

聊情書

作者◎游乾桂 臨床心理師

薇薇夫人 序文推薦

融合文學與心理科學的心靈饗宴

心靈饗宴



兩性話題 D15

聊情書

作 者／游乾桂

編 輯／王蓓齡

發行人／王聖毅

出版者／新苗文化事業有限公司

台北市和平西路一段 150 號 4F 之 4

電話：(02)2332-0430 (02)2339-2500

傳真：(02)2332-9817

郵政劃撥：18324544

排 版／普林特斯資訊有限公司

印 刷／久裕印刷事業股份有限公司

版 次／2001年 6 月一版一刷

出版登記／局版台業字第 6017 號

定 價／190 元

I S B N／957-0360-91-7

(本書如有缺頁破損請寄回更換)

聊情書



作者◎游乾桂 臨床心理師
薇薇夫人 序文推薦



心靈饗宴

〔薇薇夫人序〕

永遠讀不完的話題

愛情和人類是共生的。人類從愛情中創造了很多精神結晶——藝術、文字、音樂等等，甚至也引發很多次瀕臨毀滅的戰爭。而個人的喜怒哀樂，也常跟愛情關係密切。



薇薇夫人序

3



自從心理學發軔以來，關於愛情的分析、討論等等專著多得讓人眼花撩亂，其豐富程度簡直直追文字作品。佛洛姆（Fromm）在《愛情心理學》這本書中，說到文學家描述愛情時「不得不受制於某些條件；他們在影響讀者情緒的同時，還需要挑起智性的與美學的快感。因此他們不能直言無諱；……他們雖描繪生命，對種種心境的起源與發展，一般卻不甚注意。所以，無可避免的，……科學也會插上一手。當然，科學難免是笨手笨腳的，其結果恐怕不怎麼令人愉快。」來說明文學和科學很難融合在一起，探討這與人類共生的愛情。

但讀到乾桂的這本《聊情書》新著時，讓我很訝異地發現，他竟能以心理學的知識為經，文學筆觸為緯，織成一本融合文學和科學討論的愛情書。

以前每讀乾桂的文章，就覺得他最擅長把專業知識化作「朋友的語言」。也許用「娓娓道來」形容他的作品最合適，聽的人可以在被了解、被體貼的心情下，接受他的知識。不過這本《聊情書》更像是有紮實知識的散文，心理科學一

點也不「笨手笨腳」地穿梭其間，靈活得像是春天的飛蝶，舞在花間，使得每一篇散文讀來煞是心靈的饗宴。

儘管乾桂這本《聊情書》看來是為心理上的青少年寫的（因為有些人活到老八十，心理的成熟度似乎還是「未成年」），但「走過愛情」並心理成熟的我也喜歡它，畢竟它是一本讀來有味的好散文。

在讀到現代流行的話題「單身貴族」時，他從「竹籬笆外的茄冬村，稀稀颯颯的落下一片片秋風刮過的葉」，這「孤單的葉影」和尼庵中住著「晨來喜歡喃喃自語，晚來又愛狂聲高歌」的「清姊」，以及電影「二〇〇一年」中最後只剩一個孤獨的人，從高速行駛的太空船中消失。「……沒有任何音訊，沒有任何生物，只有他反反覆覆地從一個房間走到另一個房間，站著思考，坐下吃飯，躺著看書，等待天明與落日。」來描繪某些單身貴族，並說深知自己無法凌越單身所帶來的「孤獨」與「落寞」，所以他選擇單身。但是懂得愛情之道的也大有人





在，於是有了「哲學的尼采」，「心理學的吳靜吉」，「文學的黃明堅」。

從乾桂的敘述中，我們知道單身不是心理病症，它應該是一種智慧的選擇。

乾桂用喝茶的經驗化解了一位因失戀而傷心的朋友，沒有半句讀到失戀，也沒有半句勸解，而那朋友終於破涕為笑。其中有兩事頗可咀嚼玩味：「今天你捨去龍井，其實也意味著龍井捨你而去，但其間並沒有對或錯，也許只是心態調整了，或因緣變化了而已。」

「等到有一天，你對某種茶獻出了獨鍾，一切才會底盡。否則仍是沒結論的結論，失戀終將一再而來。」

其實這種智慧可以用來對失意，也可以用來對人生的很多問題。愛情是最可讀卻永遠讀不完的話題，年輕人如果有乾桂自己當年的疑惑：「為何沒有一個『人』，沒有一本『書』能告訴我是什麼愛？應該怎麼愛？如何面對愛情挫折？又該怎麼治癒感情創傷？」不妨依著這本書，體會一番，自會有深切的了悟。♪

〔作者新序〕

愛情宣言

這是一個諷刺的歷程，成人一方面鼓勵孩子好好享受黃金歲月，另一方面回憶自己的青春年少，卻又那般不堪；沒有人教我們男女世界的相處之道，我們不懂愛情，卻渴望愛情；之後，我們當了父母，同樣不懂子女，但卻有了子女。



作者新序



希望這類的荒謬到此為止，有人用專業兼文學的筆觸，寫寫男女世界的別裁或新傳，讓男人更了解女人，女人更懂男人。

只要男人與女人共同存在的一天，「愛」就永遠不會消失；它是男人的活力，女人的泉水；詩人用它來寫詩，散文家用它來寫愛情學，攝影家用它來美化鏡頭，畫家把愛鑲進畫裡，舞蹈家用它來編織美妙的舞碼，音樂家用愛琴瑟合鳴，人生變得豐彩多姿。

人人有愛，我也夢想用愛織情！

愛到底是什麼？答案實在很朦朧！

青春的答案，比較浪漫主義，成人看了多半想吐，但他的確是青春語言。

● 很想看他一眼的感覺。

● 怦然心動的悸動。

● 關心對方過得好不好的感覺。

● 他說不愛你時，一種泫然欲泣的感覺。

● 愛就是愛，一種說不上來的感覺。

● 人活在世上一切事情的因緣。

● 我泥中有你，你泥中有我的衝動。

● 一種把失戀當作甜美的感覺。

● 和他依偎在一起數星星，看月亮的美好時光。

● 將他緊擁在懷的快感。

這些答案都對，愛便是這種無形無狀的東西，又具體又迷茫，很難說也很好說，簡單來說，叫作「關心的行動主義」，把關心用行動來解，愛意更濃。愛的熱度升高，兩個人最後會說：「我們結婚吧！」怪不得心理學家會說：「結婚是兩個昏了頭的人的活動，」原來是熱氣把人給薰昏的。不過柏拉圖也說過：「任何人談戀愛，都會變成詩人。」





- 成年人對愛比較現實主義。
- 五子登科缺一不可的承諾。
- 存款簿到一定金額時的迷亂。
- 性功能的展示。
- 有錢有閒的一種競技。
- 占有慾的訓練。
- 很想與對方合而為一的慾念。

於是有人說，年過中年，浪漫少了，詩興不發，說話不哲學；三十歲談起愛情，個個都像生意人；四十歲才談愛情，個個都很野獸；五十歲談情說愛，收拾玩心，像扮家家酒。

愛不僅如此男歡女愛，只周旋在男女之間而已，更有兄弟姐妹、父子、母女之間的親情之愛，朋友、同學之間的情誼之愛，還有很多大愛在人間迴旋，等待

允諾實踐。大愛是學分，美國叫它慈悲分數，未來入學時，得看看你對這個社會付出多少愛心，來決定是否錄取相關科系，或者可以因而加權計分。原來愛可以用來讀大學。

幾個大愛的故事——

台東有位退休的老校長，退了休之後開始覺得自己老邁起來，每天慌慌張張、憂憂愁愁地無所事事；他與所有的退休老人一樣，開始變得害怕面對垂暮之年。一次偶發的機會，讓他發現公園附近有更大他二十多歲的老年人無飯可吃，而他卻退休金飽飽，與他們相較，自己算幸運的。油然而生的惻隱之心，讓他想要幫助這些孤苦老人。

他每天準備一、二十個便當，騎著單車，挨家挨戶分送。老年人不解，懷疑他的愛；有人乾脆拒絕，用嘶吼口吻趕他出門，說他們不受援助，孩子會把飯帶上來。他的愛終究化解了所有敵意，才弄明白每個老人的背後，都有一個令人鼻





酸的故事。除了送飯之外，他開始試著留下與其中幾位老人閒話家常，老人漸漸感受到善意，將他視若老師般的傾吐宣洩。

數年如一日，他覺得自己不但沒有老年症，愛反倒使他變得年輕，成為一位懂得安排生活的新興貴族。

幾位慈濟的義工也曾有這樣的問題。怨天尤人，老覺得上天對他們不公平，賺得錢滿多的，還嫌不夠多，老以為錢可以從天上掛下來。身上二百萬的存款，居然想買一千二百萬的豪宅，貸款一千萬，讓他們家累得喘不過來；兩個人四隻手，怎麼賺都不夠。

每天徘徊在金錢的十字街口，活得好辛苦，直到有一天，一個朋友帶他們前往參加慈濟活動，服務孤苦老人，才發現自己好幸福。富裕的台灣，竟然還有兩位七、八十歲的老人，擠在不足五坪大的矮房子裡，腐食成堆，屎尿逼人，臭氣薰天，打理完後他們也吐了一地，作嘔不已。這是人住的嗎？他們的疑問，讓他

們成了愛心人，把時間花在助人上，而非處心積慮的賺大錢。

我平常對生活很小器！這個不能買，那個不要買，最好統統不買。其實我很討厭現在的經濟制度，用文明當幌子，把人的口袋弄得很高級，但生活品質變得很低級；漫無節制的高消費與豪取巧奪，是這種制度下的兩大特色。

無知的人，為了應付這麼龐大的開銷，只好陷入轉輪之中，不停的運轉，至死方休，當然沒時間打理一切；於是愛變得很速食，彷彿漢堡一般，迅速便可解決，父母也變得沒時間理孩子，因為錢已讓他們什麼都應付不了，人與人之間變得愈來愈冷漠。

但我對生命卻很熱情，可以為了一隻蛹蝶的過程死守一下午；可以為了賞一隻蒼鷹，在冷風中顫抖；可以為看曇花盛開的嬌媚，深夜起床；我把愛轉折成萬物有情論。

九二一集集大震，小器的我，在半善意、半受迫下也捐了好幾萬，所謂的受





迫是寫了稿，報社告訴我願不願意共襄盛舉，也就把五千元的稿費全給捐了，受迫是玩笑話，倒也心安理得，好事大家一起來。

這樣的情愛觀，是我的新解，把它放在書裡，不僅僅只對一個人，也許是一個家、一個社會，或者一種大愛的傳達；有些愛你已能懂，有些愛似懂非懂，而有些根本不懂，就把它擺著呀，等待發酵成為你心中的寶藏。



目 錄