

一个虚构却又真实的故事
一个自闭症患者寻心的旅程

寻心的旅程

陈瑞燕 著



世界图书出版公司

陈瑞燕 (Chen Ruiyan)

寻心的旅程

陈瑞燕 著

陈瑞燕 著

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目(CIP)数据

寻心的旅程 / 陈瑞燕 著. —北京: 世界图书出版公司北京公司, 2009.1
ISBN 978-7-5062-9529-1

I. 寻… II. 陈… III. 小说—心理学读物 IV. I247.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第179633号

本书原名《自闭澄传》，繁体中文版已于2006年3月由香港明报出版社有限公司出版。

寻心的旅程

著 者: 陈瑞燕
策 划: 邹 丹
责任编辑: 张向军
插 图: 徐寅虎
装帧设计: 黑羽平面工作室

出 版: 世界图书出版公司北京公司
发 行: 世界图书出版公司北京公司
(地址: 北京朝内大街137号 邮编: 100010 电话: 64077922)
销 售: 各地新华书店
印 刷: 三河市国英印务有限公司

开 本: 880 × 1230 1/32
印 张: 7
字 数: 140千
版 次: 2009年2月第1版 2009年2月第1次印刷

ISBN 978-7-5062-9529-1/C · 42

定价: 18.00元

版权所有 翻印必究

给

燃亮我生命的人

第一版自序

这是一个虚构的故事，但所说的道理却真实不虚。

书中的道理真实不虚，所用的描述手法轻松活泼，这是本书的特色。

书中的主人翁，方以澄，被西方医学诊断为自闭症，但他的祖父，一位资深的灵修家，却认为他富有自性。以澄的遭遇带领读者感受科学和灵修不同角度对人生的看法。书中描述了他对我内心宁静的向往，以及如何去了解人间的情义，又如何去努力创造自己的前程。

有一个读者曾经问我为什么不写一本“正正经经”的书，而要用一本小说来讲道理，未免有点那个和不敬。其实，“正正经经”的书籍已有很多，大多数的宗教经典、哲学丛书，都是正正经经地说出人生道理，应该怎样做，又或是不应怎样做。若读者喜欢用一个严肃的态度去探讨这个问题，不愁没有书看。但是，这些道出一篇一篇的规条的权威性书籍，却给不少人一种压迫

感，反而引起他们的抗拒，不再想去了解人生的意义。人生的意义，本是做人的一个基本问题，而做人本是富于趣味的，所以用有趣味性的手法去探讨这个问题最适合不过了。

《自闭澄传》不是第一部用故事的形式探讨人生问题的书籍。有不少著名的书籍，也都是用这样的手法。如家喻户晓的《西游记》，读者可以把它看作神话小说，但也可视之为一个描述人的内心挣扎的代喻。同样的，你可以把《自闭澄传》视为虚构的小说，又或者是发人深省的哲理作品。

虚构小说，在某些人看来，是不能登大雅之堂的作品，特别是在哲学方面。我却认为，一个真挚的故事，可以使人会心微笑、心旷神怡。试问谁不希望有一个真诚的伴侣、一个幸福的家庭呢？或许有些人在现实生活中找不到，便断言故事一定是虚构的。其实，一个爱的故事是否虚构，在于我们对生命付出的多少！

若你不知道这本书是否值得一看，我建议你先用十几分钟看看第一章，有很多读者看过这数十页之后，便舍不得再放手。

陈瑞燕

草于

一九九七年七月一日

再版自序

此书原名《情、心、物——人生规元》，是我一九九六年所写，但看过此书的人不多，因为我主要是把它送给一些有缘的朋友及学生。时间久了，我也把它渐渐遗忘，书架上剩余的数部，静待了十年。最近收了一个活泼的学生，冰雪聪明，热爱生命，但常见她眼眶有泪，心神迷惘。后来得知她喜欢看书，便送了她一部。数天后，她带着微笑告诉我书中的内容使她感受良多。安然的眼神也开始替代了泪水。她还与她的朋友分享，这样，有更多人希望阅读到此书。眼看架上余下的书不多，而且我感到或许会有更多人希望在此书中有所收获，把它“收藏”在我的书架可能是我自私，于是，我决定将此书再版，使更多人能够有机会阅读到此书。有幸得“明报出版社”答允出版并发行，使我这个愿望得以顺利达成，在此感谢。

我更感谢为这次再版写感想的临床心理学家们。她们阅读初版的时候仍是我的学生，现在，她们各自已是不同机构的资深临

床心理学家了。我欣然接到她们的读后感，知道这书还在她们的心中，对她们的工作及生活带来一些指引。这是一位老师最大的满足。

身为一名老师，我未能亲自教导所有的学生，但愿借此书向他们分享我对人生的看法及临床的心得。近年临床的机会少了，也未能尽心去医治所有求诊的病人，总有点不安，也希望此书能给他们及其家人一点引导及支持吧！

在此顺祝各位读者身心健康。

陈瑞燕

二零零五年十一月十九日

第一版序 (一)

第一次看《自闭澄传》的英文版时，我接触的只是在教室内的陈教授，觉得心理学教授写小说实在很特别，但当时书的情节已深深地吸引了我。

后来，我幸运地请到陈教授作论文的导师，彼此多了沟通，我再重新看这本书，发现在那简单的故事当中，其实包含着许多的人生道理。陈教授的书就如她的人一般，总是发人深省，让人在反思中得到更多的认识。

如果你只是为消闲而拿起这本书，恭喜你，你找对了书，你将能分享到以澄和绮仙不平凡的故事；如果你为寻找人生的方向和意义而看这本书，那就更恭喜你，你找对了！它自始至终渗透着的丰富的人生哲理一定会令你爱不释手的！

蔡明坤

心理学三年级学生

一九九七年九月十日

第一版序 (二)

记得第一次读这书时，虽然看了头一页知道是一个小说故事，但毕竟从书名和简介中得知它是蕴含着丰富的哲理寓意的，于是仍以一贯阅读哲理性书籍的严肃认真态度去看，准备着看完了要苦思一番，更战战兢兢地害怕不能参透和牢记个中道理。读下去才发觉看《自闭澄传》原来是件惬意的事，感觉自己像是从孩子手中挣脱了的气球，舒然释放。这种感受主要源自书中展现的爱和精神的力量、生活的积极争取而不执著，以及除了教我们领略可以在书本上寻得做人的道理外，更指引我们细品生活的点点滴滴，再去感受生活中的哲理，更是刺激可爱。《自闭澄传》就是故事与哲理交融的书籍。我从中学到：要更“自由”和自信地投入生活和欣赏生活。

李海欣

心理学三年级学生

一九九七年九月八日

再版序(一)

我第一次阅读这本书已是八年前的事。当时我正在修读临床心理学，对自闭症的认识并不算深入，只有书本上的知识，并没有真正接触临床的机会。所以，那时我从社工的角度（修读临床心理学前我是一位社工）去欣赏和感受这本书。由于个人经历缘故，我被郭博士及绮仙如何用爱和接纳去帮助患有自闭症的以澄深深吸引，因为他们之间有些情节恰如多年前社工系导师对我的教导和帮助，更体会以澄面对的烦恼和挣扎，以及最终的喜悦和满足。

八年后再次阅读它，我发觉别有一番感受。一方面可能与自己近几年有机会真正接触自闭症的儿童有关，不时反省自己身为临床心理学家必须“用心跟他一起感受”，才发现他们“那里的美”；另一方面自己也与陈教授相处了八年，明白她做人处事的态度已渗透书内不少人物，所以她道出的不是一个普通的爱情故事，而是值得三思的人生哲理。

其实每一个人都或多或少能与书中某些人物或情节产生回

响，以澄的执著、绮仙的惶惑、郭博士的热诚、妈妈的专横、爷爷的自在、三叔的无奈……有些可能是自己的缩影，有些可能是自己向往的。无论如何，这本书能让人深思人生为何，个中道理虽然看似简单，但不乏玄妙，值得细心参详。

张美珍博士
临床心理学家

二零零六年一月十三日

再版序(二)

以往的我对阅读那些人生哲理书籍的兴趣不大，因为它们给我的感觉不是抽象难懂，便是枯燥乏味。与朋友交往，亦甚少讨论有关人生的严肃话题。回想起来，这似乎是种逃避——逃避面对恼人的生活，逃避正视迷惘的人生观。人逐渐长大，要面对的人生抉择越来越多。这一两年来，当我努力尝试为自己的人生方向及价值观定位时，让我巧遇《自闭澄传》这本书。它不像许多冗长深奥的哲学书籍，而是借着轻松手法描述以澄如何寻觅自己的人生道路，来引申出许多高深的哲理学问。书中所蕴含的道理给予我很大的启示和提醒。在我拼命盲目地跑着我的人生马拉松时，这书就好像一个供歇息的驿站，让我静下来，细心思索我要行的方向。书中的理念就如公路上的指示牌，让我自由选择自己作为人，特别是作为一位临床心理学家所渴望持有的态度和价值观。以澄因过分执著于情、心或物而造成的痛苦，使我不断地反思自己许多时又何尝不是过于固执而庸人自扰。绮仙和郭博士那发自内心的爱和尊重，一再警醒我于面对我的病人时很容易掉以

轻心的那份热诚和关爱的心。看毕《自闭澄传》，我感到豁然开朗，皆因学习放下故有的执著，使我更感轻松自在，容许我有更多的空间去用心感受和欣赏生命。

书中的每一个细节，每一个故事人物，都蕴藏着许多人生玄机。愿你能慢慢地用智能去品尝此书，或许能助你解决许多生活上的烦恼，重整你的生命意义。

施黎敏

临床心理学博士研究生

二零零五年十一月二十三日



喜悦不是从追求物质中取到，而是从建立人情而获得。不是任何人的孩子，只是母亲自己的孩子令她感到快乐。若人能与万物建立子母般的关系，他将感受到震撼的喜悦，只有感受过的人才能明白。

目 录

第一版自序.....	1
再版自序.....	3
第一版序（一）.....	5
第一版序（二）.....	6
再版序（一）.....	7
再版序（二）.....	9
第一章 情、心、物.....	3
第二章 心.....	15
第三章 情.....	51
第四章 物.....	109
第五章 不执著情.....	139
第六章 不执著心.....	171
第七章 不执著物.....	181
第八章 平衡情、心和物.....	195