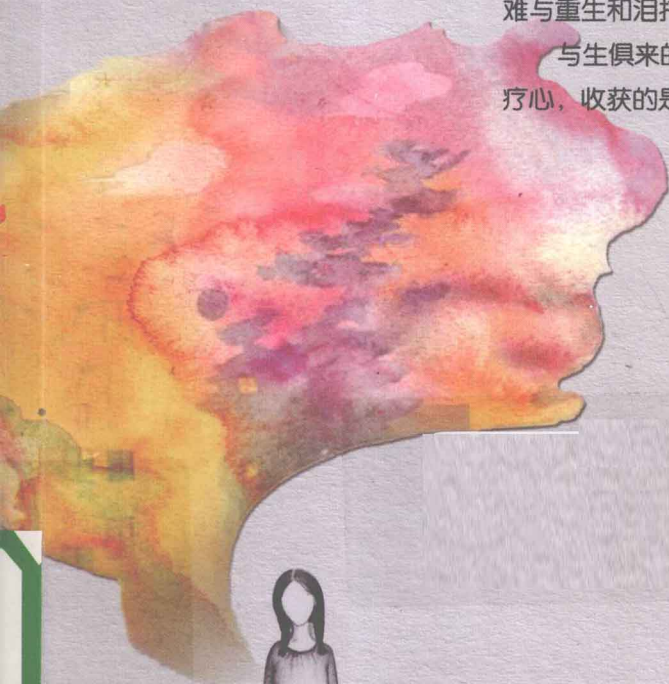


有多少母爱 可以重来

紫萱◎著

面对一起起震惊社会的青少年“非正常死亡”事件，一位家有躁狂性抑郁症女儿的母亲，将自家的磨难与重生和泪托出，这需要怎样的大爱与勇气？

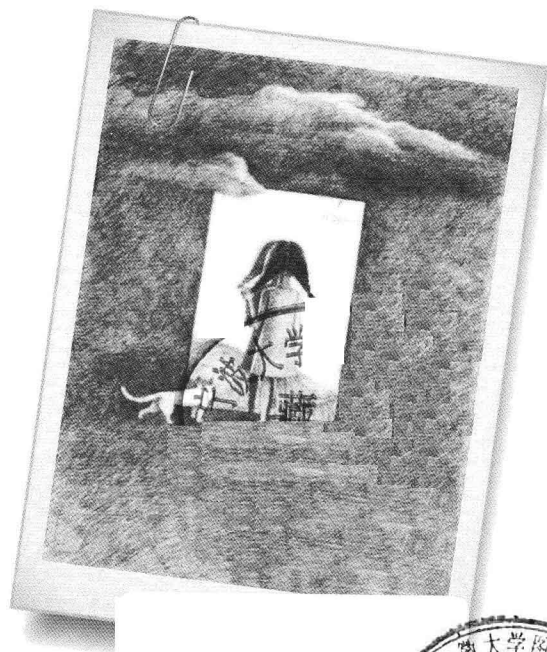
与生俱来的母爱有时也会缺位。痛定思痛，用爱疗心，收获的是两代人的共同成长……



北京出版社

有多少母爱 可以重来

紫萱◎著



北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

有多少母爱可以重来 / 紫萱著. —北京: 北京出版社, 2013. 5

ISBN 978 - 7 - 200 - 09795 - 5

I. ①有… II. ①紫… III. ①纪实文学 - 中国 - 当代
IV. ①I25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 089981 号

有多少母爱可以重来
YOU DUOSHAO MU'AI KEYI CHONGLAI
紫萱 著

*

北 京 出 版 社 出 版
(北京北三环中路6号)
邮政编码:100120

网 址: [www. bph. com. cn](http://www.bph.com.cn)
北京出版集团公司总发行
新 华 书 店 经 销
北京谊兴印刷有限公司印刷

*

787 毫米×1 092 毫米 16 开本 17 印张 220 千字
2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 200 - 09795 - 5

定价:32.00 元

质量监督电话:010 - 58572393



谨以此书献给

关注子女心理健康的父母
即将为人父母者
还有成长中的孩子



序

一对母女的浴火重生

陈建功

用了一夜时间，一口气读完了这部纪实文学作品。

揪心扯肺，读得“不知东方之既白”。

掩卷而思，不禁长叹——套用列·托尔斯泰的说法——幸福的母亲几乎各个相似，不幸的母亲却各有各的不幸。

然而，我怎么也没有想到，如此的不幸，以及由此引出的无奈、寻觅、抗争，最终走向浴火中的重生，居然就发生在我所熟稔的朋友身上。

屈指算来，我和作者也相识二十几年了。她曾在基层组织当过团委书记，作风硬朗泼辣，好学上进，正如她在本书里写到的，本来她可以在公务员的职位上安稳度日，终老此生，但她不满足于自己的学历，也不满足于自己的现状，在四十岁出头时，毅然辞去已有职务，赴日本自费留学，获得教育学硕士学位。

十年前，她学成归来，有过短暂的创业经历，而后担任北京一家剧场的经理。因为从事的同是文艺工作，我们的接触又渐渐多了起来。回想起来，见过几次面，也聊过几次天，居然就没听她讲过自己的家庭和孩子。直到读完了这部作品我才恍然大悟——原来她



曾面对过如此铭心刻骨的家庭磨难。我一边读一边想，或许她在剧场里跑前跑后张罗忙活的时候，她的女儿正把自己锁在房间里，时而狂躁时而抑郁？或许就在她微笑着和导演编剧谈剧本说演出之前，她刚刚挨了女儿的拳脚？当然，在中国文化背景下，女儿因病而生的“恶作剧”，哪怕是在家里对自己拳脚相加，都是为父母者可以忍受的。但伤及颜面——比如因为躁狂发作，口无遮拦，给客人以难堪；比如在公共场合无由地颤抖和狂笑，引来注目和围观等等，这时的父母，该忍受着何等的羞愧与煎熬？

中国的父母，几乎都是“争强好胜”的父母，几乎都是“望子成龙，望女成凤”的父母。几年前，紫萱还欢愉地在首都机场望着女儿靓丽的背影，祝福她到莫斯科迈开青春的步履；几年后，女儿学业中辍，回到了出发地，母亲迎回了既狂躁又抑郁的女儿。在一般中国的父母看来，这是何等的人生败笔！然而，从惊慌失措地面对，到痛苦难堪地隐忍，她和她的家人接受了这个残酷的现实。为求医问药八方寻觅，为点滴疗效奔走相告，直到今天，他们才渐渐享受到从病魔那里寻回女儿的惊喜，慢慢体会出亲人间患难与共的幸福……

这就是爱。

爱，可不是一件简单的事情。

爱，需要学习。

本书贯穿于与病魔抗争过程中的，是反省。作为母亲，紫萱反省“望女成凤”的急迫，反省自己对幸福人生的误读，也反省自己因追求事业而造成的母爱的荒疏……“有多少母爱可以重来”，应可视为这位母亲对“母爱”的重新学习，对“幸福”的重新理解。当然，她仿照《好了歌》而作《了好歌》，则更让我拊掌称快：“对象吹了没什么大不了，下一个更好；工作丢了没什么大不了，歇歇也好；考不上大学没什么大不了，先工作也好；买不起房子没什么大不了，租房也好；开不上好车没什么大不了，地铁也好；挣不上大

钱没什么大不了，健康更好。”倘若中国的父母和孩子们各个把自己的幸福观变得如此洒脱豁达，我们还会有百分之十三的人抑郁吗？

爱，还需要文化。

综观全社会，多少“爱”都因为没有文化而成了悲剧。作为一个留学归来的教育学硕士，回顾自己早年对女儿的疏忽与失误，或许多少也使她有一种自嘲的感觉。然而我们是不是也应看到，恰恰因为这是一个有文化的母亲，是一个有过教育学根基的母亲，才使之得以反省，得以自拔，得以把女儿拯救回来，又得以抽取最宝贵的经验，告知普天下的父母们呢？

这部书不仅仅是写给那些患者的父母、亲人们看的，而且是写给全中国为人父母或将为父母者看的。在贫瘠的过去和尚有贫瘠的今天，我们有理由为贫瘠的父母和衣食无着的儿女们奉上无尽的同情和竭尽可能的帮助。然而我们竟突然发现，在人们渐觉衣食无忧的今天，精神贫瘠更令我们忧心，甚至还有日渐增多的人群在各种心理疾患中煎熬。那么，像这位母亲一样，尽可能地总结、抽取自身的精神生活经验，帮助渴求精神富有的人们，也应算是一种爱心的呈现，一种财富的分享吧。

谢谢这对充满爱心的母女。

是为序。

2013年5月2日



目录 contents

序 一对母女的浴火重生 / 陈建功

第一章 女儿铄羽而归

- 1 就读于俄罗斯某名校的女儿心笛,在“放单飞”四年后突然休学回家 / 002
- 2 药物的力量如何在心笛的身体里一点点渗透?我无从体会。一颗满是母爱的心被忧虑、怜惜与无奈撕扯着 / 007
- 3 心笛每天把自己反锁在卧室里的那段时间,我和前夫总是战战兢兢,每分钟都在担心 / 011
- 4 曾经乖巧柔弱的心笛,居然开始对父母挥拳相向。那段时间,我想死的心都有了…… / 014
- 5 心理讲座结束时,我举起被心笛拧得依然挂彩的右臂,与全体学员跟着专家齐声高呼:“只要不自杀,一定都能好!” / 017
- 6 我一口气买回家好几种宠物。想不到,原本十分喜爱小动物的心笛却不敢直面它们 / 023
- 7 为了寻找流浪猫波波艾,“自囚”近一年半的心笛,终于有了想跑出去的冲动! / 028

第二章 走出家门就这么难？

- 1 申大龙医生见到心笛的第一句话，一下子就让诊室里的气氛轻松起来 / 035
- 2 心笛的适应过程总是在周而复始，一次次的疑似好转，成了一次次病情加重的前奏 / 039
- 3 目睹外婆的去世，心笛不哭也不喊，不一会儿，便开始了无休止的抽搐…… / 042
- 4 一向沉静、内敛的心笛，常常无端焦虑、紧张、害怕，让我感觉如同在一条黑暗无边的隧道里穿行 / 046
- 5 方毅高中班主任老师的一席话透出弦外之音。然而，被新婚冲昏头脑的我，哪里听得出其中分量？ / 050
- 6 和家人在一起的时候，聪明可爱又乖巧的心笛像个“小话痨”，可一走出家门面对生人，立刻变成了个小闷嘴葫芦 / 055
- 7 意外的惊喜让我不禁捂住了嘴。女儿给我制造的这次“爆炸性震撼”，成为留在我记忆深处永恒的“经典” / 062

第三章 “断层”的母爱

- 1 我出国研修前一天晚上，面对一桌平时最爱吃的饭菜，女儿却紧咬双唇不动一筷，一大滴晶莹的泪珠挂在她的眼角 / 069
- 2 众目睽睽之下，方毅劈头冲我来了一句：“你是怎么搞的？还不如别回来呢！” / 073
- 3 心笛到机场送我去留学，表现得还很潇洒。当晚，她却边哭边晃着方毅的肩膀：“你让她回来！让她回来！” / 075
- 4 边学习边打工的自费留学生活，对于一个年近四十的中年女人来说，一切都超乎想象地艰难 / 077
- 5 我本打算硕士毕业后继续留日读博，然而，他们父女俩的态度让我真的担心起来 / 082
- 6 终于熬到毕业回国，却发现女儿身上发生了让我始料不及的变化 / 088
- 7 刚刚获得陪伴女儿顺利考入市级重点中学的成就感，我却被创业失败的一记闷棍打得晕头转向 / 093

第四章 家庭“塌方”

- 1 连续“败走麦城”，让方毅彻底看不起我了。十八年的婚姻之塔随之倒塌 / 100
- 2 “覆巢之下无完卵”，父母离异导致的家庭“塌方”，伤及最重的是孩子 / 105
- 3 任何时候，也不能切断与孩子沟通的渠道 / 107
- 4 寂寞——留学生活的主旋律 / 113
- 5 我和女儿眼中的“东道主” / 117
- 6 仿佛刚刚在机场送女儿转身离去，一回头又见她迎面走来。而且，这一次她是彻底回来了 / 120

第五章 为了爱的抉择

- 1 心笛休学回国一年多了，无论我怎么做都“捂”不热她 / 128
- 2 我的小病友帆帆，跳楼自杀没死成，竟说自己“非常倒霉” / 131
- 3 “西药并不可怕，关键是不能复发，否则会屡治屡犯……”这是帆帆用生命的代价换来的切身感受 / 138
- 4 女儿在手机上写下的《独活杂记》，让我看到了另一个心笛 / 141
- 5 两则令人毛骨悚然的转帖，让我惊出一身冷汗，我后怕不已 / 149
- 6 “妈妈，帮帮我！我害怕……”心笛的恳求，让我终于下了决心，暂停工作 / 154
- 7 “港澳游”还了我二十年前对心笛许下的一个心愿，也成为她自觉做有氧运动的开始 / 160

第六章 母爱的回归

- 1 总把自己孩子当“神童”的父母，实在是最愚蠢的父母。我们的自豪与炫耀，足以让孩子陷入某些致命的心理误区 / 166
- 2 做情商测试，心笛得了 59 分。她沮丧地喃喃自语：“我不及格啊！” / 170
- 3 女儿一声声发自心底的呼唤，母女间的亲情在碰撞与融合的交集中悄悄拉近 / 177

- 4 从渴望环境宽松到学会“示弱”，心笛一步步从自诩的“世界顶级人物”做回正常人了 / 181
- 5 陪伴心笛的日子里，我这台“家教电脑”也重新“格式化”，装进了新的“程序” / 186
- 6 “可怜天下父母心”，我终于知道了如何听懂医生的弦外之音 / 194
- 7 申大龙医生的“患友会”，让我看到了抑郁症患者截然不同的命运 / 198
- 8 一个躁郁症患者母亲的心声——请社会给他们多一些理解、宽容、关爱与支持 / 204

第七章 母爱面面观

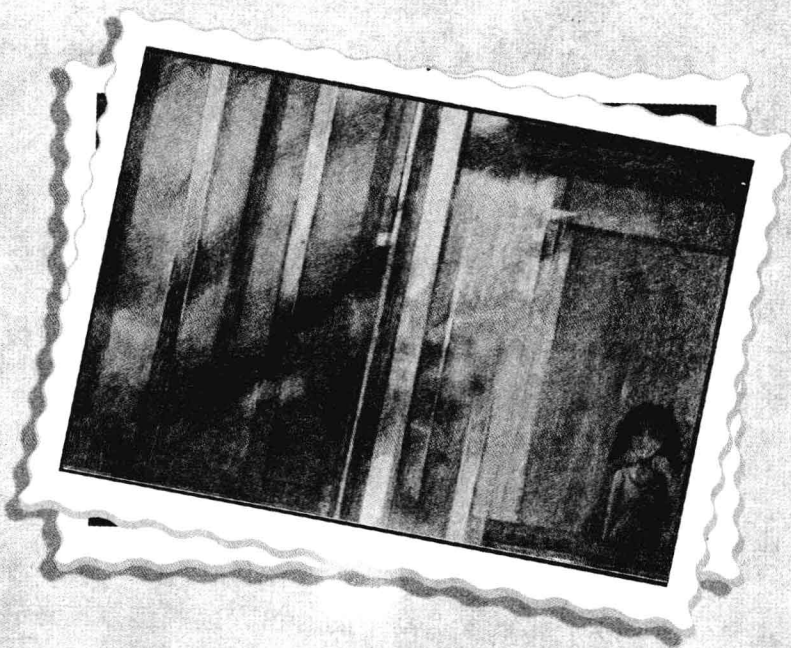
- 1 我的妈妈——回到知青点我才发现，衣服包里夹着一个信封，里面装着一沓钱，整整一百元。那是我妈妈悄悄塞进去的 / 211
- 2 薇薇的“老师妈妈”——一个抑郁症患者成长为出色的心理咨询师，真实讲述了身为人母最应当给予孩子的是什么 / 215
- 3 移民加拿大的妈妈——她是一名幼教专家，在她营造的“全营养家庭教娱”氛围里，女儿健康快乐地成长 / 224
- 4 更年期的妈妈——我看到在那十七岁的面庞上叠印出她妈妈当年的靓丽，不禁感叹这对母女间的良性传承 / 229
- 5 为家而战的妈妈——为了女儿赴澳洲留学，她抛下丈夫独自一人去澳门打拼，孰料这一走竟熬到了退休 / 233
- 6 为爱学习的妈妈——心理咨询师培训班上，我结识了一群和我抱着同样目的来学习的母亲 / 237
- 7 成长中的妈妈——母亲们在“心灵成长”中“患病”，却是孩子们通过“亮心”去“服药”。我们如何用“心”做父母？ / 242
- 8 一心弥补母爱的妈妈——女儿唱起《给十五岁的自己》，突然“卡壳”，眼中已盈满泪水。我把女儿搂入怀中，泪如泉涌…… / 249

尾声 / 256

后记 / 260

第一章

女儿铄羽而归





1

就读于俄罗斯某名校的女儿心笛，在“放单飞”
四年后突然休学回家

“这个地方我一分钟也不想待了，我要回家！”

“如果再不答应让我回国，你们不久就会听到我客死他乡的噩耗！”

……就这样，我的女儿，已是俄罗斯某名校金融信贷专业的大四学生，却因患抑郁症，于2008年12月休学回国了。

而她，曾经是那么优秀！

在机场盯着国际出口，心笛第一次回国的情景又回到了我眼前——

为了能顺利升入圣彼得堡那所著名的大学，2004年9月，以优异成绩毕业于北京重点高中的心笛，远赴俄罗斯读预科。一年中，寒暑假她都没有回国。第二年，她在预科班的俄语考试中得了第一名，如愿以偿地考入了那所名校。从心笛那里第一时间得知这一喜讯时我那个高兴，这孩子真棒！整整一年，她咬牙坚持没回家，看来工夫没白费。

2005年暑假到来，心笛终于要回国了。我早早来到机场，想象着在家时既不会做饭也不善捋飭的女儿，会是怎样单薄又不修边幅的样子。

“出来了!”我循声望去,只见心笛拉着行李箱抿嘴笑着走过来,身着紫色高领衫,外套枣红色马甲,头发用彩色皮圈扎着两个可爱的小辫子。一阵拥抱过后我定睛细看,还真没瘦,只是,也许水土不服的缘故吧,脸上,特别是脑门儿上,长了不少小红疙瘩,但丝毫不影响她的健康、靓丽!

心笛第一次出国的情景,当时过于忙乱,我已记不大清了,而这第一次回国时的样子,却深深嵌在心中。

而此刻,我努力让自己回过神儿来,想到这次她是休学回来,心里肯定不好受,做好了思想准备,准备拥抱过后为她擦去泪水,还酝酿好了如何劝她的话。人流中出现了心笛的身影,我看到她身着在俄罗斯买的白色羽绒服,一头过肩散发有些凌乱。

我迎上前去拥抱女儿,刚要开口,她先说话了:

“有个同学托我给他朋友捎个东西。这是手机号码,你先跟这同学的朋友通个话吧。”没有泪水。如此淡定,让我大感意外,悬着的一颗心暂时落了下来。

接连几天,看不到心笛情绪上有任何变化,还跟我一起去看话剧,吃北京小吃。

看话剧时遇到个熟人,看见心笛,她有些奇怪地问:“这孩子不是在俄罗斯留学吗?都毕业了?”

为避免心笛受到刺激,我替她搪塞道:“哦,快了。”

对方听不出来这“快了”的意思是快回俄罗斯呢,还是快毕业了。幸好这时大幕拉开,也就不再继续这本来就是寒暄的话题。而心笛就像没听见一样,毫无反应。

这就是抑郁症?

一周后,心笛开始默默发呆,细长的秀眉下,曾经那么灵动清澈的双眸如今却空洞无物,时常久久失神地盯着窗外。

为了能让她开心起来,我使用了各种招数。首先想到的就是

看电影。当时由刘德华、李连杰和徐静蕾主演的影片《投名状》正在热映，我知道心笛是老徐的“粉丝”，凡是老徐主演的电影从没落下过，便问她去不去看，顺便还可以吃顿日式火锅“呷哺呷哺”。如此具有煽动性和诱惑力的倡议，若是以往，心笛会立马响应，拉上我就走。可那天，我连问几次，她都没有应声。

我把王朔、郭敬明、韩寒等人的书放在她眼前。以往，她会一下子扑过去，还会高兴地说：“谢谢妈妈！”可现在她连眼珠都没动一下，目光依然定定地直视窗外。

我又帮她打开电脑，让她上网跟熟人聊聊天，然后便去厨房做午饭。而当我做好饭再到书房叫她时，从背后看到，坐在电脑前的心笛如泥塑木雕一般，盯着电脑屏幕，屏保图案的“三维花盆”，还在懒洋洋地变幻着各种五彩斑斓的立体图像。

又过了两天，心笛突然一看到我就用手去遮脸。问她话一句也不说，去掰她的手怎么都不肯松开，她还烦躁地抱怨：“你干吗呀！”

这是怎么了？

回想中学时代的心笛，只要坐在书桌前，无论做作业还是看书，人就仿佛钉在了椅子上，一看就是几小时。我心疼她，劝她休息一会儿再接着学，可她从来都像没听见一样。

为了能让心笛有事做，不再整天坐在家里发呆，我去给她报了一个国内大学与她所学同专业、同年级的旁听班。选择这所学校后，我往校办公室电话咨询。一听说心笛是俄罗斯某名校金融信贷专业的学生，校办老师惊讶地说：放着那么好的大学不去读，反倒在国内的二流大学旁听，不是太屈才了吗？

我只好如实说明了心笛的情况，老师也才明白我的良苦用心。

这之前，我征求过心笛的意见，她并没有反对。不想第一天上课的早晨，她却无论如何也不肯起床。问原因，她大声喊了一

句：“你能不能让我安静几天?!”然后一把抓过被子，紧紧捂住了头……

这还是那个从小一直乖乖、甜甜的心笛吗？

记得心笛刚刚三四岁时，就特别会哄我和她爸爸开心。

一天傍晚，我在厨房做饭，她在客厅里给爸爸表演从幼儿园学来的新歌：“我的好爸爸，下班回到家。工作了一天多么辛苦啊！爸爸、爸爸快坐下，请喝一杯茶。让我亲亲你吧，让我亲亲你吧——”

当爸爸幸福地闭上眼睛把脸凑过去，等待宝贝女儿亲他的瞬间，心笛却转脸把小嘴凑近正端着饭菜从厨房走到客厅的我，跟着唱了句：“我的好妈妈！”全家哄堂大笑……

那真是天伦之乐啊！而今，心笛如此反常的举止让我十分担忧。那段时间，我白天上班，夜晚翻来覆去睡不着，索性一次次翻身起来，上网查阅有关青少年早期抑郁症的发病原因和治疗方法。其中一篇中医专家的论述引起了我的注意：“青少年发病原因多是由于学习压力过重，或是对某门学科不感兴趣，或和同学关系处理不好等等。”常年留学国外，心笛的抑郁症难道与这些原因有关？

来不及细想，我又把目光集中到如何医治早期抑郁症的资料上，又一篇中医专家的论述吸引了我的眼球：“抑郁症的病理机制涉及中医五脏”，因此，“利用中医治疗抑郁症有疗效好、副作用少、易于被患者接受等优点”。于是，我开始集中搜集北京各中医医院的信息。多方打听之后，带心笛来到某中医医院心身医学科。

女大夫看上去约莫六十岁。征得她同意后，我悄悄坐在一侧旁听。

大夫让心笛谈病情。

开始心笛还算配合，可说着说着，突然冲着女大夫冒出一句：“你好像快睡着了啊，你听没听啊?!”



我看了一眼女大夫，或许是对各种病人的症状早已司空见惯，或许这就是她接诊的风格，这位专家当时的确在半闭着眼。但是，看到一向斯文内敛的心笛这么不客气地跟大夫说话，我还是赶紧提醒她：“心笛，注意礼貌！”

“没关系，你接着说好了，我听着呢。”女大夫连眼皮都不抬。

然而，这种似乎“大人不计小人过”的神态更惹恼了心笛。

“她不尊重人！她怎么不讲礼貌？”心笛大声和我犟嘴。

接过诊断书，只见上面写着两个字——郁症。

中药房大厅里人头攒动，抓药需要时间，只能耐心等待。我拉着心笛刚要坐下，她突然提出：“妈妈，我要回家！”

“听话，等取了药就走，啊！”我像在哄两岁的孩子。

“不行！我现在就要走！”说话间，我的胳膊被心笛拧了一把，生疼。

“快让我走！”

一扭头，只见心笛的额头已渗出了细密的汗珠，嘴唇竟在微微发抖。我赶紧拉着她走出医院大门，招手叫了一辆出租车，让她先回家了。

第二天，心笛开始把自己反锁在卧室里。只是吃饭喝水开个门缝，把我为她做好的饭菜和熬好的中药接过去，旋即砰地把门关上。

一天过去，里面渐渐没了动静，我开始坐立不安起来。终于按捺不住，我走到心笛卧室外，侧脸贴着门，以央求的口吻对她说了近一个多小时的话，里面就是没有一丝回应。心笛卧室门上原来有个窗户，可就在一年前装修时我让工人把它封上了。现在真是后悔，如果有那扇窗，还可以登着椅子看个究竟。可眼下该如何是好？

我急得如同热锅上的蚂蚁，唯恐女儿在里面做出什么不理智