

MOMMA
AND
THE MEANING
OF LIFE

妈妈及 生命的意义

[美] 欧文·亚隆 著
(Irvin D. Yalom)
庄安祺 译



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目 (CIP) 数据

妈妈及生命的意义 / (美) 欧文·亚隆 (Irvin D. Yalom) 著; 庄安祺译. —北京: 机械工业出版社, 2017.1

书名原文: Momma and the Meaning of Life

ISBN 978-7-111-55540-7

I. 妈… II. ①欧… ②庄… III. 心理学—通俗读物 IV. B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 282764 号

本书版权登记号: 图字: 01-2016-0681

Irvin D. Yalom. Momma and the Meaning of Life.

Copyright © 1999 Irvin D. Yalom.

Simplified Chinese Translation Copyright © 2017 by China Machine Press.

Simplified Chinese translation rights arranged with Sandra Dijkstra Literary Agency, Inc through Bardon-Chinese Media Agency. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Sandra Dijkstra Literary Agency, Inc 通过 Bardon-Chinese Media Agency 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内 (不包括香港、澳门特别行政区及台湾地区) 独家出版发行。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

妈妈及生命的意义

出版发行: 机械工业出版社 (北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码: 100037)

责任编辑: 董凤凤

责任校对: 董纪丽

印刷: 北京诚信伟业印刷有限公司

版次: 2017 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 147mm × 210mm 1/32

印张: 7.75

书号: ISBN 978-7-111-55540-7

定价: 45.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

客服热线: (010) 68995261 88361066

投稿热线: (010) 88379007

购书热线: (010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱: hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问: 北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东

1931年6月13日，我出生于美国华盛顿，父母是在第一次世界大战后不久由俄罗斯（靠近波兰边界一个叫西尔兹的小村落）迁来的移民。我的父母在华盛顿市区第一街和西顿街相交的路口开了一家杂货店，我家就在杂货店楼上的公寓。在我小时候，华盛顿还是种族分布泾渭分明的都市，我们家就在贫穷的黑人小区之中，在街上游荡可能会有危险，因此我只能以阅读自娱，每周两次冒险骑脚踏车到中央图书馆借书还书。

没有人在这方面给我任何建议或指引：父母亲不识字，从不读书，而且为谋温饱已经耗尽全部精力。我读的书包罗万象，端视图书馆书架排列而定：放在中间的大传记书架最先吸引我的注意，我花了整整一年把它们全部读完。但我在小说里找到另一个更令我满足的天地，它是灵感和智慧的来源。难怪我自幼就养成一种观念：写小说是最棒的

事了，迄今我依然抱持这样的想法。

在当时少数族裔社群的心里，年轻人的出路有限，我的同伴不是去上医学院，就是走上和父亲一样从商的路。医学院所学似乎与托尔斯泰和陀思妥耶夫斯基比较近，而我一开始接受医学训练，就打定主意要钻研精神科。精神病学错综复杂，因此我面对每一位病人，都对他们的故事充满好奇。我相信每一个病人都有独特的故事，必须以不同的方式治疗。然而这么多年来，这样的态度却使得我日益远离所谓的精神病学专业，精神病学在经济因素的驱使下，走向完全相反的方向，也就是以病状为主，拔除所有个人因素的诊断方式，一视同仁以标准化的方式做短暂的治疗。

我最初的作品是发表在专业期刊上的科学论述。而我的第一本书《团体心理治疗：理论与实践》已经发行 70 万本，被用于精神治疗的教科书，译成 12 种语言，如今出了第 4 版。此书和后来我的每一本书，都是和“基础文库”（Basic Books）这家出版公司合作的，我们维持了长久而良好的关系。学界称赞我的团体治疗书籍，因为它是基于第一手经验数据而来的，但我猜此书之所以成功，很可能也在于它说的许多故事——文中穿插许多简短故事。20 年来，学生都常说本书读起来简直像小说。

接下来还有其他的书——《存在心理治疗》（开风气之先的教科书）、《住院病人之团体治疗》，《面对群体》这份研究专文则已经绝版。接着我为了教导存在治疗，转向文学体写作，在过去这几年里写出了《爱情刽子手》这本治疗故事，还有两本教学小说

《当尼采哭泣》和《诊疗椅上的谎言》，最新的一本就是本书（事实和虚构掺杂的治疗故事）。

虽然我的书广受一般读者欢迎，也经常被当作文学作品受到批评或赞美，但我写这些书的用意，是要把它们当成教学的作品——有教学意味的故事，也是一种新文体——教学小说。每一本书都被译成 15 ~ 20 种语言，发行甚广。例如，《当尼采哭泣》高居以色列畅销书榜达 4 年之久。“基础文库”在 1997 年年底还出版了我的选集，其中除了选自各书的精华之外，还收录了新写的散文。目前我正在写作关于叔本华的小说。

我的妻子玛莉琳是约翰·霍普金斯大学比较文学（法文和德文）博士，在学术界和写作方面都有杰出表现（最新的作品是《乳房的历史》）。我的 4 个子女全都住在旧金山湾区，各有不同的专业：医学、摄影、写作、剧场导演、临床心理学。现有 5 个孙子女。

目 录

作者自述

- 1 **第一章 妈妈及生命的意义**
幽暗。或许我快要死了。妖魔鬼怪纠缠着我，心脏监视器、
氧气筒、点滴……
- 15 **第二章 与葆拉共舞**
身为医学系的学生，老师教我们望、闻、问、切的艺术……
- 51 **第三章 模范的折磨**
我耗费了5年的时光。5年来我每天都在精神病房带领团体
医疗……
- 80 **第四章 治疗忧伤的七课**
很久以前，我的老友厄尔打电话给我，告诉我他的知己杰克
得了恶性脑瘤……

- 81 **第一课：头一个梦**
几天后我和艾琳会面，开始第一次的治疗。她是我所见过的最有意思、最聪明……
- 87 **第二课：尸体之墙**
若说艾琳的头一个梦预示了我们未来的关系，那么她在治疗第二年所做的梦则正巧相反……
- 94 **第三课：因伤痛而起的愤怒**
“我刚接获通知，艾琳，”一个下午，我这么开始治疗过程对话……
- 104 **第四课：黑色污渍**
我姐夫去世那天，艾琳打算夺门而出，并问我是否愿意和因我太太还活着而恨我的人相处……
- 109 **第五课：理智与背叛**
我们的诊疗进入第三年，然而艾琳的情况依旧没有进展……
- 122 **第六课：莫问丧钟为谁敲**
在治疗的第四年，有一天，艾琳带了一个大纸夹进来……
- 132 **第七课：释怀**
我们最后一次会面的情况乏善可陈，只有两处较为特别……
- 146 **第五章 双重曝光**
“赖许医师，就是因为这样我才想放弃。世上根本没有好男人……”

193 第六章 九命怪猫的诅咒

“告诉我，哈斯顿，你为什么想要停止治疗？我们才刚开始而已……”

240 后记

第一章 妈妈及生命的意义

幽暗。或许我快要死了。妖魔鬼怪纠缠着我，心脏监视器、氧气筒、点滴、七缠八绕的塑料管，这全都是死亡的征象。我闭上双眼，滑入黑暗。

但接着，我由床上一跃而起，冲出病房，闯进阳光灿烂的葛兰艾可游乐园，几十年前，我曾在这里度过许多夏日的星期天。我听见旋转木马的音乐，闻到黏腻爆米花和苹果的甜香。我一直向前走，并没有在雪糕摊、云霄飞车或摩天轮前迟疑驻足，一直朝着鬼屋票亭前的人龙而去。付了票款，我等着下一列缆车由角落转来，轰隆轰隆在我面前停住。坐上去之后，我放下安全杆，把自己牢牢锁在里头，再朝周遭望一眼。那里，在一小群围观者中，我看到了她。

我挥舞双臂，拼命喊叫，声音大到人人都听得见：“妈妈！妈妈！”就在这一刻，缆车一个踉跄向前移动，撞上鬼屋的旋转门，

门立即张开大口，露出黑暗的深渊。我尽量朝后靠，在被黑暗吞噬以前再度大喊：“妈妈！我表现得怎么样？妈妈？我表现得怎么样？”

我从枕头上爬起身来，想把梦境甩掉，即使在这时，这些字眼依旧卡在我的喉头：“妈妈！我表现得怎么样？妈妈？我表现得怎么样？”

然而妈妈已经入土六尺，葬在华盛顿郊区安纳柯斯夏墓地的松木棺中已经十年了，尸骨已寒。她还剩下什么？我猜只有骨骼了。微生物显然已经销蚀了她每一寸的肉身，或许还留下几绺黑发，或许还有几块发着幽光的软骨还黏附在大块的骨头上——大腿骨和胫骨。哦，对了，还有戒指。在骨灰的某处必定留着父亲买给她的银细丝婚戒，那是当年他们坐统舱由半个地球以外的俄罗斯抵达纽约之后不久，父亲在海斯特街买的。

是的，很久以前了。已经十年了，她已经驾鹤西归，肉身也都腐化了。只剩下头发、软骨、骨骼和一枚银婚戒。然而她的音容依然埋藏在我的回忆和梦里。

为什么我在梦里向妈妈招手？多年来我已经不再招手了，多少年？说不定有数十年。或许就是半个世纪前那个下午，她带着八岁的我上父亲店铺转角的西尔文影院看电影那次。虽然影院里还有很多空位，她却一屁股就坐在比我大一岁的街头小霸王旁边，“太太，那个位子有人坐。”他咆哮道。

“哦，有人坐了！”我母亲一边轻蔑地说，一边调整姿势，“他还占位子呢，这位大人物！”她向周遭的人这么宣布。我尽量缩进红褐色的天鹅绒椅垫里。稍后，在灯光已熄的影院中，我鼓足勇

气张目四顾。他就坐在那里，几排后面他朋友的身旁。没错，他们正瞪着我，还用手指指点点，其中一个握起拳头，装模作样地说：“等着瞧！”妈妈毁了我的西尔文影院，现在那里成了敌人领地，是我的禁地，至少在光天化日之下是如此。如果我想要看周六的电影——太空英雄、蝙蝠侠、青蜂侠，就得在影片开演之后蹑手蹑脚地进去，在黑暗中摸到戏院最后一排的位子，越靠近逃生门越好，而且要在灯光打亮之前赶紧溜走。在我家附近，什么都比不上逃过被扁的噩运重要。挨揍不难想象：顶多给你下巴来上一拳就了事，打你耳光、飞脚踢人也都差不多，但被打得鼻青眼肿，我的老天爷。你还剩什么？你已经完蛋，永远被贴上“被海扁”的标签。

向妈妈招手？为什么我会招手？年复一年，我和她虽朝夕相处，却相互憎恨的朝夕相处之后？她虚荣、一意孤行、爱管闲事、疑心、满怀敌意、抱持强烈偏见和不可理喻的无知（然而就算我也不得不承认她很聪明）。我从来不记得曾和她共度温馨的时刻，也从不以她为我的母亲为傲，我从没有过“有她做我妈妈我真高兴”的念头。她是个刻薄的人，对任何人都有刻薄的批评，只除了对我父亲和姐姐之外。

我爱汉娜姑姑，她是我父亲的妹妹：我爱她的甜美、温暖，她的烤热狗夹在脆脆的香肠片里，她的卷面饼无人能出其右（但我弄丢了食谱，而她的儿子又不肯再给我一份，此事说来话长）。我最爱周日的汉娜姑姑，那天她的熟食铺休息，她会免费让我玩弹球机达数小时。我总是把小团的纸块塞在弹球机的前脚下，减缓珠子落下的速度，以求获得更高的分数，她也从不会阻止。我

对汉娜姑姑的赞美和崇拜令妈妈怒不可遏，她对汉娜姑姑做了连珠炮似的恶毒攻击：汉娜的贫穷、她对店员工作的厌恶、她的缺乏生意眼光、她那老土丈夫、她的缺乏自尊，只知伸手接受别人给的一切。

妈妈的言辞令人无法忍受。她的英文有很重的口音，还夹杂着许多意第绪的词语。她从没来我的学校参加过家长会，真是谢天谢地！一想到把她介绍给我的同学，我就不禁汗毛直竖。我和妈妈斗争、反抗她、向她大吼大叫、逃避她，最后，在青春期中期，我干脆不再和她说话。

我童年时期最想不通的就是，爸爸怎么能忍受她？我还记得周日上午的幸福时刻，他边和我下棋，边随着唱片哼俄罗斯或犹太歌曲，头还随着旋律摇摆，但迟早这愉快的气氛会被妈妈从楼上传来的刺耳声浪打断：“吉佛特，吉佛特，够了！Vasyizmir，唱够了，噪声够了！”爸爸会一言不发地起身关掉留声机，在沉默中继续和我下棋。我祈祷了多少次，爸爸，求求你，只要一次就好，打倒她！

因此，为什么招手？为什么在我生命的最后还要问：“我表现得怎么样？妈妈？”难道——这样的可能让我感到惊恐，难道我的一生都以这名可悲的妇人为主要观众？终我一生，我都想要逃离、躲开我的过去——犹太小村庄、统舱、犹太区、犹太教徒祈祷时披的大方巾、黑色的犹太长袍和杂货店。终我一生，我都追求解放和成长。难道我既没有逃脱我的过去，亦未摆脱母亲？

我多么嫉妒父母母亲慈爱、慷慨、和蔼的朋友。然而他们却很少想到他们的母亲，既不常打电话问候，也很少探望、梦到甚至

想到她们。而我却每天都得一再地把母亲的身影从心中洗涤除尽，甚至连现在，她死后十年，还经常出于反射拿起电话想打给她。

在理智上，我能了解这一切。我曾就这个现象做过演讲，向病人解释受虐儿童常觉得很难摆脱病态家庭的阴影，而慈爱父母教养下成长的孩子往往没有这方面的困难。毕竟，好父母的天职不是让羽翼已丰的孩子顺利离家吗？

我明白这点，但我不喜欢它。我不喜欢母亲每天来看我，我恨她悄悄溜进我心中的缝隙，使我无法把她连根拔起。最重要的，我恨在我生命之终，却不得不问：“我表现得怎么样？妈妈？”

我想到她位于华盛顿养老院中塞得满满的椅子，这张椅子挡住了她房间的入口，椅旁的小桌上陈列着我所写的每一本书，每种至少一本，多则好几本。十来本书再加上另外二十几本外文译本，成排地堆放着，摇摇欲坠。我经常想，只要来一场中级地震，就足以把她淹没在她独子的著作下。

我每次去看她，她都一动也不动地坐在椅子上，膝上放着两本我的作品。她掂量它们的重量、闻它们、抚触它们，一切的一切，就是不读它们。她的眼睛已经快瞎了，但就算她能看见，也不可能理解书中的内容：她受的唯一教育就是要归化成美国公民前上的归化课。

我是个作家，而母亲却不识字。然而我依旧向她追求毕生作品的意义。她怎么评估我的著作？靠气味？还是纯凭书的重量？封面设计？抑或书皮光滑如铁弗龙般的触感？我费尽心血的研究、灵光一现的启发、上穷碧落下黄泉才得来的优雅文句……她永远不明白这些。

人生的意义？我的人生意义？堆在母亲案头摇摇欲坠的那些书里，就包含了我对这些问题自命不凡的回答。“我们都是追求意义的生物，”我写道，“必须面对被抛入无意义宇宙的困境。”接着我解释，为了避免虚无主义，我们必须有两个使命：第一个使命是发明或发现生命意义的计划，让我们足以为它奉献一生；第二个是努力忘却前方才发明的行为，说服自己并不是发明而是发现了生命意义的计划，它原先就独立发生在“存在”之外。

虽然我佯装接受每一个人对生命的意义的解答，不做判断，但其实却偷偷地把它分为铜、银和金三层。有些人一生都执着于报复式的胜利；有些人则在绝望的束缚下，只能梦想和平、超越和免于苦痛的自由；有些人为了成功、富足、力量和真理而奉献生命；也有些人追求自我超越，为某种信念或其他生命，比如所爱或神祇倾其所有；另外也有人在奉献、自我实践或创意表达中，找到生命的意义。

尼采说，我们需要艺术，以免因真相而死亡，因此我认为创造力是黄金之道，转变了我全部的生命、所有的经验、整个的思想，化为心灵的沃土，让我不时能由其中塑造美丽新事物。

然而我的梦却透露了另一层看法，它指出我的一生都在追求另一个目标——争取已逝母亲的认同赞许。

这个梦的控诉具有无可忽视的强大力量，令人心头澎湃难以释怀。然而我明白，梦并非不可理解无法驯服，终我一生，我都是解梦人，我早已学会如何把它拆解组合，如何挤出梦里的秘密。

因此，我任头坠回枕上，任思绪飘浮，重新把梦的发条转回鬼屋的缆车座位上。

缆车突然停住，让我撞上安全杆。过了一会儿，它逆向行驶，缓缓退回旋转门，再度浮出阳光灿烂的葛兰艾可游乐园。

“妈妈，妈妈！”我双手挥舞呐喊，“我表现得怎么样？”

她听到我了。我看到她左推右挤，穿过人群：“欧文，你这算什么问题啊。”她边说边解开安全杆，把我拉出缆车。

我看着她，她约莫五六十岁，矮胖结实，毫不费力地拎着鼓鼓的木柄绣花手提袋。她长相平庸，但却不自知，走路时抬头挺胸，一副自以为漂亮的模样。我注意到她上臂垂下来的赘肉，她的长袜松了，堆在膝盖上方。她给了我湿湿的一个吻，我也假装回应。

“你表现得很好。还有谁能奢求更多？这些书，你真让我骄傲。要是你爸爸能看得到就好了。”

“你说我表现得很好是什么意思？你怎么知道？你又不会看我写的，我是说，你的视力不好。”

“我知道就是知道。看看那些书。”她打开手提袋，拿出我的两本作品，温柔地抚摸它们：“好厚的书，好漂亮的书。”

我因为她的举动而感到焦躁：“书里的内容才重要，或许它里头只是一些废话。”

“欧文，不要说蠢话。多漂亮的书！”

“妈，你一直带着这些书？甚至在游乐园里？你简直把它们供起来了。难道你不觉得——”

“大家都认识你，全世界。我的美发师告诉我说，她女儿在学校研读你的书。”

“你的美发师？是的，期末考吗？”

“每一个人，我告诉了每一个人。为什么不？”

“妈妈，难道你没别的事可做？何不与你的朋友共度周末？汉娜、葛蒂、鲁芭、桃乐西、山姆或是赛门舅舅？你在葛兰艾可游乐园这里做什么？”

“我在这里让你丢脸吗？你总是难为情。不然我该去哪里呢？”

“我只是说我们俩都已经成年了。我已经 60 多岁了，或许我们该各有各的梦了。”

“我总是让你丢脸。”

“我可没这么说，你没有在听我说话。”

“总是觉得我老糊涂，总是以为我什么都不懂。”

“我没那么说，我总是说你不可能什么都懂，只是你——只是你——”

“我怎么样？说啊，是你先开头的，说下去，我知道你要说什么。”

“我要说什么？”

“不，欧文，要由你说出来。若是我说，你就会改我的话。”

“只是你不听我在说什么，只是你大谈自己不懂的事情。”

“听你？我不听你？告诉我，欧文，你听了我的话吗？你了解我吗？”

“你说得对，妈妈。我们两个人都没有好好听对方说话。”

“我可不是，欧文，我听得很好。每天晚上我由店里回来都只听到一片静寂，你根本懒得由书房上楼来看看我，甚至连招呼都不曾打。你从没问过我今天工作辛不辛苦。如果你根本不和我说话，我怎么可能聆听你呢？”