

我

又回到老家了，將近四十年來對這個家割捨不斷的情感，時淡時濃。屋內陳舊的擺設，依稀可以看到我成長的年輪，心前一沉澱下來，立刻湧現許多回憶和情緒，儘管這個家的其他成員，始終無法從我口中理解那些糾結的心情。

難以承受「分離」之重

和這個家（甚至是家人）其實

並沒有深厚的情緣。我出生在台北，五歲時父母以工作忙碌無暇照顧為由，把我和三歲的弟弟送回彰化鄉下和祖父母同住；也許是那次的生生活變動太大了，我很清楚的記得剛「回」到那個陌生環境時的情景——在父親離去後，我

在主角擔下擔子許久

玩偶狗

文／張景然 · 攝影／鄧博仁

久，任誰都勸不了我回到屋內。記憶中還有親切友善的祖父母，正值青少年時期的姑姑叔叔帶著濃濃的鄉音，以及農村特有的稻田氣味。外向的弟弟一下子就跳到棉被上去玩，姑姑叔叔忙著去逗弄他，我還是不發一語地一蹲就是一個下午，誰也沒有辦法說服我分神去說話，我很專注的沉溺在孤單、陌生和害怕的情緒中。

後來的記憶就變成選擇性的片



都是父母回家來看我們，難過的則是他們臨去時的不捨之情。記得有一次，媽媽回來看我和弟弟，臨走前下起大雨，她流著眼淚去搭公車，我則學會了掩飾情緒，故意跑出去玩，玩到忘了送行；好像是在那次經驗以後，家中長輩再也沒有機會了解我真實的情緒。壓抑和隱藏情緒似乎比較安全，因為小小的身軀負荷不了那麼多的心情起伏。

一直到大，我都不能習慣分離的時刻，後來學了心理學才知道，原來這叫做「分離焦慮」(separation anxiety)。國中畢業後到台中住校，那時候父母已經搬回鄉下定居，我則開啓了離鄉背井的漫長遊子生涯，但離家的難過情緒，一點也沒有被發現。服兵役時，每個月十九日都有一批(大約三到五人)同單位的弟兄退伍離營，大家免不了吃吃喝喝送往迎

時我腦海裡經常盤旋的一句話是：

「很多朋友一旦退伍，可能往後一輩子都不會再見面」，這種傷感的時刻對我而言，簡直是難以承受之重。

這樣的戲碼不斷上演。碩士班、博士班的畢業典禮我選擇不去參加；在國外一樣有送往迎來的時機，那更有可能一旦分開，一輩子都不會再見面，所以我推辭了很多這種道別的場合，有時甚至被親友認為不近人情，其實每一段情誼我都很在乎。看來我在學校教「情緒管理」的課，自己其實還有許多罩門。

遍尋不著情感溫度標記

教書兼做心理輔導工作的精彩之處，就在於你常會發現，學生總能夠從老師的自我揭露和書本知識中，連結自己的成長經驗，所以我

事。

有一天，我的電子信箱傳來一封署名「梅卿」的信，內容是說，她知道自己一向是個沒有什麼情緒的人，聽了我的課之後，照理說應該會擔心自己是不是出了問題，可是卻連這種擔心的情緒也沒有。

我憑著諮商員的敏感度，試圖從她的整篇文章中遍尋情緒的詞彙；嗯，好像真的很難找到描述情緒的形容詞。她提到：

「我在跟朋友家人的相處過程上並沒有問題，但我覺得他們所擁有的情緒都很奇怪，為什麼會喜歡一個人？為什麼對某件事情感到生氣？為什麼看到明星會高興得尖叫？因為我都沒有這些感覺。」

「我以前有交過男朋友，但是後來我發現，我根本對他沒興趣、沒感覺，不過我花了兩年的時間才發現這一點。老師，你不用說那是因

(攝影／黃念謹)



覺？分手後我也不覺得抱歉，好像是理所當然的狀況。所以我在大學四年，沒交過任何一個男朋友，我不想讓別人受莫名其妙的苦。」

「……其實有很多事情我已經都不記得了，我甚至想不起來初戀男友真正清楚的長相（只隱約有個輪廓在我的腦海中而已），我們一起做過什麼事？我家的電話號碼？甚至有一陣子，我不記得他的名字（是後來有一次跟我媽和妹妹在聊天時，她們提起來我才又有印象）。我媽說我冷血無情，但我就是不明瞭為什麼要對一件已經過去的事情細懷不已呢？因為我永遠都不可能和這個人再有交集了，不是嗎？也許就是因為這樣，所以我的潛意識埋葬了這段記憶。」

到現在我還沒見過梅卿本人，

電子郵件上使用的是代號，所以她也許和我很熟，也許我對她毫無印象，但我們透過電話進行了兩次諮商，通了幾次電子郵件。我通常不做電話諮商，但像她這麼不希望暴露身份的個案，還很少見。

全心所繫唯有「狗」

試著在個案問題中尋找例外（exception），可說是短期諮商中某一學派的主要方法；而梅卿告訴我，她只對一樣東西有感覺，那就是已經陪伴她十五年之久的玩偶嘍——一隻將近一百公分高的狗。

讀小學一年級時，父母送梅卿這隻玩偶狗，從此梅卿就會對著「他」（嘍嘍是男生）說話，回到家先噓寒問暖一番，每天還要睡在一起，除此之外，玩偶狗也是她傾吐心事的唯一對象；她認為，嘍嘍善解人意，眼神會傳達各種訊息來分享梅

為在一起太久了，所以才會沒感覺；我檢討過我自己，其實一開始

就沒感覺，但想試試看是否會有

也不瞭解她真正的身份，因為她在

卿的心事，又不用擔心會洩漏秘

都還值得信賴。

梅卿現在和妹妹一起住在台北，有時候，妹妹實在受不了梅卿沉溺在自己編造出來的異想世界中，所以有許多次都趁梅卿不在家時，打玩偶狗出氣；可是梅卿卻能從嘟嘟幽怨的眼神中，讀到他受欺負的訊息。除了「心疼」玩偶被打外，也會對妹妹「生氣」（好現象，個案提到情緒了）；梅卿似乎對這兩個脫口而出的情緒詞彙感到不自在，立刻補充說，「除了玩偶以外，沒有任何人或任何事情，可以引起我的關心及注意，包括我的父母。」

她的父母現在一定很後悔當初買了這隻玩偶狗，因為梅卿的一些奇特行爲，很讓他們頭痛。由於梅卿家住南部，因此每次回家時，她怕嘟嘟晚上睡覺沒人陪（我心想，究竟是誰怕沒人陪？），所以必定



會帶著他回南部，而且擔心他年紀大了，無法承受舟車勞頓，她都會搭乘飛機外加上計程車，爲的就是讓玩偶旅途舒服些。

梅卿曾經懷疑自己有沒有精神

驗她的認知功能和打工、學校生活、人際關係等社會功能，結果發現都相當正常，也沒有幻覺和妄想，她清楚地知道玩偶就是玩偶，不會變成人類；假使真的變成人類，說不定她反而不會那麼依戀他了。從個案告訴我的資料裡頭來看，她生長的家庭功能健全，印象所及沒有特別不愉快的生活經驗，反倒是從小情緒都能充分的宣洩，這個出口既安全又可愛，個案才會捨不得長大。

梅卿今年六月剛剛從大學畢業，即將正式走入職場，但在電話裡頭，有時一失神，我會錯以爲自己正在和一個小學生談她的玩偶。其實，我在情緒處理上並不比她高明多少，一如她習慣和她的玩偶狗傾訴心事，我的心裡也隱藏著一隻玩偶狗，算一算「他」都三十五歲了。