

当代最具影响力的女性心理学家·最具争议力作

彻底颠覆心理学
“记忆恢复疗法”的神话

(美) 伊丽莎白·洛夫特斯 博士

凯瑟琳·克禅/著

王 兮/译

当心！
你的记忆会犯罪
The Myth of Repressed Memory

山西出版集团
山西人民出版社

当代最具影响力的女性心理学家·最具争议力作

彻底颠覆心理学
“记忆恢复疗法”的神话

当心！你的记忆会犯罪

The Myth of Repressed Memory

(美) 伊丽莎白·洛夫特斯 博士

凯瑟琳·克禅/著

王 兮/译

山西出版集团
山西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

当心! 你的记忆会犯罪/(美) 洛夫斯特, (美) 克禅著; 王兮译.
—太原: 山西人民出版社, 2010.7

ISBN 978-7-203-06855-6

I. ①当… II. ①洛… ②克… ③王… III. ①记忆-心理学
—通俗读物 IV. ①B842.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 107048 号

版权合同登记号: 04-2010-021

当心! 你的记忆会犯罪

著 者: (美) 伊丽莎白·洛夫特斯 凯瑟琳·克禅

译 者: 王 兮

特约编辑: 邓 晨 印志凤

责任编辑: 梁晋华

出 版 者: 山西出版集团·山西人民出版社

地 址: 太原市建设南路 21 号

邮 编: 030012

电 话: 0351-4922220

0351-4956003

E - mail: fxzx@sxskcb.com

web@sxskcb.com

网 址: www.sxskcb.com

经 销 者: 山西出版集团·山西人民出版社

承 印 者: 北京通州兴龙印刷厂

开 本: 700mm×1000mm 1/16

印 张: 19.25

字 数: 300 千字

印 数: 1-10000 册

版 次: 2010 年 7 月

印 次: 2010 年 7 月 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-203-06855-6

定 价: 30.00 元

版权所有 侵权必究

约翰·普鲁克特：我家里还可能藏着一条五条腿的巨龙，但是没有人有幸看见过。

帕里斯神甫：尊敬的长官，我们在这里恰恰是要发现从没有人亲眼看到过的东西。

推荐序

庐山这东西到底长什么模样？

朱建军

横看成岭侧成峰，
远近高低各不同。
不识庐山真面目，
只缘身在此山中。

在苏轼写这首诗的时代，飞机还没有发明，所以即使是他这样的大人物，要观察庐山，也不可能乘飞机俯瞰。所以，他得出的结论是，不识庐山真面目，是因为他自己就在庐山之中，受到视角限制。

现在，我们花几百元买一张打折机票，就有可能在庐山之外看庐山。即便这样，我们就能看清庐山的真面目了吗？横看成岭侧成峰，俯瞰庐山成山丘，山丘就是庐山的真面目？

找到真面目，谈何容易？

古人说，眼见为实。心理学家告诉我们，眼见未必为实——且不说那些可以给你造成错觉的图形或场景，只说3D立体电影出现后，你眼见阿凡达骑着飞龙在身边乱窜，那是真实的吗？周老虎拍摄的精美华南虎，神采奕奕，那是真实的吗？

而这本书告诉你的是，即使是你自己的记忆，也一样靠不住，它可能会被歪曲。当然，小小的歪曲我们也认了，但是这本书告诉你一个可怕的事情：在某些情况下，记忆的歪曲程度居然可以大到让一个无辜的人相信自己做出了令人发指的种种罪行，比如强奸自己的儿女、杀死婴

孩、变态的魔鬼崇拜……

所以，我说这本书简直就是一部最可怕的恐怖小说。它告诉你，即使不去鬼屋，不接触怪庙宇，不玩碟仙，你也完全有可能在大白天进入最可怕的噩梦之中。

这些的确是可能的，因为心理学研究已经发现，我们的记忆并不是一盘客观忠实的录像带，而是我们的大脑根据很多不可靠的线索加工出来的产物——而这个加工，固然多数时候和事实接近，但是也完全可能和事实大相径庭。

这本书中所讲的大致内容是：有些心理医生相信一种过分简化、从而失真的精神分析理论，把很多心理症状都归结为童年性虐待和乱伦的结果。由于先入为主地坚信这样的理论，这些心理医生就会用带有强烈暗示性的方法去诱导来访者“回忆”起童年的性受虐和乱伦。由于权威感等因素的影响，来访者会在有形或无形的压力下“屈打成招”（当然，这里并没有真正的“打”），有些心理医生甚至会因此把来访者的独立意志摧毁，使来访者对心理医生产生病态依赖。

本书作者在强烈的社会责任感驱使下，顶住了来自许多方面的压力，勇敢地揭露了这个现象，这是非常值得敬佩的。我看到不少心理学家，特别是实验心理学家，往往生活在象牙塔中，研究一些对社会没有多少实际用处的课题，很少看到像这样走出象牙塔，勇敢地发出自己的声音的实验心理学家。从这个角度看，这本书真的非常好，非常值得一读。

但是，还有另外一个角度。

读这本书时，我渐渐产生了一种不安。我固然找不到充分的证据，但是我感觉到这里有另一种危险。这本书中的心理医生的形象太差了，我想，如果我是一个对心理咨询与治疗领域全无了解的人，读了这本书之后，我还敢去作心理咨询或治疗吗？我想，我不敢。这样的“问题心理医生”是不是存在，甚至是否不止一两个、两三个？我相信很可能不仅是存在的，而且还不是个别现象。但是，我同时也相信，优秀的心理医生或者心理咨询师的数量，远远多于这些问题心理医生的数量。所以，我觉得本书作者受到的反对是事出有因的，也许在那些反对她的心理医生中，有很多是值得敬佩的，他们只是看到了本书作者的偏激情绪和偏

颇论调，所以才反对她。另外，我看到作者在书中引述了一些心理学方法，指出那些方法在“人人以罪”中很有效，所以她对那些方法的态度很有贬义。而我，作为一个系统学习过实验心理学，作过实验，也作过大量的心理咨询与治疗的这样一个人，我知道那些方法本身是很好，实际上往往是那些错误地使用这些方法的“问题心理医生”有问题——那些心理医生混淆了想象和现实的界限，把来访者所想象出的东西当做实际发生的，引起的结果是他们也破坏了来访者想象和现实的界限。这不是那些方法本身的错——正如，假设一个外科医生技艺不精，或者他态度不认真，或者他干脆是一个罪犯，想谋杀病人，于是他让病人惨死在手术台上，这不是手术刀的错。本书作者的态度，有可能让我们错怪手术刀。

我懂实验心理学（我的博士生导师是国内最出色的实验心理学家、哈佛客座教授曾性初老先生），我也懂心理咨询与治疗（我从事临床实践已经有二十多年了），我知道实验心理学家和心理咨询治疗师（所谓心理医生）之间，其实是有些“门户之见”的。实验心理学家往往觉得心理医生治学态度不严谨，而心理医生则觉得实验心理学家只不过是坐在象牙塔中研究屠龙之术。所以我也怀疑，在美国发生的争论中，会不会也有门户之见带来的情绪影响？

但是，即使有这些门户之见的影响，难道能够改变一个事实吗？——问题心理医生造成了巨大恶果。

我觉得要解决这个问题所面临的困难，依然是人类认识的局限性。虽然人人都尽量追求真相，但是因为人的局限性，人们很容易像盲人摸象一样只看到一个局部。把精神分析简化为一个失真的理论，是人类这个局限性的结果；实验心理学家和心理医生各自的倾向性，也是人类这个局限性的结果。如果我们脸谱化地把所有罪责归于心理医生，我们很可能会有偏差，从而增加了放走真的性虐待罪犯的可能性；如果我们偏信了问题心理医生，我们也可能走向另一面，冤枉了好人，给那些无辜的人安上了莫须有的罪名。而哪些心理医生有问题，这也不是很容易分辨的。古人也说了，兼听则明，偏信则暗。兼听，则局限性会减少，因此我们会离真相更近一点。但是，兼听谈何容易，这不仅需要我们付出几倍的努力，而且，许多时候，现实局限也不可能让我们真的有机会

去兼听。

想到这里，我又开始害怕。“以铜为鉴，可以正衣冠……”；以外国心理学家为鉴，可以警示中国心理学界的未来。在我们国家的心理医生中，有没有“问题心理医生”？我知道现在就有。有多少？我不知道。将来心理咨询与治疗更发展的时候，美国的这一幕会不会在中国重演？我觉得很可能啊。一念之间，我真想离开这个是非之地，找个郊区的什么地方去采菊，去悠然见高架桥。但是，那样做，我的社会责任感呢？

所以没办法，我们只好带着自己不可避免的局限继续生活在这个真相不明的世界中，尽量带着对自己局限的认知，尽量从多个视角看事情，尽量以诚实而开放的态度去接近真相，从而尽量让这个世界更好一点——好一点是一点吧。

庐山是什么样子？也许，它就是有时是岭有时是峰有时是丘有时是……吧。

读读这本好书，会对你有多方面的启发。不过要记得，也要读读和它观点不同的书啊。

朱建军，北京林业大学心理学系系主任，国际心理学家协会会员，意象对话技术的创始人

前 言

在准备此书的背景资料期间，我们进行了上百次采访，对象涉及控告方、被控告方、精神医师、律师、心理学家、精神病学家、社会学家、犯罪学家以及执法人员。此外，我们还阅读了大量学术及普及性质的关于记忆创伤的治疗和康复的文献。此书中的故事的基础是那些有过亲身经历的人对经历的回忆，更多的则是作者自己对所听到的事件的回忆。书中一些场景的描述是经过戏剧化加工的，目的是为了点明重点或简化过程；有些书信和资料也被改述过（变动较大的是第十章里梅根·帕特森的信）；此外，法庭记录和证词也被整理得更加通俗易懂。

尽管我们尽最大努力排除偏见，一切不离证据和事实，但涉及问题性质的阐述时，难免会有不精确之处。在保持一致性和公平性的过程中，我们也可能因为时间和主观判断的影响而误报某些事实。如果您在此书中发现有偏离事实的情况存在，为此我们感到抱歉，希望您能够谅解。

出于隐私考虑，一些人名和身份描述也应当事人的要求作了改动。改动过的名字将在第一次出现的时候以斜体字显示。

最后要明确的一点是，我们对那些为帮助遭受乱伦和性侵害的受害者摆脱痛苦作出不懈努力的心理治疗师表示衷心的感谢和理解。我们希望他们对这本书也能够表示理解，此书的用意不是攻击心理治疗，而是将疗法的种种问题暴露出来，并提出适当的建议，这样，那些走进诊所寻求帮助的人才能更好地得到帮助。我们并不是心理治疗师，我

们所能提出的任何批评仅仅来源于我们对记忆现象的研究和已获得的经验。

我们诚恳地希望：读者不要把这本书理解成是对性侵害、乱伦和针对儿童的暴力等丑恶的社会现象进行讨论的书。

这是一本讨论记忆的书。

目 录

推荐序

庐山这东西到底长什么模样？ / 朱建军

前 言

第一章

现实就像镜子里的梦境 / 1

一对年过花甲的夫妇，同时被判有多重强奸和猥亵侵犯罪。而这一切都源于他们已长大成人的女儿做了个噩梦，以及随后冒出来的一堆莫须有的记忆……

第二章

一个怪异的时代 / 5

一个永恒的哲学问题，即我是谁？在现当代心理治疗行业被还原成了这样一个问题，即我怎么成为这个样子的？随即，每当我们经受痛苦的时候，很多心理治疗师就让我们回到过去寻找答案，要是找不到，那是因为回忆得还不够彻底。

第三章

谁对我做了这一切 / 13

一个从6岁起就遭到自己叔叔强奸的女性，在距离最后一次强奸13年之后，终于鼓起勇气向心理咨询师求助。在心理咨询师的指导之下，她开始了向过去寻找真相的征途。可是，这种治疗不但没能使她摆脱以前的痛苦，反而让她一年中五次试图自杀……当她最终有幸恢复正常时，她首先想弄明白的是：在过去的治疗中，到底发生了什么事？

第四章

出窍的灵魂 / 27

五位女性，从 17 岁到 35 岁，她们在困惑、消沉、恐慌、受到惊吓的状态下跑到心理医生那里求助。她们接下来所经历的事情如出一辙：心理医生们一致坚持说，她们这种痛苦之严重，非压抑记忆不能解释。于是，寻找“记忆”的努力开始了……

第五章

上帝的胡须和魔鬼的犄角 / 39

“心理治疗很明显是出了问题，而问题就出在‘记忆’这个题目上。……我不相信世界只有黑和白，因此我决定进入这个灰色领域，正视现实的模糊性和充满悖论这个事实。勇于提出问题，认真听取意见，尽量从互相矛盾的辩论观点中理出逻辑。”本书作者如是说。

第六章

从未发生过的事实 / 47

1969 年 9 月 22 日，还有五天就满九岁的苏珊·内森被谋杀。20 年后，警方突然以谋杀苏珊·内森罪将乔治·富兰克林送上了法庭。唯一的“证据”就是乔治的女儿伊琳声称，她曾经看到了父亲杀死苏珊……围绕着这起案件，“记忆压抑机制”在美国成为一个家喻户晓的名词。

第七章

植入记忆的实验 / 83

“压抑记忆”的大传染病在社会上蔓延，造成的后果越来越严重。作者作为研究记忆的实验心理学家，相信记忆是由现实和想象拼凑而成的，而且，通过暗示，人们是可以成功诱导出和虚构出虚构记忆的。于是，她带领她的团队作了一个植入创伤记忆的实验。

第八章

一个家庭的毁灭 / 113

一对夫妇和四个女儿——一个原本正常、幸福的家庭，突然祸从天降：随着女儿们逐渐恢复“记忆”，她们相继指控父亲有性侵犯行为。在漫长的审讯中，父亲越来越不清楚自己到底是否真的做过那些事情。

第九章

挖掘记忆 / 153

什么是“压抑”？什么是“压抑的记忆”？挖掘压抑的记忆的治疗手段有哪些？

有很多人长年生活在受虐经历的阴影中，只有在心理治疗的环境下，才能找到支持和理解，才能有勇气谈论这些事。我们争论的不是真实的创伤记忆，而是那种所谓的“压抑的”记忆——本来并不存在，但是却被硬“找”出来。

第十章

把我的孩子还给我 / 189

一个被女儿无端指责对她犯下了令人发指的恶行的父亲，无奈之下，雇用了一名私家侦探，佩戴着窃听器，到女儿就诊的心理医生那里录下了整个治疗过程……“现在可能为时已晚，但是我们一定要不惜一切把事情查个清楚，把女儿找回来。”这位父亲说。

第十一章

棍子和石头 / 215

“压抑的记忆”的真实性和可靠性在社会上遭到了广泛的质疑，这也使得一次本来只在刚觉醒的儿童权益维护者和被冤枉而愤怒的家长之间展开的道德小战役，逐渐演化成一场大混战。

第十二章

驱 魔 / 243

在一座中型的现代美国城市里，因女儿“回忆”起曾受到父亲的虐待，一个守法的公民被一些忠于职守的公职人员说服，承认了他并没有犯下的罪行。

第十三章

一个有关天堂和地狱的问题 / 283

记忆是一个二次创作的过程，是一个将事实和虚构交织编纂的过程。而我们如何应对我们的记忆，我们的生活经历？正如弗洛伊德所说：“关键在于你怎么去回忆，而不是真正发生了什么。”这一步，决定了你是迈向天堂还是地狱。

鸣 谢 / 291

第一章

现实就像镜子里的梦境

我们的自我，以及我们所生活的现实，其实都是我们心灵的创造物，而且也无浪漫可言，因为它无非是一大堆白天和夜间的幻想。我们真的就像生活在梦里一样，现实和梦境犹如照镜子。

——詹姆斯·希尔曼《一百年的心理治疗，可是世界变得更糟》

雪莉·安·索莎是所有母亲的梦。根据她母亲的回忆，“她是一个最甜蜜、与人为善、最聪明和最快乐的孩子”。高中阶段，雪莉是垒球队的队员，而且是篮球队和排球队的队长。她是国家荣誉协会会员，并以全班第 19 名的成绩毕业。

毕业后，雪莉·安在一家精神健康中心工作，同时开始准备她的药学本科。可是，在她 21 岁的时候，她遭到了强暴。袭击过后的几个月内，她的成绩一路下滑。之后，她转到了一所离家近的学校，父母给她买了车以方便她周末回家。不到一年，在 1988 年的夏天，雪莉·安又一次成为性侵犯的受害者；1989 年 8 月，袭击她的人因人身攻击和殴打罪被判入狱 18 个月。

心理治疗帮助她应付了痛苦和愤怒，但是反复袭来的噩梦让她不得安宁。在这些梦境里，她的母亲长了一个阴茎，并对她进行了猥亵，她的哥哥强奸了她，她的父亲也用一个小十字架对她进行肛奸。雪莉·安的治疗师试图帮助她分析和理解这些梦境，于是在 1990 年 6 月的一个早晨，她突然间醒悟过来，似乎找到了梦境的根源——原来，在她孩童时期父母曾经对她进行过性侵害，为了自我保护，她将这些记忆埋藏了起来。雪莉·安马上给她的姐姐和嫂子打电话，警告她们不要让她们的孩子接近祖父母：雷蒙·索莎，一个退休的线路工人；雪莉，一个护士。

犹如清水中的一滴墨，恐惧蔓延开来。雪莉·安、雪莉·安的姐姐莎伦和雪莉·安的嫂子海瑟，都拿起了一本叫《治愈的勇气》的书，里面说：“你不是唯一不记得你过去的受虐经历的女人”，“很多女人没有记忆，甚至不会形成记忆，但不代表她们没有被虐待过”。

和书中列举的症状——比对后，她们的猜疑似乎得到了证实。为了彻底消除疑虑，她们开始盘问孩子们，并且带他们去看医生。1990 年 11

月，负责辛迪的医生发现这个五岁的孩子传达的信息“非常重复混乱，有母亲施加压力的迹象”。几个星期以后，辛迪的母亲给她换了名医生，一位专门负责儿童性伤害的专家。只作了一次观察了解之后，大夫就诊断她有创伤后心理压力紧张症，这是受到性侵犯的典型症状。当四岁的南希也开始做涉及她祖父母的噩梦的时候，她也开始接受这个专家的咨询。

以雷蒙和雪莉的女儿及孙女所陈述的回忆内容为依据，雷蒙和雪莉受到了起诉。检察官给他们提供了一个选择，如果他们承认有罪，法庭就给他们自由，不用负任何责任。然而，雷蒙和雪莉拒绝与法庭谈判，法庭于是决定对他们进行审判。但是，在雪莉·安开始做噩梦的三年之后，这个审判才开始。

法庭上，南希向陪审团作证说，她的祖父母曾经要求她触摸他们的阴部，并“将他们整个手”都伸到她的阴道里，甚至“把他们的头”都塞到她的阴道里。她还说，她的祖父母曾经通过按键操作过一个和整个屋子一样大的机器，这个机器有“手”，并且伤害过她。辛迪，就像南希一样，也作证说，她的祖父母将他们的手指伸到她的阴道和肛门里，将她放到一个巨大的笼子里，然后锁在地下室，强迫她喝一种绿色的药水，威胁她说如果告诉别人，就会用刀捅死她的妈妈。

这些指控没有一个能够被证据所证实，尽管如此，在1993年2月12日，61岁的雷蒙和雪莉，一同被判定为多重强奸和猥亵侵犯罪。他们可以提出上诉，但是如果上诉失败，他们将入狱9~15年。

发生这一切的根源就是，一个长大成人的女人做了个噩梦，然后冒出来一堆莫须有的记忆。