詩選的名字，不是來自中東，而是來自遠東——《中國笛子》這是漢斯·白吉(Hans Eethge)所編譯的。但是，我原先並不知道這本詩集，我第一次聽到它們，是在馬勒的《大地之歌》中。馬勒去世於一九一〇年，而《大地之歌》，我想，第一次演出是在一九一一年，由布魯諾·華特指揮。①在那時，我已經二十三歲，然而那兩行詩卻毫無疑問是在我小時候讀到的——我猜想可能是在發育以前。《大地之歌》我是背得的，為了要確定其中真的沒有那兩行，我把《大地之歌》低聲的唱了一遍。當然那裡是沒有的。【①這裡所提到的資料是正確的，我對於馬勒的生平和作品有相當的瞭解，但是，實際上並沒有外表上那麼豐富和正確。對這一位蠱惑人的作曲家，我在大學的時候對他的作品與人格都有深厚的興趣。】

這時我把尋求的努力打斷了；我再度有那種纏繞不去而又無從捕捉的感覺。

可是幾個星期以後，我終於發現了這首詩：

死亡終止了生命的不幸與痛苦，
而生命對死亡的恐懼無一日或無。
我們只看到死亡可怕的手，
卻沒有看到手上明亮的杯盞。
因此柔弱的心在愛的面前逃躲，
如同逃躲死亡的威脅。
因為當真正的愛覺醒，
自我，那黑暗而虛妄的暴君就死亡。
那麼讓他死在黑夜裡吧，
到黎明再自由呼吸！

【②我聽人說，從波斯原文譯過來的英譯文，難找到好的。我在這裡引用的是威廉·海斯提(WilliamKastie)出版的英譯文不過略加了一些我自己的修訂，海斯

提在書名頁上曾經注明：這些詩“是由魯克特(Rueckst)的譯文轉譯為英文的。”】

這是波斯偉大的神秘詩人魯麥(Dalilar Din Rami)的一首詩。魯麥是七百年前的人。他用美麗的詩篇把蘇菲(Sufi)的哲學呈現出來，他深刻的思想往往接近柏拉圖。他曾創立了著名的舞蹈僧院莫夫勒維(theMevlevi)。他不僅是一個大詩人，也是一個大思想家，是一個偉大的真理追求者。

這首被我遺忘的詩和這個詩人的名字，我是這樣找到的——或者，應該這樣說才對吧：“他們是這樣讓我找到的”——當我放棄了找尋它們的努力以後幾個星期，那一首詩的譯者突然在一種奇怪的情況下呈現出來；這個方法可以說叫“消去法”吧。有一天晚上，當我做了十個小時的心理分析工作之後，覺得疲倦了。在一種相當消沉的情緒中，我決定聽一聽唱片。第一張是馬勒的第九交響曲。我特別喜歡第一樂章。他那剛毅的而又有控制力的告別，比柴可夫斯基那無邊無際的悲愴的“悲愴奏鳴曲”更使我感動。

當我聽到那經常聽到的主題曲時，我突然想到馬勒去世以前幾天說過的一句話：“我虛妄的過了一生。”我記起他如何悔恨把一生花在可怕的工作熱中，被他的雄心所焚燒；我記起他在略有希望的時刻，答應他的太太，他們要去埃及和東方旅行；但他知道已經為時太晚，在他最後幾天，他對他的太太，孩子和朋友充滿柔情與悔恨。

是這種關於死亡與懊悔的意念還是這一段音樂使我想再聽馬勒的《兒童喪歌》？我聽了這些歌，但是音樂之外的某種東西感觸到我：那就是歌詞——它們表達的是日常生活的情境。這些歌詞是魯克特寫的，他是一百年以前一個德國詩人，而現在已經被人遺忘了。

這時我立即察覺到——而且確定得令人驚奇——縈繞在我心中的那首詩，是出自魯克特手筆，在回憶中我看到了他的名字，用金色的字體印在我母親的書上；同時我也知道那不是魯克特的原作，而是他許多波斯譯作中的一首。我到公共圖書館，立刻找出了那一首詩。當讀下去的時候，我有一種奇怪的感覺，覺得我從來沒有把它們遺忘，儘管我有四十多年從來沒有再想過它們。

當我在青春初期第一次讀到它們的時候，它們神秘的意義必然吸引了我也困惑了我。或許我曾經把它們大聲的念過幾篇，企圖發現它們究竟是什麼意義。我不能瞭解它們，但在潛意識中必然又有一種領會。現在回想起來，那男孩的我當時受著許多未解的問題的困擾，必然是把這首詩中所指的愛跟性混合為一種意思。我心中存著一種模糊但又強烈的恐懼，使我把“因為當真正的愛撕醒，

自我，這黑暗的暴君就死亡”做了如下的解釋：愛是危險的，它會使人毀滅。發育，伴隨著種種焦慮和困惑，必然使我像許多男孩一樣，感到驚懼。這兩句謎樣的詩中，所呈現的愛與死之對比——這是在日後的生活常常見到的——必然在我心中留下永久的印象。這種解釋固然是誤解，但是另一種解釋必然也在我的心中有模糊的領會，那就是，向愛投降，放棄自我，把自我消失在深愛中。

第一次讀這首詩在我心中激發的東西，竟需要四十多年才得以瞭解。但是這兩行像埃及墳墓中的木乃伊一般封閉的保持了這些年，不是很奇怪嗎？我認為當我十三歲讀魯麥這首詩時，我關於愛的學說，就已經埋下種子。認識潛意識中已經知道的一些東西竟是需要何等長久！我書中的主要觀念，七百年前一位遠處的波斯詩人就已經講了出來，可是我從沒有想到我的學說是由童年時所讀的一首詩萌芽的。

現在我要解釋的是，魯克特和魯麥的名字為什麼會被我“遺忘”，而在我寫那本書的時候，那兩行詩又為什麼一直在我心裡縈繞不去？在那好幾個月中，我一直都在擔心我的兒子亞瑟，我的媳婦，和我還沒有見過面的三歲的孫子。他們都住在耶路撒冷，而德軍似乎要攻打巴勒斯坦與敘利亞，那是一九四三年。我希望他們能夠得到美國的移民許可，並能夠找到路途到達美國。在那個時候，波斯是唯一的通道，然而，由於德國的煽動，那裡也發生了叛變，因此，經過波斯與中國也顯得危險重重。好幾個月我都為他們的生命與安全擔憂恐懼，又渴望著見到他們。

另外一些思想佔據了我；而另一些恐懼——那是早年的殘餘——使得那首詩和作者的名字讓我無法回憶起來，但是那兩行詩卻一再的在我心中纏繞：“因為當真正的愛覺醒，自我，那黑暗的暴君就死亡。”我有一種隱憂，深恐戰爭延續太久，而我會在沒有見到我兒子以前死亡；我怕沒有時間再向他們表示我多麼關懷他們。我害怕我將無法看到孫子長大，我將不能看到他心靈和身體的成長，享受他童稚的笑聲^③。那兩行詩其實就表示了我這種潛意識中的恐懼。在我的潛意識中必然還有一種悔恨，因為我對我的兒子專橫，總是想要他服從我的意思；而我當然就是那個“自我”，那黑暗而虛妄的暴君，他要在心中覺醒了愛的時刻死去。那兩行反復出現的詩句充滿了這種憂鬱的預感，它們要提醒我往日的疏忽，並用懲罰來威脅我。同時還兩句詩又超乎了個人的領域，表達了愛的基本觀念，那就是愛的勝利跟專橫而自私的傾向不能共存，愛的勝利就是這些傾向的投降。【^③幸運的是我這些恐懼都被事實否定。我的兒子，媳婦和孫子都在一九四五年到達美國。】

值得注意的是，魯克特的名字只有在我聽過馬勒的作品之後才出現。在這裡隱

藏著心理的線索，把我的現在與過去的悔恨和對未來的恐懼連接在一起。在我二十幾歲的時候，馬勒對我的影響極大，無意識中我把自己跟他認同。他寫作第九交響曲的時候，知道自己必將不久於人世，而這個作品也預示了他的死亡，把他接近死亡時的種種心境都表露了出來。我要聽這一首交響曲當然並非偶然。這首樂曲跟我那天晚上疲憊與抑鬱的心境互相吻合，從聆聽這首交響曲到魯克特的名字之出現，這路程是何等奇怪！一定是想到了馬勒在世的最後幾日，我的思想才在潛意識中為第九交響曲和魯克特之間鋪了道路。他豈不曾悔恨沒有好好享受生命嗎？他豈不是對太太和孩子感覺到以前從未有過的浪漫般的深情嗎？

《兒童喪歌》又使我回想到亞瑟小時候生病的情況，那時他病得很嚴重，我跟我的妻子害怕他會死去，我們極其恐懼。那是可怕的日子。(魯克特是在他自己兩個孩子死了以後寫《兒童喪歌》的……馬勒也是在他自己的小女兒去世以前把這些詩歌譜成音樂的。他總是認為他這心愛的小女孩會死在他之前……馬勒是我兒子心愛的作曲家，他也寫信告訴我，我的孫子在三歲的時候就已經喜歡馬勒的音樂了。)圍繞著這些思想，我的心情是充滿著憂慮與死亡的恐懼的。在歌劇卡門中有一句話：“Toujours la mort!”(“總是死亡!”)所有的念頭似乎都導向這同一個方向。它們總是從一個地方出發，就是生怕我為時已晚。那兩行詩表明了這層意思：當愛來臨，我將死去。我必須在這裡把這一段自我分析打斷，因為它走得太遠了。

我必須承認，我這些恐懼是我年青時的遺跡。那時我深怕在某些願望沒有實現以前死去，或者正在實現的時刻死去。(我雖接受過分析，可是早期的症狀仍舊有所遺留；這種情形並不是例外，而是常規。精神症狀的“痊癒”絕不像某些心理分析家所說的那樣。症狀並不會像氣體一樣蒸發，了無遺痕，而只是隱退到比較不重要的地位。可是它們仍舊會留下疤痕，等到陰雨的天氣就會作痛。)

我要提一提，在馬勒和我對早死的恐懼之間其他的線索。我的第一個妻子，亞瑟的母親，在我們一起去聽馬勒的《大地之歌》之後不久去世。我避免想到魯克特這個名字，因為這個名字使我重新想到我兒子病重時我們所經歷的驚恐日子。那時我們就像魯克特一樣，必須面對著孩子去世的可能性，而魯克特在他們去世以後寫下了那感人的歌曲。

那麼，這被我遺忘的名字是如何被我想起，又如何把這小小的問題全然解答呢？各位記得，是《兒童喪歌》這幾個字使我想起了魯克特。就似乎內在的懸慮這時放鬆了，就好像一個潛意識中的問題得到了答案。我很明白這是怎麼發生的。我潛意識的恐懼原先阻斷我的思路，但《兒童喪歌》卻使我在意識層面上想起了兒子的疾病；但同時，《兒童喪歌》這幾個字卻似乎在說：你以前的恐

懼是有道理的，而現在卻不必了；那時亞瑟痊癒了，而現在也會一切好轉。你的家人會安全，你會看到他們。你不必在你剛剛感到新的親情時就死去。不要擔心你內在的改變是死亡來臨的信號；它只意謂改變你的老自我，他要死去，而新的和好的自我會誕生。“因為當真正的愛覺醒，自我，那黑暗的暴君就死亡”。這兩句詩固然呈現著陰鬱的徵兆，但魯麥這首詩最後的兩行卻表示了這樣的希望：“讓他死與改變；勇往直前的去愛”。由於我重獲勇氣，舊的陰影就化為煙雲，而我又能夠記起魯克特的名字，並找到了這首詩和它的作者。聆聽《兒童喪歌》便成了心理上的轉捩點。

研究人類情感的學者，對這個現象當會覺得有趣，那就是，我私下的恐懼阻斷了魯克特的名字，而當那恐懼消失時，他的名字就出現在我心中。

在我想到魯克特以前，還曾猜測過許多名字，而這些也都是我原先已經遺忘的。第一批都是波斯詩人的名字。(那時波斯是我兒子取道來美可能遭遇到危險的一個地方。)有歌德的《西方東方詩集》中的哈費斯。魯麥的詩集也叫(《東方詩集》)。此外，歌德自己也翻譯了魯麥的一首詩，同時在《西方東方詩集》的注言中曾推崇這位波斯神秘詩人。其次我想到的是漢默一波克斯台兒，他把許多波斯詩人的作品譯為德文，當然，其中也有魯麥的。夏飛大人是一個波斯詩人，而蒲雷庭的詩卻是仿效他的詩風而寫成的。這時海涅的《費度西》也出現在我腦際，而費度西也是一位波斯大詩人。然後是另一位波斯詩人奧瑪·開嚴，但我立刻明白並不是他。④

【④然而，他的詩卻可以和魯麥相比，例如下面一首：

While the Rose blows along the River Biink,
With old Khayyam the Ruby Vintage drink:
And when the Anogel with his darker Draught
Draws up to thee—take that, and do not shrink.

當玫瑰沿著河濱開放
且同老開羅飲酒歡暢；
一旦天使拿著黑爵走近你！——
啊，接過來，不要恐懼。】

就這樣，許多的名字過去，卻沒有想到魯麥和他的譯者魯克特。我又記起許多我母親讀過的德國詩人：歌德，蒲雷庭，海涅和一些被人遺忘的詩人，如波登斯提德和漢默一波克斯台兒——就是沒有魯克特。請注意，我的意念從費度西離開波斯詩的範圍，而轉到耶胡達——哈——利未(費度西是海涅在詩中推崇

的，而我之所以想到耶胡達，是由於海涅的《希伯來旋律》)。“自由”聯想似乎把近在咫尺的一位波斯詩人給遺忘了。我的思想這時轉到了巴勒斯坦，接近了我的兒子跟他的家人所要住的地方。我的聯想更為接近了魯克特和魯麥，可是我的恐懼卻阻斷了他們的門戶。耶胡達的《東方詩集》是我想到波斯人的思想橋樑，但《希伯來旋律》卻使我擔心起我的兒子。耶胡達總是希望在死前親自看到耶路撒冷，他確實也看到了，並且死在該處；而我的兒子跟他的家人則住在耶路撒冷^⑤。【我也像那胡達一樣，向以為看不到耶路撒冷；一直到一九三七年我這種擔憂才被擊破：那一年我站在這個聖城的斯考波斯山俯瞰全城。那一日我終生難忘。】

這時，我的思想似乎更為接近我潛意識的恐懼，但它們沒有力量突破到意識領域中；似乎即使在思想中我也在規避那危險。在我尋索這個遺忘的人名時，我的意識層面一直沒有想到我的兒子，儘管在這個關節上，我的思想跟對我兒子的擔憂是那麼接近。這似乎是一種無意識間思想的逃避。

我的聯想從《希伯來旋律》轉到中國詩人——白吉所編譯的《中國笛子》。我兒子要來美國，是從波斯轉往中國。馬勒的名字在我心中出現，然後是《大地之歌》——接下來應當是《兒童喪歌》和魯克特的名字，但在這時我的思想卻斷了，因為它跟我兒子童年的疾病太近。似乎我思想的摸索這時感到疲倦，放棄了在黑暗中的努力。

當我勇敢而有意識的面對死亡的可能性時，那被我遺忘的名字立刻出現。而那已是我徒勞無益的努力了好幾個星期以後。我已經描述過我的思想如何從馬勒的第九交響曲的死亡主題轉到《兒童喪歌》，又從這喪歌轉到它們的作者魯克特，然後想到他翻譯的魯麥。我的這種情況就像在抽屜裡原先誤置的東西一樣。它一直都在你旁邊，只是你不知道。而有時那被誤置的東西是你自己的一部份，是很多年以前你所誤置的。我思想中的逃避動機是顯然的：那是一種迷信式的恐懼，怕我和我的兒子見面以前有一個人會死去。但在我的意識層面，卻連一點這種恐懼的痕跡都沒有^⑥。這種恐懼是經過自我分析之後才察覺的，而我做這番自我分析，是為了明白我為什麼會忘記魯克特的名字。【^⑥我立刻明白，“因為當真正的愛覺醒，自我，那黑暗的暴君就死亡，”表示了我那本討論愛的書的主題。可是，我卻一點也沒想到“那黑暗的暴君”是我；這兩句詩很明顯的表示了我由往日的迷信所產生的無意識恐懼，而我原以為很多年以前我就克服了這種恐懼。】

像這一類的經驗(除了前述的之外還有許多，我或許會在其他的地方報告)比任何課程和演說都更能讓人瞭解內心的奧秘。

只有這一類的經驗所顯示的心理過程，可以跟底片沖洗成照片的過程相比。它們不僅是讓人口服，而且是讓人心服。

在這裡我們看到兩種知識的不同，一種是由學習，聽或讀而得來的知識，一種是由經驗得來的知識。只有第二種知識才是無法剝奪的知識，因為它跟我們的經驗結合在一起。這兩種知識的內容即使相同，在心理的意義上也是不一樣的。

這一章我講了許多關於我兒子亞瑟的事，那麼我就再引用他一句話吧。大約在他像他自己兒子現在這麼大的時候，我有一次逗他，問他為什麼他知道二加二等於四。他說，“老師教的”，我不接受；他又說，“書上說的”，我還是不接受。我對他說，這些權威即使常常是對的，有時候仍舊會錯。這個小孩被我的問題逼得走投無路，最後指著他自己不耐煩的叫道，“我自己心裡知道嘛！”這就是外來知識跟經驗知識的不同，後者在這個小孩拙笨的態度中表露出來，那是充滿信心的。心理分析者最主要的知識應當來自他們自己的經驗，而這些經驗可以使他們“自己心裡知道。”

第九章 生命的召喚

沒有一個作家能夠完全知道他的著作對他是什麼意義，它是從什麼黑暗的背景中流出的，他為什麼寫它，也不知道它在他個人的發展中佔據何種地位。但有時候，當某些有利的環境把隱藏的動機帶到表層的時候，他也會對這些事情有一種模糊的觀念。當我在寫前一章的時候，三年前六月的一個傍晚，當我第一次想到要寫另外一本書的時候，那種情況仍歷歷在目。

在我要離開城市去度假以前，我把關於這一本書的筆記都收集起來。這本書的主題是活人與死人的關係，這是一個我關懷了多年的題材。有一次我曾到維也納中央公墓，在那裡我看到許多小石頭散佈在大部份猶太人墳墓的四周。我很想知道這些石頭究竟是什麼意義，可是沒有一個人能夠告訴我。我請教了一些學者，可是他們只說那是一種古老的習慣。幾年以後，我在巴勒斯坦，看到阿拉伯人的墳墓周圍有同樣的情況。這是不是原始的石頭崇拜的遺跡呢？我開始對這個問題產生興趣，我研究了史前人的葬禮習俗，並把這些習俗跟後來的發展加以比較，也跟現代人對死人的潛意識態度比較。史前人認為死人會帶著嫉

妒與復仇的心情回來，傷害甚至殺害活人。由於這種恐懼，我們早期的祖先就把死人綁起來放在洞窖裡，然後又把大圓石滾到洞口，免得他們跑出來。墳墓是死者的監獄，而不是死者的家。經過好幾千年的演變，人對死者的恐懼漸漸降低，或者變得比較沒有意識，而尊敬之情卻日漸產生。恐懼之情越低，尊敬之情就越高。由於這種情勢的演變，為了要安慰死者和保護自己，古人就採取了崇拜的方式，尤其是如果死者是重要的人物，便更加敬畏，例如酋長，教士或術士。不論是在埃及偉大的金字塔，還是今日我們在族人的墳墓上所放的卑微的石頭，都表達著恐懼和尊敬兩種衝突的情感。墓碑和祭壇就是這種衝突情感兩種重要的結果。墓碑上我們鐫刻著讚美，悲傷與感念的字句，這些情感在我們心中必然是強烈的，但我們潛意識中對死者的恐懼也實有其事。猶太人把小石頭放在族人的墳墓周圍實際上是史前風俗的遺跡，象徵著古時候把大石頭滾到墳墓前。我寫那本書的目的，是要把我們對死人的潛意識的態度跟葬禮的習俗發展加以比較。

在我們到達一座山中小旅社的那個下午，我靠在陽臺上休息(此處離紐約有幾百哩)。附近的草地上，有一些男人和女人在曬太陽。大部份女人都用樹葉遮住鼻子，免得留下日曬斑。一個大約四十八歲的迷人女士，用了一份紐約時報做了一頂尖形軍帽戴在頭上，使她旁邊的小孫子大感羨慕；所有的女人都穿短褲。那情景並不足完全令人愉快的，我模模糊糊的想到健康的文化與美之間的關係。(後來我聽說這旅社的一個男客愛上了此地的一個女廚師，我一點也不吃驚。這裡真是一個年青的國度！)

我的女兒梅莉安那時還不到七歲，正在附近跟一個小男孩和一個小女孩玩球。我模糊的思想被他們的爭吵打斷。一個婦人在草地上午睡醒來，走向似們，我聽到梅莉安對她說，“諾爾曼想要親我，我打他耳光！”那女士用責備的口吻對她說，“女孩子是不打人的。”這句話對梅莉安有相當大的效果，儘管她表面上裝做無所謂。

半個鐘頭以後我的另一個女兒荻奧朵拉——那時十二歲——跟兩個女孩散步回來。看到我在陽臺上，她走過來向我說。“爹爹，‘裝模作樣’是什麼意思？”我就我所知向她儘量做解釋，當然也問了她是在什麼情況下聽到這句話的。這三個女孩告訴我，她們剛剛跟一個差不多大的男孩開玩笑，那男孩說她們是“裝模作樣，自以為神氣，大模大樣，慣壞了的臭女生。”當她們走了之後，我發現我在為自己這兩個女兒前思後想；即使是六歲的和十二歲的女孩子，跟男孩的關係也並不總是和平的。好吧，她們以後可能不會那麼好鬥了，即使現在好玩的爭吵也不完全是攻擊性的了。想到這裡，我有一種模糊的不舒服感。

晚飯以後，我沿著走向小山的道路做了一個長距離的散步。風景的輪廓已經逐漸模糊，顏色也黯淡下來。似乎夜晚還遲遲不肯降臨。我獨自散步卻並不覺孤獨。我聽到自己思考的聲音，而且不僅是思考，還有影像伴隨。我心中充滿回憶。模糊記得的詩句變得清楚起來。而奇異的情感也跟著產生(“現在暮靄垂下簾幕，在上面釘上了星星”。這是我從哪裡讀到的?)我覺得有一種懸慮，似乎我應該決定某一件事，但那是什麼事，我卻不知道。一首靜靜的旋律在我心中一再反現。稍後我知道那是馬勒的《大地之歌》的一個主題：“生也黑暗，死也黑暗……”這位作者也是有兩個女兒，而他死得很早，五十一歲……我心中突然有一個奇怪的念頭，一個男人如果沒有親自看到女兒在身邊長大，就不可能真正瞭解女人。我的思想又從這裡轉到我自己的女兒身上，但這一次不再是模糊的，而是沿著某一個確定的方向。幾年之後，她們將成為年青的女人。她們將會喚起男人的欲望，而在自己生命中也會因這種熱情而痛苦。想到她們將面臨青春期和年青女性時期的危險，而我又不再能夠幫助她們和保護她們，這種想法使我驚恐。

現在的學校教男孩和女孩解剖學和生物學，可是沒有教他們兩性心理的不同，沒有教他們男人跟女人在生活與愛情上的不同之處。我相信有人應該寫一本書，來說明，在男人與女人來說，愛是不同的，性的意義也是不同的，性在他們的生活中有不同的情感地位。三十七年來心理分析醫療工作，使我明瞭，男女之間的不幸，有許多都是由於對兩性的關係缺乏瞭解，和誤解。我們用“愛”和“性”這兩個字的時候，就好像對男人女人，它們的意含是相同的，但只有在最浮面的意義上才相同。青春期的男孩和女孩對這兩個字的意象和思想都是不同的。我的思潮從這裡轉向兩性之間情感的不同，想到兩者行為模式的不同，和男女之間的兩重標準，最後終於觸及到那無法解決的問題，就是性的起源。

從山上慢慢走下來，理查·畢爾—霍夫曼(Richard Eer-Hofmann)的影子在我心中出現，不知來自何處。我看到他的樣子正是上次我到紐約去看他的樣子，他從維也納逃難到紐約，同時我也想起他在維也納海森諾爾街他美麗的家園中的樣子。上次我看到他時，他提到他的心臟病。我想我一定要寫信給他，問問他的情況如何。……幾個月以後，我瞭解到，為什麼他的影子那時出現在我心中。他曾寫了一首《梅莉安搖籃曲》，我們的小女兒就是由這一首曲子得名的，這是德文詩中最美的詩篇之一。但是接著他的《查洛萊伯爵》的詩句在我心中出現。這齣戲劇的內容現在大部份已經過時了，但其中一些情節卻仍舊可以跟最偉大的戲劇相提並論。我記起的句子是出自第二幕。文學批評家不是說，詩人再也沒有新題材好寫了嗎？然而，據我所知，古今的文學卻沒有比這一幕更能表達一個父親對女兒的憂慮的：當這個父親突然發現他的女兒不可避免的要捲入性的漩渦時，他的焦慮。這一幕中高等法官——最高法院的院長——跟他

的秘書之間有一段對話。在他女兒獲絲蕾生日的那一天，老人突然發現她現在已經是一個女人了。老奶媽芭芭拉看到桌子上為女孩準備的禮物，而十分震怒
①【①這段譯文我只能期望把原文的力量，美與音樂性做某種程度的表達。畢爾－霍夫曼答應我在此處引用他這一段戲劇】

……短襯衣
過膝的襪子！還有襪帶！
讓男人看到，女人羞死。
你總要把東西用塊布遮住！
男人一定會胡思亂想！
啊，真丟臉！

她把禮物拿到荻絲蕾的房間去。老爸爸聽了奶媽的話大感吃驚，他問在一旁寫摘要的秘書說：

“她說的是什麼意思……”
秘書(一邊寫)：
“她只是說這些東西容易引起男人的想像……”
院長：
“但你不能對孩子這麼想……”
秘書：
“孩子……十八歲了！”
院長(皺眉)：
“你總不能認為菲利浦或參議員有不敬或冒昧的念頭吧……”
秘書(聳肩)：
“念頭是不懂什麼敬不敬的。”
院長(激動)：
“那麼你以為男人看到她會……”
秘書：
“你不如自己想想看，你年青的時候看到迷人的女孩怎麼想。”
院長(不高興)：
“那是另一回事——但是，我孩子的子……”
秘書(笑)：
“那些女兒們的父親也會說，‘但是，我的孩子’”。
院長(壓制怒憤)：
“你真的以為，男人看到她，會想……”
秘醫(小心的)：
“會想她是一個女人……”

院長(惱怒)：

“女人！你為什麼管她叫女人？”

秘書：“那就叫女孩好了。”

院長：

“‘女人’！‘女孩’！你說起來字字都帶著好色的味道！”

(暴怒)

“你怎麼可以跟我講這種話？”

秘書(安靜的)：“你問我的嘛。”

院長(停了一刻)：

“我以前竟從來沒有想到！一直到現在！為什麼？因為從她生下來，我們就沒有分開過一天。這樣你就無法瞭解，身邊的人怎麼長大。不對，不是在‘身邊’，而是在我身上，就像樹枝在樹幹上，血脈相通。我說‘我的孩子’就像說‘我的手’一樣。不只是‘我的’，而且是我身體的一部份。是我，就是我自己。而現在，她竟然是一個女人了！是引起男人欲望的東西了，最糟的，它自己也渴望男人！”

但是，那秘書不能瞭解院長的心情，因為院長的妻子在生產時去世，他親自把荻絲蕾帶養長大，而秘書的孩子則是由太太帶養。

“現在卻會走來一個外人，他會告訴她，他關心她，會用剛剛親過妓女的嘴唇親她！

我親她前額的時候，是對老天的祈求，

求他保護我的女兒。——

但是他卻要嘴唇對嘴唇親她，

身體對身體抱她，讓她透不過氣來。

他會用眼睛、用話勾她，讓她心慌意亂；

他會盯著她，一直到她動情，

對他再也不能防備。

然後用他老練的手，摸她那純潔的不可觸摸的身體——啊，呸！噁心！”

秘書(聳肩)：

“先生，用老年的眼光和清明的理智來看，沒有幾件事經得起考察。愛呢？愛也只能用愛的眼光來看。”

院長：“那哪裡是愛！哪裡有一點像我的愛！男人除了要她伺候吃飯睡覺以外，也就不把她看成什麼了！

她是一個‘女人’，可是，老天，他卻知道得女人太多了！

占著這一個，還會想著那一個。

他會想到她是老天生到地上的寶貝嗎？
她比他的負擔更重；她比他不差，只是不同；
只是男人斷了自然母親的奶，
而她卻還可以在母親的懷抱裡做夢，跟造化更近。
她還沒有擺脫與自然的原始和神秘的締結，
她仍舊跟司掌潮汐的月亮同樣盈虛，
同樣有血有肉，在這個下界，像遲遲未歸的女祭司。
她看起來矛盾，像謎——在男人看來，或許是迷人吧！
那是因為她跟自然更近，是自然界裡的麼生兒。
她是男人世界與永恆命運的唯一連系，
這他不知道，也不必知道，
但一定留在心底裡，藏在他愛情的底層，
使他對她癡心。”

秘書：“這也說不定。或許你會找到這麼一個人……。”

院長：(在屋子裡走來走去)：“不能，我找不到；就是找得到，也是個老人。
什麼是青年呢？青年就是殘忍。
愛她的時候，他會折磨她，
當他厭倦的時候，還是會折磨她
多少個晚上我爬起來，
看看她的手有沒有壓在心上，
免得她做惡夢。
連夢裡的苦我也為她趕走，
夢裡的痛我也為她承擔！
但現在她要真的受苦了，
為那從來沒為她受苦的人受苦，當她愛他的時候卻心甘情願……”

畢爾—霍夫曼戲劇中的這個老人如是說；他的話表達了每個有女兒的父親的心境！儘管他不願意對自己承認。

我沉湎在這些思想中，而沒有注意到天已經黑下來。我轉回頭沿著下坡的臺階走向旅社。現在我知道，我要寫一本討論男女心理不同的書。原先我曾想寫一本關於古人葬禮習俗的書，這個願望現在已經消失。我不是一向認為參加葬禮是浪費時間嗎？“去他的吧！”我聽到自己這樣喃喃的說，“讓死人去埋葬他們的死人！”一邊走著，我一邊想到要把這些句子在我的新書中引用，當做序言。這篇序言可以叫做“生命的召喚”——但這不是亞瑟·許尼茲勒一齣戲劇的名字嗎？(而他卻是畢爾—霍夫曼的朋友)。這齣戲的第一景中，一個老爸爸——他是惡意的、病弱的老人——指控他的女兒要把他孤單無助的丟在家裡，自

己去跟年青的軍官跳舞。我是不是自己在害怕要變成這樣一個自私而霸占的老人呢？這正好是慈愛而操心的父親的另一面，只不過一般人沒有意識到而已。我再也無法否認，想到自己的女兒跟年青的男子發生性關係而讓我充滿不舒服與不自在的感覺了……我無法再否認我潛意識中有著嫉妒的成份……

我心中所下的決心顯然已經把我的注意力轉向生命。生命的召喚勝利了。

回到旅社，我走向我的屋子，寫了一封信給畢爾—霍夫曼^②。樓下的陽臺傳來年青人的談話聲，歌聲和笑聲；我很快的把新書的重點記下來。【^②幾個星期之後我接到他的回信。他說，他心臟病發作，正在復原，但他希望九月份能見到我。一九四五年九月二十六日他去世，年八十歲。】

這是三年以前的事。現在荻奧朵拉已經是高中生了，去跳舞，跟她的媽媽和女朋友們討論服裝和男孩子，長得像我一樣高。那年秋天，我們回到紐約不久，梅莉安要我跟她去公共圖書館，她要借幾本書回家。她向我說，只有“會員”才能借書回家。她因為自己是會員，很得意。雖然已經三年過去，在山中旅社那天晚上的事，我並沒有忘記，因為不論是我們寫出的書還是沒有寫出的書都是我們生命的一部分。

第十章 轉向另一個電臺

幾乎五十年以前，當弗洛伊德出版他的《夢的解析》和《日常生活的心理病理學》時，沒有一個人提出我們今日常見的問題。那麼在文獻中(in literature)有什麼先例跟這種透徹的分析相似呢？答案是：在文學中(in literature)。這句話的意思不是指精神病學家的著作或醫學教科書與講義，而是指尼采，杜斯妥也夫斯基，托爾斯泰和齊克果。不是精神病學家所出版的作品，而是可能成為他們的病人的人所出版的作品。前面提的這四個人以及許多可以跟他們並列的人，無疑都有精神症狀。我的意思並不只是說他們是精神病態的人格；我的意思是說，這些人如果今天走到紐約的任何心理分析診療室來，向分析者請教，分析者都會認為他們是不快樂的精神疾病患者。

可是，這些人的智慧要比現在世界上所有的心理分析者高出多少啊！不僅是在寫作方面，而且是在心理學方面，他們都高出得太多，那種程度恐怕是莎士比亞的想像力也想像不出的。想想看，心理分析家要多麼辛苦，汗流滿面，去研究去挖掘這些在心理分析學還沒有誕生以前就在世的作家們的著作，然而，不管心理分析家是多麼努力，這些作家在小說和告白中所呈現的深刻人性洞察，卻仍舊是心理分析家不能完全掌握的，甚至還不能領會！

以我看來，心理學的學生念偉大作家的作品要比念《心理分析季刊》有用得多。這些偉大的作品可以讓我們的學生對人性懂得更深，懂得更恰當；而精神病學教科書，卻往往用了一些科學名詞把水攪混，以便看起來深沉①。【①“或者他們終日坐在池塘邊，拿著釣魚竿，而以為如此，就深沉，但是在那無魚可釣之處釣魚的人，我認為他們連膚淺都算不上。”——尼采，《查拉圖如是說》。】

這些作家創造了一些角色，而這些角色反映了他們自己人格的多面性；因此，當他們描述這些角色，就描述了自己。當他們報告自己的經驗和心理洞察，他們也在為別人發言。如果他們沒有在自己的靈魂中發現那微妙的內在經驗，他們又如何能夠發現他人靈魂中的微妙經驗呢？反過來說，如果他們不能把自己的經驗和他人的經驗相比，又如何能夠在自己心中發現呢？這些人的自我觀察和對他人的觀察並不是互相排斥的，而是相輔相成的。當然，那極為深刻的自我觀察，有時候並不是以自我觀察的名義出現的；他往往是用對普遍人性的洞察，或對他人的洞察而呈現的。有時候這些洞察在一些不以心理學為主題的書中出現，可以說只是這些著作的副產品；而歷來的一些格言也往往意含著深刻的心理洞察。

人的記憶中有些東西是他不會向所有的人表露的，而只向他的朋友表露。還有一些東西他不向朋友表露，而頂多向自己表露，而且只能偷偷的表露。最後還有一些東西，甚至是人猶豫著不肯向自己表露的；每一個知書達理的人都有一大堆這類的東西。事實上，你可以說，一個人越是知書達理，他帶著的這種東西越多。至於我自己，不管怎麼說，只有到了最近才決定喚回一些早日的經驗；一直到現在，我總是帶著一些不自在的感覺逃避它們……

這些句子來自什麼地方？是不是來自一九〇〇年或一九〇五年左右一篇自我分析論文的導論，在講對於不愉快的記憶的壓抑？是不是出自弗洛伊德未曾出版的早期論文？不，那是一八六四年寫的東西，比弗洛伊德的《日常生活的心理病理學》早四十年，然而它們跟這本書的內容又是多麼相合，寫這段文字的人是杜斯妥也夫斯基(《地下室手記》)。福樓拜，莫泊桑，斯坦達爾，托爾斯泰，齊克果，尼采和許多其他的人都寫過類似的文字；從這裡我們可以看出來，心理學家與心理分析者弗洛伊德的真正先驅究竟是誰。

那麼，使這些作者與弗洛伊德的態度有所不同的究竟是什麼呢？因素有三：一，心理考察的目的，二，它的方法，三，它的呈現(表達)方式。

這些作家們的目的是要把內在世界，也就是靈魂的地下室的情況描述出來。弗洛伊德的目的則是考察這個地下世界。作家們說：這是一個謎宮；多麼奇怪

啊！弗洛伊德卻要做這個謎宮的嚮導。作家們的方法是藝術家的方法，是原創性的作家的方法。弗洛伊德的方法則是科學家的方法；不僅如此，那方法的本身是他自己發明的，他跟其他心理學家的方法不可同日而語。作家們用以表現的方式是小說或日記，弗洛伊德的方法則是科學書籍或是科學論文。兩者之間有沒有基本的不同？沒有。在前者，是透過藝術家的眼光來看潛意識的情感過程；在後者是透過科學家的眼光來看同樣的過程。在心理洞察的深刻性，和對這個主題的基本研究法方面，弗洛伊德跟杜斯妥也夫斯基和尼采更為接近，而跟承傳衣鉢的學生更遠。(就他人格的創造性來說也是如此)。

大部分偉大的作家，他們最初的作品都是自傳性的。他們想要表現他們對自己的心理洞察。弗洛伊德也是如此，他認識並瞭解到我們內在種種驅使力互相交錯所產生的心理狀態，而這種認識與瞭解，是由他的內省所得。這些作家對自己的興趣很快就隱退到背後，代以對他人的觀察興趣與關懷。弗洛伊德也有同樣的發展過程。他的興趣轉向他人，觀察他人潛意識的種種跡象，記錄人性行為的潛在動機與效果。在《日常生活的心理病理學》和《夢的解析》的寫作時期，自我的心理分析已經和對他人的心理分析比肩並行。他把這些現象都當作同一種現象來觀察討論，至於是屬於他人或屬於自己已經無關重要。

弗洛伊德對神經病態的心理學並不很感興趣；他對這方面的興趣是很有限的，有時候甚至有一種厭拒感，這從他的某些著作中可以看出來。他告白道，他“對病理現象的耐心，已經在日常工作中磨盡了。在藝術的生活中，我不能容忍它們。”這是他一九二九年四月四日給我的信上所說的話；在同一封信上，他對心理學家杜斯妥也夫斯基表示敬佩，不過，他卻認為杜氏的“洞察完全侷限於異常心理的現象。”②【錄自我的書《與佛洛德相處三十年》From Thirty Years Freud】

從某個觀點來看，對他人做心理分析——不論是正常人還是病人——給了弗洛伊德一個機會，讓他重新審察他由自我分析所發現的學說。在這種意義上——而且也只有在那種意義上——弗洛伊德屬於那偉大的告白者之類，這些人發現並且表露了人心地下世界所發生的事情。在聖奧古斯丁到盧騷，在歌德到托爾斯泰與杜斯妥也夫斯基，在易卜生到史特林堡到我們當代的作家的煉環之間，弗洛伊德是強有力的一環。一切的原創性著作都具有這個特質，而這些偉大的作家們也都察覺到這一點。比如說，歌德說他的詩是“偉大的告白中的片斷”，易蔔生說“寫作就是審判自己。”這些告白者之一巴爾筭克說，“我們所有的人都未曾認識自己而死。”弗洛伊德提出了極大的貢獻，因為他揭發了自己心中和眾人心中那未知的自我。我確信，後代會以心理學家的身份來紀念他，而不是以醫生的身分來紀念他，而他自己也認為自己是心理學家。

從這個觀點來看，大部分精神病理學家所作的區別——弗洛伊德是一個科學家，而那些作者則是藝術家——就不重要了。重要的是，這些作者也像弗洛伊德一樣，向人類心靈未知的層面探討，至於其他的一些不同，並不能算是基本的不同；比如說，佛洛德的精神是研究者的精神，那些作者卻是作家的精神；弗洛伊德要發現心理現象的規律，而作家們則只是想把心理現象加以描繪；弗洛伊德考察是理智的，而作家們卻是情感的。甚至說，弗洛伊德在小心瞄準，而作家們在黑暗中放槍，這種分別也不是重要的，重要的是，雖然也在黑暗中放槍，卻打中了相同的目標。重要的是，在自己的思想面前，那種剛毅的精神，在自己和他人的內在面前，那種無畏的精神。我們認為，唯一重要的，是勇敢與真誠。弗洛伊德跟這些偉大作家的相似，出自深厚的淵源，這比他跟精神病學家和醫生們的相似之處還更為深切。

精神病學的領域來說，這個觀點也是對的。讓我們假定有一個著名的精神病學家，現在有一個婦人向他求教；這個婦人心理感到有種種強迫性的觀念，她失眠，此外還有一些神經性的痛苦。她常常覺得非要洗手不可，即使在半夜也是如此。她心神不安，睡覺的時候往往會起來走路。我們這裡所關懷的不是這位精神病學家面對這個病況時的束手無策，而是他完全缺乏心理學的瞭解。現在讓我們設想這個病例是發現在一九〇七年的英格蘭。那麼，凡是瞭解那個時期的精神病學文獻的人，都會知道，我們這位元醫生對潛意識的病態根源是連一滴墨水的知識也沒有。他完全不曉得這位病人的精神騷擾是起於什麼動機，又是經過了什麼機轉作用。

在今日看來——謝謝弗洛伊德——她的個案是單純而常見的，我們瞭解得很清楚；可是在他當日，精神病學家卻不能瞭解，或者只有誤解。然而，對這個個案卻有人瞭解；那是誰呢？是一個詩人，他的名字叫做威廉·莎士比亞；四百年之前，他就在舞臺上提出了一個相似的個案。至少當時的那個藥學博士在看到了馬克白夫人的病情時，坦白的說：“這個病是超乎我醫療範圍，”而一九〇七年的精神病學家卻會像江湖郎中一樣，把它瞎治一通。四百年前的那個醫生認為這個病人需要的是“天恩而不是醫生。”弗洛伊德認為心理分析家是照顧靈魂的人，而不是“醫生”。弗洛伊德寫道，“‘用現世的態度來照顧靈魂’這句話，總括的說明瞭心理分析者對民眾的功用——不管他是不是醫生。”這就是兩者的不同。這些一直到弗洛伊德之後醫生才瞭解的事情，一個很久以前沒有研究過醫學的戲劇家卻能瞭解。他比四百年後的精神病學家還能瞭解強迫性的神經徵候的隱藏動機和機轉。(莎士比亞戲劇中的那位醫生至少這樣說過：“我想過，可是不敢說。”可是弗洛伊德之前的醫生卻敢說而不去思想。)

這種比較使我想到了某些有趣的事情。有一次我跟一個年青的心理分析者說到，

在莎士比亞的戲劇中，有一些對人生的洞察，是現代的精神病學還比不上的。他嘲笑地問我：“那麼，你想，我們是不是應該弄一種什麼‘奧菲莉亞症候群’？”他這種心智跟佛洛德的精神相差真是不可以道裡計，令人吃驚。

心理分析者跟作家們最重要的、也是最有價值的相似之處，是他們有能力領會潛意識所發出的訊號，和它所產生的結果。這兩種人都秉賦了精巧的配備，能夠感應到他人的情感與思想程式。他們都能夠把某一個人發給另一個人潛意識的訊號接收到，並能夠瞭解這些訊號的意義。他們都能夠在我們尚未察覺之前就精確的記錄上千上萬的微妙的訊號，他們能夠感應到潛意識的溝通中每一個最微細的振動。他們的天線非常敏感，可以接受到他們自己和別人的地下電臺的微細訊號。

現在讓我們播轉頻道，收一收其它電臺的聲音。我們要聽一聽心理分析者如何瞭解他人的潛意識活動。基本上，這和他偵察自己的秘密時所用的是同一種工具。

我們必須記得，不論收聽你的地方電臺，還是收聽遠方的世界電臺，這一套配備都是一樣的。我們對他人的潛意識之所以能夠認識，它所遵循的路途是和別人表達的路途相接的，也就是說這兩條路是同一條路；這一點我們必須一再的提醒自己。我這本書要獻給“無名患者”，因為是他們有意識或無意識間向我們提供了最佳的資料，說明我們獲得新的心理洞察。如果我們可以借用音樂領域中的例子，則我們要引用荀白克(Arnold Schoenberg)在他《和聲學》上的第一句話：“我這本書是從我的學生學來的。”

第二部 診療室

第十一章 氣氛

心理分析者的候診室和診療室，看起來和一般的醫生或律師的工作室並沒有什麼不同。有書桌，長條桌，躺椅，扶手椅，書籍，畫片和煙灰缸。然而，分析者工作室中的傢俱和物品跟腎臟專家或律師的工作室畢竟具有十分不同的意義。分析者工作室中究竟有什麼地方有別於其他的工作室呢？

從實際的觀察看來，幾乎可以說沒有什麼不同。決心要來接受心理分析的患者或學生，進到屋子裡來，躺在躺椅上，使身心放鬆，用一種他覺得最舒適的姿勢躺著。分析者則在他的後面，坐了一個舒服的椅子上。大部分的話都是患者

在說，分析者則大部分的時間是一個沉默的聽眾。從表面上看來，這似乎沒有什麼新奇之處，然而，事實上，這個情況卻是現代文明中最为特出的成就之一。

如果我們要想瞭解這個情況為什麼這麼特別，就要從這裡談起。在現代的文獻中，也曾經有一些在討論這個問題，但是在我看來，卻沒抓住重點，因為它們沒有把這個情況跟心理分析的氣氛加以明白的說明。外表上看來，心理分析室的情況並沒有什麼特殊之處；使它跟一般的情況截然不同的，是工作室中的氣氛，而這種氣氛使人在一小時的心理分析過程中，跟所有其他的時間完全不同，患者會經歷到一種全然特異的經驗。這種氣氛可以說把患者與分析者之間的關係變成了一種魔術般神奇的關係。

但是，就僅從外表看來，心理分析工作室真的沒有特別之處嗎？有的，只有一個小小的，看起來不引人注目的特點——患者說話，但他看不到坐在他身後的分析者。那麼，患者或學生是好像獨自在工作室中講話嗎？不，他知道分析者的存在。那麼，他是對分析者，對某一位張醫生或李大夫說話嗎？不，他不是“對”他說話，而是在他“面前”說話，而且，他還有一個並不在面前的聽眾。所有這些聽起來都很神秘似的。要想瞭解這種事在心理學上的含義，我們必須明白，患者這樣說話，對他具有什麼意義，而分析者雖然在場，他卻看不到，這又有什麼意義。

分析工作室的這種安排，是弗洛伊德專門推薦的，他提出很好的理由。他說，他無法忍受一天九個或十個小時被人盯著看。他又說，當他聆聽患者的表白時，要想不致由臉部的表情直接透露自己的意見，要有很大的自製力。當然，這是個人的理由，但，大部分的分析者都具有同感。然而，這種安排卻另有它的淵源。弗洛伊德依照他的“預感”行事，卻為心理學上的一個基本問題找到了答案。他帶著夢遊者一般的確定性，沒有經過尋求卻找到了目標。從歷史發展的過程看來，心理分析的情況可以追溯到催眠治療的情況。固然跟催眠治療相去甚遠，不過，仍舊保留了一些痕跡在內。

從心理學的意義來看，心理分析的情況介於幻想與事實之間。我們可以說，外在的情況是精神治療的實際狀態，但它的氣氛卻有一點魔術的意味。患者從喧鬧的街上走進分析室來，慢慢的進入一種氣氛中，以致於外在的事實逐漸消退，他只聽到他自己內在的聲音在說話，說到他的回憶和經驗，他的衝動和思想，他是他自己，可是，又比他外在世界中的自己多了一些；這意味著，他完完全全是他自己。分析者是某一位張醫生或李大夫，但他也同樣超乎了這樣一個有限的個人。他已經不再只是他自己，他好像是一個相框，患者把他所熟悉的相片框在上面，而這個相片大部分是他自己家人的。

心理分析的氣氛就是這樣，它介於清醒與幻想，日常生活與魔術，物質與心理之間。患者說話卻看不到心理分析者，表面上固然是件小事，但，對這種氣氛的創造卻有很大的影響。這使患者在潛意識中感到分析者不僅是心理治療者，而且是一個介於真實與幻想中的人物。在這個工作室中，在光天化日之下，魔術般的氣氛穿透到完全實際的處境中來。這間工作室跟任何屋子一樣，一張躺椅，一把扶手椅，還有煙灰缸——可是，這個地方卻變成了強烈情感的場所。深刻的回憶，心中的善念與惡念，都在這裡盡情地表露。

我們分析者一天有許多次要看到這種情況的變化。我們甚至可以觀察到從一幕如何過渡到另一幕。有許多征跡——不僅是患者所說的話，而且是他們說話時的態度——都向我們表露出來，他們如何進入心理分析的情況，又如何從這個情況裡出來。患者走進來的時候，打一個招呼，說聲“你好”，然後把他當天和昨天發生的事情略略說一說，但，幾分鐘之內就把這些事情一概拋卻，而往日的事情卻活生生地呈現出來。久已亡故的父母，在記憶中又復活起來，童年的種種經歷，從新發生，早日的憂愁就好像是在此刻發生。憤怒與愛，恨與柔情都自由的表達出來，那些在日光下怯步的念頭，從它們隱藏的地方爬了出來。然後，這種自我誘導的催眠狀態會破除，患者從躺椅上站起來，所看到的又只是分析工作室裡的傢俱。當他這樣重返現實的世界來，在情感上他必須作重新調整。在身體上甚至都有輕微的征跡，表現出，在某些患者來說，這個變化並不是很容易適應的；半分鐘之內，他會有一種眩暈的感覺，這表示了他們認識到，必須立刻又生活在這個現實的世界上，而這個世界和他們前面的五十分鐘所投身的世界，有著不同的規則。這種感覺很快就飄過去，他們深呼吸一口氣，準備迎接世界對他們的要求。

心理分析的情況提供了明顯的證據，在現在科技成就的時代，仍舊有魔術般的作用在發生。從電話、電報、牽引機和雷達的世界，到達一個只有心理事實的世界，只不過是兩三分鐘的路程。在這個世界中，時間與空間是不重要的，矛盾的東西可以並存，嚴格的邏輯思考消失不見。我們現在是處在一個幻想之地，在普羅斯比羅^①的國度。事實喪失了力量，真理與幻想互相交融。【^①譯注：prospero 莎士比亞的《暴風雨》中的一個人物以魔咒掀起暴風雨。】

有一天，一個年青的女子，在心理分析開始之前說了一句話：“我煮了整個晚上。”當然我瞭解她是在說一個夢，在夢裡她正準備晚宴，要招待她的家人。這個女子又有一次在開始分析以前，說她丈夫的精子經過醫學檢查之後，似乎證明它們無法生存，因此，她不得不放棄生兒育女的長久渴望，最後她說：“這就是那些盆景的結束。”這句話乍聽之下，好像完全沒有意義；跟她前面的似乎沒有關聯。然而，我立刻懂得她的意思。她的丈夫有幾株盆景，過去的

一年她都在細心照顧。我立刻明白，她不但是為了要懲罰她的丈夫，而不再照顧這些盆景，而且在潛意識中，她在等待期間曾經把這些盆景當作孩子的替代品，而現在，她再也不願意如此看待它們②。【②可憐的莫泊桑最後的幾年是在巴塞的瘋人院渡過。有一次在這裡接待訪客時，他在院子裡栽了一些小樹枝，對客人說：“看吧！這些樹枝春天都會變成小莫泊桑。”】

在患者的眼中看來，分析者是屬於這個幻想與事實交界區域的一部分。從心理學的意義上我們可以瞭解，大部分的患者並不知他們的分析者長得是什麼樣子；說得更為確切一些，他們知道，卻又不知道。當然，他們認識他，譬如說吧，他就是狄奧多·芮克；這就是說，一個有點蒼老的禿子，太肥胖了一些，有一隻大鼻子，高額頭，帶著一付眼鏡，透過鏡片他有時細心的看著，有時則若有所思。而同時——心理分析的時候——他又有點像父親，像大哥，或者像祖父，或者像一個又老又好的伯伯。有時候他看起來像一個朋友，是患者所愛的；有時他又像一個敵人，是患者所厭恨的。在分析之前或以後，他又變成狄奧多·芮克。患者從躺椅上站起來，面對著這個老人，這老人用友善的聲音說：“再見。我希望明天再看到你。”在前一個鐘頭，患者可能把這個人當成近乎神或近乎魔鬼的東西，也可能覺得像他的祖父或父親，或任何在他一生中扮演過重要角色的人物。而現在，他什麼都不是，只是一個分析者，患者只是來尋求他的醫療服務的。幾乎就在同時，芮克還原為真實的人物，一個患者只在工作室中認識的心理分析者。

要在其他的場合找到類似的情況也並不困難。比如說，我在操場上看到兩個小男孩。其中有一個裝做熊來嚇另一個，另一個小男孩就被嚇到了，跑到他媽媽那裡尋求保護。幾分鐘之後，第二個小孩仍舊抓著他媽媽的裙角，怯怯的問道，“傑米，你現在還是不是熊？”弗列得列克·海勒（Friedrich Heileo）曾經記述到，巴伐利亞的天主教農夫，很明白他們的教士有人性的缺點，甚至有人性的邪惡，但是，當他們在執行聖職的時候，卻仍舊對他們保持著敬畏的態度。這種態度在他們的話中表現得很明白：“我們的教士如果不是接受過聖職，就是一個糊塗蟲。”這種相對觀點的並存，和患者對分析者的態度相似；不同的是，患者對分析者的這種兩層看法往往是無意識的。

在心理分析的進行中，我曾經被患者感謝，說我為他贏得了訴訟，或者為他贏得了所愛的女人，或者讓他在技術上有了新的發現，或者讓他在玩撲克牌的時候得到了好運——所有這些我都是無功的。我也曾經被患者指控過，說我引起了第一次和第二次世界大戰，說我導致了紐約股票交易的損失，說我使一千英哩以外的孩子患了天花，使患者在網球比賽的時候失敗，使患者喪失了妻子或丈夫——所有的這些我都是無辜的。我得到過千萬次的祝福和詛咒，在患者的心中把我殺過一千次，吻過一千次，在幻想中把我毀滅，或給我忠實的報償。

而所有的這些，只因為我坐在他們的躺椅後面，在聆聽他們的所思所感，只因為我是一個心理分析者。就在這種大白天，幻想的力量卻是如此之大。

在分析的進行中，分析者跟患者一同走進幻想與事實的交界地，他像牧師一樣，走進患者的經驗中，然而，又像研究者一樣，注視著這些經驗。他同患者一起潛入舊的與新的經驗中，而又隨時準備重新回到心理觀察的安全海岸。心理分析的情況，本質上就是介於事實與幻想，分析者必須跟這個特性保持接觸；但這並不表示他在鼓勵幻像，而只表示，他一定不可去打擾它。

分析者必須把患者潛意識中魔術般的景象，化作意識中明白的心理洞察。這種魔術般的氣氛是患者潛意識中生活於其間的，因此，分析者不可一開始就把它否定。他必須把它當作心理的事實來接受。用冷酷的、理性的態度來接觸潛意識的過程是愚蠢的，正像在《哈姆雷特》劇中，當老國王的鬼魂出現時，你說“根本沒有鬼魂！”我們必須先接受這個心理事實，並認識它在心理學上的含義，否則，便不足以瞭解是什麼東西在哈姆雷特的心中流轉。在這種認識下，觀眾就可以追隨著王子自己的言詞。當那鬼魂說話的時候，賀拉修喊道，“天呀，地呀，這是多麼奇怪！”而哈姆雷特回答道：那麼，就當作一個奇怪的人來迎接他吧。”分析者必須先接受患者的幻像，因為從那裡流露出潛意識的聲音。

心理分析的這種兩面性——也就是它的理性面和魔術面——很受一個因素的影響：患者知道分析者在場，可是又看不到他。他好像獨自在屋子裡說話，同時又知道有一個不可見的聽眾。某些條件適合製造這種氣氛，而有些條件則容易破壞這種氣氛；這種情況可以在其他的場合見到。有一次，一個大學四年級的女生，到我的工作室來，因為她有種種的神經症狀，失眠，恐懼，不自在等等。其中最特別的一點，是她突然在公共場合中不會說話了，而她原先卻是一個演說的能手。這種情況使她深以為恥，因為嚴重的干擾了她在班上的工作。她清楚的記得這個症狀第一次發生的情況：那是在她們的語言課的實驗中，一個空屋子裡放置了一個麥克風，每個學生都要獨自對著麥克風講話。這種情況和以往的經驗完全不同，以前她是當著同學的面演說，說得非常好，而現在她突然變得口噤難言。她很害怕，心臟迅速的跳動，卻一句話都說不出口。從此以後，當她面對著老師或同學，當她面前沒有麥克風的時候，也同樣不能講話；似乎這個症狀已經普遍化了。後來，即使在親密的朋友圈中，她也無法參加討論。

初看之下，這似乎是麥克風恐懼症，而這是許多人所犯的毛病；然而，這種概括的說法，在心理學上並沒有什麼意義。因為它沒有把特殊的特徵考慮在內，也沒有解釋出來麥克風恐懼症，究竟在心理學上是什麼性質。另外還有一個重

要的不同點值得我們注意。無線電廣播時，一個在麥克風前面說話的人，他知道有上千上萬的人在聽他講話，而這些人是他所不認識的。可是，在現在的這個例子中，這個女孩是在對著她的老師和她的同學說話，這些人是她熟悉的，以前她也常常對他們演說。因此，這個處境中有兩個因素，一個是聽眾隱藏了起來，另一個是面對著麥克風。

在這裡我無法提出心理學上的根據，來證明在這個女孩的潛意識中形成了一種魔術感，而她突然的恐懼，跟她同母親的關係有關。她跟我講了這段故事以後，又告訴我，她對母親往往沒有顧念到，甚至有點粗魯。她承認對母親有輕視的態度，她說她的母親雖然仁慈，卻完全沒有受過教育。她在家裡從來沒有幫過她母親，她讓她母親幫她清理房間，整理衣物——雖然她知道她母親有嚴重的心臟病。

我們很容易猜測——不僅是從她的兩個思想主題的連續出現——她對母親的罪惡感，和她在眾人面前不能說話，有著情感的連鎖關係。看不到聽眾，而又面前有一具麥克風，必然加強了她的社會的焦慮，新的這些因素為她的處境加了一層魔術般的色彩，在一個空屋子與對著不可見的聽眾說話，在她的潛意識中，必然像是她在說一些不敢說的話，要把那些從未表達的意念表達出來。她的恐懼是由於感到那不可見的聽眾會論斷她、詛咒她。在意識的層面，她的聽眾是老師和同學；在無意識的層面，意義卻遠得多：是公眾的意見在論斷她。論斷什麼？在意識層面，是她的演說才能；在無意識層面，卻是她的錯誤，她的“罪”。從這裡再走幾步，就可以到達她潛意識思想的最後階段。那不可見的論斷者就是神，這個神她不相信，卻又感到恐懼。不僅她在空屋子中獨自對麥克風講話使她恐懼，在這個新處境中，“講話”這個行為的本身就具有了一種新的、魔術性的意義。

對於一種機器裝置的性質，在意識上雖有所認識，可是，對這個工具卻可能另有一種非理性的神秘感，這兩者是可以共存的^③。這兩種觀點存在于不同的心理層面上，除非統統被我們意識到，否則就可以不致矛盾。桌子上有一具麥克風的空屋子，以及不可見的聽眾，給這個女孩製造了一種氣氛，使她覺得像虔誠的人在祈禱或告解時的情況。這種情況使她感覺到恐懼，就好像她跟一個更高的東西在面面相對。使她噤若寒蟬的，是她對譴責與懲罰的恐懼^④。【^③在意識裡層面，兩者的對比雖然看似矛盾，精神病患者，卻往往會有一種念頭，認為無機物也有意志和靈魂。有一個患了強迫性精神官能症的人，說電話好像是一個怪誕的東西，雖然她很清楚它的物理結構，可是，對這個器具幾乎有一種恐懼感。^④可以參考《罪與罰》中拉斯科尼可夫的行為。當他的母親和妹妹去看他，他突然覺得無法對她們說話，而且覺得再也不能對任何人說話，因為，他的每一句話都會他的罪透露出來。】

在這裡舉出這個例子，是要說明一個跟心理分析工作室很不相同的處境，在說話者的潛意識中，都可能具有一種魔術般的性質。當然，許多的精神病學家都會表示，他們不會接受這種無聊的說法；但他們必須先承認潛意識中這種感覺的存在，和它的心理學意義。

凡是從心理分析的觀點來觀察人類的人，都不會全然承認人在心理上是完全一致的。分析者的工作有點像是考古學家，他要挖掘那已被遺忘的或未知的層面，而這些層面是層層不同的。亨利克·許利曼(Heinrich schliemarm)為了挖掘古特洛城，而在同一個地點挖出七層城市，心理分析者跟他相似，也可以挖掘出個人生活中種種層面的遺跡。

人真是一種何等的作品！分析家認識到每個人——包括他自己——在不同的處境中，都生活在不同的心理文化層面。當你跟一個工程師在討論無線電或電視的結構時，你是在跟一個二十世紀的人說話，是跟一個現代心靈在說話；可是，一個小時以後，當你聽他在攻擊粗魯人、黑人、猶太人和其他原始部落時，你會覺得他是生活在黑暗的中世紀。當你聽他堅持著對同一件事情同時採取兩個相對的態度，你又會覺得他是一個十三世紀的經院派教士。是的，他們就和中世紀討論神學問題的人，那樣煩瑣、拘狹而徒勞無益——他們討論一根針尖上可以有多少天使舞蹈，安息日生可不可以吃。當你觀察到這個人在某地的情緒和處境中時，你會發覺，他被石器時代的人類的恐懼所佔據，他還像尼安德特人(Neanderthal man)一樣，那麼原始，那麼受著暴烈的熱情所左右。因此，這個女孩雖然知道麥克風的性質，卻仍然感到懼怕，並不足為奇。心理分析的情況，具有理性的層面又有魔術的性質，也是事實如此，只有在偏於一面的想法時，才會覺得這兩個層面的共存是奇怪的。

我必須趕快說明，心理分析的這種魔術性的層面，跟那個女孩子的處境不同，因為她感到恐懼，而心理分析的魔術性卻是友善的，鼓舞的。其實，有很多人透過麥克風講話，也並不覺得可怕，有一個播音員，在廣播的時候是那麼自在，以致於有人說，“在他面前，連麥克風都是輕鬆的。”(請注意，這裡也把麥克風當作活的東西。)在孩子的世界中，超自然的東西顯得友善，因為這些孩子們，還認為一切東西都是活的，都有它們自己的靈魂。事實上，孩子們跟魔術性的東西是處在“聊天的”狀態。有一天，我聽到一個可愛的故事：著名的電影製片人西席狄米爾，教他的小女兒睡覺以前要祈禱。有一天晚上，父親在門外聽她祈禱，祈禱完了，她說：“這是茜麗亞·狄米爾，從好萊塢發言，祝晚安。”

雜誌上的漫畫，常常把心理分析工作時的情況，畫成這個樣子：患者在躺椅上

說話，心理醫生則拿著筆記本記錄下來。凡是對於心理分析有所認識的人都知道，這是玩笑，不巧的是真有所謂的“分析者”把患者所講的話筆記下來。不僅是技術上禁止筆記⑤，而且心理分析的整個性質也反對這種程式。記筆記會把魔術般的情況變成清醒的情況，會使心理分析的幻想性質消失，而變得像醫學上的診斷，要病例、要檔案等等。心理學家如果把患者所講的話記錄下來，可以算是忠實的案情記載者，在患者的眼中可能是一個勤勞負責的醫生，或者像一個小學老師，但決不像一個魔術師。魔術師的記憶力一定是很強的。【⑤弗洛伊德在討論技巧的文章中，曾充分說明，在心理分析的時候為什麼不能記筆記。】

心理分析的時候不可能記筆記，還有其他心理學上的原因。分析者的態度會影響患者的態度。患者當然不可能把他自己或分析者所講的話記錄下來；而這時，分析者如果加以記錄，就會分散患者的注意力，會打擾他的自由聯想，同時也會阻礙他對自己的意念與情感的表達。

分析者和患者一樣，必須瞭解到心理分析過程的混和性質，他必須像患者一樣融入同樣的氣氛。只有當他把一切的思辨盡行放下，才能夠掌握患者言詞中隱含的情感意義。他不可以像律師一樣來“辯論”，而是從自己的內在去面對他，不可有先入為主的觀念。只有如此，情感的隱藏含義才會清晰可辨，就像經過潛意識的麥克風擴大一樣。

分析者必須和他的患者同時流轉于幻想和真實的領域之間，有時接近幻想的領域，有時又接近真實的領域。在心理分析過程中，他必須時時明白，在患者的潛意識思考中，他是幻想世界中的一個人物。如果他願意分享這種態度，他就會明白為什麼他要坐在患者的後面，他能看到患者，而患者卻看不到他。這是心理分析工作的一個基本部分，使這個處境既是清醒的，又是魔術的。

在分析治療開始的期間，有一些患者不願意接受工作室中的這種位置安排。弗洛伊德曾經提到有一類患者對這種情況的反抗特別強烈，這類患者有一種傾向，要觀察性器官或性行為的過程。近來的研究證明了這種拒抗還有一些其他因素。

有些例子中，一開始接受這種安排，但稍後卻發生了反抗。我有一個病人，他在心理分析的過程中已經有相當的進展，他常常從躺椅上坐起來回頭看我，因為他突然害怕我在他講話的期間死掉。另一個病人，不喜歡這種安排，他說，他常常害怕我會用腳踢他的頭。

這種恐懼並沒有明顯的動機，即使在他意識的層面沒有觀察到我的動作時，也

會如此。當然，我們很快就發現，他這種恐懼是由於他對我有一種敵意或攻擊的傾向，只不過沒有表現出來。他的焦慮表示了在潛意識中他以為我會對他報復。一個年青的女子，在經過幾個星期的分析之後，不肯再躺在躺椅上。她說，她突然害怕我會對她發動性的攻擊。她然後告訴我，以前曾經有一個年青的產科醫生，利用檢查的機會，對她作性的逼近。她把這件事從記憶中壓抑下去，可是，現在又活生生的出現，她怕在我的工作室中也出現同樣的情況。

在我的經驗中，有不少這樣的例子，從這些例子看來，患者對於心理分析工作室中這種安排的抗拒，是出於幻想(在最後那個例子中，則出於回憶)，而不是出於事實。不過，也有一些例外；有一個例外十分值得注意，我們在這裡引述出來，向讀者說明，分析者如何得到某種心理上的結論。一個年青的女孩來請我分析治療，因為她有嚴重的情感困擾。這個女孩曾把她的童年和少女時期的種種經驗向我作清楚而正確的描述，同時也說明了她現在的困擾。分析治療開始的幾個月，她沒有顯示多少抗拒的跡象，可是，她的態度突然變了。她原先曾告訴我，她有一個男朋友，跟他已經“定”了。她們參加過許多愛撫會，但是，她除了讓他親吻以外，不准有任何親密的接觸。兩人的關係給她留下長遠的印象，可是在好幾個月以前，兩人的關係破裂了。當她說到會的時候，她突然從躺椅上翻轉身來，改成俯臥的姿勢，同時很留心的看著我。從此以後，她在我的工作室中就採取這個姿勢；我雖然勸她改用通常的姿勢，卻沒有什麼效果，有幾次她想聽我的勸告，可是，只仰臥了幾分鐘，又翻轉身來趴在椅子上，看著我，一直到結束。

這個突然而明顯的變化，跟我以前所遇到的例子都很不相同。她不同于那些不信任我的男人，也不同于有窺視症的人，又不同于那些懼怕分析者對她們有性企圖的女人。這個女孩留心看我的神情、很明顯的不同於那些例子。

為了讓讀者明白這女孩是如何看我，我願意描述一下自己的反應。她並不是看我的臉，而是看我的腿或夾克。那眼神是尋梭的或穿透的。我奇怪的感覺到那裡邊有性的色彩。在她這種對我的身體或服裝搜索的眼光下，我開始覺得有點困窘。有一次，被她定定的看了很長的一段時間之後，我心裡想，“當女人說，她們被男人的眼睛剝掉了衣服，大概就是這個味道。”但這是不可能的，我一定搞錯了。我一面在懷疑自己的想法，那女孩還一直在盯著我。此後有一次在分析工作中，我的這個疑慮消失了。這個女孩一邊說話，一邊目不轉睛地看著我——全神貫注地看著我的短襪；突然她說，“我看到你一點肉。”我對這一句話沒有反應。她又把眼光從這一部分轉到另一部分，說了幾分鐘的話，然後突然冒出一句，“你的襯衫有一個扣子開開了，你的胸脯露出來了。”然後她很注意的看著我的臉，好像在尋找我困窘的表情。當我把那個驚扭的扣子扣起，我在她的眼中看出一種勝利的表情，就好像讓我受到一點屈辱，在她是一

件稱心快意的事。

下面這一段解釋是由此後幾次分析工作重構起來的。那個被她拒絕性接觸的男孩，常常盯著她的胸脯或腿，或說一些輕浮的話，以此使她感到困窘，而那個男孩卻由此獲得極大的滿足。這女孩在心理分析工作室中的表現，就是把這個情況倒轉。她跟那個男孩雖然已經分開，可是，她卻把那男孩的人格納入自己的心中。許多女人都是如此，她們把自己認同於遺棄她們的男人，以此來掌握她們所失去的物件。她把以前發生在她身上的事，用自己的行為表現出來，用這種方式來跟那男人平等，或跟所有的男人平等。她想用盯我、看我，說一些令我臉紅的話來困擾我。因此，這是一種她的被動經驗用主動的方式表達出來的心理。別人以前向她做的事，她現在向別人做。後來這個女孩又表現出明顯的態度，抗議我們這個文化中，男人的“優越感”和特權。她說，不應該女孩子只能坐在家裡等著別人來約她；她聲明女人和男人有同樣的權利公開的追求異性。她說，女孩子在性方面要能自足，不應當只依靠男人來給予滿足。

關於這個患者態度的初次改變，我所得的初期的印象和解釋並沒有錯誤。在我對她的分析工作中，當她應該把她跟那個男孩在愛撫會中所發生的事情，向我報告時，她沒有口頭向我報告，卻扮演了那個男孩的行為。她用這種方式告訴了我，那男孩如何使她困窘。因此，我原先的印象，和我原先的比喻都沒有錯誤。我不是覺得自己像那種被男人的眼睛剝去衣服的女人一樣的困窘嗎？這種比喻不僅正確，而且，也掌握了這女孩潛意識的根源與動機；然而，當時我並不能確定，必要等到我的意識思想得到了正確的資料才能貫通。

我們說在心理分析工作中，在光天化日下，製造一種幻想的氣氛，而心理分析者也扮演了一些魔術工作，然而，這跟黑暗的魔術和邪惡的意圖，是完全不同的。

我記得，很久很久以前，弗洛伊德在跟我討論過一些心理學的問題以後，他從書桌上拿起一份美國報紙，要我看其中一篇文章。我在看的時候，他注意看我；看完以後，他又注意聽我的意見。這篇文章對威爾遜總統做猛烈的攻擊。作者對威爾遜的演說辭和著作，作了所謂的分析研究。作者“分析”威爾遜的寫作風格和語法，而斷定他是一個自私的、有自大狂的惡棍。這篇文章對心理學的認識十分淺陋，我向弗洛伊德表示了我的不齒，弗洛伊德說，“你說的不是要點。美國報紙的膚淺是理所當然的。但是，問題是，他們把心理分析學用作非難的工具。他們不明了我們的方法不能用來做攻擊人的工具，它只能用來諒解人類的行為。報紙上的這篇文章就是對心理分析學的濫用。”

不久以前——也就是跟前面的這個故事相距二十五年以後——我看到另一篇類

似的報紙文章。有資格稱作心理分析者的人決不會寫這種文章。分析者嚴格分別有意識的希望與思想和被抑止的傾向與衝動。有些思想與願望只在屬於意識行動的世界時才算有罪，如果它們只存在於潛意識中，任何心理分析者都不認為人應當為它們負責。潛意識是跟十誡無關的。

第十二章 太初無言

在心理分析工作室中，分析者跟患者或學生，初次見面後，分析者就告訴他在分析時唯一需要遵守的規則。他要患者儘量放鬆，不管心中發生什麼意念、情感和衝動，都據實說出。心理分析者是沉默的。

有一次，一個抗拒性很高的患者對我說，心理分析是“不可能的事”。從社會習俗來看，我不得不承認他是對的。要把自己內心的事情告訴陌生人，是困難的，何況有些思想和情感是連自己不敢告訴的。心理分析工作有時真的顯得“不可能”。譬如說，如果患者對分析者有攻擊的或污辱的念頭，他能否明說呢？如果他對分析者有愛情或性的衝動，又能否表白呢？可是，這兩者情況都是常有的。當然，患者知道他必須把這些念頭像其他念頭一樣，用同樣的態度來處理。分析者告訴他，他對這些念頭沒有什麼責任，就像他對自己的眼鏡或頭髮的顏色沒有責任一樣。

患者必須學習面對這重障礙。我們要求他訴諸理智，或告訴他要把似乎不可能的變為可能，這都沒有用處。甚至要他訴諸道德勇氣，也沒有多大用處。我們固然可以對他說：“我知道你會克服這個困難，我對你的能力與善意都具有信心。如果海格利斯到我的屋子裡來，要向我證明他的力氣，我不會讓他只舉一把椅子，我會讓他做更艱難的工作。”這些話都沒有用處。我們必須等待，等待患者自己找到勇氣，把那不可能的變為可能，此外只有沉默。

心理分析工作所有的困難幾乎都跟“說”、跟“語言”有關，我們常常聽到，有些人認為，嚴重的歇斯底里症，嚴重的強迫性觀念或折磨人的恐懼症，能夠“說出來”就好了。可是，持此觀點的人，他小時候會相信，山可以用一句咒語打開，巫師可以把人變成動物，或某一種聲音可以把天使召到面前來。這個人略為長大以後，也會熱衷於某個政治家的演說，被某種觀念的討論所說服，被詩人的悲劇所感動，通過教士的告誡而得到寬恕之感——總之，都是言辭、言辭、言辭。這樣的人也不會懷疑人的幸與不幸，以及生命中重大的決定，往往取決於言辭的作用——而國家和個人的歷史也往往證明了事實如此。然而，如果以為心理分析的結果，只是由言辭而來，又不夠正確。心理分析學不但展

示了言辭的力量，而且也展示了沉默的力量。

在心理分析學中，關於言辭，大家做過許多討論，因此有許多人幾乎完全忽略了沉默的情感效力。即使提到沉默，他們所指的也只是患者在談話中間偶而的間歇。我們在這裡卻走一條很少人走過的路。因為我們要談一談心理分析者的沉默，它在分析工作室的意義，它在情感上的重要性，以及它隱藏的意含。無疑，心理分析者的沉默，也可以說是心理分析工作中“不可能”的事情之一。

在談話的時候，我們都是對談。一個人說過了，聽的人也做了一些反應，提出問題，表示興趣，或報告他自己的故事。在談話中，他們互相交換意見、觀念或經驗。人與人相處，是避免沉默的。

心理分析者卻不懼怕沉默，梭蘇爾(saussure)曾經說，患者斷斷續續的獨白，而精神病學家則幾乎完全沉默，這種原則是在弗洛伊德以前所沒有的^①。當我們注意到這種沉默對患者所產生的效力時，我們便能夠猜測到它隱藏的意義。這種效力在每個患者都不相同，甚至在同一患者身上，也隨著時間和其他因素在改變。這表示說，心理分析者的沉默可以具有不同的意義。【^①我曾在心理分析學的文獻中，找尋討論這個題目的文章，卻沒有什麼收穫。唯一的例外，是梭蘇爾在《精神病學沿革史》中的一個章節“弗洛伊德心理分析學的技巧”。】

患者從開始就對這種沉默感到某種情感的意義，這一點值得我們注意。分析者為了要注意聽他講話，必須保持沉默，這在患者看來不是自然而且必然的嗎？在大部分的情況中，這種沉默有一種靜定的作用。患者在他的潛意識中認為這種沉默表示分析者在安靜的留心他，而這，正表示了對他的同情。這種沉默似乎要他自由的說話，要把習常的禁忌放開。還有另外一種情感效果，是以前沒有人提到的，那就是工作室以外的世界，由於這種沉默，而被放置到背後去了。工作室中的安靜，就像燈罩一樣，使明亮的光溫和下來。逼人的現實世界變得遙遠了。分析者的沉默似乎標示了一個比較安靜的，比較間接的態度的開始，使患者可以用這種態度來看看別人和自己。

患者自己是從沉默中走到心理分析工作室來的。他對於某些經驗、情感和思想原來是沉默的——是的，即使在他話說得最多的時候，他對這些事情都在保持沉默。也許他把自己和自己的經驗談了一大堆，但關於心理工作室中所談的那些，他卻從來也沒有開過口。在太平洋溫哥華島附近，有一個奇怪的地方，叫做“靜默區”。許多船隻在這裡觸礁，永沉海底。女妖的聲音傳到船長的耳朵，他再也無法聽到警告。這個靜默區方圓數英里，任何聲音卻無法傳入。船隻進入這個區域，就斷絕了世上一切聲音。精神生活中被壓抑的部分，可以比做這個“靜默區”。心理分析學是第一次穿入這個區域的聲音。當患者談論他

自己的時候，那首度的、遙遠的、幾乎難以辨認的聲音，傳到了他的靜默區。

在心理分析的第一個階段，患者會產生時間較長的沉默，這表示表面上的抗拒(有例外)，因為患者面臨了這種異常的處境，而在調整自己。然而，開始時這種抗拒有如遠雷，表示某處正醞釀著暴風雨。

在患者感覺上，分析者的沉默慢慢改變了意涵。他心中開始察覺一些他不願意說或難於說明的事情。他說一些別的事情，而又覺得自己在逃避那想要表達的，於是他像分析者一樣沉默。這個情況還沒有使患者覺得心理分析是不可能的，只是讓他第一次感到不安。當患者感到這種不安時，他又開始講話，講一些週邊的或瑣碎的事情，然而，推到一邊去的主題，卻重會來臨。這個主題似乎要求被表達出來，否則，不管患者在談什麼，都會被它時時打斷或闖入，結果是使患者沉默下來。這時患者或許會向分析者求助，可是分析者卻保持沉默，就好像這是自然的態度，而一般社會中所避免的沉默，在這裡是無所謂的。有一個女患者，在她報告的時候，停了一段很長的時間，她想用一些無關緊要的事來打破她的間斷，最後還是落入長長的沉默中。顯然，她記憶中有某些事情，這些事情讓她悲傷——她不願意提起。最後，她終於說，“有些事情讓我們保持沉默吧！”

在分析過程中，分析者的沉默有時在情感中扮演了一個角色。它似乎在使人無法跳越某些事情。使人意識到，談天氣或書架所要隱藏的是什麼。沉默的力量使談話變得透明，使患者更向前推進，把他逼到他原來並不想去的層次。

有些情感或思想，當我們說出來的時候，會發現它和只在我們心裡想的時候很不一樣；這是一件讓人吃驚的事實，而在心理學中，則幾乎還沒受到人的注意。說出來的話會對說話者產生一種反動的效用。而分析者的沉默則加強了這種反動；它的作用就像音響板。心理分析者在經過多年的經驗以後，會發現人的心裡面有兩種力量在搏鬥，一種力量在要求自我表現和自我肯定，另一種力量則在要它們保持沉默。分析者有時候甚至會注意到患者在說話以後會有一種焦慮，他會因為自己剛說的話而感到害怕，然而，同時又有一種松釋之感。在這個時候，分析者的沉默往往比言辭更有鼓舞的作用。在分析者看來，患者此時的情感狀態，類似於想把自己解放的囚犯。在他這種釋放自己的努力中，使我想到了有一位鋼琴家的話——他指著他的鋼琴說，“有時候就好像我自己關在裡邊，而我要把自己彈出來。”這裡我們無法詳述分析者的沉默在心理上的重要性。那不只是沉默，那是無言之言。我們知道，這種沉默是一種不可或缺的條件，使分析者得以接受和吸收患者向他告白的心思和意念——而且尚不只此。

【在心理學的意義上來說，沉默猶如一個梯子，可以讓我們下降到深處。但一旦到達深處，這個梯子就可以不用。當然，沉默有許多種，甚至有程度上的不同。我們說，有冷酷的沉默，有逼人的沉默，有頑梗的沉默，有不贊同的沉默，有責備的沉默，但也同樣有怡人的沉默，有表示贊同的沉默，有謙卑的、諒解的沉默，因此，“沉默”一詞可以把種種對立的意涵包括在內，有時有正向的意義，有時有負面的意義。譬如說，有所謂“默許”，但也有所謂“無言的擔絕”——女人對於向她接近的男人，便有這兩種不同的反應。

沉默可以表示靜默的同情，也可以表示強烈的厭惡。沉默可以表示我們對某人完全同意，又可以表示絕無同意的可能。男人所愛的女人，既可能喜歡講話，又可能默默無言。李爾王愛他的女兒可蒂利亞，然而，她是沉默的，為此，他否認她是自己的女兒。但柯利奧蘭奴斯卻充滿愛情的回到妻子身邊，說她是“我美好的沉默。”我們現在往往把說話與沉默視為明顯的對比，但早先並不是這樣。古代語言(例如埃及語)的用詞，意義並不那麼對立，後來加了一些小小的變化，卻變成了全然不同的詞義。例如拉丁文中的 *clamare*,意思是“喊叫”，但 *clam* 的意思卻是“秘密的”；德文中的 *stimme*,意思是“聲音”，但 *stim* 的意思卻是“暗啞”。我們不得不假定，沉默是初始的，而語言則是從沉默中產生，就如生命是由無機的東西產生，由死亡產生。我們可以說，一切的語言都只是對那永恆的沉默的暫時打斷，是一瞬即逝的。我們不得不相信約翰福音中的話，說，太初有道(*the Word*, 語言)，但在道之前，卻是偉大的沉默。卡萊爾在“英雄與英雄崇拜”中會說，語言屬乎人世，沉默則系永恆。良有以也。】

分析者不僅諦聽語言所說的，他也諦聽那外弦之音。他用“第三只耳朵”聽，他不僅聆聽患者所說的話，也要聆聽他自己內在的話，那從他自己潛意識的深處浮升上來的聲音。馬勒有一次說：“音樂中最重要東西並不在譜子上。”在心理分析學中也是如此。說出來的並不是最重要的東西。去認識語言所隱藏的和沉默所表露的，才是最重要的事。

第十三章 步驟

當我們開始分析治療工作的時候，是多麼手忙腳亂啊…！我從事過許多年的教學工作，訓練年青的分析者，我知道，他們最難做到的事是控制他們的急切。沒有經驗的人總是渴望立刻能夠幫助別人，立刻能夠瞭解別人。回顧我自己的歷程，我明白自己年青時是多麼急切，多麼急著下判斷，多麼容易做不成熟的解釋，結論下得多麼倉促。

佛洛德有一次說，美國文明表現著“缺乏思想的樂觀和空洞的活躍。”我認為

這是年青國家的特點，而近年來，我們的少年觀點——也就是我們的男孩女孩文明——已經日漸成熟。但即使是現在，我們還是太容易相信我們會瞭解一切人，原諒一切人。

有一天，我聽到幾個年青的分析者在談他們的工作。最讓我吃驚的是他們急切的态度。他們不僅急著立刻要幫助患者，而且要把人類所能給予的同情與善意，一腔子倒出來。但這不是自然而正确的态度嗎？人與人的友愛豈不是正要求我們這樣做嗎？

在我看來，友愛，只是美國參議員的烏托邦觀念。即使不是這種烏托邦的觀念，但他的哲學與道德觀念又跟分析者的工作有什麼關係呢？分析者的工作只是要去解決心理的問題。它是一個講求方便而有效的問題，而不是道德的問題。

分析者的首要任務是去瞭解患者，去發現患者的疾病由什麼因素構成，去發掘他的所思、所感、所言、所行的潛意識動機。但是，熱情的關切與道德的支持和同情的瞭解，不是到達這個目標的最佳途徑嗎？我並不認為如此，這種方法是理想派的，不是腳踏實地的，而我喜歡正面的來面對問題。分析者的任務不是要做一個愛與同情之泉，而是要做一個協助者。但要協助他，你必須先瞭解他。

弗洛伊德曾經說過，寫傳記的人如果對他所撰寫的人過於熱情，就容易造成不實的畫面，把他的真實性格和生活故事加以扭曲。主人翁變成了天使，而不是有缺點、有弱點、有七情六欲的人。當我們閱讀這種歌功頌德的傳記時，你會覺得這個主人翁正坐在神的右邊，但你也同時會懷疑他有沒有在世上生活過。弗洛伊德認為，許多傳記家所呈現出來的人物之所以不真實，是由於他們對主人翁存著敬愛。但，愛是盲目的。當你要想瞭解一個人的心理，這種盲目的愛是最不適合的。

我記得，弗洛伊德告訴過我兩個小故事，來說明他這個觀點。弗洛伊德這個偉人對埃及的考古學有濃烈的興趣，這是他的朋友們都知道的；他花過很多時間去研究科學探討中所發現的古埃及的歷史和文明。有一次，一個著名的埃及學家來請弗洛伊德作分析治療，這個人在尼羅河河谷的挖掘工作中有很重要的地位。一開始，分析工作進行得很完美，可是，弗洛伊德慢慢發現他被這個患者迷住了(這是他後來告訴我的)，因為這個人可以告訴他許多關於考古方面的事情。弗洛伊德感到他個人的興趣是如此強烈，以致影響到他的分析工作。他的職業良心使他不得不把這個患者交給另一個分析者，因為這個人不像他自己一樣對埃及學那麼感到興趣。

弗洛伊德的另一個故事證明了他對一個患者在潛意識中有批評的衝動。那個人是英國人，他們開始分析工作的頭一天，是他的結婚周年紀念。弗洛伊德開始的第一個問題就說，“怎麼，你們的敵對好嗎？[譯注：“周年紀念”原英文為 anniversary,“敵對”英文為 adversary。]”對我講這個話的時候，弗洛伊德對我笑了笑，因為他覺得他說英語說溜了嘴。他說，他現在的英語已經是非常好了，因為只有當我們把一種語言講得很流利的時候，才可能說溜了嘴。不過，他承認，這個錯誤顯露了對患者的不耐和批評的態度。就好像他在說，“你們的結婚周年紀念為什麼搞得這麼充滿敵意呢？”

當然，我知道，分析者必須用同情心聽取患者的故事，要全神貫注，要運用他所有的知識。然而，“同情的瞭解”卻不是一開始就存在的(這和許多美國的心理分析家看法不同)。同情的瞭解是結果而不是開始；而且也是最佳的情況下所發生的結果，但並不必然如此。在分析治療的末尾，或已經進展到相當的程度時，他才可能產生。這種情況好像是在閱讀一本真正偉大的小說。如果它真正是藝術品，你就不可能一開始就喜歡上其中的角色。你必須花了一些時間，心理上經過一番探索，穿透那人物的核心，瞭解他們的情感與行為的動機，然後才能對他們有所喜歡。“文學”尚且如此，何況真真實實的人生，又是何等複雜、何等多變，它的秘密又是何等深奧，我們豈可能一時就看穿、就同情、就瞭解？潛意識的過程豈是如此單純，讓我們敢於一開始就說，對他人有“同情的瞭解”？

以我個人的經驗來說，在第一個階段之後——這個階段中，我們對患者的人格開始熟悉，知道了他的遭遇，認識到他的衝突的本質，他的症候，他的壓抑和焦慮——跟著而來的往往是一段混亂而不確定的時期。我們在黑暗中摸索，而看不到要走向何方。我們不僅困惑，感到被愚弄，而且有一種輕微的不耐煩，甚至懊惱，儘管我們想盡辦法來掩飾這些情緒。我們不耐煩被我們分析治療的人，因為我們不耐煩自己。為什麼他(或她)那麼不理智呢？為什麼他不面對事實，像成熟的人那樣克服他的困難，卻逃避到他的神經官能症中呢？為什麼有這麼多的刁鑽古怪呢？為什麼有這些膚淺的焦慮，這些強迫性的思想、恐懼症呢？這些情感與智性的浪費本可以作更好的用途，如今多麼可惜！我們不瞭解他們，因此便變得不耐煩。我們處在懸疑狀態，跟這些問題的答案還遠得很。一開始的時候我們對患者會有一些同情，但由於我們強烈的希望“瞭解”他，而等待又頗感困難，因此，這種同情往往會受到損害。但我們必須學習忍耐，要收集種種印象，一直到它們鞏固地足以信賴。對這些印象我們必須重新審查、修定和證實。在分析的過程中，我們必須用日益增加的資料重新審核這些印象，一直到它們成熟為正確的觀點和概念。只要時間成熟，心理現象會不會自己發言？某些特徵開始形成一種模式；相對比的、甚至相矛盾的特點，都會

溶入這個模式，而共同組成一個整體的畫面。分析者在經過多次的挫折和失敗以後，終會勝利。慢慢的，他看出隱藏的關係，在原先認為混沌的資料中看出秩序，這時他便體驗到創作活動的滿足。

說起來奇怪，他越是發現情感的潛流，越是深入潛意識過程的領域，患者變得越跟他“同情”，他跟患者越是“和好”。最後，他不得不看到患者和他自己一樣是一個人，是人類中的一份子，跟那些人類與共的心理困難奮鬥，既驕傲，又卑微，幾乎已經準備投降，可是仍舊奮鬥下去，被打倒，但決不退出場外。最後，分析者認識到，在他與患者之間再也沒有鴻溝存在。

李頓·史特拉屈(Lytton Strachey)有一次說到，他如何寫作他偉大的《維多利亞女王傳》。當他研究維多利亞年青時候的事情，他並不喜歡她。他認為她是一個慣壞的、過分自信的、把什麼事情都看得明明白白的女孩。他開始寫作維多利亞傳的時候，帶著一種諷嘲的、冷漠的態度，而很少同情。可是，他越研究她的生平，越瞭解她的人格，以及形成這種人格的環境，他越開始感到同情。倒了後來，當他說到晚年的維多利亞時，你可以感到一種真誠的人性溫暖，一種對她人格的讚賞。他在開始時，對他傳寫的人物，很少有敬愛之情，而結束的時候，則對這個老婦人有一種真真實實的愛慕。

那一天，當我聽到那些年青的分析者在聊天時，我感到吃驚，我低聲對自己說，“沒有人比他們的愛心更大了。”但我相信他們；他們會學習。除了其他的事情之外，他們還會學習到，同情的瞭解不是分析工作的開始，而是分析工作的結果。

第十四章 有意識與無意識的觀察

心理學家由細心的自我觀察，對自己可以有所瞭解，要說明這件事並不困難，但我如何讓讀者能夠具體的明瞭，人如何瞭解他人的內在活動呢？在門外漢看起來，似乎並不困難，但實際卻並不單純。要想用文字來加以描述，幾乎更為困難，因為這不是文字所能掌握的。我打算把瞭解他人內在情況的過程分為三個步驟來說明；當然，我知道這是很人為化的，要把活生生的心理活動套入這種模式，自然很不得當。

就以這種人為化的區分來說，第一階段是從有意識的(或潛在的有意識的)直覺轉入心理學者無意識的心中。第二階段是無意識中對觀察到的資料加以消化。第三階段則是從潛意識中消化過的資料又浮升到意識層面，形成了一種描述或概念模式。關於第二階段，我們幾乎無話可說，只能說我們無法直接接近它，而且它是我們最感興趣的一部分。另外的兩個階段則比較容易接近。意識的直覺

何時潛入潛意識，又何時從潛意識中浮升上來，都是我們不能斷言的。除了時間之外，關於這個過程的其它方面，我們也所知甚少。

整個的這個過程，只有一部分可以置於我們的考察之下。溜入潛意識的領域，在那裡的消化活動；以及重新返回意識領域，就好像通過山洞。在山洞的兩端都有明暗不同的程度，我們能不能把山洞的兩端看清楚，要以光線而定。

第一階段開始于意識的光亮之中。讓我們想一想日常心理分析的情況。患者說話或是沉默，而伴隨著他的語言或沉默的還有“表情”的知識。我們看到他的表情和動作，而這些都明明白白表示出他的思想與情感。這些是補充資料，說明了分析者在第二個階段所進行的潛意識的消化作用。

但這就是全部的資料嗎？如果我們回憶一下心理分析的過程，我們會覺得有些東西沒有計算在內，而且是重要的，甚至有決定性的東西。這種感覺是對的。事實上，我們不可能把心理的認識過程分成那麼斷然的三個階段。但分析者呈現的資料一定比他在分析治療前後所察覺的更廣泛，更複雜。分析者在意識中所察覺的、所領會的可能只是他在事後回顧時所選用的一些資料。他有意識的回憶提供他的資料只是他實際運用資料的一部分。換句話說，分析者所察覺到的資料只是他用於下判斷的資料的一部分。我們對他人人格的領會並不侷限於我們有意識的直覺。

一個人的內在生活，不能從心理學目前所掌握的特徵完全閱讀出來。當然，這個話並無新奇之處。被分析者的潛意識心靈才是決定性的東西，而分析者則要以自己潛意識的心靈為感官，來跟被分析者相遇。這個話說起來容易，但要實際做到卻相當困難。在心理分析學來說，掌握這種直覺並不困難，但要瞭解它的意含和性質，卻不容易。

現在我們把理論的思考放到一邊，以日常生活中偶發的事實作例子，來加以說明。任何例子都可以，這是俯拾即是。有一個患者告訴我，他前一天跟他的女朋友大吵一架(他跟這個女孩已經有相當時期的性關係)開始的時候，他們談到女孩子的健康；她最近覺得身體虛弱。她曾經說過她怕得肺病；她體重太輕，必須長肉。我這位元年青的患者，卻並不覺得需要；他從美感的觀點加以反對。可是，我為什麼突然感覺到他們的爭吵無意識中是跟孩子有關呢？那年青人的話中沒有一個地方給我這個指示。現在回顧起來，我察覺到這個念頭必然是從一年半以前，這個患者跟我講的話中產生。比那更早兩年以前，他的女友懷孕，而由於這個男人的急切肯求，他們把胎兒打下來。打胎的建議，那女孩並沒有表示強烈的反對，也忍受了那次的手術，而那年的手術，由於特別環境的關係，可以說是痛苦的折磨，那個女孩都忍受下去。此後，她很少提到這件

事，只是偶而順便說一兩句。而我這個患者一年半以來也幾乎很少講到這件事。

是不是“長肉”這兩個字使我想起了他們以前的事呢？不然，為什麼我會感到他們吵架的背後意義？我無法說明。我把他們的故事像留聲機一樣，反復的說了好幾遍，仍舊看不出關鍵。這個故事的意義，一定是自己用某種方式透露了出來。那個女孩的恐懼說起來是有道理的，但是，在這有道理的理由之下必然秘密的傳遞了一些什麼。那年青人必然在她的言辭中，察覺到一種秘密的譴責——在那聲音中必然讓他感到女孩為她的損失而痛苦，她所失去的永遠無法補償。我自己的潛意識心靈這時卻成為一種感官，抓住了他們爭吵的秘密含義，而這個含義卻是爭吵的兩方都沒有意識到的。知道了固然好，但是這還不夠。我的潛意識心靈必然是通過某些訊號才能察覺到隱藏的含義。這個例子可以說是“記憶隱藏症”(cryptomnesia)吧，在我意識中不再記得的事情卻為我找了他們爭吵的背後含義。

讓我們再舉一個例子。這個例子只比前一個略微複雜一些，而它所寓含的癥結則相當類似，但並沒有往日的記憶為助。有一個年青的女孩在心理分析過程中，表示對結婚有特殊的恐懼。任何想接近她的男人她都加以拒絕，任何結婚或性交的機會她都逃避。她的理由總是說她害怕生產。她深信自己熬不過產痛，會死於生產，只要想到生孩子，她就恐懼嚇倒。她也知道千千萬萬的女人都渡過了生產的痛苦，同時醫學的發達也大量減少了危險。但她又說，她自己的情況卻是不確定的。

她把自己這種恐懼說過了好幾次，而我也像任何細心的觀察者一樣聽著，卻找不出她這些話究竟是什麼意義，它的起源又是什麼。但是，我為什麼突然想到她必然是在恐懼她不能生孩子，任何男人跟她都不會快樂呢？當然我沒有把這個念頭講出來，而靜待以後的資料證明。我記不起以前的談話中有任何足以暗示這個念頭的資料。女孩子的話從沒有透露她有不能生孩子的恐懼，為什麼我突然會有這種察覺呢？我終於瞭解到，那是由於我感到她有長期的手淫習慣，她的恐懼就是由此而來。但我怎麼知道她有這種習慣呢？她從來沒有說過。或者說，我從不記得，說得更正確一些，是我沒有可以追蹤的記憶。然而，在她的語言字裡行間，在她的動作，手勢或什麼地方，必然有透露出來的地方。

在這裡，我們面臨到一連串的問題。這個念頭絕不是無中生有，它一定是由什麼東西引起的。我們已經好幾次談過她的這種恐懼，為什麼偏偏在這個時候才產生這個念頭？我的腦子裡有什麼東西在進行？這個念頭是以什麼為基礎？但是，我們把問題的重點強調在這一方面，不是有所偏失嗎？我們豈不是更應當這樣推想——我的念頭所賴以為基礎的因素，到這時為止我都未曾掌握；推到

最後，它必然是以某種知覺的為基礎。在這種情況下，心理上的知識必然是以某些無名的印象產生。由這裡，我們又回到了原先的話題，那就是我們所運用的知覺材料的性質。我認為，如果想發現何以能夠瞭解他人潛意識的過程，必須以這裡為起步。康得說，認識起於經驗；我們必須補充道，經驗起於知覺，凡我們知覺中沒有的，智性中就不可能產生。在認識論上，這種理論固然為真，在心理學上亦然。心理學家要想領會他人心中的潛意識過程，必然先有某些知覺的存在。

心理資料不是有固定系統的。當然，最先我們總是有相當份量的有意識資料，這是由聽、看、觸覺與嗅覺捕捉到的。除此以外，還有一些是我們無意識觀察到的。我們可以這樣說，無意識的知覺比有意識的知覺範圍更廣，在心理瞭解上，它的重要性遠比有意識的視聽等知覺要大。當然，無意識的觀察也是透過感官察覺的，但察覺的過程卻是“前意識的”（preconscious），或無意識的。我們察覺到他人言、行、動作與表情的特徵，卻沒有留意，或說沒有去注意。我們不必回想就記得他人衣服的顏色、式樣；我們記得其他微細的地方：某種氣味，握手時的感覺，是溫暖還是滑濕，是粗糙還是細膩；他的眼神——所有這些，我們都不是有意識的察覺，然而，它們卻會影響我們對人的印象。最細微的舉動都伴隨著思想歷程；臉部或手部肌肉的搖動，眼睛的神情與轉動，都像語言一樣對我們說話。一個眼神，一點個人的特徵，身體的動作，呼吸的特點，這些都告訴了我們什麼。意識底層的行動與衝動都會送出信號，傳到日常生活的語言、姿態與行動中。

別人會把一系列的“神經動力性的”（neurodynamic）刺激傳給我們，我們雖然留意到它們，卻沒有意識到，但它們卻都助成了我們所得的印象。某些動作的意義我們是知道的，但並沒有意識到。雖然沒有意識，我們卻還是知道了。除了我們明白知道的某些特徵之外，每個人都另有一些我們沒有明由意識到的特徵：例如，他的音調，音色，音高，說話的韻律，而這些都是我們未作有意觀察的。在他的聲音中，有著某種變化，頓挫，音腔，輕重，這些是那麼細微，以致不會到達我們有意識觀察的領域；我們沒有注意，但它們卻留了下來。這種在有意識觀察的領域中不占地位的東西，往往卻把人做了重要的透露。有時我們雖沒有看到人，他的聲音卻把他向我們透露出來，那程度有時比看到他還正確，還廣泛。“聲音”比“語言”更能表露一個人。蘇格拉底曾說，“說話吧，以便我能看到(瞭解)你。”

語言——我這裡所指的不止是言詞的語言，也包括無言的聲音，和眼睛與姿式的語言——原是一種本能的表達方式。人類發展到很後期，語言才單獨獨立，跟其他的溝通方式分開，而原先這些方式卻是一個不分的整體。然而，雖然有了這種變化，它仍然保留著原始的功能，這可以見之於語調變化，音調等特

點。有言詞的語言恐怕是很後期才形成的，代替了姿態語言，而我認為英國固執已見的語言學家理查·佩吉爵士的話相當有道理——最早先的時候，舌頭的運動是模仿身體的運動而產生語言的。即使只在表達實用目的的語言中，我們也可以聽出一些表情的聲音——儘管在意識中我們往往沒有察覺。

除了聲音的這些細微之處以外，還有嗅覺和觸覺的細微之處，它們也沒有進入我們的意識，但都共同構成了我們印象的整體。這些細微之處伴隨著較粗較強的有意識知覺，就像伴隨著一首旋律。在神經過敏的狀態中，我們甚至能夠有意識的察覺到音腔、眼神與姿態的細微變化，臉部肌肉的最細微動作；但這是例外。一般說來，到達我們意識領域的，只有那些最明顯的部份，而我們在有意識的層面也就以這些為心理資料。其他的細微之處只是整個印象的一部份，它們不能單獨的在我們的知覺中出現。這些無意識的知覺就像微小的感官刺激，必須加在一起或加以放大，才能進入我們的有意識知覺。那麼，這些小小的刺激，必然都有助於感覺的形成。我們知道，科學家已經發明了一些工具，使這些自然的程式能夠被我們察覺，否則我們便不會察覺到它們。在這裡我特別要提一提抑制作用，因為這種作用大大的限制了我們察覺微細訊號的功能。

我們或許應當把這些心理資料跟另外一些加以區別——當然，這種區別是人為化的，只是為了說明上的方便而已。這些資料是無意識的，但無疑都是知覺的一部分，而我們的知識則是由知覺的整個構成。除了這種資料，另外一些無意識的資料，也說明我們造成印象，但它們的正確性質只能猜測。我的意思是說，我們經由感覺而接受印象，但這些感覺超乎我們的意識。這些知覺在人類意識中沒有地位，或者說，已經喪失了它們的地位。這件事我們可以由一些旁征側引的事實來加以論證。我的意思特別是指人類以前可能具有的感覺溝通，而現在在我們的意識中則已喪失。蜜蜂的方向感覺，鳥類的空中航道感，昆蟲皮膚的光線感，以及種種動物對於危險的本能認識都可以作為證據，證明有一些感覺功能是人類所無法比擬的。即使其他的感覺，人類的也比一般動物模糊，微弱和不確定。但從我們的這些感覺中，應該可以推測出，這些感覺原來是更敏銳的。狗的嗅覺就比我們的敏感得多，而它的重要性也比在人類的生活中大得多。

弗洛伊德曾經說道，人由於直立的姿態，嗅覺的重要性逐漸大為降低。狗的嗅覺可以告訴它很多事情，而這些我們已經再不可得，由這裡可以推論，人類的感官一定有許多已經退化。有些感覺已經退化成遺跡，因為運行得越來越少。當我們懷疑到某人有潛藏的不良動機時，我們不是說，“我聞到耗子味”（I smell a rat）嗎？從這個話看起來，我們好像嗅覺動物一樣；但這樣說，絕非偶然。我認為我們還有許多這類的古老感覺，它們的淵源是史前時代的人類，但目前卻已喪失了它們的重要性。

除了這些以外，還有一些感覺，我們對它完全失去了意識，卻仍舊有它們的效力，也就是說，它們能夠向我們傳達無意識的印象。從動物的知覺中——比如說，昆蟲用以接受和傳達感覺的方式——我們可以推測，在我們的潛意識中也可能存有類似的感覺。弗瑞希(K• Frisch)曾經描寫道，螞蟻可以用天線來傳達訊號，而弗洛爾(Forel)和魏思曼(wismann)等人的研究也曾對這件事加以解釋。我們可以確定的說，在動物的領域中有一些溝通的方式是我們所沒有的，或者說，是我們已經喪失的，生物學家狄金納(Degener)在研究單純的動物社會時，曾經認為它們有一種心電感應的溝通法。在一大群單純動物中，如果把某一種毛蟲所發生的微小刺激傳給一個個體，則全體都立刻驚動。弗洛伊德也曾經指出有這種直接交通的可能性。在討論大的昆蟲團體的共同意志時，他曾經提到這種直接的精神溝通；他認為這是一種原始的、古老的溝通辦法，後來由於物種的進化，被高等的溝通辦法所取代。但他認為這種古老的辦法仍舊遺留下來，而人類在某些情況之下，還會訴諸它們。

在這裡我們就接觸到心電感應的問題。所謂心電感應就是兩個無意識的心靈之間的溝通；由於其它感官的不良狀況，心電感應可能比較容易出現。這種心電感應的溝通並不是超感覺的，它只是使我們意識中已經生疏的感覺又活躍起來。這種感覺是把一些未曾進入我們意識界域的刺激信號加以運用，以補充或修正我們的正常感覺，因此，它造成了一種特殊的心理領會。兩個人的無意識交談並不是在真空中進行，它們的溝通很像低等動物社會中的情況。與其說它們是超感覺的，不如說它們是下層感覺的；這是說，它們是靠古始的、現在已被拋棄的感覺來傳遞消息的，這種現代人所不知道的感覺，在古始的有機物中必然扮著重要的角色，但現在看來，心電感應似乎完全不是知覺，但這種想法是錯誤的。

在這裡我們所談的不是神秘的神聖力量，而只是一些古老的方法。這樣說來，無意識的知覺超越了我們的感官所接受的知識之範圍。我們有耳朵，可是我們並不只用耳朵來聽，我們有眼睛，可是並不只用它們來看。也許這些感官比我們已知的感官更迅速，比後期發展的感官能更迅速的把消息傳到潛意識中。再者，這種秘密的傳達主要是屬於本能領域的，因此，可說是本能溝通而不是思想溝通。常用的感官在不能運用的時候，這些不用的感官就敏銳起來，發揮了它們長久被遺忘的作用。眼睛看不見的人，觸覺會逐漸靈敏，便是一個例子。

承認心中感應的存在，把它視為心理現象之一，並不意謂著，要用它們來替代其他高等的能力。同時，我們也不必因為有些細微的地方尚未得到解釋，就假定有超自然力量的存在。有些過程的因果關係，我們還不明白，但也不必因此就以為它是魔術。我們對心電感還不能有恰當的解釋，這無須諱言；但如果我

們把它歸諸於某種更大的未知因素，並不能使它更為清楚。當我們想喝一杯牛奶的時候，用不著買一頭牛。心理學對未知的或所知甚少的感官之評價，使我們有一個正確的界限。

前面所說的是史前時期的知覺，現在我們要提一提相反的一面。文明的進展導致某些感覺的消失，又使另外一些特殊化和分歧化。概括來說，文明的發展減低了知覺的重要性，使它不再成為個體生活中唯一的精神領域。文明進化的目標是要把知覺減至最低量，而把智性的活動領域擴大。隨著文明的進展，知覺越來越被貶低到人類所輕視的行為中，這些行為是智性現象的初步階段，我們對於感官所提供的資料越來越不信任，便是一個例子。文明的進展使得感官印象越來越微弱和遲鈍，這可以跟老年的現象相比，隨著年齡的增加，人的聽覺與視覺都會越來越遲鈍，整個人類的進化似乎也有這種傾向。

感官的遲鈍跟長期的壓抑似乎有關。“感覺”(sense)和“肉欲”(sensuality)，不僅在語言中有連帶的關係，而且在內涵中也有關連。從這一點，可以使我們對心理過程有所瞭解，感官的快樂實際是由感官的緊張與鬆弛所引起，知覺——它的重要性隨著文明的進展越來越受到知性過程(尤其是記憶)的限制——是跟基本本能的滿足密切有關的。隨著記憶的發達，它會取代逐漸衰退的知覺。我們可以說，感覺的強度和重要性的喪失，表示了人類活力的減低，因為它跟性本能的衰退有關。

對前面的話或許可以反駁道：文明的進步製造了大量的機器，而這些工具使我們的感官大為敏銳。通過望眼鏡和顯微鏡，我們可以看到以前看不到的東西，通過其他的工具，我們可以聽到以前聽不到的聲音。這是真的，但跟前面的話並不衝突。這些器具有些正好更正了文明所招致的罪惡，眼鏡就是其中之一；至於其他的工具卻往往跟人類的有機功能沒有多大的關係。無疑，它們有很大的重要性，但我們也不能否認它們只是人為的方便工具，只能當做有機感官所提供的直接材料的可憐替代品。或許我們可以這樣假定，記憶是對知覺的挑戰，這種挑戰隨著文明日增，它使知覺變得比較不重要；但是它的目的在於使知覺所感受的東西重新出現。

讓我們回到主要的論題。前面我們曾經用不同于現代生理學與心理學觀點來看待知覺的特殊意義。從這個觀點，我們曾經看出來心理的資料是多麼變化多端，又多麼分歧。可是，我們也知道要想把這些資料加以分別又是多麼困難。心理資料的來源除了主要途徑以外，還有一些小徑，還有地下道和秘密通路。除了我們有意識的知覺以外，我們還由一些其他的感覺器官來接受知識材料；這些器官儘管在我們身體裡，我們卻不能說它是我們有意識的。我們可以像對待其他的器官一樣來測驗這些器官的功能。我們可以注意它們或忽視它們，聆

聽它們或充耳不聞。我們有一種自然的傾向，使我們不去注意它們。(我們潛意識和前意識的知覺功能，大部份是察覺到某些東西缺少了，察覺到某些東西不在某個地方。)把我們有意識的觀察更為敏銳化當然是對的，當然是有用的，但，我們絕不因此忽視潛意識知覺。有些知覺雖然暫時是無意識的，我們卻不應當因此排斥它。

心理分析者應當把無意識的知覺帶到有意識的領域裡。各人的不同當然會影響到他這方面的努力。實行的方法和敏感的程度因人而異，微小的刺激能否使人相信或接受與掌握，並不是每個人都一樣的。因此我們應當注意別人給我們的第一個印象，而這種印象往往是不易察覺的，也往往被繼起的印象所淹沒。最初的印象無疑是重要的。最初的印象不一定是正確，可是它們常常以一種不甚正確的方式包涵了正確的領會。

這些訊號不能傳達清楚的消息，它們不比現代化的路標，那樣清清楚楚的注明了目標和距離，它們倒像古老的里程碑，上面的字跡已經被風化，難以辨認。我們的心靈領會中，有許多空隙和錯誤，這些都是由於沒有留意到潛意識的訊號。這些訊號可能已經模糊不清了，內容難以確定，然而仍舊能夠補充有意識的知覺。在某些狀況下，這些無意識的訊號本身就足以讓我們辨認它的意義，或更正我們錯會的意義。心理的觀察在這裡確實遇到許多不可衡量和難以捕捉的東西。這些因素都是做研究工作不應當忽略的。有些資料似乎是不可衡量的，若要把這些不可衡量的資料變成可以衡量的，我們就必須學習去領會無意識觀察的意義。對於最細微的印象，要能像錫泊紙一樣敏感。

事實上，我們心理上的印象是由有意識的和無意識的知覺融會而成。有意識的知覺可以說像是白天最後的餘暉，其中盤附著一些其他東西，在它的後面又隱藏著一些東西，一些比白天的思想更深沉的東西。如果我們把無意識的消息丟到一旁，認為它不可靠，不確定，跟我們有意識的判斷相衝突，則我們真的會很少被欺騙，但是，我們也很少會得到驚人的知識。一個心理學家要想掌握住無意識的心理過程，除了靈敏的頭腦之外，靈敏的嗅覺也是必須的。

如果我們把心理的資料重新審查一遍，從最強烈的情感到極細微的部份都包括在內，則我們將會察覺，它們似乎只有一個目的，那就是要告訴我們別人的內在生活。當然，這並不是全無例外的，但事實上卻是常例。我的意思是說，它們最主要的目的是要向我們揭露他人心中隱藏的情感與意念。我們知道這是一種人與人之間的溝通，而且也是一種內在生活的經濟功能，就是要把心理的內涵放出去。弗洛伊德曾經說過，人不是生來保密的，“從我們所有的毛孔中都把自己流露出來。”這句話講得是多麼驚人。但我認為它還表示了另一重含義——在進化的早期，毛孔是唯一表露自己的器官。

在原始的時代，人類身體的最外層，也就是皮膚，很可能是最首要的工具，來表露人的內在。皮膚是最早的反映精神活動的器官。臉紅或臉色發白到現在仍舊透露著我們的情感，出汗仍舊表示我們害怕。自我確實從毛孔中流露出來。但這句話需要一句下文。如果我們想到，潛意識中的東西會引起我們所有感官的反應，引起我們所有接受器官與領會器官的反應，我們將不難猜測出這個下文：他人的自我流露經由我們所有的毛孔被我們吸收。

第十五章 第三只耳朵

前一章的意思是說，有意識的知覺，在作用上等於無線電中的轉播站。當然，無意識的語言絕不是只有心理分析家才懂得的。(有時正好相反，心理分析者反而最不懂得無意識的語言。)事實上，內在衝動的這種交感是在一切人心中進行的，心理分析者只把它們當做心理指示計而已。因此，心理分析與其說是心與心的對談(談心)，不如說是驅使力與驅使力的對談。是耳聞不見，卻又極富表情的談話。心理分析者必須認識到，心與心如何以超越言詞又超乎沉默的方式說話，他必須學習用“第三只耳朵”來聽^①。為了讓別人瞭解你，你不必非喊叫不行。當你希望別人聽你，耳語即可。【^①此語出自尼采的《超越善惡之外》】

一個分析者在這方面有什麼可以教育他的後繼者呢？少得很。他可以說說他的經驗，報告一些例子，做為引證。他可以鼓勵他們，把所有的例行公事，所有的俗套盡行拋卻。這裡所指的是收集無意識資料時不可用俗套，而不是分析技術的運用。在觀察的領域中，他是無拘無束的，可以追隨著他的本能。“本能”〔複〕可以對他有所指示，提醒，暗示，警告與傳達，它們往往比我們有意識的“智性”更為智慧。我們在智性上知道許多東西“不是那樣”，但我們必須承認，我們猜測到許多東西又不得“不是那樣。”年青的分析者們在收集印象資料的時候，我們應鼓勵他們，要依靠一些最為微細的知識資料；要擴充他們的觸角，把一個潛意識流傳到另一個潛意識的秘密消息捕捉住。

信賴這些消息，隨時準備參與自己想像力的飛舞，不懼怕自己的敏感——不僅是分析工作開始時必須的條件，而且終身都必須奉行。分析者必須去觀察上千上萬的微細訊號，敢留在記憶中，還要察覺到它們對他產生的微妙効力。在我看來，現階段的科學還沒有資格去警告年青人，要他們不要高估微小的信號，不要把它們當做證據。這些無意識的觸角並不是為求統禦問題，而是為了尋索問題。它們並不是要去掌握問題的，而是要觸及問題。我們不必懼怕這種方法會導致倉促的判斷。危險的倒是我們會把這些似乎不重要的訊號忽視，甩到一旁(而目前我們正是這樣訓練學生)。現代人常常教學生，要對他有意識的知覺做敏銳而正確的觀察，但，有意識的知覺卻太有限，太狹窄。學生常常去分析知覺材料，卻沒有想到這些材料要比我們有意識的觀察網所捕捉的更豐富、更微

妙的。從網子裡漏出去的魚往往是最珍貴的魚。

把這些字裡行間的“側面新聞”加以記錄和解釋，是無法得傳授的，然而，在某種程度上來說卻是可以證實的。分析者像患者一樣知道某些事情，卻不知道自己知道。自己內在的聲音很低，可是能夠用第三只耳朵聽的人，可以聽到那幾乎無聲的聲音，那用“極弱”(pianissimo)的聲音所表達的事物。在有些例子中，患者所說的話，在分析者的意識中幾乎是聽不見的，然而分析者還是察覺到，而且懂得了他的意思。另外還有一些事情我們可以說一耳進，一耳出，卻留在第三者耳朵裡。心理分析者如果只注意當前的事物，對他們做合理的觀察研究，往往會忽略了一閃即逝的事情。

在心理分析中，我們卻要學習收集這些事物，它們不是我們清楚意識到的，但如果我們把它們用到研究中就會轉入到意識層面。心理分析者並不能當下就認明所有事實的重要性，他必須留心的觀察，反省與研究才能獲得瞭解。當一件事情引起他的注意，他能夠馬上察覺到，並把它記錄下來，已經是讓他滿足了。我認識過許多心理分析者，他們都是借著理性、臨床觀察、思考與反省，才能對潛意識的資料有所接近，即使這樣，仍舊不一定有密切的接近。要想把無意識的過程像化學或數學的過程那樣來明確規定，一直是智性的徒勞。把它跟物理化學或數學的程式來加以比較，恐怕終究是無法完成的事。一百年以前，奧地利詩人葛裡巴紮(Grillparzer)，和德國劇作家赫貝爾(Hebbel)同住在維也納，而互不見面。葛裡巴紮不喜歡思考形而上的問題，葛裡巴紮自認為不大敢跟這位出名，思考的劇作家談話，他說，“你知道，赫貝爾先生完全瞭解高特在想什麼，他長得什麼樣子，而我正好都不知道。”

在我看來，要猜測那些“無意義”(不重要)的資料的意義最好的辦法，不是去思考它們，而是很明顯的去察覺它們，這才是掌握那些飄浮的印象的辦法。它們把自己的秘密像門那樣打開，但你卻不能強迫它們開放。我們可以有信心的說：當你不再思考它們，你才會懂得它們。當然，我們所常常談到的這第三只耳朵，在很多人看來——包括某些心理學家在內——不但是解剖學上的謬論，也是心理學上的謬論。但我們不是有所謂“內在的耳朵”吧？尼采所說的第三只耳朵，跟內在的耳朵當然並不全然相同，但卻甚為相似。弗洛伊德曾說在無意識中，伶俐的聽覺，是心理分析者必需的條件之一；此話的意思跟第三只耳朵相同。

這第三只耳朵的特性之一，是它有兩方面的作用。它能捕捉到別人並沒有說出的話，它又能轉向自己的內在。我們內在的聲音，往往被有意識的思考所淹沒，所以我們察覺不到，但這第三只耳朵，卻能收聽到微妙的內在聲音。我奉勸心理分析的學生，要更為注意諦聽這些內在的聲音，而不止是去聽取“理

性”所告訴我們的潛意識意義；學生要能夠敏銳的察覺他自己內在所說的話，卻不一定要去聽取他人的智慧、深思熟慮的意見和有意識的判斷所發出的聲音。黑夜把白天所掩藏的東西向流浪者展示出來。

換句話說，心理分析者若想認識這些不能察覺、不可衡量的語言所具有的秘密涵義，他就必須使他的感覺更為敏銳，要準備去接受它。當他想要解釋它的時候，他必需諦聽自己內在的聲音，要察覺到它在他心中所造成的微細印象，以及它在他心中所引起的飄忽的思想與情感。最重要的是，他必須注意到，這種語言對他有什麼意義，在他心裡產生了什麼樣的效果。由於這些內在的察覺，他可以瞭解到它的潛意識動機和意義，而它所得出來的這個結論，同樣也不備有意識的思考過程或邏輯判斷，而是在他內在所產生的潛意識反應——我幾乎要說是本能反應。由一個訊號向他傳達的意義，可能會像生理上突如其來的一個感覺一樣讓他吃驚，要穿透這種語言的意義唯一的方法就是向自己內部省察，是瞭解自己對它的反映。

我希望讀者把這段話從新再考慮一次。分析者內在有一個隱藏的、很少被他知道的感官，這個感官在他有意識的層面還未能瞭解的時候，就把別人所發出的秘密訊號接受下來。然則，心理分析文獻中卻把這感官忽略。在心理分析文獻中(弗洛伊德的作品除外)，有一個字是出現最少的，那就是“我”。心理分析者在寫到他的方法，他的思想和印象時，是多麼深恐提到我這個字啊！在報告心得的時候，我這個字有何等的嚇阻力量，簡直比魔鬼的力量還大。在心理分析文獻中，關於自我分析的報告是如此稀少，推其原因，不過是那一個小小的代名詞——那第一人稱單數，主格的“我”在作祟。對於絕對客觀、假嚴謹、事實與表格的崇拜，便是何以這本書是唯一的一本討論這種體裁的著作——至少可以說是唯一堅持這個體裁的著作。在我們這門學科中，只有心理事實才被認為是實際的。潛意識工作站幾乎包容了所有的工作，但是在心理分析的討論中，這工作站卻被剔除在外。想想看，如果討論聲音或音響學，而不提到耳朵，討論光學而不提到眼睛，這會是什麼樣子。

當然，當這些潛意識的印象留在潛意識中，關於它們的性質，我們是無從說明的。下面舉一此二代表性的例子，來說明從潛意識到達意識的情況。這些例子跟當事者的態度(manner)有關，而不是跟他的“禮貌”(manners)，它們關乎當事者的心理分析過程，它的微細特徵，不受人留意的動作，講話的音調和眼神，這些往往逃出有意識的觀察，因為它們是行為中不引人注目的部份。一般人常常把這些部份忽略掉，因為它們比較細微，不值得注意。

從我的工作室到公寓之間的廳堂，在衣帽架的旁邊有一面大鏡子，我有一個年青美麗的女患者，當她穿外套的時候，從來不向鏡子裡看，為什麼我以前沒有

留意到呢？這件事以前我一定看過，但經過了五次分析治療以後，我才留意到這件事。我察覺到當她提到她的婚姻或家人時，不帶任何情感，我懷疑到她的冷漠是早發性癡呆症的表現。我走在她後面送她出門，我注意到她對鏡子看都不看一眼，可是，我以前就沒有留意到。我以前一定看過這種情況，只是沒注意；當我現在看到的時候，我注意到了，因為我認為它是早發性癡呆症的另一個病徵。以前曾有五次我送她出門，而現在我知道，她不看鏡子，這和別的女人不同。現在我也注意到，她戴帽子是多麼隨便，可以說是丟在上面，而不是戴在上面。現在這這具有了意義，以前為什麼沒有呢？為什麼到了現在我才想起以前我常說的一句話：通常太關心自己帽子的男人不夠男性化，而完全不關心自己帽子的女人，一般說來又不十分女性化。

我選這個例子做代表；關於這一類的例子還有很多，不過因為細節不夠詳細，而略為不同。從心理分析的經驗中我們知道，我們容易忽視常見的一些行為細節，當它不在的時候我們也未曾察覺，可是，這種細節往往是有價值的線索，可能成為心理證據的一部份。某些不通常的東西出現會引起我們的注意，但，我們預料中會出現的東西而沒有出現，或沒有按照通常的秩序或位置出現比較不容易引起我們的注意。只有當一個重要的特徵消失，或雖然不甚重要，一旦在我們眼前消失，才會引起我們注意。否則，我們一般都不會注意到東西的缺失。有時候，正是由於察覺到這些小特徵的消失而讓我們有所領會。有一天我看到一則謀殺報導：在戲劇正在上演的時候，戲院裡發生了謀殺案。觀眾都受到搜查，結果，有一個人沒打領帶，這件事，變成了一個重要的線索。

另一個例子跟前面提到的一個例子正好相反。有一個中年男人要請我做分析治療，開始後不久，我就注意到，他在廳堂的鏡子面前，一站就是很久，梳頭髮，戴帽子等。後來，這個患者告訴我，幾乎每個晚上，他都在自己不開燈的洗澡間裡，由窗子偷看別家女人脫衣服，而這種情況往往使他手淫；這時我便想起他照鏡子的情形。這個喜歡窺視的人也是一個潛在的暴露狂。後來，我明瞭，在他的潛意識幻想中，他把自己看作他所窺視的女人。

這種比較模糊的知覺，和不容易捕捉的印象，常常有助於我們對於人心的洞察。當我們學習到控制自己的耐心，從細小觀察中只期望間接的結果而不要求直接的結果，我們便能夠領會這些知覺和印象的價值。某種氣味，某種手勢，或某種呼吸的特點，以及口頭的告白和長篇的報告都可以透露秘密。對這些事物的觀察幾乎很難稱之為觀察，可是，它們的重要性絕不下於正式的觀察。某種瞬息即過的印象除非反復發生，否則不會引起我們注意，聲音、眼神的特點常常顯露出字句以外的東西。它們會傳遞某種特別的意義，而這些意義如果我們只注意到對方言行的主幹，就不會察覺。別人對我們說話，我們對他們說話，都不僅是運用言詞，而且也用小小的知識和表情，而這些都是他們和我們

無意識發出和接受的。當我們把這些無意識的知識和表情跟主要的言行分開的時候，我們就開始注意到它們，而如果把它們反復回想一下，這印象就會更清楚，更強烈。這些東西的心理意義和價值，有時是心理學家能夠當即瞭解的，有時在慢慢尋索、在“捕捉”這些飄忽的訊號時，我們必須信賴我們的感覺而不要追隨“理性”的聲音，因為理性會想把這些訊號掃開。一個心理學家如果用清醒的理智走向這種有價值的領域，他就會像沒有想像力的法官一樣，不能掌握案情。只有那自由幻想，而且向一切的好感覺開放的人才能夠領會到這個領域的富裕。

由初次印象所發覺的途徑，往往會帶到人心的深處，而如果不是這些初次印象，則可能經過長時期的觀察與研究才能產生同樣認識。一個年青的哈佛畢業生來找我為他分析；開始的時候他的聲音非常低，他的言辭顯然是經過考慮的。我請他聲音大一些。他努力了一番，兩分鐘以後又恢復了原來的狀態，聲音幾乎聽不見。一開始我以為他羞於他說明他童年時遭遇到的嚴重矛盾。可是，他聲音不但低，而且非常深沉，他說的每個字似乎都經過深思熟慮。一個人不管是由於什麼原因在控制著他的言辭和情感，如果你聽不到他說的話就無法為他做分析。

我聚精會神的聽了一段之後，不得不打斷他，因為他完全是在自言自語，我第一個印象被第二個印象所取代。他說話的方式比他所說的話更能表現他的人格。於是我把其他都一概放下，跟他討論起他聲音的問題，要他把所知道的情況，統統告訴我，同時再度要求他把聲音提高，好讓我能夠聽見。不久，我們就明白了原因：他這種低沉的嚴肅的聲音並不是與生俱來的，而是由於反對他父母親的聲音而來的，因為他父母親的聲音尖銳而容易激動，他母親尤其是如此。這一類的故事是東歐的美國移民子女所常有的。不過我們現在這個故事裡的年青人，問題比較複雜，因為他有一些精神方面的衝突。他的父母親在搬到美國以後，仍舊保留著原來的行為和習慣。他們說話聲音很大、表情很多，他們情緒很容易激動，而且並不想加以控制。可是，他們的兒子卻完全美國化，他恥于他父母親，慢慢發展出一種低沉的聲音，來抗拒家人說話的態度。可以說，他原先的性格是熱情而易於激動的，但，他後天又附加了一種性格來掩蓋他原先的那種。他原先的衝突——尤其是跟他母親的——加深了這種反向行為 (reaction-formation)；這就是他說話深沉和其他類似特徵的原因。

把這些特徵加以分析，我們很快就瞭解到他的內在原因。在這種情況下，分析者就不得不注意到一些特別的行為特徵，而這些特徵如果沒有明顯的表現，往往就會被忽略。我跟這位哈佛畢業生就是從討論他的聲音開始，而得到滿意的結論。

分析者其實在沒有開始分析工作以前，對患者就可以有某些心理上的洞察——只要他一開始察覺到某些印象時，就忠於這些感受。有一個年青的女子跟我約好時間來談她以後分析治療的事。她告訴我，她原先接受李醫生的分析治療，幾個月以前中斷了。她由於某些衝突，無法再回李醫生那裡。她很快的把她婚姻、社會地位和職業生活的困難描述了一番。在我看來，她告訴我的事情當中似乎並沒有異常之處；似乎都是心理分析者所常見的情況。她好像很聰明，很真誠和友善。可是在她離開以後，我就對她有一點惱怒的感覺，這是為什麼呢？在我們的談話中，並沒有發生什麼事情可以讓我有這種感覺。等到別的患者來了，我就把這種感覺推到一邊。

兩天以後，打電話過來，我竟然不記得她的名字，也不記得她原先講好要打電話給我。現在，我不得不遵守這個規則了：分析者，分析你自己！

我記起那輕微的惱怒感，但我還無法明白到底是什麼理由。確定的是我不喜歡她，而她在上次見面時也確實沒有說過讓我惱怒的話，或做過讓我惱怒的事。好吧！她談到過同李醫生的衝突。我有一個印象，覺得那李醫生到最後一定對她失去了耐心——或許她已經使他激惱過許多次——而她則對醫生的話全不予理睬。我曾勸她回到李醫生那裡繼續治療，但她斷然拒絕。但這些都不可能激怒我。她有權自己做決定，而我又完全不認識李醫生。

那麼，是什麼使我不喜歡她呢？現在我慢慢想起來。她說到兩件事，其中的潛含意義我當時沒有明白的察覺到，但，卻有一些感覺。在我們談話的結束時，她問我要不要繼續為她治療。在我還沒有來得及回答的時候，她就說不曉得我會不會叫她去找王醫生，而這個人她並不認識。她這個問題有點突如其來，但卻使我留下了一些感覺，而這種感覺我現在才開始清楚。這似乎很奇怪，她先跟我談她的精神困擾，再問我要不要為她治療到底，然後又說她去找王醫生是不是比較好些。當然我勸她去找王醫生。現在，在電話裡她說王醫生沒有時間，她要我繼續為她治療。上次她跟我談到王醫生的時候，一開始十分自然，就像其他的問題一樣。可是，現在回顧起來，我卻覺得另有一些意義。我記得她用眼角看了我一下，現在我才瞭解到這種眼神和帶有的含意。那是一種揶揄和諷嘲。

我要把這一點弄清楚。要把這件事跟類似的情況加以比較。當一個病人，在接受一個醫生治療的期間，卻問道他要不要給另一位醫生治療，這裡邊有什麼含意呢：我這樣問似乎沒有道理，但，事實上我覺得有潛藏的含意。當你把鞋子拿去給一個鞋匠去修的時候，你不會問他要不要把鞋子拿去給另外一個修。當你要請一個女孩子跳舞的時候，你也不會問她你請另一個女孩跳舞是否更好。

當我建議她去找王醫生時，我一定是在潛意識中回應著她潛意識的意含。我當時並沒有吃驚也沒有惱怒，卻把它當作理所當然的問題似的。

只有到後來，我才覺得這個問題特別。我的反應不僅是對她的問題而發，而且也對她的眼神而發，就好像是說：“如果你在猶豫是到我這裡來或是到王醫生那裡去，那就請到王醫生那裡去，我並不需要你做我的病人。”雖然在意識中，我連她的眼神都沒有留意到，在潛意識中，我卻已經對它做了反應，在她離開以後我覺得輕微的惱怒，卻不知道是為什麼原因。我無意識的反應——當時對她的回答，和兩天以後忘記她的名字和約定——顯示出我內在裡其實十分懂得她問題的含意。

此後，我又記起，在我跟她談話的末尾，她斜視的眼神又出現一次。她偶而提到，在《心理分析季刊》讀到一篇批評我的文章。在我有意識的思想中，這篇批評對我並沒有多大影響。但，問題不在這裡。為什麼她要提這件事呢？她有什麼需要提這件事呢？我的惱怒似乎不是因為她提到這篇批評，而是由於她的存心。她是一個有良好教養的人，在宴會上如果她碰到一個陌生人，她會不會向他說，“哦，我前天看到一篇文章，批評你的書不大好。”那麼她在離開我的屋子以前說這種話，而又加上那種斜視的眼神又是為什麼呢？她整個兒的言談都相當優雅，相形之下，她這句話一定有著敵意的成份在內。

我的這種洞察，對這種不可思議的表情的捕捉有什麼用處呢？除了滿足心理學上的興趣以外，至少還有一種用處——那斜視的眼光有一種啟發性。它不僅在觀察我，而且也被我觀察到；頃刻間我看到那面具後面的真面目。這種情況就像在一次蒙面舞會，有一個人有機會看到一位脫下面具的女士，而這位女士以為並沒有人看到她。從此以後，當他再遇到這位女士帶著面具時，他已經認得了她。這種洞察對我後來非常有用，在此後的分析工作中，每每幫助我解除了困難的處境。自此以後，我很容易明瞭這個女患者有一種被虐待的傾向；她有一種無意識的傾向，想使別人厭煩她。當然，由於我這種洞察，我很快就可以克服我對她的惱怒，而這種惱怒是她故意要引起的；我比那個李醫生更能夠忍受她的挑畔。

這個例子(以及許多其他類似的例子)似乎會使我們產生一個問題，那就是關於心理分析者自身的問題。有些一定會問，心理分析者竟然會覺得惱怒，不耐煩，那還成什麼心理分析者呢？大家都認為醫生有冷靜而正確的科學態度，這就是那種科學態度嗎？患者有他的困難，病徵與抱怨，因此才來請教心理醫生；心理醫生應該是個純潔的鏡子，讓患者照見自己，這豈是鏡子的態度？這豈是躺椅邊的分析者態度？這個問題很容易回答。心理分析者是人，他和別人一種；他不是神。在他的生命裡沒有任何超人的成份。事實上，他必須是人，否則他

怎麼能夠瞭解其他的人呢？如果他是一塊木頭或一座大理石像，他就永不可能掌握住患者的感情與思想。如果他是冷漠無情的，是“塞了草的襯衫”（有些戲劇裡就把他形容成這個樣子），他就只是一個“分析機”或大模大樣的驢子，不可能走入靈魂的堂奧。在我看起來，心理分析者可以既敏感又人性，而同時在執行治療工作的時候可以又客觀又有科學的態度。客觀與非人性完全是兩回事，但很多人都把它們混為一談，甚至許多心理分析者都不能逃此窠臼。分析者的敏感與主觀性使他可以察覺到最微細的刺激，領會到那幾乎難以捕捉的潛意識過程。對於這些訊號他應當是反應敏銳而活潑的，就像含羞草那麼敏感。對別人內在的聲音，他當然也必須像對自己內在的東西那麼敏感，有那麼精微的諦聽的能力。他的客觀性，他冷靜的判斷，他合乎邏輯的與合乎心理學的透視力以及他對情緒的控制都應該用在分析工作上。當他在進行心理分析工作的時候，他不應該向情緒投降；他當記得在這種時候他的任務是要去瞭解和幫助患者，因此他雖然有跟患者同樣的衝動，他卻應當加以控制。然而，如果要求分析者根本不要有人的情緒，那根本是無理的，荒唐的，因為他是人，而且他又必須是人（否則他如何能夠瞭解別人？）。歌德把這重意思用非常優美的文句表達出來：如果眼睛沒有太陽的成份，它就看不到太陽。

前面是我敏于領會的例子，可歎的是另外還有很多是我遲鈍的例子——對於某些細節，對於許多有啟發性的小小的訊號，我未能及時察覺，直到後來我才憬悟，但往往已經太遲。但不管太遲或沒有太遲，終究都是遲了，因為每當我的心靈不夠敏銳的時候，我必然都會花費代價，要在心智和情緒上做更大的努力，花更多的時間，費更多的精力，才庶幾可以彌補。在這些狀況中，我的察覺能力之所以遲鈍，大部份都是我自己心中有著障礙。這種例子我有不少，下面只舉其一：

有一個年青人來請我為他做心理治療，因為他有許多神經上的症狀，在私人生活和職業方面都遭遇到相當嚴重的困難。開始分析治療以後，不久我就把他大部份壓抑性的症狀給他解除，但仍舊有些困難未獲解決。那些東西似乎停滯在那裡，無法進展，我常常感到，我內在一定是有什麼東西在阻礙著，使我不能洞察到他的秘密。但是我找不到路途。這個青年人態度親切而開朗，聰明機智而又幽默。然而，這些秉賦竟然是貧瘠不育的，對他自己一點好處都沒有，而只有在他談話的時候表演出來，這是何等可惜。不論他講什麼，譬如說講他的症候，講他跟親戚朋友的複雜關係，講他過去或現在的情感與經驗，講他性方面的新鮮故事，或錢財方面的事情，他總是講得讓人有趣。他懂得如何講自己或他人的故事。他能夠引發他人的興趣，而對他人的言談也很有回應性。然而，在把他最嚴重的一些症候治癒以後，他內在的情況卻再無進展。

有一天他告訴我，他的情人——這個女孩認識他已經很久，聽他的故事也聽了

很久——笑著對他說，“可是，約翰，你何必還做這麼大的努力呢？我又不是你昨天才認識的女孩。”這一句話使我的眼睛突然大開。過去幾個星期以來，我一直忽略了這個事實：這個年青人並不是在跟我談話，而是在取悅我。那個女孩是對的，絕對的對。他使人眩惑。他用他的言談來賄賂別人，讓人惑於他的輕快活潑而有趣的故事。他把自己表露了一點點，但沒有揭開自己的內幕。他就像一本第一人稱的現代小說中的主角那樣，表面上看來是在自由而開放的談論自己，實際上卻把自己隱藏——就像毛姆的小說。自此以後我就用一隻新的耳朵來聽他，現在我可以感覺到他的不適感，這種感覺使他必須征服他所遇到的每一個人，用他的秉賦來贏取他們，以此來克服他自己內在深沉的不安全感。我也和別人一樣被他這種極大的努力所賄賂了。這樣一個女孩，這樣一個在心理學上沒有多少知識的女孩——她的心理學知識絕不會超過瓦薩(vassar)或史密斯(smith)學院的其他學生——卻給我上了一課，是我永遠不會忘記的。她那麼輕易的，不在意的就擊中了目標，她提醒這個年青人不必那麼努力。她說，“我又不是你昨天才認識的女孩。”這十三個字指示了我尋求而不得的道路。我向她脫帽致敬，深為自己慚愧。誰教給她這種精美的藝術，讓她能夠明察秋毫呢？在史密斯或瓦薩學院的心理學系中，你絕對學不到這些東西。我相信這個女孩相當聰明，但是說這句話並不是出自她的聰明，而是出自她的心。

像這一類的經驗(我還可以講很多)，使我們心理分析者感到謙卑。我，這個自認為有訓練的觀察者，卻忽略了這麼明顯的事實。“什麼是有訓練的觀察者？”我這樣自問。他是一個受過訓練，使他對某些事情注意，而對另一些事情則忽略的人。他是一個對他所期待的東西加以過份注意，而對其他事情卻不加留心的人。

第十六章 自由漂浮的注意力

你會不會這樣想像，心理分析者是一個坐在椅子上，上身前傾，用他所有的五官時時刻刻注意每一個微小的心理訊號，生怕有一個失漏的人？我已經談過一些微小的訊號，那些飄動的、不明顯的刺激，它們一閃即過，但對於潛意識過程的瞭解卻有重要的作用。既然如此，心理分析者是不是需要最大的專注？你是不是認為分析者不僅需要注意，而且必須緊張？

這種想法是錯誤的，分析者的注意不屬於這一類。弗洛伊德對於分析者的注意曾用了一個字來加以說明，這個字就是“gleichschwebend”。這個字翻譯起來相當困難；它有“平均分配”(equal distribution)的含意，同時又有“轉動”

(revolving 或 circling)的意思①。在英文中，我覺得跟這個德文字最近似的譯法就是“freelyfloating”(自由浮動)。另外一個譯法則在強調心理上的平衡，而不是強調它的動態，這個譯法就是“poised attention”(悠然的注意)。弗洛伊德之所以要推介“自由浮動的注意”，就是由於前述的兩個因素。【①布瑞爾 (A.A.Brill) 把它譯為“動態的注意”(mobile attention,或“移動的注意”)。這種譯法只有在一種意義上來說是對的，那就是把一盞燈從一個屋子移到另一個屋子，這時我們可以說它是“移動的”。舞蹈家巴芙洛娃在舞臺上固然可以說是“動態的”，但這並不是一個很恰當的形容詞。布瑞爾博士對弗洛伊德作品的翻譯常常有這種不正確的性質，他的譯本是平庸的，但美國大部份學生所讀的卻是他的譯本。】

這種“自由浮動的”注意有兩個優點，第一它免除了緊張，而這種緊張是我們不可能連續維持幾個小時的，第二它避免了我們注意力的專注，就是說使我們不致於只注意某個特定的目標而忽略其他。如果我們把注意力集中在某一點，如果我們從一些資料中加以選擇，而只抓取某一點，這時我們就是在隨從自己的預料或傾向——這是弗洛伊德對我們提出的警告。它的危險是，除了我們所期待的東西以外，我們不可能有其他發現。如果我們隨從我們的傾向，我們一定會把我們的察覺扭曲，或只取其表面。前面曾經提過，我們要求患者把他心裡所產生的一切感受，不加選擇、不加批評的和盤托出；“平均分配”的注意則是對於心理分析者的要求；兩者是互相對應的。

開始看來：自由浮動的注意似乎並不困難，可是一旦實行起來卻會發現絕不容易。這就像對患者的要求一樣，想到什麼說什麼，初聽之下並不困難，要做起來卻絕非易事。

這種注意法應當會引起心理學家的批評，他們沒有批評只是由於對這種基本原則的無知。一旦他們開始實驗，我預料他們就會不以為然，他們會從佛洛伊德的“平均分配的注意”批評起。但是他們的批評我想是由於把兩者不同的東西混而為一；一種是“悠然的注意”，一種是“留意”(taking note)。“悠然的注意”是對於資料的一種態度或反應，而“留意”則是一種記憶的功能。當然“留意”這兩個字既可以指前者又可以指後者。但弗洛伊德似乎從“留意”談到了“悠然的注意”，而這兩者是相當不同的。“留意”是不是一定和“記

憶”不可分呢？當然不是。當我站在十字路口注意紅綠燈的時候，我需要“留意”什麼嗎？——就是說我需要把它“印”到記憶裡嗎？

那麼，自由浮動的注意(attention)和“留意”(taking note)能不能互相協調呢？如果有一大堆的資料在眼前越過，而我們要從其中檢取某種東西，我們就必須特別的注意，把注意力特別放在這種東西上，是不是呢？如果我不把全付的注意力放在上面，如果不把所有不重要的資料都一視同仁，我又如何能夠“留意”任何東西呢？或許有人會說，“悠然的注意”就是對一切都“留意”，並把它們記憶起來。但這種觀念是自相矛盾的。注意之所以為注意，就是因為它指向某種特別的目標。注意就意含著“選擇”。如果要“留意”，又如何能夠避免“選擇”呢？

凡是研究心理學文獻的人，都可以從許多著名的心理學著作上找出一些段落，說明“注意”意含著“選擇”，沒有“選擇”的“注意”是沒有意義的。現在讓我從艾賓浩斯的《心理學大綱》中引用一段來證明前述的說法：

“注意是一種選擇與限制的現象。通常都有一大堆的事物在要求著心靈的注意，可是心靈往往避開這些要求，而專注於少數跟它的目標有特殊關係的事物，這就是所謂的注意。”

事實上，心理學家把“注意”做了這樣的定義：注意就是“對某些精神事物有意識的偏好。”再者，我們也可以談一談“意識的狹窄”，這是科學已經充分做過調查的。心理學家都很知道，在我們意識的領域中只能容納一定數量的觀念，而諸種觀念之間，要想通過界閥，進入意識領域，會產生競爭。有許多實驗已經證明，究竟有多少知覺和觀念可以在意識領域中找到容身的餘地。這些實驗都對“悠然”的注意之說不利。除此以外，學院派的心理學家所提出的理論對“悠然的注意”之說也有所不利。譬如說，著名的心理學者卡爾格魯斯曾經用一種巧妙的論證，說明注意的起源，他的結論認為，“注意”最原始的根源是“偵察的本能”(instinct of spying)。這種偵察的本能，是對未來事件的預料，我們對“注意”的理論就是從這種基本的本能推演出來。其他的注意不

論是什麼形式都是由這種原始的本能演變出來。那麼，注意既然是一種“偵察”，顯然就不能“悠然”了。

讀者請注意，我這一段即興的評論並不是在探討關於“注意”的學說，因為，事實上並沒有這種學說，弗洛伊德自己也沒有提過這種學說。因此，我們只就心理分析學有關的方面來談注意。就此而言，前面的評論從某個方面說是對的。我們必須先把“注意”的問題單獨來討論，而不要跟“記憶”的問題混為一談，然而“注意”與“記憶”之所以纏在一起，跟心理分析學的技巧本身有關。弗洛伊德自己就曾經說過，分析者常常聽到一些話，可是這些話的意義到了以後他才瞭解，有時是到很久以後。弗洛伊德常常用 *sich merken* (等於英文的 *taking note*，“注意”或“留意”)，這可能是他奧地利語法的習慣。可是在英語中當我們說 *attention* 和 *paying attention* (“注意”和“予以注意”)的時候也不是完全偶然。這其中有著重要的心理關連。一般說來，我們總認為“注意”跟一種心智活動有關，這種心智活動是一種直接的反應。譬如說在實驗室裡，當我們測驗一個人的注意力時，相隔固定的時間發出某種聲音，要他聽到的時候有所表示。老師測驗學生的注意力也是用類似的方法，譬如說，叫某一個學生翻譯某一段文字，突然又把另一個學生叫起，叫他接下去翻譯。當然這種例子都是最簡單的，但我這裡所要說的就是這一類的例子。注意常使我們對一件事情或一個印象產生當即的反應。然而，在心理分析中卻不能採用這種注意，因為有很多事情是到以後我們才瞭解到它的意義。即使當我們馬上察覺到某種意義，卻也不是充分的瞭解，必須要後來才能有充分的融會貫通。

前面我所談的是當下的注意，要立即掌握住某個事件或某種印象的意含。在實驗室中可以有這種情況，在日常生活中也可以有這種情況。譬如說，當我在野外散步的時候，如果一隻兔子跳出來，我一定可以馬上注意到。

可是有些印象卻需要一些時間和相當的努力才能認識。譬如說，心理上的觀察過程，這種觀察可能會拖很久，而我們對某種心理過程的意義卻未必瞭解。說到這裡就跟心理分析學上說的注意相接近了。心理分析者的注意，跟觀察者的注意有相似之處，但兩者仍有重要的不同。觀察者通常都選擇一個過程的某些部份，而他的注意也使他察覺到某種特點的意義。當然，心理分析者的注意也有類似的情況。譬如說，他選擇患者語言和動作的某一部分，而希望瞭解其中

的意義。但是他對這些部分的掌握卻有兩種不同的方式；一種是對患者的語言動作有清楚的認識與直接掌握，另一種則對某些事情的價值沒有很明顯的留意，需要等待日後再有更進一步的發現。

這話說來也許還不十分清楚，那麼讓我來打個比喻吧。

假設我們住在外國，我們聽到當地人用他們的話說了一句什麼，這句話中許多單字我們都已經知道，可是其中有一兩個字我們不懂，就把它默記在心，然後回家查字典。在字典上我們確實查到了這一兩個字，那麼整個的句子我們就豁然貫通。

現在，我們把這個例子稍微改變一下。設若在字典中找到了那個字，可是當我們把它的意思放到句子中的時候，我們發現這絕不可能是說話者的意思；因為他說話的表情與環境不可能是這種意思；這個字一定有字典以外的某種意義，可能在某些圈子裡這個字有某種特定的意義，譬如說，在學生圈或社交圈中。字典這時便沒有用處，我們必須等待新的機會，看這個字是否在新的情況下再會出現。可以說我們把這個字儲存起來，等待以後的機會來猜測它隱藏的意義。我們在心理分析觀察中，有許多印象便屬於這個性質。

關於心理學對於“注意”所做的區別，我們還要再談一談。這是一個爭論最多的題目，關於它的各方面都在爭論之列，譬如說，它究竟是一種活動還是一種狀態；它的前提是什麼，動機是什麼，它的心理學起源是什麼，它的精神病理學的問題又是如何。不僅如此，它的存在都成了問題。不久以前在一次心理學會議上，哥本哈根的一個教授，就很認真的表示，“注意”是一個假概念，它是不存在的。

心理學對“注意”這個問題相當重視，這一點我們不必驚奇，因為它跟意識和記憶都是密不可分的，它跟整個的心理過程也都是密不可分的，從感覺一直到

觀念都是如此。它可以用到我們的感覺和情緒上，也跟我們的意志的執行有關，總之，它貫穿了我們整個內在的生活。

心理學把注意分為兩種，一種是自動的注意，一種是被動的注意。自動的注意起於有選擇性的興趣，當事人意識到有一個目標；被動的注意則往往被形容為機械式的本能作用。前者主要是主動的，後者主要是回應的。一般說來，自動注意是指向經過選擇的內容；被動的注意則指向闖入的內容。自從羅茲(Lotze)與馮德(Wundt)以後，心理學的作家們就經常採用一個比喻，就是把注意比做探照燈。設若這個比喻得當，注意就好像一道光線，把我們經驗中的某一個領域照亮。

現在讓我們轉向另一種分別，內容的分別。外在的注意與內在的注意以注意的物件而分，也就是我們所關注的是內在世界還是外在世界。讓我們再以探照燈為例，探照燈可以轉向堡壘的牆壁，也可以轉向牆壁週邊的田園，又可以轉向城堡的內部，它的庭院或倉庫。

當然把這兩種注意連接在一起也是可能的。把主動或被動的注意用在外在的世界，是不證自明的；用在內在的世界，卻需要加以說明。自動的注意轉向內在，自我觀察就是一個例子。至於不自動的注意轉向內在的情況，我們每個人也都有過經驗，譬如說，在歡樂的時候突然感到悲哀，在悲劇的場合突然有一種歡悅之情。

但是我們所要探究的，是心理分析時的注意。下面我們就要慢慢講到。當我們把注意力轉向內在，要瞭解某種心理過程的原因與關係時，我們所得出的結果就是思想。可是如果用另一個方式，不直接去觸及它，而只讓它在心中升起，則結果就是一些讓我們察覺到的觀念。現在我們知道，心理分析者的行動就是這種內在的，不自動的注意。在分析者的心中，並不單去注意某些事物，而是讓其他的東西都有進入的餘地。

心理分析學上的注意，我們也可以用探照燈做比喻，加以說明。自動的注意，只侷限於經驗領域中某個狹窄的部份，就像把探照燈照在某一塊地上。如果我們預先知道敵人從什麼方向來，或在那塊土地上某些事情正在進行，則我們就是預料到那些事件的發生，在這種情況下，把那個地方照亮當然是很有用的。讓我們把情形變化一下。設若某個地方發出一種聲音，然後我們才把探照燈轉過去。我們的注意並不是先於知覺，而是後於知覺；這就是被動的注意。夜間如果我們在紐約附近的公路上開車，會注意到路的中央有探照燈在轉動，不停的照耀著周圍的鄉野。它先照到路上，然後轉向田野，然後轉向城市，然後又畫了一個大弧線轉回道路，如此反復不息。這種情況可以說是“自由浮動的注意”最好的比喻。

關於注意的問題，心理學上所提供的資料很多，我在這裡只提其中跟心理分析有關的一部份，那就是注意與驚奇之間的種種關係。很顯然，時間是一個重要的因素。如果我知道敵人會從某個方向到來，我會預先把探照燈轉向那個方向，我可以很正確的看到他的出現，能夠瞭解危險的性質，並採取防衛的措施。他不可能偷襲我。主動的注意最大的優點就是從開始就注意到某個物件，採取某個方向，使我們在精神上有所準備。它的格言可以說是“有備無患。”被動的注意卻往往不能提供良好的防禦，往往會遭受襲擊。在這種情況下，是外在的刺激首先引起我們時注意，因此在時間上佔先一步。“悠然”的注意則介於兩者之間。我不能免除襲擊的危險，只能加以緩和。

主動的注意固然有它的優點，也有它的缺點；因為它固然可以提供良好的防禦，也把我們的注意力做了很大的限制，使他對很多刺激不起反應。這一點卻是許多心理分析者沒有明白瞭解的。注意力的專注會造成一些界線，使某些事物在我們心中明顯生動，而對另外一些事物卻不感無覺。有些心理學家——如弗蘭茲(s.Ferenczi)——認為“注意”的主要特點就是把精神只放在某一個物件上而把其他的統統括除在外。在這種情況下，心理能力就向唯一的一個方向流動，因為其他方向都被阻塞。

對這個過程，弗蘭茲的解釋如下：如果我要注意的看某個東西，我會把所有其他的感覺一律阻斷，只留下這個視覺，因此，對視覺的刺激就特別留意。他這

種解釋我並不完全接受。但他這種看法仍舊有很多資料加以支援，而且很有見地，因此不可忽視。譬如說，從這個觀點來看，對嬰兒的缺乏集中力，我們就應該有一個新的看法；嬰兒往往沒有能力把某些刺激排除在感覺之外，而只注意單純的一種刺激。要使注意力集中，就需要訓練。緊張感就跟注意有關，也就是注意力集中於某件事物，而排除了其他事物。心理學目前都認為意識範圍的狹窄可能並不是注意所造成的結果，而是它的原因。關於注意，目前的爭論有一個新的看法，那就是，它並非一種主動的原則，而是掌握某些內容，卻排除另一些內容；把某一種感覺加強，而讓其他的感覺減弱。這種訓練可能會變得過份，以致于兒童會把自由浮現的聯想打斷，而只拘限於某一些事物。

那麼，由於注意力的結果而變得不明晰的東西是什麼呢？換句話說，“注意”這個過程的決定因素是什麼呢？要討論這個問題，必然會產生新的問題，而我認為我們的知識還不足以回答它們。因此，我們還是只拘限於“注意”這個問題本身，因為由此所得的結果是比較確定的。從生物學與心理學上來說，“注意”這種功能基本上是消極性的，除了某一種事物以外，把所有其他的事物都排除在記憶力之外。自動的注意固然使某件事物變得非常清楚，卻使許多事物陷入模糊不清的境地；它把某些事物的意義推到重要的地位，卻使許多事物失去了意義。再用我們原先的比喻來說，探照燈雖然使一個小區域非常明亮，卻使大部份地區變得更加黑暗。諺語說，“有許多光的地方，也就有許多暗影”，用這句話形容“注意”也非常適當。

前面我們談到“悠然的注意”，這種注意不能把事物以及事物之間的關係各別的辨明，因此它不能使我們對事物有當下的瞭解。這固然是它的缺點，但也有同樣的優點足以彌補這個缺陷。或許我應該用理論來說明這個道理，可是我寧願用文字謎做例子來說明。這種方式並不是我首先採用；弗洛伊德就曾經把夢比做謎語，而且他認為夢的解析就像猜謎語一樣。

下面圖中這個文字謎是一塊布，上面有一個裂口，有一根針穿了線在縫補 (mending) 它，這片布的意思代表什麼？ Rent (裂口)？ Hole (洞)？ Darn (縫)？ 接下來是兩個 LL。那麼加起來是什麼呢？ Resells? Hotells?, 這兩個字都沒有意思。那麼是 Darnells? Mendells? 或者是不是 Mendels 呢？因為兩個 LL 意思也只等於一個。讓我們繼續猜下

去。接下來是一個字母 S,在它的下面是兩個字母 GS。那麼是 GS 在 S 之下嗎(Gs under S)? 不對，這樣沒有意義。S 在 GS 上面嗎(s over GS)? 也不對。S 在 GS 上方嗎(s above GS)? 還是沒意思。那麼，是 S 在 GS 上面(S onGS)? 好，這就對了，因為這幾個字母的排列變成了 Songs (歌)，那麼這個字的前半部一定是 Mendelssohn (孟德爾松)了。可是最後一個音節在哪裡呢？當然，那是 Mendels-on-Songs。

各位不要被正確的發音所阻撓。在這種情況下我們必須用猜測與聯想。接下去，割掉一個字母或音節，在猜謎的時候代表否定的意思。那麼，連起來是什麼意思呢？ Songs not? Songs deduct? Songs take away?這些跟下面的 boy girl 都連不起來，那麼，是什麼意思呢？ Songs without? 對了，一定是這樣：Songs withut Words (無言之歌)。我們突然靈光一閃，猜出了這個謎語的意思。整個的謎底是孟德爾松無言之歌(Mendelssohns Songs without words)。Boy Girl 這兩個字本身並不代表意義，它們只表示劃掉的字，也就是“無字”(without words,無言)。

此謎語可以讓我們瞭解“悠然的注意”的性質。讓我們回想一下這個謎語第一個字所產生的困難。我們被這幅圖畫所局限，一直想拼出正確的字來。我們的注意力雖然沒有完全被這幅圖畫所限制，可是仍舊受了正確發音法的影響。夢的解析都有著類似的現象，而每一個心理分析者在尋找夢的隱藏意含時也都有類似的經驗。我可以舉三個例子，而這三個例子所用的語言都不相同。

有一個婦人，她夢到一件她原先看過的衣服，在夢裡她在猶豫她要不要把這件衣服買下來，然後她夢到這件衣服的“腰圍”(waistline)合適不合適。這不是極其自然的嗎？然而夢的意義卻始終使我和這位患者無法掌握。後來當我們不再注意到它拼音的正確性時，才瞭解了 waistline 這個字的真正意含：它的意思是指 the 縫 line of waste (浪費的路線)，也就是說在患者的這種情況下買這件衣服是否浪費。

有一個男人做了一個又長又複雜的夢。他夢到去 Sorbonne (巴黎大學文理學院)，在其中的教室裡走動。他的聯想使他回到以前真正往訪巴黎大學的時候。可是誰想到 Sorbonne 這個字會是 sosr bonne (女僕妹妹)的變形呢？

我還以舉另一個例子，這個例子不是出自夢境，而是出自白天。其中跟拼音法有關的一部份是我一開始沒有注意到的。有一個維也納男士來請我為他做分析治療。在頭幾個月中，他說到他的經驗時有時會停頓下來，就好像在這些地方有一種阻礙。我找不出是什麼原因，以為他可能是在隱藏什麼事情。這個人是十分真誠的，因此我對他的中途停頓就格外注意。再者，他所說的故事中也使我無法猜測究竟是什麼在阻撓他。譬如說，有一次他告訴我，頭一天他跟他的女友小吵了一架，故事的結尾，他狠狠的說了一句，“我恨她”。我沒有想到他語言停頓的原因，是由於代名詞的問題(這是後來他對我解釋的。)因為在德文中，受詞的“她”和“你”都是 Sie,只不過當這個字代表“你”的時候，第一個字母改成大寫 S。這個患者以後碰到“她”和“你”這種受詞時，他總是要猶豫一番，他管這件事叫做“跟大寫字母 S 的戰爭”。

讓我們再談謎語。我們剛才輕易的就拋開了拼音上的要求，而拼出了孟德爾松，就好像拼音的規則根本就不重要。我們也同樣輕易的就得出了“歌”這個字。我們認為這種容易的進展並不是由於一般的注意，而是由於把注意放鬆。如果我們遵從一般的法則，如果我們沒有把一般的觀念拋開，我們一定還會停留在“縫”這個字上，而可能轉到“縫襪子”之類的猜想上去。但是假設我們已經掙脫前面的束縛，而把自動的注意用到下一步，我們也無法得出“孟德爾松”的最後一個音節。有意的注意在日常生活中固然是十分必要，用到現在這個謎語中卻會讓我們一愁莫展。我們的謎語能夠猜出來，是因為我們逃脫了注意力的限制，因為這種限制使其他的聯想都擱淺，而只讓我們尋著一條線索前進。

當我們猜這個字謎最後一部份的時候，和前面卻很不一樣。一開始我們按著前面的方法來猜 boy 和 girl 兩個字所隱藏的意義。它的意思是“男孩和女孩”？“男孩在女孩上面”？或“女孩在男孩下麵”？或是什麼意思呢？這些都跟前面連不起來，然而它們的意思又似乎若隱若現，把注意力集中來思考也沒有

用。在這裡我們看到緊張的、有意識的、有目的的注意，會使我們走向錯誤的途徑。

“注意”本來為了使知性思考容易成功，可是它卻也會把我們導入歧途。在這種情況之下，我們不論如何注意，都往往無法把某些已經忘記的事情回憶起來。在這種情況之下應該怎麼辦呢？我們有一個百試不爽的秘方：那就是把注意力從努力追求的這個方向轉開。

結果如何呢？把注意力轉開，並不意謂著不再注意，而是把注意力移轉，讓它能夠察覺潛意識或其他地方所傳來的刺激。就以前面的例子來說，僵固的注意會使我們的精神阻塞，阻撓了它的自由移動。我們兩眼盯著 boy,有 girl 可是它們並沒有佔據什麼位置。只有當我們把注意力從固定的角度脫出，我們才能夠轉向其他的方向，因此答案才會出現。

我們常常聽到患者說，他們的注意力無法集中。在分析觀察中我們發現這種現象裡總隱藏著另一回事。這些患者的注意力並非不能集中，而是集中到某種潛意識的事物上。譬如說，集中在某些幻想上。他們無法把注意力從某些心理因素抽出，而注意到日常生活的事物。因此，他們不是沒有集中，而是集中在他們所不知道的或沒有注意到的事物上。

當我們絞盡腦汁在猜前面那個謎語最後一部份的時候，就像這種人一樣，無法讓他的注意力從某一個定點脫開，而讓它自由浮動。就某種意義來說，我們無法把注意力的枷鎖甩開，而像籠子裡的老鼠一樣，圍著“男孩女孩”這些字在轉。心現分析的工作，使我們充分的瞭解到，對某一個特定的觀念做僵固的注意，常常使心靈停滯。要想掌握住潛意識的過程，唯有運用“悠然的”注意。

在我剛開始從事心理分析工作的時候，面對著一大堆驚人的症狀，令人困惑的夢境，和不可思議的念頭，我也正像前面所說的情況一樣，緊張、僵固。一直

到我把習慣性的“自動”注意拋開，我才掌握到隱藏的心理事實。只有當我離開了那條固定而寬敞的大馬路，走上了人行道，我才達到了目標。我有意識的主動的注意沒有使我捉住隱密的含意，而我的“不注意”卻讓我察覺到潛意識的觀念。

但是，若說心理分析工作只靠“悠然的”注意就足以完成，那也是無稽之談。在某種症狀或潛含的關係被我們發現的時候，當然應該放下“悠然的”注意，而用自動的或主動的注意來加以考察。讓我們再以探照燈為例。探照燈可以向各方面照射，但是如果已經照到了敵人，當然可以停止下來。在這裡是用一種注意的方法來取代另一種，就是用自動的、直接的注意來取代原本的、自由浮動的注意。

另一種取代的情況更為重要。在某種特殊的情況下，注意力從它面前的目標完全撤離，而跳到某種似乎遙遠的事物上，我們的心念離開了目前的事物，尋著一種不尋常的途徑而達到一個目標，這個目標是用其他的途徑所不能達到的。對於一種驅迫症或夢境的某一部份，或精神上的某種反應，要想瞭解其意義，往往也就像猜前面那個字謎中最後一個部份一樣，就是把注意力從當前的事物跳開，使突發的觀念可以浮現出來。對於許多潛意識過程的瞭解，往往都需要這種注意力的移轉。把原先放在中心點的事物拋到一旁，往往會產生意想不到的發現。

在猜前面那個字謎的時候，我們大部份時間都在運用悠然的注意，可是當我們進行到最後一個字的時候，我們的注意力從物件上脫離了片刻，悠然的注意被“不注意”所打斷。這就像一個游泳的人突然打斷了他規律的動作，把頭抬到水面上，為的是潛到深處。同樣，在心理分析過程中，我們也可以看到精神能力的兩種分配。再者，潛入潛意識的深處，也跟猜謎式的靈機一動相似。事實上兩者的結果有時是類似的；在猜謎的遊戲中，答案的產生也有靈機一動的成份。最後一個字的發現跟其他部份的發現不一樣，它有“突襲”的性質。

在本章開始的部份我曾經說過一句似是而非的話，我必須把這一句話重新加以

討論。我曾說，特殊的注意會阻止驚奇(突襲)。凡是運用特殊注意的人，往往會發現他們早已預料的事。把“注意”看做是一種阻礙，妨礙了科學知識的進展——這當然是一種大膽的假設。但是，這種說法之所以使我不喜歡，並不是由於它的大膽，而是不夠真實。我這樣批評，並不是針對注意力的本身而言，而是指某種特別的注意如果用在潛意識的資料上，就不會發揮適當的作用。因為特定的注意力往往把我們的心智固定在當前的目標上，或一些當前的思想關係上。這種固定可以說是一種自動催眠。在某些情況之下，這種注意可以讓我們的心靈有所準備，來接受一些知識。它的主要功效是把某一條道路掃清，把某些可能性加以辨明，使我們的心靈能夠做更進一步思考。

牛頓在思考萬有引力的時候，百思不得其解，可是當他把注意力放開，而看到蘋果從樹上掉下來才恍然大悟。如果有人因此說牛頓在思考這個問題時，那種極大的注意力沒有用處，他就錯了。我們可以說，他那辛苦的，有意識的直接思考，是心理上極為重要的先決條件，使他的觀念能夠不招自來的產生。就某種意義上來說，他那極大的努力是在內心批准了那個觀念，為它鋪了道路，為它儲備了動力。凡是認真從事研究工作的人，都知道自動的注意力往往會激發某些觀念，而不招自來的觀念則往往產生思想。固然我們無法靠思想的努力來產生有價值的不招自來的觀念，但努力的思考卻往往是先決條件。柴可夫斯基曾說，靈感是客人，但它不會拜訪懶惰的人。這句話不但可以用在科學上，也可以用在藝術工作上，更可以用在人的心理上。在心理分析工作中，精神能力之所以必須向兩方面伸展，是因為探索的領域不同，資料不同，而其中最重要的部份往往不是經由反省而得，卻是以不招自來的觀念表現出來。這好像與幫助被壓迫的少數人，讓他們獲得應得的權利一樣。

我曾經說，主動的注意可以免於驚奇，而悠然的注意則只能使驚奇緩和。但是把注意力暫時放開，把興趣轉向另一個方向，卻是使“驚奇”發生的準備條件。關於準備與“驚奇”之間的關係，我們稍後再談。現在我們再提一提前面的文字謎。我們曾經想把最後一部份答案單獨的猜出，而不跟前面的部份交纏在一起，卻不能成功。一直等到我們放棄了這種努力，而又回想起這個謎已經解答的部份。後半部的解答是由前半部的幾個字鋪路的，這就是 Mendelssohn 字 Songs。然後我們看到兩個字，卻已經劃掉。當然答案是 Song without Words。其實現在看來，這個答案應當是立刻向我們呈現的，這使我們覺得驚奇。

在心理分析上，這種突然的呈現，途徑也頗為相似，而當它發生以後我們覺得它的發生相當奇妙。可是如果我們把過程中那些小小的訊號回想一下，就會知道並非突如其來，如果當時我們留意到它們，如果在它初次出現和此後反復出現的時候，我們有所察覺，我們就不會覺得驚奇。回顧起來，原先的許多征記都有它的含意，譬如說，一個症候，一個夢的片斷，一件久經遺忘的事實，現在都有了新的意義。回顧起來，我們覺得原先那些分散的事情，在潛意識中我們都知道它們的意義，而目前的融會貫通，就是由原先潛意識中的瞭解所促成，潛意識中的瞭解是現在融會貫通的必須條件。原先在我們注意力週邊的東西，某些一晃即過的印象，現在都有了重要的地位。

現在我們明白，對種種不同的注意，要加以估價時，時間是一個重要的因素。悠然的注意一般說來都沒有把各種事物與印象之間的關係做當下的連接。它只把種種心理細節做平等的接受，為以後的整理做準備。可以說，自由浮動的注意是一個倉庫，儲存了種種印象，從這些印象中，知識會突然冒出來。心理分析工作中許多令人驚奇的結果也往往從這裡產生。

我們內心都有預先的知識，等待著啟明；但對這件事情我們很少有所認識。一件事情看起來濃雲密布，無法穿透，然而在底層卻已經一切都準備著突破，放出洞察的光芒。在心理分析中沒有晴天劈雷這回事。突然的晴澈是由擴張的陰霾為其先導。用尼采的話說就是這樣：“發為閃電者，必先長期為陰雲”。

第十七章 我是誰？

最近在紐約有一種很時興的客廳遊戲，叫做“我是誰？”在某個人的背上別一張紙條，上面寫一個人的名字，譬如說是克麗佩特拉，愛因斯坦，或蘇格蘭的瑪利；背上別紙條的人不知道上面寫的是什麼名字，他要問客廳其他的人一些問題，靠這些問題的答案來猜“我是誰”。問題大約可以提出二十個，而回答的人都要據實以答，譬如說，他問，“我是活著還是已經死了？”“我是真實的人還是故事裡的人？”等等，靠著別人的回答，他把範圍慢慢縮小，來猜測自己究竟是誰。

心理分析工作也是要使人明瞭“我是誰”，但它的內容是心理上的內容。人格的內含往往比我們所猜想的要廣泛得多。我們所恨的，我們所愛的，推動我們的和阻礙我們的都是我們人格的一部份。許尼茲勒(schnitzer)曾說，“靈魂是一個遼闊的國土”。它有許多事物容身之地；相反的傾向，互相衝突的情感在我們心中共存，而真與假也互相混淆。有一個人的情人，費盡口舌向他保證，前幾天她是跟她的女友共渡，這個人說，“不要再撒謊，我已經相信你了。”他是相信她還是不相信她呢？在我們心中有那麼多東西存在——願望與對願望的否定，信任與不信任，欲望與厭惡。這些東西都經常在改變，以致美好的變成不美好的，又會變成美好的。心理分析學已經證明出來，自我建立了一個“自我理想”，那是自己希望達到的自己。可是心理分析家往往忽視了另外一面，那就是“自我恐怖”，那也是自我的一幅畫像，這幅畫像使我們自己看了就不寒而慄的，那是自我的一種可能性，是使我們感到恐懼、想要把它排除的。

“自我理想”和“自我恐怖”是強烈的對照，它們把我們心理的可能性用兩個極端呈現出來。但心理分析者所治療的病患和心理分析者是一樣的，他們有時會喜歡他們所厭惡的，有時候會厭惡他們所喜歡的。人格的實際面不但和潛含面互相對比，而且有時互相融合——在潛意識中，沒有一個“不”字，那裡邊是一切都有的；認識到這一點我們才能知道人格的實際面和潛含面融合的可能性。我們一般有所謂善與惡，但人格的領域要遠比一般所謂的善惡更遼闊，它善於一般的善，惡於一般的惡。一個人潛意識的自我也包含著種種生活的可能性，而這些可能性卻往往只在他想像中才存在；潛意識中也包含著他種種的前程，而這些前程終生都未曾實現。有時候就似乎某種陰影落在自我上，把他加以改變。在選擇所喜愛的事物上往往有著奇怪的類似之處，而一個人的成功與失敗也往往屢次呈現著相似之處；友情的破裂往往都在相同的情況下發生，愛情的發展也往往採取同樣的途徑，而從外在看來似乎本來應有相反的發展。一個人對自己的人格和角色，往往大部份時間存在於自我欺騙中，偶而有突然的洞察。生活裡有些是“睜著眼的瞎說”，可是這又是必須的，這種謊言跟對事實的明白認識是攜手同行的；有些溫柔的表現只是殘忍動作的外衣；而殘忍行為有時又含藏著熱烈的情感。吉柯醫生發現自己是海蒂先生的時候，大為吃驚，而海蒂先生發現自己是吉柯醫生時也同樣大為吃驚。我們都有一個先入為主的觀念，認為人的靈魂是一致的，以為人是由單純的一種東西造成的，就像一個雕像一般；因此，我們說某某人是好的，某某人是壞的。事實上，他又好又壞，比他自己以為的還要更好，也還要更壞。

有些問題到現在一直沒有受到重視，只認為是生活中的枝節或個人的性格所造成。但這些問題我們必須去處理。但那些只懂得精神病學，而對於“人”卻一無所知的人，卻沒有資格去處理這些問題。這些問題不能用鐵拳來敲打，而只能用指尖去觸及。當然，加上種種“情意結”的名稱相當方便，把某種心理現象說成是歇斯底里亞或神經官能症等等，或把某種態度稱做是虐待症，把另一種態度說成是被虐待症，這些都很方便。但這些名詞都是現成的，粗糙的，並沒有一個恰當的普遍意義和價值。他們對個別的例子並不能提供特殊的說明，而對於心理現象的細微分別也無法做正確的表達。當你聽分析者和精神病學家討論患者的病情時，你常常覺得他們好像是得意的小孩子，在那裡比較誰的彈珠好看。當然，如果只是把它當做一種樂趣，這倒也無傷大雅。

這種現成的分類法並不能使我們對個案有真正的洞察。它們不能解決個案的謎語，它們只是把每個病情放進不同的格子裡。心理分析學的名詞，可以說是張著大嘴的深淵，它們只是把個案吞進去，藉以逃避每個個案的細微與特別之處。分析學名詞的大嘴固然可以把這些一概吞下去，卻無法消化。一般人對心理現象的描述與討論往往使我們感覺到是在蓋橡皮圖章，而不是在說明它的性質。潛意識的過程本身是混沌的，這是它的自然現象，而蓋橡皮圖章的辦法卻不能使它明晰，只不過是用了一些範疇、名詞和標籤加在上面而已。它不能使我們對男人或女人的複雜心理有所洞察，卻只讓我們看到它們的“情意結”。那些喜歡分門別類的精神病學家，會覺得這種方法很有趣味，但是真正的心理學家卻在他們止步的地方起步——越過“情意結”和診斷名詞，而面對個人的特徵，認為李先生是李先生，王太太是王太太。籠統的分類固然方便，卻並不能告訴我們什麼；它只是分類而已。我們所期望的是對人的深刻瞭解，要瞭解他的衝突，矛盾與目的；而不是要瞭解他屬於哪一個模子。

我們所需要的不是對分類和情意結的知識上的擴充，而是要使我們心理探察的能力更為細微敏銳，對個人的情況有更好的瞭解，對自己的反應有更為精確的觀察，對心理分析所提供的資料更能領會。

讓我舉幾個例子說明我的意思。有一個患者生日那一天收到他父親送給他的金香煙盒。他把這件事告訴我；並把金香煙盒描述一番。他說這禮物太昂貴了，不合實用，然後加了一句：“這跟我純樸的性格不合”。

如果按照大部份心理分析者的診斷方法來看，我們立刻會把注意力放在他跟父親的關係上，我們會注意到他不願意接受他父親的任何東西，再進一步當然就會認為他有伊底帕斯情結(戀母情結)。在我看來，這種辦法會把我們導入死胡同。我的注意力則落在“這跟我純樸的性格不合”這句話上，我覺得這句話裡邊似乎有虛假的成份，就好像鋼琴家觸錯了鍵。在日常生活中，你會說“這跟我純樸的性格不合”這樣的話嗎？這個話聽起來浮誇而不自然。像這種自我表現的態度，裡面一定有文章。在目前這裡例子中，這句話表露了患者的偽善，他認為自己不做作，不貪心，對那些沒有特權的人表示完全的同情。

再舉一個例子：有一個女患者告訴我，頭一天晚上有人請客，她吃得太多了，違背了她減肥的誓言。她告訴我她後來嚴厲的責備自己，罵自己是“慣壞的孩子”，“完全不懂自製自律”。她又說，她常常犯這種錯，為的是好責備自己，她認為自己有被虐待症。她說的這些話當然很有真實性，這是不可否認的，但是她為什麼要說這些呢？聽她說話的時候，我明確的感覺到在她的自我譴責中有虛假的成份，用俚語來說，她是在“自吹”。她表面上責備自己，實際上在這種自我責備中感到極大的滿足，這種情況尼采就曾說得十分透徹，他說，“凡自我卑視的人，因為自己是一個自我卑視者而自得。”

我在這裡要指出的是，在這些狀況中，分析者所面對的問題是，“你是誰”？而不是某一種病徵所具有的特別含意。分析者要去發現患者人格的深淵，那深淵像樹的根部一樣，是隱藏在地下的。根的性質和範圍決定了樹的成長，它的樹幹，它的樹枝和它所開出的花朵都因它的根部而定。根所覆蓋的空間比枝葉所覆蓋的空間更為廣大。當我們認識到根部，要瞭解樹的成長就不會有多大的困難。

心理分析如果穿透到深處，對解決日後所呈現的問題就提供很大的方便。對患者的許多症候與行為模式做過分析瞭解之後，就可以對他的人格有一個清晰的圖像，這個圖像在我潛意識中存在，對日後新出現的病徵和表情就更有瞭解的能力。

讓我們再以前面所說的那個青年為例。下面所說的事情發生在開始為他做心理分析治療幾個星期以後。這個年青人曾交給我一份自傳，也曾經告訴我他的一些苦悶，使他最感痛苦的是羞怯和孤獨，除了有種種神經官能症狀以外，一件不幸的情感事件使他更覺不安與可憐。他愛上了一個已婚的年青婦人瑪利，瑪利的丈夫在海外；那是戰時，她丈夫隔一段時間回來一次。這個已婚的瑪利沒有經過多大的猶豫便獻身這個青年，這青年除了恐懼瑪利的丈夫回來之外，感覺到十分快樂。可是等到瑪利發現自己懷孕，就跟這年青人斷絕愛情關係。這年青人雖然一再懇求，瑪利卻不為所動，不過對他還是相當友善。這年青人最後離開了那個城市，來到紐約。他不僅因為渴念原來的戀人而痛苦，而且擔心瑪利不要他的孩子。他無法說明為什麼他會有這種想法，而且他也無法否定那孩子是瑪利丈夫的，因為她丈夫可能在那個時候回來跟她發生性關係。可以確定的是瑪利從來沒有向這個年青人暗示，他可能是孩子的父親。在我看來，瑪利跟這年青人斷絕關係，而決心忠於她丈夫，明白的表示了她腹中的孩子是丈夫的，而不是這年青人的。在跟瑪利斷絕以後，在離開芝加哥到紐約來之前不久，這年青人跟另一個已婚的婦人瑪格特又有過一段短期的交往，瑪格特的丈夫也從軍在外^①。他知道他並不是瑪格特唯一的解憂者。這段插曲很短，並沒有減低他對瑪利的懷念。【^①當然這些人名與地名都不是原名，以為當事人保密。】

在講過這段故事以後不久的一次分析治療中，他開始時的情況異於平常。平常是他躺在躺椅上，這一次他卻坐在普通的椅子上，說，“我要以人對人的態度跟你說。”然後他說，分析治療要中斷一段時期，因為他必須飛往芝加哥，那裡的朋友寫信告訴他，瑪格特懷孕，心情很糟。回去照顧她是他的義務，因為那孩子極可能是他的，是了，幾乎確定是他的。當他說這些話的時候他是焦慮的，強調他對瑪格特的孩子的道德責任，並且把瑪格特的可怕處境做了種種描述。然後他才躺在椅子上，開始自由聯想。

這可以說是一個適當的例子，說明我們應該用什麼態度來看待情感現象，說明某些特徵的意含是無法在教科書上找到的，而弦外之音必須用第三只耳朵來聆聽。我知道，大部份分析者都立刻會注意到這個年青人在短期間內發生類似的

情感事件。他們會認為這是所謂的“驅迫性的重複”(compulsion 婚 of repetition)在作祟，這個名稱用起來當然方便，可是對病情的瞭解卻沒有多大幫助。我打個比喻好嗎？這就好像你要打開一個行李，想看看裡邊是什麼，可是來了一個人，給你的卻不是鑰匙，而是一張標籤，注明行李運往何處；在我看來，這種心理學名詞的應用就是如此。

就像以前常常提到的，分析者的注意力是在患者與自己之間遊動，在他所察覺到的外在聲音與內在聲音之間遊動在這種遊動，之間並不是所有的聲音都清晰可聞，但我盡可能把在聽在看時所產生的內在知覺呈現出來。當我察覺到他的音調比平常為高的時候，我也察覺到他正在銳利的注視著我。我聽到他說今天晚上他要飛往芝加哥。這時有某種東西偏離了我的注意力，那是一種在他行為中的東西。在我的思想裡，有一種霧一般的東西，有一些互相衝突的印象在裡邊攪混，從這些印象中冒出來這麼幾個字眼(或字畫)：“懺悔錄……一本書的封面……盧梭……傑恩賈奎士盧索……”

當那患者躺在椅子上又開始說話的時候，我還不清楚這些念頭是什麼意思。我聽他說話，他說，“剛才當我看你的時候，看到你臉上有嘲諷同情的表情。”當我聽他講他的故事時，我既沒有嘲諷之感，也沒有同情之感。我的注意力是轉向他說話的方式，以及他說話的內容。但現在我突然明瞭(就好像他的話提醒了我)半分鐘以前我想的是什麼，而“懺悔錄”和“傑恩賈奎士盧索”這幾個字為什麼會在我心裡產生，當我聽他說話時，我一定覺得他的故事裡有虛假或做作的成份在內，他對瑪格特跟孩子的擔憂，以及他的道德責任等等，其中都有著不實的成份在內，似乎他是在演戲。是他選用的字眼有虛假的成份，還是整個的故事都有虛假的成份呢？當然兩者都有。他的語法使我覺得他的情感有可疑之處。

當然，“懺悔錄”和“傑恩賈奎士盧索”這幾字是針對這故事本身產生的。在“懺悔錄”中，盧梭說他跟他的情婦生了五個私生子，後來他都把他們送到棄嬰院。給盧梭寫傳的人對這件事情都深表懷疑，認為這段故事是虛構的，目的在掩飾他不能生孩子，因為他的精子不能生育^②。從這裡看來，我心裡的念頭似乎不相信這個年青人是瑪格特孩子的父親，就像我不相信瑪利的孩子是他的一樣，我這種不相信的感覺必然流露出來，即使沒有從其他的方式，也由我的

沉默表示出來，而這個患者必然也做了這種解釋，否則他不可能說在我臉上看出“諷嘲與同情的表情”，我懷疑自己臉上是否真有這種表情，不過我也不能完全否定這種可能性。不過還有另外一種可能性，那就是他自己在講故事時察覺到故事的虛假成份，而把這種感覺投射到我身上，因此無意識中就預料我會這種反應，他在我臉上看到的嘲諷與同情，可能是他預料我會有的，而不是我真正有的。【②近代有些傳記家又在為盧索平反，認為他的這段故事屬實，例如約瑟夫森的盧索傳(Msthew 說 Josephoson,1931)就是如此；但我的主題跟事實沒有關係。我此時的念頭是受許多年前讀過的書所影響。】

儘管如此，我似乎確實在感覺到，這個年青人真正擔憂的並不是瑪格特懷了他的孩子，也不是瑪格特將要怎麼辦，而是另一件事——那件事使我無意識間聯想到盧索。對瑪利與瑪格特的擔心只是一個幕幃，而他真正擔心的是他會不會生孩子。現在——而且也只有到了現在——當我想到盧索和他虛構的五個孩子之後③，我才想起這個年青人在來找我心理分析之初所說的話。他的睪丸一直到青年期以前不久才降下來。他家人常常帶他去找醫生，而他的陰囊發育不全，也必然使他懷疑自己是不是“真正的男人”——這是他後來所說的。現在他對私生子問題的憂慮，顯然是一層幕幃，來掩飾他對生育能力的懷疑。【③我前面已經提過，盧索的故事是真是假，跟現在這個例子中的心理結構沒有關係；有關係的是，我覺得盧索的故事是不真實的。】

這裡有兩件事是使我們感到興趣的，一種是患者自身的心理處境，一種是心理分析者在無意識中所產生的情感與意念，可以說，這個年青人不但在跟我捉迷藏，也在跟他自己捉迷藏。他表演的舞臺還不僅是我的心理分析室；在他這次來做心理分析以前他還跟一個點頭之交的人談到他成了一個私生子的父親——而這跟他一向不善言談的習慣完全相反。從我這裡出去以後，他又去找一對年青的夫婦，(他的朋友)，向他們請教如何去找醫生給瑪格特墮胎④。【④這個患者第二天早晨真的飛往芝加哥，以便弄清實況。結果，瑪格特懷的孩子既不是他的，也不是她丈夫的，而是另一個情人的；這是瑪格特告訴她一個女友的。】

我對這個故事的不相信，當然不是出自有意識的，我當然也驚奇於他在短時期中兩件情感事件的類似，但並沒有覺得他是在我面前演戲，不過，我確實感覺

到有一種勉強的感覺，覺得他的話有虛假或做作的成份。然後《懺悔錄》那本書的封面以及書的作者就在我心中出現。這裡我要強調，關於患者的性無能感，當時只在我潛意識中存在，後來在我瞭解了自己的聯想的含意時，它們才出現在我的意識層面中。在這個例子中也和其他例子一樣，我情緒的反應要比我有意識的思想正確得多，而且也比我的知性明敏的多。(在這裡必須重複一下，對自己內在的聲音加以留意是非常重要的，尤其是因為現代人的內在聲音已經漸漸被“理性”和“知識”所淹沒。現在要想把新的觀念裝到心理分析家的腦子裡，比裝到自由女神銅像的腦子裡更為困難。)

我認為，如果不是前幾次對這個年青人做過分析，對他的性格有相當的瞭解，我便不可能察覺到他現在的故事中“自吹”的成份。關於金香煙盒的故事，他也表現著同樣的自吹——“這跟我純樸的性格不合。”在他談到瑪格特腹中的孩子時，是了，甚至在他這次心理分析開始時那句話，“我要像人對人那樣對你說”，都透露著做作的成份。現在我又想到，在這個患者跟盧梭之間還有另一個相似之處；那就是他表示的一些意見——尤其是關於社會方面——他強調純樸，他的感傷，他對世界的一些年青人的看法，以及他戲劇性的自我指控，都使我無意識間想到盧梭⑤。【⑤對這位日內瓦作家的文才我雖然贊佩，但我對他這個人卻不怎喜歡；這一點我無法否認，而且也不應當否認。現在我想到我這位患者對情人的態度也跟盧梭有相似之處，盧梭把他的情婦華倫夫人像母親那樣看待，甚至管她叫“媽媽”。】

這時我又產生了另一段聯想。它跟 *theatrical* (戲劇化的，表演性的) 這個字有關，但也只是表面上有關。接著我的念頭轉到另一個患者的夢境上去，這例夢跟戲劇有關。這兩種聯想會連續產生當然不僅是表面的關係，至於更深一層的關係也許後來會出現，但我們先談談這個夢：

我走在街上，遇見了喬和梨莉安。他們告訴我梨莉安要演這齣戲中的那個角色，還要準備另一齣戲中的角色。我起初的反應是憤怒。為什麼愛麗斯沒有得到那個角色呢？我熱心的祝賀梨莉安，但覺得自己像是一個偽君子。我猜測愛麗斯如果知道她妹妹獲得這個角色會怎麼想。愛麗斯進到屋子裡來，我把這消息告訴她。使我極為驚奇的是她竟然大為高興。

在這裡我所要談的並不是對這個夢的細節的解釋，而是我如何對這個夢的主要部份做瞭解，而這跟患者的性格卻有著很重要的關係。讓我們先談談他跟夢中所遇見的人的關係。

愛麗斯和梨莉安是姊妹，兩人都是演員，梨莉安嫁給了喬，愛麗斯還是單身，跟妹妹與妹夫住在一起，做夢的人是愛麗斯的戀人。他非常關懷愛麗斯的舞臺事業，讚美她的才份，盡可能幫她去爭取演出的機會。愛麗斯想要扮演一齣新喜劇中的某一個角色，在患者做夢的頭一天，曾經去排演過。患者遇到舞臺經理，後者告訴他說，“愛麗斯排演得很好，不過可能不是適當的人選。”

因此，這個夢似乎是在這種狀況下開始的：得到這個角色的不是愛麗絲，而是她妹妹，做夢者為此憤怒，他猜想愛麗絲如果知道這個消息不知會怎麼樣，愛麗斯竟然很高興，這使他大為放心。這個夢中願望的實現是隱藏的，不從它表面的內容猜測出來，而必須對做夢者秘密的情感有所洞察。在意識的層面他固然渴望愛麗斯的舞臺事業成功，而如果她沒有獲得這個角色，他會感到難過，可是這種挫折卻會滿足他另一方面的願望；他是非常嫉妒的，他預料到，他這位可愛的戀人如果獲得了那個角色，必然會引起許多男子的讚美與追求。是的，他甚至可以預料到某個舞臺經理或男演員會故意選用她，而這種可能性是他一點也不喜歡的。因此這個夢就是從他又懼怕又希望的處境下開始的，也就是不讓愛麗斯扮演那個角色；獲得這個角色的不是她，而是她妹妹。而夢的最後一個部份，則把另一種憂慮也排除了，那就是，愛麗斯並不因為她的失敗而沮喪，她甚至因為她妹妹成功而大為高興。把這個夢說是偽善的夢，自然說得通，因為做夢的人所表示的情感並不是他真正的情感，而是裝作出來的。這種偽善的成份甚至在夢裡邊都表現出來，那就是“我熱誠的祝賀梨莉安，但覺得自己像是一個偽君子”但這些表面上虛偽的部份也正表達了做夢者的內心。因為如果是梨莉安獲得了這個角色，他會非常高興，因為這樣愛麗斯就不致於暴露在其他男人的追求下。他並不喜歡愛麗斯那麼野心勃勃，那麼熱衷於戲劇生涯；只不過他不肯向自己承認而已。表面上他雖然很熱切的希望愛麗斯成功，而當她失望的時候又感到憂慮，事實上他卻希望她放棄這種危險的職業。

當我聽這個患者在談論他的夢，和產生夢的原因時，我清楚的有這樣的印象：夢裡他雖然憤怒於愛麗斯沒有獲得這個角色，但實際上他卻非常高興。我這個印象非常強烈，那患者一邊在說舞臺經理如果不選愛麗斯，他將非常失望，我卻一直有這種印象。那麼，這例印象是怎麼來的呢？此時我還找不出原因。在他的聲音和動作中都沒這樣的線索，在以前的幾個鐘頭中也是一樣，一直到這時以前，我一直以為他希望愛麗斯成為偉大的演員——當然這是愛麗斯自己的願望。從這個夢的顯在內容和隨後的聯想來看，這個夢只能如此解釋。可是我的新印象又從什麼地方產生呢？我不知道，可是我想那是在他報告這個夢以前一句不經意的話，在我心中引起了回音。他說，“我昨天晚上做了一個夢……很好笑(that 他 was funny)”。

這句話當然跟梨莉安得到了那個角色，而愛麗斯則沒有得到有關。這句話似乎在我心中產生了一種訊號，現在當我想把這個訊號用有意識的語言翻譯出來的時候，意思等於是這樣：這個做夢的人在夢中跟某件事或某個人開玩笑(makes fun of)，對這個夢做解析以後的好幾個小時，我才想起了弗洛伊德在三十多年以前就教給我們的事情，那就是做夢者對於自己的夢所說的話，或所做的評論，事實上是夢的一部份。

讓我們談談另一個例子：

一個人夢到他帶一個女孩子去郊遊；黃昏的時候他們在草地上躺在一起，他想跟那女孩子做愛，那女孩子則抗拒。他想脫她的衣……

這時做夢者說：

這裡好像缺了一些什麼。夢裡空了一塊(There is Something missing here. There is a hole in the dream.)當然，這句話並不是在指夢的內容；這句話其實是夢的一部份。它所描述的是這個年青人在看到女性生殖器的印象，因為這個年青人正從同性戀轉入異性戀的階段。同樣，“我做了一個夢……很好笑”，意思是指在夢裡開了玩笑，而不是那個夢使他覺得好笑。

什麼地方好笑呢？局外人找不出來，可是對這個患者有相當瞭解的心理分析者卻會立刻察覺到他好笑的地方。要瞭解這個夢的性質我們必須知道兩件事。妹妹梨莉安(在做夢者和熟悉行情的人看來，和愛麗斯相比)不是一個好演員。愛麗斯很嫉妒梨莉安，兩姊妹之間隱藏著對立的心情。做夢者有強迫性精神官能症的傾向，他會說一些諷刺的話，對事情有一種諷刺的看法。在他做夢以前，戲院經理的話一定也在他腦子裡迴響。因此，當他夢到梨莉安這個蹩腳的演員竟然獲得了那個角色，他便產生了那種荒唐、不可信的感覺。但是當愛麗斯知道梨莉安獲得那個角色竟然大為高興，這就更荒唐更不可信了。因此這個夢是從這個意念開始的：我希望愛麗斯不要獲得這個角色，因為我嫉妒，如果任何男人注意她，我都會非常懊怒。別人應該得到這個角色，任何人都可以，甚至梨莉安也好。現在這個可能性在夢中實現了：梨莉安獲得了這個角色，而他恭賀她。在夢中諷刺的意念也表露出來：梨莉安這樣一個差勁的演員竟然得到了那個角色。這種念頭並不是直接表達出來，而是跟另一種荒唐的事連在一起表達出來：愛麗絲竟然因為她妹妹取代了她而大為高興，換句話說，這兩者都是超乎想像的。不可否認的，從這種強烈的諷刺中，透露出做夢者對愛麗斯強烈的反面情感或敵意。在夢中患者對這兩個姊妹都開了玩笑；這兩個姊妹表面上和諧相處，內在卻勾心鬥角。他的夢等於說：梨莉安是一個差勁的演員，愛麗斯則是一個嫉妒的女人，她甚至不能容忍妹妹的成功，除此以外，做夢者仍舊顯然不願意愛麗斯出任那個角色，這仍舊是那個夢的基本原因。因此，其中的諷刺部份是屬於另一個心理層面的。

對這個患者的性格分析提供線索的，不是這個夢本身，而是這個夢所產生的種種因素是他這個夢的構成資料，以及他如何在夢中運用這些資料。

在我所舉的幾個例子中，潛在內含與事實之間的關連並不清楚。人對自己的自我欺騙實在令人吃驚。回想起我所治療過的患者，他們對自己都在欺騙(當然我對自己也存著一些幻象。)譬如說，有一個人，他深信他的老闆討厭他，看不起他。事實上卻是另一回事。這個人表面上對老闆盡忠盡義實際上卻厭恨有加。有一個女孩認為大部份男人都是低等動物；她說，“男人是人嗎？”可是潛意識中她卻懼怕自己沒有吸引力，沒有男人會注意她。有一個中年人希望心理分析會讓他完成年青時期的願望，實現年青時的野心，然而這許多年來他無意識間卻都在破壞自己的願望。然而心理分析是不會造成奇跡的；當他從心理分析室出去的時候，又為自己造了一個幻想的宮殿，一輩子蹉跎過去。如果能把那

夢幻的宮殿柝除，而建立起一所實際的小房子，心理分析者於願已足。

心理分析學有一句箴言，“真實於你自己，”但要做到這一點卻頗為不易。有些患者會問，“什麼樣的自己？”分析者如果能看到患者人格的可能面和實在面，就能回答出這個問題。分析者在這種情況下代表著患者所處身的社會，只是他在心理上有更深的洞察力，在精神上有一種慈善的準備。我們對自己的性格有很多地方並不清楚，反而是身邊的人，家人，朋友甚至敵人對我們更為明白。如果我們聽一聽他們的話，固然聽到的不是全部的事實，至少也是其中的一部份。我記得匈牙利有這麼一句諺語：“如果有一個人說你是馬，笑笑算了；如果有兩個人說你是馬，就得想一想他的話；如果有三個人說你是馬，你最好買個馬鞍背起來。”

第十八章 洞察

心理分析學就像想像力一樣，是無法靠強記來學得的。它裡邊最重要的部分都必須我們從生活中去體會。心理分析者有他的洞察力，學生都很渴望獲得，但我們能不能把這種洞察力“教給”學生呢？洞察力當然只是一連串思想的一部分，但仍舊是最重要的一部分。洞察力是從潛意識裡浮生出來的；用分析學的術語來說，是從第一個心理階段到第二個心理階段所產生的觀念。

我打算把洞察力發生的時刻稱為“開始點”(point of departure)，我甚至想用一點學術性的名詞，管它叫做 *status nascendi*。我沒有這樣做，這不僅因為拉丁文有點做作，而且因為它不十分正確。觀念從潛意識中經過消化而浮現出來的時候，並不是起始點，起始點往往比它早得多。譬如說，對於某一個心理過程的意念，我們可能早就“領會”了，可是卻一直沒有“察覺”；這表示我們對這件事情還沒有有意識的認識。但我們的反應以及一些念頭，卻證明了我們已經在潛意識中對它隱藏的意義有所瞭解。

我們如何認識起始點呢？要回答這個問題並不容易。

一九三五年，我曾分析過一個年青的醫生，他說，那一天下午，他要等候一個年青、有吸引力的婦人前來應診，這是她第二次，第一次那婦人來的時候，他沒有清理他的房間，並且把這件事告訴了那個婦人。他並且說，他一向就不喜歡臨時抱佛腳，等到有什麼重要的人物來訪問的時候，特別把屋子清掃一番。他覺得那樣做是虛偽，可是呢，他今天卻把洗臉室親自徹底清洗了一番。這兩種態度當然是相反的，可是其間的關係我們卻很容易忽視，而只注意到強烈的

對比。可是這時我覺得這個醫生是不是小時候常常尿濕了馬桶的座位，而被他母親責罵？而我這個觀念是從什麼地方產生呢？我把這個想法告訴那年青的醫生，他回憶到十二歲或十三歲左右的時候的一些事情，而這些事情間接的證實了我這種想法，不過，他並沒有清楚的記憶使我所猜測的事情得到完全的證實，然後他又偶爾提到一件事情，那就是在尿急的時候，他會在洗澡池裡撒尿，然後用熱水很快的把它沖乾淨。

不久以前，我給一個病人解釋了他的一個夢：他對他的姊姊說：“哈哈，一毛錢比一塊錢還多。”做夢者想不出來任何痕跡可以讓我們對這個夢有所瞭解，只有一點線索：他覺得這個夢開了一個很大的玩笑。他記得他醒來之後立刻記得這個夢，而對它的內容不知做何解釋。為什麼在夢裡會大笑起來呢？笑話出在什麼地方呢？他又說，他有時候做一些夢，夢裡邊有一些非常機智幽默的句子，可是當他醒來的時候，卻發現這些句子平常得很，或者無聊得狠，根本就不好笑。現在讓我們談談這個夢。一毛錢比一塊錢還多，這當然是不對的，可是又有什麼值得好笑呢？這句話裡幽默的成份在那裡呢？在夢裡他很清楚，他發明了這一句精采的話，很以為自傲。我無法幫助這個患者瞭解他的夢境，我自己就不瞭解，由於他無法提供一些聯想，因此我一籌莫展，這種情況就像一個埃及的考古學家突然面對著一塊古代的象形文字雕刻，可是那種文字的解答還沒有找到。除了那個患者的一些生活情況外，我完全接觸不到這個夢的邊緣。譬如說，我知道他要給他姊姊錢，而這件事又必須隱瞞自己的太太。幾個星期以前他曾經向我抱怨道，他的姊姊貝蒂又向他要錢。還有一次，他姊姊的女兒要去旅行，他又不得不掏腰包，貝蒂向他要的錢數目越來越大，然而他又無法拒絕她，因為他知道貝蒂是多麼貧窮。有一次他引用了一句猶太人的咒言來表示自己的處境，這句話是：“你要成為你家族中最富裕的人”，這句話的意思是：當你成為你家族中最富裕的人，你的心就永不得安寧，因為你的良心驅使著你，要資助所有的家人和親戚，把你的財產分給他們，以致于你永遠都在憂慮怎樣支持他們，因此你便不可能再享受生活。突然間我似乎對這個夢境有所瞭解，我察覺到這其中必然有嘲弄的成份，我把他的話在腦子裡重新想過一遍“哈哈，一毛錢比一塊錢還多。”這其實並不好笑，而是奇怪。這時突然有一些念頭在我心中流過：奇怪，哈哈……奇怪……怪……哈姆雷特……痛苦也會使人發笑。然後我告訴那患者，在夢裡他坦白的向他姊姊表示了責備之意，用一種諷刺的方式告訴她，他不願意再負擔她日增的需求。

這個夢是針對他姊姊的態度而發的，每次他姊姊向他要錢的時候，都裝出一種表情，好像他給她的錢實際上並不很多。她每次都把她向弟弟要的錢說成沒有什麼樣子；而這弟弟在夢裡邊就針對這個態度而發；他的方式就是說一些荒唐的話來反擊他姊姊的荒唐。當他說，一毛錢比一塊錢多的時候，他其實是在諷刺他姊姊那種態度的荒唐。

我的念頭是這樣連接起來的：一開始我想到：“奇怪”(odd)，而這兩個字跟“好笑”(funny)與“奇怪”，“偏頗”(strange, eccentric)有連帶關係……然後哈姆雷特的一景在我心裡產生，那就是這個丹麥王子在戲弄兩個朝臣的情況，那兩個朝臣一個是哥登斯坦(Guildenstern)，和羅森可蘭茲(Rcsencrantz)，第二幕第二景……哈夢雷特說了一些荒唐的事，來顯示他們的虛偽……哥登斯坦和羅森可蘭茲在德文中的意思是“金星”和“玫瑰花環”……這種是德國官員強加在猶太人頭上的，為的是讓他們顯得好笑……猶太人……這個患者是猶太人……他那種心不甘情不願對家人的無條件支持，也是猶太人生活圈子裡典型的事情……這時一句猶太人諺語來到我腦子裡，“痛苦有時候也會使你發笑”(猶太式的德文，原文是 *Leid macht auch lachen*)。我針對著這些意念，然後對這個夢有了一些瞭解。我並不認為對這個夢已經做了充分的分析，不過我已經掌握住它的情感性質，可以說是它的心理氣氛。這個夢等於是在說：假如你認為我給你的錢不算數，那你也可以說一塊錢比一毛錢還少；或者，你所說的話無聊，可笑。患者的這種觀點就是用一種非常諷嘲的態度表現出來。

這個夢的另一個特質，是做夢的人覺得它如此機智，以致在夢中笑起來。他的笑並不是歡樂的，而是苦澀的，或者說是一種難堪的幽默。他做夢都開玩笑，而這個玩笑其實是一種斥責。當我把這個意思告訴了患者，他立刻加以肯定。他告訴我，在他做夢的前一天他母親對他說，他姊姊向他要一些錢，以便應付一些開支。在他入睡以前，他想到明天要跟他姊姊說一些話，告訴她，他無法忍受她日增的需求。心理分析者在做分析工作的時候，他個人的思想系列如何達到他的結論，往往很少人談起，然而在某些情況下談談這樣的路程卻是必要的。使我達到結論的那些思想系列，往往看起來卻非常唐突，在意念與意念之間似乎缺乏邏輯和道路；可是當我們對它做更進一步的審察時，卻會發現其中一些邏輯的關連，譬如說，哈姆雷特如何跟那句猶太諺語連接在一起呢？當然，兩者的關連是由於它們都隱藏著一種諷嘲；猶太王子對他朝臣所說的話，和我那位患者所說的話中都有著諷刺的成份在內。可是這兩件事情還是很遙遠的，那麼其中的關連在什麼地方呢？就是在兩個朝臣的名字上。哥登斯坦和羅森可蘭茲是十七世紀德國官員加給猶太人的名字；當時的猶太人只有希伯來名，可是德國人卻給他們強加上德國名字，而這些名字又十分好笑。因此兩者的關連是繞了一個圈子才連接起來的，那就是從莎士比亞轉到了猶太人。另一個因素當然是莎士比亞的這齣悲劇中竟然有兩個德國名字，而這兩個名字又使我想到了猶太人而不是德國人。在這一出英國戲劇中為什麼會出現這兩個名字呢？①兩者的關連還有另一個原因：和前面的兩點同樣奇怪的一個回憶，這回憶是當我想要分析的念頭為什麼會從莎士比亞轉到猶太諺語的時候，才在我腦子裡出現的。【①就我所讀過的莎士比亞版本中，還沒有任何批註家提到這兩個朝臣為什麼會叫哥登斯丹和羅森可蘭茲。】

許多年以前，我喜歡到維也納一家小吃店，因為那裡的香腸和小菜非常好吃。店主的名字叫比爾，這在維也納猶太人的圈子裡是大家都知道的。這個小吃店的櫃檯上方釘了一個木頭板子，板子上印了幾個字，上面寫道：“哈姆雷特曾說，To Biel or not to Biil, that is the question.(到比爾那裡去或不到比爾那裡去，這是問題的所在。)”【譯注：哈姆雷特戲劇的原文這一句原來是，To be or not to be,that is the question.(“存在還是不存在，這是問題的所在。”)】這一句打渾的話使我發笑，當然別的人也是如此，這一句開玩笑的話意思是不是這樣說呢：如果哈姆雷特不要去為那些形而上學的問題傷腦筋，而只問問他最切身的問題，好比說要不要去比爾那裡呢，也許他就不會那麼痛苦了。由這個回憶，在哈姆雷特與猶太人之間又找到了一個好玩的關連。猶太諺語(我在幼年時聽到的)說痛苦有時候會使我們發笑，這件事也是兩者之間的一個橋樑。這時接著這個諺語，我才在有意識的層面對那個夢的性質有了瞭解。這個夢就是表現了這麼一種意思：從他的痛苦中，一種苦澀的，諷刺的笑聲產了出來。②他的夢根本就是一種嘲諷。【②在夢的解析的文獻上有一個小問題沒有包括在內，前面所提的例子則可以把這個小問題導向解決的途徑。在夢中使做夢的人發笑，或使他夢中的聽眾發笑的內容，往往都表示一種諷嘲的成份。這種諷嘲有時候可以轉向做夢者自己；譬如說，有一個女人，她做夢的時候用兩個很不相配的名字稱呼自己，一個是妓女，另一個是聖女。在夢裡覺得某些現象似乎好笑，可是醒來的時候，又覺得它很平凡，甚至於，這種情況並不少見。對這些現象繼續加以探討，我相信對於機智和某些夢境，會有更深一層的瞭解。】

一般說來，分析者當然不會去觀察他自己在為人做心理分析工作時的心理過程。在這裡我之所以把這種過程加以觀察和說明，是為了科學研究上的目的之用。在心理分析工作上，對心理分析者自己的心理過程做觀察與分析是不必要的，因為重要並不在分析者的思想過程的細節，而在它的結果。當分析者用第三只耳朵諦聽他自己內在的聲音時，他們目的只是要找尋被分析者語言背後所隱藏的意義，他自己的思想，其實只是一種媒介，用來讓他掌握住患者心中的秘密。研究光學的科學家當然是要用眼睛觀察光的現象，並不要去思考他的眼睛如何，他的注意力是指向目標，可是一個科學家如果想要懂得光、陰、形、色以及整個的視覺過程，他就必須對眼睛的結構有所瞭解。同樣，心理分析者對他自己的潛意識也必須有所瞭解，而這種潛意識正是他的工具，使他得以察覺他人潛含的意義。

我有意的以最原本的例子為限，因為這些例子可以使我們明瞭起始點在何處，觀念又如何從潛意識的過程中浮升出來。

我不知道別的心理分析者是不是有相同的經驗，但就我來說，意念從較深的或

較模糊的層面浮現出來以前，剎那的時間有一種疏離狀態，有一種暫態即過的空洞感，好像心不在焉似的，好像一種迷霧的感覺。這就好像分析的認識力在出現以前，有片刻的時間心智空白起來。(這可以說是黎明前的黑暗)。這種空白的片刻，可以說是潛意識對認知能力走向意識界的抗拒吧，而同時呢，也宣告了它從潛意識向意識層面的浮升。心理的情況可以跟倫布蘭對光的處理相比；有一個人就曾這樣形容倫布蘭，說他是“把燈蓋在門簾裡的人，他會突然把門簾打開，以致於我們當下因為耀眼的光芒，什麼都看不到。”這種一瞬即過的渾沌狀態，立刻跟著明析透澈的了悟，那是由領會的觀念邁入了意識的門檻而產生的。我們不得不假定，這種心理過程中，含有精神上的動力學與經濟學的性質，緊張的心理狀態在某個時刻會突然得到松釋。

在分析的過程中，我們往往可以靠推理的方法而得到結論；有些問題當然可以靠常識和邏輯來解決。但在心理分析者來說，這不是最重要的方法。分析者到達最深的心理瞭解，並不是靠理性的推論，也不是向它跳過去。最好的辦法就是等——等那結論向自己跳過來。在這一刻，在經過了一段時期的懸疑之後，他會產生那種“噢，這就是了”心理經驗。下面我要用兩個例子來說明這種情況。

第一次大戰後不久，在奧地利一個城市中有一個年青的建築師向我求教。這個人我在社交場合中曾經見過面。他三十五歲，跟年老的母親住在公寓裡，過著舒適的單身生活。他雄心勃勃，事業很成功，他的工作，朋友，以及他對藝術的追求都使他生活得快樂。不久以前，他剛剛完成了一棟建築，這是中等高度的摩天樓，該城的第一棟。由於那時城裡缺少住宅，他的大樓很受訂戶的歡迎；其中有許多房間已經在裝修，準備遷入了。他為了這棟建築花了很多心血，現在正應該是高興的時候。他是一個聰明的人，情緒相當穩定。雖然有些嚴肅，但一般來說總是歡樂的；受到大家的喜歡與尊重。

當我到他的公寓去看他的時候，他已經變了一個人。躺在躺椅上，深深陷入絕望之中。他對我做了一番生動的報告，但最後被他的抽咽打斷。他說，他完全明白為什麼自己那麼沮喪，可是他也知道沒有任何人、任何東西可以幫助他。可怕的災難在威脅他整個的生命，但沒有任何東西可以把這厄運扭轉。一切都完了。他剛剛完成的那棟大廈，地基出了問題，而這件事讓他無日無夜的煩惱，他記不清這種疑慮是從什麼時候產生的，是自己產生的？還是安全審查員會的一個委員說了一句話引起的？地下水威脅到建物的地基，不久以後可能會使大樓陷於危險。他記得，在地下室，屋頂，牆壁與天花板剛剛審查完畢以後，那種疑慮第一次把他鎮壓住。他用建築術語向我提出解釋，可是口吻之中卻充滿情感；他說他已經盡了所有的努力，對這棟大樓的各方面都做過詳細的考慮，在建築之前，對於土地做過徹底的堪察，一開始的時候，這種致命的疑

慮也像其他的念頭一樣，一晃即過，可是它又反復出現，越來越強，到最後變成了可怕的固定觀念。地下水一定會把地基沖毀，因此那棟大樓有一天會倒下來。這種不堪想像的災難會把上千的人的生命財產毀於一旦。他用建築學上的知識向我描述地下水會如何侵蝕地基，如何對住戶造成危險。

他請了一些建築學的專家組成特別委員會，把這棟大樓重新檢查。他把檢查的報告拿給我看。當然我看不懂上面的術語，但就我外行人的眼光看來，那報告似乎認為在可預見的未來，這棟大樓並沒有任何危險。當然有些段落也可以解釋說，地下水在將來值得顧慮。這個患者——他比我更聰明，也更善於言談——則想說服我，讓我相信那報告寫得很客氣，免得傷了他的情感，或壞了他的名譽。我把報告重新閱讀一遍，由於我不瞭解技術名詞，一直不能確定患者的憂慮有沒有實際根據。

他絕望，不肯去辦公室，不見朋友，癱瘓在哭泣中，這是不是自然的呢？一個年青的、有雄心的建築師，發現了他辛苦經營的大廈不但是一場失敗，而且成為數百人生命的威脅，他豈不是一定會感到極大的痛苦？

他說的每句話似乎都合邏輯，清楚而前後一致。然而我心裡卻有一種模糊而斷然的感覺，覺得他這種沮喪的狀態必然還另有原因。在他的故事中也有一些略為不一致或不精確的地方。我覺得他的憂傷固然是真實的，但原因卻在另一方面。當他問我證明委員會的報告所意含的結論時，他的論證只讓人口服而不能心服。他的話似乎是像某些小說家對故事的佈局一樣，是“編”出來的。

他的故事編得很好，不過其中有小小的缺陷，那些缺陷你要用眼睛看是看不出來的，但用熟習的手在上面慢慢的摸過去，你就會有所察覺。在紡織業的行家來說，這叫做“疙瘩”。這個年青的建築師所編的故事中就有著這樣的疙瘩存在。這些事情使我感覺到他的沮喪一定有潛意識的因素在內。

在我們談話的中間，這個患者偶然提到——口吻上帶著一種自嘲——他這樣一個建築師，為別人建築房子，卻沒有一棟自己的房子，而跟他母親住在公寓中。我當時就飄過一個感覺，覺得這裡邊一定有點什麼。又有一次他告訴我，幾年以來他一直跟一個已婚的婦人有關係。當他承認有些外在的困難時，我就察覺到他一定有內在的糾葛。他說在這個城裡，謠言傳播得很快，因此不能在這一帶跟他的情人相會。那女人又不能到他家來見他，因為他母親一定會強烈的反對這種關係。他本想在他所蓋的大樓裡租一個小公寓，可是這必然又會引起懷疑。為了保持秘密，他跟他的情人決定只能在鄰近的城鎮見面。

這就是線索嗎？我有一種印象，覺得患者跟他情人的關係並不全然是快樂的，

其中有著不快樂的層面，我似乎覺得在這結婚的婦人和對大樓的安全顧慮之間有某種關連。他對大樓的恐懼是不是跟他無意識中對那女人的死亡願望有關呢？在他對大樓的疑慮背後，是否隱藏著他的謀殺傾向？

這時我想到很久以前在維也納另一個患者的故事。一個結過婚的男人跟一個年青的女孩捲入性關係中，他常常到女孩的公寓去找她，可是一直恐懼被他太太發現。他懼怕他太太的嫉妒與憤怒，因此極為小心。他常常產生一種幻想，這種幻想使他非常恐慌。他想像到，夜晚當他離開情人之後，一個窺伺他們的人破窗而入，把那個女孩搶劫和謀殺。員警的偵查會發現他是當晚跟那女孩最後相處的人，因而逮捕他，控告他謀殺。

當然我很清楚，潛意識中對於自己的戀人這種謀殺的願望常常藉著類似的幻想而表達出來，在這種幻想中，罪行移植到另外一個人，一個不知名的人身上。目前這個個案是否情況相似？這個建築師對他已婚的情人確實也有敵意的情感。他坦白的承認，他有時對她的丈夫覺得嫉妒，對他們私下約會的不便感到憤怒。這是否就是他情感迷宮的線索呢？然而這個線索並不能使我們對他的疑慮有所瞭解。他跟那女人的愛情和對地下水的擔憂，在他對情婦的敵意與對新建築的安全關懷之間，究竟有什麼關係呢？當然，我可以在其中找出一些關連，然而這些都似乎牽強。我明白此路不通。

現在我開始越來越感覺到那種突然融合貫通之前的懸疑狀態。氣氛是像霧一般，我置身於黑暗中，摸索前進，不能確定走向何方。正在這時，那患者提到——似乎十分偶然的——在大樓完成之前不久，他產生了另一件煩惱。他年長的母親身體不舒服，經人勸告，最好是找婦產科醫生檢查。醫生告訴他，他母親可能害了子宮癌，應該到大醫院做徹底檢查。這件事當然使他非常騷亂。第二次檢查的結果沒有定論。這個年青的建築師在提到他母親的情況時，完全沒有說到跟他自己的沮喪有什麼關係，可是我卻立刻明白線索正在此處。我對自己說，“現在我找到了鑰匙，可以把那禁房打開，可是房間在那裡呢？”

那建築師不是說過他們的公寓嗎？那公寓不是跟他的母親和情婦都有關嗎？我向這個方向摸索前進，等待著進一步的資料。這個資料在另外一個段落出現，而我立刻把這建築師潛意識中的思想組合出來，因此發現了他的沮喪的真正原因。我的組合，是心理學上的補綴工作，但是它跟我和患者所知道的事實都距離並不遙遠，而我所做的也只是把兩個意念的領域接通起來。

下面是補綴的結果。有一天晚上，當這個年青的建築師正在擔憂他母親的疾病時，他突然對他的情婦有一種性與愛的渴念。他當然不可能現在見到她，可是他非常渴望把她抱在懷裡。她會安慰他，讓他鬆弛下來。如果他有自己的公寓

多好！這時兩組意念碰在一起，一組是對他情人的渴望，一組是可以讓他們相見的、屬於自己的公寓。這兩組意念的相遇，突然產生了另一個意念，而這個意念卻是他用一切力量抗拒的。這個可怕的意念如下：“如果我母親死于癌症，這公寓就完全是我的，我的情人就隨時可以來，而我們的幸福就不再有阻礙。”他承認這個意念確實在他心中模糊的發生過，可是他否認這個意念有希望他母親去世好讓他便於跟情人相會的願望。然而，很顯然，這正是為什麼他會對這個意念那麼恐懼，他為什麼對他母親的焦慮日增，又為什麼對他母親更為孝敬，而且也不再想見他的情人。

他沮喪的原因就是從這個無意識的深淵中冒出來，因為他對這種願望的排斥是如此之強，他的沮喪也就如此之嚴重。當我們把這種心理狀態重新組合，我們就和道，那地下水是毀滅性的疾病的象徵，那不可抵抗的自然力量代替了他潛意識中的願望與衝突。

我前面所提到的一些不平順、不適當的感覺，為我們預鋪了道路，使我們對患者的情感過程有所瞭解。但真正的線索卻跟患者所說的話有相當遙遠的距離。我覺得心理分析者必須把心理事實與心理線索加以區別。事實是已知的，它們造成了患者的情感現象。線索則是另一種資料，它們的重要性還沒有經過檢查，它們的意義我們還不清楚，但這種線索對問題的解決有很大的作用。事實可以使我們把事情看清楚；線索則可以使我們發現事情，而這些事情原來就在那裡，我們卻視而不見。事實是我們有意識的加以採用的；線索則是從回憶的儲藏所中冒出來的。事實是在明亮的日光下擺在面前的；線索則必須我們去找尋。事實訴諸理性與反省；線索則會引起想像力的反應。事實跟確定的知識有關；而線索則跟“靈感”有關。事實給我們智性的確定感；線索則在意念的領域中引起懸疑。

當我們閱讀一般的心理學報告時，常常覺得醫生們的瞭解過程乾淨俐落。心理分析術語構成了一個鐵幕，使患者對於新觀念的產生完全不能瞭解。然而，心理分析者豈不是天天都在跟問題掙角嗎？他不是像雅各伯跟天使那樣角力，說，“除非你祝福我，我就不讓你走”嗎？可是在心理學的報告中，這些困難都一概略去不談，好像蒸發不見了一樣。在那種報告中，再也沒有猶豫不定和困惑的線索；一切都分門別類了，一切都定型了。但分析者的診療室中所發生的情況卻完全不是這個樣子。那些文章中固然有些心理學的傑作，可是對於分析者的困惑、錯誤、懸疑與驚奇等等卻隻字不提，因此他們所報告的便只是浮面的經驗而已。

從另一些分析經驗看來，我所說的領會前的懸疑狀態並不一定跟神經官能症的疑難之解答有關。下面一個個案就是如此，在這個個案中，使我困惑的並不是

患者隱藏的情感內容，而是他行為的動機。有一個年青人請我來做心理分析，開始後不久他就告訴我一些幻想，這些幻想使他想跟女人性交，或者想手淫。這些幻想已經夠奇怪，可是他的愛情生活卻更為奇怪。在我心裡，我管他叫“不情願的唐璜”。

他報告說，看到跟別的男人在一起的女人，他就想去誘惑。不管什麼時候，如果他遇到這樣的女人，只要情況有利，他就利用一切辦法要跟她們上床。在性行為以後，他就沒有想再見到她們的願望。故事到此為止，聽起來當然像古典的唐璜故事，而這是雄性動物的通性。可是再進一步考察，他又有一些特徵跟一般的唐璜行為不同，這些在文學著作中都找不到。這個年青人跟莫林納(Tirso de Molina),莫里哀與拜倫的作品中所描寫的唐璜不同，跟莫札特的《唐·喬萬尼》和蕭伯納的《人與超人》在舞臺上所描繪的唐璜也不一樣。我這個患者有許多個人特徵，因此要三言兩語把它們做一個敘述是不可能的，然而下面選了幾個特徵，也就足以看出他跟文學上的唐璜之不同之處。

引起他欲望的女人，都必須是端莊的，而且愛著別的男人；女混混兒和妓女他覺得不值。他喜歡這樣想像：他所渴望的女人，一開始是不情願的，最後則終於向她們自己的性欲投降——儘管她們還愛著另一個男人；這是跟一般的唐璜不同的地方；而如果我們對那些激起他性欲的幻想做進一步的瞭解，那就會覺得更不尋常。以下是少數幾個例子：一個女人跟一個男人有關係，這個男人是她開始時拒絕的。後來她卻享受在她丈夫面前跟那個男人作愛……一個女人愛她的丈夫，可是當著她丈夫的面前被人強暴，看著她在強暴者的懷裡狂歡。

這個患者讀到一篇約翰·厄斯肯的短篇小說：一對年青的夫婦到遠處進香，祈求生育，因為他們到現在還沒有孩子。在路上他們遭受一夥強盜的打劫，她的丈夫被打昏，而在這個時候強盜的頭子——一個紅發的粗漢——強暴了她。我這位患者感覺到特別興奮的只是故事中的一個字：當那個女人走向他恢復知覺的丈夫時，感到“害羞”(“ashamed”)。患者認為這個字表示了這個女人雖然仍舊忠於她的丈夫，卻享受著跟土匪的性交。這個幻想的重點落在那女人無恥的歡樂上——雖然她愛著她的丈夫。

譬如說，報紙上有一段新聞就使他大為興奮：一個窺伺者潛入一個屋子裡，把丈夫綁在床上，而跟太太性交，叫丈夫眼睜睜的看著她妻子的享樂。夫妻交換的情況也使他興奮。他喜歡想像那些太太們違反著自己的願望享受著她們所不愛的搭擋的擁抱。此外還有一個類似的幻想：一個女人發瘋的愛著一個年青人，可是卻嫁給另外一個人，既不是由於父母親的強迫，也不是為了金錢。在結婚的那天晚上，她在她所不愛的丈夫懷抱裡經歷到狂歡，說，“你使我過癮極了”。

我管這個患者叫做“不情願的唐璜”，因為他並不是心甘情願想去誘惑女人，而是受著一種驅迫，他想反抗而無能為力。為這種追求與享受所花的時間與金錢使他感到痛惜。如果他能夠免於這種驅迫，他會覺得很高興。事實上當某些外在的情況阻止他去追求女人，或他事務纏身無法赴約的時候，他會如釋重擔，會覺得快樂。就似乎年青美麗而愛著別的男人女人對他是一種挑戰，使他無法抗拒。前面所提到的那些幻想可以說是火花。點燃了他的性欲。

他用這些幻想來手淫並不會使我們覺得驚奇，但是他把這些幻想對他已經分居的太太說出來，卻使我們不得不覺得驚奇；他跟太太雖然已經分居，卻仍舊常常去找她。事實上他曾經把他的太太強行推入她一個戀人懷抱，然後叫她告訴他，她跟這個男人性交的種種細節(這個男人他不認識)；而這種細節的描繪使他再跟他太太性交的時候覺得興奮，不但在性交前或過程中他跟太太有這種奇怪的談話，而且還用淫穢的言詞大聲的形容她以後跟她的戀人會如何狂歡，以此來刺激她和自己。這真是一個特別的唐璜了。

我跟幾位心理分析學的同業討論過這個個案，把前面所說的資料提供出來。有趣的是他們對這個個案的看法跟我不同。有一個說，“這個人當然是同性戀者。”患者的徵候確實使人想到同性戀。這個人對女人的性欲不是必須跟另一個男人有關嗎？他不是想在同一個性欲的對象上跟另一個男人相遇嗎？他對他太太的態度就明顯的說明了這一點。在他的幻想中，男人無疑占了重要的地位，但隱藏的同性戀傾向是不是他潛意識中真正的動機呢？為什麼他專門選“端莊的”女人呢？為什麼他的幻想總是強調女人愛著某個男人，而又和她們所不愛的男人享受性的快樂？

另一個同業則認為這個個案屬於“愛的選擇”(love.choice)，這種類型是弗洛伊德曾經提到過的。這一類型的男人對媽媽或姊妹型的端莊女人沒有性能力，可是對他們所卑視的女人卻完全能恢復性能力，這一類型的男人專門找尋屬於別人的女人，來享受勝利的歡樂。這一說雖然也有學理上的基礎，可是我這位元患者有許多特徵卻沒有辦法用這種理論加以解釋。他對妓女型的女人不感興趣，而逗引他的卻正是那種母親或姊妹型的女人。他的報告很清楚的說明他並沒有戰勝情敵的願望，而且似乎正好相反，他喜歡情敵戰勝他。在他的幻想中確實需要三角關係，不過在他的想像中，他的注意不是指向另一個男人，而是指向那個女人所經歷到的快樂。在他大部份的幻想中，他往往是一個旁觀者，或自己扮演被欺騙的丈夫的角色，從他對他太太所說的幻想中，可以看出這種性質來。

他的這些幻想都帶著色情狂的成份。表面上看來，這個患者只是一個極端肉欲

的人，他用每個女人當他的性欲對象。

但這種說法無法解釋他的幻想。他這個人有很高的道德水準，感情很微妙，若說他只是一個粗魯的、原始的虐待狂，是說不通的。他對女人的整個情感氣氛，充滿著令人困惑與矛盾有的地方；我毫不懷疑的認為，他是一個犧牲者，而不是侵犯者；與其說他對別人殘忍，不如說他對自己殘忍。由於這個患者目前還在接受治療，我便不能不對他的事情有所保留，因此細節的部份說到這裡為止。③不過我要把我對這個人的瞭解，和我如何達到這種了解說出來。我最初的印象就是傳說中的唐璜。我記得當我聽他講他的經驗時，莫札特的《唐·喬萬尼》的曲調在我腦子裡迴響。【③弗洛伊德在著作中曾經說過，描述患者最隱秘的幻想，他的害處不會很大，但如果描述他外在生活的些微細節，就會使他很受傷害。因為人對自己的幻想總保存得很秘密，別人並不知道那就是某人的幻想；關於性方面的幻想尤其如此。】

漸漸的我明白這個患者其實並不想屈服在這種強迫症中；他誘惑女人並不是出自單純的性欲。相反的，有一種秘密的不滿似乎在驅使他去誘惑女人，而他並不喜歡這種行為。把他的幻想加以分析，使我對他隱藏的動機有更深一層的洞察。在他的幻想中總是出現類似的主題：端莊的，有教養的女人，在強盜、流氓或她不喜歡的男人懷抱中狂歡——這究竟是什麼意思呢？為什麼他想像中的女人總是在愛著另一個男人？當他的太太(她說她愛他)對他形容跟別的男人性的關係時，為什麼他會興奮呢？所有這些特徵似乎都指向一個目標，都有一個共同的性質，但這種性質我還無法確定。

在分析的過程中有兩個印象使我產生初步的概念。第一件，是他對他太太的建議：如果他們要恢復婚姻狀態，她必須答應一個條件，就是一定要有一個情人。患者對我解釋道，這個條件在他是必要的，因為會增加他對他太太的性欲。他說這種話的時候使我感覺到似乎有一種隱含的嘲諷在內。

另一個印象也是在同一次分析治療中產生的；關於這個印象的前後情節我必須保留；但是這裡要引用這個印象的重點，這是他小時候聽到別的孩子們唱的兒歌：

我會發愁我會煩，
我要嫁個錢百萬。
他會死，我會哭，
我再嫁小丈夫。

他向我解釋道，那種歌的味道似乎是說，“我不在乎你對我怎麼樣，你怎麼不

了我，你害不了我，我會過得很好。”這首歌代表著女孩子的抗逆精神。他背誦這首歌謠的時候帶著一種自我諷嘲和半哀憐的態度，就好像那表現了一切女人的人生觀。幾分鐘以後，他用一種嫺熟的口吻討論起印度文的 *sati*——這個字的意思可以說是等於“烈婦”吧。它指女人在丈夫死後的火葬堆中投身進去，以身相殉。這段話跟他前面所引用的歌謠對比又何等強烈。

這時我已非常確定，這個患者的行為以及他的幻想都意謂著同一件事：在潛意識裡他要證明愛情是愚蠢的幻象，是一切女人的藉口（不管看起來她們多麼端莊），因為所有的女人都願意跟所有的男人睡覺。稍後他真的用一種嘲諷而辛酸的口吻說道，所謂愛情只不過是“鬼話”，是廉價的騙局，她們唯一要的就是性交。只要男人堅持，任何女人都可以跟任何男人睡覺。

他的那些幻想只不過證明了這個觀點。他幻想中的女主角，總是“好”女人，雖然她們愛看某個男人，卻完全能夠享受跟另一個人的性交。他勉強的誘惑女人，只不過要用事實去證明他的看法。就似乎他必須向自己證明，沒有一個女人是忠實的。他常常引用一首頓約翰(John Donne)的詩來證明自己的看法

不論見過什麼奇跡
都要發誓
走遍世界
沒有見遇一個女人
既忠實又美麗

我認為這就是他行為的本質。那似乎在用種種不同的方法來說明沒有愛情，所有女人口中的愛情都是虛偽。女人像男人一樣，甚至更甚於男人，追隨著自私的興趣，尤其被她們的性欲所驅策。他這種悲觀的看法中含有辛澀與譏刺的成份在內，而這在他那種文化背景的青年人之間是不常見的。在他對性的享受中，並沒有享受的成份，反而有一種猙獰的甚至絕望的成份。他對女人的敵意——這是我們在他的幻想中可以察覺到的，而他在社交場合對女人的殷勤也無法掩飾這種敵意——是來自深沉的淵源。從他用誘惑的手段來證明自己對女人的理論，而這種誘惑又激起他的性欲來看，在他無意識的嘲弄中，必然潛含著悲哀和失望的理想主義。我十分明瞭到，他的那些幻想是對他的理想的殘酷愚弄，而正好用了這種相反的方式證明了他本來具有這種理想。他用一種抗逆的扭曲，把他深深憤恨的事情變成了他渴望的東西。

另外一個需要考慮的因素是他的缺乏嫉妒心。他不是把他的太太推到別人的懷抱裡嗎？他的性欲不是要以另外一個戀人的存在為先決條件嗎？這裡面無疑有著同性戀傾向，但在他的幻想中，被欺騙的戀人往往是他自己。由於這些線

索，我們稱他為被虐待症者不是很適當嗎？在他的意念中有跟被虐待者完全相合的一面，就一般男人來說，想到自己的太太或情人跟別人性交是不可忍受的，更何況她會十分享樂。然而這個患者卻以此為性興奮的先決條件。

這樣假設是不是很對？——他原來極端嫉妒，後來他把這種不堪忍受的念頭加以改變，變成了他性欲的條件。原先那種極端恐懼的事現在變成了歡樂之源。這幾乎就是被虐待症的性格公式：屈辱感轉化為欲望的先決條件。這個患者不僅是沒有嫉妒心，而且把一般人極端嫉妒的事情變成他興趣的必要條件。這種對自己的屈辱正是被虐待症者的標記。如果可以證明意念中這種屈辱的存在，那也就必須假定在他潛意識中極為自傲。只有極為自傲的人才能夠允許自己面對恥辱，不但面對而且還要以此吹噓。

如果說他在意念中是一種被虐待症的、侵犯性的傾向呢？自我屈辱必然有它相反的一面，也就是屈辱症和虐待只是一體的兩面，就像手套的外面和裡面一樣。顯然，他屈辱別人的願望在他對女人的態度中表現出來。他的態度不是等於在這樣說嗎：“所有的女人都是偽善者。她們都可以弄到手，甚至於(而且尤其是)在她們愛著別人的時候。她們都是娼妓，母狗。所有的忠誠都是鬼話，她們所要的只是性的享受。”

在這個例子中我們也看出來心理分析者所經歷的懸疑與驚奇。這個例子也像其他的例子一樣，患者的往日經驗有很大的關係。如我前面所說，患者對他太太的建議以及他所朗誦的歌謠，對我的領會是一個轉機。一直到這個時候，我只把他當做一個唐璜。當我聽他講他的經驗時，莫札特的歌劇《唐璜》的曲調在我腦子裡迴響，尤其是拉波瑞羅的詠歎調“太太呀，太太”，在這個詠歎調中拉波瑞羅列舉了唐璜許多情人——“但在西班牙，有一千〇三個”。後來在分析的過程中，每當相同的曲調來到我腦子裡，莫札特音樂中隱藏的憂愁就淹沒了歡樂的表面。

在我前述的那次分析中，我突然想到維也納的演員，馬克斯·帕林堡，我看過他的舞臺劇，記得他某些場合下的面部表情，他的動作以及那種善於表達的說話方式，尤其是那種折磨人的諷嘲口吻，而這種諷嘲由於他的文質彬彬，親切與善解人意而效果更強。他的影子在我腦中活潑的飄過。我看到他把兩把直尺豎在頭上，固定在那裡。這時——如果我可以這種方式來表達我清楚的意象——我看到了一個建築師工作室的內部，那裡有製圖台、圖、鋼筆。立刻我就認識出這是什麼；這是我曾看過的一出法國戲劇的一景，其中帕林堡任主角。我不記得戲的名稱和作者，但“杜伐”和“杜弗奴瓦”(Duval and Duvernois)這兩個名字來到我腦子裡。我記起了這齣戲的主題：一個年青人發現他太太不忠，可是，他不但沒有把這屈辱掩藏，反而在他住的城裡成立了一個“綠帽子

俱樂部”，讓會員們都可以公開他們的秘密。如果我沒有記錯，開幕的那天晚上，市長也發表演說，因為他也戴著一頂綠帽子。用這種嘲諷戲謔的方式，主角把屈辱變成了自得。就像我這位患者一樣，他以強調自己的屈辱的方式貶抑了他的太太。他也沒有表露嫉妒，反而以被太太欺騙而自得。帕林堡的戲是從建築師辦公室那一幕躍入我腦海的——他跟他不忠的太太談話時，他從書桌上拿起兩把直尺來，很顯目的豎在他頭上。他戴著兩隻角。這兩隻角代表他的榮譽，那是“綠帽子俱樂部”的標幟。如果我記得不錯，這時那建築師感到一種徹底的勝利。由於他把自己的家醜公開，而使他的太太成為被人輕視的對象。由於把自己變成一個悲劇的小丑，他也侮辱了她。到最後，他逼得她下跪，請求他的原諒。

就是由於這齣戲的回憶，才衝破了我的懸疑，而透入患者病情的內含，使我對他的人格結構開始瞭解。

這個年青人目前還在接受我的分析治療，我很感謝他答應我把他個案的大綱發表。但很多細節我必須保留；但可以告訴各位的是，他的幻想已經對他漸漸失去了吸引力，也就是說它們對他已經不再那樣有性的刺激力。這些幻想還是會發生，可是他已經不再真正因這些幻想而覺得快樂。有一天他告訴我，以前的幻想還是使他心動，不過，當它們出現時，他已經覺得不真實；他甚至對那些幻想有些想念，覺得失去了它們，有些索然。至少在理論上說，他仍舊認為所有的女人都是可以弄到手，她們是偽善者；但是他用行為去證實這種理論，則已大大減少。就以我看來，他的“不情願”已經戰勝了他的“驅迫力”。

前面的分析僅就患者生活的性關係而言；在另一方面卻有著諷嘲的對比的成份——他現在跟一個年青的女孩產生了情感關係；在跟她的性關係中他不再運用以前的幻想，而他也很快的就厭倦了“其他的女人們”，他喜歡盡可能跟她在一起。在他們的性關係中他覺得快樂，而且也希望她過得幸福。他對她也有了嫉妒心，甚至她對別的男人略有一點注意他就覺得不對勁，他不僅懊惱，而且非常憤怒。

隨著他的分析治療的進步，我慢慢瞭解到，在他結婚的頭幾年他對他的太太也非常嫉妒。在那個時候，只要她太太看看別的男人，或當著他的面跟他的朋友略為調笑幾句，他就大發脾氣。當他來找我做分析治療的時候，他的缺乏嫉妒心已經到非常嚴重的地步，而這就是後來的被虐待症產生的結果；驕傲在其中占著重要的地位。就似乎在他嫉妒的頂端，他對他太太說，“如果你對這個男人比我還喜歡，你就找他去！我不要擋你的路。而且，我要你去找他，去跟他睡覺。我要你跟他上床。”我們可以看出來這種發展就導致了他後來的幻想，而這種幻想則變成了被虐症的狂歡。

進一步的考察這個人的性格特徵，可以在他諷嘲的面具後面看到真正的本性。他原先必然是一個羞怯的孩子，遠遠的崇拜著女人，對女人在人生中的地位有一種非常理想化的想法；他以為女人是超乎性欲之上的，只因為男人的需要才不情願的給男人，而她們自己並沒有樂趣。而他現在對女人的評價卻完全相反，用一種譏諷的態度肯定女人只要性的滿足，而愛情則是胡說。

叔本華在著作中曾經說過，你要想擊倒一個哲學理論，最好的方法就是在他的著作中找出自相矛盾的地方。人在心理上當然不是處處一致的動物，他有著種種互相衝突的傾向。我們所謂的性格其實只不過是某些情感因素占了上風，而其他的一些因素則沒有那麼明顯；然而它們卻仍舊在發生著作用。

因此有那麼一天我就運用了這個辦法。那患者又一次向我提出他的理論：愛情是沒有的，只有性在統治。我就問他，他不是希望現在這個女孩幸福嗎？那麼他心理的情感算是那一種？他猶豫了一下，然後就好像自己也很吃驚似的回答說：“好吧，那幾乎可以說是愛了。”

讓我們感到困惑的問題會從某些觀念得到解答，然而這些觀念有時出現之後又立刻消失不見，我們要想掌握卻是徒勞。它又退回到潛意識之中——或者我們是不是應該說它又被拉回到潛意識之中？這種情況就像丟掉了一把鑰匙而無法把它找到。我們一再想重新抓住那失去的觀念，可是所抓住的只是空無一物的空氣，說得更正確一些，是那種充滿了理性反省的空氣。我們這種困難也像患者一樣，而且我們也像患者一樣需要經過訓練。我這段話的意思是說，對於那些很微細的，幾乎難以察覺的訊號，我們都要留著一隻耳朵，以便我們的觀念可以在表層的下面逐漸形成。

從經驗上看來，把每一個觀念都用語言說出來是一件非常有效的辦法。我的意思當然不是說分析者要把他心中產生的意念隨時不加選擇的對患者說出來，把他種種徵候之間的關係，他內在態度的隱含意義，他的經驗與動機之間潛意識的關連都說給他聽。不是！我的意思只是說，我們要在自己心裡用語言把觀念表示出來，就好像我們要對患者說明一樣，或同我們自己說明一樣，而後面這一種是更好的辦法。因此我的意思不是要把它用有聲的語言說出來，而是無聲的。具有一個觀念和把它說出來，畢竟是兩回事，至少可以說，應當是兩回事。

有人說，思想是沒有說出來的語言，或不准說出來的語言，這個話相當正確。心理分析者在心中把自己的觀念用語言說出會有很大的好處。這要感謝我們的意識跟語言之間的內在關係，一種觀念一旦用語言表示出來，就更能抗拒抑制

的力量，更不容易被拉回潛意識的領域。把分析者從潛意識的迷宮帶領出來的線索卻往往是那些能夠抵抗抑制的觀念。可以說這些意念有時候是分析者一下子跳入患者秘密的核心。

因此這一類的觀念不可在首次出現的時候就說出來，而必須在心裡說給自己聽。當觀念從潛意識中首次浮現，往往還是混沌的、自相矛盾的，要用言詞來表達並不容易，但我們不能因此就放棄努力。當然某些荒唐的念頭我們是會抑制的，這一點，我們可以察覺。幽默作家威廉·布西曾經說過，“每個人都有荒唐的念頭，只有聰明的人不說出來。”我們可以再接下來說，在“荒唐的”念頭背後去找尋意義的人，更為聰明。在內在裡用語言把觀念說出並不困難，困難的是我們要找出我們在想什麼，一旦找出我們真正的意念，語言就會隨著而生。

當一個溜走的觀念第二次出現的時候，我們往往會對它有新的認識。在維也納我們常聽到人說，“換一個角度看看他，可以對一個人有所認識。”就以我的經驗來看，當一個觀念一旦形成，就把它放下，把它“忘掉”，是很好的辦法。下次當我們出其不意的又碰到這個觀念，它往往已經有了發展，顯示出我們原先沒有看到的層面。我曾經聽到一個著名的鋼琴家說，有一首莫札特的協奏曲他好久沒有彈了，而現在他比原先彈得好得多。他說，“就好像我的手在這段時期中產生了新觀念。”為了要記得，就必須先忘記。

在對潛意識過程的瞭解中，“起始點”是重要的。讓我用比喻來做說明。有經驗的獵人都會告訴我們，要射鷓鴣的最好時刻，就是當牠們從田裡起飛的時候。當牠們已經自由飛翔，射擊就非常困難。同樣，在心理分析上要想掌握一個印象或觀念，似乎也以起始點最佳。一旦失誤，再用有意識的反省去追逐就沒有多大用處；它已經離開無意識的土地太遠了，就像鷓鴣在幾分鐘之內就直沖而上，片刻之間的拖延便已失去機會。同樣，如果我們任憑起始點溜失，則觀念與思想的整個系列都可能因此無法掌握。獵鷓鴣的時候，如果牠們一旦起飛，我們就需等待，等待一群鷓鴣——有時是同一群——在另一個地方下來。在心理分析上也是一樣，我們必須等待溜失的觀念重新回來。（“這次我能抓住你嗎？”歌德在他《浮士德》的獻詞中這樣說——指的是他年青時的回憶。）

起始點是十分重要的，其他的時間也很重要。一個觀念在浮生出來的時刻，那種神秘的閃亮固然令人感動，然而那無意識之間的準備，那沉默的心智活動卻更為重要。因為一個觀念的產生是由無數的印象——有意識的和不可思不可量的——經過了心智的努力所產生的結果，而這種努力大部份都是潛意識的。當潛意識的準備已經進展到相當的程度，只要一點點外在的刺激，一個聲音，一個動作或一種靜止，都足以把觀念推過意識的門檻。這種成熟的過程我們可以

稱之為“領會的潛在時間”。就從另一方面來說，用“潛意識的間歇”更為恰當，用這個名稱所指的是難予瞭解的、前意識的印象在潛意識中醞釀。在這種間歇中某種印象會反復出現和加強。這種情況就像聽覺一樣，當一個微弱的聲音產生時，我們幾乎聽不出它是什麼，但如果反復數次，就會越來越清楚。同一種印象如果反復數次也就更為清楚，使我們更能對它加以解釋。

潛意識過程的領會也像所有的領會一樣，需要時間。心理分析者必須小心，要讓他的觀念成熟，或者說讓他自己成熟，以便認識等待著他的觀念。他不可以過早採擷，就像採擷不成熟的果子一樣。在阿爾卑斯山登山的人都可以聽見農夫們見面時一句互相招呼的話：“不急！”或“慢慢走！”在分析者來說，他要透入患者的靈魂深處也必須如此。要領會那被壓抑的內容是急不得的。那不是機器，而是有機的過程；心理觀念的產生就和生孩子一樣，一點也急不得。如果我們想促生，結果會導致流產。

分析者要用很長的時間來領會潛意識的過程，這一點我們無需引以為恥。如果真的感到羞恥，我們仍可用另一個方法來安慰自己，那就是有些人對人心根本不能瞭解。小心的解開內在的糾葛，往往需要很長一段時期。我反對急切的追求解釋，忙亂的抓取每一個徵候，每一個聯想，以便挖掘潛意識的秘密。由於追求的過於急切，往往容易失誤。即使我們內在的觀念，也應當給與它時間，讓它浮現到意識層中。在十九、二十世紀之交，巴黎有一個著名的女作家，她很尊重教皇，可是她說她卻不能信仰高特。她對朋友說，幾十年來她就一直在所求高特證明祂的存在，像她顯示一些征記，可是她一次都沒有看到。有一個朋友對她說，“或許你從來就沒有讓祂說一句話的機會吧，夫人！”有些心理分析家也正是這個樣子。

在這種間歇的時期，表面上看起來好像是不動的，實際上卻含藏著動態，患者的潛意識也在持續的表露。我們用不著用人工的方式推動潛意識的領會；它必須自己走。原先壓抑的，就在一邊隱藏之中一邊表露了自己，它慢慢越來越明顯，越強烈了，這種情況會一直繼續下來，到它找到解答為止。準備的時間也許過長，使我們覺得前後斷了關係，但事實上是相連的。對潛意識的領會是沒有時間表可尋的。

第十九章 猜測

如果有人要我用一個神經官能症的病例來說明“猜測”(con-jecture)與“領會”(compre-hension)的不同，我就必須承認，用歇斯的裡或恐懼症做例子是更有趣，也可能最為明晰。這樣的例子會讓我們明白，對於那種疾病的潛在意義，對於它的產生，我們如何從一些印象中得到初期的、前意識的預感，而這種預感又如何越來越明顯，而新的知覺與意念又如何幫助我們瞭解這種病症的構

成。再者，在這樣的描述中，我們還可以說明這種初期的猜測經歷過多少修正，它有時候會如何錯誤，又如何經常不得當，不完全；而分析的過程又仍舊常常證明它有部份的或竟是全部的正确性。不過，這樣一種描述必須好幾百頁的篇幅，本身就要構成一本書了，而其中卻不能完全包藏我對“猜測”與“領會”所講的話，因為關於這個題目，我有一些話是無法只用一個病例來說明的。

因此我只能採用一些可憐的替代品，舉幾個神經官能症的病徵：

第一次大戰不久，弗洛伊德向我介紹了一個英國患者。這個人在英國陸軍做過醫生，有幾年的時間在印度前線呆過，那是叢林的邊緣，他跟三個白人軍官在一起，另外有幾百個本地士兵。現在他的症狀是工作時心情騷亂，精神無能，畏怯。為他開始做分析之後不久，我注意到他兩個特徵：他無法說“不”，而且無法對任何人的任何意見表示不同意。他表面上雖然好說話，過份有禮，另一些跡象卻顯示他並不好對付，他是相當頑固而有抗逆性的。他臉上常掛著一種親切的癡笑，這種笑容使我困惑；這變成了他摘不下來的面具。我覺得那好像是一種“保持微笑”的態度，而且在最不適當的時候仍然保持下去——在別人發怒的時候仍然在“微笑”。

當他告訴我那幾年在叢林邊緣的生活情況時，他的臉上就掛著這種表情。他跟另外三個白人軍官有許多磨擦的地方，但他一點也沒有跟他們發生不愉快。我以為他怕他們，他一切都讓他們，在談話中從不表示自己的意見。有一次他微笑著說，他的上司——一個酒鬼少校——當著別人的面侮辱他；這時我突然覺得我的臉上也在帶著那種神秘的微笑，於是我立刻懂得了它的意含：他不是怕他的上司們，而是在怕他自己。他怕自己那強烈的憤怒。他覺得，如果他一旦讓他的情感流露出來，就會一發不可收拾。他覺得，如果他一旦為了肯定自己而跟他人衝突，他就無法控制自己，他會暴烈得發狂，會亂殺亂砍。他一定覺得，如果他放任自己，他一定會把那少校和其他三個軍官殺掉。因此，他的癡笑是一種抑制，來掩飾他殺人的衝動。他在自己真正的自我周圍築起了一道牆，以防範他暴力和攻擊的傾向。

請把這個例子跟下面的例子比較一下：目前仍在接受分析治療的一個年青人曾經跟一個女孩戀愛；這女孩答應嫁給他。但後來她突然改變主意，要嫁給一個他認識的人，這個人比他有錢，有地位，送給這女孩大批的禮物與花朵。這件事以後幾年，我這位患者看到他得勝的情敵走在街對面。他感到一種強烈的恐懼，使他到了一種無以自持的程度，因此他很快的走開。我很明白的感覺到，他的恐懼並不是真正的恐懼，而是一種殺人衝動的反應——他突然想走過去，痛擊那人的腦壳。因此，他真正逃避的是他無意識的憤怒。

這些患者對自己的情感的真正性質並沒有察覺到；而對他們的行為的初步洞察也說不上是瞭解。“猜測”與“領會”的區別可以做這樣的比喻：“猜測”只是幾秒鐘的光亮，照見了隱藏的入口，而“領會”則是持續的光亮，讓我們對洞穴的內部做詳細檢查。在心理分析中，“領會”的意思是探察到病徵的起源，要查出它究竟是屬於被抑制的、被否認的部份，還是屬於有意識的部份，並且要瞭解這被壓抑的衝動或意念在患者的心理結構上站什麼地位，在他的人格上扮演什麼角色，它跟其他的徵候又處於何種關係。

昨天有一個南方某一州的年青女子到我的工作室來，慢吞吞的向我說明她的苦惱。幾年以前，她在她的本城跟一個結過婚的男人相識，後者對她有吸引力。他們有過幾次約會，但止於接吻與愛撫。幾個星期以後，她打斷了兩人的關係。可是此後她一直無法擺脫一種恐懼，以為他們這幾次約會會有人知道，不但他們本城的人知道，而是好幾千里以外的紐約都知道，而事實上紐約並沒有幾個她認識的人。她自己知道這是無謂的擔心，她有種種理由不去相信它，然而她就是擺不脫這種恐懼。她害怕這種傳聞會妨礙了她的婚姻。事實上並沒有任何理由假定任何人知道她以前的這點小情感，也不會有人在乎。誰能期望一個廿九歲的女子連吻也沒有接過呢？這些話她都對自己說過，但這些理由都沒有用。當她說這個故事的時候，她哭起來。我並沒有瞭解她為什麼會有這般的恐懼。

聽了她五十分鐘的訴說以後，我只得到一點略微的猜測：她跟那男人的約會事實上是她第一次受人求愛，第一次被吻。當她在高中的時候，她相當胖，顯得比一般女孩都高，因此不受男孩的歡迎，因而造成了自卑性格；長大以後她的體型雖然正常，這種自卑心理卻未消除。我的意念這時便這樣轉過來：她所恐懼的事情中，無疑有她潛意識所希望的成份在內。這個自覺沒有吸引力的女孩會不會在潛意識中希望她的事情被別人知道呢？讓人家知道她也有人愛，有人想要。她所懼怕的事情是否又正是她使她感到安慰，甚至使她覺得自得的事情？她的憂慮聽起來那麼誇張，那麼不真實，以致使人猜想她潛意識中希望每個回到本城的都知道有一個男人愛了她，愛了這個沒有人怎麼注意的人。她也像其他的女孩一樣，要現在想娶她的人知道，別的男人也想要過她。因此，在她所恐懼的事情中正隱藏著她的滿足，只是她自己並不知道。我的這種印象當然只不過是一時的心血來潮，即使後來得以證實，我也不認為那就表示我對整個病情的瞭解。它只意謂我瞥見了黑暗中某個東西的輪廓，一個模糊的意象，而這個意象如果不跟其他的因素組合，就不會有多大用處。要想對這個女孩的恐懼做真正的領會，需要相當長的時間和許多的分析研究。

以前我曾經治療過一個患者，他有嚴重的強迫性精神官能症。他住在旅館裡，

強迫女服務生服從他那種複雜的盥洗症。其中最特殊的就是毛巾從洗衣店裡拿回來的時候的儀式。女服務生必須把毛巾三十條一疊放在胳膊上，胳膊必須用某種特別的姿態伸直；她必須先敲門，等這患者在地板上鋪起亞麻布，以備放置毛巾之用。開門之後，服務生必須向前邁幾步(固定的)，然後在一聲號令下向左轉，手臂仍舊舉得平平的，既不碰到洗臉台又不碰到浴室的門，如此等等。如果她的動作稍微一點不合規定，患者就大為憤怒。關於這些動作的意義，不准有任何尋問。即使最細微的動作都必須嚴格遵從，不論是多麼莫名其妙。

患者對服務生的每個要求都有著潛意識的含意，都在他的強迫性神經官能症中有它的位置。但在這裡我不討論這些——不討論他在幼年所經歷的過度清潔訓練、它跟幼年時對手淫的過份克制有什麼關係。我這裡只談患者的頑固行為；我只想用他的例子來證明“猜測”和“領會”有什麼不同。他似乎只是要肯定他的意志，不准任何反抗，即使服務生有任何一點自己的行為和意見，他都要惡意的壓制。

患者要女服務生做的這些無聊事，潛意識的意義究竟是什麼？如果我們能夠相信自己心中潛意識的意象，對這種意義就不難猜測。

從心理分析的立場來看，患者現在的症狀，必然跟他幼年的遭遇有關，可以說是他幼年遭遇的一種倒轉表現。在他小時候，有一個奶媽對他產生很大的影響；這個女人對他的清潔訓練很嚴格，到達讓他厭惡的程度。這個小孩非常聰明，凡事喜歡發問，可是奶媽的命令卻只能叫他無條件的服從，不准任何疑問。現在這個患者對女服務生的要求就是幼年經驗的倒轉，他要女服務生服從他的命令，正像他小時候服從奶媽的命令一樣，不過他現在提出的要求卻比奶媽嚴格得多，也怪誕得多。每一個動作都要非常正確的執行，洗乾淨的毛巾絕不可碰到屋中的任何傢俱。只要稍有違背，患者就暴怒；些微的批評他都不能忍受，他的意志必須得到肯定。在這種倒轉的情況中，女服務生代表了他幼年又恨又敬愛的奶媽，要這個“奶媽”嘗一嘗他當時所受的痛苦，而他自己也從受苦者變成折磨者，在他的行為中，潛意識的抗議和輕視佔有明顯的地位。

我知道，要從猜測的階段走到領會的階段，必須對患者的生活史有所瞭解。我前面對他的猜測當然是初步的，必須做更進一步的瞭解與探討，才能夠得到結論，要對他的每一個行為細節都有所洞察和分析，然後把它們結構成整體。不過，這是以後的事，目前我對他的行為只能做到猜測的程度。

不過，我如何猜測到他的行為是幼年遭遇的一種倒轉現象呢？當然不是從書中得來，也不是從課堂上得來，因為沒我有聽同事或同學討論過。我的這種猜測，一定是在我聽他講述他的病況時，從心裡浮升上來的；可是要我追查這個

念頭來自何處，我卻找不到答案。當然是從我的經驗中產生的，是從我以前所觀察到的個案產生的。但是從那一個個案呢？我說不出來，因為這時沒有一個早先的個案在我的記憶中出現。

等一等。至少有一個。我記得那是另外一個患者的夢；這是我第一次遇到這種在夢中表現倒轉現象的情況。這個做夢者的處境，和目前的患者有相似之處。那個患者做的夢，使他自覺荒唐好笑：在夢中，他就是自己現在這個樣子，已經是一個接近四十歲的人了。他在洗澡間，而他的母親站在他身邊的椅子上，(他母親去世已經很多年)。他把一塊海棉浸到水中，蘸了許多的肥皂，很用力的洗他母親的臉，那老婦人則大哭大叫。當然，夢的潛含內容正好和夢的表面內容相反。在夢中，他對他的母親採取了報復行動。而我對現在患者病情的猜測，似乎就跟對前面這個患者的瞭解有關。

當然，對症候或幻想或某一種行為的猜測，要因心理上的證據而變。在分析治療的後期，當我們對患者的條件與動機知道得更多，對他個人的反應態度也更為熟悉，我們的猜測也就更為準確。

譬如說，剛才所說的這個患者幾乎不能用赤裸的手去接觸任何物體，不論是開門拿錢或看信，他都要帶手套或用紙巾，然後脫下來放在一個固定的地方。在分析治療經過一段時期以後——這時他的病況反而比以前加重，但這是暫時的——他改用普通的衛生紙，因為比較便宜。每次他接觸過東西之後，就把那一團揉皺的衛生紙丟到屋中一個固定的地方，不久，就積成一堆。

我們很容易看出他這種“接觸恐懼”的某種原始動機。他的例子也和任何強迫性神經官能一樣，到了後期階段，被壓抑的東西正好會從壓抑力中突現出來。他的病態顧慮最主要的目的之一，就是使自己免於污染，可是，後來對這種過份的清潔訓練卻產生了反抗，而這種反抗正從他避免污染的努力中表現出來。在他的意識中，對衛生紙感到特別骯髒，他很不願意去處理，後來竟在屋子裡堆積。在這個成年人的背後，我們看到一個小孩子，他反抗衛生訓練，把衛生紙丟得滿屋子都是，讓他周圍的人感到不高興。

有經驗的心理分析者，在分析開始不久，有時就能猜出某一種神經官能症的隱含意義，或導向主要症候的線索。讓我們看看下面這個例子。一個年輕的婦人，患有強迫性的恐懼症，認為在每一個可能的情況下(以及並不那麼可能的情況下)，陌生的男人都會對他發動性攻擊，為了保護自己，她產生了強烈的病態的防範。她一分鐘也不能獨處；她的丈夫必須隨時隨地都在她的旁邊，如果她到另一間房裡去拿什麼東西，或到洗手間去，她就生怕旅館的服務生(他們住在旅館裡)來誘惑她。當她的丈夫從另一間房子或洗手間出來，她就對他痛加責

備，因為，他單獨的把她留下，讓她遭受這種折磨：當她跟丈夫坐計程車到城裡，他停下來去買香煙，回來時發現她已經淚流滿面，陷於絕望狀態；因為她害怕計程車司機在這個時候強暴她。

當然，從這個例子中，我們可以猜測出，這個女人在潛意識中有著誘惑的幻想，而她的這種恐懼便是對這個幻想所採取的防衛措施；但是，這個婦人的恐懼和它的情感效果有特殊的地方，使我們猜想她這種行為必然還有她的目的。她的這種恐懼症，使她的丈夫必須常常留在她身邊，用保持自己的貞操為藉口來痛苦的折磨他。我們可以猜想這裡邊還有一種成份在內，就是她丈夫很久以前曾經有過外遇，這件事情後來被她秘密知悉，因此，她就對她丈夫採取報復行動；在她對丈夫的這種折磨中，便可能具有這種含義。無疑，這種報復的方式還有另一個目的，就是把她不可信賴的丈夫綁在身邊。

對於隱藏的傾向加以猜測，當然和心理分析的領會不同。心理分析的過程可以使我們對患者的個人歷史和心理層次有整體而透徹的瞭解。前面所說的這個年輕婦人，在經過一段分析研究後，我瞭解到幼年的情況如下：

她的父母親對女孩子從小就有著一種病態的、不公正的防範；他們不讓她獨自出門，甚至連一個小時都不可以，對她的交遊監視得很嚴厲，不斷的告誡她要當心男人，說男人會用什麼手段誘惑她。她回憶起在她很小的時候的一件事情。她們家的一個婦人，有一次帶著性興奮的態度向她走近，這件事情她立刻向母親報告。另外還有一件事，她記得並不很清楚，幼年的時候她有一次生病，躺在她父親的床上，而偶然間感覺到她父親的生殖器碰到她的身體。

這個患者的行為中顯然有嫉妒的成份，她的妹妹也有類似的情況；而後者也因為某些歇斯底里症狀，接受過心理治療，現在已經訂婚。這個女孩常常在大白天一連好幾個小時，陶醉在性誘惑的幻想中；她幻想著跟各式各樣的男人的性關係。在這些白日夢中，她“測驗”(她自己的說法)這些男人，想像著某某人在性關係的情況下，會如何如何，而她自己又跟每一個男人獲得何種樂趣。她尤其喜歡想像在她正要結婚之前，欺騙一下她的未婚夫(在有意識的層面，她自以為是愛他的)，以致于另外一個男人奪去了她的貞操。這個例子中，也顯示著一些報復的成份在內，因為在她們的那個鄉村，年輕的男人在性方面有完全的自由，而女人則被看管得很嚴，對這種情況她感到很憤怒。她解釋她之所以有這些幻想，是因為她深恐未來的丈夫，會常常欺騙她，因此她現在預先報復。我們很容易猜測到這兩個姊妹的病態心理中，都把自己跟某一個男人相認同，並且其中有潛含的同性戀成份。不過，我必須就此停止，免得我會長篇大論的討論起她們的個案。

現在讓我們再回頭講心理分析過程中兩種心理活動，也就是猜測與領會之間的不同；讓我們以一件犯罪案件做比喻。有一個人犯了罪，在現場留下了一些線索，比如說，留下了一塊手帕，或一個煙蒂。偵探按著這些線索捉住了一個人，認為是嫌疑犯。現在對這個罪犯開始詢問，對犯罪的情況和罪犯的證詞做密切的調查，而這些過程使案情大白。追查線索就等於心理學上的猜測，而對罪犯的徹底調查，則可以比之於我所謂的領會。

讓我再做進一步的比喻。追查線索和對案情的徹底調查，目的固然相同，但兩者之間卻有重要的區別。法官跟偵探或警官固然在意見上有很多相同之處，他們所運用的方法卻很不一樣。心理分析者的猜測和領會也是如此，偵探對罪刑的調查是屬於預備階段的；他們的調查仍舊保留著許多未定的地方，需要最嚴格的審查，要把整個過程中的細節都加以完整的組合，必須合乎犯罪學與邏輯的規則——法官跟警探兩者在方法上的關係是互相接續的；偵探提供初期的調查，法官則檢察、更正和補充警探所提出的結論，如果有用就接受，如果無用或者錯誤，就放棄。

再者，警探跟法官的職責與專長各不相同，警探不會裝作自己適合執行法官的任務，而法官也不會覺得自己適合從事偵探的工作。在心理分析上，猜測和領會的關係也是如此。兩者的活動主要是在不同的層次進行的。

猜測可以說是初步過程，在這種初期階段，分析者就像警探一樣，要保留所有的線索，追查它們，運用它們。他最主要的目標、目的不是要對他的觀念提出合乎邏輯的證據，他往往追查各種互相衝突的念頭。他的心是開放的，隨時可以承認自己的錯誤，放棄自己的某個看法，而開始新的看法，靠著實驗，有時他會認為自己的某個看法是錯誤的，荒唐的。在這個階段，當然不能要求他的看法完全合乎邏輯。在這個階段，我們可以說對於思想的要求標準需要放低，不但要聽取可能正確的想法，也要聽取似乎偏激的甚至不著邊際的想法。

在這個階段，分析者要對自己的猜測保持著開放的態度，正像患者對自己的聯想要保持開放的態度一樣，不可加以知性的檢查。分析者必須留意所有的心理訊號，連最不起眼的也要注意，不論是在心理分析，或在罪案調查中，在初期階段都必須讓心靈保持著“悠然的注意”。

只有少數人真正懂得運用眼睛和耳朵，這真是人吃驚；我們大部分人總是把眼睛合起來，耳朵塞起來。不肯接受繁富的訊號，而只接受特定的一兩種。不但是在印象的領域中是如此，在思想觀念的領域中也是如此。我們常常在無意識中拒絕一些觀念，拒絕承認它們，對片刻間在我們眼前出現的意象視而不見，對用“鴿子的腳步”走來的思想(尼采語)充耳不聞。

有一個年青的女醫生，來請我為她作心理分析治療，開始後不久，她用一種安靜的、客觀的態度描述她在性交時的感覺。在她說到這些感覺時，用的則是一些拉丁文名詞，如 *orificium uteri* 和 *mons Veneris* 等等，我當時覺得驚奇，不過很快的就壓制下去。醫生用拉丁文不是很普通的嗎？這些本來就是她熟悉的名詞，可是後來的觀察卻發現我原先的壓制是錯誤的，我的驚奇反而是正確的。她在說到性方面的事情時，那種顯然的客觀態度是一種偽裝。在分析治療的後期，我明瞭這年青女醫生談論性的時候所表現的無所謂，實際掩藏著強烈的歇斯底里的禁忌。

在心理分析中，我們一再看到，表層的東西往往吸引了我們的注意力，而真正在發生作用的東西卻隱約不明。

一個年輕的英國人到我的診療室來，他說話的時候，煙斗一直叼在嘴上。我很想對他這種不良的儀態提出建議，可是又壓制下去，對自己說，這種不禮貌的態度也許是他們那種貴族學院(他是從那裡出生的)的時髦玩意兒，只是我不知道而已。這個念頭也一晃即過，到了分析治療的後期階段，我才又重新想起這回事，那時我認識到，這個患者是一個被虐待症者，他喜歡用一種無所謂的樣子，甚至傲慢的樣子激起別人反感，讓人家責備他。在這些情況中，如果我一開始就注意那一瞬即逝的印象，我可以免走許多冤枉路。

就像在刑事案件上一樣，以前的人常常沒有注意到保留線索，以致被沒有經驗或粗心的人所破壞，現在的心理分析學也對這方面有所警覺，因此日漸注意那飄動的、幾乎難以察覺的印象。對潛意識的探索，“務必保留線索”。當這些線索已經“冷”下來，要想再去追查就困難得多，有時甚至不可能。

心理分析的經驗使我們瞭解到，這些微小的，不引人注意的印象，當它們再次出現的時候，不僅會增強我們的印象，而且往往證明它們在心理上有重要的意義。由於反復出現，它們在我們心中的強度就增加了。

在收集資料的時候，運用理性的反省，是錯誤而愚蠢的，分析者在這個時候，如果訴諸理論知識，往往干擾了聯想的自由運用；這些不難從實際經驗中證明。這就像警探在追查一個未定的罪犯時，運用法律和邏輯的方法。找出嫌疑犯和搜求與整理證據不是同一回事。警探與法官的任務是不同的。

但是，在猜測的階段不適當的方法，到後期階段卻是適當的。在這後期階段，最重要的已經不再是猜測，而是合理的分析與反省，把每一件事實做嚴格的考察，評斷，推理；這時必須運用有意識的知識；總之，理性思考在這時最為重

要。我已經說過為什麼在猜測的階段不能運用這種理性的思考，而只能訴之心理上的敏銳反應。不過我們這一節所討論的是方法而不是內容，所以我們對這些細節的本身就不再作詳細的討論。

第二十章 領會

你一定熟習報紙上一篇專欄，叫做“信不信由你”。李普雷先生從自然科學、歷史、個人和團體生活中擷取一些奇怪的事實，每天在報紙上用漫畫的方式刊登三、四件；這些插圖的報導都奇怪得很，一般人難以取信，可是又有客觀的事實做證明。當我們看到這些報導的時候，我們常常會大為驚奇，說，“這簡直是不可能！”然而這些卻是無可置疑的事實，大部份是從我們周圍的環境中產生的。“信不信由你”講的並不只是稀奇古怪的事，他還提到許多我們日常生活中的事，只不過我們不知道，或沒有留意而已。

心理分析者也可以寫一個專欄叫“信不信由你”，不過是從內在世界取材，可是內容可能更為奇怪，更令人不可置信；其中有許多要比李普雷先生的專欄更有趣、更奇怪。當然，心理學上的“信不信由你”，不容易從客觀的事實來加以證明，只有熟悉心理分析學和敏於觀察的人，才會相信。

我曾經說過，在心理分析開始時所得的結果，到了“領會”的階段就要受到嚴格的考驗，看它能不能符合有意識的、和合乎邏輯思想。開始時無意識間的猜測必須通過理智的過濾，來確定它的真實性分析的結果是否可信，要以分析者的責任心與真實性而定；這種情況和其他科學研究是一樣的。這樣做並不一定能夠完全免除錯誤，但可使錯誤儘量減少。當然，我們不可提出無可置疑的證據來證明被壓抑的衝動所產生的作用，因為，這些東西是心理上的，也只有敏於觀察的人才能瞭解到。但是，任何承認心理分析學的基本假定的人，任何對人性有所洞察的人，都會明白這些被壓抑的衝動的存在與作用。

有一個美國婦人今天到我的診療室來，說到她最近跟一個英國人發生的爭論。他們的話是從音樂的喜好談起。那位先生說，一年以前他十分喜歡華格納，但是今年比較喜歡貝多芬；朋友們說他不一致(*inconsistent*)，可是他覺得這樣說不正確。這個美國女士卻認為“不一致”當然是不正確的，她覺得應該說那個男的是“沒長性”(*inconstant* 三心兩意)。因此他們就為了這兩個字的字意爭論起來，而由於這位女士盛氣凌人，幾乎吵了起來。那英國人說，“三心二意”這個形容詞一般是指“在愛情上不可靠”；這位女士卻強烈否認。她說，這個詞並不是指情感的問題，譬如說，*a constant sufferer* (不斷受苦的人)和 *constant anxiety* (不斷的焦急)，這種用法就跟愛情沒有關係。那位男士則提出一本著名的小說來反駁，這本小說就是瑪格麗特·甘乃荻的 *The constant nymph* (“有始有

終的林仙”)在這個書名中這個字無疑是在指愛情方面。因此他們又去翻牛津字典，而其中的解釋卻只不過讓他們產生新的爭吵，甚至牽涉到英國人和美國人對這個字所做的不同解釋。

從表面上看來，這個爭吵好像是偶然的，而且跟美國人與英國人之間的芥蒂有關。可是其中卻有其他的成份在內，那不是跟美國或英國有關而是跟私人的心境有關。

凡是對心理學有相當瞭解的人都免不了認為兩人的爭吵絕不只是字意的爭端，我們會猜疑到，其中是否跟患者的情感態度有關。這位女士關於 **constant** 這個字的爭論會不會跟“康絲坦絲”(constnce)有關呢？康絲坦絲是她的妹妹，跟一個男人很要好，可是這位女患者卻跟這位男士有過一段情。如果我的猜測正確，為了 **constant** 這個字而大事爭論，必然跟她這段情感有關。當那位英國男士說 **inconstant** 只有跟情感上的不忠誠有關時，這位女士就憤怒起來。這個字一定是在無意識間讓她觸及到那一次傷心的情感，也便她想到她即喜愛又嫉妒的妹妹。當她引用“不斷受苦的人”這幾個字的時候，她是不是無意識間在指她妹妹的狀態？局外的人當然很難確定。不過，後來這位女士在有一次分析治療中，在自由聯想的時候，倒真的說到她的妹妹和那個男人，而我前面所說的猜測並沒有告訴過她。要想使人相信這種猜測是不是正確，恐怕必須對患者往日的感情生活和潛意識過程有所瞭解。

有些無意識的現象，介於事實與幻想之間，這種現象我們稱之為“轉嫁”(transference, “移情”)，對於這種現象的分析就更為困難，我再舉一個簡單的例子來做說明。這就是我前面所提到的那個婦人——她老是害怕服務生、工人、計程車司機，或任何暫時相處的男人誘惑她，在心理分析治療的最後階段，她的注意力已經轉到生活上來，因此她決心開舞蹈班(關於這一方面，她以前是受過訓練)，來減輕她丈夫的負擔。舞蹈班開得相當成功，可是又產生新的疑慮；她開始懷疑她教的是不是正確，是不是有更快的方法可以達到教學的目標，她是不是不必要的延長了學習的時間來賺更多的錢，她有沒有足夠的知識和技巧來滿足學生的需要，她收費是否過高等等。每天她都花好幾個小時的時間對這些問題前思後慮而不得解決。

她的這些問題可能反應出對我本身的疑慮，那就是我做心理分析者的用意和能力，有沒有問題。當然，我無法客觀的說明，我心中為什麼會產生這個念頭，但這個念頭確實在我心中升起。她自己一點也沒有這種感覺，當我向她提及的時候，她並且強烈否認。然而，無數的細節卻顯示著她有這種無意識的思想，這些細節即使我說出來，未必成為有力的論據，可是，從她對她丈夫的懷疑和她對自己開舞蹈班所產生的種種的疑慮，我覺得就反應了她對我的疑慮。

在這裡，我們又看到在心理分析的解釋上所碰到的“證據”問題。心理分析學也像其他的科學一樣，要找尋客觀的證據來支持它的理論。但在這方面心理分析學比其他科學更為困難，因為，旁觀者若想接受這些證據，必須先接受某些特定的假設，因為某些心理學上的假設是必不可少的，譬如說，被抑制的衝動是存在的，而且在發生著作用，心理現象對人的行為有普遍的決定力。即使接受了這些假定，要證明心理解釋的客觀精確性，仍舊是困難的；這並不是因為心理分析學的方法忽略經驗，而是心理的經驗和其他科學方面的經驗，種類不同。

說得更清楚些，心理分析學跟其他科學的不同，並不在於考察的方法是否實際，而是在於考察的物件不同。在很多的個案中，我們所依靠的都不只是主觀的證據。在心理分析學中，有一個公認的事實，就是分析者所選擇的解釋並不一定跟患者的看法相同，有時甚至是相反的。重要的是在患者或旁觀者加以承認以前，分析者自己必須認為他這個解釋是合理的，是說得通的。如果他真誠的做他的工作，嚴格的考定自己的意念，自己能夠心服於這種解釋，並能夠將這種解釋跟心理上的資料相結合，那就可以堅持自己的意見，即使周圍的人用盡所有的辦法來反對他，輕視他，批評他，也不必畏懼。弗洛伊德曾經說過一句令人難忘的話，在這裡可以做為引證：心理分析者“在極其小心的聆聽過他自我批評的聲音，並且對於反對者的意見也做過適當的留意以後，他唯一該做的事就是要維持自己的信念——當然是以經驗為基礎——用他全部的力量來維持這種信念。”

當然，每一個心理分析者都會承認他們的解釋並不一定每次都射中目標，心理學上的解釋有時會錯誤，假設有時會偏失。我們往往比我們的批評者更知道我們知識的界限。當然，這並不能作為心理分析者自我原諒的藉口。

不過，我認為心理上的假設所犯的錯誤，並不一定是無意的。只要我們本著最佳的良知去工作，有時候錯誤中也具有部份的正確性，它雖然沒有擊中目標，但是離目標已經不遠。某種錯誤在經過修正以後，往往會使我們注意到事實的真相，而如果沒有這種錯誤，我們往往就不會察覺到那事實。

在前面的兩節中，我把心理分析者對潛意識的瞭解，分成了兩個階段，我想分別得相當清楚，但我怕過於清楚，因為在實際生活中，猜測與領會之間並沒有這麼明顯的界限。不過，在實際的生活中，仍舊有兩種重要的構成因素，一種是生產因素，一種是批評因素，這兩者是不同的。心理分析工作也有著兩個方面，一例是自由的想像，一個是有意識的心智努力。這兩個方面雖然有相似之處，卻並不相同。心理分析者都必然會承認這兩個階段的的存在，開始時主要是

猜測，然後主要是領會。

一開始是摸索性的預感，然後到達清晰的、科學的和確定的認識，認識了靈魂隱藏的衝動。從最開始的摸索到這個階段是相當長遠的。這個旅程我們可以比做天亮的過程，開始時是幽暗，物體只呈現著模糊的輪廓，等到早晨，太陽出來，物體就歷歷在目。心理分析的目標是要把潛意識的過程帶到“理性的領域”中，加以考察，但這絕不是說只靠有意識的理性就可達到目標。

對於“領會”做心理學上的瞭解是這一節的主旨。在我看來，領會走純粹智性的過程，其實，它是智性過程的典型模式。如果我們把領會的起源做更進一步的心理觀察，我們會發現，它是一種佔有的行為。這個字的字眼可以跟“瞭解”(understand)的字義相較(understand 這字是由 under 和 stand 連在一起，它的意思是“站在某個東西的地位”)。德文 begreifen (這個字的意思幾乎和 verstehen 是同義字)，法文 comprendre 和義大利文 capire 更接近“領會”二字的早期意義。它們的意思原來是指“佔有某些東西，抓住它們，掌握它們。”這些動詞的物件原先顯然都是具體的東西，是物理性的東西，這在這些字的起源中佔有重要的含義。

在人類歷史的早期，領會這兩個字不可能有現在的抽象含義。抽象的含義在早期的時候是自相矛盾的。領會一個東西，必須去抓住它，掌握它，如果我們把這些字的字眼跟它後期的意義相比較，就會發現相去甚遠。智性的、非具體的領會是到心靈發展的最後階段才產生。人類一定在地球上生活了很久的時期都對周圍的世界沒有用我們現在的意義來作領會。即使在今天，我們仍舊發現許多事實，使我們覺得，抽象的、智性的領會，並不是人類最強的願望。

領會是一種對周圍事物的反應方式，是一種在心靈上要統治它們的方式，當然也是精神發展最後期的結果，在心理學上，我們可以這樣說，瞭解(領會)別人，掌握周圍世界的精神意含，是一種內心統馭他人給我們的刺激的方式，是一種把我們的印象加以消化、吸收的方式。有人會反對這種說法，認為瞭解別人往往只是下一步行動的準備；因此，它自己本身並不一定是目的，而是其他目的的手段。這當然是事實，但這並不能否認另一種看法，那就是它本身代表著一種特定的行為方式，你也可以說它是一種準備行動，一種準備態度。我們每個人從經驗由都可以知道，領會往往會把我們原始的或機械式的反應延緩，或修改。西方似是而非的一句諺語，可能就包含著這層意思：瞭解一切，就是原諒一切。在這句諺語中，表示著在開始的時候，我們對某個人或某件事情，並不是抱著原諒的態度，因為瞭解才有所改變。

我在前面說過，領會原來是指具體的掌握某些東西，而心理上的領會，則意指

掌握某些精神的現象。最原始也最粗曠的方法便是並吞。原始人就是用這種方式來把別的東西“領會”。這時，他就懂得了一切值得懂得的東西——在他把它吞下去的時候，他就懂得了它的味道。如果這個原始人還有邏輯的想法，他就會回顧一下那個被他並吞的東西是什麼。在最為昇華的求知欲和最原始的並吞欲之間，有著無可否認的關連，歷史關連。心理分析學從臨床經驗上已經認識到，求知欲是從掌握欲衍生出來的。

從孩子的行為中，我們可以看到這種行為的遺跡：當他們驚奇的時候會張大嘴巴。用不著達爾文的理論，我們也可以承認這是一種原始的吞食衝動的反射表現。我們都知道，小孩子的“準備行動”是不加掩飾的。從這種例子看來，驚奇不僅從手的動作表現出來，也從口部的動作表現出來。從這裡我們可以看到最早期的“領會”行為。

“領會”的衍生歷程跟我們現在的某些心理問題，又有什麼關係呢？至少在某些方面是有關的，因為這種特殊的起源一直到現在都沒有消失它的力量。只不過這種力量用扭曲的和比較衰弱的方式表達出來；這即使在複雜的智性活動中，也是如此。領會的起源是把一個東西吞下去，這件事通過了人類進化的歷程，仍舊沒有失去痕跡。我們可以假定最原始的時候，把一個活的東西吞下去或者死的東西吞下去並沒有不同；重點在於吞下去。領會的物件必須變成自我的一部分，使“它”不再是“它”，使外在的東西變成我自己裡邊的東西。到目前我們還在說，“對知識的渴望”，我們說把一個東西“消化吸收”，並不是沒有什麼淵源的。英文中說愛聽故事是“舔食”(lap up)也是如此。後來這種生理上的意義慢慢消失，“領會”就變成了智性上的含義。

心理上對某人的瞭解(領會)，也是這種掌握和並吞的昇華形式，在某種意義上來說，是心理上的“食人行為”。你把別人搬到自己的裡面，成為你自己的一部份。因此，在瞭解中你對權力的渴望獲得滿足，這不僅在最精緻的和昇華的形式中如此，潛意識中還含有最粗礪的原始意義。從心理學的立場來看，這種吞食和消化的現象常然是相當複雜的，並不像表面看來那麼容易解釋。

自我與外在世界的分別，在個人的發育由是相當晚期的產物。當我們觀察嬰兒的時候，可以看出它並不知道這層分別。從心理學的兩點來看，生命在初期階段只有自我。外在的世界就像他自己的身體一樣，是屬於他自己的。只有經過一段相當長的時期以後，外在世界才從自我分開，而且必須經過相當的猶疑。但就某種意義來說，外在世界卻一直還是自我世界的一部分，只不過是有了一些距離而已。在掌握、吸取和領會中，自我只不過把原來屬於他的東西又重新收回，只不過把原來被迫放棄的東西重新征服。

要佔有一個東西，最原本的方式只有一種，那就是把它吞下去。現在我們卻有許多種方式，其中之一就是領會或瞭解。把一個東西攝入自我之內，會使自己有所改變因為這時自我就變成了所攝入的那個東西。人種學家和科學家到澳大利亞最原始的部落去旅行，回來後提出報告，說那裡的原始人把白人吃掉，目的是希望自己得到白人的優點。譬如說，他們把一個白人傳教士吃下去，以便獲得他的神秘能力與優秀的地方，因為這個白人使他們既羨慕又嫉妒。他們

“並吞”了他，不僅在物理的意義如此，在心理的意義也如此。這個觀念有一個古老的神秘原則為基礎：人吃什麼是什麼。一個印第安人殺了一個老灰熊，把它的皮剝下來披在身上，這樣他就充滿熊的精神，他的動作像這只老灰熊，而他的親戚朋友也用熊的名字來稱呼他。一個人把某種東西並吞到自己之內，他不僅是經歷過心理上的消化過程，而且把他所消化的東西變成他自己的，他自己也具有了那個東西的特質。

這種因吸收消化而改變自我的假定，不僅是在最低文化階層存在，也不僅是指最粗礪的吞食行為。在文化發展的後期，這些現象就是存在的。“知識就是力量”這句諺語中就有這種原始信仰的痕跡。

第二十一章 從真的驚人到驚人的真

心理分析會使人騷動，它是一種情感的歷程。當我們對於被壓抑的心理有所認識的時候，常常會感到吃驚，這是心理分析的基本現象之一。當然，這種認識並不是表面的，也不只是智性的，而是深沉的。這兩種認識的不同，就好像我們對人說話的不同。有時我們對人只說了一些事情，但，有很少的時候，我們會對一個人講內心話。心理分析的治療也有層次的不同，有些人只是“經過”了心理分析，而有些人則是“經驗”(體驗)過心理分析。當然，只是經驗，不算心理分析是大成問題的。但生活往往就是多層面的，我們不得承認確實有一知半解的現象存在。

心理分析給被分析者的騷亂如果要用一個概括的形容詞來說明，我要說那是“驚奇”(surprise)；在討論心理分析過程的時候，我曾說到“注意”的性質，那時我曾提到“驚奇”；不過那時我講的只是通性，而沒有提到許多個案中的特殊狀況。當然，現在我可以聽到許多讀者的抗議，說有許多心理分析的個案中，最明顯的特點並不是驚奇，更有一些個案中根本察覺不到驚奇的成份。我請求讀者先暫緩這種質疑，而允許我把意思解釋得更為清楚：一九二六年，我曾提出一個說法，認為使人“驚奇”的事是我們對它的預期已經從意識中消失，而在不意的時間或環境下出現。

前面這個說法，不論對外在事物和內在事物的感覺，都可以通用。在兩種領域

中，驚奇都是一種自衛性的反應，它似乎不讓我們從熟悉的事物中轉開，而去重新發現以前的東西，這些以前的東西已經在意識層面遺忘的。換句話，驚奇是一種反對的表示，反對我們去認識很久以前知道的，而現在已經退入潛意識中的東西。把潛意識中的過程揭發出來，等於是讓我們再次認知自我的一部分，而這部分是我們以前知道的，或略為瞥見的，而後來又在有意識的知識領域中消失的。從心理分析中，我們發現這種抗拒的存在，它是一種情感反應。

在這裡，我們應該談一談“驚奇”與“好奇心”之間的關聯。我認為做為一個研究觀察的人是有好奇心的；真的，我很難想像沒有好奇心如何做研究探索，然而，確實有一些研究工作者，似乎沒有感染到這種人類的弱點。安納托爾·法朗士曾經說過，學究沒有好奇心。凡沒有好奇心的人，也就不會感到驚奇。凡是有確定知識的人，也就沒有好奇心，也就不會驚奇。知道一切答案的人，也就不會再提出問題。

在心理分析過程中，我們可以知道，凡是具有驚奇性的認識都是最有效力的。當這種認識力向心靈底層一步一步深入，效力就越來越大。當分析工作穿透到被壓抑的底層，效力就越長久。驚奇是當潛在的、被壓抑的心理事實跟外在的世界接觸的一剎那發生的。

讓我們舉一個最基本的例子，這是在日常生活的心理分析中可發現的。有一個患者對他的一個近親產生了強烈的攻擊衝動，這種衝動在潛意識中造成了謀殺願望，這種願望並不是他說出來的，而是我猜出來的，因為他害了一種強迫性的心理症狀，這些症狀在我看起來是出自對自己的懲罰，而這種懲罰自己的心態中，則隱含了謀殺衝動。

當我把患者心中無意識的謀殺願望和他症狀潛含的意義說給他聽的時候，他的內心自然會產生騷動。由於我把隱含的意義揭發出來，我就把某一部分的心理事實跟外在世界相接觸，這種接觸是非常有效的。潛意識的過程對人心有一種壓抑的作用，當我們把它們說出來，就產了鬆弛感。事實上我所做的只是翻譯工作；我的解釋只不過是把潛意識所用的表達法翻譯為另一種，那就是我們所熟悉的表達法。可以說我把藉著病徵所說的語言，翻譯為用文字所說的語言。但是，這種翻譯或變形卻使心理事實與外在世界相遇，因此，它有特殊的意義。

最常見的驚奇表現在一種全能信念中。這種信念是我們在幼年時產生的：以為我們所想到的就會變成事實；換句話說，我們共有把希望變成事實的能力。這當然是愚蠢的幻想，我們的經驗和理智都跟這種信念相反；然而，要想把這種信念完全去除，理性顯然還沒有足夠的力量，尤其是這種信念留在潛意識中的

時候。讓我舉個最普通的例子。前面所提到的那位患者對我說，他常常正在想到某個人的時候，就在那個時刻，他會出其不意的碰到那個人。思想與外在事實的巧合產生了輕微的震驚之感，有時候甚至並不輕微。

我以前認識一個年輕的女孩，她大學畢業；她就嚴重的受著這種事情的困擾，她處處碰到“巧合”，她想要讓自己不相信，可是做不到。在公共汽車裡，她正想到某個人，而立刻就有人談論到那個人，這種事情讓她十分困惑；她又說，有些事情的發生是她預料的，諸如此類。最使她恐懼的是，她想到她的母親會死。

在心理分析治療中，也有著類似的情況，有一個患者他潛意識中對一位親戚有謀殺的願望，當然沒有一個人知道他有這個念頭；甚至於他自己也不知道，他又不敢向自己承認。可是，有一天，他竟然聽到另一個人也在說同樣的事情；這就是用語言讓他跟自己的潛在欲望面面相對。這就似乎在意識界的光天化日下，肯定了他對全能的信念。是的，原來屬於黑夜的思想，現在竟在白天表現出來，當然更使他吃驚，一些怪異的念頭在街道上或在現代化的房屋中，變成事實，當然更使人吃驚。從日常生活，從現代這種有電話有雷達有電視的時代中產生，更加强那種怪異感。據說，古代的羅馬，鬧鬼的時間不是半夜，而是正午。

在心理分析治療中，把心理的過程用語言的方式加以捕捉，也會造成驚奇。對於全能的信念，如果我們向下挖掘它的根源，會發現它往往潛含著惡意的、或自私的意念。表面上看來是對這種信念的確信，而實際卻表示他希望這種念頭能夠成為事實。強迫性的神經官能症，常常就是由於各種願望的衝突而引起。在遙遠的心理底層，有某種願望想要實行，而在另一個層面，卻又對這種願望產生抗拒，這往往就造成強迫性的神經官能症。奇怪的是，當分析者把患者的潛含願望說出來的時候，那在患者心中被排斥的願望就獲得部分的滿足。這是把他的思想遊戲化做了語言，而這種變化跟願望的實現是最為接近的。用這種方式，分析者的解釋也就更近于患者所預料的事實，使他的全能信念獲得了部分的滿足。分析者把被禁止的衝動用語言表達出來，此外，還使患者得到一種滿足，就是使他的心靈對自己的衝動有了瞭解，而瞭解又意含著統禦。從這裡看來，心理分析又證明了語言的魔術力量。

心智與外在世界的相遇最單純而又最自然的方式，是患者自己說出一些話來，而這些話使他自己感到驚奇。他原先並不知道自己有些想法，有些情感和衝動。當我們自己的想法被他人說出來的時候，常覺得那並不是我們自己的；我們覺得那樣陌生，以致於有時候必須做某些努力，才能承認它是自己的一部分。我們自己說過的話，從別人的口中再反復說過一遍的時候，往往讓我們察

覺出其中具有不同的含義。我有一個患者曾經說，“我在這裡所說的話，有時到以後才知道它們是真的。”傳統心理學想讓我們相信，心智過程是直接的、不證自明的；這種說法無法使我們接受。

在心理探索的初步階段，我們所發現的往往不是熟悉的事物，而是讓我們驚奇的現象。這就是說，接受分析的人突然面臨到他自己的內在想法，這些想法於他是陌生的。一開始他認為那不是自己的意念而加以排斥，只有過了相當的時間以後，他才承認那是自己的東西，只是跟自己疏離了。說起來奇怪，我們要認識自己必先成為自己的陌生人。當一個接受分析的人，因他自己的話而吃驚，當他瞭解了自己行為的意義，可以說他是跟一個自己不認識的自己相遇，他的驚奇只表示他這一部分的自己是隱藏的；就某一方面來說，他是知道它的，而他的驚奇只表示他對它的排斥和不願意承認。

如果我們對他潛在的心理作錯誤的解釋或推論，患者也會產生情緒反應，但那種反應不是驚奇，我們可以從他的表情中看出，我們沒有擊中目標。

讓我們從另一個方面來討論驚奇，那就是情感的節省方面。當我們告訴一個患者，他潛含的動機是什麼，他的症候、思想和動作具有什麼意義時，他會怎麼想？

有一個醫生請我來為他作心理分析，因為在他的醫務和私人生活中，都產生許多強迫性的現象，使他受到騷擾，他最重要的保護方式，就是把寫過的東西一看再看，他用這個辦法來跟他強迫性的神經官能症對抗。他必須竭力說服自己，他自己和別人所寫的一切東西都是對的。他必須把每一個字、每一個數目都做許多次的檢查。他給病人開一張診斷書和藥方往往要用幾個小時，而不是幾分鐘。這表面上看起來是責任感使然，實際上卻是為了排除他強迫性的疑慮。這種疑慮幾乎騷擾他的一切活動，最後甚至要使他的工作和生活享受變得不可能。

在這裡我無法把他的心理分析過程做詳細的說明，而只談一談他的懷疑是從何而起。他的父親已經去世，他的母親則有相當的財產；她原先把帳目的問題交給做醫生的哥哥處理，可是他的哥哥使他的母親失望，因此把帳目轉交給他，他的疑慮似乎就從此開始。他對帳目的事並不熟悉，而他希望能夠滿足他母親的願望。

他的疑慮當然還有一些其他動機，不過，我現在要講的只是他的主要動機。有一天，當他很小心地審查他母親的帳目時，他心中起了一個念頭，想，如果做一點假帳，把一部分財產據為己有，是非常容易的事。這只是一個念頭，不

過，這念頭的背後顯然有很大的誘惑力，尤其是他自己正處於極大的經濟困難中。當然，他把這念頭打發掉，但是他的強迫性的症狀卻顯示出這個念頭繼續發揮著作用，因為這個誘惑一直是存的，而他又必須時時抗拒它。他這種疑慮和反復檢查的行為，後來移轉到他所寫的一切東西上去，以致於這疑慮的原先面目反而被遮蓋起來。經過小心的分析以後，我把這個解答向他提出，而使他面對另一個自己，那個自己跟他人格完整的自己成了強烈的對比。

當一個患者第一次面臨到被壓抑的衝動時，他的最初反應往往不是單純的驚奇，而是“震驚”(shock)。這種震驚有時候變成了間接的證據，證明我們正好說中了他潛在的衝動。震驚或強烈的排斥，是由於我們的解釋提供了一條道路，走向他內在的情感和智性的領域，而這個領域原來是禁區，是小心防範的秘密區域。

當我們聽笑話的時候，有時也會產生那種震驚。聽笑話的第一例反應是一種無意識的恐懼或震驚。就好像那潛含的焦慮(這是我們每個人的心中都存在的)，突然變得強烈起來，笑話觸及到某些禁忌，某些存在於意識中的觀念，而喚起了突破禁忌的願望，而這些禁忌則是我們的文化模式所認定的；因此，最初的反應便是恐懼，是因笑話中所表現的思想而害怕。然後，我們發現那種恐懼是多疑的，於是，就感到那笑話的趣味。這種反應的連系關係可以在兒童身上看出來：當他們受到驚嚇，然後發現並不可怕的時候，就會笑出來。幽默就存在於恐懼與發笑之間②。【佛洛德在討論“機智”(wit)的心理時，對於聽笑話時所感到的恐懼，以及其中意含的突然好驚奇成份，未曾留意。這些成分是由我發現的，並曾在兩本書中加以討論。】

我們覺得笑話很有趣，但更有趣的是笑話中的侵犯意含和性意含。我們隨便找一個比較有惡意的，或諷嘲意味的笑話就可證明此說不謬。我剛剛讀到一篇馬克斯·李伯曼(Maxriebermann)的略傳；這個人是在希特勒執政以前，任德國藝術學院的院長，是一位著名的畫家。這位老畫師有一次提到女畫家，很大膽的表示了他的看法，他說，“女畫家有兩種；一種想結婚，另一種也沒有天才。”當然在這個笑話中，我們看到了一種對女人的攻擊。一開始我們會想保護她們，像騎士一樣；可是，我們又會笑出來，而這個笑就表示我們跟這個攻擊者有意見相同的地方。當一個笑話的潛在含義被我們在無意識間認識的時候，最初的一剎那總是震驚。這種無意識的震驚是起於被壓抑的傾向，像危險一樣突然冒出來，在這種情況下，和在心理分析的解釋上一樣，都是要把自我最秘密的衝動揭露出來，而這時我們內在的禁忌就會加強，因為這種禁忌是一種對抗的力量。在心理分析中，患者也會發現震驚是不必要的，但他的認識並不是像在笑話中那麼容易，而需要對內在的抗力逐漸征服。要把這種抗力遣散，並不容易，因為遣散這種抗力，會在心靈組織上產生變化，這不符合心理

經濟學的要求。患者畢竟會克服他的驚奇，承認那些疏離的內容，仍舊是他自我的一部分，只不過是被疏離了而已。

從心理的經濟學來看，心理分析性的解釋本身就是讓人驚奇的。由於分析者的意念是從分析者的潛意識中冒出，看起來它就好像無中生有。潛意識的過程是可以濃縮、節略和位移的，因此它往往跳過某些環節，而得到結論。也就由於這種節略或跳越，便產生驚奇的結果。

這裡要用一個例子來說明，這個例子有兩個方面，一面是機智的言詞，一面是強迫性的思想。在這兩個因素中都有著驚奇的成份，而其間也都有節略的部份，這節略則必須用想像來補充。有一次，一個非常美麗的年青女士來拜訪馬克斯·李伯曼，這位七十五歲的老畫家把自己的一些畫拿給她看，並且跟她很親切的討論了一些藝術方面的事。臨走的時候那年青的婦人向李伯曼說，“這是我一生中最美麗的時刻。”那老人卻用友善的態度說，“但願不是如此。”這其間省略的部份當然是這樣的：看看繪畫，跟一個老人聊天，不如跟年青人睡覺更美好；而你即使有這種想法，也完全是對的。

現在再把這個故事跟一個患者的強迫性思想比較一下。有一個女患者說，她丈夫希望她擺出某種姿式照一張相給他。她說，一開始她想把這張相片給我看，可是她不能這樣做，因為她產生一個“可怕的”念頭。這個念頭那麼可怕，以致於她不能跟我說。經過了我苦口婆心的講了老半天之後，她才終於出口：如果她把那相片給我看，她就會打我耳光！這當然是驚人之言。在這驚人之言的前面漏了一段，她沒有說出，但我們不難尋出它的線索：她那張相片是誘惑的姿態，如果她拿給我看，我可能會對她產生非非之想；我可能會想要她，而她則不得不打我耳光。這個故事和李伯曼的故事一樣，省略的部份是關於性方面的。不同的是，前者的隱藏部份在浮現出來之後使人微笑，而後者則引起焦慮。當然，被抑制的部份並不一定都跟性有關，但在神經官能症症狀和笑話或機智語中，性確實是一個重要的主題，而這個主題常常是未曾明言的。在這兩種情況下，潛意識都扮演重要的角色，而在省略的部份中也常常發現性的成份在內。有一天，新聞記者訪問維也納的演員亞歷山大·吉拉德，問他最喜歡的消遣是什麼，他說，“第二是划船。”

心理分析所發掘的意念固然常使局外人驚奇，但要使他認識這意念中所潛含的力量則殊為不易。神話、民間傳說與人種學中常常隱含著性的意含，這明明是神話家、民間傳說的作者和人種學家的責任，但當心理分析學在這些作品中發掘出性的含義時，許多的人卻拒絕接受。其實這些象徵是一切人想像力的產物。它們常在人的夢境和其他無意識的言行中表露出來，只不過是訴諸比較原始的思考形式而已，這是自然的事。佛洛德所發現的性象徵是人類原始思想的

一部份。當它們用機智語和隱喻的方式表現出來，我們都懂得它們的意思。譬如說，心理分析學認為在夢中出現的交通工具通常都象徵女人。但一個卡通畫家又如何捕捉到這種象徵的意義呢？他畫了一個匆匆忙忙的人，後面有一個朋友警告他道：“永遠也不要追公共汽車或女人。一兩分鐘以後就會有別人來。”有一齣喜劇中有個角色這樣說：“女人就像汽車一樣。有車叫人不痛快。又貴又危險。最好是有一個有車的朋友。”我相信這位喜劇作家未必知道心理分析學對車輛的性象徵看法。

許多美國心理分析者誤認為象徵是固定和永久性的圖像，認為它們是集體幻想的固定圖像。我記得當我做學生的時候，也得到了這種錯誤的印象，那時我第一次聽到關於夢中的性象徵意義。幾天以後我在維也納街上散步。那是初夏，在某一個地方圍了一堆人，中間是一對夫婦，這對夫婦的年紀已經相當大，擺了一個可憐的小攤子，在賣牛肉香腸。他們兩個正在大吵；我聽到那個婦人憤怒的對她丈夫說：“你永遠不要想把你的香腸放在我的鍋裡。”那時我從這句話中對性的象徵有相當的領略。心理分析者如果能把自己跟被分析的人相認同，就能夠解開他們所運用的象徵符號，因為潛意識的知識是人人相同的。

下面舉個例子，可以看出心理分析者對於象徵符號的領略，是使他自己感到驚奇的。這個故事表示我如何“發現”一個新的夢的象徵，這個象徵是我突然瞭解的，然而，我在任何心理分析的文獻上都沒有看到過。我到達美國(一九三八年)不久，有一個女患者請我為她分析這個夢境：我看到一個女人從屋頂上掉下來。她的聯想對這個夢境都沒有提供任何幫助；我們兩個都不知所措。可是，不知如何我產生了一個念頭：這個夢跟月經有關。我非常小心的把我的猜測說給患者聽，她卻笑道：“當然，正是這樣。”做夢的那天早晨，當她醒來的時候覺得不舒服；然後，我才知道，“我從屋頂掉下來”，這種話在美國的俚語中，是指月經的來潮。但我可以發誓我以前並沒有聽過這種說法；那麼，我如何猜中它的意義呢？患者所說的話中並沒有提供任何指示。從此以後，我有很多機會證明，女人夢到從屋頂掉下來，都跟月事有關。

有些頑固的懷疑者認為自己對心理分析樣樣都知道，因此也就不再聽取任何新的東西，對這些人我們如何說服他們，使他們承認心理分析上的解釋有堅定的基礎呢？讓我們再舉另一個例子——這不是夢的解釋，也不是把某人的故事重新製造，也不需要冗長的、複雜的描述，而是一個基本的例子，是取自對一個神經官能症患者的分析。這種神經官能症可說是銀幕式的記憶(screen memory)。有一個患者在經過六個月的心理分析後，告訴我一個他幼年時的記憶。他五、六歲的時候，在飯廳到洗澡間的走廊上看到他姊姊(比他大很多)，掉在地上的黑髮結。他說，他的姊姊們常常遺落髮結。我們如何能夠讓一個局外人瞭解這一個獨立的回憶中潛含的意思呢？因為在這一個回憶的後面，隱藏著

另外一個回憶，那就是，在他很小的時候，他看到過他姊姊的生殖器——可能是在洗澡間？關於這一系列的意念的邏輯關聯，我們是可以追蹤的；我們可以向聽者解釋，這個觀念如何在我們的心中發生，它的心理狀況如何。或許各種因素就像一個鑲嵌花一樣組成的吧。

聽的人當然會瞭解我的解釋，不僅如此，他會承認我的解釋有相當的正確性。可是，我如何使他相信我心中對潛意識的瞭解必然會走向這條途徑呢？因為，一般的聽者並不熟悉心理的結構，而我也無法向他直接表明我自己的印象。我無法向他說明一個患者以前說過的話，如何在我心中引起無意識的觀念，會使我回憶起某些模糊的印象。我無法使他相信每一件事情都編驅使我走向這個特定的假說，這個假說是當我追隨著聯想的線索時，必然會達到的結果。姊姊遺失在洗澡間通道的黑髮結……它脫落下來……女孩子的東西……女孩子失去的東西……女孩子沒有的東西等等。我並沒有把我的解釋向患者說明。我保持沉默，而他則開始從另一個方向表白自己——所謂從另一個方向，只是從表面上來看——他告訴我，常他小時候，常常跟一個同齡的女孩在附近的花園玩耍。有一次(或數次)，他察看那女孩的生殖器。他說了一些陰阜和陰道給他的印象，他說那種樣子使他吃驚，好像手術以後又黑又醜的瘡疤。他更進一步的聯想，肯定了我的觀念。似乎現在他已經可以把潛意識的環節聯想起來，或則說，在心理分析者已經清楚的認識之後，他也接近了對這個事實的認識。

當我們把患者在潛意識中已經知道的事情說給他聽的時候，他總是吃驚。這和我們對驚奇所下的定義相符合：驚奇就是潛意識中的預料(或期待)實現的時候，所產生的反應，某些東西是患者早先知道的，可是又跟自己疏離了；這時，當他再去認識它的時候，再去接受它的時候，就好像它是新的東西，因而引起他的排斥。這種使人驚奇的認識要等到相當時期以後才產生效力；在當時所表現的驚奇，是一種心理上的震驚，要相當的時刻才能掌握。

患者雖然自以為對內在的生活相當明瞭，他還是會在自我的內在感到驚奇。奇怪的是心理分析者也會感到驚奇；這倒是看起來相當奇怪的事。心理分析者是從自己的內在去瞭解患者的內在；當他透入別人內在生活的至深處，這種認識可以說是從他自己內在被壓抑的東西中冒出來，而這些東西跟他自己是疏離的，因此，他會驚奇。總之，我們可以簡括的這麼說：心理分析者對於潛意識中被壓抑的東西中所獲得的重要認識，在他自己來說也是使他驚奇的。分析者對心理學的知識瞭解得越深越廣他這種驚奇的反應就不會那麼強烈；到後來可能會不再驚奇。但至少的分析工作的前幾年，他是會驚奇的，而這表示他對潛意識的關係在逐漸認識中。前意識和潛意識的知識對心理學家有極大的幫助，但是，這些知識的獲得並不靠合乎邏輯的反省，而是由他的經驗獲得，而這些經驗往往都是讓他驚奇的。

如果在分析工作中，我們常常可以推求出隱藏的、潛意識的動機，那推論並不是從邏輯獲得，而是從對人心的認識獲得，而這種認識總是首先使分析者吃驚的。

有些心理學家自認為沒有經歷過這樣的驚奇，他們說，他們所研究的人在他們面前立刻變成透明的，他們是容易瞭解的；這樣的心理學家我們不敢置信。心理分析者中也有這樣的人物；他們好像是探討靈魂深處的專家。地下世界是他們的老巢。“吃驚的”心理學家就跟那不吃驚的心理學家站在對立的立場。如果這些先生們吹噓道，“瞭解他人”是件容易的事，潛意識就像一本打開的書一樣放在他們面前，那麼我要說，他們並不曉得這本書寫些什麼。內在世界的驚奇奧妙之處是他們看不到的，向他們隱藏了起來。我知道有許多心理分析者逃避那令人驚奇的事情，給自己設了一道防線，使自己不被那些驚人的事情所騷擾。他們用一些理論來把實際的事實搪開。但是，心理分析學的園地中，那些最值得效法的人卻懂得令人驚奇的觀念是多麼有價值，卻總是歡迎著這些觀念。

心理分析過程，在接近結束的時候，由於對潛意識的知識所產生的驚奇，就會越來越大。當我們對一種精神官能症或特殊性格的發展作觀察的時候，我們會發現某些衝動如何造成了現在的結果，他們是如何不可避免，又如何自然的形成了這種性格或精神官能症。雖然是不可避免的，是自然的，我們的驚奇卻絕不會因此降低，因此，當心理分析者完成了他的任務，他仍舊十分吃驚，因為他看到了人心內在歷程的動力學和經濟學的條件。

心理分析者對於潛意識的現象的猜測和領會，過程是十分微妙複雜的，沒有一個分析者能夠把一個經歷說得清清楚楚。在分析的過程中，我們所獲得的知識，我概括的用本章的題目來做說明：從“真的驚人到驚人的真”。由於某一個觀念發展，原先似乎不相同的和毫不相關的資料竟然匯合為一個整體，使我們的觀念突然間清除或逐漸清除，這種事情的過程是無法恰當說明的。分散而孤立的片斷，匯合成為一個整體，這種情況就像先知以希結所見到的景象那樣：鬆散的枯骨重又結合起來，突然間長了肌膚，變成了成千上萬的人群。

我們所經歷的是雙重驚奇：一方面是驚奇於心理資料中所含有的意義——這些意義開始時令人困惑，使人覺得荒唐——另一方面則驚奇於我們對於這些意義的瞭解，驚奇於我們竟然能夠透入人心的深處。我承認在我來說，這就是一件很迷人的報酬，是我心理分析工作中默默的勝利。馬克斯·李伯曼在霍普曼的《露斯·伯恩德》首演的那天晚上在場欣賞，坐在這位老畫家的旁邊的一些人正在注意舞臺上的演出(內容以人類的命運為主題)他們聽到那老畫家獨自在那裡

暗暗的驚歎道：“太妙了！”凡是對人類的潛意識加以探討的人也都會像李伯曼一樣驚歎。他會像其他科學家研究一樣，認識到有機過程是何等繁富，他也同樣會認識到，儘管如此繁富，如此變化多端，人心的變化有如此廣大的自由，可是，它們仍舊遵從著不可改變的法則。

第二十二章 心理分析與機智

心理分析學並不是一門叫人輕鬆愉快的科學，不是尼采所謂的 *gaya scisza*。新的問題不斷產生，新的困難不斷出現，悲劇常常在心中盤旋著。然而，心理分析中的猜測，在過程方面卻仍可比做聽笑話時的過程，這在前面一章已經說過。夢——這是心理分析工作的主要來源——往往就跟蹩腳的笑話相似。

我有一位患者是美國人，他夢到在維也納一家旅社中發生了好些事情。在這些事情的中心，卻是梅特涅克(Msternich)這個人。夢的表面內容相當有秩序，也合情合理。患者對這個夢做了一些聯想。其這個夢中最特出的一點就是梅特涅克的出現，這一點頗為讓人不解。

梅特涅克是奧地利的政治家，他跟一個美國商人的夢有什麼關係呢？他在夢中的出現使我們兩個人都驚奇。奇怪的是，這個奧地利的獨裁者，在這個夢境中並不代表做夢者的政治觀點，或政治行動。在夢裡面，他只是個名字。

此後的心理分析中我跟患者終於找出了一條出路，那就是把 Metternich 分解成三部分而成為“met ner nicht”前兩個字是英文，第三個字是德文，加起來的意思是“我沒有遇見她”。這不是像一個蹩腳的笑話嗎？各位不要以為這是唯一的例子，類似的例子還可以找出千百個。

這個夢使我們想到兒童的語言遊戲，兒童就常用這種方式來遊戲。這個夢用了隱藏的方式把他要說的話說出來，而且又說得那麼濃縮那麼簡要。前面我曾說過在驚奇中有著“節省”的成份。在這個夢裡節省的原則就是用濃縮的方式來表達夢中的意思。在心理分析中，我們之所以感到驚奇，就是把壓抑和禁忌解

除。心理分析的解釋和機智的相似之處並不僅在於它們的形式，而且也在於它們的過程。

把兩者的心理動態加以比較，就知道它們有內在的相似處。譬如我前面說過，聽笑話的時候，先會感到某種禁忌要被突破因而感到緊張，然後，又認識到這種緊張是多餘的，這時便笑出來，而笑就是緊張的松釋。它原來是一種鎮靜，是跟以前的某種恐懼相遭遇，然後又在心中加以克服。聽笑話的人，也是如此，他好像突然被嚇住，而立刻又明白不必害怕，因此就笑了出來。心理分析與機智，都有一個共同的效果，那就是“精神淨化”(psychocatharsis 精神發洩)。當分析者把壓抑的衝動告訴患者的時候，他常常會笑出來，這種情況和聽笑話的人相似。

笑話由三種人組成。第一種是說的人；第二種是取笑的對象；第三種是聽者——這就是發笑的人。

在心理分析中，發笑的人是患者——也就是說，他是第三種人；然而，他又是那心理分析的物件，因此，所說的也是他自己，他就是那取笑的物件。然而，我們要注意，那一部分自己是被疏離的部分。雖然是被疏離的部分，卻仍舊是他熟習的部分，他把它藏了一輩子，而現在當他笑出來的時候，表示他知道它原來就是在那裡的。

讓我再做進一步的比喻。這種比喻本身就很令人吃驚，以致我有些同事勸我不要對他做認真的研究，有些又說我把不存在的過程加入笑話中去，還有一些認為笑話與心理分析的解釋固然來源相同，相似之處並不很大，因此可以不必做這樣的類比。

我是一個頑固分子，即使我不能證明出兩者的基本相似，我仍舊不能同意我那些同事的意見。一個人是否有能力證明他的信念，他對這個信念的堅持卻可以

不受這方面的影響，因為，信念並不是以個人的證明能力為基礎。我認為他們對機智和笑話有一種輕視態度。如果不是這種態度，他們會認為機智與笑話很有心理學的研究價值。

Metternich 這個夢的解釋所產生的結果，跟一則笑話相似。其實這個夢，真的可以當做一則笑話來說，當然愛挑剔的人是不會滿意的。我隨便的就想到一個類似的笑話。幾個月以前，紐約一個報紙的專欄作家，在批評杜魯門總統的時候說“**Ho** **err is Truman**”(“犯錯就是杜魯門”)[譯注:Truman 一字有“真實的人”(true man)之意。]。這個笑話所指的當然是杜魯門所犯的許多無可否認的錯誤，並且對他表示了一些憐憫。在技巧上這個笑話是以發音為基礎，把“犯錯”和“杜魯門”兩種發音相似的字放在一起，實際上也並不很高明。

前面提到的患者，也做過類似的夢，從這個夢裡更可以看出夢的方式跟說笑話的方式有相似的地方。他夢到 **vortaire**(法國文豪伏爾泰)。他的聯想也讓我們把伏爾泰這個名字分解。那個患者每次要走過正要修補的馬路時，就會擔心他的鞋子沾滿瀝青(英文為 **full** **of tar** ,德文為 **voll Teer**)。從這裡我們看出來，患者在夢境中所注意的是文字的聲音而不是文字的意義，有些笑話也是往往如此。

弗洛伊德曾經說過，當我們從某一個觀念的領域借著類似的語言聲音，而轉入另一個觀念的領域時，我們就說了一個笑話，不過這個笑話並不高明，除非剛種觀念的領域也有相關之處。在“沒有遇到她”這個夢中，情況就是如此，因此，它是一個不高明的笑話。或許我們可以假定，語音的相似之處是笑話和夢境的唯一相似之處。在夢境中由於有意識的思想都已經消除，因此，可以運用理性所禁止的言辭，這正和笑話的情況一樣。

我要舉另一個例子來說明由發音的相似從一組觀念轉入另一組觀念。

有一個德裔的中年婦人害了一種強迫性的恐懼症，害怕她丈夫不久要死於癌症，而其實那時候他身體好得很。這種恐懼幾乎隨時都在追逐她，為了擺脫這種恐懼她必須念咒，做一些魔術式的行動採取一些防範措施。就像所有其他的強迫性神經官能症一樣，她避免某些東西，免得被這種恐懼所襲擊。在我們的料想中，她所避免的東西一定跟癌症有關，從強迫性神經官能症來看，其中的關聯即不是單純的也不是直接的。

有一天她到我的診療室來的時候，遲到了很久。她說，她不得不繞一個很大的圈子。從她旅社到我這裡來的時候，她看到街上有一家食品店，櫥窗裡有螃蟹，這使她大為恐慌——在德文中，“螃蟹”和“癌”這兩個字都是 *krebs*。在這個例子中我們看到也是由相同的字而從一組觀念跳到另一組觀念，兩組觀念的意義相去甚遠，只有發音相同。當然在這個例子中，患者的態度是極其嚴肅的，這和笑話完全不同。螃蟹雖然只有在發音和上癌症相同，卻也必須避免，就好像避免癌症一樣。在這裡我們可以看出，對於文字的估價和處理，同在笑話中有類似的心理過程。

強迫性的避免某些文字語言，還有另一情況，即是原始宗教和迷信的習俗。在澳洲和非洲的許多部落中都有一種禁忌，避免直接稱呼家中某個成員的名字。祖魯婦女不准叫小叔的名字，只能用意義相似的字來稱呼他；如果他的名字叫“羊”，她就管他叫“有尾巴的”。有些部落更是嚴苛，不但名字不能叫，連名字中的音節都不准用。譬如說，如果他的名字中有 *ja* 這個音節，她就不能說 *mkenja* 方

(單身漢)這個字，因為這個字中有 *ja* 這個音節。在這種例子中我們看到和前述的患者類似的情況：對語言文字的估價很重，而且在表面的下層，有著避免某些意念的傾向。它們所避免的不僅是某些語文，而且包括這些語文使他聯想到的意念。前述的患者就是如此；她避免看到螃蟹，她不要接近它們，就像它們是那可怕的癌症一樣。祖魯的婦女如果說出小叔的名字，就觸犯了習俗，而結果可能會非常嚴重——被人指控為施行巫術，而施行巫術的人要受嚴重的懲罰。

從這些例子看起，我們可以把心理分析者——他認識到患者潛意識中隱藏的意

義與傾向——跟聽笑話的人相比。弗洛伊德曾說，聽笑話的人的心理過程系模擬說笑話的人，把他走過的路重走一遍。心理分析者的領會重要的作用即在瞭解暗示，填起空白，把扭曲的部份攤平。總之，是要回溯到患者被壓抑的核心。在這裡我順便提一句，要想把別人內心的過程重鑄出來，聽者必須具有某些必要條件，否則是不可能的。在分析者重鑄患者內在的過程時，他必須運用患者所運用過的相同方法——為濃縮，移置，省略；除了這個方法之外，他不可能求得患者內在的含意。因此，分析者跟聽笑話者的心理方式是相同的，就是把說話者(說笑話者或投訴病情者)的心理過程重新走一遍。

像“Metternich”這樣的夢，解釋起來免不了荒唐之感；有人或許會因此而認為心理分析者對患者病情的解釋也是這般荒唐的；但持這種著法的人忽略了一個重點，那就是，心理分析的解釋不是“自由的”“任意的”解釋，它必須符合患者的潛意識過程，必須追訴到他的幼兒時期的遭遇；因此，它表現的不是分析者的“猜想”，而是“反映”患者的心理結構。

說到這裡，我想到弗洛伊德如何會對“機智”做起研究來，因為人家責備他對夢的解釋像解釋笑話一樣。這正引起了他的研究笑話的動機，因為兩者畢竟有相似之處。我們固然可以責備分析者對某些徵候的解釋荒唐，但批評家只要心智明白，就斷不會以為分析者是亂來的，不會以為他相信鬼神可以治療風濕病。

我確實以為分析者跟聽笑話的人有相同之處，但我也必須強調兩者的不同之處。他聽患者說話的時候，那隱藏的意義向他表露，但過後他會把這種意義向患者說明，這時他就像說笑話的人，而不像聽笑話的人了；而當患者聽了分析者的分析，自己反而會笑出來；患者反而變成了聽笑話的人。而他的笑則表示了緊張的放鬆，這緊張是原先壓迫某些衝動所必然產生的現象。

在心理分析與說笑話中，都需“重鑄”的過程；但兩者的過程並不完全相同。最主要的當然是心智態度方面，其次是時間方面。

先說時間方面。在笑話中，潛意識過程的重鑄是當即的，只需剎那時間。在心理分析上卻沒有這種時間上的限定。不論在意識層面還是無意識層面，我們都可能需要很長的時間才有所認識。

其次，笑話與心理分析還有另一方面的不同。分析者固然也像說笑話的人一樣，要克服某些壓抑力，但他所釋放的力量卻受到較多的限制，因為他必須用這力量來把他獲得的知識用語言表達出來。他的有意識的興趣落在心理的解釋與治療上，因此，當然不能產生像笑話那樣的後果。真的，態度的不同，目的的不同，必然造成結果的不同。

我們可以兩個角度來說明笑話與心理分析觀念的相關之處。很多笑話都含有無意識的精髓，這跟心理分析的情況並無不同。當這種精髓顯露出來的時候，我們看出，它之所以好笑，只是因為它的外衣使然——是由於它表現的方式使人覺得好笑。這一類的笑話我們每個人都知道一些，現在只舉一個就已足夠。馬勒在指揮維也納歌劇的時期，有人向他介紹了一位年輕的小提琴手，希望在交響樂團中任職。介紹者說，那年輕樂師並沒有很大的才華，不過，他卻非常謙虛。直性子的馬勒衝口而出的說：“那他又謙虛什麼呢？”馬勒當時或許並沒有察覺到他這句話正好擊中了“謙虛”的假面具，而我們的發笑卻正是體會到他射中了目標，那位元年輕樂師的謙虛，正表示了他無意識間誇張的自信。在心理分析學中，這種例子不在少數。

這個問題還可以從另一個角度來說明。前面我曾說過，心理分析對潛意識的認識跟笑話的不同主要在於方向的不同，以及釋放出來的能力的用途之不同。說笑話的人對他笑話中的主角有敵意或輕視的態度，笑話的內容是攻擊性的，或與性方面有關的，但分析者對患者的態度當然不是如此。

在某種特殊的狀況下——這是很少的——把患者內在的秘密挖掘出來，變成心理學的知識，這當然是有的；在這種情況下，我們所產生的不是心理分析學的意念，而是有點好笑的意念。有時在心理分析者的言詞中，我們便可看出這樣

的痕跡。但心理分析者要想克服說笑話的心理並不困難。但我們此處的目的並不是在說明應否克服它，而在表明確實有這種情況的產生。

為了保持謹慎的態度，當然最好是不說個人在這方面的經驗。但本書的目的就是在說明心理分析工作室中的情況，因此不做任何避諱。下面便舉一個例子。有一個年青的婦人在分析治療中說道，自從她在愛情上經過一次慘痛的失敗以後，她的能力顯得減弱了許多。這時她染上了喝酒的嗜好，而那時正在美國的禁酒時期。她最好的飲酒時機就是開小型派對，在這種場合她邀請的往往都是比她年青的人。她說，有一次宴會中，有一個認識的人對她說，她這一輩子什麼也成不了，因為她“仁慈的奶水太多了”。(讀者請留意，這句話原是馬克白太太在催促她丈夫去殺國王時說的：“.....然而我擔心你的天性；仁慈的奶水太多了，不能去抓住最近的路途……”)

就在她報告這件事的那次分析治療中，這樣的意念表露出來：沒有另一種奶水，她是多麼可憐！把它看成一則笑話，當然並不怎麼高明。但那其中“好笑的”成份卻慢慢會明朗起來，因為它還有下文。這個婦人喝酒，招待別的年青人，固然有許多構成因素，但其中最主要的原因卻是她想奶一個孩子。她喝酒，她給年青人吃東西，都是這種潛在願望的替代品。像這一類的意念雖然也含藏著被壓抑的內容，若說出來一定會造成諷嘲的印象。但笑話與心理分析的解釋仍舊是極不相同的——儘管內容相同，但意義卻仍舊甚為不同，這一點我們必須強調。C'est

le ton qui fait la musique——音樂之為音樂是由於樂音，而不是由於歌詞的內容。心理分析跟笑話的不同，在於它的認真。

笑話與心理分析的解釋之間的相同處，我自認為是我首先發現的；其相同處就在於對潛含的意義之發現的過程。不論是使我們發笑的，還是深深引起我們同情的，在心理過程的重點上，有基本相同的地方。但對待這相同的過程，態度上則可以有很大的不同。十八世紀德國有一位很出色的諷刺家，李希登堡

(Georg

Christoph Lichtenberg,

1742-1799)，歌德在提到他的時候曾說，他的每一則笑話中都隱含著一個問題。可惜的是有許多知識份子態度正好相反：凡是有問題隱藏的地方，他只開個玩笑了事。

第二十三章 吃驚的心理分析者

如果願望是連乞丐都可以騎乘的馬，我們心理分析者就可以經常認識出別人心中的意念，可以明白那興意念在如何進行，為什麼會如此發生。然而，很久以前我們就明白這是幻想；我們必須經過不斷的錯誤，不斷的考驗，艱苦的工作，才能瞭解人心。妙的是也竟有些時候願望真的是乞丐都可以騎的馬——那就是當我們一眨眼間瞥見了他人的心念，瞭解了他人隱藏的動機的時刻。

有些人頗為令人羨慕，他們自稱有心電感應力，有測心術(thought-reading)並且還當眾表演。然而，也有些時候我們每個人似乎都有這種看出他人心念的本領。奇怪的是我們對此並不以為奇，也沒有人詳細的討論它。

譬如說，我們跟一個朋友散步，他說的話正是我們前一分鐘所想的；我們的妻子在某個情況下會怎麼想，我們竟會完全清楚——關於這些事情，我們不會寫成文章，提出報告。這種事情：固然隱約使我們覺得得意，卻不認為有什麼可以吹噓之處，而且也極少和“超感覺”聯想在一起。似乎我們留意到這些事就已心滿意足，而如果有人問到這些事情，我們只說是由於跟朋友或妻子的密切瞭解使然，不足為奇。是的，我們甚至不承認這就是“測心術”。但為什麼呢？在我著來，我們原先認不認識某個人並不是重點的所在，而是我們能夠瞭解人的心。所不同的是，專精於測心術的人可以測知陌生人的心意，而我們一般人則能夠測出熟人的心意。兩者的不同只是程度而已。

這種現象的本身是不容置疑的。那麼，為什麼我們不為它找個心理學上的解釋呢？為什麼我們把它認為是理所當然的呢？要推測太陽已經幾竿，用不著非看日晷不可，任何路標都可以傳達相同的知識。就以日常生活來說，能夠測知熟人的心意，比測知陌生人的心意重要得多。懂得戀人、朋友、妻子、兄弟姐妹的心意，比懂得你在雞尾酒會偶而見面的紳士淑女的心意豈不更有趣、更有益？如果我們經常能夠懂得親人和朋友的心意，那結果恐怕是任何幻想、任何測心術專家都無法預料的吧！

心理分析者與被分析的人之間無意識的溝通也可以從這個角度來看。在心理分析治療中，不僅是有意識的心意被猜測出來，而且無意識的心意也被猜測出來。不但思想被猜測出來，連情感、衝動與驅使力也被猜測出來。從速成班畢

業的心理分析者們固然也做心理觀察，卻唯上帝與弗洛伊德是賴。他們只把書上看的、課堂上聽的拿來用一用，就以為可以瞭解患者的心念了！他們真是以為在書本和課堂上就可以學得經驗的！音樂欣賞這門課可以讓我們學到不少有關音樂家與作曲法的故事，但是那“音樂”卻永遠是“學”不出來的。有些心理分析者要他們的學生跟患者相認同，就好像這是你想要不想要的問題，好像那是一個意志方面的問題，好像要不要舉手一樣。其實，“認同”只是一種空洞的學術名詞，它所指的是一種真實的事實，而這真實的事實卻是沒有名字可以形容的。

有一本美國的舊小說，在序言上這樣寫道，“這故事中不論是多麼不可置信的地方都是真實的。”同樣，心理分析者也可以報告一些令人不可置信的事情。但是，當我們把心理分析者和患者心中發生的事情加以瞭解，就知道這些事情並非不可置信。當然，這個工作很不容易，以致於我們大家都沒有去做。如果我們對於這個問題從兩方面加以瞭解，如果我們用鉗形運動來掌握心理的資料和機轉，我們就能夠瞭解心理的事情為什麼會這般發生。

每一個心理分析者都曾經有過這種經驗，那就是幾秒鐘以前他想過的念頭，被患者說了出來。有時候患者還這樣開頭：“你現在大概會想……”。但他其實只不過是把他的想法投射出來而已。每一個心理分析者也都遇到這樣的患者：當分析者向他提出解釋時，他猛烈的排斥，可是接著說出來的話卻又肯定了分析者的解釋，這些都是非常單純的例子，並不值得驚奇，而他們的解釋並不困難。

分析者有時候可以掌握住患者自己所不知道的東西；而患者之所以不知道，是因為他不願意記得這些事情；有些力量把這些過去的事情在患者心裡壓抑起來，可是分析者並沒有受到同樣的壓抑，因此，他比患者更清楚。即使在這種情況中發揮這作用的也不純是人的智性，這和瞭解數學問題是不一樣的。若不是分析者潛意識的合作，他的智性就不可能產生這樣的功效。

有一個患者記得，在他母親去世以後，他跟姑母和表兄弟住在一起。他們在一

起住了好幾年，他回憶起來的事情之中有一件讓他感到困惑。就他記憶所及，他十歲的時候，並不像一般男孩那樣順從，他記得很清楚，當他吃飯的時候，拒絕吃別人盤子裡的東西，也不肯碰一碰表兄弟用過的刀叉。

他的姑母為了這件事常常責備他，而他也不只一次為這件事跟姑母吵架。現在他已不能瞭解為什麼他那麼挑剔。

這時在我心中究竟發生了什麼樣的念頭呢？我說：“我想這跟你母親生病的時候對你的警告有關吧！”

這裡並沒有什麼神秘的地方。這個患者在分析治療開始的時候，曾經把他往日的的生活向我做了報告，他的母親在很多年的肺病之後去逝。關於她，他記得的事情很少，而且也沒有什麼重要性。他一生中重要的事情似乎都是在他母親去逝以後發生的。關於他母親，他記得唯一重要的事，是她從來沒有親過他或他妹妹。在經過幾個星期的分析治療以後，他現在向我提到在姑母家的頑固態度時，我便自然想到他只是在遵從母親病中的告誡，我突然想到他的母親從來沒有親過他，我也突然瞭解為什麼她從來不親他，而他小時候又為什麼拒絕用別人的盤子。這並不是因為他頑固，而是由於他尊從患肺病的母親對他提出的告誡。在我向他解釋之後，他想起了他母親有她自己專用的刀叉，是別人不能使用的。關於他生病的母親以及他的童年，大部份的事情都被他抑制下來，因此也使得他某些行為特徵變得不可瞭解。

有一天下午，另一個患者說他心中有沉重的感覺。他說，“就好像那裡有一塊石頭似的。”對於這個患者的往事和情感方面的瞭解使我想這跟第二天的事有關，因為第二天他家計畫在他父親的墳上豎一塊石碑。這個念頭是突然產生的，可是為什麼呢？患者當時並沒有跟我談到這件事，他在談別的——然而他無意識的思想卻在思念著他父親，而在有意識的層面上，他父親的去逝並沒有使他感到悲哀。

我有幸報告兩個例子，來說明無意識的溝通，而這兩個例子中分析者都是弗洛伊德本人。第一個例子跟我本人有關，當我在四十幾歲的時候，我情緒上發生衝突，對我產生相當的騷擾；我就向弗洛伊德求助。這時距我自己接受心理分析已經將近廿五年，而我自己也實行分析工作許多年了，可是那幾個星期我卻成為最好的分析者的病人。那幾個星期真是令人難忘。在那短短的幾個星期中，這位偉人對人心的洞察力，他的智慧和仁慈比任何時候更明白的讓我感覺出來。這位老人似乎知道我心中的一切，我的弱點，我的缺點，以及我的能力——所有這些別人不知道而我自己也不知道的事情，那位老人卻知道得那麼清楚。他那種站在高處的觀察能力，他那種我在任何人身上都沒有見過的心理分辨能力，為我把我自己呈現了一副畫像，而這個畫像的種種特徵，是我既陌生又熟悉的，而我卻從來沒有認為它們是自己的，可是它們又多麼真實啊！我當時就認識了它們而後來認識得更清楚。

在這幾個星期的最後，我發現自己已經跟自己協調了，準備接受自己；就在這時我又有一次機會得以讚美他那種無意識的瞭解。在他給我做的最後一次分析中，我一邊搖搖口袋裡的硬幣，一邊做自由聯想。這時我偶然提到，玩錢表示我有肛門性欲(anal-erotic)的傾向。弗洛伊德嚴肅的說：“這當然是亂講。你在想你的哥哥們，你高興你說在可以給他們錢了。”我試著把思想向回探索過去。當時我並沒有有意識的想到我的哥哥們，但那意念確實在數分鐘前飄過，想到，現在我可以賺到比我兩個哥哥更多的錢，每個月我可以給他們一個固定的數目。這個聯想我讓它飄過去沒有說，而卻讓自己聽著口袋裡硬幣的聲音，這是在這次分析開始時在口袋裡玩弄的。以前我常常提起我的兩個哥哥，當我念書的時候，他們常常向我的口袋裡塞錢。這個一晃即過的意念我沒有說出，卻半開玩笑的提到了一個心理分析的理論——但這理論跟那未說出的聯想有關連。有一個心理分析者寫了一篇文章，討論肛門性欲的問題；這位心理分析者是一副長兄的樣子。當我在口袋裡把硬幣弄得叮噹響的時候，我無意識間是在這樣想：現在我有錢了；我比我的哥哥們富有。弗洛伊德輕視的把我那學理方面的話掃到一邊，直接透入我的基本意念，潛到我對我哥哥的優越感。

下面的一個例子比前面的例子早二十年。那也是與弗洛伊德有關的。那時我二十六歲，是一個沒有經驗的心理分析者，常常擔憂患者們向我提出的一大堆問題。我有一個英國籍的患者，在分析治療工作中很不順遂，幾乎已經停頓了下來。當他說話的時候，顯然是在打發時間。在這種緊急的狀況下，我問弗洛伊

德應該怎麼辦。他微笑著對我說：“要他想一些他思想中最遙遠的事，一些他永遠沒有想過的事。”我遵從他的忠告。一開始，患者沉默。顯然他是在努力想一些最遙遠的念頭。然後他說：“烏蹄泊的沼澤”。這當然是很遙遠的，不過，那是地理的遙遠，而不是時間的遙遠。但這仍舊給了我弗洛伊德所預料的線索。幾個月以前，患者的父親去世——他父親是傳教士，在中國的烏蹄泊沼澤感染了疾病，因以去世。於是我告訴這位患者幾個月以前他提到他父親去世的事；他哭出來。那一次分析結束的時候他說：“我不知道我哭什麼鬼。”

自此以後我就常常想到弗洛伊德的這個忠告，最近的一次是幾個星期之前。有一個患者在一次心理分析中說他什麼也沒有想。沉默。十分鐘以後：“一片白，完全是一片白……像戲院裡的幕。”我沒有再多問，就告訴了他在想的事情。那一天，他從報紙上看到一個年青的作家——也曾經接受過我的分析治療，這是現在這個患者知道的——的一齣戲就要上演。幾年以前，現在這個患者也寫過一齣戲，在百老匯上演而不成功。他隱藏的思想便是這樣的：我的另一個患者的戲要上演了，在他之前得到了成功與聲譽，使他感到強烈的嫉妒。

跟另一些例子比起來，這些都不算驚人。有時候，分析者就像夢遊的人一樣，靠著盲目的本能那麼直截的、確定的走到了隱藏著的地點。分析者的意念就像突然這樣冒出來，而沒有任何聯想的線索，沒有患者往日生活的資料可供借鏡。有時候患者故意隱藏某些東西，但它們仍舊變成了分析者的資料，但這種事情是如何成就的呢？怕連分析者自己也難予解釋吧。下面我舉兩個例子。

第一個例子發生在一九三五年。有一個年青的德國婦人來請我治療；她原是社會黨的黨員。雖然她不是猶太人出身，卻也必須逃離希特勒的第三帝國。在荷蘭她感受到嚴重的騷亂，因此不得不請求心理分析治療。騷亂的原因不只一端，其中有一樁是她的愛情：在德國的時候，她跟一個結過婚的名醫戀愛數年，這醫生答應離婚娶她，但當希特勒當政後，他又沒有勇氣放下他的事業跟她一同出來，因此他就跟她斷絕，又回妻子身邊。很顯然，我這位患者最感痛苦的就是這件事，其他的打擊都算次要。她對那醫生獻身了這麼多年，現在還在愛著他。

關於這個問題，我們討論了兩三個月，她仍然無法克服她的哀傷。分析治療已經走到了窮途末路。在這個時候有一次的分析情況是這樣的：她先提了幾句關於當天平淡的事，然後就沉默起來。她向我保證說，她什麼也沒有想。我也沉默。很久以後，她說她牙痛；她告訴我昨天去看牙齒；牙醫給她注射了一針，然後拔掉了一顆智齒。那個地方現在又痛。跟著又是一大段沉默。她指著我屋角書架上的書說：“有一本書頭向下。”

這時我毫未猶豫的、帶著責備的口吻突然衝口而出的說：“你為什麼不告訴我你打過胎呢？”我自己一點也沒想到我會說這樣的話，也不知道我為什麼會這樣說。我感覺到那就好像不是我在說的，而是我裡面某個東西在說的。那患者跳起來，看著我像看鬼一樣。沒有一個人可能知道她的愛人——那位醫生——曾經為她打過胎。那次打胎是極秘密的，因為有著雙重危險：一方面是她懷孕已經相當久，打胎危險，另一方面，在德國當時的制度下，非猶太人打胎可能會遭受死刑的懲罰。為了保衛她仍舊愛著的這個醫生，她決心不把這件事情告訴我。

當然，當我回顧我與她的心理情況，我可以明白是什麼因素使我發出那驚人的言詞。我一定已經有一段時期感到她有什麼東西隱瞞著我，每當她談到那位醫生時，似乎有一些保留。然後就是這次有冗長沉默的分析。現在我可以在她稀寥的幾個聯想間找尋到地下的線索了。牙痛，牙醫的注射，拔出智齒，書頭向下放。如果我用邏輯的順序來推求這些聯想的含意，我或許也能得出相同的結論吧！但那畢竟只是或許。在她的言詞與意識中有一種位置的倒置：從生殖器移轉到口腔……手術……痛……書的位置，胚胎的頭向下。然而，我並沒有運用邏輯推論，而且我要警告心理分析的醫生們，在這種情況下，切不可訴諸邏輯推論。邏輯推論往往使分析者陷入本來可以不致陷入的錯誤中；他應當仰賴的是他心理學的秉賦，而不是邏輯方面的秉賦。用邏輯的連鎖關係來做事後的瞭解與回顧，有時是可以的，甚至也是必要的；但切不可在過程之中運用。

當我回顧那一次的分析時，我心裡發生的是什麼呢？開始時，我心中是沉默的，就和那婦人一樣；然後是懸擱，是等待，等待某種事情的發生。她的話在我心中迴響；新的懸擱；又是她的話在我心中迴響然後是傾刻間的空白與黑暗，

從這空白與黑暗之中升起了我的認識——不，不只是認識，而是確定——她打過胎，她想到這個胎兒就難過，這孩子是她想要的，而她又不得不放棄。我一點也沒有管什麼邏輯，也沒有管什麼書本所學的東西。我沒有想到任何心理分析的理論學說。我只是把那話說出來，而它是對的。

第二個例子沒有這麼驚人；但它證明了一件事：心理分析的技巧如果用真誠的心去運用，就能夠像外科的手術刀那樣精確。弗洛伊德送了一個英國人給我治療。這個人在年紀很青的時候就成為數學教授。他訴說了種種的神經徵候，但最主要的是他的工作從來不能像他所預料的那樣完成。當然，他對我訴說的問題是遠超過我可憐的數學知識所能瞭解的。不過，以下的情況是顯然的：他總是帶著勇武大膽的態度去研究數學上最難的那些問題，使其他的數學教授甚為敬佩。他出版了一系列的論文，討論某些一直到那時都完全沒有答案的問題，而他則把這些問題探索得已經接近解決的邊緣。可是他仍舊未能把它們解決，每當想到這裡，他就感到挫折。他覺得就好像他所有的智性能力突然間完全消失了，就好像那費心費力而準備與建立的一切都衰謝了，蒸發了。什麼也沒有，就好像魔鬼把它掃掉了。

他把這種過程描述過好幾次，重點都是著重在數學方面。我一點也看不透。他的生活故事沒有什麼顯目的地方。他似乎有快樂的婚姻，有一個孩子。可是，在兩三個月之後，是什麼力量讓我告訴他，我相信他性交的時候早洩呢？我突然感到一種衝動要告訴他——而也正是在那“心理上最適當的瞬間”

(psychological 錯

moment)說出的。那患者就像二十年前許多英國年青人一樣是羞於談論這種事情，因此他沒有對我提過他的性生活，而在其他的敘述中也沒有使我猜疑到他在性方面有這個特殊的地方。他所說的只是他在數學問題上所遭遇到的挫折。然而我卻可以告訴他我在無意識間所猜測到的情況：他帶著強烈的欲望接近他的太太，在性行為的初期階段，他勇猛有力，然而突然間他卻不得不結束，沒有快樂，沒有高潮，與其說楚解除了性緊張，不如說是減弱了。他從不曾跟任何人討論過這種性生活狀況。

他驚奇的看著我。這突然的揭示得到了報償。它打開了走向他問題中心的門。回到大學以後，他已經能夠寫信告訴我，他把這方面的困難都克服了，他現在

是快樂的，他感謝心理分析學，他把這門學問視為神秘的東西。然而，在我的結論中卻沒有神秘之處。我只不過在潛意識中把他數學上所遭遇到的困難移轉到他的性生活中而已。但要注意，當我說出來的時候，我並沒有意識到任何邏輯上的推論作用。

讓我再加一個小小的例子。它代表了千百個這類的例子，說明了分析者與患者之間的秘密溝通：有一個人告訴了我一個夢，其中有如下的部分：我跟我父親在一艘船上。我父親指給我看船長艙旁邊的一間客艙。我問父親：“母親知道你離開嗎？”他開始哭，說，“我忘了告訴她，”我們決定在船出港以前打電話給她。我們開動，到達地端(Land 的 Erd)。

他沒有關於這個夢的聯想。他不知道“地端”這個名稱從何而來，也不曾跟他父親乘過船。這個夢中的事情在他生活中都不曾發生過。然而，我為什麼就在那時問他知不知道一出叫做“出航”(onward 為 board)的戲劇呢？“我知不知道？”他吃驚的回答。“在戲院裡我看過，電影上又看過，我剛剛正在想它。奇怪。”這齣戲是許多年前我在維也納看的，船上的旅客都是死了的，但他們並不知道自己已經死了。那船長是高特。

關於那患者我知道什麼呢？是什麼事情使我產生這個意念？唯一知道的是他父親在兩年去世，而現在，由於心理分析的結果，他逐漸回想起他跟父親的關係，他逐漸認識到這關係對他的重要性。在上一次的分析中，我向他引述了弗洛伊德的一句話——相信這是大部分學生都忽視了的——父親的去世，是一生中重要的事件。這個患者的夢退回到一種經驗中，是跟“出航”這齣戲的意義有潛在關係的，因為這齣戲用船的航行來表示從死到生的過程。這個患者當然正恐懼著他也會像他父親一樣，不久去世；這一點我看出來，卻沒有說出。他夢中大部份內容只有把某些句子反轉過來才能夠瞭解。它們必須像中文或希伯來文那樣讀——和英文的讀法是完全相反的。因此，離開他母親，沒有告別而哭泣的不是他父親，而是他自己，奇怪的是那出戲在他心中和我心中同時出現。以前我們從沒有談過它。或許是這樣吧：那夢境的許多情節都使我想到那很久以前的、已經快要遺忘的、在另一個大陸所看到的戲——譬如夢的氣氛，船，地端，充斥整個夢境的告別心境，以及日常用語和某種特異的東西的

混合等等。

我知道，有許多分析者都在他們的解釋中加入了一些學理。他們一步步的、謹慎的解釋他們如何到達結論。我並不認為這種技術是虛假的，但我認為它是浪費時間，並且無法令人滿足。為什麼說它浪費時間呢？因為它讓心理分析者花了不必要的精力。他把本來應該用到別的地方的精力與時間用到這種解釋上來了。打個比喻說。如果我去找醫生，他在細心的檢查後，對我的病做了診斷。或許他曾告訴我，我患了支氣管炎。他並不需向我詳細的討論他為什麼曾得出這個結論。另外，我認為分析者的追加解釋是不能令人滿足的，因為他充其量只能把許多原因中的某一些提出來，而其他部分卻無法井然有序的提出，可能也根本提不出，因為那些太多了，太細微了，太複雜了，譬如說以前的一些印象，小小的征跡，語言中的含意，弦外之音，姿態，眼神等等，這些都只留在無意識中，然而，它們在我們達到結論時卻都發揮了作用。

再者，學理上的討論與解釋又有什麼用處呢？要想使患者信服嗎？如果他心中已經準備信任分析者，他就用不著這些討論與解釋；是的，有時候我們會瞭解到，患者並不是“相信”心理分析的解釋，而是“他知道那是對的”。這話聽起來奇怪，但事實如此，可以由經驗證明。因此，我對學生的忠告是這樣的：把你的印象或心理解釋陳述出來，不要說明理由——除非例外(譬如說，在訓練其他心理分析者的時候)。當然，在你說出你的解釋以前，是必須小心的；這件事以後再談。

下面舉幾個例子，說明在某個時間以內，分析者對它們尚不能有所瞭解。在這些例子中，分析者抓住隱藏的意義在前，而有意識的瞭解則在後。當然，這些是例外，就像在時機有利時派出的突擊部隊一樣。這種臨時的行動跟長期的、戰事的準備是比肩並行的。從這些例子看來，對隱藏意義的猜測是從某個徵候或一組特徵開始的。在掌握了隱藏的意義以後，分析者常能對患者的人格有所洞察。他所猜測的部份往往使他能夠窺見原先未曾察覺的潛意識部份。對一種徵候的瞭解有助於瞭解患者性格上的其他層面。

有些情況下，在心理分析已經進行到相當階段時，前述的順序則會反轉。分析者對患者的人格已經有了很深的洞察，許多次的分析已經讓他對患者的性格有相當的研究，觀察到他的一些特徵，瞭解了控制他的神經官能症的種種力量。這時，當他發現一個新的徵候時，當某種新的恐懼，新的強迫行為或觀念出現時，心理分析者就能運用他對患者整个人格的瞭解，很快的、又很恰當的猜測出這徵候的潛在意義，它產生的動機與機轉。

在維也納我曾為一個年青的美國藝術家做過分析，兩三個月以後，他告訴我一種以前沒有對我說過的恐懼症。到這時為止，我們的分析治療都以他往日的生活和他致力掙扎的一個強迫觀念為主。他在極端的清教環境長大。他的父母是非常虔信的人，對孩子的教養極為嚴格。星期天除了祈禱之外，什麼事都不准做。他的童年籠罩在陰鬱與罪惡感之中。在將近二十歲的時候，他離開了父母的身邊，也擺脫了他們的宗教信仰與生活方式。他來到維也納，因為他要擺脫一種可怕的強迫衝動——就是想跟六、七歲的女孩做性的遊戲。事實上他做過幾次，而後就受著罪惡感與恐懼所折磨^①。經過幾個月的分析後，我們查出了他這件事的起因。原來在他六、七歲的時候，他跟一個女家庭教師同住一間，那教師常常把他抱到她的床上，用他來滿足性的需要。現在這個患者對小女孩做的就是他小時候女覺師對他做的事情。這只是把他幼年所經受的被動經驗用主動的方式表達出來。當然，這個結論是經過了長期而艱苦的努力才獲得的，可以跟拼板遊戲相比。【^①從杜斯妥也夫斯基的幾本傳記看來，他也有著同樣的衝動。很可能也向這種衝動投降過，至少一次。】

在以這個強迫症狀為中心的分析中，我們停息了片刻，那時他告訴了我一種恐懼症，這種恐懼症已經使他驚懼了好些年，而現在當他走在維也納的街道上仍是如此。當他看到煙從煙囪裡冒出，或看到火花的時候，他就恐慌。從他幼年的生活經驗中來猜測他這種恐懼的來源並不困難。我突然想到那代表了地獄的懲罰之火——我當即瞭解了他為什麼恐懼。

在他提到這種恐懼以前，我對他的強迫症(對小女孩的性欲以及其他此處未加討論的一些)曾按一般的心理分析方式得到一個整體的認識，知道了他人格的特質。當他提出煙火恐懼時，我已經能夠利用這些認識來加以瞭解了。我回想起他的宗教背景。我明瞭他表面上的自由思想與他潛意識中流連不去的老觀念處

於衝突的地位。對他的強迫症，瞭解起來費了好幾個星期的時間，但猜測他的煙火恐懼卻只用了幾分鐘。兩者的對比可以用這樣的比喻來說明：

有些孩子們跟生物老師學習認識蘋果樹的果實，樹葉與花。後來他們在花園裡到了一棵真正的蘋果樹，他們便可以認定它一定會結蘋果，而不會長核桃或李子，因為他們記得蘋果樹葉與花就是這個樣子。

在這裡，我要介紹一個新名詞，“回應”(response)；我用這個字來指分析者對被分析的反應——對他的言語、姿態、動作等等的反應；“回應”一詞中包括了分析者所有的印象。因此，分析者的回應是在情感與智性方面對患者的言詞、行為與表現的回答，同時也包括了分析者內在的聲音，而他對這聲音是有所察覺的。分析者的一切解釋，他說的一切話，都是由這種回應為先導，而且大部份由這種回應所決定。因此可以說，回應是分析者因患者而起的內在經驗，是他的所察所覺所感所知的匯合。從前面幾章的討論中我們可以知道，回應的主幹是無意識的，換句話說，只有一小部分被我們意識到。因此，回應是沃土，我們對心理過程的瞭解就紮根在上面。從這些根部(它們是埋在泥土之下的)，冒出了我們的智性的與邏輯的領會。從這埋藏的根部，長出了心理分析的知識之樹。

有些老師教導學生說，從患者最初提出資料開始，就要運用有意識的知識與學理為工具；這種老師是不可信靠的。因為這種研究的辦法是虛妄的，導致心理分析上的歧途，絕不能加速心理分析。心理分析者與其信靠學理知識，不如信靠他的感覺——他所察覺到的感覺和沒有察覺到的感覺。不要把意識和理論知識常做無意識的語言的接收站，因為那樣你會接收不到。我知道，心理分析的學生曾用過很久的時光去學習各種理論，他們腦子裡裝滿了知識與學理，要把這些東西拋到一邊是極其困難的，但又必須如此；因為，寧可不瞭解，而不要誤解。用極精密的邏輯而導致誤解，不如承認自己不瞭解，並等待真正的瞭解來臨。等到黎明再出擊，勝於在黑暗中走錯方向。

分析者的回應是對患者的情感回答。那是分析者心中發生的事情，是從模糊的

印象開始，一直到他清清楚楚的看到另一個人的潛意識過程(在自我分析時，“另一個人”當然是指向己)。當我們到達了潛意識的至深處的剎那而產生的回應，有著驚人的性質。當然，當分析者用理論的方式走向無意識的資料時，他永不可能產生“驚奇的回應”，那時他只能看到他預料要看到的東西，而把不適合他的部份加以忽視或扭曲。他所遇見的新的東西不可能成為新研究的目標，因為他很快的就把它們加上了標籤，放到理論檔案中去了。對這些心理分析者來說，心理分析學永遠都只是一種“學問”，是一隻抽屜，裡面裝滿了公式和學術用語，卻沒有一件是活生生的經驗。

若是如此，它又如何能變成患者的經驗呢？只有那自己先吃驚，先有體驗，先掌握過這種突然的情感的人，才能夠使另一個人吃驚。我已經向學生警告過，不要追隨那些虛假的老師，因為他們叫學生用“智性”去研究潛意識。凡是從深處冒出來的東西，只能用從深處冒出來的東西去捕捉。我要我的學生做明智的事，但明智的事卻並不總是去靠“智性”可做的，也並不總是我們的智性所要求的。那太過敏銳的吸收日間噪音的分析者，就聽不見唯有夜間才奔放的神秘流泉。

心理分析訓練機構所訓練出來的分析者往往只是一部分分析機，他雖是一個人，卻沒有使他自己之所以成為人的特質。分析者應有沉靜的控制，他有的卻是“不敏感”，分析者應有的是客觀判觀，他有的卻是“無情無感”。當他坐在患者的躺椅背後，他想盡辦法不要做他自己——做什麼都可以，就是不能做他自己。但只有那完完全全是自己的人，只有那具最有敏銳的耳朵以聆聽內在聲音的人，才足以成為優秀的心理分析者。

我具有一種許多紐約的分析家所不同意的看法，我認為分析者的人格是至關重要的東西，是他的工作中最為重要的工具。我的這個立場跟許多老師是相反的，他們要他們的學生在想瞭解潛意識的現象時，完全忘卻自己。我卻告誡學生，要敏銳的留意自己的回應。心理分析的技巧中最重要的心得是任何教科書中找不到的，你必須在自己心裡尋見。那跟學生討論技巧的老師，到最後應該這樣提醒學生：“比一切都重要的是：對你自己的自我真誠。”

第二十四章 少女與老婦

有一天，一個跟我學心理分析的年青心理學家問我，我以什麼理由假定他有某些性格特徵。這個問題提得相當謙虛，但實際卻隱含著一種嘲弄和挑戰的成份。我承認我完全沒有對這個問題提出適當回答的準備。我的假定建立在許多印象上，這都是數個星期以來所累積的。我坦白的向他承認，當時我無法一一詳細這些印象。然後我向他說，我此時的處境有點類似巴爾扎克的一段故事，那是我幾個星期以前在他的傳記上讀到的。這位作家正巧又是一文莫名的時候，半夜醒來看到有一個人在他屋子裡，那人拚命搜他的抽屜找錢。巴爾扎克突然大笑起來，把那個小偷嚇了一大跳。當然，我此時的處境跟巴爾扎克只有一部份相似。我在被這位元學生挑戰的情況下，很像一個家中一文莫名的人一樣，但我知道另一個地方有錢。我對那學生的性格所做的假定，原因當時無法找出，但並非沒有原因；假以時間，我就會把它們找出。有許多我們可以回憶起來，而有一些則極為清楚精確——這並不是在我的思想集中去索求的時候，而是在最為心不在焉的時候。

心理分析是一個訓練謙虛的好辦法。我們很少知道我們最初的而有決定性的洞察來自何處。我們觀察某些特徵，卻並沒有察覺到我們在觀察。回憶在我們心中翻騰，可是我們並不知道為什麼它們會產生。我們知道某人的某些事情，卻對“為什麼知道”一無所知。關於我們的知識，我們缺少確定的、令人心服的認識。

在探索無意識的秘密上，我們的智性與有意識的知識幫不上多少忙。在“猜測”的初期階段，要想用這些工具，就如同用照相機去拍攝沒有人站在那裡的人像，所得的只是空白一片。唯一可用的工具只有“直覺”，這直覺乃是已經變得無意識的經驗。直覺像為瞎子帶路的狗一樣。

心理分析者告訴我們，所有的自衛——這是在許多年的生活中所形成的——所有的反向行為(**reaction-formations**)與無意識的“相對傾向”(**counter-tendencies**)，在心理分析時都構成抗拒，阻擋我們通往無意識領域的道路。我們穿入得越深，它們的抗阻力越強。然而我們卻有一個盟友潛伏在被分析者的心中。被分析者的力量並非全部都在致力於隱藏，在抵抗我們的進入，在保守秘密。在似乎不可穿透的

表面之下，有一種東西在黑暗中進行，直到它被我們感覺出和瞭解為止。在那下面有一種東西在進行，它有它自己的目的，有它自己的發展。它是流動不易掌握的，然而又把我們的注意力向它吸引，它躲藏，然而又想讓我們發現它；雖然迂回曲折，它卻總是尋路出來，走向開曠。那裡總有小小的訊號，小小的意見逃避了人的注意，但當分析者留意到它的時候，卻變得很有意義起來。如果不是我們內在有一種力量喚醒我們去注意它們，我們便很容易把它們忽視。我們並不能當下知道它們的意義，但我們預料它們會將它們自己的意義顯露出來，因為：

……在這些線索中，

比之未來的巨人雖然渺小

卻在其中見出巨人的幼苗①

【①莎士比亞，《屈魯斯與克瑞西達》第一幕第三景。】

在心理分析經過幾個星期之後，會發生一種奇異的變化：患者在目敘中告訴我們的事情以及他們日常生活的報告失去它們原先的重要性，而在他們的注意力的邊緣的一些事情、意念及衝動卻有了原先未料到的意義。確定的事實變成了影子，而流變的影子卻變成了事實。

舉一個例子來做說明。一個年青人找我為他分析治療，因為他總覺得他跟太太之間有什麼不對勁的地方。表面上看來一切都美滿；他們生活舒適，有孩子。這年青人在他岳父的公司裡有很好的職位。表面上看來，他愛著他的妻子。她呢，卻抱怨他對她冷淡，有時候甚至對她冷酷；他們的性生活不滿意。這時我們已經進行到第四個星期，他已經把他的故事告訴過我。他出身貧寒；在一個公司做小職員的時候愛上了一個女孩，就是他現在的太太。那女孩的父母是財主，帶她到歐洲旅行。在父母的壓力下，她嫁給了另一個人，而他則試著把她

遺忘。但不久以後，那女孩的婚姻證明是失敗的；她離婚了，找到了他，兩人很快結婚。他太太的家人現在歡迎他了，而他也成了他岳父的百貨公司的高級職員。故事到這裡為止，可說是真實的浪漫小說。我的患者沒有什麼怨言可說。他滿足于他的妻子，不瞭解為什麼她會認為他冷淡殘忍。心理分析的過程使我們追溯到他的童年，那時他父母離異後，他跟母親住在一個小鎮。第四個星期，他告訴了我前天晚上做的一個夢。

他跟他太太開車到城外的一家路邊旅社。在路上他們談笑得很愉快。到達旅社，他們走上入口，他讓他太太走到前面。這時一定是有一個人躲在門後面，用一個沉重的東西打他太太的頭，她，倒在地。恐懼中他不知所措，不知是要召員警，還是要逃。

自從他開始接受分析以來，這是他記得的第一個夢境；依照心理分析的老規矩，我照例不把他第一個夢做解釋。那麼，你怎麼做呢？——裝做沒聽到。這就像在親密的場合你對婦人那種謙退裝做沒看到一樣。但這並不表示你沒有注意到，而只是裝做它並沒有發生。因此，我對那夢境沒有說什麼。那患者自動的想起頭一天他們真的開車到一家旅店去過，路上也談天。他們談到婚前的朋友與發生的事情。

在這裡我們很容易猜測，在這次談話中一定談到一些事情使他又隱約的想到她太太當時的事——拋棄了他，嫁給另一個人。受傷的自尊心，嫉妒，憤恨和絕望，在無意識必然又翻騰起來——儘管在意識層面上未曾出現。然而，它們在夢中出現了。我們可以猜測，夢中藏在門後的殺人者是誰。這個夢揭露了一個入口，稍後我們將從這裡走入洞穴。

我已經說過，在心理分析的早期階段，我們靠無意識的經驗之助，走到被患者否認和抑制的情感。這意思是說，我們藉著它們在我們內在引起的回聲而認識它們。這回聲卻不是分析者經常在有意識的層面上察覺到和認識到的。有人說過，詩的起源是平靜的時候所憶起的情感。心理分析的初期洞察也是如此，是由平靜中所憶起的情感或我們無意識中對這些情感的回憶所獲得的。我在前面

曾經說過，那些秘密的思想與情感的發掘並不是靠邏輯的程式達到的，而是由無意識的投射。這是說，在剎那中，我們自己似乎變成了我們的患者；我們過他的生活，感受他所感受的東西。這種過程並沒有有意識的活動的那些特徵。它們完全在“思想的努力”所能構成的範圍以外，而幾乎是在不知不覺間進行的。然後，當我們從原先潛入的黑暗河流中浮出來的時候，我們往往發現了有意識的思考永不可能獲得的東西，發現了知識與科學訓練永不可能發現的東西。在美國南方有一個故事：有一個農夫的馬從飼養場跑出去，似乎是跑失了。鄰居們到處找都找不到。最後，一個住在農場的老黑人找到了牠。問道他為什麼會找到牠呢？他說，“我想，如果我是馬，我要到哪裡去，這樣，牠真的在那裡。”馬躲藏的地方不能靠一般的常識(common打 sense)來判斷,而得靠“馬心”(horse sense)來判斷，找尋的人先要自己變成馬。

但這種飄忽的無意識變形如何發生呢？我們可能真的變成那麼多不同的人、不同的性格嗎？那些男人、女人、老人與小孩，跟我們那麼不同，他們的問題、痛苦與歡喜跟我們那麼有別，他們體驗生活的方式跟我們那麼相異，我們可能像他們的感覺那樣去感受嗎？即使一分鐘？這像是幻想。其實真的是幻想。它完全屬於想像的領域；但這並不表示那是不可能的。它只意謂分析者不僅需要精神學與心理分析學的訓練，也需要有想像力。如果這麼謙卑的工作都是不可能的，如果我們竟不能潛入少數幾個人的情感生活之中，那些偉大的作家又如何把數以百計的人物的最深的情感與意念、思想表達出來呢？莎士比亞，托爾斯泰與杜斯妥也夫斯基能夠感覺到和想到國王、乞丐、天才、白癡、妓女、聖人、殺人者、救贖者、神經病患與狂人的感覺與想法。而這還不過是他們的成就的起步。他們創造了許多人物，讓他們行、住、坐、臥、說話、吃飯，做事與受苦，使他們各自成為他們自己，從他們各自內在裡抒發出他們的言行思想。杜期妥也夫斯基，巴爾扎克，歌德與所有其他偉大的作家，豈不都是在這條河流中游泳，而我們只不過宛在其中沉浸片刻而已？當福樓拜寫到包法利夫人去世的時候，他自己口中就嘗到了那毒藥的味道。奧地利的大詩人理查畢爾一霜夫曼有一次告訴我，當他寫完《雅各的夢》(jacob's 人 dream)中有關雅各跟天使摔角的一景以後，從書桌站起來的時候，他覺得自己的腳是跛的。在心理分析中用不著這麼大的想像力。但也有一些幸運的、未曾料及的時刻，分析者可以只憑自己潛意識的想像力而達到另一個人的潛意識過程中。這種時刻的來臨是不用分析者有意識的意志所左右的。在分析者心中也和和在別人心中一樣，心理過程有它自己的法則，不接受有意識的支配。在他自己心中所浮升的東西，他的意念所思及的東西，只是“看似”自由的選擇。事實上，它的每個細節都由他內在潛意識的過程所決定。那種比理性更為深沉的

領會，使他選擇了患者經驗中的某個層面而忽略另外一些。

有一天，我接到一位年輕婦人的來信，幾年以前她是我的患者。信寫得很友善，還附了一張健康而俊氣的小男孩的照片。當我看著這嬰兒的微笑臉龐時，我記起這個年輕的母親在心理分析治療時如何勇敢的奮鬥。

這個年輕的婦人有好幾種神經症狀，焦慮和抑制，因此來找我做心理分析。她的婚姻已經接近破裂，她無法忍受她的丈夫，他的神經病態的特徵使她感到痛苦。她性交的時候都是極不情願的，而且是冷感的。她的丈夫是美國人，戰爭時期大部分時間在英格蘭，在這裡認識了這個女孩，雙雙陷入情網，並且發生關係，而這件事，她一直沒有告訴過她的父母或朋友。她懷孕了，而覺得除了墮胎之外別無選擇。這時，她的愛人正好被派遣到另一個國家，回來之後要求跟她結婚，而她這時卻跟另外一個男人有了關係。她不願意再做他的妻子，到了他要離英返美的最後一刻才答應下來。他們婚後的生活充滿了爭吵，她對這個一度曾經熱愛過的男人表現了極度的殘忍，她把所有這些困難與不和諧都對我做了詳細的訴說。

老天知道，我們都做過許多錯誤的判斷，但有些時候羅盤的指標卻毫不錯誤的指著正確的方向。當我聽她訴說婚後這些不愉快時，為什麼我老是想到她墮胎的事呢。這件事她不過用最隨便的態度提過一次，她說那是必須實行的手術；因為做未嫁的媽媽是不可能的。在她的報告和訴苦中，似乎都看不出墮胎對她的神經官能症有什麼影響，看不出她的墮胎跟其他年青人的類似經驗有什麼不同的地方。不過自此以後她就性冷感，但她的解釋是說，那時她發現她的愛人對她有不忠實的地方。目前她之所以不願意要孩子是有道理的，因為她覺得她不愛她的丈夫，也不能確定自己要不要跟他長久在一起。她說，她對他精神虐待也是有理由的，因為他曾經對她那麼殘忍。現在她顯然想要對他報復。

我說不上來為什麼我的注意力一直集中在她打胎這件事上。是不是由於她講到這件事時，那種平淡無奇的態度？這件事是否跟她現在的恐懼與神經官能症有著隱密的關連？這些神經官能症的症候顯然跟她其他的行為與態度不相合。她

也像她那時代、她那階級的許多英國女孩一樣，非常聰明，情感冷淡，對生活甚至有一種諷嘲的態度，或則說，至少是裝成這個樣子。她最顯然的一個症狀是一種強烈的恐懼感，覺得某種逼人的災難就要降臨，而這種災難的性質又很模糊、神秘，她說不清楚；另外她有一種罪惡感，而來源也說不清楚。

我已經不記得是什麼時候首次感到在她冷漠的表屋下面隱藏著宗教迷信的遺跡。這些遺跡跟她目前所持的共產主義的與唯物論的觀點成為明顯的對比。有時候我覺得似乎她在為了某種思想上的罪惡在懲罰自己；真的，就好像她無意識間決定要破壞她的婚姻，把她青春的生活搞得一團糟。分析的過程證明我最初的印象是正確的，那就是，她的墮胎對她的神經官能症有極重要的影響。我們察覺到她被一種無意識的觀念所盤據，認為墮胎是一種殺人行為，神或其他的力量會懲罰她。表面上她顯然是自由派與無神論者，在潛意識中她卻有一些信念和表面的不同，而實際上控制了她的生活。

心理分析的過程，追溯到她墮胎的經驗。一開始她的回憶是模糊的，而且不願意回憶，她認為那件事是不重要的，“膚淺的”——她這樣說。在克服了這種強烈的抗拒之後，她開始憶起她這次經驗的種種經過，並且把長期被壓抑的情感釋放出來。她重新又體驗到她的焦慮、絕望和深深的罪惡感。她又清楚的回憶起如何去找墮胎的醫生，為墮胎所做的準備，她的恐懼與厭惡，醫生與護士鬼祟的態度，還有她所忍受的極大的痛苦以及她狠心的決定：永遠不讓她的愛人知道她所經歷的這些折磨和想法。這些回憶構成了她在分析治療中的轉捩點；它們具有懺悔與贖罪的作用，同時使她的情感得以發洩。此後又過了幾個月，她的分析治療圓滿結束；她的主要症狀已經完全消除。又過了幾個月，她寫信告訴我，她已經懷孕，想到要做媽媽，又快樂又得意。

前面我曾說過，我不知道什麼時候首次想到她把墮胎視為謀殺(這個觀念是天主教的教訓)；可是，那時候我卻想到一齣戲劇，它的主題跟這個女孩的故事有關。先說這個女孩子墮胎前幾天的事情。

在她墮胎的前幾天，她母親到倫敦來看她。談話間她們觸及到性的問題；這個

女孩在當時必然已經接近崩潰的邊緣。雖然她感覺到母親已經猜出她跟那個男人的事，她卻並沒有向母親坦白。她母親對年青一代似乎極其容忍，因為兩代對性的態度已經是天淵之別了。那女孩深深被她母親感動本想告訴母親自己的困難，卻仍舊壓制下來。可是這時她母親卻繼續說下去，好像在對她提出警告一般。在談到私生子的問題時，母親的容忍態度突然結束，嚴苛的責備起現代女孩對這件事的態度。這個女孩沉默下來，後來當她把母親送到火車站，她已經對母親說不出話來。

從這段報告中看來，母女二人一開始是接近的，同情的，然後卻互相撤退，兩人中間好像突然形起一堵牆。兩人的隔閡，不僅在她們所說的話中，也在她們所沒有說出的話中。這幕景象似乎使我想到了什麼。我在什麼地方曾經感到同樣的氣氛呢？

這個女孩，當她的愛人被調到別的國家，不知道要把她的不幸向誰投訴。她無法向女朋友們透露。而且也不知道如何去找墮胎醫生。在愁苦之中，她想到一個人，當他們學生時代是好朋友。這個年青人非常羞澀；她知道好多年來他都在愛她，只是沒有告訴她。於是她打電話過去，跟他見面，把自己的事情跟他說明，求他幫助。他真的是個朋友。他找到了一個墮胎醫生，陪她去那裡。告訴醫生他是孩子的父親，並為手術做了一切安排。故事的這一段也使我想到了另外一個人物。那影子是模糊的，不過，我一定是在那裡遇到過。後來，突然間那影像清楚起來，那不是從實際生活上產生的，而是來自舞臺。我記起了吉哈德霍普曼的《露絲柏恩德》。這齣戲可能是廿五年前我在維也納看過的，情節我只大略記得，但有兩景即在我眼前生動的出現②。劇中的故事發生在廿世紀初期德國的西里西亞一個鄉村裡。主角之一是一個森林管理員，年約四十歲，是一個性格不穩定的人，他的太太已經癱瘓許多年了，劇中的女主角是一個年青的精力充沛有吸引力的村姑，名叫露絲柏恩德，是所有男人追求的物件，露絲跟森林管理員戀愛而且秘密發生關係。有一個嚴肅而虔誠的釘書工人愛上了露絲，要娶她為妻。但露絲卻為那結過婚的男人懷孕，處於無助的狀態。另一個男人發現了她跟森林管理員的關係，強向她求歡，否則就揭發他們的關係；她在逼迫之下順服。在極端無助的狀況下，她去找那森林管理員的太太。現在我看到了那屋中的景象。那癱瘓的太太通達人性，對這個前來求助的女孩相當仁慈。她並沒有責備兩人的愛情關係，可是當露絲說出她已懷孕她卻撤回了同情。我看到了這幕景象：坐在輪椅中的灰發婦人，她用那種態度看著這個受折磨的女孩，而這個女孩卻無法再講出話來。她垂頭坐在那裡，沉默著。【②對下

面的討論來說，我對於劇中的細節記得不清楚，並不是最重要的事。我此處所回憶的，以心理學上的事實為重，而不是以劇中的真實情節為重。】

露絲在田裡把孩子生下來。在羞辱、絕望、被自己的愛人所拋棄又被別的男人所追求的狀況下，她殺了孩子。我腦子中又升起另外一景，是這齣戲的最後一景。地點是在露絲的父親房裡。桌邊坐著女孩的未婚夫釘書工人奧古斯特，他是一個瘦小、陰鬱的人，他的一隻眼睛被人打腫了，可是他原諒了那個人，他曾經察覺到露絲發生的事，卻無法提供幫助。一個巡官走進屋中。我看見刺刀在槍上閃亮，露絲突然崩潰，說，“我用這兩隻手把我的孩子勒死了……”巡官走向門口，要把露絲帶走。獨眼的奧古斯特站起來，用一種奇怪的噎氣的聲音說，“巡官，這女孩……這女孩一定已經受了太多的苦……”幕徐徐落下。

我們發現這齣戲的主題就寓含在這句話中。常我在諦聽我那患者第一次提到她墮胎的事時，雖然她的言詞冷靜而沒有表情，我的心中卻反復著這個主題。在聽著她那麼看似無情與冷漠的故事中，我必然察覺到她跟西里西亞那位村姑同樣的命運——在不同的表層下面，她們是命運相同的姐妹。在分析的過程中，有一個時刻，我那麼銳利的感覺到她們命運的相同，以致於那出戲劇的景象升到我有意識的思想中。我聽到那用西里西亞方言所說的主題：“巡官，這女孩……這女孩一定已經受了太多的苦了。”當你穿透到女人與男人靈魂的最深處，則文化與地區的不同已經不再重要了。在心理學面前和在法律面前一樣是人人平等的。

有一天，我翻到了一本老剪報夾，其中有一張許多年前在維也納剪下來的一張漫畫。這張漫畫只有圖而沒有文字，但我立即明白我為什麼把它收藏。我有一個年青的女患者，非常漂亮，最近一直受著一種念頭的折磨，認為她不久就會又老又病又醜。這個念頭折磨著她，使她不快樂，使她抑鬱難堪，甚至使她想要自殺。每天她好幾個小時對著鏡子，察看自己的臉和身體，尋找每一絲變老的跡象。她比好萊塢任何影星用的化妝品都多，卻都歸徒然。她無法擺脫老醜的恐懼。有一次她對我說，她鏡子裡的樣子多麼像似雞皮鶴髮的老婦人，而實際上，她那時不過芳齡二十二，在美女甚多的維也納得過選美獎；從這裡就可以看出她這種念頭是多麼荒誕。人人見了她都稱讚她美好迷人，不論她出現在宴會中還是歌劇院的包廂裡，都有許多愛慕者包圍在四周。她還有其他一些強

迫性的念頭，但以老醜的念頭最為嚴重。她的丈夫愛慕她，但她對他的情感卻比同情多不了多少。她的徵候把她的時間與精力幾乎用盡了，以致她除了做一些社交應酬之外，沒有其他時間。她愛她的小女兒，卻很少跟她在一起，交給一個受過訓練的保姆帶養。

經過幾個星期的分析(在這段時期她把她過去的經驗向我做了生動的說明)，我仍舊不能瞭解她這種強迫性的意念從何而來。就在這時我湊巧坐在一個牙醫的候診室中，在那裡翻看一些舊的《潘趣》(punch)雜誌——這些雜誌跟一些維也納笑料刊物一起放在桌子上。我看到了這幅卡通畫，看了幾秒鐘，然而轉到別的漫畫。當我被叫到診療室的時候，就把它放到原來的地方，也沒有再去想它。

第二天我又聽那年青婦人訴說她的恐懼，那時我突然想到那幅漫畫。我當即瞭解了她的恐懼的無意識根源——至少是根源之一。我向牙醫要過這本《潘趣》雜誌來。當我在候診室中看這副漫畫的時候，必然在心中升起了一些無意識的思想，而這些思想則在這一次聽她訴說時再度出現，為我提供了線索，解開她的謎團。這個謎團的核心一直到那時還都沒有被我觸及，但在我看漫畫的時候一定對它有了無意識的瞭解。患者的話只像一首樂曲的弱拍一樣，使我想起了一個曲調——甚至聽到了它——那曲調只在一天以前才穿入我的意識心靈。

在漫畫中我們看到一個新聞記者正要拍照。無疑，他想拍照的是那位夢幻般看著海洋的年青美麗的女子。老婦人在旁邊的椅子上坐著，蓋著毯子看書，顯然不會引起記者的注意。而她也沒有注意新聞記者和那女孩，只是專心的看書。第二幅，那女孩不願意不做準備就拍照。她一點也不反對把自己的相片公佈在報紙上，但她必須先把自己打扮一番。畫家告訴了我們她如何撲粉抹唇膏，如何用寬邊帽把自己的臉襯托得更可人，又如何選擇一個最好看的姿式。老婦人對身邊進行的這一切都沒有察覺；她還在看書。最後一幅畫是第二次那女孩看到報紙的情況。她抓起了當地的地方報《陽光海灘觀察報》準備欣賞自己的照片，而赫然發現是那個老婦，下面標著一行字：“本鎮的稀客”。

漫畫的好笑是在努力與期望的落空。我們的笑則有著一種幸災樂禍的成份在內，因為我們看到了女人的虛榮以及它的徒勞。當這個女孩期望在報紙上看到自己美好的形影時，卻看到了一個生病的老婦，這使我們發笑。就似乎在潛意識中我們期望少女的虛榮與自我欣賞受到挫折或懲罰。

因此，這幅漫畫的喜劇效果是落在“驚奇”上，但它還寓含著另一層的意義，而這層意義或許是那位畫家自己都沒有意識到的。這就是少女與老婦之間特有的關係。

喜劇背後隱含的悲劇成份可以這樣說明：在這幅笑料式的漫畫之底層有一個模糊的意象在透露。那少女終究有一天會變成老婦那個樣子。那是她的鏡子，那是她未來的自己。她們雖然是兩個人，但又只是同一個人的兩個階段。那老婦或許是四十年以後的少女吧！戴寬邊帽，打扮入時，輕盈迷人的少女和那坐在椅子上，戴老式小帽，安靜看書的老婦並排出現，必然在我們心中激起一種恍惚的念頭，對我們前面所說的關係加以肯定。而當最後一幅漫畫出現的時候，在驚奇中我們潛意識的念頭獲得了證實，我們的想法並不是不著邊際的。現在，我們對這幾幅連環圖有了深一層的看法。我們仍覺得好玩，但已不再只是好玩。老婦人在倒數第二幅和最後一幅的出現，豈不是讓我們想到女人不可避免的途徑？

現在我們可以看出，悲劇的成份只不過略略的掩蓋在喜劇的表層下方。當我們察覺到在那少女與老婦原來是同一個人的兩種階段時，我們的笑就消失，而變得嚴肅起來。悲劇的感覺遮蓋了喜劇感。在這幅連環圖中透過著一個意念：要想逃避共同的命運是不可能的，所有的努力都歸徒勞。一切的努力——包括逃避——最後都得向命運讓步。我們對那少女的瞭解引起了我們對她的同情。牛津伯爵四世賀瑞斯華爾浦(Horace 意

Walpole, fourth Earl of

oxford)有一句話語重心長，他說：“對那些思考的人來說，世界是喜劇，對那些感受的人來說，世界是悲劇。”^③【漫畫中的老婦說不定就在讀華爾浦著名的書信集，前面的句子就是從這部集子中引述的。這個紳士寫給他在弗羅倫斯的朋友賀瑞斯曼爵士的信中，把一七九年的英格蘭做了生動的描述。他說到當時的倫敦，朝廷的故事。這老紳士的健康不佳；有一天，他必須由兩個僕人從

床上抬下來，因為他患著嚴重的痛風。有些人也曾這樣讚頌老年：“啊，親愛的先生，一生的歲月，我們總是自欺。”】

但我們要討論的並不是這幅連環圖的隱藏意涵。當我聽那患者再度向我訴說年老的恐懼時，這幅漫畫似乎使我找到了她的病症的線索。當然，那必然正好是恰當的心理時機，使我得以瞭解到她第一次怕老的感覺如何發生，並把我這種認識告訴她。她曾說過，有一次當她脫衣服準備洗澡的時候，她的小女兒極其好奇的看著她。在這小女孩的眼神中必然使她想自到己小時候類似的情況。或許也有那麼一次，當她小時候，她這樣看看她母親，察覺到她已經變老而心理隱藏著一種滿足感。這種滿足感跟她對母親的愛互相衝突，跟道德的要求也互相衝突。這種愛與道德感不准她因看到母親年老，因自己比母親年青得多、漂亮得多而滿意(人家常常告訴她，她母親是多麼漂亮)。這些念頭只是飄忽的一閃，立即就被抑制下去，然後也就忘記了。但當後來她母親患病，日漸成長的她陪著母親到各處名勝養身之地企圖恢復健康的時候，這種感覺一定越來越強。

後來當她看到自己女兒的眼神，一定又喚醒了她無意識中的記憶，感到了自己當年時如何看出母親的老醜。此後不久，她就產生了那種神秘的恐懼，使她覺得自己突然間變老了，臉布皺紋，頭髮灰白。當她照鏡子的時候，她看到的是她母親的臉。那就似乎潛意識對於循循報應的恐懼追逐著她，使她想到自己馬上就要像她母親的樣子而恐懼。當周圍的世界正在為她的美麗而讚頌的時候，她幼時那種一瞬即過的勝利感似乎在她心中響起，但響起的不是她的勝利，而是她女兒的勝利，是她感到她在勝利的當前，在她女兒神中已經看出她衰老的破綻。似乎她女兒的眼神是一種信號：現在該輪到你了；她在孩子(和所有的人)的眼前將顯得年老色衰。讓我說一句，我這種重新組合的正確性後來獲得了她的證實，她的回憶中確實有這樣的事實。不過，她的徵候卻沒有馬上消失，一直到我們把她幼年和成年時跟她母親的複雜關係徹底解析之後，她才慢慢復原過來。這時她的怕老也慢慢消失了；她照鏡子的時候看到的不是她母親的臉，而是她自己的，而她喜歡自己的樣子；她對於年老的恐懼在範圍與性質上已無異於她這年齡的一般女人。

由於那幅漫畫的幫助，我得以瞭解她的強迫觀念；此後我又想到了一些其他類

似的個案。在這些個案中，患者突然覺得自己是個陌生人，或一個使人厭惡的“別人”；自己的形象似乎變形了，自己的表情變得卑陋、骯髒。有一個中年人，他不敢照鏡子，因為他看到的是一個又老、又獸性的淫殺者，是一種類似藍德魯(Lands)或“老大傑克”(Jack 突

the

Ripper)之流的人物。另有些例子中，患者所看到的則是他的另一部份，自己另一面，因而覺得恐懼。在第二個自我中，不僅呈現了自己被抑制的意念與衝動，而且也呈現了自己潛在的可能性；這些東西都是患者知道的，但又不願意承認。漫畫中的少女看著報上的相片，那相片不是她的；我的患者看著鏡子裡的自己，她看到的卻也不是自己。奧斯卡王爾德曾創造過一個人物，名叫杜利安葛瑞(Dorian 看

Gray)，這個人希望永遠年青英俊，卻因此看到自己扭曲了，變了形。在文學作品中這種例子不在少數，這些人物恐懼於老醜，終生都似乎被他們的第二個自我——他們的(活人的鬼魂)Doppelgaenger 所追逐。這些人物的背後都隱藏著某些可能性，而這些可能性似乎隨時都有變為事實的可能，使我自己不寒而慄。回想一下那幅漫畫，我們幾乎難以說明究竟是什麼成份在使我們發笑。啊，是了，是那年青的女子的錯愕與失望，是當她想要看到自己美好的形像時，卻看到了一個老婦。我那位患者攬鏡自照的時候，也是這個樣子。漫畫使人發笑，而我的患者的自述則使人有荒唐突梯之感。然而，當我們瞭解了它們潛含的意義，便知道那好笑與荒唐的背後，正觸及了人生的痛處。

第二十五章 神經官能症的掩飾

下面幾段我要談一談強迫性神經官能症的某個階段中的一種典型行為，以及我如何發現它們的共同特性；關於這一點，心理學還知道得不多，而心理分析的文獻中也幾乎沒有提到過。這幾段我們所談的不是神經官能症的徵候的起源、發展與無意識的意含，而是強迫症患者的社會行為與其心理上的制約。

有人曾說，一篇演講要講三次：第一次在準備時期，第二次真正登臺，第三次在回顧的時候對自己的修正。一個有強迫觀念的人卻可能在想像中把演講講一百次，卻沒有一次向別人發表。無數的疑慮、猶豫與反省，使得每一句話、每一個字、每一個動作、每一個細節都成為可疑的東西，到最後是寸步不行。一切都失去了“付諸實行”這一個環節。有一個很聰明的患者對我說：“愧疚取代了行動”。然而，由於他不行動，不實際去做，他就永遠只有愧疚的份。這一類的患者總停留在行動之前的階段，這種階段我稱之為“心念預演”(thought-rehearsal)。

這些神經官能症患者沒有去工作或行動，卻千百次的反復著一些在他人看來無

意義的小動作，小儀式①。比如說，某些儀式是否做過，做得是否正確，保護自己的某些神秘措施有沒有做好等等，這些都會一再成為疑問，並且要一再檢查、確定。【①強迫行為(compulsions)是一些細小的、往往沒有意義的動作，患者在意識上明明不願，卻不得不反復去做。強迫觀念(obsessions)則是一些堅持不去的念頭，患者雖然明知是病態的，卻無法把它掃除。一般來說，在某些神經官能症中，強迫行為和強迫觀念是並存的；患者無法控制它們。】

在心理學上大家都知道，這些儀式具有保護患者的意思，如果他沒有按規矩去做，就會覺得某種危險將要降臨；他可能會生病或死去，他或他自己最親近的人會發生災難等等。他所有的儀式都是在把這種神秘的危險驅除，這和宗教中的祈禱或犧牲是意義相同的。

可是，我何必做這種抽象的說明呢？我有實例可用。有一個中年人，每當進門、跨過一條線或其他類似的情況時，都要用右腳踩地。由於他的疑慮日增，所以踩地的次數必須好幾次。如果沒有這樣做，他就會陷入極端的焦慮中。他這樣做的目的是排除可能發生的災害。

在這裡使我們感興趣的是這個患者另一方面的行為——他既要實行他的儀式，又希望秘密進行，不讓周圍的人知道。自然他在生活中會發無以數計的場合需要他踩腳才能安心的。他(美國人)認識了一個年青女郎，他對這女郎有意；他答應用他的車子載她到維也納城外的一個勝地遊玩。她曾表示想去這個地方。當然，他預先料想到在離開維也納，進入鄰城的時候，他必須踩一踩右腳。他也知道，在越過市界的時候他踩的是右腳，而不是左腳，並且必須反復好幾次，以便確定他這樣做了，否則他可能就會倒楣。

強迫性的神經官能症患者都具有前思後想、準備、提防的特徵，必須把實行儀式的每一個障礙都掃除，把每一個細節都顧慮周到；我這個患者自然也是如此。他預料到要在郊遊的時候實行踩腳的儀式，一定有許多困難。下面就把他郊遊的情況說明一遍——但這是重新組合而成的，是由好多個鐘頭的分析工作才獲得的結果。先從開頭說起。他是一個外地人，如何能夠正確的認識維也納與鄰城的分界線呢？要踩腳，必須在這條分界線上才有效。再者，他跟一個迷人的女郎坐在車上，要踩腳而不致顯得無理與可笑，不致引起她的注意，應該怎樣才好呢？

最先出現的困難是時間與地點的問題。關於這件事他事先有了預計。他先在頭一天把郊遊“排演”一次。那一天，他先跟他的維也納車夫聊天，聊天中間，似乎偶然的提到維也納附近的勝地，表示願意對它們有一些瞭解。當車夫提到患者跟那女郎擬定要去的地方時，患者就問他有多遠，是不是屬於維也納地

區，等等。接著又談了談天氣，然後他決定趁陽光美好的現在到那個區域去遊覽一下。在車上，他不時問到是否就要看到那個勝地了，當車夫突然說他們已經接近的時候，患者就要求停車，下來走走，他笑著說，沒想到這麼遠，他的腳在車上都坐麻了，要下來活動活動。下得車來，他跺腳當然是自然的事了。現在，他裝做有趣似的問道，維也納的市界在什麼地方呢？這裡是不是像美國一樣有路標呢？當車夫告訴他路標在什麼地方的時候，他便說要去走動一下，把腳上的麻脹舒散舒散。這樣，他就走過去若無其事的察看市界了。這並不是一件簡單的事，因此他必須克服許多疑慮。他一邊跟車夫(陪他散步)聊天，一邊請他指明界線——當然，這是外地人的好奇嘛！當他跨過界線時，他一邊喊著腿麻，一邊跺腳，罵著“這該死的腿！”，跺了。在他看准了幾個界標之後，他回到車上——上車的時候用右腳——返回維也納。

由於這次排演，真正的郊遊就容易了一些。不過，還是相當困難的。第二天，當他真正跟那女郎坐車出遊時，他必須時時找藉口探頭出去看看他們走到了什麼地方。當然，在他跟司機談一兩句之後，他總是可以轉過來告訴那女郎(她也是外地人)這是何處，那又是何處。他把談話的興致提得很高，以便在越過市界的時候他可以跺腳而不致引起她的注意。基本上他採用“打拍子”的辦法。他用一種自然而然的語調問那女郎，她有沒有到維也納城郊別的地方郊遊。他說，他特別喜歡維也納的音樂與戲劇生活，問她有沒有看過最近的一出的小歌劇。靠在車子的椅靠上，他不在意的把左腿蹺到右腿上，免得萬一越過市界的時候左腳跺地——果真如此，他就會覺得大難臨頭。

這時，他的談話是這樣發展的：“你記得《華爾滋之夢》嗎？我看了兩次。”那女郎說了一句話之後，他回答說，“是的，這齣歌劇裡有不少優美的曲調，但我最喜歡的還是第二幕的大圓舞曲。”這時他很快的向車外掃一眼。市界近了。“你記得嗎？那怎麼唱的？啊，對了，這樣！”他笑了一下，好像因為記起了那曲調而高興得不得了似的，開始唱起那首歌來：

美妙音樂輕輕飄
傳遍庭宇走逍遙
愛情痛苦且甜蜜
湧自深處不可逃

當他唱著這首並不比別的輕歌劇的歌詞更為愚蠢的歌時，他的右腳便在汽車的地板上打著四分之三的拍子。這當然是再自然不過的事，而同時又以極正確的方式實行了他越過市界的儀式。就如他所說，那只是“打拍子”的事，事實上當然不只如此。

我先要讀者注意他的排演部份。這一類的排演是一種特有的防範措施，但心理分析文獻中到目前還極少提到。這些措施是預先細心想好的，然後又精確的實行；它們的目的是要確保儀式得以實行，而不致受到可能的阻撓。這種預先安排可以和戲劇的彩排相比。患者的排演可以增加他的決心與行動的勇氣。如果沒有排演，可能中途會發生他沒有預料到的危險，設若如此，他的儀式便不能確保實行，而他會因此疑慮不寧，緊張終日。排演可以使他的儀式照“預定”計畫實行，不出差錯。

這一種“心念預演”可以使患者獲得一種樂趣。“我早晨的夢的甜美預演……” 莎士比亞曾這樣說過。在心中的預演會由新的處境產生新的意念。計畫原先是不確定的，但預演可以使它輪廓更為清楚。

在這裡我們看到，患者不僅要精確的實行他的儀式，而且要不致引人注意，要讓人覺得他的行為是無害的，偶然的。這樣看來，他整個的行為是由兩種互相對立的傾向組成：他必須依照他內在的“強迫”觀念來實行他的儀式，同時又要向外在世界掩飾，使人覺得那是“自然”的。

患者無法制止躁腳嗎？不見得；在必要的時候他常常把躁腳的行為犧牲掉。在這次郊遊中他之所以不肯犧牲，是因為他不願意忍受因之而來的焦慮。他自己明白，如果省略了這個儀式，他必然會疑神疑鬼，以為隨時有災難降臨。因此，他的行為有兩個層次，一個是掩藏，另一個則是讓他的儀式得以正確的實行出來，而後面這一層則是他行為的主要動機。

我建議把這種行為叫做“神經官能症的掩飾”(neurotic camouflage)，這種掩飾意圖把兩個互相衝突的心理程式協調。一方面他要按照自己的強迫意念去實行，另一方面卻又想使自己的行為符合社會的尺度。這種病症又要滿足內在世界的要求，又要滿足外在世界的要求。因此，它社會行為的掩飾是這兩種相反力量妥協的結果。

我敢於這樣假定：所有的精神神經病症，在發展的某一種階段都有社會掩飾性。當病症進行到某一個階段時固然可以看出，當病症復原到某個階段時，又可以看到；其實，在中間的階段也是時時可以看到的。這件事並不難以解釋。在病症最初發展到某一階段時，世人的批評仍舊在患者心中站著重要的地位，因此必須小心掩飾病徵。在復原的階段則患者又開始察覺到社會的影響力，因而也會感覺到掩飾的需要。

在強迫行為的神經官能症中，社會掩飾尤為需要，因為它的徵候與社會一般的行為標準相去甚遠。一般說來，患者很明白自己的行為跟合理的行為如何不

同；因此，他想掩藏，設若掩藏不了，也要盡可能使它看似並不嚴重，使它看起來仍舊符合社會行為規範。

我已經說過，“社會掩飾”是由各方面的觀察綜合出來的結論。我不記得這個觀念究竟何時最先形成，但我記得，當我聽取那個患者的報告時，我第一次有了這種明確的印象。當我用悠然的注意來聽取他郊遊的報告時，我突然想起布洛克納的一個軼事，這是許多維也納人都知道的。這個大作曲家小時候在教堂唱詩班唱過歌，後在聖弗洛林教堂當過風琴師，他又想過要當教士。他終生虔信天主教，這種精神可以在他的《彌撒曲》與《神贊》以及他的九首交響曲中看出。但布洛克納作曲家的名聲已經傳播開去以後，有一天，維也納音樂學校的校長弗蘭茲·赫白克來訪，想說服這個羞怯的風琴家去維也納。布洛克納和赫白克下午在林茲附近散步。當他們正在深談音樂的時候，附近的教堂響起了晚禱的鐘聲。布洛克納是個虔誠的人，他當然希望脫掉帽子。但他又怕被維也納來的這位大人物嘲笑，他想他也許是個不可知論者也說不定。由於宗教良心和怕被恥笑兩種力量的撕扯，布洛克納終於選擇了一個現在看來可能是最拙笨的辦法：他脫下帽子來歎道，“啊，好熱的天！”——當時是嚴冬十二月。

這個插曲表現了不成功的社會掩飾，也表明了這種現象並不限於神經官能症者才有。一般在碰到特殊難堪的情況時，也會產生這種現象。當我們想把自己強烈的欲求跟社會的行為規範相妥協，以顯示我們的行為無害時，便會運用起社會掩飾。社會的掩飾行為如果還沒有達到病態的程度，旁觀的人看了會有一種喜劇感。

布洛克納的小故事使我對神經官能症的掩飾有了一層更普遍的瞭解，因為他的衝突不是強迫觀念與社會行為之間的衝突，而是宗教信仰與環境之間的。

讓我再舉幾個例子來說明神經官能症的通性。有一個婦人害怕臉紅，她知道在某些不可避免的情況下她一定會臉紅。進出公寓的時候，她常常會碰到女門房，這個女門房習慣在樓梯口或附近的地方跟另一些女人扯閒篇。從往日的經驗中，我這位患者知道這些多嘴婆對她帶著一種好奇的眼光，她知道那女門房會向別的女人傳一兩句話，弄得她面紅耳赤。在這種情況下，我的患者採用的辦法是打開手提包，裝做在裡面找一些東西，譬如鏡子，口紅或梳子，使人看起來，她的臉紅是自然的。

另一個是男人的例子。這個人對屋子裡每個紙條都要撿起來查看。他害怕他會“不意間”把重要的公事字條放錯地方或失落。當然，這種強迫觀念在很多地方都使他有異於常人，尤其是他往往必須再三的去察看同一張紙片。譬如說，坐在飯店的時候，他注意到地板上有一片紙，離他很遠。既然看到了，他就非

去看清楚不行，否則他不放心。他走過去，在快要走到的時候，把自己的記事簿打開，然後裝做掉了紙片似的，彎腰去找，乘勢把那紙片撿起來查看。走出去沒有幾步，他的疑慮又起，想到，那紙片上是否還有他沒看到的地方，因此他必須回去。他問服務生電話在哪裡，於是慢慢走過去，經過的時候又把那紙片撿起來——先裝做鞋帶鬆開的樣子，彎下腰來系鞋帶，順便撿它起來，然後把紙片帶到電話亭，在那裡查看。回來之後，他疑慮再起，於是他焦急的——這時他是真的焦急——的對服務生說，他怕把一個重要的紙條掉在電話亭裡了，因此必須去看看。

這個患者還有另一種強迫觀念。他總是怕自己粗心大意傷害了自己的小兒子。他的這種焦慮是因一次魯莽的開門行為引起，那一次，他的小兒子站在門口附近，他懷疑自己魯莽的開門時，門柄是否碰到了小孩子的頭。這種強迫觀念不久就轉到他對每個孩子的態度上；他必須極端確定他不可能傷害到孩子才算放心。但在別人看來他的這種小心顯然是庸人自擾。譬如說，在他跟朋友談話時，一句話剛說到一半，他突然站起來，打開手臂，好像要去量一量從這裡到門口的距離時，別人怎麼想？別人當然會把他當傻瓜看，但他卻是為了釋疑，否則就一直受著那種疑慮的折磨。當然，這位患者想要保持他的社會地位。當他這一類的疑慮產生的時候，他會非常巧妙的把話題扭轉，不但讓自己的測量行動得以表現，而且讓它跟談話的內容相合。譬如說，他可以說某某東西有多大——有兩隻手伸開那麼長，或者，他見到了一個老朋友，張開手臂來歡迎他……。

在這裡我或許該提一提這種成功的掩飾在分析者心中所產生的印象：他除了心理學的興趣外，對患者的聰明，患者的能夠運用心智感到佩服，另外他還有一種喜劇感。當患者告訴他，如何克服了特別的困難，而很成功的完成了社會掩飾時，他特別會有這種喜劇感。有時我們不免會想到卓別林——想像這些患者是跟內在困難奮鬥的卓別林，而不是同外在世界。他們的神經官能症對他們提出種種要求，或提出種種否定；對這些要求與否定，他們在理性上是不肯服從的，但由於焦慮的鞭策，又不得不投降；社會又對他們提出反對，他們輕視這些反對，但又敬重社會的要求；於是，在這兩種力量的傾軋下，他們便發明出那些巧妙的戰術來，這就是神經官能症的掩飾。我們不是笑患者，而是跟患者一同笑，因為他們自己為掩飾的成功而得意，我們也覺得他們的掩飾又聰明又有趣。而最重要的是，在這種看似胡來的掩飾行為中往往隱藏著很有意義的東西，只不過不為外人所能瞭解而已。

前面提的女患者，每當進出公寓門口時，遇到女門房或其他多嘴婆在那裡聊天時就會臉紅。她為什麼會臉紅或那麼困窘呢？我們所知道的只是她害怕別人講她的閒話。我們知道她如何保護自己，就是把皮包打開，好像找什麼東西的樣

子。然而，心理分析卻使我們明瞭，這種在皮包裡尋索東西的行為卻是她幼年手淫行為的象徵。當她年少的時候，她為了自己的手淫而極其羞恥。有一次，她生怕她母親知道了她的秘密，更怕她母親會跟別的女人——譬如說親戚或朋友——談起。因此，她進出公寓的掩飾行為卻正使我們追溯到她想隱藏的事情；她的掩飾實是她所隱藏的行為之象徵。

另一種使她臉紅的事是當她獨自在公寓裡的時候有人來按門鈴。這時為了掩飾困窘，她採取了一種辦法。她從經驗中得知，如果她迅速的把手泡在熱水中，然後用毛巾擦手，再去應門，她就比較不會困窘。在分析過程中，當她報告這件事情的時候，她聯想到她幼時手淫，怕她母親突然回來。從這裡我們看出，在應門時使她減少困窘的辦法正跟她的困窘起因有關。另一個應門前減少困窘的辦法是趕快把一片面片或口香糖塞進嘴裡，一邊嚼一邊開門。在報告這件事時，她聯想到幼年時當她母親不在，她偷吃為她妹妹保留的糕餅，突然母親回家；另有一次當她從糖果罐中拿東西出來的時候，她母親回來。

像這一類的例子還有很多。從這些例子中我們可以看出，在掩飾的下層透露著某種新的傾向；在患者小心掩藏的行為中正揭露了他欲掩藏的東西。被壓抑的傾向有時突然暴露出來。這種失效的、流連的掩飾，在心理學上有特別的意義，因為它暴露了兩種互相衝突的力量，並且顯示出強迫觀念或強迫行為占了上風，向社會規範妥協的願望敵不過患者內在的焦慮。

奇怪的是，“從掩飾中暴露了秘密”這種領會，也是我從布洛克納的一則故事中領悟到的。為布洛克納寫傳的人告訴了我們一些故事，使我們知道有些時候他的行為是多麼奇怪。傳記家們並不知道布洛克納在這些行為中已經清楚的表現了強迫性的神經官能症。譬如說，他必須好多次跑去看看他到底有沒有把燈關掉；當他從窗子旁邊走過的時候，他一定要數一數窗子的數目等等。有一次，當他跟一位美麗的少婦在一起的待候，他一直想數一數那少婦的珍珠項鍊究竟有幾顆珍珠。他裝做非常讚賞的樣子細細察看。後來他又懷疑數得不正確，因此用手去摸那少婦咽喉附近的幾顆，使對方大驚失色。這些故事使我瞭解到，在掩飾的行為中，被壓抑的傾向如何經常暴露出來。

使自衛性的或自以為有魔術效用的強迫行為不引人注目，使人覺得無害或無異于常人，並不困難。我的一個患者每次走過鏡子面前都必須站一站，當他進門的時候，都必須把右手伸一伸。他用的掩飾辦法是在鏡子面前整理一下領帶，進門的時候把拉帶領一拉。他這樣做不會引起別人多大的懷疑，人家頂多說他好虛榮。他另外的一些強迫行為要想掩飾就困難得多。有一次，他跟一個朋友出外散步，突然間他看到一個穿喪服的婦人，他不得不轉身回家；他一步也不能向前了，因為他有一種強迫觀念，凡是遇到穿喪服的人，他一定要回旅館，

否則就擔心他家裡什麼人會死。他突然要回去的藉口是典型的。他站住不動，告訴他的同伴說，他必須馬上回去，因為他突然想起來，他家裡給他轉寄過來一張訃聞，要他打電報過去，而他忘了。因此，即使在他的藉口中他也利用了強迫觀念所提供的資料。他的同伴告訴他說，對街就有電報局；這時他提出的藉口就不那使人信服了，他說，他忘了苦主的地址，必須回旅社查一查。他的這些藉口處處都關係著他心理的事實：穿喪服的女人使他懼怕家人的去世，而位址的不確定則表示了他不能確定死的是誰。

神經官能症如果日益深重，掩飾與暴露的關係就日益移轉，到後來終於暴露佔據上風。掩飾的意圖越來越不成功，病態則日益放膽，日益頑強。我們可以瞭解，患者對於那麼多藉口與偽裝日感不耐，他為自尊與偏見犧牲得太多了。把秘密公開，把社會的偽裝拋棄，在他是一種解脫。亞瑟·許尼茲勒曾有言曰“倦於扯謊者的誠實”，指的就跟這種解脫有類似之處。

第二十六章 出自幼兒之口

心理分析者所挖掘的東西並不一定都是被抑制的資料。無意識的領域甚廣，遠甚於許多心理分析文獻所描述的範圍。它還包括移置的、扭曲的和被否定的資料。另有一些事件與情感是人永遠沒有察覺到的，因為它們發生的時候，我們還太小，根本不能領會它們的意義。它們是個人的“史前時期”的事件與情感。

我們成人以後跟我們幼年時的感覺與思想方式是那麼不同，以致於那時的東西跟我們陌生了，變得很奇怪似的。每個人都有過這一類的經驗。我們的父母或年長的朋友往往告訴我們小時候說過什麼奇怪的話，做過什麼奇怪的事。這些話和事，我們大部份是不記得的。即使記得，也往往不懂為什麼我們這樣說這樣做。我們並不懷疑那是自己的事，只是不知道自己為什麼會那個樣子；我們承認那小男孩或小女孩確實是自己，但我們無法跟這幼年的自己在心理上認同。那種幼兒的心理已經像去年的冬雪一樣消失不見了。

這一類的記憶在心理分析過程中常常出現。它們的內容可以確定，意義卻難以明白。它們的意義只是已經失去了，而不是被抑制起來。由於我們無法恢復童年特有的思考過程，這些記憶就變得陌生起來，奇怪起來。往日感覺與思考方式的喪失，在童年本身就已經發生。有一個八歲的女孩，她無法相信三歲的時

候自己竟然要去捉一隻蝸牛，而且怕它會跑掉。兒童自己在過了幾年之後都不能再瞭解原先自己的行為思想，我們這些成年人又如何能夠把幼年時期的自己跟現在的自己認同呢？幼兒的活動、歡樂與悲哀以及小小的遊戲固然代表了他們真正的自己，但他們往日的自己卻已經跟現在的自己有隔閡。說到他們以前的故事說，他們會吃驚於自己為什麼會說那麼怪的話，做那麼好笑的事。在分析治療中，分析者常常遭受到這類回憶的難題，因為患者自己也想不起為什麼會如此。分析者必須對兒童花一番功夫去研究瞭解，否則就永遠無法解除患者童年故事所產生的困惑。這時我想起來布拉姆斯一首歌中的歌詞：“啊，但願我能找到回去的路，那返回童年甜蜜的路……”（“o 的

wusst ich doch den wegsrueck, den lieben Weg

zurwinderzeit.....”）。我的目的並不是想重回失去的樂園，而是想對童年的心理有所瞭解。

有時候，當我們聽孩子的談話時，會發覺我們跟他們的情感與思想方式相去是多麼遙遠啊！我指的並不是那些“聰明的話”，而是那些天真的；那些使我們發笑，因為我們太喜愛了。有一天在海邊，我聽到一個小女孩向母親抱怨她的同伴：“媽媽，鮑比不應該拿那麼多海水，海很快就要光了。”又有一天我看到一幅漫畫：一個人在野外支起一張畫布，全心全意的在畫畫，完全沒有留意到有個鄉村小女孩在旁邊。那小女孩突然對那專心畫畫的人說：“我已經出過麻疹了哎，你知不知道？……”從這些例子中我們可以看出，孩子的世界跟大人的世界是多麼不同。

在分析治療的過程中，有時患者會想起一些童年的言行，使我們兩方都感到困惑，因為我們無法立即明瞭它的意思——我們不知道二十年或三十年以後這種言行表示什麼，而對現在的患者又具有什麼影響。有時候捕捉它們的意思也並不困難，因為當我們深深潛入自己的回憶中時，在自己心中找到同樣的經驗。下面的例子我相信人人都會在自己心中找到回聲。

有一個女患者說，她小時候黑夜裡從臥房偷偷溜出來到餐廳，因為她想知道那些桌椅傢俱在沒有人的時候在做什麼。她相信屋子和傢俱在它們認為沒有人看著的時候會有不同的行為。另有一個患者記得小時候曾問她哥哥，電報塔是不是在跟燈柱說話。我們當時瞭解，這一定是電線的風聲引起的想法。

每一個心理分析者都遇到過患者提出的幼年故事而不解其意的。譬如說，有一個婦人記得當她很小的時候，有一次她父親帶她進電梯。當時他們一家正在旅行，晚上住在旅社，現在她父親就是要帶她到旅館樓上。她回憶道，那間電梯比她此後看到的都大，而且三邊都有鋪著絨布的凳子。再者，她也可以確定這是她第一次坐電梯。她清楚記得，當她進入電梯的時候拼命哭鬧，她父親勸慰沒有用處。在分析治療中，她這個回憶出現過好幾次，但她不知自己為什麼那麼奇怪。她並不是因為電梯開動被嚇哭的，因為在此以前她已經在哭了。後來我跟患者終於找出了其中的秘密：她一定以為那間大電梯是一個房間，以為鋪了絨布的凳子是床，晚上她將跟父親睡在這一間。當然，這個回憶過分析之後，有助於我們對她跟父親關係的瞭解。

另一些例子就不那麼容易瞭解。有時候，不論學問多麼淵博，見識多廣泛，思考多麼細密都無法透入兒童的情感過程。除了在潛意識中跟患者的幼年期相認同之外，別無其他道路可以領會他幼年經驗的隱藏意涵。

一個男士回憶到，小時候有一次跟他母親乘公共汽車，他的行為非常怪異。他說，當公共汽車還沒有停穩的時候，有一個女乘客下去，結果跌倒。這小孩大哭，說他沒有推她。事實上，他當時站得離她很遠，不可能推到她，而且也沒有人懷疑是他推的。無疑，他這個回憶是正確的。心理分析對這件事情做解釋的時候，先假定這件事情跟他幼年的情感有關。後來我們發現，那時他父母不和，而他則站在父親一邊，對母親有敵意及攻擊傾向。當他跟母親站在公共汽車上的時候，他這種無意識的攻擊傾向出現的時候，可能正是那婦人下車跌倒的時候，因此他以為是他推倒了那婦人，另一個可能的情况可能是這樣：他對母親的攻擊傾向移轉到另一位婦人身上，而那位婦人下車的時候跌倒，因而使他以為自己把她推倒。跌倒的婦人在小孩的無意識中成為他母親的替身，就似乎他的願望實現了一樣。有許多例子證明，成年人也有類似的心理——當他們所希望的罪行由別人實行，他們自己心裡會產悸動，以為那是自己做的。^①

【^①關於這方面，請看本書作者的另一本書《隱藏的謀殺者》The 信 unknown murder 1945)】

只有返回童年的思想世界，我們才能瞭解某些令人困惑的童年回憶。關於這一點，我舉一個相當單純的例子。

有一個英國患者對我說，他年紀很小的時候對他姐姐(大他兩歲)說過一句話，至少他不瞭解它的意思。這件事他記得很清楚。一天接近傍晚，他們兩個站在鄉村屋中的視窗，母牛群正沿著村街回家。那小男孩轉過身對他姐姐說：“你能不能想像哈利伯伯是一隻母牛？”這話當然奇怪得很。患者也認為它可能是孩子們常說的胡言亂語，而把它打發。他記得他姐姐當時大笑，後來常拿這句話逗他。

我試圖讓他相信，他這句話一定具有含義。他的聯想回到很遠的時期，回想起哈利伯伯和瑪貝兒伯母——哈利的太太——以及一些其他的親戚，然後又想起鄉村生活與倫敦生活的不同。他的聯想中唯一跟他的笑話有關連的似乎只是瑪貝兒伯母不久生了一個孩子。我猜想他幼年的笑話可能與此有關，或許跟懷孕有關，這是他留意到的。但我仍舊揣摩不出“你能想像哈利伯伯是只母牛嗎？”這句話究竟何指。患者幼時的記憶使我們找不出哈利伯伯有缺乏男子氣概的地方。在那個鄉村裡，哈利伯伯是個風流人物。第一天，我們沒有猜出那句話的意義。唯一模糊的印象是，它可能跟瑪貝兒伯母的懷孕有關。

過了相當時間以後，我才恍然大悟。那是在患者提到母牛春天奇怪的行為時——它們爬在別的母牛的背上，學著公牛的樣子。突然間一切都明白了。他們兄弟兩個以前一定談到過大人們的性行為，把它比做母牛爬背。“你能想像哈利伯伯像只母牛嗎？”意思是說，“你能想像哈利伯伯像只母牛一樣爬在別的母牛背上那樣嗎？”因此等於說：“你能想像哈利伯伯性交的樣子嗎？”這兩個孩子那時可能已經留意到瑪貝兒伯母懷孕，因此他們的念頭就轉到他們的性生活上。患者幼年的這句話是跟性有關的；當我們把孩子的語言翻譯為我們所熟悉的語言時，我們就懂得了它的意義。現在我們也懂得姐姐的笑，並不僅因為弟弟發問的方式，也是由於它的內容；就像大人們在用比喻的方式講性的笑話時那樣笑出來。

由這裡轉出來，我們對這個患者的分析治療獲得了很重要的線索。他以前曾說，他在某個年齡以前對性毫無所知。但是，從這個故事中我們卻證實他在那個年齡以前就已經知道了性的秘密，只是他自己並不瞭解。他的父母親遲遲不肯告訴他們性的知識；他們似乎只有等，一直等到“母牛回家”。但他們卻早早知道了那秘密，而母牛的回家只不過給了他們機會，讓他們回顧已經知道的事情而已。兒時的回憶在經過心理分析的解釋以後，往往就成為這樣重要的線索，使我們對人的性格之形成有所瞭解。

兒童是成人之父。事實上，在心理分析工作室中，有三個人在參加：分析者，現在的患者，以及一直存在於他內部的童年自我。童年的信念潛存於他的內心，跟他現在的觀念比肩並存。許多以前在意識層面摒除的價值觀念，還在黑暗中發生作用，影響著患者的生活。童年的觀念與理想是仍舊在成年人的心中繼續存在的，低估它們的力量乃屬不智之舉。有時候，這些觀念與理想會突然浮升到意識生活中來；他會突然怕黑起來，會突然想像一張相片或畫像會活起來，這時他就是恢復了兒童期擬人化觀點，以為一切都是活的，都有它們自己的生活和靈魂。我們常常驚奇的發現；我們兒時的信念存留在自己心中，它們並沒有死，沒有被埋葬，而只是潛伏著。

忽視這個現象會造成錯誤。心理分析者必須在患者心中，在自己心中，以及在他所接觸所讀到的任何人物的心中尋見他們的兒童時期。除非他在成人中見到童年的遺跡，他便無法真正瞭解那個成年人深處的情感。童年的觀念固然可能是孩子氣的，卻未必是幼稚的。其中有些以早年所瞭解的實情建構起來，對他生活的環境做了驚人的忠實反映。

大約一百年前，在維也納有一位出色的諷刺家兼演員，名叫約翰·N·奈斯屈洛(John·N·Nestroy)，他的幽默笑劇是維也納人所喜愛的。他的戲劇中有一個角色，這角色說到維也納的修鞋匠的徒弟們——這些孩子們都十分聰明，比一般少年心智早熟，有點像紐約東區的頑童們。那角色問道：“我倒想知道，這些聰明伶俐的孩子們都變成了什麼樣的人呢？”弗洛伊德常常引用這一句話——然後回答道：“他們變成了愚蠢的鞋匠。”弗洛伊德曾說，在童年的某個時期，性的抑制開始發生作用，把孩子們自然而燦爛的智慧斷喪了。我認為這只

是片面的原因。孩子們在那個時期所遭逢的並不僅是性的抑制，還學習到接受權威，壓制自然的侵犯傾向與叛逆傾向，學習到獨立思考。然而，有不少的孩子也確實在某段年齡突然顯得心智慧力低落，自然的觀察能力與判斷能力衰退，就好像為了適應社會，而逼得他們不得不犧牲自己早期的特質似的。

我們要說，兒童的這些觀念往往含蘊著真理的種子，只因用了兒童的方式表達出來而顯得好玩而已。有一個患者幼年時聽他父親跟他說過性的事情，用的是動物與花的比喻。當時他對這種說法有所瞭解。然而，他對人的性行為還是感到困惑，因為他無法想像人怎麼和花或動物那樣。他的想像是這樣的：到了晚上，丈夫敲妻子臥房的門，說，“瑪麗，種子在這裡。”當然，他的觀念中有跟生物學事實相合的地方，但人畢並不是這個樣子。當我們把這種故事的邊緣撥開，走入它的核心，我們會發現那正像小約翰尼對世界的看法一樣；正是如此。

在我們從事心理分析工作的時候，我們常常會想到，成人的心中有兒童在活著。生活本身中不乏例子。當我的女兒梅利安還小的時候，我們第二次帶她去看牙醫；她爬到桌子下面，怎麼也不肯出來。她母親最後說：“你想，一個大小姐會在牙醫的桌子下面趴著不肯起來嗎？”她回答道：“她們才想呢，就是個子太大了。”

第二十七章 追尋失去的思想與情感

外行人往往以為，分析者要從患者的夢境、徵候、恐懼與禁忌中找尋隱藏的意義是極為困難的事，因為這些東西都很奇怪。從經驗得知，要瞭解這些事情背後的意義並不很難，難的倒是去瞭解那些不甚引人注目的徵候，去瞭解那些衍生出來的行為與思想。十分特異的徵候與思想傾向，比之那些常見的事物反而容易找到門徑。我們對習以為常的東西往往不甚留意。有一天，一位知名的藝術家(他在東方學院教繪畫)告訴我，他做了一個實驗，使我的看法得到了肯定。他先要學生們從記憶中畫一隻象。大家都畫得很好。然後他要大家靠記憶畫一畫每天吃飯時坐的椅子，結果很差。我們對大象比對日常的東西細心得多。在心理界域中也是一樣，特殊的現象比通常的事情更容易認識。

然而，處理常見的事情也有它特別有利的條件，那就是我們可以在無意識間跟自己的所感所思相比較，識別出它們的異同，去“感覺”——而不是去“瞭解”——我們應當沿著什麼方向去尋索它們的根源。譬如說，我們發現他做的某件事是我們不會去做的，但我們曾經想過，而且認為那是一種可能。下面舉一個婦人的例子。初看之下，你或許會覺得奇怪，但每個女人都很快就會瞭解它的意義。

有一個女子跟一個有婦之夫發生關係；她產生了許多強迫性的禁戒，是她不得不服從的。她也想把她的愛人拉進這個神秘秩序的網子裡來。有一天，她要求她的戀人答應，從她這裡離開後不要立即回他太太那裡，而且也不要從他家直接到她這裡來。第二天，她把意思說得更清楚：“你一定不要從她那裡到我這裡，也不要從我這裡到她那裡。”患者不要她跟戀人的關係——不論在時間上還是地點上——和他的婚姻生活“混在一起”。她在自己和他的太太之間放了一層絕緣體，以此來保持兩種關係的分隔。這種要求後來逐漸加強，她要她的男人在離開她以後或到她這裡來以前，做一段很長的散步，或在咖啡間坐一個小時。

我們可以瞭解在這種分隔中的自衛機轉。在時間與空間上都在她與男人的關係和他的婚姻生活間有了間隔，使它們不致互相接觸。神經官能症患者中，保持某些意念的分離，不讓它們互相接觸，是個普遍的現象，這一點在社會階級中也可以看出來(例如印度的“不可觸摸”階級，以及其他宗教儀式中所謂的“潔”與“不潔”)。芬尼契爾曾說，“孤立”的意思是把“觀念的內涵與情感的內涵分離”；這句話的意思我不知道學生們能否懂得，但這個婦人的實例卻是每個人都能懂得的：“你一定不要從她那裡到我這裡來，也不要從我這裡到她那裡去。”她的分隔要求的起源是很容易瞭解的，我們很容易明白她不要她“情感的內涵”跟它“觀念的內涵”相接觸，因為她嫉妒，她想獨自佔有那個男人。她無法想像她的愛人從他太太那裡到她這裡來，又從她這裡到他太太那裡去。我們用不著多大的心理學秉賦就能明白她的要求的潛在動機。

當她告訴我她對戀人提出的這個新建議時，她的語氣就好像她是偶然想到的似的，是個無所謂的念頭，是個便利之計，甚至是個好玩的念頭。她沒想到那是

她情感的表露。這只是她許多強迫行為之一,是一大堆觀念中的新份子而已。在意識層面,她沒有把這個念頭跟任何情感連在一起;當我把她的情感根源說給她聽的時候,她極難承認,她只是用種種“理由”來支持她這種要求。

分析者在第一次聽到她的故事時,立即知道她的原因不在理性,而在情感,那情感是極其強烈的,只是被她否認了。我要利用這個機會再度提醒一下,這些強迫行為固然有“合理的”正面,但它們的背後是情感,當我們接近它們的時候,不可用有意識的和形式化的思考。當你想援救一個溺水者的時候,你必須跳入水中,跳入“他的”水中。要想猜測這種強迫行為的隱藏含義,我們首先須從情感方面著手。

從心理學的觀點來看,這位患者的動機是什麼呢?分析者知道她跟那男人的故事。開始的時候是無心的。那男人願照現狀維持下去。然而,那女孩慢慢的情感越陷越深。她極少向我提到那男人的妻子。她似乎已經接受了這個事實:他已經結婚,他不曾想過離婚。突然間,那隔離念頭產生了。她向那男人提出了這樣的建議,而那男人笑著答應了。(他沒有想到這小小的讓步會導致什麼結果。)分析者在聽取這個報告時,極短的時間中在無意識間自己站到了患者的地位。可以說,他潛入了患者無意識情感的深淵中。在心臟跳動兩三下那麼短的時間中,他自己變成了那女孩。他自身經歷了那女孩的情感,然後他又浮升上來。在這幾秒鐘的時間裡,他抓住了深處的東西,現在他可以展看了。當然,在強度上他的感受絕比不上那女孩自己的。那只可說是模糊的回聲,但從這回聲中他還是捉住了患者的心境:她嫉妒,想到她的戀人離開她要到他妻子那裡,她就痛苦;這種想法越來越不堪忍受,終致於她獲得妥協的解決辦法:承認他的婚姻事實,但也同樣確定自己的權利。分析者只有潛入心理的深海才能瞭解這些情感的強度與隱秘動機。凡是留在乾燥而安全的岸上的人,永遠無法經歷深海的洶湧。他只能看到波浪的遊戲卻看不到波浪的下方在發生什麼事情。左拉有一次說他的小說是“透過個人的性情”而看到的世界片斷。心理分析者也是透過性情而見到的世界片斷,而不是透過教科書看到的;但他所看到的不是表層世界,而是深層世界。我們是經由我們潛意識的天線收聽到患者的意念與情感,而不是靠著推理與邏輯。

前面這個例子並不難瞭解,但有些例子並不這般容易,需要較多的心理學準

備，較長的時間研究患者的生活史與性格；但猜測的工具還是相同的——潛意識。在所有的個案中，都是潛意識向我們揭示患者的隱密動機，他們的行為的隱含意義。讓我們另舉一個例子，那是一個強迫症患者的強迫觀念——或者說“強迫疑慮”更正確吧。在這個例子中，我們所談的主題也不是患者的“情意結”——姑且用一次這個難聽的字眼——而是分析者的心理過程。

有一個患者向我說起他對某一位哲學家的著作是多麼熱衷；他最近才認識到這位元哲學家的思想體系。他贊佩他思想的深沉與銳利，買了他的全集，以便隨時可以察看。幾天以後，一個朋友要向他借一本，為期兩三星期。患者很不情願，因為他希望這一書隨時在手邊，以便查閱。朋友把書拿去以後，他的疑慮產生，而且逐漸加強——他的朋友對這本書會小心看待嗎？會把它放在安全的地方嗎？設若在他讀這本書的時候，有人來訪，他會怎麼樣？不經心的隨便一放，會不會把它弄髒？

聽著這些報告時，分析者最初的印象大概認為他和一般把書視為寶貝的人沒有多大不同。分析者可能覺得他有點誇張，但由於他那麼講求秩序，那麼謹慎，也就不會覺得這種誇張中有什麼意外。

但只是這樣嗎？這些猶豫真的沒有透露什麼特別的東西？當他繼續說下去的時候，我清楚的感覺到那絕不再只是誇張，而是真正的強迫觀念了。下面便是他一連串的猜疑：當他的朋友被那哲學家原創性的思想吸引，愛不釋手，拿著它吃晚飯的時候怎麼樣呢？設想他吃的是奶油麵包——那麼，奶油會不會沾到書頁上？現在，如果他連一刻也不能稍斷，以致於拿著書去廁所怎麼辦？然後，他手上拿著書，一邊擦屁股——患者不敢想像後果。他把聯想在此打斷。

讓我們再度轉入分析者的心理過程。我(用自由浮動的注意)追隨著患者的聯想，到達他朋友拿著書吃晚飯的階段。這似乎仍是前面的聯想的連續——但是，這其中沒有新的成份嗎？在他以下的聯想中，關於書的安全問題有沒有迅速轉變方向呢？有。他的朋友可能把書拿到“秘密的地方”(借用歌德語)，用他擦屁股的手摸書。無疑在他聯想的最後階段，那本書降格為草紙。對這本書的興趣最

後發展到怪異的階段——吃晚飯放不下，大便也放不下。心理分析者在這裡不可能不產生這種印象：對這種書的讚美，對這位哲學家的推崇，到最後是為了把他貶為糞土。在這種迂回中，呈現了對這位哲學家的輕視，但在早先階段，表面上卻覆蓋著讚美甚至熱衷。

在這次分析的末尾，當我告訴他真意的時候，他自然既吃驚又憤怒。我試圖把我聽他訴說時的內在過程提呈出來，但不知道是否成功。

有一些地方必須再加說明，否則我的報告就不算完整。在聽他報告的時候，有兩次我愧見他的聯想會達到什麼結局。第一次是在他說到晚餐的時候；這時我似乎覺得他會從吃說到拉。結果他下一句話就把我的預料說出來。第二次是當他說到他的朋友會把書帶到廁所，一邊看書一邊排泄。這使我突然想起一則軼事。

著名的作曲家馬克斯羅傑(Max Roger, 1873-1916)的新作遭受一位評論家的苛評，他寫了一封信給這個評論家，開頭的時候是這樣寫的：“親愛的先生：現在我正坐在家中最小的一間房子裡看你的評論……”既然回想起這樁軼事，我自然就預料到我這個患者的強迫觀念會走到什麼地步。我之想起這個軼事，可能正是由於我的預料已經變成了確信。當然，我並不認為這樁軼事是到達他潛意識意義的唯一途徑。途徑可以上千上百，而任何分析者都可以由他自己不同的方式達到這相同的結論。當我聽到患者的聯想走到那秘密地方的時候，或許我已預料到結果，然後音樂家的軼事才出現，使我確定了對他的瞭解。

在這裡我們所要討論的重點並不是某個特殊的聯想，而是普遍意義的聯想。我們所要說的是，聯想儘管模糊和飄忽，在透視潛意識含義的時候，卻仍有重要的功能，發揮著重要的作用。它們的價值極高，它們可以導致極重要的發現，它們有著極重要的心理意義。分析者如果不能掌握它們，就等於剝除了自己的重大權益。他等於放棄了用“第三只耳朵”諦聽的能力，他也因此延誤了他對患者的瞭解。他的損失只有這些嗎？不論這些損失多大，他可能還有更大的損

失——他因此未能掌握正確的心理時刻，未能當機抓住徵候的意義，以及神經騷亂的潛含性質，未及時探入那患者的思想與行為的淵源。當然，某一個強迫觀念的出現表示了另外還有一大叢的存在，在深處互相衝突。我們可以這樣說，神經官能症是一塊布，是由許多線織成的，某個強迫觀念只是其中的一條線。但抓住一條線就是抓住了那塊布。一個小疏忽就可能產生大失誤，對某一種徵候未能瞭解，可能對患者整个人格的瞭解全盤皆失。由於對這種衝突缺乏瞭解，分析者就失去了他的分析者身份，至少在這個個案中是如此。不僅他的自尊會減弱，更重要的是他未能達到心理的領會，而因此在他對自己的尊重上又加了一層失敗的記錄。

留意到情感中的弦外之音，益處甚多。它不僅幫助我們對於某個病情的瞭解，而且使我們對人類的本性有所洞察。下面就是這樣一個例子。在二十二年以前，我就產生了這樣一個印象：一個人如果對某人做了一件自覺罪惡或邪惡的事，而這種潛意識的罪惡感如果沒有受到懲罰，他就會想要把這種罪惡的行為重複做出來。罪惡感需受到懲罰才能滿足。在某些個案中，我注意到，一個人對某人做了問心有愧的事，卻因此而對這個人懷著強烈的敵意或恨意，對不起人的人看到被他虧待的人，心中就引起強烈的自責。而這種感覺對他造成壓迫，必要使他在實際上或幻想中把原來虧待他的行為重做一次才得解放。因此，在心理學上就產生了這種吊詭現象：害人者對被害者有復仇之心。這個觀念以及由此觀念而構成的學說在當時(一九二五)仍是懷疑與爭論的物件。無意識的罪惡感會導致犯過者對他所冒犯的人再度去犯罪或在幻想中加以攻擊，在當時還是未聞之論。然而，我卻可以由另一個人性的觀察者來做佐證。然而，他又是何等一位觀察者！他是從何等深淵中取出的資料！這個人就是杜斯妥也夫斯基。當他寫到費奧多帕夫洛維區卡拉馬佐夫(伊凡，狄米屈裡和艾利奧莎的父親)能時，他說：

為了他自己的混帳，他想向一切人復仇。有人問他說：“你為什麼這麼恨這個人呢？”他觀然無恥的回答道：

“為什麼？當然，他沒有什麼對不起我的地方；不過有一次我對他很卑鄙，而幾乎就從那一分鐘起，我就因為這樣恨起他來。”

我的意見獲得了這一位大人物的證實了，這位對人性比國際心理分析學會所有的會員都更瞭解的人物！①到了目前，由杜斯妥也夫斯基的天才所見到的這種人性特徵已經得到了心理分析學的接納，並且構成了它的一部份。很久以後，尤金歐尼爾在一九四六年的一齣戲劇——The 是

Iceman

Cometh——也呈現出同樣的洞察(不過我懷疑是不是獨立創造的，或是從心理分析學獲得的靈感。)【①關於這種無名的懺悔衝動所具有的重大意義，開始時連弗洛伊德都表示懷疑，但後來他在給我的一封信中認可了我的觀點。這封信現在還保留著。】

弗洛伊德教給他直傳弟子的並不只是對某些心理病徵的洞察，甚至也不只是對不同的心理機轉的瞭解，也不只是對我們的心靈器官的結構的瞭解。他訓練了我們內在的耳朵，讓我們去聽那幾乎不可聽的弦外之音，去估計那瞬息變化的微差與光影。那些有幸跟隨弗洛伊德三十年(作者便是其一)的人，永遠不會忘記那些時刻——那時他把某個個案勾勒出輪廓，或向我們描述一種心理典型，或讓人性一無遮攔的展露在我們面前。除了星期三晚聚(起先是在維也納心理分析學會，後來改在弗洛伊德家中)我們從他獲得的無價的洞察力之外，我們還從他獲得了另一種珍寶，那就記懂得珍惜和掌握那瞬息即變的弦外之音；這些弦外之音幾乎是不可測的，但它們的啟發性卻非常之大；弗洛伊德對極細微的情感征跡感受非常之敏銳，而反應又極其細密，這是我們這些學生都親身體受的。小小的、幾乎沒有意義的細節如何構成了一個人的整個人格畫面，具有他一切的喜怒哀樂，最微渺的潛意識回聲如何導致生命旋律的發現——這些事情是我們永遠無法遺忘的。他從來不會給我們一張藍圖，要我們沿著如何的理論線索去思考。我們是靠自己的經驗來瞭解那些理論，達到那些理論觀點的。我們不是先獲無意識過程的路線圖，而是去看那觀念如何自行發展，自己到達它們的結局。他並不教我們如何思考，只教我們如何勇敢的為自己去思考，如何把自己和別人內在的征跡加以留意，如何像金屬薄片那樣靈敏的去回憶，而不要問心理分析學的理论如何如何。我們把理論完全忘記，因而到最後才能夠達到那理論，就好像它是由我自己達到的一樣。而我們之中確實也有些人自己得出了某些結論。

第二十八章 心理時刻

心理學上有這樣一個問題：什麼時機才是分析者向患者提出解釋或表達看法的最佳時刻？弗洛伊德在著作裡曾特別寫了一段，來討論這個問題。在這一段中，分析者向一個想像中的聽眾說明如何提出解釋，他的技巧如何。他說，我們必須等待正確的時機。聽者因為急於求知，便問，“我們如何才能知道何時是正確的時機呢？”這是一個很好的問題。弗洛伊德回答道：“這是一個機宜 (tact,技巧歡)的問題，有了經驗便會比較巧妙。”弗洛伊德當時用的是德文 Takt；這個字卻是有雙關意義的。它不僅具有“舉止合宜”(social feeling)的意義，同時在音樂上也等於“拍子”，又做“小節線”。

在心理分析上把“技巧”觀念看得這麼重，是不是認人吃驚？掌握或領會客觀的心理內容，跟技巧有什麼關係呢？但這裡所說的不是一般治療的技巧，而是選擇做解釋的恰當的時機的技巧。

讓我們用比較的方式來說明。設想有一位馮德(Wilhelm Wundt)派的心理學家，當他要向接受他試驗的人解釋他對光的反應是屬於某種速度的，這時，他便需要一種技巧，來決定什麼時候來做說明。當然，我們立刻就明白，心理分析者要向患者提出的解釋完全與此不同。心理分析者所要說的事情是我們不願意談起的，不但是如此，而且是“體面”(tact)禁止我們去說的。“體面”固然禁止我們說，“需要”卻要求我們說。因此，在執行這必需的工作時，就需要技巧了。當然，這並不是什麼罕見的情況。在社會生活中常有許多時候我們不得不說不當說的話、在其他場合下“體面”禁止我們說的話。這是無疑的；但這時“技巧”會告訴我們避免平鋪直述，而用迂回的、象徵的說法。譬如說，關於文明人表面上特別忌諱的兩種事：性與錢。我們對這種事常常繞了多大的圈子才說出來啊！我們用多麼象徵的說法來承認我們在這方面的需求啊！只舉一個例子就夠了：“那不是正道”這句話表示“同性戀”。但應用轉彎抹角的說法的還不止兩種事。當我們寫吊問信或親往弔唁的時候，我們不是不直接說“死”而用其他的種種代詞嗎？心理分析學卻不同。分析者不但說出一般體面禁止說出的事情，而且用直截了當的說法，用安靜而客觀的態度來說；這是任何其他社會場合都不可能的。有一次，一個美國婦人在分析治療開端的時候這樣問：“心理分析是這樣不客氣嗎？”這個話問得有道理。如果我們不想受到這位婦人的責備，我們就只得這樣說：心理分析是有技巧的，但它的技巧和一般的意義不同。

心理分析者絕不會在患者沒有心理準備的狀況下告訴他微妙的心理情況。沒頭沒腦的就告訴患者他對母親有性方面的愛戀，或者他想殺他的父親，當然是不智之舉。在此之前，必須使患者有一些心理準備，使他對有意識的念頭和被限制的念頭之間的對比等等有一些瞭解。但我在本章的目的不在這一方面。我提到這一點，只是把它當做本章主題的墊腳石，這個主題是“技巧與時間的關係”。初看之下時間因素出現在這個問題中似乎奇怪，但進一步考查則知理所當然。你會問，怎麼連在一起呢？“技巧”怎麼會跟“時間”有關呢？“技巧”是一種“質”，“時間”卻是一種衡量過程的尺度，兩者有什麼關係呢？

我承認此問有它的道理。但我尚沒有說明“時間”與“技巧”有何等特別的關係，同時我也沒有否認技巧中還有其他因素在。我們必須分別客觀時間與心理時間。只有前者才是可分的，可量的，後者則純系主觀。

各位如果還不能相信技巧與時間的關係，請想一想德文 **Takt** 一字在音樂上的意義。音樂與時間的密切關係是不可否認的，不但不能否認，而且可以說音樂的本質就是時間函數的演變。而在所有的藝術中，音樂豈不是最難用智性掌握的嗎？時間決定了音響給吾人的印象，而音波是間歇鼓動吾人耳朵的；然而是否因此貝多芬第五交響曲的慢板樂章就不會深深感動我們，而莫札特的《遊戲曲》(Divertimentos)就不會使我們覺得歡快呢？“技巧”一詞有兩種範圍的用法，一種是音樂的，一種是社會的；前者是原意，後者是衍生的意義，而即使在衍生的意義上，可能都還保留著時間的意義。

其實我用不用繞那麼大圈子來說明技巧與時間的關係，因為我們是從弗洛伊德對這個問題的討論說起的。在一般的字義上，“技巧”是在社交談話中說話得宜中肯之義，但要如此就必須顧到“什麼時候該說什麼”的問題。“說話不是時候”便是不得宜。此時此刻正好應當說的話，五分鐘以前或以後可能就不是時候。我聽過一個老師對他班上的一個女孩說，“你太沒有耐心了、不夠技巧。”日常生活中到處可以見到一些例子，證明技巧與時間的關係。一個年青人在追求女孩子的時候，如果過早想去吻她，他就不合機宜。可是到了後來，連性的追求都是在預料中的，不但合宜，而且如果沒有這方面，又是不合機宜。我承認技巧也包括其他因素，但我仍強調時間因素的重要性。

為了說明什麼是“技巧”(機宜),我或許應該先從什麼是不合機宜說起。不合機宜絕不是不可解釋的心理現象,我們不能說它是一種先天的缺陷。任何時候,當我們對“不合機宜”的現象做心理分析的時候,都發現那是一種“脫口”而出的話(blunder),有著秘密的、潛意識的含義。因此,日常生活中的“脫口”,我們必須像其他一些現象——如遺忘,誤讀或誤寫等——那樣看待。本來該關的門沒有關上,該做的事沒有做,以致於使別人都覺得尷尬,這些事情都和跌跤或者手上拿著東西掉下來一樣,有它的含意。失態與失言的“失”這個字就告訴了我們其中的含義,而兩者也有類似的意義。

如果我們對更細微的例子——例如教養不好,風格與鑒賞力不佳,風度不佳等等——加以心理分析的考察,我們會一再發現,這些錯誤是無意識的衝動打破了壓抑而產生的表現。不合宜的言行在心理上往往意含著冒犯;這從我們對於它的反應上也可以看出來。當我們自己失言或失態的時候,我們會覺得羞恥,憤怒,過後我們很難瞭解為什麼竟會說這樣的話或做這種動作。這種心理反應其實是大家都明白的,只不過沒有清楚的意識到而已。有一位著名的女士就曾說過,如果碰到不合宜的言詞,你最好的辦法就是很禮貌的說:“對不起,你說什麼?”——就好像我們沒有聽清楚或聽錯了一樣。她說,這會使說話的人尷尬,讓他察覺到自己的不合宜。

在社會上即使很能夠對應得當的人,也有時候會犯下大錯。譬如說,當一個教養良好的婦人,由於“錯誤”而失言,我們總會心中產生疑竇,這種錯誤往往具有無意識的用意。有一個婦人在雞尾酒會上把一個東西從鋼琴上推下來。她驚叫道,“啊,那是帽子嗎?”那是帽子(確實樣子跟平常的不大相同),那是另一個女人的帽子,而那個女人是她懷疑正在“追”她丈夫的。婦女們有時候互相之間所說的“妙”話,也表示無意識間的某種意思。心理分析學使我們相信,“童言無忌”也並不一定表示他們的無心或真誠。這些小天使們不得宜的言詞有時也有無意識的動機和用意。家庭的爭吵有時候就起於這種表面看來無知而實卻有意的童言。我有一個女患者想到她四歲的一件事就覺得好笑。有一天她從她臥房的窗子向下看,看到她媽媽坐在樓下走廊跟一個愛慕她的人正談得投機,小女孩突然叫道:“爸爸”——就好像她誤以為那個男人是她爸爸一樣。結果當然是把他們的談話打斷了,讓他們索然起來。

我們對失言和失態現在已經有相當多的瞭解，我們知道時間是一個相當重要的關鍵，同時也知道不合機宜，往往是一種冒犯。從心理學上來說，這並沒有什麼意外之處。我們再進一步討論一些層面。當大人跟小孩說話或遊戲的時候，如果故意裝做跟他們一樣大或者把他們看做比自己還低的人都會產生問題。這個話我不知道能不能得到大家的同意；不過我要加以解釋。譬如說，當我們對孩子說話的時候不用自己自然的語言，而用虛飾的兒語。我們這樣的目的是要把自己放到跟兒童同一個層面，以便跟他們做密切的接觸。現在讓我們想想，我們能用這種方式達到目的嗎？幾乎是不能，因為正是那種矯作的語言表現了屈尊俯就的態度，而這種態度卻使兒童認為我們不是他們的一份子，甚至不認為我們是他們的朋友。我們只可以這樣說，這種矯作的態度貶抑了兒童；從我們屈尊俯就的態度中透露了“大人們”的傲慢。

換一個方面設想，如果大人有意的把小孩當做大人看，要求他們像大人那樣“自製”，要他們懂禮貌，舉止端莊；或者當我們向孩子解釋什麼事情的時候，用一種煞有介事的，道貌岸然的態度，像教授教學生一樣，那麼我們仍舊是不得宜，仍舊是做了傻事。這兩種狀況都屈辱了兒童，一種是把兒童看低了，另一種則是把兒童看高了，而不管是看低看高都是由於我們把自己看得比兒童高一等。合宜的辦法就是既不要忽視也不要強調年齡與成熟程度的不同，只把它視為自然的事。在這裡我們觸及到“技巧”的一個特質，這個特質以前很少人談過，這確是令人吃驚的，在我看起來，技巧比道德更不證自明；順便說一句，兒童往往比成人更有技巧，你看看兒童跟成人玩耍的時候是什麼樣子：他們追、趕、跟成人混成一團而沒有任何拘束，把成人完全當做跟自己平等的玩伴，然而同時又仍舊把他們看做比自己還高的成人。

讓我們舉另一個例子。譬如說有一個國家是有社會階級分別的。主人如果用顯目的態度來模仿工人的言詞與思想，想用這種辦法跟工人相處，在工人眼中看來就會有一種嘲弄的感覺，然而如果完全用一種主子對工人的態度來說話，強調兩者的社會距離，那又是不智之舉。他應當做的只是合乎自然，他只要做他自己就對了。從這一點我們看出“技巧”的一個特點，而這一點我相信是目前還被忽視的。當我們想到技巧(合宜)的時候，總以為它跟顧慮別人，顧慮別人的興趣、情感有密切的關係。可是在我看來，我認為這並不像一般人所以為的

那麼重要。在我看來，我們更應當注意到我們內心的要求，要用第三只耳朵去諦聽什麼是恰當的與正確的。凡是留意到自己的衝動的最細微的表現，以及自己最細微的反應的人，都不需有意識的去花費多大的心力，就可以舉止得宜。他可以不必過份顧慮別人，就能夠發而中節。在這裡我要特別強調內在的聲音的重要性。內在的聲音對我們有指導的作用，凡是不能留心這種聲音的人，只去留心 and 顧慮別人是沒有多大用處的；不僅如此，他的“顧慮”還會使人感到尷尬，甚至“不合宜”。在社會生活中，這種心理有著很大的作用(其實社會生活有一部份就受著心理潛流的影響)，同時對社會生活的另一面也有同樣重要的影響，這就是性關係，在這種關係中男女在追求自己的歡樂中也同時給了對方最大的歡樂(當然必須要尊重對方的自由)，我們都知道，有錢丈夫或情人，在性的方面極其為女性著想。這種人不是性能力弱，就是在無意識中追求變態的性滿足。這種“體貼”在無意識中會使女人感到厭拒，或認為那是低卑的行為——即使意識層面上她很為此得意。當我們由於過份的道德感而對別人做過份的顧慮，我們往往就使他擔負了代價，使他承受負擔，實則不僅使他如此，我們自己亦然；這正是人的天性。因此，我們不要忘掉“合宜”不僅是從對他人的顧慮而產生，也必須留意到我們自己的衝動，尤其要留意自己的反應。

在音樂中，“技巧”(節拍)的問題當然跟時間有密切的關係。因為 Takt 這個字就意謂著節拍與時間。把這個字從音樂轉入社會生活，其中的時間因素當然也在發生作用。再者，性生活可以說具有典型的意義，因為這種生活是具體而微的社會生活。在性生活的前奏以及最後的高潮中，時間都是決定性的因素。有一個詩人曾說，愛的理想是“兩顆心同一節拍跳動”。即使把性吸引力認為是本能的人也無法否認成功的性結合主要以兩個人在時間上的諧合而定。在性行為中男人與女人在時間上是互相配合的；他們的興奮與高潮在無意識中有著“時計”。

放任衝動和否定衝動的程度在每個時代、每個文化和每個種族中都有其特定的標準；人與人之間的關係很受這個標準的影響。而“技巧”(合宜)就是一種跟這種標準相協調的行為力量。“合宜”就是領會並服從這種社會行為的規則。當我們把合宜的觀念推回到本能方面去，就會發現一重隱藏的意義，我們會發現本能是一種依據，以決定用什麼標準來滿足或否定本能的需求。

習俗的“合宜”觀念為個人的行為訂下規範，在時間上就是中庸合度。過與不及都不合宜。一般說來，心理分析學都認為習俗的標準不足以滿足人的性本能與侵犯本能。

說了這麼多題外話，現在再回到本題吧。關於“技巧”，前面說得不多。有沒有更豐富的資料，又精確的說法呢？我必須承認，我還不能提供更精確的結論。不過我可以提出一些實際的例子來加以彌補。在這裡我們最好也從負面先談，說說如果做得不合宜怎麼樣。當我們沒有在適當的時機患者提出解釋，當我們沒有由“技巧”來引導，卻由其他強烈的情感或理性的論證來引導時，會發生什麼結果呢？結果並不一致，有種種程度的不同，有時只是不成功，有時則會引起強烈的抗拒。

現在讓我們暫時從這裡轉開，到分析者自己身上。當我們在不適宜的時機向患者提出某種解釋或某一種徵候的潛含意義時，我們內在的感覺常會告訴我們時間不對。我們說得太早了，或者太遲了——後面這裡情況較少就是。

在對每一患者的分析治療中，都會有一些時刻我們覺得有些該說的話沒有說，或在此時還不該說的話卻說了出來。在我看來，前一種情況比後一種更為危險。我們的解釋可能會使患者害羞或驚懼。如果我們因此而遲疑，那就犯了和患者同樣的錯誤——因為患者為了體面、習俗或其他顧慮，也往往有話不說。有一次我聽到一個人說，在小事情上應當講求技巧(顧體面)，但在重大的事情上卻應當毫不顧慮。我們既要求患者誠實，自己當然也必須完全誠實。

凡是必須說的，就應當直截明白的說出。我們不應當用心理分析者的身份說話，而應當用人的身份。當我們說到鏟子的時候，就說鏟子，而不要說拉地的工具或農耕用具。在心理分析學中，小心與顧慮固然是重要的，但勇敢與大膽更為重要。在心理分析治療過程中，有時候是分析者犯了重大的保守錯誤，而不是患者。分析者也必須超越障礙，他必須克服習俗的顧慮；這些事情不只是患者的事。當恰當的時機來臨，他不可保持沉默，而必須說出來。內在需要會告訴他何時時機到來。有一天一個年青人告訴我，他的女友對他說：“‘我愛

你’ 這句話要它自己說出來的時候我才能對你說。” 在重要的事情上，分析者對患者所說的話也是如此；只有到它們自己說出來的時候才能把它們說出來。

當心理上最適當的時刻到來時，細心考慮該說什麼，該如何說，是沒有用的。某種直覺知識決定分析者說什麼和如何說。在這種時刻，一切理性的思考與顧慮，一切論證，一切學說都只能產生騷擾的作用。我個人的長久經驗使我明白，當我最不作思考的時候，我最聰慧。

心理分析的經驗向我們提供了一個有效的規則，以免我們在向患者做解釋的時候做得不合機宜。這一點我從弗洛伊德承傳下來，並且成為我自己心得的一部份：必須等到患者自己已經快要發現那個解釋時，分析者才把解釋向他點破。患者往往不能夠完全靠自己去找發現，而必須分析者在最後一步協助，但也有極少數的例外。一般說來，分析者必須幫助他越過門檻。

關於這個律則，也有個重要的例外，其中有兩點，我在此處特別要提出。碰到象徵式的現象時，患者是極難自行明瞭其意義的；因為象徵是一種原始的思想方法，個人的意識往往已經不能掌握它們的意義，因此必須分析者的解釋。別一個例外的領域是“轉嫁”；這是一個很廣泛的界域。患者常常把幼童時跟他有重要關係的人物轉嫁到分析者身上。在這個領域中，有許多心理程式是患者自己的意識無法達到的，因此也必須分析者先做解釋。

再者，我們也必須記得，這只是一個通則，只是一個消極律則。整個加起來，它只等於說“何時不可”。而我們又如何知道患者是否達到臨近自己發現的邊緣，只需一步相助了呢？這有時可以從聯想的速度，從他的舉止態度，以及許多其他征跡看出來。對潛含意義的解釋似乎已經懸浮在空中，招之即來的樣子，在他言詞的字裡行間似乎都已含藏著的時候。設若我們假定情況已是如此——而這個假定也未畢總是正確——我們也必須承認它也不是客觀而可靠的標準。因此，我們又不得不退回到弗洛伊德所說的“技巧”這個奇妙的東西上去了。現在讓我們再想想時間與技巧的關係，想到“不合宜是一種無意識的冒犯”這種說法，以及不合機宜的解釋會在分析者心中引起的羞惱感與不滿足

感。這其間必有心理的關連。但那是什麼關連呢？

為了從積極面來觸及這個問題，我對“技巧”暫做一個臨時的定義。我認為，“技巧”是我們自己的生之韻律(節奏)跟當時社會環境的生之韻律做精巧適應之謂。當然，我知道這個定義是多麼玄虛，多麼難以捕捉，多麼不科學；因此我趕快提出兩點補充說明。第一點：這只是一個臨時性的定義；第二點，我們現在所面對的是一個有未發掘的領域，一個科學研究尚未觸及的區域，因此，目前我們只能以這種最不確定的定義來做說明。難以撲捉的並不是的問題，而是它的心理學意義，或者說，是它在我們對人性的瞭解上所具有的意義。

韻律是一種一切生物都具有的普遍機能。這種機能遍行於一切有機生物中，規範了生命的律動，舉凡睡與醒，餓與飽，工作與疲勞，虛與盈，冷與暖，日與夜和季節的消長，都是由這種節奏或韻律在規範的，或者說，這些東西的本身就是節奏。這種節奏存在於我們的脈博與呼吸中，從植物的系統到動物系統，再到複雜的精神活動。克里茲舒默(wretzscher)在他的《醫療心理學》中就強調精神生活中節奏的重要性；他指出，在籠子裡獸類行動像鐘錶一樣有規律，白癡的行動也是有節奏的，幼兒每一刻鐘翻身一次，以及原始民族的舞曲中的主題反復與再現。他告訴我們，這種原始的需求到後來是如何被現實的需求與更複雜的顧慮所掩蓋，但它在我們的生理心理結構上仍是重要的基礎。我們都知道，隨著文明的演進，這種節奏性的活動慢慢讓位給更為複雜的、非節奏性的活動了。但節奏性的活動卻永遠沒有完全消失。一切人本能的韻律似乎原來都是相同的，至少大致相同，後來的發展才漸有分別。

人類的分化日深，使我們本能的強度也因而不同，同時本能衝動的週期性，它的盈虛，都跟著有了分別。人的情感，也受著本能節奏的部分影響，而早先的時候無疑很受本能週期性的左右(目前的動物仍是如此)。節奏固然受到許多其他因素的限制，但它仍然是存在的，這一點殆無可疑。我的看法是這樣的：患者的言詞(其中表現著無意識的、本能的成份)也服從著神秘的節奏。凡是多年從事心理分析治療工作的人，都會留意到這個現象：在患者的言詞中，凡關乎無意識的與本能的東西，都順隨著某種固定的節奏。這節奏我們無法界定，但我們可以猜測出他們言談中關於侵犯和性的傾向何時出現，何時達到高峰，何時消逝，何時又再現。分析者常常在患者的言談中察覺到這種節奏的起伏，而卻說

不出他靠什麼跡象偵察到這些統禦著無名力量的規則。

說到這裡，有一個觀念顯現出來，它雖然還模糊，但已接近本題的答案。這個觀念是這樣的：提出解釋——也就是把一系列的徵候或某種心態的潛含意義提出說明——的最佳時機跟患者本能盈虛起伏節奏有關；他這種節奏是無意識的，而分析者對這種節奏的察覺也是無意識的。我願意大膽的做更進一步的界說：在患者無意識的本能衝動正要到達它最高的表達能力之前——用一個比喻的說法，在波浪到達最高峰之前——就是提出解釋的最佳時刻。

當然，這個界說只是把問題搬了一個位置而已，把“技巧”的問題從“心理學”的領域搬進了另一個更大的一個領域——生物學的領域。一點也不錯。其實一切科學的進展都是如此，都是把問題歸入更進一步的問題中。在這個界說中，我們把“節奏”從心理學、生理學的領域中推到生物學的領域中了。雖然這並不是問題的最終解決，卻也追溯到更大的、更深的一種淵源中。目前我們所看到的止於如此：患者的本能衝動是有節奏的，分析者無意識間對這種節奏有所察覺，而這種無意識的知識告訴了他何時向患者提出解析。無意間他順隨著這種節奏，跟這種節奏一起跳動。這樣說或許更正確一些，他比患者略略先行一個小節，因此他能猜測出患者的潛意識的進行，懂得患者潛意識的目標。

這先行的一步或一小節，就是患者所必需的幫助，他要發現他內在的事實，往往就需要分析者的這一步前行，在要跨過門檻的時候幫他一把。而分析者之所以能夠如此，是由於三種條件構成：一、他有一段相當長的時期聽患者述訴，他自己在無意中默察著患者的潛意識過程；二，分析者多年的經驗使他對人心有相當的瞭解；三，他自己曾經接受過分析，他自己也曾做過自我分析，這些都幫助了他對潛意識過程的領會。

即使在提出解釋以後，問題中的主觀因素仍舊並未完全除去，但至少我們對它的客觀因素已有察覺。要照亮此後的道路，仍需依靠分析者對患者的回應。我所謂的“心理時刻”就是指這種“說出來”的恰當時機，而這例時機跟患者的衝動的起伏與盈虛相關，也就是跟它們的時間或“節拍”有關。我們之所以在

某個時刻提出解釋，而不在別的時刻，是因為我們在無意識中知道患者本能的波浪打向什麼地方，而這種知識則是由於我們在無意識中跟著患者的本能節奏一起律動。關於對他人節奏的偵察，我們不妨舉一個比喻性的例子：印第安人要偵察有沒有人騎馬過來的時候，就伏在地上，耳朵貼地，很遠的馬蹄聲都能夠聽得出來。

在這一章，我討論的只是一個特殊的問題：我們應當在何時向患者提出解釋？或打開他的眼睛讓他看到他無意識的表達方式中所隱藏的含義？這是一個“時機”的問題。在這個問題的討論中，我們從心理學的範圍走入了生物學的範圍——探討到一切生物的律動。而音樂中也明顯的含有這種律動。當學音樂的人把旋律與和諧化減到更基本的元素時，他必然會觸及最基本的生物現象：那就是節奏。

第二十九章 捉迷藏

心理分析中的對應關係可比之于孩子們的捉迷藏遊戲。患者把自己——或自己的一部份——藏起來，而分析者則是“鬼”。當然，這種比喻有不盡精確的地方；因為患者不僅藏起來不讓分析者看到，同時也藏起來不讓自己看到。而且，患者不僅想藏起來，並且也想被找到。他不僅掩藏自己，而且也揭露自己。另外還有一些不精確的地方：找的人並不像捉迷藏的人一樣走來走去，這邊看那邊看；他等著，一直等到另一個人從藏的地方出來。

不用找尋，你就可以得到。

所謂“尋找”，意謂用自己在研究中、課堂上與書本中所學到的東西來考查當前令人困惑的現象。但我在這裡所推介的不是這一種。我要找尋者忘記他所學過的東西，拋開他聽過的、看過的，而諦聽自己的反應。自己的反應是我們內在的經驗，或對自己內在反應的觀察；而從書本、課堂等方面學到的東西則是知性的，或學理性的。讓我們舉幾個例子來說明兩者的不同。

有一個患者告訴我，他有一種極為奇怪的強烈衝動。當維也納國家歌劇院上演《帕西法爾》的時候，最莊嚴的一景演到正中間，他產生了一種無法抗拒的衝動，想要大喊“死面餅！”（*Mazzesknodel*，猶太人逾越節所食不加酵粉之麵包）。這種衝動變得這般強烈，以致他差點真的喊了出來，結果他匆促逃出戲院，才避免了那不愉快的場面。

我曾聽(芬尼赫爾 Fschel)說，衝動是“症候性的自我，而不是疏離的自我。”但這句話能夠讓我看透這衝動的神秘嗎？知道了不可抗拒性“跟正常的、本能的驅使力不同”，“起於本能渴望和防衛力的濃縮”，而不可抗拒性表示患者“不能忍受緊張”——知道了這些，能讓我對他感到的不可抗拒性有所瞭解嗎？

我也知道這些患者有“口腔和皮膚愛欲固著”的特徵。

但是這些知識對我有什麼用處？從這裡我們又可以走向何處？我記得，“一般說來，神經官能症的衝動，和其他的神經病態現象不同，它顯示著某種欲望的滿足和某種欲望的排斥之間辯證性的關係；”——可是這段話對我又有什麼用處呢？當我正在推敲著“辯證性的關係”這幾個字的意義時，我發現“死面餅！”這一句呼喊中所潛含的意義已經飄離到我的捕捉之外。當然，我承認，患者這個衝動跟“口腔固著”有某種關係，因為“死面餅”是食物。可是只有耶和華才知道這死面餅跟口腔固著究竟有什麼關係。我應不應該去找一找患者幼年時期的某種創傷——他跟那好吃的死面餅之間的某種不愉快的經驗？無疑，這衝動也跟性有關係；因為，依照心理分析學說，口腔期是欲力發展的第一階段，再者，這衝動中也不可否認的帶有侵犯的特性，因為如果他真正喊叫出來，就會產生騷擾，觀眾會大怒，而患者會遭受懲罰。即使我得到這樣一個結論——這種衝動是屬於口腔虐待症，可以追溯到患者的幼年期——卻仍舊不能使我獲得多少瞭解。那種知識是抽象的，是形式化的思考，此外一無是處。我要將它填上內容。我想起來，患者在這出劇開始的時候，看到他的父母、哥哥和嫂嫂坐在包箱中，患者的衝動可能是對家人的口腔侵犯。好啦，那麼我可以說(或者，如果用心理分析的態度，應該是“我應當說”)，這是一種向口腔虐待期退縮的現象，把虐待的衝動指向他嬰兒期欲力的對象了。那麼我應不應當進一步猜想這是患者食人的傾向之表現呢？

這些在理論上都可以說得通，但我內在的觀察卻與此不同，現在讓我們把兩者對比一下。當他對我描述那一幕景象的時候，他的聲音中含有一種悲愁或抱怨的成份。然而，為什麼我想笑？事情其實蠻嚴重的。如果他真的向衝動投降，他今天就不會坐在我的躺椅上，而會坐在牢裡。那好笑又在什麼地方呢？然而那種想笑的感覺卻越來越強；我一邊聽著他的故事，一邊感覺到那種笑的衝動和他想喊的衝動一般幾乎不可抗拒。顯然他察覺到我在努力忍笑，因為他自己開始笑出來，就好像放鬆了一種緊張狀態。在他的故事快講完的時候，他就像一個認真講笑話的人，最後終於跟聽眾一起大笑起來。那麼，笑話究竟在那裡？就以我對自己內在的回應能夠捕捉的程度——以及能夠重建的程度——而言，我的回應是這樣的：我想的是什麼？我看到了那維也納的歌劇院……舞臺……《帕西法爾》莊嚴的幕景，就像我自己以前看過的一樣……現在是我的

患者坐在戲院的前排……他的父母親坐在包箱中……他想喊“死面餅！”的衝動……那是復活節周……在復活節周，維也納歌劇院總是上演《帕西法爾》……逾越節……猶太人……在貝魯特上演《帕西法爾》的時候一位猶太人的笑話……尼采……一段有關《帕西法爾》的話。那是不是出自《華格納的個案》這篇文章？

現在我清楚的察覺到這衝動的秘密動機和它無意識中的前提。當這個患者看著《帕西法爾》莊嚴的劇情進行的時候，他必然想到他的父母親，他的哥哥和嫂嫂。這些人在沒有開幕以前，他曾經在包箱中看到。兩三個星期以前，他得知父母親要接受洗禮，以便可以被封為從男爵^①。患者自己決定仍舊信奉猶太教，不論在事實上或在名份上都是如此，而他對於家人這種附炎趨勢感到憤慨，而又努力不表現出來。接受基督教洗禮的猶太人與亞瑟王的武士在無意中做了對照。然後又是聖杯^②與死面餅之間的對照；跟著這對照又使他想起幼年時候跟自己家人享用的死面餅，那時他的家人雖然比較貧窮，卻更忠於自己。因此，呼喊“死面餅！”實在是一種譏諷的表示，意含著強烈的攻擊傾向，攻擊他的父母親以及那一批攀龍附鳳的猶太人——他們迫不及待的遺忘和否認自己猶太人的淵源。無可否認的，“死面餅”這個不招自來的念頭，活生生的把兩種人做了對照，這跟口腔性格沒有什麼基本關係。“症候性的自我”，這個觀念在這裡用不上，而“死面餅”跟患者幼年的關係在這裡也不合用。【^①在維也納二十五年以前，改信基督教的猶太人有右能晉封為奧地利的貴族。^②譯注：中世紀傳說中耶穌最後晚餐時所用的壞子。】

現在讓我回頭談談我自己內在的反應。顯然我曾給察覺到患者在《帕西法爾》上演的時候不愉快的心境。在他心裡(我心裡也是一樣)有一種東西在反對華格納晚年這部作品中的世界觀；反對這齣戲劇中的神秘情節與神秘力量，而這可能跟他理性的猶太教態度有關。當他報告事情的進展時，聲音中雖然含著抱怨(或者正是由於它?)我卻感覺到嘲弄的成份；而當他提到家人專注觀看《帕西法爾》的時候，我那種印象更為加強。

而這時為什麼另一個猶太人的笑話在我心中出現呢？這是由於《帕西法爾》這齣戲帶引出來的，因為那個笑話就是在《帕西法爾》上演時發生的(很可惜，翻譯出來就失去了它強勁的味道)。那個笑話是這樣的：一個東歐的猶太人，習慣於看喜劇；有一次來到了貝魯特的歌劇院，那時正在上演《帕西法爾》。當戲劇進行的時候，他轉向鄰坐的人，抱怨道：“我不會笑。真的，我不會笑。”這話聽來莫明奇妙；正像想叫喊“死面餅！”的衝動一樣莫名其妙。沒有一個人期望你在觀著《聖杯》的悲劇中應當笑出來。很顯然，那猶太人的抱怨是偽裝的，幕後有文章。他使我們覺得，他以為他在看一齣喜劇，可是竟因為不會笑而失望。其實，這裡面含著一種吼笑的衝動——因為當他看到那些武士哀傷的

表情，他禁不住十分想笑，可是他不敢笑出來。

有趣的是，我內心中這些浮動的聯想不但導向問題的解答，而本身就已經是解答了。這解答雖然還沒有完全展開，卻已經可說做了消極的證明。其間的關聯如下：《帕西法爾》——貝魯特！笑話中那個猶太人——他對於《帕西法爾》的感覺。我已經隱約的抓住了我的患者的衝動中所含有的諷嘲——它的動機就是要嘲弄那些勢利眼的猶太人(包括他父母在內)；這些猶太人偽裝被那聖杯的神秘深深感動。尼采又為什麼在我心中出現呢？我隱約的記起了一段尼采的話，證明了即使是非猶太教徒也認為《帕西法爾》可笑^③。由於這些聯想，我那患者的衝動就完全清楚了。它已經從潛意識的領域走入了有意識的思想。可以說它從幽明中走入歷歷清楚的白天。【^③尼采在《華格納的個案》中有一段話如下：“當一個人在散步的時候，最可以向他推介的消遣便是讓他想一想恢復了青春華格納：譬如說，把《帕西法爾》想像成神學見習生，帶著那麼一點大學教育味道(為了使愚蠢變得更為純粹，大學教育是必需的)。”】

客觀的和主觀的瞭解辦法，在心理上哪一種更為適當、更為有用？哪一種更能夠將我們導向這小小問題的核心？是通過教科書，還是通過個人自己的反應？

這時我們應該選擇這樣的例子？無盡的經驗與印象這時都會自顧自的出現，以致於做選擇變成了惱人的事。我們是否應該做一個小心的選擇，而從“人的關懷”著手？但不管你提取什麼例子，它都跟“人的關懷”有關。沒有任何例子是跟它無關的，因為一切例子都表現著人的欲望、喜悅與痛苦。在我看來，最好的方法還是不要去做小心的選擇，而是想到什麼就接受什麼。

讓我們舉一個痛苦的例子來跟前面好笑的例子對照。在前面的例子中，我們想要瞭解那令人困惑的衝動究竟有什麼含意。在下面這個例子中，我們卻會追問為什麼應當出現的情感竟沒有出現。

有一個女孩向我報告她聽到父親去世的消息時的情況。那已經差不多是十年以前的事，但當天的許多細節她都記得清楚。她跟她姐姐到她姑母家中，突然電話鈴響，要找她們，告訴她們父親病重，即刻回家。姐姐收拾衣服，趕到車站，搭乘下一班火車回家。這位患者卻慢吞吞，誤了那班車，回家已經太遲。她的態度幾乎是無情的。她沒有感到慟心的哀傷。此後幾個星期，與其說她感到悲慟，不如說感到壓抑。從她對自己的狀態所做的描述，我們可以看出，她

並不是那種在親人死後失去自我感(depersonalize)的人(這種情況並不少見)。她好像料到父親去世。她的父親患了癌症，但她並不知道實際的病情，因此她應該不會料到父親那時去世。再者，她跟她姐姐的行為對比也十分強烈。

當時我無法瞭解她為什麼看似這般冷漠，當然下一個念頭就是想到她跟父親的關係。有些分析者可能會在“戀母情意結”中找尋這種冷漠的根源。他們可能會認為這種冷漠中含藏著一種敵意，而對於姐姐的嫉妒也扮演了一個角色，諸如此類等等。然而這一類的設想卻不能解釋這位患者的心理處境。這些傾向即使存在，也過於概括，不足以解釋當前特殊的例子。沒有特別的線索而做這種抽象的摸索，我認為是無益的。那等於把自己陷入學說的網罟中。缺乏瞭解固然可悲，誤會與誤解更令人走入歧途。

我等待。這是唯一能夠做的事情。幾個星期以後，這位患者提到另外一件事情；這件事使她悲不可抑。這是她父親去逝以前幾個月的事。她跟她姐姐養的一隻狗被車壓死了。這患者一連哭了幾個小時，好幾個星期之間，沒有任何東西可以緩和她的悲痛。她哭得精疲力竭。當她說這個故事的時候，我有一種奇怪的感覺，覺得這一定跟她父親的去世有關；可是，當然啦，這又是不可能的。狗至少在她父親去世兩個月前就被壓死了。日期不會錯。因此我把這聯想拋到一邊，因為那個想法不僅是錯誤的，而且根本就愚蠢。後來那患者又告訴我，他跟他姐姐很喜歡那只狗，常跟它玩，跟它捉迷藏，還有其他的遊戲。譬如說，她們兩都藏起來，藏在不同的地方，然後同時叫那只狗，那只狗由於無法決定走向那一邊，而在那裡團團轉，姐妹兩個為此極為快樂。幾分鐘後，她又記起來，當她很小的時候，她父母親在她們家的花園中對她玩過同樣的遊戲。奇怪得很，又是父親跟狗有關。但她提供的資料無可置疑，那麼，一定是我的感覺走錯了——那可能只是患者心中一個聯想，而實際上兩者並沒有關係。再者，孩子們也往往把對父母的恐懼移轉到動物身上。可能的關聯就在這裡吧！

原來我認為是線索的東西，在我的心中又消失了。當這個女孩說到跟狗捉迷藏的時候，她想起了跟父親的迷藏遊戲，這不是極其自然嗎？其中不會有什麼其他的意義。父親去世的日期跟那只狗發生意外的時間也不會錯誤。但是，為了狗的死亡，她哭了好幾天，而父親的去世卻沒有引起悲傷，這終究很顯目、很

令人困惑。為什麼我總感到兩件事情之間有某種關聯？後來常她提到她父親的時候，我為什麼又總是不能擺脫這種聯想？我對自己解釋說，她早年跟父親有衝突，因此使她產生了對父親的冷漠態度。我一直努力想讓自己相信這種解釋。不僅如此，我還想讓那患者相信；不過我們兩人都心服。在患者方面，對於這件事她想不起其他的關連。

然而，不久以後，那患者又想起一件跟這件事看起來沒有關係的事情。她只是偶而提及：在那只狗去世以前幾天，她跟它呆在花園裡——夏天的時候她們經常如此。她看到母親跟醫生從房子裡走出來。母親陪著醫生下樓，慢慢通過花園走到門口。他們沒有看到躲在樹後的女孩，她卻看到母親的臉上流著眼淚，而醫生小聲的在安慰她。她從沒有看過母親這樣絕望的表情，她不記得醫生和母親究竟說了什麼，也不記得自己究竟是否聽到什麼，或以後是否把它們壓抑下去——但這景象不就足以說明一切嗎？當然，那女孩十分瞭解，父親不久就要去世。她必然在潛意識中努力把這印象遺忘，不讓別人知道，也不讓自己知道。兩三天以後，當她的狗被壓死，一切的悲哀，一切喪父的可怕情感都隨著蜂湧而來，震撼到她的至深之處。在意識上，她是為了狗的死亡而悲慟，在無意識間，卻是為了她父親的即將去世。是為了她父親，她日夜哭嚎一直到精疲力竭，眼淚枯乾。在她自己不知道的狀況下，她已經經歷了父親的死亡，為他的永別哭泣。由於潛意識的機轉，她把對父親的悲哀轉到狗的身上；她對父親的去世表現冷酷，而對於狗的死亡卻悲慟至極，這是不可能的。

我們這裡所討論的個案，使我們從客體轉向主體，然後又重新轉向客體；從被觀察者轉向觀察者，從現象轉回到分析者本身。現在讓我們再轉回頭，談談分析者。我開始時的感覺是正確的：患者對狗的悲痛和對父親的冷漠有關。這種感覺一再反復出現，雖然跟一切理性思考不合，跟邏輯衝突，卻跟這個個案的心理過程相合。當患者提到跟狗捉迷藏之後又想到跟父親捉迷藏，兩者的關連便更為明顯④。我的直覺必須跟所有的邏輯規則奮鬥，才能夠保存下來。幾天以後，當患者偶然看到醫生跟他母親走下樓梯的情況，我內在的緊張開始釋然。我不只是“相信”——我已經毫不懷疑的“知道”。我已把兩件事的關連看得清清楚楚。我沒有對患者說出我的想法。我等待著，讓她的回憶自行發言，而我的等待獲得了報償，產生了突然的洞察。此後的分析過程中，她又想起了一些其它事情，在在肯定了我的直覺。像這類的例子，分析者透過用心的分析，可以得出像化學家或其他的自然科學家那麼精確的成果。當分析者非常用心的一再諦聽自己內在的反應，同時不斷留心自己的直覺，他會發現他的預

感得到肯定，而他的直覺不會欺騙他。開始時往往無法避免的模糊與混淆，會被確定之感所取代。那種“啊，就是這樣！”的呼聲，表示了內在的衝突已經結束，曙光一現，真象大白。在這種時刻，那種突然的閃光會證明第一個印象的正確性——儘管需要做一些必需的修正，但本質上是正確的。【④有趣的是我把這一章題名為“迷藏”——而在開始時我並沒有有意的計畫用這個個案。】

這種突然的洞察的出現，常常可以視為分析者早期印象的回歸：這種印象在早期產生之後，往往進入潛意識中，為分析者以不察覺，或者，它一直就沒有離開他的前意識思想。這個閃光其實並不是照亮到前方，而是照亮到後方——那原來是已經存在的。我要利用前面這個例子來說明，向後閃亮在心理分析工作中如何發生作用。

有一個患者做了一個長長的夢，下面一段話是其中的一部份：有一隻狗，我怕他。他會傷害我。他整個的夢在分析的過程中，意義都變得明朗；但前面這一段夢境卻顯得跟其他部份無關。這患者想不起幼年時候曾經有過怕狗的經驗，因此這一段難以解釋。夢境的其他部份可以說跟患者的性欲有關，他認識了一個有吸引力的已婚婦人。在作夢的頭一天晚上，患者曾經撫摸她，可是不敢再進一步。然而夢裡為什麼會出現一隻狗，而患者又怕他傷害呢？這時患者沒有產生任何聯想，而我也把這段夢境認做無法瞭解，準備放棄；就在這時，好像被一隻看不見的手所引導，我要他把這一段再說一次。有一隻狗，我怕他。他會傷害我。當我聽他複述的時候，我豁然明白這是夢境其他部份的延續。他原先清清楚楚夢到對這位已婚婦人想作性的接近，而這時夢裡突然不知何處跑出一隻狗來，把他嚇到了。當我聽到他複述這段夢境時，我突然明瞭，“狗”(dog)代表“高特”(God)。不幾月以前我才想到，“狗”這個字顛倒過來就是“高特”。為什麼我會產生這個念頭呢？在這個患者的心理分析過程中，他常常提到“高特”。我們曾經討論到夢境，以及夢境對患者的意義。他說做夢的頭一天晚上，他曾經遇到這個他愛慕的女人，他們曾經做愛撫約會；而正在他要到達他所渴望的目標時——而這顯然也是那婦人所渴望的——卻有某種東西阻止了他。是不是想到了她的丈夫？

現在，當我分析或考察種種理由，來解說為什麼“狗”取代了“高特”時，我發現在我潛意識中有三個因素導致這種假定。患者在這一次的分析中既這沒有

提到“高特”，也沒有提到宗教。但在以前的分析過程中，他卻常常提到這方面的話題。他生長在一個非常虔誠的宗教家庭。真的，他甚至很認真的想過要做教士，可是在青春期他失去了宗教信仰，變成了音樂家。他不但確定自己是無神論者，而且喜歡說褻瀆神明的話。不管開玩笑或在嚴肅的討論中，他都嘲弄宗教，甚至用激烈的言辭來把“高特”的形象撕成粉碎。我不相信他這種公開的無神論，尤其是他往往沒有明顯的理由就轉入這個話題。在他公開的無神論和褻瀆的底層，似乎隱藏著他所否認的宗教信仰。我這種印象雖然未曾說明，卻必然是一個主要因素，使我把“狗”與“高特”想在一起。這種印象雖然一直是無意識的，卻使我瞭解到這個夢的片斷的真意，因為它附合了患者的真正性格。可以說它掌握了患者的情緒背景，而他的夢境就是由這種背景中浮現出來。把“狗”跟“高特”視為同一種東西，豈不是跟患者褻瀆宗教的言詞相合嗎？

前面說的是普遍性的因素。但在這個例子中，使我得以產生那種想法的，必然還有一些特殊的因素。我察覺到有兩種跡象。第一種是對於夢的前半部的解釋所得出來的印象。把其中的某些因素倒轉過來，我便得到了一些瞭解。這些東西只有把表面的意義倒轉過來，才能認出它們隱藏的涵意。原來夢的內容是扭曲的，必需倒轉才得以解除。當我想著夢中關於狗的部份，我沒有注意到對於夢的其他部份所做的解釋。夢中常常把言辭倒轉，像小孩子那樣；而這件事情我卻忘記。等到我已經發現到“狗——高特”的解釋時，我才想起這患者一向喜歡用兒童的方式玩弄字眼。我常常聽到他說雙關語，或把詞句的聲音或意義加以偏曲。

我對他的夢境所做的解釋，無意識中一定受到另外一種指示的影響。他在講述夢境時，在我聽起來，夢境的這一段跟前面的部份口氣必然不同。前面的部份他說到他向那女人的接近(在夢的顯在內容裡，是那年青女人向他接近)；說到這裡，他突然顯露出一點猶疑，然後說出這麼一句：“有一隻狗，我怕它。”這豈不像一個新的故事從這裡開始？他給人的印象就像牆壁上塗的兩塊斷然不同的色彩，或毛料衣服上天鵝絨的滾邊。那個夢假裝是一個單元，前後相結。但這句話實際上開始了一個新故事，打斷了或騷擾了其他部份。當這個患者說到他夢中性的冒險——沒有越過某一種地步——卻在這時接上了這麼一個句子，我們豈不會假定這個句子本身就含有騷擾的因素？使做夢者止步不前的正是這個因素。那是起源于他幼年的宗教信仰，其中含藏著宗教的恐懼：“有一個高特，我怕它。”他對於神的恐懼，使他徘徊不前，阻斷了他跟那女人進一步的

關係——儘管他自己並不知道自己對神有這種恐懼，儘管他公言自己是無神論者。在無意間他認為跟一個嫁給別人的女人發生性關係是罪惡的。愛撫她似乎可以，但想進一步的時候，就害怕高特的懲罰。

當然，要想說明分析者如何有意識的運用他的心理學工具來解釋這一部份的夢境，是不可能的，因為這一部份夢境沒有伴隨任何聯想。一般的分析者可能把狗認為是父親形象的替代，而患者對父親懷著恐懼。這種解釋不能說全錯，特別是因為孩子們對於高特的觀念往往受到嬰兒期對父親的印象的影響——幼兒常在無意識間把父親“高特”化，神明化。然而兩種解釋仍就有其他的差別，並不僅因為其中之一更接近夢境的秘密，而且也因為它觸及心靈的深度。分析者如果機械化的把狗翻譯為父親，以兒童時期的恐懼為橋樑，那麼他就無法進入那夢境中潛含的內容。那算不得心理分析上的解釋，而只是把心理分析辭典上的概念拿來運用而已，它無法傳達出夢中思想的真意。在許多的夢中，巨大動物的出現都表示對父親形象的恐懼，起源于兒童時期的恐懼症，這已經是證明了的。但把這種解釋用在這個夢中卻是沒有證明的。這種用法，借用律師的術語，是“不落實的，不相干的，不得當的”。“有一隻狗，它會傷害我，”這句話跟患者的父親並不相干。打斷他性的冒險的並不是他父親的變形，而是他宗教信仰的直接表現：“有一個高特，它會傷害我”——這是一個跟他有意識的思想正面衝突的句子與觀念。

在這個例子的前面的那個例子，使我又想到了另一個個案，也是關於對父親去世的反應。有一個女孩清清楚楚記得，她父親的去世讓她高興，更正確一點說，讓她如釋重擔。這話聽起來，好像她厭恨她的父親，或在幼年時曾受父親的虐待。然而並沒有這種事情。她的父親是一個和善而仁慈的人，那女孩愛慕他。父親去世而讓孩子感到滿足還可能有其他的原因，譬如說，他的去世使孩子可以滿足某種秘密的願望，而常他在世時，這種滿足似乎不可能。我曾經治療過一個女患者，她感到父親是他爭奪母愛的情敵。她常夢想父親會旅途上去世，而她——那時她八歲——長大以後要做一個教師，跟她的媽媽相依為命。然而我目前所治療的這個女孩卻沒有類似的秘密願望。她真正喜愛她的父親，而她的父親也是一個慈善、受人尊敬的人。為父親的死而高興，這種令人困惑的情感原來有另一個來源：當她還很小的時候，常常獨自被留在公寓中，她父母親一個老相識有時來看她。有一天，那個人開始跟這個孩子玩起性方面的事來，那女孩又驚恐又感到樂趣，就任他去做。那小女孩知道這是錯的，用不著那男人一再警告不可告訴父母。她帶著這種秘密慢慢長大，而罪惡感與日俱

增，深恐他父親由某種神秘的方式發現那件事。當他突然去世，這女孩於是便有如釋重擔之感。

這跟敵意沒有關係，而只是出自她的羞恥與恐懼之感。父親的去世，沒有使患者感到悲傷，這種例子往往還有一些其他的原因。我指的是在悲悼期間的“非個人化”現象。這是一種顯然缺乏情感的狀態，而且有敏銳的自我觀察；但在那種時期，當事人本來應當產生強烈的悲慟。當事人不但感到吃驚，而且痛苦的察覺到，自己什麼感覺都沒有。是的，有時候會產生嚴重的自責，因為在自己父親或母親的葬禮上竟然沒有一絲悲慟，沒有一滴眼淚。我在這裡並不想作心理學上複雜的討論；我只是想說明，我們常常會像在捉迷藏一樣，發現情感的位移現象。

我有一個患者，在他父親去世以後感到自己像一個了無生氣的機械人。他說既沒有痛苦，也沒有悲傷。他知道別人都期望他有痛苦的表示，可是他沒有，他什麼感覺都沒有。他認為這是多年以前跟父親的衝突所致，使他變成了路人。他幾乎很少想到他父親；一直到有一天發生了一件讓他困惑的事情。那是星期六，在他父親出殯後幾個星期；他像通常一樣到他的俱樂部去，他偶爾會在這裡下下棋。招待他的服務生偶然說，“你知道嗎？跟你下棋的那個 A 先生過世了？”那老人只不過跟他偶而相識，他對他幾乎一無所知。他們常常下棋，因為患者喜歡那老人的棋藝。但使侍者大為吃驚，使俱樂部裡其他會員大為吃驚，更使患者自己大為吃驚的，他突然不可抑制的哭泣起來，就好像那悲哀的浪濤淹沒了一切。顯然這種強烈的情感不可能是為那老人而發，而是為他自己的父親，只不過那情感是經過無意識的位移，而在此時浮現出來。不知為什麼我卻問到那老棋手的名字。他叫“茵默古特”(Immergut——意為“一向很好”)。一陣浪濤便從內在突然沖到表面上來。因為他父親其實對他一向很好。

第三十章 記憶與回憶

在我提到對無意識的心理過程做猜測的時候，我是否沒有說起有意識的知識跟回憶(reminiscence)的重要性？這個問題提的很對，我確實對這些談得不多。我們從經驗、閱讀、聽講和討論中所獲得的有意識知識，確實有很大的重要性，但這是當然的，無須強調。不過，這種有意識的知識在效用上也有一定的界限，我們不可不知。我確認，在猜測——請注意，我是說“猜測”心理的過程時，無意識的回憶比有意識的知識重要得太多。這“回憶”二字我覺得用另一種說法

要更為正確：那就是“記憶的遺跡”(memorytraces)。

什麼！別人一定會這樣說。你說心理學家日積月累所得的經驗，心理分析者從大堆的個案中所學習、所領會的東西竟然不重要！在猜測潛意識過程中，不能舉足輕重？啊，我不是這樣說；但對於潛意識過程的猜測跟有意識的回憶畢竟不是同一回事。對於神經官能症複雜的性格變形，或嚴重的心理衝突的潛在原因之瞭解，會擴充我們心理學上的瞭解領域，但這跟當前的回憶仍舊不是同一回事。當我面臨一個新的個案，如果我直接而清楚的回憶起對早先某個個案的瞭解，我仍舊無法把這種瞭解運用到當前個案上；因為每個個案都是特例，都有它特殊的條件。

一般說來，要瞭解患者心中潛含的意義與機轉，基本上必需借用已經變成無意識的知識。當然，我不否認在猜測的時候有意識的回憶也可以幫忙，但我想妄膽的說，這些有意識的回憶往往是在猜測之後才出現。就好像它們是用來肯定前面的猜測的，使我們後來的瞭解更清楚、更有力量的。在分析者已經猜測出某種被壓抑的心理過程之意義時，類似個案的回憶就會出現。

其實，分析者有時也會把早先的某個個案所隱含的意義告訴患者，以便向他說明他跟這個個案的類似性；不過這都是在患者自己的心理過程已經被分析者猜測出來，並加以解釋之後。同樣，分析者也會把患者本人以前的某些事情提出，說明其中的關聯。但這些情狀都是在分析者已經對當前的個案有所瞭解之後才產生的；那時他再行回顧，以便看清自己遵循什麼道路到達此處，用什麼基礎建立起這一棟建築。

因此，在猜測抑制的心理過程時，無意識的記憶是基本的因素；其中有些，到後來可能被當事者做有意識的認識，但也並非經常如此。譬如說，我想到那個叫“寶玉”的女患者，她對於結婚和生育懷著強烈的恐懼，而我對她那種恐懼卻有直覺的預感。在討論這個個案時我曾經說，就以我所知道的範圍，她所告訴我的事情中沒有任何回憶足以幫助我對她這種恐懼的秘密涵義有所瞭解。而同時我又指出，在那患者的故事與恐懼中，有“某種東西”使我的思想走向相

反的一面，那就是，我覺得她是在恐懼不育；可是我說不出來究竟是什麼使我有這種感覺。

不過，當我反省著我從什麼途徑走向這種瞭解時，那女孩告訴我的話中卻沒有任何回憶對我提供幫助，但是我卻回想起另一個個案——請注意，那是在我猜測出這女孩恐懼的內涵之後，我才想到的。我想到許多年以前我治療過一個年青婦人，兩個個案有其類似之處。當我在幾分之一秒的時間幌過對目前這女孩的瞭解，接下來就回憶起較早的個案。那女孩名叫安妮，她告訴我，在她訂婚的期間被一種逼人的恐懼所折磨，她害怕婚後不能生育，結果她的丈夫會離她而去。她遍訪醫生，一無所獲，每個醫生都告訴她生理機能正常。從婦產科的檢查來看，她沒有任何值得恐懼的理由——而後來她也真的生了四個健康的孩子——可是心理分析的結果卻發現了她的恐懼的潛意識動機，尤其是跟手淫掙扎而產生的心理後果。兩個個案的不同和共同之處都很顯然；對於安妮個案的無意識回憶必然幫助了我對寶玉個案的心理瞭解。

關於這一類的個案，每一個心理分析者都可以提供很多資料。早期個案的回憶，再加上對當前患者極細微的訊號所做的靈敏察覺，往往可以說明我們猜測某些特徵的潛含意義。

讀者現在願不願意跟我略談幾句題外話？我們知道回憶與記憶有心理上的不同。一般說來，我們總把回憶跟遺忘對立：遺忘的就回憶不起來，而回憶起來就免於遺忘。這種設想過於簡單；從心理機轉結構和心靈動力特質的洞察中，我們發現這種假設是不可靠的。我們知道，根本沒有“真正的遺忘”這回事，或許只有極度的衰老所造成的心智虛竭才可說是唯一的例外。強調記憶與回憶之間的不同，卻比較有道理。記憶(memory)——這是有機物的通性——本質上是無意識的。其中一小部份變成有意識的，就是我們所謂的回憶。

發生過的一切事情都隱藏在“遺忘”——無意識的記憶——的保護之下，而對這些事情的回憶會造成深沉的變化；現在我們要談談這一點。記憶是一個隱藏起來的儲藏所，它最主要的功能就是要保存。在我們對這些保存的材料做研究

時，我們發現這種保存是必要的。保存的東西往往是痛苦的或不愉快的印象、觀念或衝動，它們跟我們其他的心智力量不能共存，因此不得不退出意識領域。

弗洛伊德後期的研究明白的告訴我們，這種看法必需擴充，要把過於強烈的或突然的印象也包括在內，因為這些東西我們無法當即消化。這種擴充的看法我們應當特加注意。我們的無意識記憶太深太廣，如果我們對它有一個正確的概念，我們必然會認為，大部份印象真的是太強或太快，無法當即消化。換句話說，我們的生活大部份是無意識的，我們所經歷的事物只有非常少的一部份，只有那上層的部份，進入我們的意識。一般說來，每天發生的事情都太逼人了；因此我們心靈的機能無法掌握那麼一大堆印象，我們不得不把其中的大部份放到一旁，等待日後消化。對於某些經驗，我們認為已經完全掌握了其中的意義，可是後來卻發現我們的領會有多麼稀薄。這種現象就足以證明前言之不謬。譬如說，某個親人去世，或我們所愛的人離我們而去，我們自認為已經把痛苦體驗到最深處。可是後來我們卻發現，那種有意識的深度又是多淺，而我們隱藏的悲哀又是多深。我們以為那痛苦已經把我們淹沒了，可是當我們覺得已經慢慢好轉的時候，那悲哀才顯示了它的深度。

一件事情過去以後我們才對它深有體驗，這也是常規。許多例子中，前後之間的時間如此之長，以致其間的因果關係已經不覺。每一個時辰中我們心中所通過的東西只有一小部分是我們所知道的。這種無知——就某種意義來說，這是有意的無知——是心靈的一種保護措施；因為，即使知道這些東西，我們也無法接受和消化，經歷一種印象就是內在裡去掌握它，而這種印象又往往如此之強，以致於我們不能當下領會。外在的壓抑產生內在的抑制作用；而從這個觀點來看，抑制的作用具有動力學和經濟學的意義，可以使我們在能力不及的情況下免於面對某些需求。但強烈的印象並不能由於這種普遍的防禦過程而取消。它只是把它們置於一旁，過後再重新拾起。

為了清晰起見，我們可以直接了當的把回憶與記憶做這樣的區別：記憶的功能是保存我們的印象；回憶的目的則在融化這些印象。基本上說來，記憶是保守的，回憶是破壞的。回憶是把所回憶的事情從無意識的記憶中解除。在一件記憶變得有意識的時候，已經寓含了它的消失。不久以前我讀過弗蘭茲衛爾菲

(Franz 的 Werfel)的一本小說，其中有一段話把兩者的功能做了很恰當的說明。小說中有一個人說，“我有很好的記憶力，因為我也有很壞的回憶力*。”【*譯注：這句話用中文說起來應當這樣比較恰當：“我什麼都記得牢牢的，因為我什麼都想不起來。”】

當然，有人會提出異議，認為回憶會使我們無意識的或潛意識的經驗復蘇，譬如說歷史就使古代的事情變成活生生的事情，讓我們認識和擁有長久掩埋的東西。麥西雷(Michelet)的墓碑上就寫著這麼一句話：“歷史是復活”。但這種復活卻往往等於把原來隱藏的力量化為蒸汽，把原來潛藏的心理能力慢慢化為雲煙。埃及的木乃伊埋藏在地下，保存數千年之久。一旦挖掘出來，暴露在日光和氣候的影響之下就開始了它們的散滅過程。當霍華德卡特和卡納芳勳爵打開尼羅河河谷中吐坦克哈曼(Tutankhamen)的墳墓時，在寶藏中它們發現一個小小的雕像，保存得非常完美。然而他們只有觀看、測量和拍照的時間：突然間那座雕像無聲無息攤潰，變成了塵埃。三千年黑暗中的保存，而毀於傾刻的光明！

從這個角度來看，我們對回憶的心理功能有了一個新的瞭解，這是以前很少有人注意的。它代表著一種特殊的心智努力，要把保存的印象消除。我們的經驗保存在記憶中，除非我們經常而清楚的把它拉到回憶中來，它便不可能從記憶中消失。沒有拉到回憶中的事物，在心理上就是不朽的。帶著某種保留態度，我們可以這樣說：過去的除非再度變為現在的，它就不可能衰謝。只有回憶起來的事物才會溶入一切有機事物的共同衰謝過程。回憶是情感上對經驗與事件的掌握；就以這種意義來說，乃是通往“遺忘”的最佳路途。“不回憶”具有奇妙的保存力量。下面這一段話聽起來或許像開玩笑，但其中寓含嚴肅的意義：我們可以說，當一個人一直提醒他的愛人，記不起得他們曾經多麼快樂(“你記不記得我們如何……”)，實則已經在摧毀那快樂時刻的延續力。人與人之間鞏固的關係，不在共同的回憶，而在共同的記憶。

我的看法是這樣的：共同擁有的記憶、共同分擔的痛苦與共用的歡樂，比有意識的傳統更使一個家庭的份子或國家的成員緊密的結合在一起，而跟外在的世界劃出一條清楚的界限。這種無意識的休戚與共比有意識的歷史回憶在文化的

發展與維持上更具有本質的重要性。回憶把往日拉到日光明照之中，但它像落日一般照耀著一片景色，而迅即沒入黑暗。前面我已說過，就以我們的印象之深度和影響力而言，我們的生活是無意識的，這可以說是一個定規。我已說過，我們的經驗太強烈、太直接了(或者說，我們的自我太脆弱、太不穩定了)，無法在限定的時間為我們所掌握。如果我可以把我們的意識比做一個公務員，那我們所接受的印象就可以說是送到他辦公室的檔；那麼，我就要說，他這個辦公室裡的檔總是積壓了很多。我們的能力不足以趕上步子。因此，我們的夢境就往往為白天積累的公文做了一些清理工作。夢的結構跟白天的剩餘事物有關，便含有這種心理經濟上的作用。那麼，往日的剩餘又跟往年的剩餘累積在一起，也就不足以為奇了；不僅如此，這些印象遠跟我們童年所未能掌握的印象連接在一起。因此，這個文牘堆積如山的公務員，想把昨日的檔加以清理的時候，卻發現其中引用了早期的檔，而那些早期的文件卻大堆大堆的鎖在鐵櫃子裡，已經是多少年未曾處理了；為此他大為驚恐。

那麼，我們會問，我們如何清理心理上這些經驗呢？三言兩語無法答覆。第一點，在我看來，我們似乎並沒有常常在清理這些經驗。或許沒有一個人曾經完全捕捉和經歷童年時期所接受的全部印象。在很多的情況下，可以說，自我必須滿足於分期付款的方式。當然每個人對這種情況的處理不盡相同；印象的性質不盡相同，性格的結構也不盡相同，智性與感性的能力，脆弱與獨立，都因人而異。但在我看來，人的一生總是一片釘釘補補的東西，對於紛至遝來的印象，在消化吸收方面，無法作整片的處理，把我們所有的經驗完全消化，在心理學上是一個理想，可是我們只能多少接近這個理想，而永不可能達到。

對於我們的經驗，我們不應當期望在智性和感性上像清理財產一樣，作徹底的明瞭和掌握，因為只就時間來說，我們就無法做到——每一個經驗都需要一個確定的時間才能掌握，然而關於這段時間我們卻無法確定。回憶只能在時間與時間之間的鴻溝上搭一座狹窄的便橋。就這種意義來說，神經官能症的症候乃是兩種傾向之間的妥協，一種傾向是要遺忘，另一種傾向是要記得。維也納作家奈斯楚伊的一齣戲劇中，有一個人老是手上拿著一根手杖，別人問他為什麼如此，他回答說，“我拿這根手杖是為了永遠記得我永遠都不再去想她的那個女孩。”這正是神經官能症症候的本質。

如果我對回憶的功用(或它的功用之一)瞭解得不錯，那麼就不至於把它跟另一個印象加以比較,那就是心理分析文獻中經常認為跟它相反的東西——“反復強迫症”(repetitio-compulsions)。弗洛伊德曾經說過，反復強迫症會取代回憶衝動。當有意識的回憶取代了這種反復傾向的時候，我們可以說那是心理分析上的一種成效。如果反復衝動取代了回憶衝動，那就是退步，是返回更原始的一種掌握經驗的方式。

反復衝動是更早期的、更古始的處理經驗辦法。回憶的傾向則是比較後期的、比較精神化的方式。當我們說服患者，從行動轉到回憶，我們乃是在引導他從一種幼兒的方法走向進化中比較後期的方法，這種方法是更為理性的，也更能讓我們瞭解的。但我們知道，這種努力並不總是成功，因為，回憶並不像經驗那麼直截。這一點我們很可以瞭解，因為，跟經驗的反復相比，回憶跟現實離得太遙遠；它只是一本模糊了的拷貝。分析者們都知道許多反復與回憶互相參合的情況。我們可以舉一個簡單的例子：有些患者表現得非常激動，顯然在經歷著某種經驗，卻又說不上來它是什麼，或許他們會說，“我很想揍某人一頓，”或者“我想大哭一場。”他們會覺得抑鬱沮喪，或眼淚盈眶，想做一些莫明其妙或乖戾的事。激發這些衝動的經驗，常常在事後回憶起來。

兒童對於沖到他身上的印象往往想用複製的方式來掌握；成人則想用回憶的方式。當然，這只是一個概略的和相對的說法。這也正是因為成人只是長大的孩子。弗洛伊德曾經說過，有一個小孩反復表演他母親離開的情況；這就是一個典型的例子，說明在幼年的時候用行動的方法來掌握經驗。華爾德(wilder)曾說：孩子們一切的遊戲都是為著這個目的，這個話有相當的道理。

兒童把同一種印象一成不變的重複——譬如說，反反復復的聽同一個童話故事——而在開始的時候，並不想去“回憶”他們的印象，而是要去掌握它們。對於這些事實的認識，如果應用到教育的方面，必然會產生有價值的結果。還在年紀很小的時候，心智的過程就顯露出來，反復的傾向已經跟回憶的傾向逐漸摻合！這回憶的傾向是一種新的掌握經驗的方式。因此，患者記得他幼年時面臨驚奇的事物或新的印象時特有的態度。譬如說，他在遊戲的時候聽到一句他沒有聽過的話，或看到某種新的東西。一直到現在他還記得，他如何再去把新的話反反復復對自己說，或如何把某個動作在入睡以前重作很多遍。我們可以

假定，許多兒童在某個年齡都經歷過這樣的階段。

這個事實使我們注意到接受與回憶之間的關係，兩者的關係隨著年齡而有變化。兒童似乎最能接受新的印象。一位法國心理學家曾說，兒童和原始人是“蠟做的頭腦” (cerveau 反

de

cire)。這種明顯的接受性可能就是感性性格的特徵。兒童好奇，也就是說渴望去看到、去知道新的事物。然而脆弱的自我面臨這樣的接受性，卻沒有能力掌握如此之多的新印象，因此不得不把大部分留到潛意識中，等到日後消化。因此，童年的經驗之所以留到後來才加以掌握，並非由於這些經驗特強，而是由於自我的脆弱。就這種意義來說，並不是只有某些特殊事件使人產生心理上的創傷，童年所有的經驗都是如此。童年的印象之所以在人的一生有這樣重大的影響，原因在此。

兒童很快的把他們的經驗加以處理——這完全是錯誤的想法，心理分析學足以證明。兒童的心靈就像一個粗孔的篩子，讓許多的印象漏下去，以便日後加以重新考察和處理。當自我日漸強壯，日漸獨立，它就更能夠承受種種印象。它把注意的領域做了限制，它分別出什麼是重要的，什麼是不重要的，什麼是跟自我相合的，什麼又是不相合的，它可以把更多的心力用來掌握少數幾種經驗。因此它的篩子變細，有一大部分東西就漏不下去。老年人的心則對新的印象越來越排斥，就好像它已經厭足，或者知道時間已經無多，不足以讓它消化新吸收的印象。它就像一個只剩下幾個小洞的篩子。

我們現在可以瞭解，隨著年齡的不同，有意識的回憶也會具有不同的意義。兒童為當前而活；可以說他是一個沒有回憶的人，但卻以極度的接受性為補償。老人生活在回憶中，卻把大部分的新印象排除在外。因此，接受性與回憶有著互補功能。回憶到後來取代了反復，不僅變成了經驗的替代品，而且成為它的最後階段。老年心智的降低，當然並不包含回憶能力的降低和排斥新印象能力的降低。我對老年人頭腦的退化論只是在說明為什麼人到了老年就容易健忘。

我前面不是曾經說過，一個經驗只有常常並且清楚的回憶起來才能夠消化嗎？老人之所以那麼清楚而且強烈的回憶起童年的經驗，可能正表示了這些經驗在喪失效力。或許我們需要終生的時間才能對童年的經驗達到心靈上某種程度的掌握。生活于回憶之中意謂著年老，因為我們在處理早年的經驗，而不是在納入新的經驗。歌德在老年時就感覺到這點：“我現在所擁有的，看起來似乎很遙遠，而那已經消失的，卻變得對我真實。”

我認為這種心理學說不僅可以用於個人，也可以用於國家，民族或其他團體。遠古的經驗所留下來的無意識痕跡，對我們的生活產生重要的影響。年青的國家和其他型態的團體尋求刺激和騷動，而古老的民族則生活在他們的回憶或傳統中。

在我看來，回憶的衝動並不跟反復的傾向對立，而只是它另一種形式的延續。在回憶中，我們也看到古始的反復衝動，那是反復衝動後期的一種面貌。基本上說，回憶是要把經驗在想像中重新復活，然後來作消化。因此，回憶只是在思想或觀念的舞臺上把原來的戲劇重演，而反復則是用實際的行動來重演。在創傷性的神經官能症中，往往是把原始的處境一再反復，可以說這是由於它逼人的效力使然，使患者不得不做如此的重演。

讓我們再把這心理上的過程做進一步的追蹤。心理學在回憶和感覺之間做了清楚的分別。因此，譬如說，馮德(B. Wundt)在他的《心理學大綱》(Grudriss clerpsychologie)就曾指出，回憶不是直接感覺的複寫本，不是忠實於直接感覺而略為脆弱的複寫本。他說，兩種過程不但起源不同，強度不同，而且結構不同。“不論感覺多麼不清楚，只要能夠感覺得到，它跟回憶就完全不同。”這當然是對的。但回憶仍舊是感覺在想像中的反復。用居雷榭(Driesch)的話說，回憶是“現在的經驗，不過有一根指頭指向過去。”

我在前面所說的這種反復是不是在感官與回憶之間的一個環節？在這種意義上來說，心理過程的最後一環並不是感覺，而是把它召回到現在來的那種衝動，這也就是回憶。在這一條鏈環的另一端，我們看到感覺，那是回憶的原形。在

想像中，回憶想把這原先的感覺用實質的力量重新結構出來。當我們清楚的回憶起某一個人，我們常說，“我看到他在眼前，”或者，“我聽到他說話。”每一個人都知道，強烈的回憶常常和幻覺很相近。

因此，回憶是一種外在化作用。鏈環的末端跟鏈環的開端首尾相接。在我看來，回憶原本是一種關於經驗的幻覺印象。(而現在我們所謂的回憶，卻往往只是原始回憶型態凋謝了的、粗略的形式。)設若如此，回憶就會預示反復或行動的出現，更正確的說，它指示出行動出現時的第一個階段。小孩會用幻想回憶的方式來掌握強烈的印象，使它們在心中重複出現。然後他對這些幻想產生反應，就好像對真實的印象產生的反應一樣。等到他年齡增大，他會覺得這些幻想不足以讓他掌握經驗，因此，用其他的方式使早先的經驗復活，譬如說，用遊戲或其他的行動。年長後回憶，仍舊具有這種原始的幻想型態，把童年的印象或經驗加以反復。這種晚年的現象，和最早年的現象首尾相接，其目的都是為了消化經驗。

跟這個主題有關的話我只再少說幾句。譬如說，“回憶”具有心理上的“經濟”意義，關於這一點，目前還沒有得到普遍的注意。回憶由於把原先的心理經驗加以清除，而給新的經驗留下了容身之地。在心理分析的過程中，我們知道這種功用何等重要，就從這一點來說，心理分析就好像一股泉水，可以把原有的情感刺激清除，而這原有的刺激原來一直滯固在那裡。文化的演進使得越來越多的情感累積起來，積壓不化。(這真是應該警惕的。)在這種馬不停蹄的生活中，心理分析可以把沒有排遣的情緒掃蕩出去，如果不加掃蕩，這些情緒就會強行進入我們的生活，使我們無法應付生活的需要。經過掃蕩之後，這些東西就可以拋入垃圾箱中。

關於記憶和回憶的討論，還有另一層經濟的意義。常聽人說，保存印象較好的方式，就是把它們常常反復；因此，把我們學習的課程不斷加以反復就很受眾人的重視。這種看法當然有明顯的真實性，但我們不可忘記，把印在記憶中的事物經常反復，卻有另一種危險，那就是容易把它的情感力量排遣掉，這在前面已經說過。在學習與反復之間必須有時間上的間隔，因為累積的反復會削弱記憶的痕跡。為了擁有我們所取得的東西，我們必須忘記。

說了這一大段題外話，讓我們回過頭來吧。我們已經討論過心理分析的認識如何產生，我也曾經說過對於被壓抑的觀念的猜測是從無意識的知識之深處產生，而跟學理和實習等方面所獲得的有意識知識沒有關係，後面這種知識是等到我們對患者的心理有所猜測之後，才浮現出來做為旁證。我們也曾經討論到有意識知識所扮演的角色。現在我們可以說，分析者在分析的過程中，所接受的資料，一般說來都太強烈、太直接，無法立刻掌握，也就是說無法立刻領會。弗洛伊德曾說，在分析過程中，要讓自由浮動的注意力任意賓士，這段話有重要的價值。

我們不用努力去保存某個印象。不去努力就能保存。當我們需要它們的時候，它們就會從無意識的貯藏室中、從記憶中浮升出來。心理分析是分析者的一種經驗，因此在心理消化過程中也自有其地位。消化需要跟印象保持某種距離，往往在經過了很長一段時期，我們才能認識到它們的意義。一旦我們對這些印象發生有意識的回憶，那就表示我們已經開始內在的掌握，開始內在的領會。但心理上對別人的領會卻只是掌握他們在我們心中造成的情感刺激的方式之一。如果我們對“周圍所有的人”徹底瞭解，又怎麼辦呢？——我的意思是說，徹底瞭解了他們所有的動機，他們整個的性格、行動與思想。真的，到了此時我們就會寂寞了——要比對他們和對自己瞭解得非常之少更為寂寞多多。

第三十一章 人對別人的“無”意識

讓我們暫時再回到這個問題的起點。我們曾經說過，心理資料是豐富的，繁複多端的；那麼我們對這些心理資料又產生什麼反應呢？答案很明顯，那就是在觀察的階段被我們的意識所捕捉，並用之於對無意識的心理過程作領會。說到這一點，一定立刻有人提出批評：這些心理的訊號，數目是無定的，它們超出

了有意識的觀察所能達到的範圍；它們永遠不能達到心理學家的意識領域。因此我們必需把我們的答案加以修正：分析者是“接受”患者給他的印象，用來做心理上的瞭解，不過大部分印象並沒有進入他的意識領域。進入他意識領域的是那些說明了的或指明出來的東西，還有一些由觀察所能夠捕捉的東西。我們的答案即使做了這番修正，仍舊不能說具有普遍的確當性，因為觀察者的心理過程並不是一開始就那麼明智，事實上，內在的過程必然複雜得多。清楚的、不含混的認識，只存在於某一種特殊的層面。

在我說起來，要描繪心理上適當的領會是相當困難的事，但是許多心理學家卻可以不費吹灰之力就為這種過程找了一個“適當”的字眼，那就是“移情”(empathy)；對於這種方便的解釋，我真是羨慕有加。“移情”這兩個字意思太豐富了，以致於大家心甘情願的忽視它的曖昧性。說某某情況是移情作用，就好像說坐在一個箱子裡一樣，卻沒有說明是坐在戲院裡的包廂，或火車的車廂，或屋子裡的衣箱——那實際上等於什麼也沒說。“移情”這兩個字有時指東，有時指西，有時甚至可以指南指北。

“移情”這個概念起源於美學，它所討論的並非直接的生活，而是生活在藝術中的反映。這兩個字後來才用到心理學的認識過程上，結果竟變成了心理領會的唯一原理。要把“移情”的心理性質做一個界說幾乎不可能，因為爭論多端；有時它好像是心理領會的自然的、無意識的條件，有時候卻又像特別的、有意識的努力所產生的結果。

一般說來，大部分人都以為“移情”作用是一種有意識的行為，由意志指揮，按步就班的進行。最近我看過一本為刑法學家所寫的罪犯心理學，其中就提到如何如何的瞭解步驟。然後跟上這麼一句：“當然，我們必需能夠尋路進入罪犯心中。”這種鏗而不捨的、毫無疑問的語調，使我們想到童話故事中的哈裡發，只要他念一句“木塔保”，立刻就可以變成一隻鶴也立刻就懂得白鶴的語言。有些心理學家和精神學家也持著類似的看法，他們認為只要些許的努力，就可以變做他們所觀察的物件。這種移情作用如果說具有醫療學上的意義，也只是在心靈的表層，也就是最接近意識的層面。但我們想要瞭解的卻是潛意識的內容與機轉。

就以目前我們所知的情況而言，心理的認知過程大致如下：某些隱藏的衝動和觀念由無意識的訊號、姿態和語言表露出來，這些訊號、姿態和語言可能是互相一致的，也可能是相互衝突的，觀察者在開始察覺到這些東西的時候，不會立即產生心理上的領會，而寧是在心中產生類似的無意識衝動和觀念。無意識間對這些訊號的接收，起初並不會產生對它們的解釋，而是產生對這些隱藏的衝動與情感的“感應”(induction)。在這裡我毫不猶豫的借用了電磁學上的術語——“感應”——，不過我很瞭解，心理過程比電磁感應複雜得多。現在我們可以談談心理領會的本能基礎。用一般的言辭來說，由這些訊號所透露的無意識的、被抑制的衝動，就好像見刺激或誘因一樣，會在分析者心中誘發類似的衝動。

讓我們做一個設想：有一位患者在訴說自己的故事，言辭之間透露出欲念或攻擊的衝動，而這些衝動都是由無意識的訊號——他的語調、頓挫或動作——透露出來。這些秘密的衝動由無意識的直覺傳給分析者。下一步就是分析者暫時感覺到類似的無意識衝動：這是我大膽的假定。

設若如此，那麼，患者潛藏的衝動就會發生刺激作用，誘發分析者類似的衝動。這種說法並不正確，或者說只有最粗略的正確性。由這些訊號所暗示的思想、觀念和幻想，是那樣的繁複多端，那樣的性質特異，以致於只能夠限於某人所有，並依他自己的經驗和心態而定。這當然不錯；不過，一般說來，分析者所感應的並不是患者的無意識思想和觀念——當然，有時候連這些東西也可以感應出來，而當這種感應到達意識層面，我們就會吃驚，認為那是心靈感應現象——而是在這些東西背後的無意識衝動。

我曾經聽說一個小女孩的事，人家給她取個外號叫“我也要”。這小女孩不管看到她的哥哥姐姐得到什麼東西或發生什麼事情都說“我也要”——不管她哥哥姐姐得了一籃子花，或一盒糖果，或出了麻疹都是一樣。我們對於別人的潛意識訊號所透露的隱藏的願望與傾向，也像這小女孩的反應一樣，自發的產生“我也要”的衝動。這種無意識的感應，是在心理的許多不同層面同時進行，依觀察和反映的情況而定。顯然，分析者既可以感應願望與欲念，也可以感應

恐懼和悲傷。

在說明這種無意識的訊號在心理分析者心中所產生的效果時，我故意不用“認同”(identification)二字。因為那不是一種單純的認同過程。認同之說認為要想瞭解別人，必需在我們自己心中模仿他人心中所發生的心理過程。在我看來這種說法有誤導性，因為這假定了經驗強度的不同，而且假定了基本性質的不同。

我要用比喻來把認同過程和我想要描寫的過程之間的不同加以說明。整個世界都是一個舞臺，那麼我們何不從舞臺上選一個比喻呢？讓我們假定有一個演員正在研究古典戲劇中一個名角的性格。好了，就說那是哈姆雷特吧。這個演員想要揣測哈姆雷特跟奧菲麗亞那一景時的心境。他“進入”王子的心境，然後依此所得表演出來。他一邊研究，一邊更加走入那角色的心境，然後輔以他天性中所秉俱的熱情。我不認為用這種方式領會一個角色的演員能夠成為最偉大的、最有說服力的演員。那最偉大的演員並不是“進入”悲劇英雄的人格之中。而是——設若可以這麼說——自己變成了哈姆雷特。他不是摹仿他的經驗，而是實際經歷他的命運，而輔以自己內在相同的心理可能性以及自己經歷過的記憶痕跡。

因此，並不是“認同”，而是在潛意識中自我發生了改變。表演出來的乃是經過了如此變形的自我。我們可以說，那是自我曾經可能變成的樣子，而在現在表露了出來。他並不是進入另一個人的情感中，而是這些情感無意識間變成了他自己的情感。他並不是一個外在的經驗的共鳴箱，而是迴響著自己無意識的記憶，是自己本身經驗的復活。莎士比亞的詩句觸及埋葬了的內在生命的某一部份，激發了演員隱藏著的可能性。他的演出並不是把他人的命運通過模仿而浮現出來，而是把他自己的命運——而他發現這自己的命運跟他人的命運有相關之處——的可能性；把往日無意識間自己所經歷的命運表現出來。由於無意識間他跟哈姆雷特經歷過共同的命運，他乃能把自己的經歷復活，借著表演，而在內在把這種經歷掌握。這種比喻當然還不周密，未能清楚說明這種感受的起源和發展之間的不同。但對於情感過程的描繪，它或許可以提供一個概念，有助於我們對心理分析處境的瞭解。心理分析者在對患者無意識的衝動做猜測的時候，他的自我也經歷了類似的無意識改變，讓他回返到以前的某種狀態，同時在別人身上察覺出自己以前的自我。

前面這種假說是否使我們接近“移情”說？當然；不過也只是接近而已。如果我們再回想一下演員心中所經歷的過程，我們就知道兩者之間的不同。我們可以感覺到在他的演出藝術中，他把我們自從幼年時期就已擁有的東西發展出來：那就是跟他人共用經驗的能力——並不是把他人的經驗當作我們的經驗，而是他人的經驗如同我們的經驗。這種能力在幼年的時候當然更是活躍，隨著年齡的增長而日漸衰退。這種能力不僅用之於有機生物，而且擁抱整個的無機世界。如果我們回想一下童年的遊戲，我們將會發現那並不是一般所謂的“摹仿”；那是所謂的一種“自我變形”。當我們長大以後，這種能力就已經存留得很少。雖然如此，當我們要描述別人的時候，我們仍會不自覺的改變了我們自己的性格表現。實際上在我們的肌肉、音調、語態和姿態上都有改變的痕跡。如果我對別人念一段報紙上的文章，它的內容就會影響我發言的節奏和語調。我們的姿態也許是最後的表徵，表現我們早年的自我變型。雖然如此，我們的聲音也還是具有變化的力量，即使在我們很客觀的說明一座山有多麼高，一場暴風雨有多麼可怕的時候都會表現出來。所有這些征跡都仍就可以證明，原始人類和我們童年時期所共有的那種擬人化的世界觀。

在人類史的早期，自我的多端變化一定比現在扮演更重要的角色。神話與童話中充滿了變型的故事，這並不是純系幻想。文明世界把擬人化的世界觀逐漸掃除，對本能又逐漸壓抑，結果使得自我的變形能力逐漸萎縮，現在已經變成了殘餘物。淨化不僅想把本能生活大部份加以壓抑，而且企圖把本能生活的表達方式加以壓抑。文明史就表現了這種傾向。影響了我們的相貌、表現與姿態，要壓縮我們一切的表情活動。在潛意識中仍就保存著這自我的避難所，仍舊在欲望的影響下隨時準備變形。在潛意識中，意識裡所失去的能力仍就獲得保存。幼年的時候每個人都富於戲劇天份，在音調、風采與姿態上，表現得比成人更為自由，而隨著年齡的增長這些藝術的天份已漸遭壓抑，而愈來愈依靠輕微的暗示來做表現；實際上這些戲劇的天份在文化的意義上也愈來愈失去影響力。

在這裡我們可以清楚的看出，“移情”說和此處所持的觀點之不同：移情說所認為的瞭解他人心靈的環境與氣候，在後面這種觀點看來還只是序曲。“移情”說認為在瞭解中所特有的功用，在後面這種觀點看來，只是心理學上普遍

的、初步的要求。

經過了這一段討論之後，如果我們再回頭來說明對潛意識的瞭解所必需俱備的先決條件和其意義，則我們可以看出下面這種情感過程的產生：通過對無意識的衝動之感應，觀察者的自我中所存在的心理可能性，暫時得以實現(變形事實)。換句話說，由於他人被抑制時衝動之表露，觀察者內在隱藏的可能性暫時變成了實際的東西。自我的這種影像變成心理的事實之後，投射到外在世界，然後被自己當作一個客體來查知。

我們最好把這種心理的過程用視覺作比喻來加以說明；在視覺現象中，刺激通過視神經傳到腦部，然後，每一個光線又反過來投入外在世界。別人的衝動無意識間在觀察者心中引起對應的衝動，然後又像視網膜上的影像一樣，被觀察者看到是在自己外面。對於別人受過壓抑和抑制的衝動之觀察，只有經過這種內在的迂回道路才可能發生。為了瞭解別人的潛意識，我們必需把己變成那個別人——至少在片刻之間。我們只能認識那跟我們相同的精神。在某種限度之內來說，只有那親身經歷過某種經驗的人，才能夠瞭解他人同樣的經驗。

因此要瞭解他人，必先把他人心中的經歷複製出來。所謂領會就是由內在的知覺捕捉無意識間共有的情感。在這種情況下，對他人的觀察，便成了對自己——正確的說是自己的一部份——的觀察，是把外在的某種物件納入自己之內。用一種類似哲學家的言辭，我們可以說，經歷他人的心境，乃是在無意識間經歷自己的心境。繞了這麼一個大圈子後，我們現在已經到達德國詩人席勒一世紀前所到達的地步，那就是：“如果你想瞭解他人，看入自己的內心。”

這種把別人暫時納入自己之內，因之使自我發生變形的特殊過程，唯有兩個字可以加以說明，那就是“內射”(introjection)這兩個字我們常指把某種東西納入，因而造成的自我永久性的改變。但我們仍舊可以給他另一種涵義，那就是暫時性的內射。心理分析學使我們不得不假定這種內射現象的存在，因為對於他人被抑制的心理過程，要想做重要的領會，唯一的途徑就是這種內射過程。

“內射”之後就是“外射”(projection)，變形的自我自這種過程向外投射，然後被當作心理認識的物件而察知。這個程式——把心理學上的“你”納入自我，然後外射——乃是對他人的心靈做心理考查與觀察的必要條件，就好像有機體的吸與呼一般。這是對他人無意識的過程做領會時的首要心理條件。

前面這是大綱，現在還需要略加解釋、補充與修訂。把他人向自我內射，自然包含一個基本的假定：在“接受”客體自我之深處，必然跟所接受的客體相似，至少在心理的結構上適合做這種接受，這就像視網膜適合接受光線一樣。在無意識的這個層面，沒有什麼差錯的地方。一個人的潛意識完全可以領會另一個人的潛意識——這得感謝我們隱藏的相似之處。心理上若發生解釋的錯誤，那不在潛意識層，而在於意識層面，是意識的經營要背負錯誤的責任。對他人心靈有所誤解，一般說來是起於附加的部分。我們對於他人內心的誤解和判斷錯誤，就像我們對自己的誤解和判斷錯誤一樣，是出於相同的根源。在自我分析和對他人的分析中，發生作用的動機都是相同的。從這裡我們又可以看到內在的真誠和道德勇氣是多麼必要，因為要瞭解他人和自己，這是至為重要的資質。

在心理分析的過程中，我們都產生過推諉和省略的錯誤，而幸運的是我們能夠發現它們，並從它們獲得教訓。我們發現，我們之所以未能瞭解他人是因為我們沒有把自我做暫時的變形，沒有把被分析的人納入我們自己之內，沒有變成那個人。由於篇幅的關係，我只能舉兩個簡單的例子，這都是我近來的分析經驗，而兩個人也都只接受過短期的分析治療

一個年輕的化學家告訴我，當我“批評”他的時候，他總是覺得放了一個心。當然，我並沒有“批評”過他；但是他把我對他所作的心理分析解釋，都說成是我對他的“批評”。而他非常清楚他是故意做這種錯誤的說法。但為什麼當我“批評”他的時候，他會覺得放了一個心呢？在當時我唯一的解釋就是他是一個“被虐待性格”，而“批評”滿足了他潛意識中對於懲罰的需求。我這種想法並沒告訴他。一般說來，我對他的分析雖然正確，可是關於這一點仍舊有不接頭的地方，因為我無法瞭解他這個特殊的地方。幾天以後他又告訴我，當

化學實驗室的老闆發現他工作的時候輕微的錯誤而“批評”他的時候，他也感到釋然，這時我突然明白他為什麼有這種感覺。

我之所以能瞭解他，不僅因為他這種感覺再度發生，而且似乎因為那跟我不再有關。我瞭解到，他心中隱藏著一種罪惡感，他常常料想會被揭秘；他怕他的罪惡念頭被人發現。他怕別人會看出他是一個殘忍的、侵犯成性的和卑賤的人。因此當他的主管或我發現了他的錯誤，他就覺得釋然，因為這種發現，沒有什麼防礙，並不嚴重，跟他無意識中所預期的那種可以毀滅他整個人格的批評還相距太遠。可以說他一直生活在一種災難將會降臨的心境下，生活在一種飄忽不安的焦慮之中。對這種不愉快的攻擊他必需事先做準備。他跟其他心靈飄忽的年青人不一樣，因為那些人雖然飄忽，心卻轉向愛情、欲望和美名。而他卻像赫斯曼(Housman)的詩一樣：

生活憂困

我卻穩定

我已預備

憂困發生。

我之所以造成解釋上的錯誤，唯一的理由就是我不願意去認識他那種情感特有的意義。我心裡的這種忽略，如果做自我分析，就可以見出起因何在。

第二個例子我只淺略的談一談一個患者的夢境。有一個女患者說，她頭一天晚上做了一個夢，可是只記得夢境的一小部份，只有一個字，那就是 **clandestine** (隱密)。對於這段夢她提不出任何資料可做解釋。她唯一記得的就是作夢的頭一天國文老師提到過這個字的意涵，說它有“鬼鬼祟祟”“偷偷摸摸”等意義。她又說，不過這個字並沒有不好的意義。其他的事情就無法讓我們對這個夢的內容有任何瞭解。我當時設想(但並沒有說出來)這個字可能跟性的意念或事實有

關，而這種意念或事實是她對我保持秘密的。於是我們又談起別的事情，她談到頭一天的一些事情。她說到她的父親和兄弟，但是突然間她打斷了自己的敘述，而說，“現在我知道夢裡 **clandestine** 這個字的意思了，啊！當然啊！就是這樣！那個字其實是 **clan-destine!**”(“同族的命運”)。她使我想到了上一次分析治療時候我對她說過的一段話，我說她內心的衝突跟她與家人的關係有很深的淵源。我還告訴她弗洛伊德有一次對我說過的兩個插曲：弗洛伊德初到美國不久，有一個紐約人請他做分析治療，當他第一次告訴這紐約人他的見解時，那個人一點也不驚奇的說，“喂！弗洛伊德醫生，我一直就認為如此。我們大家都苦於家人炎(**familitiris**)。”他自己發明了一個新字，“家人炎”，就好像“關節炎”(**arthritis**)一樣，用來表達他自己的意思。

昨天當我跟這個女患者提到這個插曲時，她並沒有什麼表示。而卻想到一些別的事情，只是沒有說出來：她只知道自己也受苦於“家人炎”，而她許多的神經困擾都起源於她跟她的家人，跟她的“族人”(clan)有關。她母親處於神經病的邊緣，她姐姐死于瘋人院。她哥哥是一個嚴重的神經病。她時常害怕自己要落入母親跟姐姐相同的命運。這個夢就是這般由她自己解釋出來。當她聽我說到那個插曲時，她想到自己家人的命運，只是保密不說。這個患者的常識超越了我，使我感到羞愧；不過我現在要繼續說下去。我認為她這個夢境必然也寓含著自我告誡，要她在分析治療時不要談到“族人的命運”。她利用白天英文老師所講解的一個字義，在夢中玩起文字遊戲，就像弗洛伊德的患者一樣。即使英文老師所說的那幾種字意，現在看來也具有心理上的意義。這其中寓含著一種鼓舞，要她把母親和姐姐的秘密說出來，因為那是一種“無害”的秘密，這是她的老師說的。當她在心理分析的時候用不著以自己這些家庭秘密為恥，“族人的命運”可以公開的跟我討論。

我在分析瞭解上的錯誤是很顯然的；我不應該那麼快就棄權；我應當追蹤她白天事情的遺跡，尤其是應當想到夢中常用的文字遊戲。譬如說，如果我要這個患者把 **Clandestine** 這個字分成 **clan** 和命

destine

，她可能當下就明瞭夢境的意義，而我也會隨即獲得同樣的結論。再者，我必然在無意識中也不願意站到患者當時的立場去設想。關於我為什麼如此，並沒有多大趣味，在這裡不必作自我分析。不過，如果我作一番自我分析，一定會挖掘出當時的潛意識動機，使我們明瞭我為什麼不瞭解這段夢境的意義。

這些例子或許會讓我們產生這麼一種印象：當我們探測患者的情感處境時，必須遵循著十分清楚的方向。但事實並非如此。

關於潛意識的心理學，有一個看似矛盾的地方：如果我們追溯到所有人類共同的、仍未分歧的本能因素，我們反而會對某個單獨的衝動，某個特殊的心理處境，或內在的衝突，有更加的瞭解。

有一天我看著一個小男孩跟一個大人在玩球。那小孩跟大人互相丟球大約有五、六分鐘，然後他突然抱起球來跑開，丟到附近的樹叢中，然後，對著大人說，“你一定會哭！”這是說那個大人一定會像小孩子一樣，如果碰到同樣的事情，會產生相同的失望。心理學家會發現到，小孩的這句話是起源於錯誤的和原始的推論。因為大人並不會像小孩那樣失望。但問題並不止這一層。我們所關心的並不是合理的推論的問題，而是心理的問題：那小孩預料那大人會產生嚴重的失望，並且會用眼淚表達出來。當然啦，小孩把球拋到一邊，大人一定不會感到嚴重受挫，他會覺得不玩球沒有什麼關係。可是，我們可以毫無疑問的確定，那大人不能繼續玩球一定會產生無意識或前意識的不快樂，就像他許久以前的童年遭遇到類似的情況一樣。那小男孩心理推論上的錯誤，只能說是在意識層面的錯誤，在無意識的層面卻是正確的。在有意識的層面，大人不會因為小孩把球故意拋開而產生失望，可是在潛意識中，他必然感到失望，因為在潛意識中他必竟仍舊是一個小孩，所以那小男孩的假定是完全正確的。

進一步的觀察，對我們的“內射之說”也有很大的佐證用途。可以說，人的心理上必然有一種把外在物件納入自我之內的心理準備。否則人與人之間就不可能有無識的心理領會。如果我想嘗一盤沒有吃過的菜，我至少必須舔一口；我一定不能舔都不舔一下就想知道它的味道。這種內射的心理準備跟柔情或喜愛並不是同一回事，正像嘗一口菜並不表示我們喜歡它。對於他人無意識的心靈不能領會，往往就是由於缺乏內射的心理準備使然。與其說是忽視別人的潛意識，不如說是拒絕認識別人的潛意識。換個比喻來說，可以說是這樣：今天晚上我的收音機原來收著波士頓電臺，如果我把收音機關掉，那不表示波士頓現在沒有演奏會，而是我不願意聽它。但也可能我是無意間關掉的(那也就是說，

並沒有用有意識的念頭去關掉它)，然後又非常吃驚的察覺到漏聽了這一段音樂會。

關於這方面有一個特殊的問題值得留意。在心理分析中，持續的領會是極其重要的事情；有人會問，這種持續的心理領會如何能夠維持下去呢？我必須馬上回答，在有意識的和無意識的領會之間，必須先作一個明顯的分別。有意識的領會要想連續下去，當然困難，但無意識的領會卻能夠連續，可以通過本能種種的變形，本能在目標上的改變以及表達方式上的改變，而仍舊能夠綿延不斷。前面我曾說過這種內射的過程是暫時的，自我投下去，很快的又會浮升出來。因此，心理上的連續領會可以說是由於我們追溯到以前的種種內射過程而構成，在心理上對患者的猜測過程中，患者目前的經歷和他早期的經歷之所以能夠連接在一起，是因為分析者早先為他作分析工作的時候，便常常有這種內射過程，而由無意識的記憶保留下來。

這種情況在心靈中產生的效果，很容易用實際的例子來作說明。有一個歇斯底里亞的女患者，在跟她丈夫發生一次爭吵以後，企圖自殺——不過，那幾乎不能說是很認真的。這種企圖是在她開始作分析治療以前發生的事情。她吃了一包毒藥。在心理分析的過程中，她把幾年以前發生的這件事情說給我聽；在她描述這件事情的時候，她想到她母親也曾經企圖自殺。接下來的聯想是跟她和另一個男人的戀愛有關。她跟這個人的戀愛落空。這個患者自認為她之所以企圖自殺是由於落空以後的絕望，這也是由她母親的先例在。在她談過了其他一些事情以後，在那次分析治療快要結束的時候，她又偶爾提到，在她結婚的早期，她一舉一動都翻版她的丈夫。他看報，她也看報；他抽煙，她也抽煙。在那段時期，她是如此愛他，以致於她總是要做他所做的事情。她的丈夫很惱；因為她根本沒有自己的意見，只不過像唱片一樣反復他的意思。這種情況一直延續到她認識了另一個男人。

現在，我們必須設想，我早期的內射跟目前的瞭解有關，因為我突然想到這個女人之所以想要自殺也是在摹仿她的丈夫，因為她丈夫以前也曾經企圖自殺。那是很多年以前的事；那時他的第一任太太正要因肺病去逝。他吞下了她吐出的痰，以便自己也可以感染結核病。到了這一步，問題產生了一個新的層面。我這個女患者之所以企圖自殺，除了有意識的認識所能夠掌握的原因之外，還

有一些其他的原因，她仍舊嫉妒她丈夫對已經故去的女人的愛情。她仍舊在翻版她丈夫的行為：你愛你以前的太太，好麼，我也可以愛另外一個人；你因為不能擁有你以前的太太，你要自殺，我也因為不能再擁有他而自殺。在另一個心理層面，她跟她的母親相認同。但這兩種認同並不互相衝突；因為她的母親也像她自己一樣嫁了一個鰥夫，而且對他的第一任妻子感到嫉妒。患者由於跟另一個人的戀愛失敗，真正感到絕望。但這次戀愛卻有一個秘密的目的，就是要讓她的丈夫嫉妒，並為自己復仇。

當然，在我們許多次的分析治療中，曾經詳細的討論她跟她丈夫的關係，她的嫉妒等等；但當另一個男人進入她的生活中，這些強烈的情感就逐漸消退。但我為什麼突然領會到她現在的事情跟她很久以前的事情之間的關聯？為什麼我感覺到她自殺的遙遠誘因，是最主要的動機？那是因為對於往日某種情況的提及，使我以前一段內射的經驗重新復蘇。幾個月以前，當她對我說明她結婚早期的行為時，我未能充分瞭解其中的心理意義。那時在我心理也產生了內射作用；但一直到目前，那往日的記憶痕跡才部分的進入我的意識中。從這個例子看來，對他人心理上的領會之延續性並不構成特殊的問題。它是以無意識的記憶痕跡為基礎而產生的回憶現象。它不是我們對他人心靈能否瞭解的問題，而是存留在潛意識中的知識重新浮現的問題。

這種心理上的內射過程當然還是令人困惑的。如果我們再追蹤這種心理過程的蹤跡，當然可以看出來，這仍舊是像我們的意識層面呈現出來的事件：對他人有意識的觀察，對他的言辭和姿態的察覺，對這些東西隱藏的含義的認識，以及對它們幕後的衝動之認識。在這裡，我們所有的注意力在有意識的層面都落在他人身上，因此看來似乎沒有內射的餘地。我們從什麼地方把這些東西向內投射呢？當然，前面的敘述仍舊很不完備，它只提到有意識的過程。可是我們知道，即使在內射過程的第一步，無意識的觀察都跟有意識的觀察比肩進行，但這樣說仍舊忽略了一個重要的部分，我們可以這樣加以補充：觀察會進入另一個階段，後面這一個階段是對我們所納入的資料作無意識的消化。內射過程雖然開始於納入，而最重要的部分則在於吸收。吸收的東西在向外投射，必然發生於這個階段，因為在下一個階段我們已經發現有意識的消化，就好像這種經過消化的認識已經回歸到我們所觀察的物件身上。

如果我們把內射過程定在這一個階段，另一個問題就會產生：內射過程為什麼總是無意識的，而在有意識的層面我們只看到別人？在對他人的心理領會中，自我觀察所扮演的角色很少被我們有意識的認識到。我自己也不能提出一個令人滿意的說明。把生理和心理方面的視覺行為作一個比喻，也許更能讓我們有一點清楚的概念。在視覺現象中，大部分的過程也是無意識的，我們只覺得看到了外在的東西，那外在的東西跟我們自己是分開的，但我們並不知道自己的過程如何進行。視覺現象還有另一個層面可以幫助我們對心理的瞭解產生比較適當的概念：我們都知道，要看一個東西必須把它放在某一個距離之外。我們只能在鏡子裡看到自己，或在別人的眼睛中看到自己。這個事實使我們能夠明瞭，在對於別人的潛意識過程作領會的時候，自我所扮演是什麼角色。這種心理過程我們當然還要詳加考慮。這個概念不可能不遇到挑戰，我們也應當作好準備，迎接未來的爭論。我們已經作了最壞的打算，但沒有任何反對者足以阻擋我們，讓我們對這個看法作最徹底的追查和探討。

第三部 雙線道

第三十二章 一個未曾領會的個案

有一個故事可以說明分析者本身的潛意識如何阻撓他對患者的領會。這個“個案中的個案”發生的那天晚上，我曾經把它寫下來，而到現在仍舊在我心中歷歷如繪。

我所喜歡的一個荷蘭心理學家，艾醫生，曾經由另一個同業為他做過長期的心理分析，最近三個月來又接受我的訓練分析。那是一九三四年的事，我離開維也納之後，在荷蘭的海牙開業作心理分析工作，已經有幾年的時間。有一天他到我心理分析室來的時候，情緒低落。

“我愈來愈糟，我什麼也不能瞭解，”他開始說，接下來他向我報告，那天他特別不能瞭解他那位元女患者心理的情況。只不過在頭一天他還參加了心理分析學會的一個討論會，會中他再度發現別人比他是多麼能幹，而他自己對於心理分析的解釋又是多麼無能。這次會議簡直使他發瘋，而今天早晨當他為那位女患者作分析治療的時候，這種惡劣的心境重又來臨，因為他完全不能瞭解那

個女人要的是什麼，恐懼的是什麼，等等。

然後他開始說起這個患者的個案，這件事情他在我對他的分析訓練過程中已經說過兩次。李太太安娜出生於一個比較低的社會階層，教養非常嚴謹。她父母的婚姻很不愉快。她父親是個酒鬼，弄了一大堆漂亮的女管家當情婦，而那因肺病而面臨死亡的母親最後不得不帶著她最小的女兒——就是艾醫生的這個病人離開家庭。李安娜太太在少女的時候沒有跟年青的男人作過交往。二十二、三的時候，她認識了一個年紀比她大了許多的醫生，那醫生對她非常關切，最後娶她為妻。這個醫生工作很忙，性情雖然好，卻是一個相當粗魯的人，非常不體貼。他用他自己的方式愛他的太太，但這種方式卻不能使她對他感到親密。在分析治療的過程中，她常常抱怨丈夫不體貼的行為。艾醫生特別提出來的一點，是丈夫常常強迫太太共用他的樂趣，而不顧到她的心情或身體如何。譬如說，有一天晚上，他丈夫想要去看電影，可是她原先就說過她身體不舒服，然而，他丈夫卻認為這只是推託的藉口。當她抗議得越來越強烈，那醫生終於下定決心給太太檢查一番，結果發現她已經患了嚴重的肺炎。

現在她的疾病已經痊癒了，可是這女人的生活中卻產生了另一個衝突，使她的婚姻瀕於破裂，結果，在取得丈夫的同意之後，來請求分析治療。在發現肺炎之後，她到一個德國療養院去治療，在那裡住了一段相當的時期。療養院中有一個年青的助理醫生，因為醫生漂亮的眼睛引起了她的注意。這個醫生年紀比她小得多，然而友善和真摯的態度卻讓她感到安慰。現在，在我們分析訓練中，艾醫生簡略的把李安娜太太跟那年青人的情感敘述一番。李安娜太太慢慢愛上這個比她年輕許多的男人，而這種情感又跟她對自己丈夫的情感嚴重衝突。她不大會說德語，而那醫生又不懂荷蘭話，因此她的愛情就更為令人吃驚。兩者之間沒有性的接觸，但李安娜太太卻認為，她明顯的察覺到那年青醫生對她也有愛情。不管怎麼說，這種情感的衝突在她回家後越來越折磨她，因此，她向丈夫坦白。

也正是在這段時期，她最初的嚴重神經症狀出現，使得她丈夫把她送到艾醫生那裡——而這艾醫生目前又正在接受我的分析訓練。那一天早晨，艾醫生說他完全能夠瞭解那婦人的心境——她如何由於丈夫不夠體貼，又由於年青醫生的同情態度，而感到被他所吸引。這其中含著向丈夫報復的成分，他是一個很不

吸引人的男人。但艾醫生不能瞭解為什麼李安娜太太不斷的說她忘不了那年青的醫生，而同時又說，她知道得很清楚，她並不真正愛他，她要留在丈夫身邊。艾醫生也無法瞭解那年青的醫生怎麼會成為患者父親的替代品。心理分析的理論無法適用於安娜的例子。他說，他無法把整個個案作通盤的瞭解，既不瞭解那女了潛意識的心理條件，也不瞭解她病情的目的。

這就是我們的起點。艾醫生說，他不能瞭解一個年齡比她小了許多的醫生如何能夠成為她父親的替代品，而我也要說，我同樣不瞭解。不過，我瞭解的是，艾醫生把戀父情結的理論機械化的用到這個個案上，為了學說的理由，而將事實削足適履。這種機械化的，完全不得當的運用，本身就是一個征跡，表示了他內心對分析治療潛含著嚴重的抗拒。這種荒謬的用法表示艾醫生在潛意識之間藐視心理分析理論。當他說他無法瞭解那年青醫生如何成為父親的替代品時，我們看出其中的嘲弄成份；在意識層面，他衛護戀父情結的學說，而在無意識中卻在嘲弄。我認為，在他這種無意識間，對心理分析理論排斥與否認中，我們就可以發現第一步的原因，說明他為什麼不能瞭解患者的心境。

我跟艾醫生談話的結果當然還發現了其他的原因，說明艾醫生為什麼不能夠瞭解那患者的心理；但現在我先把這些原因放在一旁，談談我透過艾醫生的報告，對那女患者的無意識處境的瞭解過程。我並不認識這個患者，而艾醫生所提供的資料並不很多。當艾醫生在描述患者的婚姻和她跟年青醫生的關係時，我腦子出現一個問題，而這個問題始終堅持不去，我便向艾發生提出一個問題：李安娜太太有沒有孩子？他說有三個。我問他最大的兒子幾歲？他說剛過十歲生日。我為什麼會問呢？當我提出這個問題的時候，我並不知道原因何在，但我立刻就察覺到這個問題在提出之前，在潛意識中一定瞭解它的重要性。我當下就猜測出李安娜太太的個案中部分的秘密動機，而且不但能夠向艾醫生提出說明，而且後來還能夠向他解釋是什麼原因使他不能夠瞭解李安娜太太的心理狀況。

我的問題並不是突如其來的。在艾醫生表示過他對戀父情結理論的懷疑之後，我在潛意識中必然十分瞭解他這種話中隱藏的嘲弄。嘲弄在什麼地方呢？當然是在這裡：他不能瞭解一個年青了許多的醫生如何能在潛意中成為患者父親的替代品。當然，他的問題是非常認真的，但其隱含的嘲弄卻確切無疑。每一個

有經驗的分析者都知道，無意識的嘲弄往往就是否定和排斥。這嘲弄的意思等於是說：這個理論我雖然被迫接受，可是我仍在奮力反抗。因為人的潛意識並不懂得什麼叫做排斥，它不會說“不”。

在潛意識中我必然抓住了艾醫生語言中那種潛含的嘲弄。就似乎艾醫生在說，“如果從心理分析學說的觀點來看，我就無法瞭解這個個案。根本沒有戀父情結這麼一種東西。這根本是胡說。”而我在無意識中又必然對他的挑戰提出反抗，要從客觀的事實來證明他的揶揄是沒有道理的。

我已經說過，“患者有沒有孩子？”這個問題的意義只有到後來我才有所領會，我後來發現，她神秘的愛情和與之相關的神經官能症都跟她對亂倫衝動的抗拒有關，她的兒子已經接近青春期，而且對她逐漸有性方面的接近，患者對這種接近有所感應，並且對自己欲念的衝動有所壓制。但這種壓制仍舊不足以抗衡亂倫衝動。這種衝動在她跟年青醫生的關係中延續下來，年青醫生成為她亂倫衝動的替代品，可以說這種衝動開闢了一個新的戰場。這個婦人在意識層面或許拒絕承認她的兒子對她的性接近，而為了排斥這種接近，她便對他表現得更為粗魯。此後她對那替代者所表現的溫馴便不難於解釋，因為他是她兒子的替代品，撤除了她對亂倫欲望的壓抑，同時她對兒子的粗魯感到懺悔，而這懺悔在她跟年輕醫生的態度中表現出來。艾倫醫生恭恭敬敬的聽著我的解釋，卻沒有表示信服。他只說，患者在住進療養院的前後，都跟孩子沒有什麼煩惱，而這句話也正表示了他對我的解釋抱著懷疑態度。但不久以後，跟我們所談論的問題表面上沒有任何相關之處，他卻說起了那個女患者的另一段故事，那是李安娜太太在療養院中發生的事情。李安娜太太內在的衝突一直到跟年青的醫生發生爭論的時候才到達最強烈的階段。有一天他們談論起一本現代小說，兩個人的語言雖然不很溝通，氣氛卻非常熱烈。那年輕的醫生用充滿感情的語氣描繪小說中的一對戀人。李安娜太太卻回答得無情——而這種無情並不是由於語言的不通，而是另有原因。她回答說：“噢，愛情算什麼？工作才重要。”那醫生不久就離開她，在她看起來相當突然。至此以後，他的態度就趨於保留，儘量少跟她公開見面。他似乎受到傷害。李安娜太太覺得很抱歉，而她的神經官能症也就是從這時開始，因為她的抑鬱與其他症候就是從這時出現。返回家中之後，她一再跟她的丈夫說起，要跟年青的醫生再見一面，她並不知道她要跟他說什麼，但她想要再見他的渴望是如此之強，她覺得她傷害到了他，她對他有所歉疚。她想要有所補償。

我的那位同事對我說過的細節，我不可能在這裡完全再說一遍，因為那會花費太多時間。但我可以根據他的轉述把那婦人的心理衝突做一個大概的描繪——也只能是一個大概的描繪。情況大致如下：在療養院中她感到陌生和寂寞，無意識間她又常常想念起她的兒子。在這種想念中——當然我並不須證明其中有無意識的性衝動——使她很容易對那年青的醫生產生好印象。就似乎這些想念跳到另一個目標上。為什麼會這樣呢？這也只能猜測。如果我們對這個婦人的內在生活知道得更多一些，就可以容易明白她如何在心中把這兩個很不相同的男人交纏在一起。我想，可能跟她對孩子未來的想法有部分關連，或許她曾經夢想著，有一天她自己的孩子會像這美好的德國醫生一樣，那麼文質彬彬，那麼能幹——這種夢想本來就是相當典型的，她也很可能希望自己的兒子像自己的丈夫一樣做個醫生，甚至能夠青出於藍。由於把自己的兒子想像成將來會像這個年青醫生一樣，因此對這個年青醫生的喜歡也就得到無意識之間的支持，使這種喜歡更強、更深。她把原先對兒子的柔情與被抑制的性衝動轉向那位年青的醫生。

從心理上來說，我們很容易瞭解她亂倫的衝動在無意識間轉向這年青的醫生，因為這比以她自己的兒子為物件要比較安全，不僅如此，這種衝動的意念還可以進入她的意識領域。不過在她跟年青醫生情感的後期發展中，原先的阻止力量又發揮了作用。她跟年輕醫生的關係不久就暗淡下來。當她跟那年輕醫生談論起那本小說時，她不是說：“哦，愛情有什麼重要，工作才重要。”嗎？從這裡可以看出來她在抵抗柔情和欲念。她這句話或許也只是回答她丈夫的意見——她丈夫以前或許就向她說過這樣的話，而她則接受下來，至少在意識層面是如此。當我們更注意的察看，我們會發現她對那年青醫生的態度是以前一種心理過程的重複，只不過由於環境的關係略有改變。以前當她自己的兒子對她表示愛的需求時她必然也用相同的態度排拒他，對他說學校的功課才重要。現在她對那年青的醫生又是採取同樣的態度。

我已經猜想到，她對自己的兒子和那年青醫生以及她自己本人的性衝動的抗拒，是她心理過程的基本原因。我們記得，她的神經官能症就是從她感到對不起那年青醫生，並且感到渴望他，同時希望補償他的時候發生的，那麼，我們這樣假設難道會過於大膽嗎？——在她跟年青的醫生關係中重現了她跟兒子的關係，但在跟兒子的關係中這種情感是不能夠表現出來的，而在跟年青的醫生

的關係中卻比較沒有忌諱。我認為，在療養院的孤寂生活中，對兒子的渴望以及懊悔都在她心中明顯的出現，發揮了作用。但這種感覺自然不能進到意識領域。它們跟性衝動的蘇醒攪和在一起，但在跟兒子的關係中這是禁止的，在她跟兒的替代品卻沒有那麼大的阻力。在這段時期，她不那麼為兒子煩惱，也不那麼感到渴望他原因可能在此。

當然，這個婦人精神上的騷亂最根本的原因並不在此處。不過追隨這條道路，我們仍舊可以探索到內在衝突的根源，那就是無意識的衝動所產生的壓力得不到妥協的解決，疾病就由此產生。很明顯，她的疾病雖然在這時才產生，卻跟她以前的內在衝突有關。另一件顯然的事，是她的疾病滿足了無意識的目的，那就是對她那不體貼的丈夫提出了報復行動，就好像是要告訴他：看吧，你應當體貼我，像那年青的醫生一樣。還有一件明顯的事，那就是她一定回憶到他們訂婚的時期那段心情，那時她的丈夫仍舊年青，而且對她用心照顧。

艾醫生在我的診療室中向我報告這個婦人的病情，就好像一個患者在報告他心中想到的任何事情一樣，而一開始的時候我們也把他當作不相干的資料一樣處理，可是我有這麼一個印象，覺得我這位同事把這個例子說給我聽，無意識間是要向我表明，他對心理分析學沒有信心。為什麼我會有這個印象我說不出來，但後來的心理分析過程證明我這種印象是正確。

要在理論上把我們兩人對心理分析學的態度作一番討論並不是困難的，但在這裡我並不想這樣做。我要說明的是，我並不想接下他對我的挑戰，然後對他加以反擊。我只是想弄清楚他為什麼要懷疑心理分析學，他這種態度所隱藏的是什麼。他這種態度確實有隱藏的原因；他之不能領會那婦人的個案是因為這個個案中觸及了他自己的癥結。我這位患者艾醫生，自己也有個鍾愛的男孩，前一段時期男孩的母親常常懲罰他，對他做了些不公正的教育試驗，這個患者站在男孩的一邊，保護他。最近幾個星期他太太卻發生了改變，可能是由於懊悔所致，她現在開始溺愛這個男孩，慣他、縱容他。我認為艾醫生之所以不能瞭解那位婦人的心境，跟他自己的心理處境有關。因為要想瞭解她，他就必須看清楚自己目前的處境，而他目前的處境則是他不願意看清的，因為太太對兒子的溺愛在他的潛意識中造成了嫉妒和敵意。

他的瞭解力還受到另一方面的限制。不久以前，他母親在臥病很久以後去逝。最近幾年他跟母親的關係很好，但他無法忘記他幼年時候的情況。那時他母親對他並不慈愛，常常控制他，對他不耐煩。他母親年紀大了以後，性格發生巨大改變，變得慈愛了，溫和了，就好像原先有一種緊張狀態，現在放鬆下來。艾醫生是中間的一個兒子，在社會成就是子女中間最成功的一個；他母親似乎因他感到得意，對他特別喜歡。

這件事情或許使艾醫生在潛意識中更瞭解到他跟母親關係中的亂倫因素。他現在更為瞭解，他幼年時母親對他的態度主要是一種防禦反應，以阻止他和她兩方面的肉體衝動。等到她去逝以後，悲哀和回憶都促使那原始的性衝動浮升到意識層面，可是他排斥這種認識，再加上他自己的太太跟兒子之間的關係顯然與此類似，他的排斥便更為加強。他之所以不能夠瞭解那位女患者跟年青醫生的關係，也必然跟這種心理背景有關。他對心理分析學無意識間的嘲弄正好表露了他對這種學說的肯定，因為他否定戀母情結就是由於他不願意去認識這個事實，而他不願去認識這例事實卻是由於他不敢正視它。

為什麼我要把這個個案提出來呢？我的目的是什麼呢？我們知道，對於別人無意識的心理過程的瞭解，會因為自己個人的抑制而受到影響。此處所說的例子便是一個證明。心理上的“盲點”已經是心理分析學中所確定的事實。不過這種說法卻已經變成了一種老套。我利用這個例子把這個老套做了實際的說明，使它有實際的內涵。

我舉個例子還有其他原因。我們已經明白艾醫生出於某種內在的衝突而不能領會那婦人的個案。他把這個個案向我提出來，是由於他不能領會。但是對於他不能領會的潛意識原因做了解釋之後，卻有助於對他自己的個案的瞭解。某些我原來只是猜想的東西，現在變得清楚起來。當艾醫生對我講述那女患者的個案時，他在無意之間也透露出他自己的困擾和衝突。他對於那女患者所不能瞭解的部分，正顯露了他為什麼不能瞭解。從他對別人的病情之報告中，他無意識的表露了自己的病情。

至於我這方面又怎麼樣呢？我不是一直等到他把一個我完全不認識的人的病情向我提出報告時，我才對他有了顯然的瞭解嗎？我這位患者無意識間等於是這樣向我說：“如果我願意，我就可以向你提供一些東西，使你獲得解答。你要靠我的善意或惡意而定。”因此即使在他的抗拒態度中，都表露了一種正面的協助態度。

從這樣一個例子中，我們可以看出一些技術性的和心理上的問題。在這個例子中我不是像夢遊者一般確定的追尋著一條危險的道路嗎？我追尋的是無意識的道路，而不顧及一切規則。艾醫生對我雖然顯示了嘲弄的態度，我卻不受騷擾而且正好引起我的注意；他把一個別人的例子向我提出，似乎在顧左右而言他，但我卻把他提出的這個例子看做他自己的一部分，從而對他產生了瞭解。這可以說是一個無意識的結，許許多多的線段都在這裡接起來。

對於潛意識的過程做心理上的瞭解，可能並不比其他方面的瞭解更與之有關，但他仍舊跟自我有很重要的關係。換句話說即使他是一個醫學博士，在精神醫學上下了很大的功夫，經過了訓練分析，甚至已經成為心理分析學會的會員，這都不足以證明他能領會潛意識的過程。音樂欣賞也能夠“教”得會，但一首交響曲究竟有什麼內涵卻只能由個人去體會。一個人是不是心理學家？他對於人的心理又瞭解到什麼程度？要他是什麼樣的人而定。心理學家是天生的，而不是後天造出來的；更正確一點應當這樣說：只有那天生可以做心理學家的人，才能夠被造成為心理學家。

第三十三章 證據問題

有一個精神病學家介紹了一個療養院的患者給我，要我做分析治療。這是一個三十出頭的年青人，相當聰明。在分析治療期間，他告訴我，自從去年他慢慢變得神經緊張，精神抑鬱以致於不得不停止上班幾個月。他把自己的生平大致描述了一番，從童年一直到精神上發生危機為止。他說他相當幸運，他有一個很好的職位，有美好的婚姻，他又很喜歡他的孩子。為了讓他接受教育，他的父母做了相當的犧牲；在高中和大學他很成功，在大學尤其是如此，他交了一些朋友，對他後來很有幫助。

他一個朋友的父親是一個大工廠的主管，在工廠中給他安插了一個職位。不久之後，他那個部門的主管問他要不要為他工作。這年青人就很感謝的接受下來；他的工作作得很好職位也跟著升遷。後來這個主管去逝，有一個年紀比較大的人接替；這個人也喜歡這個年青人，因為他態度好工作效率高，不久他就變成了這個新上司的助理，而且變成他的心腹。這老人常常向他抱怨經營的困難和上司的難以對付，其中包括把這個年青人介紹到工廠來的人。他原先的恩人對這個年青人仍舊很好，也把他視為心腹，把很多心裡的話都告訴他，其中包括對這個年青人的頂頭上司。因此這個年青人的處境就相當曖昧，他必須聽兩頭的抱怨，一聽就是幾個小時。最後他的頂頭上司被調到另一個部門，而他則升遷為單位主管。

現在發生了一件奇怪的事：慢慢的，起初是不知不覺的，他的態度開始改變。他開始懷疑自己的能力，開始擔心自己能不能負起這麼大的任務。他日益恐懼和神經緊張。以前這個部門如果有任何差錯，他可以有人分擔。而現在他必須獨自承當。他特別懼怕到別的城市去參加業務會議。升任單位主管以後他必須常跑芝加哥、底特律和其他的城市，參加重要的決策。最後他無法再旅行。他越來越不願意到工廠上班。他懼怕等待他的任務。最後他終於拒絕離開屋子，而把自己軟禁起來。這段時期他沒有上班。他向精神病學家求救，住進了一所療養院。經過一段治療之後，他的病情略為恢復，足以讓他重新上班。可是他的恐懼雖然降低了一些，卻並沒有消除。

當我聽這個患者報告的時候，我感到在他的情感中有一些隱藏著的關聯。似乎在他的故事中有一些線索忽隱忽現的出現。很顯然，他的病是在他的願望變成了事實的時候產生的。他野心勃勃，渴望獲得單位主管的職位。以前當他頂頭上司去逝的時候，他曾經升遷過一次，當那個把他視為心腹的老人被調走以後，他又取得了他的職位，而這個職位是他十分渴望的。正在這時候，他心中產生了疑慮和恐懼，使他無法接受這個新的職位。就好像有一股內在的力量要他放棄他所渴望的職位。無疑，這是良心的力量在作用。

這個患者長期以來都盼望這個對他慈祥的老人被調走，以便他自己能夠取得這個職位，當這個老人向他訴苦，當工廠的主管表示不滿的時候，他必然一邊聽

著一邊心裡七上八下，也必然總是懷著一種希望，希望這衝突結果會使他繼承那個職位。當老人最後被調走，他心中卻產生了無意識的道德反應，就好像他自己應當為那老人的調職負責，就好像他自己無意識的願望在指使事件的發生，使別人降級而他自己升遷。當他達到了自己渴望的目標之後，他開始懲罰自己，不讓自己享受努力的成果，因為他無意識間覺得他那種願望是一種卑鄙的行為，是心理上的一種罪惡。無意識中他不准自己享受自己的成功。他把自己軟禁起來，成為自願的囚犯。人不但是在受到挫折的時候產生心理上的疾病，而且在願望實現的時候竟然也會產生心理上的疾病，這真是奇怪的事。

這個患者很明白自己的野心，他也清清楚楚的承認；但他卻沒有察覺到自己內心強烈的道德力量，他不曾察覺到他的良心是那麼微妙，竟致於使他無法享受擊敗一個對他仁慈的人而獲得的勝利。在第一次的心理治療中，我曾聽他吹噓他是如何擺脫了幼年時所受的道德與宗教約束。他一點也沒想到他是在套著鎖鏈跳舞。在心理分析中我們常常碰到這樣的人，他們聲明已經把古老的道德觀念拋到九霄雲外。可是我們往往發現，在這種公言的放縱者背後卻隱藏著“最後的清教徒”。

我認為這個患者是受到無意識的罪惡感所侵擾；這種看法當然還有待證明。如果將來我告訴他我在他的個性中所發現的隱藏成分，我可以確定他一定不肯承認，他一定不會認為他的疾病是良心的責備使然。然而他也一定會承認他自己不值得佔據那麼好的職位。他的行為不是已經等於證明了也良心中的無意識懺悔嗎？

在安納托法朗士 (Anatole

France)的一部小說中，有一個天主教的教士到主教那裡去拜訪，出門之後偶然發現那主教對他扯謊。這教士對他主教閣下非常憤怒：“這個人只有在一種情況下才會說真話，那就是他站在祭台旁邊，把聖水放在手上說：‘Domine, non sum dignus’(主啊，我是不值得的)的時候。”同樣，這個患者和許多其他類似的人都會跟自己捉迷藏。他們只有在表示自己不值得的時候才是最真誠的。

我如何證明我對這個患者的猜測是正確的呢？我們如何知道在分析工作的時候自己心中所產生的想法跟被分析者真正的潛意識相合？那會不會只是分析者的幻想或隨意的願望使然？我們可以這樣回答，在心理分析的猜測中，並無法找到直接的和客觀的標準，使得心理分析的結果像化學和其他科學那樣，能讓我們每一個人都毫不懷疑的接受。在試管中如果我們加入一種東西，再另把一種東西也加進去，然後觀察到確定的反應，我們就可以確定的說原先那種物質是什麼。但在心理分析的過程中並沒有類似的試驗。一個下定決心要懷疑的人，不管我們對他做何種令人心服的解釋，他都可以加以詭辯，認為患者的內在變化並不是由於我們所說的那種理由，而可能是由於其他的理由。成功並不能使問題了斷。

我們對患者無言的猜測是否同時——或則稍後——也在患者心中獨自產生？當然，他的心可能由於以前聽過的或讀過的東西，而已經準備著產生類似的觀念；他也可能由於別人的心理經驗而獲得了這種知識，甚至可能由心電感應而猜測出我們的想法。我們對患者的解釋是否完全附合他潛意識的心理事實，是無法做客觀、直接和不可置疑的證明的。唯一的例外是我們對事件或日期的推測。如果由於某種症狀，我們猜測出患者大約在多久以前發生過那一類的事情，而我們原先並不知道是否真正有這類事情，後來卻又證明屬實，那麼，我們對於這方面的猜測就難以反駁。

如果我們不能有充分的客觀證據證明我們的意念跟患者的無意識事實相合，那麼，在心理分析的過程中是否應該把“意念”擺到一旁去，只依靠心理學和精神學所告訴我們的有意識知識？一門科學如果運用自行產生的意念和研究者無意識的活動，而不完全運用有意識的、批判性的理性，那又算什麼科學呢？這種科學對實驗的方法又多麼缺乏敬意，它不是越過了理性所特別強調的界線嗎？

對於心理分析學的本質沒有瞭解的人，提出這種反對意見，在我預料之中。可是有些心理分析者竟然也對我的方法提出譴責，使我感到相當吃驚。在他們的討論中所提出的反對有些確實有重要的意義，在客觀上也站得住腳。可是另外一些論點卻並不如此，因為那不是起於對我的瞭解，而是起於對我的誤解。關於這些誤解的看法，當然不足以重視。我最好舉個最近的例子。有一個同業出

版了一本批評性的著作，在其中他認為心理分析者可能犯兩方面的錯誤：他可能運用過多的反省思考，或運用過少的反省思考。他認為我就犯了第二種錯誤，認為我忘了弗蘭茲(Ferenczi)的告誡，就是運用邏輯思考來測驗我們所獲得的資料，在做解釋的時候，只可以用智性來做基礎。心理分析學所涵括的活動範圍很廣，它可以用詩人所常用的直覺來捕捉潛意識的活動，又可以用自然科學的方法來探究人類的靈魂，因此應當把心理分析的技巧放在理性活動的範圍之內。這位批評我的人引用該書所描繪的步驟對我大加責難：他認為不用理性範疇而施行的分析技巧，就稱不上是心理分析學。他指出我曾經引用過一句話，“那不思考的人，可以不求而得”。他認為我這樣等於把心理分析學降低到一般常識的水準，剝奪了它的科學性。他推崇有系統的分析技術，而認為我在提倡“完全沒有系統，完全沒有計劃”的辦法。他認為我的方法完全跟心理分析學的目標衝突，而心理分析學則是要把我們研究的領域放在理性範圍之內。

我必須承認，我這位好辯的同業說起話來好像蠻有道理。他訴諸理性和科學方法，以此掌握住我們的心意。他在斷章取義方面有很大的技巧，這一點也不可忽視。同時他故意粗心大意，把我文句中的“似乎”二字略去不談，就好像我從來沒有用過這兩個字。再則，他也把我說成從來不用理性範疇來做分析解釋。他對我這種扭曲實在是到了嚴重的程度。

他對我產生的誤解誤人啼笑皆非，我們都很重視理性，把它認為是科學研究中的至高權威。而在實際的工作研究中，有意識的和無意識的思想過程卻是並行不悖，相輔相成的，但兩者的比例則因研究的題材和其他因素而有不同。在心理分析的工作中，無意識的領會占著特殊的比重。心理分析真正的工具是它自己的潛意識，這種潛意識可以“直覺的”抓住患者的潛意識過程。在研究工作中，“直覺”的意義是什麼呢？那是透過內在的視象而產生的直接認識。在科學工作中，直覺是指一瞬間捕捉住複雜關係的能力，是對困難的問題直接察覺到答案或部分答案的能力。在我看來，“直覺”二字在這裡用得不甚得當，除非我們在心理學上把直覺現象做一番解釋，並測定出它的性質。這樣一種解釋會認為直覺是一種視象，在這種視象中，原先對某些關係的無意識認識會沖進意識之中。這種直覺的認識在某種意義上來說，可以跟“知覺”相比，不論物件是內在的或外在的都是如此。這種認識的本質是直接的或半直接的，有意識的認識到原先無意識認識的東西。這種認識是原先被抑制的經驗或被壓抑的知識浮升出來。就是因為如此，當它發生的時候，才會使認識者驚奇。在這裡我

們就談到了心理學上常常談到的一個問題。驚奇之感跟認識過程中兩個因素有關：第一它的結果是直接的，未曾預料的，第二它非常清楚。這兩個特點都可由無意識所扮演的角色加以解釋。以前是無意識的認識，而現在透入意識層面，相較之下就顯得格外明晰，至於那種出乎預料的感覺，那是意識層面的現象，在潛意識層面卻是有所準備的。

對於潛意識的心理過程所做的認識，它的特點之一就是在有意識的努力和無意識的努力之間擺動。在探索過程中無意識的觀念所占的比例是有變化的，但不管比例多大，都必然在問題的解答上占著重要的地位。由於幾個理由，我在這裡把這種對於無意識元素的認識放在心理學討論之先。無意識的領會之運用，是心理分析方法的特點，這心理分析學的方法跟其他科學方法是有區別的。再者，就我所知，潛意識在心理過程中的特殊功能，雖然在心理分析文獻中有所討論，卻仍舊做得不夠。當然，在這裡我並沒有對有意識的和理性的思考給予應得的認識，因為這種思考是必須強調的，它不僅在心理分析中有重要的地位，在其他的學科中也是一樣。它不僅在知覺和有意識的觀察發揮作用，而且在測驗和證明無意識所產生的觀念時也在發揮功用；在把往日的知識加以聯接，在結論和批評以及對心理資料的嚴格考察上都發揮了強而有力的力量。

在心理分析的考察中，我完全無意看輕有意識的和有目的的思考。芬尼齊爾的用心雖然可嘉，卻等於無的放矢，因為我並沒有這樣的意思，不論從嚴格的自我觀察或邏輯思考中，我們都可以看出無意識的心理過程佔有極大的重要性。心理分析方法的科學性，在我看來已經不證自明，根本不需強調。在我看來，到目前還在強調心理分析學會“導致”關於人心的自然科學，是不必要的，天知道，如果不導致自然科學，又能導致什麼呢？我們根本不需再再強調強它的科學性(“我是自然科學家，你們看出我的旗幟來嗎？”)在心理分析工作中，理性的地位是根本無須否定的，因此也就無須強調。我們應當擔心的，倒是把理性用錯了地方，這就是說用得不得其所，占的比例太大。真正的危險並不在於我那位敏銳的同業所恐懼的事情——在心理分析技術中“不用理性範疇”——而是運用的不得其所。什麼地方當用理性，什麼地方不當用理性，也需用理性來做認識，理性的運用不可過早，也不可用得不適宜。分析者必須聰明到認識聰明的界限，知道有些秘密是聰明所不能獨自發掘的，必需其他心智力量協同合作。真理是一個女人，不能只用同一個方法來追求。

由於我們對無意識的心理過程知道得越來越多，我們往往更想把這種知識做有意識的運用。但我們忘記一個重要的環節，那就是唯有從無意識中浮升出來的領會才有用處，只從心理學上所得的名詞、符號等等著手，是無法讓我們穿透內在經驗的。別人所得的經驗固然可以讓我們注意到某些關係，但只有我們自己的經驗才有實際的和長久的用處。在我看來，從潛意識中對某種隱藏的聯想所產生的預感，要比只靠理論知識所產生的確定觀點更有意義、更有成果得多。不但對未來的觀察有更多的啟發性，而且對無意識的活動也有更佳的瞭解。一句話是出自潛意識還是出自虛假的領會，患者不能分辨，但他卻有一種微妙的、潛意識或前意識的能力，足以分辨它的性質——它是出自理論知識，還是出自心理領會與共同的經驗，是我們真正感受到的，還是偽造出來的。

一個心理分析者主要是心理學家，在他對於心理資料的研討中，他必須尊重每個個人的潛意識，而每個個人的潛意識都是不同的，有目的思想和批評性的理性往往不能夠識別出來，倒是潛意識的認識能力能夠跟他相應。每個人的潛意識本身都具有一種生命，它隱藏的意義是由我們內在的精神力量才可以發掘；有意識的和有目的地探索反而會發生阻撓作用。在這種時候，我們對於潛意識的內容用於它們表達自己的方式雖然具有有意識的知識，但這種知識往往比不上一雙敏感的耳朵，這敏感的耳朵可以聽出未宣之意。心理分析者對於人類的欲望和驅使力的本質與機轉當然必須有充份的知識，這像普通的醫生必須對解剖學有充份的知識一樣。但只有這些知識是不夠的，譬如說你只懂饑餓的機轉作用，你要想只用這種知識把一隻不算太笨而略有訓練的狗誘離火爐邊就不可能。只為了誘離一隻狗，你就需要懂得一些心理學。

在對於被抑制的心理過程作猜測的時候，我之所以強調潛意識所扮演角色，還有第三個原因。我希望引起心理學者的注意，並希望把潛意識的研究方法能夠推廣。如果我們沿著這個途徑前進，我們必然會得到重要的結論，使我們更能瞭解潛意識的動機和情感的驅使力，更能瞭解我們由何種過程獲得心理知識，而我們對別人下的判斷又是以什麼為基礎。對於有意識的和邏輯的思想作研究，卻不能得出這樣重要的心理結果。龐卡雷曾說，科學是從外緣生長；如果這句話是對的，則心理分析學就應該以潛意識的心理過程方面的知識為中心向外延伸，因為這種知識是心理認識的主角，而且也決定了心理認識的內涵。

反對我的人說，有意識和無意識的因素是互相合作的，是相輔相成的，兩者共同產生了心理分析探討方面的成果，這一點我完全同意。爭論的所在只是兩者比例的問題，問題是在無意識的作用從何處開始？而批評性的、分類性的和聯繫性的有意識思考又應當從何處開始？我認為，在心理分析的發掘過程中，有意識的知識和推理不應當最先運用，而應當最後運用。我希望無意識的方法得到尊重，因為這種方法是無意識的認識能力的必備條件。我認為，在我們走向無意識的現象時，運用理性的功能和有意識的知識，不論從內容還是從方法方面來看，都是錯誤的。為了研究探討而過早的運用有意識的邏輯思考，會阻擾自由聯想的活動以及有價值的意念之產生，而這種自由聯想和有價值的意念可以把無意識的意涵帶入有意識的領域中。

隱藏的意涵最初並不是向有意識的智性努力呈現出來，而是向一種無意識的奮鬥呈現出來，這種無意識的奮鬥是在努力克服自己內在的禁戒——順便說一句，這種成就並非小可。在對潛意識心理的這種初步分析探討工作中，如果運用有意識的反省和知識，是不得其所；這等於是把分析工作最好的一部份強加剝奪，等於是理性的誤用。這等於是把車套在馬前面。凡是持著與此不同意見的人，固然可以研究心理學，卻永不能成為心理學家。他可以累積一大堆心理學知識，而這一堆心理學知識也可以暫時隱藏他心理領會的貧乏，卻永不可能取代心理的領會。有些評論家認為在分析認識的過程裡，我給於“非科學”的潛意識太重要的地位，而給邏輯思考的地位又過於不足，如果他們願意這樣說，就任他們這樣說吧。那為理性之光而呼籲的人，用不著否定黑暗的深沉。

反駁前面所提到的那些評論，並不是因為它們有真正的重要性，而是因為它們的錯誤。批評我的人認為我過份強調潛意識的努力，這固然不錯，但我之所以如此強調，並不是因為我低估理性的力量。心理分析者的思考中，如果邏輯的(logical)成份太少，固然危險。但如果心理邏輯的(心理學的)(psychological)成份太少就更為危險。讓我把這段討論用一段歌德的話作結論：“從黑暗走向光明，和從光明走向黑暗，有巨大的不同；因為不喜歡明亮而企圖把自己關在幽暗之中和由於相信一切明亮都以不可測的深淵為基礎，而力求從那幾乎不可測的深淵中浮升出來，其間有巨大的不同。”

我所受到的攻擊使我受益匪淺。由於我必須面對並省察這些攻擊，同時又試圖維持我自己的立場，我乃能注意到以前並不太清楚的一些事物：在探察潛意識的心理過程時，猜測與領會之間的分別。猜測是找尋道路，以便把心理現象的神秘幕帷清除，領會則是把發現的道路做檢查，看它通向何方，並追尋前進——一直到它把我們已經熟悉的道路會合在一起。以我們特殊的題材我們可以說，猜測意味捕捉無意識的心靈過程的本質與傾向，把隱藏在它們背後的本能與心理機轉拉到意識層面附近。但領會卻更進一步，是要把每一種本能與心理機轉盡可能精確的加以瞭解，使我們熟悉它們心理條件和目的，把它們放在因果關係的連鎖中，因此不但使它們每一個都歷歷分明，而且在複雜的相互關係中也都能夠確定它們的位置。猜測如果可以說是為了瞭解潛意識現象而尋索的道路，領會便可以說是達到目標。

如果我們把兩三個例子放在一起來互相比較，就更能夠瞭解它們的不同。有一個年輕的女孩在分析治療的過程中告訴我，在她就寢以前脫下衣服以後有看自己的習慣，她站在鏡子面前想像一會兒，然後溫柔的吻自己兩邊的上臂。這件事情沒有任何讓我意外的地方，年輕的女孩耽于自己的美麗並非不常見的事。(有一天我說過一本論《宗教法庭》的書，其中談到一個年青的西班牙婦人，她向神父告解的時候說，每天晚上她赤裸著身子站在鏡子前證讚美自己的美麗，她問那位神職人員，這算不算犯罪？那神父說，“不算”——那不算犯罪，那只是一種錯誤。)

然而每天晚上這可愛的一幕一成不變的重複上演卻不是那麼常見的事，何況這女孩每天晚上還對她自己的影子癡癡的說一些話而她後來又不記得說些什麼。對她這一幕情景的潛意識意涵要作猜測並不困難；我當下就理會出其中的基本因素。這幕景像代表某一個男人——或許仍舊身份未定——看到了那女孩赤裸的肩膀，被她的美所迷惑，向她癡癡著一些溫柔的或挑逗的言詞，並且吻她的兩臂。這種猜測使我得以更能瞭解她的動作的神秘性。可是，什麼時候我才能說我有了確定的領會呢？——必須我能夠把這一幕景像的每一特徵都詳細瞭解，發現它事實或想像的根源，它給與這個女孩的滿足屬於何種性質，它對這女孩的心理狀態所具有的意義，它的心理機轉是什麼情況，除此以外，我還必須弄清楚這一幕景像跟患者其他情感過程的關係。只有到這種時候，我才能說對這件事清有了“領會”。

再舉一個例子：一個中年婦人，婚姻不快樂，在她的白日夢中明顯地表露出殘忍的特徵。這些特徵在冗長的幻想中表露出來，有明顯的性欲成份。開始的時候是以輕微的性興奮為導引，慢慢上升，在某些影像呈現的時候，到達高潮。這些影像有些是出自她自己的日常經驗，這些在幻想中經過了精製；又有些影像是她從書本中讀到的。譬如說，她讀過一本班奴瓦(Benoit)的小說，其中描述到澳洲一個島嶼的農夫生活。有幾個歐洲人去島嶼的內部探險被食人族捕捉，遭受可怕的折磨。這個婦人的幻想就從這些歐洲人遭受的折磨開始，然後一直留連在一個被倒掛在柱子上的農夫所受的折磨上。這種幻想中的虐待症成份是顯然的，而且伴隨著種種的性興奮跡象。那患者自己說它是一種意淫。

對這種幻想的無意識意義之起源，我猜測是在最後的那個影像：就是被倒掛在柱子上的歐洲人，這使我想到了子宮中的胎兒。我之所以有這種想法，跟生產嬰兒的圖像有關，生產嬰兒的時候使婦人遭受極大的痛苦。因此在表面的殘忍的背後，有著更早一層的層次，那就是被虐待的樂趣。這個婦人的幻想中，把生產嬰兒的痛苦投射到男人身上。無意識的思想可能跟這種投射有關，其中的主要動機可能是這樣一種意念：我希望一個男人處於這樣的地位，忍受這樣的痛苦。

前面只是猜測，而領會只是要把這種猜測性的解釋作更詳細的考察，追蹤它各個因素。加以更正或補充。譬如說，把這個幻想跟患者生產她最小一個孩子時的情感反應連接在一起。也應該追溯到這個患者少女的時候對於性生活與生產的想法；這些想法有些已經遺忘，有些則被抑制下來；同時，這個幻想中的殘忍成份可能也跟少女時關於手淫無意識的罪惡感有關。在幻想中，把生產的痛苦投射到一個男人的身上，又可能跟潛意識中母親和孩子的認同以及一些其他的因素有關。

再舉一個相當類似的例子。有一個在醫院中從事社會工作的少女，對於她的指導員(醫院中一年輕的實習醫生)和她的心理分析醫生都有明顯的虐待症幻想。她希望看到他們遭受一切屈辱——譬如說：被人家譏笑，身體遭受折磨，智能不能任某些事情等等。這些幻想她得到感情上的滿足；這些景像在她接受分析治療的時候，都對我作了生動的描繪。這種幻想不是跟前一個例子中那婦人的幻

想幾乎相同嗎？無疑，在這個幻想中也有對男人的報復傾向，以報復她們所料想的男人的殘酷。可是，如果用前面的方法來解釋這個例子又顯然錯誤。心理分析者即使在猜測的階段也能夠察覺出這種幻想中跟前面的例子有不同的成份——如果可以用化學的觀念來說，我們可以說，兩個例子中的原素的比例不同。在後面的例子中，羞恥和揶揄的成份更重。在這個幻想中，身體上的痛苦固然也出現，但這種成份並沒有放在顯然的地位。在她對著兩個男人的想像的處境中，我察覺出另一種動機。這個女孩子覺得那兩個男人特別聰明，甚至是“心智上的巨人”——這是她後來說的——而她對自己的心智力卻沒有多高的評價，她甚至覺得自己是個傻子。

在她的幻想中，她想像著這兩個男人遭受種種屈辱，而事實上這些幻想卻只是另一種基本幻想的變形，而這是關於她自己的幻想。在這種原先的基本幻想中，她自己遭受屈辱，嘲笑。當我聽著她描述在她想像中那位指導員如何遭受折磨的時候，我想到她以前常常告訴我，在醫院裡的課堂上和討論會中，為了掩飾她自己的無知和愚笨，她曾經作過何等的努力。她說，她常常感到如此羞恥，以至於她寧願死了才好，但是她“偽裝起來”，裝作不在乎的樣子。現在我猜想到，她正是把自己想像中所遭受的這種羞辱加在這兩個她認為極其聰明的人身上。在幻想中，他們經歷她自己自以為遭受的羞辱與折磨。因此，她殘忍的幻想是想貶抑那兩個她非常推崇的男人，因為她覺得這兩個男人看不起她。

她必須在幻想中屈辱他們，把他們降格到跟自己(想像中的)相同的智性平面，否則，她就無法維持。猜測的階段就到此為止，也就是說，只猜測出她的幻想的無意識意涵。要想領會這些幻想，卻必須再向前進；我們必須追蹤所有的細節，把這些幻想跟這個女孩的生活史連接在一起，並跟她同男人的一般關係連接在一起，等等。

因此，在心理分析學上，猜測與領會的不同可以比之於發現某個對象並在實驗室中對它加以考察的不同。心理分析者可以說是個持著魔杖的人，但他也需要有地質學和化學的知識與裝備，在猜測的階段，他可以任憑想像力的飛舞。在他想做領會的時候，卻必須是一個細心的審察者，他要堅持著邏輯的和理性的思考，他要是一個落實於此時此地的人。

第三十四章 相互作用

為別人作心理分析，也有助於我們對自己秘密心理過程的猜測，不過它的方式是間接的，而且也比較特殊。對於自己身外的人作分析，使心理學家不斷需要對他自己作瞭解。我以前也曾說過，如果想瞭解別人無意識的心理過程，只領會別人的經驗是不夠的，必須還要跟我們自己內在的經驗相接觸。

猜測他人無意識的心理過程，必需借鏡於我們對自己內心的種種可能性與實際的心理情況之領會。而這一條道路，幾乎本身完全是沒有意識的。只有在一些意外的情況下，這種認識的過程才會顯露到我們的意識層面來，這使我們都可以瞭解到，這種認識對於我們所分析的患者，和對於我們自己對自己更深刻的瞭解所具有的意義。我想把這種過程稱作“無意識心理經驗之相互照明”。

對於別人的分析，可使我們對自己有更多的知識，這一點已經很少有人能夠領略，但是別人的分析在我們自己心中所造成的感情的和心理治療的效果，更是很少被人認識到。從這個角度來看，對於別人所作的心理分析考察，等於是我們自己分析的延續，一直貫徹到更深的底層。我們常常說，凡是沒有自己體會到心理分析對於自己的效力的人，他就沒有資格對這一門科學表示嚴肅的意見。這個意思並不只是說他自己對自己的分析，而且也表示他對許多別的人的分析，是對自我分析的延續。這種分析除了在從科學觀點上來說具有意義以外，對於個人的內心更具有重大的價值。凡是有長久經驗的心理分析者，都可以確定的說，他對於別人的分析幫助他掌握了舊有情感的累積。這些情感的本質以及強度，往往都是他自己不知道的。

就我所知，心理分析學的這種治療性的反應，在心理分析的專門文獻中，仍舊沒有得到應得的重視。再者，“無意識心理經驗之相互照明”，不僅存在於分析考察的界域，而且越過這個界域，也擴延到內心隱藏的一切心理過程的領會。

心理分析學的文獻曾經一再強調，分析觀察者內心中所具有的壓抑會如何限制

了他心理認識的能力。然而，現在我們還沒有研究出這種抑制在移除以後，對於心理分析者的心理領會能力會如何的加強，又如何能夠造成心理上的驚人發現。心理分析的文獻曾一再強調，心理分析者的主觀觀念會有何等的誤導性，然而卻很少提到這種主觀的觀念如果嚴格訓練和反復試驗，在對於心理學家所面臨的難題之探討與解決方面，會有豐富的成果。

這種個人內在的觀念往往從分析者心理的未知領域產生，打通了前此未能接觸到的潛意識層面。這種觀念也幫助心理分析者穿透了另一個人的內在生命。同時，由於後來對於這種觀念的起源有所認識，分析者往往借著迂回而幾乎深不可測的道路，對他自己潛藏的心理過程有所瞭解。如果他對自己的瞭解比別的心理學家對於他們自己的瞭解更多，那當然主要是由於他比別人經歷更多的自我分析，但也同樣是由於他對別人所做的心理分析使然。

對於自我的這一種真誠的認識，無疑主要是由於分析者自己，但同樣也由於他對於“無名的患者”所作的分析，因為這種分析使他反觀自己的問題。就我所知，這是科學中特殊的例子，它的性質最好用一個相反的例子來對照；一個醫生對於患者的心臟做瞭解，就其本身而言，並不能使醫生對自己的心臟功能更加認識。

我要詳細的舉一個例子來說明。當然，我們不能希望每條路都一樣。每一個個例中都有它各自不同的地方。而我現在舉的這個例子目的是要說明，我們對於他人內在生活潛含的意識瞭解，就某一部分來說，受到我們自己內在自我潛含心理過程的左右。

當我在為一個女患者心理分析的過程中，在某一個階段有一個念頭突然來到我的心中，這種情況雖然並不是很特殊，但是如果我們從心理方面去追蹤它的脈絡，就可以做個例子，來證明我前面所提的論點。這個女人的病況依照主要的病症看來，最恰當的病名就是“歇斯底里精神症”(hysterical 具

neurcsis)，她的病症之中，最主要的一項就是她對她的孩子暴發不可遏止的憤怒，而這些憤怒的原因卻在意識的層面沒有適當的理由。在這裡我們可以說她

是“遭受盛怒的襲擊”。因為在這些憤怒的時候，這個女人明明知道不應該，卻仍舊對孩子辱罵，拳踢腳打。奇怪的是她沒有罪惡感，不過她深深感覺到對於孩子這樣的打罵，會造成很壞的惡果。這種缺乏懺悔和罪惡感的情況，只有我們把它跟另外的一個特徵連結在一起的時候，才可以有所瞭解。在這些責打以後——也常常在這些責打的衝動被她壓抑下去以後——她對自己做出嚴重的虐待性行為。譬如說，她會用很硬的東西打自己的頭。由於她對自己實施了這種痛苦的懲罰，因此她就不再具有罪惡感。對於這個個案的研究，使我首次瞭解到一種病情，這種病情後來我把它寫成一本書，提出一個理論^①。自此以後我找到許多個案都肯定了我這種學說，不過，到現在為止有許多心理分析學家對於這種病況的心理過程仍舊一無所知；我的看法認為自我懲罰和有意識的罪惡感，往往幾乎是互相排斥的，也就是說，往往幾乎不能夠共存。【^①《現代的人被虐待症》。】

經過緩慢的心理分析，我們慢慢發覺到她這種突然的憤怒和事後的反應有幕後的根源，同時罪惡感也出現。在她這種個案中，有顯然的幾個特點：她最小的兒子相當頑皮，難於處理，而這種性格有一部份也是由於母親的錯誤所造成；她對這個小兒子特別會責打，發作起來就難於控制。不久我們便發現，每當她丈夫激怒了她，或傷了她的情感，這個小男孩的頑皮特別會引起她的憤怒。這個時候她的憤怒便發洩在孩子身上。有時候她這種發作也是由於一陣強烈的自卑感引起，另外有些時候孩子在別人面前表現得不好，而這些人的意見她也很有在乎，她就會爆發起來。另一個特徵是這種憤怒一旦發作就越來越強烈。一旦失去了控制，打了孩子一下，這種打的動作就會使她打得越來越凶，似乎難以住手。當她的憤怒逐漸增加，似乎她會產生這樣的念頭：“現在我可以住手了。”或者，“我還來得及住手”；然而她卻被強迫著繼續打下去，就好像每打一下就強迫著打第二下。

從我們心理分析的經驗看來，我們也可以把這種特徵跟另一種特徵連在一起，那就是缺少有意識的罪惡感。事實上，在這種情況中我們就可以看出來那是無意識的罪惡感之表現，在患者的心中似乎有這種沒有說出的感覺：“現在我已經做了很可惡的事情；我已經做了邪惡而應當受到道德責備的事情，我乾脆就一不做二不休，蠻不講理的把這個孩子打成殘廢，以此來毀滅我這一輩子。”

幾乎不用說，她這種責打還有另一種無意識的本能衝動，那就是“憤怒的狂歡”(orgasm ofrage)。這憤怒的狂歡，實際上是這類無意識的衝動中最重要因素，不過關於這點我不在此討論。這個女人發作起來對她的孩子沒頭沒腦的亂打，而在其他時候，卻往往很有耐性，對孩子特別慈愛，這兩種特點互相對照，非常值得我們注意。

在分析治療中，這個患者對於自己憤怒的發作和自我責備性質的傷害，慢慢產生了罪惡感，這個患者常常擔憂她對孩子這種粗戾的責打會在孩子內心的發展中造成什麼樣的影響？另一個問題也在這時產生：以後那孩子一想到他母親這樣對待他會怎樣？他會原諒她嗎？當我聽到這個女人這種顧慮與哀歎的時候，有一個短短的句子來到我腦子裡，這句話是不是這樣說的：“一個人兇猛的打另外一個人，而卻完全不傷害他，這種事情是可能的。”這句話令我吃驚，因為在意識的層面我以前沒有想過這句話。這句話來自何處？我立刻就知道我曾經在那裡聽過，幾天以後我想到那是出自弗蘭克·慕爾納(FrscMolnar)的一齣戲劇《黎利歐姆》。

這齣戲是我在八、九年以前看的，至此以後就很少想到它。現在又是什麼原因使我想到這齣戲劇？又是什麼原因使我想到這句話呢？很顯然這句話是在回答我那位患者心中的問題。就似乎是對她的擔憂的一種安慰，但是我的思想為什麼會偏偏想到那一齣戲，而又用它的句子呢？我的觀念所經歷的是一種什麼樣的潛在過程呢？

跟這齣戲最初有關的念頭便是我看戲的那天晚上的一段回憶。我並不想去看這齣戲，傳奇故事中《黎利歐姆》最初景象並不引起我的興趣，當然其中有些吸引人的畫面，在第一幕的結束之處，甚至也有民歌一樣迷人的東西。這齣戲劇中有些機智的談話，有時候也有讓人反芻的觀念。但整個來說，這齣戲卻是讓人倒胃口的東西。寫劇本的人所用的方法非常粗俗，他所追求的效果是廉價的，不管在喜劇方面或悲劇方面都是一樣。人物的個性塑造都太直接，而場面的對照也太明顯，其中的情感成份又近乎造作虛假，這些都是我不喜歡的。寫劇本的人是一個能手，然而這齣戲是二流作品，是要給一般的人觀看的。我毫不客氣的說，這齣戲除了有些引人的角色和場面之外，整個的來說都是廢料。

然而，快終場的時候，卻有一段感人的場面出現，而它感人的部分絕不是造作的，卻是出自深沉的感受。這齣戲我雖然一直帶著厭煩、不耐——偶而也覺得有趣——的心情在觀看，但到了最後兩分鐘才真正受到感動，而至此以後，每當我一想到這齣戲，都無法擺脫這種情感——也不知道這種情感到底是來自何處，只感覺到它會在我心中長久的保存下去。以後我雖然很少想到這齣戲，但是每當想到，就喉中梗住一塊。有一次我就曾經問過自己，為什麼我感到這種深深的感動，卻找不到答案。這樣一出平凡的戲劇，卻用少數幾句話在我心中留下這樣強的印象，那不是很特殊嗎？讓我把這齣戲的主要情節說一說，主要的角色是黎利歐姆，他在布達佩斯市公園裡一個旋轉木馬場作招徠和保鏢，這個主人是中年的慕旗塔克太太。慕斯塔克太太認為黎利歐姆不僅能為她招徠顧客，而且對她個人也有很大的幫助。年輕的女傭們，下班以後往往到旋轉木馬場遊戲，由於她們渴望愛情，很被黎利歐姆那種粗獷的熱情所吸引。其中有一個名叫茱麗葉的女孩，她雖然盡量把持自己，卻仍舊逃不脫黎利歐姆的那種自然的“粗獷的和抗逆性格的吸引。”此後她就對他一往深情。黎利歐姆個很不會表達自己情感的人。每一次覺得不對勁，他就咒罵，打人。

然而黎利歐姆粗獷的外表下卻隱藏著一顆慈善的心靈。忠心耿耿而溫柔的茱麗葉，由於黎利歐姆而被辭退。而嫉妒心重的慕斯塔克太太，也由於他們情感的問題而把黎利歐姆解雇。貧窮與生活的顧慮並沒有使黎利歐姆變得更加溫和。只有當他得知茱麗葉懷孕的時候，他才歡喜起來，然而，他這種歡喜卻仍舊用一種蠻不在乎的神情掩飾著。因於他性格的使然，也使他很容易陷入別人的誘惑，參加了一個搶劫銀行經理的行動，結果這個行動失敗了，當員警圍著他要逮捕他的時候，舉刀自殺，在他垂死的時候，被人送到茱麗葉面前，即使在這個時候他也不肯表達他溫和的情感。而他參加搶劫經理銀行的行動，實際上是對於茱麗葉和未來孩子的關懷。在他咽氣以前，他幾乎只有時間說了這麼一句：“喂！我的女人！”

接下來觀眾看到黎利歐姆從他的棺材裡向天國上升，到達審判自殺者的天國法庭裡，他仍舊是不願意講話，法官對他提出問題，他往往只是說：“這不幹你的事。”他抗逆的坐在那裡，當一個仁慈的、有耐心的、留著白鬍子的天國法庭職員走來，他向他提出問題，他只是很粗獷的，不情願的簡短回答。他對自

己所做的一切事情，都表示沒有悔意，對於天國法庭職員溫和的說服，一概表示抗逆不順。最後他被判十四年煉獄苦刑，來淨化他的罪惡。當天國的員警把他帶出去的時候，他小聲的向員警要一根香煙。在監獄中渡過十四年以後，他又受命返回地球，要他對太太和孩子做一些善事，來表明他道德的進步。這齣戲最後的一幕，出現茱麗葉，頭髮已經灰白，跟她十三歲的女兒住在一間小房子裡。黎利歐姆出現了，後邊跟著兩個天國的偵探。他現在的樣子是一個乞丐，他沒有表明身份，而跟他的女兒聊天，有一部份內容是對於她的父親的，他給這個女孩玩了一兩手紙牌魔術，然後拿出來一大塊紅手帕，裡邊卷了一顆星星，這是他從天上下來的時候為她偷來的。可是他的小女兒不肯接受這顆星星，很不客氣的要這個流浪漢走出去。他看著她，然後憤怒的在那女孩子的手上打了一下。接下來便是那使人感動的一段。那女孩很吃驚。那一聲很響，可是她並不覺得痛。“就好像他在我的手上親了一下一樣。”當那兩個天國偵探搖著頭又把黎利歐姆送到天上的時候，這個女孩問她的母親說：“當有人打了你，打的那麼凶，又那麼響——你卻一點兒不痛，那可能嗎？”那母親在帷幕慢慢落下來的時候，就好像回憶到什麼事情一樣那樣說：“親愛的，可能的，有的人可以一直打你，你卻一點兒也不痛。”

那麼為什麼我長久以來不曾想到的這一句話，竟然在這一刻，出現在我的腦子裡呢？表面的關聯是很顯然的：常常責打孩子的這個母親的焦慮是兩者的接觸點。但從這種觀點來看只是表面的看法。我所關懷的不是這種表面的關聯，而是這種觀念無意識中的關聯。用比喻來說，我所要探索的是礦源。

也許我們以為用心理分析的術語可以把這個主角的心理過程認識的更清楚：譬如說，我們用意情結的觀念來作解釋。在這種解釋下，慕斯塔克和茱麗葉代表著母親，前者供應黎利歐姆生活，後者則為他生了孩子。從這個觀點來看，黎利歐姆攻擊和搶劫銀行經理的行為，便代表了弑父心理。另外我們也可以看出閹割情結的痕跡。他的自殺也可以視為他對於弑父行為罪行的補償。而地上的員警和天國的員警也都代表著父親的形象。黎利歐姆在天國的行為乃是在地上的行為的延續，是他對父親的反叛態度的表現。從這個心理分析的學說看來，心理分析者也免不了會注意到戀母情結的消極面，他的幻想面，以及嬰兒發育期的其他的效果。這樣的分析家會認為戲劇家的想像力有這些潛意識的來源。當然，在這種分析裡面，也有它一點概略性的意義，不過，終究只是概略性的，可以說是心理分析的初級班。

或許另一個心理分析者——其實也就是前面的那種分析者，只是所站的角度略為不同而已——會注意到黎利歐姆那種致命的本能，就是這種本能決定了他的生活與性格。他可以認為黎利歐姆是一個有虐待傾向的人，因為責打他所愛的女人，粗戾的對待她，會使他感到性的樂趣。而當外在的情況轉為不利的時候，他的這種虐待性衝動又轉過來指向他自己，即使在他自己的毀滅中，他也可以感到陰沉的樂趣。從這種觀點來看，我們不難把黎利歐姆看作是一個道德癡狂症者。他無意識的罪惡感驅使他犯罪，使他從一種卑鄙的行為轉向另一種，種種驅使力都在黎利歐姆心中的找到出口，但他生活中的各種目標，卻沒有任何一個在他的生活中佔據領導的地位。他在他的自我中，沒有達成一種綜合，而這種綜合卻是性格形成的先決條件。很顯然，在這位劇作家的寫作動機裡，隱含的在透露著本能的衝動。

這些心理分析上的解釋，到今天已經有它相當的價值。然而，今天我們卻也必須弄清楚這類的解釋究竟有什麼意義，究竟是不是非常初步的東西。如果他們能讓我們對某些特徵作更深的洞察，能夠讓我們從少數的征跡，而猜測出性格和驅使力的發展，這種心理學的學說就更有用處。譬如說，黎利歐姆由於是一個私生子，所以對他的性格發展必然有影響，因為他缺乏父親的權威影響。這跟黎利歐姆以本能衝動為主的性格形成，以及他對女人的態度之產生都有關係。

現在，我要從另一個觀點來談這齣戲劇，也就是從無意識的心理過程來著眼。當然，這種討論的方式，可能很使我博學的同業們感到憤怒。然而，這種方法卻比他們的博學更接近心理分析的精神。這兩種方式的利弊，各位將可以自己裁斷。一開始看來，我的方法可能很像某些評論家對於文學作品的看法。這些評論家之一安納托法朗士，甚至把評論家看作是“在領會藝術作品時做靈魂冒險的人。”然而在文學評論家和心理分析學家之間，仍舊有兩個主要的不同。第一，心理學家要考察他自己的情緒過程，同時他借用的是科學方法。這些情緒過程只是心理研究的題材。第二，評論家想對於藝術作品和其內容得出藝術的評價，心理學家則想探討潛含的心理過程，以便達到新的心理洞察。

我已經說過，這齣戲的最後一景在我看過以後，有一段時間一直在我心裡盤旋。當時我並不瞭解究竟為什麼能使我感動得如此之深。我對心理分析學的知識也只不過使我覺得這一景代表了主角一種強烈的衝動，一種特殊的心理反應。然而此後幾年關於這一景的印象必然仍舊在我心中醞釀。當我脫口而出，說道“有些責打不會傷人”的時候，有些觀念就在我心中產生，而當我追蹤它們的時候我才明白了那出戲的最後一景究竟在潛意識裡具有何種涵義，對我的個人又具有何種涵義。

這些想法以及隨後的一些念頭並不是同時出現的。它們是一個一個，經過好幾個鐘頭或好幾天的間斷陸續出現，而在這個時期我並沒有有意識的想到那一齣戲劇。最初我的這一些念頭似乎只不過是心理學解釋的總連續。但是這種心理學的解釋卻無法說明為什麼戲劇會有後來從地上移到天國又轉到地上的一幕。同時也沒有辦法解釋最後的一景為什麼會令我這麼的感動。

我的這些觀念從看過戲以後經過許多年的無意識的思考一直到後來一連串的想法歸結起來可以述之如下：黎利歐姆的職業是在一個旋轉木馬場裡當招徠員，這跟小孩子的興趣非常像。他那種沒有自製力的性格，他那種野蠻而不循規蹈矩的性格，那種叛逆的態度，以及他對環境的不適應，都跟他小時候以本能為主要特徵的心理反應有關。天國的一段戲跟他的自殺連在一起，使我突然想到小孩典型的幻想，而這種幻想在這齣戲中用詩意的手法表現出來。突然我明白了這裡邊跟男孩子們在青春期以前經常產生的一個現象有關，那就是當他們覺得被忽視，或者是受到不公平的待遇，沒有得到父母親足夠的愛的時候他們會產生這種幻想；他們會想像自己自殺。然後他的父親和母親就會極端的自責。他們會覺得原來對這樣一個好孩子太壞了，太不公平了，他們對他的頑皮責備得太過份了，而現在他們失去了這麼好的孩子。

因此我看出這是這齣戲的潛意識核心，是那位作家把這種幻想用戲劇的方式表達出來。但戲劇的劇情從地上轉移到天堂不是跟同樣的幻想也有關係嗎？在孩子的想像中天國當然也和地上相似。最後的審判也不過是和警察局的情況相近，而這卻是頑皮的孩子最懼怕的。在典型的兒童幻境中，對父母親的報復總是出之於一種自我肯定的虛榮心，苦難的失望之感，以及對父母親的愛。

從這個觀點出發，整個戲劇就有了新的意涵。黎利歐姆似乎不再是個大人，不再是布達佩斯市公園裡玩旋轉木馬的男孩子，他幻想自己在招徠顧客時扮演的角色。在這裡我們看到兒童願望的出現：兒童羨慕旋轉木馬場的招徠員，因為他可以喜歡騎多久就騎多久，不用花錢。他的職業又合意又有用。在女孩子方面我們可以舉一個類似的例子，有一個青春期的女孩子曾經這樣說過：“將來我要嫁一個牙醫，而且又有一個糖果商做朋友。”

從這個角度看來這齣戲的主角不再是一個罪犯，而是一個頑皮的孩子，他喜歡玩樂，然而在某些心理的處境下他仍舊會變成一個罪犯，比如說過於嚴厲或過於放縱的待遇之下。他並不是一個背叛法律的叛徒，而是一個孩子，這一個孩子不瞭解為什麼他不能夠快快樂樂的享受著過日子，而對於那些他所不瞭解的責備與懲罰感到憤怒。這個男孩對於社會不適應，又不知道如何控制自己的衝動，感覺到自己受到不公正的懲罰與責備。或許他真的在幻想中想像著去搶人家的錢。也或許他模模糊糊的感到想跟一個年青的女傭人約會，而這女傭人卻是他媽媽的替代品。早熟的男孩對於家中女傭人總是有這樣一種情感，而這種情感又總是跟無意識間的罪惡感連在一起。此外，在孩子的幻想中一定也想到如何去弄一些錢，好讓他去玩旋轉木馬和其他的好玩的東西。

從這些假定裡我們可以看出，這位戲劇家在無意識間把黎利歐姆寫成一個孩子，一個抗逆的男孩，而不是一個成人。從這個觀點看，我們就對這一齣戲有了重大的瞭解。像黎利歐姆這樣一個自私的混混兒當然可以是穿起成人衣服的壞孩子的代表。在貧民窟的居民要比貴族住宅區的居民更接近孩子，在他們本能的生活和精神生活上都是如此。在這齣戲裡，孩子對於市公園的印象得到活潑的表現。可以說黎利歐姆雖然是一個成人，他所代表的卻是布達佩斯街上的流浪漢，壞而並不邪惡，他是一個既放肆而又仁慈的孩子，他的心一半充滿了兒童的遊戲，一半充滿了高特。就是由於這種真實的經驗之反應，觀眾才被這齣戲所掌握，也使得這齣戲的最後一景給人難以磨滅的印象，也使我們感到這種一無是處的人有他神聖的地方。

自殺的一幕和在天國的劇情跟孩子的幻想很適合，而這個孩子後來變成成人，

變成詩人，而他從來不知道在他所寫的喜劇或悲劇中在反復著孩子的遊戲，而在創造戲劇的角色時他是把幼年的幻想用戲劇的方式表達出來。

如果說作者是夢想回到童年，是不對的。他所表現的真正是一個成人的幻想；然而我們仍舊可以說用這種方式表現了他童年的願望。我們知道，莫納爾曾經寫過自傳性的童話故事，《保羅街的頑童》，《狼的童話》和《魔鬼》；在這些童話故事中會把無意識的童年印象表達出來。《黎利歐姆》一劇中黎利歐姆從地上升到天國又返回地球，也跟兒童幻想相合。這種想像是跟童話故事出自同源。

在這種想像中，黎利歐姆免除了他那種幼稚的復仇渴望，表明了於失去愛的時候所感到的悲傷，用他的抗議肯定了自己的人格，然而也同時表示了他的懊悔以及他對母親的愛——他的母親曾經懲罰他，而他則把對母親的愛隱藏起來。在這孩子的心中有那麼多東西隱藏著，而這些東西中又是那麼互相矛盾。戲劇中的搶劫與打傷人，在成人的心目中看起來是罪大惡極，然而從這新的角度來看這只不過是兒童幻想的一種表達方式；他打他所愛的女人，也只不過是一個頑皮而教養不良的孩子的抗議行為，這個孩子如果被人強迫，讓他自己感到罪惡，會變得更壞。他從天上盜取星星，在孩子的幻想中也並不為奇。（其實在成人心中這種念頭也未必是完全陌生的吧？）我們曾經聽說詩人會想從天上摘取星星送給愛人。梅菲斯托菲曾經指出這種願望的幼稚，因為這種願望表示了對於現實的疆界沒有認識：

相思少年郎，

取悅俏姑娘，

吹泡入空中，

幻化星辰與月亮。

——歌德，《浮士德》

我們所得到的這種結果仍舊未完全令我們滿意。因為最後一景所產生的感人力量這裡沒有解釋出來。我們或許可以這樣說，認為這個男孩幻想著自己將來有一天變成了父親，對自己的孩子有了更多一點的瞭解，也對他更好一點，給他玩紙牌，送他一些美好的東西。這種猜測可以說是說是男孩自殺的幻想和黎利歐姆來回天國一趟的幻想的延續。這種想法當然並不是沒有道理，可是並不很貼切。

如果我們要瞭解這齣戲最後一景的意涵，我們必須把它表面的人物顛倒一下。那就是說從天國回來的不是黎利歐姆，而是他的母親。相對的不是黎利歐姆跟他十三歲的女兒，而是他父親母親跟一個十四歲左右的男孩。這種地位的對調在心理學上並不少見。

這齣戲的最後一景可以說有兩個層面，第一個層面是這樣的：那個生氣的男孩想要自殺，在天國裡他要像在地上一樣那麼抗逆。神聖檢察官在詢問他的時候，他硬著脖子說“那又怎麼樣？”可是返回到地上的時候他卻為他母親帶來最可愛的禮物。第二個層面卻是另外一個發展方向：死的是這男孩的母親。這個男孩子，現在夢想著他母親會回來，從天國給他帶來禮物。在這個時候，幻想的結構上可能有一些分叉。這可能是幻想者又想到他以前那種不馴服的、頑劣的行為。這個幻想者從他的回憶中可能又想像著自己是如何的頑皮，如何的抗逆。他的母親會打他手心，就像她在世的時候一樣，然而他的母親寧願摘取天上的星星給他。這時小男孩發現到他母親打他完全沒有損害到對他的愛。他母親的責打完全沒有傷害他。只是他這種認識已經太遲了。

現在我想我們對這個故事的背景已經有了一些瞭解。這齣戲有兩個主要的因素：第一，一個頑皮的小男孩，由於他的行為惱人，常常遭受懲罰，他夢想著有一天想成為旋轉木馬場的職員，又由於新的錯誤他會被人當作罪犯。然後他會自殺；而即使天國的員警也拿他沒辦法。天國的員警把他送到少年訓練所，卻毫無效用。這裡表現的是一個布達佩斯市街頭流浪兒對於教育的反叛。

幻想發展到這一步，有了關鍵性的轉變。從天國又回到世界上來，黎利歐姆仍舊沒有任何改變。在時間上已經過了十四年，但顯然劇情是直線發展的，而事實上戲劇的表面卻和內容相反。我們必須假定去世的不是黎利歐姆，而是他的母親。

在童話和民歌中我們都常常聽到，一個去世的母親會返回地球來照顧和監視他們的孩子，暗暗的幫助他們。事實上，希望母親重返地球的願望往往又以這樣一種想法表現出來：如果她能夠再打我好！那一向如此頑皮的孩子現在憂傷的垂著頭，痛苦的想念著他的母親，而當他母親在世的時候，他曾經因為她懲罰他而憤怒。我原先所提到的一些潛含的背景，無疑在這齣戲劇中具有意義。那男孩因為母親的懲罰而受苦，由於他是一個女傭人的私生子而在貧窮的環境中長大。在表面上被虐待的卻是茱麗葉，而不是黎利歐姆。這齣戲的最後一景之所以如此感人，我想必然就是由於這個原因，也就是由於母親雖然對孩子責打，但並不能破除兩人密切的關係。

在母親與孩子的關係中，我們幾乎可以說有一種心電感應般的瞭解，使他們能夠當下就懂得對方的心理過程——儘管兩個人在意識層面好像互相誤解。母親無意識間可以瞭解，他的兒子即使如何頑劣，內心卻潛含著對她的熱愛。而那男孩也在無意間明白，即使母親責打他，表面上不再愛他，而實際上仍舊是愛他的。

第三十五章 走向自我的迂回路

莫納爾戲劇最後一景之所以如此感動我，現在似乎已經找到了理由。然而我的解釋仍只是概論性的。這種解釋只告訴我們，我之所以感勸，是因為這一景的潛含情感意義。然而它並沒有回答其他的問題。為什麼這一景會在我給那婦人作心理分析的時候出現呢？它對我具有什麼意義？只是說她當時的悔恨引起了我這方面的回想並不足以使我們感到滿意。

事實上這個女人的話喚起了我內心古老的情感。什麼情感？我運用自由聯想的方法想重新捕捉這些情感與其發展。現在有少數幾個飄浮的印象在我內在的感受中飄過。各式各樣的東西從黑暗中冒出來，一直到我的兒子亞瑟的影子投到

了畫面的中心，比其他的一切都更為明顯。那幾個星期在我心念中占著主要地位的事情在我的聯想中出現。在我給這個女人作心理分析治療前不久，亞瑟到巴勒斯坦謀職。(這一章和前一章中所記載的事情發生在一九三五年。)最近幾年他常常不得不改換學校和他研習的科目，因為我們常常搬家。在我們離開柏林以後，他在維也納通過了入學考試，當我們搬到荷蘭以後，他立刻前往我們的新家。在這裡他又開始研究醫學，不過後來發現並不適合。

在後來這幾年中，我常常不滿意他。在我看來他似乎生活得很隨便，忽視了他的功課，而追求享樂和社交活動。我常常不得不提醒他，我們的生活日益困難，時代也非常騷亂。他是我們唯一的孩子，當然也是慣壞了的孩子，他顯出一付無憂無慮的不思不想的態度，在我看起來很不努力。他不用功，態度疏忽。在我看起來他似乎不理會我的勸告，雖然他沉默的聽著，顯得很認真，但事後似乎並不記在心中。但是在他長遠的旅行到達遠處的國家之後，讓我極為驚喜的，他表現出異常的努力和精明，有智慧，性格獨立，判斷和行為都趨於成熟，而這是我一向認為他未曾具有的。對於我們——他的父母親——他表示著很大的關懷，以致于使我常在心中請求他的原諒，因為我以前對他不夠公平。

很顯然我低估了他的性格。我這一個職業心理學家，這一個貢獻自己終身於人性的人，竟然只從他的外表來判斷他。

在前面這些誤解之下——似乎父子之間幾乎難免的一種現象——我心中產生了一種恐懼，一開始是模糊的，後來愈來愈明顯。這種恐懼多多少少掩藏在這麼一種思想的背後：有一天如果我死了，我這個兒子將無法獨自求生，因為他是那麼不努力，那麼沒有實際生活的能力。(我這種看法的錯誤在《黎利歐姆》個案的後一年表現得很明顯。亞瑟預言納粹會侵犯荷蘭，而我那時候認為根本不可能。他常常顯得比他的父親更具有實際的認識。)

過後我這一連串的思想中產生了一個改變。我感到亞瑟在我活著的時候都不肯認真工作。一直要等到我去世以後他才會把生活常作一回事，而這個時候卻已

經太晚了。就一個看到事物表面以下的心理分析者來說，我明白這一串的思想裡邊隱含著對死的渴望。

從這裡再走到我自己年青時候的情況就已經不遠了。當然我從來沒有像我的兒子一樣那麼自由自在的過日子過，但是我在學校裡也同樣不大用功——除非是一兩門我感到興趣的功課——只不過是能夠應付老師的要求而已。我的父親也常常為我的未來擔憂，我父親去世以後幾天我才開始為大學入學的事情而努力，我開始非常用功。在大學的頭幾年我用功的情況似乎不僅是要彌補以前荒廢的時光，而且要達成在我那個年齡相當特殊的成就。我自己並不知道，這種拼命的工作是一種嚴重的懺悔，以彌補我父親為我的擔憂——當然他並不只是因為我不用功而擔憂，也還為了其他的原因。就好像我要向我故去的父親證明，我值得他的愛，就好像我要用現在的成就來使他感到光榮，儘管這時已經太晚。在無意識中我不是懼怕我自己的兒子只有等到我去世以後才認真的開始工作嗎？

《黎利歐姆》最後一景之所以在我的情感上產生那麼強烈的印象是不是在潛意識中我害怕因為引起父親的焦慮而受到懲罰？是不是在舞臺上看到我已經得到原諒？懺悔與愛顯然出現在這最後一景中，證明它戰勝了敵對與暴力。它們的性質可以從戲劇中黎利歐姆打他女兒的反應中得到證明：他雖然打她，但他的女兒卻感到好像是撫慰，而不是打擊。

現在我的兒子已經變成很努力很有能力的人，他不僅掃除了我對他一生一事無成的懼怕，而且也免除了我那種秘密的恐懼，不再以為非要我死才能夠讓他起步。由於我對他沒有信心，由於我低估了他的性格，我也必須請求他的原諒。但是我希望他不要因為我嘮嘮叨叨的許多勸告以及大部份都不應得的責備而對我憤怒，因為他知道雖然我有這些嘮叨和責備，我仍舊是愛他的。就像在黎利歐姆的戲中一樣，在我的這些思想中也有高度的心理濃縮現象。現在我自己可以感覺到做一個父親的種種擔心，也有一種自己迅速衰老的感覺，因此我開始更能夠瞭解我自己的父親，以及他為了我而產生的擔憂，他因我的懶惰而造成的心情沮喪，也更瞭解他對我的責備，而這些責備在當時我感覺到是多餘的，不公正的。（我覺得這些話是我對我自己父親的性格瞭解的開始，自此以後十二年來，我對他的瞭解越來越深，而且越來越親密。同時另外一種洞察也由於自

我分析和對於他人的分析逐漸明晰起來。這種心理上的認識還沒在一般的心理分析文獻上發現；這種認識便是野心的根源之一是希望獲得父親或父親的替代者的讚賞。後來這種願望被其他的人物所取代，希望獲得老師或輿論的讚賞，甚至希望獲得國家或世界的讚賞。等到人進入中年或老年，野心的性質又開始回轉，走到家庭的圈子。現在這種願望就是希望被自己的孩子所讚賞和記得。)

此後幾天我察覺到這一連串的念頭仍舊盤據著我的心靈，仍舊強烈的騷擾著我的情感。在內在裡它們還沒有告一結束。新的印象在開始似乎跟早時的印象沒有什麼關係。似乎只是孤立的片斷的情感經驗。直到後來我才發現，這新經驗跟以前的經驗是如何攪在一起。

我心不在焉的翻閱一本英國文選，無意間看到一首詩叫做《玩具》，是科本屈理派特莫爾(Cobentry Patmore)所作，對這個人我一無所知。他這篇詩描寫的內容如下：他的小兒子一再一再的不聽他的話，有一次他為了懲罰他而狠狠的打了他一巴掌。他一邊責備著孩子，一邊把他送到床上去睡覺，而並沒有吻他。後來這個爸爸又過去看他，怕他因為悲傷而無法入睡。但他睡得很熟，睫毛上還掛著眼淚。在床邊的桌子上，他的兒子很小心的用紅繩子綁了一個石頭，還有一塊玻璃，六七個彈珠，兩個法國銅幣，來安慰自己的不快樂。那詩人在夜裡懺悔的禱告：有一天當我們走完了最後的一站，但願上帝把我們人類的歡樂都當作這些孩子的遊戲一般來看待。他會知道我們對他的誠命瞭解得多麼少。但願上帝把他的憤怒止息，就像一個父親一樣，對世人說，“我為了他們的幼稚而難過”。

當我讀這篇詩的時候，我又模模糊糊感到一陣情感的騷動，過後我想到許多年以前的一件事情。那時候亞瑟還很小，游泳不很精通，他要劃槳船到湖心去玩，我一再禁止仍然無效。當我們聽說他已經向湖心劃去，我們在岸上等待好幾個小時，非常焦急。當他回到家裡，我憤怒的打了他一個耳光。而由於在當時我們有朋友在場，我想一定使他感到深為羞辱。因此讀這一首詩在我心中所產生的情感，是由於我對我自己的兒子那次的暴怒所產生的悔痛。而《黎利歐姆》最後一景在我心中所產生的情感也跟這裡有關——這一景使我想到我，自己曾經打過自己的孩子，我為這種行為所感到的罪惡感，以及我希望孩子不要因為我的爆發而憤怒。他在無意識中一定會感覺到這樣子的發作實際上是由

於對他的擔憂。

我自己對於不久將要去世的恐懼和《玩具》一詩作者的死亡之思顯然有相同的地方；我們兩個對於孩子的責備也有相似的地方。這種恐懼也很可以用到孩子身上，我們可以料想到那被責備的孩子隱隱約約可能有自殺的願望。在這裡也像在《黎利歐姆》中一樣那種對於報復的恐懼是顯然存在的。在《黎利歐姆》中，懲罰是落在天國，在那位詩人的《玩具》詩篇中，以及在我自己對於死亡的恐懼中，都有著這種報復的痕跡。在《黎利歐姆》最後的一景中，之所以使我們受到感動，就是因為被我們責打的物件放棄了一切報復，而寬恕了我們。雖然我們導致他痛苦，但他仍舊感覺到我們對他的愛。

在這三種幻想的產品中——在《黎利歐姆》，那首詩，和我自己一連串的思想——父母親跟孩子都面對面的出現。我們的情感跟愛的衝動和罪惡感結合在一起，而愛的衝動戰勝了恨，雖然兩代之間必不可免的會互相導致痛苦，但勝利的仍舊是愛。探討的結果使我們務必返回到原先的問題，也就是為什麼我會想到《黎利歐姆》。在我心中所發生的情況是什麼呢？那個女患者向我表示她的擔憂，怕她的孩子在經過她累次責打之後對她懷著恨意，她怕她的孩子將來長大了會產生不均衡的心理。她的擔憂和自責在我心中喚起了類似的記憶，而這些東西已經不再存在於我的意識層面。在一種自動的和片斷的自我分析中，這些意念又自顧自的顯露出來，表現了我的懺痛和懼怕，因為我對自己的兒子曾經是敵意的，不公正的；這種情感在表面已經不見，但是在隱藏的地方卻仍舊活躍著。

我經過何種的心理過程才發現到自己經驗的心理意義，卻不甚清楚。再則，“打而不痛”這句話如何來到我的意識層面也不清楚。由歸納法的過程，這句話跟我自己內心中類似的情感相遇。這種情感以前我從來沒有清楚的感受過，卻不知存在於潛含的層面，可是觸及到《黎利歐姆》的最後一景時，卻顯露了出來。我以前曾經說過，把別人拉到自己心中，是領會別人無意識心理過程的主要方式。從我自己的經驗中我無意識的瞭解到患者的恐懼，猜測到她在無意識中知道得很清楚的事情。

一開始看來我們一定會驚奇，在這裡如何會領會到他人心中無意識的意念。這是一種迂回的道路，藉著自我和它隱藏的經驗，而觸及到他人內心。我們自己的經驗一向就是隱藏的。有時候會浮升到意識層面來，但並不一定跟人所述說的經驗有直接的關連。一般的說來，我們經驗中最重要的部份都是隱藏起來的，是我們內在知覺的；只有到很久以後才會發現，有時候甚至根本都不會發現。在這種情況下對於別人的分析可以為我們提供機會，來加深我們對自己的心理領會，但這種過程我們往往不知道。在意識層面我們只看到我們所研究的物件，在無意識層面我們卻把自己放在這個物件之內。以前我曾經說到過，對於別人的瞭解，最重要的因素就是把自我變形，變成另一個人。我們把我們研究的物件吞噬了——在這裡當然我必須說明，這是一種比喻的說法；不過曾經有一段時期我們卻是真的吞噬物件，而不只是一種比喻的說法——因此我們完完全全變成我們所研究的物件。我們自己已經不在那裡了；我們自己的自我也不在那裡了。只有由於我們把自己設身處地到別人心中，我們才能夠穿透到我們自己人格的最內層。有不少時候，當我們小心的觀察過研究的物件之後，當我們在企圖解釋別人的謎團的時候，我們卻在自己的自我中發現了他。因此對他人的分析用一種間接的方式，也是難以描述的方式，擴張了並加深了我們對自己的知識，而它的方式往往超過心理分析所能瞭解的範圍。

我必須強調一下，對於我們自己內在深處的這種瞭解，心理分析學的文獻上還沒有足夠的認識。當我們在意識層面上把所有的注意力都集中在我們所研究的物件上，在無意識中我們卻在以自己為瞭解的物件。由於把物件拉入我們自己心中，我們用間接的方式認識到在我們心中所經歷的東西。就以目前這個個案來說，我以前的潛含經驗照亮了另一個人的經驗；而我自己也由於別人的經驗而對自己的經驗有所認識。在這裡所描寫的情況下，有一種“心理的接觸點”；“我自己的潛意識被接觸到”，這種情況就像在心理分析中常常遇見的，對於分析者和被分析者的洞察都有決定性的影響。

《黎利歐姆》片斷的回憶幫助了我對患者心理過程的瞭解。她也像黎利歐姆一樣，受著不可控制的憤怒所左右；她無意識的罪惡感以及她對自己深深的不滿，使她對於她所責備的人越來越難以控制她的情緒。我無意間引用了《黎利歐姆》最後一景的這幾句話時，我並沒有意識到整個戲劇的劇情，更沒有意識到這齣戲無意識的核心。但正是這齣戲潛含的意義答覆了那患者所期望于我的安慰：母親打孩子並不會像她所擔憂的那般傷害孩子，因為他在無意識間很瞭

解她。

讓我們注意，在這齣戲的表面劇情中，挨打的是一個小女孩，而不是男孩，打人的是父親，而不是母親。現在看來我說那句話是自動的，在我還沒有瞭解到它的真意以前就說了出來，可以說這是相當奇怪的，這句話在它的目的還沒有被我清楚的意識到之前就已經說了出來，不僅如此，在我還沒有意識到那是一個目的的時候，就說了出來。那並不是洞察一般的東西，而只是自我之中內在過程的一種表徵，而關於這種過程是我自己還不知道的。那是一種我自己尚未逃脫的經驗。(尚未“逃脫的”，我是不是這樣說？患者的焦慮使我經過了迂回的道路走向那隱藏在我心中的懷疑與恐懼。)

就當我把那句話說出口來，我才發現到它可以安慰那位患者，而只有到更後來我才瞭解到它對我自己也是一種安慰。但是這種安慰卻是，自顧自的來到我的心中，而它的本性我一開始並沒有認識到甚至那個時候我並沒有意識到它對我是一種肯定——那是從另外一個人而來的，而這個人必然也經歷過相同的情感經驗，出自相同的淵源，而用詩的辦法把它表達出來。(由於他表達的不甚成功，我們也可以看出他對這種情感還沒有完全掌握。)

這樣說來我的心理路程可以簡述如下：我借著自己的經驗瞭解患者的經驗，而我自己的經驗卻一直是無意識的，或者是沉入無意識之中。我自己這種經驗由於一部文學作品經過迂回的道路而到達我的意識層面，而那部文學作品我卻由於患者的情感而無意識的察覺到。這部文學作品的作者借著文學的形式想來掌握他內在的經驗。在這個時候可以說只觸及到問題產生的階段，但患者的擔憂卻喚起我內在的反應，而導致了一個比戲劇作品更好的成果。為什麼呢？我想前者只是通過一種戲劇的形式來呈現人類心中無意識的衝突，而後者卻是從真實的生活裡向我發言。

如果我們把這裡所說的方法作一番考察，我們就會發現“無意識心理過程的相互照明作用”是一個相當恰當的述詞。當我想探測我的患者心理情況的時候我自己的經驗卻被照明，同時進入意識之中。來到如此之晚的瞭解反過來使我對

我的患者有更確切的瞭解，而原先對這方面我只有模糊的猜測。如果我們詳細考察一下《黎利歐姆》最後一景所產生的效果，我們就會發現相互照明作用是如何發生的。

為了要說明這種心理過程，我建議用歌德的一個用辭，那就是“回歸反應”

(*recu-*

rentreflection)。歌德這位詩人曾經在好幾個地方提到過這個用辭，這個用辭是他從眼球學(*entoptics*)裡借用過來的。在一篇論文中，他曾經告訴過我們，回歸反應“不僅使過去的事物保持活躍，甚至把它提升到一個更高存在的層面。”他告訴我們說，回歸反應現象“就像物象從一個鏡子裡反映到另一個鏡子裡並不因之失色，反而更形明亮。”在一封信中(一八二七年九月二十三日給艾肯)他提到《浮士德》中一些模糊的段落，他說：“由於我們許多的經驗都無法明白表示或傳達，因此我很久以來就採取一種啟示的辦法，用意象的方式把秘密的意義傳達給用心的讀者，使這種意象跟他相對應，就好像兩者互相反映一樣。”我認為歌德在文學上所採用的這個辦法，加上 *mutatis* 的

mutandis

(必要的改變)可以用到心理學的工作上，以便“啟示秘密的意義”。對於“有注意力”的觀察者——也就是對於那些開始注意的觀察者——有特別的用處，尤其是這觀察者本身就是在學習中的心理學家的時候。心理學就像物理學一樣，必須注意到視覺現象。

對於自我我們只能間接的認識，因為只有把它放在一段距離之外，它才能變成我們認識的物件。無疑，自我的某一隱藏的部份，可以有很多的方式被我們認識瞭解。當我們把自己跟我們以外的某個心理觀察者相認同，也就是說站在他的地位，這時候我們就可以把我們的自我當做一個觀察的物件。我們也可以把外在的某個觀察目標認做是我們自我的一部分，而由這種間接的方法對自己內在的生活有部分的領會。還有一種方法是有時候我們對自我會瞥見某一個側面，譬如說當某件事情使我們的自我成為一團謎，並要求著解答的時候。一些很少被我們有意識的注意到的心靈現象——例如夢，有特徵性的動作，在某些處境下奇怪的行為，某一種強迫症狀——這些都可以使我們的自我成為一個謎。有時候我們原先以為做不到的事情竟然做到了，我們會感到吃驚，但也同樣會產生使我們對自己認識。在文學上面我可以舉一個例子，便是亨利克黃克雷斯特的的小說中的女侯爵。當這個女侯爵被他的父親拋棄，決心帶著自己的孩子離開的時候，她對自己的看法改變了：“那種光榮的努力使她認識了自己，

她突然從命運深谷裡爬了出來，就似乎由於她自己的力量站了起來。”凡是用心理分析者的眼光，來注意人類命運的人，都知道痛苦的經驗有時候會導致對自我的認識，而人又往往由“光榮的努力”“認識到他們自己”。這樣的一種認識有時候甚至是一種驚喜。

我們所經歷的事情，它的深層的新的意義，往往是在我們的瞭解之外，我們總是無法走入自我更隱秘的領域。別人和我們自己的經驗對我們來說往往是不甚清楚的，也常常是不大能夠瞭解的，就像一張地圖，在這張圖上有很多尚未探測的地區，而另一方面又有一些探測得清楚的地區，兩相並立。自我是最後一片黑暗大陸。很顯然我們心理學家對於他人的內在生活知道得非常之少，但是對於我們自己卻知道得更少。一切瞭解他人的努力都淵源於我們內在的自覺，是想更瞭解我們自己的自我。每一種心理上的探討都可以借用這個標語：Tua

外
res agitur (“在這裡討論的是你”)。就以這種意義來說，所有的心理學都是科學性的迂回道路，其目的是要對自我作更深層的瞭解。

第三十六章 間奏曲

前面我曾經提到一般的心理分析者對於黎利歐姆這齣戲劇可能會作如何的解釋，並把他們所作的解釋跟我從個人所得的體驗相比較。我曾經說到這樣的心理分析者對於這齣戲劇和其中的角色作何看法，對於這出劇人物中所隱藏的驅使力又作如何的解釋與猜測。這種解釋當然也有它們的長處與價值。我又曾經說過，它們這種解釋的長處與價值跟另外一種方式所作的實驗相比較——前面這種方式便是經由個人的印象和潛意識的過程而到達核心的方式。我覺得我的說法是公平的。我覺得我對一般的心理分析者所採用的方法，所作的批評相當客觀。這一點，我可以舉個例子作為證明。《心理分析評論》上有一篇文章，這篇文章對於黎利歐姆的分析跟我所作的分析相比，可以說明一幅諷刺畫；這篇分析是著名的分析者葛理格瑞·斯屈拉奈爾所寫的。

這位作者用下面這種話來開始他的研究分析：“這齣戲中的一切部分都在顯示黎利歐姆的性無能，這主要是淵源於他的性腺。”讀者會奇怪，因為他從這齣戲劇本身所得的印象，會認為黎利歐姆是一個討人喜歡的人。然而這位分析者又告訴我們，“他用種種方式來彌補他的性無能，”用各種方式來向他自己證明他的性能力。在我們看來黎利歐姆似乎是一個不大有心思顧慮的人，不會去常常想心智的問題，可是這位心理分析家卻告訴我們，“由於他沒有父親，使他常常想到自己性的淵源。”當然這樣推下來我們也可預料，這位分析者也會

認為黎利歐姆是一個虐待症者，不過他又補充道，他發現“虐待症有一個潛含的因素，那就是性腺方面的不足。性腺方面的不足由‘肌肉愛欲’ (Muscle eroticism)來獲得補償，這種肌肉的愛欲是以體能的基礎來和緩緊張。”這位心理分析者對於黎利歐姆打他的太太和女兒得到了一種深層的認識：那就是出自肌肉愛欲，而這是“性補償的一個出口”。

讀者，你不信嗎？那麼你就聽這位學究派的心理分析者說下去，自然一切疑慮都煙消雲散。他強調說，“性腺是黎利歐姆行為中主要因素之一。男人性腺不足會得到腦下垂體的補償，這在許多性腺不足的例子中都可以證明。目前內分泌腺研究者已經以明瞭腦下垂體是有機體的定時計。節奏與任何跟時間有關的感覺都是由腦下垂體來控制。天生的音樂家與詩人其腦下垂體的功用特別發達。”現在我們就瞭解為什麼黎利歐姆會選擇在旋轉木馬場工作：“在這裡我們瞭解到為什麼黎利歐姆會選擇在旋轉木馬場作‘招徠員’和‘保鏢’。他的音樂感可以在旋轉木馬場得到滿足，因為他的腦下垂體比較發達。以‘招徠者’的職業他的童年愛欲和口腔愛欲可以獲得滿足，以‘保鏢’的工作，他可以滿足他的虐待症。劍橋的史文博士曾經告訴我們，萎縮的睪丸常常會使男人自殺。”這還有疑問嗎？黎利歐姆打他的太太，他做保鏢和招徠者，他自殺——這都是由於他性腺的不足，而他的性腺不足是由於他的睪丸有問題。讀者們，這就是黎利歐姆性格的最深根源；他的行為最幽深的動機就這樣明明白白的解釋出來了。

他打他的女兒，而女兒覺得那竟像一個吻。吻是什麼？“那是性器前期愛欲，是嬰兒口腔愛欲的的延續，”那麼這就是這樣了。當他父親她打了她之後，這小女孩為什麼要把臉蒙起來呢？“那是因為她無意識的害羞。”她“把這打一下跟性聯想在一起。”

當黎利歐姆和他的同謀犯在等待他們攻擊的對象時，一輛火車從附近經過。黎利歐姆被火車所吸引，看著它經過，為什麼？這有什麼好奇怪的？“他奇怪的是他父親在哪裡？這個侮辱了他的母親，從他母親的身上踩過去的男人是誰呢？”火車代表了黎利歐姆的父親，代表了那從他們身上踩過去，把他們遺棄了的人。《黎利歐姆》戲中的火車在這位心理分析者的觀念中代表了哈姆雷特父親的鬼魂，可以說這是現代版的父親的鬼魂。父親不僅是以火車的形像呈現出來，幾分鐘以後又以員警的形象呈現出來。“我們看到父親從背景中出現。他透過象徵的形象來找尋他的兒子。”黎利歐姆對於父親——員警——的態度當然是曖昧的。這個父親——員警——代表了在他和他的目標——金錢——之間的深淵。

黎利歐姆的故事在這位心理分析的眼中變得非常有趣，遠遠超乎我們所能猜測

的程度。黎利歐姆從天上返回地球的時候，偷了一顆星星。這顆偷來的星星裹在一張紅手帕裡。觀眾當然被這件事所迷，但無論如何也猜想不到它的意思。然而那位心理分析卻這樣解釋道：“在這裡我們又再度看到紅與白的象徵，白代表著他的性無能，代表他女兒的純潔和被虐待者，就像刺瑰的花朵代表著母親，而紅色則代表虐待症與懲罰。”

這就完了嗎？沒有。黎利歐姆被投到煉獄中的火也有意義：“紅色的火代表著他的恨，代表著他的虐待症，代表了他的悔恨與自我懲罰。火與水自遠古以來就代表了淨化，某些印第安部落在儀式的時候從火上跳過……”另外一些人類學的資料跟著出現。當黎利歐姆發現逃脫已經不可能的時候，他使用刀子自殺。讀者們，你覺得他是跟一般的盜賊在這種情況下類似的表現嗎？完全是近視。那心理分析者告訴我們，“最後這一幕表示了黎利歐姆在有性能力的父親的形像——法律——面前屈服。”

在這裡我只是略略從這位心理分析者的觀念中舉了一些例子。我只是用抽樣的方式，說明了那應該用柔軟的手指去捕捉的東西，被他用學究的鐵拳去摧毀了。

巴克(Drcrthy Parker)有一次曾經說過，某一個有名的女演員展示了感情的全面領域。剛才這位心理分析者也展示了心理分析詞彙的全面領域，從閹割到戀母情結樣樣有之。莎士比亞曾說“這音樂使我發瘋：讓它的聲音不要再進我的耳朵。”當我寫這段的時候，另外一段在我耳朵響起：那是四分之三拍的進行曲主題——最強的一——而我明白這是舒曼所寫的作品第九號。樂曲的這一段注著這樣的文字 *Marche des DavCisbuendler centre les philistins* (“大衛同盟的會員向市儈的進軍”。大衛的象徵是豎琴和投石器。)

寫作前面那一段關於《黎利歐姆》的心理分析者，並沒有告訴我們為什麼我們會對這樣一個性腺不足和性無能的招徠者感到興趣？為什麼我們會對他的腦下垂體補償、對他關於音樂的渴望、對他嬰兒愛欲和口腔固著以及他的虐待症感到興趣？也沒有告訴我們這一個在性方面異常的人，究竟跟別人有什麼不同？更沒有告訴我們那個詩人為什麼要把這樣的一齣戲劇搬到舞臺上，為什麼這齣戲的終結會在天國，而不是在一般的醫院裡？而當我看到那女孩被她的父親打了，竟不覺得得痛而覺得像一個吻，為什麼我的喉嚨裡竟哽住一塊呢？為什麼我不像那位心理分析者一樣，認為吻只是“性器前期性欲”的表現，是出自嬰兒口腔性欲的結果？我可以莊嚴的發誓，在我觀看這齣戲劇的時候沒有想到這個問題，當我看到黎利歐姆從天上回來的時候也沒有想到他的“性腺不足”。我把包著星星的那塊紅手帕視為理所當然，一點也沒有想到跟虐待症和自我懲罰有關。火車的經過也完全沒有使我想到黎利歐姆從這裡感到了他父親的形象，

似乎我在這些微妙的象徵中是非常的不敏感。

有一天我的一個學生告訴我關於他小女兒的一些事情，那小女兒才五歲。這小女孩在晚餐的時候比平常都安靜，若有所思。她突然轉回過頭對她的母親說：“媽媽，你死了以後，一定要常常跟我講話。”我可以對神發誓，這一個五歲的小孩，這個叫做凱倫·赫爾穆斯的五歲小女孩，在這個時刻比那位醫學博士的心理分析者，更能夠瞭解“黎利歐姆”

第三十七章 強記的心理分析學

本書中所提出新的與革命性的見解，都是多年來從事心理分析工作中面臨的內在危機，和所作的自我省察所產生的結果。這一點無可掩飾也無需掩飾。本書中許多有洞察力的句子——例如“沒有所謂分析的技巧；唯有真誠”——以及關於心理分析的發現，都使分析者感到驚奇。分析者內在的回應，以及在猜測患者的心理過程時分析者內在無意識的運作，都是內在危機被掌握之後的結果，而這種內在危機可以說是于人有益的。在那時候我察覺到我的分析方法有錯誤的成份在內，於是我藉用自我批評和自我觀察的方式，來重新厘定自己的方向。許多有創造性的人都經歷過類似的危機。在這裡我們再舉一個音樂家的故事。當布魯諾華特(Bruno>Walter)年青的時候，他在一九一年受聘為維也納歌劇院的助理指揮，當時他在音樂界已經有相當的地位；可是不久他發現受到維也納幾家報紙惡意的攻擊。(馬勒認為報紙攻擊的可能是他，因為是他把華特介紹到歌劇院，這種猜測可能是對的)。在這個時候華特經歷了內在的危機，關於這一件事情他在回憶錄中描寫得非常生動。他得到結論認為自己指揮得不對，他“過度的注意細節，干擾了他對於整個樂曲的混合領會與注意。”當他在排練的時候特別注意到細節和自我批評，但是“在演奏的時候我卻用盡一切力量把這種自我觀察壓制下去，強迫自己在整個的樂曲上……”。他藉用這種方式重新肯定了他的自尊，以及他原先的堅定與力量。這雙重的辦法使他在音樂的工作中得到重新的肯定。現在當他在指揮演奏的時候，他感覺到他的技術日趨成熟，“我能夠在演奏之間插進一些批評性的聆聽和觀察，而不至於阻撓整個樂曲的進行。”他知道他最重要的掙扎已經過去，那便是跟他自己的不確定性的戰鬥，而他戰勝了。

我自己的危機在本質上和發展上，跟這位藝術家所描寫的非常接近。有些地方甚至幾乎一樣；譬如說，“插進某一部分批評性的聆聽和觀察”，而不至於危及分析工作的進行。從這些經驗中得出了我現在在本書中所提出的最重要的結

果。

當我大膽的說，在心理分析工作中最重要的知識是伴同著驚奇而來——不論對患者或分析者都是如此——時，我知道將會遭遇許多的反對，這些反對到現在為止我只能提出部分答覆。我的觀點要加以證明，必須把心理分析者心中的內在歷程全部加以描述，但這是不可能的。雖然如此，我仍舊願意對某些反對的言論提出部分的討論，尤其是我的同業們所最可能提出的一些問題。心理分析家們會指出，分析者從心理的深處所找出的一些認識，並不一定是令人驚奇的，他們會說，我忽視了一些有意識的邏輯推理過程，這當然是真的。但是在我看來，這並不影響我的驚奇說的有效性。

我的驚奇說認為我們對於壓抑的心理過程所得的知識中，最重要的認識，在本質上都是一種驚奇。換句話說是這樣的：我們從每一種心理分析所掩得的最重要的認識，都代表了我們無意識中的意料與期待。房子當然不是完全用磚頭造的，也需要水泥，木材和鐵；雖然如此，磚頭卻仍舊是房子的主要材料。

那麼，有人會問，我們許多的學識準備又還有什麼用呢？許多增加心理分析者的意識和知識的學說又有什麼用呢？在我看來，我們應當非常明確的警告心理分析的學生，不要用他們有意識的知識理論所獲得的確定觀念，去考察和認識無意識的心靈。這並不是用這些觀念是否好笑的問題——譬如說，提到傘就跟陽具聯想在一起，對中年婦女的友善衝動就跟戀母願望聯結在一起。一個人在重要的關節方面，如果不敢站在“可笑”的立場，如果他不敢為了自己獨立的思考而面對別人的嘲笑，那麼，他最好是選擇另外一種行業。

在無以數計的心理分析解釋個案中，解釋的內容部可以說不錯，但解釋的方法錯誤，這就是說他的解釋是對的，但就那個案來說，卻沒有意義。像這一類的例子就說明了我所謂的“卡片索引科學”，和從無意識的泉源之中所冒出來的知識之間的不同，在最小的事情和最大的事情上都是如此：這一種的誤解並不僅是出現在對於一個夢境，或一個觀念，或一個有象徵性的行為動作中的某一個元素的解釋，而是出現在我們對於整個的神經功能症的潛在意含的誤解中；

從這樣的誤解出發，會導至跟我有不一樣的結果。

我知道一些個案，心理分析者在進行工作的時候，就好像要在事實之中去找尋心理分析理論的證明，而不是在瞭解了事實之後回到理論之中去找尋相應的部份。理論固然重要，但不應該排除個人的領會和穿透力。

心理分析學說的研究，就好像法律方面的研究；美國哲學家莫里斯·庫興曾經說，法律學說的研究藉著我們的心靈更狹窄的方式，而使我們更為敏銳。當我們回顧自己所作的心理分析工作或他人的心理分析時，我們常常覺得那種卡片索引科學行動得太快，過早就把通向事實的跳板撤除，我們的船隻過早開向學說的海洋。當我自己在執行分析工作時，如果想到心理分析學說，我就會變得混亂起來，只有當我投入活生生的心理過程時，我才回到我自己的本位，才能真實的掌握住心理的線索與意義。

譬如說，在今天聽到像“戀母情結”這樣的名稱，誰會想到那種深沉的騷動，那種從自我的穴巢中所產生的熱烈情感，跟自己的願望相背而又決定著個人一生的力量呢？這個名詞已經變成了一種索引般的名詞，指示某種心理事實，可是卻已經太陳舊了，就像一個老銅板一樣。在現在這種日子，如果我們告訴一個受過教育的心理患者，他在無意識中有著殺害他父親和兄弟的願望，他會回答說，“哦，怎麼會沒有呢？”而且他很快就會承認，他對於最親密的親屬和明友有一種屠殺的願望。這些人在心理分析理論上自然很方便的承認這些念頭，但是當他在另一個時間，如果靜靜的思考他的父親，他那充滿活力，他所熱愛的父親會死的時候，他將會充滿痛苦。在分析治療的理論上，想到父親會死，跟在另一個時間想到這個念頭，可能完全是兩回事，承認潛在的謀殺願望，在心理分析的意義上，可能不算是對自我的認識。患者可能聽到過或讀到過亂倫的願望，對父親的恨以及幼兒性欲。可能關於這些學說，他也能在回憶中找到一些蛛絲馬跡，但對於心理學說的這種準備，卻使心理分析工作更為困難。通向自我的知識，被這種學說加了一層鴻溝，唯一通得過去的是經驗，這是唯一的橋樑。現在心理分析的術語往往都走到了實際經驗的前面，患者要想獲得經驗，可能要等一段很久的時間，或者根本不會再來臨。但一個名稱必須是指已經內在經歷過或掌握過的經驗，它應該像墓碑一樣，刻在已經真正活過的人的墳墓上。

在我看來，心理分析學的初學者，面臨著類似的危險。那是過早的發現他們所用的理論跟某些的病徵相似。這時他會很容易走進術語的庇護所，走向一種思想方式，而這種方式要比真實的世界所造成的方式更為脆弱，更為遙遠模糊。心理分析學所提供給我們的東西中，在我看來，它的用辭價值最少。而用以描述心理過程的那些辭藻——除了弗洛伊德所提過的少數幾個名稱除外——都極其缺乏生動性，就像過緊的衣服一樣，精神的內容常常把這些衣服撐裂，這些專用術語往往很難表達真正要表達的情感內涵。

對於心理的認識之深度，往往跟我們所由的途徑有密切的關係，如果我們不是用自己的方式去認識它，那我們所得的便往往只是分析術語中的一個名詞，而不是一個原始的知覺，我們在思考的時候，往往用的是心理分析學的陳腔爛調。這樣子的知識不是一種經驗的知識，它沒有深度，即使我們用希臘文或拉丁文來說明它，也無法長久隱藏我們的膚淺。有些心理分析者似乎把心理分析本身當作目的，但實際上它只是心理學的方式，而其目的是希望對人的心理有所瞭解。重要的並不只是無意識的部分變成有意識，而且要清楚的認識到它，知道它屬於我們的自我。患者只知道關於他壓抑的衝動的一些知識是不夠的。他必須要去“真正的體驗到它們”。關於無意識的心理過程，有許多人只不過知道一些外表的知識，就可以幾個鐘頭談了下去。不僅如此，有些人對於根本無法用言辭表明的東西，也可以幾個鐘頭談了下去。在心理分析學上也是一樣，我們可能會對於經驗只有表面的、有意識的“理解”，而卻沒有穿透到真正的心理過程中。心理分析理論並不只是一種發覺事實的工具，可惜很多人都認為它是這樣，並用這種態度來利用它，濫用它。心理分析學說是一種獲得心理領會的途徑，它要借著活生生的對象來獲得領會。觀察和研究盒子裡的死蝴蝶，固然也非常有用，但蝴蝶箱終究是一種可憐的工具，無法捕捉活生生的生命。這個比喻不是也告許了我們所討論的問題之關鍵嗎？這種比喻絕非偶然，它的意思是說：你用工具所捕捉到的只是東西的物質面。他人無意識的心理過只能由觀察者透過自己無意識的過程來捕捉。更且，把心理分析學的學說隨便運用會阻止我們對特殊經驗的猜測與領會。心理分析者藉著心理學說所得到的往往只是虛假的領會。一個把心理分析學當作唯一有價值的方式的人，固然可以得到不錯的成績，但畢竟只是不錯而已。一個以心理分析為職業的人，應該明瞭還有其他方式必須運用：秘密的東西是無言的，往往不僅是無言的表現出來，而且根本是無法言說的；它往往是隱然存在於一般的意識層面之下。

因此，我認為必須在“由經驗獲得的知識”和“學習與強記的知識”之間作一個明確的分別，這種分別不僅對患者有用，而且對分析者也有用——因為分析者畢竟也在經歷著分析，心理分析的過程並不是在心理分析治療之後就告終，它的發酵的作用仍舊會延長到以後。我認為我們的經驗需要時間慢慢去融會貫通，時間越久，在我們心中的效力越深。因此心理分析的過程需要相當久的時間，而且它的效果也是久遠的。心理分析是這樣一種效果深遠的經驗，因此我們必須從一個相當長的時間之外去瞭解它。它當前的效果不如它後來的效果那麼重要。當我們要實際從事心理分析的時候，我們必須知道，心理分析就像其他的經驗一樣，當我們從他人的身上看到它的反映時，我們才能充分領會它的意義，因為自我的深度層面只有經過迂回的道路才能到達，也就是一個通過外在的客體才能走入的內在境地。因此我們這樣說是正確的：為他人作心理分析的分析者，在他的分析工作中可以得到心理治療的效果。在我們對別人的瞭解中，我們發現通向自己的線索。

心理分析的訓練對於學生來說，最主要的便是去發現他自己無意識自我的深層內涵，否則便沒有重要的意義。凡是不能夠作這種發現的人，心理分析學對他來講，便是一門死的學問。一個人對自我的分析只是他自我發現的開始，而不是它的終結。我們對自我的分析必須在時間上和情感上，站在一個相當的距離來觀看；這個經驗必須一開始便穿透到生活的內層，在這裡跟其他的經驗相會合。必然這種內在的知識會遭受到排斥，然後又重新出現，然後才慢慢的清晰。我的許多同業在聽到某個心理學家或神經科專家贊同了心理分析學上某個觀點的時候，都立刻表示高興，我並不採取這種態度。我首先要知道他們對心理分析學究竟帶著何等的懷疑，然後又經過如何的過程才走向同意。諾瓦裡斯(Novalis)有一次曾經說，要想捕捉住真理，我們必須先跟它作正確的奮鬥。

或許我最好舉個例子來說明學習與強記的知識和經驗的知識之間的不同。設想我們去看《哈姆雷特》上演員的台辭我們當然熟悉，當他在說台辭的時候就好像在說引句。不久以後設想我們去看另一個演員演的《哈姆雷特》，這一次我們聽到的是同樣的台辭，然而卻有不同的意義，帶著他個人的特色。那似乎是從他內在的源頭流出來的東西。這齣戲劇的腳本一樣，台辭一樣，但他給我們的感染程度卻不一樣。

我要回到我們的主題，就是，在分析技巧上主要的因素經驗，而不是強記的知識。在我看來，一個年青的心理分析者，應該把他所受的一切訓練暫時拋開，沿著他自己的道路前進；寧可經過迂回的路途，而不要沿著學術的大道前進。

我要從我自己的分析工作中，舉一個例子來說明經驗的知識和強記的知識之間的不同。我為一個年紀已經不小的女人作過分析治療，她沮喪，無法工作，還有其他的一些症狀。她跟丈夫的關係已經非常惡劣，婚姻已經面臨破裂的階段。丈夫如非必要絕不跟妻子說話，這個女人拒絕跟她丈夫發生性關係，而丈夫的性能力已經非常薄弱，他們已經有一年沒有性交。當丈夫跟另外一個女人關係密切的時候，兩個人幾乎天天爭吵。患者用最刻毒的字眼來談她的丈夫。最近他們兩人的爭吵變得更凶，因為他們的孩子到外邊度假，兩人獨自在家中瞪眼相對。由於他丈夫一再對她不忠，而且不夠和善，這個女人常常憤怒難耐，想要殺他。有一天晚上，他們再度爭吵，兩個人幾乎說盡了惡言惡語。第二天，當她來分析治療的時候，她告訴我她頭天晚上因為憤怒而無法入睡。在天快亮的時候，她睡著了，有一隻老鼠卻從她的床上跑過，因此她又醒了過來。她決心離開她的丈夫，回到她的娘家去。但是那天的白天她又改變了主意，決心如果第二天早晨老鼠還是跑過她的床她就返回娘家。當那天午後她上街購物回來之後，她發現那只耗子已經被關在籠子裡，被關在她所設放的籠子裡。因此她就決心留下來。

在解釋這個例子的時候，我們可以從兩個方面來著手，一個是有意識的知識，一個是從無意識的層面來提出的解釋。我們可以假定當一個分析者在聽到這個患者的故事的時候，他就想到老鼠在夢中，在幻想中，在童話和民間傳說中，往往代表著男性生殖器。分析者的有意識的知識似乎立刻就捕捉住患者思想中的隱含意義。我們可以把她的這個故事像代數一樣，設定一個 x 來求取解答。我並不否認這種直接翻譯之手法的價值。這也真的找到了這個故事的心理學解釋。

另外還有一個途徑，也可以達到同樣的目標：分析者已經探測到那婦人虐待症和被虐待症的幻想。他已經觀察到他們夫妻生活如何變得那樣難堪。長久以來

他就猜測到那個婦人因為缺乏溫情，由於長久抑悶的性渴望而如何痛苦，又由於她又恨又愛的丈夫跟他們所認識的一個女人有密切關係，她是何等受到折磨。分析者會想到最近她曾說她無法再愛她的孩子，當孩子不在家的時候，她們的婚姻關係變得更糟，而她的憤怒也變得更激烈。在他聽著這個婦人訴苦的時候，他猜測到這個婦人的憤怒所具有的潛含目的。而這種猜測當他看著各種因素的時候變得更為明確，那個婦人在潛意識上要求重新獲得她的丈夫，這種願望部分是起於她原有的愛，部分是起於對他的憐憫，部分是由於她想戰勝她的情敵。關於這個秘密的願望，她並不知道。她的行為似乎正好和她想要達到的願望相反，在她的壞脾氣中，被她壓抑的願望用一種憤怒暴發的方式表現出來，這種憤怒的暴發不僅是一種方式，而且是這種方法的替代品。這使我們想到一句諺語，就是“戰爭是政治的延續”。或許我們可以猜測到潛意識的思想是這樣的：當孩子們不在的時候，跟她丈夫合好似乎比較容易，但當目的沒有達到的時候，她就更為憤怒。

那天晚上，她對她丈夫熱切的渴望可能達到了最高點，如果我們把她的一夜不能成眠，解釋為性的緊張亦無不可，這個患者跟其他的女人一樣，由於看到耗子而驚恐，我們可以認為她決心返回娘家是她無意識的失望，因為到她床上來的是耗子，而不是她的丈夫。第二天，她改變了意思，決定如果次日老鼠再跑過她的床，她才返回娘家，關於這一點我們可以作這樣的解釋：無意識中她希望她秘密的願望得以實現。我們還可以用另一個患者所不知道的思想方式把這一件事情說明出來。如果到我床上來的是耗子而不是丈夫？那麼我就回娘家。兩者的對比雖然正好是對立的——因為耗子過來正代表著丈夫不過來——可是仍舊可以用耗子來作她丈夫的替代品。那一天她留了下來，因為她設下的籠子把耗子逮住了，這件事情潛意識中的含義也明白的表現了出來。我幾乎用不著說，她潛意識中的願望得到滿足。在這裡，也同樣很巧妙的設下了陷阱。這種通過潛意識過程，對於患者心理型態得到的解釋，和通過有意識的知識，而把耗子做為一種象徵是不一樣的。在通過潛意識過程的這種方式裡，分析者靠潛意識來引導，而不是靠書本和講義來引導。只有當他捉住隱含的意義以後，他可以猜測到那“永恆的女性”藉用如何的方式來達到她的目的，這時候分析者可能會想到耗子原來是一種很常見的性象徵。當然他以前所獲得的學識很可能在前意識方面幫助他對於患者的意念作了猜測。但這不是問題的關鍵，我只是說，在領會患者被壓抑的心理過程之際，沒有藉用我關於老鼠性象徵方面的有意識的知識。現在有人會提出來說，兩者的過程所達到的目標都一樣，而用有意識的知識還比較簡捷。達到的目的固然相同，但是我們“用什麼道路”達到我們的目的，仍舊是重要的事情。簡短的道路並一定是好的道路。

再者，更詳細的考慮之下，我們會發現，所達到的目的也不一樣。在直接的有意識的知識之下，我們所捉住的，只不過是患者心理過程的片段，那片段是孤立的。我們用這種方式追溯到患者最近的行為，可是借著無意識領會的過程，我們卻瞭解了他潛意識中所浮升出來的行為含義，結果是我們對他瞭解得更深更廣。我們會明瞭到他的種種衝動，他性格的種種側面，以及他精神官能症的性質與隱藏的目的。用這種方式我們會瞭解到患者各種內在力量的糾纏，以及他潛含的淵源。我們可以從這裡看出，他現在的行為是一個主幹，從這個主幹裡可以追溯到許多的、尚未瞭解的心理過程；而這種種心理過程都可以在患者的生活中找到它確定的位置，以及互相的關係，這種經過無意識的過程而作的領會，我稱作“經過經驗而得的知識”，而經過書本所得的知識我稱作“強記的知識”，後面這種知識只是僵枯的觀念與辭句的運用，它跟事情的相配合是膚淺的，僵化的。

對於辭句的信賴，是人類對於語言魔術古老的信仰之一。理論本來應當在個人的經驗之後，後來卻成了經驗的替代品，結果所產生的是浮面的俗套。這兩種知識型態，不僅是科學價值不一樣，而且它們的動力性的價值也完全不同。從潛意識的消化吸收得來的知識，跟從書本上強記而得來的知識之間，必須做分別，這種分別對心理分析學的進步有重要意義的。——即使兩種知識所得到的結果一樣(但事實上絕不可能一樣)。兩者認識的方法對於患者的效果不同，對於分析者的心理反應也不同。從經驗中我們知道，沒有經過操勞而獲得的金錢，花起來特別容易，而自己辛苦賺來的錢就不會隨便花費，因為在無意識中我們把它看得價值更重。我們用以工作的知識也是一樣。如果這種知識是我們自己辛苦得來的，在心理分析的工作上就有更重要的效果。

在猜測患者心理過程的時候，自己產生的觀念更容易走入患者被壓抑的心理過程的軌跡，從學理上所得的知識概念就比較不容易產生這種效果。用第三只耳朵聽到的東西，必須在理性的控制室裡再度聆聽，再度審查。靈感與流汗必須同時進行。在這裡便是分水嶺，一邊是心理分析學的藝術家，另一邊則只是心理分析匠。心理分析匠所聽到的聲音雜了許多的東西，聲音很大。那藝術家卻聽到那用低微的聲音所發佈的消息，當高特說，“讓地上有光”，他絕不會大聲疾呼。

第三十八章 潛意識中無快捷方式

在其他領域中的工作者，對於他們所研究的成果，也會常常感到驚奇。然而心理分析學卻比任何其他領域在探索的方法上更沒有計劃，沒有系統，無法免除成見。讓我們考慮一下心理探索上其他的一些方法。讓我們想像一下，實驗派的心理學家，或現象派的心理學家，或完形派的心理學家(Gestalt psychologist)，或行為主義派的心理學家，他們如何接近他們所研究的活生生的題材。在方法上他們雖然表面上有名目的不同，他們卻共同認為應當把注意力集中在確定的重點上。以這種科學的態度來著手的心理學家，會把他所有的知性能力集中在某些略廣或略窄的問題上，集中在一個或苦幹個他感到興趣或關懷的重點上，然而，一個想要透入更深的心靈層面的心理分析者，卻沒有作任何預先的準備，也沒有任何領先的成見，似乎他並沒有要找尋任何特別的東西。我們可以說，他這種行為跟一個在實驗室裡有精確的、細心的準備，並依照原先排定的計畫作實驗的人非常不同。這樣的心理分析家就像歌德的《浮士德》中的女巫的徒弟一樣，內心隱藏的知識對他來說是：

不思而得

不請而來。……

這種比喻並不是十分正確的，因為心理分析者在走向他對於內心潛含意念的領會時，具備一些心理學的假定與期望，譬如說，他相信心理過程中的一切事物都是註定的。再者他認為被抑制的心理內容都各有它們表現的方式，在它們所呈現的後果中表露出來。然而我們仍舊必須承認，跟其他的心理學家相比，《浮士德》女巫的一景中，女巫所說的這句話仍有相當的道理。事實上，我必須指出來，心理考察的方法必須跟它所考察的物件的性質相配合。如果我們要到撒哈拉沙漠探險，準備船隻是有用的。

把心理分析學誕生以前的一個精神病學家在治療神經患者的情況，跟今日神經病學家相比，會讓我們獲得相當明白的認識。前面這種精神病學家，會溫和而有耐心的聽著神經官能患者的故事。但是在某個時候他會覺得不得不插上句話，提醒患者要把話說得有秩序一點。有時候他或許會告訴患者他的故事前後

不銜接，他的思想散亂。這位醫生搞不清這故事那裡是頭，那裡是尾。運用我們一些想像力，我們可以想像到那位醫生的聲音，他溫和或嚴格的規勸到：

“你的念頭太散漫了，它們從這邊跳到那邊，你可不可以抓住重點一些？”或者：“請你直截了當的把你想要告訴我的話說出來吧。”如果這位在弗洛伊德以前執業的醫生，有足夠的洞察力或耐心，不致於提出這種不恰當的勸告，他自己仍舊會用有意識的選擇挑選在他看來故事中重要的部分，而把其他的拋開。他把麥子糠皮分開，從一開始就想把整個的故事按著秩序安排，以便合乎有意識的處理。不論怎麼說，那醫生都是想依照有意識的原則，用清楚而有系統的前後秩序，來著手治療。但這種方式乃是把患者帶到一條習常的道路上，而不讓他飄忽不定。現在再讓我們想想看，現在的心理分析者要如何開始他的觀察與探討。他幾乎完全任憑患者去呈現他的意念，而不限制他的方法與態度。

即使在心理分析學派的範圍之外，我們也仍舊看到一些支派，他們要用有系統的、有秩序的、前後一致的方式來探討隱藏的心理內含。但任何一個經歷多年心理治療工作的心理分析者都明白，患者的潛意識和分析者的潛意識乃是他的指路牌，使他借著這種東西去猜測患者被抑制的心理過程；這樣的心理分析者幾乎絕不會讓他自己被這種新的觀念所損壞。在這裡一句古老的德國學院派的諺語仍是合用的：前後不一致的胡說隨體系而生。

不久以前威廉賴克(Wilhelm Reich)曾經在他有趣的一本著作中——《性格分析》(ocharacteranalyse)——提出一個觀點，在臨床醫療上有相當的價值。他要我們對於種種的心理情節作迅速、一致而有力的直接穿透，一直穿到幼年期內心衝突的核心。用一種預先安排好的步伐走向無意識的領域，他排斥消極的期待，要我們不再用不可控制的，直覺的觀念來猜測無意識中的種種關係。他說，如果我們用這種態度進行，那所謂的混沌狀態就不會再產生。這一種方式認為心理分析的學生，可以用有計劃的、可靠的努力得到順利的成果。如果這種預料可以實現，在對於患者的預料上將會得到不少的簡便。因此在心理分析治療學上減去了許多的困難，獲致很大的成功。這一種心理分析的方式可以說是心靈活動的經濟計畫。賴克所描繪的情況是每一個心理分析者都想求得的，那就是一種平滑的、容易的，優雅的方式，可以使我們走入內在的世界。這使我想到了某些信仰宗教的人，在提到最後拯救的時候給我們的諾言。當法國作家保羅波吉特(Paul 或 Bcurget)轉信天主教的時候，安那托法朗士就波吉特的一部小說發言道：“如果

我們能夠信得過波吉特先生，我們所有的人都將會登上天國，無可避免的要走進樂園——除非根本就沒有天國，而這是非常可能的。”

賴克的計畫聽起來相當美妙，也獲得了許多追隨者，尤其是年輕一代的心理分析家們。在這裡我要批評賴克的心理分析技巧，那不是因為那其中沒有長處，而是因為其他許多的心理分析學家附庸風雅的為他加了許多長處。我認為這種學說並沒有提供任何新的見解，只不過是引起一片騷動而已。這就是為什麼我要在這裡談這個問題，儘管它超出我想在本書中所談的範圍。第二個原因是原則問題：我的看法是，賴克所提出的辦法，必然會讓我們放棄心理分析學中最有價值的部分。賴克的書中所鋪設的道路把我們帶得太遠了，在我看起來，遠得過分，把我們帶到一條死巷中。就是為了科學，我們才必須排斥這種表面上看來精確的方法，因為心理分析學根本不允許固定的系統存在。賴克的學說提供了一個沒有基礎的看法，他讓我們以為由於心理分析學的功勞，我們對於無意識的層面，知道了一切應該知道的東西，使我們以為我們的方法已經完全了。這一種看法是不切實際的樂觀看法，對於我們的無意識的深度與廣度估計不正確，忽視了這樣一個事實，就是我們的潛意識仍舊像印第安原始叢林那樣黑暗不可穿透。

心理分析學的創建者卻謙和得多。弗洛伊德從來不認為他解決了人的一切生活中內在的謎。許多年以來，他把他的工作比喻為一個考古學家的工作，他從黑暗的泥土中挖出來少數幾座廟宇；但他毫無疑問的相信仍舊有更多的廟宇埋藏在地下，等待挖掘。對我的許多同業來說，心理分析學是一本合起來的書，是一本弗洛伊德所寫的書。弗洛伊德自己卻必然會反對這種看法。

潛意識的領域是沒有皇家大道貫通的。我同樣要提醒讀者，偉大的將軍們有時候也是出奇制勝的，並不認為預先安排的計畫有不可替代的重要性。當有人問到拿破崙他的戰略性質如何，他回答道：“Je 將

mngage et je vois

(見機行事)”由於我們所探討的是大部分仍舊未知的領域，我們只能在開始下一步之前，提供一小點的忠告——也就是說對於前線的部分提出一小點的忠告。我們可以藉助自己的經驗，對於未來的領域提出略略的參考。然而賴克的方式卻是要求嚴謹規劃的，“要為每一個個案建立一個觀點，既要建立普遍性的觀

點，又要建立特殊性的觀點，就用這種觀點我們可以把資料依照自然法則來加以處理，正確的知道它的基礎和目的……”在我看來這種依照自然法則而運用資料的辦法，從一開始就是前後一致而固定的，很不適合的無意識心理過程。心理分析學的技巧是從無意識的假定中生出來的。它永遠都要以無意識的假定為基礎，同時它最豐碩的成果也是從這裡產生。在它跟患者無意識的心理過程接觸的時候，它永遠可以獲得新的力量，就像安那提斯(Anateg)跟巨人族作戰的時候，每次碰到泥土都可以獲得新生的力量。

在我看起來，要我們在每一種解釋中都很精確的知道它的基礎和意圖，我覺得這完全是烏托邦。這並不因為這種想法過於理性化——畢竟我也承認在對於潛意識領域的領會中，理性還是最終的原理——而是因為這種要求在過早的時候提出了理性化的作用。因為理性的作用應該在以後的領會階段才出現。對於每個個案的微妙複雜的過程，沒有任何既定的規章可循。因為無意識的種種潛在性，我們無法預先確定。要把有意識的考慮和計畫，用在一切無意識的探索中，是對於我們無意識的能力估價得太低。在分析工作的過程中，心理分析者必然會慢慢認識到，他的無意識就像千手千眼佛一樣，可以從黑暗的領域中把種種的無意識內容為他拉出來。在對於無意識過程的領會中，分析者不必時時著眼在他的戰鬥計畫上。如果他是一個好的心理學家，他內在的盲目催促力會指導他正確的路途。

賴克的目標是要建立一個“對於擾阻作用清晰、規律而有系統的分析”，確定不移的走向目標——這就是說，他要擬定一個詳細的計畫，有確定的起步。他向我們推薦的這種技巧可能有相當長處，但是拿到無意識的領域中卻顯然過於高蹈，不夠落實。賴克認為在以前的心理分析工作中所採取的方式是“太不確定，依靠不可計算的偶然機會，缺乏確定的明晰基礎……”這個話說得是多麼正確！因為我們大部分的工作是在未知的領域裡進行。在這種領域裡所作的旅行確實依靠偶然的機會；我們確實缺乏“確定的明晰基礎”。我不認為探險活動一定會成功，在這裡我們沒有一張“未知地區的地圖”；換一句出名的話說，我們可以這樣說：一個人當他不知道自己走向何處的時候，他才能走得最深。

賴克認為關於人的無意識，我們應該發現一個明確的目錄表和索引卡，我認為

這是不可能的。賴克提醒我們，許多的分析治療工作之所以失敗，就是因為分析者無法在一大堆的資料中尋找出一條道路：“我們管這種情況叫做混沌狀態，認為這是由於解釋的技巧產生的錯誤而造成。”我不會這樣說，我認為這些這種情況之所以混亂，並不僅是解釋的技巧有問題，也是由於我們的意識和我們心理的結構上有特殊不及的地方所致。我們可以耐心的等待，看看賴克所提出的技巧能不能解決這些不及之處。我很懷疑技巧的改變究竟有什麼用，能不能為我們發現新的東西。我倒是認為發現了新的東西才能帶給我們新的技巧。

賴克所謂的“混沌狀態”的原因究竟是什麼呢？那只是過早的解釋，是沒有把心理的資料按著整體的結構和層次來作觀察。錯誤在於那些資料本身太清楚了；在於我們用了“沒有系統的解釋法”。賴克要我們用有系統的解釋法來作解釋。在這裡略為誇張一點說，賴克的意思就等於是時候我們聽到人家在聽交響樂時所說的，認為指揮者在指揮的時候，前後不夠一致。

關於賴克的理論我不再談下去，但我們必須確定，通往無意識的領域並沒有平坦容易而便捷的道路。從經驗裡我們知道，有太多的東西是我們不知道的，有太多的領域是我們沒有探討的，每當我們更進一步，就會發現有更多的層面、更多的領域在等待著我們更向前進。我們也會察覺到人的領會能力有它的界限。

關於這種界限的認識並不能使分析者灰心喪氣，他仍舊對他的工作有不止息的興趣與熱誠。雖然他會遭遇許多困難和曖昧不明之處，他的關懷與努力卻不會改變。他所經歷的情況就像健康的婚姻所必然會經歷的情況一樣。雖然熱情會飛逝，但愛必然存留。

第三十九章 用詞與矛盾

潛意識的力量自我表露出來，表露出它們的存在與效力；但它們是沉默的，或者說它們的語言並不是我們所用的語言。它們的性質和目的都必須由我們去猜測，去翻譯為我們所用的語言文字——或者是思想，或者是說出來的語言——因為用語言文字這些東西才能來到意識層面。只有那種被文字的魔術所捕捉到

的東西，才能走到有意識的陽光中。不能夠說出來或不能夠用文字思想的東西，就不能夠來到意識的心靈中。它是潛伏的。只有說出來的語言或思想，才能喚醒那無意識的事件、情感或觀念的睡美人。心理分析學的效力，有一大部分就是要把埋藏在深處的東西，帶到明亮的光線之下。

對於潛意識心理過程的動力，在作新的心理洞察的時候，卻必然會產生新的用辭，或把舊有的用詞賦予新的意義。深度心理學的進步跟新的表達方式是密不可分的。因此偉大的心理學家，那些走到人心最深遠之處的人，同時也必然是偉大的文辭家，是在語言的領域裡偉大的創造者。

弗洛伊德就是其中之一。他是一個知者，也是一個說者。他把地下世界許多的惡魔，以及天上的許多神祇都重新命名。他把在無意識的深層由所發現的神秘暗影都賦與形象。他把那些我們只感覺到、卻看不到的沉默力量說了出來。他所發現的那些新的表達方面，對我們無意識的力量跟有意識的社會需求之間的衝突賦與很恰當的表達方式。他觀察到有一種情緒的過程，人跟社會的倫理與美學的觀念不相協調的衝動遭到禁止，因而沉默下去，他管這種現象叫抑制。他猜測到在我們不知不覺間，情態會從一個場所移到另一個場所，他就管這種現象叫做位移。他看出來在夢中、在神經官能症中、在許多無意識的事件中，都隱藏了讓我們不愉快的觀念和衝動，他便把這種情況叫做檢查，而當這類的傾向和衝動要走入我們有意識思想的門檻時，他又發現它會遭受到扭曲。此外，他還發現了我們心中那種未知的力量許許多多的表達方式。這個天才的種種發現無法跟他對於新的辭句的創造分開，而且他對於舊有的用辭也賦與了新的意義。

要想瞭解弗洛伊德在這些造辭中所發現的困難，我們必須明瞭無意識的心理過程和有意識的心理過程如何不同。在潛在的層面所發生的事情是原始的。無意識的層面不曉得我們的邏輯和法則，也不在乎這些東西。它能夠容忍互相矛盾的事物，它可以承認一件事情，而又同時接受跟這件事情相反的事物。它玩弄辭句，就好像這些東西並不重要。無意識是前後不一致的，從這個領域滑到另一個領域並不覺得困難。當然，這種過程要把它翻譯成我們現在所用的語言，非常不容易，因為這種翻譯總是會跟我們所用的語言相似，因此它們只能夠接近無意識所隱含的意義，而不能夠達到無意識的本身。“當靈魂說話，那已經

不再是靈魂說話，”弗列德列席勒(Friedrich 用 schiler)曾經這樣說。用以捕捉這種奇怪而易於消逝的東西的工具，必然要跟它的內容相配合。弗洛伊德的文字——要想翻譯幾乎是非常困難——是非常豐富而嚴謹的。在他對於潛意識的心理過程做分析與描述的時候，他一直密切的緊貼著生活情感事實，而這些東西原來是如此難於界定的。任何人讀過或聽過弗洛伊德關於病情報告的人，都必然會驚奇於他用辭的恰當與生動，弗洛伊德能夠掌握住人的靈魂中戲劇性的發展，每個人各自的不同表達法。弗洛伊德的報告絕不是抽象的考察，也絕不是建在空中的心理學。他一直跟生活的事實貼切，充滿了個人的特點，充滿了個人生活的複雜性與矛盾性，充滿了人生的不確定性。弗洛伊德的追隨者以後再也難於達到這樣的程度。在他們的作品中往往都乾澀失色，沒有光彩，常常使你感覺到這皆跟我有什麼關係呢？這些人所用的都跟實際的生活遙遠得很，用辭可憐得很。他們這些辭藻比任何快艇更帶你遠離了人的真實經驗。

有一天我們當代傑出的化學家之一，諾貝爾獎金得主，被人問到，可不可以不用方程式，不用術語，而用普通的言辭，來把他所研究的內容使我們門外漢能夠瞭解。這位學者回答說：“可以！不過，極其困難。”當我們談到情感的過程時，是不是也是如此困難呢？是不是非用一大堆的公式和術語呢？答案當然是否定的。一門科學如果它的聽眾和讀者要花費很大的努力，才能捕捉到它的形式和用辭——而不是它的內涵，這確實是非常壞的徵兆。我們都知道，科學用辭是一種必要的罪惡，但在我看來人們往往強調它的必要性，卻往往很少強調它的罪惡性。就以心理分析學來說，要用大模大樣的，不可一世的辭藻來表達，這確實是這門學問的危機。我可以預料將來當心理學家在談人的問題時，他們恐怕是用了一大堆的希臘和拉丁辭藻，講了一大堆的征結，而卻再也不講到有血有淚的人。有時候當我在讀一篇精神病個案報告的時候，我被一種眩暈感所震懾，因為我感覺到好像在觀看高空走索一般。那寫報告的人從學術的高空上走索，沿著名詞的鋼索前進，在這裡我們真是感到一種對於空穀的恐懼，內容是空的，而辭藻卻非常華麗。

當你聽現在某些年青的心理分析者和精神病學家談論的時候，你會覺得他們所獻身的並不是心理分析學的思想，而是它的技術用辭。他們說起話來，並不像從經驗獲得的知識，而只是在玩弄辭藻。他們的談話中，你感覺不到對於人類靈魂的探討，而只是對於心理分析用辭的一種迷戀。不久以前我曾經聽過一個學生說，他已經通過了口腔期，肛門虐待期，和生殖器期，已經掌握了戀母情

結，現在已接近他自我分析的結束。聽到這段話我內心所感到的厭惡實在無法表達。但更重要的倒不只是這種粗陋的表達方式使我感到厭惡，更重要的是他們不可能再獲得個人的生存經驗。在這種術語的辭藻之下是浮躁、無知，跟我們的科學根本完全沒有關係。這是心理分析學的末路。心理分析學目前已經被這種浮躁而華麗的辭藻所貶值了。這門新的科學被浮華的辭藻所出賣，沉入大江。

這種把名詞輕易運用到人生歷程中，這種現象使我深覺恐懼。辭藻的濫用很可以掩飾自己的無知，還可以使他人誤以為他對潛意識的心理過程有所瞭解。他也很可以使人用心理分析的陳腔爛調去思考，而不親自去經驗。這種辭句的隨便運用就像墮胎一般，把真正心理學的領會摧折。辭藻的運用對科學可說是致命的威脅——它往往不是在描繪關係，而是取代真正的領會。這樣的運用使我們在心理的活動上懶惰，使我們把強記的東西代替經驗，把輕易獲得的東西代替真正屬於自己的東西，想到未來的一代，在各方面都那麼輕易，我感到顫抖。流利的談論心理分析學，並不表示瞭解心理分析學，一個能夠正確運用心理分析學的辭藻的人，很可能只是一個貧乏的心理分析者。

弗洛伊德曾經寫過許多活潑生動的、一針見血的報告，發現了以前從未聽聞的領域，可是在這些作品之外，他必須還用技術用辭寫一些報告給那些心理學專家來看來聽，這些骨架子一般的報告都是一些術語，只有那些專家才懂的；弗洛伊德為了讓那些專家們讀起來方便，或為了得到他們的贊同，不得不用這些用辭，這些用辭卻是一大堆的希臘文和拉丁文，疏鬆的串連在日常語言的線索上。然而到後來，弗洛伊德的學者卻把這些希臘文和拉丁文拿來當珠寶，發展成了心理分析學的一批辭藻。這些辭藻經過誤解和不瞭解，流入文化的各層面。到了目前心理分析學這種新的語言已經誕生，從一九二一年以後，已經形成了許多年，然而今天我們已經看到了它的衰敗和窮途末路。

弗洛伊德從無意識的黑夜中把新的用辭帶到心理學的世界中。但精神病學的知識卻從陽光中製造了一些術語。前者將會永遠存在，後者將不會超過它發明的時代。前者代表了新思想的誕生，後者代表了它的誤用。弗洛伊德所創造的新辭句是藝術家的成就，而術語的製造卻是工匠的作品。兩種東西固然都有它們的用處，但工匠的東西，絕不能偽充當藝術家的作品。弗洛伊德的追隨者，有

些想偷竊他的鑼，但他們只偷到爆竹。

目前心理分析學的技術用辭已經要把心理領會的創造的精神趕走，這種誤用妨礙了心理分析學的發展。這種情況我將提出來給你一個概念。因為我在這方面有三十餘年的工作經驗，而且如果我的記憶沒有錯誤，我個人也在新的辭藻的創造上，提供過一些貢獻。

第四十章 心理分析家（謔諧曲）

如果你想聽一聽心理分析家們說得多麼流利、卻並不總是正確的話，那麼你就該聽一聽比較年青的那些精神病的社會工作者們討論神經官能症或精神病的言詞。你會聽到他們關於人類靈魂中偉大的衝突那些浮淺的談論。他們的話雖然流利，卻不見得正確；他們在心理分析學會上說得頭頭是道，有時候你也可以在心理分析家們出版的報告或書籍中，看到既正確又優美的文章。不管在什麼時候，你都會有這種感覺，那就是這種新的語言想要用希臘或拉丁辭彙探測人類無意識的心理過程。在這裡你也可以看到諸如此類的話：“心理的——性的成熟，依照欲力的理論，在個人通過了前生殖器期的發展階段——這個階段的性格是多變而倒錯的——到達了一個新的嚴格整合期，適應了生殖器階段。”你還可以聽到這樣的說法：“在心理——生理的成長中每一個階段，都有性感期的某一部分的特別激奮反應與之相應合。”你還可以讀到：“有些創傷性的事情，可以騷擾人格的平衡，造成退步，退回到嬰兒期中對某種東西早期的執著上去，”以及“強迫性神經官能症的種種變化，顯示了患者向肛門虐待症的層面退縮，動力性的決定了他的性官能，影響了戀母情結的發展。”這些話把你弄得頭昏腦脹，叫你兩腳懸空。在心理——生理研究的基本概念的三個部分——心理發生學、轉變和特例——之間，把你像一個皮球一樣踢來踢去。

你打開一本新的心理分析書籍，讀到下面這樣的話：“吞食糞便的衝動有性欲的淵源(要把以前刺激肛門性欲期的東西，用來刺激口腔性欲期)同時代表了一種想要回返自戀平衡的意圖；以前掃除的東西必要重新注入。”這種字句的展覽就像武裝部隊一樣，因從讀者面前走過。請相信我，你看到的那個東西往往是空洞無物的。你一頁一頁的讀下去，讀著這種公式化的看起來像模像樣的句子，但這些句子不肯變成活潑潑有生命的東西，它們所代表的並不是對人性的洞察，而只是專家們的術語，就像霍爾姆斯(Holmes)法官所說的話，它們“意含著一種裝模作樣的心理。”你被這種文字的旋轉木馬遊戲搞得頭昏腦脹，於

是轉向桌子上一本分析雜誌，翻開一頁，第一個句子來到眼前的是這樣：“在許多早洩的例子中，我特別注意到在尿——肛門固著之外，還有尿道退步的幻想。”你再翻閱過去，發現一篇討論弗洛伊德關於生的本能與死的本能的文章。你本來想瞭解一下這兩者最基本原理的深刻思考，其中之一創造生命，另一種則毀滅生命；然而，當你看下去的時候，你卻不知所云，因為作者把弗洛伊德的言詞用另外一種言詞來代替了，用了“力比多”(libido)和“底斯屈拉多”(destrudo)。當時你以為它們所講的只不過是 astrudo 話(抽象的東西)。可是在這裡你又錯了。他們用這些用詞不只是聲音，而且還有內容的。如果這些用詞所組成的生活事實，用平白的英語來說會容易瞭解得多。親愛的朋友，你這裡的問題是由於不瞭解心理學家們。尼古拉斯慕雷巴特勒斯(Nicholas Murray Butlers)曾經說：專家就是專門術語懂得愈來愈多，而內涵懂得愈來愈少的人。這個定義應該擴充。

在這裡讓我說一說心理分析家的另一個特點，那就是神話的應用。我喜歡希臘神話，就像我喜歡其他神話一樣，但是我看不出為什麼要把神話中的許多人物用到心理學的研究中。地質學家並沒有把創世紀中希伯萊的人名用來描寫地球的形成，洪水的發生等等。為了要讓某些特殊的心理過程使讀者或聽眾明白，引用神話的故事或人名固然有它的意義，但是如果以為只有用希臘的神名或英雄的名字，才能讓我們明白心理過程的情況，那就變得荒唐無聊。在莎士比亞的《威尼斯商人》中，羅倫佐(Lorenzo)和耶西卡(Jessica)坐在波堤亞的門口臺階上，這時羅倫佐說：

我想，

——在這樣的夜晚

屈洛魯斯(Troilus)坐在特洛城的城牆上

歎息，他的靈魂飛向希臘軍營的帳篷，

在那裡克莉希達(cressida)正在憩睡

現在他跟她的愛人就用種種的幻想談起古時候的事情

耶西卡：在這樣的夜晚

提斯比(Thisbe)心驚膽跳的走過露水的草地

看到前面有獅子的影子

驚恐逃走。

羅倫佐：在這樣的夜晚

狄朵(Dido)手上拿著垂柳

站在荒野的海岸邊，揮手招他的愛人

重返迦太基

耶絲卡：在這樣的夜晚

梅狄亞(Medea)收集了藥草

想要使年老的艾遜(Aeson)重返春青

聽起來這些相當美妙，可是這是詩，而不是科學。愛默生(Emerson)曾經說，“文字是思想的衣裳”。可是心理分析學上許多借用神話的名詞，已經不是思想的衣裳了，而是思想的化裝舞會。當你閱讀心理分析的文獻時，你會感到你好像在參加法國皇帝所偏好的那種化裝舞會，先生女士們都穿著古希臘的服裝，拿著他們所象徵的物品，赫丘利斯拿著他的短棍，代表力量的象徵；奧菲

斯(Orpheus)帶著他的七弦琴，代表了音樂的力量；戴安娜(Diana)代表了貞潔……所有的神、半神、女神，以及神話裡各式各樣的人物全部出現。一個心理分析家難道有必要像希臘神話的講師一樣嗎？這究竟是必要的嗎？

在心理分析的書籍和討論中，你會看到伊底帕斯情結，還有他的妹妹伊萊克屈拉 (Electra) 情結。你會看到納西斯(narcissus)在池塘裡看著他自己，你也會看到潘杜拉(pandora)情結。英國的某一位分析家會讓我們分別什麼是“奧蘭斯”(ourans-)式的嫉妒和“萊奧斯”(Laios-)式的嫉妒，以及“宙斯”(Zeus-)式的嫉妒。你會讀到艾洛斯(Ercs)控制了人的種種行動，然後用“力比多”(欲力)做為他的使臣，在幕後你又看到沉默不言的散納吐斯(Thames)；而泰希(Tyche)和安蘭克(Ananke)變成了我們文化的父母親。另外戴蒙尼安(Daimonion)則站在牆角的地方等候。

很容易預料，心理分析的術語絕不會到此為止。心理分析家們都明白，這還不夠，還不能把人的無意識心理過程說得明白。我認為奧林匹斯山還有許多的神和英雄，都可以用來作為心理分析上的用詞。而不幸的，到現在為止還被我們這門科學所忽視。海拉(Hera)情結可以描寫女人意識中跟兄弟亂倫的傾向；奧瑞斯提斯(crestes)情節可以用來描寫一切要謀殺自己母親的傾向。當我們說一個女人在無意識中想要屠殺自己的孩子時，為什麼不用梅狄亞(Medea)情節呢？

到目前為止，心理分析學還在用過時的形容詞——閹割情綜，然而每一個高中學生都曉得，烏蘭奴斯(Uranus)豈不是被柯羅諾斯(Croncs)所閹割嗎？當我們說一個人性能力過強的時候，為什麼不說赫丘利斯情結呢？精神官能症的患者不健康的野心，為什麼不直接了當的稱作赫洛斯屈拉特斯(rcerstratus)情結呢？某些強迫性的心理官能症的患者，在面臨兩種事情的時候，不知選擇那種是好，因為在他看來，兩者都充滿危險。我建議前面的這種情況可以稱做希拉(scylla)，後面這種情況稱作夏瑞狄斯(charybdis)。自我迷戀(Narcissism)的現象在心理分析學的理论中，扮演著重要的角色。那麼無意識的罪惡感為什麼不叫做艾瑞症(Erynism)呢？而女性的同性戀豈不是很可以叫做沙孚症(sapphoism)？對於男人消極的同性戀傾向更可以用甘尼米狄症(Ganymedism)來形容了。在希臘神話中還有那麼多神與半神，可以用來作為心理分析學上的形容詞與名詞，而這些都還被我們忽視了。

不過現在已經有轉機。去年波士頓的一個心理分析學家，把女人對於孩子的態度分為兩種：一種是有稜極母性的女人，他稱做狄米特(Demeter)型，而另外一種是比較傾向於知性的、而非女性的女人，這種女人他稱做帕拉斯雅典(Pallas

Athene)型。英國的傑出心理分析學家弗魯格(J.C.Fluegel)剛剛出版一本書，當他提到侵犯性轉向自己的時候，他把它叫做復仇女神症(Nemesisism)。當他說到無意識的自我懲罰需求的時候，他就把它叫做波利格拉提斯(polycrates)情結。心理分析學的用詞看來是相當有前途了。

現在讓我們認真一點來談這個問題。心理分析學用這些神話上的名詞，並不是用來傳遞科學的內容，而是用來裝飾。在這裡講了一些美妙的辭藻，只不過在炫耀心理分析者的學問。他們並沒有要傳達給讀者真正的事物，而是要使讀者分心。你會問，名稱是什麼意思？如果他們用普通的名稱，而不用艾洛斯之類的名稱，難道講的事情沒有味道嗎？可是心理分析者用這些名稱別有用途。這些名稱可以使他們免得費腦筋去獨立思考，或者根本不用思考。

再者，採用神話上的比喻，有兩種可能的結果：一種是你對這些神話一無所知，在這種情況下這些神話用詞對你而言毫無意義；另一種情況則是你對神話故事知道得很清楚，對於他們每個名詞或人名所代表的意義也都很瞭解，在這種情況下你會發現，用神話上的這些名字根本就不適合，因為他們跟心理分析上的許多事實並不是相合的。

弗洛伊德之所以喜歡運用神話上的名稱，是因為他對於希臘的文化真正有一種熱愛，但是弗洛伊德的追隨者卻顯然不是這個樣子。再者，弗洛伊德年青的時候，希臘神話上的用詞和比喻也是常見的用法。在那個時候，奧地利的一個檢察官在指控犯人的時候，會說他崇拜酒神巴古斯(Bacchus)和愛神維納斯。他這話的意思是指酗酒，好色。然而到現在還要用這些名稱來表示事實，當然是過時了。

現在當你聽心理分析的講學，或念一本心理分析學的書籍的時候，你的意思本來是想對人有所瞭解，對人的衝突，對人的不幸，對人的享樂有所洞察，而不是以希臘的神或半神為對象。現在的心理分析者常常把古代的神話，和蹩腳的文體摻合在一起，使你不得不想到一種諷刺的情況。你會想到賈奎士歐芬巴哈所作的曲子，《在陰曹地府的伊利波斯》所呈現的那種諷刺劇。(如果弗洛伊德看到這出諷刺劇一定會哈哈大笑，他有一次告訴我說，他很喜歡歐芬巴哈的小歌劇。)

不管怎麼說，我們已經看膩了神話上的用語。我們很懷疑究竟這些名稱是要給我們啟發還是要使我們眩惑。如果不用這些用語，我們可能會覺得自在得多。有時候，我們甚至希望這些用語乾脆都滾到陰曹裡去——我的意思當然是說，滾到海底斯(Hades)那裡去。

第四十一章 別人的與你的經驗

有一個極為奇怪的現象：最深的而最有生機的領域，卻是自己思索和探尋的意識所不能達到的。為了在心理上對它有所瞭解，必須從另外一個人反映出來。那麼我們就會期望這另一個人可以在心理上直接被我們瞭解，但即使就這一個層面來說，也只能指最表面的、意識層面的部份，無意識的層面卻無法直接掌握。媒介是自我(ego)，別人的心境由無意識的過程注入這個自我。為了瞭解別人，我們不需要在意識層面穿透他的內心，而要在我們自己無意識的自我中去感覺他。只有當我們通過自我，才能夠在心理上瞭解別人的潛意識，這種情況即使只是片刻也好，在這個時候我們把別人的潛意識當作是自我的一部分。

如果對於他人的潛意識只能經過自我才能掌握，那麼是否意含著一種危險，就是我們只能在他人的心中看到自己？這種危險的極端情況便是我們無法辨別他人的無意識心理過程，或者更糟的是做了虛假的辨別與認識。我們承認這種危險存在。但承認它的存在並不表示我們前述的話本身就是錯誤的。我們有足夠的方法來預防這種危險：最重要的，便是小心觀察對方，免于成見。如果我們不想放棄領會他人無意識心理過程的努力，我們就必織遵從這條道路。沒有其他的路途可循。不管是科學的心理分析學家，或是門外漢，不管是受過訓練的觀察者，或是街上那些靠“直覺”的凡夫走卒，假如想瞭解未知的心理關係，就必須把他所要瞭解的物件納入他的自我之中。

參與這種瞭解的過程，一般都被人誤解。不過這種參與的事實卻是大家共同承認的。這種情況或許科學家稱它為“移情”，詩人或許稱之為“將心比心”(你要瞭解別人嗎？看你自己的心。——席勒)一般人或許用更模糊的字眼來描寫這事實，但不管用什麼詞句，這個事實都是一樣的。大家都共同認為，沒有自我觀察作借鏡，就不可能瞭解別人的心意。如果我們跟自己的自我經驗沒有關係，那我又如何去瞭解別人呢？一個心理學家在作智力測驗的時候，一點也不用把自己的情感加進去。在這裡無需他個人的經驗。事實上在這種測驗中，正好是必須不要受他個人情感的影響，然而一個心理分析者不從他個人潛意識的經驗中得到借鑒，他不但是想像力不夠豐富，甚至是不可想像的——不巧的是在我認識的心理分析家中，有不少是這個樣子。雖然有這樣子的心理分析者，但是我提出的看法並不因此而失效。世界上確實有一些自然的畸形兒，是我不容易瞭解的，不過，我知道這種人是存在的。

那麼，如果唯一的路是通過自己的經驗，科學態度的心理學家就必須相當小心來走這條路，以避免從自己內在的經驗，把知識過於普遍化，以免自己個人的情感把他人的經驗過於扭曲。心理分析這門科學自稱為能提供一面鏡子，保證清楚照見別人內心的過程，這需要分析者自己先分析，以便他的分析不被自己內在的壓抑阻撓或扭曲。除此以外還要對自己的印象，以及自己對於資料的心理判斷作嚴格的檢查。

關於這種瞭解的途徑，還有另外一個疑慮產生。我曾經說過，心理的過程會受到別人無意識衝動的影響。我們的第一個疑問便會提出，在心理分析者心中所引起的這種衝動的強度和持續時間如何？很顯然它的強度與持續時間不足以跟患者相比，否則便是跟他感受了同一種經驗，在這種情況下分析者就無法為患者作分析治療，而必須把他的精力用來克服這些經驗了。真正的情況是，分析者只嚐味了一下那種經驗，只是把舌頭碰了一下那種食物，知道了它的味道。

別人的心理過程會在我們心中喚起相同的無意識衝動，但這種衝動只是胚胎性的。這意思是說，它們只是初步階段，然後會變換成其他努力的方向。這就好

像一首大家都知道的旋律會在我們心中所產生的反應一樣；譬如說有人在鋼琴上彈了一首曲子的前一兩小節，對於一個有音樂記憶的人來說，只聽到這一兩小節，就足以喚起他對那首曲子的記憶，而不需要把全曲都彈出來。當這一兩小節彈奏出來的時候，聽者就會記得這首曲子的旋律，或是這首曲子的整個主題。同樣的，別人心中的無意識衝動也會在我們的心中引起類似的回憶，用我們剛才舉的例子說，當某一個人演奏了一首我們所熟悉的旋律前一兩小節時，我們並不需要有意識的去回想在什麼時候，或在什麼場合我們曾經聽到過它，也不需要有意識的層面去明白我們是喜歡它，或不喜歡它。

這種比喻當然不會完全跟心理分析的情況相合，但也不只是到前面所說的為止。現在，我聽到有一個聲音在唱歌，這個旋律的一兩小節，使我想到一首我聽過的曲子，於是我跟著哼起來。是了，當然我聽到過。現在，我在意識的層面回想起這首曲子來：當然了，那是奧地利的國歌，是海頓的優美旋律。但也很可能我並不記得某一首我熟悉的曲子。然而，不管是記得還是不記得，一首曲子的情感內涵，往往是在心中明顯感到的，不管我記不記得它的歌詞，或者是以前究竟知不知道它的歌詞，那都不關重要。就某種範圍來說，心理分析者在無意識中所捕捉到的患者無意識的心理表現，也都是這個樣子。在有意識的層面認識到一首旋律，但它的情感內涵，和它同歌詞內容的關係，跟心理學上對患者心理過程的領會可以是相似的階段。

他人無意識的衝動會引起我們自己無意識的衝動這個事實，會使我們注意到時間的因素，就是說，時間在對於我們無意識心理領會中所扮演的角色。我所說的不只是被引發的衝動所持續的時間，而是說如果我們早先沒有類似的經驗，我們便不可能以一種胚胎的形式來感受他人的衝動。無疑，這些衝動不可能跟別人的經驗內容完全一致，但兩者會產生共鳴與相應的關係。否則我們便無法明瞭他人在動作與姿態中，在語言中所表達的意涵。當然在這裡我們必須把實際的經驗，跟心理分析者心中由於以前經驗的回憶所喚起的東西加以分別。別人所說的話會在我們的無意識中喚起回憶的痕跡。在這裡為了避免誤解和誤會，我要特別聲明，在這種探討中，我絕沒有鼓吹別人的經驗和我們自己的經驗在有意識的層面相對比。別人的無意識傾向，在我們心中產生相似的反應，這只是心理學上的條件；而且也不是說在每個情況下都可以觀察到的。自我觀察是衍生的和次級的心理過程。可以說那是借著別人的眼睛來觀察自我。在有意識的層面，把自己的經驗跟別人無意識的心理過程相對比，相參考，以便跟別人內在的經歷相比較，這在心理分析上不僅是騷擾的因素，而且會產生誤導作

用，會使我們走入歧途，會使我們用自己的觀點去解釋別人的經驗，而把它扭曲。

我雖然不贊成有意識的把自己內在的心理過程跟別人的相比，但無意識的參考卻非常必要。由於別人無意識的心理過程而在我們心中喚起間接的自我領會，到現在為止，在心理分析文獻上還很少討論到。有時候由於這種間接的方式，我們自己對自己可以有更深的瞭解，因為我們自己對於自己往往隔了一層幕布。我們自己的經驗比別人的經驗跟我們更是疏離。在我看來，用心理分析的方式領會別人的心理過程，不僅間接擴充了對自我的心理認識，而且還可以說明我們統禦我們內在的紛爭。

關於這種說法的第二種反對輿論是這樣的：無意識的衝動是如此的繁複多端，患者的某種傾向，難道在心理分析者的心中只引起相同的傾向嗎？這種反對的輿論是有道理的，但它的起源只是把我的理論過分簡化。在這個異議中，小小的“只”這個字是用得不恰當的。我曾經說過，一個人心中無意識的衝動，會在別人心中引起類似的衝動。但這個話只表示開始的階段，而且是一瞬即逝的開始階段。這一瞬即逝的衝動隨之而來的是另一些心理情況。別人心中所發生的衝動和我們自己心中“被引發的”衝動，在我們心中所引起的反應，方向是相反的。原先的衝動會讓位給一種或數種衝動——讓我提醒各位，我在這裡所說的，仍舊是無意識的領域。在我們察覺到別人心中有一種恨的衝動時，自己心中也會產生這種恨的胚胎式衝動。當我們察覺到別人心中有一種欲望的衝動，我們心中也會無意識間產生相應的衝動。但我必須再強調的加以說明，這種引發的衝動是停留在初級階段的。

我相信可以看出，對於心理過程猜測的決定因素，並不是別人心中所發生的衝動使然，而是我們自我的潛意識回應使然。因此我們內在的回應是一個指標，指向別人心中無意識的動機，和秘密的意圖在這裡我要說明，所謂的心理學家對於患者的心理過程，保持超然冷漠的態度，對他們的心理過程僅作客觀的觀察，只能說在有意識的層面說得過去。心理分析者對於患者沒有感應的態度，對於患者無動於衷的態度，這可以說是童話，甚至可以說是並不怎麼巧妙的童話。在觀察的階段以後，心理分析者的心理過程最重要的成份，是他在無意識中能夠感應別人的衝動，然而又能夠把它當做自身以外的東西來領會，來捕捉，既

能夠分享他人的經驗，而又能夠脫出他人所經歷的內在鬥爭。分享他人無意識的情感，是心理上領會的條件：分析者自己隱藏感情的衝動，成為認識他人的借鏡，但分析者自己對這種感情衝動卻必須已經能夠掌握，否則他就無法客觀的認識到別人內在的心理過程。

患者的語言和姿態，在心理學家的心中會激起無意識的衝動，這種說法究竟只是非常粗淺的說法。如果我們把心理觀察的結果用“激發”這個動詞來形容，我們就會發現前程還非常遙遠，因為從類似的衝動之產生到智慧上的領會，還有一段相當長的路程。特別是，我們很難領會為什麼我們會走這條路。因為無意識的衝動並不會驅使我們去作心理上的領會，而是會驅使我們要把這種衝動表現出來？因此，這期間的問題便在於“喚起”的衝動如何會轉變成心理上的關懷與興趣？是如何從一種心理能力轉變為另外一種。當然我們可以說，是由於從心理分析的目的，才把這種無意識的衝動轉變為興趣與好奇心，催促我們去觀察探討；這只是通常的現象，然而正是這種通常的現象引發了我們的好奇心。

當我們研究關於轉嫁的心理分析時，對於這種情況可以比較瞭解。讓我們舉一個消極轉嫁的例子來作說明，我們設想患者的言詞透露出一些痕跡，在無意識中想要屈辱和傷害心理分析者。從患者的行為某些特殊的跡象中，顯示出他有一種想要嘲弄和攻擊心理分析者的傾向。分析者從種種輕微的跡象，察覺到患者這種無意識的心理。而這些無意識的表現，也在分析者心中喚起了攻擊的衝動。我們可以預料，分析者心理這種敵意的衝動也會轉向那位患者。我們可以預料這個分析者攻擊與屈辱的衝動會以患者為目標。這種敵意的衝動真正在分析者心中以初級的形式產生，但當它們一旦產生之後，卻在無意識中或前意識中轉變了方向。它們本能的能力沒有用來作報復，卻用來作心理上的認識。分析者注意到患者傾向，但他並沒有惱怒。他感到自己要去作心理上的瞭解與研究。我們可以把這種衝動歸類為“本能禁止”的行為之中，可是它們是特殊的一小類，就是在一開始就遭遇到禁止。

在這裡我們舉一個簡單的例子：有一個患者在第一次我為他作心理分析的時候，我察覺到他有一個習慣，在他所說的話的後邊都加上了那麼一句“你瞭解嗎？”或者“你明白嗎？”或者有時候說“你知道我的意思嗎？”有時候簡單

的說“懂嗎？”他的這些問題都不是抽象的難題，根本不必加上這樣的一句話。我察覺到這些問話，夾雜在他的報告中，這些報告是關於他家庭的問題，和他過去的事件的。為什麼我感覺到這些問話，表示了他無意識中對我的智慧和心理領會能力的懷疑呢？表面上他對我是畢恭畢敬，而這些問題卻跟他那種舉恭畢敬的態度正好相反，我察覺到這些問話中表現了無意識的輕視。心理分析者都不可忽視這類小小的征跡。這些征跡表現了患者跟有意識的態度很不同的無意識態度。我的這種解釋又從何處出現呢？科學的理由可以使我們明白在這裡心理上的自我觀察有它的作用。當我聽著患者反復著這些問題的時候，我察覺自己心中有一種懊惱的情感。他提到他跟他太太的關係，這些關係並沒有特殊的地方，可是他卻問道，“你明瞭嗎？”他描述他跟他哥哥的情感，這種情感有時敵意有時又友善，然後他問道，“你明白嗎？”而這又有什麼好不明白的呢？當你想知道關於鞋子的事情，你就問修鞋匠，當你想知道關於人的事情，你就問心理學家。表面上他雖然對我恭敬，但他的問話卻顯示出他覺得我相當愚蠢，不是一個有能力的心理學家。我對這些反復出現的問題都有一種輕微的惱怒，就好像他表現了一種不敬或輕視。這個“就好像”真正表現了患者無意識間感到的東西。

讓我們舉另外一個例子作比較：一個年輕的婦人在有一次心理分析治療中，把大部分時間用來抱怨她的丈夫，抱怨他不體貼，抱怨他不關懷她。突然她打斷了自己的話，這樣說：“你總是說同樣的事情。你反反復復。我已經煩得很了。”這突然的攻擊使我吃驚，因為我一直都在沉默。但我的困惑只經過一秒鐘，隨即明白了她的攻擊只是一種防衛態勢。就好她突然察覺到自己老是在講著同樣的事情，老是在抱怨。她怕她使我厭煩。由於她預料到在我這方面會有這種反應，因此她就攻擊我——這是我們知道當女人覺得自己失去防衛或不自在的時候，常常有的一種反射形式。而我又如何會瞭解她這種行為的性質呢？我觀察自己的反應。一開始是驚奇……我什麼都沒有說……然後是一種有趣的感覺上來，就好像我已經察覺到這裡邊的巧技，那是以前常常遇到的典型的女性態度。同時我瞭解到她的攻擊是她害怕我不再對她的話感到興趣。

心理的能力轉向求知的願望，有一段短暫的間歇來作轉捩點。但情感的釋放總是按照通常的規律，在衝動和轉變為認識的願望之前，有一段間斷。

無意識的性衝動，在我們察覺的時候，也有同樣的過程。在這種情況下，我們被喚起的性衝動，也同樣在開始的時候就受到禁止。它的能力被轉換到認識方式。在這種例子中我們很可以明白原來的衝動如何會受到控制，在我們還沒有清楚認識的時候，就轉換到心理興趣方面去了。原先的衝動不管是性欲方面的，或是攻擊方面的，它的轉換過程都相當類似。

讓我們把這種情況總結一下：我們所走過的道路一方面是對於心理事實的察覺，這種察覺可能是有意識的，可能是前意識的，也可能是無意識的，另一方面則是對於心理過程有意識的認識。在這條路上最重要的過程，便是把我們觀察的物件向我們內射，然後再把它反射出去。有一段時刻，我們會懷疑這種想要克服我們最初被喚起的衝動的傾向會不會勝利。但這時卻是分水嶺。一方面我們察覺到無意識被喚起的衝動，另一方面那種想要掌握這種衝動的願望卻已經走在勝利的路上。

我們會問，領會無意識心理過程的行為，是不是都要追隨前面所說的這種複雜的道路呢？有沒有比較便捷的道路呢？我必須說明，當我描述前面這個過程時，並沒有確定它需要多少時間，很可能只要十分之一秒。這一條路我們已經準備得太長久了，可以說準備了數千年，甚至可以說數萬年。我們前面所說的情況，只是在表明有意識的認識力，對於無意識的衝動的瞭解，是說觀察者在下定決心要瞭解別人無意識的心理過程的情況。

不過，關於對別人無意識現象的領會，我前面所作的描述跟一般人的想法並不完全一樣。對我們來說，這種領會的行為似乎被我描述簡單得多，直接得多。我們以為我們往往能夠立刻領會別人心中無意識的心理。如果我們把這種看法加以考察，我們就發現沒有足夠的證據。譬如說，讓我們設想一個例子，在開始的時候以為看起來很有可能，但推究起來並非如此。設如當一個女孩跟一個男人在談話的時候，那男人無意識的欲望本能，使這個女孩察覺到。一般的心理學會這樣解釋，認為那男人的聲音，姿態和眼神中有某種東西表露出來，使那女孩突然察覺到那男人無意識間的意圖。事實上，這種解釋相當貧乏，只不過提供了一個不甚適當的心理過程概念。男人無意識的欲力傾向，在那女孩心中激起了同樣的衝動——設若原先並沒有這種衝動——而女孩心中這種引發的或加強的傾向，說明她認識了那男人無意識的衝動。這一種在她自我心中飄忽

的情感轉移，使她有意識的注意到那男人無意識的傾向。

那麼，要意識到他人心中無意識的心理過程，就沒有更為直接的途徑了嗎？在這裡我必須道歉，因為我突然間把有意識的認識和“察覺”混為一談。我這樣做，可能是因為有意識的認識和察覺之間的分別是在心理結構的高等階段才會出現。而在幼年的時候並沒有這種分別。那麼，這種後期才產生的分別就先放在一邊。我們從一個距離人類很遙遠的領域舉一例子，會對我們有幫助。這個例子目前我只用來作具體的說明。

當一隻狗甲遇到一隻狗乙，而準備戰鬥或發生性的插曲的時候，當乙圍繞著它轉，那麼乙的秘密意圖，甲如何能夠知道呢？我們可以假定嗅覺的一些訊號，會先於視覺的訊號而出現——因為我們都知道狗的視覺並不很靈敏。這種嗅覺上微細的訊號，向甲狗發出來(這種訊號是我們人類所不能察覺的)，使甲狗立刻知道乙狗在下一刻就會發動攻擊。甲狗的反應是本能的，並不需要嗅覺的訊號達到它的意識層面，構成一個觀念讓它加以解釋，然後才採取行動。甲狗的反應事實上是當下的，是一種反射運動。現在讓我們假定甲這只狗——為了紀念安那托法朗士的小說中波爾吉特先生聰明的四腳動物，我們何不管它叫做裡克(Riguet)呢？裡克是一隻超級狗。自然界不但賜給說話的能力，而且給了它自我觀察的能力。讓我們假定在它跟乙狗——我們就管它叫尼祿吧——相遇之後，立刻向我們報告相遇的經驗，它們如何接近，如何間斷，如何認識對方，以便弄清楚“你究竟是怎樣的一隻狗”。裡克會告訴我們它如何觀察尼祿，而尼祿在下一刻將要發動攻擊，或者心裡懷著攻擊的意圖。

動物心理學中，移情的作用是非常普遍的，但如果我們問裡克關於移情方面的過程，它很少會向我們提到這方面的細節，即使這只狗秉賦了人類的能力，我怕它所提供的也是一些非常不恰當的報告。或許連嗅覺訊號恐怕也無法正確的告訴我們。或許它會告訴我們在攻擊前的一刻，它所感到的那種本能警告。如果我們再強迫它說下去，它可能會提到肌肉的緊張感覺，那可說是它自我觀察的最後一環了。它會回想到肌肉的緊張，這種感覺使它知道下一刻要逃跑，或者是躍起來攻擊。當然，在訊號和它肌肉的感覺之間間斷的非常之短。

在這種想像的例子中，內射與外射的心理過程之間，沒有任何間斷。兩種過程實際上是當下的。因此我們必須假設，人要意識到別人的意圖，必須是心理組織發展到較高的階段才有可能。然而前面所舉的這個動物行為例子，仍然可以供我們作更進一步的思考。裡克的心理過程雖然沒有外射與內射之分，對於人類的領會力卻仍舊是一個先驅。我們可以在它的行為當中，見到人類行為的初步，也使我們知道人對於別人無意識的意圖之領會，是由類似于裡克領會其他的狗的訊號使然。他自己的衝動引導他感受到別人的心理衝動——他自己的衝動是由細微的，未曾注意到的肌肉緊張向他傳達出來，人與動物雖然不同，而又有確定的相同之處。

我之所以選擇狗作為例子，因為它是人的家畜。狗由於長久以來就跟人生活在一起，必然已經喪失了一些它的本能認識力。跟人離得更遠的一些動物，必然對同類的認識力更為直接，更像是直接反應。我們必須說，人對於自己同類的內在生活，知道得是如此之少，以致我們不敢去猜測別的動物心中是什麼樣子。不過，我們仍舊可以假定，野獸對於其他動物的察覺，要比人類直覺得多，單純得多。從這裡再推下去，我們就可以假定人類在進化的早期，也更能瞭解別人心中的意圖。從這裡再推下去，我們就會碰到一個問題，那就是，久遠以前的人類祖先，對於人類心理確定的知識，到後來何以會慢慢喪失掉？

這個問題可以換一種說法：為什麼人對於人的瞭解，會變得如此困難？對於這個問題到目前為止，我們仍舊難於提出恰當的答覆。但這個問題之所以提出來已經具有重要的意義。雖然目前我們不能回答，但將來有一天我們對於意識的分別如何產生知道得更多的時候，相信我們會對這個問題提出答案。

目前我們只能作一個概括的假定。人對於人的直接瞭解之喪失，是由於文化的進展，使人想要以別的東西來取代人的本能。讓我們再以狗的例子來說明。我曾經說，我們本可以有直接的心理領會；如果以一、兩隻野狗來說，情況就是如此。然而，經過訓練的狗情況就會不一樣，它們直接的領會力已經被削弱。不久以前我看到兩隻狗，一隻在花園的籬笆裡邊，另一隻在花園的籬笆外邊。兩支狗沿著籬笆一直奔跑，互相吠叫。這本是狗常見的情況，就以大部分的情況來說，狗會跑到同一個距離，然後就好像受到什麼召喚一樣，同時轉頭，同

時向回跑。可是我看到的那兩隻狗就不一樣，一隻牧羊犬，和另外一隻波蘭狗，當波蘭狗轉身的時候，牧羊犬卻不是轉得晚一點，就是早了一點。

似乎可以這樣說：直接的領會跟個體的本能狀態密切相關。隨著生物的進化和訓練，原始衝動與本能的確定性便形消失，而次等傾向卻插足進來，削弱了或改變了本能衝動與意圖，使原先的確定性消失。

在物種進化的過程中，物種的分歧，以及本能被壓抑，被取代和被運用的不同方式，使得人與人之間的心理瞭解變得那麼困難。(如果我們的本能生活，跟動物的本能生活不離得那麼遙遠，我們更能夠瞭解它們的內在生活。)由於這些區分，我們心理的判斷和見解，也變得不確定。由於人類的文明發展，在使原始的本能衝動削弱，減低它們強度，改變它們原本的目的，因此，個人與個人的不同，便使人與人之間的瞭解變得越來越不確定。因此，我們對於判斷的直接與可靠性缺乏信心，實際上是由於我們對自己本能衝動的可靠性缺乏信心，因為這種本能衝動，自從人類的文明發展以來，就受到重大的改變。

我們直接的判斷，現在往往使我們走入歧途，因此我們不再信靠它們，而這是由於個人與個人之間，對於本能壓抑和取代程度的不同。如果人人都在相同的“本能層面”上——這意味著相同的文化層面——也就是說，如果我們都停留在本能壓抑和滿足的同一階段，我們固然不會像原始人那樣，有直接的心理瞭解，卻能夠使人與人之間的瞭解容易得多。因此，心理瞭解之所以受到嚴重的阻撓，是由於本能運用的不一致，而這則是由於文化發展的不一致。

如果說心理學是一種關乎其他動物內在生活的學說，那麼動物就不需要心理學，因為它們以本能的確定性就能夠知道別的動物心中在進行著什麼。原始人也不需要這類的心理學，因為他們仍舊可以靠本能確定別人的心理。心理學之所以成為必要，是由於人類的進化使然，由於人類千萬年的進化，使人類變得分歧，而互相難於瞭解。本能的確定性消失得越來越嚴重，人類的內在生活越來越分歧，越來越難於明白。我們當然都是由不可見的相同的弦所牽動，被它們所限制，但所有這些弦並不是每個人心中都一樣強的，而撥動它們的力量也

並不一樣。當然，本能衝動的可靠性與直接性只有在我們的意識層面消失，在無意識層面它們仍舊保存下來。許多人都喜歡說人天生是心理學家，這話是真的，人的無意識層面是一種不會錯誤的心理器官，可是，這只是指無意識層面，而我們通常都無法觸及這一部分。因此，人們所謂的“人天生是心理學家”這句話是對的，卻不是他們以為的那樣子。

不久以前我讀到維也納的諷刺家奈斯屈羅(Nestrcy)的一段話，可以說和我前面提出的觀點有諷諧的相似之處：“如果兩隻狼湊巧相遇，我們可以確定它們不會因為另外一只是狼而不自在；然而，如果是兩個人在森林裡碰到一起，一定會互相猜疑：另外一個會不會是強盜？”

第四十二章 預期作用

前面一章我試圖討論無意識領會的問題，我用狗在戰鬥和性的方面作為說明。我試圖猜測在這種聰明的動物中所發生的過程，猜測它們如何會懂得其他動物心中的意圖。現在讓我們採取更大膽的一步，把人與動物之間的欄杆解除，來探討一下在人與人之間是否有類似的本能瞭解。在這裡我們便會觸及到一個有趣的問題，那就是在社交活動中無意識的瞭解。因為人與人之間的關係很受無意識衝動的左右。

我說到內射作用，在我看來這比移情說更能夠作為心理學的基礎。移情說的鼓吹者認為移情性的瞭解是認識力的最終途徑，就像看與聽一樣，是心理學無法再予以分析的基本本能。從這個觀點來說，馬克期謝勒(Max scheler)當然很輕易的就可以提出所謂的“內在的可感知性”。照這位哲學家的說法，心理上無所謂“我”與“你”；整個的心理現象只是不區分的河流。

如果我們堅持心理上的“我”和“你”的分別，我們就不得不假定某種心理上的行為和交互行為。如果我們引證無意識的心理學，我們就明白為什麼謝勒會得出他那個獨特的學說；兩個無意識的心靈之交互作用，很可能使謝勒誤以為兩者沒有分別，而得出他的理論。在心理分析文獻中，對心理上這種反應的直接性——有時候這種反應會穿入意識層面——常說是某個人對另一個人無意識的瞭解。到了這裡，心理分析者要想把這種無意識的瞭解作更進一步的認識，

往往就會發現不可超越的障礙。

很顯然，在想超越它的時候，分析者有時會對分析治療的物件作很笨拙的處理，甚至作錯誤的處理。譬如說，芬奈契爾(Fsichel)就在無意識的領會中分出兩類：一種是以訊號為根據的，另一種則是沒有訊號的。在我看起來，後面這種假定完全是錯誤的。訊號必然是有的，只不過非常微妙，在潛意識中才能發出和接受，而在意識層面則沒有感覺。“領會”這個字在這種關鍵上用得不恰當。我們對於別人心中無意識的過程之捕捉往往是閃電一般，或者是慢慢的猜測。猜測有時候跟意識的結果完全相反，從這一點看來我們就知道，“領會”一詞如何不當。有時候在無意識中我們可以猜測出來的意思，在意識層面卻是我們未能瞭解的，甚至可能是徹底誤解的，從這裡看來，“領會”一詞更可以看出不合用。凡是細心的心理分析者，都可以注意到無數的例子，讓他明白有意識的瞭解和無意識的猜測之間往往是何等對立。

似乎可以說，在人與人之間的關係中，除了可見的關係之外，還有另外一種，那種關係跟意識層面離得很遠，然而它的性質和行為卻仍舊可以被我們猜測出來。有時候這些秘密的行為不僅是能夠找到表達方式，而且在許多年甚至幾十年以後可以穿透到意識層面。秘密的行動是那些不論經過何等努力，都無法到達光天化日之下的。我們同胞的行為，不論是做出來的，還是沒有做出來的，他們的話不論是說出來的，還是沒有說出來的，都提供了毫不含混的證據——即使我們不能夠在意識的層面解釋它們。在意識的瞭解領域之外，人與人之間的關係中，還有另外一種東西，它說著秘密的、地下層面的語言，比有意識的領會層面所說的語言更為溫和，然而更為聰慧。有時候我們有意識的行為似乎就像魔術幻燈一般，而所有真正有意義的東西，卻完全在幕後進行。在這個真實的領域，提出來的不恰當問題，得到了真確的回答；在虛假的回答中可以偵察出真正的事實；如此，一個沒有聽到或在意識上沒有領會到的問題，也可以得到恰當的回答。無意識中不經意的暗示可以得到明確的瞭解。在無意識中我們可以感覺到一個動作或一個行為的意圖。在人與人關係的迷霧裡，無意識卻非常明朗。在意識層面我們對別人隱藏的意圖和衝動雖然沒有明確的觀念，在無意識中我們卻對這些東西作反應，其敏感性就像地震對於模糊、遙遠的地下震動的敏感一般。

艾丁堡曾說，科學的進步主要是看它所提出的問題，而不是靠它所解答的問題。如果這個話是真的，那麼心理分析學幾乎就已經走到了停頓狀態，而它所能夠達到的東西，也只是弗洛伊德所寫的一本已經合起來的書。今天事實上，心理分析學是需要提出新的問題。譬如說，一個人的潛意識如何回應另一個人的潛意識？人與人之間的心理學實際上還是心理分析學所未曾探討的領域。有許多心理上的機轉到現在我們都還沒有注意到，而距離瞭解的程度更是遙遠。

讓我們選一個現象作為代表，這種現象我想可以稱作“無意識的預期”機轉。在這裡我們有一個特殊的情況，在這種情況中我們相互之間無意識的認識找到了象徵性的表達，而且也不只是象徵性而已。這種機轉在無意識中預期別人對於我們行為的情感反應，可以說這是一種實驗的預期(有實際意義的預期)，自我並不曾意識到，然而在無意中，我們瞭解由自己的行為所產生的效果。我想在這裡與其用定義或抽象的描述說明我的意思，不如舉一個例子。這個例子是我刻意挑選的，並不是出自心理分析工作，而是出自日常生活。我們都曾經看到過，一個女人走在前面，後面有一個男人跟著，這個女人自顧自的梳理她的頭髮。這種心理上的機轉是十分單純的。女人梳理她的頭髮可能是有意識的，也可能是無意識的，她要取悅跟在後面的男人。每一個女人都會說，心理的過程不是那麼原始。一個女人在梳理頭髮或妝飾自己的時候，並不是有意識的行為。那男人的眼光落在她身上，使她用那個人的眼光來看她自己，她的頭髮和她整個的儀錶。由於這樣的眼光使她預計到自己儀錶會造成什麼樣的印象。換句話說，她的動作是她所預期的印象的反應。當然這種情況並不止於前面所舉的這種行為，在許多無意識的過程中，都有許多類似的情況。

現在讓我們舉一個比較複雜的例子，就是當女人在月經的期間，對於她們身體的情況所感到的厭惡，無疑，這種反應是由於她們預期丈夫的厭惡感，而這種預期的厭惡感在女孩子成年的期間所受的教育中一定也占了一部分比例。別人對我們的行為動作所產生的反應，在我們心中所造成的預期不管是有意識的還是無意識的，都是我們這種整個厭惡感的重要起源。

現在我要從這個狹窄的範圍，作更概括的說明，因為個人的行為與反應，大部分都受著這預期所左右。有些預期是意識層面的，有些是無意識而後來有意識的，有些則一直是無意識的。讓我們舉一個例子來說明第二種類型：王先生是

一個美國人，他想告訴李先生，頭一天晚上他的太太不能夠去看戲，因為她病了；他本來想說“病了”(sick)這個字，但他後來又選了別字。後來他回想到這次談話，他想到了為什麼會選用別的字，因為李先生是一個英國人，而在英國的一般用語中，“她病了”(she 以

is

sick)可以表示女人嘔吐。而這句話又可以表示女人懷孕。王先生當然不想讓李先生以為他太太懷孕了。因此，他在無意識中就避免用這一個字。像這一類的例子，心理觀察家往往都知道得不少。

當愛情或友情慢慢消褪的時候，我們也可以觀察到相似的無意識的瞭解和預期。原先彌足珍惜的一些關係，現在都無意識的被誤解。這種無意識的預期在人的關係中非常重要，它是人與人之間關係發展中最重要心理條件之一，不管這種關係是多情或敵意，友情或嫉妒，在預期的心理作用中，我們可以猜測到自己無意識的衝動，以及別人對我們的心理反應。一個羞澀的人往往也使別人感到羞澀，一個在社交關係中，採取被虐待態度的人，往往也激起別人虐待的反應，這種人無意識間是不是想引起別人的虐待衝動呢？

無意識的現象的起源並不難看出：小孩子在他的許多動作中都會想像著父母親或奶媽的反應。他想像這種人在他身邊會說什麼話，或作什麼反應，當然這種想像的反應大部分是消極面的，他會預料到父母親或奶媽會責備他，告誡他(我們可以想像那母親會對某一個人說：“你去看看泰德在花園幹什麼？告訴他不可以那樣。”)。

孩子們對於這一類的反應往往非常敏感。有一個天生駝背的人曾經告訴我一件事。幼年的時候當他獨自走在街上，別的孩子們拿他來當笑柄，他並不覺得非常難堪，可是當他跟母親走在一起的時候，若別人嘲笑他，他會感到深受屈辱。我們心裡的超自我有很重要的因素是由這種對於父母親的預期而構成。許多的這類預期都在我們心中留下長遠的痕跡。

另外舉一個例子。有一個年經人經濟情況不佳，想要謀職。可是每次都不成

功。每次當這個年輕人去跟徵求職員的人面談時，他都會做出一些拙笨的或傲慢的動作和言詞，對於他原先熟悉的事情，突然變得一無所知。毫無疑問的，他自己在無意識破壞他的機會。心理分析顯示出來，他幾乎是自己安排的，就好像在無意識他等待著這個破滅的機會，而在表面上，他卻深深渴望著獲得工作。

在我看起來，許多這些似乎是被黑暗的命運所左右的例子，實際上都是由於當事者本身潛意識的預期所造成的結果。另外舉一個例子，有一個女孩每次跟年青男人們的關係總是失敗。就似乎在無意識中，她已經認定了這種結果，似乎她已經秘密的看出最後的結果都是一樣，而她的行為似乎都在走向這一方面，雖然在意識層面她全心全意的希望不要再有相同的結果。在這個例子中，也像許多其他類似的例子一樣，無意識的自卑感在發揮作用。那女孩無意識的恐懼年青的男人一旦瞭解她更清楚，就會發現她一無所知，會發現她愚蠢，淺薄。當年青人向她追求的時候，她的那種焦急就變得越來越可怕，於是她利用下一次見面的機會把關係打破。她是如此害怕，以致於她比她想像中的危險先走一步。似乎她沒有其他的辦法把恐懼移開，只有先行把它切斷。這就像一個職員要被解聘以前他說，“你開除不了我，因為我自己辭職。”

無意識的預期在我們社會的關係中非常廣泛。偶然的一句話，以及我們的整個心理行為，會引起別人如何的反應？在意識層面有確定動機的行為，以及外表上看來似乎是被命運所決定的一連串事件所引起的反應，都在我們的無意識的預期之內。別人心理對我們的行為所發生的反應在我們的無意識中產生的預期，到目前為止還沒有被人作充份的認識。我們無意識中往往意含著某種目的，這種目的在表面上我們並不知道，可是有某種內在的心理力量我們其實已經預料到。我們可以說，自我對於自我的猜測，要比自己所知道的情況更為明確。前面所說的這個概念，在心理學的理論上具有相當的重要性，對於日常生活也具有相當有重要性。有一個法國人曾說：“不但英格蘭是一個島嶼，每一個英國人都是一個島嶼。”每一個孤立的個人都可以看作是一個島嶼。當他獨處的時候，他還可以隱藏他的性格特點與動機，但人跟人的關係卻是這樣的一種性質，使他在與人相處的時候，無法避免把他自己表露出來。

那個想獲得工作而不成功的年青人，與那個想獲得男朋友而屢次失敗的女孩，

他們的語言都清楚表現了他們的情況。他們的遭遇似乎都是由外在引發，使他們遭受打擊，實際上卻是自導自演而成的結果，因為他們在無意識中預料到別人的反應。如果他們沒有預料到別人的反應，他們絕不會造成這種結果。他人的情感的反應，如果真有無意識的預料，我們就可以說，在當時人的心中有秘密的願望要他實現，不管這個願望多麼遠離自我的意識，隱藏在黑暗中。心理分析者在對於人類關係的觀察中，總是可以看到這種無意識中，對於環境反應的預期。

有一個年青人抱怨道，當他向公務員提出詢問的時候，他總是得到粗魯的回答。關於這類事情他提出了很多例子。分析者可以證明，他所提出的問題都是如此愚蠢，一定曾使別人感到惱怒。這個年青人在無意識中是個叛徒，他想激怒那些權威的代表。他表面上低聲下氣，對於這些代表備致推崇，而這些態度又是如此的顯眼，以致於掩藏不了他潛意識的意圖。回答他的人並不是回答他有意識的態度，而是他回答無意識的嘲弄。這個年青人還有另外一種很奇怪的習慣，就是把別人的回答慢慢的，若有所思地反復一遍，就好像懷疑這話的正確性。毫無疑問的，回答他話的人自然會失去耐心。實際上這個年青人是“自找”的。

有個女孩一直擔心她母親的健康，堅持這個老婦人要穿厚暖的衣服，即使在天氣熱的時候也是一樣。下雨天她不讓她外出，她也不讓她接見訪客，免得別人傳染感冒給她。這個女兒對她母親健康的關係與擔憂是如此的過份，實際上等於是虐待。母親一開始的時候忍耐，到最後卻變得憤怒。她的反應就好像她的女兒對她並不是關懷，而是敵意，而她的反應實際上都是針對她女兒無意識的態度。我看到許多人表面上對某些人存心很好，可是卻激起那些人的憤怒。他們使人家懊惱，而我們卻必須假定這正是他們的意圖。父母子女，丈夫妻子，都在日常生活中用上千上萬的方式表達出他們無意識的傾向，他們那些無意識的動機，別人很瞭解，只是他們自己幾乎毫不自覺。這些行為的真正本性，只有由別人的反應才可以看出來。

有一個女患者跟我說到她跟老闆吵起來，因為她說了幾句傷害老闆的話。後來她覺得罪過，向老闆道歉，可是她的道歉詞卻使那個老闆更感到受傷。我可假定在有意識的層面她雖然想求他的原諒，在無意識中她卻想更進一步的傷害

他。

有一個女孩非常想結婚，可是不曉得為什麼所有的男人在跟她相交一段短時期後便離她而去。從她關於她跟這些人報告中，我明白她是想用坦白的態度來取悅他們，而實際上卻是說了一些尖酸刻薄的話。在無意識中她自己摧毀了她的計畫；這些男人的行為顯示出來他們感到觸怒。這個女人豈不是有意要觸怒他們嗎？在無意識中她對男人抱著敵意。

我不想玩弄觀念；我不是把它拋到一邊，就是徹底把它弄通。從我所得的許多印象，我前面所提出的觀點都應重加審定和證明。這些觀察到的資料，似乎肯定了心理上的洞察，在我的觀念中幾乎可以說是一個定例。就我所知，這個看法到目前為止在心理分析學的文獻上還沒有提出來。我幾乎覺得這個定例可以適用於各個個案。那就是：一個人無意識的動機可以由他的行為使別人所產生的反應顯示出來。用另外的一個方式可以這樣說：心理學家可以從一個人的行為所產生的效果，而推論出他無意識的動機，這種無意識的動機往往跟他有意識的想法相反。如果我們把這條規律用在日常生活上，我們就可以確定某人的無意識的動機是什麼，而不必管他有意識的願望和意圖。當然有例外，譬如說，如果反應者本人是一個罪犯或心理有病態的人，或者外在的環境是如此複雜以致於把當事者的潛意識的意含扭曲。

當然，前面這種洞察在心理學上仍是一種初步。我們可以觀察到人由於他自己的行為而對自己造成的傷害；太太，朋友或老闆所發生的反應，往往是憤怒的，往往是對他的一種欲罰。心理分析家現在一定會發現，這人的無意識動機使別人產生了確定的反應，分析家在這個時候要把石頭挪開，看看下面隱藏的是什麼。他會發現有許多不同的動機，或者是自我懲罰，或者是傷害自己的意圖，或者攻擊他人的意圖等等。我關於這方面所提供的概略性的洞察，並不能用來通達堂奧，但是我確實已經把大廳的門打開，從這裡你可以進入內間。我自己年青的時候有一個類似的例子，使我留下了很深的印象。有一次我跟亞瑟許尼茲勒(Arthur 道 scler)聊天，我說，在實際生活中找不到像他的一齣戲劇中所描述的處境。幾個月以後我發現自己正好處在那種不可相信的處境中，就好像我原先預期這種處境，而我對許尼茲勒所說的話，正好表示了我這種激烈處境的排斥，是對於我

在意識中不知道、但在無意識中卻明白的可能性之否認。

我們的行為與言詞在他人心中所引起的結果，我們往往都能夠預期，而這種預期可以說是無意識間投射所產生的結果。再者，我們也不可以低估前意識知識所扮演的角色，這種角色是以我們早先的經驗為基礎。但“預期”這個現象，最主要還是由無意識的內射所決定，也就是說如果我們處在他人的處境中，我們會怎麼樣。有時候，這種預期甚至會達到意識層面。

譬如說，我有一個女患者，在一次分析治療的時候，顯示了強烈的無意識的抗拒，然後她說：“你會多麼厭惡我呀。”這句話意思好像是說，如果我處在你的地位，對於一個想折磨我的人，我是多麼厭惡。另外有一個年青的女患者所說的話也相類似，她一直要確定我的善意和原諒。她不斷的求我原諒，問我是不是一直還對她耐煩，是不是對她還一直保持友善的態度，不過這時候她在意識層面並不感到我對她有何惡意，到了很久以後我才知道她求請我原諒究竟是什麼意思，那是因為她心中有一種對我攻擊的傾向，這種傾向沒有表達出來，卻有一種請求原諒的態度透露出；她的自我雖然沒有察覺出這種攻擊的傾向，然而在無意識中她卻是知道的，因此不斷求我原諒。

心理的投射作用透過預期的作用，使我們明白許多的宗教信仰和迷信如何在心理上產生。當我們作了某些事情，我無意識中會察覺到對方會有什麼反應，因此我們就採取了某些預防的手段，以免那些我們意料中的懲罰落到我的身上。像我們有時候相信“邪惡之眼”(the evil eye)，便是由於這種心理的緣故而產生。

我已經說過，預期的作用對於我們自己內在有秘密的認識。然而這種認識就像被埋藏的寶藏一樣，埋藏的處所已經不知道，因而也就無法挖掘出來。在無意識中自我對於他自己和別人擁有如許的認識，然而這種認識卻是我們所無法接近的。而在另一方面，它卻常常過份高估我們在有意識層面所具有的心理認識——也就是說，高估了他所能夠運用的那一部分心理認識。

哥德在跟艾克曼談話的時候曾經說，預期是“一種先見(Foreknowledge)，從我們對於內在的自我認識而來。”如果我們把這個定義加以補充，說明“先見”是從對我們內在自我無意識的或被壓抑的知識而來，我們就可以同意哥德的這個定義。如果我們對於內在自我沒有無意識的認識，便不可能有先見。心理的知識都是以人對心理的瞭解為基礎而產生。再者，預期的作用要比理性的知識先行許多，它那種頑強的自信是由心靈的深淵中產生。在某些特殊的分析治療中，我們可以證明，這種“先見”可以追溯到我們對於自己隱藏的衝動，對於自己內心或別人的內心中隱藏的可能性的察覺，從這裡找出先見的淵源。拉丁學者們有一句諺語，說“學習只不過是回憶”(nihil 怎

aliud discere

quamrecordari)。我不認為這一句拉丁諺語是完全正確的，我們學習很多事物而並不是由記憶力產生。然而預期和先見在本質上卻只能是我們無意識知識之反映，而關於這種無意識的知識的心理淵源和它的本性，往往逃出了我們的記憶之外。這種認識是屬於自我認識的廣大領域，這廣大的領域便是自我的領域，它遠遠超過了有意識的自我之狹隘的界限。

第四十三章 思想的震驚

有一個錯誤的假定，認為心理分析的過程，大部分跟分析者的人格沒有多大關係，這種錯誤的假定幾乎已變成了神話。在這裡我所指的並不是心理學工作的治療方面，而是指觀察方面。在對於無意識的心理過程之領會上，隨個人的天賦而有所不同，我想沒有一個人會反對這種說法。

在我看來，很顯然，個人心理的秉賦固然由它的自我分析和更進一步的分析訓練而得到改變，不過，這種訓練對於他的敏感性究竟有多大的幫助，畢竟我們所知仍舊甚少，譬如說，他對於無意識的言詞與行為的敏感，對於它們一一的捕捉和解釋的範圍，對於心靈底層的事物之間的關聯之察覺能力，到目前為止，我們仍舊不知道訓練能夠有多少幫助。不管怎麼說，天賦的不同我認為無法用訓練來加以平等化。從經驗裡我們可以看到，一個人即使通過所有的學科，他的心理領會能力可能仍舊沒有多大變化。即使心理分析者也只能夠在他們有學習能力的範圍內學習到一些事物。我確實相信心理分析的訓練可以彌補性格上的一些缺瑕，改正人格上的一些缺點，但我不相信人格上缺少的東西可以由訓練來彌補。

不論任何成就，如果無意識的努力在其中扮演部分角色，這種成就就必然跟成就者的秉賦有關。在對於無意識的心理過程作考察的時候，考察者天性和性格中的不同，必然對於他認識能力的深度與性質有關。心理分析者在他的工作中即使他的自我沒有表現出來，即使他的人格隱藏在他的成就背後，但這絕不是說他的自我在這種工作與成就中沒有發生作用。由於無意識的心理過程是最個人化的和隱秘的東西，設若不是通過分析者自己最個人的和隱秘的秉賦，又如何去領會和捕捉呢？就心理分析者來說也是一樣，他要成就某種東西，他必先是某種人。

我跟我的大部分同業都不相同，我認為要猜測和領會無意識的和被壓抑的心理過程，個人的性格特徵扮演著重要的角色。心理分析者也像任何的科學家一樣，盡可能以客觀而精確的態度來觀察和描述他所考察的物件。為了這個目的，觀察者自身個人性質的東西，似乎應該排除在考察的過程之外，因為這種主觀的觀察可能會騷擾我們的認識，但這並不表示我們應當把認識的器官加以限制。生物學家用眼睛、嗅覺和觸覺來觀察研究他的物件；醫生也曾這些器官來診斷病人的生理變化。同樣的，無意識也是一種感官，它有它自己的生命，我們不能夠排除它的作用。當然這只是一種比喻，但無意識的作用在認識的過程中確實有它重要的地位。

每一個人的無意識，其官能都是一樣的，是為了捕捉他人心中隱藏的心理過程；每個人心中的無意識都有相同的傾向，和相同的心理工作法。可以說它是每個個人心中最非個人的東西，然而在對於心理過程的認識中，我們不是又提到個人因素的極大重要性嗎？然而我們所提的個人因素並不是指這種無意識，而是指每個人的意識與前意識跟無意識之間的不同關係，這種關係是人人不同的，而由於這種不同的關係，也就造成了這三種意識之間的動力現象和經濟現象。每一個人心中的這種關係，就反應了他的歷史，以及他同外在環境和內在世界的關係。

當心理分析學家宣佈，個人的抑制局限了他的領會力，他們所提出的只是因素

之一——當然，這是很重要的因素。在意識和無意識之間的關係，還有許多都是在心理分析學上極為重要的。值得一提的是，他們所提出的這個因素是消極面的：它對於我們個人心中的領會力加了限制。但我們絕不可以說當我們把這些限制經過深度的心理分析之後，個人就能夠像傳說中的所羅門瞭解一切動物的語言一樣，輕易的瞭解有意識的語言和無意識間被壓抑的語言。因為抑制的解除只是短暫的，往往一瞬即過。意志作用是文明發展必然產生的後果之一，也必然受到文明發展的左右，往往在解除後不久又回到它的老路。

除了抑制的因素之外，還有另外一些消極性的性格特徵，不過在另一方面也有一些心理因素有益於個人對無意識心理過程的領會。對於這些個人的特質我們所知仍舊甚少，而就我們所知的這些少部分，仍舊必須加以反復的實驗和考察才能夠確定它們是不是真正可靠。

在這些零碎而數量甚多卻又仍舊尚未完全明瞭的大部份資料中，我隨便提少部分來作說明。我敢確定一個人如何來處理他的情感經驗，決定了他對於無意識心理過程瞭解的深度和廣度。法國有一句名言：“風格即是人格。”弗洛伊德把它改正為：“風格即是人格史。”這句話所指的可能不只是個人的生活史，也包括祖先的情感生活史。在我看來，一來人如何為他人作心理分析，也是他個人生活史的部分。我認為在對於領會與瞭解這般個人性的而又內在性的心理過程的時候，把個人的因素排除在外是荒唐的事情。

如果有人問我，一個心理分析者最重要的素質是什麼？我將回答說：是道德勇氣。要求心理分析者必須在頭腦或知識和思想的銳利上比他的患者更優越，這是荒唐的。但是在道德勇氣方面，或者我們可以稱之為“內在的真實”方面，他卻必須比患者更為優越。心理分析者的訓練重點應該落在心靈的獨立上，而不是如何去獲取實際的理論、技論，技巧上的能力之獲得遠不如內在的真誠重要。

在舊的奧地利，凡是一位作戰勇敢而有傑出表現的士兵，在所獲得的勳章上都有這麼幾個字：“為了在敵人面前的勇敢。”一個心理分析者所必需的勇氣似

乎也可以這樣說：“在他自己思想面前的勇氣。”當一個人遇到他自己內心中的思想和觀念，而其性質和道德、美感、邏輯的要求完全相反的時候，這種勇氣的有無，立刻可以呈現出來。我們的自我對這一類的思想和觀念發生特別的抗阻作用，因此對於這一類的思想和觀念便有種種的對待態度。就像在面對外在的敵人時，你可以迎擊和打敗他們，也可以躲藏起來，或否認他們的存在，或者是逃跑。

跟這一類的思想出其不意的相遇，會產生短暫的心理反應，這種反應我稱之為思想的震驚。這個用詞我是取自弗洛伊德的《夢的解析》。這個用詞在這本書中只出現過一次，不過是在一個很重要的段落中。從時間上的因素來說，它不適合用“恐懼”這個用詞。因為震驚比恐懼時間要短，如果把恐懼比作一條線，那麼震驚就像是一個點。

當我們出乎意料的感到一種思想或一種衝動，而這種思想和衝動是我們原先以為自己不可能會有的，這時便也會產生震驚。不管我們是如何誠心誠意的檢查自己的自我，我們都不會意識到這種東西存在。然而，我們卻無法逃避這種觀念或衝動的責任，除非我們相信是撒旦或某種黑暗的力量在誘使它們，從我們內心產生。

可是為什麼我管這種出其不意而產生的反應稱做思想的震驚呢？難道我們不知道，雖然內心裡有殺人的衝動，可是只要我們神經沒有失常，我們就不會向這種衝動投降嗎？思想是自由自在的，沒有責任的；難道它不能免除震驚嗎？我們心中不是種種思想都在反對這種殺人的衝動嗎？

事實上，並不是我們內在所有的心理都在反對這類衝動，我們內心有某種隱藏的因素在歡迎著這些東西。這種震驚唯一的解釋便是在我們內心，對於我們的意念和衝動既恐懼又希望它因為疏漏而成為事實。每一個人的震驚程度各有不同。但另一個事實則是我們大部分人都已經熟悉了這種震驚，雖然我們沒有注意到它。這種震驚往往很快由其他東西替代，不過在一開始的時候，總是有這種震驚現象，只不過有時候我們沒有察覺到而已。

為什麼說震驚呢？恐懼是不是更為適合的概念？從心理分析上顯示出來，恐懼之情在精神騷擾方面占著很重要的地位，同時證明出來恐懼的問題跟神經官能症的發展有極為重要的關係。然而神經官能症的問題之根源並不是恐懼，而是震驚。據我看來，除非我們把恐懼概念更向前推進一步，使它跟情感的震驚相連接，我們就無法解決神經官能症的起源問題。在恐懼中仍舊有人類最原始的震驚遺跡在內。動作的癱瘓是由震驚引起，而不是由恐懼引起，呼吸的急迫，臉色蒼白，以及渾身發冷的感覺，都是出自震驚。跟恐懼相比，震驚更為單純，更為不確定，而且性質也更為強烈。

震驚是最早的情感，是小小的生物第一件感到的東西。我不相信人在出生的時候感到恐懼之說，而相信在出生的那一刻，人感受到最早的深刻的震驚，嬰兒期以後常常所感受到的震驚便是出生震驚的複寫本。生理學和心理學各方面的研究，都認為出自自然的第一種情感便是震驚。我認為在受創傷的經驗中第一種感覺便是震驚。恐懼則是在面對一種危險時所感到的情感。震驚是對於強行加到我們身上的某種東西的情感反應；而恐懼則是對威脅我們的東西所產生的反應。恐懼本身是一種訊號，產生在震驚之前；它預料震驚的發生，因此保護我們使我們免於震驚所帶來的深刻傷害。由此一方面來說，恐懼是對於震驚的一種預期，另一方面則是對於震驚的一種緩和。

新生的人類和動物最初的而且最普遍的心理反應不是恐懼，而是震驚。成人幾乎難以察覺的最微渺的視覺刺激和聽覺刺激，嬰兒都會產生震驚的跡象，到後來慢慢對於環境的適應，才把這種震驚減低。小生命於易於震驚，在強度和頻率方面都隨著年齡的增大而減少。

教育的無意識目的之一，便是減低嬰兒的震驚程度與頻率，教育是用刺激的反復出現而使嬰兒習慣，這不僅是一種生物學上的適應現象，同時也是一種教育的手段。

整個的人類進化也像個體的兒童一樣，對於引起震驚的刺激慢慢獲得統禦能力。探險家跟人類文化學者們都共同認為，最原始的部落特別容易震驚。任何不知道的東西和不熟悉的東西，對他們而言都是奇怪的，令他們恐懼的。文明的進步使人不但是在引起震驚的物件方面數量減少，而且在情感的強度上也相對減低。恐懼之出現在震驚之前作了一個屏障，使震驚得以緩和。恐懼之情和震驚不但在強度上有分別，本質上也不一樣，它使得我們的自我不致於感受到特別強烈的震撼。

內在的震驚慢慢取代了外在事物所引起的震驚地位，我們必須把這件事情認作是文明進展的結果；原始世界的人所有的震驚來自外在，而我們卻對自己的衝動和驅使力感到震驚，奧尼爾筆下的鐘斯皇帝在大森林中見到目已被種植的幻像所圍困——他往日的事情統統活過來。原始人與鬼雖從四面八方圍繞，使他震驚，而文明時期的人類因種種良心的震驚而恐懼。當然，即使是文明人仍舊是有許多外在的因素使他震驚。但跟人類早先的時期比較起來，數量已經相對減少。我們可以假定，震驚的原因越是出自內在，它強度的變化越大，心理的結果也越大。恐懼做為一種替代品，來替代震驚，同時做下了一個保障，使震驚之情不再掩蓋過自我。

文明的首要任務之一就是使人類在跟外在的事物相關的時候，或跟自己向外投射的事物關係之間，免除震驚。人類最早的英雄，可能就是在那些在使他人癱瘓的震驚之前而能夠屹立不墜的。幾千年以後伊比鳩魯的努力便是走向這種文明的目標，因為他教導人類要停止對諸神的恐懼。文化努力的持續，在這裡所指示的乃是跟恐懼的奮鬥，這種恐懼取代了原始震驚的地位。在人類進化的途中，這種新的任務還離成功的階段太遠，這種任務現在告訴我們要對自己無意識的衝動與思想的恐懼作戰。我認為這個文化的任務有大部分落在心理分析學的身上，因為這種學識要減低個人的罪惡感，和社會恐懼感。一個人如果常常有勇氣面對他自己的思想，他就會更為真誠一些；他也會比較聰慧成熟一些。如果我們觀察一下別人的恐懼——這種恐懼常常使我們不能夠完全真誠——我們往往會發現自己和小孩子一樣。小孩子們在做了一些事情之後，常常種找種藉口，不承認他們自己幼稚的行為和願望。如果我們對於自己的思想意念更有承認的勇氣，也許我們就更能慈愛一些。以前有一個人曾經說，“愛就是沒有恐懼。”他的這個說法是頗耐人尋味的。

不但是跟我們道德要求不相合的衝動會引起我們的震驚，而且跟我們原先意見不相合的觀念和思想也會引起我們的震驚，譬如說，跟我們的美感要求和清潔、禮貌不相合的衝動都會引起我們的震驚，表面上看來這種說法是有點誇張，事實並不是如此，再者我們的震驚之感常常為時極短，立刻被其他的情感取代，有時不容易察覺，因此我們往往會否認這種情感的存在。

有些人只要某種言詞或行為、觀念跟他們習常的方式略有差別，就會感到震驚。譬如說，有些女人只要在性的方面有比較直截了當的或粗俗的念頭從心中掠過，就會震驚。如果我可以由我自己所得的觀察和別人所得的觀察作依據，那我就可以說，有時候當我們說某種不大巧妙的言詞時，我們都會覺得震驚。

病態心理現象的分析，可以很明顯的顯示出來這種震驚之情的存在；譬如說在突然的強迫性症狀中，就是如此。我有一個患者突然感到一種強迫性的衝動，想要喝某個人馬桶中的排泄物。這跟以前的傳說中日爾曼的騎士李希發斯坦的情況不一樣，因為按照中古時代的傳說，這位騎士喜歡喝他女人的尿。可是我治療的這個患者他想要喝的卻是他的祖母。當這個患者被這種不可思議的衝動控制的時候，他感到一種強烈的震驚。另外一個人當他對他既懼怕又敬愛的父親產生惡意的衝動和死亡的想法的時候，也感到同樣的震撼。產生震撼的原因要遠遠超乎病理現象的範圍。文明世界中的某些現象使人犧牲了人格中許許多多的部份，以便保護他們，使他們免於震驚。他們對他們的自我加上許許多多的限制，來避免震驚和因之而起的恐懼，因此良心實際使我們所有的人成為懦夫。

當我們的觀念和思想荒謬或顯得不著邊際，或者是把不能相提並論的東西放在一起，或者是把不可能的事情認作是理所當然接受了下來，或是違背了邏輯的基本定理的時候，我們也會產生相同的震驚。在對於驗證事實和與常識相符合的要求中，似乎有一種“無上的命令”的作用在內，不允許我們去思考不合理的，胡說八道的東西。跟這些觀念和思想遭遇的時候，我們的良心似乎扮演了知性的角色，不允許我們去犯知性的罪惡，不允許我們的想像去胡作非為。在這種情況下，自我批評顯然是帶著道德的色彩。這種情況可以說是跟我們幼年

所受的教育有關，在幼年的時候跟我們最為親近的人不但教育我們不要為惡，要有道德，同時教育我們的思考和語言要合理，要尊重事實。違背了理性的法則，跟事實不相諧和的思想，這些一直是我們幼年所崇敬的人所不允許的。因此，當我們一旦陷入原始的思考法，而不符合成人的邏輯的時候，我們有時候往往會覺得這是一種背叛的行為。對於這種行為的情緒反應，往往是一種知性的震驚。

當這種胡思亂想的觀念在心中有意識的層面呈現出來的時候，我們會產生有意識的震驚。當然，對於這種想像和意念的反應有種類的不同。有時我們會笑它們的奇怪，但往往是在初期的震驚之後才笑出來。在震驚和可笑的感覺之間往往只是一步之差。當荒謬或胡思亂想的念頭出現的時候，短暫的震驚有它在心理學上的地位；如果對於理性的思考沒有任何尊重的話，我們的想像，我們的非理性面可能不知所止。

心理分析者的任務之一便是要面對這種思想上的震驚——這就是說當分析者在處理他研究的材料時，如果荒謬或不相關的念頭產生，他不應該吃驚的向後退。有時候冷嘲熱諷的念頭比較容易走到意識的領域，而奇怪的或胡思亂想的念頭卻反而不容易走進這個理性的——或者將要理性化的——世界中來。

患者驚懼于自己的意念，就像馬突然發現自己的影子一樣；當然心理分析者絕不可採用患者的這種態度。這個比喻使我想起一個例子。有一個患者受著種種的疑慮所擾，他有嚴重的強迫性神經官能症，有一次他想像到法王路易四世的謀殺者拉瓦拉克(Ravaillac)。拉瓦拉克被判死刑，五馬分屍。我這個患者想像到自己被綁在繩子上，由馬向四外拉扯，又想像到他被分解的屍體。第二天當他告訴我這個幻想的時候，他還在不寒而慄。“真是胡思亂想！”他驚叫道。以前我在學校的時候聽過拉瓦拉克的故事，從此以後我再也沒有想過這件事情。但在我們分析的過程把這個幻想很認真的加以探討。我們發現到他必然跟法王路易四世的謀殺者認同。他想起了在學校的時候，當他聽到拉瓦拉克的做事時，他對於他父親所養的幾匹馬極感興趣。然後他又回想到另外一件事。法王路易四世是坐在馬桶上被謀殺的。我這個患者幼年的時候也由於他父親常常坐在馬桶上很久而感到惱怒。他對於父親又羨慕，又討厭，很多的想像都是圍繞著這個圈子在轉。每個心理分析者都由於經驗知道一些類似的例子。

即使是分析者也很容易把這些觀念認為是無關緊要的，認為是沒有意義的。要把這些東西認為在治療上 useful，具有重性，必須道德勇氣。一個沒有道德勇氣的人，永遠無法發現自己的心中和他人的心中令人震驚的東西。大部分的人當他們產生了幻想般的或無理的念頭，往往就逃往合理的思考中，把那些東西排除，認為它們是胡說八道。只在理論上相信這種不招自來的念頭和聯想具有價值，並不能保證心理分析不受思想震驚的襲擊。

我所說的道德勇氣就是內在的真誠，這種內在的真誠往往不只是要把我們的思想 and 意念看清楚，而且應當把它們說出來。如果我們自己不說，又如何能夠期望別人有勇氣說出來呢？當然這種勇氣必須要跟自我批評和謹慎的思考相配合，但所謂謹慎的思考絕不能只是知性的方面。在我看來，勇氣是最佳的道德之一，因為它可以排除許多的錯誤，例如扯謊、偽善、和不真誠。在許多狀況下並不是由於我們缺乏知識，也不是由於我們不夠敏銳，而是由於缺乏道德勇氣，使得我們不能夠領會潛意識心理過程的意含。是這種道德勇氣使我們發現以前從未發現的無意識心靈中所隱藏的東西。弗洛伊德曾說，他之所以能夠發現夢境中隱藏的意義，歸功於這種勇氣。我們可以慢慢越來越瞭解，心理上的領會跟知性關係較少，跟性格關係較多。為了要把無意識的隱藏真相帶到日光之下，我們不僅需要科學，也需要良心。

克服恐懼和恐懼之前的震驚，在對於無意識的心理瞭解上是極為重要的。這種道德勇氣在心理學的領域中，就像身體的勇氣在其他的領域中一樣必需。只有那無所畏懼的——“不震驚的”——就用拿破崙的話說，是那“有黑夜勇氣”的人——才能夠向未經探測的心靈領域前進。這種前進有它的危險，不亞于原始森林，北極冰原和地層。敢於去思考社會所禁止的東西，在自己的思想面前無所畏懼，實是心理分析者的教育中至為重要的一環。最近一些年來，我所獲得的印象，認為心理分析者自己往往也缺乏道德勇氣，不敢把他們想的話說出來。在監督年青的心理分析者工作的時候，我們常常發現從他們心中晃過的念頭，本可以把他們所要去治療的問題迎刃而解，然而這種念頭卻隨風飄去，隨著那“與任何人都無益的歪風”而逝。一個不得其所的顧慮，關於自己的觀念的羞怯，向約定俗成的看法投降，不僅是使患者裹足不前，逃避他們內在的情感與思想，往往使心理分析者本身也如此。再者，心理分析者往往也追隨著那

種抗阻最少的路線，而不會遵循那最大利益的路線。他常常覺得想把那些看起來“愚蠢”、過份、胡思亂想、或奇怪的念頭掃到一旁。他常常也會運用患者所常常運用的把戲，對於自己心中所發生的觀念，常常藉口不重要，不相干而掃到一旁。不愉快的事實，聽起來令人觸怒的，不美妙的，或不道德的話，他往往也猶豫不決，不敢告訴患者。他所作的發現如果在患者心中產生不愉快的反應，他也往往試圖逃避。這種逃避與藉口往往是一種掩飾，在心理分析的工作中危害至大。

心理分析者告訴患者的話，患者需要經過一段時間的心理準備才能夠消化吸收，這是事實。但是當心理的時機已經到來，心理分析者便別無選擇，他必須把他挖掘到的事實說出來。

給年青分析者的忠告如下：把事實說出來，整個的事實，除了事實之外沒有別的。不要有虛假的謙和，也不要虛假的尊嚴，不要用小心，不要自我保護！小心是智慧之母，但小孩子有時候卻會不服從他的母親；要自立，要青出於藍，要比他的母親更為“智慧”。把事實說出來，而不加任何的體諒，不要考慮到它突兀的結果，這正像為了挽救生命而行使外科手術一般。它雖然令人創痛，卻可以治癒疾病。有些關於自己的幻像必須割除。你要做蛋糕就無法不把蛋打開。不加任何裝飾，不加任何修飾，而把不愉快的事實合盤托出，不要使它顯得無所謂，顯得不重要，顯得比較容易接受甚至顯得比較可愛。不要加形容，不要加修飾，不要“對水”！鏟子就是鏟子，而不要說是農耕工具！態度溫和，但實質上要勇敢！當患者覺得你對他是善意的，他會面對事實，告訴他事實就等於你承認他有智慧，承認他有道德勇氣。道德勇氣不僅是對於自己的真誠有所影響，不僅是對於自己的認識力和患者的認識力有影響，它也不僅是只具有心理醫療的價值。內在的真誠就像扯謊一樣是有感染性的。謊言有千般面目，要想偵察出它幕後的真相並不容易，但事實卻是不會錯誤的，它的音調不會是虛假的。那在隱藏的思想面前保持道德勇氣的人，也可以使得別人勇敢，使他在他的生活圈子裡更能夠影響到別人，有助於整個的一代都更為勇敢。【譯注：液體中加水稀釋，稱之為“對水”。】

第四十四章勇於“不瞭解”

對於心理分析學中最重要發現要想能夠領會，必須經歷某種程度的“受苦”(suffering)。這個真理是我們每個人幾乎都知道的，它就圍繞在我們的四

周，因此必須有一個人把它說出來，而不論把它說出來的結果對心理分析學的學生有什麼影響。這個話說起來很簡單，但必然會引起爭論——即使在心理分析家也會如此。在每個社會中都有某些東西，被那個社會的人認為理所當然。然而只要有人把它說出來，卻必然會產生各種不同的意見，成為爭論的題材。

好啦，我故意選“受苦”這兩個字。我本來可選“痛苦”(pain)。但我的意思是要指在獲得心理分析最重要的經驗之際，我們內心所感到的痛苦中至為重要的成份，而要說明這個成份我認為除了用“受苦”之外沒有更合適的字眼。

什麼？具有客觀真實性的真理，每個人都可以證明的病例，竟然需要觀察和學習者受苦嗎？我們常常聽說，這樣一種主觀性的東西，可能是在科學研究中未曾聽聞的。人們會說，這使人想到宗教的得救信條，若要實行這種信條，個人可能要受苦。但是科學的心理學知識也需要學習者這樣受苦嗎？紛至遝來的辯論我無法一一回答，而且我也不善於爭辯，因此我不想對這些問題作各別的回答。我要提醒讀者的是，有些知識，其獲得的條件，並不依靠老師的意志，而最重要的是那種知識究竟是什麼知識，也就是說，以知識的性質而定。

心理分析學知識的性質證明我的話是正確的，這種知識不僅是知識，而且必須經驗。心理分析學方面的知識除非我們把種種的抑制移除，我們便不可能充份的有所認識。這裡就觸及到中心問題。抑制的動機與目的都是在避免痛苦。把抑制移除必然會導至痛苦——痛苦二字是最廣泛的意涵。但是要想獲得心理分析最重要的知識，必須把抑制移除，把對於某些觀念和情感的抗拒作用克服。當然這裡所觸及的不僅是個人的敏感，驕傲和虛榮，還有其他的東西在內。我們最“珍貴”的幻像都被懷疑起來；這些幻像之所以珍貴是因為它要我們作太多的犧牲，以便維持它們的存在。我們最熱切喜愛的觀點和信念，心理分析學都會給我們拆臺，心理分析學使我們割斷許多舊有的習慣。這種新的知識使我們面臨一些的危险，是很久以前我們自以為已經克服的了。心理分析學又使許多思想浮現出來，而這些思想我們原先不敢去想，它也觸及了一些情感，是我們原來一直避免去面對的。心理分析意味著侵入我們知性的和感性的禁忌領域中，因此會引起我們一切的防衛反應。這些領域中的每寸土地都受著頑強的防衛，因此要克服它們，我們必須經過極大的困難。但是心理分析學要想走入人心最深和最敏感的層面，就必須忍受痛苦強行進入。

心理分析學的知識，必須由個人親身去經驗；但這樣說仍舊不算正確，我們必須說，必須親自去“忍受”——也就是說，必須為了它親自去受苦。

我們所要做的，是要把問題最黑暗的角落照明；個人忍受痛苦——或者說接受與消化知識痛苦的能力，乃是心理分析學最主要的特色。在我看來，我們沒有權利向學者隱藏這個事實，就是，最深的知識必須通過痛苦才能獲得。然而，忍受痛苦的能力卻不是可以學得的。忍受痛苦的能力也是一種秉賦，那是一種恩寵。讓我把我的話說得更為清楚。在我目前的患者之中有一個很有才能的劇作家，他的寫作技巧，戲劇感，他的風格都是毫無疑問的。他聰慧，觀察力敏銳，懂得人間的事物。可是他為什麼會失敗呢？哥德提出了回答，他說：詩人乃是神給予秉賦，要他去說出他所忍受的痛苦，以及所有忍受痛苦的人。這個年青的劇作家有能力說他所感受到的東西。問題是他不敢感受痛苦，他總是選擇最方便的道路從衝突與痛苦之中脫身出來，他不要面對無可避免的悲傷與絕望。我們心理分析家們常常不能免除患者所必須面對的痛苦。為了要做蛋糕，你就必須把蛋打破。

但心理分析者如果自己不能夠忍受痛苦，他又如何瞭解別人？在這裡我們又可以回想到前面所說的話：為了要成為一個心理分析家，性格上的特徵要比智慧上的特徵來得重要。

然而，許多知識不也是必經過痛苦才可以獲得嗎？當然，在這裡我所說的是心理分析學中最為重要的部份，而這些部份卻必須把抑制移除。要想對人內心最深處有所瞭解，必須把心理分析者自己心中的衝突矛盾厘清，必須要看清自己心中最脆弱和最危險的部份，要把他沉睡中的一切都喚起。這種知識唯有通過自己的痛苦才能求得。在心理分析者能夠坐在躺椅背後為他人作心理分析以前，他必須自己先面對生命。

就以這種意義而言，閱讀心理分析的著作，聽心理分析的課程只不過是準備而已，它們絕不可能給人透視的能力，但是透視卻是唯一重要的東西；由書籍和聽講所能獲得的只是知性的領會，在這個層面很少遭受抗阻。可是為什麼在這裡我只強調受苦呢？那領會了人的深沉經驗的人不是也感覺到歡樂嗎？但，那能夠經驗人類深沉痛苦的人，便不必擔心他領會其他情感的能力。心智的自由對於心理深刻的洞察力只能由忍受痛苦而獲得，沒有其他的道路。

有時候為了減少痛苦，我們也減少了我們對心理的洞察能力。我常常提到的那種無意識的知識，有很大的一部份是從我們的痛苦中產生。使我們獲得智慧的並不是不幸的遭遇，災難和噩運，這些東西只能使我們變得精明而已，但

是受苦——一旦我們經歷到並掌握之後——才會使我們獲得智慧。

在我結束這一段討論之前，我還要提一下“內在的真誠”這一個主題。對於無意識的認識，我認為這是一個最必須的條件，不但在征服人類心靈未探測的領域，這種真誠是必須的，即使要兌服虛假的合理思想，也必須依靠內在的真誠。在心理分析的工作中，我們常常會走向表面合理的路途，因為我們思想的習慣最容易向著這方面前進，把那些看起來奇怪的，滑稽的，不合理的拋在一邊。再者，這些意念往往一瞬即過，難於捕捉。

別人往往告誡我們不要聽信胡言亂語，這種話在一個心理分析者聽起來，就像他內心的回音一樣，那是代表著抗拒作用，這種聲音往往壓蓋了其他的聽音。社會的告誡，智慧的家常話，以及古人的忠告和現在的精明，都聯合起來要他忽視那模糊不清的蹤跡。如果對於所有這些一般“合理化”的解釋不留情的看穿，必須道德勇氣。一個剛剛開始工作的分析者，如果想拒絕這些東西的誘惑，堅持他自己找到的蹤跡，就像獵犬一般不肯為別人的召喚分心，他就能感到那種孤獨者的冷漠，然而，他卻仍舊可以得到寬慰，因為那種只聽別人的聲音的人，將聽不到自己的聲音，那總是走向別人的人，不會走向自己。

周圍的人在我們心中所造成的痛苦，實際上比我們心中所願意承認的程度還嚴重。別人的評論往往使我們心情失去平靜，但不會使我們失去勇氣。但是當我們所尋求的東西似乎沒入黑暗之中，或者沒入遙遠的未來，我們就往往處於更危險的心理狀態，尤其是別人似乎經由寬敞的大道到達目的的時候。

對於心理過程真正的認知，不僅是別人有抗拒的現象，我們自己也有抗拒的現象。我們也像別人一樣，陷於這種誘惑之中，就是想用已經定好的公式來探討問題，來看待事物。有時候在理論上我們也覺得心理分析學就像其他的科學理論一樣，有可疑的地方，因此更增加了我們猶豫不定，以及態度上的懷疑。我們必須警告年青的心理分析者，在心理分析的領會上不要走快捷方式。匆促得來的知識沒有力量，而只有一種若有所知的外觀。

一個從事過幾年心理分析工作的年青人，如果對於潛意識心理過程的解釋，不那麼快速，我倒認為這是可喜的現象。不久以前有一個年青的心理分析者向我哀歎道，有一個病情他覺得資料非常複雜，他無法立即掌握和領會其中的關係。我勸他等待，不要變得不耐煩。一件事情如果變得容易，必然沒有什麼值得瞭解的東西。他猶豫著告訴我，自從他在學校讀書的時候，一直到他後來跟學術界的朋友碰面的時候，一直都沒有別人那樣易於領會，一直都沒有辦法將

錯綜複雜的病情弄清楚，他感到嫉妒和羨慕。他的這個例子可以讓我們提出進一步的討論。這種情況我們大部份的人都相當瞭解。在心理分析學會上，某些人吹噓著如何輕易解決了心理分析上的問題，如何輕易的穿入某個神經官能症的結構之內，他又如何輕易的辨別出心理的構成條件。

當我還不能領會問題究竟在什麼地方的時候，別人竟然老早就把它解決了。我當時也是既嫉妒又羨慕的看著這種既輕易又迅速的領會力，而我卻永遠無法達到似的。我總是顯得魯鈍，緩慢。當時我覺得一個人的智慧秉賦可能就跟這種快慢有關，而科學心理學也似乎再再證明這種迅速的領會力是何種重要，又是何等不可改變的秉賦。

隨著年青歲月的過去，我對於這種輕易的領會力的讚美慢慢消失。難道是經驗使我懷疑嗎？經驗並不能告訴我們什麼，除非我們有心從其中學習。我慢慢學習到的是，在智慧上輕易而浮華的東西都是不可靠的。我想起了在維也納的時候有人形容一個政治家，說他：什麼東西都懂得很快，可是什麼東西都搞錯了。慢慢的，我對於別人這種輕易的領會力有了不同的看法，我開始抗拒這種輕易的途徑。而且別人的經驗我也審慎的加以考察，因為別人的經驗只是傳統的幌子，所傳達給我們的東西並不是可靠的。要獲得真正的東西，必須我們親身去體驗。

心理分析學的日常工作讓我們知道我們是如何容易陷入這種誘惑。譬如說在一個夢境的兩個顯在內容之間有某種相關的關係。這種相關的關係可能只是表面的，在下層隱藏著寬廣的深溝。然而心理分析家們常常用很多的理論，用以前的例子，來牽強的把兩種顯在的內容加以連接。但所連接的只是一個人為造作的結構，並沒有深入作夢者潛在的內容。分析者對於口誤、筆誤，往往也作這種輕便的解釋。如果我們一旦向這種輕便的解釋投降，我們往往便不知所止。我們很快的就認為就是這個樣子，而不可能再有別的解釋。在心理上我們慢慢撤銷了對這種輕易解釋的抵抗力，而向這種表面上很合乎邏輯的說法投降，一切都很輕易，一切都飄飄忽忽，一切不可能銜接的東西都銜接了起來，一切矛盾衝突都掩蓋了起來。凡是不適合這個解釋的，都把它刻意安排，作新的排列組合。因此我們對於年青一代所提出的忠告是這樣：不要向太迅速的瞭解投降。

我們常常聽到心理分析方面的人物吹噓道，在一般人認為荒謬的或無意義的行為下面，有著一種秘密的含義，而這種含義已經被心理分析學發掘。這種成就固然了不起，可是還有另外一項更了不起的成就。心理分析學曾經拒絕接受聯想的理論，只因為聯想的理論太合理了，心理分析學也拒絕承認內在因果中的關係，也是因為因果關係似乎太合理了。身體的刺激可解釋夢的現象，青春期的開始，這些都是言之鑿鑿的理論，在這些方面如果我們提出疑難似乎不應該。另外一些生理的現象也指明歇斯底里症，恐懼症，以及強迫性的神經官能症如何產生。所有的這一切的看起來似乎都已經明白無疑。如果在這一方面我們還要堅持認為其中隱含的問題，那等於是雞蛋裡找骨頭。即使不說你心靈偏頗，也相去不遠。

我必須再三說明，不瞭解心理現象之間的關係，要比浮淺的領會更進一步。浮淺的領會等於是把人帶入死巷。而不領會卻仍舊有一條寬敞的道路在等待。在別人看來樣樣都清楚的關係，而自己卻覺得困惑，這並不是愚蠢的征跡，那可能是自由心靈的表徵。別人都覺得毫無困難就可以領會的東西，自己硬是覺得難以領會，這可能是新的知識的開端。就這種意義來說，迅速的領會以及浮淺的理論，都是荒瘠不育的，因為它只觸及到事物的表面。從這裡看來，中庸的才份再加上迅速的領會，以及分門別類的的能力，對於文化的用處往往是弊多於利，倒不如暫時不能領會，還有更深一步探討的可能，因為這種疑慮與不能領會，乃是更深一層領會的先驅。

有些情況中原來清清楚楚，井然有序的，突然變得混沌起來，我們每個人曾經都有過這種經驗，就是原先我們很明白的東西變得不明白了起來，究竟為什麼會如此我們也不知道。我們曾經原先測驗過的，檢查過的，認為一切都很恰當，可是後來竟發現樣樣不對，感到沒有一件事情是確定的。在陽光之下我們發現了暗影。在許久以前解決了的事情卻重新成為難題。

每一個人或許曾經都過這樣的經驗，一塊地毯的圖案本來是很熟悉的，可是突然間那圖形變得分散了，和他原先熟悉的樣子不同，這裡邊有著其他的變化，

其他的排列方式。我們的眼睛很習慣于原先的圖案，我們從來沒有看到別的圖形呈現出來。可是有一天我們熟悉的圖案分解了，老的圖案模糊不清了，那線條拒絕再用原先的方式結合。我們對心理上的認識也有這樣的現象。以前我們曾經加以分門別類的，作過判斷的，清楚認識的，現在突然變得不可解，變得處處都呈現著問題。這時候那問題的考察者就會說：我不再能夠領會這些問題。

這種不瞭解的勇氣是知識勇氣最重要的一環；我的意思當然不是指那些明明白白的事，而是那些外表上似乎清楚，而實際上還有許多隱含的內容的東西，一般人都以為已經瞭解，但真正的探索者會發現其中還有許多問題，他必須具有承認不瞭解的勇氣，他不要參加那些似是而非的論點。我們內心會對不瞭解產生不耐，但需要我們內在的真誠去忍受這種不耐。我們不能以為我們的思想什麼都知道，而且我們還要有勇氣去拒絕承認這點。

有一批科學上的虛無主義者告訴我們，人跟真理沒有任何關係。這絕不是正確的說法。我相信人的心中對於真理都有極大的渴望。阻止知識向前進步的是另外一種東西，那是人們以為早就獲得了真理，早就擁有了全部的真理。人類能夠作真正新發現的領域，絕不只是未曾探討的領域，已經探討的領域中仍舊可以作更重要的，更令人驚奇的新發現。我們並不只是要在未知的地方探險，而且要在有精確地圖的地方探險。在這種地方我們往往可以發現許多令人驚奇的東西。這就像古希臘的戴奧尼索斯一樣，在雅典擠滿了人的市場中找人。但是對於那些看起來已經解答的問題還要在其中去找尋問題，也必須要有智性的勇氣。而這種勇氣終究會使我們克服通往黑暗世界的阻力。

告 別

在這本書的開端，就提到弗洛伊德的名字，在這本書的末尾，我還是要提到他。我從阿姆斯特丹搭乘飛機到維也納，跟弗洛伊德說再見。我們兩個都知道，以後再也不能相見。在握過手之後我站在門口，一句話都說口不出。我的兩片嘴唇貼在一起如此之緊，以致於無法分開。他必然感覺到我所感覺到的心

情。他把手臂繞過我的肩膀，說：“我一向就喜歡你。”（他以前從來就沒有說過類似的話。）我無言的鞠躬；他用低沉而堅定的聲音說——好像在安慰我一般——“相合的人並不一定都要在一起。”

自此以後，當我想到弗洛伊德，或是想到我的親戚朋友，有些多年不見，有些永不再見的人，我就許多次的反復著這句話。我一再的這樣說：“相合的人並不一定都要在一起。”後來當我發現弗洛伊德的某些學說，由於新的研究結果需要修改的時候，有些批評家認為我是弗洛伊德的叛徒。這種指控根本不值一駁，我要引用弗洛伊德的一句話，或許可以讓這些人可以自我反省一下。有一天弗洛伊德對我說：“Moi,那 je ne suis Pas un Freudiste.”（“我麼，我不是弗洛伊德學派的。”為什麼弗洛伊德要用法文呢？可能是一句法文古語的變奏吧，可是這句話的原文我並不知道。）當我想像到這本書要到達讀者的手上的時候，我又再次的想到弗洛伊德的這句話。無疑這本書將會到達許多年青的知識人手上，有些人是這本書適當的讀者，有些人則不是。有些年青人對於心理分析學抱著強烈的好奇心，對於人類的深度心理學抱著渴望的求知欲，對於這些人來說，這本書將要像強烈地震後的餘震一般，作為證言，使這些年青人能更進一步的瞭解弗洛伊德的學說與思想。

這本書特別是為那些具有第三只耳朵，能夠諦聽內在聲音的年青人而寫。他們不但是能夠諦聽已經發出來的聲音，甚至可以諦聽字裡行間的以及沒有說出口的聲音。我知道在年青的一代之中，有許多人是具有敏銳的心靈，對於人的無意識心理過程能夠靈敏的察覺到，他們有觀察與分辨的天才，能夠辨別出心理問題的微差，他們具有獨立的判斷和道德勇氣。我對於這些年青人要提出告誡，同時要鼓勵他們。我要像帕沙侯爵(Marquis 起 pasa)去世以前對他年青的朋友，西班牙的王子卡洛斯先生(DenCarlos, Infant of Spain)那樣說：“告訴他，”這個年老的朋友在去世以前，請別人轉告卡洛斯說：“告訴他，當他長大成人以後，要對他年青時的夢想抱著尊敬。他的心不要開向那些垂死的、低等的理性的蟲子，不要被那些塵世的智慧沾汗的熱情引到歧途上。”那些在心理分析研究上的青年男女們，將會知道這些垂死的蟲子在什麼地方，也知道這些蟲子究竟是什麼樣子。

我們這些在六十之年的人，很快就要離開人生的舞臺，我們應該對那些二十之

年的人致敬。我們代表心理分析學過去的一代，代表它第一段的英雄奮鬥時期，也見到了它最初的光榮勝利。他們則代表著心理分析學的未來。我們不認識他們，但我們覺得跟他們相近。那些相合的不並不一定要在一起。