


心之源

家庭舞蹈 7

故事 从家 开始

李维榕


著


 华东师范大学出版社

家庭舞蹈 7

李维榕
——
著

故事 从家开始



 华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭舞蹈. 7, 故事从家开始/李维榕著. —上海: 华东师范大学出版社, 2018

(李维榕作品集)

ISBN 978-7-5675-7559-2

I. ①家… II. ①李… III. ①家庭问题—通俗读物
IV. ①C913.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 055310 号

家庭舞蹈 7

——故事从家开始

著 者 李维榕
策划组稿 张俊玲
项目编辑 王国红
审读编辑 陈锦文
责任校对 林文君
装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 浙江临安曙光印务有限公司
开 本 890×1240 32 开
印 张 7
字 数 156 千字
版 次 2019 年 2 月第 1 版
印 次 2019 年 2 月第 1 次
书 号 ISBN 978-7-5675-7559-2/B·1120
定 价 40.00 元

出版人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

总序

本来并没有打算写书，不知不觉却写了二十年的文章，加起来重重一大叠，不单代表我的工作，也反映了我的人生。

忙着与别人的家庭共舞，原来别人的悲欢离合，也是我的悲欢离合；我与别人，原来难分彼此，同属一个七情六欲生老病死的系统，都在迷茫中找寻自己的归属感。

这二十年来，我也从初期游戏人间的心态，变得心情沉重；又从悲天悯人，回复满怀喜悦。

没有解决不了的问题，只有烦恼人，不断自寻烦恼。

我却是学得越来越任性，高兴时笑，悲伤时哭，生气时骂人。活得痛快，才有闲情细嚼人际关系的丰富，不会错过身边人。

借道浮生，恕我无心细听你的满腔惆怅，只想邀你一同赏玩路上好风光！

初版自序

李维榕

有人说,我们可以了解宇宙的运用,却不明白什么是家庭。

这一段日子,我正在带领一组家庭治疗师做临床工作,发觉最难让人把握的,就是家庭关系的千丝万缕。不知不觉地,我在这每周一次的专栏文字,就着重于家庭关系的种种层次。

有趣的是,无论每个故事内容怎么不同,却来来去去都是几个不断重复的形式;都是那样的剪不断,理还乱。多少期待,多少柔情,多少追求,多少执著,多少不甘心,多少如痴如醉,多少碰碰撞撞,又多少难分难舍!如此可贵,如此珍惜,又如此不由自己。

人的最大困扰,就是老想找个简单的办法去解决一个复杂的问题,其实要走出困局,必须先从人际关系的网络开始。

目 录

- “红楼梦”的家庭/ 1
- 三代同堂/ 5
- 胡言乱语的乐趣/ 9
- 直升机父母/ 14
- 虎妈的战歌/ 19
- 一个无国界的故事/ 23
- 与家长对话/ 27
- 说“火星语”的家庭/ 31
- 家庭的舞台/ 36
- 为家庭疗伤/ 40
- 为港孩伸冤/ 44
- 找寻欢笑的家庭/ 48
- 孩子会聆听/ 53
- 看母亲脸色的孩子/ 57
- 随死症状/ 61
- 寻找父母的孩子/ 65
- 女儿们的空间/ 70
- 两个守护家庭的孩子/ 74
- 儿子的高人之见/ 80
- 月光少年/ 84
- 隐蔽青年的家庭/ 89
- 心有千千结/ 94
- 与青年人谈话/ 98
- 新时代的《二十四孝》/ 103
- 离家/ 107
- 找寻自己的故事/ 111
- 感谢对方存在的日子/ 115
- 小夫妻的战争/ 119
- 你错,还是我错? / 123
- 夫妻共舞/ 127
- 小鸟依人/ 131
- 婚姻的缘分/ 135
- 劫后余生的婚姻/ 140
- 当婚姻完结时/ 144
- 离婚家庭的孩子/ 148
- 但愿人长久/ 153
- “请勿打扰”/ 157
- 吴敏伦的情书/ 162
- 婚礼/ 166
- 难分难舍的关爱/ 170
- 还父母的债/ 174
- 三兄弟/ 179

宅男/	184	“20-somethings”的	
孩子没问题/	188	争议/	200
做开心快乐的父母/	192	吃云吞面去/	204
情迷的心魔/	196	两份新春的祝贺/	209

“红楼梦”的家庭

我们在苏州的观前街漫无目的地走着，走到玄虚观前，只见一座百年老道观，已经成为一间卖金饰的店铺，两旁的菩萨都被玻璃框封闭起来。道观后面一座座小庙堂，都变成小卖店或摊位。

我心中正在纳闷，朋友却对我说：“《红楼梦》的故事，就是在这里开始，还记得吗？葫芦庙失火，就在玄虚观后面，结果引出贾雨村言，真真假假，都从这道观而起。”

短短的几句话，让我灵光一闪，眼前的商业区突然淡化，老道观的玲珑轮廓又再浮现。

朋友又对我说：“你可知道林黛玉初到贾府时，为什么一个孤女会被放在如珠如宝的位置？”

据他解释：“黛玉的父母托孤贾府时，同时托付了林家丰厚的财富，只是由于黛玉年幼，没有告诉她而已。”他又说：“所以，当贾母决定要迎娶薛宝钗作孙媳妇时，觉得很对不起林家，就是这个道理。”

我有点不服气，说：“《红楼梦》书中好像没有交待过这一回事。”

他说：“你仔细把书再看一遍。当黛玉入府时，贾政不是说过：‘这样的姑娘多来几个就好了。’如果没有好处，他又怎么会如此兴奋？”

不管是真是假，我们一面游览玄虚观，一面谈起《红楼梦》这个大家庭，倒是为我这次到江浙地区讲解家庭治疗带来一个注脚。

这次见了好几个患上忧郁症的案例。而林黛玉，也是明显地患上了长期忧郁症。

寄人篱下，大观园虽然花团锦簇，但是除了宝玉及近身丫环，黛玉在贾府好像完全没有一个知己，小姑娘又怎能不多愁善感？明知她与宝玉是两情相悦，但是在紧要关头，却没有一人站出来为她说话，临终时更是门庭冷落。

如果朋友所言属实，那么贾府上下真是世态炎凉，让一个冰清玉洁的少女白白郁死。怪不得曹雪芹痛斥贾府没有一个干净的人。如果林家有先见之明，早该让女儿亲自背着万贯家财入贾家，名副其实的千金小姐，谁敢向她施白眼？恐怕连心机算尽的凤姐儿也不得不向她靠拢。如此一来，黛玉又哪有可能成为病胎子？

人的个性往往都是被环境塑造而成的，即使初生婴儿，其喜怒哀乐也受周边重要人物所影响。

而环境，除了物体上的因素外，还包括天时地利人和，及各种心理因素。家族历史以至家庭中人际间的互动与信念，都会一点一滴地塑造我们的所思所想所为。这世上实在没有“个人”这一回事。每个人都是一部电脑，一早就被装置了各式各样的软件，我们只是依照别人按程式而动；又像是一个舞动得兴高采烈的木偶，不知道原来背后有人在扯线。

朋友问：“如果林黛玉前来接受家庭治疗，你会如何处理？”

我信口开河：“会先从一个家庭评估做起，首先了解她的前因后果，探讨前后两个家族对她的长远影响，也许劝她回老家走一趟，重新建立自己的归属感；其次，顺便查查旧账，究竟给了贾家多少好处？让她可以

理直气壮。”

当然还要协助她精心策划，如何在贾家建立她的关系网。宝玉既然对她情有独钟，在家中又是只有他说了算，把他找来做靠山，哪有两口子办不成的事？财力、人力充足，就不会活得如此别扭，要病也是自大狂，绝对不会是忧郁症。

我看林黛玉的问题，就是理智大师 Murray Bowen 所指：情感爆棚却思维不足。过于感性，全部依照感觉行事，绝对不经大脑，当然也不会顾及人情世故。把一生精力都投注于一个“痴”字，换来的自然就是一抔黄土掩风流。

只是林黛玉若变成女强人，就不再是林黛玉，如果贾宝玉仍然不食人间烟火，只食女人的胭脂，那么这一对小冤家也不一定有好收场。只不过是红楼情侣变成新时代的冤家路窄，纯情男女换来豪门争产案。那才真的是闹哄哄、乱糟糟，你方唱罢我登场。治疗好一个人的忧郁，却让一个大家族翻天覆地。

我们站在玄虚观前，一盏茶的时间不足，就做了以上一场白日梦。

假到真时真亦假，观前街商店林立，KFC 炸鸡、麦当劳汉堡包，加上苏州名店采芝斋，华洋混合。很多百年老店都只剩下门前一块石碑，一段段历史化为数行文字。

却道人去梁空巢也倾，明媚鲜妍能几时？一朝飘泊难寻觅。《石头记》的情怀，古今多少事，尽都化在我们一顿淮扬菜的笑谈中。

朋友又说：“千万别以为苏州女性都是吴侬燕语，让人甜入心窝；事实上我们男人多是处于下风，夹在母亲与妻子中间，全无招架之力。”

朋友也是心理治疗师，提起他的一个个案，他说：“这对夫妇闹离婚，因为男的一时贪玩，让婚外情人怀了他的孩子，逼他非要抛妻不可。后

来情人对他厌倦，不想要他了，就对他说：‘你怎知道那孩子是你的？’一脚就把他踢走了。男人做了冤大头，打算与前妻复合，便返家苦苦哀求。前妻却胸有成竹，对他说：‘我早就料到有这么一天，你终会乖乖回来的。’”

一切都在别人的把握中，男人无限苦恼，便成了忧郁症病人。

我这次见到一个严重忧郁的男人，问题也是出于夫妻关系。妻子责怪丈夫只听母亲支使，丈夫却受不了妻子的咄咄逼人，结果要入院治疗。初见时，他的身体紧缩，牢牢地拥抱着自己的忧郁症，不让亲人接近。我们好不容易才让他从抽离的姿态站立起来，夫妇二人面对彼此间的分歧，不再逃避冲突。最后，男人决定放下忧郁，改去拥抱妻子。只是每当妻子有所要求时，他又立即舍命而逃，回到一个完全不肯动弹的位置。结果不但丈夫忧郁，连妻子也不得不忧郁起来。

有时，忧郁症会变成一种最厉害的婚外情，一个难以取代的伴侣，一张把人紧紧罩住的网。病人与家人都要重新调整自己的行为及思考，一同对抗这个强大的敌人，才有机会逃出魔掌。

忧郁症是个古老的病，也是一个时代病，无论科学家怎样努力从病人的基因找答案，始终无法脱离家庭的影响。其实这也不是坏事，因为，如果家庭关系是病因，那么我们就有机会设法让这“病因”变成“特效药”。改善家庭关系，要让感性加一份理性。因为如果人人都只听从感觉，就会受情感支配，失去对现实的判断。

只是如果人人都是那么理智，那么刀枪不入，就再也没有“痴”，再也没有“质本洁来还洁去，随花飞落天尽头”的慷慨。玄虚观就不过是一个大商场，只供游人购买一些廉价的商品。

徘徊在这古今文化交接的断层，真假不分，原来满纸荒唐言也很好玩，让我不由自主地也想抓住那一点“痴”。

三代同堂

主诊医师报告了好久，仍旧没法说完这病人的病历：说不完的腰酸背痛、说不完的五脏反转、说不完的心肺衰竭。

这是我在深圳见到的一个病人，是医院的常客。听了他的病历，我以为这人已是病入膏肓，非得被扛着来不可。

没想出现在眼前的是个年青力壮的男子，长得还算帅，让我一时犹豫，以为自己认错了人。

他身旁还带着好几位家人：左边坐着的是妻子与七岁的儿子，右边坐着的是父母亲，以及远道而来的妻子的母亲。一家三代，还加上一位丈母娘，人人神色凝重，连小儿子也是步步为营。相比之下，最有精神的反而是那病人。

他也理所当然代表着一家发言。他说：“一家人同住一个屋檐下，再加上妹妹的一家，父母亲喜欢大家庭生活，家中总聚满了亲友。妻子却要求建立自己的小家庭，总是闹着要搬走，让我毫无办法，烦不胜烦。”

我问他：“所以你就生病了？”

原来他自己的母亲，早就认定他的病是被妻子逼出来的，只可惜母亲没有算自己的一份在内。

妻子努力为自己辩护，投诉自己在家中不被尊重，丈夫什么事都不与她商量，让她孤立无援，只有小儿子在安慰妈妈，叫她不要伤心。

妈妈声泪俱下，儿子在一旁真的显得十分焦急，眼睛盯着大人们的一举一动。

这是一个典型的身心症。病人总是觉得浑身不妥，却又无法在身体上验出发病的理由，因此一般会被诊断为心理引至生理发病的征象。心病还须心药医，但是必须先去找出病人的心结。

我看这男人夹在三代家人中间，有形与无形的压力把他紧紧地捆绑着，要不发病才怪！

他说，妻子老是埋怨他大男人，处事不公平，因此他特地从妻子家乡请来丈母娘，好为妻子打气。

有趣的是，丈母娘处处表达自己为人公道，帮理不帮亲，在亲家面前不断数落自己女儿的不是。无论女儿怎样投诉，她都抢着说：“没事、没事，大家忍让一下就是。”

女儿气得要爆炸，投诉的是丈夫，结果吵起来的却是自己母亲，倒是那男人稳如泰山地安坐在那儿。我开始明白他为什么把丈母娘找来了，原来那是他的护身符。

家庭真是个奇妙的多面体，明明患病的是那男人，怎么看上去最最忧郁的却是他的妻子。

我问男人，他对这次会面有什么要求？

他说：“最希望有个通情达理的妻子！”

他的父母也帮着对媳妇说：“不要想那么多，好好放松自己，一家人和和气气就成。”

要通情达理，又要放松自己，即是不要有过多要求。

妻子四面楚歌，仍坚持着，非要丈夫答应搬出大家庭不可。

夹在两代新旧价值观的压力之间，丈夫明显地要听从父母，却又不想得罪妻子。他望着我说：“你是专家，你说我应该怎么办？”

男人处于一个微妙的位置，上一代及下一代都在等着他来表态，如果真有专家这一回事，那么我们的工作就是提醒：“他”自己，才是关键人物，怎样也逃避不了。

我愈来愈明白他为什么老是往医院跑！如他所言，手心手背都是肉，应付不来，只有借病遁。我抬头对他说：“下次你又要入院时，不如找间星级酒店，进去好好地享受几天。做做按摩、做做水疗，也许你会找到新的能量，面对家中的问题。”

我后来单独地见了这小夫妻一次。妻子来自湖南，早年丧父，只有母亲和三姊妹，受尽同乡的欺压，好不容易熬出头来，嫁入夫家却让她又憋了一肚子咽不下的气。

大部分时间她都在吐苦水，一宗又一宗地数落丈夫的不是，怪不得男人总是找路逃走。

她要求丈夫每月陪她和儿子三个周末，只花一个周末陪父母。这本来不算是一个过分要求，丈夫却只答应一半一半。双方坚持不下，一个本来容易解决的问题，不但解决不了，反而愈说愈僵，前尘往事，变成算旧账，每句话都擦出火来。

如此看来，其实见面一次都嫌多，因为这种共处其实毫无质量可言。

我了解妻子的苦恼，只是她每句话都是舌剑唇枪，对解决问题毫无用处，但是要她停也停不了。

很多人以为夫妻要多沟通，但是此时此境，他们更要知道如何闭口。亲如夫妇也不能想到什么就说什么的，有些话说出了就收不回来，双方

都会记恨在心,这也是造成现在这个僵局的一个原因。

婚姻研究专家 John Gottman 提议夫妇在火头盛势时,就要赶快鸣金收兵。专注于量度自己的脉搏,如果超高,就要避开对方一阵,待心平气静时才好见面。

既然无法让妻子收声,我们只好等待她把气发完。好在这次丈夫没有像往常那样走开,还坐在她身旁拉着她的手。即使妻子多次用力把他摔开,男人仍陪伴着她,最后终于平静下来,两人承诺一同学习重新开始。

我们这次培训的同学中,有多位也是来自湖南,有人说那吃辣椒的地方人也特别辣,也有人说这是湘女多情,只是情无落处,才会变得如此苦涩。

我却想,三代家庭对小夫妻永远都是一个大挑战。夫妻必须要有足够创意和配合,才应付得来。我告诉妻子说:“我自己也是嫁入一个大家庭,有一阵子我的公公、婆婆以及一群亲属,都搬到我的家来,把我那布置优雅的家闹得鸡犬不宁。”

那妻子抹干眼泪,问我说:“那你怎么办?”

我说:“气得要上吊、要杀人、要拧死丈夫。后来我丈夫提议我去参加一个女子会所,每天下班在那儿舒舒服服地享受自己的空间后,才回家吃晚饭。他的父母还以为我工作卖力,关系也就自然好了。”

这个故事的教训是:除非你嫁个孤儿,不然就要接受你丈夫的家人,因为那是他的一部分。当然,丈夫也不可以溜之则吉,因为双方都需要你来表态。

这丈夫已经十分幸运,因为丈母娘没有给他添麻烦。如果女方也有个气焰逼人的大家庭,那才够你受!

胡言乱语的乐趣

我很喜欢这个一家四口的家庭，与他们谈话，让人觉得十分痛快。

没有见他们一段日子，那男人一见面就拉着我的手，十分高兴地说：“见到你太好了。”

我笑着回答：“嗯，别太兴奋，我有老公的呀！”

第一次见这家庭时，他们可绝非这般活泼，甚至让我吓了一跳。当时母亲是那樣的苦涩，与父亲的无奈，刚成正比。我要求他们商讨一些夫妇尚未达到一致的地方，谁知不谈还好，一谈起来，妻子就不停口地数落男人：没有一宗他做得对的事，是个完全失职的丈夫，一个绝对不负责任的父亲！

这个家庭有两个孩子，一姐一弟，都是青少年。姐姐无端端两腿失灵，不能走路，有好几年都出不了家门。弟弟也被诊断为多动症，要靠药物控制。

听着母亲对父亲的激烈攻击，姐弟都忍不住泪流满面，这是一个愁云满布的家庭。

父亲戴了助听器，大部分时间都听不到妻子的声音。我后来发觉他是选择性的耳聋，特别听不到妻子说话。

这次会面，两个孩子都很为父亲抱不平，觉得是母亲把他压迫得不能喘气。男人发觉孩子站在他的另一方，突然听到了所有的话。

他说：“我知道妻子对我好，为我受了很多苦，为了怕冲突，总是避开不与她争，久而久之，就没有话可说了。”

他认为妻子行为过于极端，生起气来可以不顾一切。他指出：“她老是带儿子去见心理医生。其实，真正要见心理医生的应是她自己。”

母亲却说：“在家中完全没有可以交谈的人，快要把我逼疯了，只有找儿子去谈！”

儿子也说：“我老是对她说，你不要再谈了，我的头要爆炸了。但是她总不能停止。”

像很多无法沟通的夫妇，母亲很自然地就撇开丈夫，常年与儿子结伴。看到如此合不拢的一对痴男怨女，我开始了解这两姐弟为什么会憋出一身毛病。

好在姐姐已经渐渐地走出困局，开始走起路来，并且找到一份半职工作，努力地恢复正常人生活。弟弟却代替了姐姐的病人角色，非靠精神药物不能平息情绪上的起落。

本来以为姐弟各自患了不明其解的身心症，现在有机会看到整个家庭的互动，对二人病征就有不同的领会。

从家庭系统去看个人行为，很多孩子在极端担心父母的时候，都会急出各种心理病来。而且很多表征问题是不停地变动的。从母亲的投诉，我们起初以为父亲实在不济事；从儿子的表达，我们又以为母子之间存着严重的矛盾。但是这都是表面的层次，很快就发觉丈夫并非不关注家庭，只是无法过得妻子的一关；儿子并非反叛母亲，他只是离不开母亲才不断叫喊罢了；女儿虽然不大说话，但是她脸上明显地带着一股焦虑。