

作者：李維榕博士

刊登日期：2020年9月5日

原文刊載於信報財經新聞專欄〈故事從家開始〉

## 祝你立馬就去死了

打開電郵，一句「祝你立馬就去死了！」一拳朝我面上打來！

我嚇了一跳，不知道得罪了誰，要如此咒我？而且不只是一句，是一連串的叫你立馬去死！重覆又重覆，觸目驚心，一共五百句不止！何來如此深仇大恨？

猛然醒覺，那是一位遠在異鄉的少女，我下午才剛與她用電話交談。當時她告訴我，正在準備考試，基於疫情險峻，現在大學考試都在網路上進行。終日關在陋室，不但很難集中精神溫習功課，而且胡思亂想，好像頭上有把刀，讓她的頭不停在痛。

而她最大的頭痛，就是父母！

她恨癢癢地說：「每想到他們對我少時的傷害，我就想揍他們！」

當時我的自然反應是：怎麼又是父母？這問題不是已經談了無數次嗎？你不是已經遠走他鄉了嗎？既然已經宣布不想與他們拉上關係，怎麼在應付大考當前，又把他們千山萬水帶到現場，成為頭頂上的一把刀？

但是我結果對她說：「想揍就揍吧！反正他們山長水遠！」

一個青年人與父母的情意結，有時實在怎樣也很難解開。記得 Richard Gere 主演的那套電影 *Pretty Woman* 嗎？在故事裡他對 Julia Roberts 說：「我做了十年心理治療，才學會說：我恨我的父親！」

怎麼要做十年心理治療，才學會去說恨他的父親？如果這青年人的治療費用，是由父母支付的，那麼父母豈不更是啼笑皆非？

問題是，一個人即使心中有恨，要痛快地說出來可並不答易，寧願憋出一身毛病，尤其恨的是父母。偏偏我們的情意結，都是繫在最親近的人身上。所謂愛恨交織，有愛就有恨，只是在一個着重孝道的文化，很多人就只有在失控的情況下，才能毫無保留地表達如此強烈的情緒！

個人與父母之間的恩怨情仇，真的是古往今來一個不可忽視的現象，在精神科的案例尤其顯注。只是備受「無不是的父母」這句訓言所累，一般人都會淡化這個讓人不安的題目，當事人自己就更是難以理直氣壯。我們的案例中有好幾位少女，平時都是乖乖女模樣，但是偶而會發病，把多年來藏在心底針對父母的怨恨大肆舒洩一回。

其中一名少女特別有趣，她每次發作，都會用英文向父母控訴，分明知道他們無法聽得懂。父母招架不下，只氣得說：「她又發瘋了！」

如果你細聽她投訴的內容，卻是情節分明，都是針對母親對她的欠負，一宗宗全是過去怎樣為父母之間的恩怨賣命，而最後卻被否定或被出賣的不甘心！她的英文並不流利，說起來力竭聲嘶、肝腸寸斷，我幫她一句一句翻譯給父母聽。她的陳述很容易被強烈的情緒掩蓋，我卻不帶情緒一字不變地為她翻譯，控訴內容句句真切，讓在坐每人都聽得清楚。她絕對不是發瘋！但這又像是發瘋，因為每次發作過後，母女又會若無其事的交頭接耳。

這是一種母女特有的情意結。也許小女孩天生就希望做母親的貼身小棉襖，沒有人比她更知道母親心中的秘密，而母親，基於各種利害考慮，往往會讓女兒覺得白費苦心。母女的矛盾，總是這樣合不攏，卻又分不開。這種情意微妙又複雜，好像是女性特有的一種連繫，有時會連續數代。

只是這種情懷太強烈，也太難表達，只好以失控或用外語來發洩，以便減低其殺傷力。我記得在武漢教學時，在醫院見過一個少女，她是少有的可以用平常心去談論針對父母的怨恨。她告訴我說：「現在是有法律允許孩子與父母脫離關係的，我已經決定再也不受他們的牽制！」但是抗爭結果是被關進精神病院，她的主診醫生雖然同情她的遭遇，也很難站在她的一邊。而一旦成為精神病患者，她也可能失去與父母脫離關係的權利。聽說她在醫院找到一個比她病得更嚴重的男病友，讓母親氣得不停投訴醫生監管不嚴。

我們都知道一個人的成長與父母關係息息相關，但是母女關係尤其密切。我們從小就相信母愛是最無私的，當孩子發覺母親的愛混雜了其他因素，或質量不足，很容易就會身心受創，死纏爛打。也許長大的道理，就是接受母親（或父親）並不完美，而不是走遠了，仍是對她的一言一行終日耿耿於懷。

但是如果心中真的有恨，不吐不快，那最好還是在理性的情況下表達，不必靠精神失常來遮掩。也許這就像佛經默照修行所指，你清清楚楚地知道發生了什麼事，知道它的存在，不必回避，也不一定要處理，其實這已經是一種處理。心中坦坦然，明察秋毫，就百毒不侵，不會太在意一些過於強烈的情緒。

只是什麼才是心中坦坦然？是要心如明鏡台嗎？還是本來無一物？前者已經十分不容易，後者就真的是鏡花水月了。

而且這必須有一個過程，否則即使我告訴那少女要放下父母，也無濟於事，還不如讓她瘋一回，放鬆頭上那把刀再說！

只是這一聲聲喊吶，動人心魄，會讓所有人都不寒而顫！