

超越自我的瞬间

走出
阴影
系列

——献给帮助过心理障碍人的人们

CHAO YUE ZI WO DE SHUN JIAN

心理障碍也是一种残疾，如洁癖、暴露癖、疑症、同性恋等等。这些人往往失去尊严、失去自我……该书向人们展示一种人的生活内幕，既有可读性又有知识性，可达到教育与启蒙的作用。

王富杰 著
青岛出版社

前 言

当物质的现代化伴随着动荡、变革、竞争、挑战向大都市人们走来的时候,带给人们的不仅仅是机遇、成功、繁荣、富裕、高科技、现代化,而且伴随着这些,还给人们带来了挫折、失败、失意、忧郁、焦躁、烦恼。心理素质低的人,会失去机遇,与成功无缘;心理素质高的人便能经受挫折,转败为胜。

大都市,鳞次栉比的高楼大厦,川流不息的车辆,熙熙攘攘的人群,琳琅满目的商店,拥挤不堪的街道,复杂的人际关系,再伴着失业、物价飞涨、上下级关系的不睦,使人们的生活空间越来越小,心理空间也越来越窄,于是心理压力,人与人之间的冷漠、无情,快节奏的工作效率,使众多的人心理出现了故障。有的人无病呻吟,有的人杞人忧天,有的人焦躁不安,有的人郁郁寡欢,有的人消极悲观……轻者萎靡不振,情绪波动,痛苦、悲观、绝望、气馁,重者上吊、跳河、跳楼、喝敌敌畏、喝安眠药、卧轨……

于是,根据这种情况,许多电视台、电台、报纸、杂志开展了心理咨询业务;许多大医院、精神病院也设立了心理专科。

本文所介绍的,就是各种心理有病的人们如何在心理专家的指导下,解释心理障碍的故事。

目 录

一 心理障碍蜂拥而来	(1)
1 城里人怎么啦——患抑郁症的人们	(1)
2 中国出现了新学科——一个正在开拓的心理门诊	(9)
3 阴暗世界的魑魅狂——严重性心理变态的人们	(17)
4 气功盛行歧途多——走火入魔心态失常的人们	(27)
二 “同性恋”卷土重来	(33)
5 两个女人和一个男人的故事	(36)
6 一个男人与一个女人遭遇	(60)
7 有一个“刚烈的美男子”	(77)
8 一对为“情”而死的“情人”	(92)
9 奇特的“情杀”	(109)
10 两个男人的故事	(124)
三 癔病悄然蔓延	(143)
11 外国人说癔病是“灵魂致残”	(144)
12 中国人把癔病叫“撞客”	(149)
13 现代医学正在解癔病之谜	(156)
四 正在潜人的“社交恐怖症”	(162)
14 女学生与她的男老师	(162)
15 一个果农的沉浮	(168)
16 女大学生走了	(175)
17 一心想成为“超人”的记者	(182)

五 恐怖杀手——急性精神障碍	(188)
18 悲哀:病态的社会	(188)
19 第三者制造的悲剧	(193)
20 又一个祥林嫂	(197)
21 一个母亲的悔恨	(200)
22 错乱发生在列车上	(202)
六 社会在呼吁	(205)

一 心理障碍蜂拥而来

1 城里人怎么啦——患抑郁症的人们

不仅是在中国,即使在现代文明高度发达的美国、英国和瑞典,科学家们对数以万计的城里人和乡下人,做了一系列的精神“对比研究”,结果进一步证实,城里人患精神分裂症的人比乡下人高出 65%。此外,比起乡下人来,城里人更容易患抑郁症、恐惧症、老年痴呆症等精神病,原因有三:(1)当胎儿、新生儿的大脑受到病毒感染后,精神病的患病率就高,而在城市中,病毒感染比在乡村普遍得多;(2)城市人口密度大,头部受伤的机会也随之增加;(3)城市生活的紧张,较易使一些天生的神经脆弱者患上精神病。

就拿抑郁症来说,从表面上看,抑郁症与心脏病并不搭界,但美国纽约社会精神病研究所所长阿里·吉夫博士的一项最新专题研究显示,两者之间可能存在着有机的联系。吉夫曾对数以千计的老年抑郁症和心脏病患者,做了长达五年的追踪调查,结果发现:老年人的抑郁情绪,极有可能引发心肌梗塞和中风。统计表明,发生心肌梗塞和中风的老人中,有 90%在发病前半年,就出现明显加剧的抑郁情绪。而在老年抑郁症患者中,患心脏病、中风乃至癌症的危险要比其他情绪正常的同龄老人高出 60%,死亡可能高出 80%。吉夫还指出,在今日美国,老人中患程度不同抑郁症者的比例高达 30%左右。不过,大多数人并不予以承认。这是因为老人,特别是男性老人,误以为情绪消沉是性格软弱的一种表现,或是一

种衰老的迹象。其实他们并没有认识到，抑郁是一种病，并且完全可以治好。

抑郁症分内源性抑郁症、更年期抑郁症、反应性与心因性抑郁症、神经性抑郁症、药源性抑郁症、其它精神疾病所伴发的抑郁症等类型。

内源性抑郁症主要有单相抑郁症和双相抑郁症。像台湾女作家三毛，她患的就是单相多次抑郁发作，最后自杀身亡。1969年诺贝尔医学奖获得者萨尔瓦多·卢里亚和三毛的情况基本相似。而双相抑郁症却表现为抑郁与躁狂交替发作。美国著名作家杰克·伦敦即患此病，他在躁狂发作时，文思泉涌，用不了多长时间就可以创作出一篇轰动文坛的中篇小说，但他最后还是因为重症抑郁发作而服毒自杀。

程晓晓，23岁，某印刷厂技术科干部，大学毕业。

程晓晓相貌很靓，体形也很美，样子很像港台某著名电影明星，尤其她那一头金黄色的长发，俨然像个混血儿。

程晓晓属于那种性格内向的姑娘，她平时少言寡语，情绪低落，凡事都憋在心里，从来也不愿意多说一句。她是工人家庭里绽开的一朵玫瑰，鲜艳、秀美、水灵。她在大学里的学习成绩总是名列前茅。然而毕业分配，她没想到竟会分配到某印刷厂。

按说，程晓晓学的是文科，也就是古典文学，她应该分配到出版社或是报社、杂志社，但是命运偏偏跟她开了个玩笑，把她分配到某印刷厂的技术科，不仅学无所用，而且所干的工作和她所学的专业风马牛不相及。

程晓晓的心里十分压抑，她这口气就是咽不下去。凭她，不管是长相，还是口才，乃至学习成绩，在学校里都出类拔萃，偏偏不及那些长得肉眼凡胎的女同胞，她们要什么没什么，却得到一个既对口又对心思的工作，这个世界简直是太不合理了！

上班的第一天，程晓晓没有表现出多高兴的样子。她郁郁闷闷甚至连点笑丝也没有，倒是印刷厂技术科的老科长看中了她，让她负责激光照排这一工作。按说，这项工作相当不错，在印刷厂里可谓“天之骄子”，冬天冻不着，夏天晒不着，一年四季，空调开着，多少人削尖脑袋想挤进去，但都落了空；唯有程晓晓这员“福将”不费吹灰之力进去了。人们以为程晓晓这回该知足了吧。

却不然。程晓晓不在乎什么舒服不舒服，也不在乎累不累，她在乎的是她所学的专业白白落空了。一切得从头开始，一切得重新学起，古典文学与激光照排相差十万八千里，学些新东西倒无所谓，关键的关键，是所学的东西全部被遗弃了。

程晓晓整天冥思苦想，她吃不好，睡不好，休息不好，人渐渐变得憔悴起来。不过，即使这样，她还是参加了这种学习班，那种学习班，开始学习起激光照排。

一天在上班的路上，程晓晓正骑着自行车，她忽然觉得心疼疼的，尔后，她支起自行车，一个人坐在马路的边道牙子上，歇了一会儿。后来，她觉得情况好多了，又骑上车去上班。

第一次犯“病”，程晓晓并没有在意，然而当她第二次、第三次犯病时，她不能坐以待毙了。她找了个胸科医院的朋友，到那儿做了个心电图，结果发现，她的心脏并没有出现故障。

“那我为什么总心疼呢？”程晓晓问。

她的那个当医生的女朋友，也万分蹊跷：“就是呀！从心电图上看，你什么毛病也没有，怎么会老心疼呀？”

作医生的女朋友纳闷了半天，才从千丝万缕的乱头中择出了一点头绪：“你……会不会……心理不干净？……”下面的话女朋友没敢说出来。

“啊？”程晓晓大吃一惊，她问，“我心里不干净？你是不是说我心里长了瘤子什么的？”

程晓晓的女朋友忙笑着解释说：“晓晓，你别一惊一乍的，我所

说的心理，不是你所说的心里……它们是两档子事儿！”

难道我心理出现了故障？程晓晓半信半疑。

程晓晓是大学生，她自然具备适应新事物的能力。她被女朋友一提醒，回家后立刻翻阅有关书籍。得知健康一词儿在古代汉语里包含着强壮、结实、完整的意思。如果按照世界卫生组织 1942 年成立时，给健康下的定义那便是：健康不仅仅是没有疾病和病症，而且是一种个体在身体上、精神上和社会上的完全安宁状态。而近两年来，国际卫生组织给健康下的定义更具体了：不但没有身体缺陷的疾病，还要有完整的心理状态和社会适应能力……

程晓晓大概明白了什么，她主动走进了某大医院的心理门诊科。

奇怪的是，心理医生竟是个 20 岁刚出头的年轻人。他长得很帅，浓眉大眼，唇上的胡须嫩嫩的，像金黄色小鸟的绒毛。他自我介绍说，他是某大学心理系的毕业生，刚来该院做心理医生，他叫山。

山听了程晓晓的心跳，又摸摸她的脉，看了看她的心电图，说：“其实，你的心脏很好。”

“真的吗？”程晓晓问。

“这一点毋庸置疑。”山说。

“那我的心为什么总疼？”程晓晓问。

“那是你有心理障碍！”山说，“我这里开了一个心理病房，你住几天好吗？”

“可以。”程晓晓问，“不过，你能保证治好我的病吗？”

“可以这么说吧！”山十分有把握地说。

就这样，程晓晓住进了山的康复病房。

山并不像别的大夫那样工作，他每天吃在医院，住在医院，和他的病人们好成一团，和病人们谈心、聊天、猜谜语、破字谜。

很快，山就通过程晓晓知道了她的故事，并对症下药。每天早晨 8 点至 11 点，他集中精力给他的病人们上课，讲心理学；下午，

他就让病人们去听音乐、去跳舞、去玩扑克、下象棋、下跳棋、玩围棋……松弛，松弛，再松弛……将整个紧张起来的心松弛下来……

程晓晓不再想她的工作，也不再愁她的工作，她的整个身心一下子松弛下来了。尤其当她听到了《春江花月夜》，仿佛置身于千万里滟滟波光的春江之上，月照春江，江绕芳甸，花林瑰丽，一幅人间仙境的水彩画，她仿佛置身其中，俨然一个仙女下凡……

不知为什么，她的心脏不觉得疼了。

当山得知程晓晓这个信息后，他笑了，就对程晓晓说：“小程，你就这样持续下去。什么也不要想，也没有必要去想。”

于是，山又给程晓晓讲了这样一个故事。他说，从前有一个老太太，有两个儿子，一个儿子是卖雨伞的，一个儿子是卖草帽的。每当晴天时，这个老太太就为卖雨伞的儿子难过，大晴天的，谁肯买雨伞！而一到阴天，她就为卖草帽的儿子难过，阴天下雨，谁肯买顶草帽戴着？有病！老太太整天忧心忡忡，饭不思茶不想，一天比一天瘦。后来，一个有名的大夫来给老太太看病，当他得知老太太患的是这种病时，哈哈一笑，说：“老太太，你可真是杞人忧天呀！你这样想，不是自己跟自己过不去吗？你得换种方法活着！下雨天，你就想你那卖雨伞的儿子怎么怎么发了大财；大晴天，你就想你那卖草帽的儿子如何如何买卖兴隆。这样，你不就没有愁事儿了吗？”老太太觉得大夫说得有理，果然按照大夫交给她的办法去做，结果整天乐呵呵的，烦恼全无。

山给程晓晓讲这个故事，其目的之一就是想让她用唯物主义的观点去观察事物，去对待事物。程晓晓心有灵犀，她明白山的意图。

几个星期过去了，程晓晓不仅医治好自己精神上的“病”，反而成为山康复病房里的一名不收任何薪水的“心理医生”。

肖长伟，39岁，某机关干部，中专毕业，进修业大后得大专文

凭。

现代社会中，每一个人都生活在一个经纬相间、纵横交错的立体网络之中。人们常常因人际关系处理不当而使事业受挫，心情烦恼，肖长伟就是其中的一个。

肖长伟属于那种聪明过人的人。论才气，他有；论阅历，他有；论眼观六路、耳听八方，他行；论溜须拍马，他比别人不在话下。可是，他至今还是一个小小的科员，这是他始料未及的。

肖长伟的经历是这样的，他1971年中学毕业，后来到师范学校进修三年，成为一名人民教师，而后他通过一个学生的家长，当上了某机关的一名宣传干事。按理说，肖长伟后台硬，底子厚，仕途上可谓一帆风顺吧？为了这个“座”，他可谓呕心沥血，费尽了心机。

在单位里，肖长伟不敢对任何一个人说声“不”，摆出一副逆来顺受的样子。谁找他办事儿，二话不说，放下手中的活儿，就去干。而且下班以后，饭也不顾吃，就去业大，为了在屁股底下多压几个文凭，跟张三、李四、王五比比试试。

不过，一到了家，肖长伟可就不是肖长伟了。他憋闷了一天，可该有了发泄的机会了，脸不是脸，鼻子不是鼻子，对孩子、对妻子、对老娘，沾火就着，动不动就大吵大闹。孩子大人都知道他这一天不容易，也都让着他。可是，日久天长，妻子可就烦了。

“我告诉你肖长伟，你自己没本事，别拉不出屎来赖茅房；你要再不知道头轻脚重，我可就不客气了。咱们你走你的阳关道，我走我的独木桥——分道扬镳！”

肖长伟一听妻子这话，他也真不敢折腾了。

科长就要离休了。宣传科有六个人，张三肯定没戏，他背着科长总骂“老王八蛋”，而且有一次在他骂的时候，竟被科长听到了。李四也没戏，这个大滑头，便宜都是他的，就是根毛儿不拔，没有一点正经的。王五、赵六也没戏……

肖长伟觉得自己稳操胜券，稳坐副科争正科绝对没有问题。

就在这时，发生了一件事儿，科座的小姨子托肖长伟买一批皮棉，肖长伟责无旁贷要帮忙。于是，他费了九牛二虎之力，搞来了一批皮棉，而且，为了讨好科座的小姨子，他还让人家挖空心思做假帐，给科座的小姨子搞了2000元的回扣。

本来是件好事儿，在办这事时，肖长伟连搭钱、带送礼，花了整整他的三个月的奖金钱——316元。

可谁曾想，好事儿办砸了，拍马屁拍到蹄子上了。那科座以此为借口，说肖长伟私心太重，不能重用。

张三得知这事儿后，皮笑肉不笑地对肖长伟说：“肖兄，你呀！跟你说多少遍了，你怎么就不知道泥菩萨的肚子是泥的呢！那老王八蛋是个混人，一二三不懂，四五六不分，你得跟他玩邪的……”

肖长伟知道张三最看不起科长，总拿科长当靶子练。不过，科长再不对，他这么大岁数了，还是尊重点好。他表面没说什么，心里却骂张三太狠毒。

但是，让肖长伟做梦也想不到的是，科长离休前竟把肖长伟给压在张三和李四的屁股下面，把张三提升为科长，李四提升为副科长。

简直是晴天霹雳，肖长伟的精神支柱一下倒塌了。

一年365天，连节假日都不肯休息的肖长伟开始泡病假了。他整天闲在家里，无所事事，开始神经疼起来。而且，每次神经疼起来，就在地上打滚。

到医院去检查，CT、B超、多普勒都做了，就是检查不出病来。

肖长伟想：难道我得了一种比艾滋病还可怕的病？怎么神经说疼就疼起来没命呢？

他彷徨，他踌躇，他心惊肉跳，如坐针毡。

一天听广播，肖长伟听到某电台“空中热线”节目单博士的一段话后，他就给单博士去了一封信，并很快就收到单博士的回信，她约他到她的心理咨询处去谈话。

肖长伟按时赴约。

所谓单博士原来是一位18岁的在校女大学生，相貌出众，谈笑风生，待人接物与她的年龄很不相称。他向她讲述完他的故事后，美丽的单博士问：“人类生存的基本因素和条件是什么？”

肖长伟摇摇头，实实在在地说：“我回答不上来。”

“那好，我告诉你。(1)健康和生命的维持；(2)食物；(3)睡眠；(4)货币及能买到的商品；(5)性的满足；(6)孩子的幸福；(7)重要感，也就是人性最强烈的冲动……这些都是人类得以生存和繁衍的必要条件。但有一种欲望，也就是成为伟人或大人物的欲望既深且难以实现和满足……”

“你说这些话，对我有什么意义呢？”肖长伟问，“这对我排除心理故障又起什么作用呢？”

“当然了，”单博士说，“你得转变思想观念。这样吧，我给你开个药方，你按照我说的去做，神经就不疼了！”

“什么药方？”

“每天早晨起床，你洗漱完以后，去买早点……”

“这点我能做到。”

“好。你上班以后，什么也不去想，按照轻重缓急去干，决不拖延……”

“这点我也能做到。”

“最后一条是，你下班以后，买些冷食去卖，赚足十元钱后再回家……”

“就这些？”

“不，我还要送给你一句美国学者卡尔登波恩先生的名言：每天给自己一次鼓励讲话，每日每时与自己对话，你就可以指导自己去思考勇敢与快乐的问题，以及力量与安宁的问题。这样会使你消除忧虑，始终保持旺盛的精力从事有效的工作和学习……”

“这叫什么药方！难道会治我的神经疼？”

“试试看吧！”

肖长伟接单博士的话去做了。他整天从早忙到晚。说也怪了，竟没工夫再琢磨谁提升谁不提升了，而且生活节奏一加快，他竟也忘了神经疼这一档子事儿了……

再后来，肖长伟的神经疼这一毛病竟除了根儿。连他都奇怪，他的病怎么说没就没了呢？

他在庆幸之余，找到单博士，把自己的想法告诉了她。她“嘻”的一笑，说：“我说你心理有病吧，你还不信。这叫心想事成……”

唯这句话，才使肖长伟恍然大悟：原来病竟是自己找的呀！

肖长伟的确悟出了一个道理。现实告诉我们，注重心理素质的提高，保持健康的心理，是适应社会环境，应付各种变化，摆脱不良刺激，成为真正的对社会有用人才的先决条件。只有构筑一个优质的心理世界，才能轻盈地驾驭自己，从容地面对世界。

2 中国出现了新学科——一个正在开拓的心理门诊

戴尔·卡耐基说：“对于一个人信仰的堡垒，大部分人都缺乏与其主人手挽手并入其间的神秘本领。”

一个人患上高血压、心脏病、糖尿病、毒瘤，可以医治，为什么患上心理疾病就不能医治？中国有句古话，叫三分病，七分养，就足以证明心理卫生的重要性。

作为一个心理医生，不仅要掌握更多的心理学，还要让别人感到你的思想就是他的思想，你所想的，也正是他所想的。目的只有一个，途径却很多，正如林肯所说：一滴蜂蜜比一加仑胆汁捕到的苍蝇还多。这个比喻虽然有点驴唇不对马嘴，但是用在心理上，还是有些说服力的。

气功大师——人天科技创始人宋亦武，不仅是个特异功能的

携带者，也是个心理学的专家。那天，他就遇到一件这样的事：

一个阴沉沉的阴雨天，下着淅淅沥沥的小雨，一个神经兮兮的年轻人走进人天科技学习班，两眼直勾勾地四下寻找着什么。

宋亦武一眼就发现这个男青年不正常。他向他走了过来，问：“你怎么啦？”

男青年反问：“你是宋老师吗？”

“我是。”

男青年说：“我姓潘，叫潘黑白。你看我杀人能成功吗？”

宋亦武冷眼看这个男青年，他虽然面目清秀，文质彬彬，但不难看出，他脸上有股杀气，狰狞之中有股血腥味儿。

“你杀谁？”

“杀我的未婚妻。”

“为什么？”

“她背着我，和一个大她 20 多岁的男人搞上了。我要杀了她，再杀死那个男人！”潘黑白说，“我听说你很神，能看凶吉，特意拜访你，让你看看我到底能不能成功？”潘黑白的脸上寄予了无限的希望。

这可是人命关天的大事儿，思想工作做好了，就会避免一场恶性凶杀案，反之，疏导不好，就会使潘黑白成了个千古罪人。

宋亦武怎么看潘黑白，他脸上怎么有凶气，对这种人只能诱导而不能蛊惑，稍稍走偏了，他就会有牢狱之苦。

宋亦武用一双犀利的目光盯住潘黑白，十分肯定地说：“你杀不成人！”

“为什么？”潘黑白一愣。

“你现在狠不下心来杀人！”

“我已经死心塌地了！”潘黑白说，“只要你说声我能杀死他们，我马上就干……”潘黑白说着，炫耀般地用手拍拍右腿肚子下面的蒙古靴子，说，“我有把正儿八经的蒙古刀，开了刃，磨得锃亮，杀人

不见血……”

宋亦武冷笑，说：“俗话说得好，天机不可泄漏，你现在已经把你的谜底告诉了我，所以说，你杀不成人！你要是杀人，就早杀了，何必来问我。再说，你也狠不下心来杀她？”

“你怎么知道的？”潘黑白惊讶了。

“你说说吧，她为什么跟他上床？”宋亦武老师说，“这里面不会没有原因吧？”

潘黑白犹豫了半天，终于倒出了自己的苦衷：“我准备到波兰去打工，开餐馆，手续都办好了，就差波兰的一封邀请信了……那个男的儿子在波兰开公司……为了把我弄到华沙，她就跟他打成了一团……最后睡到了一块儿……”

听到潘黑白这话，宋亦武老师的脸上露出了笑容。他说：“这里面有个辩证法的问题。你想一想，你的女朋友是有意伤害你呢？还是无意中伤害的你呢？”

“我觉得可能是无意。”潘黑白说，“他们被我堵在屋里以后，我的女朋友就给我下了跪，她痛哭流涕，要求我原谅她。宋老师，你说，我能原谅她吗？我和她搞了三年的对象，我都没舍得沾她的身体，那老小子就凭他儿子有点权，便不费吹灰之力将她搞到了手。我就是咽不下这口气……”

“不仅是你，即使是别的男人，也咽不下这口气；不过，你是不是男子汉？”宋老师一针见血地问。

“就因为我是个男子汉，我才要杀了他们。”

“那男子汉最明显的优点是什么呢？”

“能折能弯……”

“这不结了嘛！男子汉不仅要具备阳刚之气，还应具备能折能弯的气度。汉朝韩信还受过胯下之辱呢，后来他辅佐刘邦平定天下，成了古今中外绝无仅有的一代名臣……你一个男子汉大丈夫，因为女朋友一点点的失误，就小肚鸡肠，没完没了，也太小心眼儿

了！再说，你女朋友还不是为了你出国，才犯了错误吗？你这样不依不饶，不是让你女朋友感到她这样做是对的嗎？”

“呀……你的意思是……”显然，潘黑白的火气小多了。

“你仔细想一想，你女朋友是为了你，才和那男人搞到一起的，她委曲求全，已对自己的错误有了忏悔，你却硬是不肯原谅她，不是把她往那男人的怀里推吗？”宋老师说。

潘黑白这才恍然大悟：“可是，她……”

“已经过去的事儿就让它过去吧！只要你爱她，她也爱你，还在乎不在乎和你是不是头一个……”

潘黑白终于被宋亦武老师说动了心，他怅然若失地去了……

不久，潘黑白便携着他那漂亮的未婚妻来见宋老师。他们说，他们谈开了，彼此都能理解对方了。虽然华沙方面来了邀请信，但他们已经改变了主意，不去华沙，而去澳大利亚的悉尼……

看着这两个情投意合的小情人，宋亦武老师流露出舒心的笑容。

一件即将发生的凶杀案就这样被消灭在萌芽中。假如没有心理学家的疏导，情况绝对不是这种样子的。

人，生活在这个世界上，谁能保证不做梦，又有谁保证梦不伴他（她）终生呢？

随着现代心理学的进展，对人类奥秘之一——梦的研究越来越深入。“梦多寿命长”，便是最近对梦的研究的成果之一。研究表明，每个人每天晚上用于做梦的时间一般为80—120分钟。人为什么要做梦？不做梦会有什么反应？科学家做了很多剥夺人的梦的实验。即当睡眠一出现做梦的脑电波时，就立刻唤醒，如此反复进行，结果发现，对梦的剥夺，会导致人体一系列生理异常，如血压、脉搏、体温以及皮肤电反应均增加，植物神经系统机能有所减弱；同时，还会引起人的心理的一系列不良反应。如焦虑、紧张，出现幻

觉、记忆障碍、定向障碍等。显然做梦已成为人体的一种正常的必不可少的生理过程。正常的梦境活动，成为保证肌体正常生命活动的重要因素之一。

日本山梨大学研究人员发现：人脑中存在着两类相反的促眠肽，一类促无梦睡眠，另一类促有梦睡眠。他们成功地分离出有梦的促眠肽，将它施于动物，使其睡眠的有梦期延长，结果实验动物的平均寿命大大提高。

由此可见，人与梦是分不开的，其关系就像鱼儿离不开水一样。

可是，偏偏有一个 18 岁的女孩，她惧怕做梦，并把做梦当成一件特别痛苦的事儿。

姑娘叫春喜儿，她来自河北农村，在某大学读书。从偏僻的农村来到喧嚣繁华的大都市，不管是衣食住行，还是待人接物都换了个环境。这儿高楼大厦，马路上大汽车小汽车三轮车自行车来来往往，川流不息，再看人熙熙攘攘如同赶庙会逛大集……

再看城里的那些年轻人，个个长得又俊又妙俏，一个个像是剥开的葱一样的鲜嫩；再看他们穿的，一个个像时装模特儿一样花哨。相比之下，她这个从乡下来的姑娘，就显得太老“坦”儿了。

在乡下，春喜儿长得还算可以，不说一枝花吧，也能称得上上等姑娘。她一米六的个儿，梳着一条又黑又粗的大辫子，虽然不是双眼皮儿，但眼睛却很大，说不上眉清目秀，却也不肉眼凡胎。追求她的男生自然不少，她也自我感觉良好。

可是，自从来到城里以后，春喜儿才发现，与城里的那些俊男俏女相比，她不过是个丑小鸭儿。她要相没相，要条没条儿，简直就像城里的“国际型”。

最让春喜儿焦虑的是，她那本来就不十分白皙的脸，却忽然锦上添花长起了密密麻麻的“青春美丽痘”。急得春喜儿像热锅上的蚂蚁。她买这种药，买那种药，又搽又抹，不知为什么，那药涂到脸