



精神分析簡介

于洋節譯

——從電子到人類，這一進化的過程，就是使思考及意識的誕生，成為可能的，一連串現象所累積的歷史。從開始，它所要達成的最後目的，就是「意識」和「精神」，而非人類的外形——“Lecomte du Noüy: Le Dignité Humaine 1947”

本篇是 Franz. Alexander 所著的“Fundamentals of Psychoanalysis”，日文譯本（註一）第一章的節譯。書是一九五一年出版的。就目前精神醫學的進步，歐洲現存在主義派的崛起，他的見解，可能有些陳舊。不過至少我們可以瞭解一些，從弗洛伊德、邁亞（Meyer），到目前的精神分析的發展情形。

×× ×× ××

三十年來，精神分析逐漸地佔有精神醫學的，理論及實際的主要部份。三十年前，精神分析在醫學界是孤立的。但並非被醫學所排斥。而是甚至這一部門的專家們，也難免懷疑，雖然精神分析和醫學有關，但極可能是屬於不同的範疇。如同考古學，雖和史學有關，却是獨立的科學。就是像我，確信精神分析，從他具有的治療形式看來，應屬於醫學，却因他的對象，方法及術語的相異，不得不認為，要把兩者合併在一塊是困難的。醫學在某一限度內，是視人體為物理化學式的機器，精神分析却是心理學方面的事實為對象，使用心理學方法來處理心理過程。他們之間，似乎存有一條無法填滿的鴻溝。

心理過程雖具有生物學系統的作用，另一方面他也影響到流淚、赤面、發汗、胃液分泌等生理學現象。任憑腦生理學如何發達，以生理學或藥物學的方法，替代心理學方法，來打動民衆的心理狀態，似乎是不可能的事。處理不正常的心理，我們只好使用解釋或說服等心理學方法。治療精神障礙的最佳方法，我想仍不出心理學方法。雖然有人企圖把心理學，精神病理學，精神療法，置之於醫學之外。事實告訴我們，把心神的疾病，從肉體的病症分離，或將精神作用和生理作用，完全撇開，這些都是辦不到的事。肉體是不可能和精神分割的。人就是精神生物學的統一體。

在醫學史上，精神分析是肇始於對歌斯特里症狀的治療的嘗試。受了歌斯特里及催眠術研究的影響。弗洛伊德等人創出 Cathartic Hypnosis（註二）。他們發見被催眠的病患，可以記起許多，與病狀有關的，遺忘的事物。從這些催眠術導引的記

憶的蘇甦，隨着感情的激發狀態，往往可使病狀消失。弗洛伊德等人，把這種狀態稱為 Catharsis。“在歷史上，這一發見的最大意義是，指出無意識（註三）的精神過程的存在。然而不久，弗洛伊德本身就對此方法失望，而採取另一途徑——自由聯想——。這種技術，使我們明瞭，精神病症，有它的生活史背景。拋開治療上的價值的爭論，客觀而言，這一條路，使我們能夠，對人的性格加以深刻的考察。精神分析由這歌斯特里的治療出發，在二十年間，發展成為統一的人格論，其關鍵即在此。

弗洛伊德的初期工作，大都集中於無意識的心理過程，以反其呈現於外界的行為。同時顯露了他在意識上的心理活動所具有的動力的影響。「動力的無意識」，這一概念就是精神分析整個系統的基礎。

有關日常生活的瑣事的失敗，弗洛伊德曾做過詳盡的觀察與研究。如說錯了話，寫錯或唸錯了字，例如寫信等預定行為的遺忘，疲乏或忙碌時，或感情衝動時，大多數人常發生的現象，這一類的研究，都具有重要的歷史意義。他確定這些都是有無意識的動因，由這些瑣細的事象的分析，弗洛伊德用簡單而又可使人信服的方法，指出它們的無意識動因的動力支配，今日，我們讀這些論文，對他的遇到而詳盡的論斷，及爭論性的語調，實嘆為觀止。甚至覺得，許多地方都是自明之理，根本無需實例的說明。但是在一九一二年，當這一見解，初次公之於世時，不要說當時的所謂「常識」，甚至學院派心理學家，皆群起攻擊。但是其後的趨勢的變遷，足以證明，「無意識」的觀念，對現代思想的影響之深。這一概念，不但對構成人格之合理的，意識的部分之限界，加以定義，而且構成廿世紀精神傾向的重要基礎。沒有這些，簡直對現代生活無法理解。此一變化，可以比擬四百年前哥白尼的地動說的勝利，也絕非言過其實。（就是 A. Adler 及 C.G. Jung 等，弗洛伊德的門弟後來都背叛他，但是在這一點，不可否認的是弗洛伊德的豐功偉績。——譯者註）十七、八世紀的合理主義哲學家，以宇宙為他們思考的核心。至笛卡兒，主張確實的只

有自己思考的東西。然後又發展為康德的「人類中心說」。精神分析家把它說明為「適應物質外界的產物」，等於又縮少了康德的範疇。事實上，兒童的精神過程，不屬於康德的論理的，道德的範疇。尤其重要的，是在成人所沒有意識到的人格中，蘊藏着不屬於論理過程的許多事象，如做夢，根本就不聽從因果律，不受同一物在同一時間，不存於兩個不同空間的原則的束縛。總之，合理的思考和道德感情及規範同樣，是人類適應環境的產物。不過嚴格說來，他們並不完全決定人類的思考及行為。在精神生活中賦有動力的，有力的部分，既非理性亦非道德，却是對外界及社會的要求無法適應的部分。合理適應的人格的部分，不斷地和本來沒有適應的部分，互相對立。把這些無法適應的困惑，拋出意識之外，化為無意識的手段，我們稱之為「抑壓」。而精神神經疾病及精神病等的精神障礙，就可以解釋為「這些人格的，無法適應的無意識部分的，強烈的流露」。

這種對人性的看法，如同天體論及進化論，已逐漸地被理解及承認，成為現代思想的重要部分。隨着這種觀點的變化，人類漸漸地覺察到，他不過是無限宇宙的一小部分。合理的思考既非絕對，人類在地球上佔有特殊地位的理由也不復存在。「合理的思考，並非以科學力量不能接近。重要的是我們應視它為社會適應的產物，如同鳥飛於天，魚游於水，飛翔於天空，不是運動的唯一形式。我們也應想像到，論理性思考絕不是獨一無二的思考形式。這種見解即是，心理學對生物學的接近。思考是人類機能之一，也是標示他與外界相對位置的方法。同樣地我們也可視為，精神機能是一種，它生活環境所佔地位的適應之問題。這裡是毫無「目的論哲學」的色彩。

經過這種步伐，精神分析心理學從哲學分離，成為一種機械工學。劉切地說，就是成為動力的科學。把心理作用說明為，一種動力或機能。打從幼少的心靈所不能組織的，沒有體系的混亂的表現開始，追蹤到成人的自我的複雜的體系的，所有的時期來檢討心性的發展及適應。由此可以說明，病態精神現象，是奠基於幼兒期的，不理想的統御。也可以推定，得不到充分解決是在什麼時期，某種精神障礙是固定於什麼時候？

這種由生活史及精神動力的理解，來分析精神障礙的嘗試，使精神病理學能夠向前，踏出了牢靠的一步。它能把病態的過程，理智地，有組織地予以改善，換言之，它使針對原因的精神治療成為可能。精神神經病和精神病的主要差別，是由被抑壓的不能適應的精神內容，想打倒抑壓力量的抵抗，侵入意識的程度而定。在精神分裂症的末期，自我已經全無抵抗，完全受幻覺支配，有些精神病，無法做到初步的自我適應，以致無法適應社會。有一些是，從現實逃避——從成人的階段逃避——嘗試

飛回充滿空想而無現實阻撓的，幸福無憂的幼年時代。這是無法完全成功的。這種逃避有的是一時性，也有永久性的。

如把精神病的末期，比擬為一方的軍隊全被殲滅後的，寂靜的戰場。即精神神經症就是砲聲隆隆，白刃閃耀的戰場。他的症狀是被抑壓的傾向的表現，也是對此一趨勢的自我反應。在這裡自覺的自我，雖不能完全抑壓無意識的蠢動，仍屬優勢。這種自我的不完全的統御，就是說無意識的精神內容，在變形的狀況下，可以出現於意識。這一變形就是抑壓及被抑壓的，二種對立力量的妥協。由無意識的內容，變形出現，所以不致於傷害被意識到的人格。精神神經症和精神病不過是，同一精神過程的程度的差別。都是意識不到的，被抑壓的，幼稚的人格的部分的表露。不過在精神病，意識與無意識的界限殆不存在。無意識支配着他的全人格。而在前者，多少總存在着，接納現實的，後天的自我發達的痕迹。無意識的傾向，只有在自由自我分離的形式，始可侵入自我之中，如同被正常組織所圍繞的異物。

上述的精神病理學現象以外，某些被抑壓的精神力的動力表現的形狀，在醫學上是含有特別意義的。因為那些無意識的精神傾向總是會擾亂精神系統的機能。這些部門的研究是有待於各醫學部門及精神分析的，緊密的協力去發掘的。(H. Selye 對 Stress 的研究，以及其他對視上下部等的作用的研究，的確發掘了不少——譯者註)

如無意識及抑壓的基本概念，滲透到現代思想，在精神病理學，精神分析的諸發見，構成現代醫學思想的重要部分。幼年的態度的固定，精神神經症及精神病是一種思考及感情的閉倒車，這些發見就是今日的精神醫學的基本概念。

精神分析不但是說明，在精神神經症或精神病患們，似乎沒有感覺到精神過程，同時也成為日常生活偶然的過失，空想，尤其是夢中所見的不合理現象的心理學的骨幹。為什麼這些現象看來似乎不合理呢？因為我們成熟的思考，已經擺脫了，在這種世界所呈現的幼稚的階段。因此，我們倘能再度學習幼年的語言，即可瞭解夢中的心理。

因這些事項，我們可以瞭解到，精神分析不但內容而且在方法上，與那除了精神醫學以外的各種醫學及自然科學，在本質上是不相同的。因為它不能以時間及空間來表達問題。必須和心理學的原因，動機，目的來綜合地予以處理的。

註一：加藤正明，加藤浩一譯，筑摩書房出版。

註二：日文譯為「通利的催眠術」，中文似乎不通，或用「洋激」較宜。沒有把握，所以只寫原文。

註三：「無意識」，Unconscious 是指不存於意識野的事物，並非失去知覺的意思。