

张爱玲、胡因梦、川端康成…… 29位名人的原生家庭之痛

为何家也会伤人

各种家庭问题
以及家庭关系指导书

*How to deal with
the injury caused by family*

唐以琳 著



**每个家庭都有一个心理坑洞
别用原生家庭的伤惩罚你的人生**

告别原生家庭带来的自卑感
远离那些曾让你受伤的特质
你依然拥有重建幸福的能力



台海出版社

为何家也会伤人

各种家庭问题以及家庭关系指导书

唐以琳 著

台海出版社

图书在版编目(CIP)数据

为何家也会伤人 / 唐以琳著. -- 北京: 台海出版社, 2018.2

ISBN 978-7-5168-1739-1

I. ①为… II. ①唐… III. ①家庭关系—社会心理学—通俗读物 IV. ①C913.11-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第329795号

为何家也会伤人

著 者: 唐以琳

责任编辑: 阴 鹏 曹任云

装帧设计: MM末末美书

版式设计: 张丽娜

责任印制: 蔡 旭

出版发行: 台海出版社

地 址: 北京市东城区景山东街20号 邮政编码: 100009

电 话: 010-64041652 (发行, 邮购)

传 真: 010-84045799 (总编室)

网 址: www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E - mail: thcbs@126.com

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 保定市西城胶印有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 150 × 210 1/32

字 数: 173千字

印 张: 7

版 次: 2018年4月第1版

印 次: 2018年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5168-1739-1

定 价: 32.00元

版权所有 翻印必究



序 言

“我发现我妈妈总喜欢皱眉头，所以眉间有着特别深的皱纹。我经常告诉她别皱眉头了，可有天我发现自己的眉间也皱起了浅痕，原来我也常常不经意间皱着眉头。”

“我越发地觉得，爷爷对待爸爸的模式，在很多方面复制在了爸爸对待我的模式上。更可怕的是，我发现不知不觉中我也以同样的模式对待我的儿子。”

.....

年轻时，我们总认为每个人都是自由的，我们只属于自己，可以完全按照自己的意愿去成长。然而年龄越大，经验越多，我们会无奈地发现，我们并不能完全脱离一切去做自己，因为在无形中还有一种力量总是深深地牵引着我们，它融于我们的骨血，深入我们的骨髓，这就是原生家庭带给我们的影响。

原生家庭，是美国著名“家庭治疗大师”萨提亚提出的一个对现代社会家庭的新概念，即指我们从小生长的，有父母也可能有

兄弟姐妹的那个家庭。它区别于孩子长大后自己建立的家庭。一个人和他的原生家庭有着千丝万缕的联系，而这种联系有可能影响他的一生。现在，已经有越来越多的朋友开始关注这个看似新生，却已经伴随我们已久的事实，我们渐渐意识到我们每个人的家庭环境和成长脉络，对我们当下的生活有着巨大的影响。

很多时候，我们不得不承认，我们难以完全摆脱原生家庭的影响。根据发展心理学的解释，过去的经历对个体当下的影响甚至可以追溯到婴儿期，虽然一般成年人不存在对自己婴儿期的记忆，但个体在长大后的情感模式，仍会无意识地深受那段时期的影响。

我们发现自己很少有机会停下来去探索：为什么A是我想要的，而B是我讨厌的；为什么我总在C问题上摔倒。但如果我们真的停下来去好好思考，会惊讶地发现，很多东西的源头其实是紧紧地系在了原生家庭上的。所以，当我们回溯原生家庭，探索自我，反推己身，就可以在漆黑的潜意识中，找到光明的出口。

在本书涉及的这些大家耳熟能详的人物身上，我们可以感受到童年基因的巨大力量，但本书写作的目的绝不仅于此。我们终归是要回到自己身上，去审视这些罪与罚、爱与痛，并且为自己的子女与后代，多一些考量。

正视，才是跨越的第一步。或者最次，我们也应该要与它们和平共处。原生家庭的一切永远不可能成为你不肯成长、不肯改变的借口，你的幸福、快乐只掌握在你自己手中！

第一章 痛苦的童年为神经症埋下祸根

1. 无法躲避的死神——关于海明威魔咒 / 002
2. 未落下的皮鞭——卡夫卡的黑暗牢笼与自虐 / 008
3. 天才和魔鬼只在一线之隔——希特勒绑架世界 / 017
4. 多少伤害以“爱”之名——贝多芬酗酒的父亲 / 022
5. 受到惊吓的孩子——“白房子”里的顾城 / 027
6. 岁月和死亡紧密相连——三岛由纪夫的病态美学 / 035
7. 浪漫的精神分裂症患者——设计师亚历山大·麦昆 / 040

第二章 密不透风的爱等于过度阻碍

1. 富养而长不大的孩子——陆小曼输在哪里 / 048
2. 跌进母爱那张温暖的网里——孝子胡适 / 055
3. 全知全能型父亲——亨利·福特的专断王国 / 063
4. 黑暗又高大的父亲——莫扎特梦魇 / 072
5. 严苛的爱，也是劫难——“懂事”的张幼仪 / 078

第三章 童年孤独是人性扭曲的罪魁祸首

1. 孤独铸造的悲剧——癡狂尼采 / 086
2. 童年被抛弃的孩子——孤独症患者牛顿 / 094
3. 写在骨子里的虚无——人间孤儿川端康成 / 100
4. 孤独岛上的雕塑家——亲密关系逃离者米开朗基罗 / 106
5. 爱不得的父亲，触不到的母亲——光绪悲歌 / 113
6. 被“阉割”的人生——溥仪的梦魇 / 119

第四章 为何爱的模式也能复制、轮回

1. 生命华袍里的虱子——张爱玲的苍凉底色 / 128
2. 女神何苦为难自己——赫本的强迫性重复 / 137
3. 披着锁链飞翔——浪子古龙 / 143
4. 被“特别挑选”的人——怪人乔布斯 / 150
5. 迷失在性之中——被缚的“老虎”伍兹 / 160
6. 每个家庭都有一个心理坑洞——胡因梦的顿悟 / 167

第五章 别让“病态家庭”毁了你的一生

1. 缺爱的孩子经不起别人示爱——阮玲玉的心灵创伤 / 174
2. 骨子里的叛逆——漂泊者萧红 / 181
3. 摘不掉的面具——忧郁公子纳兰性德 / 187
4. 爱只是一种传说——血腥玛丽 / 192
5. 一切都源自童年——情人杜拉斯 / 199

后 记 / 208



第一章

痛苦的童年为神经症埋下祸根

1. 无法躲避的死神——关于海明威魔咒

在自己62岁生日的前几天，他把枪口含在嘴里扣动了扳机。他的父亲以同样的方式结束生命；妹妹服药自杀；唯一的兄弟举枪自杀；孙女才十几岁，爱吵爱闹，活泼可爱，竟也难逃自杀的厄运。生命对他的家族来讲好似被施了魔咒，仿佛被撒旦盯上了梢，一个又一个坠入深渊。

这个人，就是海明威。

亨利·大卫·梭罗曾说：“如果我们在绝望的生活中沉默不语，那么大多数的人类永远无法知道，到底他们的问题从何而来。”

海明威生命中不能承受之痛，归根溯源，来自他的原生家庭。

1899年7月21日，海明威在美国芝加哥郊外的一座橡胶园出生。他的父亲是一名清教徒，也是一位受人尊重、有教养的医生。对大自然疯狂的崇拜使他热衷于钓鱼、打猎以及各类冒险活动。母亲葛蕾丝·霍尔对于他的丈夫来说，好像生活在另外一个的世界——她似乎为艺术而生，热爱音乐、美术，唱歌绘画是她生活的常态。

两个人关系纠结，矛盾重重，交集只有儿子。他们按各自的想法去塑造海明威，于是父亲教给他各种技艺，传授他大自然的知识。海明威三岁时就跟着父亲去探险，他血脉里流淌着父亲的冒险不羁，有勇敢、顽强的一面，也练就了一副强壮的体魄，对大自然的无限崇尚也来自儿时父亲的影响。

母亲在海明威很小的时候，就送给他一把大提琴。对于音乐、美术

的感受力，对于文学的最初热爱，良好的艺术修养，这些都是母亲带给海明威的。美国著名的学者卡罗斯·贝克认为，海明威“具有强烈的创造欲望和能力，这无疑是从他母亲那里继承来的，也是从小受他母亲严格训练和培养的结果”。

少年时代的海明威就显现出卓尔不群的才华：他是校刊主编、写故事的高手、校乐队的大提琴手，又文武兼顾，是优秀的拳击手、足球队队长；长大后同样优秀得引人注目，在战场上是一条硬汉，在文坛上也是不可逾越的一面旗帜。如此看来，一切尽显美好：优秀的父母，完美的孩子，海明威的成长经历自带光环，毫无瑕疵。但在光鲜外表下，却是粉饰过的坟墓，腐朽发霉，海明威的内心一直痛苦不安，甚至时常感到恐惧。

这种恐惧来自分裂的家庭教育。一个家庭中，父母的教育态度不仅要端正而且要一致。父母二人态度一致，方法统一，才能取长补短、相互配合，对子女产生积极的影响；而海明威的父母却始终处于交战状态，这使幼小的海明威内心深处产生了分裂。他们的婚姻生活更像是一场博弈，儿子海明威就是那无烟的战场。他们的价值观和世界观根本是冲突的，一个随性，一个功利；一个爱科学，一个爱艺术；一个喜欢大自然的幽静，一个喜欢大城市的繁华。做医生的父亲要把儿子培养成一名医生，带着儿子去印第安人营地出诊；母亲则终日做着文艺的美梦，想让海明威成为大提琴演奏家，甚至为了学习音乐中断学业。

其实不同并不可怕，可怕的是相互抨击，互相诋毁。父亲觉得艺术是无用的，浪费时间，母亲觉得那些野蛮的活动实在愚蠢透顶。海明威感受到父母对于对方深深的不认可甚至厌恶，而他无所适从，开始厌恶自己；无论他怎么做，都不会得到双方的满意，都会招致一方恶毒的批判。

家庭关系的疏离冷漠，是导致一个孩子不幸的根源，家是安全感的建立之本，没有这种安全感，人会时刻陷于压抑恐惧中，渐渐会生发出愤怒的对立情绪，有极强的攻击性，觉得整个世界都在抛弃自己。

从海明威的作品里，也可以看出这种压抑。《两代父子》是海明威具有自传色彩的成名作，幼小的尼克遭到父亲惨无人寰的鞭打，竟然仅仅因为不愿穿父亲的一件破了的衬衫。尼克的反应是，用猎枪瞄准父亲，准备送他去地狱。这正是海明威平日的压抑心理在作品中的爆发。

同样，在海明威的《永别了，武器》《丧钟为谁而鸣》《太阳照常升起》《老人与海》等作品中，都有一个相似之处，就是男主人公妻子的遭遇要么是短命，要么是不幸惨烈的结局。这些情节背后都潜藏着海明威潜意识里对女性的恐惧和憎恶。

海明威的父亲和母亲在家庭角色方面是颠倒错位和畸形的。父亲在外面事务繁多，看起来硬汉一枚，但在家里却没有应得的尊重，在妻子面前软弱退让。海明威的母亲极度强势，完全没有为家庭和丈夫做出牺牲的想法，以自我为中心，骄纵自私、固执任性：为了自己的艺术梦，她坚持修建自己的音乐厅，不考虑家庭的实际经济状况；她常年把身体不适作为借口，躲在乡间别墅，六个孩子一个都不管，都甩给海明威的父亲，而不顾父亲同样要忙着行医；她甚至一把火烧掉了丈夫多年收集的动物、植物标本和珍视的印第安人弓箭。海明威的父亲常年在家中受到妻子情绪的虐待和摧残，还有每日例行的言语侮辱：不是骂丈夫出身贫寒、长得丑陋，就是骂他是不懂艺术的乡巴佬，就这样把丈夫的尊严踩在脚下再碾得粉碎。

海明威的父亲终于不堪忍受这一切，在中年饮弹自杀。海明威从此活在对母亲深深的憎恨和为父亲的自杀感到羞耻的黑暗情绪中。母亲，在他那里的称呼是“那个贱货”。他无论如何也迈不过自己心里的这一

关，以至于这个问题始终折磨着他：如果父亲勇敢一点，理直气壮，像一个真正的男人一样对待自己的妻子，或者离开她寻找真正的幸福，他的生活会是怎样？

当人被羞辱时，会产生一种自我怀疑，这种自我怀疑的加深带着尖锐的痛感划破灵魂，最终会撕裂一个人，使他面目全非；他再也不会相信自己，也不相信任何存在的事物。

强势的母亲变本加厉地对待儿子，不尊重他的喜好，强加意愿让其服从，海明威的一点不顺从就会使她暴跳如雷。母亲，是海明威心头的那团黑色的风暴，刮走了他内心的平静和安宁。海明威在自杀前写过一篇文章，其中说：“假如你还是写不好，那就自杀。”为何在我们看来如此优秀的人，会对自己这般厌恶和绝望，罪魁祸首是他那种来自灵魂深处的愧疚感。像海明威这样的人，不会认为“我做错了”，而是认为“我是个有问题的人”；不会认为“我犯了一个错误”，而是认为“我本身就是一个错误”；不会认为“我的行为不太好”，而是认为“我不好”。到最后只有一个方法可以结束痛苦，就是毁灭这个“我”。

海明威对父亲的感情是极其复杂的。其中一部分是出自一种共鸣，理解他的喜好，他的追求，因为他和自己一致；另一部分是恐惧，恐惧自己与父亲的相似。他害怕有一天，自己会变成父亲那样的男人，或遇到母亲那样的女人。这样的惧怕，使得他的妻子一旦有什么抵触他的行为，哪怕只是一件小事，他也会暴跳如雷，与她离婚。

专横冷漠的母亲无时无刻不影响着海明威。他没法走出一个怪圈：一直被和母亲相似的女性吸引。这样的女性，比他年龄大很多，强壮魁梧、聪明，有些男子气概，如出一辙的强势与自我中心。他的第一个情人阿格尼丝的身材几乎和他母亲一模一样，连头发的颜色也是相同的栗色。

海明威身边的女人们，都是其母亲的替代者。他在她们身上寻找缺失的母爱，一边索求，一边却又拒绝，因为母亲的伤害让他无法真心相信任何一个女人；因为担心受到伤害，所以只能自己保护自己，以致无法毫无顾忌地去爱。海明威总是同时拥有两个女人，明处一个，暗处一个，每次婚姻的失败都和另一段婚外情有关。

海明威的自我否定还来自性别的困惑。在海明威小时候，葛蕾丝喜欢把他打扮成女孩子的模样，和他的姐姐玛丝琳穿得一模一样，制造出他们是双胞胎的假象。婴儿时期的海明威穿过粉红色的连衣裙，带着有装饰花边的帽子。母亲带给他的性别不确定感从此便一直跟着他，他曾不止一次和朋友说，如果他失去了性能力，就自杀。

孩子对其性别属性的意识，始于对男女着装和举止方面差异的认识。葛蕾丝本人具有男性化的性格特征，却喜欢把儿子打扮成女孩，以致造成了海明威的性别困惑，让海明威在心理上对女性短发有着恋物癖一般的爱好。他喜欢短发女人是众所周知的，他的几个女人为了取悦他，都曾把自己的长发剪短，把自己打扮成男人的模样；他的第三个妻子马莎为了吸引海明威的注意，甚至按照《丧钟为谁而鸣》里马丽亚的发式剪了一样的。他在小说中不只一次特意描写女人的头发，女人们梳理长发，再将其剪短，这个过程能让他充满激情。

海明威在颠倒角色性别方面的心理也在小说中有所体现，如《伊甸园》里，剪短发的凯瑟琳与丈夫做爱时，对他说：“你在变，你在变。你在变成我的女友凯瑟琳。你愿意变成我的女友，让我占有你吗？”在《海流中的岛屿》《永别了，武器》中也都有类似的场景描述。人们就此得出结论，海明威可能具有同性恋倾向，而这种心理，也是造成海明威不幸结局的又一个原因。

母亲对海明威的负面影响，是他能意识到并试图摆脱的，但无论

是迷醉于红灯区，还是去欧洲当志愿兵，或是写出令父母感到羞耻的小说，都没有让他摆脱母亲的阴影。这种痛苦使海明威焦虑沉闷，他害怕阳痿，整个生活异常压抑，慢慢渗透的抑郁感甚至让他想了结生命。这种与精神相关的病症，随着岁月的流逝愈加严重，直接影响到他的人际关系、文学创作甚至他的生死。

生命中最后几年的海明威，精神状况更加恶化，被认为患有躁郁症，他还经常以玩笑的形式和朋友们表演自杀的场面。极深的不安全感，让他不断有新的妄想，比如自己被监视，比如有人要来杀他。躁郁症的电疗法，击垮了海明威最后的理智和完整的记忆，他最终想结束这样疯癫破碎的生命，结束这一切。

熟悉海明威作品的人都知道，他所有作品中都有一个硬汉形象，一个浴血奋战的勇士，其实那就是海明威心目中的自己。在虚构的世界中，描写暴力一定程度上缓解了海明威内心世界的痛苦与焦虑，但也隐藏着硬汉背后的另一个海明威；那个人，脆弱到要不断决斗直到伤痕累累才能使自己勉强相信自己是个勇敢的人。

那种无以言说的羞愧和痛，就是原生家庭带来的魔咒。

2. 未落下的皮鞭——卡夫卡的黑暗牢笼与自虐

卡夫卡曾悲痛地认定，正是童年时代的创伤毁了他的一生。

他那美艳的伤口带着原生家庭的标记，在黑暗中生长蔓延，种子是父母亲自种下的，土地正是自己的家庭。那伤口最终开出美丽而惨痛的花，吸取他的快乐和自由，将他囚禁，最终使他粉碎。

卡夫卡小时候，他的父亲赫尔曼由于整日忙碌在商店里，只有晚上才回家，也只有这个时候卡夫卡才能与父亲见面。父亲是卡夫卡不能忽视的，又是完全陌生的存在；他毫无温柔可言，在卡夫卡幼时的记忆里只有严肃和权威感。

父亲从小生活的环境就是嘈杂的，再加上几年部队生活练就了大嗓门，所以只要他一回家，家里就不得安静。在卡夫卡还是小婴儿的时候，就常常被父亲弄出的这些噪音吓醒。父亲毫不关心沉睡的婴儿，他的世界只有自己，被吓醒的婴儿惧怕这种强势的声音，慢慢地在他幼小的世界里留下了恐怖的阴影：卡夫卡终其一生都在对噪音的惧怕中度过，这种心理问题始终折磨着他。

赫尔曼把军人的一套用在儿子身上，他要求绝对的服从。卡夫卡一天天长大，赫尔曼对其的控制欲也愈加强烈。他要求儿子完全按照自己的意愿去生活。他希望卡夫卡有军人的姿态，时常让他走军步、行军礼、唱军歌、痛饮啤酒等，还教他粗鲁的说话方式。但他完全意识不到，那种常由大笑伴随的大声命令，在卡夫卡幼小的心灵中引起

了多少恐惧。

自私的父亲把儿子完全看成自己的附属品，因为是自己生的，所以可以随意摆弄。他口口声声说爱，但那种爱却带着刑罚。因为我爱你，因为你是我儿子，所以你必须按照我的要求，履行你的职责，听从我。不顺是最大的罪孽，不顺从将面临着失去父爱的惩罚。

卡夫卡在父亲面前是极其自卑的，这种自卑深入骨髓，让他自惭形秽，抬不起头来。卡夫卡的祖父雅各布·卡夫卡是一名屠夫，身强体壮，力大无比，据说能用牙齿衔起一袋土豆；父亲赫尔曼从小就能吃苦，7岁能帮助家里干各种很多小孩子不能做的粗活，14岁离家奋斗，19岁当兵，三年后升为中士。父亲想把卡夫卡培养成他一样的壮汉，可卡夫卡却没有继承他们的健硕，一直是文弱书生的样子。这是父亲对卡夫卡不满意的源头，他从一个人最本质的特性上否定卡夫卡。父亲一直打击卡夫卡的这种孱弱。虽然卡夫卡实际上生得很俊美，1米82的身高本不需要自卑，但在父亲的打击否定下，他对自我形象的认知非常差，这使他总是处在一种强烈的不安中；他潜意识里一直想证明自己，重新得到父亲的认可。

这种自卑化成一股力量，刺激了卡夫卡的内心，使他坚决要在某一方面做出成就，打败父亲。父亲最不擅长的方式最容易被打败，那就是写作，卡夫卡只有在文字里，才敢对父亲说不。他希望有一天，父亲可以认真读他的作品，认可他，那样，他就不会再被自卑捆绑。写作带给他优越感和自信心，他按照自己的意志，创造了一个属于自己的世界，重新安排、主导这个世界里的规则和理性等一切，这便是他创作的意义所在。

在原生家庭中，父亲对孩子尤其是男孩的影响至关重要。他们引领着孩子迈向世界，帮助孩子建立正确的世界观、价值观，认识这个