

心理咨询师

梅
墨
著



图书在版编目（CIP）数据

心理咨询师 / 梅墨著. — 重庆 : 重庆出版社, 2022.2
ISBN 978-7-229-16412-6

I. ①心… II. ①梅… III. ①长篇小说—中国—当代
IV. ①I247.5

中国版本图书馆CIP数据核字（2021）第269169号

心理咨询师

梅墨 著

出品：重庆华章同人

出版监制：徐宪江 秦 琥


特约策划：边江工作室

责任编辑：王昌凤

责任印制：杨 宁

营销编辑：史青苗 刘晓艳

封面设计：晨星书装

 重庆出版集团 出版
重庆出版社

（重庆市南岸区南滨路162号1幢）

投稿邮箱：bjhztr@vip.163.com

北京盛通印刷股份有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行有限公司 发行

购书电话：010-85869375/76/78转810

 重庆出版社天猫旗舰店
cqpbs.tmall.com

全国新华书店经销

开本：880mm×1230mm 1/32 印张：15.125 字数：335千

2022年4月第1版 2022年4月第1次印刷

定价：49.80元

如有印装质量问题，请致电023-61520678

版权所有，侵权必究



华 章
传奇派

品味无限不循环的人生

亲爱的，此生与你相遇，不可思议，难以摆脱。

不管结局如何，当下我们在一起。

我信任你一如信任神的指引，我愿安住其中，与你同行，向更伟大、更光亮的未知前行。

谨以此书致敬这个时代的先行者

目 录

第一章

- 一、多动症 /1
- 二、心理专家 /8
- 三、创伤后应激障碍 /18

第二章

- 一、刺激与反应 /25
- 二、双相情感障碍 /36
- 三、闺蜜与男货 /42

第三章

- 一、自杀危机干预 /47
- 二、谈话疗法 /53
- 三、泡浴强迫症 /61

- 四、活生生的案例 /66

第四章

- 一、代际传递 /73
- 二、出事 /83
- 三、蒲公英诊所 /88

第五章

- 一、挽救生命 /92
- 二、敬老院 /101
- 三、模拟遗书 /106

第六章

- 一、意外发生 /113

二、离奇的个案 /122

三、校内危机干预 /127

四、《夜莺》/133

第七章

一、诡异的心理热线 /139

二、此心非心 /146

三、《贝加尔湖畔》/154

四、火烧眉毛 /158

第八章

一、割肉补疮 /164

二、玛吉阿米 /173

三、麻木与幸福 /179

四、心病 /185

第九章

一、人生的苦谛 /190

二、抑郁症 /196

三、鸿门宴 /203

第十章

一、情归何处 /212

二、血指印 /223

三、沙盘治疗 /229

第十一章

一、“林妹妹”的个案 /241

二、《布列瑟农》/251

三、家庭治疗现场 /259

第十二章

一、七夕节晚上 /272

二、白桦的真相 /281

三、轮岗 /294

四、《初雪》/298

第十三章

一、回家 /307

二、亲不隔疏 /318

三、路怒症 /328

第十四章

- 一、禅堂吃茶 /333
- 二、放生 /342
- 三、结婚纪念日 /350

第十五章

- 一、名人白玉兰 /354
- 二、紧急会议 /361
- 三、敬老院 /373
- 四、野山岗 /379

第十六章

- 一、忏悔录 /385
- 二、起飞 /394

三、决定 /400

- 四、观想这杯沸腾的茶 /404

第十七章

- 一、最浪漫的事 /411
- 二、秋山又几重 /417
- 三、一切法门都是药 /428

第十八章

- 一、忠诚你自己 /443
- 二、陪伴 /448
- 三、灵魂伴侣 /460

后 记/473

第一章

一、多动症

九月的一个下午，一场叫“温莎”的强台风刚刚过去，风势虽说减弱了，路面仍湿淋淋的。树枝倒折垂地，积水漫过窨井盖，沿街의店铺招牌、广告牌、自行车东倒西歪。

岑晓稚早早从单位溜出来，急急地走在路上，她要去见一个人，办一件重要的事。

本来她是想打车过去的，可台风过后一片荒凉，哪里打得到车？她只好边走边找车，不知不觉穿过了半个城市。

“问小宇有什么用，跟个闷罐子似的。还有韦凯峰这死鬼，他是天塌下来当被盖，我已经不想和他说什么……啊哟——”她说得激动，冷不防额头撞到了前面的电线杆。

这个九月注定是多事之秋，岑晓稚感到整个生活乱了套。

先是开学期始考小宇没考好，英语考砸使得他在班级的排名一下子滑到中游边缘。这个先不说，更严重的问题是，班主任来电话说小宇有反常行为，他在英语课上做出种种怪异动作，严重影响课堂纪律，批评教育都没用，一上课就发作，英语老师表示课没法上，汇报到教导处说这孩子有多动症。

“韦世宇有多动症”的传言迅速在班级传开，家长群第一时间燃起战火。这些妈妈们一有风吹草动就来劲，有说多动症要找心理医生，有说多动症搞不好会成精神病，还有人扯到上学期轰动全校的案子——抑郁症女生企图自残，等等。

岑晓稚急火攻心，为怕起冲突，班主任叫她先退出了家长群。当天她班也没去上，急急赶到学校，在办公室，英语老师指着她的鼻子毫不客气地把小宇批了一通，进进出出的老师向她投来的眼神，更让她满脸燥热，无地自容。

从学校回到家天已全黑，她也没心情做饭，推开门，老公韦凯峰仍旧窝在书房看他的谍战剧，她二话不说过去就拔掉插座，关闭电脑，“噼噼啪啪”的激烈枪战声终于消失了。韦凯峰瞪她一眼，说：“你有病啊？”她说：“我被老师批斗到现在才回来，你还有心情追剧？我问你，小宇到底是不是你儿子？他都要被学校勒令退学啦！”他鼻子哼了声，说：“开玩笑，上课做做小动作就成多动症了？你们这帮女人，让我说你们什么好，病得不轻。”

她不想和他多说，冲出书房砰地甩上门，又啪地推开隔壁房门，大声喊道：“韦世宇，你给我出来！”

小宇磨磨蹭蹭地走过来，垂着头不吭声，背靠在门板上死死不动。

深夜，她在电脑里打进“少儿多动症”几个字搜索，随之出

来了一长串专业名词：除了多动症，还有少儿抽动症、抑郁症、恐惧症、少儿行为障碍、情绪障碍、发育障碍，加上医院儿科、精神科、心理科医生的解说及各类药物……她越看越抓狂，一把合上了电脑。

对面房间还亮着灯，快十点钟了，小宇还在做题。自开学以来，他睡得越来越晚。她意识到，这个时候成绩好坏已经不重要，要紧的是先治他的病！

岑晓稚在路口停下来，抬手揉着被电线杆撞痛的额头。

手机响了，又有朋友来电话向她推荐一个口碑不错的心理医生，叫章达成，说这个人治疗青少年心理毛病有一套。岑晓稚说知道，事实上，她今天顶着风、蹚着水，穿越大半个城市要去见的人，正是章达成。

说起来，她与章达成是有过一面之缘的。

她在桐城中心区图书馆工作，这个叫章达成的心理专家，曾在她们图书馆开过一堂“青少年心理健康与危机处理”讲座。那天来听讲座的市民挺多，妈妈们尤其多。她在讲座快结束时去现场巡视，远远听到这个姓章的专家说：“大量的青少年案例反映出，心理健康是一个孩子全面成长的基石。”她觉得有道理，记住了这句话。

班主任的意思非常明确，迫于学校和家长两方面的压力，让小宇先在家休息一周，并叫她尽快带他去医院做检查。

可她不想去也不能去。她怕万一小宇被确诊，这对于小宇，不，对于全家都是个极大的打击，班主任极有可能叫小宇病休，学校也许会采取劝退什么的措施，那小宇今后怎么办？他还那么

小。所以，她绝不会贸然带孩子去医院，至少在带孩子去医院前，作为妈妈，她要先好好了解他的病情。当务之急，是找一个有经验的心理医生——她想到了章达成。

章达成是心理专家，同时也是桐城心视野心理健康公司的负责人。她从馆里资料库找到他留下的一个电话号码打过去，很意外，接电话的不是他本人，对方说这是心视野公司对外心理援助热线，然后把电话转给章达成。

章达成听她讲述后简短说了几点：第一，病与症是两码事，症是说明有某种症状，病是病理性疾病，两者有区别，不能混为一谈。第二，诊断需要科学的评估，不要凭主观猜想给孩子定性，更不要给他贴什么症之类的标签。第三，要全面了解孩子的近况，包括他最近的情绪表现。这些话岑晓稚听得似懂非懂，她想进一步和他谈谈，于是预约了当面咨询。

他与她约定的时间，就是今天下午四点。

前方是建筑工地，岑晓稚避开堆积的钢架铝管和板材，又蹭过一段积水的洼地来到十字路口。红灯亮起，她停下脚步，能看到马路对面四五百米处一栋高高的写字楼，心视野公司就在这栋写字楼内。她看看手表，离约定时间还有十五分钟。这时，包里的手机响了。

“请问你是岑晓稚女士吗？”

“是，我是。”

“我是心视野公司的管理人员余婷。要向你说明一下，我们章主任刚接到通知，要去处理一桩危机干预，所以你预约的咨询要先取消了。”

“你说什么？我已经快到你们公司了，这鬼天气打不到一辆

车，我大老远地赶过来，你跟我说咨询取消？”

“这也是没办法啊。要是你着急的话，我给你换其他咨询师。”

“不，我就要找章主任。我和他通过电话，他了解我儿子的情况。你不知道，我是十万火急才找到他，不能说取消就取消。”

“岑女士，心理危机干预就是临时发生紧急情况要随叫随到的，要不给你延迟吧？不过明后天章主任都有安排，要到周末。”

“不行，我就要今天。你们是这样对待每个人的？我要向你们的上级部门投诉！”

“岑女士，请你冷静一点。”

“冷静？我要是冷静的话，还用得着来找你们吗？”

岑晓稚不等对方回答摁掉了电话。

绿灯亮起，三三两两的行人越过她往前走，她拿着手机打算把这个见鬼的心理援助热线拉黑，最终又停住了。她觉得不能这样莫名其妙地“被取消”，她要留着这个号码，她有一种预感，她与这个姓章的心理专家没完，他要还她一个解释，给她一个答复。

事隔多年，她与他之间发生的一切，证实了她当时的预感。

几天后岑晓稚接到一个电话，是回访电话，对方还是那个心视野公司的管理人员余婷，说因为上次临时取消她的预约，这次特意排出时间欢迎她重新预约，岑晓稚回了句“我不需要”就挂了电话。

那天“被取消”后，岑晓稚转而去了附近不远的市综合医院。

快下班的时间点，医院里人不多，她在心理科挂了号，当班

的年轻医生低头在玩手机。她说起小宇的情况，没等说完，年轻医生就打断她说，你不带孩子过来和我说什么？先带孩子来检查，再看要不要矫正理疗或是服药治疗。她说万一我儿子不是多动症呢，我是他妈妈先来了解一下不对吗？他说了解和诊断是医生的事，你了解什么？他还说我这里不是心理咨询，每个病人都像你这样问这问那，我一天能看几个？就这样，岑晓稚在心理门诊待了不到五分钟，就被那个年轻医生打发了出来。

她徘徊在医院的走廊，不知道该怎么办。

走廊里已经没有人，墙上挂的大屏幕在放心理健康小知识，屏幕里专家的声音很响，他在讲抑郁症的形成和发病，她想会不会讲到多动症呢？她盯着专家在长椅上坐下来，眼睛一动不动。专家还没说完抑郁症，心理科的年轻医生出来了，他已经脱掉白大褂，穿着衬衫、牛仔裤，砰地关上门，昂首踏步朝走廊另一头走去。护工过来清扫地面，小护士哼着歌随手关掉大屏幕，“咔嚓”一声黑屏了，讲抑郁症的专家消失不见。

寂静的长廊空无一人，只有墙上的时钟在嘀嘀嗒嗒地走着。时间不对，她要回去做饭，饭后小宇还要去补习，她三步并两步急急忙忙跑下楼去。

晚上，岑晓稚在网上查看心理学方面的文章，可那些冗繁的专业名词让她头疼。她叹口气合上电脑，去给小宇热牛奶。

她端着牛奶在门前站住，小宇弓着背趴在桌上做题，灯光把他的影子投在墙上，像一个佝偻的小老头，她心里很不是滋味。

她想到那个心理热线电话，章达成在电话里对她说：“要看到问题产生的压力源在哪里，孩子的内心有什么想法，是什么导致他的行为外化，这些都需要评估。孩子出状况，带出的往往是

家庭问题。”

家庭问题，这话她听懂了。

他又说：“你们夫妻关系怎么样？孩子开学前家里有没有发生什么，你们是不是有吵架？这些都不能忽视。”

他的声音平和自然，在岑晓稚听来，平和下面分明藏着锐利的小尾巴，这人是不是会读心术？面对他一连串的提问，她无言以对。

确实，在小宇开学前，她和韦凯峰之间发生了一桩事，一桩结婚十几年来从未有过的事件。难道这件事影响到了小宇？她的心揪紧了，不敢往下想。

星期六傍晚，韦凯峰从公司加班回来，进门仍在打电话，估计又是哪个难缠的客户，一直打到他对着电话再三保证就差点头哈腰了才挂断。韦凯峰扔下手机，一米八的个子嘭地倒在沙发上，四仰八叉，摆出一副葛优躺的样子。

小宇从房间溜出来，手里拿着一只苹果凑到他跟前。“爸，我给你做个试验。”他把苹果递到韦凯峰鼻子底下，“你闻闻香不香？”

韦凯峰看看他说：“搞什么鬼，你的作业做完啦？今天表现怎么样？”

“哎呀，别说话，听我的指导，”小宇爬过来合上他的眼睛，像模像样地说，“现在不许动，躺好。就这样，对，做三次深呼吸。嗯，嗯，你想象苹果就在你鼻子下面，是不是很香？嗯，嗯，你接着想象我切开了苹果，再闻闻，是不是更香？”

韦凯峰吸了吸鼻子。

“嗯，你现在嘴巴里有没有唾液？你再想象张开嘴咬了一口，再咬一口，是不是酸酸甜甜……”

韦凯峰闭着眼不自觉地咽了咽口水，喉结滑动，嘴里发出“吧唧吧唧”的声音。

“欧耶！”小宇扔下苹果跳起来，嘴里叫喊着，“妈妈，你快来看，来看啊，老爸被我催眠啦，哈哈哈！”

“小宇，你在干什么？”岑晓稚正在阳台忙着，两手沾着肥皂泡。

“我把老爸催眠啦，妈——”小宇跑过去对岑晓稚说，“昨天学校来了个心理专家给我们上减压课，还示范催眠。哇噻，太牛了，小胖说我流口水了，我看他们个个东倒西歪，连我们老师也快睡着啦。”

“什么专家，哪里来的？”岑晓稚把洗干净的球鞋提起来。

“心理专家叫章达成，章叔叔。妈，他太神了，我说我有多动症，叔叔说他小时候也有，聪明的孩子都有，你帮我预约吧，我要找叔叔聊天。”

“章达成……”岑晓稚的手停了停，随即踮起脚，抬起手，把湿嗒嗒的球鞋夹到高高的架子上。

二、心理专家

早晨，章达成是被外面一阵激烈的吵架声给吵醒的。

他打开门一看，对门的健健妈脸上贴着黑面膜，手提明晃晃的水果刀，转动眼珠，嘴里叫着：“我现在就上去砸你家的钢琴，我叫你弹！弹弹弹，白天弹，晚上弹，弹得我神经衰弱，快成神