

牛津通识读本

《荣格》

享借JoyShare - Posta一起读



享借



posta



Mandala of Jung

本次内容

1 荣格的影响

荣格为何是影响当今世界最大的心理学家

2 荣格其人

荣格的一生就是一部心理分析典型

3 荣格的心理学理论

荣格的人文主义神话

4 荣格时代

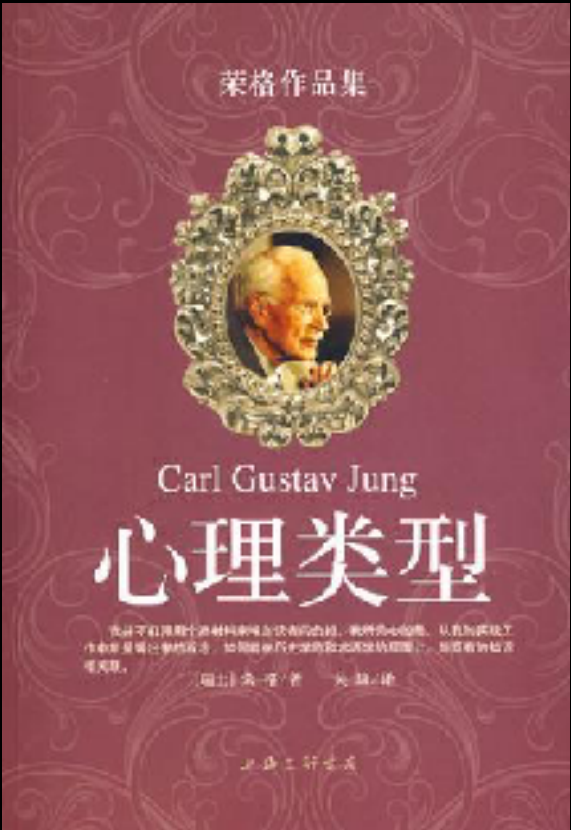
为何我们“下意识”的青睐荣格

Chapter 1

荣格的影响

MBTI

荣格《心理类型》



Extroverts – Introverts

Sensing – Intuition

Feeling – Thinking

人文主义的荣格

不断成长

学习到死

发现你自己

与自己和解

成为真正的你

大家愿意和荣格沾点关系

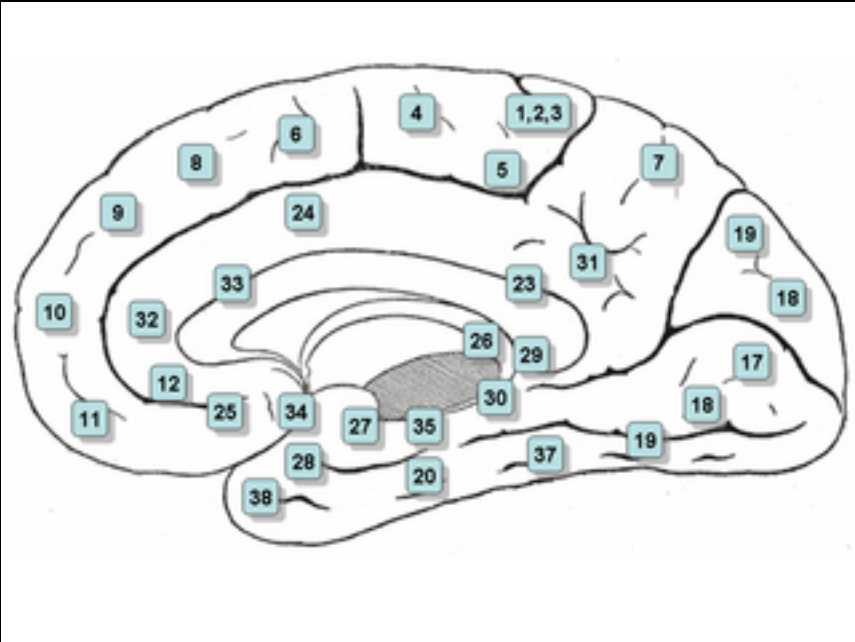
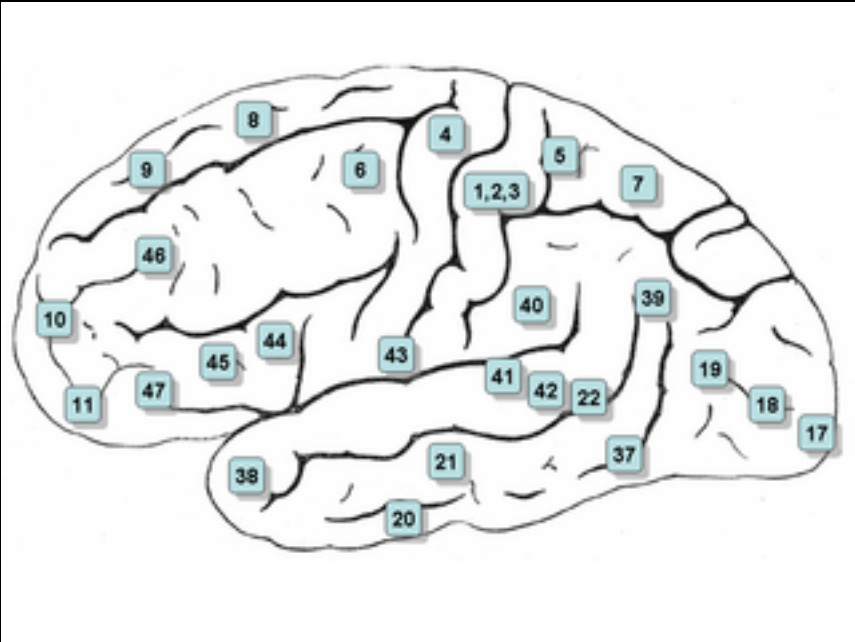
荣格心理学与中国文化

藏传佛教对荣格心理分析的影响

《周易》对西方著名心理学家荣格的影响

占星术对荣格的影响

荣格的時代



1868 - 1918

荣格

1875 - 1961

达尔文

1859 《物种起源》

爱因斯坦

1905 《物理年鉴》

神话心灵

myth

ancient greek – mythos

true narrative – not only to the means by which it was transmitted but also its being rooted in truth

truth

ancient greek – Aletheia

Disclosure

To raise the question of aletheia, of disclosure as such, is not the same as raising the question of truth. For this reason, it was inadequate and misleading to call aletheia, in the sense of opening, truth."



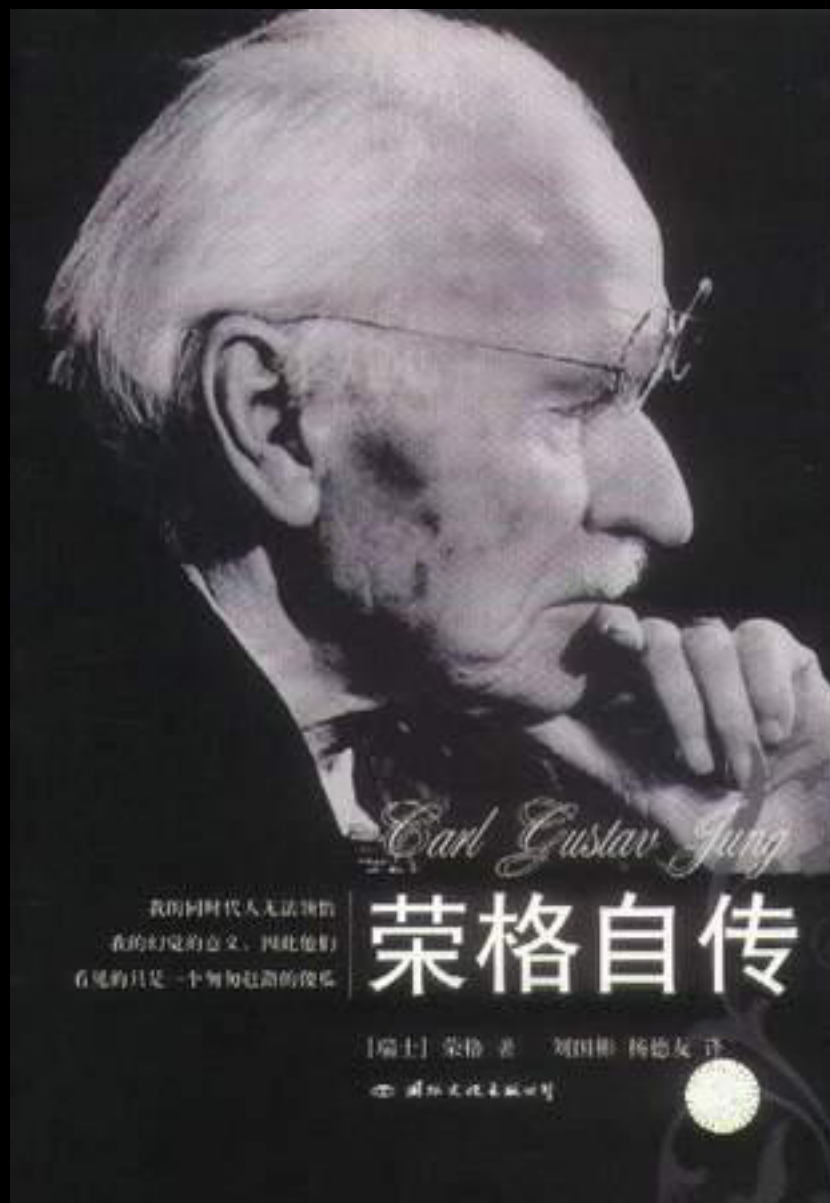
荣格写出了现代心灵神话

一种最能够被接受的针对心灵的描述

Chapter 2

荣格其人

最神奇的自传



从某种意义上说，他是一个个体主义者，一个非常古怪的人。从另一种意义上说，在他身上又活生生地体现了人的普遍性。他奋力以求在自己的一生中实现人的全部潜能，但与此同时，他又决心以某种不妥协的独特方式生活。

个性的“实体”是什么

真的个性

被感觉的个性

不同以及与周围环境不同

what is “true self”

“真”的含义：

命中应当的？

不含假装的？

理性应当的？

荣格的生平极其容易产生共鸣

决定这些发现之对错的不是同时代人们的批评，而是未来的后代。有些事情可能在今天看来还不是真理，或许我们还不
敢认为它们是真理，但明天它们可能就是真理。因此，每一个命中注定要沿着自己的道路前行的人，都必须充满希望和
戒备地继续走下去，永远要意识到他的孤独及其危险。

《荣格全集》第7卷

深刻内倾

孤独

追求自我

深刻自恋

荣格对自己的描述就是一部现代性人文神话

在相近似的表象下，隐藏着最容易被接受的心理解释

与家庭的继承与反叛

解释与原生家庭的关系

外公： 神学家

神学唯灵论

母亲： 3岁精神崩溃

mother issue

父亲： 不信神的牧师

对宗教的反叛

我和我的思想独自在一起。总的来说我最喜欢那样。我独自玩耍、做白日梦或者在树林里闲逛，有一个我自己的秘密世界”（《回忆、梦、反思》，第58页）。

表妹： 灵媒

神秘主义与神话表达形式

石头与我

荣格相信自己与一块花园中的大石头拥有某种联系

泛灵论

纪念品，定情信物，幸运首饰

1.

为何我们相信物品拥有超越物品的能力

投射Projection

1号与2号人格

1号人格：日常生活

他把第2号设想为“根本没有可以界定的特性——出生、生活、死亡，所有的一切都是一体，是对生活的一种完整想象”（《回忆、梦、反思》，第92页）。

在我的生活中，第2号是最重要的，我总是试图为想要从内部产出的任何东西留下空间”（《回忆、梦、反思》，第55页）。很久以后，他把这两种人格重新命名为自我（ego）和自我性（Self），并坚持认为，它们之间的作用和反作用构成了人格发展的核心动力。

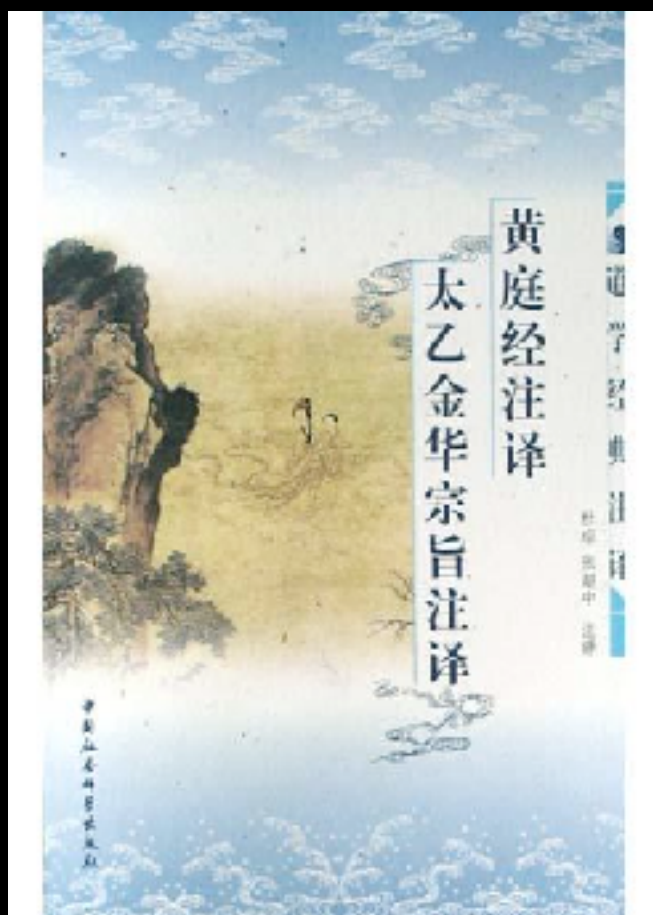
对立的感受

荣格从赫拉克利特那里所借用的一个观念对他具有至关重要的影响：这个观念就是，所有的实体都有一种转变为其对立物的先天倾向。赫拉克利特把这种倾向称为enantiodromia（字面的意思是“与……背道而驰”）。荣格相信这是所有动力体系的特点，并且把人类的家庭视为一个典型的例子：随着孩子长大成人，他们表现出一种倾向，即要在他们自己的生活中补偿父母的缺点。这种倾向在荣格自己身上表现得特别明显，他的生活在很多方面可以被理解为力图补偿他父亲的缺陷。

父亲没有直觉与神启，我有

神秘主义

- （1）在潜意识精神中存在的部分人格或“情结”能够以鬼魂附体、梦和幻觉等形式人格化地表现出来；
- （2）真正的人格发展是在潜意识层面上进行的。



佛洛伊德

无法接受弗洛伊德的核心观点

(1) 人类的动机全都是性欲的；(2) 潜意识心灵完全是个人的，是个体所独有的。

集体潜意识

自恋者的终极神话

个体化

荣格来说，生命的目的就是为了实现自己的潜能，遵循自己对真理的感悟，并成为一个人本身完整的人。正如他后来所说，这就是个体化的目标。如果他想要对自己守信，他就不得不走自己的路：要他花费自己的一生在一个由两个人组成的乐队中充当副手，对他来说这是绝对不可能的。至于弗洛伊德，他绝对相信自己的理论是正确的，这使他对不同见解如此不能容忍，以致于通常正是他引发了不同见解。他是独裁者和虐待癖者的一个奇怪的结合体：正如他有一次向荣格所承认的，他的情感生活要求存在一个亲密的朋友和一个可恨的敌人，而他在同一个人身上遇到这两者的情况经常发生。

婚姻生活

正如他向弗洛伊德所承认的，他认为在自己身上存在“一夫多妻的成分”，宣称“在我看来，一桩美满婚姻的先决条件就是允许不忠”

一个妻子营造家庭
一个精神伴侣分享他的灵感

潜意识交锋

如果是真的，这个是很特别的

梦的启示

杀死齐格弗里德的梦向他暗示，体现在这个英雄人物身上的、他的第1号人格所认同的那些意识理想不再恰当了，不得不被牺牲掉，“因为有一些比自我意志更高级的事物，一个人必须服从这些事物

积极想象

从根本上说，他所发现的是一种技能——一种下降到地下世界、同时又保持着完全的意识的能力，就像奥德修斯、赫拉克勒斯或俄尔普斯那样。在这些旅程中他经常遇见两个人物，一个是名叫萨洛梅的年轻漂亮的女子，一个是长着白胡子和一对翠鸟翅膀的名叫菲利蒙的老人。荣格开始把这两个人物看作是两种原型的具体化：永恒的女性原型和智慧老人原型。

自我神话的构造

菲力蒙

老人 - 自性

永恒女性

阿尼玛

曼荼罗

整体性

最酷的疾病

创造性疾病

这种疾病倾向于在一段时间的强烈智识活动之后发作类似于一种神经症，或者在严重的情况下，类似于一种精神病。当患者还在与可称为发病前奏的那些问题作斗争时，他会变得越来越深信外界的帮助对自己不起作用，越来越与社会相隔离，并且更深刻地转向他自身。这种障碍能持续4到5年。康复期会自动地出现，而且和欣快症以及人格的转变相联系。主体会觉得，他已经获得了对重要真理的洞见，并且相信，他有责任与世人一起分享这些真理。

自知

哲学批评帮助我发现，每一种心理学——我自己的也包括在内——都有一种主观忏悔的特点。”他写道：“即使是当我正在处理实证研究的数据时，我也一定是在讲述我自己”（《荣格全集》第4卷，第774自然段）

我思故自性在

荣格再次把自己体验为一分为二——一方是意识的主体（subject），它体验、记录、力求生存，另一方是潜意识的他者（other），在他身上强行出现的人格和力量中表现出来，要求他予以关注和尊敬。



Chapter 3

荣格的心理学理论

原型 — 集体潜意识

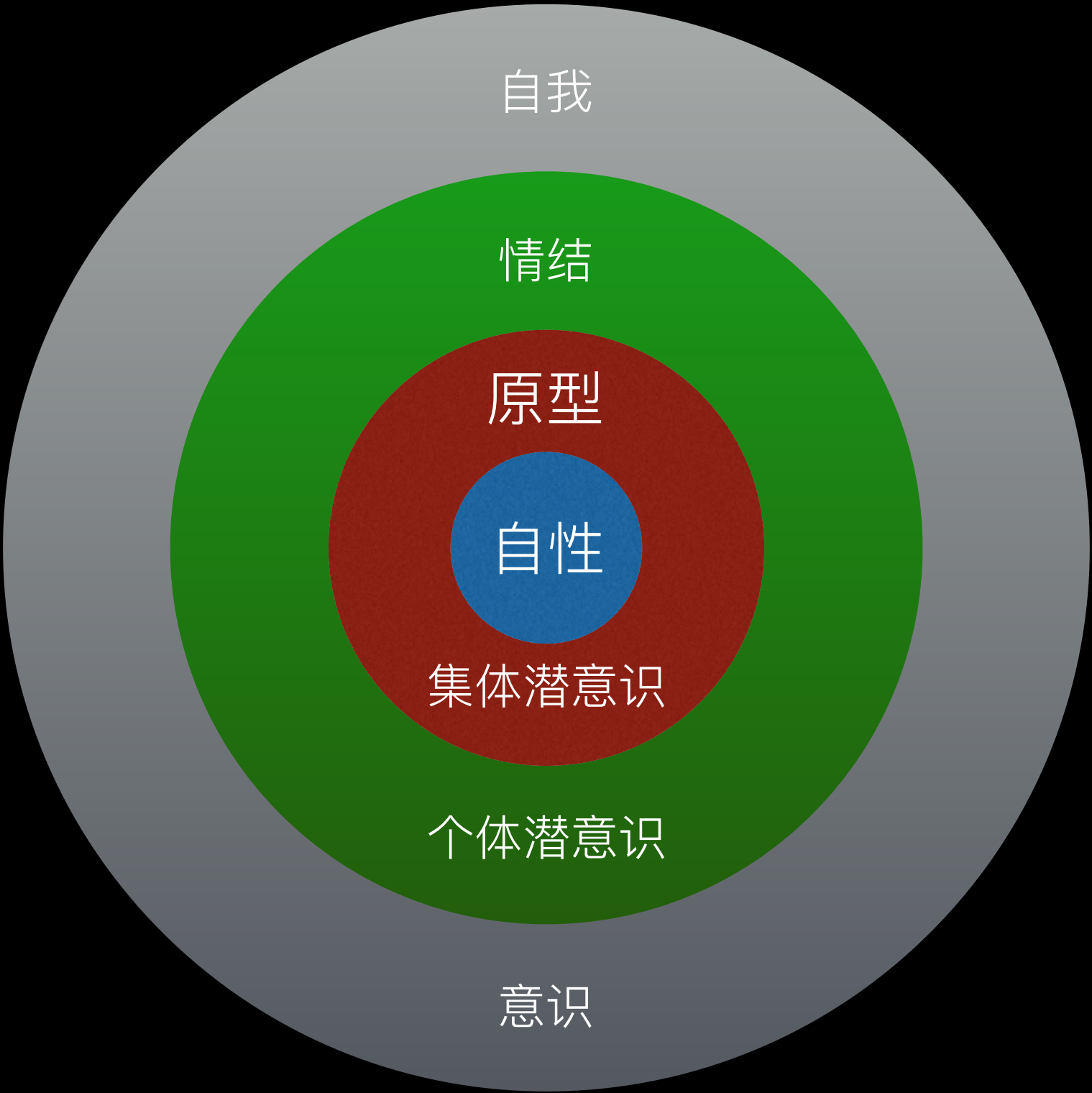
心理学家的任务就是研究集体潜意识以及构成它的功能单位——即他最终所称的原型（the archetypes）。原型是“所有人共有的同一的精神结构”（《荣格全集》第5卷，第224自然段），它们共同构成了“人类的古代遗迹”（《荣格全集》第5卷，第259自然段）。

自性

一个个体全部的原型禀赋构成了集体潜意识，其权威和力量归属于一个核心，它负责整合整个人格，荣格称之为自性。

个人经验——发展已经存在的东西
激活自性原型中的潜能

情结



每一个情结和一个原型相联系：因为情结是原型的化身（personification）；它们是原型借以在个体的精神中表现自己的手段。

原型的实现

在柏拉图看来，“理念”是在人类生活开始之前就在神的心灵中存在的纯粹的精神形式，并且由此超越了通常的现象世界。

原型同样把普遍性与个体性结合起来，把一般性和特殊性结合起来；它们是所有人类所共有的，但却在每一个个体身上以他或她所独有的方式表现出来。

原型与本能

本能：一种应激方式

原型：非生存的目的性

神话与非神话本能

荣格经常提到的一个例子是一个精神分裂症患者的病例；这个病人告诉荣格，如果他半闭着眼睛凝视太阳，就会看到太阳有一个阴茎状物，这个器官就是风的起源。多年以后荣格看到了一个古希腊文本，那上面描述了一个几乎完全相同的幻象：“同样是这种所谓的管子，是产生风的源头。因为你将会看到从日面悬垂下来一根管状的东西……”

（《荣格全集》第8卷，第318自然段）。这位病人是一个没受过什么教育的男子，而且即便他能够读懂那个文本，他也无论如何都不可能读到过，因为这本书是在他住院之后出版的，而在医院里根本无法获得这样的文献。

原型在根本上具有二重性：它既是一个精神结构，也是一个神经结构，既是“精神”也是“物质”，而且荣格逐渐认识到，它是所有心理物理事件基本的先决条件：“原型可以说是意识心灵的暗藏基础，或者，打另一个比方来说，是不仅在狭义上植根于土壤、而且在广义上植根于世界的精神的根”（《荣格全集》第10卷，第53自然段）。

有因果的巧合与无因果巧合

神话与客观世界

表象背后终有“原因”

生命的阶段

每一个阶段都通过一套新的原型规则来进行调节，这套规则既在我们的人格中、也在我们的行为中寻求实现。

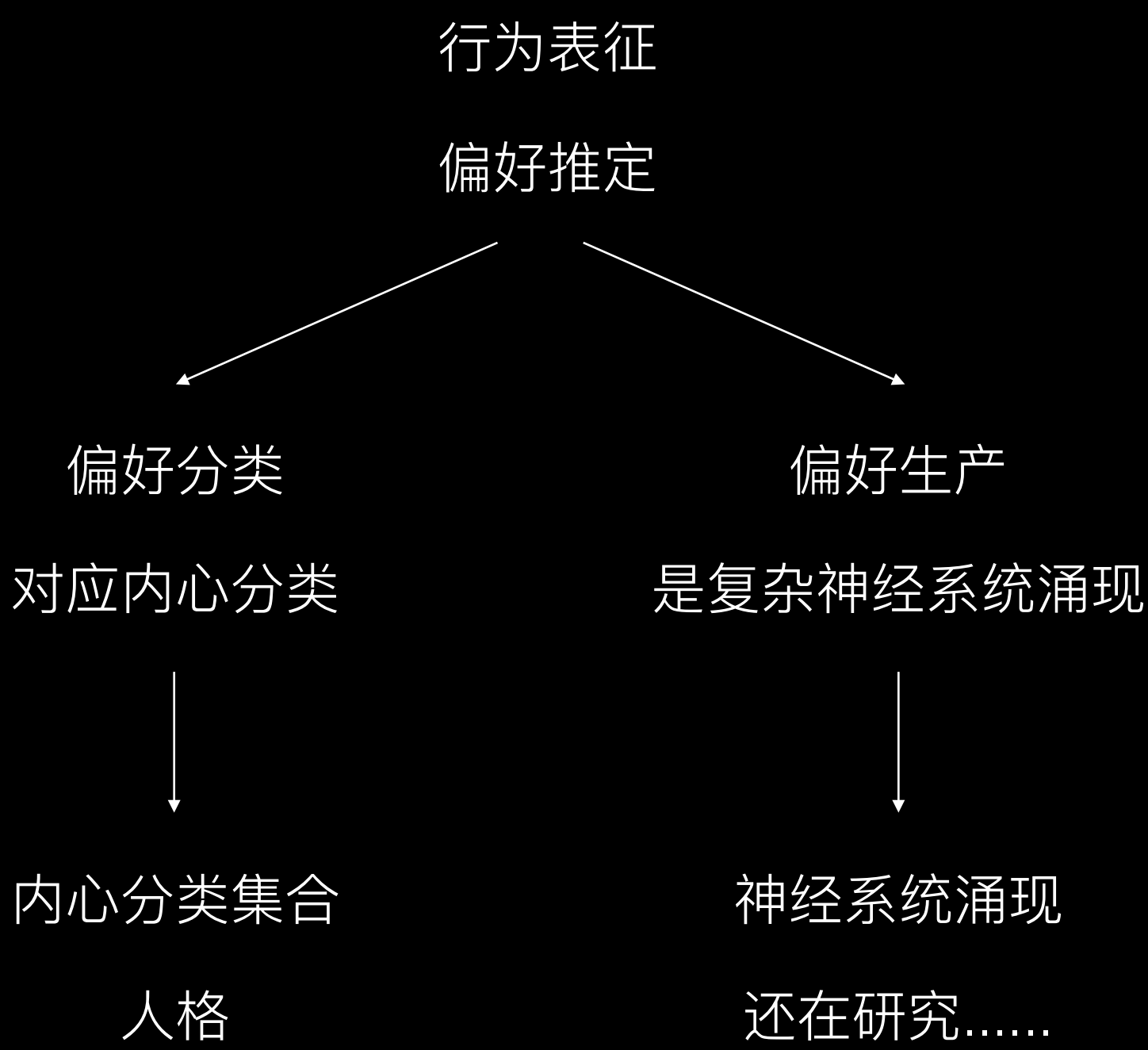
从根本上说，这一程序提供的内容包括：受到父母的照顾，探索环境，把熟悉与陌生的形象区分开来，学习所在社区的语言或方言，获得关于其价值观、规则和信仰的知识，在同伴群体中玩耍，迎接青春期和青少年时期的挑战，被接受进入成人群体，完成求爱、结婚以及对孩子的抚养，通过采集和狩猎为经济作出贡献，参与宗教仪式，承担高度成熟的个体的责任，衰老，以及为死亡作好准备。

生命的阶段批判

是本能还是社会建构

现代社会基于财产权的一系列生命阶段

从狩猎 - 采集社会遗留下来的遗传痕迹是什么



还原论

系统论

世界也许是系统

我们的心智肯定是还原论的

重视要素，不重视结构

当前很多所谓的系统工程其实仅仅是把系统看作了要素

敏感而复杂的自我体系

自性

自我

人格面具

阴影

阿尼玛，阿尼玛斯

笛卡尔剧场



最符合主观感受的心智

心物二元论（实体二元论）

自性



整体性，人类蓝图的终极实现

自我

自我本身是意识的核心，我们在使用“主我”（I）或“宾我”（me）时所指的就是它。它为我们持续的同一性感负责，这样，即使到80岁，我们仍然感到自己和8岁时的我们完全是同一个人。荣格从未在“自我”和“意识”这两个术语之间作出清楚的区分，他将两者混用，或是有时一起用作“自我——意识”。

融合神话

接着，自我开始直面自性，自性也开始直面自我，通过（我们将在后文考察的）超越性功能（transcendent function）的中介作用，导致了人格整合和高级意识的达成。

2.

这个观点这么令人青睐的原因是什么

自我神话

自性

具有无限可能的方向性自我

自我受到自性的控制，并最终需要与自性融合

1. 我的自我意识具有不为我所知的真实原因
2. 我的自我需要去寻找那个原因

满足了人文主义自我神话最核心的部分

超越性的来源

人格面具

它有时也被称为社会（social）原型或从众求同（conformity）原型，因为一个人能否成功地适应社会就依赖于它。人格面具总有一些伪装的成分，因为它就像是我们拿来展示最好的商品的商店橱窗，或者也可以认为它是自我所雇请的一位公共关系专家，旨在保证人们对我们持有良好的印象。“

3.

这个观点这么令人青睐的原因是什么

阴影

在成熟过程中的人格的那些不受社会欢迎的方面通常被置于个体的潜意识中，在那里它们联合起来，形成另一个情结或部分人格，荣格称之为阴影。

阴影情结 - 原型核心 - 敌人

敌人原型是通过在人类社会环境中成长，作为阴影情结在个人的精神中得以实现的。这一情结有两个重要的根源：（1）文化灌输和（2）家庭压抑。

压抑阴影

超我 - 道德情结

害怕由于自性的某个“坏的”方面而遭到厌弃的预期似乎是所有的罪疚感、所有寻求受罚的欲望、以及所有对赎罪与和解的渴求的根源。道德情结是在一条原型规则的基础上形成的，这条规则即是要求我们学习和维护我们碰巧出生于其中的这一文化的价值观。

接纳你自己阴影

鸡汤的起源

荣格必然被误解的观点

对荣格式分析要求最高的一个方面出现在受分析者开始直面自己的阴影之时。它的困难并不令人吃惊，因为整个阴影情结都带有罪疚感和无价值感，以及对因其真实本性被发现或暴露出来而遭到厌弃的恐惧。无论这个过程可能有多么痛苦，都必须坚持下去，因为大量的自性潜能和本能能量都隐藏在阴影之中，无法为完整的人格所利用。

4.

这个观点这么令人青睐的原因是什么

动力心理学的神话

“原生家庭”的心理分析神话

What is driving us?

隐喻1:

我的偏好和行为具有稳定的原因

隐喻2:

这种原因拥有根本与必然的特征



原因1:

将偶发的行为关联到稳定自我的倾向

原因2:

希望心理动力包含超越性的期待

阿尼玛 – 阿尼玛斯

父母关系

佛洛伊德：俄狄浦斯情节（权力导向）

荣格：母亲自性，父亲社会（自我的多面导向）

拉康：三元解构与阳具焦虑

父母关系导致非生理性格的形成

这种性异原型，在女性身上荣格称它为阿尼姆斯，在男性身上称为阿妮玛。作为男性身上的女性方面和女性身上的男性方面，它们作为一对对立物（the syzygy）在两性的潜意识中发挥作用，并且深刻地影响着所有男人和女人相互之间的关系。

补偿与稳态

哪里有压迫，哪里就有反抗

佛洛伊德的防卫机制

具有神经科学的基础

自性的个体化

对年老而伟大的追求

接纳阴影

个体化是使一个人的个人存在通过人类的一种独特的表现形式得以实现，并且在一个人微小的精神世界这一脆弱的容器内，提取创造性本质的精华。在这个微观世界的实验中，伟大的宇宙开始意识到它自己。

为什么要这样？

接纳很多坏的东西都是因我而起？

因为这样可以让我获得智慧？ 和自性融合？

和自性融合可以干嘛？

为什么人们不真正欲求这个？

梦

1. 梦是自然的、自发的，不依赖与有意识的意志
2. 梦是有目的的和起补偿作用的，它们旨在促进人格的平衡和个体化
3. 梦的象征是真正的象征，不是符号，具有一种超越功能
4. 放大和积极想象可以让梦的治疗拥有很好的效果

6.

为何我们总觉的梦有深意

梦是一种纯粹本性的体现

梦是一种补偿和维持稳定的方法

梦服务于自性

心理类型

1) 这个心理装置的基本成分是什么； (2) 人们在利用这些成分形成其适应现实的习惯模式时有何差异？荣格对这些问题的回答是： (1) 这一心理装置由4种心理功能构成，他命名为感觉 (sensation)、思维 (thinking)、情感 (feeling) 和直觉 (intuition)，所有这些功能对每一个人来说都是先验的存在； (2) 个体的差异在于他们在这4种功能中偏向于使用哪一种。

4个功能

感觉（即感知觉）告诉我们存在着某样事物；**思维**告诉你它是什么；**情感**告诉你它是否合意；**直觉**告诉你它来自何处，将去向何方”（《人及其象征》，第61页）。

两个倾向

外倾者有“一种外向的、坦率的和随和的秉性，很容易适应某种情境，迅速地形成依恋，并且把任何可能的担忧抛到一边；他们常常怀着粗枝大叶的自信大胆地进入未知的情境”。另一方面，内倾者有“一种犹疑的、思考的、退缩的禀性，使他們不喜欢与人来往，远离客体，总是轻微地处于防御姿态，并且选择多疑地审视一切”（《荣格全集》第7卷，第43自然段）。

5.

这个观点这么令人青睐的原因是什么

人格分类的痴迷

- MBTI
- OCEAN
- 九型人格
- 星座
- 紫薇斗数

外向 —— 内向

冒险 —— 保守

6.

上面的角度更令人青睐的原因是什么

Chapter 4

荣格时代

我们对自我的理解不愿意改变

社会主流的自我意识远远落后于神经科学的发展

有用的系统，真实的系统

我们需要的到底是哪个？

我们应当需要哪个？

我们实际需要哪个？

荣格时代

神秘主义

整体论

自恋

个人中心

发展导向

新神秘主义

超自然

象征系统

超自然的科学化

整体论

对自我作为一种主观体验的理论建构

整体性

自由意志 - 偏好与选择

基本的空间与力学想象

自恋

对自我的极度关注

对自己正当性的描述

自恋

对自我的极度关注

对自己正当性的描述

个人中心

敏感地发现自我的深度和可能性

复杂的自我冲突

外在冲突的内化

发展导向

对自己成长的方向性期待

对自己成长不确定性的削减

对自己成长的最终状态的高估