

積極想像、閱讀《紅書》的方法、卷一：未來之路

蔡怡佳

輔仁大學宗教學系教授

心靈工坊《紅書》深度導讀八週講座

第二堂

2022.6.17

榮格對「宗教」的理解

- Terry Lecture (1937-38)
- *The Collected Works of C. G. Jung, vol. 11, Psychology and Religion, West and East*
- <潛意識的自律性>，〈人的形象和神的形象〉，第4-6頁
- <無意識的自主性>，〈榮格論心理學與宗教〉，第15-17頁
- <邁向心靈整體的朝聖行：分析心理學的心靈與宗教>，〈宗教心理學之人文詮釋〉，頁205-206。

religere

- 「就像拉丁文的religere的意思，宗教是戒慎恐懼地服從某種存在，奧托(Rudol Otto)很貼切地名之為「聖秘」(das Numinosum)。那是動態的存在或影響，並不是恣意行動所產生的東西。相反地，這個影響會擄獲而宰制人類主體，人類其實是其祭物，而不是創造者。聖秘，無論其原因為何，是主體的一個狀態，獨立於主體的意志之外。... 聖秘或者是可見事物的性質，或是不可見的臨在的影響，造成意識很特殊的變化。這是最基本的通則。」

religere

- 「……對我而言，宗教是人類心靈很特別的原始態度，正如religio這個概念的原始用法，是對於某些潛在要素的戒慎恐懼和服從，這些要素被理解為『力量』：鬼魂、惡魔、諸神、法則、觀念、理想典範，或是人類在其世界稱呼那些強勢的、危險或有助益的事物，而值得他誠心事奉的，或是那碩大、美麗、意義重大的事物，值得他們虔誠崇拜和愛慕的。」

religere

- 「……我想要說明，我所謂的『宗教』並不是指教義。每個信理最初固然是奠基於聖秘的經驗，但是另一方面則是奠基於信仰(pistis)，忠誠以及對於某種聖秘作用的經驗及其後之意識變化信仰和信賴。……我們可以說『宗教』這個詞意指著，**意識透過聖秘的經驗而被改變的特殊態度。**」
- 榮格，《人的形象和神的形象》，林宏濤譯，頁6-7。
- Pistis (Πίστις): faith, belief, trust, confidence; fidelity, faithfulness

re-ligere

- ligere: tie, bind, unite, bandage, wrap around
- 「宗教的能力在於將對立的元素重新結合起來，超越造成了許多痛苦的裂痕。宗教幫助我們遠離矛盾這種互相對立的痛苦狀態，來到悖論的範疇。在這裡我們能夠同時欣賞兩種相對的元素，給予相同的尊重。然後，也就只有在這個時候，恩典才會出現，矛盾的靈性經驗變成了和諧的整體，讓我們進入一種比單獨選擇任何一方還要好的合一狀態。」（Robert Johnson, 《擁抱陰影》，頁120-121）
- paradox
- 「兩行」（《莊子·齊物論》）

找尋自己的神話

- 「我解釋了古人的種種神話，寫出一本有關英雄及人總是生活在其中的神話的書。但是，今天人們生活在什麼樣的神話當中呢？答案可能是：基督教神話。『你也生活在其中嗎？』我自問。說句老實話，答案是否定的……『那麼，我們不再有任何神話囉？』『對，我們顯然不再有任何神話了。』『但是，你的神話—你生活在其中的神話是什麼呢？』在這一點上，我與我自己的對話變得令人不舒服。我不再想下去，因為我已經走進死胡同。」（《傳》，228-229）

找尋自己的神話

- 「我被迫嚴肅地自問：『**你所活的神話是什麼？**』我發現這個問題沒有答案，必須承認我沒有與神話共活，或處於神話中，而是在一個不確定的理論迷霧中。我越來越不信任……所以，我以**最自然的方式**開始尋找『我的』神話，我把這當成最重要的任務——我告訴自己，若我對自己的個人要素，及我的個人等式(personal equation)，毫無所知，而這對於理解他人是如此必要，那麼，我怎麼能治療病人？」（引自Shamdasani，〈《紅書》導讀〉，頁13）

Liber Primus (卷一)

- **1913.12.12 (將臨期)** : 開始進行積極想像的實驗, sun & hero, death & rebirth (《紅》, 14-15, 131)
- **1913.12.18** : 積極想像後的第一個夢, murder of the hero (《傳》, 238-239)
- **1913.12.21/22/25** : Elijah、Salome & black snail的異象 (《傳》, 240-242)

Liber Primus (卷一)

- 序：未來之路(1915)
- 重尋靈魂(1913/11/12)
- 靈魂與神(1913/11/14)
- 論靈魂的服務(1913/11/15)
- 沙漠(1913/11/28)
- 沙漠經驗(1913/12/11)

Liber Primus (卷一)

- 未來墜入地獄(1913/12/12)
- 靈魂的分裂(1913/12/16)
- 英雄被謀殺(1913/12/18)
- 神的孕生(1913/12/20)
- 奧秘・相遇(1913/12/21)
- 指引(1913/12/22)
- 解答(1913/12/25)

序：未來之路(1915)

- 1915年，三段聖經經文的引用
- P.105，註2：「救主的誕生，救贖符號的發展，發生在預期不到之處，來自於不太可能產生答案的地方」 (Jung, 1921)
- 「**孩童般**」的指導原則：非理性的、自我意志之外的、奇蹟的 (Jung, 1921)

序言中的三層聲音

- “If I speak in the spirit of this time. I must say: no one and nothing can justify what I must proclaim to you....” (p.119)(頁107)
- “*But the supreme meaning is the path, the way and the bridge to what is to come.*” (p.120)(頁107)
- “Believe me(**my friend**): *It is no teaching and no instruction that I give you. On what basis should I presume to teach you?...*” (p.125)(頁112)

序言中的三層聲音

- 第一層：我內在的時代之靈與深處之靈的相遇、1913年的異象、1914年的夢境
- 1913.10：獨自旅行中的洪水異象（《傳》，頁233-234，
《紅》111-114）
- 1914春夏：三次一樣的夢（《傳》，234，
《紅》，111-112）
- 第二層：對「終極意義」與「神的形象」之闡釋
- 第三層：「我」對「你」說、「我不是救主，不是法律制定者，不是你們的老師，你們也不再是小孩」（頁113）

時代之靈與深處之靈

- 童年時期的一號人格與二號人格(《傳》, 頁77-78, 128-134)
- 19歲的夢：轉向自然科學的夢 (《傳》, 頁130)
(註64, 頁123)
- 科學、宗教 (《傳》, 頁142)
- 都市、鄉下 (《傳》, 頁143-144)
- Sense, nonsense, supreme meaning
- 「無秩序與無意義是秩序與意義之母。秩序與意義是已經完成的，不是在完成中的」 (頁124)

「我必須喝下最苦的汁液」 (頁109)

- Izdubar的療癒 (<卷二>，第九章) 、喝下隱士準備的苦酒 (<卷二>，第二十章) (註9，頁109)
- 「喝下此酒的人將永遠不渴，不管是此生或來世，因為他喝下的，是跨越與完滿。He drank the hot melting river of life which congeals to hard ore in his soul and awaits new melting and mixture”」(草稿，p.4) (註10，頁109)
- 1914年7月第三個夢境：酷寒讓所有的生物結冰、不結果的樹、樹葉變成葡萄，又在霜凍後變成藥，又苦又甜，成為充滿療癒的汁液 (頁111-112)

自我的投射？神聖的奧秘？

- 時代之靈：終極意義與神的形象都**只是你自己**（"that is you and only you"）（頁109）
- 深處之靈：“You are an image of the unending world, **all the last mysteries of becoming and passing away live in you.** If you did not possess all this, how could you know?”
- 呼應卷一的結尾：“The mystery showed me in images what I should afterward live, for I still had to earn all of them.”（頁183）

重尋靈魂(1913/11/12)

- 生命轉捩點的出現
- 「我的靈魂，你在哪裡？你聽到我嗎？.....我回來了，我又在這裡了。我抖掉了腳上的各地塵土，我回來找你，我就在你這裡。經過多年漂泊，我又回到你這裡。」（頁114）（黑書2中的第一段話）
- 回歸靈魂
- 夢中的預告：1912年聖誕節後的夢，靈魂以白鴿與孩子（少女）的形象出現
- 「夢是靈魂的引領」（頁119）
- 為靈魂服務、成為靈魂的僕人

掙扎與抗拒

- 深處之靈六個夜晚的沈默
- 第七夜，深處之靈說：「看你的深處，向你的深處祈禱，喚醒亡者。」（頁126）
- 「我無助地站著，不知道該怎麼辦。我看入自己，我只發現稍早的夢境記憶，我都寫了下來，不知道有什麼用處。我想要拋下這一切，回到白日的光線下。但深處之靈阻止了我，強迫我回到我自己之中」（頁126）

靈魂帶我進入自己的沙漠中

- 沙漠與基督宗教
- St. Anthony, 285 A.D.
- 在沙漠中的等待
- 「我們對生命付出那麼少。我們應該像樹一樣生長，不知道何謂律法。我們與企圖綁在一起，沒發現企圖是限制，是的，排擠了生命。我們相信我們可以用企圖照亮黑暗，如此錯失了光亮」（頁129）
- 註78中關於「無為」的說明：“one must psychically let things happen”
- 接受靈魂嚴厲但有益的教導，克服心中的嘲笑

開始無意識的實驗

- 「1913年基督降臨節期間，我決定採取關鍵步驟，……」（《傳》，237-238）
- 未來墜入地獄(1913/12/12)
- 靈魂的分裂(1913/12/16)
- 英雄被謀殺(1913/12/18)

英雄之死

- 「深處之靈打開我的眼睛，我瞥見了內在，我靈魂的世界，多重形象，不停變換。」（頁131）
- 黑暗洞穴、黑土、黑色積水、發亮的紅石、泥濘、尖銳的叫聲、血淋淋的人頭（金髮英雄）、黑色聖甲蟲、紅色太陽、一千條蛇、血泉
- 刺殺齊格飛(Siegfried)
- 自傳中的描述（《傳》，頁237-238）

死亡與新生

- 聖甲蟲的象徵意涵：restoration and rebirth
- 推動太陽從黑暗中重生
- 太陽象徵意識：意識要先死亡，回返最深的根基，尋找新的道路
- 英雄：必須被殺掉的意識的價值
- 內在危機與集體（歐洲）危機
- 英雄被殺的意義：「英雄想要施展一切所能，但深處的無名之靈激發了人無力到達到一切」（頁139）

下降的主題

- 下降至死者的國度
- 基督下降陰府、復活的主題
- 進入黑暗的無意識
- 死亡與重生也是當代心理治療的主題
- 「要辛苦努力來喚醒死亡。挖掘深坑，丟進祭品，讓死亡收到。以善心來反思邪惡，這是**上升之道**。但在上升前，一切都是黑夜與地獄。」（頁151）

神聖的瘋狂

- 與病態妄想的區別（頁134）
- 缺乏平衡
- 從古人活在事件中的圖像來學習（頁136）

老神必須死去

- 「如果神老了，就變成陰影、無理，然後倒下。最大的真相變成最大的謊言，最光明的日子變成最黑暗的夜晚」（頁145）
- rain, tear, new young God: 「雨水是淹沒人的巨大淚水，淚的洪水將釋放人們被死亡鉗制的恐怖壓力。它是我心中對死亡的哀悼，在埋葬與重生之前。雨水是大地的果實，滋長出新的麥子，青春蓬勃的神。」（頁146）

新神的孕生

- 神的孕生(1913/12/20)
- 奧秘・相遇(1913/12/21)
- 指引(1913/12/22)
- 解答(1913/12/25)

Mysterium. Encounter

- 以利亞Elijah（聖經《列王記》中記載的先知）
- 莎樂美Salome:「你愛我嗎？」「你應該從她的愛認出(recognize)她！」（頁156）
- Snail
- 對立功能的發展: logos vs. eros, masculine consciousness vs. feminine cons., sight vs. blindness, forethinking vs. pleasure
- 「我們是真實的，不是象徵」（頁157, 165）

異象

- 聖母、孩子、彼得、佛陀，Kali女神
- 火焰中的佛陀（完全進入內在，轉化的發生）
- 《草稿》中的釋義：「過去我是個思考者，身為思考者，我拒絕我的感覺，因此拒絕了我部分的生命。然後我的感覺成了有毒的植物，當它醒來時，它是感性，而不是愉悅，那是最低層與普通的愉悅。...莎樂美是它的快感的形象，承受著痛苦，因為它被拒絕太久了顯然莎樂美，也就是我的愉悅，是我的靈魂。當我認出這個，我的思維改變，上升到理念，然後以利亞的形象出現。這讓我準備接受神秘戲劇，事先讓我看到我在奧秘中必須經歷的轉化。先思與愉悅的同流產生了神，我認出我內在的神想要成為一個人，我細想並且允許，於是我成了神的僕人，不為別人，只為我的自我。」（註197，頁169）

解答(1913/12/25)

- 黑夜、白晝
- 黑蛇、白蛇
- 巨石、祭壇、太陽之殿
- 以利亞的變形（縮小）
- 十字架、聖子、白蛇、黑蛇
- 進入耶穌的苦痛（imitation of Christ）
- 莎樂美重新獲得視力，盲目得到治療

解答(1913/12/25)

- 「愛與先思同在一處。……人總是偏於其一。這是人類本性。動物與植物似乎在各方面都很足夠，只有人在過多與不足之間掙扎。他很動搖，……他的知識與能力都不足，但他還是必須自己去做。人不僅從他自身成長，他也是從他自身創造。神在它之中顯現，人的本性缺乏神聖的熟練，因此人在太多與太少之間擺盪。」（頁178）
- 超越功能：兩股流動的融合（註241，頁183）

quest for “re-ligere’ in time of crisis

- 現代人的精神危機：自我意識對於無意識心靈的隔閡與陌生
- 無意識心靈儲存著人類存在經驗的種種母題；透過形象與象徵所表述的無意識心靈，常常以宗教象徵的方式來表述生與死、黑暗與光明、空虛與意義、墮落與救贖、分裂與整合，...等等心靈經驗。
- 榮格對於現代人之精神處境的診斷，也可以理解人與宗教象徵所指向之超越失去聯繫的狀態。
- 象徵是心靈自發的創造，在神話與宗教傳統中累積了大量的象徵創造。重新建立起與神話或是宗教象徵的聯繫，也就成為克服精神危機的道路。

自我意識下降的實驗

- 直面無意識：搭建遊戲、繪畫，……
- 「川流不息的各種幻想蜂湧而至，我努力保持冷靜。…在我承受無意識的猛烈衝擊時，我更相信，自己正在服從一個更高的意志，這種感覺會一直支持我，直到我掌握情勢。…我在心煩意亂時，常做些瑜伽來控制自己的情感。目的是要知道心中發生的事情的意義。因此瑜伽只練到足以使自己平靜下來，恢復我對無意識的探討程度時——一旦我覺得再度是自己時，便放棄情感的束縛，讓各種意象和內心的聲音開始說話。…一旦把情感變成意象，也就是發現隱藏在這些情感當中的意象後，我便會心平氣和下來。…從我的實驗、治療的觀點來看，找到潛藏在情感背後的特定意象是極有助益的。」（榮格，《榮格自傳—回憶、夢、省思》，頁235-236）

探究幻象的方法

- 靈媒研究
- 以比較神話學的方法分析Frank Miller幻象的象徵意義（《本能的轉化與象徵》，1912）
- 本能以象徵的形式表現，而且是普遍的象徵形式
- 尋找讓無意識表達的方式、記錄其內容與探尋其精神條件
- 發展更積極的方式來與這些幻象進行對話，也就是積極想像(active imagination)的方式

積極想像 (active imagination)

- passive imagination (von Franz, <榮格心理學的積極想像> 《榮格心理治療》)
- negative imagination (Marta Tibaldi, 《積極想像》)
- 積極：「有意識地**進入**事件之中」、「容許事情發生、透過 (意識) **不行動**產生 (無意識) **行動**」
- 從其**作用**判斷是否真實

積極想像 (active imagination)

- 意象 (Bild)
- 源於詩意語言的直觀，以無意識的幻想活動為基礎
- 具有古老的原始性
- 雖然不具真實性的價值，卻是**重要的心理體驗**，具有高度的心理價值
- 意象猶如心靈的眼睛
- 「原初意象是心靈的概括性表達。它賦予了原先混亂且彼此不相關的感官和內在心理的覺察一種**富有秩序性和關聯性的意義**，……原初意象把那些透過對於刺激的覺察而釋放的能量和某個特定的意義連結在一起，該意義便會引導個體的行動走上那條與他相合的道路。」（榮格，《榮格論心理類型》, 頁472）

意象作為調節者

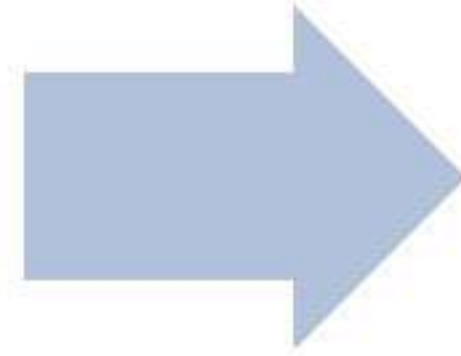
- 意象的具體性得以掌握未分化的、具體的情感，另一方面又因為作為觀念之培育苗床而得以掌握觀念，進行**情感與思考的整合**。
- 意象所扮演的調解角色具有解決問題、並存在於宗教的有效性
- 比觀念的清晰性更有生命力，擁有先天的創造力
- 代代先祖遺傳下來的心理能量的組織，不僅表達能量過程的演變，也是這種演變的可能性的穩定系統
- 重複、規律性，向未來延伸
- 可運用的公式，讓人了解新的事實

‘come to terms with reality’

(P. W. Pruyser, *The Play of the Imagination: Toward a Psychoanalysis of Culture*)

自我中心的世界
(autistic world)

- 未受陶養的幻想
- 全能的思考
- 妄想
- 私人的需求
- 症狀
- 夢想
- 貧乏



真實的世界
(realistic world)

- 感知知覺
- 現實的檢驗
- 實際的事物
- 實際的需求
- 符號、指示
- 工作
- 機智

幻象空間 (illusionistic world)

自我中心的世界
(autistic world)

- 未受陶養的幻想
- 全能的思考
- 妄想
- 私人的需求
- 症狀
- 夢想
- 貧乏

幻象的世界
(illusionistic)

- 陶養的幻想 (tutored)
- 富冒險性的思考
- 想象的事物
- 文化的需求
- 象徵
- 遊戲
- 創造力

真實的世界
(realistic world)

- 感知知覺
- 現實的檢驗
- 實際的事物
- 實際的需求
- 符號、指示
- 工作
- 機智

illusion processing

- *Ludere*: play
- 非常投入的、認真的遊戲，猶如孩童玩扮家家酒時「當真的假裝」，或是演員的「入戲」
- 遊戲是對現實的想像；遊戲把現實轉換為意象，對遊戲本質的探究也就是對於意象之價值與意義的探究
- Homo Ludens(Johen Huizingo)：文明是在遊戲中，並作為遊戲而產生與發展

從「夢」到「積極想像」

- 意識與無意識之連結的方法
- 讓無意識浮現、與無意識和解
- 積極想像的種種形式：素描、繪畫、雕塑、編織、寫作、舞蹈、表演、音樂，……
- 「超越功能」：自發的過程與方法，通過對立面相互拮抗的方式促進從一個心靈狀態向另一個心靈狀態的過渡
- 透過心靈所具有的**意象生成**的功能，進行心靈整合的工作

想像的作用

- **解放**：「積極想像有可能直接對情緒做出絕佳的工作，而能從壓抑或宣洩的兩條死胡同之中，走出不同的路。」(von Franz, 《榮格心理治療》，頁146)
- Analysand **自主性的發展**
- 促發**行動**：全心參與、做出符合道德的決定
- 黑魔法的誤用：滿足願望的幻想

積極想像與「黑魔法」微妙的界限

- 「黑魔法」：願望或慾望的運作
- 「我們練習積極想像應該只是為了得到關於自己的真理，而且只有這個目的。但在實作中，隱密的慾望會偷偷溜進來，使人落入幻想的想像。」 (von Franz, 《榮格心理治療》，頁168)

被動與主動的雙重狀態（兩行）

- 以自我實驗的方法「刻意在清醒時激發幻想，然後進入其中，有如進入一場戲。這些幻想可以當成一種戲劇化的思考，以圖像的方式進行。」（Shamdasani，〈《紅書》導讀〉，頁21）
- 使用「淨空意識」的練習來關掉意識狀態，以啟動無意識。（Shamdasani，〈《紅書》導讀〉，頁21）
- 「我有意識地使自己服從於無意識的種種衝動」（《傳》，頁231）

壓抑、還原或是對話

- 榮格後來於1916年發表的一篇論文中提到，面對無意識有數種方式，可以壓抑，可以用還原式的分析讓無意識的力量消耗殆盡，但也可以讓自己融入集體心靈 (collective psyche)，和無意識的內容進行戰鬥。榮格的戰鬥，指的是**直接面對、融入與對話**。(艾倫伯格，《發現無意識》，頁322)

體驗之必要

- 「積極想像是一種內在對話，一種戲劇化思考，重要的是，不去認同所產生的思想，並且不去假設那些思想是自己所產生的。最重要的不是詮釋或了解這些幻想，而是去體驗他們。」（頁72）
- 以象徵符號的方式解讀，而不是照其字面意義
- 覺知其潛在意義，將之整合到意識中

自性化（個體化）歷程的工具

- 「積極想像的適當運用只能發生在宗教的脈絡中，也就是對神聖事物展現出充滿敬畏、真誠的尊敬。」 (von Franz, 《榮格心理治療》，頁151)
- 積極想像是「個體化歷程的工具，...整個個體全然而有意識地實現自己。透過這個歷程，上帝的形象在個體中被經驗到，並開始實現其超越自我層次的影響力。自我成為僕人，為祂邁向實現的傾向而服務，若沒有這個僕人，本質我(Self)就無法讓自己現身於時間和空間之中。」 (von Franz, 《榮格心理治療》，頁151)

與宗教修行方法的類比

- 瑜伽、禪修、依納爵的神操、煉金術士的冥想
- 沒有計劃的**自由**：「以不批判的方式，**屈身撿起**心靈為我們提供的每一片象徵，並處理它，因為它對我們而言可能是本質我的**雛形**或**一部份**，可能是我們還不認識的部分。」」（von Franz, 《榮格心理治療》，頁153）
- 最大的自由是向內之路最困難、但最有價值的**部分**

現代人與神性相遇的方式

- 「現代人不論在內在和外在，都已背負過度沈重的訓誡、要求、勸告、口號、集體的建議、理想主義，以及其他被認為好的指導方針，所以或許值得努力為他們提供機會，以一種不受強迫、全然由自己負責的方式，來了解自己的本質。這可能是神性的影響力以最純淨的形式現身的方式：完全由祂自己產生，這也很可能是個體對當代具有破壞性的潛意識力量的最佳抵抗，獨自透過自己內在的經驗，而扎根於自己與上帝的關係。」
 (von Franz, 《榮格心理治療》，頁155)

心靈成為體驗神聖的所在

- 「如果能夠感動我們的更高力量真的存在，也許他們只能藉由**下意識的門徑**來到我們心中。」(James, 《宗教經驗之種種》)
- James從宗教經驗的角度為宗教提供的定義：「個體在其**孤獨**的狀態中，當他認為自身與其所認定的**神聖對象**有某種**關係**時的**感覺、行動與經驗**」。(James, 《宗教經驗之種種》)

走向神聖的事物

- 「我的工作的主要興趣不在於治療精神官能症，而是走向神聖的事物。然而，事實卻是，走向神聖的事物才是真正的治療，當你得到神聖的經驗，就脫離了疾病的詛咒。甚至就是疾病會具有神聖的特徵。」
(von Franz, 《榮格心理治療》，頁172)
- Jung, letter to P.W. Martin, 20 August 1945
- 1944年初的大病

對reality的體驗、對命運的接納

- 「幻想和體驗都是事實，毫無主觀臆測，甚至具有絕對客觀的品質」（《傳》，頁370）
- 「這次生病之後，我開始走向豐收成果的時期，……我所獲得的頓悟，或者萬物歸宿的幻象，給了我重新著述的勇氣。我不再要我的見解被人接受，而是遵循我自己的思想活動，讓問題一一展現，形成雛形。」（《傳》，頁371）
- 「承認自己的命運」