

英汉“恐惧”隐喻习语表达对比研究

刘杰

山东科技大学 山东青岛

【摘要】情感作为人类主观经验中不可或缺的一环，居于个体内在体验的核心位置，具有普遍性与中心性。恐惧作为人类的第五种基本情感，是一种典型的负面情绪，是对未知危险产生的畏惧与担忧。由于情感本身往往表现为抽象、模糊且不易言传的内在感受，隐喻便成了将这些抽象概念具体化的常用手段。本文以认知隐喻理论为核心框架，聚焦英汉两种语言中“恐惧”情感的习语表达，系统探究其概念隐喻的共性与个性及成因。英汉习语在恐惧隐喻上既共享“恐惧是容器中的液体”这一基本认知，也表现出鲜明的个性特征：汉语中“恐惧”习语的概念隐喻，集中体现在传统文化、中医脏腑认知与历史典故方面；英语“恐惧”习语的概念隐喻个性，主要源于西方宗教神话、航海文化、民俗传统与解剖学认知。

【关键词】情感；恐惧；认知共性；认知个性

【收稿日期】2025年12月12日 **【出刊日期】**2026年1月7日 **【DOI】**10.12208/j.ssr.20260030

A comparative study of metaphorical expressions for “Fear” in English and Chinese

Jie Liu

Shandong University of Science and Technology, Qingdao, Shandong

【Abstract】 Emotions, as an indispensable component of human subjective experience, occupy a central position in an individual's inner life, characterized by universality and centrality. Fear, as the fifth basic feeling in humans, is a typical negative emotion, arising from apprehension and concern about unknown dangers. Since emotions themselves often manifest as abstract, vague, and ineffable internal feelings, metaphor serves as a common tool to concretize these abstract concepts. Grounded in cognitive metaphor theory, this paper focuses on idiomatic expressions of ‘fear’ in both English and Chinese to systematically explore the commonalities and individualities of their conceptual metaphors, as well as their underlying causes. The paper reveals that English and Chinese idioms not only share the basic cognition of “Fear is the fluid in a container,” but also exhibit distinct individual characteristics. Specifically, the conceptual metaphors of fear idioms in Chinese are mainly reflected in traditional culture, the visceral cognition of Traditional Chinese Medicine (TCM), and historical allusions. In contrast, the individualities of English fear metaphors primarily stem from Western religious mythology, seafaring culture, folk traditions, and anatomical knowledge.

【Keywords】 Emotion; Fear; Cognitive commonality; Cognitive individuality

1 引言

情感是人类经验的核心组成部分，在精神和社会生活中占据至关重要的位置。从古至今，人们对情感的探究从未停止，而语言，尤其是具备隐喻特征的语言，成为研究情感的重要途径。在传统理论中，隐喻被界定为一种修辞手段，现代隐喻理论体系则清晰地将其定位为一种认知现象。它不仅是人类认知世界、构建思维体系的重要方式，更是人类借助某一领域的经验，对另一领域经验进行阐释或理解的认知过程。虽然“恐惧”

情感具有抽象性，但相关表达却不计其数，这都是人们使其概念化、隐喻化的结果。

2 认知隐喻研究综述

隐喻一直以来都是文学研究与修辞学研究领域的热点。自20世纪70年代开始，隐喻逐步成为语言学领域的研究热点^[1]。尤其是随着认知科学与认知语言学的持续发展，隐喻完成了从修辞格向人类思维与认知方式的关键转型。美国语言学家乔治·莱考夫（George Lakoff）是从认知视角系统地探究隐喻，并将其纳入语

言学研究范畴的奠基人。1980年，他与马克·约翰逊（Mark Johnson）联合撰写的《我们赖以生存的隐喻》是公认的认知语言学隐喻系统研究的开始，在国外隐喻研究中具有很大影响。乔治·莱考夫和马克·约翰逊在书中指出“隐喻的本质就是通过另一种事物来理解和体验当前的事物”。隐喻是一种范畴错置，是用熟悉的、具体的、易理解的事物去认识不熟悉的、抽象的和难以理解的事物。隐喻不仅是语言中词汇的问题，还是人类思维的重要手段，它直接参与人类的认知过程，是人类生存的基本方式，乃从认知的角度首次提出了概念隐喻理论（conceptual metaphor）。从此，隐喻从修辞语言现象过渡到普遍语言现象，实现了隐喻研究的认知转向^[2]。后来，E.F.Kittay（1987）的《隐喻：其认知力和与语言结构（Metaphor, Its Cognitive Force and Linguistic Structure）》，从现代认知心理学和语言学的角度探讨隐喻所涉及的有关语言学和心理学问题^[1]。

3 英汉“恐惧”习语的概念隐喻共性分析

恐惧是人类及生物共有的一种基础心理状态，属于情绪的一种重要表现形式。从心理学视角分析，恐惧是个体面对特定情境时，既渴望规避又无力改变所产生的负面情绪体验^[3]。

“恐惧”情感在英汉语言中均常通过容器隐喻进行表达，即“恐惧是容器中的液体”（Fear is the fluid in a container）。该隐喻源于两个更上层的概念结构：

“人体是容器”与“情感是容器中的液体”。Lakoff等学者指出，人体作为自然实体，其皮肤构成了我们与外界分隔的界面，从而形成“人体作为容器”的基本认知。情感作为人体对外界的态度表现，自然被视作该容器中所承载的物质。由于容器常与液体关联，恐惧因而被隐喻化为容器内的液态物质^[4]。

在这一整体隐喻框架下，英汉语言中又具体衍生出“恐惧是容器中的冷液体”这一共享的子隐喻模式。两种语言均借助“冷感”与“液体”的意象组合，将抽象的恐惧情绪映射为可感知的体温下降与流体变化现象。例如：

（1）The tragic news froze the blood in their veins.

（直译：噩耗使血脉凝固）

（2）恐怖电影令人脊背发凉。

此外，该隐喻也体现在液体在容器内“充盈”“上升”或“涌动”的动态意象中：

（1）She was filled with dread at the thought.（想到此处，她心中充满了恐惧。）

（2）Fear began to simmer within him.（恐惧开始

在他体内悄然翻腾。）

（3）一阵恐惧袭上心头。

（4）现场气氛让人屏息，恐惧感在空气中弥漫。

这种跨语言隐喻的共性来源于人类共同的生理基础：恐惧常常伴随着血管收缩、血液循环趋缓、体表温度降低等生理反应，从而在认知中形成“冷”与“液体流动变化”的身体经验。

英汉习语在恐惧隐喻上既共享“情感是容器中的液体”这一基本认知，又具体表现出以“冷液体”为代表的相同表达，体现了不同语言在情感概念化过程中对相似身体经验的类似表达，同时也蕴含了各自文化对生理——心理关联的表达特色。

4 英汉“恐惧”习语的概念隐喻个性分析

概念隐喻的形成始终根植于特定的文化语境、认知模式与历史传统，英汉两种语言在“恐惧”情感的习语表达中，因各自的文化基因、生活场景与思维方式差异，衍生出诸多具有鲜明个性的概念隐喻类型。这些隐喻不仅是语言形式的差异，更折射出两种文化对“恐惧”情感的独特认知路径，其个性特征主要体现在隐喻载体的文化特异性、认知逻辑的民族独特性两个维度。

汉语中“恐惧”习语的概念隐喻，集中体现在传统文化、中医脏腑认知与历史典故方面，形成了独具中国文化特色的隐喻体系。

4.1 汉语“恐惧”习语隐喻——依托鬼神信仰与超自然意象

汉语恐惧隐喻深受鬼神文化影响，将抽象恐惧具象化为超自然力量。中国传统文化中，“鬼”“神”“妖”等超自然意象始终与未知危险、死亡等紧密相联，成为恐惧情感的重要隐喻载体。例如“毛骨悚然”，以“毛发竖起、骨骼发凉”的生理反应为表象，背后暗含对“鬼魅作祟”的文化联想——古人认为鬼魂出现时会带来阴冷气息，引发人体的本能恐惧反应，该习语通过超自然信仰与生理反应的结合，具象化了极致的恐惧；“魂飞魄散”则依托中国传统“灵魂不灭”的观念，将恐惧隐喻为“灵魂脱离躯体、四散逃逸”，暗示恐惧已达到摧毁精神意志的程度，这种以“灵魂”为核心的隐喻载体，在英语中难以找到完全对应的表达。虽然英语中有“jump out of one's skin”（吓得魂不附体）的表达，以“皮肤”为喻体，描述恐惧导致的身体应激反应，但与汉语“魂飞魄散”的隐喻逻辑不同——汉语聚焦“灵魂”，英语聚焦“身体外壳”，体现了两种文化对“自我”的不同认知。类似的还有“鬼哭狼嚎”“妖魔鬼怪”“谈鬼色变”等习语，均以超自然意象为媒介，将抽象的恐

惧转化为可感知的文化符号，其隐喻逻辑深深植根于道教、佛教影响下的中国传统信仰体系。

4.2 汉语“恐惧”习语的隐喻——植根中医脏腑功能认知

汉语“恐惧”习语深受中医脏腑认知的影响，形成了以“胆”“肝”“心”等脏腑为核心的隐喻。中医理论认为，“胆主决断”，胆气的强弱直接影响人的勇气与恐惧情绪，这种认知渗透到语言中，催生了大量以“胆”为隐喻载体的习语。例如“胆战心惊”，将恐惧描述为“胆在颤抖、心在惊跳”，以脏腑的生理反应映射内心的恐惧；“胆小如鼠”以“胆的渺小”隐喻勇气缺失导致的恐惧；“肝胆俱裂”则夸张地表现恐惧至极时“肝与胆都碎裂”的状态，凸显恐惧对身心的毁灭性冲击；“心惊肉跳”“心有余悸”则以“心”为核心，将恐惧与心脏的异常跳动关联，体现了中医“心为君主之官，主神明”的认知。这种以脏腑功能为基础的隐喻，完全源于中国传统医学对人体与情绪关系的独特理解，在英语中并无对应的认知基础——英语中虽有涉及身体部位的恐惧隐喻，但多聚焦于“神经”“心脏”等解剖学概念，而非中医的脏腑功能认知。虽然英语中有类似“lose one's nerve”（失去勇气）的表达，以“神经”为隐喻载体，源于西方解剖学对神经功能的认知，与汉语中基于中医“胆”的隐喻形成鲜明对比，凸显了两种文化对人体与情绪关系的不同理解。

4.3 汉语“恐惧”习语的隐喻——借历史典故固化隐喻表达

汉语“恐惧”习语还大量借用历史典故，形成了具有历史文化记忆的隐喻表达。例如“草木皆兵”源自淝水之战的历史事件，前秦苻坚兵败后，见八公山上的草木都以为是东晋的士兵，该习语以历史场景为隐喻，描述因极度恐惧而产生的错觉；“杯弓蛇影”出自《晋书·乐广传》，讲述有人误将酒杯中弓的倒影当作蛇，饮用后因恐惧而生病，后用来隐喻因疑神疑鬼而产生的恐惧；“风声鹤唳”同样源于淝水之战，形容战败后士兵听到风声和鹤鸣都以为是追兵，凸显了极度恐惧下的敏感与不安。这些习语以历史事件为隐喻原型，将特定历史场景中的恐惧情绪固化为语言表达，其隐喻意义的理解依赖于对中国历史文化的认知，英语中缺乏此类基于中国历史典故的恐惧隐喻。

与汉语相比，英语“恐惧”习语的概念隐喻个性，主要源于西方宗教神话、航海文化、民俗传统与解剖学认知，形成了与汉语截然不同的隐喻体系。

4.4 英语“恐惧”习语的隐喻——源于宗教神话核

心意象

基于基督教宗教信仰与希腊罗马神话的隐喻是英语“恐惧”习语的重要特征。西方文化中，“魔鬼”（devil）、“地狱”（hell）、“撒旦”（Satan）等宗教意象是恐惧的核心载体，例如“scared out of one's wits”，“wits”在西方哲学与宗教中代表“心智、灵魂”，该习语字面意为“被吓得灵魂出窍”，背后暗含基督教对“灵魂与肉体”二元对立的认知，与汉语“魂飞魄散”看似语义相近，但隐喻根源分别来自基督教灵魂观与中国传统灵魂信仰；“face the devil”（直面魔鬼）以“魔鬼”象征极致的恐惧与邪恶，“hell on earth”（人间地狱）则将恐惧的场景隐喻为宗教中的地狱，传递出绝望与痛苦的恐惧体验；“between the devil and the deep blue sea”（在魔鬼与深海之间）结合了宗教意象与航海场景，隐喻“进退两难的恐惧”，这种宗教与自然场景的融合隐喻，在汉语中并无对应表达。此外，希腊罗马神话中的意象也常出现在英语恐惧习语中，如“fear the wrath of Zeus”（惧怕宙斯的怒火），以神话中的众神之王象征不可抗拒的权威与恐惧，体现了西方神话对语言的深刻影响。

4.5 英语“恐惧”习语的隐喻——受航海文化场景驱动

英语“恐惧”习语深受航海文化的影响，衍生出大量以航海为隐喻载体的表达。英国作为海岛国家，航海历史悠久，航海过程中的未知危险、恶劣环境成为恐惧情感的重要隐喻来源。例如“in deep water”字面意为“陷入深水之中”，引申为“陷入困境而感到恐惧”，以深海的未知与危险隐喻恐惧的根源；“all at sea”（茫然无措）原指航海时迷失方向，后用来形容因未知而产生的恐惧与困惑；“storm in a teacup”虽本意是“小题大做”，但背后暗含对航海中风暴的恐惧——风暴是航海中最危险的场景之一，用“茶杯里的风暴”隐喻看似微小却引发焦虑恐惧的事件；“walk the plank”（走跳板）源自海盗文化，海盗逼迫俘虏走下船舷的跳板坠入海中，该习语直接以危及生命的航海惩罚场景，隐喻极度的恐惧与绝望。这些基于航海文化的恐惧隐喻，与汉语中基于农耕文明的隐喻形成鲜明对比，体现了生活环境对语言隐喻的塑造作用。

4.6 英语“恐惧”习语的隐喻——基于民俗传统与动物认知

英语“恐惧”习语还包含基于西方民俗传统与动物认知的独特隐喻。例如“have kittens”（焦虑恐惧），源于中世纪西方的民俗信仰——人们认为猫产崽时的

痛苦与不安会带来厄运，因此“生小猫”成为焦虑与恐惧的隐喻；“chicken out”（因恐惧而退缩）以“鸡”为隐喻载体，在西方文化中，鸡被视为胆小、怯懦的动物，因此用“像鸡一样退缩”形容因恐惧而放弃行动；“scared stiff as a board”（吓得僵硬如木板）则以西方日常生活中常见的“木板”为喻体，描述恐惧导致身体僵硬的状态，这种喻体选择与汉语中“僵如石像”的喻体差异，体现了民俗生活场景的影响。

英汉“恐惧”习语的概念隐喻个性，本质上是两种文化认知模式的差异体现：汉语依托传统鬼神信仰、中医脏腑理论与历史典故，形成了具有浓厚东方文化色彩的隐喻体系；英语则基于基督教宗教神话、航海文化、西方民俗与解剖学认知，构建了独具西方特色的隐喻表达。这些隐喻习语不仅是语言交流的工具，更是文化认知的载体，其差异的背后，是英汉民族不同的历史传承、生活环境与思维方式，也为跨文化交际中的情感表达与理解带来了挑战与启示。

5 结论

英汉两种语言在“恐惧”情感的概念隐喻及其表达方式上既存在共性，也表现出显著的个性差异。研究发现，英汉“恐惧”概念隐喻存在显著跨语言共性，核心体现为“恐惧是容器中的冷液体”的共享隐喻模式，对应习语在认知逻辑上高度契合，其根源在于人类共通的身体经验与生理应激反应。同时，二者也呈现鲜明个性：汉语“恐惧”习语深度融合鬼神文化、中医脏腑认知与历史典故，形成独具东方特色的隐喻体系；英语则依托基督教宗教神话、航海文化、西方民俗传统构建隐喻表达。这些异同不仅反映了两种语言在表达抽象情感时的语言策略，更深刻揭示了地理位置与历史文化传统对语言形成与发展的深远影响。

参考文献

- [1] 金晶银.汉韩情感概念隐喻对比研究[D].中央民族大学博士论文, 2012,5.
- [2] 陈家旭.英汉隐喻认知对比研究[D],华东师范大学博士

论文,2004,16.

- [3] 李秀芝.英汉习语对比分析——以“恐惧”概念隐喻为视角[J].民族教育研究,2008,19(06):83-86.
- [4] 袁红梅.英汉“恐惧”隐喻对比研究[J].疯狂英语(教师版),2009,(04):107-111+160.
- [5] George Lakoff and Zoltán Kövecses. The cognitive model of anger inherent in American English [A]. Holland D.and N.Quinn Cultural Models in Language and Thought[C], Cambridge: Cambridge University Press 1987.
- [6] Lakoff&Johnson. Metaphors We Live by [M]. Chicago: University of Chicago Press.1980.
- [7] Zoltán Kövecses. Emotion Concepts. New York: Springer. 1990.
- [8] 拜乐.功能对等理论视角下《水浒传》中“恐惧”情感隐喻的维译研究[D].新疆师范大学, 2022.
- [9] 郭欣欣.英汉“喜怒哀惧”情感隐喻认知共性分析[J].剑南文学(经典教苑), 2013, (03): 319.
- [10] 胡玲玲.英汉“恐惧”情感隐喻对比分析[J].考试周刊, 2013,(55):16.
- [11] 束定芳.隐喻学研究[M].上海:上海外语教育出版社, 2000:256
- [12] 岳好平.英汉情感隐喻的认知研究[M].长沙:湖南人民出版社,2010:225.
- [13] 张辉.汉英情感概念形成和表达的对比研究[J].外国语,2000,(5):39-45.
- [14] 周红.英汉情感隐喻共性分析[J].四川外语学院学报, 2001(3):90-92.

版权声明：©2026 作者与开放获取期刊研究中心（OAJRC）所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS