

EDWARD AMSTRONG BENNET

JUNG

ĐÃ THỰC SỰ NÓI GÌ ?

Nhà Xuất Bản Văn Hóa Thông Tin - 2002
Trung Tâm Văn Hóa Ngôn Ngữ Đông Tây



downloadsachmienphi.com

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

JUNG ĐÃ THỰC SỰ NÓI GÌ

BÙI LƯU PHI KHANH

dịch từ nguyên bản tiếng Anh:

WHAT JUNG REALLY SAID

NXB Mac Donald, London, 1966.

JUNG

ĐÃ THỰC SỰ NÓI GÌ



downloadsachmienphi.com

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

EDWARD AMSTRONG BENNET

JUNG ĐÃ THỰC SỰ NÓI GÌ

downloadsachmienphi.com
BUI LUU PHI KHANH dịch
Download Sách Hay | Đọc Sách Online

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HOÁ THÔNG TIN - 2002
TRUNG TÂM VĂN HOÁ NGÔN NGỮ ĐÔNG TÂY



CARL GUSTAV JUNG
(1875 - 1961)

LỜI GIỚI THIỆU*

ANTHONY STORR**

Carl Gustav Jung là một trong những nhà tâm lý học mà chúng ta đã từng được nghe tiếng, nhưng tác phẩm của ông còn quá xa lạ với chúng ta. Nếu lập hẳn một danh mục đi kèm các chỉ dẫn tổng quát những tác phẩm của Jung được kể ra thì bộ Toàn tập này sẽ bao gồm không dưới hai mươi tập sách lớn. Những người đọc thông thường muốn làm quen với những tư tưởng của Jung cảm thấy e ngại trước một khối lượng lớn tác phẩm như vậy, và cảm thấy cần có sự hướng dẫn nên bắt đầu từ đâu. Cuốn sách Jung đã thực sự nói gì đưa ra chỉ dẫn sâu sắc về những tư tưởng chính của Jung bằng một ngôn ngữ mà bất kỳ ai đều có thể hiểu được. Tác giả quá cố E.A. Bennet là bạn thân của Jung, thường đến thăm Jung và gia đình ông ở Zurich. Họ trao đổi ý kiến qua thư từ và những cuộc gặp gỡ cá nhân trong nhiều năm, do vậy những gì tiến sĩ Bennet nói ra đều có một độ xác thực cao hơn những giải thích khác về Jung và tác phẩm của ông.

Jung sinh năm 1875 và mất năm 1961. Nhiều tư tưởng của ông và cả một số những thuật ngữ do ông đặt ra đã được đưa vào tâm lý học mà không cần biết nguồn gốc của chúng. Jung là người đầu tiên áp dụng những tư tưởng phân tâm học

* Bài viết này người dịch bổ sung thêm.

** Anthony Storr là tác giả của những cuốn sách: *Jung* (1973), và *The Essential Jung* (1983).

vào việc nghiên cứu bệnh tâm thần phân liệt. Ông đưa ra những khái niệm hướng ngoại và hướng nội, và những thuật ngữ tổ hợp, cổ mẫu, cá nhân hóa và vô thức tập thể. Khái niệm của Jung về tâm thần như là một hệ thống tự điều chỉnh phù hợp với những tư tưởng của tâm lý học hiện đại trong sinh lý học và điều khiển học. Sự khẳng định của ông rằng con người cần tìm kiếm ý nghĩa trong cuộc đời mình cũng chính là sự dự báo quan điểm của những nhà hiện sinh. Nhưng tầm quan trọng của Jung có xu hướng bị đánh giá thấp và những người không gặp vấn đề gì khi đọc ông thường coi Jung như một nhà huyền bí biết nhìn xa trông rộng và những tác phẩm của ông do vậy nằm ngoài những nguyên tắc của tâm lý học thực nghiệm và nó có thể bị bỏ qua dễ dàng. Trên thực tế, thể hiện qua những công trình nghiên cứu ban đầu của ông, Jung có một sự hiểu biết sâu sắc các phương pháp khoa học; nhưng số lượng lớn tác phẩm của ông sau đó lại liên quan tới những lĩnh vực mà các phương pháp khoa học không thể áp dụng được. Ý nghĩa của cuộc sống tuy không thể định lượng được, nhưng điều này không làm giảm đi giá trị của sự tìm kiếm ý nghĩa của con người. Ngày nay, khi tất cả những phòng thí nghiệm trên khắp thế giới còn đang bị thống trị bởi cách tiếp cận thực nghiệm, thì sự khẳng định của Jung rằng những kinh nghiệm chủ quan của cá nhân con người là vô cùng quan trọng và là một đối trọng rất có giá trị. Jung tin rằng kiến thức về bản thân và sự phát triển bản thân cá nhân, cùng với khả năng tăng cường những mối liên hệ với các cá thể khác đi kèm với sự phát triển này là những yếu tố duy nhất đủ mạnh để chống lại sự thống trị tập thể của nhà nước. Đây là điều mà ông muốn nói đến khi tuyên bố rằng cá nhân là người chuyên chở văn hóa. Toàn thể sức mạnh sự phân tích của Jung là nhằm vào việc giúp đỡ cá nhân nhận thức được những khả năng tiềm tàng của bản thân mình, làm dễ dàng hóa việc anh ta trở thành bản thân

mình một cách xác thực hơn. Jung không quan tâm tới những gì được coi là bình thường theo thống kê chung hay là sự thích nghi với những yêu cầu của xã hội. Nhiều bệnh nhân được ông phân tích là những người thành công thật sự với những thành tựu đáng kể đằng sau họ, nhưng bản thân họ lại cảm thấy rằng những thành quả đó chỉ mang đến chút ít cảm nhận về sự đầy đủ. Với những bệnh nhân loại này, Jung không đưa ra những giải pháp cụ thể nào mà khuyến khích họ tự thăm dò thế giới bên trong của những giấc mơ và huyền tưởng. Bằng việc chú ý nghiêm túc đến những điều đang diễn ra bên trong, mỗi cá nhân có thể phát hiện ra những mặt bản chất của chính mình vốn bị bỏ qua hay bị che giấu, và do đó tìm lại được con đường phát triển xác thực của bản thân mình. Jung gọi tên quá trình tìm kiếm tính xác thực cá nhân này là “quá trình cá nhân hóa”.

Tôi đã từng mô tả sự cá nhân hóa như là “quá trình của một người hành hương không có niềm tin, không hướng vào thiên đường, mà hướng vào sự hoà nhập và tổng thể”. Đối với Jung, phân tích là một quá trình tìm kiếm về mặt tinh thần, một cố gắng hết sức mạnh mẽ để đến được với bản thân mình, chấp nhận nó và trở thành, trong khả năng có thể, người mà anh ta dự định sẽ là. Nét tương tự giữa sự xem xét bản thân và những nghi thức bị ngăn cấm bởi những giáo lý tôn giáo là rõ ràng. Bản thân Jung là một tín đồ sâu sắc nhưng hết sức phi chính thống, ông đã làm “sốc” cả những nhà thần học Tin lành và Thiên chúa giáo. Quan điểm cá nhân của chính ông chỉ đạt được với cái giá là rất nhiều nỗi đau và sự chấn động tinh thần sâu sắc vào một thời điểm đe dọa nhấn chìm ông.

Jung sinh ra và lớn lên ở Thụy Sĩ. Phần lớn thời niên thiếu ông sống gần Basel, ở thành phố này, ông đi học từ năm lên bảy tuổi. Sau đó, ông nghiên cứu y học tại Đại học Basel. Cha của Jung là giáo sĩ, một mục sư trong nhà thờ Tin lành Thụy Sĩ và có sáu mục sư trong gia đình mẹ ông.

Từ buổi đầu, Jung đã được tiếp xúc với một khối lượng lớn những cuộc thảo luận và hoạt động tôn giáo. Nhưng như ông ghi trong tự truyện, ngay từ thời thiếu niên, ông đã có những nhận thức và những giấc mơ về một kiểu tôn giáo không phù hợp với giáo lí thông thường của nhà thờ. Những cố gắng để bày tỏ với cha mình sự nghi ngờ đó luôn luôn bị khước từ vì, mặc dù cha ông là một người tốt và luôn muốn giúp con, cha ông luôn hài lòng chấp nhận hệ thống niềm tin tôn giáo mà ông ta đã được giáo dục và không sẵn lòng xem xét lại bất kì thay đổi nào. Jung buộc phải giữ quan điểm không chính thống cho bản thân mình, nhưng vẫn duy trì niềm tin về tính đúng đắn trong cách nhìn của mình, bất chấp cảm giác xấu hổ và xa lạ với những đòi hỏi của gia đình.

Vào năm 1900, Jung bắt đầu sự nghiệp của mình trong lĩnh vực tâm thần học khi trở thành bác sĩ trợ lí cho Eugen Bleuler tại Bệnh viện tâm thần Burgholzli tại Zurich. Ông viết luận văn tiến sĩ y học và thực hiện rất nhiều công việc thực nghiệm với các bệnh nhân, sử dụng cái được gọi là những test liên tưởng từ. Bằng những test này, Jung có thể chỉ ra một cách khách quan những cá nhân bị ảnh hưởng bởi những nội dung tinh thần mà họ hoàn toàn không nhận thức được. Đây là sự chứng minh bằng thực nghiệm đầu tiên khái niệm đè nén của Freud. Vào năm 1907, Jung xuất bản một cuốn sách về tâm thần phân liệt trong đó nói nhiều đến các tư tưởng của Freud, và ông gửi nó cho Freud. Như tiến sĩ Bennet nhớ lại, chính cuốn sách đã dẫn đến cuộc gặp gỡ giữa hai người. Sự hợp tác giữa họ kéo dài cho tới năm 1913.

Mặc dù Jung luôn thừa nhận mình mang ơn Freud, ông không bao giờ là người học trò không biết phê phán. Cần nhớ rằng Freud, làm việc tách biệt trong văn phòng của mình, không có những kinh nghiệm thực sự về những bệnh nhân loạn tâm, trong khi đó, mối quan tâm chính của Jung, khi ông làm việc tại Bệnh viện Burgholzli, lại là những ca bệnh

tâm thần phân liệt. Không ngạc nhiên gì khi hai người phát triển hai hình mẫu khác nhau của tinh thần. Jung ghi trong tự truyện rằng khi ông đang viết cuốn sách mà cuối cùng mang tên là *Những biểu tượng của sự biến hóa*, ông nhận ra rằng việc xuất bản nó sẽ phải trả giá bằng mối quan hệ của ông với Freud. Điều này đã được chứng minh là đúng. Sự chia tay giữa họ, mà có thể theo dõi thông qua những lá thư giữa Freud và Jung, thật cay đắng và đã làm cho Jung trải qua những chấn động tinh thần lớn khiến ông sợ rằng mình “bị đe dọa bởi chứng loạn tâm”.

Khi còn là một đứa trẻ, Jung chống lại những sự giáo điều của nhà thờ và cảm thấy cần phải tin tưởng rằng những quan điểm của mình là đúng. Vào thời trung niên, ông cảm thấy buộc phải chống lại những quan điểm giáo điều của Freud và giữ niềm tin về sự đúng đắn của những khái niệm tâm lý học của ông. Trong suốt những năm Đại chiến thế giới lần thứ nhất, Jung tham dự vào một quá trình tự phân tích bản thân mà ông gọi là “đương đầu với vô thức”. Ông thoát ra khỏi giai đoạn bão tố và căng thẳng này với một sức mạnh mới và niềm tin rằng, dù xảy ra điều gì đi chăng nữa, ông vẫn phải tin vào kinh nghiệm của bản thân mình và ghi nhớ những bằng chứng cho những nhận thức mà ông đạt được.

Như bản thân Jung khẳng định, nền tảng của những quan điểm đặc thù của ông nằm ở những tháng năm ông tự phân tích bản thân. Khi chia tay với Freud, Jung ba mươi tám tuổi. Sự khẳng định rằng giai đoạn trung niên là một bước chuyển trong sự phát triển tâm lý được bắt nguồn từ chính kinh nghiệm của bản thân ông. Vì vậy mà đóng góp chính của Jung đối với tâm lý học liên quan đến giai đoạn phát triển người lớn. Jung nhận thức rõ tầm quan trọng của buổi đầu thời niên thiếu trong việc quyết định nhân cách người lớn. Trong trường hợp những người trẻ tuổi mà vấn đề chính của họ là thất bại trong việc giải thoát khỏi gia đình,

Jung khuyên sự phân tích cần được thực hiện theo những cách do Freud và Adler xác lập. Nhưng những trường hợp thực sự là mối quan tâm của ông lại là những người mà ông có những đóng góp quan trọng, khi điều trị họ, đó là những người vào giai đoạn trung niên bắt đầu cảm thấy cuộc sống vô ích hay vô giá trị. Jung nói đến kiểu nhiều tâm này như là “sự bế tắc”, với ý nghĩa là quá trình phát triển tự nhiên của một con người bị dừng lại. Theo quan điểm của Jung, triệu chứng của nhiều tâm thúc đẩy con người tìm kiếm sự phân tích thường là những chỉ báo có giá trị rằng họ đang đi lạc khỏi con đường phát triển đúng đắn của họ hơn là sự điên rồ cần phải loại bỏ bằng điều trị. Jung thỉnh thoảng nói “Cám ơn Chúa, anh ta đã bị nhiều tâm”, ngụ ý rằng lo âu, trầm cảm và những triệu chứng khác của nỗi đau khổ tinh thần có thể được nhìn nhận như một tia sáng tích cực, như một công cụ chỉ báo chỉ ra cho anh ta rằng có một sự xem xét lại những giá trị của bản thân anh ta và lối sống đang được đặt ra một cách khẩn cấp. Nghiên cứu của Jung về những người thuộc loại này đã dẫn ông đến kết luận rằng “sự bế tắc” thường là kết quả của thái độ một mặt đối với cuộc sống đã làm tê liệt sự phát triển cá nhân. Người hướng ngoại có xu hướng hoàn toàn chỉ quan tâm đến thế giới bên ngoài, trong khi người hướng nội lại bỏ qua thế giới bên ngoài và thất bại trong việc thích nghi với nó. Nhiệm vụ của phân tích tâm lý là khôi phục lại sự cân bằng và do đó cho phép sự phát triển bình thường diễn ra.

Jung quan niệm tâm thần là một hệ thống tự điều chỉnh. Bằng việc thăm dò thế giới của những giấc mơ và huyền tưởng, bệnh nhân có thể tiếp cận được với vô thức, đang cố gắng bù trừ và sửa chữa thái độ ý thức một mặt của anh ta. Phân tích của Jung được hưởng nhiều tới tương lai hơn là quá khứ. Cách thức quan trọng nhất để tiếp cận với vô thức là phân tích giấc mơ. Quan điểm của Jung về giấc mơ rất khác

với quan điểm của Freud. Ông không chấp nhận quan điểm của Freud rằng những giấc mơ luôn luôn là một cách biểu hiện gián tiếp cho những ước muốn bị ngăn cấm. Jung coi giấc mơ như là những sự giao tiếp từ vô thức, được diễn tả thành ngôn ngữ biểu tượng, có thể khó hiểu nhưng không nhất thiết che giấu những cái không được chấp nhận. Thông thường những giấc mơ là sự bù trừ cho quan điểm ý thức; là sự thể hiện của những mặt của cá nhân bị bỏ qua hay không được nhận biết. Một số những giấc mơ đặc biệt ẩn tượng có ý nghĩa sâu, không thể giải thích được bằng những kinh nghiệm quá khứ của cá nhân, mà dường như đến từ một nguồn nằm ngoài phạm vi khả năng của cá nhân. Những giấc mơ như vậy biểu hiện những hình ảnh cổ mẫu có thể được thấy trong những huyền thoại và những câu chuyện cổ tích từ các nền văn hóa khác nhau trên khắp thế giới. Hiện tượng đó dẫn Jung đến giả thuyết về một mức độ sâu hơn của tâm trí, không thể chỉ là cá nhân, mà ông gọi là vô thức tập thể.

Như ông đã ghi trong tự truyện của mình, Jung bị ảnh hưởng sâu sắc bởi Kant và Schopenhauer, những tác giả mà ông đã đọc khi còn là một thanh niên. Jung đi đến tin là không gian và thời gian chỉ là những sự phân loại của con người áp đặt lên thực tế chứ không phản ánh chính xác chúng. Cũng tương tự như vậy là sự phân loại thành "vật chất" và "tinh thần". Một trong những người cộng tác của Jung là nhà vật lý nổi tiếng Wolfgang Pauli. Jung nghi là sự khám phá về vật chất của các nhà vật lý và điều tra về tâm thần của những nhà tâm lý có lẽ trên thực tế chỉ là những cách tiếp cận khác nhau với cùng một thực tế. Có lẽ tâm trí và thể xác chỉ là những sự phân chia nhân tạo, là những mặt khác nhau của một thực tế duy nhất được nhận thức thông qua những khuôn khổ liên hệ khác nhau. Niềm tin của Jung vào sự thống nhất tuyệt đối của tất cả sự tồn tại là một yếu tố quyết định quan trọng trong tư tưởng của ông.

Dù mọi người có chia sẻ niềm tin cơ bản của Jung hay không, không thể nghi ngờ tầm quan trọng của nhiều đóng góp của ông cho việc nghiên cứu tâm trí. Sự nhấn mạnh của ông vào những khía cạnh tinh thần của bản chất con người tạo nên một sự tương phản cần thiết với sự nhấn mạnh của Freud vào thể xác. Sự khẳng định của Jung về tầm quan trọng của sự tự nhận thức bản thân như là một mục tiêu và niềm tin chắc chắn rằng những thành tựu lớn nhất của nhân loại luôn là những thành quả cá nhân, thách thức những hệ thống xã hội và chính trị đề cao nhà nước nhưng lại trả giá bằng những sinh mạng cá nhân. Cuốn sách của tiến sĩ Bennet sẽ tiếp tục cung cấp một sự chỉ dẫn có giá trị bằng cách giới thiệu rộng rãi tư tưởng của Jung tới số đông độc giả.



downloadsachmienphi.com

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

LỜI NÓI ĐẦU

Những đóng góp của C.G. Jung cho tâm lý học và tâm thần học tạo thành một dòng chảy khá mạnh mẽ trong suốt gần sáu mươi năm, tức là từ tác phẩm đầu tiên của ông năm 1902 đến năm 1961, năm ông mất. Một bản in đầy đủ bộ Toàn tập các tác phẩm bằng tiếng Anh của ông đang trong quá trình ấn hành^(*). Jung có một trí tuệ uyên bác và đầy sáng tạo nên ngay từ tác phẩm đầu tiên của mình ông đã thu hút được sự chú ý. Một quan tâm đặc biệt của ông là sự thích nghi hàng ngày của cá nhân với những người khác. Một liên hệ tự nhiên và lành mạnh giữa những con người với nhau này không đơn giản như nó được nhìn thấy; thường là không thể nhận thấy được sự liên hệ với những người khác ở các bệnh nhân, những người mà tâm trí của họ bị rối loạn.

Khi những tác phẩm của ông đạt đến độ chín, ông nhận thấy rằng tâm trí, giống như cơ thể, ngoài những đặc điểm cá nhân, còn có những nội dung tập thể, mà theo Jung, “kì lạ không chỉ đối với một cá nhân, mà đồng thời cho tất cả, nghĩa là cho một xã hội, một con người, hay cho tất cả nhân loại nói chung”^(*). Chính điều này đã mở ra một lĩnh vực nghiên cứu mới và gây ra nhiều tranh luận. Chắc chắn đây

^(*) Lời nói đầu này được viết cho lần xuất bản đầu tiên tác phẩm Jung đã thực sự nói gì của TS. E.A. Bennet năm 1966, khi bộ Toàn tập của Jung đang trong quá trình ấn hành. Sau đó bộ Toàn tập đã ra mắt bạn đọc và được tái bản nhiều lần bằng nhiều thứ tiếng khác nhau.

là một giả thuyết táo bạo; nhưng Jung cho rằng không thể có những bước tiến về tri thức nào mà lại không có những giả thuyết và ông không cố gắng chứng minh những lí thuyết do ông đề xuất trước khi áp dụng nó về mặt thực nghiệm để giải thích những vấn đề mà ông gặp khi điều trị bệnh nhân của mình. Mỗi quan tâm của ông là phát hiện tất cả những gì có thể về sự hoạt động của đời sống ý thức và từ đó hiểu về những phần của tâm trí con người mà chúng ta chỉ biết được bằng cách suy luận - tức là vô thức.

Đối với Jung, những triệu chứng của các bệnh tâm thần chỉ là những dấu hiệu đơn giản của sự hoạt động bình thường bị rối loạn. Do đó ông quan tâm nhiều đến những yếu tố lành mạnh hơn là những yếu tố không lành mạnh trong nhân cách. Những triệu chứng, những ý nghĩ có thể là đau khổ, thường là những nỗ lực của tự nhiên để cứu chữa, để khôi phục lại sự hoạt động bình thường của tâm trí. Nhưng còn cái gì là bình thường, tức là những biểu hiện trung bình? Đây là cả một vấn đề. Trong số rất nhiều những dấu hiệu và những triệu chứng khó hiểu của sự đau yếu tâm thần, Jung, không có bất kì định kiến gì, đặt mục tiêu cho bản thân mình tìm hiểu bằng được và có thể loại bỏ một số sự khó hiểu này. Sau đó, ông hiểu rằng, bên cạnh những yếu tố liên quan đến sự bất lực cá nhân của các bệnh nhân, có thể là cần thiết phải giải thích những rối loạn tổng quát hơn, chẳng hạn như xảy ra trong một cuộc khủng hoảng kinh tế, hay một cuộc chiến tranh, quét qua một dân tộc như một căn bệnh lây truyền. Nói theo cách khác, Jung xem xét các bệnh nhân của mình không chỉ là một cá nhân cô lập, mà còn là một cá nhân trong một cộng đồng.

Jung là một trong số một nhóm nhỏ các bác sĩ, trong những năm tháng đầu tiên của thế kỉ, bắt đầu quan tâm đến việc tìm hiểu nhiều hơn về tâm trí. Có nhiều điều đã được viết về chủ nghĩa duy linh, về nghiên cứu tâm thần, và những chủ đề tương tự. Nhưng không có những thông tin xác thực. Một cơ hội lí tưởng khám phá lĩnh vực này là thông qua tìm hiểu

bệnh tâm thần, về ý nghĩa, nguyên nhân và cách thức chữa trị nó. Có nhiều việc đã được làm để cải thiện tình trạng của nhiều người bị điên ở đất nước của ông, ở Pháp và Đức, chủ yếu là giúp cho họ có được những điều kiện sống và sự chăm sóc tốt hơn. Nhưng không có một sự tiến bộ nào, dù rất nhỏ, được ghi nhận trong sự hiểu biết chính bản thân tâm trí. Các bác sĩ thường có khuynh hướng chấp nhận một thực tế cố hữu là ngoài sự chăm sóc của bệnh viện, chỉ có ít hoặc không có gì có thể làm được cho những người "bị tâm thần" cả. Thái độ bỏ mặc (*laissez-faire*) như vậy không hề hấp dẫn Jung, người muốn hiểu "những gì xâm nhập vào tâm trí" khi ông mô tả những nỗi sợ, những ý nghĩ sai lạc, sự nhìn nhận lệch lạc về cuộc sống, là những thứ có thể huỷ hoại hạnh phúc cá nhân cũng như gia đình và làm hỏng rất nhiều cuộc đời.

Tâm lý học, sinh lý học và dược học ngày nay được kết hợp trong việc điều trị bệnh tâm thần chặt chẽ tới một mức độ chưa từng được nghe đến trong thế kỉ mười chín. Kể từ khi việc nghiên cứu tâm trí được tiến hành nghiêm túc, vấn đề đối tượng của tâm lý học được mở rộng, và những ảnh hưởng của nó cũng lan toả, đến mức ngày nay tất cả mọi người đều quan tâm đến tâm lý học theo một hình thức này hay hình thức khác. Nó được nói đến trong những cuộc trao đổi, những bài báo, và trong văn học nói chung. Không cần nỗ lực gì chúng ta cũng có thể tiếp nhận dễ dàng những thuật ngữ như hướng nội, hướng ngoại, tổ hợp. Nhưng chúng không hề được biết đến trong tâm lý học cho đến khi Jung đưa ra những thuật ngữ đó. Chúng mô tả những đặc điểm trong bản chất con người, những kiến thức về chúng thường là điều dĩ nhiên đối với những người dân thường, dường như đó luôn luôn là một phần nằm trong những phẩm chất tự nhiên của chúng ta.

Ngoài kiến thức về y học, Jung còn là một học giả cổ điển - ông đọc tiếng Latinh và tiếng Hi Lạp cũng dễ dàng như tiếng mẹ đẻ vậy - và đồng thời cũng là một nhà ngôn ngữ học giỏi. Những kiến thức này tự bản thân chúng chỉ có ý nghĩa

rất ít đối với Jung. Ông có nhiều năng khiếu tự nhiên, một tác phong tự nhiên, thoải mái, cộng với một khiếu hài hước tinh tế kết hợp với một sự quan tâm thực sự về những gì mà người khác nói - dành cho những người có những điều muốn nói nhưng không muốn gặp mặt ông chỉ bởi vì ông quá nổi tiếng. Ông không thích sự nịnh hót hay sự quảng bá, ông chỉ muốn là mình mà thôi.

Không một ai lại coi Jung là một người viết bình dân và một số tác phẩm của ông được tiếp nhận một cách khó khăn. Liệu điều đó có thể khác đi được không? Ông không có thói quen tự thể hiện mình sao cho phù hợp với những mong chờ của chúng ta. Jung tránh những kết luận tiên quyết và những tuyên bố giáo điều, và ông không bao giờ muốn xây dựng một hệ thống khép kín hoàn toàn, trong đó mọi thứ đều phù hợp với nhau đến mức hoàn hảo. Biết rất rõ về tính chất phức tạp và sự khó khăn của tâm trí con người, Jung luôn luôn duy trì cách nhìn nhận của một người tiên phong và không bao giờ muốn tuyên bố những quy luật hay giá trị tổng quát những quan điểm của mình. Trong khi luôn luôn sẵn sàng xem xét lại những quan điểm của mình nếu như thấy có lí do đủ để làm điều đó, ông không bao giờ làm một việc gì hấp tấp mà luôn dè dặt khi đưa ra những nhận xét của mình. Thường thì những quan điểm của ông bị hiểu sai - như thường xảy ra với tất cả những nhà tư tưởng lớn khác - và ông có những người chỉ trích mình, những người không đồng ý hay khẳng định cần phải nhìn nhận cuộc sống theo một góc độ khác. Điều này khiến cho việc hiểu những gì Jung thực sự nói về những vấn đề chính yếu trong tâm lí học hiện đại càng trở nên quan trọng.

CHƯƠNG I

NHỮNG GIAI ĐOẠN TRONG
SỰ NGHIỆP CỦA JUNG

ĐẠI HỌC BASEL

Jung, sinh năm 1875, sống toàn bộ cuộc đời mình ở Thụy Sĩ. Cha của ông, một mục sư theo đạo Tin lành, làm việc trong nhà thờ tại Rhine Fall gần Schaffhausen. Sau đó gia đình ông chuyển đến sống ở Basel cho đến năm 1895 khi ông trở thành sinh viên y khoa của Trường Đại học Basel. Khi kì thi cuối cùng kết thúc, Jung muốn chuyên nghiên cứu nhưng đã xem xét lại những khả năng của bản thân, cuối cùng không đi tới quyết định nào. Phẫu thuật thu hút ông, nhưng điều này là không thể, bởi vì đó là công việc yêu cầu được học nâng cao nhiều sau đại học và điều đó nằm ngoài khả năng của cha ông. Jung phải kiếm tiền ngay khi có thể và dường như một vị trí ở bệnh viện đa khoa sẽ là bước đầu trong sự nghiệp y học của ông. Tuy vậy, sự việc lại tiến triển khác hẳn. Một sự kiện hoàn toàn bình thường đã dẫn ông đi theo một con đường khác.

Khi còn là sinh viên, Jung được những đứa trẻ con họ hàng mời tham dự một trò chơi xung quanh bàn mà chúng rất thích thú. Một thành viên trong nhóm là một cô gái mười lăm tuổi lên đồng và thay vào thứ tiếng Đức - Thụy Sĩ thông thường, cô ta lại nói một thứ tiếng Đức văn chương. Bình thường rất rụt rè và mệt mỏi, cô ta bỗng trở nên tự tin và chững chạc hẳn. Jung rất ngạc nhiên. Jung biết khá rõ về cô gái, nhưng trước đó chưa bao giờ được chứng kiến cô gái ở trong trạng thái như vậy. Những người bạn của cô ta hoàn toàn không quan tâm tới những lời nói và hành vi của cô ta, thậm chí họ cũng không tò mò tìm hiểu tại sao. Họ chấp nhận tất cả chúng như một trò chơi bình thường. Jung không vậy. Jung cảm thấy khá ngạc nhiên. Ở đây có một cái gì đó kì lạ, mặc dù không phải là một người thông minh ở cái tuổi mười lăm, đột nhiên, trong lúc lên đồng, cô gái này đã biểu lộ tác phong và lối giao tiếp của một cô gái có giáo dục. Jung muốn hiểu những điều rất hấp dẫn, rất khác biệt so với những cái mà ông đã thấy trước đó. Những gì mà cha mẹ ông và những người khác chấp nhận như một sự giải thích lại làm ông ngạc nhiên cao độ. Jung bắt đầu tìm kiếm câu trả lời cho những câu hỏi khó khăn này một cách có hệ thống bằng cách ghi nhật kí chi tiết những buổi lên đồng, và ông cũng ghi chép cẩn thận nhân cách và hành vi của cô gái trong những lúc bình thường. Những ghi chép này đã tạo ra một khối lượng khổng lồ những vấn đề tâm lí mà vào thời đó ông không thể hiểu được. Trong khi tìm cách giải thích những hành vi của cô gái, Jung đã tìm kiếm trong tuyệt vọng những tài liệu về chủ nghĩa duy linh.

Những giáo viên của Jung lúc đó tại trường đại học đã tỏ ra không quan tâm gì đến những biểu hiện kì lạ của cô gái và nghĩ rằng ông đã quá lãng phí thời gian vào những vấn đề vô nghĩa như vậy. Jung không chấp nhận ý kiến này, và đã mở rộng việc đọc của mình trong “một phạm vi rộng lớn về sự yếu ớt của các bệnh thái nhân cách tâm lý”, bao gồm bệnh động kinh, hysteria, và suy nhược thần kinh; và ở đó Jung đã phát hiện ra những bài báo viết về những tình trạng hiếm có của ý thức như sự mộng du và nằm bệnh, một vài vấn đề có liên quan; và Jung sử dụng chúng, cùng với những ghi chép tỉ mỉ của mình về tình trạng của cô gái làm cơ sở cho luận án tốt nghiệp đại học y của mình. Nó được xuất bản năm 1902 và được in trong *Toàn tập* bằng tiếng Anh với tiêu đề *Về tâm lý học và bệnh lý học của những hiện tượng được gọi là kì lạ*.⁽²⁾

Là một sinh viên năm cuối, Jung tham gia vào những bài giảng thường nhật, không thú vị lắm về tâm thần học, và đến những bệnh viện tâm thần, nơi ông có thể nhìn thấy một số ít bệnh nhân đau khổ đang chịu đựng những hình thức thông thường hơn của bệnh điên. Tâm thần học ngày ấy “thường bị coi rẻ”, Jung viết: “Không một ai thực sự biết một chút gì về các bệnh ấy cả, và không có tâm lý học coi con người như là một tổng thể và xem xét những biến đổi bệnh lý của họ trong một bức tranh toàn thể. Giám đốc cũng bị giam hãm trong một tổ chức như vậy với những bệnh nhân của mình và tổ chức này cũng bị chia cắt, cô lập ở ngoại ô thành phố giống như một trại cách li những bệnh nhân phong. Không một ai muốn

nhìn vào đó cả. Bác sĩ biết cũng rất ít như những người không chuyên môn, và do đó cùng chia sẻ những cảm xúc y như họ. Thời ấy những bệnh tâm thần là vô cùng nguy hiểm, tuyệt vọng và cũng hắt cái bóng đen tối của nó lên tâm thần học. Các bác sĩ tâm thần là những con người hoàn toàn xa lạ...”⁽³⁾.

Richard von Krafft-Ebing là tác giả của một cuốn sách giáo khoa về tâm thần học được các sinh viên y khoa ở Đại học Basel tìm đọc. Khi chuẩn bị cho kì thi ra trường, Jung tránh không đọc nó cho đến những thời điểm cuối cùng. Jung không quan tâm đến tâm thần học và không suy nghĩ gì về chúng cả. Jung ngạc nhiên khi đọc đến tình trạng phát triển thiếu đầy đủ về tâm thần học và cuốn sách này đã biểu lộ quan điểm chủ quan của tác giả. Điều này tương phản với những cuốn sách giáo khoa, vốn có những thông tin khách quan về y học và về phẫu thuật khác. Khi đó, ông chưa bao giờ nghe nói đến “những bệnh về nhân cách cả”. Đây quả là một thế giới những tư tưởng mới mẻ và rất tự nhiên làm gợi nhớ lại những kí ức về cô gái lên đồng ngày xưa trong đầu óc Jung. Sự lãnh đạm biến mất và Jung nhanh chóng quan tâm đến chúng rất sâu sắc. Những điều Krafft-Ebing nói, Jung viết, “đã gây cho tôi một cảm xúc lớn. Tôi cảm thấy như bị tràn ngập bởi một sự hiểu biết trực giác đột ngột. Tôi đã không thể hình thành nó rõ ràng ngay khi ấy, nhưng sau đó tôi cảm thấy đã chạm tới vấn đề. Và ngay lập tức tôi quyết định trở thành một bác sĩ tâm thần... đó là thời điểm khởi đầu thực sự sự nghiệp của tôi như một nhà khoa học tâm lý y học”⁽⁴⁾.

Mặc dù quyết định rất đường đột, nhưng đó là kết quả của một chuỗi những câu hỏi không lời giải đáp trong tâm trí Jung, những gì đưa ông ngược trở lại thời thiếu niên. Trong kí ức buổi đầu có những giấc mơ rất ấn tượng mà ông không bao giờ quên. Vào thời điểm đó chúng là điều dĩ nhiên; nhưng những câu hỏi đến với đầu óc ông sau này: những giấc mơ như vậy có thể có ý nghĩa gì? Nó không có một ý nghĩa gì sao? Gia đình ông sống ở đồng quê trước khi chuyển tới Basel và Jung đã nghe nhiều câu chuyện kì lạ và những kinh nghiệm được kể bởi những người dân quê ở trong vùng. Theo một phương diện nào đó, chúng cùng loại với những quan sát của ông về cô gái đã xử sự rất kì lạ khi lên đồng, mặc dù không có một liên hệ rõ ràng nào giữa chúng. Khi suy nghĩ về những đoạn viết của Krafft-Ebing, Jung cảm thấy chắc chắn rằng tâm thần học có thể cung cấp một chiếc chìa khóa ít nhất cũng là đối với những điều khó hiểu xảy ra đó.

Khi kì thi cuối cùng kết thúc, Jung được mời làm trợ giảng cho một trong những giáo sư của mình, người đã chấp nhận một công việc mới ở một trường đại học khác. Đây là một phần thưởng mà những sinh viên trong trường đều ghen tị, nhưng thầy giáo và bạn bè của Jung rất ngạc nhiên khi ông từ chối cơ hội này và tuyên bố rằng đã quyết định lựa chọn sự nghiệp của mình trong lĩnh vực tâm thần học. Quyết định này là cuối cùng, ông không bao giờ nhìn lại và không bao giờ luyến tiếc.

Sự nghiệp của Jung trong lĩnh vực tâm thần học bắt đầu vào tháng 12 năm 1900 khi ông trở thành một

trợ giảng tại Burgholzli, bệnh viện của Trường Đại học Tổng hợp ở Zurich, dưới quyền giáo sư Eugen Bleuler - một người dẫn đầu trong lĩnh vực tâm thần học ở châu Âu lúc đó. Nghiên cứu là công việc thường ngày của Jung. Ông bắt đầu điều tra cẩn thận nguyên nhân của bệnh sa sút trí tuệ sớm - sau này gọi là bệnh tâm thần phân liệt - một bệnh tâm thần phổ biến nhất lúc bấy giờ. Ông học kỹ thuật cắt, xem xét bằng kính hiển vi những phần mô não của các bệnh nhân tâm thần phân liệt đã chết để xem có thể có rối loạn gì đó của bộ não bộc lộ những manh mối mà ông đang tìm kiếm. Ông bắt đầu công việc mới và lời cuốn này rất nhiệt tình. Nhưng những hi vọng của ông đã không thành sự thực: việc nghiên cứu rất nhiều mẫu như vậy không cho thấy ý nghĩa hay nguồn gốc của bệnh.

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

NHỮNG THÍ NGHIỆM LIÊN TƯỢNG TỪ

Jung tiến hành những nghiên cứu của mình đối với những bệnh nhân tâm thần phân liệt, sau đó chuyển sang một kiểu nghiên cứu khác - test liên tưởng từ (association test). Test tâm lý nổi tiếng này được áp dụng bởi Francis Galton, một người cháu họ của Charles Darwin, nhằm phân biệt các kiểu trí tuệ. Nó được thiết kế khá đơn giản: người được thử (chủ thể) được bảo cho biết một chuỗi những từ sẽ được đọc to và chậm rãi, và anh ta phải đáp trả chúng ngay tức khắc với những từ đầu tiên xuất hiện trong đầu mình. Với một chiếc đồng hồ bấm giờ, người kiểm tra sẽ ghi lại thời gian phản ứng, tức là thời gian tính bằng giây

mà người được hỏi trả lời, và chúng sẽ được ghi lên một biểu đồ. Thông thường có khoảng một trăm từ được nói. Galton đã đưa ra tất cả những phương pháp tính vi để thu được sự đo lường chính xác thời gian phản ứng, thậm chí đến những phần nhỏ của một giây. Tất cả những cái đó làm cho việc áp dụng test này trở nên hết sức phức tạp. Điều không may là khối lượng thông tin thu được không đáng kể hoặc không có giá trị trong việc đánh giá mức độ thông minh.

Jung đưa ra một cách đơn giản nhưng quan trọng, một sự biến đổi trong việc thực hiện test này: khi một phản ứng xảy ra chậm, ông hỏi người đó tại sao lại ngập ngừng trước khi trả lời. Thật ngạc nhiên là họ không biết sự chậm trễ đó và do vậy không có giải thích nào cả. Jung biết phải có lý do gì đó, và bằng việc tìm kiếm và đặt những câu hỏi đặc thù, điều này đã được khám phá. Chẳng hạn, từ ngựa được đáp trả sau thời gian hơn một phút. Những điều tra sâu hơn bộc lộ một câu chuyện đầy xúc cảm về cảnh con ngựa lồng lên, một tai nạn, những cảnh tượng đầy kích động v.v... Tất cả những cái đó bệnh nhân đã hoàn toàn lãng quên.

Mọi việc trở nên rõ ràng rằng sự đáp trả những từ test đó bị ảnh hưởng bởi những cảm xúc của chủ thể, và test này là một công cụ hữu ích trong việc chỉ ra những cảm xúc (vô thức) bị che giấu. Được thiết kế nhằm mục tiêu xem xét những phẩm chất trí tuệ, sự nghiên cứu những liên tưởng tinh thần, test liên tưởng từ này lại thể hiện nhiều giá trị hơn theo một cách khác, ấy là nó cho thấy những hiệu quả gây ra bởi những cảm xúc

không biết. Nhưng Galton và những người khác áp dụng test này cho hàng nghìn người lại không chú ý tới cảm xúc đằng sau sự phản ứng chậm trễ đó và chỉ ghi nhận sự phản ứng chậm trễ đó như là một thất bại trong việc phản ứng.

Biểu đồ được Jung vẽ ra và chúng cho thấy mối tương đồng giữa cảm xúc kết hợp với một từ đặc biệt và thời gian phản ứng. Từ những kết quả này có thể rút ra hai là kết luận quan trọng. Thứ nhất, những cảm xúc được sản sinh và thứ hai thời gian phản ứng chậm xảy ra hoàn toàn tự động và để đáp trả những quá trình chưa biết nào đó. Còn quá sớm để rút ra những kết luận từ những ghi chép hay đánh giá tâm quan trọng của nó. Chắc chắn là những hành động bị trì hoãn không biết này hoạt động ngoài những ý định có ý thức của chủ thể, đòi hỏi cần nhiều quan sát hơn.

SỰ HÌNH THÀNH TỔ HỢP

Ở Zurich và ở những nơi khác vào thời gian đó người ta nhấn mạnh vào ý thức trong tâm lí học và những ứng dụng của nó trong hoạt động tâm thần. Trên cơ sở này, những nghiên cứu thực nghiệm hướng vào tâm lí học bằng các test liên tưởng từ được thực hiện. Tuy thế, Jung lại cho rằng có những thứ còn hơn cả ý thức và hoạt động của sức mạnh ý chí. Ông đưa ra thuật ngữ *tổ hợp mang màu sắc cảm xúc* (feeling-toned complex), sau được gọi tắt là *tổ hợp* (complex) mà ông cho là một nhóm những ý nghĩ

trong vô thức đặc trưng bằng sự kì lạ, có thể là nỗi đau, mang chất cảm xúc gây ra sự chậm trễ trong việc phản ứng. Nhiều test đã đưa đến kết quả khẳng định cho kết luận này, và tổ hợp, với những đặc điểm kết hợp của chúng, chẳng hạn như hiệu ứng cảm xúc và những phẩm chất cá nhân, trở thành đặc điểm trung tâm trong hệ thống tư tưởng của Jung. Lí thuyết của ông mà bây giờ được gọi là *Tâm lí học phân tích* (Analytical Psychology), được gọi là *Tâm lí học tổ hợp* (Complex Psychology) - tâm lí học của các tổ hợp. Thuật ngữ *tổ hợp* sau này được tất cả những “trường phái” tâm lí sử dụng, bao gồm tâm lí học Freud (Phân tâm học - Psychoanalysis) và tâm lí học Adler (Tâm lí học cá nhân - Individual Psychology). Kể từ khi thuật ngữ này được phổ biến rộng rãi trong ngôn ngữ giao tiếp hàng ngày, nó được đưa vào *Từ điển tiếng Anh Oxford* với định nghĩa “Thuật ngữ của Jung để chỉ một nhóm những ý nghĩ kết hợp với một chủ đề đặc biệt”.

Xem xét tính đơn giản của test liên tưởng từ, điều gây ngạc nhiên cho ông là những bệnh nhân hiểu được những cái mà họ được yêu cầu trả lời thì sẽ đáp trả ngay lập tức đối với tất cả các từ và sau đó thật bất ngờ, lại có sự trì hoãn đối với một số từ khác. Tại sao họ thường không nhận thức được sự ngập ngừng của mình. Câu trả lời của Jung là các từ đã chạm tới một *tổ hợp*. Hoặc là nội dung của tổ hợp phải hoàn toàn vô thức hoặc là chúng phải tương đối vô thức, nghĩa là những bệnh nhân đó có thể nhận thức được chúng tại một thời điểm nhưng tại một thời điểm

khác lại không. Từ điều này ông đi đến kết luận rằng tổ hợp hoạt động trong một môi trường hoặc một trạng thái cảm xúc này nhưng lại không hoạt động trong một môi trường hoặc một trạng thái cảm xúc khác. Chẳng hạn, một thí sinh trả lời câu hỏi trong một kì thi không thể tìm được câu trả lời dù là trước đó mình đã biết. Điều này là do nhiều ý nghĩ trong vô thức cá nhân chỉ tương đối vô thức, chúng có thể được nhận thức khá rõ trong một hoàn cảnh hoặc một trạng thái cảm xúc khác. Khi người thí sinh không may mắn kia rời khỏi phòng thi và đi với các bạn của mình, điều kiện cảm xúc khác đi và anh ta có thể nhớ được câu trả lời ngay lập tức. Nhiều ý nghĩ, nếu có thể nói như vậy, chìm sâu hơn rất nhiều trong vô thức và vẫn giữ sự vô thức của chúng bất chấp các trạng thái cảm xúc thay đổi.

Jung nhận thấy sự tương tự giữa sự hình thành những tổ hợp và sự phân mảnh hay sự phá vỡ các phần của nhân cách, như xảy ra trong các chứng suy sụp thần kinh. Nói theo cách khác, tổ hợp hoạt động giống như một nhân cách phân mảnh: nó hoạt động trên bản thân nó và thường hoàn toàn ngược với những ý muốn hữu thức của chúng ta. Điều hoàn toàn dĩ nhiên là đối với những người không biết về những hoạt động tinh thần vô thức thì tổ hợp được phát minh hay “tưởng tượng” bởi bệnh nhân. Vì một số lí do sai lạc nào đó người bệnh đã làm xuất hiện chúng và nếu anh ta xử sự một cách hợp lí, tổ hợp sẽ biến mất ngay lập tức. Chống lại thành kiến này, Jung cho rằng: “Có thể xác định chắc chắn rằng tổ

hợp giữ một mức độ tự trị đáng kể, không có cơ sở nào của cái gọi là nỗi đau ‘tưởng tượng’ làm đau giống như một nỗi đau thực, và một nỗi sợ hãi về bệnh tật, dù là nhỏ nhất, không hề biến mất, thậm chí khi bản thân bệnh nhân, bác sĩ của anh ta, và những người thông thường cùng khẳng định rằng nó không là gì nhiều hơn một sự tưởng tượng”⁽⁵⁾.

Có một điều chắc chắn làm bức mình tất cả mọi người quan tâm là bất chấp những cảm giác chung, bao gồm cả những suy nghĩ của bệnh nhân, một người có lí trí để mặc cho những nỗi sợ hãi phi lí hay những thúc ép mà không có sự giải thích nào là rõ ràng cả. Ngày nay, điều này xảy ra cũng giống như nó đã từng xảy ra và bệnh nhân với chứng nhiều tâm ưa thích “một số thứ xác định”, chẳng hạn như một cái chân gãy mà họ có thể thực hiện những hành động thực sự.

Mỗi quan tâm chung được gọi lên từ test liên tưởng từ là bởi vì tính đơn giản của nó. Nó cũng có nhiều lợi ích khác trong việc thực hiện những đánh giá định tính và định lượng khá chính xác những sự đáp trả của một người trong một tình trạng nào đó. Sở dĩ như vậy là vì hình thức của test này đã tái tạo những điều kiện tâm lí của cuộc đối thoại. Khi một từ kích thích được sử dụng nhiều hơn là một từ, nó trở thành một hành động cô đặc, dường như là chủ thể trong một điều kiện nào đó và đáp trả chúng. Thông thường trong một cuộc đối thoại, những câu hỏi và câu trả lời là bổ sung cho nhau. Nhưng trong test liên tưởng này lại không như vậy khi mà chủ thể phải đối mặt với

những từ kích thích hoàn toàn đơn độc và do đó bối rối và khó hiểu. Anh ta không thể trả lời thành một câu mà không xuất phát từ những chỉ dẫn là phản ứng của anh phải được kết hợp với một từ *riêng lẻ* đó.

Khi những rối loạn trong sự phản ứng là đối tượng chính đối với mối quan tâm của Jung và những đồng nghiệp của mình, chúng được xem xét kỹ lưỡng. Người ta khám phá ra rằng những sự việc được bộc lộ và ghi lại trên biểu đồ sẽ bị tránh trong những cuộc nói chuyện thông thường bởi vì trong test này các từ xuất hiện đột ngột, không thể định trước được. Khi sự chậm trễ xảy ra, nó sẽ được quan sát và những điều tra sẽ khám phá được những ý nghĩa của nó.

Một tình trạng tương tự cũng thường xuất hiện trong một cuộc nói chuyện giữa hai người: cuộc thảo luận bị dừng lại, dường như đi ra chệch chủ đề và mất mục tiêu chính. Điều này xảy ra là bởi những tổ hợp bị kích hoạt đã chống lại một hoặc có lẽ cả hai người. Những lưu ý và những câu trả lời xuất hiện sau đó bị lãng quên hoặc bị phủ nhận.

Cả trong tiếng Đức và tiếng Anh từ *tổ hợp*, theo nghĩa tâm lý của nó được sử dụng theo nghĩa thông thường. "Tất cả mọi người ngày nay đều biết", Jung viết, "rằng chúng ta có những *tổ hợp*. Nhưng những cái không được hiểu rõ dù chúng quan trọng hơn nhiều về mặt lý thuyết là *tổ hợp có chúng ta trong đó*... Nhưng ngay cả một sự hình thành giản dị nhất hiện tượng tổ hợp cũng không thể lẫn tránh được một sự thật rất ấn tượng về tính tự trị của chúng và nếu càng xâm nhập sâu hơn vào bản chất của nó - tôi muốn nói

đến yếu tố sinh học của nó - chúng càng bộc lộ rõ hơn những đặc điểm của chúng như là *những mảnh tâm thần*⁽⁶⁾. Điều này nghĩa là tổ hợp hoạt động tự trị, giống như một phần “bị phá vỡ” hay một phần tách biệt của tâm thần. Điều quan trọng là ta biết được rằng tâm thần có thể bị phân li thành những rối loạn cảm xúc. Điều này nghĩa là một phần của tâm thần hoạt động độc lập và tách khỏi dòng ý thức chính. Điều quan trọng hơn là phải khám phá ra bản chất của những rối loạn cảm xúc này để những nguyên nhân của chúng có thể được hữu thức hóa và có khả năng hiểu được. Phân li kiểu này khác với “nhân cách phân li” khi tâm thần bị suy hỏng hoàn toàn.

Các tổ hợp xuất hiện thường xuyên trong những giấc mơ của chúng ta không có gì phải nghi ngờ. Lập đi lập lại một hình người không được biết và có lẽ là không có tên trong giấc mơ là một sự nhân cách hóa một tổ hợp. Ý thức, với sức mạnh trấn áp của mình, bị lu mờ đi để sự nhân cách hóa này xuất hiện. Chúng xuất hiện dưới nhiều hình thức, mong chờ hoặc không mong chờ. Thông thường chúng ta thường luyến tiếc là giấc mơ đã kết thúc và những hành vi trong giấc mơ đó chúng ta không thể thực hiện trong đời sống. Có lẽ chúng ta suy nghĩ và hài lòng rằng chúng ta không chịu trách nhiệm về những giấc mơ của chúng ta! Những tổ hợp cũng có thể được quan sát theo những hình thức nào đó trong những chứng loạn tâm (bệnh tâm thần nặng), ở đó tổ hợp có thể nghe thấy được. Cũng giống vậy, trong những ảo giác (nhận thức không phù hợp với thực tế) tổ hợp có thể nhìn thấy được.

Jung là người tin tưởng vững chắc vào việc có thể hiểu được các bệnh nhân và ông đã nói chuyện nhiều giờ với họ trong các phòng bệnh, cố gắng tìm cách hiểu được những gì đã dẫn tới những căn bệnh của họ. Jung biết rằng một số người được chẩn đoán phải chịu đựng những nỗi đau khổ của những căn bệnh như tâm thần phân liệt là hoàn toàn vô nghĩa. Ông muốn hiểu tại sao họ lại bị bệnh theo cách này mà lại không theo những cách khác. Mỗi bệnh nhân phải được nghiên cứu như là một cá nhân. Ông tin rằng tất cả mọi phần của cơ thể dường như đều tham gia vào bệnh và do đó cơ thể của người bệnh cũng như tâm trí của họ đều phải được xem xét. Từ rất sớm ông đã có thể chỉ ra - và ông là một trong những người đầu tiên làm như vậy - ảnh hưởng của cảm xúc có thể được biểu hiện cả về mặt sinh lý học cũng như tâm lý học. Để ghi chép những đáp trả của người bệnh đối với mỗi từ kích thích trong test liên tưởng từ, một ghi chép đồng thời và riêng biệt những nhịp tim, nhịp thở và những thông số của máy đo điện tâm lý (psychogalvanometer) được thực hiện. Những dụng cụ này được thiết kế để ghi chép những biến đổi về mật lượng trong tính dẫn điện của da được biết cùng với những thay đổi cảm xúc. Đặt một điện cực trên mỗi tay của người bệnh được đặt nằm trong phạm vi một máy đo điện và những đáp trả điện được ghi nhận bằng đồ thị. Bất cứ khi nào một từ kích thích chạm vào một tổ hợp, có thể quan sát thấy trên biểu đồ ghi những hiệu ứng tương ứng: thời gian phản ứng kéo dài, nhịp thở bị chậm lại và nhịp tim tăng lên và

những số đo trên máy đo điện tâm lí thay đổi. Những kết quả kiểu này ngày nay không gây ra ngạc nhiên đối với chúng ta, những người vốn đã quá quen thuộc với bản chất của những biểu hiện căng thẳng thần kinh. Nhưng đó là một vấn đề rất xa lạ trước thế kỉ XX, khi mà những hiệu ứng tâm lí và sinh lí của cảm xúc và những ảnh hưởng vô thức thường không được nhận biết. Jung là người đầu tiên vào thời của mình đã quan sát, và tin vào những thực tế là thể xác và tinh thần không phải là những phần tách rời nhau và trong việc chứng minh rằng thể xác và tinh thần không hoạt động độc lập với nhau như nhà triết học Descartes (1596-1650) đã khẳng định và những người khác, kể từ lúc đó trở đi, đã tin như vậy.

Được xác nhận bằng những test liên tưởng từ đã thực hiện rằng có một cái gì đấy trong cá nhân mà anh ta không nhận thức được có thể can thiệp vào những ý định có ý thức của anh ta, Jung bắt đầu tìm cách khám phá những nhóm ý nghĩ chìm dưới bề mặt, tức là tổ hợp, xuất hiện như thế nào. Như chúng ta đã biết, tổ hợp tương ứng với một sự nhiễu tâm tức là một sự suy sụp thần kinh. Nhưng cái điều không may xảy ra này có thể được giải thích như thế nào? Có một lí thuyết được biết đến rộng rãi và được một số người chấp nhận rằng một con quỷ xấu xa nào đó đã đột nhập vào người đó và gây ra bệnh. Trong nhà thờ Anh giáo và Hồi giáo có nhiều phương pháp cầu cúng thường được sử dụng để loại bỏ những con quỷ xấu xa đó. Janet, một bác sĩ tâm thần người Pháp khá giỏi đã cho rằng sự yếu kém của thể chất đã dẫn tới sự phân li

của ý thức trong các chứng hysteria và những bệnh khác. Điều không may là không rõ sự phân li này diễn ra như thế nào. Jung đã xem xét lí thuyết của Janet như là một mô tả hơn là một sự giải thích; nó không lí giải được sức mạnh đáng kể của tổ hợp hoạt động bất chấp sức mạnh ý chí và ý thức. Tuy vậy câu trả lời cho bí ẩn của tổ hợp đã ở trong tầm tay.

FREUD VÀ JUNG GẶP NHAU

Những lí thuyết của Freud về vô thức không được biết đến rộng rãi vào những năm đầu của thế kỉ này và tầm quan trọng của nó không được đánh giá đúng mức thậm chí bởi những người biết đến chúng. Jung đã đọc cuốn *Lí giải các giấc mơ* của Freud vài năm trước đó, và ông biết rằng Freud đã có những khám phá đáng kể trong việc điều trị những bệnh nhân nhiều tâm. Ông đặc biệt có ấn tượng về lí thuyết dồn nén của Freud. Ý nghĩa của nó sẽ nổi rõ nếu như xem xét những gì xảy ra khi chúng ta gặp phải một vấn đề: những giải pháp nào có thể sẽ được xem xét và một quyết định được đạt tới bởi suy nghĩ; hoặc là vấn đề đó có thể không giải quyết được hoặc là - đây là bước quan trọng nhất - những xung đột có thể bị biến mất khỏi ý thức một cách vô ý bởi vì nó bị dồn nén. Dồn nén là một sự không được biết, đó là một quá trình vô thức, đáp trả một trạng thái ý thức. Nhưng xung đột không biến mất, nó vẫn giữ tính tích cực của nó bên dưới bề mặt ý thức và có thể, với sự ngạc nhiên và đau khổ của chúng ta, chúng tạo ra các

triệu chứng. Điều này, nói một cách ngắn gọn, là lý thuyết dồn nén của Freud. Jung nhận thấy rằng lý thuyết đó đưa ra được một giải thích hợp lý sự phản ứng chậm trễ trong những test liên tưởng từ và dĩ nhiên ông rất quan tâm tới chúng. Ngay lập tức ông viết thư kể lại cho Freud rằng qua những test liên tưởng từ ông đã phát hiện được những bằng chứng thực nghiệm khẳng định tính chính xác trong lý thuyết của Freud về dồn nén, và rất tự nhiên, Freud hài lòng về sự khẳng định này đối với lý thuyết của mình mặc dù Freud không bao giờ nghi ngờ độ tin cậy của chúng. Jung là người đầu tiên, có lẽ là duy nhất đưa ra những bằng chứng như vậy. Trong đó, Jung nói tới bản chất tự trị của những tổ hợp. Freud ghi nhớ điều này, mặc dù ông không bao giờ sử dụng khái niệm này.

Thỉnh thoảng người ta nghĩ rằng Jung tiến hành những nghiên cứu tâm thần học dưới ảnh hưởng của Freud. Nhưng không phải như vậy. Ông quan tâm tới tâm thần học thông qua Krafft-Ebing, và bắt đầu thực hành chính thức vào tháng 12 năm 1900 khi ông đến làm việc tại Bệnh viện Burgholzli. Ông viết: "Tôi không bắt đầu từ Freud, mà từ Eugen Bleuler và Pierre Janet, những người thầy đầu tiên của tôi. Khi tôi bảo vệ Freud trước công chúng, tôi đã có một vị trí khoa học được biết đến rộng rãi bởi những ghi chép về test liên tưởng từ được tiến hành độc lập với Freud, và lý thuyết về các tổ hợp dựa trên chúng. Sự cộng tác của tôi [với Freud] bị hạn chế bởi một cản trở

cơ bản là lí thuyết tình dục, nó kéo dài cho tới khi Freud đồng nhất trên cơ bản lí thuyết tình dục với phương pháp của mình.”⁽⁷⁾

Jung và vợ đã nhận lời mời của Freud tới thăm ông ở Vienna năm 1907 và họ đã được tiếp đón thân mật. Trước đó đã có những trao đổi thư từ giữa Freud và trường phái Zurich mà Eugen Bleuler và Jung là những người đứng đầu, và những chuyến viếng thăm này đã xem xét những vấn đề đó trên một nền tảng cá nhân. Viết về sự quan tâm của các nhà tâm thần học Zurich, Ernest Jones viết: “Thật tự nhiên khi Freud tạo được những người ủng hộ Thụy Sĩ mới của mình, những người nước ngoài đầu tiên của mình, và cũng thật là tình cờ, đó không phải là những người Do Thái đầu tiên của ông. Sau nhiều năm bị lạnh nhạt, chế nhạo và phỉ báng, cần có một khuynh hướng triết học khác biệt nhưng không kích động khi mà những giáo sư đại học nổi tiếng từ những bệnh viện tâm thần ở nước ngoài hết lòng ủng hộ những tác phẩm của ông”. Jones cũng trích dẫn một lá thư của Freud liên quan đến sự gia nhập của Jung vào phong trào phân tâm học: “Sự ủng hộ của Jung đối với tôi do đó có giá trị hơn tất cả. Tôi muốn nói rằng chỉ sự xuất hiện của anh ta trong lĩnh vực này cũng đã giúp phân tâm học thoát khỏi mối nguy hiểm của việc trở thành một vấn đề dân tộc Do Thái”⁽⁸⁾.

Qua việc xuất bản năm 1906 cuốn sách *Tâm lí học của bệnh sa sút trí tuệ sớm*, Jung đã biết đến Freud. Trong lời nói đầu cho cuốn sách này, ông viết: “Ngay cả một cái nhìn thoáng qua vào những tác phẩm của tôi

cũng cho thấy tôi đã mang ơn những khám phá vĩ đại của Freud như thế nào... Sự công bằng đối với Freud, tuy thế, không hàm ý, như nhiều người lo sợ, sự phục tùng hoàn toàn vào một giáo lí; một người vẫn có thể duy trì một sự phán xét độc lập hoàn hảo. Chẳng hạn nếu tôi thừa nhận cơ chế tổ hợp của những giấc mơ và bệnh hysteria, thì không có nghĩa là tôi gán cho những chấn thương tình dục trẻ con tầm quan trọng bậc nhất như Freud đã làm”⁽⁹⁾.

Đối với Jung, cuộc gặp gỡ này là một sự pha trộn những cảm giác mong chờ cũng như những thất vọng. Ông hi vọng nhiều nhưng dường như không thể vượt ra ngoài những cái mà ông coi là những hạn chế của cách tiếp cận nhỏ hẹp, những cách nhìn hạn hẹp và sự tập trung vào những chi tiết vặt vãnh, và những giả định lí thuyết của Freud. Những cuộc đối thoại ban đầu của họ rất dài. Jung viết “Cuộc gặp gỡ đầu tiên của chúng tôi kéo dài mười ba tiếng đồng hồ liền. Chúng tôi nói, nói và nói. Nó như một *cuộc đi du lịch trên những chân trời* mà trong đó tôi cố gắng hiểu những hiện tượng tâm thần kì lạ của Freud. Ông là một hiện tượng khá xa lạ với tôi, cũng như tất cả mọi người vào thời đó và sau đó tôi nhận ra rất rõ ràng quan điểm của ông là gì và tôi cũng thoáng có ý nghĩ rằng mình không thể tham gia vào đó được”⁽¹⁰⁾. Nhưng Freud vẫn gây một ấn tượng rất sâu sắc đối với Jung. Trong một cuốn sách sau đó, Jung viết: “Freud là con người thực sự có tầm quan trọng đầu tiên mà tôi gặp; trong những kinh nghiệm đến lúc đó của tôi không ai có thể so

sánh với ông được. Không có một chút nào những điều nhỏ vặt trong thái độ của ông. Tôi phát hiện ra rằng ông là một người cực kì thông minh, sắc sảo và ở ông có sự xuất sắc khác thường. Nhưng những ấn tượng ban đầu của tôi về ông vẫn có một cái gì đó hơi lộn xộn, tôi không thể hiểu được ông"⁽¹⁾.



downloadsachmienphi.com

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

CHƯƠNG II

NHỮNG KIỂU TÂM LÝ

FREUD VÀ JUNG TRAO ĐỔI Ý KIẾN



Sự đánh giá của Jung về tài năng và bản chất của những công trình mà Freud đã và đang thực hiện cân bằng với sự thất vọng của ông đối với sự khẳng định của Freud về tầm quan trọng đặc biệt của tình dục trẻ con. Mặc dù Jung không ủng hộ chúng, nhưng ông chấp nhận nhiều quan điểm của Freud và cảm thấy rằng phân tâm học có khả năng phát triển; do vậy ông cảm thấy vui lòng khi cộng tác cùng với Freud và sự cộng tác giữa họ tiếp tục kéo dài hơn sáu năm nữa. Trong suốt thời gian này, Jung sống ở Zurich và trong nhiều năm ông là nhân viên của bệnh viện Burgholzli. Freud đến thăm ông và ở lại nhà ông ở Kusnacht - Zurich, và cũng vậy, Jung cũng làm khách của Freud ở Vienna. Giả như họ sống trong cùng một thành phố thì sự cộng tác chặt chẽ là hoàn toàn có thể, nhưng họ phải bằng lòng với sự trao đổi thư từ, thỉnh thoảng là những chuyến viếng thăm và gặp gỡ tại những cuộc hội thảo.

Freud đánh giá cao về Jung và sử dụng tất cả mọi cơ hội để trình bày ý kiến của mình về sự phát triển trong tương lai của phong trào phân tâm học. Khi hai người tiên phong gặp gỡ nhau không thường xuyên, họ giữ liên lạc bằng thư từ. Freud viết cho Jung hàng tuần. Jung cảm thấy khó khăn khi phải trả lời tất cả những lá thư đó. Freud mong chờ sự hồi âm và nếu không theo thường lệ ông gửi một bức điện hỏi tại sao.

Giáo dục y học ở hồi đầu thế kỉ không có những học thuyết có hệ thống về những bệnh tâm thần, và nhiều bác sĩ hầu như không biết gì về chúng cả. Freud là một ngoại lệ và những tác phẩm của ông đã chỉ ra nguồn gốc tâm lí của những chứng nhiễu tâm. Nhưng sự nhấn mạnh của ông vào tình dục *trẻ con*, theo quan điểm của Jung, đã khiến ông bỏ qua rất nhiều vấn đề có tầm quan trọng như thế và hơn thế nữa. Ông viết: "Thái độ của Freud hướng về tình thần đối với tôi hết sức đáng ngờ. Ở bất cứ nơi đâu, trong một con người hay trong một tác phẩm nghệ thuật, một sự biểu hiện của tình thần (theo nghĩa trí tuệ, không theo nghĩa siêu nhiên) xuất hiện, ông nghi ngờ chúng và ám chỉ rằng đó là bản năng tình dục bị dồn nén. Bất kì cái gì không thể được diễn giải trực tiếp như là bản năng tình dục ông đều nói tới nó như là tâm lí tình dục"⁽¹²⁾.

Do đó có những dấu hiệu, khá lâu trước khi sự đổ vỡ diễn ra, đã được báo trước một sự phân chia giữa họ. Jung có ấn tượng rằng Freud quyết tâm xây dựng một hệ thống tư tưởng hoàn chỉnh về tâm lí, và do vậy, tạo ra một khối lượng kiến thức độc đoán như là một sự bảo vệ chống lại sự phá vỡ những tư tưởng cơ bản của ông.

Freud có những kinh nghiệm cá nhân đau đớn về những người đồng nghiệp của mình ở Vienna và ở thế giới bên ngoài rộng lớn hơn không sẵn sàng chấp nhận những tư tưởng của ông. Giới bác sĩ luôn luôn chống lại những thay đổi trong hệ thống phương pháp điều trị đã được thiết lập, đặc biệt đối với các bệnh tâm thần. Đối với cả bác sĩ và những người ngoại đạo, bệnh tâm thần khá là đáng sợ và dường như luôn luôn có một cái gì đó nguy hiểm hoặc đe dọa từ chúng; khi những tình cảm bị khuấy động, ý thức chung có rất ít lợi ích. Điều đó lý giải tại sao Freud quyết định xây dựng lý thuyết của mình trên một nền tảng không thể dễ dàng bị gạt bỏ bởi những thành kiến của những người đối lập. Sau nhiều năm làm việc đơn độc, ông đã xây dựng được một nhóm những đồng nghiệp mà lòng trung thành và sự cộng tác của họ có thể tin cậy được. Trong nhóm này, ông là người lãnh đạo tuyệt đối không thể nghi ngờ; sự chống đối lại những quan điểm của ông sẽ quấy rầy ông và một điều rõ ràng đối với tất cả mọi người là những lời phê bình và chỉ trích sẽ không bao giờ được đón chờ. Jung nhớ lại một cuộc nói chuyện với Freud ở Vienna năm 1910, đã minh họa cho điều này: “Jung thân mến, hãy hứa với tôi là không bao giờ từ bỏ lý thuyết tình dục. Đó là cái quan trọng nhất trong tất cả. Anh thấy đây, chúng ta phải tạo nên một hệ thống giáo lý vững chắc đối với chúng, một bức tường thành bảo vệ không thể bị lay chuyển”... Hơi ngạc nhiên, tôi hỏi lại “Một bức tường thành để chống lại cái gì?”, Freud trả lời “Chống lại những xu hướng bảo thủ” và ông ngập ngừng trong giây lát “của chủ nghĩa huyền bí”... Những từ “giáo lý”

và ‘bức tường thành’ đã hơi làm tôi lo lắng: một giáo điều có nghĩa là sự thừa nhận một niềm tin không thể tranh cãi, được thiết lập với mục tiêu là đè nén tất cả những sự nghi ngờ không chỉ một lần mà tất cả... Tôi biết tôi sẽ không bao giờ chấp nhận một thái độ như vậy. Điều mà Freud dường như muốn nói tới khi nói ‘chủ nghĩa huyền bí’ chắc là tất cả những gì mà triết học và tôn giáo ... hiểu về tâm thần”⁽¹³⁾.

Freud muốn học thuyết của mình là rõ ràng và không thể bị nghi ngờ và Jung cảm thấy sự gò bó này thật khó chịu: những kiến thức về tâm thần bị giới hạn và chỉ có mỗi một lí do để theo đuổi những nghiên cứu. Điều này chỉ có thể khi chúng ta duy trì một sự rộng mở đối với mọi sự thay đổi và những tư tưởng mới. Khát vọng của Freud về một cơ sở vững chắc dường như gây cản trở hơn là làm dễ dàng cho những tiến bộ này; dù chỉ một ít thành kiến cũng có thể ngăn cản sự phát triển. Jung dành tất cả cho sự mở rộng, không một giới hạn nào có thể được áp đặt. Cuối cùng sự chia tay giữa Jung và Freud cũng đến bởi vì Jung thất bại trong việc thuyết phục Freud rằng những tư tưởng cơ bản của ông cần phải được mở rộng. Jung có nhiều tư tưởng của riêng mình, ông không quan tâm đến việc thiết lập một khuôn mẫu cho một khoa học mới được tạo dựng dường như kéo dài suốt cả đời ông.

SỰ PHÂN CHIA GIỮA HAI CON ĐƯỜNG

Trong cuốn *Tâm lí học vô thức* (sau đổi tên thành *Những biểu tượng của sự biến hóa* khi in trong *Toàn*

tập), Jung chủ trương mở rộng hơn việc sử dụng thuật ngữ *biểu tượng* (symbol). Đối với ông *biểu tượng* là “một sự mô tả có thể là tốt nhất, hay là một hình thức của một thực tế hầu như không biết, một thực tế tuy vậy được thừa nhận hoặc được giả định là tồn tại”⁽¹⁴⁾.

Freud không nhìn nhận biểu tượng theo cách như vậy, ông cho nó một khái niệm mà ông gọi là ý nghĩa vật chất, cho rằng nó nói đến những đối tượng hoặc con người thực, và do vậy loại bỏ bất kì quan điểm trừu tượng và phi vật chất nào. Do vậy, thuật ngữ *biểu tượng* được Freud sử dụng mang tính kí hiệu, nó là một dấu hiệu (*sema* trong tiếng Hi Lạp nghĩa là dấu hiệu) của một cái gì đó được biết khá rõ mặc dù không được nhận biết một cách có ý thức. Khái niệm biểu tượng của Jung hoàn toàn khác hẳn: *biểu tượng* đối với ông biểu thị một cái gì không được nói rõ hoặc mơ hồ, vật chất hoặc không vật chất mà chúng ta không có sự hiểu biết chính xác về chúng, dù là chúng ta cho là nó tồn tại. Bất kì sự sử dụng nào khác khái niệm *biểu tượng* đối với Jung đều là một sự mù quáng không thể tha thứ được, một sự từ chối xem xét một cái gì đó có thể quan sát được qua những tác động của chúng dù không thể định nghĩa chính xác được. Chẳng hạn lá cờ tổ quốc của một đất nước biểu thị nhiều hơn những gì có thể được thể hiện bằng ngôn ngữ đơn giản, nó có ý nghĩa nhiều hơn một dấu hiệu hay là một sự biểu hiện nào khác đối với những gì có thể được mô tả bằng vài từ đơn giản, nó bao hàm những sắc thái ý nghĩa phức tạp và những sự suy diễn và thường khuấy động các cảm xúc mãnh liệt dẫn đến hành động. Jung phê phán

những quan điểm của Freud: “Những nội dung ý thức đó đưa ra cho chúng ta một manh mối, nếu có thể nói như vậy, cho những nền tảng vô thức bị Freud gọi một cách sai lầm bằng thuật ngữ biểu tượng. Chúng không phải là những biểu tượng thực... theo lí thuyết của ông, chúng chỉ đóng vai trò những dấu hiệu hay những triệu chứng của những quá trình cơ bản. Biểu tượng thực khác về cơ bản với những điều này, và nên được hiểu là sự biểu hiện của sự nhận biết trực giác mà có thể cho đến bây giờ hoặc là không được hiểu rõ, hoặc là không được biểu hiện theo cách khác”⁽¹⁵⁾.

Điều này hình như chẳng có gì khác biệt. Nhưng như vậy hoàn toàn không đúng; có một sự khác biệt quan trọng giữa hai ý nghĩa này của thuật ngữ biểu tượng. Chủ nghĩa biểu tượng, như từ này đã được sử dụng nhiều thế kỉ trước thời Freud, ngụ ý tới một sự tương tự, một sự so sánh ý thức. Dalbiez đã viết: “Freud đã hoàn toàn biến đổi ý nghĩa thông thường của từ ‘biểu tượng’. Chủ nghĩa biểu tượng của phân tâm học đối lập hoàn toàn với chủ nghĩa biểu tượng thông thường... trong khi biểu tượng thông thường không nói tới một mối liên hệ nhân quả trực tiếp với cái nó biểu tượng, biểu tượng theo học thuyết Freud về cơ bản được định nghĩa như là kết quả của cái nó biểu tượng”⁽¹⁶⁾. Đối với Freud, cái được gọi là biểu tượng vật chất là nói tới những đối tượng và những con người - ông tuyên bố vậy - một sự biến đổi trong nó có thể là một nỗ lực tốt nhất để chạy trốn khỏi những kết quả không dễ chịu, thể hiện bằng sự chấp nhận những biểu tượng vật chất. Freud nghĩ về khả năng một bệnh

nhân đang trải qua phân tích có thể cố gắng một cách vô thức hoặc ý thức trốn tránh những kết quả nào đó bởi vì anh ta cho rằng chúng không thích hợp và bác sĩ điều trị bệnh nhân có thể sa vào cái bẫy như vậy. Một sai lầm như vậy cần phải được tránh bằng bất cứ giá nào. Jung, ngược lại, lại cho rằng ý nghĩa của *biểu tượng* theo quan điểm của Freud ngang với một tuyên bố rằng nó là một vật thay thế cho một sự vật thực, và “nó” này đã làm hạn hẹp ý nghĩa của khái niệm biểu tượng, và điều không thể tránh khỏi là sẽ dẫn đến sự hiểu sai về chủ nghĩa biểu tượng và kết quả là sự hiểu sai về tâm lý học con người.

Hơn nữa, Freud còn khẳng định rằng biểu tượng là một sự bóp méo của những ý nghĩ vô thức bên trong, do vậy chúng xuất hiện trong ý thức với ít cảm xúc hơn là cái được biểu tượng. Do đó một con dao, một cái gậy... có thể biểu tượng cho dương vật. Những biểu tượng theo quan điểm của ông được tạo ra bên trong những kinh nghiệm và môi trường của cá nhân. Khi điều này được so sánh với sự hiểu biết của Jung về chủ nghĩa biểu tượng, ta sẽ thấy rằng Jung và Freud mâu thuẫn nhau về những vấn đề quan trọng.

Sự không chấp nhận của Jung đối với quan điểm của Freud về biểu tượng đã khiến ông bị Freud và những người khác phê phán. Những quan điểm được công bố của ông về vấn đề này được hỗ trợ bởi những lập luận nghiêm túc, và một cú sốc đến với Jung khi Freud từ chối cái mà dường như là một sự phát triển quan trọng và hợp lý, dù là sự từ chối này không làm ông ngạc nhiên một chút nào. “Tôi biết trước rằng sự

công bố những tư tưởng này sẽ phải trả giá bằng mối quan hệ của tôi với Freud vì ông không bao giờ có thể chấp nhận những quan điểm của tôi". Điều đó đã xảy ra hoàn toàn đúng như vậy. Lập luận của Jung rằng khái niệm mặc cảm Ođíp trong học thuyết của Freud nhằm nói tới xu hướng loạn luân và Freud phát triển học thuyết của mình trên cơ sở khái niệm mặc cảm này "chỉ bám vào sự diễn giải theo nghĩa đen của chúng và không thể nắm bắt được ý nghĩa tinh thần của sự loạn luân như là một biểu tượng"⁽¹⁷⁾. Sự nhận xét về lý thuyết loạn luân của Freud được đặt ở chương cuối (về *Sự hình sinh*) của cuốn sách *Tâm lý học vô thức*. Trong chương này của cuốn sách, mà bản in mới nhất có tên là *Những biểu tượng của sự biến hóa*⁽¹⁸⁾, Jung đã phê phán sự nhấn mạnh của Freud vào tầm quan trọng của sự loạn luân và những huyền tưởng tử cung (womb-fantasy). Ông cũng tranh luận với niềm tin của Freud rằng những đặc điểm hay tính tình tương lai của đứa trẻ và bất cứ chứng nhiễu tâm nào có thể xuất hiện phụ thuộc vào cách đáp trả hoặc giải quyết mặc cảm Ođíp của đứa trẻ, nguyên nhân của tất cả chứng nhiễu tâm đều nằm ở quá khứ xa xôi. Jung cho rằng những chứng nhiễu tâm là kết quả của sự không thể giải quyết một vấn đề hiện tại và tình trạng này cứ kéo dài và ngày lại ngày nó lại được làm mới⁽¹⁹⁾.

Những khác biệt trong quan điểm giữa Freud và Jung ngày càng trở nên rõ ràng trước khi họ chia tay hoàn toàn. Những vấn đề đi đến đỉnh điểm vào năm 1912 tại Đại hội Phân tâm học lần thứ IV được tổ chức

tại Munich. Sẽ là không có cơ sở gì khi cho rằng những bất đồng giữa họ hoàn toàn chỉ là về vấn đề học thuật mà tình cảm chỉ tô vẽ thêm cho những tranh luận lý thuyết mà thôi. Jung không phải là con người ba phải, ông thừa nhận những phẩm chất của Freud nhưng ông không sùng bái ông ta. Có rất nhiều cuộc trao đổi thân thiện giữa hai người trong những buổi đầu của sự hợp tác giữa họ khi Freud trao trách nhiệm cho Jung phát triển phân tâm học. Nhưng những cảm xúc theo những trật tự khác nhau lại quá mờ nhạt sau một cuộc nói chuyện với Jung - họ luôn luôn bên nhau - Freud nản lòng. Ernest Jones trong những ghi chép về giai đoạn này đã viết rằng Freud nản lòng về một dịp trước đó sau một cuộc nói chuyện với Jung, và viết: "Dịp này, ngay lúc bấy giờ, khi Freud chỉ giành được những thắng lợi nhỏ nhoi trong cuộc nói chuyện với Jung"⁽²⁰⁾. Tuy nhiên, cách giải thích của Jung có vẻ đúng hơn. Trong giờ nghỉ trưa có một cuộc thảo luận chung về những hành động của một ông vua Ai Cập, Amenophis IV, xóa bỏ những dòng chữ của cha mình. Freud cho rằng một hành động như vậy của một đứa con là một ví dụ của mặc cảm về người cha. Jung nói là ông không đồng ý như vậy, ông nghĩ rằng những nhận xét của Freud cho thấy một sự hiểu sai hay bỏ qua hành động của Amenophis. "Ngược lại", Jung nói, "ông ta [Amenophis] luôn luôn kính trọng cha mình trong tâm tưởng, và sự sốt sắng nhiệt tình của ông phá hủy những dòng chữ trên lăng cha mình chỉ là để nhằm trực tiếp chống lại thần Amon, là vị thần hủy diệt ở khắp mọi nơi"⁽²¹⁾. Động cơ của Amenophis, Jung

tiếp tục giải thích, là loại bỏ tất cả các vị thần của người Ai Cập và thay vào đó là một vị thần duy nhất, thần Mặt trời. Trong một nỗ lực kiên quyết của mình nhằm xây dựng một tôn giáo đơn thần, Amenophis đã đục bỏ tất cả những câu khắc ở mọi nơi của đất nước Ai Cập có chữ Amon, và cả trên lăng mộ của cha ông nữa. Jung viết: “Amenophis là một người sùng đạo sâu sắc và sáng tạo, những hành động của ông ta không thể giải thích được bằng những sự kháng cự cá nhân chống lại cha mình...”. Vào lúc đó, Freud nằm ngả lên một chiếc ghế với vẻ chán nản... Tôi nâng ông ta lên, đưa ông vào phòng bên cạnh và đặt ông vào một chiếc sa lông”⁽²²⁾.

Tại Đại hội Phân tâm học lần thứ IV này, cuốn *Tâm lý học vô thức* của Jung, và đặc biệt là phần thứ hai của cuốn sách, bị chỉ trích dữ dội. Freud không thể chấp nhận quan điểm của Jung như là một sự phát triển chính thống của phân tâm học được. Nhưng bất chấp sự bày tỏ ý kiến của Freud, ba phần năm những người tham dự hội nghị đã biểu quyết tái cử Jung làm chủ tịch Hội⁽²³⁾.

Đó là sự chia tay giữa hai con đường và Jung đã rút khỏi trường phái Freud. Chính Freud, sau này, khi những bụi đất của trận chiến đã rời xa, khi nói về Jung đã nhớ lại “Jung là một mất mát lớn”.

NGUỒN GỐC LOẠI HÌNH TÂM LÝ CỦA JUNG

Một cuộc tranh cãi kéo dài dường như nhuộm đậm màu cảm xúc đã làm thổi bùng lên những khác biệt

giữa Freud và Jung. Thật tự nhiên, điều này làm Jung đau khổ rất nhiều; nhưng bất chấp sự dính líu cá nhân của mình, ông là người duy nhất nhận thấy sự khác biệt quan điểm; những khía cạnh như vậy, không thể bị xem như là một sự bất đồng cá nhân về một vấn đề cụ thể. Việc hai nhà nghiên cứu thông minh và thẳng thắn này không thể đồng ý về những vấn đề có tầm quan trọng chính yếu tự thân cũng là một vấn đề tâm lý quan trọng. Nếu khẳng định rằng Freud đúng, còn Jung sai, hoặc ngược lại, thì quá đơn giản hóa vấn đề thành một vấn đề thật vô lí. Jung không quan tâm tới những cuộc tranh luận như vậy, ông quan tâm tới việc mở rộng những kiến thức tâm lý học và tâm bệnh học hiện còn chưa đầy đủ của chúng ta. Sự hợp tác với Freud đã bộc lộ ông là một người phê bình nghiêm khắc. Vào năm 1907 khi họ gặp nhau, Freud còn bị nhìn nhận với cặp mắt nghi ngờ của số đông các bác sĩ và những người ngoại đạo có hiểu biết, đặc biệt là ở Vienna. Jung không bị ngăn cản bởi sự không ưa thích của công chúng; mục tiêu của ông là nhằm vào việc hiểu biết những nguyên lí cơ bản mà những tác phẩm của ông sẽ lấy đó làm chỗ dựa. Ông phê phán những quan điểm Freud, tuy vậy, ông không phê phán cá nhân Freud; ông luôn luôn nhận thức được những phẩm chất đặc biệt của Freud.

Jung tin rằng sự tranh luận với Freud nằm ở những khác biệt cơ bản nhất trong những giả định. Những giả định là cần thiết và không thể tránh được. Nhưng có một mối nguy hiểm rằng những giả định hay những giả thuyết, là hiển nhiên đối với chúng ta,

có thể dẫn chúng ta đến những tuyên bố về một đặc điểm tổng quát - chẳng hạn về bản chất của tinh thần - và khẳng định rằng chúng là “đúng đắn”, nhưng quên mất rằng chúng ta vẫn đang nói về các giả thuyết, và không có những điều gì đúng đắn “tuyệt đối” cả. Chúng ta có quyền trình bày chi tiết về những gì mà chúng ta quan sát được một cách chủ quan, bởi vì chúng ta xem xét mọi thứ phù hợp với tâm lí học của riêng chúng ta. Có lẽ điều này sẽ được những người khác, những người nghĩ giống chúng ta chấp nhận một cách rộng rãi. Nhưng những người xem xét mọi vật theo một góc độ khác có thể lại không đồng ý. Jung viết: “Những điều mà Freud nói về tình dục, sự thỏa mãn trẻ con, và những xung đột với ‘nguyên lí thực tại’... có thể được coi như là những biểu hiện đúng đắn nhất của tâm lí học của riêng ông. Đó là một sự trình bày thành công những gì mà bản thân ông quan sát được một cách chủ quan... Freud bắt đầu bằng cách xem tình dục như là một sức mạnh duy nhất thúc đẩy tâm thần, và chỉ sau sự chấm dứt quan hệ của tôi với ông, ông mới dùng những yếu tố khác để giải thích... Về phần mình, tôi tổng kết lại những động cơ hay những sức mạnh... dưới khái niệm năng lượng... Tôi không có ý phủ nhận tầm quan trọng của tình dục trong đời sống tâm thần, dù Freud cứ cố cho rằng tôi phủ nhận chúng. Cái mà tôi tìm kiếm là xác lập những giới hạn đối với sự lan tràn của thuật ngữ tình dục để nó không phá hỏng mọi sự thảo luận về tâm thần con người, và đặt tình dục vào vị trí chính xác của nó. Nhận thức chung

sẽ luôn cho phép quay ngược lại với thực tế là tình dục chỉ là một trong những bản năng sinh học, chỉ là một trong những chức năng tâm sinh lí, cho dù không ai có thể nghi ngờ tầm quan trọng cũng như ảnh hưởng sâu rộng của nó". Trong việc điều trị cho các bệnh nhân, Jung luôn luôn "xem xét bệnh nhân dưới ánh sáng của những gì khỏe khoắn và lành lặn trong bản thân họ, và giải thoát người bệnh khỏi một kiểu tâm lí như trên các trang mà Freud viết ra"⁽²⁴⁾.

Vậy những vấn đề tâm lí là chủ đề của các cuộc tranh luận giữa Freud và Jung được tiếp cận như thế nào? Jung biết rằng mình khó có thể công bằng khi đánh giá sự khác biệt giữa ông và Freud; điều không thể tránh khỏi là những quan điểm của ông sẽ thắng thế. Tuy vậy, ông nghĩ về một kế hoạch khác. Khi ở Vienna thăm Freud, ông có gặp tiến sĩ Alfred Adler, một trong những học trò đầu tiên của Freud. Sau đó Adler đã có những cuộc tranh luận với Freud và kết cục là sự chấm dứt quan hệ giữa hai người. Những nỗ lực hoà giải bị thất bại và Adler và Freud đã chia tay. Jung nghĩ là cần phải nghiên cứu những vấn đề tâm lí trong cuộc tranh luận giữa Freud và Adler một cách khách quan, và điều này sẽ giúp soi rọi sự đổ vỡ trong mối quan hệ giữa ông và Freud.

Tác phẩm của Jung về những loại hình tâm lí bắt nguồn từ những nỗ lực của ông nhằm tìm kiếm câu trả lời cho xung đột giữa Freud và Adler. Đây không chỉ là vấn đề đánh giá hai quan điểm. Như trong sự đổ vỡ mối quan hệ của ông với Freud, Jung biết rằng hai quan điểm hoàn toàn khác biệt nhau đã xung đột với nhau.

Lí thuyết của Adler về nhiều tâm, tức là ý nghĩa của những triệu chứng trong một sự sụp đổ, dựa trên nguyên lí sức mạnh. Những triệu chứng là một công cụ để đạt được quyền lực đối với những người khác trong môi trường, chẳng hạn như những thành viên của một gia đình. Trên tất cả, bệnh nhân tìm kiếm sự an toàn và uy quyền của mình. Mục tiêu của anh ta là đạt được cảm giác về sức mạnh trong bản thân, trái ngược với cảm nhận về sự thiếu hụt hay thất bại của bản thân mình, được gọi bằng thuật ngữ mặc cảm tự ti. Trên thực tế là dù có yếu đuối hay không bệnh nhân vẫn cảm thấy mình yếu đuối. Điều đó lí giải tại sao anh ta cố gắng đặt mình vào vị trí cao hơn và an toàn. Trong những hoàn cảnh như vậy thế giới được nhìn nhận từ quan điểm cá nhân của anh ta; đồng thời, anh ta có một sự hiểu biết mơ hồ về những khó khăn có lẽ nằm ở phía trước, thúc đẩy anh ta tìm kiếm những công cụ mà nhờ nó anh ta có thể vượt qua được chúng để cảm giác an toàn cá nhân không bị phá vỡ. Không thể nghi ngờ rằng có những sự thật trong lập luận của Adler. Chính Adler đã chỉ ra một ví dụ tốt cho lí thuyết tâm lí học của mình. Ông là một người thuyết trình xuất sắc và đã viết một cách rõ ràng và hết sức thuyết phục.

Ngược lại, Freud đã nhìn nhận nhiều tâm theo một góc độ khác hẳn, từ chối những khẳng định của Adler. Ông tuyên bố rằng những triệu chứng của tất cả các chứng nhiều tâm, cùng với những đặc điểm và tính cách của những người bệnh, bắt nguồn từ một quan hệ nhân quả trực tiếp, từ cách đưa trẻ đương đầu với cái gọi là mặc cảm Ođíp. Chùm cảm xúc Ođíp bị dồn nén

này được tạo thành từ thái độ tình dục của đứa trẻ hướng tới người cha hoặc mẹ khác giới tính, kết hợp với ước muốn thay thế người cha hoặc mẹ cùng giới tính.

Quan điểm của Adler và Freud là hai cách hiểu trái ngược nhau về một chứng nhiễu tâm, do đó, sự lựa chọn quan điểm này hoặc quan điểm kia sẽ tất yếu quyết định những cách thức chữa trị bệnh. Lí thuyết của Freud nhằm mục tiêu khôi phục sự đáp trả của bệnh nhân, thời thơ ấu và sau này, đối với vấn đề gây ra bởi những hình ảnh quan trọng đó (ví dụ người cha và người mẹ), ở những giai đoạn quan trọng của cuộc đời. Những hình ảnh này là những cá nhân thực sự, được đứa trẻ nhìn nhận như vậy. Adler, trái lại, lại nhìn nhận nhiễu tâm theo hướng mục đích luận, nghĩa là chứng nhiễu tâm đó có một mục tiêu, một đối tượng. Việc điều trị nằm ở việc chỉ ra cho bệnh nhân thấy rằng “cách sống” của anh ta bị kiểm soát bởi những cảm xúc do dự hướng tới tương lai, và cái nhìn thận trọng về những vấn đề của cuộc sống thường ngày. Cuộc sống của anh ta bị thống trị bởi khát vọng tránh thất bại; đặt trách nhiệm lên những người khác. Điều này có một tác động hạn chế lên mọi phần cuộc sống và suy nghĩ của anh ta; nếu một người không bao giờ bước chân vào trường đua thì sẽ không bao giờ có thể bị đánh bại. Khi kế hoạch sống này được giải thích đầy đủ cho bệnh nhân, bệnh sẽ biến mất. Adler cho rằng khả năng giải thích có ý nghĩa quan trọng, và tin rằng nếu như sự giải thích là đầy đủ thì bệnh nhân sẽ nhận thấy tầm quan trọng của nó, sẽ từ bỏ những triệu chứng, và sẽ tốt lên.

Mục tiêu của Jung nghiên cứu sự khác biệt giữa Adler và Freud là xem xét mỗi lí thuyết và chỉ ra nó có thể áp dụng trong việc hiểu và diễn giải những triệu chứng của một ca nhiễu tâm thực như thế nào. Sự điều tra này, hay đúng hơn là một sự nghiên cứu so sánh, được tiến hành hết sức chi tiết. Hai kết luận được rút ra là: thứ nhất, cả hai lí thuyết đều không thích hợp, và thứ hai, có một khối lượng lớn những điều cần phải nói về cả hai lí thuyết này. Mỗi một lí thuyết, như Jung phát hiện, giải thích tâm lí và tâm bệnh (tâm lí bất bình thường) của bệnh án qua điều tra nghiên cứu. Nếu như suy luận của Jung là đúng thì dường như một chứng nhiễu tâm có thể được hiểu theo hai cách đối lập nhau, một của Adler, và một của Freud. Nói theo cách khác, mỗi nhà nghiên cứu chỉ xem xét một mặt của chứng nhiễu tâm của bệnh nhân, và khẳng định rằng chỉ có nó là duy nhất đúng, bất kì giải thích nào khác đều là sai. Điều này không thể đúng, Jung nghĩ, mỗi lí thuyết chỉ chứa những quan sát đúng dẫn giải thích những mặt nhất định của chứng nhiễu tâm này thôi, và mặc dù chúng không phù hợp với nhau, chúng cũng không loại trừ nhau. Có thể nghĩ rằng, Adler và Freud, đã quan sát thấy những bệnh nhân thuộc các loại tương tự, mắc các chứng nhiễu tâm. Jung kết luận: "Mỗi người điều tra rất dễ dàng nhận ra yếu tố đó trong ca bệnh nhiễu tâm tương ứng với những sự kì lạ của anh ta... mỗi người nhìn nhận mọi thứ từ một góc độ khác, và do đó họ phát triển những quan điểm và lí thuyết khác nhau căn bản... Sự khác nhau này khó có thể là cái gì khác ngoài sự khác biệt về tính khí, một sự trái

ngược giữa hai kiểu tinh thần con người, một phát hiện thấy tác nhân mang tính quyết định nổi bật trong chủ thể, và một trong khách thể... Chính tình trạng khó khăn này đã khiến tôi suy nghĩ về vấn đề: liệu có ít nhất là hai kiểu người khác nhau không, một quan tâm nhiều hơn đến đối tượng, một quan tâm nhiều hơn đến bản thân mình?... Cuối cùng, trên cơ sở rất nhiều quan sát và kinh nghiệm, tôi đã đi đến giả thuyết rằng có hai kiểu thái độ cơ bản, gọi là hướng nội và hướng ngoại”⁽²⁵⁾.

NGƯỜI HƯỚNG NỘI VÀ NGƯỜI HƯỚNG NGOẠI

Bằng một thuật ngữ hết sức đơn giản, Jung kết luận rằng Freud và Adler là hai kiểu khác nhau: Freud là người hướng ngoại, còn Adler là người hướng nội. Đối với người hướng ngoại, những sự kiện bên ngoài đối với anh ta là hoàn toàn quan trọng, và ảnh hưởng đến cuộc sống của anh ta từ lúc mới sinh trở đi. Giả sử rằng những đánh giá của Jung là đúng đắn, chúng ta có thể hiểu trong lý thuyết phân tâm học của Freud, tầm quan trọng đặc biệt phải được gán cho những hành vi của cha mẹ, và thêm vào đó là những phản ứng của đứa trẻ. Cũng như vậy, tầm quan trọng tuyệt đối được Freud gán cho nhóm những ý nghĩ trong mặc cảm Ồđíp, sự dồn nén nó, và kết quả bắt nguồn từ nó, trở nên có thể hiểu được nếu như chúng ta chấp nhận kết luận rằng Freud là người hướng ngoại.

Adler, ngược lại, là một người hướng nội. Đối với người hướng nội, sự đáp trả mang tính chủ quan đối với những hoàn cảnh là đặc trưng. Bất kì sự kiện gì có ý

nghĩa đối với bản thân anh ta là mối quan tâm đầu tiên của anh ta, và do vậy anh ta không đáp trả chúng với sự dễ dàng như người hướng ngoại. *Tâm lý học cá nhân* (Individual psychology) của Adler có một chủ đề trọng tâm: mỗi quá trình tâm lý phải được hiểu như là một sự chuẩn bị của cá nhân nhằm đạt một mục tiêu về tính vượt trội, và do đó, thay thế cảm xúc yếu đuối. Theo Adler, đứa trẻ bắt đầu cuộc sống của nó với cảm giác yếu đuối, một sự không tin tưởng vào mối liên hệ đối với cha mẹ nó và với thế giới rộng lớn. Trong thời thơ ấu, thời thiếu niên, trong suốt thời thanh niên và khi là một người lớn, cá nhân sắp đặt những kế hoạch để vượt qua cảm xúc yếu đuối này và đạt tới mục tiêu vượt trội.

Jung không quan tâm tới những chi tiết trong tâm lý học của Adler mà chú ý đến tư tưởng cơ bản là tính chất trọn vẹn của nhân cách, sức mạnh của cái tôi phải được giữ bằng mọi giá. Nó phải thắng lợi, hoặc là cảm thấy như vậy, đối với những hoàn cảnh sống bất lợi.

Jung tin là người hướng ngoại và hướng nội đều là những thành viên bình thường và khỏe mạnh của cộng đồng, có khuynh hướng bản chất nhìn nhận cuộc sống khác nhau. Khuynh hướng này không phải là cố định như một số phận; nó có thể thay đổi, trở nên ít rõ rệt hơn. Bản thân Adler, bản chất là người hướng nội như đã được thấy trong hệ thống tư tưởng của ông, dường như thay đổi khi ông già hơn, và cách sống của ông dường như hướng ngoại nhiều hơn hướng nội. Sự hướng nội thường bị nhầm lẫn với sự nội quan (introspection) và thường được nghĩ như là một tình trạng không khỏe mạnh của tinh thần. thỉnh thoảng sự nội quan là

không khỏe mạnh; nhưng sẽ là sai lầm khi kết luận rằng tất cả mọi suy nghĩ đều có thể xếp vào loại này. Điều này chỉ là sự thể hiện quá mức. Suy nghĩ, cân nhắc, nghĩ ngợi, suy nghĩ cẩn thận trước khi hành động, là hoàn toàn khỏe mạnh. Thuật ngữ hướng nội của Jung cần được hiểu theo nghĩa này. Ông cho là có ích lợi và khao khát khi muốn “nhìn vào bên trong”. Một lí do tại sao “sự hướng nội” bị hiểu sai là vì tiền tố *nội*, một trạng từ chỉ hướng, có thể ngụ ý rằng sự quan tâm của người hướng nội không bao giờ ra ngoài bản thân anh ta. Chắc chắn điều này là không khỏe mạnh. Jung chú ý tới sự kiện được quan sát một cách dễ dàng rằng một số người, được mô tả như là người hướng nội, nhận thức rằng họ bị xáo động bởi những suy nghĩ của mình về những đối tượng bên ngoài, trong khi những người khác, những người hướng ngoại lại gán những thay đổi trong bản thân họ cho đối tượng, cho những gì bên ngoài họ ảnh hưởng đến họ.

Jung suy nghĩ về những quan điểm của mình rất cẩn thận: một người sẽ được xếp vào nhóm nào? Chỉ có một câu trả lời có thể có cho vấn đề này: đó là một người hướng nội. Tuy Adler cũng là một người hướng nội, nhưng Jung biết rằng ông và Adler rất khác nhau. Jung nghĩ rằng cách nhìn của Adler quá hạn hẹp, và những lập luận của ông được quyết định chủ yếu bởi khái niệm sức mạnh - sức mạnh đối với những người khác, sức mạnh đối với những thách thức của cuộc sống. Jung có một cái nhìn rộng hơn và từ chối bất cứ sự mô tả cứng nhắc hay những giáo điều nào mà từ đó nhân cách có thể được giải thích. Cuối cùng, ông đi đến

kết luận - có vẻ ngược với những cơ sở của kiến thức ngày nay - rằng có nhiều kiểu người hướng nội khác nhau (giống như Adler và Jung), cũng như có nhiều kiểu người hướng ngoại khác nhau. Bản chất con người với tất cả sự phức tạp của nó khó có thể chỉ chia thành hai nhóm đơn giản như vậy.

Jung không bao giờ nghi ngờ về giá trị của lý thuyết kiểu nhân cách của mình. Nhưng có một cái gì thiếu hụt: ông đã cố gắng giải thích một chủ đề rất phức tạp theo một cách quá đơn giản. Vì lý do này ông đã trì hoãn việc xuất bản cuốn sách của mình trong mười năm.

Cuốn sách của Jung *Các kiểu tâm lý*, xuất bản lần đầu năm 1920, nhưng nhiều năm trước ông đã quan tâm đến vấn đề các kiểu nhân cách. Ông nói đến chúng trong một tiểu luận năm 1916: "... Có những kiểu cá nhân, định hướng khác nhau, đối với tinh thần của họ chúng ta không bao giờ nên tìm cách làm cho quan điểm của họ phù hợp với của bản thân chúng ta. Rất khó cho một kiểu nhân cách hiểu đầy đủ một kiểu nhân cách khác, sự hiểu biết hoàn toàn một cá nhân khác là hoàn toàn không thể được"⁽²⁶⁾. Sở dĩ như vậy bởi vì những hiểu biết như vậy bao hàm cả sự hiểu biết về vô thức của những người khác.

Jung có ý định tránh thảo luận, vào giai đoạn đó, về vấn đề phức tạp của mối liên hệ giữa tâm lý học ý thức và vô thức. Để trình bày một vấn đề như vậy theo cách diễn đạt tâm lý học kiểu nhân cách gặp phải những khó khăn đặc biệt. "Chẳng hạn", Jung viết, "từ 'con người' biểu thị một cái gì đó cho người hướng nội và một cái khác cho người hướng ngoại"⁽²⁷⁾.

Vào giai đoạn đó là những từ rất quan trọng ở đây. Khi thực hiện những nghiên cứu trong quá trình viết cuốn *Các kiểu tâm lí*, Jung nhận ra rằng tâm lí học của cái ý thức cần phải được kết hợp với cái vô thức. Chỉ theo cách này tâm lí học các kiểu nhân cách mới có thể được hiểu. Nói theo cách khác, loại hình tâm lí của Jung phải được kết hợp với toàn thể hệ thống tư tưởng của ông. Đây là điều có tầm quan trọng đặc biệt trong liệu pháp tâm lí bởi vì những suy luận về những bệnh nhân hướng nội hay hướng ngoại, cho dù hữu ích tới một mức nhất định, bị giới hạn và không thể đầy đủ cho đến khi có được thông tin từ vô thức.

Dù là không có một kiểu nhân cách thuần túy - chẳng hạn, một người được coi là một trăm phần trăm hướng ngoại và không có một chút nào sự hướng nội - sự đúng đắn về mô tả hai loại này được chấp nhận rộng rãi. Jung viết: "Mỗi cá nhân sở hữu cả hai cơ chế - hướng ngoại và hướng nội - và chỉ có sự chiếm ưu thế tương đối của cơ chế này hoặc cơ chế kia là quyết định nhân cách"⁽²⁸⁾.

Trong sự hướng ngoại, dòng năng lượng chiếm ưu thế hướng ra ngoài; những nội dung ý thức cơ bản hướng ra những đối tượng bên ngoài. Trong sự hướng nội, những nội dung ý thức chủ yếu hướng vào chủ thể, tới những gì ở bên trong cá nhân. Khi hướng của năng lượng tinh thần thay đổi, điều tất yếu là những tác động nó tạo ra cũng biến đổi theo; do đó một người hướng ngoại và một người hướng nội quan sát cùng một đối tượng hay trạng thái giống nhau hình thành nên những quan điểm khác nhau về chúng.

Người hướng ngoại thường dễ bắt nhịp với cuộc sống và con người hơn; anh ta tự nhiên hơn, thoải mái hơn, khi tiếp xúc với những thứ bên ngoài. Nhiều người hướng ngoại thích nghe đài, chẳng hạn như là nhạc nền, và xem TV; họ khó nhận thức về bản thân họ trừ khi họ liên hệ với những hoạt động bên ngoài. Người hướng nội, đặc trưng bởi sự kín đáo hơn, và cũng vì lý do này mà dường như họ khó tiếp cận hơn. Nhưng họ không bị mất đi trong thế giới riêng của họ; và họ cũng liên hệ với những đối tượng bên ngoài như những người hướng ngoại, nhưng thái độ của họ hướng vào chúng, còn người hướng ngoại thì không như vậy. Một số người dường như biểu lộ ra cả hai kiểu này; tuy vậy, những biểu hiện bề ngoài có thể là đối trá và chúng ta cần biết một cá nhân rõ ràng trước khi đi đến kết luận.

BỐN CHỨC NĂNG CỦA Ý THỨC

Khi Jung nhận thấy sự khác biệt giữa những kiểu thái độ hướng nội và hướng ngoại, ông không công bố chúng mà tiếp tục suy nghĩ về chúng trong nhiều năm. Ông nhận thấy rằng vì con người là hướng ngoại theo nhiều cách, và hướng nội theo nhiều cách, việc phân chia đơn giản thành những người hướng ngoại và hướng nội tỏ ra quá mơ hồ. Mỗi nhóm cần phải được chia thành những nhóm nhỏ nữa thì mới hoàn tất được mục tiêu. Điều này đòi hỏi sự đánh giá cẩn thận và điều tra lâu dài, và cuối cùng đã dẫn đến sự khác nhau giữa những con người “không chỉ bởi sự

Vào giai đoạn đó là những từ rất quan trọng ở đây. Khi thực hiện những nghiên cứu trong quá trình viết cuốn *Các kiểu tâm lí*, Jung nhận ra rằng tâm lí học của cái ý thức cần phải được kết hợp với cái vô thức. Chỉ theo cách này tâm lí học các kiểu nhân cách mới có thể được hiểu. Nói theo cách khác, loại hình tâm lí của Jung phải được kết hợp với toàn thể hệ thống tư tưởng của ông. Đây là điều có tầm quan trọng đặc biệt trong liệu pháp tâm lí bởi vì những suy luận về những bệnh nhân hướng nội hay hướng ngoại, cho dù hữu ích tới một mức nhất định, bị giới hạn và không thể đầy đủ cho đến khi có được thông tin từ vô thức.

Dù là không có một kiểu nhân cách thuần túy - chẳng hạn, một người được coi là một trăm phần trăm hướng ngoại và không có một chút nào sự hướng nội - sự đúng đắn về mô tả hai loại này được chấp nhận rộng rãi. Jung viết: "~~Mỗi cá nhân sở hữu cả hai cơ chế~~ - hướng ngoại và hướng nội - và chỉ có sự chiếm ưu thế tương đối của cơ chế này hoặc cơ chế kia là quyết định nhân cách"⁽²⁸⁾.

Trong sự hướng ngoại, dòng năng lượng chiếm ưu thế hướng ra ngoài; những nội dung ý thức cơ bản hướng ra những đối tượng bên ngoài. Trong sự hướng nội, những nội dung ý thức chủ yếu hướng vào chủ thể, tới những gì ở bên trong cá nhân. Khi hướng của năng lượng tinh thần thay đổi, điều tất yếu là những tác động nó tạo ra cũng biến đổi theo; do đó một người hướng ngoại và một người hướng nội quan sát cùng một đối tượng hay trạng thái giống nhau hình thành nên những quan điểm khác nhau về chúng.

khác nhau chung của sự hướng nội hay hướng ngoại mà còn phụ thuộc vào những chức năng tâm lý cơ bản của cá nhân”⁽²⁹⁾.

“Bằng chức năng tâm lý [cách hành động], tôi hiểu được một hình thức nào đó của hoạt động tâm thần, mà trên lý thuyết không thay đổi, trong mọi hoàn cảnh khác nhau. Từ quan điểm năng lượng, một chức năng là một hình thức biểu hiện của libido - năng lượng tâm thần, mà về lý thuyết, luôn luôn không đổi, cũng giống như lực vật lý có thể xem như là hình thức hay biểu hiện tạm thời của những năng lượng vật lý”⁽³⁰⁾.

Rõ ràng là loại hình tâm lý học của Jung, vốn rất đơn giản lúc đầu, bây giờ đã trở nên phức tạp. Chúng ta không nên quá coi trọng việc sắp đặt một người nào đó vào một nhóm chính xác những người hướng nội hay hướng ngoại. Sự hướng ngoại và hướng nội, như là hai kiểu thái độ tổng quát, lại có thể phân chia nhỏ hơn theo bốn loại chức năng: suy nghĩ, cảm xúc, cảm giác, và trực giác. Điều này tạo nên tám biến thể: suy nghĩ, cảm xúc, cảm giác, trực giác theo hình thức hướng ngoại hay hướng nội. Theo những kinh nghiệm của Jung, có bốn và chỉ bốn chức năng. Jung không có một chút thiên kiến nào trong việc đưa ra số lượng bốn chức năng này mà là không thể có nhiều hơn hay là ông không thể phân biệt được nhiều hơn nữa. Bằng suy nghĩ, chúng ta có thể nhận thức được ý nghĩa, hay mục tiêu của đối tượng mà chúng ta quan sát, tức là chúng ta hình thành nên một khái niệm về chúng; cảm xúc truyền cho ta một giá trị, đối với chúng ta, của đối tượng đó; cảm giác liên hệ tới những cái được thiết lập

bởi những giác quan của chúng ta: thị giác, xúc giác v.v...; và trực giác đưa lại một ý tưởng về thời gian khi nó chỉ ra những khả năng nằm ở phía trước. Với chiếc la bàn kiểu này - một cách so sánh ví von của Jung - có thể tìm cách phát hiện ra được con đường của mình, từ trong cấu tạo tâm lí của con người bình thường. Đi xa hơn, loại hình tâm lí học của Jung cho phép chúng ta nghiên cứu tâm lí con người theo một cách chính xác hơn, và cơ bản hơn.

Có rất nhiều loại hình tâm lí khác. Một trong những loại hình tâm lí sớm nhất là của những người Hi Lạp; họ mô tả con người theo tính khí, theo những trạng thái của những chất dịch hay là những chất lỏng trong cơ thể: lạc quan (máu), nóng tính (mật), lạnh lùng (đờm), sầu muộn (mật đen). Sự phân loại nổi tiếng này - rất khó giải thích về mặt sinh lí học - được chấp nhận rộng rãi từ thời y học cổ Hi Lạp cho tới thời Trung cổ. Ngay cả bây giờ nó vẫn thường được sử dụng trong những cuộc đàm luận khi chúng ta nói về những người lạc quan, nóng tính, lạnh lùng, hay sầu muộn.

Kretschmer, một nhà tâm thần học người Đức, đã kết hợp những đặc điểm thể chất với những đặc điểm quan trọng trong nhân cách con người. Loại hình tâm lí của ông, ra đời muộn hơn của Jung, có sự tương đồng với chúng nhưng cũng có nhiều điểm khác biệt. Đặc điểm nổi bật ở đây là Kretschmer xem xét những nhân cách không bình thường còn Jung thì đối với những nhân cách bình thường. Những người *schizoid* (phân liệt) của Kretschmer tương ứng với một kiểu nhân cách hướng nội bệnh lí của Jung, còn những người *cycloid*

(hung trầm cảm) của ông thì tương ứng với một kiểu nhân cách hướng ngoại bệnh lí của Jung.

Loại hình tâm lí của Jung bỏ qua sự liên hệ tới những đặc điểm thể xác và hạn chế trong sự phân loại dữ liệu tâm thần bình thường. Nên nhớ rằng, Jung coi triệu chứng của các chứng nhiễu tâm và loạn tâm (với sự loại trừ nào đó đối với những trường hợp bị bệnh là do truyền nhiễm hay bị thương tổn), như là những quá trình bình thường bị rối loạn, có một cái gì đó đã xâm nhập vào đời sống hài hoà của cá nhân. Không giống như những người Hi Lạp và những người khác, ông không khẳng định rằng loại hình của mình là đầy đủ hay nó là loại hình tốt nhất có thể.

Khi cuốn *Các kiểu tâm lí* được xuất bản bằng tiếng Anh, người dịch nó - tiến sĩ quá cố H.G. Baynes, đã mô tả đó như là một tác phẩm hoàn hảo của Jung. Nó trình bày chi tiết về tâm lí học ý thức, và nó hoàn tất những công trình nổi tiếng của Jung về tâm lí học vô thức. Đó là *Tâm lí học của bệnh sa sút trí tuệ sớm, Tâm lí học vô thức*, và một vài bài viết khác bao gồm: *Về tầm quan trọng của vô thức trong bệnh học tâm lí*, được đọc tại Cuộc gặp thường niên của Hội Y học Anh tại Aberdeen năm 1914. "Tác phẩm hoàn hảo" đã gây một tiếng vang lớn và mang tính quyết định đối với những đóng góp của Jung cho những tư tưởng tâm lí học của ông cho đến tận năm 1961 là năm ông mất.

Ý thức là sự liên hệ giữa những sự kiện tâm thần với một sự kiện được gọi là *cái tôi*, và không cái gì có thể ý thức được mà lại không có cái tôi mà nó hướng đến. Một đứa bé không có nhận thức về cái tôi và mẹ

của nó cũng như những người khác dĩ nhiên được đồng nhất với chính nó. Ở tuổi ấu thơ và thời thiếu niên, ý thức về cái tôi dần dần phát triển và thường thường vào tuổi lên tám hoặc chín trở đi, đứa trẻ nhận thức được “Tôi là”. Kể từ đây, Jung nói về ý thức như là bắt nguồn từ vô thức. Trong *Các kiểu tâm lí*, giả thuyết về vô thức đã ngấm ẩn trong đó. Có một mối liên hệ không thể tránh khỏi giữa vô thức và những biểu hiện ý thức của sự hướng nội và hướng ngoại, và mỗi trong chúng lại gồm bốn chức năng cơ bản. Cái vắng mặt trong ý thức sẽ được phát hiện trong vô thức. Điều này có tầm quan trọng thực tiễn đáng kể trong liệu pháp tâm lí mà mục tiêu chủ yếu là làm hữu thức hóa (và do đó có thể kiểm soát được) những kí ức đã bị lãng quên hay bị dồn nén, và do đó khôi phục sự hoạt động khỏe mạnh hay làm khỏe mạnh hơn.

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

CHƯƠNG III

HOẠT ĐỘNG TÂM THẦN VÔ THỨC

NGUỒN GỐC TÂM LÝ CỦA CÁC BỆNH TÂM THẦN

Một vài năm trước khi học đại học y khoa, Jung bắt đầu quan tâm đến triết học, đặc biệt là tác phẩm của Kant *Phê phán lí tính thuần túy* và những tác phẩm của Schopenhauer, Carus, Von Hartmann và những người khác. Ông nhận ra rằng đời sống tinh thần vô thức đã tồn tại trong nhiều thế kỉ như là một định đề trong các tư tưởng triết học. Ông có một ý nghĩ mơ hồ rằng có một thế giới khác - vô thức sau đó - khi ông quan sát cô gái lên đồng đó. Ông cảm thấy là thế giới này có một cuộc sống của bản thân, tách rời khỏi cuộc sống của ý thức. Nhưng ông không thể hiểu nó như thế nào, dầu vậy điều này không làm giảm tầm quan trọng của nó; nhiều thứ tồn tại bên ngoài sự hiểu biết của chúng ta, và Jung thấy không cần thiết phải chối bỏ những khái niệm mà ông không thể chứng minh được: sự tồn tại của chúng không phụ thuộc vào những bằng chứng. Một kinh nghiệm vẫn tiếp tục tồn tại bất chấp

khả năng của chúng ta giải thích nó. Jung biết rất rõ rằng sẽ rất khó khăn khi tìm hiểu về tâm thần, tinh thần, như bất cứ cái gì nằm ngoài tầm khống chế cá nhân, nếu không có kinh nghiệm về vô thức và nhìn nhận giấc mơ chẳng hạn “chỉ” là giấc mơ thôi, và coi như chúng không có cuộc sống riêng của mình. Đây không phải là vấn đề đối với ông. Ông đã quan sát cô gái kì lạ đó, và điều này đã đem đến cho ông một ý tưởng: tâm thần là một hiện tượng khách quan với những quy luật tự trị. Cô gái mười lăm tuổi đó có thể xử sự khác thường như thế nào trong lúc lên đồng, giống như một người phụ nữ ba mươi tuổi, như là cô ta thấy trước cuộc sống của mình. Những suy nghĩ riêng này rất quan trọng đối với Jung. Dĩ nhiên là ông có những kiến thức mà những nhà triết học đã viết về vô thức; nhưng những tác phẩm của họ quá trừu tượng, nó không có tính cụ thể.

Hiển nhiên rằng những suy nghĩ thời đó đã khiến Jung đánh giá cao tác phẩm của Freud viết về những giấc mơ khi ông đọc nó. Sự hàm ơn của ông đối với Freud là không có giới hạn. “Do nghiên cứu những giấc mơ, ông đã phát hiện một con đường hướng đến vô thức, mà từ trước đến nay mới chỉ tồn tại như một tiền đề triết học”⁽³¹⁾. Đây là một công cụ dường như đã mất đi không thể khôi phục lại, kể từ những nỗ lực sớm nhất để đọc những thông điệp của giấc mơ.

Nghiên cứu của Jung ở bệnh viện Burgholzli đối với những người bệnh mãn tính được khuyến khích bởi việc ông quyết định tìm hiểu xem những bệnh kiểu này mang ý nghĩa gì. Nó có vẻ không có liên hệ gì với những

bệnh thông thường khác. Ông không sẵn sàng chấp nhận những thuật ngữ, chẳng hạn như tâm thần phân liệt, dù bản thân cái tên đã nói lên một điều gì đó; ông muốn hiểu cái gì nằm đằng sau những triệu chứng kì lạ của những người bệnh tâm thần phân liệt đó. Có thể đó là một vài vấn đề về con người phức tạp; cũng có thể nó là một sự hoà trộn bệnh tinh thần và bệnh thể chất. Cùng với những kinh nghiệm cá nhân, những thực nghiệm liên tưởng từ (Chương I) đã thuyết phục Jung rằng hoạt động tinh thần vô thức là một thực tế. Trong nhiều trường hợp, ông cảm thấy như vậy, người bệnh bị lâm vào những xung đột tinh thần không nhận biết được. Dĩ nhiên là kết luận này chưa thể chứng minh được, nhưng nó được ông cảm nhận mạnh mẽ qua những cuộc nói chuyện với bệnh nhân. Những phỏng đoán của ông về ảnh hưởng của vô thức lên bệnh nhân là một tác nhân thực sự kích thích hoạt động của ông và ông theo đuổi những điều tra này với một nhiệt tình ghê gớm.

Mối quan tâm của Jung về nguyên nhân và việc chữa trị bệnh tâm thần phân liệt được bắt đầu bằng chín năm làm việc ở bệnh viện Burgholzli, đã kéo dài tiếp tục suốt cả đời ông. Nhưng ông vẫn chưa tìm được câu trả lời. Một số bệnh nhân tâm thần phân liệt là những người tàn tật suốt đời; một số trở nên tốt hơn, nhưng lí do cho sự cải thiện đó vẫn không biết được, và do vậy những điều trị chỉ mang tính suy đoán và sự khó hiểu của căn bệnh này vẫn còn đó.

Vào năm 1919, Jung đọc một bài viết trước Phòng Tâm thần học, Hội Y học Hoàng gia ở Luân Đôn với đầu

đề *Về vấn đề nguồn gốc tâm lí của các bệnh tâm thần*⁽³²⁾ (nguồn gốc tâm lí có nghĩa là bắt nguồn từ tinh thần). Hai mươi năm sau, ông đọc một bài viết thứ hai cũng tại đây với cái tên *Về nguồn gốc tâm lí của bệnh tâm thần phân liệt*⁽³³⁾. Ông vẫn tin rằng nguồn gốc tâm lí là quan trọng, nhưng vẫn để ngỏ khả năng có cả những ảnh hưởng khác. Nguồn gốc tâm lí không có nghĩa là nguồn gốc hoàn toàn tâm lí. Vẫn còn một câu hỏi là: liệu bệnh có phải là kết quả của sự suy yếu nghiêm trọng cái tôi, tức là ý thức, hay nó là kết quả của sức mạnh quá mức của cái vô thức. Gần đây hơn, năm 1956, trong một buổi phát thanh bằng ba mươi thứ tiếng của Đài Tiếng nói Hoa Kỳ, Jung đã nói về “Những suy nghĩ gần đây về bệnh tâm thần phân liệt”. Buổi nói chuyện này đã được phát lại và dịch sang tiếng Đức vào năm 1959 và bây giờ là bằng tiếng Anh⁽³⁴⁾. Trong việc giải quyết những vấn đề vẫn còn tồn tại về bệnh tâm thần phân liệt, Jung tin rằng cách thông minh là đề xuất một giả thuyết mang tính suy đoán, dựa trên những sự kiện đã được chúng ta biết và trên cơ sở những suy luận của chúng ta từ những quan sát và điều trị các bệnh nhân. Mặc dù những kiến thức tâm lí học của chúng ta về bệnh tâm thần phân liệt là không đầy đủ, nhưng có vẻ như là một vài đặc điểm trong đời sống tâm thần của người bệnh tâm thần phân liệt nằm ngoài sự giải thích cá nhân. Có một sự rối loạn khả năng bình thường trong việc tạo dựng các ý nghĩ, không thể có khả năng cảm xúc, những giá trị cảm xúc hầu như bị đảo lộn hoặc vắng mặt. Trong một chứng nhiễu tâm, những nội dung cá nhân có thể được giải thích

bằng những tư liệu về tiểu sử người bệnh, nhưng trong bệnh tâm thần phân liệt, những yếu tố tập thể, những cấu trúc *cổ mẫu* được phát hiện và nguyên nhân cá nhân không thể giải thích được những hình mẫu và những ý nghĩa rất xa lạ và cổ xưa này. Jung nói: "... không một quá trình tâm lý cụ thể nào có thể giải thích được những hiện tượng tâm thần phân liệt, tức là sự phân li đặc thù nào đó, chúng vẫn chưa được khám phá. Tôi kết luận rằng có một *nguyên nhân chất độc* dẫn đến sự phân rã bộ phận và cơ cấu, một sự biến đổi sinh lý học do sự dồn nén cảm xúc vượt ngoài khả năng của các tế bào não"⁽³⁵⁾.

Có hay không có yếu tố chất độc là vấn đề nghiên cứu của sinh lý học. Cũng như vậy, một câu hỏi có tầm quan trọng như thế đòi câu trả lời từ những nhà tâm bệnh học: có thể tìm thấy được ý nghĩa gì từ những *nội dung* của các quá trình tâm lý của người bệnh tâm thần phân liệt.

Có hai thuật ngữ được sử dụng ở trên cần phải được giải thích: (a): hoạt động tinh thần vô thức và (b): vô thức cá nhân và vô thức tập thể.

HOẠT ĐỘNG TINH THẦN VÔ THỨC

Vào cuối thế kỷ trước, F.W.H Myers, tác giả của cuốn *Nhân cách con người và sự tồn tại của cái chết thể xác của nó* (1903), và những người nghiên cứu những hiện tượng tinh thần như sự vô ý thức, ám ảnh và động kinh đã nói tới hoạt động tinh thần nằm ngoài giới hạn của ý thức. Những từ như bản ngã siêu việt, tiềm thức,

vô thức được biết đến rộng rãi bên ngoài giới triết học trước thời Freud. Cũng như vậy là hiện tượng xuất thần thôi miên. Khi Freud khám phá bản chất của những giấc mơ, mở ra một con đường vào vô thức, những kết luận của ông chỉ được đón nhận một cách lạnh nhạt vì các bác sĩ luôn coi những nhà duy linh và những người thôi miên như những gã lang băm, và họ cũng coi Freud như vậy.

Lí thuyết dồn nén của Freud là một sự giải thích đáng tin cậy đối với Jung vì sao ý thức lại trở thành vô thức: một kinh nghiệm ý thức thể hiện một điều không chấp nhận được tạo ra xung đột, bị dồn nén và trở thành vô thức. Không có dồn nén, kinh nghiệm sẽ giữ tính chất ý thức của chúng, do đó vô thức, được tạo thành bởi những chất liệu bị dồn nén có cùng phẩm chất như ý thức. Những chất liệu bị dồn nén này, là vô thức (không được ý thức nhận biết) chỉ được biết gián tiếp thông qua việc tìm hiểu các giấc mơ, khám phá ý nghĩa của những triệu chứng hay bộc lộ những ý nghĩa của các tổ hợp.

Thỉnh thoảng người ta nghĩ rằng vô thức với những biểu hiện tinh vi và khó hiểu của nó là không bình thường, và do đó, vô thức vắng mặt ở những người bình thường. Ý nghĩ sai lầm này là nguồn gốc lo âu của một số bệnh nhân của Jung. Một sự phóng đại quá trình suy nghĩ bình thường ở một cá nhân có thể trở thành bất bình thường. Nếu như sự phóng đại này vượt quá, và đặc biệt, nếu nó dẫn đến những hành động không bình thường, nó sẽ được coi là bất bình thường và cần được điều trị thích hợp. Những người được gọi là bình

thường thường có những triệu chứng hysteria hoặc ám ảnh thoáng qua. Điều này không thể được coi là bằng chứng của sự rối loạn tâm trí. Tất cả kiến thức đã biết hỗ trợ cho quan điểm rằng vô thức là một hiện tượng tự nhiên. Nó chứa đựng nhiều mặt của bản chất con người: bóng tối và ánh sáng, sự thông minh và sự ngốc nghếch, cái đẹp và sự xấu xa, sự sâu sắc và sự hời hợt. Bỏ qua một thực tế là chúng ta có vô thức hay cho rằng những nội dung của nó được dựa trên một mặt nào đó an toàn tức là bãi bỏ một phần nào đó bản chất của chúng ta mà có thể có tầm quan trọng lớn nhất trong việc hiểu biết tâm lý con người cũng như trong việc điều trị bệnh.

Có một điều thú vị khi Freud ở Vienna sử dụng phân tâm học và Jung ở Zurich với thực nghiệm các test liên tưởng từ cùng độc lập đi tới kết luận về nguồn gốc của tổ hợp: nó chỉ ra những hoạt động trong vô thức. Jung đặc biệt có ấn tượng khi nhận thấy vô thức hoạt động một cách tự trị, tức là độc lập với những động cơ có ý thức.

VÔ THỨC CÁ NHÂN

Như đã nói ở trên, việc xuất bản cuốn sách *Tâm lý học vô thức* năm 1912 cho thấy Jung đã mở rộng việc sử dụng thuật ngữ *biểu tượng*, hay đúng hơn là cho nó một ý nghĩa sâu sắc hơn. Từ điều tra khám phá những bằng chứng khách quan của các bệnh tâm thần và những triệu chứng của các bệnh nhân, Jung tin rằng không phải tất cả những kinh nghiệm bất bình thường đều có

thể được giải thích trên cơ sở lịch sử cá nhân của họ và sự dồn nén những ý nghĩ xung đột với những ý nghĩ được chấp nhận. Những nhận định sai lầm không thể được sửa chữa bằng sự giải thích - tức là như hoang tưởng, ảo giác, chẳng hạn như nghe thấy tiếng nói... - thỉnh thoảng dường như nằm bên ngoài những kinh nghiệm cá nhân. Cũng tương tự thế, những chất liệu trong một số giấc mơ hoàn toàn xa lạ với những bệnh nhân, họ không biết chúng có ý nghĩa gì cả. Nhưng dù những kinh nghiệm rõ ràng phi cá nhân này kì lạ đến đâu, chúng phải có một số ý nghĩa. Với hai nhóm ý nghĩ này, một số là cá nhân, một số phi cá nhân, Jung đưa ra giả thuyết rằng có một sự phân chia tổng quát vô thức thành vô thức cá nhân (*personal unconscious*) và vô thức tập thể (*collective unconscious*) (phi cá nhân) mà như tên gọi đã có ngụ ý, nằm bên ngoài kinh nghiệm cá nhân.

Những thực nghiệm bằng test liên tưởng từ nói trên hỗ trợ cho giả thuyết về những nội dung vô thức cá nhân và phi cá nhân. Nhớ lại rằng, chẳng hạn, khi một từ kích thích chạm vào một chủ đề liên quan tới một tổ hợp, thời gian phản ứng bị ảnh hưởng và thỉnh thoảng sự trả lời gây ngạc nhiên cho chủ thể. Điều này có thể được diễn giải như là một câu trả lời trực tiếp từ tổ hợp vì tổ hợp hoạt động như một nhân cách tách rời, nó hoạt động độc lập và thường là can thiệp vào những ý định ý thức của chúng ta. Dường như tổ hợp có đời sống tinh thần riêng của nó, một nhân cách thứ hai hoặc nhân cách một phần tồn tại không được biết trong chúng ta. Khi tổ hợp được ý thức như khi xảy ra trong

điều trị tâm lý, nhân cách thứ hai hoặc nhân cách một phần này biến mất. Nói theo cách khác, bệnh nhân được giải phóng khỏi tổ hợp đặc biệt đó, dù mang hình thức nào. Giả sử rằng bệnh nhân sợ bị nhốt trong một không gian kín như một căn phòng nhỏ hoặc một nhà ga xe lửa, nhóm ý nghĩ hình thành nên triệu chứng là tổ hợp. Chính là vì dồn nén mà những tổ hợp như vậy xuất hiện.

VÔ THỨC TẬP THỂ

Ngoài vô thức cá nhân ra, Jung còn cho rằng có những nội dung thuộc loại khác. Chúng không bao giờ có trong ý thức và do vậy không thể là kết quả của sự dồn nén, tức là một vấn đề cá nhân. Chúng là phi cá nhân hay tập thể. Jung đã nhắc tới những nội dung này của tâm thần nhiều lần và đặt giả thuyết vô thức tập thể như một sự giải thích. Những tổ hợp như vậy “lớn lên từ vô thức và xâm chiếm ý thức với tất cả sự lạ kì và sự không thể nắm bắt được của những chủ đề... Đối với tôi sẽ là một sai lầm nghiêm trọng khi coi tâm thần con người chỉ thuần túy là những vấn đề cá nhân và giải thích chúng hoàn toàn từ quan điểm cá nhân. Một cách giải thích như vậy chỉ có thể được áp dụng đối với những cá nhân trong những công việc hay mối liên hệ bình thường hàng ngày của họ”⁽³⁶⁾.

Với giả thuyết về một phần phi cá nhân của tâm thần, học thuyết của Jung trở nên khác với Freud. “Vô thức cá nhân” của Jung trùng với khái niệm vô thức được cấu thành từ những nội dung cá nhân, bắt nguồn

từ sự dồn nén của Freud. Điều này có giá trị trong một chừng mực nào đó và Jung chấp nhận chúng nhưng bổ sung thêm chúng bằng khái niệm mới - vô thức tập thể. Thuật ngữ này thường bị hiểu sai. Nó thường bị nhầm với tâm thần nhóm tức là hành động vô thức của đám đông thay cho những hoạt động ý thức của cá nhân. Đây không phải là cách hiểu của Jung. Không giống vô thức cá nhân, vô thức tập thể không phải là những cái đạt được bởi cá nhân. Tuy thế tâm thần của mỗi người dường như có nhiều đặc điểm không thể phân biệt được với tâm thần của những người khác bởi vì mọi tâm thần đều có một cơ sở hoặc nền tảng chung. Cái này Jung gọi là vô thức tập thể.

CỔ MẪU VÀ BẢN NĂNG

Một đặc điểm trong vô thức tập thể là nguồn gốc di truyền của nó - không giống như vô thức cá nhân đến từ kinh nghiệm cá nhân. Chúng ta đã biết là vô thức cá nhân gồm phần lớn những *tổ hợp*, còn vô thức tập thể được tạo nên bởi những *cổ mẫu* (archetype), đó là những hình thức tiên tồn hay những hình thức nguyên thủy. Jung cho rằng "các bản năng [những xu hướng bẩm sinh không biết] rất gần với những cổ mẫu, đến mức mà trên thực tế có một lí do đủ tin cậy khi cho rằng các cổ mẫu là những hình ảnh vô thức của chính những bản năng, hay nói theo cách khác chúng là *những khuôn mẫu của hành vi bản năng*. Giả thuyết về vô thức tập thể do đó không gì hơn là cho rằng có những bản năng"⁽³⁷⁾.

Jung hết sức nhấn mạnh vào đặc điểm chung của vô thức tập thể: "... nó chứa đựng những nội dung mà không ít thì nhiều tương tự ở khắp mọi nơi và ở mọi cá nhân. Nói theo cách khác, nó là đồng nhất ở tất cả mọi người và do đó tạo nên một cơ tầng tâm thần chung của bản chất siêu cá nhân hiện diện ở mỗi người chúng ta"⁽³⁸⁾.

Giáo sư quá cố Henri Frankfort⁽³⁹⁾ đã phê phán giả thuyết vô thức tập thể của Jung, đặc biệt là tuyên bố về giá trị chung của nó. Ông viết: "Đối với ông ta [Jung], vô thức không bao giờ có thể được hiểu đầy đủ, không bao giờ là một phần có thể khảo sát được của con người, là nguồn gốc của những tư tưởng sáng tạo. Trong giải thích của Freud, những hình ảnh xuất hiện từ vô thức bị giới hạn bởi những kinh nghiệm một người thì Jung lại khẳng định rằng những hình ảnh đó biểu thị chỉ một phần những nội dung và ngoài ra trong những hoàn cảnh nào đó những biểu tượng và những hình ảnh có thể xuất hiện, mà đối với các nhà lịch sử tôn giáo thì quen thuộc, nhưng đối với bệnh nhân - hay đúng hơn là đối với ý thức của họ - chúng không có ý nghĩa gì... Jung gọi những hình ảnh và con người này - được gán cho là siêu nhiên - là những cổ mẫu và toàn bộ chúng tạo nên vô thức tập thể". Frankfort cho rằng những quan sát lịch sử đã dạy cho chúng ta rằng: "Các cổ mẫu không có gì là chung cả". Một ví dụ mà ông trích dẫn để minh họa cho điều này là cảm xúc của một đứa trẻ đối cha mẹ nó, mà ông khẳng định là "bị ảnh hưởng mạnh mẽ bởi những cấu trúc xã hội. Trong một xã hội mẫu hệ, nơi người cha là một kẻ xa lạ - hoặc thậm chí như

một vị khách - trong ngôi nhà của người mẹ nó và người bác ngoại là chủ của gia đình, những cảm xúc của đứa trẻ đó khác với những đứa trẻ trong một xã hội phụ hệ đa thê và nó cũng khác với những đứa trẻ trong một xã hội phụ hệ một vợ một chồng”.

Lí luận này dường như ám chỉ việc Jung tuyên bố tính đồng nhất chung trong những biểu hiện của rất nhiều cổ mẫu được thấy khá rõ trong những hoàn cảnh của con người, chẳng hạn như mối liên hệ giữa một đứa trẻ với cha và mẹ chúng hoặc với cả hai. Giáo sư Frankfort đã chỉ ra sự tương tự trong cấu trúc xã hội là rất phổ biến. Nhưng một đứa trẻ không cần phải phân biệt người cha thực sự của nó với người đóng *vai trò người cha*. Mối quan hệ với một người như vậy là giống nhau ở mọi đứa trẻ, bất kể những cấu trúc xã hội. Frankfort đã có cách nhìn khác đối với khái niệm của Jung về các cổ mẫu và bài viết uyên thâm này của ông là một kiểu chỉ trích mà Jung đón nhận. Nhưng Frankfort cũng thừa nhận tài năng của Jung: “... Điểm thực sự trong những phát hiện của ông ta [Jung] là chúng liên hệ đến những thực tế của một tâm thần sống động, hoạt động của sự tưởng tượng, những biểu tượng và hình ảnh xuất phát từ đời sống tinh thần vô thức trong các giấc mơ. Những liên kết mà Jung phát hiện giữa những cái đã xảy ra và những nỗ lực, những hi vọng và những lo âu - nói gọn lại là với đời sống bên trong - của người nằm mơ có một độ rộng và độ sâu thật ấn tượng”.

Jung luôn luôn chống lại bất kì những khẳng định nào về một bản chất tuyệt đối và tin rằng chúng ta chỉ ở

điểm bắt đầu của những gì mà trong tương lai có thể được hiểu về tâm lí con người. Nhiều sinh viên thỉnh thoảng hơi bối rối bởi vì những tuyên bố của ông về các cổ mẫu dường như quá tổng quát. Nếu như họ biết về ông thì họ sẽ hiểu rằng Jung luôn luôn để ngỏ cho sự hiểu biết, luôn sẵn sàng bãi bỏ giả thuyết nếu có những lí lẽ hợp lí hơn. Jung có đầu óc của một người mở đường: ông cảm thấy là có nhiều thứ nằm bên ngoài; và bản đồ của chúng ta cần được vẽ đi vẽ lại nhiều lần. Song một đầu óc khoáng đạt như vậy, không đòi hỏi ông bãi bỏ những gì mà ông phát hiện được, đặc biệt là nếu không có một giải thích nào khác từ những người nghi ngờ về giá trị học thuyết của ông có thể giải thích cho cái mà ông gọi là cổ mẫu. Nếu có những chủ đề nào đó kết hợp với những chất liệu huyền thoại cổ xưa xuất hiện trong các giấc mơ của một bệnh nhân, Jung chấp nhận điều này như là một sự thực và chỉ ra sự tương tự cho bệnh nhân của ông. Những chất liệu như vậy cũng có thể đúng cho những bệnh nhân khác, và ông thường phát hiện ra điều này là đúng. Ông không bao giờ quả quyết rằng những sự tương tự như vậy chỉ ra tính chắc chắn của sự kế thừa giống nhau ở tất cả mọi người trên khắp thế giới này. Thỉnh thoảng đúng như vậy, thỉnh thoảng không, và điều này sẽ không đúng. Một chủng tộc với một di sản văn hóa cổ xưa của mình, theo quan điểm của Jung, có những kinh nghiệm tập thể mà không có đối với những chủng tộc khác. Cũng vậy, trong tâm thần cũng như cơ thể, đều có thể chờ đợi những sự tương tự.

Jung không đưa ra từ *cổ mẫu*. Nó đã được sử dụng nhiều thế kỉ và có nghĩa là những hình thức nguyên

thủy hay là những nguyên mẫu mà từ chúng những bản sao được thực hiện. Do đó trong lí thuyết của Platon về “những ý niệm” hay “những hình thức”, thì một con ngựa cụ thể, chẳng hạn, sẽ có cùng một phẩm chất được thấy ở tất cả các con ngựa. Do đó ý nghĩ hay hình thức tập thể là đối lập với cá nhân bởi vì sự kì lạ đối với một nhóm các cá nhân hơn là thuộc tính của một cá nhân. Do vậy vô thức tập thể không phải là sự chiếm hữu hay đạt được bởi cá nhân mà là của chung. Như những bản năng, những động cơ không biết là một hình thức thực hiện bẩm sinh, do đó các cổ mẫu cung cấp một cách hiểu biết bẩm sinh. Jung viết: “Giả thuyết về vô thức tập thể tùy thuộc vào sự phân loại các ý nghĩ mà con người lúc đầu cảm thấy xa lạ nhưng đã sớm sở hữu và sử dụng chúng như là những khái niệm thân thuộc... *Cổ mẫu* là đúng và hữu ích bởi vì nó cho chúng ta biết rằng những nội dung vô thức tập thể có liên quan khi chúng ta xem xét những hình thức cổ xưa, hoặc đúng hơn, những hình thức nguyên thủy, tức là những hình ảnh chung tồn tại từ những thời đại xa xưa nhất”⁽⁴⁰⁾.

Khi thảo luận những quan điểm của mình về vô thức tập thể, Jung thường so sánh lịch sử của tâm thần với lịch sử của cơ thể. Cơ thể con người có sự giống nhau về giải phẫu trên toàn thế giới. Bất chấp những biến đổi của lịch sử với sự nóng lạnh của nhiệt độ và thói quen sống và phong tục tập quán khác nhau, cơ thể con người, với những khác biệt rất nhỏ, vẫn giữ sự giống nhau cơ bản. Tâm thần của con người cũng tương tự. Nó cũng có một sự giống nhau cơ bản và Jung tin là

những nghiên cứu mở rộng, đặc biệt trong tâm lý học về giấc mơ, sẽ đưa đến những khám phá về sự phát triển và cấu trúc của tâm thần giống như những gì đã được thực hiện trong giải phẫu so sánh.

Không có một sự mất mát cá tính nào theo sau khái niệm vô thức tập thể. Những bản năng có sự biểu hiện cá nhân và chúng được chấp nhận như những thuộc tính cá nhân của chúng ta; không một ai nghĩ khác về chúng. Những bản năng là chung cho chủng tộc không loại bỏ ý thức cá nhân về sự sở hữu trong bản năng của chúng ta. Cũng vậy, vô thức tập thể được trải nghiệm cá nhân.

Jung thỉnh thoảng sử dụng từ *tâm thần khách quan* (objective psyche) với cùng nghĩa như *vô thức tập thể*, nhưng ông thích thuật ngữ sau hơn. Ông nghĩ các tác phẩm của mình về vô thức tập thể là đóng góp quan trọng nhất cho tâm lý học. Khi được hỏi về huyền thoại cá nhân nào của mình đã tạo ra cho cuộc sống một ý nghĩa, Jung đã trả lời ngay lập tức: “ồ, đó là vô thức tập thể”.

Xem xét *tính di truyền* được nói đến trong mối liên hệ với giả thuyết về vô thức tập thể, một vài người cho là các cổ mẫu và những đặc điểm đạt được là như nhau. Jung hết sức cố gắng sửa chữa sự hiểu sai này. Ông cho rằng cấu trúc vô thức của tâm thần là bẩm sinh, là một yếu tố *tiên nghiệm* (priori). Do đó một đứa trẻ mới sinh là một thực thể phức tạp, nhưng đồng thời được xác định rõ ràng. Chúng ta không thể quan sát điều này trực tiếp cho đến khi những biểu hiện có thể nhìn thấy được đầu tiên của

đời sống tâm thần xuất hiện. Những đặc điểm cá nhân của chúng do đó được nhận thấy mà không có bất kì nghi ngờ gì. Nói theo cách khác, chúng ta nhận thức một nhân cách duy nhất đằng sau chúng. Một người quan sát trung lập, trừ người mẹ, không nghi ngờ gì điều này. John Locke (1632-1704), bác sĩ và nhà triết học, khẳng định rằng tâm trí của đứa trẻ, khi mới sinh, có thể so sánh với một tấm vải thô mà những kinh nghiệm sẽ viết lên. Ngày này không ai đồng ý với điều này. Quan điểm của Jung chống lại quan điểm của Locke. Ông không thể tin rằng những chi tiết cấu thành nên nhân cách duy nhất của một đứa bé lại chỉ tồn tại khi chúng xuất hiện. “Chúng ta giải thích bằng di truyền những tài năng và năng khiếu qua các thế hệ. Cũng như vậy, sự tái xuất hiện của những hành động bản năng phức tạp ở động vật không bao giờ bắt nguồn từ cha mẹ chúng, và do đó cũng không thể được dạy bởi cha mẹ chúng. Ý tưởng rằng “bản chất con người” không được di truyền mà tự xuất hiện ở mỗi đứa trẻ thật là không thích hợp như một niềm tin ngây thơ rằng mặt trời mọc buổi sáng khác với mặt trời lặn buổi tối”⁽⁴¹⁾

GIẢ THUYẾT VỀ VÔ THỨC TẬP THỂ VÀ NGUỒN GỐC CỦA NÓ

Những giấc mơ chiếm một vị trí quan trọng trong cuộc đời Jung và dường như chúng cũng báo trước một sự phát triển mới trong các tác phẩm của ông. Chắc chắn là một giấc mơ đã báo trước, hay trong bất kì trường hợp nào đã chỉ dẫn cho ông khái niệm về vô thức

tập thể. Đó là năm 1909, khi Freud và Jung đi cùng nhau tới Mỹ, và ở Mỹ họ được mời giảng một loạt bài. Trong suốt chuyến đi, họ phân tích các giấc mơ của nhau. Tất nhiên là nó cũng gồm cả sự phân tích cá nhân, mà theo những chuẩn mực ngày nay, dường như là quá thiếu. Tiến sĩ David Stafford-Clark đã cho rằng sự phân tích này không bao giờ xảy ra: “Có một câu chuyện chắc chắn là không có thật về việc Freud và Jung đã thử phân tâm nhau và kết quả là dẫn đến sự phân chia giữa hai người”⁽⁴²⁾. Tiến sĩ David Stafford-Clark không đưa ra những bằng chứng để giải thích cho sự nghi ngờ của mình. Có lẽ là ông đã cho rằng nếu điều này xảy ra thì Ernest Jones đã nói đến nó trong cuốn sách *Sigmund Freud*. Sự phân tích lẫn nhau này thực sự diễn ra và được Jung xác nhận “Chuyến đi tới Mỹ bắt đầu từ Bremen năm 1909 kéo dài trong bảy tuần. Hàng ngày chúng tôi luôn ở bên nhau và phân tích những giấc mơ của nhau”⁽⁴³⁾. Jung và những người khác đã nói đến nó trong các bài giảng và Jung đã nói về nó trong một buổi phát thanh của Đài BBC cũng như ở trong các cuộc tiếp xúc riêng tư. Những chi tiết của những cuộc nói chuyện của họ không được tiết lộ. Nhưng cho đến nay thì độ chính xác của những phát biểu của Jung không còn bị nghi ngờ nữa. Cả Freud và Jung đều tin vào sự phân tích và khi Freud có những khó khăn cá nhân, ông đề nghị Jung giúp đỡ. Điều này được biết đến rộng rãi khá lâu trước khi Jung mất vào năm 1961. Tiến sĩ David Stafford-Clark có thể tiến hành điều tra nếu ông nghi ngờ về độ chính xác của câu chuyện. Để mô tả sự phân tích giấc mơ của nhau, cần nhớ lại những lời bình luận về mối quan hệ giữa Freud

và Jung của Ernest Jones trong cuốn *Sigmund Freud - Cuộc đời và sự nghiệp*^{(44)*}. Cần nhớ rằng trong nhiều năm Freud đã đánh giá Jung rất cao. Theo ý mình, ông đã trao chức chủ tịch Hội Phân tâm học vĩnh viễn cho Jung với mục tiêu để Jung phát triển phân tâm học. Rất khó khi thừa nhận rằng “sẽ là một câu chuyện đùa không có thật” khi Freud và Jung phân tích những giấc mơ của nhau.

Trong quá trình phân tích giấc mơ của nhau, Jung có một giấc mơ và đề nghị Freud xem xét chúng. Đây là nội dung giấc mơ:

“Tôi ở trong ngôi nhà của tôi. Nó là một ngôi nhà rất phức tạp, hơi giống ngôi nhà cổ của ông chú tôi được xây dựng trên một bức tường thành cổ ở Basel. Tôi đang ở tầng một, nó được trang trí khá đẹp, khá giống căn phòng làm việc hiện nay của tôi. Căn phòng mang phong cách thế kỉ mười tám, và đồ đạc thì rất có ấn tượng. Tôi nhìn thấy có một cái cầu thang đẹp và quyết định phải xem cái gì ở dưới đó, do vậy tôi đi xuống tầng trệt. Ở đây kiến trúc và đồ đạc mang phong cách thế kỉ mười sáu hoặc xưa hơn. Đó là một căn phòng khá tối; đồ đạc rất cổ và nặng, và tôi tự nghĩ rằng chúng thật là đẹp. Tôi không biết có căn phòng ở đây. Có lẽ có một hầm rượu bên dưới. Và quả thật như vậy. Nó có kiến

* Năm 1959, tôi hỏi Jung về những sự kiện do Ernest Jones kể lại, gồm những cuộc đối thoại tại Bremen trước khi Freud và Jung bắt đầu chuyến đi Mỹ. Ông nói là lời kể của Jones không chính xác và nói thêm: “Jones không bao giờ hỏi tôi về những ngày ban đầu đó và cũng không dễ làm như vậy. Jones không có ở đó. Freud và Ferenczi đã chết và tôi là người duy nhất có thể đưa ra những thông tin xác thực” (Tác giả).

trúc rất cổ, có lẽ là thời La Mã. Tôi bước xuống cầu thang dây đất và thấy một bức tường trơ trụi và hồ thì đã bung hết ra, và đằng sau là những viên gạch La Mã; có một sàn lát đầy đá. Tôi có một cảm giác lạ lùng khi đi xuống với một chiếc đèn lồng trên tay. Tôi nghĩ mình đã ở dưới cùng rồi. Nhưng sau đó ở một góc tường tôi nhìn thấy một phiến đá vuông với một cái móc ở trên; tôi nhấc phiến đá lên và nhìn sâu xuống một cái hầm rượu ở sâu hơn, hầm rất tối, giống như một hang động hoặc thậm chí một ngôi mộ. Một vài tia sáng lọt vào khi tôi nhấc tấm đá. Căn hầm đầy những đồ gốm tiền sử, những bộ xương và những đầu người. Tôi cảm thấy kinh hoàng và khi những hạt bụi lắng xuống, tôi cảm thấy mình đã có một khám phá quan trọng. Đến lúc đó thì giấc mơ kết thúc và tôi tỉnh dậy”.

Jung rất bối rối bởi giấc mơ; nhưng ông có trực giác về nó. Ông nhớ là ông đã hỏi Freud về chúng và suy nghĩ về những điều Freud nói. Freud tập trung vào những khúc xương và đầu người và bỏ qua phần còn lại của giấc mơ. Ông nghĩ là giấc mơ nhằm nói tới Jung gắn bó với những người mà ông muốn họ chết, những

* Jung kể giấc mơ này cho tôi năm 1951 và vào năm 1961 nó được xuất bản⁽⁴⁵⁾. Jung đọc cuốn sách này ở dạng bản thảo và thêm vào lời nhận xét của mình, thay đổi một hay hai từ bằng lời. Chẳng hạn, ông thêm vào từ “trong ngôi nhà của tôi” và lưu ý rằng nó có tầm quan trọng đặc biệt bởi vì nó chỉ ra rằng ông cảm thấy đồng nhất với ngôi nhà của mình, nó biểu hiện cho mặt bên ngoài của nhân cách ông, mặt được nhìn thấy bởi những người khác. Nhưng trong giấc mơ, nội thất bên trong của ngôi nhà lại không thân thuộc. Một ghi chép khác về giấc mơ này được xuất bản năm 1963⁽⁴⁶⁾. Trong khi cách diễn tả không giống với giải thích này, ý nghĩa vẫn giữ nguyên (Tác giả).

cái đầu người chỉ có ý nghĩa là cái chết. Freud hỏi Jung: “Có những người như vậy không”, “Không, không ai cả”, Jung trả lời. Nhưng Freud vẫn nhấn mạnh vào điểm đó và Jung hỏi ông ta về người mà Freud nói - liệu có phải là một người cụ thể nào như vợ ông chẳng hạn. “Đúng”, Freud trả lời: “có thể là vậy - đó là ý nghĩa giấc mơ”, Jung ngạc nhiên và nói là có rất nhiều đầu người ở đó chứ không phải chỉ một. Nhưng Freud vẫn nhấn mạnh vào những đặc điểm trong giấc mơ nói đến cái chết. Jung hỏi “Anh nghĩ gì về những chi tiết khác của giấc mơ” nhưng Freud không quan tâm đến chúng.

Một đặc điểm đầy ấn tượng về giấc mơ là bầu không khí chờ đợi, nó giống như trong một cuộc thám hiểm. Jung dành nhiều thời gian nghĩ về giấc mơ, ngoài cuộc nói chuyện với Freud. Những suy nghĩ của ông chập chờn trong nhiều tháng và thực sự là nhiều năm sau đó. Ông không thể giải thích giấc mơ bằng những khái niệm cá nhân. Sau đó ông chợt nảy ra ý nghĩ là ngôi nhà có thể biểu hiện cho những giai đoạn văn hóa khác nhau, các tầng khác nhau biểu hiện cho các thời kỳ khác nhau như các mảnh vụn của các ngôi nhà khai quật được bên dưới móng của các toà nhà hiện nay. Với một cấu trúc nhiều vẻ của nó, Jung nghĩ là ngôi nhà trong giấc mơ có thể mang những ngụ ý lịch sử. Liệu giấc mơ có thể có một cấu trúc giống như những gì được phát hiện thấy trong lịch sử loài người không? “Đúng vào lúc đó, khoảnh khắc đó”. Jung viết, “tôi có ý nghĩ về vô thức tập thể”⁽⁴⁷⁾. Nó dường như là một giả thuyết có thể, thậm chí quan trọng. Càng nghĩ về nó bao nhiêu, Jung càng cảm thấy thỏa mãn với suy nghĩ rằng sự sắp

xếp thành các lớp một cách có hệ thống trong giấc mơ tương ứng với sự phát triển của nền văn hóa của chúng ta hoặc các nền văn hóa khác; và ngoài những đặc điểm cá nhân trong tâm thần còn có những yếu tố phi cá nhân hay tự trị, một số rõ ràng phi thời gian, số khác liên hệ trở lại qua các thời đại.

Đối với Jung, một trong những đặc điểm hấp dẫn nhất về vô thức tập thể là những tư tưởng và những suy nghĩ, chưa bao giờ được ý thức trước đó, bộc lộ một cách tự phát từ những nguồn phi cá nhân này. Những kinh nghiệm kiểu này rất nhiều và khiến ông tin là vô thức không chỉ là một căn phòng lưu trữ những kinh nghiệm quá khứ do bị dồn nén hay bị lãng quên. Ông viết: "... nhiều nghệ sĩ, nhà triết học, và thậm chí cả những nhà khoa học có được những tư tưởng vĩ đại nhất của mình là nhờ cảm hứng xuất hiện đột ngột từ vô thức... Chúng ta có thể tìm thấy bằng chứng rõ ràng của điều này trong lịch sử khoa học. Chẳng hạn, nhà toán học người Pháp Poincaré và nhà hóa học Kekulé có những khám phá khoa học hết sức quan trọng (như họ thừa nhận) nhờ vào "những bộc lộ" đầy ấn tượng đột ngột từ vô thức. Những kinh nghiệm được coi là 'thần diệu' của nhà triết học Pháp Decartes gắn với sự bộc phát thành linh như vậy khi ông thấy loé lên 'trật tự của tất cả các khoa học'. Nhà văn người Anh, Robert Louis Stevenson nhiều năm tìm kiếm một câu chuyện đã cảm thấy 'một cảm giác mạnh mẽ về bản chất lưỡng diện của tồn tại con người' khi những tình tiết của câu chuyện *Tiến sĩ Jekyll và ông Hyde* thành linh được bộc phát cho ông trong một giấc mơ"⁽⁴⁸⁾.

Những tư tưởng của Jung về vô thức tập thể xuất hiện trong cuốn sách của ông năm 1912: *Tâm lí học vô thức* và cuốn sách cũng chứa đựng những quan điểm của ông về ý nghĩa của những biểu tượng. Bản thân Freud, trong một cuốn sách cuối cùng của mình, đã nói đến “di sản cổ xưa” và “những dấu vết trí nhớ” của những thế hệ trước đó của chúng ta. Ông thừa nhận sự quan tâm của ông tới nhân học được đánh thức bởi Jung: chính là “những chỉ dẫn rõ ràng của Jung về sự tương tự rộng lớn giữa hiện tượng tâm thần của những người nhiều tâm và những người nguyên thủy đã khiến tôi chú ý tới vấn đề này”⁽⁴⁹⁾.

QUAN ĐIỂM THỰC NGHIỆM CỦA JUNG

Khi khái niệm vô thức được giới thiệu trong tâm lí học, nó được đón nhận một cách lạnh nhạt, và không có gì là ngạc nhiên khi giả thuyết về vô thức tập thể gặp phải một sự đón tiếp lạnh lùng. Bản thân Jung cũng nhận thấy khó khăn trong việc đưa ra những bằng chứng khoa học để hỗ trợ cho khái niệm này, và đó là lý do tại sao ông chỉ nói về nó như là một giả thuyết đưa ra được một giải thích đầy đủ và hợp lí đối với những thực tế có thể quan sát được. “Khi tôi nói về vô thức tập thể, tôi không khẳng định nó như một nguyên lí; tôi chỉ đưa ra một cái tên đối với tất cả những thực tế có thể quan sát được, tức là các cổ mẫu...”⁽⁵⁰⁾.

Bởi vì giả thuyết về vô thức tập thể đưa ra được cách giải thích hợp lí cho những đặc điểm gây bối rối trong các công việc y học của mình, Jung rất tự nhiên, luôn

luôn ở trong trạng thái hoạt động và nhiệt tình xem xét tất cả những ứng dụng có thể có của lý thuyết này.

Khá lâu trước khi có giấc mơ về ngôi nhà trung cổ, Jung đã sử dụng kỹ thuật phân tích giấc mơ trong việc điều trị các bệnh nhân. Ông phải tìm hiểu ý nghĩa của những giấc mơ với sự liên tưởng của người mơ. Một giấc mơ bay trên một chiếc máy bay bị rơi sẽ không có nghĩa gì nếu không có sự liên tưởng mà chỉ với chúng, như một quy luật, ý nghĩa mới có thể được phát hiện. Thỉnh thoảng giấc mơ không cho biết bất cứ điều gì về những động cơ trong giấc mơ cả, như thường xảy ra với trẻ con. Khi những chủ đề cổ mẫu xuất hiện trong những giấc mơ và huyền tưởng của những đứa trẻ thì sẽ có rất ít nếu không muốn nói là không có hi vọng gì thực hiện được sự liên tưởng vì chúng có thể không biết nói ra điều gì. Điều này không có gì là ngạc nhiên bởi vì chất liệu không thể bắt nguồn từ sự ý thức. Thông thường một đứa trẻ kể lại giấc mơ khi nó thức dậy, hoặc thức dậy vào ban đêm, kể lại giấc mơ rồi lại đi ngủ tiếp. Vào buổi sáng nó có thể phai nhạt dần khỏi trí nhớ. Những giấc mơ kiểu này đã được biết đến khá rõ và những ý nghĩa của nó thỉnh thoảng có thể được xem xét bằng quá trình so sánh với giấc mơ của những đứa trẻ khác hoặc là đối chiếu với huyền thoại. Ở đây kinh nghiệm và kiến thức của nhà phân tích sẽ có giá trị. Những câu chuyện thần tiên thường có chất liệu cổ mẫu và chúng hấp dẫn trẻ em bởi vì tâm thần của trẻ vào giai đoạn phát triển này chỉ bị loại bỏ rất ít khỏi những lớp vô thức tập thể sâu, để từ đó ý thức xuất hiện.

Jung nhận thấy một nguồn chất liệu cổ mẫu nhiều hơn trong những hoang tưởng của một số bệnh nhân tâm thần phân liệt mà ông quan sát thấy ở bệnh viện. Thường nội dung của những hoang tưởng này rất khó có thể hiểu được cho đến khi ông nhận thấy sự tương tự giữa hoang tưởng và chất liệu lịch sử và huyền thoại nào đó. Điều làm ông ngạc nhiên là ông luôn phát hiện thấy sự tương tự giữa chúng. Những điều tra như vậy đối với hoang tưởng không phải luôn luôn thành công và do đó, những hoang tưởng vẫn giữ một sự bí hiểm. Dầu vậy, những kết quả là rất đáng khuyến khích. Giá trị của chúng nằm ở việc làm cho nội dung của bệnh trở nên có thể hiểu được đối với Jung. Chỉ khi nào hiểu được bệnh thì ông mới có thể tìm ra cách thức điều trị.

Việc Jung dựa vào những sự so sánh huyền thoại có lẽ làm ngạc nhiên những người coi huyền thoại như là những câu chuyện siêu nhiên và viễn tưởng. Vấn đề không đơn giản như vậy. Các huyền thoại tồn tại rất lâu trước khoa học và biểu hiện cuộc sống như nó được thấy và trải nghiệm chính xác hơn nhiều so với đánh giá khoa học khách quan. Tầm quan trọng của nó đã được thừa nhận rộng rãi. Do đó, Arnold J. Toynbee, trong khi cố gắng giải thích những vấn đề bất bình đẳng văn hóa trong rất nhiều xã hội đang tồn tại, đã phát hiện thấy những giải thích được coi là phi cá nhân và khoa học của thế kỉ XIX là vô ích. Ông viết: "Sự thất bại của chúng... đã thúc đẩy tôi quay sang huyền thoại. Tôi thực hiện sự chuyển hướng này một cách hơi tự ý thức và then thùng, dường như nó là một bước lùi kích thích. Tôi sẽ bớt rụt rè hơn... nếu như vào lúc đó tôi biết

tới những tác phẩm của C.G. Jung, chúng sẽ cho tôi một đầu mối⁽⁵¹⁾.

Trong khi hoạt động y học của Jung hỗ trợ cho giả thuyết về vô thức tập thể, nó lại tỏ ra thiếu những bằng chứng như là những bằng chứng được biết trong hoạt động khoa học. Tuy vậy, những sự tương tự đòi hỏi một số giải thích. Thỉnh thoảng nội dung của một hoang tưởng chứa đựng những chủ đề cổ mẫu về những gì mà dường như bệnh nhân không thể hiểu biết về nó. Để có một bức tranh cụ thể về “những hoạt động tâm thần sâu hơn”, được gọi là vô thức tập thể đó, Jung đã công bố những trích đoạn từ bệnh án của một bệnh nhân hoang tưởng. Đầu tiên, ông không thể hiểu những gì người bệnh nói. Sau đó, khi bản dịch những ghi chép cổ trên giấy papyrus được xuất bản, ông rất ngạc nhiên thấy rằng nó chứa đựng những chất liệu giống một cách đáng kinh ngạc với nội dung của hoang tưởng của người bệnh⁽⁵²⁾. Dĩ nhiên, một người khác có thể giải thích những chất liệu như vậy trên cơ sở một giả thuyết khác, nhưng cho đến khi điều này được thực hiện thì độ tin cậy của giả thuyết của Jung vẫn luôn đúng.

Jung viết: “Những kinh nghiệm này và những kinh nghiệm khác như vậy là đủ cho tôi có một cơ sở: Đó không phải là vấn đề của sự di truyền mang tính chủng tộc cụ thể nào đó, mà là đặc điểm chung của con người. Nó không phải là vấn đề những *ý tưởng được thừa kế* mà là một khuynh hướng chức năng tạo ra những ý nghĩ như vậy hoặc rất tương tự. Khuynh hướng này sau đó tôi gọi là *cổ mẫu*”⁽⁵³⁾.

Jung nghĩ là một số những hình thức cổ mẫu này có thể được truyền phát bởi truyền thống và sự di cư, nhưng sự truyền phát bằng di truyền là một giả thuyết quan trọng nhất bởi vì những hình ảnh mẫu này có thể được tạo ra một cách tự phát, nghĩa là tách ra khỏi truyền thống và sự di cư.

Những nghiên cứu của Jung về cấu trúc của tâm thần - nếu như thuật ngữ *cấu trúc* được sử dụng - đã trở thành nội dung chính yếu trong việc điều trị các bệnh nhân kể từ thời ông cho đến ngày nay, đặc biệt là trong việc phân tích các giấc mơ. Ngoài những giấc mơ mà nội dung của chúng rõ ràng là nói đến những kinh nghiệm và cuộc sống cá nhân của người bệnh, Jung còn luôn luôn bắt gặp những giấc mơ với những phẩm chất hoặc nội dung phi cá nhân không thể giải thích được ở mức độ cá nhân nhưng chúng trở nên rõ ràng khi xem xét bằng vô thức tập thể. Việc phân tích giấc mơ có một tầm quan trọng lớn nhất trong phương pháp điều trị của Jung và chúng ta sẽ xem xét chúng trong chương tới.

CHƯƠNG IV

NHỮNG GIẤC MƠ

HAI GIẤC MƠ: TRẺ CON VÀ NGƯỜI GIÀ



Những giấc mơ của trẻ con như đã nói trong chương trước, đặc biệt đáng chú ý vì đứa trẻ vẫn còn rất gần gũi với thế giới vô thức của những hình ảnh nguyên thủy. Khi Jung còn là một đứa trẻ, ông nhớ như in một giấc mơ vào lúc ông bốn tuổi. Ông không bao giờ quên giấc mơ này và nó vẫn là một sự kiện ấn tượng và quan trọng, dù là ông không hiểu nó một chút nào khi nó xảy ra. Thậm chí là một đứa trẻ, ông cảm thấy mình không muốn nói về nó.

Cho đến khi Jung mười hai tuổi, cha ông trông coi nhà thờ ở Rhine Fall gần Schaffhausen ở Bắc Thụy Sĩ. Nhà của ông, ngôi nhà của một mục sư, ở bên cạnh nhà thờ đó. Ông mơ thấy mình ở một mình trong một khoảng đất gần ngôi nhà của ông, nơi ông thường chơi, ở nơi đó, thật ngạc nhiên, ông thấy một cái lỗ vuông trên mặt đất. Tò mò, ông nhìn xuống cái lỗ đó và thấy một dãy những bậc thang đá; ông từ từ ngập ngừng

bước xuống. Ở dưới đáy là một cái cửa được che bởi một cái rèm xanh; ông kéo nó ra. Ông ngạc nhiên khi nhìn thấy một căn phòng hình chữ nhật rộng với tường đá; một dải thảm đỏ kéo dài từ cửa tới hết phòng, nơi ông thấy một cái bệ có những bậc và trên đó là chiếc ghế to. Nó không phải là một chiếc ghế bình thường, mà là một ngai vàng rất rộng với đường viền đỏ, và trên đó là một thân cây mười hai feet. Đỉnh nó màu đỏ, có thịt, một loại dầu, nhưng không giống như dầu, với một lỗ hồng giống như mắt của một con quỷ. Chưa bao giờ ông nhìn thấy một cái gì tương tự và không biết nó có thể là cái gì nhưng ông cảm thấy nỗi sợ dâng trào. Sau đó ông nghe thấy tiếng mẹ ông gọi ông. Tiếng nói rất rõ, dường như là ở lối xuống cầu thang trong khu đất, nhưng ông biết - trong giấc mơ - mẹ mình đang ở trong nhà cách đây hai trăm yard. "Hãy nhìn ông ta", bà nói "đó là kẻ ăn thịt người"⁽⁵⁴⁾. Lời nói của bà làm kinh động ông. Đó là vì ông liên kết từ "kẻ ăn thịt người" với mục sư Jesuit mặc áo dài đen mà ông đã nhìn thấy gần nhà mình. Jesuit, trong tâm trí ông, là Jesus, và do đó ông nghĩ Jesus mang cái chết đến cho ông. Trong khi ông không hiểu giấc mơ một chút nào thì tình hình một ý chợt nảy ra cho ông là, vì căn phòng này ở dưới mặt đất, do vậy cũng sẽ có những gì thần bí trong cuộc sống ngoài những kinh nghiệm thông thường của ông.

Một giấc mơ như vậy, với bản chất phi cá nhân của nó - vì nó không có liên hệ gì với bất kì kinh nghiệm nào trước đó - đã minh họa cho ý kiến cho rằng một đứa trẻ gần gũi với thế giới vô thức như thế nào. Những giấc mơ đầy ấn tượng như vậy xảy ra vào

những giai đoạn quan trọng của cuộc đời, như là ở thời khắc đó chúng ta lấy ra được kinh nghiệm của toàn nhân loại mà chúng ta chỉ là một phần.

Khoảng một tuần trước khi chết (6/6/1961), Jung có một giấc mơ như sau: “Tôi thấy một viên đá tròn to hay là một khối đá ở trên cao, một nơi trơ trụi, và trên đó khắc dòng chữ ‘Đây là dấu hiệu chỉ sự trọn vẹn và duy nhất của anh’. Cũng trong đêm đó, có một giấc mơ khác: ‘Có một khu đất vuông vẫn có những chiếc cây và những sợi rễ của cây mọc lên từ đất và bao quanh tôi và những sợi chỉ vàng sáng óng ánh giữa các rễ cây’.

Với ghi chép cá nhân này từ chính cuộc đời của Jung, chúng ta quay trở lại những nguyên lý của sự phân tích giấc mơ.

GIẤC MƠ VÀ NGƯỜI NẪM MƠ

Khi vô thức chưa được biết đến, điều không thể tránh khỏi là chúng ta tiếp cận mọi vấn đề mà chúng ta quan tâm bằng cách sử dụng các công cụ ý thức, đó là, bằng những chức năng đã được mô tả trước kia. Do vậy, để có thể hiểu được một giấc mơ, trước tiên, chúng ta phải xem xét chúng từ quan điểm ý thức và điều này bao hàm việc chấp nhận một giả thuyết khá hay rằng tâm thần hoạt động ở bên dưới cũng như ở bên trên bề mặt ý thức. Quả thật, một lập luận mạnh mẽ khẳng định tính hiện thực của vô thức là thực tế chúng ta nằm mơ. Giấc mơ là một hiện tượng chủ quan khó có thể nghi ngờ được đối với bất kì ai dành cho nó một suy nghĩ quan trọng. Điều đáng ngạc

nhiên là có một số người nghi ngờ về điều này. Họ hỏi liệu chúng ta có thể giải thích như thế nào sự ngạc nhiên, sự thỏa mãn, hay sự kinh hoàng trong một giấc mơ nếu như nó là một sự kiện chủ quan bắt nguồn từ chính người nằm mơ. Vậy người nằm mơ, lúc đó và đồng thời, có thể đóng vai trò tác giả, diễn viên và khán giả của một vở kịch đến từ tâm thần của bản thân họ như thế nào? Một câu hỏi như vậy có thể được giải thích khi giả thuyết về hoạt động tinh thần bên ngoài ý thức được chấp nhận. Nếu như điều này bị từ chối thì sẽ không có khả năng điều tra các giấc mơ và giấc mơ sẽ bị coi như là một tập hợp vô nghĩa các kí ức và huyền tưởng. Trước hết, hãy coi giấc mơ không phải như một nội dung hứa hẹn cho những điều tra nghiên cứu, nó có mọi biểu hiện của sự vô nghĩa. Nhiều hiện tượng tự nhiên khác đã tạo ra ấn tượng này cho đến khi những điều tra kĩ hơn bộc lộ ra sự bị coi là vô giá trị này lại có giá trị. Một ví dụ gần giống như vậy là sự phát hiện ra máy dò mìn có chứa uranium.

Do đó chúng ta bắt đầu với việc coi giấc mơ là một hiện tượng tự nhiên. Nó không phụ thuộc vào những ý định hữu thức của chúng ta và nó hoàn toàn nằm ngoài phạm vi của sức mạnh ý chí. Đúng là nếu chúng ta không thể chứng minh là chúng ta mơ thì điều này sẽ bị thách thức. Sự kiểm chứng không phải là vấn đề, nhưng sau đó, chúng ta hỏi, ai muốn những chứng cứ như vậy? Chắc chắn không phải là người nằm mơ, đối với người nằm mơ, giấc mơ là một sự kiện không thể tranh cãi được.

Có thể hiểu được rằng giấc mơ không phải giống như những quy luật nghiêm ngặt. Giấc mơ lúc đầu có thể không rõ ràng và thậm chí ngay cả khi nó rõ ràng thì vẫn có cảm giác rằng ý nghĩa của nó khó hiểu. Chắc chắn đối với người có đầu óc khoa học thì một giấc mơ hoàn toàn đáng thất vọng; dường như là không thể giải mã được sự khó hiểu này bằng các khái niệm khoa học. Nhưng giấc mơ vẫn cứ diễn ra. Nó là một sản phẩm của vô thức và như vậy chắc chắn nó là mối quan tâm cho bất kì ai chấp nhận thực tế là vô thức đóng vai trò hoặc có thể đóng vai trò một phần trong bệnh tâm thần.

Khi chúng ta tiến hành nghiên cứu một giấc mơ điều quan trọng là phải gạt bỏ những thành kiến và những ý nghĩ định trước và tiếp cận giấc mơ như là chúng ta tiếp cận một đối tượng không biết mà chúng ta muốn tìm hiểu. Nếu như chúng ta thực sự muốn xem xét giấc mơ chúng ta phải có những lí thuyết vì chỉ có một nền tảng như vậy thì chúng ta mới có thể phát hiện được ý nghĩa đằng sau sự lộn xộn của các từ và những cảnh. Đồng thời, điều quan trọng là phải giữ một đầu óc khoáng đạt để có thể làm cho giấc mơ phù hợp với giả thuyết của mình. Không thể chứng minh được là mọi giấc mơ đều có một ý nghĩa, một số giấc mơ vẫn giữ sự bí ẩn của chúng mặc dù đã được cả bác sĩ và bệnh nhân xem xét hết sức cẩn thận. Ngược lại, nhiều giấc mơ có thể hiểu được và chứng tỏ giá trị của chúng đối với bệnh nhân bởi vì nó cung cấp cho anh ta những thông tin mà trước đó bị che giấu. Từ kết quả của những kinh nghiệm như vậy, Jung viết rằng: “Không có

sự nghi ngờ hoặc chỉ trích dù lớn đến đâu lại khiến tôi xem xét những giấc mơ như những sự kiện không có giá trị. Thường là chúng xuất hiện vô nghĩa nhưng rõ ràng là chúng ta đã mất đi cảm giác và sự tinh tế để đọc thông điệp khó hiểu từ khu vực tăm tối của tâm thần... Không có ai nghi ngờ tầm quan trọng của những kinh nghiệm ý thức; vậy tại sao chúng ta lại nghi ngờ ý nghĩa của những sự kiện vô thức?"⁽⁵⁶⁾.

Giúp người nằm mơ hiểu được giấc mơ là nhiệm vụ của bác sĩ tâm lý điều trị bệnh nhân mắc chứng nhiễu tâm, một căn bệnh thường xảy ra hoàn toàn khó hiểu. Không cảm nhận hay không biết được các lý do - thường là như vậy - cá nhân cảm thấy cuộc sống của mình như bị đứt gãy bởi những lo âu, sợ hãi, sự ám ảnh dẫn đến những ý định sai lạc. Ở đây giấc mơ có một tầm quan trọng thực sự. Nếu ý nghĩa của nó được hiểu thì có thể giúp hỗ trợ sự bất lực của nỗ lực ý thức bằng sức mạnh ý chí để đương đầu với những triệu chứng.

Nhưng một giấc mơ không phải là một cái gì không gắn kết với thực tế, nó là thuộc tính của một người nằm mơ nhất định và điều quan trọng là người nằm mơ cần được biết với tư cách cá nhân bởi bác sĩ, người mà công việc của họ là cộng tác với bệnh nhân để người bệnh nhận thức được rõ hơn bản thân mình và ý nghĩa của các triệu chứng. Do đó, những dữ liệu lịch sử cẩn thận về đời sống của người nằm mơ và tình trạng gia đình và cá nhân họ là bước đầu tiên. Vì giấc mơ mô tả trạng thái bên trong nên nó phải được xem xét cùng với con người sống. Đối với bác sĩ, việc nắm bắt ý nghĩa, hoặc những gì mà anh ta coi là ý nghĩa của một giấc mơ,

không phải là sự giúp đỡ cho bệnh nhân. Anh ta phải luôn luôn cùng bệnh nhân. Bởi chỉ có nỗ lực kết hợp giữa họ thì bệnh nhân mới dám chấp nhận đương đầu với vô thức, mà trên tất cả, là một phần của bản thân anh ta.

“...Giấc mơ xuất hiện như là biểu hiện của một quá trình tâm thần vô thức tự động, nằm ngoài khả năng kiểm soát của ý thức. Nó cho thấy sự thực bên trong và thực tế về bệnh nhân một cách thực sự, không giống như điều tôi dự đoán, cũng không giống như điều người bệnh nghĩ, mà *như nó là*”⁽⁵⁶⁾.

Trong đời sống hàng ngày, chúng ta không nên nhận xét về một người chỉ từ một vài sự kiện riêng lẻ. Tương tự như vậy, sẽ là không đúng khi vội vàng kết luận chỉ từ sự phân tích một hoặc hai giấc mơ. Một giấc mơ đơn lẻ với sự sâu sắc lớn có thể là một sự kiện quan trọng; dẫu vậy, ý nghĩa của nó sẽ rõ ràng hơn nếu như nhiều giấc mơ được phân tích và khi bệnh nhân và bác sĩ có thời gian suy nghĩ lâu hơn. Một điều thường xảy ra là giấc mơ sau có nhiều biểu hiện của giấc mơ trước. Những giấc mơ nên được ghi chép và thỉnh thoảng đọc lại. Jung luôn khuyến khích việc đánh giá các giấc mơ bởi vì ông là người đã xem xét những giấc mơ của mình một cách hết sức cẩn thận.

PHÂN TÍCH GIẤC MƠ TRONG LIỆU PHÁP TÂM LÝ

Khởi đầu

Việc quan sát một người bắt đầu điều trị bệnh tâm thần có thể cho thấy ý nghĩa của chuyến đi đầu tiên

gặp bác sĩ của người bệnh có tầm quan trọng đặc biệt. Có lẽ đây là cuộc nói chuyện đầu tiên của anh ta với bác sĩ tâm thần, và anh ta khó biết cái gì đang chờ đợi. Hầu như chắc chắn là anh ta đã nghe nói tới việc phân tích và anh ta có những cảm xúc lẫn lộn về nó. Trong hoàn cảnh mới và không rõ ràng này, vô thức cũng như ý thức, có vẻ đã hoạt động. Khi nhà phân tích hỏi - và nếu như chưa hỏi thì ông ta nên hỏi - về những giấc mơ, đặc biệt là những giấc mơ gần đây, thì ông ta thường phát hiện ra người bệnh của mình có một giấc mơ đêm hôm trước. Điều này xảy ra bình thường và một giấc mơ như vậy được biết như là một *giấc mơ khởi đầu*. Những giấc mơ tách biệt có những ý nghĩa nhất định, tuy thế những giấc mơ ban đầu này cần được chú ý bởi vì nó thường xuyên tập trung vào những vấn đề có tầm quan trọng đặc biệt.

Một người phụ nữ ba mươi năm tuổi, khi được hỏi về những giấc mơ trong lần gặp gỡ đầu tiên, đã nói là bà vừa có một giấc mơ đêm qua. Trong giấc mơ, bà thấy mình ở trong một khu rừng nhiệt đới và thấy mình ở một khu đất bao quanh là một hàng rào. Hàng rào ở trong rừng nhưng bà không thể nói gì về mục đích của nó. Bà chỉ có ấn tượng là bà ở đó một mình. Rõ ràng là hàng rào có nhiệm vụ bảo vệ bà ta và điều này có vẻ rất cần thiết bởi vì bên ngoài có rất nhiều con vật hoang dã; bà đặc biệt nhớ là có một con sư tử và một hoặc hai con hổ và cũng có một con hà mã gần đó. Khi bà nhìn qua hàng rào bà thấy những con thú này đang nhìn bà và bà tỉnh dậy.

Những vấn đề của bà gắn với đời sống tình cảm của bà, và bà rất xấu hổ khi gặp đàn ông. Khi giấc mơ được

thảo luận, với bà mọi thứ trở nên rõ ràng, tức là những bản năng, đặc biệt là bản năng tình dục của bà và những phần khác của nhân cách bà - được biểu hiện trong giấc mơ bởi một nhóm lẫn lộn những con thú - không bị kiểm soát hay dù thế nào cũng không chịu sự kiểm soát của ý thức, và vì vậy chúng bị coi là nguy hiểm và phải bị loại bỏ.

Sau đó bà có một giấc mơ khác chứa đựng những âm vang của giấc mơ trước: lần này quang cảnh là một nông trại ở Anh. Bên ngoài là những con thú nuôi trong nhà - bò, cừu và ngựa. Bà nhớ là cổng của nông trại mở và bà đi ra giữa những con thú và bà thấy chúng không để ý gì đến bà. Đường như tình cờ bà nhìn thấy một con bò trên cánh đồng, nhưng nó không chú ý đến bà. Khi việc điều trị tiếp tục bà nhận ra rằng thái độ của bà hướng đến đời sống bản năng dựa trên hàng loạt những sự hiểu sai và những vấn đề của bà được cô đọng trong giấc mơ ban đầu, trong đó, bà bảo vệ mình khỏi sự hoang dại, nhưng là những mặt tự nhiên của nhân cách bà.

“Thường xảy ra là”, Jung viết “ở ngay lúc bắt đầu việc điều trị, một giấc mơ bộc lộ cho bác sĩ, trên tổng thể, toàn bộ nội dung được sắp đặt của cái vô thức”⁽⁵⁷⁾.

Không có quy luật thông thường nào có thể được nhận diện: những giấc mơ khởi đầu có thể chỉ ra trạng thái hiện tại trong cuộc sống, chẳng hạn như công việc, hôn nhân hay các sự kiện hàng ngày khác. Lại một lần nữa, nội dung của giấc mơ có vẻ như hướng về phía trước hoặc là đưa ra một bức tranh về những sự kiện xa lạ không có ý nghĩa cho cả người nằm mơ và bác sĩ.

Thỉnh thoảng giấc mơ khởi đầu này có những đặc trưng tập thể (phi cá nhân) cũng như nội dung cá nhân. Là một mảnh của hoạt động tâm thần mà chúng ta không kiểm soát, giấc mơ có thể phù hợp với những chờ đợi ý thức của chúng ta.

Lặp lại

Những giấc mơ lặp lại thường thấy ở thanh niên, nhưng chúng cũng xảy ra ở bất cứ tuổi nào và có thể kéo dài nhiều năm. Nói chung giấc mơ lặp lại chỉ ra một vấn đề trần trụi, đặc biệt khi sắc thái cảm xúc là rõ rệt và người nằm mơ tỉnh dậy khi trạng thái này gần đạt đến đỉnh điểm. Những giấc mơ này luôn luôn gắn với vấn đề: hoặc khả năng không được nhận biết hoặc vô thức. Chẳng hạn, một giấc mơ lặp lại việc nhỡ tàu, thi trượt, bay, phát hiện ra một phòng trong một ngôi nhà của ai đó đã được nhìn thấy trước đó, và những trạng thái điển hình khác, chỉ ra hoạt động trong vô thức dường như đang la lối đòi được khám phá.

Một người đàn ông ngoài bốn mươi tuổi có một giấc mơ thường xuyên lặp đi lặp lại kể từ khi bắt đầu công việc kinh doanh của mình ở một ngân hàng khi ông hai mươi tuổi. Trong giấc mơ, khi đang khóa cửa trước khi đi ngủ thì ông thấy một người bên ngoài cửa sổ đang cố gắng đột nhập. Ông tìm cách khóa chặt cửa sổ ngay, nhưng kẻ xâm nhập đó lại đến một cửa sổ khác và ông lại lao đến để khóa chúng ngay lúc đó. Cuộc rượt đuổi này tiếp tục cho đến khi cả hai cùng đến cửa ra vào, kẻ xâm nhập liền lột quần áo ông và đốt chúng. Lúc đó, người đàn ông tỉnh linh

tỉnh dậy. Ông hơi thấy vui về giấc mơ và nó thường được kể lại như một câu chuyện vui đùa trong gia đình. Nó có một ý nghĩa nào đó mà ông chưa từng được biết. Ngay cả khi không biết gì về người nằm mơ thì vẫn có thể có một số ý nghĩ về ý nghĩa của giấc mơ, dù điều này không phải là một việc làm thông minh. Qua điều tra mới hiểu ra rằng ông ta là một người quá cẩn thận; ông thích công việc ngân hàng vì nó rất chính xác. Ông hết sức thoải mái trong công việc cân đối thu chi hàng ngày, dường như đây là một thành quả của cá nhân và thực tế ông là một người rất có năng lực làm việc. Mọi thứ trong cuộc đời ông có vẻ ổn định, tuy thế, ngạc nhiên cho chính ông, là chính cuộc sống cá nhân của ông lại không hạnh phúc. Tâm trạng của ông trở nên tồi và lo sợ cô đơn, đặc biệt là trong căn nhà của mình. Ông nghĩ về căn nhà của mình nhiều như nghĩ về bản thân mình: tất cả mọi thứ cần được sắp xếp cẩn thận, mọi thứ phải hoạt động và vườn cần được chăm sóc cẩn thận. Khi giấc mơ được xem xét cùng với những sự kiện này, ta thấy rằng ngôi nhà với tất cả căn phòng như bếp, phòng khách và các phòng khác biểu thị cho nhân cách của ông ta. Trong giấc mơ, khi ông chạy đi đóng các cửa phòng lại, ông ngạc nhiên thấy căn nhà rộng hơn ông nghĩ nhiều - rộng hơn trong thực tế đời sống, vì ông sống trong một căn nhà khiêm tốn ở ngoại ô.

Ở đây, trong giấc mơ, chúng ta có bức tranh chỉ ra nhân cách của ông mà ông đơn giản không biết - bởi vì chúng là vô thức. Vì giấc mơ biểu thị nhân cách của người nằm mơ, nên nhất thiết phải khám phá ra phần

nào nhân cách của ông được biểu hiện bởi hình người xấu xa bên ngoài cửa sổ: Ông ta có thực sự hoàn hảo như là chính ông nghĩ không? Người vợ của ông nhận ra mặt khác của ông và phát hiện ra ông đang hết sức cố gắng. Vậy, giấc mơ lặp lại trong nhiều năm là một nỗ lực của tự nhiên chỉ ra mặt khác của nhân cách của ông; nhưng ông đã bỏ qua nó như là “chỉ là một giấc mơ”.

Dự báo

Đây là nói về nhóm những giấc mơ dường như là dự báo tương lai. “Khi mà những ý nghĩ có ý thức của chúng ta bị xâm chiếm bởi tương lai và những khả năng của nó, thì vô thức và những giấc mơ của chúng ta cũng vậy. Từ lâu người ta đã tin rằng chức năng chính của giấc mơ là sự dự đoán tương lai. Ngày xưa, và muộn nhất là thời Trung cổ, những giấc mơ đóng một vai trò trong chẩn đoán y học”⁽⁵⁸⁾.

Jung đưa ra một ví dụ từ chính kinh nghiệm của mình: “Vài tháng trước cái chết của mẹ tôi, tháng 12 năm 1922, tôi đã có một giấc mơ báo trước nó”⁽⁵⁹⁾. Vào tháng 11 năm 1955, vợ Jung ốm nặng và khó lòng qua khỏi. Jung mơ thấy mình nói chuyện với những người bạn đã chết của gia đình. Không có chi tiết gì được nói đến, nhưng giấc mơ, Jung nói, đã khẳng định sự lo sợ của ông. Vợ ông mất vài ngày sau đó.

Như chúng ta đã biết, một giấc mơ đã báo trước khái niệm vô thức tập thể của Jung. Từ một kinh nghiệm như vậy, có thể có một khẳng định là giấc mơ có tính chất tiên tri - quả thật điều này xảy ra khi người nằm mơ thiếu đi khả năng nhận xét. Jung

không tuyên bố như vậy. Dù sao, ông thường cảm thấy rằng, những giấc mơ dự báo có lẽ chỉ ra những khả năng trong tương lai. Ông không có những tuyên bố cứng nhắc về vấn đề này bởi vì dĩ nhiên là ông biết những bằng chứng như vậy, ủng hộ hoặc chống lại, không có ý nghĩa gì. Tuy nhiên, ông cũng dành một sự chú ý lớn tới những giấc mơ kiểu này. Ông tin rằng những giấc mơ có tính dự báo: "... tính dự báo của nó không nhiều hơn những chẩn đoán y học hay dự báo thời tiết. Nó chỉ là một sự kết hợp có tính chất dự báo những khả năng, có thể trùng hợp với hành vi thực của các sự kiện, nhưng không nhất thiết phù hợp tới từng chi tiết"⁽⁶⁰⁾.

Dù đó là giấc mơ khởi đầu, lặp lại, hay dự báo, Jung cho rằng, vì nó xảy ra trong hiện tại, nên nó quan trọng cho hiện tại. Do đó, chúng ta có một bức tranh đầy đủ về trạng thái hiện tại của người nằm mơ. Về vô thức chúng ta không phải luôn luôn biết được điều gì ngoài một thực tế: nó là một bộ phận của tâm thần tổng thể, được cấu thành từ vô thức và ý thức. Kinh nghiệm rút ra từ việc phân tích giấc mơ - nguồn thông tin chính của chúng ta về vô thức - gợi ý rằng giấc mơ có lẽ cung cấp thông tin để bổ sung cho thái độ ý thức. Kết quả của cách nhìn nhận mới này là người nằm mơ có thể xem xét lại những động cơ và hành động hiện tại của mình. Jung thường lấy được nhiều thông tin ngụ ý trong một giấc mơ khi ông biết rõ về bệnh nhân, và tập trung sự chú ý của mình vào những khả năng nhất định. Thường những ngụ ý như vậy rất gần với mấu chốt vấn đề.

TỰ ĐIỀU CHỈNH TRONG GIẤC MƠ

Cách tiếp cận gần gũi nhất của Jung đối với lý thuyết về những giấc mơ là tâm thần là một hệ thống tự điều chỉnh, nghĩa là, một cơ chế bù trừ hoạt động giữa ý thức và vô thức. Đây là một nguyên lý trong việc diễn giải giấc mơ, một nguyên lý đứng vững trong thời gian và được chấp nhận rộng rãi bởi các bác sĩ tâm lý. Trong khi nghiên cứu giấc mơ của bệnh nhân, bác sĩ phải luôn luôn biết thái độ ý thức nào có thể được bù trừ bằng giấc mơ. Jung, dĩ nhiên, đã khẳng định rõ rằng sự bù trừ này không thể quan sát được như một quá trình tự động ở mỗi giấc mơ đơn lẻ. Cần nghiên cứu một loạt các giấc mơ và bằng việc xem xét chúng thì quá trình bù trừ mới có thể được nhận biết. Như đã nói ở trên, những chi tiết của cuộc sống hàng ngày của người nằm mơ phải luôn được ghi nhớ, vì sự bù trừ là một quá trình tự động diễn ra trong quá trình diễn biến tự nhiên của các sự kiện, và giấc mơ phải được xem xét trong mối liên hệ với thái độ ý thức.

Sự bù trừ, giống như bất cứ sự thích nghi nào khác trong tâm thần hoặc cơ thể, có thể bị đảo lộn và khi điều này xảy ra, sự bất hạnh, dưới hình thức những lo âu và đau khổ tinh thần khác xuất hiện. Jung hoàn toàn tin tưởng Adler khi đưa khái niệm bù trừ vào tâm lý của người nhiều tâm. Adler cho rằng một cá nhân với một mặc cảm thấp kém sẽ bù trừ bằng việc phát triển một mục tiêu viễn tưởng về sự vượt trội giống như sự bù trừ thể xác khi có sự méo mó hoặc khiếm khuyết về cơ thể. Jung đi xa hơn nhiều và chỉ ra rằng, một sự điều chỉnh chức năng tổng quát đang

tiếp tục hoặc có xu hướng tiếp tục, bất kể lúc nào. Ông bị ảnh hưởng mạnh bởi học thuyết của nhà triết học Hi Lạp Heraclitus, người nổi danh khoảng năm trăm năm trước công nguyên. Heraclitus đưa ra một giả thuyết rất có ấn tượng. Đó là học thuyết về dòng chảy vô tận, những chuyển động và biến đổi không ngừng nghỉ. Tất cả đến rồi đi, sống chết, chết sống. Khi một mặt kéo dài thì điều không thể tránh khỏi là mặt kia, mặt đối lập của nó, sẽ tìm cách xuất hiện trong một nỗ lực khôi phục sự cân bằng giữa hai mặt. Quá trình đi đi lại lại này, điều khiển những gì có vẻ là những sự kiện ngẫu nhiên, được Heraclitus gọi là quy luật *enantiodromia*, một xu hướng hướng tới mặt đối lập (*enantios*: sự đối lập, và *dramos*: chuyển động nhanh). Không có cái gì là cố định, vĩnh cửu, không thay đổi. Ở mọi nơi trong cuộc sống chúng ta đều thấy “bánh xe vĩnh cửu của sự biến đổi”. Cuộc sống là một cuộc đấu tranh giữa các mặt đối lập: sống và chết; khỏe mạnh và ốm yếu; yêu và ghét; cho và nhận; ngắn và dài; mùa hè và mùa đông; đêm và ngày. Trong học thuyết cổ về Nemesis, có sự nhân cách hóa một công lí thành thần rằng không thể để bất kì cái sai nào mà không bị trừng phạt, chúng ta cũng tìm thấy ở đây một quy luật tương tự. Nhiều dân tộc có các thành ngữ nói đến điều này: càng vội, càng chậm v.v...

Cần phải nhớ rằng thuật ngữ *những mặt đối lập* không có nghĩa là sự chống đối tức là có một sự đấu tranh giữa hai phần của tâm thần mà trong đó một mặt phải chiến thắng. Cả hai mặt đều cần thiết trong hoạt động của tâm thần cũng như ở mọi nơi trong cuộc sống.

Do đó, chúng ta đọc được trên báo *Time* ngày 27/11/1965 “Sức sống chính trị cuối cùng phụ thuộc vào sự chống đối dữ dội”. Cái tích cực và tiêu cực khi đi cùng nhau sẽ có giá trị, còn nếu tách riêng thì chúng trở nên vô giá trị. Trong mọi phần của tâm lý học của Jung, khái niệm năng lượng tâm thần xuất hiện như là một hoạt động của các mặt đối lập bù trừ lẫn nhau.

Một ví dụ văn vẻ khác, được Jung miêu tả như là một kiểu bù trừ kinh điển, được tìm thấy trong tác phẩm *Cha của Christina Albertha* của H.G.Wells: “Ông Preemby, một con người bình thường, phát hiện ra rằng mình là hóa thân của Sargon, vua của các ông vua”⁽⁶¹⁾. Jung lưu ý rằng ví dụ về sự bù trừ này “được cất lên từ cuộc sống”. Nhận xét khó hiểu này ngụ ý nói đến một sự kiện là chuyến thăm Luân Đôn của Jung, ở đó, Jung ăn tối với H.G.Wells tại nhà ông ta ở gần Regent's Park. Sau bữa ăn, cuộc nói chuyện chuyển sang chủ đề sự kì lạ của các bệnh tâm thần. Wells hỏi Jung điều gì đã thực sự xảy ra trong tâm thần một người bị tâm thần phân liệt và trở nên hoang tưởng. Jung mô tả quá trình diễn biến của bệnh tâm thần phân liệt với những đặc điểm hoang tưởng và giải thích rằng chúng chủ yếu xuất hiện thông qua sự phóng chiếu (trong sự phóng chiếu, những ý nghĩ xuất phát từ mình được gán cho những người khác, hoặc những sự kiện không liên hệ gì với bản thân). Wells hết sức quan tâm và Jung ngạc nhiên khi nhận thấy rằng trong sự tập trung cao độ của mình, Wells dường như “thu nhỏ lại trong chiếc ghế của mình khi lắng nghe từng từ của tôi theo một cách không thể tin được”. Trước đó, Wells rất to lớn và họ

cùng có bữa ăn tối rất tuyệt vời. Sau khi Jung ngừng nói - và Jung nói là ông đã nói khoảng nửa buổi tối - Wells lại trở lại to lớn như bình thường. Cuộc nói chuyện này, với nhiều chi tiết kĩ lưỡng hơn, đã trở thành chủ đề cho cuốn sách *Cha của Christina Alberta*.

Trong việc điều trị các bệnh thần kinh bằng phân tích giấc mơ, khái niệm bù trừ là hữu hiệu nhất. Nó có thể được giải thích cho bệnh nhân bằng những thuật ngữ và ví dụ đơn giản rất phong phú trong cuộc sống thường ngày. Đồng thời, rất khó khăn khi biết đích xác những gì diễn ra trong quá trình bù trừ này hay là cái gì thực sự cần thiết mà chúng ta nên làm. Jung, “dựa vào kinh nghiệm”, như ông từng nói, khi hình thành quan điểm của mình về sự bù trừ, giống như mọi người công nhân nghiêm túc khác, cho đến khi sự hoạt động của một đơn vị thống nhất thể xác - tinh thần được hiểu rõ.

BÙ TRỪ: TINH THẦN VÀ THỂ XÁC

Bù trừ trong tâm thần có thể được so sánh với cái điều tốc - đó là một thiết bị cơ học nhằm giữ máy móc ở một tốc độ nhất định để đạt và duy trì hiệu quả hoạt động tốt nhất của nó. Có thể nhận ra nguyên lí bù trừ ấy trong cơ thể thông qua sự hoạt động của những cơ chế cân bằng (homeostatic) kiểm soát mức độ tự điều chỉnh trong cơ thể. Những cơ chế này hoạt động giống như chiếc điều tốc nhằm duy trì sự đồng bộ và ổn định ở mức có lợi nhất. Nếu cơ chế này bị hư hỏng, sức khỏe bị đe dọa và bệnh tật xuất hiện. Thỉnh thoảng những triệu chứng của bệnh được coi như là một nỗ lực để xác

lập tình trạng cân bằng. Không may là điều này không phải bao giờ cũng thành công và đòi hỏi được hỗ trợ bởi điều trị y học. Sự điều trị như vậy (hoặc cân như vậy) dựa trên những kiến thức sinh lí học và hóa sinh của cơ thể và mục tiêu của nó là nhằm khôi phục sự bù trừ hay sự cân bằng. Trong tâm thần cũng giống như cơ thể, sự tự điều chỉnh bằng bù trừ, hoạt động hoàn toàn tự động cho đến khi nó bị đảo lộn bởi sự đáp trả của chúng ta với những tình trạng không bình thường, hay bởi sự thay đổi trong cơ thể. Nhiều nỗ lực được thực hiện và sẽ tiếp tục được thực hiện để sửa chữa sự bất ổn tâm thần này và cải thiện tình trạng tâm thần bằng việc sử dụng thuốc. Tính hiệu quả của chúng có thể được thấy rõ trong việc chữa trị bệnh trầm cảm chẳng hạn; nhưng những ứng dụng của chúng chưa được biết chính xác và không chắc là chúng hoạt động như thế nào, hay tại một thời điểm nào trong hoạt động của cơ thể, chúng được thiết kế để hoạt động.

Những kiến thức, thậm chí là những kiến thức mang tính thăm dò, về tâm thần hoạt động như thế nào là cơ sở quan trọng trong liệu pháp tâm lí. Những kiến thức như vậy tương tự như kiến thức đòi hỏi trong việc trị các bệnh của cơ thể; nhưng có một khác biệt quan trọng. Sự cộng tác đầy đủ của bệnh nhân là hữu ích khi triển khai những phương pháp vật lí nhưng nó không phải là sự thiết yếu, còn trong mọi hình thức của liệu pháp tâm lí, nó mang tính sống còn.

Để tránh sự khó hiểu thường cần thiết phải phân tách rõ những sự đối lập nào đó một cách tạm thời - chẳng hạn, thái độ ý thức và vô thức được bộc lộ, có thể

trong một giấc mơ - để làm cho bệnh nhân có thể hiểu được vấn đề. Nhưng những sự đối lập như vậy cần được thảo luận với bệnh nhân sau đó, nếu không sự phân tách có thể đi quá xa và mặt đối lập bổ sung có thể bị bỏ qua. Điều này có thể dẫn tới thái độ một mặt không may mắn. Những giấc mơ, như là nguồn thông tin chính từ vô thức, cần phải được sử dụng nếu như chúng ta muốn biết một cái gì về đời sống vô thức bên trong của người nằm mơ. Một nhà phân tích phải biết được cuộc đời và những hoàn cảnh của người nằm mơ và những ấn tượng của anh ta về bản thân. Do đó, những câu hỏi cần được đặt ra là: Anh sẽ là người như thế nào khi anh khỏe? Sự suy sụp làm biến đổi anh như thế nào?... Những câu trả lời sẽ đưa ra những thông tin trực tiếp về cái tôi ý thức. Điều đó, tuy vậy, vẫn không đủ. Nếu như sự bù trừ xảy ra bởi sự tương tác lẫn nhau giữa ý thức và vô thức thì điều quan trọng là thu thập càng nhiều thông tin từ các giấc mơ càng tốt. Không nghi ngờ gì nữa, việc điều trị dựa trên mức độ ý thức bởi những lời khuyên tốt và những khuyến khích là có ích tới một giới hạn. Hầu hết các bệnh nhân đều có quá đủ “sự điều trị” theo kiểu này trước khi tiến hành điều trị lâu dài hơn bằng sự phân tích luôn luôn được dựa, trong những nỗ lực chữa bệnh, vào sự hợp tác của cái vô thức. Đây là kinh nghiệm của Jung và chính là dựa trên nền tảng này mà ông tiến hành phân tích các giấc mơ và phát hiện ra rằng sự hiểu biết ý thức và chấp nhận các giấc mơ sẽ tạo ra một sự bù trừ cần thiết và làm dễ dàng quá trình tự điều chỉnh của tâm thần. Đối với những người ít hiểu biết về liệu pháp tâm lý và phân

tích tâm lí thì điều này nghe có vẻ dễ dàng và có lẽ là khá thú vị. Trên thực tế, nó lại khác. Nó đòi hỏi sự hợp tác khó khăn giữa bác sĩ và bệnh nhân. Nó có thể thú vị nhưng không vui chút nào và nó đòi hỏi sự chân thật và sự thông minh.

BÙ TRỪ TRONG PHÂN TÍCH

Trong việc xem xét chủ thể của những giấc mơ, có thể là hợp lí khi nhận thấy rằng những người bình thường thực sự không có thời gian để suy đoán về những giấc mơ. Sự lưu ý như vậy không phải hoàn toàn là ý thức chung mà chúng dường như có vẻ là như vậy. Những nghiên cứu của Jung về cấu trúc của tâm thần bắt nguồn từ sự cần thiết phải giúp các bệnh nhân, những người “không vì một lí do nào cả” bị suy sụp thần kinh. Những bệnh nhân với bệnh tật như vậy, với sự đau khổ của mình, nhận thức được những đặc điểm phi lí của sự suy sụp thần kinh đó. Những giấc mơ có thể xuất hiện không có ý nghĩa gì; nhưng kinh nghiệm đã chỉ ra rằng việc phân tích giấc mơ là không thể tránh khỏi trong việc điều trị các chứng nhiễu tâm.

Loại hình tâm lí của Jung đưa ra mô tả tổng quát các kiểu thái độ hướng ngoại và hướng nội, và liệt kê những chức năng suy nghĩ, cảm xúc, cảm giác và trực giác. Khi nó được gắn với học thuyết của ông về vô thức, nó cung cấp một phương pháp điều trị mà những người sử dụng nó biết là có giá trị. Ở đây, khái niệm bù trừ nên được ghi nhớ. Vì nhiễu tâm là kết quả của sự quá nhấn mạnh hay ít nhấn mạnh những đặc điểm nào đó trong

nhân cách, chúng ta có trong loại hình tâm lý của Jung một phương pháp đánh giá khá chính xác về những thuộc tính vô thức. Chúng ta suy ra rằng cái gì vắng mặt, hay kém phát triển trong ý thức sẽ được tìm thấy trong vô thức. Trong tình trạng như vậy, sự nhận thức về những mặt đối lập, ý thức và vô thức, hướng nội và hướng ngoại sẽ giúp chúng ta xem xét giấc mơ theo một cách thức thông minh. Nó cũng giúp đỡ, nhắc nhở chúng ta rằng tâm thần hoạt động như một tổng thể, và trong khi thời gian được dành cho việc phân tích các giấc mơ, nhà phân tích và bệnh nhân của mình cần nhớ rằng tất cả mọi thứ trong tâm thần đều luôn luôn hiện diện, dù là phần lớn hơn nhất thiết không được biết tới tại bất kì thời điểm cụ thể nào. Chúng ta chỉ ý thức được những gì ở trung tâm điểm của ý thức. Thực tế là dù phạm vi của ý thức có vẻ bị giới hạn, quá trình tri giác, tức là quá trình thu nhận kiến thức bằng các giác quan, không nhiều hơn một sự ghi lại những cảm giác. Nó là một quá trình tích cực, chịu sự điều khiển của trí nhớ về những tri giác tương tự, và do vậy, rõ ràng tự động (tức là bằng cách vô thức), diễn ra sự diễn giải của tri giác giác quan.

Không thể đạt được điều gì nếu chỉ khẳng định rằng một người là hướng ngoại hay hướng nội. Chính sự quá nhấn mạnh mặt này hoặc mặt kia dẫn đến những rắc rối mà phải thông qua sự nghiên cứu những giấc mơ thì tính chất một mặt nào đó mới trở nên rõ ràng, và do đó, dưới định hướng ý thức của chúng ta, mới có khả năng điều chỉnh và thích ứng. Nhờ xác định được trạng thái tinh thần bên trong của mình đã được hữu thức hóa thông qua quá trình điều trị tâm lý, người

bệnh có thể bổ sung những nỗ lực của mình vào những nỗ lực tự nhiên đang thông qua những triệu chứng nhiều tâm cố gắng khôi phục lại sự cân bằng.

Sự tự điều chỉnh và sự bù trừ luôn luôn phải được suy nghĩ trong mối liên hệ với cuộc sống thường ngày của mỗi người. Và nó cũng quan trọng để tránh những định kiến về những cách mà sự điều chỉnh phải diễn ra cùng chúng. Có một xu hướng cho rằng sự bù trừ hoạt động ở mức hiệu quả cao nhất hướng tới sự hoàn thiện cuộc sống. Nhưng cuộc sống không diễn ra một cách bất định và thỉnh thoảng sự bù trừ dường như chỉ ra sự chuẩn bị cho cái chết. Những giấc mơ đôi lúc tỏ ra khó hiểu. Một minh họa là giấc mơ của một người phụ nữ đứng tuổi, trong đó một con hổ đang tấn công một con ngựa đen. Con ngựa nằm ngửa lên và con hổ xé những khúc ruột của nó. Khi được hỏi về giấc mơ, bà nói là lúc đó bà rất kinh sợ mặc dù bà không thể có bất kì cảm nhận gì về nó. Vì bà đang ở trong bệnh viện chờ phẫu thuật do bị một căn bệnh dạ dày nguy hiểm, không thể đánh giá giấc mơ là cách biểu thị điều kiện thuận lợi hay tạo ra sự bù trừ dẫn đến việc điều chỉnh của bà ta. Ở đây lại phải nhớ lại rằng sẽ là sai lầm khi coi một giấc mơ đơn lẻ biểu thị cho toàn bộ trạng thái tinh thần của một người.

NHỮNG GIÁC MƠ LỚN

Tầm quan trọng của những giấc mơ luôn thay đổi đối với người nằm mơ, vì trong lúc thức không phải mọi suy nghĩ đều là quan trọng. Nhưng về đơn giản

của những giấc mơ nào đó lại có thể là không thật. Giải thích một giấc mơ bằng một sự kiện xảy ra ngày hôm trước có lẽ là hấp dẫn; nhưng chúng ta có thể mắc sai lầm. Dù những chi tiết trong giấc mơ khá giống sự kiện ngày hôm qua, song có thể có nhiều khác biệt đáng kể. Những sự kiện của ngày hôm qua có thể được dùng để biểu trưng cho giấc mơ, nhưng không vì thế mà giấc mơ chỉ là một sự hồi tưởng lộn xộn những sự kiện mới xảy ra.

Thỉnh thoảng, nhưng không phải luôn luôn, những ý kiến của người nằm mơ có thể quyết định giấc mơ có quan trọng hay không. Trong một số trường hợp, tác động của giấc mơ là rõ ràng đến mức không thể bỏ qua được. Trong số những giấc mơ như vậy có những giấc mơ được kể lại cho những người khác hàng ngày dường như giá trị của chúng vượt trên tầm quan trọng cá nhân. Khi Jung sống cùng với người Elgoni, một dân tộc sống ở những vùng rừng nhiệt đới Elgon ở Đông Phi, ông phát hiện thấy họ chú ý kỹ càng đến các giấc mơ. Nếu giấc mơ biểu hiện những phẩm chất cá nhân, chúng sẽ bị bỏ qua; còn nếu là một giấc mơ mà họ gọi là “lớn”, thì mọi thành viên khác trong bộ lạc tập hợp lại để nghe nó, vì nó có một ý nghĩa chung (tức là tập thể) hơn là một ý nghĩa cá nhân. Jung có ấn tượng mạnh khi nhận thấy sự xác nhận đột ngột và xuất sắc lý thuyết của ông về vô thức cá nhân và vô thức tập thể ở trong đó. Ông nhận xét về giấc mơ “lớn” hoặc “đầy ý nghĩa”: nó không xuất phát từ cá nhân, mà từ một mức độ sâu hơn, từ vô thức tập thể. “Chúng bộc lộ tầm quan trọng của chúng - hoàn toàn tách khỏi ấn tượng chủ quan mà chúng tạo nên - bởi

hình thức mềm mại của chúng, thường có chất thơ và vẻ đẹp. Những giấc mơ như vậy hầu hết xảy ra trong những giai đoạn quan trọng của cuộc sống, những năm đầu thời thanh niên, tuổi dậy thì, bắt đầu bước vào tuổi trung niên (ba mươi sáu đến bốn mươi tuổi) và đôi khi liên quan đến quan niệm về cái chết⁽⁶²⁾.

SỰ PHÒNG ĐẠI

Những thực nghiệm test liên tưởng từ của Jung chỉ ra tầm quan trọng của tổ hợp như là một công cụ chỉ báo hoạt động tâm thần vô thức. Một công cụ chỉ báo, tuy thế, không phải là giấc mơ mà giấc mơ là mục tiêu. Vì tổ hợp là nội dung cảm xúc bị che giấu của giấc mơ, nó quyết định cấu trúc của giấc mơ và do vậy không thể bị chia tách khỏi nó; nhưng các tổ hợp thường được nhận cách hóa trong giấc mơ của chúng ta, và rất tự nhiên, chúng không được nhận biết. Chúng xuất hiện dưới dạng những hình người không biết với những đặc điểm dễ mô tả, được gọi là những mảnh vụn hay những mảnh vỡ của tâm thần, hoạt động hoàn toàn dựa trên bản thân chúng. Ngoài những đặc điểm cá nhân này, chúng ta phát hiện thấy, dù không phải ở trong mọi giấc mơ, chất liệu cổ mẫu có liên hệ tới mục tiêu bù trừ của giấc mơ.

Chúng ta hỏi những ấn tượng của người nằm mơ về giấc mơ: những gì quan trọng đối với anh ta, bầu không khí của giấc mơ như thế nào - liệu chúng có dễ chịu, sợ hãi, thú vị hay không mang đặc điểm gì hết. Bằng cách này thông qua những liên tưởng của anh ta về những chi tiết của giấc mơ, chúng ta nhận ra được giấc mơ ở trong bối cảnh nào.

Phương pháp đơn giản nhất để khám phá mỗi phần của giấc mơ được biết là *sự phóng đại* (amplification). Bằng cách sử dụng nó, người nằm mơ có thể nhìn nhận giấc mơ ở trong bối cảnh những sự kiện khác trong đời mình, và đồng thời, nhà phân tích hiểu được nhiều điều hơn về người nằm mơ. Đây là cách chúng ta tiếp cận bất kì một hiện tượng chưa biết nào. Đồng thời chúng ta sẽ tự hỏi mình câu hỏi đã được đề cập ở phần trên: Thái độ ý thức nào được giấc mơ bù trừ? Vì người bác sĩ được bệnh nhân cho là biết giấc mơ có ý nghĩa gì, nên bác sĩ cần giải thích là không biết gì hết và chỉ có cách khám phá nó thông qua sự tham gia của người bệnh vào quá trình điều trị.

Cần nhớ rằng sự phóng đại diễn ra ở mức độ ý thức. Đây là điều ngược với cách chữa bệnh bằng phương pháp liên tưởng tự do được đề xuất bởi Freud, trong đó bệnh nhân nằm thư giãn trên một chiếc đi văng, nói những gì xuất hiện đầu tiên trong óc mình và do vậy để vô thức tự xuất hiện. Sự chỉ trích của Jung đối với phương pháp thụ động này là nó tất yếu dẫn tới những tổ hợp của bệnh nhân và giấc mơ không được đề cập tới. Liên tưởng tự do, như thuật ngữ này đã chỉ ra, có thể không dẫn đến đâu và giấc mơ không được sử dụng. Vì giấc mơ có quan hệ với trạng thái này tại thời điểm đó và cũng là sự đóng góp đồng thời của vô thức, nó có thể quan trọng và cần được lưu ý. Ở đây sự can thiệp tích cực để đảm bảo rằng thông điệp của vô thức không bị hiểu sai lạc. Việc phân tích giấc mơ luôn luôn mang tính hợp tác như sự can thiệp của nhà phân tích đã cho thấy. Hiển nhiên là sự hiểu biết về tổ hợp hay các tổ hợp rất có giá trị; nhưng

cũng rất quan trọng khi hiểu giấc mơ và khám phá xem nếu chúng ta có thể, vô thức nói lên điều gì về tổ hợp. Đó là lí do tại sao việc phân tích giấc mơ, sử dụng phương pháp phóng đại, giành được một vị trí trung tâm trong Tâm lí học phân tích.

Sự phóng đại bằng những liên tưởng của người nằm mơ là đủ chứng nào nội dung của giấc mơ ở mức độ cá nhân. Tuy thế, thỉnh thoảng người nằm mơ không thể liên tưởng được gì cả. Điều này xảy ra khi giấc mơ có đặc điểm tập thể, phi cá nhân. Lúc đó sự liên tưởng và sự quan sát của nhà phân tích có liên hệ với nhau. Bằng kiến thức nhân học, huyền thoại học, cổ tích và văn học dân gian của mình, nhà phân tích có thể làm rõ được giấc mơ. Những kiến thức ấy là một phần của trang bị mà nhà phân tích có được nhờ được đào tạo chuyên nghiệp cho công việc phân tích. Kinh nghiệm cho thấy rằng những kiến thức chuyên môn như vậy thường “thành công” với bệnh nhân và kết quả là chúng ta biết giấc mơ có ý nghĩa đối với người nằm mơ như thế nào.

Một đặc điểm khác cần lưu ý đối với phân tích giấc mơ là giấc mơ không nên chỉ được xem xét như là một công cụ được sử dụng trong quá trình phân tích. Đời sống của giấc mơ là một phần của kinh nghiệm sống của cá nhân và như vậy nó phải được xem xét. Với sự hợp tác của bệnh nhân quá trình diễn giải giấc mơ có thể vượt ra ngoài giới hạn của sự điều trị tích cực nhằm làm giảm các triệu chứng. Những giấc mơ có thể và nên được sử dụng bởi chính những bệnh nhân khi sự điều trị bằng phân tích kết thúc.

CHƯƠNG V

THẾ GIỚI BÊN TRONG CHÚNG TA

NHỮNG GIẤC MƠ VÀ NGHIÊN CỨU



Từ những điều tra về giấc mơ chúng ta có thể có ấn tượng rằng vô thức là một lĩnh vực thăm sát trong vô hạn với những ranh giới nằm ngoài khả năng của cá nhân. Chúng ta mới tam bằng lòng như thế chứ chưa phải là hài lòng với nhận định đó. Trên tất cả, những hiểu biết của chúng ta về ý thức - cái tôi ý thức của bản thân chúng ta - còn xa mới đầy đủ. Tuy thế, đã có sự bắt đầu trong việc áp dụng những quan điểm tâm lý học trong việc điều trị các bệnh tâm thần. Jung luôn luôn khiêm tốn trong những tuyên bố của mình, và ông chỉ ra rằng: "Tâm lý học là một trong những khoa học non trẻ nhất"⁽⁶³⁾. Đồng thời, chúng ta có những lí do khả quan để trông chờ sự phát triển. Nguồn gốc là một ngành của triết học, tâm lý học dựa chủ yếu trên phương pháp thực nghiệm, đã phát triển nhanh chóng hơn trong một trăm năm qua. Những bước tiến đáng kể theo sau rất nhiều nỗ lực nhằm hiểu

biết hoạt động tinh thần vô thức, và nhờ vậy mà các nhà tâm thần học và những người quan tâm đến sức khỏe tâm thần và bệnh tâm thần có thể làm việc theo một cách thức thông minh hơn. Jung, một bác sĩ trẻ, đã nhận thấy sự thất bại của thôi miên trong việc có được bất kì khái niệm nào về hoạt động tâm thần vô thức. Công việc bổ ích của ông trong nghiên cứu thực nghiệm đã được nói ở phần trăm. Điều đáng ngạc nhiên với bản thân ông là nghiên cứu thực nghiệm đã sớm cung cấp nhiều bằng chứng của hoạt động vô thức trong việc hình thành tổ hợp. Jung nhận ra rằng “Công lao duy nhất của Freud nằm trong phát hiện của ông về một phương pháp thăm dò vô thức, và cụ thể hơn là những giấc mơ... Tôi không muốn làm giảm giá trị những thành quả của Freud nhưng tôi cảm thấy rằng mình phải công bằng với tất cả những người... đã đặt nền móng mà nếu không có chúng thì dù là Freud và hay tôi cũng không thể hoàn thành những nhiệm vụ của mình. Do đó Pierre Janet, August Forel, Théodore Flouray, Morton Prince, Eugen Bleuler xứng đáng được tôn kính và được nhớ tới bất cứ khi nào, chúng ta nói về những buổi đầu của tâm lý học”⁽⁶¹⁾.

Những nghiên cứu tiếp theo của Jung, sau những công trình thực nghiệm về các test liên tưởng từ, chủ yếu là về chủ đề vô thức tập thể và những cách mà giả thuyết này soi sáng những vấn đề của đời sống đương thời và đáng kể hơn là về sự điều trị các bệnh nhân mắc các bệnh tâm thần. Viết về vô thức tập thể, Jung tuyên bố rằng: “... mọi đứa trẻ đều sở hữu một hệ

thống hoạt động tâm thần thích ứng sẵn có, có trước tất cả mọi sự ý thức⁽⁶⁵⁾.

Xem tâm thần như là một hiện tượng tự nhiên, và những giấc mơ là biểu hiện của hoạt động sáng tạo vô thức, Jung bắt đầu quan sát hệ thống nội dung của các giấc mơ, và đặc biệt là những đặc điểm tập thể của chúng. Đây là một công việc khá khó khăn đối với ông với vai trò một nhà thám hiểm. Nó giống như một cuộc thám hiểm vào thế giới trừu tượng của sự tưởng tượng. Trên thực tế, đó là một nỗ lực to lớn để hiểu nội dung xa lạ được tạo ra bởi những bệnh nhân của ông và bởi những người khác, những người khỏe mạnh, vì những giấc mơ là kinh nghiệm của tất cả.

Để hiểu Jung, như một con người, độc giả có thể muốn biết ông thuộc vào loại người nào. Những người đã biết ông và có những cơ hội gặp gỡ ông trong đời thường, ngược với trong phòng giảng, đều phát hiện thấy ở ông một con người rất thực tế với khiếu khôi hài sẵn có và có tài làm cho những người khách của mình nhận thức rằng anh ta được đón nhận hoàn toàn bình đẳng. Hồi trẻ, Jung thích leo núi và chèo thuyền trên hồ ở Zurich, một cái hồ lớn bao quanh bởi những ngọn đồi; việc này đòi hỏi sự nhanh nhẹn và tháo vát. Sau này khi ông đã lập gia đình, những ngày cuối tuần mọi người trong nhà thường cắm trại trên bờ ở vùng cao của hồ Zurich, không xa nơi sau này ông xây dựng một ngôi nhà nghỉ cuối tuần, gần Bollingen. Chính Jung tham gia vào việc xây dựng ngôi nhà này, được biết với cái tên Tháp. Cuộc sống rất đơn giản, dường như xưa cũ. Đó ý muốn của Jung. Ông thích sống gần đất và làm những công việc thường

về chúng. Jung không thể hiện một sự khuyến khích nào đối với người nằm mơ và họ hỏi ông những giấc mơ có ý nghĩa gì, bản thân họ không bao giờ suy nghĩ về chúng cả.

TƯỜNG TƯỢNG TÍCH CỰC

Thông qua việc phân tích các giấc mơ ta nỗ lực tìm hiểu cái tôi - trung tâm điểm của ý thức, xem nó liên hệ với những nội dung của vô thức theo cách nào. Huyền tưởng và tưởng tượng không phải lúc nào cũng được phân biệt trong các tác phẩm của Jung và nó có thể bị nhầm lẫn. Tưởng tượng thường được mô tả là quá trình tạo dựng trong đầu một bức tranh về những gì không được nắm bắt bởi các giác quan - một kinh nghiệm mà mọi người đều có. Jung thỉnh thoảng sử dụng từ "huyền tưởng" theo nghĩa này nhưng bao giờ cũng vậy, ý nghĩa thực sự luôn luôn phụ thuộc vào văn cảnh. Jung thận trọng nêu ra sự khác nhau tinh tế giữa huyền tưởng và *tưởng tượng tích cực* (active imagination):

“Một huyền tưởng gần như là một phát minh của bản thân và nó tồn tại ở bên ngoài cá nhân và những mong muốn của ý thức. Nhưng tưởng tượng tích cực, như thuật ngữ này đã chỉ ra, là những hình ảnh có cuộc sống riêng và những sự kiện mang tính biểu tượng phát triển phù hợp với lôgic tự thân của chúng - dĩ nhiên là với điều kiện ý thức của chúng ta không can thiệp vào”⁽⁶⁶⁾.

Ý thức rất hay can thiệp vào sự tưởng tượng sáng tạo. Coleridge biết rõ cái giá phải trả cho điều này vì

chính ông đã từng phải ngừng lại trong khi đang say mê viết lại một giấc mơ đầy ấn tượng. Chúng chỉ còn lại một mảnh vụn, được biết tới trong *Kubla Khan*^(*). Tất cả mọi người đều có kinh nghiệm về trạng thái mơ mộng hay mộng tưởng, một khoảnh khắc mơ màng khó nắm bắt đến một cách vô tình và bị gạt ra như là vô giá trị khi chúng ta “tỉnh lại” và ý thức của chúng ta lại tiếp tục. Có gì đã hoạt động trong tâm thần ở một thời điểm như vậy và nó phải là vô thức vì nó không giống như những suy nghĩ ý thức mà mọi người đều biết. Jung nghĩ rằng nếu chúng ta có thể tự huấn luyện mình tạo ra trạng thái tâm lí này thì có thể liên hệ được với vô thức trong trạng thái ý thức. Nhờ vậy có thể tập trung vào một bức tranh tâm thần và hình ảnh trong tâm thần chúng ta bắt đầu biến đổi và chuyển động, hay thậm chí chiếm vị trí trong dòng ý thức. Rất tự nhiên có xu hướng cho rằng chúng ta đang tự lừa dối bản thân mình và không có gì ở đó cả - chúng ta đang tạo ra nó; nó thực sự không phải là vô thức. Nhưng nó có rất nhiều sự tương tự với kinh nghiệm mơ, mà chắc chắn không phải là phát minh của chúng ta. Trong đời sống ý thức, chúng ta dựa trên vô thức ở một phạm vi rộng hơn khả năng nhận biết, vô thức cung cấp cho chúng ta chất liệu cho thậm chí một cuộc nói chuyện bình thường. Đó là lý do tại sao chúng ta thường lấy làm ngạc nhiên với chính mình bởi những điều mà chúng ta nói và thậm chí chúng ta có thể có ấn tượng với những ý tưởng đáng khâm phục

^(*) Kubala Khan: tên một tác phẩm nổi tiếng của Coleridge

(hay huyền tiếc) xuất hiện trong tâm trí ta “không từ đâu” - theo cách nói của chúng ta khi mô tả vô thức.

Một sự “mơ mộng” hay mộng tưởng mới nhìn thoáng qua có vẻ là cơ sở không chắc chắn cho sự nghiên cứu nghiêm túc. Chúng ta nên nhớ rằng, tuy vậy, những ý tưởng đó “xuất hiện trong đầu chúng ta” và có thể soi một ánh sáng mới vào một số những vấn đề thực sự hàng ngày của chúng ta. Chúng ta không thể tính toán được sự xuất hiện của những tư tưởng có ích này, vì không thể dự đoán được chúng. Tuy vậy, khi chúng đến, chúng ta dường như cảm thấy mình chạm tới vô thức, dù chỉ trong vài giây. Nhưng, Jung nghĩ, tại sao giai đoạn đó lại quá ngắn ngủi! Có lẽ nó có thể dài hơn nếu như chúng ta ở trong trạng thái tâm thần tốt - thư giãn, thanh thản và chuẩn bị đón nhận những gì sẽ xảy ra. Điều này đúng và từ sự bắt đầu đơn giản này đã phát triển một kỹ thuật được gọi là tưởng tượng tích cực hay kỹ thuật tưởng tượng tích cực. Nhưng nó không thay thế mà bổ sung cho sự phóng đại.

Jung đã viết về sự tưởng tượng tích cực: “Đúng là có những huyền tưởng không có lợi, vô giá trị, yếu đuối và không thỏa mãn mà bản chất nghèo nàn của chúng có thể nhận thấy ngay lập tức bởi tất cả mọi người với ý thức chung, nhưng sự biểu hiện sai lầm của chúng không chống lại sự biểu hiện bình thường. Tất cả những tác phẩm của con người đều có nguồn gốc từ sự tưởng tượng mang tính sáng tạo... Trở lại vấn đề kỹ thuật của tôi, tôi tự hỏi là mình mang ơn Freud đến đâu vì kỹ thuật này. Dù sao tôi đã học được nó từ

phương pháp liên tưởng tự do, và tôi coi nó như là một sự mở rộng trực tiếp của phương pháp này"⁽⁶⁷⁾.

Jung không cho là kỹ thuật tưởng tượng tích cực có thể thích hợp cho tất cả mọi bệnh nhân và nó chỉ được sử dụng trong những giai đoạn phân tích về sau và với những người ổn định. Một bước tiến lớn là những bệnh nhân như vậy có thể tự sử dụng kỹ thuật này khi xem xét những giấc mơ của mình và những vấn đề khác.

Khi chúng ta có thể tập trung vào dòng những ý tưởng bên trong thì ý thức của chúng ta có thể tạo ra những hình ảnh và suy nghĩ đáng chú ý. Thỉnh thoảng, những bức tranh bắt nguồn từ sự tưởng tượng tích cực thay thế những giấc mơ, mặc dù không phải là luôn luôn. Tưởng tượng tích cực có thể được sử dụng trong phân tích giấc mơ, đặc biệt nếu sự phân tích giấc mơ mở ra một số chủ đề mới mà có thể cần những nỗ lực lâu dài để hiểu được ý nghĩa của nó. Không có một nguyên tắc cố định nào cho việc sử dụng tưởng tượng tích cực và nhà phân tích sẽ được hướng dẫn bởi sự ổn định của bệnh nhân, khả năng hợp tác và ý thức chung. Thường hình ảnh vô thức thoáng qua và do đó hữu ích nhất là để sự tưởng tượng tích cực tự thể hiện bằng cách vẽ, phác họa và tạo hình một cách tự phát. Những phương tiện tuyệt vời này sẽ chạm vào thế giới vô thức bị che giấu nhưng đã không được đánh giá đầy đủ. Không có một mục tiêu xác định nào, sự tưởng tượng chỉ huy và hướng dẫn bàn tay, hoàn toàn tách khỏi ý định ý thức.

Chỉ những người không biết mới hỏi bức tranh có ý nghĩa gì. Họ dường như nghĩ rằng bức tranh là vô giá

trị trừ khi nó có thể được hiểu bằng trí tuệ. Đối với người nghệ sĩ, không nhất thiết phải tin vào bức tranh của mình, anh ta sẽ không bao giờ nghĩ như vậy. Anh ta dựa trên cảm xúc. Đối với anh ta, bức tranh có thể không có ý nghĩa hoặc ý định rõ ràng, nhưng anh ta thích vẽ nó; anh ta đánh giá nó - không vì giá trị nghệ thuật mà là vì cảm nhận về sự tự do hay những thành quả đạt được cùng với sự tạo ra nó. Vẽ nên một bức tranh hay tạo hình bằng đất sét giống như một chuyến du hành khám phá thế giới bên trong của tâm thần. Trên con đường này, những cảm xúc, trước đó mơ hồ, có thể được nắm bắt bởi ý nghĩa của chúng được cảm nhận, được nhận thấy trong một tia chớp - một tia chớp của sự hiểu biết trực giác. Kết quả của tất cả hoạt động sáng tạo không bị làm giảm nhẹ bởi thực tế là người nghệ sĩ không biết bức tranh hay đồ tạo hình này có một ý nghĩa trí tuệ gì; anh ta không nghĩ theo lôgic. Ý nghĩa có thể là ngôn ngữ của khoa học, nhưng cuộc sống không phải luôn luôn nằm dưới sự chỉ huy của lí tính thuần túy.

Tưởng tượng tích cực, khi được sử dụng thành công, giúp chúng ta có thể nhận thức được vô thức bằng ý thức, trong khi đó trong một giấc mơ, chất liệu vô thức thường khó hiểu và có thể đòi hỏi những phân tích đáng kể, bằng sự phóng đại và hay bằng những cách khác, trước khi chúng ta có thể khám phá ý nghĩa của nó. Nhưng cần phải nhắc lại rằng, tưởng tượng tích cực không tốt hơn hay tồi hơn sự phân tích giấc mơ. Mỗi phương pháp đều tốt và đều cần được sử dụng thích ứng khi hoàn cảnh yêu cầu. Vì sản phẩm của tưởng

tượng tích cực có trước chúng ta trong trạng thái ý thức - có thể được thể hiện trong một bức vẽ - nên nói chung nó dễ bị đồng hóa hơn khi nó gắn kết hơn. Điều này có vẻ phức tạp, nhưng trên thực tế lại rất đơn giản, và hiếm khi biểu lộ ra bất kì khó khăn nào một khi những nguyên lí này được hiểu.

NGHỆ THUẬT TỰ PHÁT

Vẽ hay tạo hình là một sự hỗ trợ có giá trị cho tâm lí liệu pháp. Vẽ và xem xét sự phát triển của bức tranh có phẩm chất của hoạt động sáng tạo gây ra hàng loạt ngạc nhiên cho người nghệ sĩ. Những người không bao giờ thử vẽ tranh một cách tự phát sẽ không thể nhận xét về những kết quả của nó được. Đây không phải là một ý tưởng mới và đã được sử dụng rộng rãi khá lâu trước khi Jung ra đời. Và hoạt động như vậy thực sự tự phát: không có quy luật chi phối, ngoài khả năng học cách pha trộn màu như thế nào. Một khi giai đoạn này kết thúc, tài năng bẩm sinh sẽ giữ vai trò chính, vì sự đào tạo là không cần thiết. Sự tập trung vào những gì đang vẽ dường như làm giải tỏa năng lượng của một người. Nó trở nên có một sức sống mới, dường như được bắt nguồn từ vô thức. Định hướng ý thức chỉ chiếm một vai trò nhỏ. Jung khám phá ra rằng nghệ thuật tự phát là sự trợ giúp thực sự cho những bệnh nhân trong việc thể hiện cảm xúc của một giấc mơ hay là trong tưởng tượng tích cực. Bằng việc vẽ (hay tạo hình), "cảm xúc" của vô thức trở thành hiện thực. Kinh nghiệm không ngờ này thường được nêu lên bởi những người trước đó

nghĩ về vô thức như một thuật ngữ tâm lý trừu tượng. Chính ở trong những kinh nghiệm như vậy mà nghệ thuật tự phát biểu lộ giá trị thực của nó. Chúng ta không thể thấy được vô thức một cách trực tiếp như là nhìn một đồ vật. Nhưng thường nó có thể được biết tới qua sự tưởng tượng tích cực dưới hình thức vẽ, tạo hình, phác họa hay đục gỗ một cách tự phát. Bất kì phương tiện nào đều có thể thích hợp.

Bản thân Jung đã sử dụng vẽ khi nghiên cứu về những giấc mơ của mình, và do đó biết được giá trị của nó. Ông viết: “Chúng ta chỉ phải nhìn vào những bức tranh và những bức vẽ của các bệnh nhân, những người đã bổ sung cho sự phân tích họ bằng sự tưởng tượng tích cực, để nhận ra màu sắc là những giá trị cảm xúc. Hầu hết là, trước tiên, chỉ một cây bút chì hoặc chiếc bút máy được sử dụng để phác thảo nhanh những giấc mơ, những ý tưởng đột ngột, và những huyền tưởng. Nhưng từ một khoảnh khắc nào đó... các bệnh nhân bắt đầu sử dụng màu sắc... chỉ sự thích thú bằng trí tuệ mới mở đường cho sự tham gia của cảm xúc. Thỉnh thoảng hiện tượng như vậy có thể được quan sát trong những giấc mơ, ở vào thời điểm đó, chúng được mơ dưới dạng màu, hoặc một màu chói lọi cụ thể nổi bật hơn cả”⁽⁶⁸⁾. Sau một số động tác, tương đối dễ dàng để bức tranh tự phát triển mình. Những đứa trẻ vẽ những bức tranh tưởng tượng mà không có thúc đẩy nào, những người lớn thường tinh tế hơn và lúc đầu họ thấy khó mà hoàn toàn tự nhiên được.

Ông tiếp tục: “Tạo hình cho những gì không có hình thù có một hiệu quả đặc biệt trong những trường hợp

mà thái độ ý thức không tạo ra được cho vô thức đang quá chật chội một cách có thể để tự thể hiện mình”⁽⁶⁹⁾.

Trong những trường hợp như vậy thì yếu tố ngạc nhiên trong việc vẽ tranh rất hấp dẫn. Có lẽ bức tranh được bắt đầu mà không có kết thúc trước và do đó nó bắt đầu định hình, hình thành và do vậy nó trở nên sống động, và biểu thị những gì không thể diễn đạt được bằng lời. Nó là ngôn ngữ của cảm xúc và tình cảm. Không có ai có thể nghi ngờ tầm quan trọng của sự gắn bó với đời sống tình cảm của chúng ta mà nó thường rất quyết định sự thành công và thất bại trong những cuộc điều tra của chúng ta.

HỘI THẢO CỦA JUNG

Vào tháng giêng năm 1952, Jung đã tổ chức một cuộc hội thảo cho nhiều nhà tâm thần học và những người khác trong phòng ăn của nhà ông tại Kusnacht về mười một bức tranh được sử dụng trước đó mấy ngày, để minh họa cho bài giảng của ông tại Viện C.G. Jung tại Zurich. Jung không có mặt tại buổi giảng, nhưng ông đã nói về một vấn đề đặc biệt hấp dẫn ông, xuất hiện trong những bức tranh được vẽ bởi một cô gái hai mươi tuổi. Cô có kinh nghiệm không bình thường: nhìn thấy một người giống hệt mình; đó là một hiện tượng tự quan sát (nhìn thấy bản thân mình), thường được mô tả trong thần thoại, nhưng hiếm khi xuất hiện trong các ghi chép tâm thần học vì hiếm có những bệnh nhân như vậy. Để mô tả hiện tượng người giống hệt mình này, một số tác giả đã sử

dụng thuật ngữ “ảnh gương” (mirror image). Chắc chắn là không có chuyện “ảnh gương” ở trong trường hợp này. Dù người thứ hai này rất giống với cô, bản thân cô gái nói rằng cô ta thường “nhìn thấy mình bên ngoài mình” và nó thường làm cô ta sợ hãi bởi vì sự khác nhau giữa cái nhìn thấy và cơ thể cô. Có rất nhiều kinh nghiệm như vậy. Sự việc diễn ra trong một cuộc đi bộ với một người bạn: “Tôi cảm thấy mình hoàn toàn ở ngoài bản thân mình; tôi phân li và trở thành một phần của tất cả những gì xung quanh hồ, những hàng cây, tia sáng, và bầu trời, trên thực tế là toàn bộ bầu không khí. Tôi đang nhìn những gì mà nó không thực sự diễn ra. Lúc đó tôi thấy E (bạn tôi) đang đi với một cô gái mà dường như chỉ là một cơ thể, khuôn mặt cô ta hoàn toàn không có biểu hiện gì, mắt nhìn lên đường chân trời, tôi cảm thấy chỉ vỏ ngoài của cô ta là tồn tại còn tay, chân và toàn bộ cơ thể của cô ta hoàn toàn trống rỗng. Họ đi lại gần tôi trong trạng thái ngẩn ngơ và khi họ đến gần tôi, tôi cảm thấy một sự rùng mình xuyên khắp cơ thể và tôi trở thành người phụ nữ đang đi với E. Tôi sợ rằng cái người khác đó đang nhìn và tôi nhìn lại đằng sau và tất cả xung quanh để hi vọng, nhưng sợ hãi, rằng mình có thể lại thấy nó. Tôi hít thở sâu và đi vụng về. Tôi cảm thấy mệt”.

Sự không tương tự giữa cái nhìn thấy và cơ thể thật của cô gái đã loại bỏ ý tưởng “hình ảnh gương”.

Ở đây ta có một sự phóng chiếu một mặt của nhân cách dưới hình thức một hình ảnh có thể nhìn thấy được, biểu thị cho một thái độ khác của tâm thần trong

cá nhân nhìn thấy một người giống hệt ấy. Trong một trường hợp khác, cô gái dường như rời bỏ cơ thể mình và tưởng tượng ra mình đang đứng ở bên cửa sổ phòng, lưng quay về kính. Cô ta mô tả mình hoàn toàn vô cảm với đôi mắt trống rỗng.

Trong quá trình điều trị ở bệnh viện, cô đã vẽ một số bức tranh, chúng dường như tạo nên một chiếc cầu nối với vô thức và kết quả chữa bệnh rất có ích; chúng soi sáng những đặc điểm khó hiểu trong căn bệnh cô ta.

Khi nhận xét về những bức tranh này, Jung bắt đầu bằng việc hỏi: “Các anh nghĩ vô thức đang làm gì trong một căn bệnh như vậy?”. Và câu trả lời là: Nó tạo ra một sự bù trừ. Sau đó ông đã chỉ ra những đặc điểm nổi bật trong một số các bức tranh phù hợp gần gũi với tâm lí của cô gái và điều này có thể là một số bức tranh chứa đựng biểu trưng của bản chất tập thể.

Nếu không có những bức tranh như một chiếc cầu nối, việc điều trị tâm lí dường như là không thể. Khi Jung đang xem xét những bức tranh, ông hỏi triển vọng phục hồi của cô gái như thế nào. Được biết rằng nó không sáng sủa lắm, ông chỉ vào một bức tranh vẽ một cô gái đang giữ một cái lồng đang mở trên tay phải dường như muốn kêu gọi một con chim đang bay trên trời trở lại lồng, và nói: “Cô ta đang làm những gì mà những người thầy thuốc làm ở châu Phi, mở cửa lồng vào ban đêm để những linh hồn trốn vào ban đêm có thể được bắt trở lại và trả lại cho người sở hữu chúng. Đây là một bức tranh đẹp và nó chỉ ra rằng có những gì có thể đã được thực hiện” (Mở lồng: điều này ngụ ý tới niềm tin của những cư dân nguyên thủy rằng trong

giấc ngủ, linh hồn trốn ra khỏi cơ thể. Bằng cách sử dụng một cái lồng, người ta cho rằng các thầy thuốc có thể bắt trở lại linh hồn lang thang và trả lại cho người sở hữu nó).

Linh cảm mách bảo Jung rằng có thể có một điều gì đó đã được thực hiện cho sự phục hồi của cô gái. Và sự thực đã chứng tỏ linh cảm đó là đúng, sau một cơn bệnh dài, cô ta đã trở lại bình thường. Một ghi chép về bệnh tình của cô gái và những nhận xét của Jung xuất hiện trong cuốn sách *Festschrift*, được xuất bản vào dịp sinh nhật lần thứ tám mươi của Jung⁽⁷⁰⁾.

NHỮNG HÌNH ẢNH TRONG VÔ THỨC

a. Persona

Có một sự tráo đổi thường xuyên giữa ý thức và vô thức và không có sự phân chia cố định nào giữa chúng. Chúng ta không thể dự đoán những ý nghĩ của chúng ta; hoàn toàn tách khỏi những ước muốn ý thức của chúng ta, những suy nghĩ không mong đợi xuất hiện. Cũng vậy, những gì được ý thức ngày hôm nay có thể bị lãng quên hoặc dồn nén ngày mai. Hình thức tư tưởng này là kinh nghiệm của tất cả mọi người. Tuy vậy chúng ta vẫn duy trì tính đồng nhất, sự nhận thức về bản thân chúng ta, niềm tin của chúng ta rằng chúng ta luôn biết rõ tâm trí mình, và bất chấp mọi thứ, chúng ta luôn là người mà chúng ta nghĩ. Điều này, tuy thế, không phải luôn luôn đúng với những người khác. Họ có thể không có được sự cảm nhận về tính liên tục của bản thân mà chúng ta

có. Những đặc điểm khác biệt xuất hiện ở nhiều thời điểm khác nhau: đối với người đứng ngoài, tại nơi làm việc, một người có thể vui vẻ, nhiệt tình, nồng nhiệt. Nhưng tại một môi trường khác, chẳng hạn ở nhà, anh ta lại là người hoàn toàn kín đáo. “Cái nào, do đó, là con người thực, nhân cách thực”, Jung viết: “... ngay cả trong một người bình thường, sự phân chia con người là không thể được”⁽⁷¹⁾.

Chúng ta bắt đầu với một đứa trẻ khỏe mạnh hoàn toàn tự nhiên, không có sự giả tạo nào. Nó chấp nhận và từ chối bất chấp những cảm xúc của người khác. Khi nó phát triển, nó trở nên có ý thức về người khác, và học cách ứng xử trong cộng đồng qua sự bắt chước. Trẻ con rất khác nhau và do vậy mức độ bắt chước và sự bắt đầu, sẽ khác nhau ở mỗi đứa trẻ.

Jung phân biệt sự bắt chước với sự đồng nhất hóa (identification) tức là *sự bắt chước vô thức*. Nếu một đứa con trai đồng nhất hóa quá mức với cha của mình, nó có thể mất đi một số tính chất căn bản. Có nhiều mức độ đồng nhất hóa và cường độ mà nó phụ thuộc, trong chừng mực mà chúng ta biết, vào sự liên kết tình cảm giữa đứa trẻ và người cha hay người mẹ hoặc cả hai, hoặc cũng có thể với một người bảo mẫu, người đã chăm sóc nó như một đứa con. Có giá trị trên nhiều mặt, sự bắt chước trở thành một rào cản khi nó kìm hãm sự phát triển cá nhân; nó cũng có thể gây ra ở đứa trẻ một sự thiếu tin tưởng vào khả năng của bản thân. Đồng nhất hóa - là sự bắt chước vô thức - hoạt động, dĩ nhiên là không có sự nhận thức của đứa trẻ. Nó có một mục đích nhưng nó cũng trở thành một cản

trở khi nó có xu hướng tạo nên ở đứa bé trai một nhân cách thứ hai khác so với bản chất thực của nó. Nhân cách thứ hai này có những giá trị của nó. Những thái độ khác nhau được đòi hỏi ở những thời điểm khác nhau, chẳng hạn, ở nhà và trong công việc kinh doanh. Đây là sự điều chỉnh cần thiết nếu như chúng ta muốn sống trong một cộng đồng. Chúng ta mong đợi người công an xử sự như là một người công an bất kể thái độ của anh ta ở nhà như thế nào. Có lẽ người công an không gặp khó khăn gì khi gạt bỏ tác phong nhân viên của mình khi ở ngoài nhiệm sở. Nhưng giả sử rằng anh ta không thể làm được điều này, do vậy anh ta trở nên đồng nhất với vai trò người công an của mình, thì đây là điều đáng tiếc bởi vì anh đã tách khỏi một phần của chính mình.

Jung đưa ra thuật ngữ *persona* (mặt nạ) để mô tả thái độ phù hợp với những yêu cầu của cuộc sống hàng ngày của mỗi cá nhân. Bình thường thì sự linh hoạt càng nhiều càng cần thiết: cái mặt nạ của người công an là bắt trộm, giúp đỡ người tàn tật, làm nhân chứng trước tòa hay tìm kiếm những đứa trẻ thất lạc - tất cả đều phù hợp với công việc của anh ta. Nếu như anh ta là người bình thường, anh ta sẽ không đồng nhất ở một mức độ rõ rệt với bất kì phần nào mà anh ta buộc phải đóng trong cuộc sống hàng ngày. Thái độ bên ngoài này, tức là cái mặt nạ, biểu thị cho cái tôi ý thức với nhiều biến đổi của nó, và không thể bị lẫn lộn với toàn bộ con người. Nếu một cá nhân càng đồng nhất hóa với mặt nạ của mình, thì điều đó sẽ dẫn đến sự phủ nhận những phần khác của nhân cách mình, bao gồm cả vô thức.

Khi sự đồng nhất hóa không bình thường này diễn ra, chúng ta có thể dự đoán sự xuất hiện của một người đối lập trong giấc mơ. Một ví dụ của điều này xảy ra trong giấc mơ đã nói đến ở phía trên. Khi kẻ xâm nhập là người nằm mơ thì không có gì phải nghi ngờ, và sự hiện diện của nó biểu hiện cho mục tiêu của giấc mơ thiết lập một sự bù trừ, để khôi phục những điều kiện khỏe mạnh của tâm thần. Trong phân tích giấc mơ, điều này sẽ trở nên rõ ràng.

b. Shadow (hình bóng)

Trong giấc mơ, một người không biết cùng giới với người nằm mơ thường xuất hiện. Chẳng hạn tên trộm trong giấc mơ đã nói đến ở đoạn trước. Trong giấc mơ đó, người không được biết theo cách nhìn của người nằm mơ là xấu xa, khó chịu. Anh ta không ý thức được phần này của nhân cách mình và đã từ chối nó. Dù sao, nó tích cực. Những người khác biết nó, họ đương đầu với nó và phản ứng bằng cách khiển trách anh ta về những ứng xử khó chịu của anh ta. Anh ta cảm thấy bị hiểu sai và mất sự bình tĩnh khi cố gắng bào chữa cho mình. Trong giấc mơ chúng ta có một sự kịch hóa của tình trạng này, trong đó mặt xa lạ của bản chất anh ta được anh ta biết, dù anh ta không thể nhận ra rằng giấc mơ có liên hệ gì với chính mình.

Điều này thường xảy ra khi cá nhân đồng nhất với mặt nạ của mình và bỏ qua những mặt tiêu cực khác của nhân cách mình. Mặt tiêu cực này không phải luôn luôn xấu. Có những tên trộm trong đời

thường và chúng nhìn người khác và tài sản của họ với ý định trộm cắp. Trong những trường hợp như vậy, những giấc mơ của họ có thể bộc lộ một con người hoàn toàn lịch sự như là hình người mờ tối. Sẽ là một sai lầm khi cho rằng vô thức luôn là mặt khó chịu của nhân cách, dù là nó thường vậy; và nếu có những mặt đó mà nó không được biết thì, sự khỏe mạnh của tâm thần sẽ xấu đi.

Thường là không khó khăn gì khi điều chỉnh khái niệm persona và shadow (hình bóng) được hiểu dễ dàng. Là mặt bị che giấu của cái tôi ý thức, shadow là một trở ngại, nhưng khi nó được chấp nhận một cách có ý thức, cuộc sống có thể thay đổi theo hướng khác.

Khi định nghĩa những kiểu thái độ hướng ngoại và hướng nội và những chức năng suy nghĩ, cảm xúc, cảm giác và trực giác, Jung không đưa ra một mô tả chính xác sự hoạt động của tâm thần ý thức, mà là một phác họa tổng quát tương đối phù hợp với những gì mà chúng ta phát hiện trong cuộc sống thường ngày. Cũng vậy, sự mô tả những hình ảnh trong vô thức, chẳng hạn như persona và shadow, không phải là một cuốn sách chỉ dẫn vào thế giới vô thức huyền bí. Những hình ảnh này không thể được xác định chính xác, và chúng cũng không xuất hiện theo bất kỳ một trật tự nào. Jung, thỉnh thoảng sử dụng khái niệm shadow để chỉ tất cả những gì trong tâm thần bên ngoài ý thức, tức là cả vô thức tập thể cũng như vô thức cá nhân. Do đó, shadow, thái độ bên trong, cũng có thể được đồng nhất với tâm hồn hay *anima* (sẽ được nói tới ở phần sau). Khía cạnh rộng hơn của

shadow được nêu lên ở đây là vì lợi ích của sự đầy đủ, vì shadow thỉnh thoảng bị nói đến một cách sai lầm như là chỉ áp dụng cho một phần của nhân cách mà một người muốn bỏ qua, do đó mà cho rằng nó hoàn toàn thuộc về vô thức cá nhân. Có một phần sự thật trong đó vì từ sự phân tích vô thức cá nhân, shadow có thể được suy ra trên một quy mô rộng. Jung viết “Không ai có thể ý thức được shadow mà không có những nỗ lực tinh thần đáng kể. Để có thể ý thức, đòi hỏi phải thừa nhận những mặt tối của nhân cách tồn tại và là thực tế... có một bản chất cảm xúc ở đây... Cảm xúc, thật bất ngờ, không phải là hoạt động của cá nhân mà là những gì xảy ra cho anh ta...”. Một khó khăn chính trong việc nhận ra shadow là nó gắn với những sự phóng chiếu vô thức không được biết và điều này dẫn đến việc đổ lỗi cho người khác. Những sự phóng chiếu, Jung viết “biến đổi thế giới thành bản sao khuôn mặt của ai đó không biết”⁽⁷²⁾.

Sự hiểu biết của bệnh nhân về sự cần thiết cộng tác trong việc phân tích giấc mơ, trong kỹ thuật tưởng tượng tích cực khi nó được sử dụng, và khả năng sử dụng nghệ thuật tự phát như là một phần của kỹ thuật phóng đại, tất cả đều có giá trị trong việc làm cho sự phóng chiếu hình bóng có thể nhận thấy được - bước đầu tiên trong việc hiểu, chấp nhận và do đó điều chỉnh.

c. Anima

Có rất nhiều sự tương tự giữa tâm lý của những người phụ nữ và của những người đàn ông và những gì

được nói về cái tôi, persona, và ở một mức độ nào đó là shadow, đều có thể áp dụng cho mỗi giới. Trong các sách giáo khoa về tâm lý học người ta thường cho rằng, tâm lý của những người đàn ông và những người phụ nữ, có những mục đích và những mục tiêu như nhau. Khi chúng ta xem xét vô thức của những người đàn ông và của những người phụ nữ bằng việc phân tích giấc mơ, tưởng tượng tích cực hay những phương pháp khác, sự khác biệt giữa tâm lý nam tính và nữ tính bắt đầu xuất hiện. Một trong những đóng góp có giá trị nhất của Jung cho tâm lý học bình thường, và do vậy cho cả tâm lý học bất bình thường, nằm ở sự hiểu biết những đặc điểm khác biệt trong vô thức của những người đàn ông và những người phụ nữ. Trong vô thức của mỗi một người đàn ông đều có một yếu tố nữ tính, được nhân cách hóa trong những giấc mơ bằng một hình tượng hoặc một hình ảnh phụ nữ và Jung đặt cho nó cái tên là *anima*, từ Latinh nghĩa là “tâm hồn” hay “không khí của cuộc sống”, làm cho sống động. Cái tương tự ở phụ nữ, *animus*, được nhân cách hóa bằng một người đàn ông, hoặc thỉnh thoảng, bằng nhiều người đàn ông.

Sẽ là thuận lợi khi xem xét khái niệm anima trước. Khi biểu hiện trong giấc mơ, đó dĩ nhiên không phải là một người phụ nữ thực sự, và thậm chí cũng không phải một hình ảnh riêng biệt với những đặc trưng cố định. Những hình ảnh của anima biến đổi, một cách vô thức, nó có thể được phóng chiếu lên một hoặc thỉnh thoảng vài phụ nữ, có thể là lần lượt hoặc thậm chí đồng thời. Với chất nam tính đang tăng lên, đứa bé và sau đó là người thanh niên có thể cố gắng

gạt bỏ những gì mà nó nghĩ là những phẩm chất nữ tính. Khi còn là một đứa trẻ và ở tuổi thiếu niên, mẹ của nó là người bạn tự nhiên, và do đó, sự phóng chiếu yếu tố nữ tính trong nó là lên người mẹ. Bình thường, người mẹ ngày càng trở nên ít quan trọng đối với nó, dù ảnh hưởng của bà vẫn tiếp tục như nguyên mẫu của tất cả những người phụ nữ; bà là người phụ nữ đầu tiên mà nó biết và bà vẫn giữ một tầm quan trọng dù nó có ý thức hay không. Cái này, một phần nào đó, là nguồn gốc của những phẩm chất anima của nó. Ở đây chúng ta đang nói về quá trình phát triển bình thường. Nhưng cũng có thể xảy ra trường hợp người thanh niên đó không thể giải thoát mình ra khỏi hình ảnh người mẹ bởi vì anh ta đã phát triển một tổ hợp người mẹ, tức là người mẹ đã trở nên quá quan trọng đối với anh ta. Điều này có thể xảy ra khi người mẹ là người hay tâm sự, tình cảm quá mức và cha anh ta đã đi đâu xa. Hơn nữa người mẹ có thể coi người cha có tầm quan trọng thứ yếu, chỉ là một đối tượng cần chăm sóc, có thể chỉ quan trọng hơn những đồ đạc một chút. Bà gắn bó với đứa con trai - thường là đứa bé nhất trong gia đình, song bà vẫn khẩn cầu nó, theo lẽ tự nhiên, hãy lấy vợ và trở nên độc lập. Đứa con không thể làm được điều này bởi vì tình yêu người khác giới của anh ta bây giờ đã gắn bó chặt chẽ với những ý nghĩ của anh ta về người mẹ.

Với tổ hợp về người mẹ, có hai khía cạnh: người phụ nữ, là người mẹ hoàn hảo, sống phụ thuộc vào những đứa con của mình vì bà không có cuộc sống độc lập của riêng bà, trong khi đó thì đứa con đưa ra rất nhiều lí do

tốt đẹp và cao quý để chúng tỏ là mình không cần thiết từ bỏ mẹ mình.

Jung gán những ảnh hưởng lên đứa trẻ (hoặc những đứa trẻ) chỉ phần nào do chính người mẹ. Thêm vào đó có sự phóng chiếu của đứa trẻ lên người mẹ, và nó không chỉ có tầm quan trọng cá nhân khi chúng gán cho người mẹ một thẩm quyền nhiều hơn cái bà có⁽⁷³⁾.

Ngoài ảnh hưởng của người mẹ như là nguồn của anima còn có hình ảnh được thừa hưởng, đó là những ý tưởng về phụ nữ mang tính chủng tộc, một phần nhân cách của anh ta, bắt nguồn từ kinh nghiệm chung về phụ nữ của đàn ông trong quá khứ. Hình ảnh phụ nữ được thừa hưởng này tạo nên một phần của hình ảnh anima trong vô thức của người đàn ông. Anh ta bước vào một thế giới đã sẵn sàng cho phụ nữ, và kinh nghiệm trực tiếp về người mẹ mình, xây dựng mình trên những phẩm chất được thừa hưởng này, và mở rộng nó. Do đó, một đứa trẻ có kinh nghiệm tiếp xúc với phụ nữ và nghe cha mẹ và bạn của mình nói về họ; anh ta quan sát vai trò dành cho những người phụ nữ trong môi trường xã hội của mình, mà nó thường biến đổi ở các địa phương khác nhau hay giữa các quốc gia với nhau.

Một người đàn ông có hình ảnh phụ nữ trong đầu óc mình là vấn đề bình thường và sự vắng mặt của nó sẽ là bất bình thường. Những đứa bé, con trai hoặc con gái, hầu như lớn lên theo cùng một cách. Sau hai hoặc ba năm, đứa bé trai sẽ trở thành một người đàn ông nhỏ, nó cắt tóc và gạt bỏ những bộ quần áo có chất phụ nữ của mình. Trong những hoàn cảnh nào đó, điều này có thể là khó khăn cho nó, nhưng ngược

lại, nó có thể chấp nhận vai trò nam giới hết sức dễ dàng và tất cả những gì là nữ tính đều bị cấm kị. Tuy vậy, nó không thể thay đổi bản chất mình hoàn toàn được. Vẫn còn trong nó khía cạnh nữ tính, và nếu nữ tính bị dồn nén để thay vào đó là chất nam tính, anima của nó có thể xuất hiện dưới dạng cảm xúc phi lí, trong sự khó chịu hay sự giận dữ, và không thường xuyên trong những lệch lạc tình dục thường gắn với sự phát triển cảm xúc không chín chắn. Tất cả những sự bất bình thường này là những rối loạn trong hoạt động bình thường của khía cạnh nữ tính trong đàn ông. Khi được hiểu theo cách này, chúng trở nên dễ hiểu vì các triệu chứng phụ thuộc vào sự dồn nén một phần của anh ta. Nói theo cách khác, những biểu hiện như vậy là một nỗ lực vô thức để tạo ra sự tự điều chỉnh thông qua sự bù trừ.

Jung xem xét những nỗ lực bù trừ có tầm quan trọng đặc biệt trong nửa sau của cuộc đời, tức là từ tuổi ba mươi sáu trở đi. Trong giai đoạn đầu tiên của cuộc đời người đàn ông tạo dựng con đường của mình và phát triển sự nghiệp, quan tâm tới gia đình và những mối quan tâm khác đòi hỏi sự thích nghi ý thức phi lí. Anh ta nghĩ dễ dàng và hành động không cần nỗ lực gì. Anh ta không biết là anima của mình tồn tại, bởi vì anh ta thấy dễ dàng và tự nhiên trong mối quan hệ bạn bè với những cô gái. Điều này là bình thường ở tuổi thanh niên và tuổi hai mươi nhưng sẽ là không bình thường nếu nó cứ tiếp diễn hết năm này qua năm khác, như thường xảy ra. Những sự phóng chiếu như vậy, dĩ nhiên có thể dẫn tới tai họa, và

người đàn ông có thể hiểu được qua kinh nghiệm cay đắng rằng anh ta không thể bỏ qua những phần cấu thành bình thường của mình mà không bị trừng phạt. Jung viết: “Khi xem xét shadow hay anima, sẽ là không đầy đủ nếu chỉ biết những khái niệm này và suy nghĩ về chúng. Hoặc chúng ta có thể chưa từng trải qua những nội dung của chúng bằng việc hiểu biết con đường hướng tới chúng hay hiểu biết cảm xúc của những người khác. Sẽ hoàn toàn vô ích khi học thuộc lòng danh sách các cổ mẫu... Anima sẽ không bao giờ cắt ngang con đường đi của chúng ta như một nữ thần, mà có thể như là một bất hạnh cá nhân sâu sắc, hoặc có thể như là một sự mạo hiểm tốt nhất của chúng ta. Chẳng hạn khi một giáo sư được đánh giá cao trong bảy mươi năm cuộc đời mình, từ bỏ gia đình và cặp bồ với một cô diễn viên trẻ tóc hung, chúng ta biết là các vị thần đã đòi hỏi một nạn nhân khác. Đây là việc sức mạnh ma quỷ tự bộc lộ mình. Cách đây không lâu người ta giải quyết vấn đề một cách đơn giản là giết người phụ nữ trẻ đó như một mụ phù thủy”⁽⁷⁴⁾.

“Thường là một bi kịch”, Jung viết, “khi chúng kiến rõ ràng một người đàn ông lúng túng với cuộc đời mình và cuộc sống của những người khác như thế nào, nhưng vẫn hoàn toàn không thể nhận ra toàn bộ bi kịch bắt nguồn từ chính mình nhiều như thế nào, và anh ta tiếp tục nuôi dưỡng nó và để nó tiếp tục ra sao”⁽⁷⁵⁾.

“Phụ nữ, với đời sống tâm lý hoàn toàn khác, là và luôn luôn là nguồn thông tin về những gì mà một người đàn ông không biết. Cô ta có thể là cảm hứng của anh ta; khả năng trực giác của cô ta thường cao hơn người

đàn ông... có thể chỉ ra cho anh ta những cách mà những cảm xúc ít cá nhân hơn của anh ta không bao giờ khám phá được... Không nghi ngờ gì nữa, đây là một trong những nguồn chính của phẩm chất nữ tính của tâm hồn. Không có người đàn ông nào hoàn toàn nam tính và không có chút nữ tính nào trong mình. Không có kinh nghiệm con người, cũng không có kinh nghiệm dù chỉ là khả năng mà không có sự can thiệp của sắc thái chủ quan... Do đó toàn bộ bản chất của người đàn ông đều có phụ nữ trong mình, cả về thể chất và tâm thần. Hệ thống anh ta được điều chỉnh để thích hợp với phụ nữ ngay từ đầu, dường như là nó chuẩn bị cho một thế giới hoàn toàn xác định ở đó có nước, ánh sáng, không khí, muối, hiđrat cacbon v.v... một hình ảnh tập thể được thừa hưởng về người phụ nữ tồn tại trong vô thức của một người đàn ông"⁽⁷⁶⁾

Phụ nữ làm hoàn thiện, làm đầy đủ đàn ông. Về mặt thể chất cũng có một sự tương tự như vậy, vì thể chất mỗi giới dường như bổ sung cho giới kia. Trong cơ thể mình, mỗi người đàn ông đều có những đặc điểm dấu tích của phụ nữ (sự tương đồng-homologue), chẳng hạn vú tương ứng với kiếu và cấu trúc vú của phụ nữ. Đối với phụ nữ cũng vậy họ cũng có sự tương tự về thể xác với đàn ông, chẳng hạn như âm vật tương ứng với dương vật.

Về mặt tâm lí và sinh lí, khái niệm anima (và animus) gợi nhớ lại câu chuyện thần thoại nổi tiếng của Platon: Khởi thủy, con người vốn tròn như một quả bóng, một tổng thể có ý nghĩa, và lưỡng tính - tức là có những đặc trưng của cả hai giới. Con người xa lạ này có bốn chân, bốn tay, một cổ và hai mặt. Tất cả mọi thứ

đều có hai. Có được một sức mạnh lớn lao, con người vừa nam vừa nữ này tìm cách tấn công các vị thần và Zeus đã phân chia họ thành hai nửa riêng biệt. Kể từ đó, nỗ lực được thống nhất trở lại được biểu hiện trong khát vọng của mỗi giới đi tìm nửa kia của mình để lại trở thành một như trạng thái trước kia.

Sự khác nhau giữa tâm lí của những người phụ nữ và những người đàn ông khó có thể bị nghi ngờ. Mệnh đề của Jung dường như đưa ra một cơ sở hợp lí cho việc giải thích sự khác biệt về tâm lí giữa hai giới. Sự khác biệt này, là một phần của trật tự tự nhiên của cuộc sống, dĩ nhiên có ở hầu hết mọi nơi - ngoại trừ có thể ở một miền nào đó của suy nghĩ tâm lí. Văn học đưa ra rất nhiều ví dụ về những động cơ thúc đẩy người đàn ông hướng tới sự trọn vẹn bằng cách kết hôn với một người phụ nữ nào đó mà anh ta phóng chiếu anima lên đó. Một ví dụ xuất hiện trong tiểu thuyết của Hardy *Người tình tuyệt vời*, được xuất bản khi Jung còn là một đứa trẻ. Jung nhìn thấy quyển sách lần đầu tiên nhiều năm trước tác phẩm của ông về *anima* và *animus* được xuất bản. Trong tiểu thuyết, Hardy đã theo dõi sự nghiệp một người đàn ông yêu một cô gái ngay từ cái nhìn đầu tiên. Ông không gặp lại cô gái trong một thời gian dài, nhưng vẫn tin rằng sự thành công và những thành quả của mình là nằm ở việc kết hôn với cô gái này. Dante, từ những điều chúng ta biết được về cuộc đời ông, có nhiều kinh nghiệm như vậy khi gặp Beatrice khi cô ta mười tám tuổi bốn tháng và ông mới có gần chín tuổi.

Jung đã nhận thấy tác phẩm *Nàng* của Rider Haggard đã đưa ra một mô tả chính xác và khá hay về

“kiểu anima” của phụ nữ. “Đặc điểm được gọi là ‘giống nhân sư’ là một phần trang bị không thể thiếu được của chúng, là một sự hồ nghi, một sự lẩn tránh khéo gợi - không phải là một trạng thái mù mờ không xác định không đưa ra một cái gì cả, mà là một sự xác định có vẻ đầy hứa hẹn, giống như những âm thanh không lời của Mona Lisa. Một người phụ nữ kiểu này vừa già lại vừa trẻ, vừa là mẹ vừa là con gái, sự trong trắng đầy nghi ngờ, giống trẻ con nhưng có sự khôn ngoan, hoàn toàn không nguy hiểm cho đàn ông”⁽⁷⁷⁾.

Khi một cô gái ngẫu nhiên là “kiểu anima” hay, thỉnh thoảng theo ngôn ngữ thông thường, được gọi là “người yêu của toàn thế giới”, cô ta có thể bị quấy rầy khi một người đàn ông phóng chiếu hình ảnh anima của mình lên cô ta và quá quyết rằng cô ta là những gì mà anh ta nghĩ. Cô ta muốn được thừa nhận cho những gì cô ta là hoặc nghĩ là như vậy và cô ta có thể phát hiện thấy những chú ý của người đàn ông này là tẻ nhạt và hoàn toàn ngớ ngẩn. Về mặt khác, vì liên hệ giữa hai người cũng chỉ ở mức độ ý thức, và khi mỗi bên nhận, hoặc có thể nhận, những sự phóng chiếu của người kia thì họ có thể hình thành nên một quan hệ tốt đẹp dẫn đến một cuộc hôn nhân hạnh phúc. Trừ khi người đàn ông, lúc đầu, phóng chiếu anima của mình lên phụ nữ, còn nếu không thì mối quan hệ có thể không bao giờ được bắt đầu. Cần nhớ rằng anima là một tổ hợp tự trị và không được bắt đầu bởi những ý định có ý thức của người đàn ông. Chỉ “xảy ra” sự phóng chiếu anima của anh ta, tức là những hình ảnh và suy nghĩ của anh ta về nữ tính, lên một người phụ

nữ đặc biệt nào đó. Khi tình cảm phát triển, những phẩm chất khác của cô ta (và anh ta) sẽ trở nên rõ ràng. Kết quả là “tình yêu” - bất kì ý nghĩa nào chúng ta gán cho trạng thái quan hệ không xác định này có thể là một sự kết hợp sự phóng chiếu và sự đánh giá có ý thức về những phẩm chất của người kia. Có thể nhận thấy một cách ngẫu nhiên rằng nhiều cuộc hôn nhân tiếp tục thành công khi một hoặc hai bên duy trì sự phóng chiếu của mình; họ giữ được hạnh phúc vô thức. Vấn đề không quan trọng khi khẳng định rằng tất cả sự phóng chiếu sẽ tan biến thành “những tia sáng ban ngày”.

Sự biến mất của những phóng chiếu, trong những mối quan hệ cá nhân với người khác giới, thường xảy ra nhưng nó không cố định. Thường một người đàn ông đủ thông minh xử sự rất nhạy cảm và đúng đắn trong mọi hoàn cảnh trong cuộc sống - ngoại trừ mối quan hệ với người khác giới. Nhưng cuộc sống của anh ta có thể bị đứt đoạn, bị xấu đi trong những giai đoạn mà anh ta hoàn toàn biết chắc rằng mình phải thiết lập một mối quan hệ gần gũi nhất có thể với một người phụ nữ cụ thể. Những cái tương tự xảy ra trong quá khứ không phải là cản trở. Anh ta có lẽ cho rằng hai hoặc thậm chí cả ba cuộc hôn nhân đã diễn ra trước bởi một sự mê say như vậy và mối quan hệ hiện tại, đối với những người bên ngoài không liên quan, chỉ là một bản sao của những mối quan hệ khác không kéo dài. Khi những tình cảm mạnh mẽ chi phối, ý thức chung là bất lực.

Không phải là không bình thường khi phát hiện rằng những người đàn ông đang điều trị tâm lý và sử

dụng phương pháp vẽ để diễn tả rõ hơn giấc mơ của họ hay những ý tưởng bên trong khác, vẽ ra một bức tranh, hay một loạt các bức tranh, về một người phụ nữ xa lạ không giống một người phụ nữ thực sự nào. Thường thường cặp mắt bị che giấu hay khuôn mặt quay đi chỗ khác. Điều này lặp đi lặp lại với những người đàn ông chưa bao giờ nghe đến Jung hoặc khái niệm anima của ông. Những quan điểm như vậy hỗ trợ quan điểm của Jung: “Tất cả mọi người đàn ông đều chứa trong mình một hình ảnh phụ nữ vĩnh cửu... một dấu tích hoặc ‘cổ mẫu’ của kinh nghiệm của tất cả những kinh nghiệm tổ tiên về người phụ nữ, một thứ trầm tích, có thể nói như vậy, của tất cả những ấn tượng đã từng được tạo nên bởi phụ nữ - nói một cách ngắn gọn, một hệ thống thích nghi tâm thần được thừa hưởng”⁷⁸.

“Anima có lẽ là một biểu hiện về tâm thần của một số ít ỏi các gen nữ trong cơ thể người đàn ông. Điều này càng có thể khi hình ảnh tương tự không được phát hiện trong vô thức của người phụ nữ. Tuy thế, có một hình ảnh tương tự, giữ một vai trò tương tự, nhưng không phải là hình ảnh phụ nữ mà là một hình ảnh đàn ông. Hình ảnh nam tính này trong người phụ nữ được gọi là ‘animus’. Một trong những biểu hiện đặc trưng nhất của cả hai hình ảnh này từ lâu đã được gọi là ‘animosity’ (sự thù hận). Anima gây ra những cảm xúc phi lý, và animus tạo ra những những ý nghĩ phi lý và thái độ nóng giận. Cả hai luôn luôn xuất hiện trong mơ. Bao giờ cũng vậy, chúng nhân cách hóa vô thức và cho nó một đặc điểm tức giận hoặc khó chịu một cách xa lạ. Vô thức tự nó không có những phẩm

chất tiêu cực như vậy. Chúng chỉ xuất hiện khi nó được nhân cách hóa bởi những hình ảnh này và khi chúng bắt đầu ảnh hưởng tới ý thức. Là những mảnh nhân cách, chúng có đặc trưng của một phụ nữ thấp kém hoặc một người đàn ông thấp kém - do đó chúng có hiệu ứng tức giận. Một người đàn ông trải qua ảnh hưởng này sẽ phải chịu những cảm xúc không thể giải thích được, và một người phụ nữ sẽ hay cãi cọ và đưa ra những ý kiến ngoài lề⁽⁷⁹⁾.

Bên cạnh điều này chúng ta phải nhớ tới một tuyên bố khác của Jung: “Dù lúc đầu, chúng ta gặp anima và animus chủ yếu dưới hình thức tiêu cực và không chờ đợi của chúng, chúng không chỉ là dạng tinh thần xấu. Chúng có một mặt tích cực khác tương đương... chúng được hình thành từ thời xa xưa, một cơ sở cổ mẫu của tất cả những vị thần nam hay nữ và do đó xứng đáng được chú ý đặc biệt. Do đó, chúng biểu thị cho một cặp đối lập tuyệt đối... bởi vì sự hấp dẫn lẫn nhau giữa chúng, hứa hẹn sự thống nhất và thực sự làm cho nó có thể⁽⁸⁰⁾”.

“Khi anima được nhận biết và được hoà nhập, một sự thay đổi thái độ hướng đến nữ tính nói chung sẽ xảy ra vì cuộc sống được dựa trên sự tác động hài hoà giữa những phẩm chất nam tính và nữ tính, trong cá nhân cũng như bên ngoài. Làm cho những mặt đối lập này hoà nhập thành một thể thống nhất là một trong những mục tiêu quan trọng nhất của liệu pháp tâm lý ngày nay⁽⁸¹⁾”.

d. Animus

Khi đứa con trai và con gái cùng là thành viên của một gia đình có một môi trường tương tự, cần phải chờ

đội hình ảnh một người khác giới của cô gái sẽ được tạo dựng lên, *nói một cách cụ thể* là với cái khung tương tự như hình ảnh của một đứa con trai. Chúng ta có ở đó những kinh nghiệm của cô gái về cha của mình, người trở thành một hình ảnh vô cùng quan trọng trong tâm trí cô. Trên nền tảng này, cô có lẽ sẽ xây dựng lên những tư tưởng của mình về đàn ông. Ông là người đầu tiên mà cô gặp và dù là lựa chọn hay không tình nguyện, ông trở thành hình mẫu hay chuẩn mực mà cô dùng để đánh giá những người đàn ông. Bổ sung thêm cho nguồn nam tính của cô còn có những ấn tượng ngày càng nhiều từ những cuộc nói chuyện cô nghe được về những người đàn ông- những cuộc nói chuyện trong nhà, những nhận xét của mẹ cô, những câu chuyện tào lao với các cô gái ở trường, và những kinh nghiệm của bản thân cô. Tất cả những cái đó thêm vào, nhưng không thay thế, hình ảnh của cha cô. Cũng có những hình ảnh được thừa hưởng về đàn ông trong vô thức của phụ nữ. Giống như đứa bé trai khi được sinh ra đã hoà hợp và thích ứng với người thuộc giới tính khác, cô gái cũng dần dần có những thái độ tương tự hướng tới những người đàn ông. Cuộc đời cô trở nên đầy đủ hơn nhờ những người đàn ông hoặc có thể là một người đàn ông. Đối với phẩm chất nam tính trong người phụ nữ này, Jung đưa ra khái niệm *animus*. Mô tả của ông về animus là những đóng góp cơ bản có tầm quan trọng thực tế cho tâm lý của người phụ nữ.

Có lẽ là với phần lớn phụ nữ, những yếu tố nam tính vô thức trong nhân cách của bản thân được pha trộn hài hoà với những thuộc tính khác và do vậy đóng góp vào

đời sống khỏe mạnh của cô ta. Giống như các phẩm chất khác, cá nhân cô gái hay người phụ nữ không có lựa chọn nào về việc có animus; nó là một phần của phẩm chất tự nhiên của cô ta. Tuy thế, animus không phải lúc nào cũng được hoà trộn thành công.

Một trong những cách đơn giản nhất để quan sát sự hiện diện của một animus không khỏe mạnh là xem xét cô gái quan hệ với những người khác như thế nào. Nếu tình bạn tỏ ra bình thường và tự nhiên, và đặc biệt là nếu cô ta gặp người khác giới tự nhiên và hạnh phúc, thì tất cả có lẽ tốt. Trái lại, khi cô lớn lên, có lẽ khi cô vào đại học hay ra công tác, dù sớm hay muộn chắc chắn cô sẽ gây nên điều tiếng cho mình trong số những người bạn của mình như là một người khó tính. Họ có thể nhận thấy cô không thể đánh giá những cảm xúc của những người khác, mặc dù họ không thể suy nghĩ quá đơn giản như vậy được. Mọi người sẽ bức mình với cô, đặc biệt là những người đàn ông và cô sẽ ngạc nhiên khi thấy họ giận dữ trước những nhận xét của mình bởi vì cô chắc chắn rằng mình hoàn toàn có lý. Nếu không, tại sao họ không nói ra vậy. Đối với cô, vấn đề có thể kết thúc ở đó. Có thể những nhận xét của cô là hợp lý; nhưng những cảm xúc của những người khác không chỉ dựa trên lý lẽ. Nếu cô không bao giờ nhận ra những sự kiện thường lặp lại này - và điều này rất có thể - cô ta sẽ tạo ra nhiều kẻ thù và mất những người bạn nam và nữ của mình.

Chúng ta hãy giả định về người cha của cô - một nguồn quan trọng của animus - thất bại với *tư cách là* người cha - giả sử rằng ông đã bỏ vợ và đi với những người khác. Có lẽ là cuộc hôn nhân tiếp tục, nhưng ông

ta buồn rầu và im lặng, không hoà hợp với mẹ cô hoặc theo cách nào đó có sự miễn cưỡng giữa họ, hoặc thỉnh thoảng họ không nói chuyện với nhau. Những kinh nghiệm này ảnh hưởng đến hình ảnh của cô gái về người cha, và vì ông là nguyên mẫu của tất cả đàn ông đối với cô, ảnh hưởng này sẽ duy trì; một cách vô ý thức, cô có xu hướng tiếp xúc với tất cả đàn ông bằng thái độ dè dặt - điều này họ cảm thấy được, dù là cô có thể không cảm thấy. Cô có lẽ không nhận thức được sự dè dặt này một chút nào và phủ nhận là mình có ý nghĩ như vậy; tuy thế cô cố khuynh hướng làm tức giận đàn ông và cô có lẽ không nhận ra những gì mình đang làm. Cô không muốn xúc phạm họ và những ý định của cô thật đáng ngưỡng mộ. Nhưng nếu một người đàn ông không tán đồng với cô, một cách lịch sự, hỏi cô *một cách thiện ý*, anh ta sẽ bị "bắn hạ" ngay lập tức, và rất ngạc nhiên. Phản ứng của cô dường như mất sự hài hoà. Sở dĩ như vậy là vì cô không nhận thức rằng mình luôn luôn ở trong trạng thái tự bảo vệ, do vậy cô gõ tội cho mình, bất kể cái giá là như thế nào. Hoặc nếu như điều này là không thể, cô sẽ tìm thấy một vật để tế thần. Điều này xảy ra lặp đi lặp lại nhưng không gây ấn tượng gì lên cô cả. Thường thì cô rộng lượng đối với những lỗi lầm và giúp đỡ những người đề nghị sự giúp đỡ của cô. Cô cảm thấy cho dễ dàng hơn nhận. Cô phạm sai lầm rất đáng buồn là đánh giá thấp, dù chỉ một ít, ý kiến của những người khác. Khó có thể bảo cô điều gì; hoặc cô đã biết chúng rồi, hoặc nếu như cô chưa biết, cô có thể tỏ ra rằng dù thế nào thì nó cũng không quan trọng.

Trái lại, nếu như người cha là một người cha thực sự thành công, tự nhiên ông trở thành một nguồn tình cảm và an toàn đáng tin cậy. Con gái của ông do đó có thể lí tưởng hóa ông; cảm thấy mình được làm chủ bởi người cha và cô ta biết và hiểu người cha hơn bất kì ai khác. Điều này xảy ra càng dễ hơn nếu như người mẹ chết; nhưng sự hiện diện của người mẹ không nhất thiết loại bỏ điều này. Mối liên hệ gần gũi giữa cô gái và người cha thường bị phá vỡ, gây đau khổ cho cô, nếu người cha tái hôn hoặc bỏ đi sống ở nơi khác. Nhưng kết quả của sự đồng nhất ban đầu với người cha vẫn tồn tại và cô thấy không thể bao giờ thiết lập được một mối quan hệ gần gũi với một người đàn ông khác. Có lẽ điều này chống lại những ước muốn ý thức của cô; nhưng cô không thể từ bỏ bản thân mình, ngay cả trong hôn nhân: cô luôn luôn giữ lại một cái gì đó, được định hướng bởi một động cơ vô thức rằng cô không thể trao cuộc đời mình cho một người đàn ông khác. Điều này có thể dẫn đến chứng đồng tính luyến ái mà có thể có hoặc không đi kèm với những biểu hiện thể xác.

Thật là bình thường đối với những người phụ nữ có nhiều ý kiến, và họ sẽ rất mệt mỏi với chúng; nhưng người phụ nữ có vấn đề về animus thì có thể trở nên cố chấp, tức là cô buộc những người khác phải chấp nhận những ý kiến của mình. Khi được biểu lộ, những ý kiến của cô có thể nhạy cảm và mới mẻ. Tuy thế, động cơ bị che giấu khi nêu chúng lên thường là để giành lợi thế. Điều này sẽ làm anima hoạt động trong người đàn ông và anh ta sẽ cảm thấy phần nộ quá mức. Nếu như anh ta không biết gì về tâm lí phụ nữ, anh ta sẽ tranh cãi với người phụ

nữ này mà không biết rằng mục tiêu của cô là tranh cãi chỉ là để tranh cãi chứ không phải nhằm tìm kiếm sự thật. Cô giành được những thắng lợi trong cuộc khẩu chiến nhỏ nhoi nhưng từ trước đó khá lâu, chính chúng đã mở đầu cho thất bại. Không may cho cô là cô không nhận ra những thất bại của mình và điều này cứ được lặp lại. Rất tự nhiên, hoạt động của animus sẽ bị ảnh hưởng bởi kiểu tâm lí của người phụ nữ và những năng khiếu tự nhiên của cô. Cô có thể rất thông minh với những ý tưởng lỗi lạc, và chúng có thể tập trung vào một số chương trình thành công trong một thời gian và sau đó chững lại. Dường như không một cái gì có thể được tạo dựng xung quanh cô. Chỉ có những cuộc cãi lộn bên ngoài và xung đột bên trong, và khi cô già hơn, cô có thể cảm thấy mình quá cô đơn, những người bạn của cô đã biến mất.

Một ảo tưởng mà nhiều phụ nữ phải vượt qua, nếu họ muốn khỏe mạnh, là họ đang bị tấn công. Họ xử sự như là thế giới nói chung thù địch với họ. Nếu như họ có được vẻ đẹp và sự duyên dáng, chúng sẽ được sử dụng hầu như là những phương tiện ngăn cản đàn ông lại gần. Những người đàn ông sẽ bị hấp dẫn bởi sắc đẹp của cô gái nhưng họ sẽ không nhận ra một cái gì khác nữa, và cô sẽ thích thú với sự ngưỡng mộ của họ. Tuy vậy những đánh giá của họ không nhận được hồi âm và cô có thể xem sự hấp dẫn của mình như là một vũ khí. Sự tăng bốc dễ được chấp nhận; cô cần sự khen ngợi cho tất cả những gì cô làm; nếu không có chúng cô sẽ cảm thấy thiếu hụt. Dĩ nhiên có những lỗi lầm về cả hai phía và không phải luôn luôn dễ dàng cho một cô gái bộc lộ những cảm xúc của mình.

Có lẽ bức tranh này dường như được vẽ quá mức và nó không áp dụng được cho mọi phụ nữ; và cũng không phải là những đặc điểm đáng tiếc của animus đều xuất hiện hàng ngày. Trong những giai đoạn dài, có thể có những quan hệ tốt. Tuy thế đây là một bức tranh chân thực về tâm lý của nhiều phụ nữ, những người làm tổn thương và làm xa lạ những bạn bè của mình và phá hoại một cách mù quáng những gì là cao quý trong đời sống cá nhân họ. Những cảm xúc của họ bị điều chỉnh sai lạc và có xu hướng đổ lỗi cho những người khác về những thất bại của mình.

Trong việc điều trị bằng phân tích, sẽ là khó khăn, và có khi là không thể làm cho khái niệm animus trở nên rõ ràng với một phụ nữ mà những yếu tố nam tính trong nhân cách cô không được hoà trộn một cách hài hoà. Cô là kẻ thù tồi tệ nhất của bản thân mình. Animus tự trị của cô luôn luôn ở trong trạng thái phòng vệ, bị thúc đẩy bởi một khát vọng mạnh mẽ là luôn luôn đúng, luôn được tham dự trước tiên và do vậy tránh được tình trạng có thể bị từ chối. Dĩ nhiên sự phóng đại animus này là một gánh nặng cho người phụ nữ. Nhưng sự thừa nhận nó là phương tiện mà nhờ nó cô có thể đạt được sự phát triển đầy đủ. Có thể là một sự giúp đỡ thực tiễn lớn đối với một người phụ nữ muốn biết animus hoạt động như thế nào khi đề nghị cô viết ra những giấc mơ của mình và sử dụng tất cả mọi phương tiện trong khả năng của mình, chẳng hạn như vẽ tranh hoặc tạo hình, để mô tả và hình dung được những phẩm chất animus nào đang quấy rầy cuộc sống của cô. Chừng nào mà cô chưa nhận thức được sự tồn tại của nó thì nó vẫn hoạt động tự

trị và mang tính phá hoại. Một người phụ nữ như vậy cư xử như là cô sợ mất kiểm soát và không có một trạng thái nào mà cảm xúc của cô ta tham dự lại được phép phát triển một cách tự nhiên. Cô làm gián đoạn hoặc theo một vài cách không thể dự đoán được, làm cho những người khác cảm thấy họ mất mục tiêu.

Nếu như cô đóng vai của mình tốt và hài hoà với những người khác, cô phải trở nên ý thức nhiều hơn về những đặc điểm nam tính trong nhân cách mình. Chúng là những yếu tố quá nổi bật và chúng che khuất đi những phẩm chất nữ tính quan trọng hơn nhiều của cô. Một người phụ nữ có được sự tự tin và sự nhẫn nại để thực hiện sự tự đánh giá bản thân hoặc là chấp nhận những nhận xét thiên ý của người khác. Cô phải hiểu là sức mạnh thật sự của cô nằm ở trong việc nhận biết đồng cảm cảm xúc của những người khác. Khi điều này đạt được, người phụ nữ sẽ thực hiện đúng vai trò chân thực của mình, cô sẽ gắn bó với nhóm, với gia đình. Ít quan tâm hơn tới những thành quả cá nhân, cô đến gần hơn thế giới vô thức bên trong. Nhớ rằng animus là một hình ảnh trong vô thức tập thể, điều quan trọng đối với cô là chú ý đến những giấc mơ của mình. Từ chúng, cô sẽ hiểu, và kết quả là có thể thực hiện những điều chỉnh mang tính bù trừ cần thiết. Cũng sẽ có một lợi ích khi khám phá ra cô có thể đạt được một cách nhìn nhận ít cá nhân hơn - tức là phi cá nhân nhiều hơn - trong những nỗ lực của mình trở thành một người phụ nữ như thế nào. Với sự mở rộng ý thức, năng lượng tiêu phí trong những cuộc xung đột nhỏ nhất có thể được sử dụng trong việc giúp cô tiếp cận với thế giới bên ngoài. Nhưng trước

tiên cô phải thiết lập những liên hệ với vô thức, thế giới bên trong, và do vậy mới vượt qua được những nỗ lực bất thành nhằm tạo dựng nên chính mình bởi cái mà Jung gọi là “sự hướng ngoại của animus”. “Thay cho người phụ nữ chỉ gắn những quan điểm với những hoàn cảnh bên ngoài - những hoàn cảnh cô nên nghĩ một cách có ý thức - animus như là một chức năng liên kết, cần được hướng vào bên trong, nơi nó có thể kết hợp những nội dung vô thức... người phụ nữ phải học cách phê phán và giữ những quan điểm của mình ở một khoảng cách nhất định; không phải để dồn nén chúng, mà để khám phá những nguồn gốc của chúng, xâm nhập sâu hơn vào nền tảng... Mặt nam tính bên trong của người phụ nữ mang lại những hạt giống sáng tạo có sức mạnh làm giàu khía cạnh nữ tính của người đàn ông”⁽⁸²⁾.

Nhiều người phụ nữ, qua phân tích, đã nhận thấy những hậu quả tiêu cực của những khuynh hướng animus của mình và đã sửa đổi chúng. Điều này tạo nên một khác biệt đáng kể trong cuộc sống cá nhân của họ: họ trở nên dễ quan hệ với người khác ở mức độ ý thức - một bước quan trọng trong việc hiểu những chất liệu cổ mẫu, phi cá nhân của cuộc sống. Họ cảm thấy thân ái với bản thân mình, và điều chắc chắn là, cùng chia sẻ một bầu không khí tin tưởng lẫn nhau và thanh bình. Những phẩm chất tích cực này của animus sẽ được nhận thấy trong những giấc mơ và chúng cần được thảo luận đơn giản và rõ ràng, tránh trừu tượng, để người phụ nữ có cơ hội nhận ra bằng cách nào mà cô có thể biện hộ cho bản thân mình. Bên trong sự hiểu biết của cô là khả năng hình thành nên một chiếc cầu nối giữa đời sống ý thức

và những nền tảng vô thức của cô, mà cần nhớ rằng, nó hoạt động hoàn toàn tự trị. Điều này không phải luôn dễ dàng trên thực tế; nhưng với thiện ý nó có thể được thực hiện. Cô phải làm hầu như tất cả mọi việc bằng cách đánh giá vô thức của mình - tức là, bằng việc chú ý tới những giấc mơ, bằng tưởng tượng tích cực và vẽ, và bằng những cách khác. Bằng những phương tiện này cuộc sống của cô sẽ phát triển và bắt đầu mất đi những sự khó chịu của nó; cô trở nên sẵn sàng nhận cũng như cho.

Những người đàn ông nhanh chóng nhận thức được những người phụ nữ có animus *không* quá phát triển. Cô có phẩm chất không thể xác định được chẳng hạn như là sự duyên dáng; cô quan tâm tới đàn ông, thích nghe những gì anh ta nói và sự thích thú của cô là thật. Một người phụ nữ như vậy sẽ gia nhập vào nhóm những “người yêu của thế giới” nhưng nên nhớ rằng cô cũng có một animus, mặc dù nó không biểu hiện bệnh lí. Tuy vậy, nó vẫn còn đó và tạo cho cô một quan hệ trực tiếp với những người đàn ông, như là cô biết một cái gì về họ rồi. Quan sát chỉ ra rằng những người phụ nữ loại này có xu hướng hoà hợp tốt hơn với mọi người bởi vì họ hiếm khi ở trong trạng thái phòng ngự, họ không cảm thấy có ước muốn phải giành điểm và họ không bị choáng váng bởi việc mắc sai lầm.

Mô tả của Jung về anima và animus được dựa trên những quan sát lâu dài về những gì diễn ra trong vô thức của đàn ông và phụ nữ. Sự đánh giá của ông về vô thức có tính thực tiễn cao, không ảo tưởng chút nào và giúp cho việc tìm hiểu được nhiều hơn về tất cả những trạng thái của con người.

CHƯƠNG VI

NHỮNG LĨNH VỰC MỞ RỘNG CỦA TƯ TƯỞNG JUNG



Việc Jung vào làm việc tại bệnh viện Burgholzli vào tháng 12 năm 1900, đánh dấu một bước chuyển trong sự nghiệp của ông. Rời Basel tới Zurich không chỉ có ý nghĩa là rời khỏi một môi trường để nhận một công việc mới. Jung viết: “ở Basel, tôi luôn khắc sâu trong mình là một người con của giáo sĩ Paul Jung và là cháu của giáo sư Carl Gustav Jung (giáo sư y học tại Đại học Tổng hợp). Tôi là một trí thức và thuộc về một tầng lớp xã hội nhất định. Tôi cảm thấy những sự kháng cự lại điều này vì tôi không thể và sẽ không bao giờ để mình bị phân loại cả”⁽⁸³⁾. Ông không được biết đến ở Zurich khi đảm nhiệm công việc đầu tiên trong một bệnh viện tâm thần. Nhưng số phận đã sắp đặt điều đó ở Zurich và ở Kusnacht trên hồ Zurich, ông sống cuộc đời của mình và trở thành một hình ảnh nổi bật trong lĩnh vực tâm thần học.

THÔI MIÊN

Ở Burgholzi ông có trách nhiệm chăm sóc và điều trị các bệnh nhân, và giống như những đồng nghiệp khác, ông tiến hành nghiên cứu. Khá sớm ông bắt đầu giảng bài và thuyết trình cho các sinh viên y khoa của mình, những người thực tập tại bệnh viện. Công việc hoàn toàn phù hợp với ông. Ông bắt đầu sự nghiệp trên cơ sở lựa chọn của mình, với hi vọng và tham vọng xua tan đi một số những bí ẩn xung quanh bệnh tâm thần và phát hiện ra những gì đang diễn ra trong đầu óc những bệnh nhân bị rối loạn tâm thần.

Nói một cách tổng quát, có hai nhóm bệnh nhân: nhóm đầu, những người bị bệnh nặng, bị loạn tâm, nhiều người trong đó không thể chữa được. Việc điều trị cho họ chỉ giới hạn trong việc chăm sóc bằng cách canh phòng và chú ý đến sức khỏe thể chất của họ. Nhóm thứ hai là những người bệnh ít bị nghiêm trọng hơn với những triệu chứng như lo âu, sợ hãi, những ám ảnh và những hình thức khác của nhiễu tâm, một số loạn tình thần, và số khác là những lệch lạc về mặt tình dục. Nỗ lực chữa trị tích cực được thực hiện là hướng vào nhóm thứ hai này, dù là vào thời đó không ai biết cái gì đã gây ra bệnh, hay là những triệu chứng có ý nghĩa gì. Họ được giúp đỡ, trong bệnh viện, và trong những phòng khám, bởi liệu pháp tâm lý đơn giản dưới dạng lời khuyên, khuyến khích tốt, và có lẽ cả thuốc an thần. Jung học được nhiều từ những cuộc nói chuyện với những bệnh nhân này. Nhiều người trong họ khá lên, và hiển nhiên đó là kết quả của sự khuyến khích và hỗ trợ mà họ nhận được.

Trong những năm đầu làm việc tại bệnh viện Burgholzli, trong nhiều tháng vào năm 1912, Jung học sau đại học ở Paris tại Bệnh viện Salpêtrière, dưới sự hướng dẫn của giáo sư Pierre Janet, mà những tác phẩm chính của ông viết về hysteria và những bệnh nhiều tâm khác rất ấn tượng đối với Jung. Janet sử dụng thôi miên mạnh mẽ, và vì vậy có một số nhà tâm thần học nổi tiếng ở Thụy Sĩ theo học. Kết quả là, trong những bài giảng cho sinh viên của mình vào thời đó, Jung dành cho thôi miên một vị trí nổi bật, và giống như ngày nay, chủ đề này đã đánh thức mối quan tâm trong các sinh viên. Việc sử dụng kỹ thuật thôi miên và thôi miên nhóm đã được xác lập vững chắc tại Burgholzli khi Jung đến đó, người tiền nhiệm của Eugen Bleuler, giáo sư August Forel đã sử dụng việc điều trị bằng thôi miên.

Thật đáng ngạc nhiên, Jung không cảm thấy khó khăn gì trong việc tiến hành thôi miên và ông có rất nhiều cơ hội sử dụng nó. Việc điều trị sẽ phụ thuộc vào những quan điểm của bác sĩ về nguyên nhân hay ý nghĩa của triệu chứng, nhưng vào lúc đó, Jung chưa biết đâu là nguyên nhân thực sự; ông mới chỉ là người bắt đầu và có một đầu óc khoáng đạt. Tuy thế, ông xác lập một quy luật xem xét tiểu sử bệnh nhân, nhiều nhất có thể, để phát hiện xem triệu chứng của họ có ý nghĩa gì. Nếu một bệnh nhân bị liệt một chân mà không có sự yếu kém thể chất nào, ông cố gắng phát hiện triệu chứng này bắt đầu xuất hiện lần đầu tiên khi nào và tình trạng tâm thần của họ vào lúc đó ra sao: Tại sao lại diễn ra dưới hình thức đó? Tại sao

một cái chân bị liệt? Một sự lựa chọn triệu chứng như vậy không thể chỉ là tình cờ.

Trong những ngày đó, nhiều bác sĩ tin rằng “thần kinh” (tức là rối nhiễu tâm lý) là do “tưởng tượng”, và họ đón chào bất kì phương pháp nào có thể loại trừ những ý nghĩ ngớ ngẩn mà bệnh nhân đưa vào đầu mình. Nhìn chung, việc điều trị bằng thôi miên phổ biến, các bệnh nhân nghĩ là nó có nhiều điều tuyệt vời và các bác sĩ trở nên nổi danh; nó thường làm giảm nhẹ những triệu chứng ngay lập tức, dù chỉ trong một thời gian ngắn. Nhưng Jung nghi ngờ. Ông phát hiện thấy số lượng những ca khỏi bệnh ít một cách đáng thất vọng. Nó là một phương pháp không chắc chắn và nhiều bệnh nhân không thể bị thôi miên. Jung được một thành viên lớn tuổi của bệnh viện cho biết rằng, trong quá khứ, phần lớn những bệnh nhân tham gia thôi miên nhóm vẫn ngồi với đôi mắt nhắm và giả vờ như họ đang bị thôi miên, nghĩ rằng giáo sư Forel sẽ tức giận nếu như họ không ở trong trạng thái như vậy.

Tiếp tục quan sát phương pháp điều trị trên, Jung phát hiện thấy là thôi miên cá nhân hay thôi miên nhóm ngày càng không thỏa mãn. Đôi khi ông nhận được những kết quả về triệu chứng khá tốt mà không hiểu biết gì hơn về nguồn gốc của bệnh. Làm việc trong bóng tối như vậy không làm hài lòng ông. Hơn nữa, Jung phát hiện thấy những bệnh nhân thường trở nên phụ thuộc vào mình và luôn coi ông như một thầy phù thủy. Điều này làm ông bối rối; nhưng dần dần ông nhận biết: tác động của thôi miên phụ thuộc vào ám thị, và bệnh nhân, trong trạng thái thôi miên

như vậy và được làm giảm nhẹ một vài triệu chứng, không phải là không tự nhiên khi cho rằng người thầy thuốc có những “khả năng” hoặc “tài năng” đặc biệt nào đó. Đối với Jung, điều này hoàn toàn khó chịu, và từ kết quả của những kinh nghiệm này cộng với bản chất bề ngoài của thôi miên, ông đã từ bỏ chúng. Để tạo ra một cách “chữa bệnh” mà lại không biết nó xảy ra như thế nào, điều này không hấp dẫn ông.

TỔ HỢP TRONG ĐIỀU TRỊ

Từ những thực nghiệm liên tưởng từ của mình như đã nói ở trên, Jung đã chứng minh bản chất tự trị của vô thức, được thấy trong sự hình thành những tổ hợp và kết quả của chúng thể hiện trong thời gian phản ứng chậm trễ, thường kèm theo những biểu hiện về mặt sinh lí học. Đây là một khám phá có ý nghĩa, và Jung đã cùng những đồng nghiệp của mình nhiệt tình theo đuổi. Bởi vì những kết quả của test này có mối liên hệ trực tiếp với việc điều trị các bệnh nhân, nên có nhiều hi vọng rằng họ có thể phát hiện ra nguồn gốc của những triệu chứng và do vậy mở ra cánh cửa cho việc chữa trị.

Như là một “dụng cụ chỉ báo tổ hợp”, phương pháp liên tưởng từ hữu ích nhất trong việc điều trị bởi vì nó tập trung vào những sự kiện hoặc ý tưởng trong đầu óc người bệnh, mà anh ta, cũng như bác sĩ, đã bỏ qua. Những cuộc đối thoại sẽ diễn ra tiếp theo với mục tiêu làm hữu thức hóa nội dung bị che giấu. Với phương pháp này, Jung có thể cho bệnh nhân thấy những ghi

chép đã chỉ ra, không nghi ngờ gì cả, sự phản ứng chậm của họ với một từ kích thích cụ thể như thế nào, và nó ảnh hưởng như thế nào đến việc hít thở và làm cho tim đập nhanh hơn, cũng như làm chậm sự trả lời của họ. Bệnh nhân không nhận thấy sự chậm trễ này khi trả lời, và họ hoàn toàn không thể giải thích được việc hô hấp thay đổi và nhịp tim tăng. Rõ ràng là bức tranh của họ về bản thân mình là không đầy đủ. Cảm xúc bị che giấu xuất hiện một cách đơn giản trên lược đồ cho phép cho bác sĩ bắt đầu những điều tra của mình với sự tin tưởng. Những đầu mối như vậy luôn luôn được bám sát, và người ta phát hiện ra rằng một vài sự kiện quá khứ vẫn đang ảnh hưởng tới bệnh nhân và gây ra những triệu chứng, dù là anh ta không nhớ lại được giai đoạn đó. Đây là một một bước tiến thực sự: ranh giới đã mở rộng.

Sự áp dụng test liên tưởng từ của Jung là một thành quả lớn. Các bác sĩ từ nước ngoài đã đến Zurich để học phương pháp này và nó trở nên nổi tiếng và được sử dụng rộng rãi. Sau đó, Jung đã có hàng loạt những bài giảng về chủ đề này tại Mỹ. Có vẻ như có một tương lai xán lạn cho kỹ thuật này. Nhiều người đã từng ảo tưởng là ý thức hoàn toàn đồng nhất với toàn thể nhân cách của chúng ta. Những test này đã chỉ ra một cách hoàn toàn thuyết phục rằng nhân cách rộng lớn hơn “ý thức”. Ý thức biểu hiện cho những giới hạn, chẳng hạn, trong việc duy trì sự tập trung. Như test liên tưởng từ chứng tỏ, vô thức chiếm một vai trò quyết định. Trong việc áp dụng những test này, Jung quan sát những cử động của bàn tay và chân, ho,

cười... cũng như thời gian phản ứng. Khi một người trả lời bằng cùng một từ nhiều lần đối với một số những từ kích thích, ông xem xét điều này cẩn thận. Những phản ứng này nằm ngoài sự kiểm soát của ý chí - đó là một phát hiện ấn tượng nhất. Một nhóm các test được thực hiện với các gia đình, và phát hiện thấy rằng kiểu liên tưởng và phản ứng có sự tương đồng đáng kể trong những thành viên nhất định của một gia đình, chẳng hạn như hai anh em, hay một người mẹ và một đứa con. Điều này cho thấy sự hiện diện của sự đồng nhất hóa.

Không may là test này có nhược điểm. Nó có nhiều trở ngại: việc bác sĩ sử dụng một đồng hồ đo giờ và tập trung vào đó, và sau đó đánh dấu trên đồ thị, đưa một yếu tố cơ học can thiệp vào mối quan hệ giữa bác sĩ và bệnh nhân. Trong test này, bệnh nhân, không tránh khỏi, chiếm vị trí thứ hai. Vì những lí do này, Jung sử dụng test này ngày càng ít đi. Nhưng bất chấp những hạn chế của nó, nó vẫn là một công cụ nghiên cứu vô giá và ông tiếp tục sử dụng những test này trong vài năm, chủ yếu cho mục đích chẩn đoán, kết hợp với những phương pháp điều trị khác. Nhiều hơn bất kì gì khác, nó mở đường cho hoạt động sau này của ông. “Chính những nghiên cứu liên tưởng này”, Jung viết, “sau đó, vào năm 1909, đã giúp tôi có được lời mời tới Đại học Clark. Tôi được đề nghị giảng về công việc của mình. Đồng thời và độc lập với tôi, Freud cũng được mời tới đó”⁽⁸⁴⁾. Như chúng ta đã biết, kết quả của những phát hiện của tests này là sự dồn nén, và nhờ nó, Jung đã biết đến Freud.

Sau sự cộng tác với Freud, những phương pháp điều trị của Jung bắt đầu được mở rộng, và ông chú ý ngày càng nhiều hơn vào những giấc mơ của bệnh nhân. Phân tâm học của Freud được đưa vào trong những chương trình giảng bài của ông cho sinh viên.

Trong thời kỳ ban đầu này, Jung đã thử nhiều phương pháp: nhưng ông luôn tránh kỹ thuật điều trị bằng tâm lý cực đoan. Mỗi bệnh nhân phải được điều trị như một cá nhân: mỗi người có vấn đề riêng của mình, những động cơ riêng, không có hai người nào lại hoàn toàn đồng nhất. Jung tham gia hoàn toàn vào việc điều trị, và bằng cách ngồi đối diện với bệnh nhân của mình, sự tham gia của ông cũng là rõ ràng cho bệnh nhân. Theo cách nghĩ của ông, một cái ghế dài là một cái barrier, và nó làm gián đoạn sự cộng tác giữa hai người - bệnh nhân và nhà phân tích. Phương pháp điều trị linh hoạt của riêng ông đang được hình thành, chủ yếu bởi những gì mà ông từ bỏ hơn là những bổ sung mới mẻ nào. Một "kỹ thuật" bất kỳ, chẳng hạn như test liên tưởng từ, hay là sự giả tạo của việc bệnh nhân nằm trên một chiếc ghế, đối với Jung, là một trở ngại hơn là một sự giúp đỡ.

TÂM LÝ HỌC VÔ THỨC

Đồng thời với việc nghiên cứu ý nghĩa của các triệu chứng, ông tiếp tục tập trung vào một vấn đề còn quan trọng hơn nhiều, ý nghĩa của những biểu tượng trong những giấc mơ được kể trong quá trình điều trị. Một ví dụ của điều này là kết luận quan trọng mà Jung đạt

được về một kiểu bệnh nhân đặc biệt khó khăn mà ông thường gặp phải: “Tôi nhận ra rằng mình không thể điều trị những chứng loạn tâm tiềm ẩn nếu như tôi không hiểu gì về những biểu tượng của chúng. Do đó mà tôi bắt đầu nghiên cứu thần thoại học”⁽⁸⁵⁾. Điều này cho chúng ta một cái nhìn thoáng qua về phạm vi nghiên cứu của Jung luôn luôn được mở rộng như thế nào. Từ kiến thức thần thoại học của mình, ông nhận thấy một mối liên kết “giữa thần thoại cổ đại và tâm lý của những người nguyên thủy, và điều này dẫn tôi tới những nghiên cứu sâu hơn về cái sau”. Cùng lúc đó, một đồng nghiệp lâu năm đề nghị Jung đọc một tài liệu nói về những huyền tượng của một cô gái trẻ người Mỹ. Điều này đã gây ngạc nhiên cho ông. “Tôi ngay lập tức hết sức ngạc nhiên bởi đặc điểm thần thoại của những huyền tượng này. Chúng như một chất xúc tác đối với những gì có trong tôi và mới chỉ là những ý tưởng lộn xộn. Dần dần có những gì đó đã được hình thành trong chúng, và từ những kiến thức về các thần thoại, tôi đã viết nên cuốn sách *Tâm lý học vô thức*”⁽⁸⁶⁾. Sự hợp tác của ông với Freud kết thúc với sự xuất bản tác phẩm này. Jung cảm thấy rất cô đơn. Ông có nhiều người bạn trong phong trào phân tâm học và ông luyến tiếc khi phải chấm dứt những quan hệ này. Cũng không phải là một sự kiện quan trọng khi các bác sĩ ở Zurich và những nơi khác đã đồng nhất ông với phong trào của Freud, và do vậy, một lần, họ từ chối mời ông khám cho các bệnh nhân của họ. Đây chỉ là một thời khắc ngắn ngủi khá lâu trước khi ông có quá nhiều bệnh nhân đến với mình từ nước ngoài. Kết quả có giá trị lớn nhất là ông có nhiều thời gian hơn để theo đuổi con

đường đọc, nghiên cứu và suy nghĩ của riêng mình. Điều này tự ông làm.

Khi việc điều trị cho bệnh nhân là mối quan tâm của mình, Jung vẫn giữ được đầu óc cởi mở, và ông chuẩn bị thay đổi phương pháp của chính mình bất cứ lúc nào mà ông thấy có đủ những lí do để làm như vậy. Ông viết: “Sẽ là một lỗi lầm không thể tha thứ được khi bỏ qua những điều đúng đắn trong cả hai quan điểm của Freud và Adler, nhưng cũng là một sai lầm không thể tha thứ được khi coi bất kì quan điểm nào là hoàn toàn đúng. Trên thực tế có nhiều trường hợp nhìn chung có thể được mô tả và giải thích tốt nhất bằng lí thuyết này và một số bằng lí thuyết khác... Điều chắc chắn không bao giờ xảy ra cho tôi bắt đầu từ con đường của Freud đã khiến tôi gặp phải những sự kiện buộc tôi phải có những biến đổi. Điều này cũng đúng trong mối liên hệ giữa tôi với quan điểm của Adler”⁽⁸⁷⁾.

Khi viết ra điều này, Jung luôn nhớ tới những giới hạn đối với tư tưởng do sự nhấn mạnh của Freud vào những lệch lạc của libido tình dục trẻ con như là yếu tố căn nguyên của tất cả những chứng nhiễu tâm; và cũng vậy, sự khẳng định của Adler vào giá trị phổ quát của lí thuyết của ông rằng nhiễu tâm là một hệ thống những phương cách mà một người dùng để tránh khỏi trách nhiệm đối với những yêu cầu của cuộc sống, và đạt được quyền lực đối với những người khác trong môi trường.

Freud tìm cách giải thích về sự nhiễu tâm trong những sự kiện quá khứ, trong khi đó Adler nhìn nhiễu tâm như một sự sắp xếp với thiết kế và mục đích nhằm kiểm soát tương lai và đạt được sự vượt trội.

Xem xét cả hai lí thuyết về nhiều tâm này, Jung có một quan điểm khác: “Những triệu chứng của nhiều tâm không chỉ đơn giản là kết quả của những nguyên nhân bất nguồn từ quá khứ xa xưa, dù là “tình dục trẻ con” hay khát vọng quyền lực trẻ con; chúng cũng là những nỗ lực tổng hợp cuộc sống mới những nỗ lực bất thành, hãy để chúng được thêm vào liên tục, vì dù sao chúng cũng là những nỗ lực với nền tảng giá trị và ý nghĩa”⁽⁸⁸⁾.

VẤN ĐỀ HIỆN TẠI

Kết luận chính của Jung vào giai đoạn này là các triệu chứng; và trong điều trị các triệu chứng hoàn toàn không phải là một di sản được mang đến từ quá khứ, và cũng không phải là một nỗ lực nhằm giành được sự kiểm soát những sự kiện có thể xảy đến trong tương lai, mà là một thất bại trong việc đương đầu với tình trạng đang diễn ra tại thời điểm hiện tại. Điều này thành quan điểm chính trong việc điều trị bằng Tâm lí học phân tích. Phân tích giấc mơ trở thành trọng tâm trong điều trị, và điều này có nghĩa là một tiền sử bệnh thật sự, và thường là lâu dài, một sự hồi tưởng lại trong tâm trí những sự kiện thời thiếu niên, chẳng hạn, như thái độ hướng tới người cha hay người mẹ, những người anh và chị và những người khác trong môi trường thơ ấu và thiếu niên, những sự kiện ở nhà và trong đời sống học đường và v.v... Không có lịch sử này, những giấc mơ sẽ rất khó hiểu, và do vậy trạng thái hiện tại và những kế hoạch trong tương lai

của anh ta cũng vậy. Nhưng dù lịch sử này là quan trọng, nó không giải thích được tại sao sự suy sụp lại diễn ra vào hiện tại. Nếu nguyên nhân hoàn toàn nằm ở trong quá khứ, tại sao không có dấu hiệu của một sự sụp đổ trước đó? Trong giấc mơ, những sự kiện quá khứ có thể xuất hiện, nhưng tại sao chúng không xuất hiện trong quá khứ đó. Điều này chỉ có nghĩa là, trong giấc mơ, quá khứ và hiện tại gặp nhau. Ngay cả giấc mơ được coi là dự báo cũng chú trọng vào hiện tại. Một sự sụp đổ thần kinh xảy ra trong hiện tại phải được xem xét trong hiện tại, chứ không phải trong quá khứ hay tương lai. Jung tin rằng những sự kiện của giai đoạn sống hiện tại và suy nghĩ của bệnh nhân có liên hệ quan trọng tới căn bệnh của anh ta.

Ngay cả trong giai đoạn hợp tác giữa hai người, Jung không theo những cách thức thực hành của Freud đặt bệnh nhân nằm trên một chiếc ghế dài trong những buổi điều trị. Nằm thư giãn trên một chiếc ghế dài cho phép thực hiện được nguyên lý cơ bản của phân tâm học là liên tưởng tự do, bệnh nhân nói mà không có sự kiểm duyệt tất cả những gì xuất hiện ngay trong đầu óc mình.

Jung không thể chấp nhận kỹ thuật này và trên thực tế không tán thành, vì nó đưa ra sự *phóng đại*, một hình thức liên tưởng khác với liên tưởng tự do ở một điểm quan trọng: người bệnh sẽ được đề nghị liên tưởng về một đặc điểm trong một giấc mơ, anh ta chỉ chú ý tới đặc điểm đó và không để những ý nghĩ của mình tách xa khỏi chủ đề. Trong suốt buổi phân tích, Jung và bệnh nhân của mình nói chuyện bình đẳng, và cuộc nói chuyện, theo lời Jung, “sẽ giống như một cuộc

đối thoại xã hội và nếu như người đó bị nhiều tâm thì chúng bệnh cũng sẽ được thảo luận đến, nhưng theo cùng cách như những sự kiện khác". Jung hiểu là mình không bao giờ nên mở đầu cuộc nói chuyện, trừ một vài lời hỏi han - Anh cảm thấy thế nào? - và sau đó đợi bệnh nhân trả lời. Lí do của ông là thông thường trong buổi đầu tiếp xúc chúng ta không biết gì về nhau cả. "Giữa bệnh nhân và tôi", Jung nhận xét, "có những bản năng, những cổ mẫu và vô thức. Do vậy tôi thích đợi và để bệnh nhân bắt đầu".

Theo quan điểm của Jung, một kỹ thuật mang tính hình thức, chẳng hạn như liên tưởng tự do, sẽ đem cả yếu tố ám thị vào cuộc nói chuyện; điều này có thể khác được không? Nằm trên một chiếc ghế dài sẽ truyền tải một sự ám thị về bệnh. Kỹ thuật này cũng được sử dụng trong thôi miên, ở đó bệnh nhân mất đi sự chủ động và phụ thuộc vào nhà thôi miên. Đối với ông đây là phương pháp trái ngược với một cuộc trao đổi.

Cuộc nói chuyện với Jung thường gây ngạc nhiên cho những bệnh nhân đã từng gặp các bác sĩ tâm thần khác. Nó hoàn toàn không có vẻ hình thức; ông hiếm khi ghi chép. Ông đưa ra những câu hỏi nhưng không chỉ phối cuộc nói chuyện. Vào mọi lúc, Jung luôn ghi nhớ một câu hỏi quan trọng: tình trạng này đã xuất hiện từ mặt khác, từ vô thức như thế nào? Phong cách của ông là không hình thức nhưng không phải do sự tình cờ. Những gì mà bệnh nhân của ông nói làm ông thích thú; ông không định hướng cuộc nói chuyện; ông để nó tự diễn ra theo tiến trình, biết rằng cái gì xuất hiện tình cờ đều có mối liên hệ. Đây là một cuộc đối

thoại chứ không phải độc thoại. Khi hoạt động vô thức là rõ ràng trong cuộc nói chuyện thông thường, ví dụ, qua trí nhớ, thì nó cũng hiện diện trong cuộc nói chuyện với người bệnh, và Jung dựa vào nó. Thông thường, ông sẽ hỏi về những giấc mơ gần đây trong cuộc nói chuyện đầu tiên, đó là giấc mơ ban đầu. Ông cũng hỏi về cuộc sống thường ngày của bệnh nhân, nghề nghiệp, tình trạng gia đình, sức khỏe chung và đặc biệt là tình trạng hiện tại. Nhìn chung, một cuộc nói chuyện với Jung kéo dài khoảng một giờ, và những thu xếp sẽ được thực hiện cho những cuộc gặp gỡ sau, nếu như sự điều trị được diễn ra.

Jung thường bị các bệnh nhân yêu cầu giải thích cái gì đã xảy ra trong một cuộc nói chuyện vì điều này ảnh hưởng đến họ. Ông có thôi miên họ không, hay là cái gì khác? Dĩ nhiên, ông bảo họ rằng không có vấn đề thôi miên ở đây. Đồng thời rõ ràng là cuộc nói chuyện này chứa đựng nhiều điều hơn một cuộc nói chuyện thông thường: nó là riêng tư và bệnh nhân chỉ nói về bản thân mình và Jung hoàn toàn chú ý tới anh ta. Thỉnh thoảng bệnh nhân hỏi khi nào “việc điều trị” sẽ bắt đầu. Điều này có thể hiểu được, bệnh nhân ở trong một tình trạng không quen thuộc với một bác sĩ xa lạ và không biết người bác sĩ sẽ làm gì.

Nếu việc điều trị tiếp tục, như trong phân tích, sự đáp trả với tình trạng này của cả bệnh nhân và bác sĩ sẽ diễn ra như nó phải vậy. Khi những nội dung bí mật và thầm kín được nói giữa hai người, mỗi người sẽ ảnh hưởng đến người khác. Đây là điều chắc chắn sẽ xảy ra. Nó xảy ra giữa một bệnh nhân và một bác

sĩ tham gia vào sự điều trị nói chung; giữa một giáo sĩ và những người đang hỏi ý kiến ông về những vấn đề riêng tư; giữa một luật sư và khách hàng của mình, khi những vấn đề riêng tư có liên quan. Nó chắc chắn là một đặc điểm - và là một đặc điểm rất quan trọng - của những trao đổi giữa một bác sĩ tâm lý và một bệnh nhân đang chữa trị bằng liệu pháp tâm lý hay sự phân tích. Trong trường hợp luật sư và khách hàng, những động cơ vô thức được xem xét, như trong phân tích giấc mơ, để trong khi cuộc nói chuyện giống với những cuộc tư vấn cá nhân khác, nó có một sự khác biệt quan trọng là nhà phân tích chấp nhận điều trị bệnh nhân, không thể như các luật sư bắt tay bệnh nhân của mình và nói với anh ta (hay cô ta) lời chào tạm biệt. Với sự hợp tác của người bệnh, anh ta phải tiếp tục việc điều trị. Trong tình trạng này, mỗi người đóng một vai trò, và mỗi người phải phản ứng theo một số cách đối với người kia. Freud là người đầu tiên quan sát thấy bệnh nhân có khuynh hướng gán những ý nghĩ và những cảm xúc, thân thiện hay thù địch, tới nhà phân tích mà thực tế nó không thuộc về họ, mà nó có nguồn gốc trong kinh nghiệm thời thiếu niên của anh ta với bố mẹ. Ông đưa ra thuật ngữ *chuyển dịch* (transference) để mô tả những gì đang diễn ra. Jung nhận thấy tầm quan trọng của điều này, và sau đó ông đã cho thuật ngữ *chuyển dịch* này một ý nghĩa rộng lớn hơn khi ông coi bất kỳ ý nghĩ hay cảm xúc nào đều có thể được chuyển dịch và không chỉ là những gì bắt nguồn từ mối quan hệ cha mẹ - con cái thời thiếu niên.

CHUYỂN DỊCH TRONG QUAN HỆ BÁC SĨ - BỆNH NHÂN

Trong buổi đầu sự nghiệp của mình, Jung nhận thức rằng sự gặp gỡ giữa một bệnh nhân và một nhà phân tích trong quá trình điều trị có thể phức tạp bởi hiện tượng chuyển dịch. Các bệnh nhân có thể khẳng định rằng nhà phân tích thông minh khác thường, hiểu rất rõ họ và bằng những cách khác nhau, tỏ rõ sự hiểu biết nhân cách anh ta. Đối với nhà phân tích, điều này khiến cho mọi vấn đề trở nên thông suốt, không có những câu hỏi khó chịu hay sự giận dữ nào. Bầu không khí hợp tác tuyệt vời này không phải luôn luôn kéo dài. Dần dần nó có thể tối tăm lại, những tuyên bố có thể bị nghi ngờ, những cuộc hẹn có thể bị bỏ lỡ và nói chung, sự hợp tác không còn hài hoà nữa. Khi điều này lần đầu tiên được quan sát, nó không hiểu được - có lẽ vì nó chưa được hiểu đầy đủ.

Hướng những cảm xúc và suy nghĩ này tới hoặc lên người khác được mô tả như là hiện tượng chuyển dịch, nghĩa là đưa một số thứ từ một nơi, hoặc là như trong phân tích, từ một người, tới một người khác. Chuyển dịch là một hình thức của phóng chiếu (projetion) và giống như tất cả hình thức phóng chiếu khác, nó là vô thức.

Vì chuyển dịch là tự phát và không tìm kiếm, nó không thể bị loại bỏ bằng cách giải thích quá trình phóng chiếu. Phóng chiếu chỉ được biết thông qua những kết quả của nó: nó “xảy ra” vô thức; vì phóng chiếu là vô thức, do vậy những nội dung của nó cũng là vô thức. Khi một sự phóng chiếu được nhận biết bởi

một người “gửi” nó, nó có thể biến mất bởi vì nó đã được hiểu. Nhưng thực hiện được sự huỷ bỏ phóng chiếu này có thể là một vấn đề khó khăn. Những ý kiến của Jung về chuyển dịch thay đổi. Vào năm 1942, ông viết: “Tôi không cho là chuyển dịch tới một bác sĩ là một hiện tượng bình thường và không thể thiếu được cho sự thành công của việc điều trị. Chuyển dịch là một sự phóng chiếu và phóng chiếu có thể có mà cũng có thể không có. Nhưng nó là *cần thiết*... Sự vắng mặt của những sự phóng chiếu tới bác sĩ, trên thực tế, có thể làm dễ dàng đáng kể việc điều trị, bởi vì những giá trị cá nhân thực sự do đó có thể xuất hiện rõ ràng hơn”⁽⁸⁹⁾. Trong tác phẩm sau đó có tên gọi là *Tâm lý học chuyển dịch*⁽⁹⁰⁾, một lời chú giải mở đầu đã chỉ rõ điều này, và chúng ta có một tuyên bố xác thực duy nhất của Jung về cách mà quá trình cá nhân hóa (trang 171) thể hiện trong chuyển dịch. Trong lời đề tựa, Jung nói rằng khi việc điều trị tâm lý lâu dài là cần thiết, thành công hay thất bại của nó gắn liền với hiện tượng chuyển dịch. Nhưng những trường hợp thì biến đổi khác nhau: đôi khi sự xuất hiện của chuyển dịch tạo ra một sự thay đổi có lợi trong quá trình điều trị, nhưng nó có thể là “một trở ngại và một sự trầm trọng hơn nếu không phải là một biến đổi theo hướng tồi hơn, và trong trường hợp thứ ba nó tương đối không quan trọng... giống như các phương thuốc, đó là phương thuốc trị bách bệnh cho một người nhưng lại hoàn toàn là thuốc độc cho người khác”.

Jung xem xét sự chuyển dịch như là một hiện tượng quan trọng và sự vắng mặt của nó cần phải được lưu ý

vì có thể nó cũng quan trọng như là khi có nó. Trong *Tâm lí học chuyển dịch*, Jung mô tả và giải thích hình thức “cổ điển” của chuyển dịch. Những vấn đề khó khăn xuất hiện trong công việc điều tra ấy và “đặc điểm tạm thời” của nó được nhấn mạnh. Tác phẩm được viết với mục đích đem lại sự hướng dẫn cho những nhà tâm lí liệu pháp có kinh nghiệm, đã từng quen thuộc với tác phẩm trước đó của ông là *Tâm lí học và thuật giả kim*. Những độc giả đó “sẽ biết những liên hệ gần gũi gì tồn tại giữa giả kim thuật và những hiện tượng chuyển dịch, mà vì những lí do thực sự, phải được xem xét trong tâm lí học vô thức”⁽⁹¹⁾. Dĩ nhiên, Jung chỉ quan tâm tới những khía cạnh triết học của thuật giả kim chứ hoàn toàn không phải là hoạt động của những nhà giả kim thuật, những người muốn tìm ra một con đường ngắn nhất đến sự giàu có bằng việc biến đổi những kim loại thường thành vàng. Giả kim thuật nở rộ từ thời tiền Thiên chúa giáo đến thế kỉ XVII, do vậy thật tự nhiên là nó có nhiều hình thức.

Vì quyển sách này được viết cho những người không phải là chuyên gia, cần nói thêm rằng Jung đã gắn tầm quan trọng cho một thực tế là việc nghiên cứu giả kim thuật đã cung cấp “một quan điểm không của thời đại của chúng ta, để đi đến một sự hiểu biết đúng đắn và linh hoạt được những vấn đề tâm lí đương thời”⁽⁹²⁾.

Sau đó chúng ta còn đọc được “vấn đề cơ bản của liệu pháp tâm lí y học là *chuyển dịch*...”⁽⁹³⁾.

Một thái độ phi cá nhân về phía nhà phân tích không phải là vấn đề trong điều trị: anh ta ở *trong* sự

điều trị và do vậy chắc chắn bị ảnh hưởng bởi nó. Hai ảnh hưởng diễn ra là: ảnh hưởng của bệnh nhân lên anh ta và sự phản ứng vô thức chống lại tình trạng này. “Một bác sĩ tâm lý thông minh”, Jung viết “nhiều năm biết rằng, bất kì sự điều trị phức tạp nào đều là một quá trình cá nhân mang tính biện chứng, trong đó bác sĩ, như là một người, tham dự cũng nhiều như bệnh nhân”⁽⁹⁴⁾. Nói theo cách khác, bác sĩ và bệnh nhân tham gia vào sự trao đổi biện chứng, tức là sự xem xét cơ bản vấn đề chủ quan được tạo ra bởi bệnh nhân. Bác sĩ không phải là nguồn của tất cả mọi thông tin, không ở cao hơn bệnh nhân và không phải là người phán xét. Anh ta là một người tham dự vào trong quá trình đó và cũng gắn bó trong đó nhiều như bệnh nhân. Trong mỗi liên hệ như vậy, quan hệ, nghĩa là sự tin tưởng lẫn nhau, là thiết yếu, không có nó quá trình điều trị không thể tiến triển được.

Mỗi quan hệ hoặc liên kết xuất hiện giữa bác sĩ và bệnh nhân là một thực tế quan sát được. Những nội dung chủ quan của bất kì loại nào cũng có thể được phóng chiếu. Khi sự phóng chiếu là vô thức, nó không mang tính ý chí, và kết quả là không thể bị đòi hỏi và cũng không thể bị từ chối. Nhà phân tích không có sự lựa chọn về chuyển dịch. Nếu anh ta được đào tạo đúng đắn, anh ta sẽ nhận biết được cái gì đang diễn ra và sẽ chấp nhận trách nhiệm làm sáng tỏ bệnh nhân của mình. Jung luôn luôn khẳng định rằng trước khi một nhà tâm thần tiến hành việc điều trị cho bệnh nhân, bản thân anh ta phải được phân tích trước. Lời đề nghị này được Jung nêu lên và Freud hỗ trợ tại một trong

những hội nghị đầu tiên của phân tâm học, đã được chấp nhận rộng rãi. Do đó nhà phân tích biết, hay phải biết, cái gì có trong “tình trạng chuyển dịch”.

Những phóng chiếu chuyển dịch sẽ ảnh hưởng tới nhà phân tích, và Jung nói: “Nếu anh ta không nhận ra điều đó, anh ta sẽ xa cách và do đó sẽ nói chệch ra khỏi mục tiêu. Thậm chí nghĩa vụ của anh ta là phải chấp nhận những cảm xúc của bệnh nhân và phản ánh chúng. Đó là lí do tại sao tôi từ chối ý kiến để bệnh nhân nằm trên một chiếc ghế sofa và ngồi đằng sau anh ta. Tôi để họ ngồi trước mặt mình và nói chuyện với họ tự nhiên như nói chuyện với một người khác”⁽⁹⁵⁾.

Như là một quy luật, chuyển dịch xuất hiện bất ngờ. Nó có thể là tự phát hay là những mầm mống của nó có thể có trước khi bác sĩ và bệnh nhân gặp nhau thông qua việc bệnh nhân nghe nói về bác sĩ, hay đọc những gì bác sĩ viết. Nếu nhân cách của bệnh nhân và nhà phân tích đối lập nhau rõ rệt, gần như không thể tìm ra cơ sở cho việc điều trị cộng tác. Trong những điều kiện như vậy, một sự chuyển dịch tích cực mạnh mẽ có thể xuất hiện, nhưng không phải là tìm cách bắc một chiếc cầu giữa những chỗ trống đó, để bù trừ cho sự thiếu hụt quan hệ.

Vì trong cuộc sống, quá trình gắn bó con người có khả năng dao động, do vậy trong phân tích, sự chuyển dịch không phải luôn luôn ở cùng một mức độ cảm xúc như nhau. Nó có thể biến đổi, thỉnh thoảng trong giây lát, từ một sự chuyển dịch tích cực khi mọi thứ đều diễn ra thông suốt, sang tiêu cực, khi mà không có gì diễn ra dễ dàng và bệnh nhân và bác sĩ ở vào hai mục đích đối

lập nhau. Điều này cũng quan trọng như chuyển dịch tích cực và không nên được nhìn nhận như một sự tấn công cá nhân. Sau đó, khi bệnh nhân hiểu được tầm quan trọng của phóng chiếu trong chuyển dịch, anh ta sẽ có thái độ hài lòng đối với sự hiểu biết nhạy cảm của nhà phân tích vào lúc quan trọng.

Trong việc xử lý chuyển dịch một cách thông minh, nhà phân tích cần tách ra một cách khách quan khỏi một số “sự hiểu biết bằng trái tim”, đặc biệt trong những cuộc nói chuyện khi bầu không khí cảm xúc là một thực tế sống động. Trong sự liên kết này, người đọc cần nhớ rằng trong khi Jung quan tâm đặc biệt đến hoạt động vô thức như là nguồn của hoạt động sáng tạo, ông hiểu rõ tầm quan trọng của hoạt động ý thức. Chuyển dịch là một sự biểu hiện của chức năng cảm xúc, mà có thể là trong tâm và ở khắp mọi nơi. Suy nghĩ, như là một chức năng, giảm đi. Sự tham khảo ngắn gọn này tới loại hình tâm lý của Jung đủ để chỉ ra rằng vô thức và ý thức, như là những mặt đối lập, luôn luôn tồn tại trong trạng thái chuyển dịch. Như đã được chỉ ra, loại hình tâm lý của Jung và mô tả của ông về hướng ngoại và hướng nội phải được xem xét cùng với cách nhìn của ông về hiện tượng vô thức. Rõ ràng điều ngược lại cũng đúng - vô thức chỉ có thể được hiểu khi thái độ ý thức của tâm thần cũng được bao hàm trong bức tranh. Ở đây lại là một ví dụ của sự mở rộng tư tưởng của Jung. Nhưng có thể hỏi rằng cái gì cuối cùng sẽ xảy ra đối với quan hệ chuyển dịch? Trên tất cả, người bệnh phải hiểu được những sự phóng chiếu; năng lượng liên quan thuộc về bệnh nhân và cần phải được

phục hồi cho anh ta. Về điều này, Jung viết: “Trong phạm vi mà chuyển dịch là phóng chiếu và không là gì khác, nó phân chia cũng nhiều như nó liên kết. Nhưng kinh nghiệm dạy cho chúng ta rằng có một liên kết trong chuyển dịch không tách khỏi sự huỷ bỏ phóng chiếu. Đó là bởi vì có một yếu tố bản năng cực kì quan trọng đằng sau chúng: đó là libido huyết thống” (kinship libido)⁽⁹⁶⁾.

Libido huyết thống (năng lượng) có thể so sánh với những quan hệ không thể nhìn thấy được nhằm gắn bó gia đình lại với nhau. Trong gia đình, người ta chấp nhận một cách bình thường rằng quan hệ huyết thống cuối cùng sẽ dẫn một cách tự nhiên tới những liên kết chặt chẽ hơn ở thế giới bên ngoài. Do đó chuyển dịch và libido huyết thống không phải là điểm cuối cùng mà là một giai đoạn trong sự phát triển cá nhân. Trong phân tích, có thể có một số những cảm xúc này được gán cho những người mà công việc hợp tác thường là công việc khó khăn được thực hiện. Nhưng đây sẽ là chất kết nối để duy trì những mối gắn kết bên ngoài tình trạng phân tích. Chúng ta không bao giờ có thể nói chính xác chúng là gì và ở đâu. Đó là vì tương lai. Ở ngoài một giới hạn nhất định chúng ta không thể vạch ra kế hoạch trước, đặc biệt khi yếu tố cảm xúc là nổi bật. Ở đây phẩm chất của nhà phân tích được kiểm nghiệm đầy đủ nhất.

Trong chương trước ta đã thấy rằng việc phân tích giấc mơ chiếm một vị trí trung tâm trong phép trị bệnh của Tâm lí học phân tích. Cả bác sĩ và bệnh nhân biết điều này chân thực như thế nào trong việc giải

quyết những sự phức tạp của tình trạng chuyển dịch vì những giấc mơ tạo nên những nhận xét tuy thâm lắng nhưng khách quan về cách thức tồn tại của những chất liệu. Từ những nghiên cứu của mình đối với những giấc mơ mà Jung đã hình thành nên lý thuyết tự điều chỉnh và bù trừ của mình. Cũng vậy, nhờ thông qua quá trình điều tra các giấc mơ mà ông đi đến giả thuyết về vô thức cá nhân và vô thức tập thể. Trong chương trước đã có sự miêu tả về bốn hình ảnh trong vô thức: persona, shadow, animus, anima, biểu thị cho những mặt của những phẩm chất cá nhân và phi cá nhân của tâm thần. Anima và animus là những cổ mẫu, còn persona biểu hiện cho một thuộc tính cá nhân, cũng vậy là shadow, ngoại trừ trường hợp mà thuật ngữ này được sử dụng để mô tả tất cả những gì trong vô thức. Cũng có nhiều hình ảnh khác. Các cổ mẫu biểu hiện cho tất cả tình trạng chung của con người; là những hình thức bất kỳ thuộc về hành vi chung của con người đều là một mẫu gốc. Điều không thể tránh khỏi là chúng có một số lượng các hình thức không thể đếm được, và chúng trở nên có thể tri giác được như những hình ảnh trong tâm thần. Khi những khó hiểu xuất hiện trong một giấc mơ, chúng có thể mang một bầu chất cổ mẫu hay tập thể; có thể không có những liên tưởng cá nhân bằng phương pháp phóng đại và những nhận xét mang tính giải thích của nhà phân tích không thể làm cho vấn đề có thể sáng tỏ được. Trong một tình trạng như vậy, Jung thường khuyên vẽ và tạo hình, vì các từ không phải luôn luôn đầy đủ. Tưởng tượng tích cực có thể là vô giá khi cái

tôi ý thức đã đi xa nhất ở mức có thể nhưng vẫn có nhiều điều đòi hỏi. Có rất nhiều giai đoạn trong điều trị tâm lí, gồm cả trạng thái chuyển dịch, khi mà tốt nhất là “ngừng cố gắng” và để vô thức tự tìm ra một lối thoát. Từ điều này có thể thấy rõ rằng Jung không bao giờ bám chặt một cách mù quáng vào một phương pháp hoặc một hình thức điều trị. Phải luôn luôn có sự linh hoạt.

Khi hai người tham dự một cách nghiêm túc vào cuộc đối thoại biện chứng được gọi là phân tích, thì đó chính là một cuộc đối thoại giữa ý thức và vô thức của mỗi người, và điều này được dựa trên giả định rằng có một số mục tiêu, mục đích dự định. Giữa người này với người khác có những đòi hỏi khác nhau. Với một số người thì một sự giải thích so sánh đơn giản sẽ là đủ hay tác động của việc thú nhận những kinh nghiệm mà cho đến lúc đó vẫn bị che giấu có thể đem đến sự thư giãn. Đối với những người khác, sự chấp nhận thông điệp vô thức, được truyền tải trong giấc mơ, có thể mở ra được một con đường. Trong việc điều trị, bằng phân tích hay một số hình thức khác, không thể đưa một người vượt ra ngoài những khả năng tự nhiên của họ, hay là những gì mà họ coi là cần thiết đối với mình. Nhưng với những người khác, những giai đoạn tự nhận thức ban đầu không đủ. Nhiều bệnh nhân của Jung tìm kiếm nhiều hơn và luôn xem xét sự phân tích họ theo ý mình. Thái độ này là hoàn toàn khỏe mạnh và không cần thiết phải từ bỏ vào cuối của một giai đoạn điều trị. Điều trị tâm lí hoàn toàn không giống việc loại bỏ một khúc ruột thừa. Trái lại, nó có thể là

một phương tiện tiếp tục làm sáng tỏ, không chỉ trong việc đương đầu với những vấn đề mà còn giúp chúng ta sống cả cuộc đời. Đối với nhiều người có thể và là ao ước rằng những kiến thức về vô thức của họ sẽ được tìm kiếm bằng cách xem xét những giấc mơ, hoặc có thể bằng việc vẽ và tạo hình. Không có cách nào lại phù hợp với tất cả mọi người.

JUNG VÀ GIẢ KIM THUẬT

Những giấc mơ dự báo, như đã nói trước đây là không bình thường một chút nào và hầu hết mọi người đều đã từng mơ. Jung có nhiều giấc mơ kiểu này và trong nhiều năm chúng là một bí ẩn đối với ông. Trong đó có một giấc mơ về một chái nhà mới được gắn vào ngôi nhà của ông. “Cái chái nhà không biết này là một phần nhân cách của tôi... nó biểu hiện cho những gì thuộc về tôi nhưng tôi chưa ý thức được...”⁽⁹⁷⁾. Thư viện, một căn phòng rộng và hấp dẫn, tràn đầy những bản thảo viết tay tuyệt vời. Jung mơ giấc mơ này nhiều lần và coi đó là chuyện vặt cho đến khi ông nghiên cứu thuật giả kim (alchemy). Vào năm 1926, ông có một giấc mơ khác tương tự và trong nỗ lực cố gắng hiểu nó, ông đã đọc “những quyển sách to lớn nặng nề” về tôn giáo và triết học và một số về giả kim thuật, mà không có một sự sáng tỏ nào. “Tôi coi thuật giả kim là những gì tách khỏi những cái thông thường, hơi ngớ ngẩn...”⁽⁹⁸⁾. Một hay hai năm sau đó Richard Wilhelm gửi cho ông một bản dịch một văn bản cổ về thuật giả kim Trung Quốc tên là

Bí mật của hoa vàng. Quyển sách khác thường này đã khuấy động trong Jung mối quan tâm đến thuật giả kim và ông bắt đầu thu thập những tác phẩm của các nhà giả kim thuật. Dần dần ông thu thập được rất nhiều - có lẽ là nhiều nhất về sở hữu cá nhân - những văn bản giả kim thuật thế kỉ mười sáu và mười bảy. Những kiến thức về tiếng Latinh, bao gồm tiếng Latinh trung cổ, cho phép ông đọc những quyển sách cổ này. Đầu tiên, ông nghĩ chúng chỉ là những thứ nhảm nhí nhưng ông vẫn kiên trì. Làm việc theo phong cách triết học, ông lập ra một quyển từ điển những cụm từ quan trọng với những tham khảo lẫn nhau và rất chậm rãi, ông hiểu được ý nghĩa của những văn bản khó hiểu này. Ông cảm thấy rung động bởi phát hiện của mình: "Tôi đã chợt bắt gặp bản sao lịch sử tâm lí học về cái vô thức của mình... Khi tôi nghiên cứu những văn bản cũ kĩ này, tất cả mọi thứ bắt đầu trở nên trật tự: những hình ảnh huyền tượng, nội dung thực nghiệm mà tôi thu được trong việc thực hành, và những kết luận tôi rút ra từ nó... Những hình ảnh nguyên thủy và bản chất của cổ mẫu chiếm một vị trí trung tâm trong nghiên cứu của tôi, và trở nên rõ ràng cho tôi rằng, không có lịch sử sẽ không có tâm lí học, và chắc chắn là không có tâm lí học về cái vô thức"⁽⁹⁹⁾.

Điều ngạc nhiên cho ông là ông phát hiện thấy năng lượng tâm thần và tầm quan trọng của các mặt đối lập đã được các nhà giả kim thuật biết tới. Vấn đề các mặt đối lập được gợi lại bởi hình bóng - chiếm một vai trò quan trọng, thực sự mang tính quyết định -

trong thuật giả kim, bởi vì nó hướng tới, trong giai đoạn cao nhất của công việc giả kim, sự thống nhất của các mặt đối lập dưới hình thức cổ mẫu *hieris gamos* (cuộc hôn nhân linh thiêng) hay 'sự gắn bó hóa học' (hay giả kim thuật). Ở đây những mặt đối lập tuyệt đối, phụ nữ và nam giới được hoà trộn thành một thể thống nhất đã được lọc đi tất cả sự đối lập và do đó không thể bị hư hỏng"⁽¹⁰⁰⁾.

Những cặp đối lập đã được nói đến nhiều lần trong những chương trước: ý thức và vô thức; hướng ngoại và hướng nội; anima và animus; và nhiều cặp khác nữa. Chúng được nhắc lại bây giờ để chỉ ra rằng nghiên cứu của Jung về thuật giả kim không chỉ đơn thuần là sự theo đuổi do sự tò mò. Thường thì biểu tượng giả kim thuật là một trợ giúp lớn nhất trong việc cung cấp một chiếc chìa khóa đối với biểu tượng mà ông cũng thường phát hiện thấy trong những giấc mơ của bệnh nhân của mình. Giả kim thuật dường như là một sự bổ trợ tự nhiên khá lớn đối với Tâm lý học phân tích của ông.

Jung đọc các văn bản giả kim thuật một cách cẩn thận. Ông không đọc những gì mà người khác muốn nói về chủ đề xa lạ này: tự ông đọc những bản thảo gốc. Kết quả là ông sớm nhận ra rằng có những nhà giả kim thuật và chủ nghĩa giả kim thuật. Giả kim thuật, như ông hiểu, chủ yếu là một hệ thống triết học được truyền cảm hứng bởi hi vọng giải quyết một trong những bí ẩn của cuộc sống, tức là, sự liên kết giữa tốt và xấu, những mặt bình thường của cuộc sống được biến đổi thành mặt sang trọng như thế nào? Ông biết rằng cùng với mặt triết học này là khía cạnh khác

của giả kim thuật có liên hệ với “hóa học”; kim loại thường (chì) có thể biến đổi thành kim loại quý giá (vàng) như thế nào.

Trong giả kim thuật Trung Quốc, khái niệm những mặt đối lập (những sự trái ngược) là nổi bật. Những tư tưởng như vậy và những tư tưởng từ rất nhiều nguồn khác Jung đều phát hiện thấy trong các văn bản giả kim thuật cổ và dĩ nhiên ông ngạc nhiên và vui mừng phát hiện ra tư tưởng của mình được củng cố bởi chúng.

Vàng biểu hiện cho sự tốt đẹp nhất một cách biểu tượng, và nó được coi là có những phẩm chất khác chẳng hạn như kéo dài tuổi thọ. Một vài nhà giả kim thuật không tuyên bố mình là nhà triết học: họ rất đơn giản chỉ đang cố gắng làm ra vàng nhân tạo và dĩ nhiên họ bị gán một cái tên xấu và thuật giả kim bị cấm bởi luật pháp ở một số nước. Jung nhận thức được sự lừa bịp này và do vậy ông không đi lạc khỏi những cái mà ông biết là học thuyết thật sự của giả kim thuật. Có rất nhiều kiểu giả kim thuật nhưng dù thế nào cũng không làm biến đổi tầm quan trọng của những gì mà ông phát hiện thấy là giá trị trong tư tưởng giả kim thuật. Ông viết: “Có một triết học ‘giả kim thuật’, một thứ đi trước và mờ mịt của tâm lý học hiện đại nhất... sự biến đổi của nhân cách thông qua sự hoà trộn và nấu chảy những thành phần quý và thành phần thường, những chức năng phân biệt và những chức năng kém hơn, của ý thức với vô thức”⁽¹⁰¹⁾. Đa số các bệnh nhân của Jung không biết gì về thuật giả kim và cũng không cần thiết biết nó. Một số những người khác qua phân tích và điều tra, đã phát hiện ra

những khái niệm giả kim thuật có giá trị trong việc hiểu tâm lý của chính mình, đặc biệt trong việc tạo ra ám thị bằng những nỗ lực tự thân để đạt được những cảm giác đầy đủ trong cuộc sống.

Nên nhớ rằng những kết luận của Jung không thay đổi theo bất kì một cách đáng kể nào bởi mối quan tâm của ông đến giả kim thuật. Nhưng với kiến thức đặc biệt của mình, sự quan sát những nhà giả kim thuật tạo nên một cảm nhận tốt, và thường họ đang xâm nhập, cung cấp những bằng chứng khẳng định giá trị tư tưởng và những khái niệm của ông, đặc biệt được nhận ra trong những mối quan hệ thường ngày, hay thậm chí trong những hoàn cảnh quốc tế.

Một biểu tượng có một hiệu ứng động, mặc dù nguyên nhân của điều này có thể khó hiểu - nó không dựa trên một sự kế tục những khuynh hướng lôgích. Những biểu tượng được sản sinh tự phát trong những giấc mơ chắc chắn chiếm một vai trò quan trọng trong quá trình cá nhân hóa. Khi những biểu tượng tương tự được phát hiện trong giả kim thuật, Jung không quan tâm xem giả kim thuật có “đúng” hay không mà thực tế là việc nghiên cứu nó sẽ cung cấp cho ông nhiều ngụ ý có tầm quan trọng thực sự trong việc hiểu biết sự hoạt động của vô thức. Chúng ta biết rằng những nhà giả kim thuật phóng chiếu những vấn đề ánh sáng và bóng tối, tốt và xấu, lên vật chất. Con người hiện đại cũng vậy, Jung phát hiện thấy họ vẫn đang đấu tranh với vấn đề này. Không phải là nó được phóng chiếu lên vật chất; thường nó được phóng chiếu lên người khác, lên các dân tộc khác. Từ điểm này, chúng ta có thể

nhận xét rằng Jung rất quan tâm tới những vấn đề hiện đại mà, dĩ nhiên giảm xuống thành những vấn đề của cá nhân. Những vấn đề như vậy, ở mức độ cá nhân hoặc có lẽ là ở mức độ dân tộc, thường luôn luôn ở trong tâm trí ông. Để lấy ví dụ, chúng ta quay trở lại một tiểu luận của ông có tựa đề *Wotan*, xuất bản năm 1936, trong đó, ông khảo sát mọi mặt của bối cảnh chính trị ở Đức vào thời đó. “Có lẽ chúng ta có thể kết luận hiện tượng tổng quát này là *Ergriffenheit* - một trạng thái bị chi phối hay bị ám ảnh... Cái có ấn tượng về hiện tượng nước Đức là một người [Hitler], người rõ ràng ‘bị ám ảnh’, ảnh hưởng tới toàn thể dân tộc...”⁽¹⁰²⁾. Ở đây là một sự kiện đương thời, trong đó “những sức mạnh đen tối của cuộc sống” đối diện với những gì mà chúng ta cho là thế giới hiện đại rực sáng của những yếu tố tâm lý, chính trị, kinh tế hợp lý. Nói theo cách khác, sự xung đột của các mặt đối lập đang hoạt động - một lần nữa lại là *enantiodromia* (xu hướng hướng tới mặt đối lập).

Những giai đoạn phát triển của con người từ thời thơ ấu đến tuổi già gây ra nhiều vấn đề. Chúng không mang tính cá nhân vào thời thơ ấu; vào giai đoạn đó tất cả mọi vấn đề là mối quan tâm của cha mẹ và những người khác. Khi ý thức mở rộng và thời niên thiếu chuyển thành thời thanh niên, những thực tế bên ngoài có thể mâu thuẫn với những mong đợi chủ quan. Những vấn đề tình dục, sự thích nghi xã hội ở trường học, ở đại học, trong kinh doanh là một số ít những yêu cầu mà mỗi một cá nhân phải đương đầu khi anh ta trưởng thành. Những yêu cầu như vậy

làm nảy sinh một vấn đề hết sức quen thuộc: là một đứa trẻ, thực chất là ở dưới sự che chở của cha mẹ, hay là bắt đầu dần thân vào đời. Đối với những người khỏe mạnh những chặng đường như vậy được vượt qua mà không có gì khó khăn gian khổ; đối với những người khác, có sự xung đột. Và sự xung đột này có thể kéo dài trong nhiều năm. Jung viết: "... những lí tưởng, niềm tin, những tư tưởng và thái độ hướng dẫn trong giai đoạn tuổi trẻ dẫn chúng ta vào đời... chúng ta tìm cách kéo dài chúng mãi một cách không xác định... chúng ta nghĩ chúng có giá trị vĩnh cửu và buộc phải gắn chặt với chúng... Chất rượu của tuổi trẻ không phải luôn luôn sáng sủa với những năm sắp đến; thỉnh thoảng nó trở nên xám đục"⁽¹⁰³⁾. Một thái độ như vậy có thể xuất hiện vào cuối những năm ba mươi tuổi khi cuộc sống cần được mở rộng. Cơ thể của chúng ta biến đổi nhưng thường cách nhìn của chúng ta bị dừng lại ở một giai đoạn trước đó. Có mùa xuân của cuộc đời và cũng có mùa thu của nó và chuyển động của cuộc đời đòi hỏi một sự phát triển tương ứng trong thái độ tâm lí của chúng ta. Với sự bắt đầu của nhiều tâm, chúng ta nói chung phát hiện thấy sự thích nghi bên trong chưa bao giờ từng được xem xét. Cha mẹ, hoàn cảnh, sự không may mắn hoàn toàn chịu trách nhiệm cho chúng - người ta thường nghĩ như vậy. Một khuôn khổ tinh thần như vậy quá rõ ràng ở những người khác, dù nó có thể không được nhận thấy ở trong chính chúng ta. Nhưng chúng là những biểu hiện của sự điều chỉnh sai lạc đối với cuộc sống, khi nó ở trong trạng thái hiện tại.

Sự điều chỉnh đối với cuộc sống nghĩa là sự điều chỉnh đối với sự phát triển của chính chúng ta, và phải gồm cả sự điều chỉnh đối với những người khác.

Những minh họa này chỉ là một ngụ ý thuần túy. Nhiều lĩnh vực khác có thể được nêu lên, chẳng hạn như sự áp dụng Tâm lí học phân tích vào tôn giáo, giáo dục, nghệ thuật và văn học, cũng như trong y học. Nhưng đủ để nói rằng tâm lí học của Jung không phải là một khoa học bí ẩn, khó hiểu hay trừu tượng.



downloadsachmienphi.com

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

CHƯƠNG VII

HIỆN TẠI VÀ TƯƠNG LAI

ĐƯƠNG ĐẦU VỚI VÔ THỨC



Sau sự sụp đổ quan hệ với Freud, Jung không chắc chắn về những cơ sở của hoạt động trong tương lai của mình. Như là bước đầu tiên, ông quyết định sẽ gạt bỏ tất cả những giả định lý thuyết và bằng nỗ lực của bản thân chấp nhận vô thức. Suy nghĩ về những giấc mơ của mình, sự phóng đại và tưởng tượng tích cực chiếm một vai trò quan trọng. Cũng vậy là việc đọc và suy nghĩ. Sự suy nghĩ có hệ thống không phải là một cái gì quá thông thường như có thể được nghĩ vậy. Jung tin tưởng vào việc có những khoảng hai hoặc ba tiếng liên mạch để có thể nghĩ và suy ngẫm. Không có gì được phép can thiệp vào lúc này. Thỉnh thoảng ông đi tới nhà mình tại Bollingen trong vài ngày. Ở đó ông không bị quấy rầy và không vội vã. Ngoài những giờ nghỉ này là lúc ông xem xét các bệnh nhân thường lệ vài giờ mỗi ngày và sự phân tích những giấc mơ của họ có giá trị đáng kể trong cái mà ông mô tả là *Sự đương đầu với vô*

thức⁽¹⁰⁴⁾. Công việc kiên trì này đòi hỏi ý chí và năng lượng. Sự tiến bộ thỉnh thoảng chậm; nhưng ông biết nhiệm vụ - “công việc của tôi với vô thức” - phải được hoàn tất. “Dần dần”, Jung viết, “phác thảo về một sự biến đổi bên trong bắt đầu xuất hiện trong tôi”⁽¹⁰⁵⁾. Nghiên cứu này tiếp tục trong khoảng ba năm, dĩ nhiên là không loại trừ tất cả những hoạt động bên ngoài. Chẳng hạn vào tháng bảy năm 1914, ông có một bài phát biểu tại cuộc gặp thường niên của Hội Y học Anh tại Aberdeen, ở đó, ông đọc bài viết *Về tầm quan trọng của vô thức trong bệnh học tâm lý*⁽¹⁰⁶⁾.

Jung coi giai đoạn đương đầu với vô thức này có tầm quan trọng lớn: “Điều cơ bản là phân biệt bản thân khỏi những nội dung vô thức này bằng việc nhân cách hóa chúng và đồng thời đưa chúng vào trong mối quan hệ với ý thức... Tất cả những công trình và hoạt động sáng tạo của tôi đều đến từ những huyền tượng, và giấc mơ ban đầu đó bắt đầu vào năm 1912, gần năm mươi năm trước đó. Tất cả mọi thứ mà tôi hoàn thành trong giai đoạn sau này của cuộc đời đã được chứa đựng trong đó rồi, mặc dù đầu tiên chỉ là dưới hình thức những cảm xúc và hình ảnh”⁽¹⁰⁷⁾.

Vào năm 1916, ông viết một bài viết ngắn *Chức năng siêu nghiệm*, bắt đầu phát biểu quan điểm của mình về những vấn đề này “Một người trên thực tế có thể đến với vô thức như thế nào?”. Vì lí do nào đó tiểu luận này bị gạt đi cho tới tận năm 1953, nhờ những ý tưởng của Hội sinh viên, Viện C.G. Jung ở Zurich, nó mới được xuất bản. Kể từ đó nó bắt đầu được in lại trong *Toàn tập*. Trong một lời giới thiệu, Jung nói tới

“những giới hạn không thể tránh khỏi” của tác phẩm này vào giai đoạn đầu đó (1916). Nhưng ông cảm thấy tiểu luận này, với tất cả sự thiếu hoàn hảo của nó, “sẽ tồn tại như một tài liệu lịch sử”, bởi vì nó đưa ra một ý tưởng về những khó khăn cần phải vượt qua để phát hiện ra ý thức và vô thức, những mặt đối lập, cùng hoạt động hay hợp tác với nhau để đạt tới sự toàn thể như thế nào và vì mục đích gì⁽¹⁰⁸⁾.

Vào buổi đầu, Jung nhận thức rằng việc nghiên cứu sự tương tác giữa ý thức và vô thức này có tác động lên ông, và ông diễn tả chúng như là một sự mở rộng ý thức. Sau đó, ông nhận ra rằng sự thay đổi này trên thực tế là một hoạt động tiếp tục, hoặc một chuỗi những hoạt động, mà chính ông cũng tham dự vào, và cuối cùng, ông mô tả chúng như là quá trình cá nhân hóa. Thuật ngữ này thay cho khái niệm *chức năng siêu nghiệm* làm mất đi cảm nhận về sự tiếp tục.

Cá nhân hóa như là một quá trình tự điều chỉnh trong tâm thần và ý tưởng rằng cuộc sống có một mục đích là những khái niệm có giá trị trong việc điều trị bệnh tâm thần. Ở trong chúng nhiều tâm ám ảnh, triệu chứng dường như được sắp đặt để làm cho cuộc sống đứng nguyên một chỗ và có rất ít suy nghĩ được dành cho tương lai. Cũng vậy trong tình trạng trầm cảm, xu hướng của triệu chứng là che đi hiện tại bằng sự quá quan trọng hóa các sự kiện quá khứ. Nó cũng được áp dụng trong hình thức thứ ba khi cả tương lai và quá khứ bị lãng quên đi một cách vô ý bởi sự quan tâm quá mức đối với những vấn đề của cuộc sống hàng ngày.

Sự phân chia làm ba những triệu chứng này không có nghĩa là có ba nhóm phân chia tách biệt nghiêm ngặt các bệnh nhân; chắc chắn là ba nhóm này có sự trùng lặp lên nhau. Họ biểu lộ, tổng quát những hình thức điều chỉnh sai lạc cá nhân trong đó cuộc sống diễn ra, tức là trạng thái hiện tại, lệch khỏi cuộc sống với tư cách là một quá trình bởi vì tương tác giữa ý thức và vô thức không hài hoà hơn là hài hoà.

Sự nhấn mạnh vào vấn đề hiện tại không ngăn cản Jung nhìn về phía trước. Điều này là quan trọng khi mà những vấn đề dân tộc và quốc tế đang ảnh hưởng lên các cá nhân ở tất cả mọi nơi trên thế giới. Có một xu hướng cho rằng cuộc sống cũng diễn ra một cách bất định, như chúng ta thấy nó vào lúc này, đối với tất cả mọi người. Jung là một con người hiện thực và ông không chấp nhận một suy nghĩ thiếu chặt chẽ như vậy. Chúng ta phải dự đoán được tương lai và chúng ta chỉ có thể làm được như thế khi chúng ta có được một bức tranh rõ ràng về quan điểm cá nhân của chúng ta và cảm thấy rằng nó giải thích được cách nhìn nhận này và những mục tiêu của các chủng tộc và quốc gia khác.

CÁI BẮN NGÃ KHÔNG ĐƯỢC PHÁT HIỆN

“Tương lai sẽ mang đến điều gì?”. Đó là những lời mở đầu của một cuốn sách danh tiếng được viết năm 1956, và bây giờ được đưa vào *Toàn tập*⁽¹⁰⁹⁾ của Jung. Ông đặt ra câu hỏi này khi khảo sát khung cảnh bất ổn về tinh thần, chính trị, kinh tế và vật chất cũng như sự mất an toàn ở châu Âu và ở những quốc gia khác. Có lẽ dĩ nhiên

chúng ta cho rằng chúng ta biết về tinh thần chúng ta, nhưng điều này không nhiều hơn sự nghi ngờ. Chúng ta không thực sự có quan hệ tốt với những người khác trong môi trường của họ, mặc dù chúng ta có ấn tượng về họ. Do đó có một “một sự trói buộc ý thức rộng rãi, không bị ảnh hưởng bởi sự chỉ trích và kiểm soát của ý thức và mở ra cho tất cả mọi ảnh hưởng”. Vì chúng không được biết, chúng ta không thể bảo vệ để chống lại chúng. Làm thế nào để chúng ta có thể biết được điều này? Những lý thuyết không giúp đỡ chúng ta nhiều. Một lý thuyết mà đưa ra tuyên bố về giá trị phổ quát càng nhiều thì nó càng ít có thể giải thích cho những sự kiện cá nhân. Vì một lý thuyết như vậy được dựa trên kinh nghiệm, “nó nhất thiết mang tính *thống kê*; tạo nên một sự *trung bình lý tưởng*... loại trừ cả hai mức độ cực đoan... không có trong kết quả cuối cùng, bởi vì chúng loại bỏ lẫn nhau rồi”⁽¹¹⁰⁾. Nhưng chính những đặc điểm cá nhân này lại là cái chúng ta cần nếu muốn hiểu con người, do đó “bức tranh thực sự không bao gồm cái gì cả ngoại trừ quy luật đó”⁽¹¹¹⁾. Dẫu vậy, con người, với tư cách thành viên của một loài, phải được coi như là một đơn vị thống kê “mà từ chúng tất cả những đặc điểm cá nhân bị loại bỏ”.

Nhưng chúng ta, với tư cách là những bác sĩ, muốn hiểu biết con người cá nhân. Do đó, chúng ta gặp phải sự mâu thuẫn giữa kiến thức về con người nói chung và việc hiểu biết cá nhân đó. Xung đột này chỉ có thể được giải quyết “bằng một kiểu suy nghĩ hai chiều: làm một cái gì trong khi vẫn để mắt đến cái kia”⁽¹¹²⁾. Cái dường như sẽ xảy ra là “một sự hạ thấp và một quá trình che phủ”, cướp đi của cá nhân tính duy nhất của mình và

anh ta sẽ bị cuốn trôi theo chính sách của nhà nước. Ngày càng có nhiều cá nhân mất đi sự khác biệt của mình và anh ta “bị tước đoạt ngày một nhiều quyết định mang tính đạo đức của mình về việc sẽ sống cuộc đời riêng của mình như thế nào”⁽¹¹³⁾.

Tuyên bố của Jung rằng “tất cả phong trào chính trị xã hội luôn luôn cố gắng tách khỏi nền tảng tôn giáo. Vì để biến cá nhân thành một chức năng của nhà nước, sự phụ thuộc của anh ta đối với bất cứ cái gì khác phải bị loại bỏ...”. Tôn giáo cho, hoặc tuyên bố cho một khía cạnh liên hệ ở ngoài những điều kiện bên ngoài. Không có một khía cạnh liên hệ như vậy, cá nhân không thể có một thái độ, một trạng thái tâm thần dẫn tới hành động, trong đó, sự phán xét và những khả năng quyết định được thực hiện.

Jung chỉ ra sự khác biệt giữa một “tín ngưỡng” và một “tôn giáo”. “Một tín ngưỡng là sự biểu thị một niềm tin tập thể xác định, trong khi từ *tôn giáo* lại biểu thị cho mối liên hệ chủ quan đối với những yếu tố siêu hình, ngoài trái đất... trong khi ý nghĩa và mục đích của tôn giáo nằm ở mối liên hệ của cá nhân với Chúa (Thiên chúa giáo, Do Thái giáo và Hồi giáo) hay là với con đường cứu vớt và giải phóng (Phật giáo)”⁽¹¹⁴⁾.

Nghiên cứu quan trọng của Jung về tình trạng thế giới ngày nay được nêu lên với tất cả sự khiêm tốn như là “một nhà tâm thần học, người trong suốt cả cuộc đời hiến dâng cho việc tìm hiểu những nguyên nhân và kết quả của những rối loạn tâm thần... Tôi không được khích lệ bởi sự lạc quan quá mức hay tình yêu với những tư tưởng cao xa, mà chỉ đơn thuần quan tâm tới số phận

của con người cá nhân - một đơn vị quá nhỏ bé mà thế giới này dựa lên và từ nó chúng ta đọc được ý nghĩa của thông điệp Thiên chúa giáo đúng đắn, thậm chí là Chúa cũng tìm kiếm mục tiêu của mình”⁽¹¹⁵⁾.

Câu nói cuối cùng này có ý nghĩa gì? Jung thường nói tới Chúa trong quyển sách này và ở những nơi khác. Chúng ta hãy nhớ lại chương trình *Gặp Mặt* của Đài BBC phát thanh năm 1959. Khi trả lời cho câu hỏi “Ông có tin vào Chúa không?”, Jung đáp “Tôi không cần tin vào Chúa; tôi *biết*”. Ngay lập tức, Jung dồn dập nhận được những lá thư, nhiều trong số đó cho rằng niềm tin của ông vào Chúa cũng giống như của họ; những người khác bày tỏ sự không tin vào “Chúa” và một số khác muốn biết ông muốn nói tới gì với từ “Chúa”. Không thể trả lời với một số lượng lớn thư từ như vậy, Jung trình bày quan điểm trong lá thư sau đó trên mục *Với thánh giả*, ngày 21/1/1960:

“Các bạn thân mến - có quá nhiều lá thư tôi nhận được nhấn mạnh vào tuyên bố của tôi về ‘biết’ (Chúa) [trong chương trình *Mặt đối mặt*, *Với thánh giả*, 29/11]. Ý thức của tôi về việc ‘biết Chúa’ không phải là cách suy nghĩ thông thường, và tôi hoàn toàn hiểu nếu như người ta cho rằng tôi không phải là một người theo đạo Thiên chúa. Nhưng tôi nghĩ mình là một tín đồ của đạo Thiên chúa bởi vì tôi hoàn toàn dựa trên những khái niệm Thiên chúa giáo. Tôi chỉ cố gắng chạy thoát khỏi những mâu thuẫn bên trong bằng việc đưa ra một thái độ khiêm tốn hơn nhiều, để xem xét bóng tối bao la của tinh thần con người. Tư

tưởng Thiên chúa giáo chứng tỏ sự quan trọng hết sức của nó bởi một sự tiến hóa tiếp diễn, giống như Phật giáo. Thời đại của chúng ta chắc chắn đòi hỏi một số tư tưởng mới theo khía cạnh này, khi chúng ta không thể tiếp tục nghĩ theo cách cổ xưa hoặc trung cổ, khi chúng ta bước vào lĩnh vực kinh nghiệm tôn giáo.

Tôi không nói trong chương trình là 'có Chúa'. Tôi nói 'tôi không cần tin vào Chúa, tôi *biết*'. Điều này không có nghĩa là: Tôi biết một vị Chúa nào đó (Zeus, Jahue, Allah, Chúa của người theo thuyết Chúa ba ngôi) mà đúng hơn là: Tôi biết rằng tôi rõ ràng sẽ gặp phải một nhân tố tự nó không biết được, mà tôi gọi là "Chúa" theo *consensu omnium* ('*quod semper, quod ubique, quod ab omnibus creditur*'). Tôi nhớ tới Ông ta, tôi gọi tên Ông ta, bất kì khi nào tôi sử dụng tên Ông ta để vượt qua nỗi sợ và sự nguy hiểm, bất cứ khi nào tôi vô tình thốt lên 'Ôi Chúa'.

Điều đó xảy ra khi tôi gặp một số người và một số thứ mạnh hơn bản thân tôi. Đó là một cái tên thích hợp cho tất cả những cảm xúc đầy sức mạnh trong hệ thống tâm thần của tôi, khuất phục ý chí hữu thức của tôi và lấn át sự kiểm soát bản thân tôi. Đây là cái tên mà tôi dùng để chỉ tất cả mọi thứ cắt ngang con đường đi chủ ý của tôi một cách dữ dội và liều lĩnh, tất cả mọi thứ làm đảo lộn mọi cách nhìn, kế hoạch và ý định chủ quan của tôi và làm biến đổi cuộc đời tôi tốt hơn hay xấu đi. Phù hợp với truyền thống tôi gọi sức

manh của số phận theo mặt tích cực cũng như mặt tiêu cực, và bởi vì nguồn gốc của nó nằm ngoài sự kiểm soát của tôi, 'Chúa' hay 'Chúa của riêng tôi', khi số phận của tôi có ý nghĩa rất nhiều cho bản thân tôi, đặc biệt khi nó đến với tôi dưới hình thức lương tâm như là một *voi Dei*, với nó, tôi có thể thậm chí nói chuyện và tranh cãi. (Chúng tôi làm và đồng thời chúng tôi biết rằng chúng tôi làm. Một thứ vừa là chủ thể vừa là khách thể).

Nhưng tôi sẽ coi là phi đạo đức một cách trí thức khi thỏa mãn với niềm tin rằng cách nhìn của tôi về Chúa như là một sự Tồn tại siêu hình, chung của tất cả sự thú tội hoặc 'triết học'. Tôi không bao giờ phạm phải một sự xác xược với một *vi thần* hay là một sự nhân định kiêu ngạo như là 'Chúa chỉ có thể là tốt'. Chỉ có kinh nghiệm của bản thân tôi mới tốt hay xấu nhưng tôi biết rằng ý chí tối cao được dựa trên một nền tảng vượt quá sự tưởng tượng của con người. Từ khi tôi *biết* sự va chạm của mình với ý chí tối cao trong hệ thống tâm thần mình, *tôi biết tới Chúa*, và nếu tôi mạo hiểm tới vị thần bất hợp pháp của hình ảnh tôi, tôi sẽ nói về Chúa bên ngoài cái tốt và cái xấu mà ở trong tôi cũng nhiều như ở mọi nơi khác: *Deus est circulus cuius centrum est ubique, cuius circumferentia vero nusquam.*

Thân mến
Carl Gustav Jung
Zurich"

NHÂN CÁCH NHƯ LÀ MỘT TỔNG THỂ: Ý THỨC VÀ VÔ THỨC

Trong việc đương đầu với các hiểm nguy đối với cá nhân, một trách nhiệm được đặt lên vai các bác sĩ tâm lý - trách nhiệm của họ là xem xét các cá nhân - cho phép bệnh nhân của mình tự giải phóng khỏi những giới hạn của một cách nhìn thuần túy cái tôi ý thức. Với sự mở rộng cách nhìn nhận để bao gồm cả những phần vô thức bị che giấu của nhân cách mình, anh ta sẽ giành được “đầy đủ sự chắc chắn phân xét cho phép mình hành động dựa trên những cách nhìn và quyết định của chính mình và không chỉ từ ước muốn sao chép quy ước...”⁽¹¹⁶⁾.

Khi nhân cách cái tôi ý thức với sự thiếu hụt trong việc nắm bắt những gì có thể, không thể đương đầu với những sự kiện, có thể có sự sụp đổ thần kinh và những huyền tưởng trẻ con có thể tái xuất hiện. Chúng đã hiện diện ngay từ đầu nhưng chỉ có thể nhìn thấy được khi những nguồn ý thức tỏ ra không thích hợp với hoàn cảnh. Sự phát triển trong nhân cách dường như dừng lại và bệnh nhân bị chặn lại ở giai đoạn ý thức về cái tôi. Không có một chuyển động nào hướng về sự toàn thể, bởi vì anh ta không bao giờ nhận thức được rằng vô thức là một thực tế.

Cách nhìn của chúng ta cần phải là đại diện cho nhân cách tổng thể - ý thức và vô thức - nếu như chúng ta sống trọn vẹn trong thế giới như là những cá nhân chứ không phải là những kẻ vô tích sự. Thực tế đây là một sự đòi hỏi những phương pháp ngăn ngừa chắc chắn để sức khỏe tâm thần có thể được phát triển và

duy trì. “ý kiến của tôi là”, Jung viết “có một xu hướng không may nhưng không thể tránh khỏi là tụt hậu lại sau những biến đổi trong tình trạng tổng thể...”. Trong điều kiện như vậy “nhà phân tích phải thiết lập được mối liên hệ với cả hai nửa của nhân cách người bệnh bởi vì chỉ từ đó mới có thể tạo ra được con người trọn vẹn và tổng thể”⁽¹¹⁷⁾.

Khi một người trở nên chia tách với bản chất gốc của mình, anh ta tất yếu bị lâm vào xung đột giữa cuộc sống ý thức và thế giới vô thức của mình- cái bản ngã không được phát hiện của anh ta. Một xu hướng phổ biến trong thời đại của chúng ta là tìm kiếm nguyên nhân của tất cả các bệnh ở thế giới bên ngoài. Vì thế nên có những phong trào quần chúng. Nhưng điều này không giải quyết được những vấn đề sâu hơn của nhân cách bị phân chia. “Nhưng”, Jung nói, “chúng ta nghĩ rằng những lỗi lầm tâm thần và hậu quả của chúng có thể được giải thoát chỉ với vài từ, và ‘tâm thần’ ít có ý nghĩa hơn là không khí cho mọi người. Dầu vậy, không một ai có thể phủ nhận rằng không có tâm thần sẽ không có thế giới và vẫn còn ít hơn một thế giới con người”⁽¹¹⁸⁾.

CÁ NHÂN HÓA LÀ MỘT QUÁ TRÌNH. BẢN NGÃ

Vì vô thức luôn luôn không được biết tới cho tới khi chúng ta làm nó hữu thức, thỉnh thoảng người ta cho rằng đời sống ý thức biểu hiện cho toàn bộ tâm thần hoặc tinh thần. Một chút ít kinh nghiệm phân tích giấc mơ đã sớm mang đến một cách nhìn thay đổi và bệnh

nhân khám phá thông qua kinh nghiệm của bản thân anh ta rằng tinh thần, ý thức và vô thức, rộng lớn hơn anh ta nghĩ. Jung đưa ra khái niệm *cá nhân hóa* (individuation) “để chỉ quá trình mà nhờ nó mỗi một người trở nên một ‘cá nhân’ tâm lý, đó là một sự phân tách, một thể thống nhất không thể phân chia được hay ‘tổng thể’”⁽¹¹⁹⁾.

Cần phải phân biệt chủ nghĩa cá nhân (individualism), thể hiện cho khái niệm hành động và suy nghĩ độc lập, tự do mang nặng tính cá nhân, với sự cá nhân hóa, nghĩa là mang đầy đủ những phẩm chất tập thể cũng như cá nhân của con người. Cá nhân hóa, như một quá trình, có thể được thấy trong các giai đoạn quan trọng trong cuộc đời, và đôi khi, vào giai đoạn khủng hoảng khi số phận làm đảo lộn những mục đích và mong muốn của cái tôi ý thức. Bằng những nỗ lực đơn độc của mình, một nhân cách chỉ là cái tôi ý thức không thể đưa lại một con người trọn vẹn cho nhận thức của chúng ta; thông thường nó đòi hỏi một nỗ lực chung của ý thức và vô thức. Nói theo cách khác, tính một mặt của đời sống ý thức cần phải được sửa chữa, được bù trừ, bởi sự tương tác giữa ý thức và vô thức. Điều này mô tả sự đấu tranh để đạt tới sự trọn vẹn mà Jung tin là sẵn có trong tất cả mọi người. Điều này có thể không bao giờ được hoàn tất; nhưng nó là mục tiêu của quá trình cá nhân hóa. Con người hoạt động với sắp đặt và mục tiêu; anh ta có một mục tiêu được nhận thấy. Nó đến gần hơn không phải bởi cái mà chúng ta dự định làm mà trong cách thức mà cuộc sống được sống và những khả năng bẩm sinh nhận biết. Thường thì cuộc sống được

sống không trọn vẹn và những hi vọng thường trở thành thất vọng. Sự thành công theo nghĩa trọn vẹn đòi hỏi sự thống nhất của các mặt đối lập. Điều đó nghĩa là khi quá trình cá nhân hóa diễn ra, sự kết hợp giữa ý thức và vô thức dẫn tới sự đồng hóa cái tôi trong một nhân cách rộng hơn, được mô tả như là *bản ngã* (self). Jung nói về nó như sau: “Nó là tổng thể, ý thức và vô thức, cái gì mà chính tôi là, và nó gồm nhiều điều mà tôi không biết là ở đó, chẳng hạn cơ thể của chúng ta và những sự hoạt động của nó và vô thức”.

Jung mở rộng khái niệm cá nhân hóa: “... Quá trình này trên thực tế là sự nhận biết tự phát toàn thể con người... Anh ta là ‘tôi’ càng nhiều, thì anh ta càng tách mình ra khỏi con người tập thể mà anh ta là một phần của nó, và thậm chí có thể phát hiện ra mình đối lập với mình. Nhưng bởi vì tất cả mọi thứ tôn tại hướng tới sự tổng thể, tính một mặt tất yếu của đời sống ý thức của chúng ta tiếp tục được sửa chữa và được bù trừ bởi một con người chung trong chúng ta, mục tiêu của nó là sự hoà nhập hoàn toàn ý thức và vô thức, hoặc đúng hơn, sự đồng hóa cái tôi vào một nhân cách rộng lớn hơn”⁽¹²⁰⁾.

Cá nhân hóa do đó là một quá trình hoà nhập thế giới ý thức và thế giới vô thức bên trong. Hành động và phản ứng như vậy là vốn có trong sự phát triển và lớn lên, và đây là ý nghĩa của quá trình. Trong suốt cuộc đời, chúng ta trải qua hàng loạt những thay đổi. Bắt đầu với cuộc sống ý thức xuất hiện từ nền tảng vô thức một đứa bé nhận thức được những gì đang diễn ra xung quanh nó, mặc dù nó không đạt tới giai đoạn nhận thức bản thân nó như là một thực thể tách biệt,

như là 'tôi'. Điều đó lý giải tại sao những đứa trẻ cho rằng dĩ nhiên những người xung quanh biết quan điểm của chúng. Sự ý thức không tiếp tục trong cuộc sống lớn lên của nó, có những mảnh vụn, tách riêng khỏi sự nhận thức dần dần xuất hiện từ sự không nhận thức và, trong nhiều năm, một sự không nhận thức bản thân nó trở thành như là một cá nhân. Trong thời thiếu niên sau đó và thông qua nửa sau cuộc đời, sự phân biệt cái tôi diễn ra. Khi thời trung niên đến và năm tháng đi qua, đời sống chủ quan được (hoặc sẽ được) mở rộng, bởi vì quá trình phát triển đã diễn ra. Một thái độ chín chắn hướng tới cuộc sống xuất hiện và sự chưa chín chắn của cái tôi ý thức sẽ nhường chỗ cho một sự chấp nhận tự nhiên - có thể không nhận biết được - nền tảng tập thể của cuộc sống. Sự chấp nhận một cách chậm trễ trách nhiệm đối với cuộc sống của một người xuất hiện chống lại sự phát triển chín chắn. Ở một người khỏe mạnh có sự chuyển đổi trong trọng tâm hấp dẫn của nhân cách và cái tôi sẽ bị thay thế bởi sự ít tập trung vào cái tôi hơn, đó là trọng tâm không cá nhân hoặc hoàn toàn phi cá nhân - cái bản ngã (self). Từ khi đời sống ý thức của chúng ta xuất hiện nguyên thủy từ vô thức và phát triển dần dần cái tôi ý thức thì quá trình này ngược lại, lại dẫn đến hoặc có xu hướng dẫn đến, thông qua sự hiểu biết của một cái phi tôi, kinh nghiệm của sự liên hệ, tới tính tổng thể của cuộc sống. Cá nhân hóa hàm ý một mối liên hệ sống giữa ý thức và vô thức. Mục tiêu này là cố hữu trong cuộc sống, một lí tưởng đạt được thông qua quá trình hoà trộn

những mối quan tâm cá nhân và tập thể. Những cái này bổ trợ cho nhau để hình thành nên một tổng thể - cái bản ngã. “Nó vượt quá tất cả những sức mạnh tưởng tượng của chúng ta để hình thành nên một bức tranh rõ ràng về những cái gì là bản ngã của chúng ta, vì trong hoạt động này phần đó sẽ hiểu được cái toàn bộ... Nhưng chúng ta càng trở nên ý thức về bản thân mình bao nhiêu, qua sự tự biết và hành động phù hợp, thì lớp vô thức cá nhân đang đè lên lớp vô thức tập thể sẽ bị làm nhỏ đi bấy nhiêu. Theo cách này sẽ xuất hiện một sự ý thức không bị nhốt trong thế giới cá nhân của cái tôi nhỏ bé và quá nhạy cảm mà tham dự một cách tự do vào thế giới rộng lớn hơn của những mối quan tâm khách quan. Những sự phức tạp này... không phải là những xung đột ước vọng mang tính cái tôi một chút nào mà là những khó khăn có liên quan tới những người khác cũng nhiều như chính bản thân mình... Bây giờ chúng ta có thể nhận ra rằng vô thức tạo ra những nội dung có giá trị không chỉ cho người có liên quan mà cũng còn cho cả những người khác, trên thực tế cho một số lượng rất lớn con người và có lẽ là cho tất cả”⁽¹²¹⁾.

Trong suốt sự nghiệp lâu dài của mình, Jung luôn duy trì một đầu óc khoáng đạt đáng kể. Ông chờ đợi sự thay đổi và chào đón nó như là một dấu hiệu của sự mở rộng lành mạnh. Hầu hết những tư tưởng cơ bản của ông, chẳng hạn như giả thuyết về vô thức tập thể, biến đổi và phát triển trong suốt cuộc đời ông. Nếu ông sống lâu hơn thì các biến đổi khác sẽ đến càng nhiều. Trong việc điều trị cho các bệnh nhân, ông luôn luôn cho thấy

một mối quan tâm mong đợi. Đây đúng là hệ thống tư tưởng của ông. Ông loại trừ những giới hạn của các giáo điều và dự đoán một cách tin tưởng về sự tiến bộ.

Nhìn về tương lai của Tâm lí học phân tích, Jung, trong *Lời nói đầu* cho một cuốn sách của một học trò mình, đã viết: “những bất lợi của những công trình mở đường lớn như thế nào: một người vấp phải những lĩnh vực chưa biết... mãi mãi mất đi sợi chỉ Ariade; một người bị tràn ngập bởi những ấn tượng mới và những khả năng mới... thế hệ thứ hai có sự thuận lợi của một bức tranh rõ ràng hơn, dù là chưa đầy đủ; những cột mốc chắc chắn nằm ở ranh giới của những gì cơ bản đã trở nên thân thuộc, và ngày nay, một người cần biết cái gì thì phải biết bằng được nếu muốn khám phá lại những vùng đã được phát hiện”.

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

LỜI NGƯỜI DỊCH

Carl Gustav Jung, nhà tâm lý học phân tích người Thụy Sĩ, đối với người Việt Nam chúng ta còn khá xa lạ, dù tên tuổi ông đã nổi tiếng khắp thế giới. Hiện nay có hàng trăm Viện, nhóm, hội, câu lạc bộ, Trung tâm Jung trên thế giới. Hội Tâm lý học phân tích quốc tế (International Association for Analytical Psychology - IAAP) được thành lập năm 1955, có hơn 50 nhóm thành viên và hàng chục nhóm phát triển. Cho đến năm 2001, có 2500 nhà phân tích Jung trên thế giới được đào tạo một cách chính quy. Ngoài ra còn có hơn 5000 người áp dụng học thuyết của Jung để nghiên cứu và chữa bệnh. Con số tạp chí chuyên về tâm lý học của Jung cũng lên tới vài chục, chẳng hạn như Tạp chí tâm lý học phân tích (The Journal of Analytical - IAAP), hay Mùa xuân (Spring - Viện Jung New York), Những quan điểm tâm lý (Psychological perspectives - Mỹ), Vụ thu hoạch (Harvest - Anh), Quadrant (Mỹ)... Nhưng với độc giả Việt Nam thì cái tên Jung còn hoàn toàn mới mẻ. Sở dĩ có tình trạng này là vì ở Việt Nam, trong một thời kì dài, phân tâm học ít được chú ý, đặc biệt là Jung - người mà học thuyết của ông ngay cả ở phương Tây nhiều khi cũng bị coi là thần bí, khó hiểu hay thiếu tính khoa học. Vì vậy, việc lần đầu tiên cuốn Jung đã thực sự nói gì ra mắt bạn đọc Việt Nam vào dịp kỷ niệm 40 năm ngày mất của Jung là một việc

làm có ý nghĩa, không chỉ đối với những độc giả chuyên ngành mà còn đối với nhiều người đang hoạt động trong những lĩnh vực khác nhau, muốn thực sự làm quen hay tìm hiểu những tư tưởng của Jung.

Thật ra, trước kia, vào cuối những năm 1960, ở miền Nam, trong trào lưu giới thiệu những tác giả phân tâm học, Jung cũng đã được đề cập đến. Bên cạnh những cuốn Phân tâm học nhập môn của Sigmund Freud, Phân tâm học và tôn giáo, Phân tâm học về tình yêu của Erich From thì tác phẩm đầu tiên và cũng là duy nhất của Jung được giới thiệu là cuốn Thăm dò tiềm thức, do Vũ Đình Lưu dịch và Hoàng Đông Phương xuất bản. Cuốn sách này, thực chất là một chương trong cuốn Con người và biểu tượng Jung viết chung với những công sự của mình vài tháng trước khi mất, được nhà xuất bản giới thiệu khá súc tích trong Lời nói đầu như một thứ “chức thư ông để lại cho hậu thế”. Với văn phong hết sức giản dị, cuốn sách đã cho người đọc bước đầu biết đến những nét đại cương về học thuyết của Jung, từ vô thức tập thể, cổ mẫu cho đến biểu tượng và giấc mơ. Từ đó người đọc có thể có một hiểu biết chung về những điểm chính yếu trong học thuyết của Jung.

Từ đó trở đi cho đến tận giữa những năm 90, Jung ít được đề cập đến. Trong các giáo trình tâm lý học, đôi lúc người ta cũng nói đến ông. Những nội dung được giới thiệu trong đó tuy rất quan trọng nhưng do được trình bày quá vắn tắt nên đã thiếu đi tính hệ thống, và vì vậy khiến độc giả cảm thấy khó hiểu, hay quá trừu tượng. Trên Tạp chí văn học của Viện văn học trong các số 2, 7 và 9 năm 1995, có đăng hai bài viết của Jung, đó là: “Mối quan hệ giữa tâm lý học phân tích và sáng tạo nghệ thuật” (phần I) của dịch giả Tinh Tú và “Carl Gustav Jung và cái vô thức” của Huyền Giang (tổng

thuật từ một tác phẩm lớn của ông là Những liên hệ giữa cái tôi và cái vô thức). Hai bài viết này cùng với cuốn Thăm dò tiềm thức đến nay vẫn là những tác phẩm duy nhất của Jung được giới thiệu ở Việt Nam. Cuốn Phân tâm học và văn hóa nghệ thuật (NXB Văn hóa Thông tin, 2000) đã cho in bài viết đầu tiên của ông nhưng dưới dạng hoàn chỉnh và mang tên khác là Bí ẩn của các siêu mẫu do Phạm Xuân Nguyên dịch. Ngoài ra còn có bài viết "Tâm phân học khác với phân tâm học" của Phương Lưu được in trong cuốn Tiếp tục khơi dòng (NXB Văn học, 2001).

Có thể nói đó là những bước đi ban đầu đầy ý nghĩa nhằm giới thiệu Jung đến với đông đảo giới nghiên cứu và bạn đọc Việt Nam. Nhưng một cuốn sách thực sự tóm lược được những tư tưởng chính yếu của ông và nhất là làm sao cho độc giả cảm thấy được tính khoa học và hệ thống trong học thuyết của Jung lại chưa có. Chính vì thế với việc lần đầu tiên xuất bản cuốn Jung đã thực sự nói gì của tác giả E. A. Bennet, chúng tôi hi vọng sẽ giúp bạn đọc nắm được, dù chỉ một phần, học thuyết của ông một cách khoa học và có hệ thống và cũng từ đó giúp ích được nhiều nhất cho chính mình.

Trong quá trình dịch cuốn sách này, chắc hẳn không tránh khỏi những sơ xuất, rất mong được bạn đọc xa gần góp ý và lượng thứ.

Hà Nội - Mùa đông Tân Tỵ

BÙI LƯU PHI KHANH

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Lời nói đầu

1. *Những kiểu tâm lí*, tr.530.

Chương một

2. *Toàn tập*, T.1, tr.3.

3. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr.111.

4. Chương trình phát thanh của BBC, 1955. Trích trong C.G. Jung, tr.147.

5. *Toàn tập*, T.8, tr. 99.

6. Sdd, tr. 96-97.

7. *Toàn tập*, T.10, tr. 544.

8. Jones Ernest, *Sigmund Freud - Cuộc đời và sự nghiệp* (London: Hogarth Press, 1955), II, tr. 48, 53. *Cuộc đời và sự nghiệp của Sigmund Freud*, (NXB Basic Books, New York).

9. *Toàn tập*, T.3, tr. 3.

10. Chương trình phát thanh của BBC, 1955. Trích trong C.G. Jung, tr. 148.

11. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 146.

Chương II

12. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 147.
13. Sđd, tr. 147-148.
14. *Types*, tr. 601.
15. Jung, Carl Gustav, *Những đóng góp vào Tâm lí học phân tích* (London, Kegan Paul, Trench, Trubner & Co. Ltd, 1928), tr. 231-232. In lại trong *Toàn tập*, T15. *Tinh thần trong con người, nghệ thuật và văn học*.
16. Dalbiez, Roland, *Phương pháp phân tâm học và học thuyết Freud* (London: Longmans, Green & Co, Ltd), II, tr. 102-103.
17. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 162.
18. *Toàn tập*, T5, chương VIII.
19. Sđd, tr. 420.
20. Jones, trích từ *Sigmund Freud - Cuộc đời và sự nghiệp*, II, tr. 165.
21. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 153.
22. Sđd, tr. 153.
23. Wittels, Fritz, *Sigmund Freud, Nhân cách, Học thuyết và trường phái* (London: Allen & Unwin, 1924), tr. 178.
24. *Toàn tập*, T.4, *Freud và Jung: Những tương phản*, tr. 334-335, 337-338.
25. *Toàn tập*, T.7, tr. 40-43.
26. Sđd, tr. 272.
27. Sđd, tr. 273.

28. *Những kiểu tâm lí*, tr. 10.

29. Sđd, tr. 14.

30. Sđd, tr. 547.

Chương III

31. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 163-164.

32. *Toàn tập*, T3, tr. 211.

33. Sđd, tr. 233.

34. Sđd, tr. 250.

35. Sđd, tr. 253.

36. *Toàn tập*, T.11, tr. 14-15.

37. *Toàn tập*, T.9, Phần I, tr. 43-44.

38. Sđd, tr. 4. downloadsachmienphi.com

39. Frankfort. Henri *Mẫu gốc trong Tâm lí học phân tích và lịch sử tôn giáo*, *Tạp chí Warburg và Courtald Institutes* (1958), Tập XXI, Số 3-4, tr. 166-178.

40. *Toàn tập*, T.9, Phần I, tr. 3-5.

41. Sđd, tr. 78.

42. Stafford-Clark, David, *Freud đã thực sự nói gì* (London: Macdonald, 1965). tr. 236. (New York: Schocken Books, 1966).

43. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 154.

44. Jones, trích từ *Sigmund Freud-Cuộc đời và sự nghiệp*, II, tr. 165.

45. *Carl Gustav Jung*, tr. 86-87.

46. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 155.

47. *Carl Gustav Jung*, tr. 88.
48. *Con người và biểu tượng*, tr. 38.
49. Freud, Sigmund, *An Autobiographical Study* (London: Hogarth Press, 1949), tr. 121. (New York: W.W. Norton, 1963).
50. *Carl Gustav Jung*, tr. 102.
51. Toynbee, Arnold J, *Civilization on Trial* (London và New York: Oxford University Press, 1949), tr. 11.
52. *Toàn tập*, T.8. tr. 150.
53. *Toàn tập*, T.5, tr. 102.

Chương IV

54. *Carl Gustav Jung*, tr. 10.
55. *Toàn tập*, T.16, tr. 151.
56. Sđd, tr. 142.
57. Sđd, tr. 158.
58. *Con người và biểu tượng*, tr. 78.
59. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 291.
60. *Toàn tập*, T.8, tr. 255.
61. *Toàn tập*, T.7, tr. 178.
62. *Toàn tập*, T.8, tr. 291.

Chương V

63. *Toàn tập*, T.17, tr. 65.
64. Sđd, tr. 67-68.
65. *Toàn tập*, T.8, tr. 349.
66. Jung, C.G, *Những khái niệm tâm lí cơ bản*. Hội thảo tổ chức tại Luân Đôn, 1935, tr. 217-218.

67. *Toàn tập*, T.16, tr. 45-46.
68. *Toàn tập*, T.14, tr. 248.
69. Sđd, tr. 320.
70. *Studien zur Analytischen Psychologie C.G. Jungs*, (Zurich: Rascher, 1955), T.1, "The Double", E.A. Bennet, tr. 384-396.
71. *Những kiểu tâm lí*, tr. 590.
72. *Toàn tập*, T.9, Phần I, tr. 8-9.
73. Sđd, tr. 83, 85.
74. Sđd, tr. 30.
75. *Toàn tập*, T.9, Phần II, tr. 10.
76. *Toàn tập*, T.7, tr. 186-188.
77. *Toàn tập*, T.17, tr. 199.
78. Sđd, tr. 198.
79. *Toàn tập*, T.11, tr. 30-31.
80. *Toàn tập*, T.9, Phần II, tr. 268.
81. Jung, Emma, *Animus và Anima*, tr. 87.
82. *Toàn tập*, T.7, tr. 207.

Chương VI

83. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 113.
84. Sđd, tr. 121.
85. Sđd, tr. 131.
86. Sđd, tr. 158.
87. *Toàn tập*, T.16, tr. 37.
88. *Toàn tập*, T.7, tr. 45.

89. Sđd, tr. 62.
90. *Toàn tập*, T.16, tr. 164.
91. Sđd, tr. 165.
92. Sđd, tr. 166.
93. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 203.
94. *Toàn tập*, T.16, tr.116.
95. Jung, C.G, *Những khái niệm tâm lí cơ bản*, tr. 173.
96. *Toàn tập*, T.16, tr. 233.
97. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 194.
98. Sđd, tr. 195.
99. Sđd, tr. 196-197.
100. *Toàn tập*, T.12, tr. 36-37.
101. *Toàn tập*, T.7, tr. 218.
102. *Toàn tập*, T.10, tr. 184-185.
103. *Toàn tập*, T.8, tr. 395-396.

Chương VII

104. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, chương VI. tr. 165.
105. Sđd, tr. 182.
106. *Toàn tập*, T.3, tr. 203.
107. *Kí ức, giấc mơ, suy nghĩ*, tr. 179, 184.
108. *Toàn tập*, T.8, tr. 67.
109. *Toàn tập*, T.10, tr. 247.
110. Sđd, tr. 249.
111. Sđd, tr. 250.
112. Sđd, tr. 251.

113. Sđd, tr. 252.
114. Sđd, tr. 256-257.
115. Sđd, tr. 305.
116. Sđd, tr. 275.
117. Sđd, tr. 284, 286.
118. Sđd, tr. 291.
119. *Toàn tập*, T.9, Phần I, tr. 275.
120. *Toàn tập*, T.8, tr. 292.
121. *Toàn tập*, T.7, tr. 175-176.
122. Neumann, Erich, *Những nguồn gốc và lịch sử của ý thức*, với lời tựa của C.G. Jung (London: Routledge và Kegan Paul Ltd, 1954). (New York: Bollingen Foundation, 1954).

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

TOÀN TẬP CỦA JUNG

Tập 1: *Những nghiên cứu tâm thần học*

Tập 2: *Những nghiên cứu thực nghiệm*

Tập 3: *Nguồn gốc tâm lý của các bệnh tâm thần*

Tập 4: *Freud và phân tâm học*

Tập 5: *Những biểu tượng của sự biến hóa*

Tập 6: *Các kiểu tâm lý*

Tập 7: *Hai tiểu luận về tâm lý học phân tích*

Tập 8: *Cấu trúc và động thái của tâm thần*

Tập 9:

- Phần 1: *Những cổ mẫu của vô thức tập thể*

- Phần 2: *Aion: Nghiên cứu về hiện tượng của bản ngã*

Tập 10: *Nền văn minh đang chuyển đổi*

Tập 11: *Tâm lý học và tôn giáo: phương Tây và phương Đông*

Tập 12: *Tâm lý học và giả kim thuật*

Tập 13: *Những nghiên cứu về giả kim thuật*

Tập 14: *Mysterium Coniunctionis*

Tập 15: *Tinh thần trong con người, nghệ thuật
và văn học*

Tập 16: *Thực hành liệu pháp tâm lí*

Tập 17: *Sự phát triển của nhân cách*

Tập 18: *Cuộc sống biểu tượng*



downloadsachmienphi.com

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

MỤC LỤC

<i>Lời giới thiệu</i>	7
<i>Lời nói đầu</i>	15
Chương I: NHỮNG GIAI ĐOẠN TRONG SỰ NGHIỆP CỦA JUNG	19
Đại học Basel	19
Những thí nghiệm liên tưởng từ	24
Sự hình thành tổ hợp	26
Freud và Jung gặp nhau	34
Chương II: NHỮNG KIỂU TÂM LÝ	39
Freud và Jung trao đổi ý kiến	39
Sự phân chia giữa hai con đường	42
Nguồn gốc loại hình tâm lý của Jung	48
Người hướng nội và người hướng ngoại	55
Bốn chức năng của ý thức	60
Chương III: HOẠT ĐỘNG TÂM THẦN VÔ THỨC	65
Nguồn gốc tâm lý của các bệnh tâm thần	65
Hoạt động tinh thần vô thức	69
Vô thức cá nhân	71
Vô thức tập thể	73

Cổ mẫu và bản năng	74
Giả thuyết về vô thức tập thể và nguồn gốc của nó	80
Quan điểm thực nghiệm của Jung	86
Chương IV: NHỮNG GIẤC MƠ	91
Hai giấc mơ: trẻ con và người già	91
Giấc mơ và người nằm mơ	93
Phân tích giấc mơ trong liệu pháp tâm lý	97
Tự điều chỉnh trong giấc mơ	104
Bù trừ: tinh thần và thể xác	107
Bù trừ trong phân tích	110
Những giấc mơ lớn	112
Sự phóng đại	114
Chương V: THẾ GIỚI BÊN TRONG CHÚNG TA	117
Những giấc mơ và nghiên cứu	117
Tưởng tượng tích cực	121
Nghệ thuật tự phát	126
Hội thảo của Jung	128
Những hình ảnh trong vô thức	131
Chương VI: NHỮNG LĨNH VỰC MỞ RỘNG CỦA TƯ TƯỞNG JUNG	157
Thôi miên	158
Tổ hợp trong điều trị	161
Tâm lý học vô thức	164
Vấn đề hiện tại	167
Chuyển dịch trong quan hệ bác sĩ - bệnh nhân	172
Jung và giả kim thuật	181

Chương VII: HIỆN TẠI VÀ TƯƠNG LAI	189
Đương đầu với vô thức	189
Cái bản ngã không được phát hiện	192
Nhân cách như là một tổng thể: ý thức và vô thức	198
Cá nhân hóa là một quá trình. Bản ngã	199
<i>Lời người dịch</i>	205
<i>Tài liệu tham khảo</i>	208



downloadsachmienphi.com

Download Sách Hay | Đọc Sách Online

Carl Gustav Jung là một trong những nhà tâm lý học hàng đầu thế kỷ XX, người đề ra học thuyết tâm lý học phân tích rất nổi tiếng ở Phương Tây, nhưng còn khá xa lạ đối với bạn đọc Việt Nam. Cuốn sách *Jung đã thực sự nói gì* của E. A. Bennet - bạn thân của Jung đã đưa ra những chỉ dẫn và kiến giải sâu sắc nhưng bằng một ngôn ngữ dễ hiểu về tư tưởng của Jung, những đóng góp, tác động của ông đối với khoa tâm phân học thế giới. Hiện nay có hàng trăm viện, trung tâm, câu lạc bộ Jung, hàng nghìn nhà phân tích Jung trên khắp thế giới.

Hì vọng bản dịch tiếng Việt cuốn sách này sẽ mang lại những điều thật sự bổ ích cho bạn đọc Việt Nam

Giá: 21.000đ