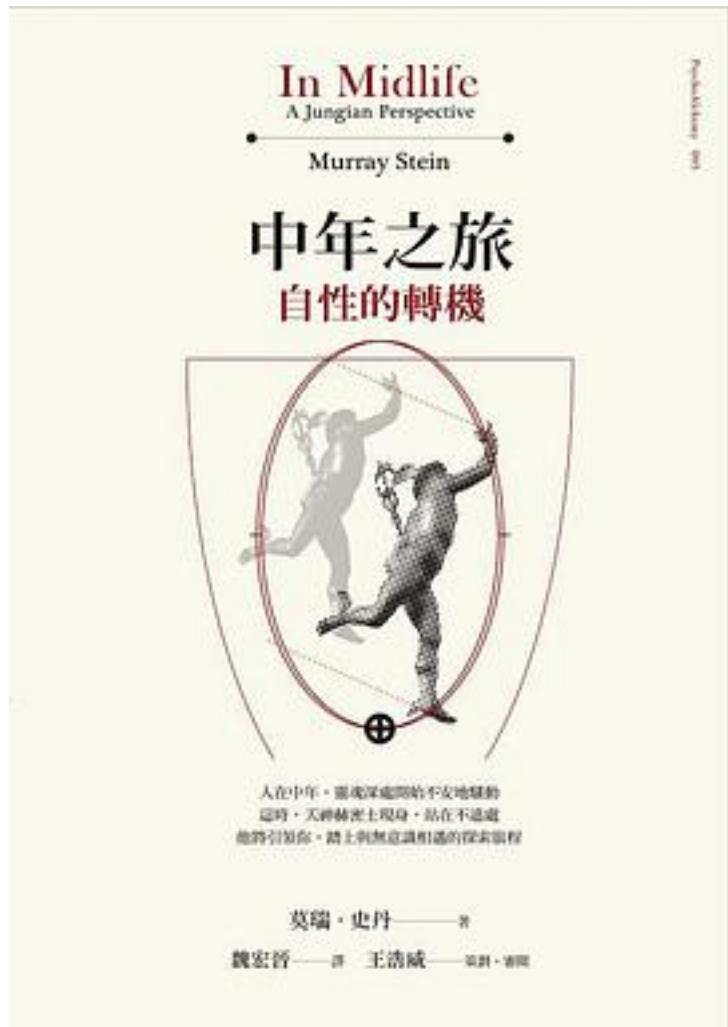


中年之旅：自性的轉機



[中年之旅：自性的轉機 下载链接1](#)

著者:莫瑞·史丹 (Murray Stein)

出版者:

出版时间:2013-10-21

装帧:平装

isbn:9789866112614

引言

本書內容首度於一九八〇年春天，在芝加哥榮格中心（C. G. Jung Center of Chicago）一場八週的研討會中發表，原本的標題是「赫密士的世界以及過渡的經驗」（The World of Hermes and the Experience of Liminality）。但這標題對出版品而言太過於拗口了，雖然是十分精確地反映了我在本書中所交織呈現的主題。

本作品的主旨圍繞著中年歲月，亦即有關今日所謂的「中年過渡」（the midlife transition），或者更戲劇化些，叫做「中年危機」（the midlife crisis）。對此現象的體認是如此普遍，使得當我們接近生命的這段時期之際，心理上不由自主地開啟了一種防備的狀態。好像每個人都在預期這樣的中年疾病，就算你不認為它將會臨降到自己頭上，你也會覺得很快地就可以在別人身上看見。而我們看到中年朋友及同儕的行為舉止，確實令人驚異；在接近自己生命的中年階段，我們感到在自身深處有些東西正在不安躁動；可以想見，我們會想知道到底發生了什麼事，以及可能會如何。

中年危機典型地會讓我們驚奇地認識到自己隱藏起來的瘋狂。在我們中年之際，這一股毫無預期且「不適切地」（inappropriately）襲來的是一種情感的心理狀態，它會竊取我們的自尊及自信，將我們拋入對自我情緒平衡與心智健康產生疑懼的境地。中年危機揭露人們的內在，撕裂他們精心建構的世界。母親以及家庭主婦在她們的花園和工作間發現牧神潘（Pan），——譯註—1或者在教室發現酒神戴歐尼修斯（Dionysos）：——譯註—2他以荒謬和討喜的神祇形象全力衝擊她們，要求她們屈服順從。教授學者們會察覺媚惑的女妖坐在他們的研討聚會裡，自己因新發現的力比多（libido）感到振奮，也因靈魂的喜悅與交流的醉人美景而激動。不知不覺中，他們已經為了重現熱情與冒險之路，遠離了圖書館和實驗室。銀行家、神職人員、股市作手、已婚女子、母親——他們也差不多將放棄職分，開始去回應這不甚實際的生命之舞。

到底出了什麼事？人在中年，當我們發現情緒騷動與困惑，孩提與青春期的夢魘並未妥善埋藏，一個虛構的神話於是粉碎了。原來，心靈依舊非常鮮活而活躍。必定是孩童時期對成年期的虛構想像，我們認為「成年期」（adulthood）是一個逐漸成長（或者衰圮）的長期穩定，這樣的假設是一個難以撼動的基礎，彷如受到無形的父母之眼靜靜地監視著。這是一個深植於父母心象（imago）的觀點，而父母心象本身是基於一個原型模式，它反映出孩子需要、想望一座堅固的父母基石。如果成年人視孩童為多相性倒錯（polymorphously perverse），那麼我們每個人心中的這個孩子會期待成年期都是一致性的正常。但是到了中年，心靈開始爆發，噴發出的岩漿反覆形成我們心理生活的面貌。

這些會發生於中年的理由，引起些許關注。大部分的心理治療界，經常認為成人心理混亂的問題根源，必然全來自於有缺陷的童年；只要孩童期夠好，成年期也會平安穩定。如果這個關於發展的古老精神分析模型確實無誤，那麼在個體五歲以後，就不再需要在治療上或發展上做任何事情，只要解開早期所造成的錯誤即可。暫且不說別的，近期的研究已經推翻這個想像，揭示的成年期也如同孩童期或青春期一般是「發展中的」。還有很多需要做的事，而且有更多發展性的危機（developmental crises）在持續，不只在五歲之後，而是三十五歲之後、五十歲後，甚至到七十五歲以後，都是如此（如果我們的現代心理學現在正開始探索中年，老年研究則仍是塊處女地）。我們正開始明瞭生命的「一切」（all），我們的心理都處在過程裡，因此受內在的流動與變遷所支配。

身處中年時期，會出現從一個心理認同到另一個認同的跨越轉換。自性（self）經歷著一種轉化（transformation）。本書所探討的，正是這種內在的活動以及這種跨越的意義。中年時這些心靈內在深處持續發生的事件雖然是我的主要資料，然而個人內在深藏的重要時刻之人際的與社會的錯綜複雜之脈絡，也絕不可忽視不顧。但我將中年視為一個時機，人們將經歷著根本的轉折（shift）而與生命及世界保持一致。這樣的轉折具有心理的以及宗教的意義，是超越人際與社會的面向。

多年來，我思索著一個人要如何才能有「心理的」(psychological) 察覺。是什麼讓一個人去參與心靈，去敬畏其力量，以及去尊重其能力？是什麼讓一個人「虔敬」(religious)？不管關注心靈，或是維持心理察覺的 (being psychological)，都代表著每一時刻不是喜愛就是憎惡這個靈魂，而無論選擇如何都表示強烈地承認它以及它的各種活動。所以要怎樣，才能達到榮格那樣的狀態，認為心靈是你最糟的詛咒，也是你最佳的財富？這種態度要如何才能產生？

我總結的方法，就是更穿越心理的「危機」。當你被投入於心理的緊急狀態時，你將無可逃避面對靈魂的工作。當事情仍依計畫進行時，靈魂沉睡，它的王國如月亮和星辰置身太陽光芒中而凋萎失色。夢境與幻想（靈魂的證明）是存在的，但它們無關緊要的在暗地裡漂流。為何要注意它們？它們只會令你苦惱。然而，一旦是心理危機的深重黑夜，白晝天光被遮蔽，心靈的角色於是脫穎而出，而呈現出另一種重要性。夢可如雷電般襲來，令你驚心動魄。就在此夜，赫密士現身工作。他的神話說出靈魂是如何甦醒及湧現的。

邁入中年之際，人們已習於熟悉的心理模式，因工作與家庭而安頓下來。然後，突然間，危機襲來：有天醒來，你出乎預期地筋疲力竭；個人擁有感的氛圍開始腐臭；成就的甜奶變成酸的；模仿與行動一成不變的模式反而夾痛你的雙腳。你對自己所喜愛的事物，也就是自己的「成果」(works)：孩子、財產、權力地位、成就，對這一切的珍視不再有了，彷如被偷走了。你滿懷疑惑地問：昨夜出了什麼事？它那兒去了？

赫密士昨夜盜走了阿波羅 (Apollo) 的神牛（我現在是在談赫密士誕生的神話，如荷馬式的《致赫密士頌歌》(Hymn to Hermes) 中所提到的那樣），老大哥阿波羅既驚且怒。但他想要索回牛隻，因此，帶著憤怒與挫敗，他開始尋找竊賊與失落的寶物。這是在中年時所揭開的戲劇第一幕：「你說我已經丟失了？我會把它找回來！」

但阿波羅從未成功。第二幕在赫密士的洞穴開場：這位個兒嬌小但已經很老練的小賊，天真無邪地安臥在他媽媽身旁。當你追蹤偷走你力比多的賊，後退並下到無意識的深層幽微之處，你突然來到自己內心的穴居者之家。你已上了一個淘氣狡猾的新生嬰兒的當，他騙走你的寶物，且將你推落跌倒。

在中年劇的第二幕中，赫密士將靈魂從酣睡中喚醒，拂去它身上的灰塵。在心理動盪與騷亂的這段期間，我們與父母、社會，與朋友以及專業工作夥伴等的連結，開始變得緊張甚至遭到破壞。我們不在乎，我們想望自由，呼喊深度與意義。心靈甦醒了。

爬出赫密士的小床，貌似無辜。他是個盜賊，也是個發明家。赫密士是股不可忽視的力量。他試圖為自己在奧林帕斯山上佔有一席之地，為自己與母親取得名望與財富，他拒絕接受不完全承認其出身權利的任何事情：他是宙斯 (Zeus) 之子。他做為禍害而現身，但也帶著發明的能力與喜悅。對每個人來說，他是不合法的；他是秩序建立的威脅。人在中年，靈魂受到這股新誕生的叛逆創造力所支持鼓勵，堅持自我權利以及需要為人注目。

赫密士無法被「涵容」(contained) 而不露臉，中年的靈魂也不行。靈魂如同赫密士一樣，想要滑出限制之外，要求被看見、被愛，以及被榮耀。它也因堅持、決心活下去，並獲得應有的榮耀，因而必須被畏懼。我在本書中沒有對中年危機提出對策，也少有具體的建議是在應付它觸發時的恐怖力量。我只能建議一種參與的方法，一條進入以及穿越心靈艱苦工作的赫密士路徑 (Hermetic pathway) | 譯註—4。我們從神話裡瞭解這位較年長而被當作哥哥的阿波羅和他這位傲慢的非婚弟弟赫密士之間發生了衝突矛盾，最後的結果是互相交換禮物。當阿波羅可以要回他的牛時，他卻不要了；取而代之的是，他收到一件赫密士的發明物—七弦琴。沒有人能具體說明你的中年靈魂禮物會是什麼，只能說，當它出現，你就會收到。這樣的交換，正是中年劇的第三幕的主要內容。

對阿波羅而言，他的禮物是音樂，這件神祕的赫密士玩意兒，成為他男神身分最偉大與最獨特的特質。當靈魂於中年甦醒而展現其天賦（gifts，也是禮物），生命就永遠印記下這一切內容。一旦接受，它們就會成為你生命的保證，你獨一無二的核心。如果拒絕，它們會鎮日糾纏，並且暗中破壞你所有的辛勞苦事。

在各種的邊界和各種的邊界狀態穿梭的旅人之神，他在不同領土間傳遞訊息以及情報；在各種的存在向度之間和在生生死死之間穿梭的通行之神，他在鍊金術裡是轉化的主宰：這就是赫密士。在他身上，我接下來將展開奧迪賽之旅來尋找一切的線索，關於中年所揭開的這旅程帶給生命的邁進。

在赫密士身上，當我們在人生重要階段，走在不知來自何處又可能引向任何地方的路途上時，他給了我們陪伴。這也許只是我們沒有太多選擇，只能由赫密士這位眾靈魂的引路人，也同樣成為我們的引路人。

作者介紹:

目录:

[中年之旅：自性的轉機](#) [下载链接1](#)

标签

心理学

荣格

台版

修行

灵修

榮格

心理學

心理

评论

書自然是好，翻譯尤佳。

[中年之旅：自性的轉機](#) [下载链接1](#)

书评

[中年之旅：自性的轉機](#) [下载链接1](#)