



名家治疗笔记

To Cure a Family

为家庭疗伤 [上]

李维榕 著



很多人以为，
心理治疗是教导别人怎样处理问题，
这是过于简单的想法。
心理治疗不是教学，
它比教学有趣多了。

希望出版社

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

中国家庭治疗网

www.chinafamilytherapy.com

为家庭疗伤

中国家庭治疗网



中国家庭治疗网



名家治疗笔记

To Cure a Family

为家庭疗伤 [上]

李维榕 著

希望出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

为家庭疗伤. 上册 / 李维榕著; ——太原: 希望出版社, 2010.1
(名家治疗笔记)

ISBN 978-7-5379-4600-1

I. ①为... II. ①李... III. ①家庭—精神疗法—案例 IV. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 003800 号

为家庭疗伤 上册

作 者 / 李维榕

总 策 划 / 王素琴

责 编 / 王素琴

装帧设计 /  灵动视线

出版发行 / 希望出版社

印 刷 / 三河市汇鑫印务有限公司

印 张 / 52.5

开 本 / 787×1092 1/16

版 次 / 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5379-4600-1

定 价 / 68.00 元 (上下册)

电话及网站 / 15110213255 www.psychotherapy.org.cn

E-mail / Email: master_door@yahoo.cn

自序：蜕 皮

记得第一本家庭舞蹈出版后，很多看过的人都追着问我，这个家庭后来怎样了？那个故事又如何完结了？

其实，我自己也很想知道答案。

因此，当那三个孩子的母亲要求再见我时，我十分兴奋。

我最后见她们一家人时，已经是五六年前的事，那时几个孩子夹在父母的矛盾中，完全失控。再见他们时，三个小男孩已经变成三个壮健的青少年；他们的母亲，也一改当年忧郁的样貌，一宗宗地细说过去几年来的生活细节：到哪里去游玩、见过哪些有趣的人物，而且有相片为证——每一张照片都是他们如何努力让自己活得丰富的见证。

三个青少年虽然仍面对着若干问题，但是对前途

均表示乐观；尤其学业一直落在后面的二弟，很得意地告诉我，他刚刚拿到成绩优异奖。

闲话家常后，我问母亲：“你为什么要见我？”

她早有准备地回答：“我以前见你时，你说了很多话我都记不得了，但就是记得一句话，你说，我已经失去我的丈夫，如果不留神，连孩子也会失去！”

原来，她是要证明我是错的。

我说：“我很高兴我错了。”

大弟却说：“幸好你这样说了，妈妈才肯放手，不然我们可能真的跑掉了。”

无论如何，我很感激他们给我这个见面的机会，尤其是那三个孩子，当年闹得令我全无办法，但是这次却明显告诉我：我们很好，请放心！

他们同时给我带来一个信念：家庭的韧力是很强的，有时好像穷途末路，但一定会柳暗花明。穷则变，变则通。

这套书，代表了我香港工作及生活的近二十年的点滴，我自己也从初时游戏人间的心态，变得责任愈来愈沉重：太多人与人之间的纠缠不清，太多无可改变的哀伤，太多不必要的烦恼，太多放不下的执著，太多无奈，太多失落。

但是有个不变的道理，就是要变。我不是常有机会知道与我相遇的家庭变化如何，但是我知道，只要他们能变，就会海阔天空。

而我自己的治疗工作，也随着我的成长而不断改变。

原来人与蛇一样，每隔一段时间换一次皮。蜕下一层又一层的旧皮，又是一个新开始。

于是，我又等着蜕皮而出。

引言：家是多体小兽

文化是个不断演变的巨兽。

家庭是巨兽体内的多体小兽。

而个人，不过是小兽身上的一点颜色。在以为可以自作主张之余，往往不知道身在万花筒中，稍有牵动，便会改变图案。

我开始明白这个道理时，十分不服气，觉得怎么没有了自己。但是拿着万花筒左观右看，又发觉做人的意义，是因为周围有那么多的人，那么多色彩缤纷的组合。

有趣的是，当我以为自己不存在时，却愈来愈从别人的个案中看到自己。无论故事怎样变化，总离不开那七情六欲，那藤连瓜、瓜连藤，互相依靠、纠缠不清的人际关系。

到最后，我再也分不开写的是别人，还是自己。

目 录

自序：蜕 皮 / 001

引言：家是多体小兽 / 003

第一辑 家中秘密

家庭秘密 / 003

难言之隐 / 007

父亲的屋子 / 010

少女的秘密 / 014

向孩子下手的色魔 / 017

家庭暴力 / 021

打老婆的男人 / 024

放人一马 / 028

包不住的秘密 / 031

父亲有外遇 / 035

不是洞，是个垃圾桶 / 038

第二辑 家中气象

自杀的母亲 / 045

第一号儿子的悲哀 / 048

不想活下去 / 052

母亲的悲哀 / 055

恋鞋的人 / 058

百尺之室的矛盾 / 062

吞钉的孩子 / 066

楼上楼下 / 070

爸爸的抉择 / 073

家 囚 / 077

离 家 / 081

不争气的肚皮 / 085

邻居的故事 / 088

第三辑 家人是敌人

- 爱与烦扰 / 095
- 牢骚老人的良伴 / 099
- 妈妈的离间计 / 103
- 婆媳之争 / 106
- 孪生姐妹 / 109
- 同胞相争 / 113

第四辑 同性家庭

- 不是同性恋的故事 / 119
- 同性恋家庭 / 123
- 家庭的舞台剧 / 127
- 另类家庭 / 131
- 同性配偶养孩子 / 134
- 跨性别的男孩 / 138
- 是男是女 / 142
- 两个要做女人的男人 / 146

第五辑 我的故事

- 窗外窗内看人生 / 153
- 新春谈死 / 157
- 二马的女儿 / 161
- 再见故人 / 165
- 家庭日记 / 169
- 母亲的脑袋缩水了 / 173
- 婚姻可怕 / 177
- 喜 宴 / 179
- 安置臭皮囊 / 183
- 最后的一程 / 186
- 不上班的一族 / 189
- 乐在不工作 / 193

第六辑 家是多面孔动物

- 何谓正常家庭 / 199
过渡期中的家庭 / 202
无言之歌 / 206
重访童年时光 / 210
回忆与感觉 / 214
童话之路 / 217
名字，不止是个人标记 / 221
有脑的精子 / 225
他乡为己乡 / 229

第七辑 家庭舞蹈

- 睡美人的孩子 / 235
“没办法”的男人 / 239
鬼上身的家庭 / 244
有女初长成 / 247
塔里的小公主 / 251
背塔之人 / 255
代罪羔羊（上） / 259
代罪羔羊（下） / 263

第八辑 大师说舞

- 汉堡论剑 / 269
身体的语言 / 273
言语的高潮 / 278
两面墙 / 282
谈“玩”的重要 / 286
东方与西方 / 289
满载的空船 / 293
精神病的境界 / 297
非理性的沟通 / 301
昂贵的谈话 / 305
小 故 事 / 308
非洲紫罗兰 / 312
妻子当帽子 / 315
未断奶的民族 / 319
由断奶说起 / 322

第九辑 看见自己

- 家庭内的谋杀 / 327
- 打小人的乐趣 / 332
- 人生三部曲 / 336
- 代人赔罪 / 339
- 留有余地 / 342
- 南非老妇的一票 / 345
- 珍惜你的本命花 / 349
- 食物治疗 / 353
- 工作三则 / 357
- 别打扰了玩耍 / 360
- 千古之谜 / 364

第十辑 传说中的故事

- 美狄亚的故事 / 369
- 金 脑 子 / 373
- 未完成交响曲 / 377
- 露西·加波的三生 / 381
- 好 纪 元 / 385
- 吸血鬼的后代 / 388
- 跪 池 / 392
- 小脚与西服 / 396

第一辑 家中秘密

其实，每个人的心底里，都有一段深藏不露的信息，等待着要打破那长久的沉默。从儿时开始，我们就承受了家庭内很多不可提及的信息，长大后，又往往会制造自己不可告人的秘密。

家庭秘密

两年前，家族治疗大师米纽秦（Salvador Minuchin）访港，会见一个中国家庭——一对夫妻和两个女儿。丈夫每周只回家一天，其余六天没有人知道他的去向；妻子尽量保持一切正常，继续摆出一副幸福家庭的模样；两个女儿只知道父亲七天一现，其他六天则是单亲家庭。但父亲的去向是这个家庭的一大秘密——不可言，不可问，不能碰！

母亲全力掩饰这个家庭秘密，弄得一身毛病。妙的是，一周七天，她有六天全身肿痛，呕吐头晕，苦恼不已。只有丈夫回来的那一天，她肉体上的痛楚才会停止。

两个女儿虽然不知实情，但是她们无可避免地一同活在这个秘密中，不时产生种种行为上的反应。

沉默的网

秘密是一个沉默的网，令人不能动弹。奇怪的是，我们为了保守秘密而

付出的努力及代价，往往比秘密本身更能伤人，只是在紧急关头，我们常会不顾一切地埋藏秘密。

记得当时米纽秦问那位妻子：“你说丈夫回家时，身体上的毛病就会痊愈，那你可知道他为什么一周有六天不回家？”

妻子答道：“我不能说，说出来对他会有很大的伤害！”

米纽秦问：“坦率说来，你知道他的秘密，他也知道他的秘密，为什么还要花这么大的气力去保守一个已经不是秘密的秘密？”

她说：“如果说出来，他可能连一天都不回来了！”

秘密的最大武器就是抓住人们惧怕的弱点，形成一种敲诈，让你乖乖地成为它的俘虏。

丈夫听着妻子的陈词，好几次想为自己解释，但每次都是话未出口便哽咽起来。

丈夫的秘密究竟是什么？那始终是一个谜。有人猜他有婚外情，有人说他是同性恋。其实即使是真的，两者本身都不足为患，问题的关键反而是全家费尽心思去为他保密。

秘密只能在沉默中生存，一旦打破沉默，就会失去它的杀伤力。

最常见的家庭秘密，包括酗酒、吸毒、婚外情、堕胎、精神病、领养、家庭暴力及乱伦等等。每有上述状况，家人都会守口如瓶，在这种沉默气氛中长大的孩子，又往往会重复同样的家庭模式。

在欧美国家，有时连种族背景也是一个家庭秘密。例如，在第二次世界大战中饱受迫害的犹太人，很多都改名换姓，企图隐瞒种族背景，连下一代子孙都不知道自己家族的真正根源。但能瞒得了多久呢？很多子孙在长大后，基于种种蛛丝马迹，都会重新追寻家族背景，恢复本姓。又例如皮肤较白的黑人，为了摆脱黑皮肤所带来的种族歧视，往往装作白人，但秘密一旦被拆穿，受的耻辱将更大。

传统的家庭，往往会隐瞒领养孩子的秘密。有个十五岁的孩子，生父在一次车祸中死亡，他的母亲改嫁，当时只有三岁的儿子就由继父领养。但是

儿子长大后，一直不知唤做父亲的人并非自己的生父，每年到了四月，这个青年的情绪就会陷入低潮，追查之下，才发觉他生父死亡的时候，也恰巧是在四月。

这种巧合，可以追溯到青年的身世。我们相信，母亲虽然没有告诉儿子任何有关他生父的资料，但因她失去丈夫，不由自主地每年一到四月便会有感而发，儿子的潜意识接收到母亲一年一度所发出的情怀信息，于是有了定期性的情绪反应。

后来母亲揭开了这段背景，并带着他探访生父的墓地，青年初时虽然有强烈的反应，但是久藏的秘密一旦公开，他的情绪病反而消失了。

公开隐私

上述是心理学家伊雯·殷伯—布雷克（Evan Imber-Black）处理的一桩个案，这位学者专注于家庭内的秘密。她认为，秘密所造成的影响会一代传一代，但是要打破这个沉默，千万不能强求。

美国有很多脱口秀节目，利用观众对别人秘密的好奇，往往邀请当事人的家人上电视，然后把他们的秘密戏剧性地渲染出来。例如，一位丈夫在出差时与另一男子发生关系，主持人邀请这对夫妇上镜，在妻子毫不知情又毫无心理准备的情况下，听着丈夫向观众公开自己的秘密，并同时邀请他的情人出镜。

当丈夫的男友姗姗来与观众会面时，电视特写镜头落在妻子惊慌无助的表情上，她的惊惶、错愕竟然为观众带来快感。

这种把隐私公诸于世的电视娱乐节目，在北美十分流行，奇怪的是有那么多人愿意出镜，兴高采烈地宣扬自己的秘密。

其实，每个人的心底里，都有一段深藏不露的信息，等待着要打破那长久的沉默。从儿时开始，我们就承受了家庭内很多不可提及的信息，长大后，又往往会制造自己不可告人的秘密。

秘密可大可小，但没有人是没有秘密的。在灵魂深处，一丝丝，一缕缕，若隐若现，影响着我们的人际关系，令我们无法尽情投入生命。

要打破秘密，就要打破沉默；要倾诉秘密，又往往会带来复杂的感觉。

家庭内的秘密，全都是人际关系的秘密，言或不言，真是个困难的抉择。