

我刚从纽约家庭研究中心工作完毕 正要赶回多伦多 却接到儿时旧友的电话 她说 我们一定要见面！

原来她参加了一个妇女小组 这种称为 Women's Support Group 的组织 在欧美十分流行。目的是把处境相同的妇女召集在一起 互相发展身心 互相支持。

朋友说 她的支持小组叫每一组员做一个作业 就是回复到童年十岁时的时光 彼此交流当时的特别回忆。

## 回访童年千愁万恨

谁知道童年回访 竟引起千愁万恨 以为褪了色的回忆 原来仍是色彩鲜明 很多在意识中不知道存在的印象 却突然浮面。

我朋友一向是个讲理智的人 因为要做这个作业，突然情感澎湃 不可收拾。

她说：“这几天来 我不能吃、不能睡 想起自己与父母的关系、姐妹之情 更勾起十岁时那种无助的感觉 就不能停止哭泣。”

她继续说：“十岁时 我最深的一个印象 就是父亲出外经商 母亲送他上船时 她面上那股失落的表情。当时我不明白那表情的含义 现在才知道 她与我父亲的情感 自那次分别后就再不如旧。”

“我常常怪母亲对父亲不够体贴 以至弄成父亲后来移情。现在重返十岁时的一幕 才领悟她的冷漠、她的心死 我想起自己多年来 对母亲是那样地不谅解 就哭不成声。我们母女的感情一向不亲近。我觉得她拒绝父亲 我也拒绝她！”

## 新作业——重回四岁那年

朋友做完她重返十岁的功课 她的支持小组又再出新的作业 这次 她要回到四岁。

她说：“四岁时 我在门前被三轮车撞倒 呱呱哭叫妈妈。但当母亲下楼时见到我满面鲜血的样子 吓得用手抓着自己的衣襟 忙叫佣人为她取一支香烟来 却不来抱我。

我哭得很凄凉 不明白妈妈为什么不来抱我。结果是我的小外婆把我抱起 她一直抱着我上医院 我仍然记得自己躺在她怀中 鲜血染红她的衣襟 我却特别记得她领下的一颗钮花扣子……”

朋友说着她四岁的一幕 依然泪影盈眶 她面上当年受伤的疤痕早已痊愈。她心中的受伤 那母亲不来抱她的绝望 却仍在淌血。

## 孩子的眼睛最亮

孩子不懂事 其实孩子的眼是最亮的 像个清晰无瑕的摄影镜头 早年的景像 一幕幕摄入心中 过目不忘。只是孩子的世界是那样无助 一切都要依靠成人 心理学家 Harry Sullivan 的著名学说 就是认为人的性格发展 大部分是在身旁的重要人物影响下形成的。

因此 为要适应成人的行为 本来清晰的眼光慢慢变得呆滞 本来直接的感受慢慢变得深藏 有人说 成人是受了伤的孩子 这话不是没有根据的。

以布比 John Bowlby 为首的英国派心理学 专门研究孩子与父母间的归属关系，建立了一套归属理论 (Attachment Theory)。布比认为 每个孩子在成长中 都要忍受被父母遗弃的感觉。他用录像机跟随幼儿的身体语言及面部表情 详细记载他们与父母间相依的连带关系。

## 小尊尼的一百四十四小时

我印象最深的是小尊尼的录像资料。尊尼不够两岁 他的母亲入医院生孩子 把尊尼送到托儿所居住 布比派助手录下尊尼在托儿所一周的过程。

这本是平平无奇的一宗事 但录像镜头集中在孩子身上 我们看到的却是一幕人间大悲剧。先是尊尼在陌生环境中的恐惧及失落 对其他孩子的侵略完全没有抵抗。他的一双大眼睛满是彷徨 四处找寻父母的影踪。

第二天 他父亲来看他 小尊尼兴奋得不得了 父亲离去后 尊尼望着大门不肯走开。

第三天 父亲没有来 尊尼蹲在门前伤心极了 他哭了很久,哭倦了 走去靠在托儿所保姆脚下 自己找寻安慰。

第四天 父亲来了 尊尼不肯前去迎接他 父亲带给他礼物 他也推开 自己抱着小熊猫 伤心地躲在一角吮手指 对父亲作消极的控诉。

第五、六天 他开始适应托儿所的环境 紧随着托儿所保姆 生怕这位刚熟识的 新妈妈 也会离他而去。

尊尼的无助 及对父母的绝望,引起看过这纪录片的观众无限愤怒 有人甚至责怪布比 为什么见到孩子这样受苦都不加援手 只顾做他那 没有人性 的实验。

## 从始到终的失落

事实上 如果没有布比的研究 很多人都不知道孩子的感觉有多敏锐 也不曾知道 人的一生 由孩童开始 就要接受一项又一项的失落 失落稳坐母胎中的安全感、失落父母的全部关注、失落心中的梦想、失落梦里的情人、失落青春、失落健康 最后 是失落生命。

既然是一连串的失落 那么 一生何求 答案当然因人而异 童年始终是重要的 即使苦多于乐 也是我们每人生命的因由。我们的童年 储蓄了很多丰富宝藏 也禁锢着很多过去的鬼魅。我朋友哭肿了眼睛 可是她那两度重访童年时光的习作 却给她带来很多新的启示 不

单解开了她与自己母亲的结，也使她与刚上大学的女儿关系更为密切。

而我们坐在四十二街的火车站大堂 我赶着要到飞机场 她也要坐车回城外的家 匆匆相聚一小时 却跨越时空 打开一幕幕儿时旧事。

那年她全家移居巴西 我赶到码头 船却开走了 当时失落之情 记忆犹新。没想大家在纽约又碰在一起。可见那很多以为失掉了的东西 其实是可以找回来的！

## 童 话 之 路

德国中部 由居亭近 Gottinger 开始 南下好几个城市 都是格林兄弟童话中的人物活动之处 旅游人士称之为 Fairy Tale Route( 童话之路 )

记得童话中那吹箫引鼠的人吗 他叫 Sand Piper 吹着箫子把全城老鼠带走 这故事就发生在居亭近 市中还留有他的塑像 一面兴奋之情 好像仍在等候领赏。

又例如那位坐不稳的鸡蛋先生 (Humpty Dumpty), 千方百计坐上围墙上。童谣却说 鸡蛋先生 翻个光蛋。国王的全部兵, 国王的全部马 都无法把它按住。

童话路上 碰到不少父母带着孩子 沿途讲故事。孩子们对这些已经了如指掌的故事人物 却又不厌其烦地听完又听。

道路中有一个叫做物顿 (Munden) 的城市 好像是用糖果和糕饼做成的 房子都是一层层、一叠叠地堆砌起来 像个大蛋糕 完全不受建筑原理所限制。置身城中 有如爱丽丝游仙境 现实与梦境不能分开。

物顿城附近有座黑森林 荒芜而无路 古树冲天 却有野鹿成群 奇鸟引路。如果你跟着一支红鸟走 就会在林之深处 找到一座绿色的堡垒 睡美人就在这堡垒中睡着 仍然等候着王子前来 把她叫醒。

当然 在现实生活里 这一座相传住过睡公主的城堡 现在已变成一间豪华的古堡酒店。它的位置崎岖 我的确是驾着车子找了很久 才找到这一座仍然充满神秘感的中世纪建筑。

## 睡美人症状

坐在酒店的露台 吃大盆缀满鲜果的巧克力雪糕，听到邻座的一个小女孩与母亲谈话。这女孩看来只有三、四岁 她满嘴巧克力糖 担心地问母亲：“如果王子老找不到路 不来唤醒公主 那公主怎么办？”

母亲答：“那她只好等着 等到永远！”

我听着 心里想 怪不得有心理学家写了一本叫《睡美人症状》(*Sleeping Beauty Syndrome*) 的书 内容主要是指出很多女性 实在过于依赖爱情 天天等着白马王子前来打救 王子不来 一生就在睡梦中朦胧度过。这种女性心态 其实在孩童时就养成了。

童话与孩子 的确是息息相关 没有孩子 就没有童话 没有童话 就不会有孩子 只有三四岁的小老人。

其实 几乎每个孩子 都有重要的故事人物藏在心中 与他们一起长大,发挥他们的感受。这些人物 也可以是动物 是儿童的重要伴侣 为他们分忧 替他们解愁。孩子最牵肠挂肚的时候 就是母亲坚持要把日夜相伴的小布熊拿去濯洗的日子。

凡做儿童心理治疗的专家都知道 问孩子心中话，尤其是与父母有关的问题 他绝少会直言。但是 如果你

问他小熊猫是否不开心 小芭比为什么流泪，一般小孩子都会较为自由地答话。

## 童话的教化

因此 要了解孩子的天地 最好是从童话开始。要教育孩子 也是最好由童话着手。

如果你留意近代欧美的卡通片 就会发现卡通故事中的人物 大都随着社会的进展 而改变形象。最明显的 就是女性的造形 例如新制作的《人鱼公主》(*The Little Mermaid*) 或 《美女与野兽》(*Beauty and the Beast*)，女主角都是独立而又有主见，全部以妇解新形象出现。相反的 男主角都是温柔而重感情。这种制作的教育意义 主要在于潜化下一代 让女孩子不再以做睡美人为荣 让男孩打消大男人主义！

其实 不单孩子需要童话 成人一样需要童话。纽约百老汇音乐中 我最喜欢的一套叫做《在森林里》(*Into the Woods*)。这套戏集童话之大成 所有我们熟悉的童话人物 灰姑娘、小红帽、塔里的公主及偷了巨人那只金鸟的亚杰 全部在同一时间出现。他们在森林里迷失 彼此穿插 结果虽然收场完满 却不一定是 *Live happily ever after*——永远快乐。

## 成人的答案在森林里

王子娶了灰姑娘，不久二人就像老夫老妻似地吵架。王子唱道 我的任务是在探险途中 拯救那被困的少女 没有人教过我怎样在家中与妻儿厮守！

那小红帽，自从祖母被坏狼吞入肚中上过一次当后 学得比狼更凶 她身穿狼皮 手带利刀 自称是受害者 四处找人报复。

亚杰取到会产金蛋的金鸡 天天孵蛋 却又怕人把金鸡偷去 弄得终日精神紧张 毫无乐趣可言。

这些长大了的童话人物 没有一人获得快乐 结果全体又再跑入森林里 寻找成人的答案。

他们同唱 我们不要乱说话 孩子会倾听，Children will listen！

孩子实在会倾听 我们真地不能乱说话！

## 童真境界

心理学的研究 大都以成人为主 虽然有一门发展心理学 (Developmental Psychology) 对孩童的身心发展分门别类 但是对孩子内心世界的丰富幻想的探索 反而不如文学、电影或舞台的表达来得生动有趣。

因此 很多着重儿童心理的治疗者 总得不断走入孩子的童话世界 体会他们的天地。

在童话路上 我再也没有想到工作 好像神仙棒把我一下子点成一个六岁的小孩 尽情活在各个不同的故

事里。

瑞典名导演英格玛·褒曼（Ingmar Bergman）在宣布收山前拍了一套电影叫做《*Fanny and Alexander*》，说的是两个孩子的故事。褒曼的电影以描写人性黑暗的角落见称，但在他老去之时，却特意给观众留下一部充满童真的杰作。Fanny 与 Alexander 是一对小兄妹，生长在舞台之家，也特别懂得舞台的变幻及神妙之处。小兄妹遭受家变，但是无论在多险恶的情况下，他们都找到起死回生的办法。那是一个揭露出人性种种凶恶，却又是充满着单纯及希望的故事。

年老的褒曼，全神投入两个孩子单纯的世界里——  
一个充满色彩、魔术与不受现实限制的自由天地！

这个童真境界，可以说，是成人的答案！

我认识一个小女孩 她的父母亲给她一个十分出众的名字 让我们暂时叫她做“超人”。

超人精灵可爱 话头醒尾 是家人及老师的宠儿。就是有一个毛病 她很容易哭泣。

很微小的事情 像铅笔芯突然断了 或皮鞋的带子打了结 或她的书桌被人收拾过 都可以令超人眼泪盈眶 抽泣不止。

超人的父亲是物理教授，却是无法理解女儿的个人性。他说 女儿见过很多大场面 惯于应付各种环境的压力 对着一千人独奏钢琴都从容镇定 怎么对毫不重要的生活小节 完全失去控制？

这真是个有趣的谜。

怎么一个八岁的小孩子可以面对万众 却无法容忍生活上的小挫折？

要找出谜底 首先要从超人的名字开始 超人名为超人 可见这名字带着多少父母对她的期望。由出生的一刻起 父母为她安排一切有益身心发展的活动 给她准备最适当的环境 加以栽培。父母喜欢古典音乐 超人的婴儿室也天天播放着莫扎特与巴哈。父亲头脑精密，女儿的玩具也全部是发展脑力的益智游戏。母亲精通几

国语言 女儿的故事书也备有中、英、法、德语版本。

这是一个在放大镜下长大的孩子 她的一举一动、一言一行 都逃不过父母的苦心观察 刻意启发。

## 大便时听音乐

超人大便不畅 父母给她买个会唱歌的马桶 她每次拉屎 马桶就会唱起歌来回应 让她拉得开心。好在马桶唱的不是古典音乐 否则超人长大后每上音乐会 就马上联想起要上厕所 父母亲要女儿做音乐家的梦想，岂不变成笑话？

超人身负重任 其心理负担可想而知。她是个乖孩子 甘心乐意地走上父母为她安排的道路。七八岁的小小年纪 就参加天才儿童独奏会 博得掌声满场。父母对她的厚望 更形迫切。

父亲说：“超人在班上考第二名 我鼓励她下次一定要考第一。”

一个永远向上的孩子 其实像一匹马场上的宝马，被人罩上眼罩只能望着目标奔跑 不可旁视。在这样绝对理智的家庭环境中长大的孩子 当然无法接受这世界不完整之处 因此 生活稍一出错 就触发起内心无比的愤怒 无比的控诉。

瑞士著名的心理学家米纳（Alice Miller）专门探讨儿童的内心世界 她的一本名著《天才儿童的苦恼》（*The Drama of the Gifted Child*）写尽儿童的悲哀。

米纳所指的“天才儿童”并非一定是天生具有特别

天赋的孩子 米纳认为 我们所有人在儿童时代 都得要具有特别的才干 才可以应付父母对我们的各种要求。

米纳认为成人的困扰 大部分与儿时的经验有关。父母的爱 很多时都与赏识不能分割 孩子为了获得父母的爱 一生下来就知道要凡事达到父母的期望 否则就会失去父母的赏识 也同时失去他们的爱。渐渐地 孩子学会再也不以自己的感觉为感觉 只求达到父母的赏识。

## 为形象而活

这些孩子长大后 对整个世界也具有同样的心态，他们需要站在世界的巅峰 受到全人类的赞叹 他们当然也对自己万分欣赏。这些人一旦从高处跌下或经历做人必经的正常阶段，如生老病等，就会陷入无比的低潮。因为他们无法忍受一个不是十全十美的自己。

其实我们大部分人都是为一个形象而活 很少人会真的让自己接触内心真正的感觉，尤其是令我们失去“好孩子”形象的感觉。我们的自我评价 大部分都是根据自己的成就、美貌 或突出之处 很少会安于做个平凡而深知自己七情六欲的人。因为我们从孩童时候就知道 为了要获得父母的爱 我们需要突出自己。

《天才儿童的苦恼》写于一九七八年 至今仍是一本畅销书 米纳在一九九四年这书再版时重新写了一篇自序 强调父母对孩子的暴行 除肉体之外 还有更大部分是微妙的心理控制。而且这种控制 是不自觉地一代一

代传下去的。

单从我们的名字 也可以看到上一代放在我们身上的压力。中国人命名 不是扬名声显父母 就是超群脱俗 总得要有过人之处。年仅八岁的超人 在下意识中知道 超人的路并不好走 因此一有机会 就得放声大哭。

她能够哭泣是件好事 至少可以让心中压力有个出路 但是 慢慢地 她会学到怎样控制哭泣 那时候 她将会把自己的感觉藏得更深。

有趣的是，低潮或神经紧张的状态 很多时都是因为内心强烈的感觉无法流露之故。

## 未必事事完美

爱力逊的弟子查夫基 (Jeffrey Zeig) 认为 极度沮丧的人 大部分都是无法接受自己或生活中不完美之处，因此 他的心理治疗 常刻意地把 不必完美 的观念 灌输到病人的意识中。

我参加过他的一次催眠示范 他先让病人放松 然后十分温和地用声音把病人带入催眠的境界 我要你集中思想 找寻这个世界不完美之处.....做人不完美之处.....不单要想 还要去欣赏这些不足之处.....日本的著名陶瓷艺人 在做成一件完美的作品后 故意把一角弄破 不让它完美.....最精巧的波斯地毯 在将完成时 织造艺人刻意把绳结打错.....我在编制两卷书籍时 也特别在每一卷书籍内 故意加上错误 因为 我不喜欢十全十美.....

查夫基这一番推广“不必完美”的催眠法，颇有值得怀疑之处。不知道他是为自己的书籍卖广告，还是出版后发觉真有错误，乘机为自己找个藉口。无论如何，事事追求完美，是我们大部分人一辈子镶在头上的金刚箍。这金圈子一天不能除下，我们一生不得自由。

我也建议超人爸妈，为女儿起个新名字，叫小花猫也好，小黄狗也好。八岁的孩子应与动物为伍，跳跳叫叫的。一个孩子过早背上那征服世界的使命，担子实在太重了。

# 金 脑 子

法国作家 Alphonse Daudet 在他的一册《磨坊信集》(Lettres De Mon Moulin) 中 收集了一个令人深思的故事 大意如下：

从前有一个孩子 他的脑子是金造的。

他的父母本来不知道，只是有一次孩子意外受了伤 才发现他脑袋中流下来的不是血 而是黄澄澄的黄金。

于是父母对他保护有加 不让他轻易与人接近 以防别人偷去他的脑袋 到孩子长大需要闯荡世界时 母亲对他说：“父母为你费了多少工夫 你怎样来报答我们？”

孩子从脑子中取出一部分黄金 赠给父母 然后走入大千世界。他找到一位挚友，一同居住 但是当挚友发现他脑中金子所余无几时 便离他而去 孩子独自守护着自己的脑袋 不再轻易信任别人。

可是 他遇到一位美得让他忘记一切的女士 于是他又把自己的金脑子献出。美女爱他的脑子 便嫁他为妻。两年后 美女死了 他用尽脑袋中最后一分金子 为她举行最隆重的丧礼。

一天 他像个行尸似地走在一条大街上 失落而无

望 突然发觉一家店子的窗橱内 正摆设着一双美丽精致的靴子 他想这双靴子他的妻子一定会喜欢 此时 他已经没有脑袋 记不清他的妻子已经死亡。

于是 他走入店内 要购买这一双靴子送给妻子。

售货员抬头一望 不见有人 只见地上躺着一个没有脑子的尸体。

## 一个悲哀的故事

Daudet 在写这段故事时，正因脊骨有病而将快死亡 他解释道 这个故事好像虚构 其实从头到尾都是真实的。这世上有些人 每每要用生命的实质 或脊骨作为代价 才可以换取很微少的回报。

这是一个悲哀的故事，一个人要把自己生命的实体 像金子一样，一分分地报答父母之恩、朋友之情、夫妻之爱 到最后 为追寻一个幻觉而倒下。

这个故事 同时揭发出我们每个人心底的一个大疑问 我们的自我价值 究竟在哪里 没有那金造的脑子，是否就会友叛亲离 如果自己 没有突出之处 可还有人会爱我？

这种爱的幻觉，在荷李活式的爱情故事中常常出现 男的都是才貌出众 女的都是美丽脱俗 人人必须具有金脑子的条件 才可以获得做人光彩的一刹那。

根据米纳 Alice Miller 学说 这种孤芳自赏的困扰，虽然种类繁多 但一般都具有两个极端：一就是极度夸张，一就是极度消沉。夸张与消沉 往往是形影不离的。