

心理学视阈下的村上春树文学

——“偶然”“箱庭”与心理治愈

徐谷芑

〔摘要〕村上春树在20世纪90年代以后,尝试将心理学上的创伤、治愈与文学叙事结合起来,其作品体现了“心理治疗过程的语言化、大众化”。村上文学注重治愈过程中的“偶然”及其心理学作用。短篇小说集《东京奇谭集》有《哈纳莱伊湾》一篇,女主人公幸失去了唯一的儿子,在一切正常而理性的背后,出现了心理创伤。村上借鉴临床心理学的箱庭疗法,将夏威夷哈纳莱伊湾的海滩作为巨大的沙箱,为读者演示了村上式心理治疗法。心理疾患的治愈需要漫长的时间,也需要经历不可思议的“偶然”。村上指出,重要的是内心的执着,如果有“强烈求取”的心情,“偶然”会作为一种信息浮现在视野中,有助于心理创伤的恢复和治愈。

〔关键词〕村上春树;心理治愈;“偶然”;箱庭疗法

前言

村上春树的创作形式十分丰富,既有长篇、短篇小说,也有纪实文学、评论、随笔、对谈以及翻译。翻译多数是对美国小说的重译,例如J. D. 塞林格的《麦田里的守望者》就是其中之一。此书出版于1951年,作品描述了主人公霍尔顿被学校开除后在纽约游荡两昼夜的经历,生动刻画了一位16岁少年愤世、彷徨的精神世界。1964年,日本白水社取得该书版权,由英美文学家野崎孝翻译。据村上回忆,这是他最喜欢的美国短篇小说之一,早在上高中时,就在同班一位女同学的推荐下阅读了此书,而当时的状况是“麦田热”已经风靡日本,如果没读这本书简直就无法与同龄人交流。40年后的2003年,村上重译此书,特意指出此书体现了塞林格浓烈的自我迷失感,完全是塞林格的一部自传。^①

村上春树大量翻译美国文学作品,对美国社会的文化结构有了全景式了解和掌握,尤其是翻译菲茨杰拉德、钱德勒、塞林格的小说,使村上能够回溯到美国文化的黎明时期,从根源上透视美国社会及其文化发展。^②那么,从美国社会与文化之中获得深刻认知的村上,又是如何丰富自身文学创作的呢?

1997年,村上春树在与著名心理治疗师河合隼雄的对谈中,认为撰写小说是一种“自我治疗”的

徐谷芑,文学博士,南京医科大学外国语学院副教授(南京211166)。

①〔日〕村上春树、柴田元幸:《翻译夜话2 サリンジャー戦記》,东京:文艺春秋,2003年。

②〔日〕清水義和:《アメリカとロシアとに於けるアヴァンギャルド——村上春樹と亀山郁夫の迷路》,《愛知学院大学教養部紀要》第62卷第1・2合併号,2014年。

行为,与此同时,也必须对读者产生治愈和治疗的效果,否则就谈不上文学的作用。^①而河合则从心理学的角度分析了村上的长篇《奇鸟行状录》:

依据箱庭疗法或是梦等意象来进行治疗时,治疗者应该在自己的内心尽可能地将治疗进展状况试着语言化,并根据需要(这个判断比较困难)传达给当事人。我认为这是应该做的。只是,要把实际做的一些心理治疗的过程语言化,并且以与大众相通的形式表现出来,真是非常困难。我自己也还没做到这一点。可以说,在这个意义上,村上的《发条鸟编年史》(即《奇鸟行状录》——引者注)和我的工作内容非常接近。真是很难得。^②

“心理治疗过程的语言化、大众化”——河合的这一评价对理解村上文学与心理治愈的关系极具启发性。2005年,也就是重译《麦田里的守望者》的两年后,村上出版了一部短篇小说集《东京奇谭集》,其中除了充满种种奇异的描写,更多的是村上对人生以及家庭感情中“迷失”与“寻找”的思考。在这里,可以看到村上对塞林格“自我迷失”的回应。然而,美国学者杰·鲁宾在分析这部短篇小说集时,却赋予其另外一层含义,他认为《东京奇谭集》的主题是将读者从“自我迷失”带进心理治愈的入口,至于作品中出现的各种超自然力量则是登场人物在心理上展开寻找的一种暗示。^③

村上春树究竟是如何描绘人物心理治愈的故事,又是如何通过创作与叙事来治愈读者心灵的?对此,本文拟通过短篇小说《第七位男士》《哈纳莱伊湾》等试做分析。

一、村上文学中“偶然”的心理学意象

《奇鸟行状录》出版之后的第二年即1996年,村上撰写了短篇小说《第七位男士》。主人公“我”讲述了自己10岁时的一件恐怖经历。某天“我”与好友K一起去离家不远的海边玩耍。“我”在一处自认为安全的地方发现波浪悄无声息地逼近,于是独自一人逃向防波堤。到达防波堤后立即向K发出呼喊,但为时已晚,目睹K被巨浪卷走。在那一刹那,“我看到K狰狞地笑着,仿佛要将‘我’带入另一个世界。从此以后,在梦中‘我’始终被K狰狞的面孔和溺水而亡的恐惧所纠缠。”^④

《第七位男士》叙述少年时的心理创伤及其后的恢复过程,具有明显的“丧失与恢复”的主题特征。那么,作为创作者的村上春树是通过什么样的故事设计和创作手法来达到心理治愈这一目的的呢?

“我”最终摆脱噩梦的纠缠,是在K溺水而死的40年后。因为父亲去世,在整理老房子时,发现了父母为自己作为纪念物保存下来的K的画作。“几乎全是风景画,似曾相识的海、沙滩、松林、街道,以K特有的明快色调描绘出来”。每天从公司回来后,“我”就拿起一张K的画看,“没完没了地看”。每次看K的画,“我都觉得有一种什么静静地渗入自己的身心。”一个星期后的某一天,“我的脑海间猛然冒出了一个念头:

说不定自己这以前的想法是天大的误解,……之所以看起来像是冷笑,大概只是某种偶然性造成的,那时的他岂非早已人事不省了?……我从K表情中看出的深恶痛绝,恐怕不过是那一瞬间俘虏我控制我的深层恐怖的投影而已……

这种突然的觉悟,促使“经历漫长岁月”的“我”重返海边的故乡:

我在沙滩上坐下,旅行包放在身旁,只管默默注视着那番景致。……四十余载时光在我心中犹

①[日]河合隼雄、村上春树:《村上春树去见河合隼雄》,吕千舒译、旭子校,上海:东方出版中心,2011年,第110页。

②[日]河合隼雄、村上春树:《村上春树去见河合隼雄》,第20页。

③[美]ジェイ・ルビン:《ハルキ・ムラカミと言葉の音楽》,[日]畔柳和代訳,東京:新潮社,2006年。

④[日]村上春树:《列克星敦的幽灵》,林少华译,上海:上海译文出版社,2015年。本文对《第七位男士》的研究,皆基于林译本展开。

如朽屋土崩瓦解,旧时间和新时间融合在同一漩涡中。……但我已不再怕了。是的,已没有什么好怕的了。

因为溺水这种突发性事件导致心理出现创伤,使“我”在长达40年的岁月里无法驱散噩梦的缠绕。然而,偶然发现的一幅画作成为事态好转的发端。在端详这些画作的过程中,“我”突然觉得K的冷笑或许是自己的一种错觉,“或者是在向我微笑着做最后告别也未可知”。在经历了这种犹如“朽屋土崩瓦解”的觉悟之后,“我就再也没做噩梦,没有半夜惊叫醒来”。不但如此,“我”还准备改变人生,从头做起。

“我”的突然间觉悟与现代心理学中的顿悟体验颇为相近。从顿悟前后发生的“新旧交替”来看,这种体验一般有两种阶段:即类似“啊哈体验”的题解闪现阶段以及突破思维僵局或心理困境的“尝试解题”阶段。针对顿悟体验的心理学解释是,由多类认知和情绪成分而且兼具认知和情绪加工特性的多维复合体构成。^①通俗地说,“啊哈体验”如同醍醐灌顶一样,属于瞬间开悟,而“尝试解题”则属于明心见性、大彻大悟一类的持续性智慧成长。由此来看,长期处于心理创伤情绪之中的“我”,在“偶然”得到并且反复观赏风景画的过程中获得的心理解放,实际上是经历了从“啊哈体验”到“尝试解题”这两个阶段的顿悟体验。

村上不是心理学家,显然无法从神经回路等脑部结构的特点去解析这种豁然开朗式顿悟体验。然而,“我”最终获得心理治愈这一富有戏剧性描述的背后,却清晰显示出心理治愈与生活中的“偶然”事件密切相关。此作中,正是“偶然”发现的一幅画作才成为治愈的契机和关键。10年后,村上出版了短篇小说集《东京奇谭集》,其中对“偶然”与治愈有着更为具体的描述。

按照村上自己的话来说,这部书的5篇故事,共通主题就是“奇谭”。第一篇《偶然的旅人》中的“偶然”二字,为整部作品确立了一个大致的方向。主人公是位调音师,每个星期二都要去一家书店咖啡屋看书。一天,坐在邻桌的一位女性问他看的是什么书,回答是狄更斯的《荒凉山庄》。女子拿出自己正在读的书,竟然一模一样。调音师发现女子的右耳垂下有一颗黑痣,这让他想起10年没有联系的姐姐在同一地方也长着一颗同样的黑痣。女子告诉他后天要去医院复查乳腺癌。以此为契机,他主动和疏远已久的姐姐取得了联系。不可思议的是,姐姐告诉他,后天要去医院做乳腺癌手术。“几种偶然合在一起”,令姐弟二人言归于好,更使调音师觉得“自己的人生向前跨进了一步,说比以前活得自然了也行……”^②在这里,“偶然”作为一种奇特的现象出现,产生的效果是缝合兄弟关系的龟裂,进而治愈个人的心灵。在本篇的最后,村上对“偶然”的产生做了一番概括:

偶然巧合这东西没准是十分常见的现象。就是说,那类事物在我们周围动不动就日常性地发生一次,可是大半都没有引起我们注意,自生自灭了,……如果我们有强烈求取的心情,它大概会作为一种信息在我们的视野中浮现出来。

“偶然巧合”或许是常见的现象,但如果有“强烈求取”的心情,它就会作为一种信息浮现在我们的视野中。调音师正因为思念着多年没有联系的姐姐,而且“在很长时间里是想同姐姐和解的”,所以才会注意到女子耳垂的黑痣。村上强调的是,当人的内心产生某种渴求和祈盼时,才会发现和体会到一些细微之处,才有机会去邂逅“偶然”。

村上春树曾明确指出,“偶然”是一种类似共时性原则(Synchronicity)的现象。^③共时性原则是荣

^①沈汪兵等:《顿悟体验的特性、结构和功能基础》,《心理科学》2017年第2期。

^②[日]村上春树:《东京奇谭集》,林少华译,上海:上海译文出版社,2006年,第23—24页。本文对《偶然的旅人》《哈纳莱伊湾》的研究,皆基于林译本展开。

^③叶麦:《村上春树〈东京奇谭集〉论——“共时性”·“受容”と奇谭の生成——》,《国語国文学研究》第49号,熊本大学文学部国語国文学会,2014年。

格 1952 年提出的一个著名概念,意在人们对人们在现实中遇到的各种奇遇或偶然的巧合做出理论上的解释,以此研究人类的集体无意识,找到心理疾患发生的原因和治愈的途径。在荣格看来,各种奇遇、巧合的发生并非基于人们笃信的因果关系,他说:“因果联系专横地统治整个宏观世界,它的普遍法则只在较低层次的事物上才失效,与此不同,共时性是一种基本上与心理条件相联系——即与无意识的过程相联系的现象。”^①由此来看,村上在创作中运用共时性原则描述的一些偶然性现象,可以说是将心理学上的治愈与文学叙事结合起来的一种尝试。

值得注意的是,《偶然的旅人》以狄更斯的作品作为一种偶然的巧合,由此描绘男女的相遇,这种手法与《麦田里的守望者》别无二致。作者塞林格讲述主人公霍尔顿在圣诞夜看了一部电影,电影中的男主角艾力克是一位参加过战争的公爵,在公共汽车上遇到了一位可爱、真挚的姑娘,不可思议的是他们都带着一本查尔斯·狄更斯的《奥列佛·特维斯特》(即《雾都孤儿》)。于是两人来到汽车顶层,谈论着彼此都喜欢的狄更斯。塞林格借用狄更斯及其作品为传统的一见钟情注入了偶然的色彩,也为两人最后的结婚加上了一层知性浪漫的氛围。^②

村上描写的调音师与女子的相遇,显然是塞林格的翻版,只是携带的书换成了《荒凉山庄》而已。《东京奇谭集》出版于 2005 年,而《麦田里的守望者》是村上在 2003 年翻译的。因为深深被塞林格所吸引,村上还特意撰写了《翻译夜话 2:塞林格战记》,对翻译此作时的感受和自己对这部小说的理解做了说明。不能不说,村上创作《偶然的旅人》,很容易令人想象到他的脑海里有着艾力克的故事,并将其化用在自己的作品中:都是一对男女,都喜欢查尔斯·狄更斯,同时在读同一部作品。村上 and 塞林格都是狄更斯的粉丝,都偏爱男女同读一本书然后一见钟情的场景。进一步而言,因为村上自己还是塞林格的狂热粉丝,所以才会产生“强烈求取”的心情,重新翻译了这部名著,最终在自己的创作中促成了调音师与陌生女子同时阅读狄更斯同一部作品的“偶然巧合”。

杰·鲁宾指出,与追求唯美的三岛由纪夫相比,村上在某种意义上更像《麦田里的守望者》的作者塞林格,因为大部分时间里,他们要么在不断思考到底迷失了什么,要么就是对那些曾经神秘莫测的东西体验到一种模糊的、无以名状的预兆。^③对村上而言,让他产生某种执念,去重译《麦田里的守望者》的原因或许正是他与塞林格这份“偶然”的相似。

“偶然”的心理学意象在《东京奇谭集》的第二篇《哈纳莱伊湾》中更为具体、深刻。女主人公幸遭遇到了不幸:年仅 19 岁的儿子在夏威夷哈纳莱伊湾冲浪时,被鲨鱼咬掉大腿后窒息而死。此后每年儿子的忌日,她都从东京来到这里,独自一人静坐在海边,回忆自己与儿子往昔的生活。在这里,村上为我们描绘了幸陷入迷失,然后通过寻找获得新生的过程。这个过程,实际上也是一个从产生心理创伤到心理治愈的过程。

二、《哈纳莱伊湾》的母亲与创伤后应激障碍

在爵士乐酒吧的老板兼演奏者幸接到火奴鲁鲁日本领事馆的联系,得知儿子去世的消息后,“一下子坐倒在地板上,脑袋里一片空白,什么都思考不成,只管瘫坐着盯视眼前墙上的一点,自己也不知道那样待了多久”。从医学和心理学的角度来分析,幸此时的反应属于典型的急性应激障碍 ASD (Acute Stress Disorder)。突然而至的精神打击导致她短时间内出现了意识障碍与认知迟钝。然而,经过休克式冲击以后,幸迅速恢复了镇静。

①[瑞士]荣格:《天空中的现代神话》,张跃宏译,北京:东方出版社,1989 年,第 197 页。

②[美]塞林格:《麦田里的守望者》,施咸荣译,南京:译林出版社,2001 年,第 98 页。

③[美]杰·鲁宾:《倾听村上春树——村上春树的艺术世界》,冯涛译,上海:上海译文出版社,2006 年,第 30 页。

第一步是订机票。她查到航空公司的电话号码,预订飞往火奴鲁鲁的飞机。由于恰逢连休,没有一家航空公司有空座。在说明原委后,有家航空公司提供了一张商务舱机票,而且只要付经济舱的票价就行。当航空公司的工作人员安慰她不必难过,注意提起精神时,幸说“谢谢实在帮大忙了”。在即将面对一场人生的巨大变故时,仍然不忘别人在自己困难时所提供的帮助。而且从她之后一系列的对应中,几乎看不到一丝慌乱。

到了火奴鲁鲁机场,幸突然发现,由于走得匆忙,竟然没有与领事馆取得联系。她立即做出了决断,此时联系领馆,必然要商量碰头地点、时间等,这样太麻烦,于是独自转机前往事故发生的考爱岛,因为“到了那里总有办法可想”。飞抵考爱岛后,她从机场租了辆小汽车,直接开到了警察署。在此过程中,幸展现了冷静判断以及独立行动的能力,哪怕是在异国他乡,头脑也十分清晰。

与儿子遗体的见面,原本是那种撕心裂肺、痛不欲生的场景。令人不可思议的是,幸出奇的冷静,仿佛是在做一件与自己并没有多大关系的事。在确认了遗体后,她与警察商量如何处理儿子的后事,最后决定火葬,然后将骨灰带回东京。此时与警察的一段对话,体现了她的镇静:

“另外还有孩子?”警察问。“不,就这一个。”幸回答。“您丈夫这回没一起来?”“丈夫很早就去世了。”警察深深叹息一声:“真是不幸。如果有我们可以帮忙的,请只管说。”“请告诉我儿子死的地方,还有投宿的地方,我想他有住宿费要付。另外,想同火奴鲁鲁的日本领事馆取得联系,能借我电话一用?”

站在儿子的遗体旁,坦率承认就这一个孩子,丈夫也去世多年。无论警察还是读者,都会对幸产生同情:作为母亲、妻子和女性,是多么的不幸!警察深深的叹息仿佛代表了这样一种心境。然而,作为当事人的幸,想到的却是儿子可能没交齐住宿费,并打算前往付清欠费,同时还想到要与领事馆联系,但并非为了寻求政府部门的帮助,真实的目的是告知已经处理完毕。

村上的笔致行云流水,仿佛素描一般,将一件普通人看来犹如天塌般的大事,描述得波澜不惊。尤其是幸的从容与冷静,甚至让人怀疑这位母亲是否爱自己的儿子?她究竟是在为自己还是在为其他什么人的孩子处理后事?从订票到与当地警察、领事馆联系,再到儿子遗体的火化,幸为什么能够做到如此淡定、从容?然而,处理完这一切之后的幸,却没有即刻返回日本。这又是为什么呢?

村上在与河合隼雄的对谈中,专门探讨了创伤后应激障碍(Post Traumatic Stress Disorder,简称PTSD)——这一困扰当今世界的心理疾病。所谓PTSD,就是人在突然间受到极大刺激后,能暂时克服心理上的震动,恢复正常生活,但在经过一段时间后,会突发性地出现某些症状,或者说焦虑性神经症,总会觉得不安,感到生活不顺。这种心理疾患的重要特点是看上去无症状,但带给人的却是不易察觉的心理、精神上的打击。我们继续来看村上对幸的描述。

离开儿子住的小旅馆,幸在哈纳莱伊镇上租了一所像样的别墅,住了一个星期。为什么还要住一个星期呢?那么冷静的幸,为什么不立刻飞回日本,离开这块伤心之地呢?原因就是“她必须在回日本前设法让自己振作起来。”此时,幸才暴露了她的真实心理:失去了儿子,这种非常人所能承受的打击,让她在冷静的外表下已经精疲力竭、心力交瘁。幸来到儿子遭遇鲨鱼的冲浪地点,坐在海滩上:

任何有轮廓的事情她都无从考虑。具有重量的过去一下子在哪里消失得无影无踪,将来又位于极其遥远和黑暗的地方。任何地方的时态同此时的她都几乎没有关联。她只管坐在现在这一不断移行的时间性之中,只管机械性地以眼睛追逐波浪和冲浪手们单调而反复地勾勒出的风景。她忽然心想:当下的自己最需要的就是时间。

这是一种大脑出现空白的状态,也就是在外人看不到的地方,出现了从ASD到PTSD转变的心理疾患症状:记忆仿佛丧失,时空出现扭曲,看不到过去和将来的连线,除了时间,没有任何东西可以

帮助恢复自己。原来,坚强的母亲形象,不过是与人打交道时的幌子,那么有条不紊,那么镇定自若,都只是表面上的幸。而真实的幸,在外部世界所看不到的地方,出现了巨大的无力感和心理压迫。

河合隼雄作为心理治疗师,在实际治疗中运用箱庭疗法达到缓和、治愈心理疾患的目的。所谓箱庭,就是让患者在沙箱里利用各种模型玩具,自由地摆弄或者设计各种作品。其原理在于,通过这种具有立体性的表达和思维,激发心理疾病患者自身的治愈能力。

箱庭疗法也称沙盘游戏,有中国学者专门探讨了这种心理疗法对大学生抑郁情绪的影响。所利用的器具包括1间治疗室、2个沙箱、2个沙架、植物沙具、动物沙具、人物沙具、矿物质沙具、交通工具沙具、生活用品沙具、水果食物沙具、其他沙具以及1部数码相机。整个治疗持续2个月,大学生共参加8次治疗,每周进行1次。主要方法就是让受访者通过这些道具进行自由的创作,借助游戏、意象、象征的方式进行无意识的沟通。该理论认为,内在强烈的无意识压抑,导致患者的意识与客观现实之间的交流和沟通出现不足。而人类心灵深处存在着自我治愈以及自我完善的力量,当个体处于自由空间时,这种能量就能得到发挥,并逐渐与自己的无意识进行沟通,有利于心理的治愈。在上述实验中,大学生重新理解并且构建自身的心灵治愈能力,随着游戏的深入,无意识在不断激发之中,个人的自愈能量得以恢复,抑郁情绪由此得以减轻。^①

对于箱庭疗法,村上显示了极大的兴趣。我们从村上对于幸在失去儿子之后的一系列描写来看,这位母亲在接到儿子死讯后显示出了丧失、创伤的阶段性反应,也就是急性应激障碍。然而在经过短暂的镇定并且处理完儿子的后事以后,却向PTSD也就是创伤后应激障碍转变:看上去一切正常、理性的背后,却有着与平时不一样的心理。村上的着眼点正在于此,他以夏威夷哈纳莱伊湾的海滩作为巨大的沙箱,为读者演示了一场村上式心理治疗。

三、箱庭疗法、“偶然”与治愈

从年龄上看,女主人公幸属于“团块一代”。所谓“团块一代”,在日本概指第二次世界大战结束以后的1947年到1949年出生的一代人,到本篇创作的2005年,幸正好在55岁上下。^② 这代人据说有1000万左右,占日本人口的10%,其中八成是工薪阶层,他们推动了日本经济的高速发展。

在长篇《没有色彩的多崎作和他的巡礼之年》中,自己就属于“团块一代”的村上春树对这类人及其与子女的关系有一段描述:

或许该说是偶然,五人都是大城市郊外“中上等家庭”的孩子。父母是所谓“团块世代”,父亲不是专业技术人士,就是在一流企业供职。在教育上不吝投资。……他们上的是重点学校,成绩总体都很好。^③

“大城市郊外”“中上等家庭”“专业技术人士”“一流企业”“不吝投资”,这些都是“团块一代”的特点,在幸身上也有所体现,如独立、干练、事业心强等。即便丈夫去世,幸还独自开了一间爵士乐酒吧,在那里弹她喜爱的钢琴。然而,真正的问题在于,置身现代工业化社会中,个体生命因为人与人或者家庭成员之间缺乏交流而带来的心理问题,不经历巨大的挫折和打击,一般人是无法意识到的。

建立在传统“共同体”关系之上的日本社会,伴随着战后工业化以及消费文化的发展,逐渐抛弃过去以“秩序”“纪律”为核心的观念,转而寻求自由、个性的发展。出生于战后的“团块一代”正是这

^①王敏佳、申荷永:《沙盘游戏疗法对大学生抑郁情绪的影响》,《世界最新医学信息文摘》2017年第17卷第18期。

^②“团块一代”在思想和文化上有着诸多共性,参看[日]佐伯啓思等:《共同研究 团塊の世代とは何か》,東京:講談社,2008年。

^③[日]村上春树:《没有色彩的多崎作和他的巡礼之年》,施小炜译,海口:南海出版公司,2013年,第5页。

股潮流的旗手和代表。他们在城市化、消费主义的进程中,积极寻求大城市郊外的广阔居住空间。然而他们的早出晚归,导致看不到父母身影的下一代在成长过程中出现了不少问题。以生活与生产作为纽带的“公共空间”一步一步消失,不但造成人与人之间的隔阂和冷漠,也是导致日本家庭与地域社会面临瓦解的主要原因。^①

幸与儿子的淡漠关系正是上述时代背景的反映。在回忆儿子的过程中,她感到自己并不怎么喜欢自己的孩子。如果是寻常的母子之情,痛失爱子造成的打击必然相当巨大,幸的反应也应当比较强烈。从幸的镇定自若来看,似乎儿子的去世并没有给她带来太大的创伤。然而,事实果真如此吗?

在《麦田里的守望者》里,16岁的主人公霍尔顿与父母之间冷淡、缺乏沟通的关系也反映出现代社会中家庭感情的“迷失”。霍尔顿家境殷实,然而父母却忙于自己的事情,没有时间和精力照顾他,使他长期缺乏长辈的关心和正确的人生指导。父母对孩子冷漠、缺乏情感的投入,不能在孩子成长过程中给予有效的帮助,最后导致孩子纠结和迷失在复杂的社会中,这种亲子关系与《哈纳莱伊湾》中幸及她的儿子颇为类似。幸在后来回忆儿子时,也感到自己甚至并不怎么喜欢这孩子:

不过坦率地说,作为一个人来看,幸并不怎么喜欢自己的儿子,喜欢不来。当然爱还是爱的,比世上任何人都要珍惜他。然而在其人品方面——她花了好长时间才承认这一点——无论如何都无法抱有好意。倘若不是自己亲生骨肉,靠近恐怕都不至于靠近。儿子任性,没有毅力,做事虎头蛇尾。逃避讲真话,动辄说谎敷衍。几乎不用功,学习成绩一塌糊涂。

既然不怎么喜欢儿子,完全可以早早离开这片土地,远离不正是最好的解脱吗?结果却是,幸的异常反应暴露了她所遭受的心灵创伤以及在不知不觉状况下发生的心理疾患。也就是在自己潜意识里对儿子的爱和思念促使她做出留在当地的决定。在这里可以看到村上春树与塞林格的不同:后者用自传式的笔法,通过少年霍尔顿的觉悟,努力尝试自我的救赎,而村上则将治愈的问题放在了母亲幸的身上,由此探寻救赎的普遍性。

村上在与河合的谈话中,认为那些总是感到惶恐和不安,但又没有太多自觉症状的 PTSD 患者实际上与其自身的意识很有关系,当患者接受患病这一事实并产生寻求治疗的意识时,人才会慢慢变得坚强。那么,幸是如何意识到自己患病的呢?从上节分析来看,儿子的死,让她逐渐意识到了自己的问题。

她想,也许是自己把那孩子宠坏了,零花钱可能给得太多,或者应严加管教亦未可知。话虽这么说,可具体如何严厉才好呢?她不晓得。工作那么忙,对男孩子的心理和身体又一无所知。

幸表面上似乎不太喜欢自己的儿子,然而在失去孩子之后,却开始自我反省,认识到了自己在教育培养孩子中的问题。而这份深埋在潜意识中的自责,成为幸看似正常的背后,随时侵扰其心理的重要因素。

PTSD 的最大问题在于症状不明显。按照河合的说法,突然惹些麻烦,或出现症状,显示不安或焦虑性神经症等等,但有些患者看起来并没有什么痛苦,光看外表无法知道其状态的好坏。在村上看来,这些看似安静的患者,其实没有能力处理自己内心的挫折感和精神创伤。如果将日本人与美国人做个比较,日本人习惯将这类问题扔给团体和外部力量,希望他们帮助自己,并没有意识到可以靠自己去克服困难,而美国人主要依靠自己的力量,依靠个人的责任去克服疾患,由此变得坚强。由此可见,面对 PTSD 的治疗,村上显示了更为积极的态度,认为个人的责任和力量可以帮助病人走出疾患的阴影。那么,曾经留学美国的幸是怎样面对这种源自内心的感情创伤,又如何依靠自我来完成治疗呢?

或许是参考了河合利用沙箱摆放模具,达到治疗效果的箱庭疗法,村上特意设置了一个停滞而反复的沙滩时空,也就是故事发生的场所——哈纳莱伊湾。失去儿子的“患者”幸,每年秋末都来到

^①[日]内田树:《下流志向》,东京:讲谈社,2006年。

这里,每次住三个星期,每天都带上塑料椅在海边观看冲浪选手的身姿,住同一别墅的同一房间,在同一餐馆独自看书吃饭。在这样一个反复循环的环境中,涛声、铁树、云彩、信天翁、冲浪选手都仿佛成为箱庭中的沙具,它们让幸沉下心境。通过对儿子的追忆,逐渐找到克服情感迷失并乐观面对未来的方法。在哈纳莱伊湾广阔的海滩上,围绕母亲幸的心理变化,村上为读者演绎了一场从“迷失”到“寻找”,从“接受”到“坚强”的治疗过程。

她买了塑料椅、太阳鞋、帽子和防晒膏,天天坐在沙滩上打量冲浪手。考爱岛北肖尔的秋日天气很不稳定,一天下几次雨,且是倾盆大雨。下雨她就钻进车里看雨,雨停了又到沙滩上看海。自那以来,幸每年一到这个时候就来哈纳莱伊。在儿子忌日稍前一点赶来,大约住三个星期。来了,每天都带上塑料椅去海边观看冲浪手们的身姿。此外基本不做什么,只是整日坐在海边。这已持续了十多年。住同一别墅的同一房间,在同一餐馆独自看书吃饭。如此年复一年按部就班的重复时间里,也有了几个可以亲切聊天的对象。

根据河合的看法,箱庭疗法在原理上非常讲究非语言主导方式,也就是不主张治疗师对病人进行询问,而是倡导患者自我痊愈。在某些典型的治疗事例中,有的患者绝对不表露自己的心声,不管有没有问题,始终深藏不露。此时,心理治疗师所做的只有一件事,就是反复强调不想说的事可以不说。于是患者在这种意识和无意识之中坚持治疗三年,最终得以痊愈。为什么要强调非语言引导呢?这一点与日本人的性格有极大关联。日本人的个性是倾向于将明确的事物用暧昧的方式表达,只是用“说不清楚为什么”(なぜかわからない)、“挺有意思的”(面白い)一类的话语来含混过去,也就是不善于用语言加以明确说明,但是内心深处却有着极为清醒的意识,因此箱庭疗法的重要特点就是自然而然,让病人在回归自然的过程中找到自我。村上在本篇中描绘的治愈过程,完全遵循了箱庭疗法的方式。他让幸在一个相对静止的自然空间之中,通过时间而非言语和行动治愈自身。

前面指出,在《第七个男士》中,促使“我”最后摆脱40年的噩梦,并最终得以治愈的是“偶然”发现的K的风景画——似曾相识的海、沙滩、松林、街道。在“没完没了地”看画过程中,“我”突然意识到了自己对K的误解,同时下决心回到海边的故乡,坐在沙滩上,“默然注视着那番景致”。村上同样使用了一个以沙滩为背景的空间,以非语言主导的箱庭式疗法,描绘并且引导了“我”的治愈过程。

箱庭疗法属于表达性心理治疗方式。患者利用道具进行自由的创作,以沙滩游戏的方式,借助意象、象征等进行无意识的沟通,通过心灵深处意识与无意识之间的对话,使内在的疾患、创伤得以表露,由此回归健康。但是,为什么一定要在沙当中进行呢?心理学的解释是,沙的感触能够使人回归到儿时由母亲带来的原初的温馨感之中,这种向孩提时代的回归或退行有助于调节人的心理和身体的平衡。^①

与此同时,在运用箱庭疗法实施治疗的过程中会经常性出现“偶然”的事情。所谓“偶然”,就是用因果关系、必然性一类的观念无法解释的,一般人称之为“奇迹”“不可思议”一类的现象。从某种意义上而言,心理治疗其实就是“等待偶然”。一般人由于没有等待“偶然”发生的心力,想凭借必然的方法接受治疗,结果并不理想。相反,当治疗师“一直静静地等待着偶然的发生”时,患者往往以这个“偶然”为契机开始好转。也就是说,在由沙滩构建的自由空间之内,一些超出日常想象力的“偶然”事件,很有可能激发患者内在的潜意识,最终促成其治愈。

河合隼雄从自己的心理治疗实践中总结出来的上述观点和方法,在村上文学作品中得到了近乎完美的体现。《偶然的旅人》中调音师“偶然”与陌生女子同看狄更斯的同一部作品;《第七位男士》中“我”在一次“偶然”的机会下得到了K的画作。以这种“偶然”为契机,作品人物最后获得了心理上的治愈。那么,本篇的主人公幸又如何呢?

①[日]岡田康伸編:《箱庭療法の本質と周辺、現在のエスプリ》,東京:至文堂,2002年。

儿子去世以后的10年中,反复置身于沙滩这样一种箱庭式空间的幸,也经历了一件超出想象的“偶然”。幸偶遇了两位被村上称为“瘦瘦高高”“敦敦实实”的年轻莽撞的日本冲浪手。正是他们,居然看见了幸十年前失去右腿的儿子。

“我俩看见了两三次。从海边一动不动看我们来看,手拿狄克·布留瓦牌红色冲浪板,一条腿从这往下没有了。”敦敦实实用手指在膝盖往上十厘米左右那里画一条线,“好像整个儿断掉了。脸看不见。想跟他说话,找得相当用心,但没找到。年龄估计和我俩差不多。”

听到这个消息的幸,显示了从未有过的激烈反应:

回日本前一天夜晚,幸收拾好行李上床躺下。壁虎的叫声随涛声传来。意识到时,眼泪淌了出来。枕头湿了,她这才想到是自己哭了。为什么那两个不三不四的冲浪手看得见,自己却看不见呢?岂不无论怎么想都不公平?她在脑海中推出停放在遗体安置所的儿子遗体。如果可能,她很想使劲摇晃肩头把他叫醒,大声问他:喂,怎么回事?这不是有点儿过分了?

第一次哭泣,第一次向儿子发出内心的嘶吼,第一次感到不公平,这样一种激烈的情绪在10年后一次偶然的谈话后得到了彻底爆发和宣泄。这是一位不再冷静,不再从容,而是让自己的感情尽情宣泄的母亲,在这种正常的感情流露中激发出了幸意识深处对儿子的爱和思念。村上写道:“幸作为一个健康的中年女性睁眼醒来。她把旅行箱塞进‘道奇’的后座,离开哈纳莱伊湾。”“健康”二字,既意味着身体的健康,也意味着心灵治愈之后的轻快。回到东京后,幸居然又一次偶遇了“敦敦实实”。当后者向她讨教追求女孩子的高招时,她的回答是:默默听对方说话,夸奖女孩子穿的衣服,给她好东西吃。这三点看似简单,但足以说明幸经过多年的反思,已经变成了一位乐观自信,能对年轻人作心灵指导的母亲。

村上春树对于箱庭的方法显然十分熟悉,对于这种疗法的设置与作用也相当了解。本篇中,他所展开的心理治疗颇有特色:首先是在海滩上,沙滩仿佛一个巨大的箱庭,让患者幸置身其中;然后让她在一种非语言主导方式的环境中接受治疗;具有决定性作用的是一次“偶然”的发生:两位与自己毫无关联的年轻人看到了失去右腿的儿子。幸从10年前面对儿子的死,告诫自己要振作起来,到10年后的某天早上作为健康的女性醒来。至此,寻找已经达成目的,“偶然”促成了心理的治愈。

结 语

瑞士著名心理学家卡尔·荣格认为心理学能够应用于文学研究,他指出:“人类的精神孕育了一切艺术和科学,所以对精神之探索也就应该一方面能够解释一件艺术作品的心理结构,另一方面揭示出使一个人具有艺术创造力的因素。”^①而村上春树正是一位能够将心理治疗师很难表现的治疗过程用语言加以描绘的作家。在《哈纳莱伊湾》中,母亲幸每到儿子的忌日,便去遥远的哈纳莱伊湾,一直持续了10多年,慢慢感悟到正是因为自己缺乏对儿子的理解和教育,母子关系才会出现裂痕。而《第七位男士》的主人公“我”是在父亲去世以后,在整理对父亲的认知的过程中,认识到了自己的恐惧,其中暗藏的“从父—反父—离父—寻父”的心理变化是自己最终摆脱噩梦纠缠的关键。^②河合隼雄指出,心理学上的“治愈”,固然有单纯意义上的“症状消失”“烦恼解除”,但也并非只有“治愈”才是最好,在治愈过程中,意识到如何认识生活,如何活下去才是最重要的。^③《第七位男士》中的“我”

①[瑞士]荣格:《人,艺术和文学中的精神》,孔长安、丁刚译,北京:华夏出版社,1989年,第85页。

②沈丽芳、沈媛媛:《村上春树作品中的“审父”叙事——再论短篇小说〈第七个男人〉》,《贵州大学学报》(社会科学版)2016年第6期。

③[日]河合隼雄、村上春树:《村上春树去见河合隼雄》,第108—109页。

用了40年时间,《哈纳莱伊湾》的母亲幸花费了10年来克服心理的创伤。在如此漫长的人生之中忍受心灵的震荡和创伤,最终获得心理的治愈,这些都诠释了活着就是治愈过往所受心灵创伤的过程的真理。

通过《第七位男士》和《哈纳莱伊湾》的创作,村上试图说明:人生就是一场从“迷失”到“寻找”,再到“新生”的过程。人只要生存在世上,总会遭遇迷失。此时,如何寻找真实的自我,便构成了他们的宿命。自省和觉悟,然后树立一种坦然面对和容纳的态度,才是正确的生活方式。

个人情感上的“迷失”与“寻找”,这样一种创作母题在村上文学中占据了相当重要的位置。然而,当村上尝试用心理“疗愈”的创作方法来勾勒这一过程时,其目的是要指明家庭感情或者友情的破裂和误解导致了人们陷入疾病之中。治愈的过程是一个漫长的时间之旅,或者还需要经历不可思议的“偶然”,村上甚至还将茫茫海滩作为箱庭疗法的试验场,显示出心理治疗所具有的效果,但最重要的还是个人内心世界潜意识的觉醒以及执着。幸对于儿子的思念,产生的从没有的自责意识,以及对于家庭关系的渴求,才是她恢复健康、完成治愈的决定性要素。在物质极度繁荣的现代社会,个人情感以及家庭关系“迷失”已经成为常态。对此,村上春树通过创作寻找个人心灵创伤的原因以及心理疗愈的普遍性伦理,由此完成自我与读者的双重救赎。村上文学的心灵治愈性特点也在这个过程中得以彰显。

(责任编辑:张 升)

Haruki Murakami's Literature from the Perspective of Psychology: “Coincidence”, “Sandplay Therapy” and Psychological Healing

XU Gupeng

Abstract: After the 1990s, Haruki Murakami tried to combine psychological trauma and healing with literary narration, which made his works reflect “verbalization and popularization of psychotherapy process”. Murakami's literature focuses on “coincidence” and its psychological effect in the healing process. In the collection of short stories entitled *Tokyo Kitan Shu*, there is an article *Hanalei Bay* in which the heroine Sachi loses her only son, and under the appearance of normality and rationality, there appears psychological trauma. Thus, Murakami learned from the “Sandplay Therapy” of clinical psychology, and took the beach of Hanalei Bay in Hawaii as a huge sandbox to demonstrate a Murakami style psychotherapy for the reader. The cure of psychological diseases requires not only a long time, but also an incredible “coincidence”. In this regard, Murakami pointed out that the important thing is the persistence of the heart. If there is a “strong desire”, “coincidence” will emerge in the field of vision as a kind of message, which is helpful for the recovery and healing of psychological trauma.

Keywords: Haruki Murakami; Psychological Healing; “Coincidence”; Sandplay Therapy

About the author: XU Gupeng, PhD in Literature, is Associate Professor at School of Foreign Languages, Nanjing Medical University(Nanjing 211166).