

创伤的淬炼与文学的升华 ——论弗吉尼亚·伍尔夫的精神创伤与其文学创作

王嘉怡¹

(1.南开大学文学院, 天津 300071)

[摘要] 弗吉尼亚·伍尔夫作为现代主义文学的核心人物, 其创作与个人精神创伤之间存在深刻而复杂的动态联系。本文以《达洛维夫人》为核心文本, 结合创伤理论, 深入剖析伍尔夫生命中的死亡创伤、性别创伤与战争创伤如何成为其文学创作的內驱力。论文认为, 伍尔夫并非被动地为创伤所困, 而是主动地将创作过程作为一种审视、理解乃至超越创伤的途径。其创作实践揭示出, 文学形式本身即是承载与转化难以承受之情绪 的容器。

[关键词] 弗吉尼亚·伍尔夫; 精神创伤; 文学创作; 《达洛维夫人》; 意识流; 创伤升华

The Tempering of Trauma and the Sublimation of Literature: On Virginia Woolf's Mental Trauma and Her Literary Creation

WANG Jiayi

(1. School of Literature, Nankai University, Tianjin 300071)

[Abstract] Virginia Woolf, as a key figure of modernist literature, has a profound and complex dynamic relationship between her works and her personal mental trauma. This paper takes "Mrs. Dalloway" as the core text and combines trauma theory to deeply analyze how the death trauma, gender trauma, and war trauma in Woolf's life became the driving force of her literary creation. The paper argues that Woolf did not passively suffer from trauma but actively used the creative process as a way to examine, understand, and transcend the trauma. Her creative practice reveals that the literary form itself is a container for carrying and transforming unbearable emotions.

[Key Words] Virginia Woolf; Psychological Trauma; Literary Creation; "Mrs. Dalloway"; Stream of Consciousness; Trauma Sublimation

一、精神创伤与文学创作在伍尔夫身上形成深刻的双向循环

弗吉尼亚·伍尔夫的一生是文学天才与精神痛苦激烈交织的传奇。她所经历的亲人接连离世、童年性侵害、社会性别压迫以及世界大战的宏观阴影, 在其敏感的心灵中刻下了难以磨灭的创伤烙印, 并直接导致了其一生中反复发作的精神崩溃。然而, 伍尔夫的独特之处在于, 她并未被这些创伤吞噬, 而是找到了一条与之共存并最终将其转化为艺术瑰宝的路径。对她而言, 精

作者简介: 王嘉怡, 女, 南开大学文学院本科生。

神创伤与文学创作并非简单的因果关系，而是一种积极的、双向的动态循环。一方面，那些铭心刻骨的个人创伤构成了她文学创作中最重要、最独特的源泉与驱动力；另一方面，文学创作的行为本身，又为她提供了一条审视、理解、驾驭乃至在象征层面上超越这些创伤的途径，是她自我疗愈、重构破碎自我的良药^[1]。

她曾极具洞见地评价自己的疯癫体验：“作为一种经历，我可以向你保证，疯癫是了不起的，不应蔑视它；在疯癫的熔岩中，我仍能找到许多可供写作的事情。疯癫的熔岩从一处喷出，造成一切，最后成形，而不会像神智正常时，只出现少许零星的想法。”这表明她学会从病态的阵痛中汲取创作的原料。有研究者也指出，“她就像许多其他反复无常的作家，学会吸收她暴躁、阴郁的情绪所教导的事情。^[2]”

二、弗洛伊德与厨川白村的理论为理解创伤与创作的关系提供了基石

要理解伍尔夫的创作，首先需厘清创伤与创作之间的心理联结。西格蒙德·弗洛伊德的压抑与升华理论为此提供了初步的视角。弗洛伊德认为，艺术家与普通人一样，受到内在原始欲望的强烈驱使。但艺术家具有一种独特的能力，即能将这种被社会规范所不容的本能冲动，通过创造性的劳动，升华为被社会所接受和赞赏的文化产品。因此，文艺创作在某种程度上可被视为艺术家本能冲动升华的结果。这一理论虽有将创作动机过度简单化之嫌，但它开创性地将创作源头指向了创作者被压抑的内心世界。

厨川白村在弗洛伊德的基础上进一步提出了“文艺是苦闷的象征”的著名论断。他认为，人类天生具有蓬勃的生命力，渴望创造与表达。然而，当它在现实生活中遭受来自社会道德、规范等各方面的压抑与挫折时，便会产生巨大的苦闷与创伤。这些负面的情绪体验无法在现实中得到充分宣泄，于是被蓄积在无意识的深层领域。对于作家而言，文艺创作正是一种象征性的、非破坏性的最佳宣泄渠道^[3]。这一观点更贴近伍尔夫的创作实际。她的写作，正是将蓄积于无意识深处的、由死亡、性侵害和社会不公带来的苦闷，通过小说这一“苦闷的象征”进行倾诉和表达。

伍尔夫的案例超越了简单的“宣泄”或“升华”。她的创作更是一种主动的、有意识的自我重构。正如有研究所指出的，对于伍尔夫而言，“形式”是承载难以承受之情绪的容器，它为她提供了一个处理个人创伤、救赎破碎自我的空间^[4]。她的文学创作不仅是被动地记录创伤，更是主动地运用形式这一容器，去整合、驾驭那些碎片化的、难以言说的痛苦体验。

三、伍尔夫的精神图景由其遗传基底与多重创伤经历共同塑造

伍尔夫的精神图景建立在一个易感的遗传基底之上，她继承了父系家族的情绪不稳定与母系家族的忧郁、敏感，这使她对外部刺激有着超乎常人的感受力^[5]。其创伤主要源于三个方面，死亡的重击、性别的压迫以及战争的阴影，共同塑造了她独特的精神世界。

死亡的连环重击构成了伍尔夫青年时期最沉重的创伤。从13岁母亲朱莉亚猝然离世——这被其视为“第一场灾难”并直接诱发第一次精神崩溃——开始，死亡便如影随形。15岁时，如同母亲替身一般的同母异父姐姐斯特拉去世；22岁时，极具权威性的父亲莱斯利病逝。这十年间，“死亡”不仅是情感上的剥夺，更在她成长的关键阶段留下了永久的精神创痛，成为她一生中精神疾病反复发作的核心诱因^[6]。这种频繁的、近距离的死亡体验，迫使她过早而深刻地思考生与死的宏大命题，形成了其作品中挥之不去的死亡意识。

与此同时，性别的双重压迫深刻影响了伍尔夫的成长与认知。在思想上，父亲莱斯利奉行男权意志，只让儿子们接受系统的学校教育，而女儿们则被限制在家中，这使她很早就意识到性别带来的不公。在身体上，她年幼时遭到两位同母异父兄长杰拉尔德和乔治的持续猥亵，这种来自家庭的性屈辱极大地损毁了她的心理健康，对她未来的性别认同、身体观念乃至婚姻生活都产生了深远的负面影响^[7]。这种创伤使得她对男权社会及其权力结构抱有深刻的批判，也影响了她与异性的关系。

此外，生活在两次世界大战的年代，宏观的社会暴力与她的个人创伤经验产生共鸣。战争的摧残、生命的脆弱，勾连起她至亲死亡的私人记忆。在战争期间，她历尽刺激和折磨，发作了两次严重的神经崩溃。时代的大悲剧与她个人的小悲剧相互交织，共同构成了其文学创作的灰暗背景，也使她的作品超越个人哀怨，带有对文明与暴力的深刻反思。

四、《达洛维夫人》是伍尔夫将个人创伤进行艺术转化的典范

要想具体理解弗吉尼亚·伍尔夫身上创伤与创作的双向循环，其代表作品《达洛维夫人》可以作为一个适宜的窗口，令我们能够去深入探讨她如何将个人创伤体验——包括精神病治疗创伤、性别压抑与死亡恐惧——通过文学的形式进行淬炼与升华，最终实现其艺术上的不朽成就。

《达洛维夫人》的创作，是伍尔夫将上述创伤进行艺术淬炼的完美例证。小说的虚构性为她审视自身最痛苦的精神疾病、性创伤与战争创伤提供了一个必要的“保护面具”^[8]。通过创造赛普蒂莫斯和克拉丽莎这些人物，她能够以一种间接的、艺术化的方式，安全地触碰和处理自己的伤痛记忆。

退伍军人赛普蒂莫斯是伍尔夫自身精神病体验与医疗创伤最直接、最强烈的文学投射。他患有严重的创伤后应激障碍，症状与伍尔夫本人神经崩溃时的体验遥相呼应。小说中赛普蒂莫斯与布拉德肖医生的冲突，几乎是伍尔夫与她的医生真实经历的文学重现。布拉德肖医生代表的“静养疗法”，其核心是“均衡”，实质是要求病人彻底放弃自我的感受和判断，无条件地服从社会规定的“理性”标准。有研究指出，伍尔夫在此尖锐地揭示了医患关系中存在的权力话语：自以为是的医生剥夺了最有发言权的病人与家属的话语权，治疗的目的是理解，而是规训与压制^[9]。因此，赛普蒂莫斯的跳窗自杀，具有多重象征意义。这既是对强制治疗的激烈反抗，也是他作为一个无法被异化社会所容的个体，为维护自身“灵魂的独立”而发出的最后控诉。这

一结局也是伍尔夫自身对死亡和自由的思考，是她个人悲剧的一次文学预演，其死亡被赋予了某种悲壮的崇高感，是对污浊现实的一种彻底摒弃。

而表面光鲜的克拉丽莎·达洛卫，则是伍尔夫自身在男权社会中所感受到的压抑、失落与身份困惑的深刻投射。克拉丽莎通过婚姻获得了体面的身份，但真实的自我却日益迷失。她终日忙于操办宴会，因为只有社交盛宴的穿梭中，她才能短暂地感受到自己的存在和价值。她本质上活成了丈夫的附属品和别人眼中的观赏品，体现了当时中产阶级女性在婚姻中的物化处境。克拉丽莎与少女时代好友萨利·西顿之间充满激情的情感纠葛，映射了伍尔夫本人的女同性恋倾向或对同性情感的深切依恋。这种倾向的形成，与她对异性侵害的创伤记忆、对母亲和姐姐的强烈情感依恋密切相关。小说中萨利婚后变成一个以“五个大胖小子”为荣的世俗妇人，也对应着伍尔夫对现实中姐姐瓦妮莎拥有传统家庭生活的复杂心情。此外，小说含蓄地描绘了克拉丽莎与丈夫之间缺乏身体亲密的婚姻关系，这与史料中伍尔夫与丈夫伦纳德婚姻中存在的事实上的无性状态相互对应，反映了她因早年创伤而在两性关系上的疏离与困境。

伍尔夫通过《达洛维夫人》展现了一种极为独特和复杂的死亡观。在赛普蒂莫斯看来，死亡是一种积极的、具有捍卫意义的反抗行动。而更精妙的设计在于，伍尔夫让克拉丽莎在自家晚宴的欢乐高潮中，听闻了赛普蒂莫斯的死讯。这一刻，克拉丽莎没有感到恐惧，反而产生了一种深刻的共情与领悟。她仿佛能体会到赛普蒂莫斯赴死时的解脱与决绝。正是在对死亡的深切体认中，克拉丽莎反而窥见了生的意义，感到一种“活下去”的强烈信念。伍尔夫借此表达了她深刻的哲学思考：死亡并非生命的对立面，而是生命的一部分，是生命的升华。只有直面死亡，才能真正理解生命的本真。她将个人对死亡的恐惧，通过文学创作，升华为一种关于如何更好地“活着”的普遍性探索。

五、意识流手法与意象系统成为伍尔夫投射创伤的美学形式

伍尔夫的艺术风格与其创伤心理形成了高度统一。创伤导致记忆和思维的碎片化、非逻辑性，而这正是意识流手法所能完美捕捉的。在《达洛维夫人》中，伍尔夫彻底摒弃了传统小说的线性叙事结构。整部小说没有章节划分，而是以克拉丽莎和赛普蒂莫斯的内心活动作为两条平行的叙事线索。这两条线通过客观世界中的共同刺激（如汽车爆胎声、飞机轰鸣声）而自然地交织、切换。这种结构天才般地模仿了现代都市中人与人之间看似疏离实则隐秘关联的存在状态，也精准复刻了创伤受害者感知世界与时间的方式。更重要的是，通过让叙事的意识焦点在病人与健康人、男性与女性、上层与底层之间自由流动，伍尔夫巧妙地呈现了伦敦城里复杂的权力结构，实现了其深刻的社会批判目的。

伍尔夫对特定意象的钟情，也与其创伤体验息息相关。“房间”的意象代表一个与外界隔绝的、受保护的私密空间，是个体用以守护内心世界、享受思想独立和人格完整性的堡垒。对于伍尔夫而言，拥有“一间自己的房间”不仅是物质需求，更是精神上的必需。“窗户”作为“房间”

与外部世界连接的临界点，在《达洛维夫人》中具有关键意义。当代表外部权威的布拉德肖医生即将“破门而入”时，赛普蒂莫斯选择了从窗户跃下。这一行动象征着，当外部压力企图摧毁内在的自我完整时，个体宁愿选择彻底的逃离，在死亡中寻求统一性。而伦敦的标志“大本钟”，作为机械、精确、无情的物理时间的象征，其钟声反复出现，标记着客观时间的流逝。每当钟声响起，克拉丽莎心中总会泛起无限的感慨、惆怅和焦虑，这正是中年伍尔夫自身对时光流逝极为敏感的心理状态的投射，体现了她在有限生命中追求创作永恒的紧迫感。这些意象共同构成了一个承载其创伤体验与哲学思考的象征系统。

六、伍尔夫通过文学创作在破碎中重塑了完整的自我

弗吉尼亚·伍尔夫的一生与创作，深刻地诠释了精神创伤与文学创作之间一种积极的、双向的循环。那些看似将她推向崩溃边缘的创伤体验，恰恰成为了她创作中最深沉、最独特的素材与内驱力。而文学创作，则绝非被动的记录，而是她主动运用的、强有力的工具。她是一位真正“疯狂的天才”，但她并非被动地被疾病吞噬，而是学会将自身的弱点——精神上的极度敏感与情绪的剧烈波动——转化为艺术上的最大优势。

她成功地将最个人化的痛苦体验，与对普遍人性、生命哲学和社会权力的宏大关怀结合起来；并将这种结合，灌注于意识流、象征主义等高度成熟和创新的文学形式之中，达到了内容与形式的完美统一。最终，伍尔夫的遗产告诉我们，最深刻的艺术往往诞生于最深刻的个人痛苦。她通过书写破碎，通过文学的形式这一“承载难以承受之情绪的容器”，最终在词语和想象的世界里，成功地重新整合、重塑了一个完整而不朽的自我。她不仅在文学史上留下了瑰宝，更以其生命实践，展示了一条如何用创造对抗毁灭的非凡路径。正如其箴言所示，“不必匆忙，不必火花四溅，不必成为别人，只需成为自己。”伍尔夫通过文学，最终成为了她自己。

【参考文献】

- [1]严格,朱艳阳. 弗吉尼亚·伍尔夫的精神创伤与文学创作[J]. 文学教育(上),2022,(8): 49-51.
- [2]凯·雷德菲尔德·贾米森. 疯狂天才 躁狂抑郁症与艺术气质[M]. 上海:上海三联书店,2007.04.
- [3]厨川白村,鲁迅. 苦闷的象征[M]. 北京:人民文学出版社,2007.07.
- [4]龙丹. 伍尔夫《达洛维夫人》中的疾病幽灵[J]. 西安外国语大学学报,2021,29(4): 107-111.
- [5]朱艳阳,胡美智. 浅论弗吉尼亚·伍尔夫精神创伤之形成[J]. 文学教育(上半月),2021,(1): 47-49.
- [6]张嫣然. 论伍尔夫的精神遭遇对其创作的影响——以小说《达洛维夫人》为例[J]. 无锡商业职业技术学院学报,2015,(4): 108-112.
- [7]汪洁. 英伦百合在“狄奥尼修斯之剑”下的吟唱: 伍尔夫精神疾病与其创作关系初探[D]. 南京师范大学,2013.
- [8]黄雪芹. 重建自我: 伍尔夫《达洛维夫人》的创伤书写[D]. 北京外国语大学,2018.
- [9]朱华. 弗吉尼亚·伍尔夫文学创作心理探析[J]. 辽宁教育行政学院学报,2010,27(7):118-119.