



追星的 心理分析

追星能提升社交能力、
培養獨立思考？

◎ 岳曉東 著

正面探討追星行為，
把握生命教育的機會，
積極引導青少年，汲取偶像的正面養分。



商務印書館

追星的 心理分析

◎ 岳曉東 著

商務印書館

追星的心理分析

作 者：岳曉東

責任編輯：蔡祝音

封面設計：張 毅

出 版：商務印書館（香港）有限公司

香港筲箕灣耀興道3號東匯廣場8樓

<http://www.commercialpress.com.hk>

發 行：香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路36號中華商務印刷大廈3字樓

印 刷：陽光印刷製本廠有限公司

香港柴灣安業街3號新藝工業大廈6字樓G及H座

版 次：2012年2月第1版第1次印刷

© 2012 商務印書館（香港）有限公司

ISBN 978 962 07 6479 0

Printed in Hong Kong

版權所有，不准以任何方式，在世界任何地區，以中文或其他文字翻印、仿製或轉載本書圖版和文字之一部分或全部。

追星的正面心理引導

年輕人為甚麼會崇拜偶像？

為何他們追星如此執着？

怎樣才是理性的偶像崇拜？

這些問題，不僅深深地影響當今的年輕人，也深深地困擾當今的成年人，尤其家長及老師。

2007年3月，來自甘肅省蘭州市的68歲楊姓男子在香港尖沙咀天星碼頭投海自斃，原因是劉德華未能滿足其女兒私下見面的請求。這立刻引起了媒體的軒然大波。楊女自1994年開始迷戀劉德華，苦追了偶像13年，期間既不工作，也不學習。楊父為了成全女兒與偶像見面的願望，不惜傾家蕩產，帶領妻子兒女於2007年3月19日抵港，為的是能與劉德華私會。在劉德華歌迷會的鼎力協助下，楊氏一家被允許參加3月25日舉辦的劉德華生日會，並與偶像合影留念。但楊家人仍感不滿，提出要讓楊女與劉德華私下聊一聊，卻遭拒絕。

楊父一怒之下，先試圖在樓下阻攔劉德華的專車，後來又趁其妻女熟睡之際，留下給劉德華的遺書，跳海自盡。楊父在遺書中痛罵劉德華：“你以為你是誰……你很自私……”

楊氏父女的表現，可謂是典型的“普賽克效應”(the psyche effect)的結果。他們把偶像過分理想化、浪漫化、絕對化而產生極端行為表現。這正是我對青少年偶像崇拜的最深切理解。

其實，“偶像”一詞在《漢語大字典》裏解釋為“泥塑或木刻的人像”，它代表了神明和權威，可保佑人們得到平安和鴻運。而對於當今的少男少女來講，偶像已完全變成人們自我認同和情思切切的對象。

根據世界各地的調查表明，當今青少年崇拜的對象，多是歌星、影星和體壇明星之類的社會名人。他們一般都具有氣質獨特、相貌出眾等特點。這些特徵經過商業包裝後，會變得更加光芒四射。而較之那些毫無表情的泥木偶像（如釋迦牟尼、觀音菩薩、四大天王佛像、關公像等），這些明星都是有血有肉的真實人物。人們可以隨時隨地聽到他們的歌聲，觀看他們的畫像，欣賞他們的表演，甚至可以見到他們本人，與他們握手，獲取他們的簽名等。明星雖然也是人，但他們生活的一切已被相當地物質化、商品化了。由此，明星的名字、容貌、髮型、服飾、私隱等都會引人注目，也都具有商品價值。這樣，在少數古代神明漸漸失去其魅力的今天，大大小小的明星便取代他們的地位，成為時尚與美貌的代言人。

那麼，偶像是怎樣由神靈人物變成明星人物的？

青少年追星，有甚麼社會與心理機制？

青少年追星，到底會追多久？

偶像與榜樣，到底有甚麼不同？

正是對於這些問題的思索，推動我在過去 10 年中做出大量與青少年偶像崇拜有關的研究。漸漸地，我發現青少年偶像崇拜是人生成長道路中的過渡性現象，有其必然性和自然性的一面，也有其困惑性和盲目性的一面。對此，人們應採取積極認同和正確引導的態度，而非加以生硬的排斥和拒絕。

而這一切，正是本書的寫作動機。

在本書的寫作過程中，我儘量以平白直敘的語言來描述青少年偶像崇拜的種種表現。為增強本書的可讀性和趣味性，還在書中加入了大量的拓展閱讀及一些個人研究結果。希望這些努力能夠增強您對本書的喜愛，最終把它當作一本工具書來經常查閱。

而這一切，正是本書所想解答的問題。

在此，我由衷地感謝我的助手孫珠蓉小姐，她為此書的完成注入了大量的心血，令我深感欣慰。此外，我還深切地感謝商務印書館的編輯蔡祝音小姐，她也對此書的出版付出了大量的心血，亦令我深受感動。

最後我想說，偶像崇拜是每個人心中的一首詩，其最陶醉的讀者，就是作者本人。

是為序。

岳曉東

2011 年冬於香港

目錄

序 追星的正面心理引導

第一章 何為追星為何追

- | | | |
|-----|----------------------------|----|
| 1.1 | 宋代明星蘇東坡——追星族歷史悠久..... | 1 |
| | 拓展閱讀：中國古代明星和追星族..... | 10 |
| 1.2 | 東坡迷上白居易——偶像的偶像..... | 12 |
| | 拓展閱讀：誰是李白的粉絲..... | 18 |
| 1.3 | 明星商品化——現代明星點評..... | 20 |
| | 拓展閱讀：日韓的偶像工業..... | 24 |
| 1.4 | 沉迷到極致——神化了的偶像..... | 26 |
| | 拓展閱讀：我的少年偶像——雷鋒..... | 33 |
| 1.5 | 追星的五大心理作用..... | 35 |
| | 學友學友我愛你——為了宣洩情感..... | 36 |
| | 小燕子就是我——投射個人理想..... | 39 |
| | 超女李宇春的號召力——認同偶像言行..... | 41 |
| | 拓展閱讀：從“盒飯”中吃出人生樂趣..... | 44 |
| | 佐敦的拚搏魅力——補償個人滿足感..... | 46 |
| | 朋輩互相影響——尋找心靈歸屬..... | 48 |
| | 拓展閱讀：追星的變遷（一）..... | 52 |
| 1.6 | 追星中的“普賽克效應”..... | 53 |
| | 甚麼是普賽克式愛？..... | 56 |
| | 拓展閱讀：愛神也被打動——普賽克的神話傳說..... | 58 |

普賽克神話的寓意	61
拓展閱讀：夢與現實的距離——普賽克的童話故事	62
普賽克童話的寓意	64
充滿迷幻的單相思——追星的“普賽克式愛”	65
拓展閱讀：青春偶像的力量	67
1.7 追星探視：F4 研究	69
拓展閱讀：青少年追星調查	72

第二章 追星與自信

2.1 追星的自信心	74
2.2 做中國的奧花雲費——陳魯豫的自信型追星	77
拓展閱讀：明星成名前的職業	79
2.3 要成功就變成謝霆鋒——謝濤的自卑型追星	80
拓展閱讀：我們都在扮劉德華	82
2.4 瘋狂愛慕劉德華——楊麗娟的自戀型追星	83
拓展閱讀：給楊麗娟開藥方	87
2.5 渴望如孫燕姿纖瘦——曾依的自誤型追星	88
拓展閱讀：名人追星	92
2.6 追星探視：四類偶像原型	94

第三章 追星與依戀關係

3.1 追星就是尋求“遙親感”	107
拓展閱讀：追星的變遷（二）	113
3.2 學習雷鋒好榜樣——安全型依戀	115
拓展閱讀：雷鋒精神永不過時	118

何為追星 為何追

1.1 宋代明星蘇東坡

—— 追星族歷史悠久

“明星”一詞在現代辭義中引申為各行業中有名或技巧非常高的表演者，這主要是美國荷里活電影於二十世紀三十年代傳入中國後，實行的明星制在演藝界廣泛推行的結果。那時上海各影院門廳外都掛有中外影星肖像，這是明星在我國開始流行的最初表現。歌舞明星與此同時興起，其後，隨着時裝模特兒表演和體育運動的廣泛開展，明星擴大到演藝界與體育界。至媒體發達的今天，明星進一步擴大到商界、政界、學界中的風雲人物，會聚成一個“滿天明星閃爍”時代。

不過，漢語中“明星”這個詞可由來已久了。明星，在古漢語中指明亮之星，亦即太白或金星，例如《詩經·鄭風·女曰雞鳴》：“子興視夜，明星有爛。”《爾雅·釋天》：“明星謂之啟明”郭璞《爾雅注》：“太白星也，晨見東方為啟

明，昏見西方為太白。”除此以外，明星在古語中還特指華山仙女。如《太平廣記·集仙錄》：“明星玉女者，居華山，服玉漿，白日升天。”李白《古風》詩早有“西上蓮花山，迢迢見明星，素手把芙蓉，虛步躡太清”的描寫。

雖然明星一詞原本並非指各行業中的名人偶像，但明星人物和追星行為在中國古代卻早已屢見不鮮了，歷史上蘇東坡就是一個受到眾多粉絲追捧的“大明星”。

東坡品牌效應

蘇東坡這位曠世奇才不但在寫文章、書法上才情橫溢，生活細節上也極富創造力，加上他個性風流曠達，頗有時尚明星的風範。因此，他的服飾、食譜等等也跟其文章書法一樣，受到當時國民的廣泛追捧。東坡肉、東坡魚、東坡酒、東坡巾、東坡墨……各種物品都紛紛出現。在十一世紀的中國，上至皇親國戚、達官顯貴，下至鄉民百姓、青樓歌姬，都有大量對蘇東坡這個品牌鍾愛有加的支持者。

一筆一墨競珍藏

當時凡是蘇東坡碰過的東西或曾到訪的地方，如：一張紙、一支筆、一個方台、一座涼亭，都能讓眾人爭購、爭睹，更不要說他的親筆墨寶了。據林語堂先生所著的《蘇東坡傳》記述，蘇東坡做翰林學士的時候，常奉旨於宮中撰寫文書。有一位極為崇拜蘇東坡的人，勤於搜求蘇東坡的字，蘇東坡的每一張短簡便條若由蘇東坡的秘書交給他，他就給秘書十斤羊肉作回禮。東坡已經風聞此事。一天，秘書請蘇東坡回覆友人的口信，東坡已經口頭回覆了。秘書第二次又來請

求，蘇東坡說：“我不是已經告訴你了嗎？”秘書說：“那人一定要一個書面的答覆。”蘇東坡笑着說：“告訴你那位朋友，今天禁屠。”

蘇東坡謫居黃州（今湖北省黃岡市）時，常於宴飲之時作書畫贈人。營妓中有一位叫李琪，她聰慧過人、知書達理，不過膽小靦腆，始終沒有得到蘇東坡賞賜的墨寶。蘇東坡要調離黃州時，太守設宴踐行。李琪知道這個機會再不可錯過，於是等蘇東坡酒至半酣，便捧着酒杯跪拜堂前，拿出自己的隨身汗巾求賜墨寶。蘇東坡熟視良久，令李琪研墨，墨濃，取筆在汗巾上寫道：“東坡七載黃州住，何事無言及李琪？”寫完這兩句，即擲筆袖手，與賓客談笑，卻沒了下文。在場賓客非常奇怪，只是不便過問。李琪可真急壞了，再次跪拜，蘇東坡大笑着又寫了兩句：“恰似西川杜工部，海棠雖好不留詩。”書畢，在座賓客皆擊節讚歎。

蘇東坡的業餘愛好非常豐富，但絕非樣樣精通，即使如此，仍然有不少人仿效。蘇東坡愛吃的肉、喜歡的魚，馬上就變成大眾招牌菜。據說當時黃州有位教書先生，他說他對蘇東坡十分崇拜，有人問他，崇拜蘇東坡甚麼？喜歡他的詩詞，還是喜歡他的書法？教書先生說：“我喜歡吃東坡肉！東坡肉燉的很爛，酥而不膩，肥而不爛，真是好吃極了！”蘇東坡的帽子樣式，一時間也成了“流行時裝”，被士人百姓親切的稱為“子瞻帽”。又據林生介紹，蘇東坡謫居海南時，製墨家潘衡來訪。因為物資缺乏，兩人就燒松脂製煙灰，混合牛皮膠做墨。這次嘗試不成功，還差點兒把房子燒掉。可是潘衡回鄉後，就是打着蘇東坡製墨秘法的招牌，賺得盆滿鉢溢。對於此事，蘇東坡的兒子蘇過也只能搖頭苦笑。

千難萬險勤探望

蘇東坡常年過着貶謫流亡的生活，而且所居之地的環境一處比一處艱苦。若非眾多粉絲的接濟和探望，即使再樂觀曠達，恐怕也熬不過如此漫長的歲月。

蘇東坡被貶至惠州時，當地東、西、北三面共五個縣的太守，就如同東坡粉絲團一般，不斷給他送酒送食物。蘇州有一個姓卓的佛教徒可以算是蘇軾粉絲的中堅分子了，他願意步行七百里，替蘇軾遞送家書。當時蘇東坡的兩個兒子住在宜興家中，十分掛念父親安危，這名卓粉絲聽說後立即表示：“這很容易！惠州不是在天上，是不是？若是走路，總可以找得到。”卓粉絲便步行出發，走上這條漫長的道路。他橫越大疫嶺，走得滿臉紫褐色，兩腳生了厚繭皮，最後終於見到蘇東坡。另一個蘇東坡的同鄉道士陸維謙，不辭兩千里之遙，特意去探望他。只因蘇東坡寫信給陸維謙時，開玩笑說發現了一種極不尋常的“桂酒”，嚐上一口足以抵他迢迢千里跋涉之勞，陸粉絲果然就去了。

若論蘇東坡眾多粉絲中與他交情最深的，不得不提到與“東坡”之號頗有淵源的馬夢得。不管蘇東坡官居高位還是蒙難受貶，馬夢得幾十年來始終陪伴着蘇東坡，歷盡人生苦甜。蘇東坡曾經幽默地說，若說他這個朋友跟着自己是想發財致富，那就如同在龜背上採毛織毯子一樣。他在詩裏歎息：“可憐馬生癡，至今誇我賢。”東坡另一位至交是陳糙，蘇東坡早年為官曾和陳父意見不合，終致交惡，但這並未影響陳糙對蘇東坡的欽佩之情。在蘇東坡貶居黃州的時候，陳糙在四年內曾探望他七次。

此外，蘇東坡在黃州時，四川眉州有一位東坡的同鄉名叫巢穀，他特意到黃州，做東坡孩子的塾師。巢穀堪稱蘇東坡的“死忠”粉絲！多年之後，蘇軾、蘇轍兩兄弟被貶至嶺南和海南，親朋好友都有所顧忌而有意疏遠。巢穀卻聲稱要從眉州徒步尋訪蘇軾兄弟二人，當時聽到的人都笑他癡狂。但巢穀不畏路途遙遠，先到循州找到了蘇轍，又不顧蘇轍勸阻，和自己七十三歲的高齡，隻身奔赴海南探望蘇軾。可惜他中途暴斃身亡，無法實現他那“死無恨矣”的最後心願。蘇軾兄弟有感巢穀的殷殷情意，都為他作傳以紀念這位好朋友。

神魂顛倒癡心醉

若說上述的朋友對蘇東坡的熱情源自多年交往的深厚友誼，以下還有一些粉絲則是徹徹底底被蘇東坡的明星光環所傾倒。

有一位名叫黃寔的人，他說自己平生有兩件事情感到很欣慰，其中一件就是一次在旅途上送贈蘇東坡兩瓶酒和一盒酥餅。當時正值元豐年間，他任淮東常平倉提舉時，除夕夜泊船汴口，看見蘇東坡手拄拐杖，站立在對岸，看來在等人。黃寔於是划船過去，贈送蘇東坡揚州特產廚釀兩瓶和雍地特產酥餅一盒。

另外一位叫章元弼的書生，他相貌醜陋，但卻豔福不淺，娶了位花容月貌的妻子。他還特別喜愛讀書，愛讀蘇軾文集——《眉山集》，甚至讀至通宵達旦，廢寢忘食。他的漂亮妻子見丈夫只顧看書不理自己，發了幾次脾氣，但是都沒有用，終於提出離婚。這章元弼倒爽快，馬上就答應

了。後來他常常跟朋友說：“這都是我太愛讀《眉山集》的緣故。”

蘇東坡《惠崇春江晚景》詩云：“竹外桃花三兩枝，春江水暖鴨先知。蒹葭滿地蘆芽短，正是河豚欲上時。”這是一首題畫詩，但從中可以看出蘇東坡喜歡吃河豚魚。當他在江蘇廣陵的時候，有位善於烹製河豚的廚娘知道他有此一好，就邀請他到家中吃河豚。蘇東坡吃河豚的時候，那一家大小粉絲都躲在屏風後窺看，希望蘇東坡讚揚一下。沒想到蘇東坡只是埋頭吃魚，默不作聲。正當廚娘感到鬱悶，蘇東坡忽然放下筷子，大叫道：“也值一死！”全家上下都高興得不得了。

引來眾女子傾慕

自古女貌愛才郎，蘇東坡的才情引得眾多女子都傾慕不已，尋求各種各樣的機會向蘇學士表白。

據宋朝袁文《甕牖閒評》記述，蘇東坡任杭州通判的時候，和劉貢父兄弟（劉敞、劉攽）遊西湖。忽然，有一位女子划着小船前來，自我介紹：“我一直愛慕您的大名，可惜沒有機會見到您，現在已經嫁為人妻。聽說您來遊湖，我就不惜現身，來表達一向以來的愛慕之情。我想獻上一首曲子。”當時蘇東坡就為她作了一首《江神子》的詞。

《古今詞話》轉引了龍輔《女紅餘志》裏的一段傳聞，惠州溫氏有個女兒叫超超，到了出嫁的年齡，還是不肯嫁人。她聽說蘇東坡到了惠州，就高興地說：“那是我的丈夫。”她每天悄悄跑到蘇東坡窗外，聽東坡先生吟誦詩詞，被蘇東坡發覺後就匆匆跑開。蘇東坡了解情況後，就想介紹一位才

貌雙全的王郎與她結成眷侶。不料，蘇東坡突然再遭打壓，貶至海南。等他回到惠州時，多情的超超已經不在人世，被埋葬在一處沙丘旁邊。蘇東坡於是為她作了一首《卜運算元》，詞曰：“缺月掛疏桐，漏斷人初靜。時見幽人獨往來，縹緲孤鴻影。驚起卻回頭，有恨無人省。揀盡寒枝不肯棲。寂寞沙洲冷。”如果傳說屬實，那麼這位超超小姐可算是對蘇東坡最癡情的女粉絲了。

百姓帝王皆崇敬

蘇東坡的個人魅力可謂穿越時空，跨越階層。他的粉絲有鄉野村夫、市井小民，也有青樓歌伎、才子文人，也不乏士族顯貴，甚至帝王將相。

蘇東坡在徐州的時候，一晚夜宿彭城燕子樓。當晚他有感而發，作下《永遇樂》（明月如霜）這首詞。據說幾天後他將這首新作請朋友賞析，卻意外得知這首詞已經傳遍了徐州全城。經查方知是一位巡邏燕子樓的老兵流傳出去的。那位老兵原本粗通音律，夜晚巡邏聽到蘇東坡吟唱，就默默記誦下來了。由此可見，當時社會對蘇東坡新作追捧之甚。

宋代曾敏行《獨醒雜誌》記述，宋徽宗建中靖國元年（西元 1101 年），蘇軾父子及隨行來到南雄大庾嶺。他們在嶺頭一家小客店稍作休息，店主是一位年逾七十的老翁。老翁問蘇東坡的隨從：“這位官人是誰？”吏卒答曰：“翰林學士蘇軾。”老翁聽了不敢相信，又問：“真的是蘇子瞻先生麼？”隨從點頭稱是。老翁趕忙上前激動得連連作揖，說：“我聽說那些奸臣對你百般迫害，以為你謫居蠻荒難以生存，今天竟然看到你可以活着回來，真是上天保佑好人

啊！”蘇軾被這嶺上老人的一片癡情深深感動，當即便寫了一詩贈送給他，題為《贈嶺上老人》，詩云：“鶴骨霜髯心已灰，青松合抱乎親栽。問翁大庾嶺頭住，曾見南遷幾個回？”

蘇東坡為官時的神宗、哲宗皇帝也都是他的粉絲。據《宋史》記載，宋仁宗主持殿試批閱考生文章之後，回到宮中興奮地對皇后說：“吾為子孫得兩宰相！”所指正是蘇軾和蘇轍兩兄弟。宋神宗支持變法，蘇軾與其意見相左，加上經常有蘇軾的政敵進諫讒言，因此神宗對他多有不滿。但這絲毫沒有影響宋神宗喜愛蘇軾詩詞的心。有一次當他讀到“瓊樓玉宇，高處不勝寒”一句，神宗感歎道：“蘇軾終究是愛戴君王的。”此時，蘇軾因罪被貶為黃州團練副使已五年，神宗馬上降旨將蘇軾由黃州調到離開封較近的汝州。此外，據說宋神宗的近侍曾經透露，每當看到神宗“舉箸不食”，那一定是在品讀蘇軾的詩文。宋人王鞏在《隨手雜錄》記載，蘇東坡在杭州的時候，有太監奉命到杭州辦事。臨走時，使者悄悄交給蘇東坡一包東西。原來是宋哲宗密賜的一斤貢茶，紙包上還有宋哲宗的親筆封題。

此外，後宮的皇太后和皇后妃嬪中也不乏蘇東坡的粉絲。元豐年間發生“烏台詩案”的文字獄。審理期間，蘇軾下獄，神宗皇帝因此連日悶悶不樂。慈聖曹太皇太后問神宗原因，神宗告以實情。太皇太后聽後痛哭，搬出了當年仁宗“吾為子孫得兩宰相”的祖訓為蘇東坡說情，神宗也甚為感動，決定從輕處理。

更誇張的是，蘇東坡的粉絲不限於大宋朝疆域之內，連外國也有。蘇轍曾出使遼國，遼人常常向他打聽蘇東坡的情況，要他代為問好。蘇轍因此在寫給哥哥的詩信中有這樣兩

句：“誰將家譜到燕都，識底人人問大蘇。”當時高麗國（今韓國）也有蘇東坡的粉絲，有人為了表達對蘇軾兄弟的景仰之情，甚至取名為金富軾、金富轍。

朝中士大夫有不少跟蘇東坡政見不合，即使如此，蘇東坡博學多才、坦蕩大氣，也贏得王安石這樣的新法領袖的嘖嘖讚歎。在一次聚會中，蘇軾對王安石身邊的學生葉致遠說：“那些自稱是學荊公的人，哪裏有荊公這樣博學！”王安石目送蘇軾離去時，對身邊的人歎息說：“不知要過幾百年，才能再有這樣的人物！”

總而言之，無論是朝中還是鄉野，蘇東坡的粉絲遍及天下。龐大的粉絲團，正是對蘇東坡學識才華和個人魅力的肯定，也是他多年來應對人生跌宕和艱辛逆境的精神支柱。