

别说一切都是

家人的错

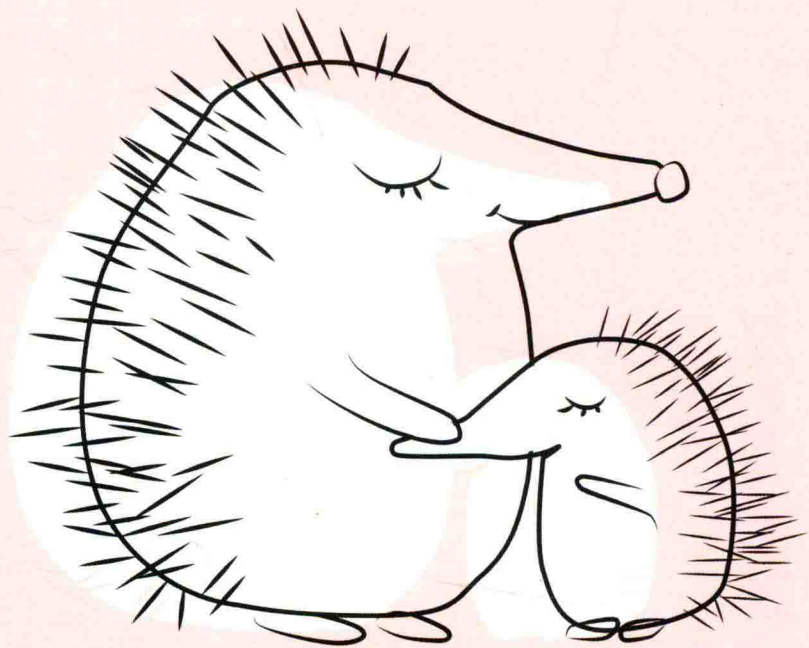
〔日〕下重晓子

许婷婷

著

其实，我们都不了解自己的家人。

家族という病



读外借

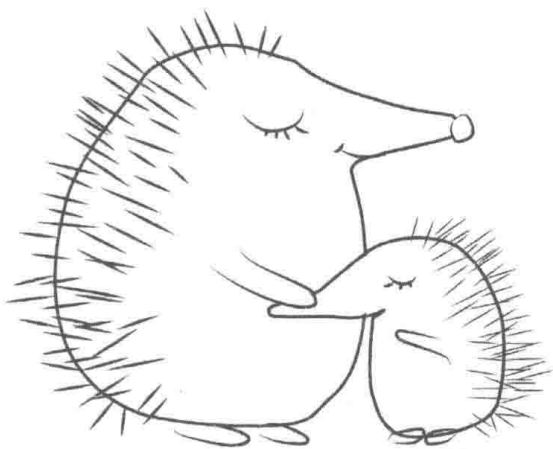


文化发展出版社  
Cultural Development Press

# 别说一切都是 家人的错

〔日〕下重晓子 著

许婷婷 译



文化发展出版社  
Cultural Development Press

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

别说一切都是家人的错 / (日) 下重晓子著; 许婷婷译. — 北京: 文化发展出版社有限公司, 2018. 4

ISBN 978-7-5142-2175-6

I. ①别… II. ①下… ②许… III. ①心理学—通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 033257 号

版权登记号 图字: 01-2018-0649

家族という病 (下重晓子 著)

KAZOKU TOIU YAMAI

Copyright © 2015 by SHIMOJU AKIKO

Original Japanese edition published by Gentosha, Inc., Tokyo, Japan

Simplified Chinese edition is published by arrangement with Gentosha, Inc. through Discover 21 Inc., Tokyo.

别说一切都是家人的错

著 者: [日] 下重晓子

译 者: 许婷婷

责任编辑: 肖润征

产品经理: 康爱爽

特约编辑: 王云欢

出版发行: 文化发展出版社 (北京市翠微路 2 号 邮编: 100036)

网 址: [www.wenhuafazhan.com](http://www.wenhuafazhan.com)

经 销: 各地新华书店

印 刷: 三河市冀华印务有限公司

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

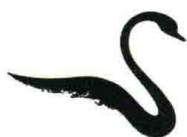
字 数: 109 千字

印 张: 6

印 次: 2018 年 4 月第 1 版 2018 年 4 月第 1 次印刷

I S B N : 978-7-5142-2175-6

定 价: 36.80 元



BLACK SWAN 黑天鹅图书

..... 为人生提供领跑世界的力量 .....

BLACK SWAN

序 /

其实大家都不了解自己的家人

“你了解你的家人吗？”

这是我对“家庭”提出的最犀利的问题。

对家人关系感到迷惘的你，或许已有了自己的答案。

## 何为家人

每每和友人见面时，我都会习惯性地问他们：

“你了解你的家人吗？”

他们都会用狐疑的表情回答我：

“当然了，我们很了解家人呀！”

“真的吗？”

我不厌其烦地又问一次，令他们心生疑惑，反问我：

“为什么要这么问呢？难道你不了解自己的家人吗？”

没错，我最近因为不了解自己的家人而感到愕然。

父亲到底是怀抱着何种信念而活？母亲为何对我倾注近乎异常的关爱？哥哥对我这个妹妹到底是怎么想的？我都一无所知……

如果我早一点儿问他们就好了，但这一切为时已晚，因为他们去了一个我再也无法沟通的世界。我只能在心里不停地思索这些问题。

相反，我会为了了解好友而常常与他们沟通交流，因此比起家人，我更了解朋友。我想，这是因为朋友之间可以不被亲情迷惑，能从理性的角度判断彼此的一切，因此能更准确地掌握彼此的关系。

相比较而言，虽说是长年生活在同一个屋檐下，但到头来还是不知道何为家人。因为每天为了柴米油盐酱醋茶的生活而忙碌，所以自始至终都未曾走进对方的内心世界。不，或许是认为“我不能踏进那个世界”，所以大多只在脑海中一边想着“啊，是这样啊”，然后一边守护着家人。

每当电视报道家暴新闻时，我都会想，如果亲子间多一些对话，或是家庭氛围再好一点，应该会减少这类事件的发生吧。但我想，有些事本来就是不太可能改变的，或者很难改变。

孩子有时不愿被父母探听自己的内心，也不愿让父母担心。如果父母发觉孩子有异样，常常会企图探问。如果孩子还小就另当别论，他们从小学进入中学，身心慢慢转变为大人，处在青春期的孩子大多不愿被父母窥探内心，正因为处在这个阶段，所以孩子才想远离父母这个近在身边的“权威”，青春期孩子的冲动行为和他们敏感的内心常常是背道而驰的。

为何这些孩子受到父母的虐待，却不愿对外求援呢？我想，他们对外应该是不愿说任何一句父母的不是，而只是说自己的不对。就算受挫，孩子也还是想守护家人。

把这些残酷的行为强加给孩子的家长到底是怎么了？

从我开始想了解“何为家人”这点谈起吧。

当我把“家人”视为一个群体时，我发现我根本回答不出“何为家人”。但是，当我把每个家庭成员单独思考一遍，把父亲、母亲、哥哥都视为“个体”时，我便可以讲出他们的关联性了。

我不是很擅长以“家人”为出发点的思考模式。因此，我打算从每个人都是独立个体的角度来思考“何为家人”。

## 为何我要避开家人

每每想到父亲，我内心总会一阵刺痛。我曾极力避免与

父亲四目相交，生活上也尽量不和他接触。这到底是从何时开始的？又为什么会这样呢？

对年幼时的我来说，父亲是一种憧憬。他是陆军军官，每天都有人来接他，他身着军服，脚穿长靴，“咻”地一转身披上披风，脚一蹬，跨上马就出门了。每天早上，我被母亲抱在怀里，目送父亲离开。

“二战”战败后，父亲宛如过气的偶像般消沉。他的志愿原本是当一名画家，但他是军人世家中的长子，便被迫进入军校学习。据说他曾几度翘课，跑去上绘画班，每次都被抓回去并且受到在走廊上端着装满水的洗脸盆罚站，最后父亲只好放弃绘画。到底为何要放弃呢？如果真的那么喜欢，就算离家出走也应该选择自己喜欢的道路啊。

他曾把自己的书房当作工作室，闲暇之余就会埋头创作油画，甚至连外出公务期间，他也会把风景素描寄回家。我和父亲见面本来就少，即使在家，我也尽量避免和他照面。每每看到父亲拖着受过伤脚一瘸一拐地走路，我都会绕开，就连带桌用餐时，也会避免与他对话。

为何我不愿和父亲说话呢？因为他是个情绪非常容易激动的人，所以我一开始以为，我是不愿意看到父亲暴怒的样子，但我内心最原始的想法是对他的反抗。那时的我拒绝理解父亲。自从我不再与父亲沟通，直至他因老年人肺结核离世，我都一直以工作忙碌为由，从未去医院探望过他。



父亲过世后，我看到他住过的病床旁贴着我的新闻采访，我只能别过视线，不去看、不去想。一走出病房，看到走廊上贴着父亲写的俳句<sup>①</sup>：

春兰萌芽专心祈求，子之考试  
红绢布挂衣桁角落，待嫁女儿

父亲骨子里是个艺术家，纤细敏感，容易受伤，也是个很温柔的人。我的内心一阵痛楚，慌忙低下头，别开眼。

父亲生前，我不愿和他说话，一直别着脸不与他对视，以冷冰冰的背影相对。

当父亲的主治医生写信问我“为何不来探病”时，我在想：“你懂我和父亲间的矛盾、争执吗？”为此我非常生气。我不打算询问父亲真正的想法，也不愿意花心思去理解父亲，现在想来，当时我的内心确实有点儿别扭且羞于启齿。

另外，我确实不想像廉价的肥皂剧一样，最后以双方和解、彼此拥抱的结局来换取内心的一点点满足。父亲和我经常都是剑拔弩张的样子，就这点来说，我和他在处理情感的方式上有点儿相似。我想，或许我们才是最了解彼此的人吧。

<sup>①</sup>日本的一种古典短诗，由“五—七—五”，共十七字音组成。

母亲离世已经超过20年，就在3年前，我在轻井泽的山庄里，发现了我所不了解的母亲的另一面。

母亲为了我什么都愿意付出。可以说，她是一个为女儿而生的人，她对我倾注了所有的关心与亲情，为此我感到异常烦恼，从某个时期开始就不再跟母亲说有关自己的事。无论是我上过的电视节目还是写过的文章、书籍等，母亲都是从友人的口中得知，为此她感到非常悲伤。我常想如果她能多为自己而活，我也会比较轻松。

我在轻井泽的山庄里整理母亲的遗物时，发现了母亲在结婚前与在外执行公务的父亲有上百封的书信往来。信中的母亲满含少女情怀，那是我所不了解的母亲。母亲生于雪国上越，每天与无边无际的皑皑白雪相处，在灰白的世界里，直到遇见父亲才把内心累积的热情一下子爆发出来。在这些信件中，我看到了母亲钢铁般的意志。

母亲是父亲的再婚对象，父亲在上一段婚姻里育有一个3岁的儿子，母亲曾在信中写道：“为了了解这个孩子，我希望生一个自己的孩子。”而我就是母亲在那样的意志下所生的孩子。

哥哥直到上大学前都不知道这件事。后来，他和父亲的关系降到冰点，去了东京的祖父母家，并在他们的照顾下长大，因而我没有和哥哥面对面谈话的印象。当时心想着反正来日方长，没想到哥哥罹癌，1年后便离开了人世。

结果，在我深入了解父亲、母亲和哥哥前，他们都离开了人世。

相信不止我一个，会有很多人和我一样，在不了解家人的状况下、不确定父母或兄弟姐妹的想法前，就这般匆匆地面临了生离死别。

我们生来不能选择家人，从出生就决定了将来成长的框架，然后就在这个框架里，扮演着我们在这个家庭里的角色，扮演着名为父亲、母亲和孩子的各种角色。以“家和万事兴”为名，彼此装模作样，相信彼此相爱着，仿佛家庭是一个可以彼此理解、互相包容的美好空间……在这里，个体被埋没，然后衍生出“家庭”这个巨大产物。

但我认为，了解家人的方法并非陷于“家和万事兴”的幻想，而是找回每个人的独立个体，不是吗？

# 目 录



序 其实大家都不了解自己的家人

## 01

如何处理困难的家人关系

003 / 盲目相信家人的人

007 / 为何会盲目相信家人

009 / 不婚男女增加的原因

013 / 对孩子无法放手的父母，让人看不下去

017 / 家人不睦，孩子还是能安稳成长

019 / 大人眼中的好孩子是个乏善可陈的人

023 / 家人的期待是压力最可怕的来源

027 / 为子孙留下遗产是对的吗

031 / 金钱，让家人关系变得丑陋

035 / 即使是夫妻，也未必真正相互了解

## 02

### 家人这种病



- 043 / 只会讲家庭私事的人很无趣
- 047 / 聊私事就是想自夸或抱怨
- 051 / 和他人比较家庭私事是万恶根源
- 055 / 称呼丈夫为“一家之主”的畸形文化
- 059 / “为了孩子而不离婚”是正确的吗
- 063 / 没有比婚姻压力更大的事
- 067 / 女性一定要生孩子吗
- 071 / 对不孕的女性说“给我生孩子”实在太残酷
- 075 / 离家的人也会过得不错
- 079 / 孤独死并非不幸
- 083 / 死后不进家族坟墓的人越来越多
- 087 / 就算不结婚，和别人一起生活也是很重要的
- 091 / 家庭相册代表的意义
- 095 / 家庭有时让人感到身心俱疲

# 03

## 了解你的家人

- 101 / 因家庭照护而增进的亲子关系
- 105 / 父母需要被照顾时，才会表现出软弱的一面
- 109 / 家庭为何具有排他性
- 115 / 以家庭为名的暴力
- 117 / 不被人依靠的孤独感
- 123 / 不断改变的家庭结构
- 127 / 家人的关系又近又远
- 133 / 只有两个人的家庭
- 141 / 印有全家福的贺年卡是一种强行推销幸福的方式
- 143 / 真正的家人关系和血缘无关



# 04

## 给离世家人的信

- 151 / 了解家人就是了解自己
- 153 / 给父亲的信——最重要的遗物
- 155 / 给父亲的信——男人间的吵架
- 157 / 给父亲的信——堕落的偶像
- 159 / 给父亲的信——家庭瓦解
- 161 / 给父亲的信——主治医生的来信
- 163 / 给父亲的信——病情骤变
- 165 / 给母亲的信——父母的信件
- 167 / 给母亲的信——自信的母性
- 169 / 给母亲的信——反抗旧生活
- 171 / 给哥哥的信——无法挽回的遗憾
- 173 / 给哥哥的信——缠绕的线
- 175 / 给自己的信——最后还是孤身一人

# 01

## 如何处理困难的家人关系



亲子疏离、夫妻不睦、金钱纠纷……

层出不穷的家庭问题，

原因都来自“过多的期待”！



