

意象对话心理学系列

我是谁

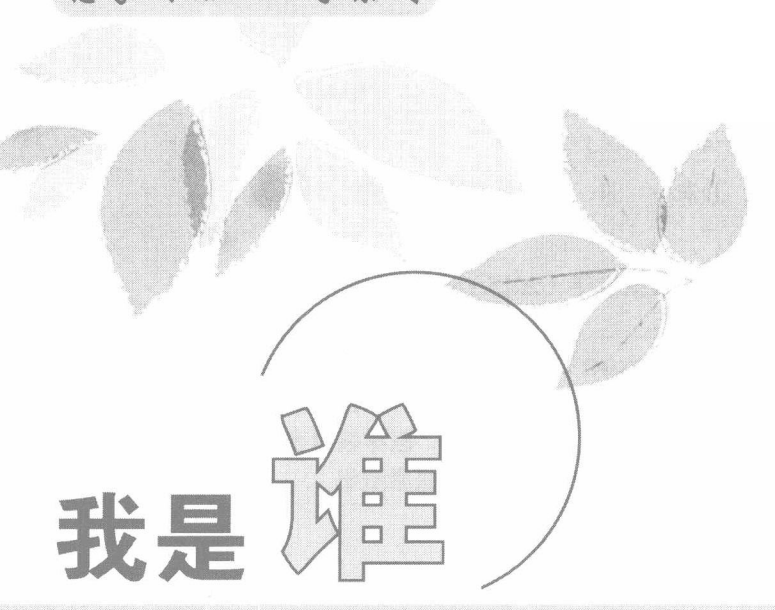
心理咨询与意象对话技术

朱建军 著



人民卫生出版社

意象对话心理学系列



我是谁

心理咨询与意象对话技术

朱建军 著

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我是谁: 心理咨询与意象对话技术 / 朱建军著 .

—北京: 人民卫生出版社, 2015

(意象对话心理学系列)

ISBN 978-7-117-21165-9

I. ①我… II. ①朱… III. ①精神疗法 - 研究

IV. ① R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 192049 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

意象对话心理学系列

我是谁: 心理咨询与意象对话技术

著 者: 朱建军

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph @ pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市博文印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710 × 1000 1/16 印张: 13

字 数: 248 千字

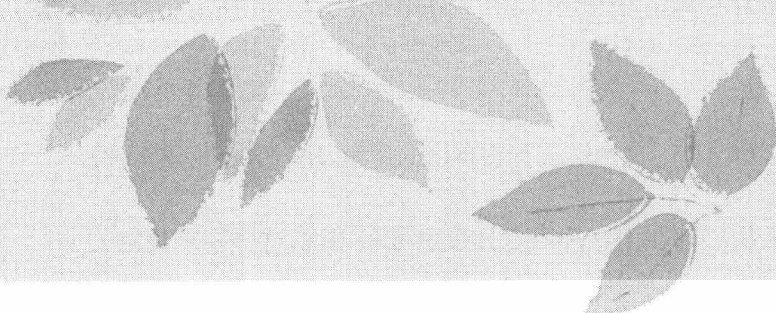
版 次: 2015 年 9 月第 1 版 2015 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-21165-9/R · 21166

定 价: 33.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ @ pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)



前言

童话中的故事不好理解——睡美人一睡就是一百年，怎么可能还活着，应该是死掉了并且烂光了才对。即使还活着，也应该变老了，而且是一百年没有刷过的牙，王子怎么可能吻得下去？

神话中的故事也一样不可理解——孙悟空的金箍棒8万多斤，也就是40吨，孙悟空走在未加固的普通山路上，地上应该踩得都是洞才对。

这些也还罢了，夸张一点而已。更不好理解的是那些梦，好歹童话、神话还有个基本合理的故事情节，而梦的情节都是莫名其妙的，梦中人物的行为也全然看不出有什么逻辑。

和梦一样莫名其妙的是精神病人的思想，他也许会振振有词地告诉你，他是一个传奇国王的儿子，正被一个邪恶的组织追杀，而且这些追杀者有非常神异的技术，可以控制人的脑电波，可以窃听人的思想，也可以把一些想法硬是放到别人的脑子里去折磨人……

我们听外国人讲话，有时也会觉得莫名其妙，他们叽里呱啦地说话，但是他们所说的话我一听就完全没有任何意义，而他们却说得津津有味，好像他们的话真的有什么意思似的。

且慢——有读者打断我说：“外国人所说的话，的确是有意义的。只不过他们所用的语言是你朱建军不懂的那种，所以你说他们的话没有意义，只是因为你无知。”

如果是这样，那我同意这位读者，外国人的话是有意义的。但如果是这样，精神病人的话实际也是有意义的，只不过他们所用的语言是我们大家都不懂的那种。所以，有时候我们看两个精神病人互相交谈，说得津津有味，我们会觉得他们非常好笑，那是因为我们无知。

如果是这样，梦也是有意义的，只不过梦使用的语言是我们都不懂的语言。梦中我们觉得荒诞无稽的那些情节，实际上也并不荒诞，而是梦者内心中表达的种种心情和思想。

如果是这样，神话和童话也并不奇怪，它们也是有意义的，只不过神话和童话所用的语言也是我们不懂的语言。如果我们用自己的语言去理解它们，会觉得它们夸张或者奇异，那也是因为我们无知。

童话、神话、梦，等等，其实所用的都是同一种语言，一种用心天然就可以懂



但是我们的大脑却不懂的语言。这种语言有它自己的逻辑,用意象作为语汇,说一个和心情有关的故事。

其实我们每一个人的心都在用这种语言日夜思考和述说,这些故事决定了我们的情绪、性格和命运。

心理咨询与治疗中,最重要的就是如何调节我们的情绪、我们的性格,如何改变我们的命运,用这种心的语言,我们就会了解我们的内心,就可以更好地实现这个目标。

意象对话心理学就是这种用心的语言与来访者对话的心理咨询、治疗和干预方法。我们引导来访者,在清醒的状态下,仿佛梦一样用意象去思考、去想象、去构建故事,编造他们自己的神话或者童话,并且把这个过程中的心理成长带到现实生活中来,从而使他们的心理更加健康。

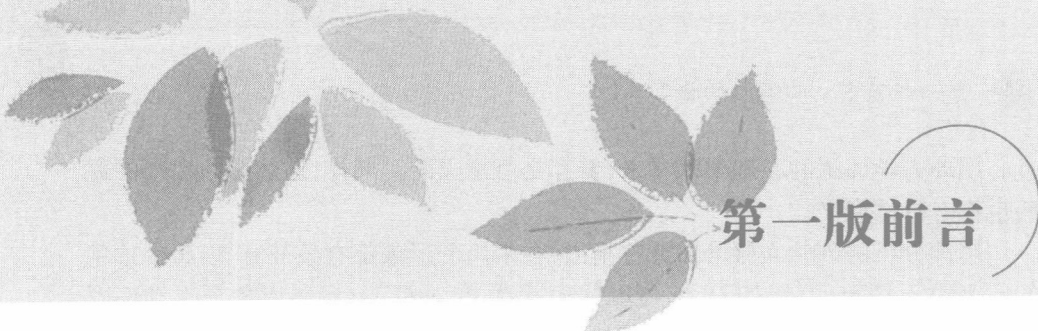
学习意象对话的心理咨询师,或者来接受意象对话心理咨询的来访者,都会感受到这种方法的奇妙。仿佛自己在经历一个自己独有的神话,创造一个世界,创造一个人生。跌宕起伏的故事中将会发生什么,来访者和咨询师都不知道,就仿佛在心理咨询师作向导的情况下,来到一个原始森林中探险,你所能知道的,就是那里有一笔宝藏在等着你。这是心灵的宝藏,得到了它,你的人生就会更加美好。

本书是介绍意象对话心理疗法的入门级图书,介绍了意象对话的基本理念和基本方法,以及它在对各种心理问题进行干预时应用的基本方式。书的写法还可以说是生动、通俗吧——不信你可以试着读读。本书第一版销售很好,发行了20几万册。很多对心理咨询有兴趣的人,因读了这本书而开始接触意象对话并接受意象对话心理疗法培训,用这个方法去进行心理咨询,大家都觉得效果非常好。因此,我们决定在基本保持原书内容不变的基础上,进一步调整、完善并重新出版本书。但要在此提醒大家,仅仅读了这本书而没有接受过正规培训,是不可以使用此方法进行心理咨询与治疗工作的。

感谢所有学习、应用和发展意象对话心理疗法的学员,以及接受意象对话的来访者。希望本书能继续或者更加为读者所喜爱。

朱建军

2015年4月



第一版前言

心有心的语言

“……继续想象，你走着走着，在前面看到一座房子，这是什么样的房子？”心理咨询师问。

“一座小平房，房顶上有一个烟囱。”来访者，一个 11 岁男孩子回答。

这个男孩在一个月前，突然出现行为异常，整天发呆，学习成绩下降。父母不知道为什么，因为在这一段时间中，他并没有遭遇什么心理上的刺激事件。问他，他说没有什么。于是父母只好去找心理医生，而心理医生问他，他也说没有什么。

后来他的父母找到我，我问他，他理所当然也还是说没有什么，而观察他后却发现，显然有一点点。他的眼睛不似同龄人那样活泼，像有什么心事似的。于是我决定采用心理咨询和治疗的新技术——意象对话技术，先让他想象一座房子。

“房子开着门吗？”我问。

“开着。”男孩子说。

“那么你进去，看看在房子里面有什么？”

“有一个壁炉。”男孩子说。

“还有呢？”

“还有，真奇怪，我看到一条蛇在半空扭动。”

“还有呢？”

“屋子里有一张写字台，上面有一个台灯，写字台和台灯都落满了尘土。在写字台下面的墙上有一个洞。”

“哦。”

“我进入这个洞，发现在半空有一把刀或者是一根蜡烛。”

“半空里为什么会有刀和蜡烛？”我问。

“我想，大概是有一个隐身人拿着刀或蜡烛吧。”

……

看起来仿佛不知所云，像是睁着眼睛在说梦话。但是在心理学家，特别是受



过心理动力学训练的心理学家看来,梦都是有意义的。同样,这些想象出来的意象也都有具体意义。

精神分析的创始人弗洛伊德曾指出,在梦里的形象都有象征意义,每个形象的意义是不固定的,比如刀,它可以代表武器、象征战斗,也可以象征男性性器官,因为它的形状和男性性器官相似,而且也可以插进体内。

在想象中也是一样,刀、蜡烛、蛇、烟囱等意象都有象征意义,而且我发现,虽然刀的象征意义可以是战斗也可以是男性性器官,但是在这里它很可能就是性器官。我的理由是,蜡烛、蛇、烟囱等意象都可以用来表示男性性器官。所有这些可以表示男性性器官的意象一起出现,还能有什么其他意义呢。

更何况蛇是在半空出现,刀和蜡烛也一样,半空正是男性性器官所在的高度。

男性性器官是用这些表示,女性性器官是用什么呢?弗洛伊德指出,一般来说,包、盒子、壁炉、洞等可以代表女性性器官。

壁炉在我们的男孩子的想象中已经出现了。洞是出现在写字台的两个腿之间。

“这个隐形人用刀想做什么?”我问。

“在洞里有一个盒子,他想用刀把盒子撬开。”男孩子说。

“盒子里面有什么?”我问。

“大概是毒品吧。”男孩子说。

我们清楚地看到了一个男孩子对性的理解,而且知道他对性的态度,他认为性仿佛是“毒品”。

“那不是毒品,只是一种食品。”我说。

“是吗?”

“但是年纪小的人吃了是有害的。”我强调说。

“是吗?”

.....

“我知道了,它不是毒品,但是年纪小不能吃。”男孩子继续想象说“我回到写字台前,写字台的抽屉中有一些资料,是关于那种食品的资料。”

“你可以看看这些资料。”我说。

.....

“我不看了,我看到在写字台上有一台电脑,我要使用电脑了……电脑中有许多知识……”男孩子开始做关于电脑的想象。

这就是用意象对话做心理咨询的过程,看起来像两个人一起说梦话,但是在这个例子中,一次这样的梦话聊天后,男孩子的“发呆”就大大减少,男孩子对学习也开始恢复了兴趣。



男孩子的母亲想知道我和孩子谈了什么,为什么这样有效。我没有和她讲,很多话我是要替来访者保密的。即使我把我们的谈话原原本本地告诉他母亲,恐怕她也不会理解,这样说一通“胡话”为什么就能治疗她孩子的心理问题。我倒是在他母亲那里得到了一个消息,在一个月前,男孩子听其他孩子说过,在以后的生理卫生课本上有生殖器的图片。所以我确信我的判断正确了,孩子的发杌是在想关于性的问题,而我的话已经解除了他对性的一些疑惑,我已经告诉了他:“这是食品,不是毒品(性不是邪恶的)”,“小孩子不可以吃”,“你可以看‘食品’的资料”。

小男孩可能知道这些话的象征意义,也可能不知道,也可能他只是把这次咨询中做的这些想象看作一个游戏,但是他内心中的一个地方知道我的意思,很清楚地知道。

意象对话技术是笔者发明的一种心理咨询和治疗的技术,它的基本特点就是在这个过程中,心理咨询师(心理医生)和来访者一起使用意象,靠这些意象的象征意义来相互交流。这个交流方式是比较奇特的,但是它有非常好的作用。它可以让心理咨询师(心理医生)直接进入来访者的潜意识区域或心理的深层,还可以直接作用于来访者的心理深层。我已经用这种技术做过很多心理咨询和治疗,效果很好。我也让其他心理咨询师和心理医生使用过这样的方法,他们也都感到这个方法有独特的优点。我在《中国心理卫生杂志》发表了一篇文章,简单介绍了这个方法。之后,有一些同行来信,对这个方法感兴趣并希望得到更多的资料。可是我当时没有更多的资料可以给他们,感到很遗憾。我在北京有一个小的研讨班,在这个班上有八九个人在和我学习意象对话技术。但是,我也没有一个教材性质的东西。因此,我决定要写这本书,介绍意象对话技术。

心理学家的研究方法各有不同,在我看来,如果一个心理学家,特别是一个心理咨询和治疗的研究者,如果只是“观察、记录、测量别人的行为”是不够的,必须要体验,体验心理的奥秘。假设,有一种外星人是没有性别的,他打算研究一些人类的“爱情”,他可以记录你恋爱时的心跳变化、毛细血管的变化、你见到她的时候的言语数量的变化,但是他永远也不真的知道什么是爱情。我们幸而是人,所以我们可以有另一种了解爱情的方式,那就是爱一次。还有,就是设身处地地体会一个恋爱者的心,就是“共情”。我崇尚这样的研究,所以,我心理咨询的研究完全不同于建筑工人按部就班地建造楼房,却更像一个探险家到一个陌生的国度去探险——到心灵的国度去的探险。谁也不知道你将发现什么,你所能做的,就是勇敢地探索,保持机敏和头脑的清醒,睁大你的眼睛……然后你就渐渐找到了一条道路,你就发现了心理的一些奥秘。这是一个很有趣的旅程。然后,你就可以回来,回到大家中间,把你看到的告诉大家。意象对话技术就是我回来后,告诉大家我所发现的一条道路。我的这本书,在性质上,应该是一本



学术著作,但是在我心目中,更像是一本游记,是我和我的一些心理学同行在“心灵”这个最神秘的国度探险过程中的游记。

我希望心理咨询和治疗的同行们可以试用一下这个技术,试走一次这条道路,然后可以指出我走对、走错的地方,发现我没有发现的东西。当然,这本书不是仅仅给心理学专业人士看的,我也希望对人、对人的精神世界有兴趣的人能从我的书中有所收获。

心灵的领域浩瀚无比,远不是大海和星空可以比拟。了解人的心灵,是比登上月球更为困难的任务。虽然困难,我们还是必须不断地探索自己的心灵。因为几个世纪的人类发展告诉我们,仅有科学带来的物质上的成就不足以给人类带来幸福。如果人们的心灵没有进步,人类还是那么贪婪、还是充满仇恨、还是那么不明智,那么物质上的成就反而会加剧人类的危机——贪婪地索取破坏了自然界,武力竞赛是悬在世界头顶上的利剑……只有更了解心灵,我们才能知道什么是人真正需要的,才能知道如何减少贪婪、仇恨和不明智的行为。更重要的是,了解自己的心灵是最幸福的事情。我深爱探索心灵,从中获益匪浅。记得《萤窗异草》中有一个傻书生,连男女之事都不懂。后来经人指点,才知道了鱼水之欢是怎么一回事。一经尝试,觉得真的太好了。于是就和别人大谈云雨之乐,全然不顾及是不是应该对别人说,会不会被人笑话。我很理解他,因为太快乐、太新奇了,忍不住要与别人分享。在意象对话技术中,我看到的都很新奇,其中之乐,有甚于云雨者。或许我也是一个痴人,忍不住要写下这些。望读者不要笑我。

2001 年

第一部分 意象对话技术的理论

第一章 意象与象征性·····	5
第一节 梦、文学形象、童话、精神病患者的幻觉等各种意象的象征性 ·····	6
第二节 艺术家和精神病患者的相似性·····	10
第三节 象征是“心的语言” ·····	12
第四节 为什么不能说艺术家是疯子·····	13
附 心的容貌·····	15
第二章 生命之流——心理能量·····	18
第一节 心理能量及其产生·····	18
第二节 生命力的释放·····	20
第三节 化身为意象的压抑和沉溺·····	22
附 悄悄去看小精灵·····	23
第三章 心有挂碍——谈心理障碍·····	27
第一节 心有千千结——情结·····	27
第二节 本能是人共有的情结·····	28
第三节 情结和本能化身为意象·····	29
第四节 理解和解开情结·····	30
第五节 能量流的转向和转化·····	31
附 洋娃娃的故事·····	33
第四章 意象可以调心·····	36
第一节 从意象入手·····	36
第二节 “下对下”的心理咨询和治疗 ·····	38
第三节 人类认知的基本模式·····	39

第四节 心理障碍的形成·····	42
第五节 心理障碍的维持·····	45
第六节 执着·····	47
第七节 改变意象·····	48
附 魔鬼是化了妆的天使·····	49

第二部分 意象对话技术

第五章 意象对话过程概述·····	55
第一节 引入的过程·····	55
第二节 来访者做想象·····	56
第三节 心理咨询师分析意象·····	58
第四节 咨询师或心理医生的诱导·····	59
第五节 强化练习·····	61
第六节 辅助技术:区分想象和现实·····	62
第七节 意象对话为什么会有效·····	63
附 永远也擦不干净的地板·····	67
第六章 认识意象·····	70
第一节 意象:有生命的象形字·····	70
第二节 原型:心中的“神灵”·····	72
第三节 原型的结合·····	77
第四节 常见意象的象征意义·····	83
第五节 性的象征·····	94
第六节 分辨意象·····	96
附 我认识的“女鬼”·····	97
第七章 实战中的意象对话——做心理咨询和治疗·····	99
第一节 起始的意象·····	99
第二节 意象的积极转变·····	101
第三节 心心相通——意象对话中的共情·····	106
第四节 在意象中直观移情和反移情·····	110
第五节 在意象中直观阻抗·····	111

第六节 意象对话不做分析·····	113
第七节 意象对话中的“语言”技巧 ·····	114
第八节 心理学家的态度·····	115
第九节 人格意象分解·····	117
附 她险些变成美人鱼·····	119
第八章 各种心理问题的意象对话治疗·····	122
第一节 意象对话技术治疗神经症·····	122
第二节 意象对话技术治疗心身疾病·····	130
第三节 意象对话技术治疗儿童心理障碍·····	132
第四节 意象对话技术治疗性心理障碍·····	132
第五节 婚姻心理咨询·····	134
附 “圣女”和“魔鬼”:永远不会分开 ·····	135
第九章 意象对话的特点以及与其他心理治疗的异同·····	138
第一节 意象对话的特点·····	138
第二节 意象对话和其他心理疗法·····	140
第三节 意象对话技术的危险·····	143
附 一边美丽,一边等待 ·····	145
第十章 意象对话的心得·····	149
第一节 学习意象对话·····	149
第二节 凤凰的诞生·····	150
第三节 卜德班希米拖的成功和失败——谈共情·····	153
第四节 河水和渠道·····	154
第五节 咬住和挺住·····	156
第六节 从抱怨丈夫的妻子说起·····	156
第七节 和心说话·····	157
第八节 心理防御机制·····	159
第九节 控制感·····	159
第十节 对立统一·····	160
第十一节 情绪基调与意象原型·····	162
第十二节 心理现实·····	162
第十三节 “密宗”的心理学 ·····	163



附 观想本尊法.....	164
第十一章 生活中的意象对话.....	166
第一节 自我完善——心房和守护者.....	166
第二节 解脱痛苦——用水和阳光.....	169
第三节 人际交往——互访和分享.....	171
附 你怎么对付“老烦”	175
第十二章 故事中的意象对话.....	177
第一节 善良者的悲剧：枣花和刘惠芳	177
第二节 孙悟空到天宫去闹什么.....	179
第三节 图兰朵的谜.....	180
第四节 谁把白素贞压在塔下.....	182
附 作为佛教方便法门的意象对话.....	184
参考文献.....	190
后记.....	191



第一部分

意象对话技术的理论

记得小时候读的一些外国小说,在前面都有一个“人物介绍”,介绍在书中将要出现的人物。安娜·卡列宁娜——主人公,卡列宁的妻子;渥伦斯基——安娜的情人等。虽然显得有些画蛇添足,但是倒也清楚。因为意象对话技术是一个新的心理咨询技术,所以我也必要在探讨理论之前,首先介绍一下它——我们本书的主人公——介绍一下它的来源。

我在一开始学习心理学时,对精神分析理论非常感兴趣,特别是在研究释梦的技术时,最觉得兴味盎然。先是在研究生宿舍中,天天早晨起来和舍友互相分析梦;后来就分析其他人的梦。后是痴迷于精神分析以及新精神分析的各位大师的著作。荣格、弗洛姆、阿德勒、霍尔奈等人都是我景仰的人物。因为言必称弗洛伊德,被同学取绰号“朱洛伊德”。后来想起来,这种对待弗洛伊德的态度,像是把弗洛伊德当作了精神上的父亲。而这对我很有益处,潜移默化中,内化了弗洛伊德的一些东西。当然,除了精神分析,其他心理学流派的东西也很吸引我,比如人本主义心理学的诸位大师的作品,还有一本书是法国人类学家的《原始思维》,对我的影响也很大。毕业后,做心理学教学和心理咨询,经常使用释梦的方法,使用上就比较熟练了。

不过在梦的理论观点上,我越来越远离弗洛伊德的思想。弗洛伊德的基本思想是:梦是为了满足愿望,而这些愿望是平时被压抑的愿望,主要是性的欲望。他认为之所以梦的表面意义和实际意义不同,归根结底是一种“伪装”,比如要把性的欲望伪装成和性没有关系的内容。而我做的释梦越多,越感到这样解释不完全正确。我更认同荣格的观点,认为梦不是在伪装,而是在揭示。荣格认为,在潜意识中的心灵仿佛一个“活在我们心中的原始人”,他有自己独特的认知和表达方式。他不是要伪装,而是用梦来启发我们。我渐渐坚定了一个观点,梦、艺术家的形象思维、精神病人的思维、催眠状态下的一些心理活动等都是人格中的另一种认知方式的表现,这是一种象征性的原始思维。

新思想的发展过程如同一棵树的成长,先是有个种子,然后,树根伸向四面八方,在每个地方都吸收到养分,于是这个思想就越来越壮大。思想有自己的生命,自己吸引那些会加强它的东西,把它们融会到自己的体系之中。而我们的



头脑仿佛一块土地,只是这个思想生长的地方。

“梦和其他一些心理是人格中的另一种认知方式”,在这个思想的成长过程中,它的“树根”就吸收了很多人的思想,比如有美国心理学家阿瑞提的《创造的秘密》一书的影响,还有东方思想的影响。我生长在东方,对道家 and 佛家的观点极为推崇,在年纪渐长后,也渐渐发现表面上一本正经的儒家也一样非常伟大。这些东方的东西当然也给了我丰富的精神营养。

这个思想逐渐长大后,我受这个思想驱使,就想要做一些具体的研究。有一个研究可以说和意象对话技术的出现关系最大。当时我想到其他流派的心理学家批评精神分析的研究客观性不够,比如释梦,你说梦中经常会用枪、刀等尖锐的武器象征男性性器,用包象征女性性器,但是有什么根据?仅仅是自圆其说,这是不够的。就算梦者认可你的解释,也不足以保证你释梦正确。更何况有时梦者会有阻抗,就算你说对了也不承认。我假设在催眠状态下的想象和梦这两者都是同一个认知方式的表现,也就是弗洛伊德称为“原发过程”的表现,于是我做了一个研究。我把一些人催眠,然后给他们一些词,让他们把这些词保持在脑中,然后我暗示说,他们会“看到一些形象”。我假设这些形象应该正是梦中用来象征这些词的形象。然后我让另外的处于催眠状态中的人把这些意象转换为词汇,这也就仿佛是释梦。梦仿佛是一种潜意识中的语言,而释梦就是把它翻译为我们的日常语言。我们怎么可以证明这个翻译是正确的呢?就是我们把它回译为梦所用的“语言”。如果这个假设是正确的,在催眠中由一个词产生一个形象,另一个人转换这个形象为一个词之后,意义应该和原来的词相似。我的第一次研究样本很小,但是结果是肯定性的。这让我知道“催眠状态下想象出来的意象和梦是同质的,我可以用同样的方法看待它们。”

催眠很费时间,于是我尝试着只做浅催眠甚至不催眠,只是让来访者自由放松地想象,看想象出来的意象是不是和催眠、梦中的意象是同质的,结果恰如我的预想一样。

于是,我觉得我不必要释梦了。释梦有很多局限,首先是来访者要记得梦,我才可以为他解释,而现在这完全不必要,我只要让来访者想象出一个意象,我就可以做解释了,对这个意象的解释和释梦一样,可以揭示出他的内心活动。

而且,我还可以参与进对方的这个“清醒的梦”之中,修改他的这个梦。梦中的行为是他心理态度的象征,改变了这个行为也就可以改变他的心理,这样,我们就可以做一种治疗了。

于是我尝试着做治疗,因为这个治疗的过程中,来访者描述的是他的意象,我不会像释梦一样分析他的意象,我只是说另外一个意象,让他去想象。我们的对话都是围绕着意象进行的,仿佛我们在用意象做对话。因此,我称这个方法为意象对话技术。



1990年开始使用这个技术,先是偶尔使用,后来多一些。一试之下,我发现这个方法真的很奇妙。说话的时候,人们有千百种方法欺骗和掩饰,要知道他们内心真的感受太不容易了,而用意象对话技术时,他们的内心感受简直是摆在你面前让你看。而且,在我解释一个梦的时候,对方也许会不承认,特别是当他们的欲望是不道德的时候。而在做意象对话时,我不解释,只是直接指导他想象,对方不会感到任何尴尬,所以效果很好,比一般的治疗速度大大加快。来访者有时感觉像是一个游戏,也特别容易有兴趣。

1995年以后,我把这个技术用在自己身上,做了很多实验,也向其他心理咨询者和心理医生介绍了这个技术。这个技术还是一个新的技术,仿佛一个孩子,年纪不大。但是我作为他的父亲,很得意地发现他很受大家的欢迎和喜爱。我相信,假如我把他介绍给大家,让大家一起抚育他,他一定可以成长为一个很优秀的人。

