

2013年2月18日 星期一

责任编辑:程云 电话:6201407 美编:姚珑璐

版面设计:李珊玲 校对:刘凤

# 毕淑敏: 人性越幽暗 越相信有“出口”



毕淑敏,国家一级作家、内科主治医师、注册心理咨询师。1952年出生于新疆伊宁,1969年入伍,在西藏阿里高原部队服役。1980年转业,后获得北京师范大学文学硕士、心理学硕士,博士方向课程结业。从事医学工作20年后,开始专业写作,著有长篇小说《红处方》、《血玲珑》等,中短篇小说及散文著作多部,近年来以多部描述心理学领域的作品引人关注。



毕淑敏的名字和医生这份职业有不解之缘。她17岁就入伍去到海拔5000米的青藏高原阿里当兵,十余年间成长为一名军医。转业回到北京后,也曾继续在企业担任医生,即使现在已是国家一级作家,她的简介衔头中也还有“内科主治医师”这项。

近些年,毕淑敏又涉足了“心理咨询师”这一领域,不是那种“体验生活”式的浅尝辄止,而是正式到开设诊所坐堂……直到2006年,她再次回归专业写作。从此,毕淑敏的文字中更多了一重意味,直指人心。

毕淑敏强调,当下社会的急功近利越来越明显,整个社会围绕在“精神=物质”的畸形信仰中。她写下这些美好的文字,发出的却是忧虑的警示:“人生有些东西可以回头,有些不可以。理想就是后者。”“为了暂时的物质,顺应大局价值观,将会葬送自己真正的内心理想。”

至于自己,她反而谈得挺少。毕淑敏常说一句话:“其实,我真的不太在乎别人怎么看、怎么想我。”但与之交谈,会有一种感觉,她本人就是这书中人生哲理的实践典范。

## “所有的时间都用来挣扎”

**羊城晚报:**您曾说《星光下的灵魂》这本书不再探讨心理叛逆和生死,是从日常生活点滴感触出发。这是出于怎样的考虑?您期望这本书为读者带来什么呢?

**毕淑敏:**讨论灵魂,必然讨论生死。而灵魂不是一个如何死的问题,却是一个如何生的问题。人思考死亡,是为了更好地生存。康德说:仰望星空和探寻内心,是最令人感动和敬畏的时刻。外部世界确实非常重要,但内心也要学会辗转腾挪,不论时代怎么变化,做人的根本指标没变,文学的根本指标没变。

你想想,在今天,还有多少人在仰望星空?我们所有的时间都用来挣扎了,我们忘掉了头上那个大尺度的存在。我在西藏待了10年,在藏北的星空下,确实有一种震撼感,真正理解了宇宙之辽阔,生命之短暂。这种感觉,我保留了几十年,它改变了我一生的准则。

**羊城晚报:**是的,在文章中您多次谈到在阿里见到360度的璀璨星空,在无穷苍茫中见诸自己的微小。但我个人的体验是这种感悟常常只是瞬间,不见得能对日后实际生活产生具体的作用。您可曾想过,也会有不少读者持跟我一样的想法?

**毕淑敏:**你的体验和我的体验是不一样的,虽然我们可能面对的是同样的星空。人们常常用一

己的经验,来揣测整个世界,这是幼稚和危险的。能带给人们一瞬或是短时间的感悟,在我亦认为十分满足。

我从来没有设想过一本书或是一句话,就可以改变别人。我们在这个世界上,能够掌控的只是自己。

## 心理医生装下的不是“垃圾”

**羊城晚报:**我们大众对于心理医生这个职业总是存在很多好奇。任何人都遇到到困难,心理医生的心理健康也很值得关注。您介入这么深,有没有遇到过需要排解的问题呢?

**毕淑敏:**当然,每个人都会遭遇心理困惑。比如上电视,去还是不去?讲不好,被人评头品足,讥笑嘲讽,这不是自讨苦吃吗?但我很明白自己的人生目标,觉得不要因为逃避和懦弱来做决定。再比如,有人会说心理医生是个盛纳别人心理垃圾的大垃圾桶,我不同意这种说法。那不是垃圾,是那个人对你的信任,是他的真实生活。我从这里面看到那个人寻求改变的最初动力,也被他们的努力所感动。

**羊城晚报:**您曾经说过“中国是全世界最需要心理医生的地方”,这是对某种社会现象有感而发吗?我们的社会需要怎样的心理安慰机制呢?

**毕淑敏:**一个人如果从冰天雪地进入热气腾腾的房间,或者反过来,从暖和的地方一头扎进风雪中,都是很容易生病的。所以,中国是全世界最需要心理医生的地方,中国的变化太快了。我觉得中国现在最大的心理危机是——分裂。说的和想的不一样、说的和做的不一样、当着人和背地里不一样……到处弥漫着一种急功近利的喧嚣氛围。分裂是非常消耗人心理能量的一个过程,比如我们常常说某个人“疯了”,在医学上的名称就是“精神分裂症”。

我们无时无刻不在生活中,越是看到人性的幽暗之处,我越相信它会有出口。在关系的寒冷中寻找温暖,在残酷中争取柔和。中国以前没有心理医生,这并不是说中国以前就没有心理问题。现在人们意识到了这一点,是社会的进步。我在德国访问时,也说到过这一点。一个德国人说,我们也特别需要心理医生啊。看来全世界都是如此,但我依然认为中国是最需要心理医生的国度。目前中国正处于抑郁症的高发期,青壮(少)年的自杀率居世界第一,一年几十万人,另外农村妇女自杀率也很高,只是广大农村刚过温饱,在巨大的人口基数面前,这一非正常死亡现象反而没有城市突出罢了。

(据《羊城晚报》)