

<<摆脱恐惧和共生的方法>>

图书基本信息

## <<摆脱恐惧和共生的方法>>

### 前言

寻找摆脱恐惧的方法的人们会陷进共生。

这是指一个人跟另一个人或另一个团体、机构等的结合，而且结合的方式是失去个人的心灵自由和自我的发挥潜力。

对于深受约束者，它的好处是他知道自己受到了照管和保护，对“宿主”的好处是他的价值大大提升了。

这样做的代价是：一方大受限制，乃至个性遭到扼杀；另一方大肆膨胀，变得狂妄。

也存在有利的共生（动物学告诉我们，这在动物世界里是众所周知的），反过来要摆脱那些不利的共生。

格林兄弟和来自冰岛、库尔德斯坦、希腊和南海的童话揭示了下列观点：恐惧是人类的本性，甚至是必要的（《无所畏惧

## <<摆脱恐惧和共生的方法>>

### 内容概要

《卡斯特精神分析译丛》是瑞士著名心理学家维蕾娜·卡斯特重要作品的合集，在国际心理学界占有重要地位，拥有非常高的学术水准和实用价值。

维蕾娜·卡斯特以多年研究心得和深入浅出的解析，用清新简练的文笔，生动鲜活的事例，向读者阐述了有关自我、梦境、信任、命运、恐惧等诸多人类最根本的心理命题。

本译丛是广大心理学研究者、心理学爱好者，以及追求幸福生活的众多读者了解当代世界心理学发展最新趋势、提高心理素质以及走出心理阴影、克服心理障碍的必备书目。

## <<摆脱恐惧和共生的方法>>

### 作者简介

维蕾娜·卡斯特，1943年出生于瑞士阿彭策尔，大学时主修心理学、哲学和文学，博士论文以荣格心理学为主题。

世界最著名的心理学家之一，现为苏黎世大学心理学教授，苏黎世荣格心理学研究所客座研究员，国际分析心理学协会和国际精神分析心理学协会主席，同时担任心理治疗师，

## <<摆脱恐惧和共生的方法>>

### 书籍目录

前言  
童话里的恐惧和战胜恐惧  
引言  
恐惧是人之常情  
脱离母亲时的恐惧  
脱离父亲时的恐惧  
对极其强大的感情的恐惧  
童话里的共生及其战胜  
引言  
跟吞食性根源的争执  
摆脱父亲约束的方法  
摆脱溺爱的方法  
从魅力到建立关系的方法  
概括性思考

## &lt;&lt;摆脱恐惧和共生的方法&gt;&gt;

## 章节摘录

这个大胆小伙子背后隐藏着一个什么类型的人呢？

童话里讲他大胆，有活力，但也特别地乐于助人，快乐，好奇，坚信没有什么是他做不到的。

饥饿时他给自己弄来食物，想冒险时他就出去冒险。

由于他没有恐惧，其他人为他担心；他们怕他不了解他的极限。

恐惧的一方面就是我们知道我们的极限。

对一座很高的山感到恐惧很有意义，因为登山时会从山上掉下来……如果我说他是无所不能的，那不是指他想支配其他人，至少不是有意识地，而是指作为生存意识的无所不能，感到他想要的一切都是可能的，他需要的一切都是存在的，他可以相信他的力量。

从他身上释放出一种无疑、天真的信任氛围，一种宽广和力量的感觉。

童话也提到斯卡霍尔特的人们从他身上获得了“勇气”。

这个大胆的小伙子一方面吸引了我，在我心中也唤醒了宽广和力量的情感，“鼓舞”了我，但另一方面他也将我吓坏了。

这可能也是这则童话的较深层的目的。

通过将小伙子描写得无所畏惧，在我们心中唤醒对人类的这种可能性的渴望，但同时也竖立了这种无所畏惧的另一极，害怕，惊吓。

因此在童话里不光亲戚们为他担心，那些有亲缘关系的人们可能都担心。

根据这则童话，恐惧的反面是勇敢，大胆，但最终也是慢慢地被一种只有善的环境所迷醉。

如果我们想将童话主人公看作一个必须经历一段重要发展的人的模型，那就是一个生活有点狂热的人的模型（我不是从病理学上来概括的），他不熟悉他的极限，但由于他拥有善的力量，他也不容易失败；虽然一切都像是最佳的，但存在不安的感觉，因为缺少一个维。

换种说法：一个被藏匿和包围在有益的母爱里的人，它挤走有害的母爱（死亡之母）。

这些人的生活变得无聊和空虚，特别是当不存在一个因为认同于只有善的母亲所产生的可能性而钦佩他们的人的时候。

避免了完全不同者的入侵。

缺少对短暂的感觉，从而缺少对现在的重要性的感觉。

童话让主人公上路，去面对教会的权威和死亡。

接下来的考验，接下来的跟麻烦的冲突，发生在斯卡霍尔特。

斯卡霍尔特是个地名，但它本身也极具象征性，翻译过来斯卡霍尔特的意思就是“头颅山”或“脑壳山”。

童话里宣布主教死了，这就说明死亡的秘密、另一个世界的秘密将具有不同的份量。

主教也是一个比牧师“更大的权威”。

自从主教死去后，夜里就开始闹鬼了。

传说中无法安宁的那些形象就会闹鬼。

一个人一旦认识了他的困境，它们大多数就都解决了。

这些闹鬼的形象可以视作无意识方面，它们受到压抑，但在某个特定的时刻被激活，被意识所认识，想参与生活。

我们知道这种说法：有什么东西在闹鬼。

我们用这种表达来形容那样的环境，我们感觉有种未能更深入地把握的力量在妨碍我们，困扰我们，亦即占有我们。

当小伙子在厨房里将肉干切碎，扔进锅里，要煮整块肉时，这个鬼怪显形了。

他想吃东西，东西足够多，庄园上被描写得很富有。

可他不可以吃东西，他必须跟这个鬼怪搏斗。

鬼怪穿过烟囱而来，这在童话里是司空见惯的。

比如说女巫也通过烟囱进出，死者也利用烟囱。

有可能是烟囱的洞穴特征能象征跟鬼怪世界的联系，而黑色也是。

## <<摆脱恐惧和共生的方法>>

火、特别是上升的烟缕，也被跟鬼怪王国联系在一起了。

灶也总是被视作家庭的中心，视作人类集体的象征——也是变化的象征。

变化显然是通过从烟囱中掉落的幽灵发生的。

他分三部份掉下来。

在牧师那里我们就遇到过三具尸体。

现在我们的主人公要对付的是一具尸体，一方面是问题集中了，另一方面是问题在一点点地接近他。

我能想象到，在牧师那里面对尸体太可怕了，小伙子因此不得不干脆否认所有的恐惧。

可以对比的是，在治疗时，当过早地对某个亚躁狂的人做出一种阐释，刚好也是害怕短暂这方面的阐释，这一阐释，包括相关的情感，就会受到完全的压抑。

而这样就引发了一个过程；那让人害怕的东西会在以后被一份份地放进来。

童话里令人吃惊的是那个小伙子如何对待身体各部份的，好象那是他自己的身体似的，好象他丝毫不感觉奇怪似的。

他一开始并不觉得鬼怪危险，不觉得是某种迥异之物的侵入。

他甚至鼓励它组装起来活动。

这里一方面显示了他的天真的好处：当发生什么事时，他可以允许它发生，甚至可以兴趣盎然地观看形势如何变化。

另一方面也说明他感觉不到处境的危险、在同鬼怪的搏斗中他会陷进一种会让他丧生的处境。

## <<摆脱恐惧和共生的方法>>

### 编辑推荐

《摆脱恐惧和共生的方法》是最具权威性的卡斯特作品合集。最具实用价值的大众心理学名著物超所值的精神分析经典一家老小都能受益的雅俗共赏的美文随着社会经济的发展和生活的加快，越来越多的城市白领、大中学生会经常产生心理焦虑，甚至这样那样的精神问题，心理保健和心理健康的实用图书，对于读者调节心理情绪、走出心理阴影，满怀信心迎接工作和生活的挑战，会有相当积极的作用。这样的作品，不仅会畅销，也必然会长销。卡斯特的作品与弗洛伊德、弗罗姆等心理学大家相比，最突出的特色是她从事心理治疗的实际经验及平实的文风，因此她的作品有更广阔的市场前景。

<<摆脱恐惧和共生的方法>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>