

情感之乱

张楚涵 著

女心理师和她的33个案例

所有的情感问题都是心理问题 心理医生是那个仅次于上帝的人



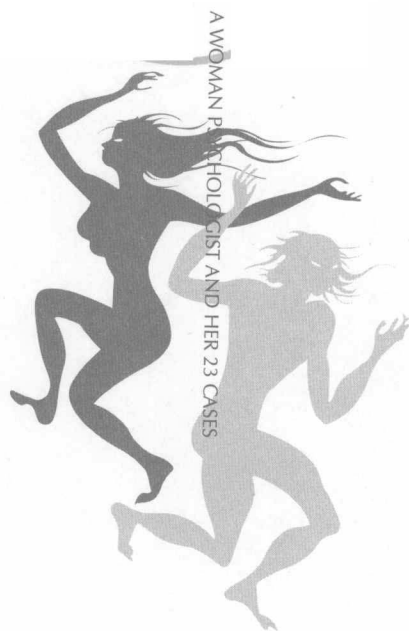
新星出版社 NEW STAR PRESS

A WOMAN PSYCHOLOGIST AND HER CASE

情感之乱

女心理师和她的23个案例

张楚涵 著



新星出版社 NEW STAR PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

情感之乱:女心理师和她的23个案例/张楚涵著;—北京:

新星出版社,2007.12

ISBN 978-7-80225-355-1

I. 情... II. 张... III. 短篇小说-作品集-中国-当代

IV. I247.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 152411 号

情感之乱:女心理师和她的23个案例

张楚涵 著

责任编辑:李 曼

封面设计:颜 禾

责任印制:韦 舰

出版发行:新星出版社

出 版 人:谢 刚

社 址:北京市东城区金宝街 67 号隆基大厦 100005

网 址:www.newstarpress.com

电 话:010-65270477

传 真:010-65270449

法律顾问:北京建元律师事务所

读者服务:010-65267400 service@newstarpress.com

邮购地址:北京市东城区金宝街 67 号隆基大厦 100005

印 刷:河北大厂彩虹印刷有限公司

开 本:670×960 1/16

印 张:14.75

字 数:110 千字

版 次:2007 年 12 月第一版 2007 年 12 月第一次印刷

书 号:ISBN 978-7-80225-355-1

定 价:22.00 元

版权所有,侵权必究,如有质量问题,请与出版社联系更换。

序

记得2003年楚涵的黄手绢心理咨询室建立，我就对楚涵说：你很有勇气，在众人似醒非醒之时，你清晰预见到了心理咨询对人们的价值。看着她勤奋地思考，埋头苦干，心中一份敬意不由地渐渐升起。

当一个来访者皱着眉、怀着痛进来，尔后舒展了自己耳朵心境，带着由衷的欢喜离去，这就是一个优秀的心理医生最大的满足。这几年，楚涵就在这样的体验中度过。相信这个事业会不断发展，也同时寄希望于每个读者在倾听这些故事的时候也心怀真诚的感动。

祝楚涵永远热情真挚，永远追寻高超的心理咨询技能，为许许多多迷失于痛苦之中的人们带来希望和期盼。

中国青少年网络协会心理发展研究院执行院长

中国青少年心理成长基地心理总督导

应 力

2007-7-1

前 言

这是一本关于心灵重整、灵魂洗涤的真实案例手记。

这是一本关于人们如何走出抑郁、克服焦虑、摆脱心理困惑与折磨的书；这是一本记录人们如何从饱含泪水的挣扎到最终笑颜绽放、重回幸福、重回心灵宁静、心理旅程的书。

这其中有童年遭遇不幸经历至今仍有着深深伤痕的人们；有意外怀孕流产后陷入抑郁的女孩；有在婚外感情世界里挣扎过的男女；有对同性之间模模糊糊情感却无法面对的男人；有着在这繁华世界里放荡不羁却心灵不安的男人；有过不幸坠落于烟花红尘的心酸女子；有沉迷于赌博里难以自拔的男人；也有近乎于疯狂般去感受痛楚的虐恋之人，更有在失去刻骨铭心的爱人时曾经一度失去自己的男男女女。

他们曾经一度感叹伤怀，他们曾经一度地陷入迷惑，他们曾经一度犹豫彷徨……人们终于勇敢地走进我的咨询室，勇敢面对自己。我和这些朋友们一起经历心的风雨、心的重整，经过共同努力终于走出曾经阴霾过的内心，来感受世间的温情。回首望时，多少的眼泪、多少的艰难、多少的努力，都在心灵终于宁静的时候，让我感动不已。在我看到每个人都可以再次找回自己、找回微笑、找回幸福的时候，我也会流泪，也会备感欣慰！

在取得当事人的理解和同意后，把我的咨询手记编辑成集，只为了给天下每个期待幸福的人们，只想让所有的人们相信：幸福离我们并不遥远，苦难也并不可悲，心灵的感冒并不可怕，只要我们努力，只要我们不放弃，只要我们还相信这一切都只是暂时，风雨

之后定会是彩霞满天，我们的心会再次归来，幸福也会再次降临，我们真的可以做到！

最后，我还是要感谢我的来访者，是你们给了我很大的支持，我要感谢我的先生，是你给了我最大的鼓励帮助和对案例的精彩点评分析。

祝福所有看到和还没有看到这些文字的朋友：幸福一生！

「目 录」

序	1/
前言	3/

第一章 家庭篇

1. 我愿如百合纯洁——童年经历的影响 3/
在儿童时期，某些情境很容易孕育出严重的错误意义，大部分的挫败者都来自于这种情境下成长的儿童。
2. 一个已婚男人的困惑 14/
自我实现者的爱情关系中，我们可以看到爱和既尊重他人又极其自爱两者的融合。他们互相需要。极其亲近，又十分容易分开。
3. 一个幸福家庭中的赌注 23/
世间有一种比海洋更大的景象，那便是天空；还有一种比天空更大的景象，那便是人的内心。
4. 爱上同父异母的哥哥 30/
爱情并不追求超越自身的原因，也不追求限度。爱情是其自身的果实，使其自身的乐趣。因为我爱，所以我爱，我爱，为的是我可以爱……
5. 幸福可以重来 38/
尽管我遭遇过许多挫折和不幸，但我仍热爱生活，我是为了生活而热爱生活。说真的，我仍准备开始我的一生。
6. 丢失的父爱——单亲家庭心理问题 45/
如果这事与孩子无关，那倒算不上什么大问题。但这事一旦与孩子有关，我们就会处于一个不同的范围，在这个范围里，爱不再是独立存在的……

第二章 情感篇

7. 失恋后的痛楚——处女情结 63/
爱情是空幻的，只有情感才是真实的，是情感在促使我们去追求使我们产生爱情的真正的爱。
8. 敏敏的邮件 77/
不能“只为了爱——盲目的爱”，而将别的人生的要义全盘疏忽了。
9. 我离开了不该爱的人 83/
爱除自身外无施予，爱除自身外无接受。爱不占有，也不被占有。因为爱在爱中满足了。
10. 梦里升起你的太阳——流产抑郁 90/
爱的需要是生命早期的满足与成年性格形成之间有完整的联系，健康成年人的许多典型品质是童年爱的需要的积极后果……
11. 谎言得到的爱 95/
当你真正感到对方的话是肺腑之言时，自己的心灵也会敞开来接受一个陌生心灵的真情流露。
12. 情人节的葬礼——恋爱情感的创伤 109/
最杰出的人总是用痛苦去换取欢乐。

第三章 情绪篇

13. 小兰的心事——创伤后的心理障碍 121/
痛苦着把利刃一方面割破了你的心，一方面又掘出了生命新的水源。
14. 洁癖的烦恼——一种强迫 127/
心理病症特殊的强迫症特征，代表潜意识对纯感觉类型那种马马虎虎，和稀泥的态度的一种抗衡，从理性判断的立场看，是不加分辨地接纳一切发生得东西。

15. 癌症患者的心理重建 131/

世界上最伟大、最重要、而且意义最深的现象，并非“世界的征服者”，而是“世界的克服者”。也唯有世界的克服者，始终能表现其意志的自由。

16. 娟子的悲伤——爱的创伤 136/

人们之所以不幸福，是出于某些他们还没有意识到的原因，而这种不幸福便导致他们去思考自己生活于其中的世界里那些不堪令人愉快的方面。

17. 影子中的幻想——抑郁 143/

如果你内在的自我是软弱的，在外部要求与压力之下感到畏惧，那么，你就极有可能失去真正的自我……

18. 我想刺瞎双眼——焦虑 152/

有一件事是无可怀疑的，即焦虑是所有重要心理问题的核心，我们只要能猜中、破解这个难题，便可明了我们全部的心理生活。

第四章 欲望篇

19. 寻找渴望的爱——恋母情结 171/

假使小孩不受人们的陶冶，而保持其所有的一切弱点，并于孩提所有的一点理性之外，又加以三十岁成人所具有的热情，则他不免要勒其父亲的颈项，而和母亲同睡了。

20. 一个男人换妻后的痛苦心理 184/

仔细研究我们的一切欲望，我们会发现，几乎所有的欲望都包含着难以启齿的内容。

21. 艾滋病的恐惧 194/

当“文明的”性道德占压倒优势的时候，个人生命的健康发展与活动就可能受到损害，而这种牺牲个人、伤害个人以照

顾整个文明的倾向一旦超出了某一界限，必将翻转过来，有害于原来的目的。

22. 你能打我吗——受虐心理 203/

一切恋爱都是一种奴隶的现象。恋爱者就是他的爱人的仆役：他必须准备着应付种种的困难，遭遇种种的危险，完成种种难堪的任务，为的是要时候她而取得她的欢心。

23. 一个同性恋者的困惑 211/

世间没有纯粹的雄性或雌性的动物，一切动物多少都含有雌雄两性的成分。

第一章 家庭篇

1. 我愿如百合纯洁——童年经历的影响

在儿童时期，某些情境很容易孕育出严重的错误意义，大部分的挫败者都来自于这种情境下成长的儿童。

——阿德勒

每天，我都看着我面前的人们，和她们一起经历悲伤或是幸福的回忆；每天，我都期待我的朋友在我这里笑颜离开，等待下次来时，离幸福的门槛不远。我是在我小小温暖的房间感受人生的悲欢离合。

一束百合送到我这里的时候，助理 Anna 为我开怀而笑，而我却不知道这是谁的心意。

房间里已经整整一个星期都散发着百合淡淡的幽香，每次伸长鼻子感受它的清香时，也在内心感谢这个朋友，希望你在这里看到我的文章，也知道我在感谢你！

月月来的时候，惊呼百合被绿色柔纱围绕着的的美丽。她喜欢百合，她说：“它是纯洁的，而我不再纯洁……”

月月是美丽的，也是大方的，她第一次就对我说：“我就像妓女一样的下贱。”我惊叹她的直接和勇气，但是我知道所有的这样的女子都有她的心酸和泪水。

月月说她是一个外表看似柔情的女人、内心却是阴暗无比的魔鬼。

我说：“没有人愿意把自己比做魔鬼，也许你只是用把自己比做魔鬼来为自己心灵解脱。”

月月说：“我只想让所有男人得到惩罚。”

我说：“这样你就会开心？”

月月无言。

我说：“这样的惩罚也许是给自己的，我们内心并不快乐。”

月月说：“我一定要给你揭开我心灵深处的伤疤吗？”

我说：“如果你不愿意说，我理解你。”

月月突然很生气地说：“我就知道你如此虚伪，你根本就想知道。”

我说：“如果你不愿意告诉我，你可以保留。”

我说：“你先回答我几个问题，你为何来做心理咨询？”

月月说：“我不想这样过下去了，每天活在仇恨里，我不快乐，我不能，我会疯掉……”

我说：“好！如果你需要开始一种新的生活，无论你从事何种职业，无论你以前经历了什么，此时，你需要和我配合。我会给你时间来慢慢让我们一起走进你的内心。”

月月说：“那你不要生我的气，我不是故意对你这样的。”

我伸出手去温暖月月冰冷的小手。“不会的，也许我会是你最好的朋友，也许我是你最恨的人，但是请相信，我想让你快乐。我们需要握紧双手，我和你一起来努力。”

月月的眼泪一滴滴落下的时候说：“我可以叫你姐姐吗？”

我递给她含有薰衣草香味的纸巾，“如果你愿意……”

月月的心理治疗开始得并不顺利，她会无故地不理我，会沉默很久，也会发火。

我总是看着她说：“月月，我们在努力。”

月月说：“我无法控制自己的情绪暴躁，我甚至在和男人做爱的时候，会突然生气踢他下床。我也不会总是很幸运，我会被有些男人痛打。如果我可以逃离的时候，我会发疯一样在上海的街头狂奔。我不想再这样了……”

我听着月月的声音，这是我期待的，我只想听她自己说放弃让男人对自己的惩罚。

我说：“你想好了吗？”

月月会很激动地说：“那我还能做什么？”

“噢。我们可以做的很多很多……只要我们喜欢。”

月月以前是学画画的，画过美丽的卡通人物和优美的风景。

“你还可以画画？”

月月脸显得更是苍白，“不！不！不……”

月月情绪激动的时候，会突然冲出咨询室，我等她平静后回来。她还是会回来，我的心也会悄然落下。

月月已习惯和我说对不起，每次我除了微笑还会说：“只要你

还相信我!”

月月的心结在做完意向分析之后打开，我和她一起感受心灵里隐藏的伤痕，我直视月月的眼睛不让她逃避。

“这是我给你做的分析：你的童年经历过类似亲人般的男人对你性侵犯，你一直活在他的阴影下。你曾经有过一段被隔离的日子。你不相信任何人。但是你会好起来，因为百合在你心里开放，你依然渴望似百合的纯洁。我说得对吗？”

月月躺在沙发床上，睁大着双眼，从惊奇的表情陷入到痛苦的回忆。

月月说：“你给我一只烟。”我为她点燃，也点燃她尘封的心灵。月月不再坐立不安了，不再隐藏她深深的伤痛，月月说：“这辈子也没有人知道我真正走向堕落的原因。”

月月的自述

月月父母离异，父亲和母亲都成立自己的家庭，月月只有跟着姥姥一起生活。童年的月月比同龄人要早熟很多，过早的显示了她女性的柔美……

家里还有个一直未婚的舅舅，舅舅是画画的，而月月也迷上了画画。十岁的时候，一日黄昏，姥姥出门了，家里只有月月和舅舅。

舅舅在月月的身后，看她画画。手在她的发丝上游动，一直落在她白皙的脸颊。月月意识到舅舅的行为古怪想要逃离的时候，摔倒在地上。舅舅却逼近了她，挣扎、撕扯，月月犹如狂风中一朵百合落下……画笔和画板滚落一地……

从此，月月总是在舅舅的威逼甚至扭曲的爱意之下屈服，同时已不再画画。

长达三年的时光，月月蜷缩在无边际的黑暗中，渴望有人来救她。绝望的她，甚至想离开这个悲惨的世界。母亲再次离婚，接月月回上海，而月月早已不是从前只有纯真笑脸的月月了……

十八岁的时候，月月在上海已经生活五年，她努力让自己忘记伤痛，却早已明白自己不再纯洁。

月月不喜欢和母亲交流，甚至不和她说话，母亲每一次对她的亲近，她都会想起舅舅的模样。月月开始变得烦躁不安，她选择住校以逃离母亲。

月月开始过早地接触社会，她的美丽让很多男孩陶醉，可她只是逃避，但却更加引起男人对她的好奇。

雯雯，是月月的好友，这个女孩很平凡，但是却有一张把白说成黑的巧嘴，她总是接触很多的成年男人，而她也总有花不完的钱。

月月的心被一个男孩轰轰烈烈的爱打开，却在更加悲伤中再次关闭。当一切甜蜜激情后，男孩说她不是处女，因而痛苦地离开了。从此，月月不再相信男人，而是憎恨男人。

月月对好友雯雯的信任也在同一时间被摧垮，雯雯把经历爱情打击的月月灌醉，让垂涎她的男人最终得到了她。

她被这个喜欢她的男人囚禁在豪华奢侈的房间里整整三个月。最终她还是逃离了，找到雯雯的时候，给了她一记响亮的耳光。从此，月月也不再相信女人，却爱上了堕落的感觉。

她在迷醉中看到男人饥渴的嘴脸，却在痛苦中接受男人的身体。月月不让男人亲吻自己小巧柔软的嘴唇，她说那里与心距离太近……

月月也有摇摆不定的时候，她会任性地摔门离去，只因为也有男人善意的劝告她。当她推开男人欲望满足之后的怀抱，冲洗自己