

直面报告

Zhi Mian Report

“扫一扫”关注直面



美国心理协会“夏洛蒂和卡尔·彪勒奖”获奖机构

南京直面心理咨询研究所 主办

By Zhi Mian Institute for Psychotherapy

本刊免费赠阅，欢迎来信索取

(2017年6月第5期 总第165期)

直面网址: www.chinancc.net

直面邮箱: zhimian@chinancc.net

行政电话: 025-84706081

存在网址: www.ep-china.org

热线电话: 025-83204132

教牧网址: www.acpc.org.cn

直面地址: 江苏省南京市栖霞区紫东路18号保利紫晶山15幢1单元101室

邮政编码: 210049

欢迎加入我们的微信朋友圈“nanjingzhimian”

本期导读:

👉 请人吃饭的意义——兼及一种策略疗法

——第2、3、4、5、页

👉 与Dasein的相遇 ——第5、6、7页

👉 直面课程 ——第7页

👉 直面消息 ——封底

5月19日至5月23日,由美国存在析梦大师艾瑞克·克雷格博士带领的析梦工作坊及“与大师同行”之旅顺利举办。王学富博士担任翻译。

右图为工作坊参加者合影。



主编: 王学富 责任编辑: 黄强 编委会成员: 孙闻 张侠 陈跃

投稿邮箱: zhimian@chinancc.net

请人吃饭的意义——兼及一种策略疗法

王学富

☆☆

一天，有一个人问我：“你怎么会有这么多朋友？”我即刻回答：“因为我喜欢请人吃饭啊！”这话在对方听来是一句相当随意的回答，她大概是不以为意的。而我事后想起这句话，这话看似随意，其中却有深意，不要轻易就放过了。

说起“请人吃饭”，人们最常有的反应是有没有钱，够不够富。其实，“请人吃饭”与“有钱”没有多大关系，它更关涉的是你够不够慷慨，它最关涉的是你是否有这样的理解力，这样的视野，这样的胸怀，这样的文化精神。当然，这不是注定的，而是可以培育出来的。

“请人吃饭”，最表层会有一些实际的考虑，但到了深处，便成了一种情感，一种关系，一种关怀与延伸的能力，一种扩展的视野，一种精神的品质。

在我最初的记忆里，我爷爷会请人吃饭，这首先是一种人情往来。他还会请当地一些有些影响力或势力的人吃饭，并且让我上桌陪客。我许多年后才明白他的意图，知道他一片良苦用心。他希望我能够善于应酬，在我幼小时那么资源贫乏的环境里创造出一点机会来。我却没做好，机会也没有来临，而“请人吃饭”的习惯却在后来的日子里暗暗培养出来了——实利的考虑不够，情感的成分却很充分了。它给我带来的一个最大的好处是：我交了许多朋友。

我家本来也穷，房子在大路边，许多进城赶集的人从我家门前走过，父亲常常招呼人来家吃饭。母亲虽然也偶有抱怨，但总会尽力弄出几道菜来招待客人。我家许多亲戚朋友确实喜欢到我家来，因为我家好客。

许多年后，我读到圣经中的一句话，便特别有感慨：那热心接待客旅的，无意之间接待了天使。另一句话是耶稣说的：你们看到一个人饿了，就给他吃，渴了，就给他喝。你把这事做到那最不起眼的人身上，就是做在我身上了。

我的联想继续，又想到了特蕾莎修女，她去服侍人类中最微不足道的人群，是因为在她眼中，不管他们是被抛弃的婴孩，还是残疾人，还是无家可归、濒临死亡的老人，他们都被看作是受难的、有需求的耶稣。

最近读到建国初期曾经被禁的电影《武训传》的介绍文字。武训是一个受尽磨难的人，他的内心却没有形成苦毒，反而生出良善，他筹款办义学。这部电影为什么被禁？原因很多。其中也大概是人性太黑暗，承受不了这般至善的光亮吧。武训身上呈现的是最高的精神品质，让一个人不管有多高的权力，多少的金钱与知识，也会感到羞愧。而且，如果一个人感到羞愧，却至少也是一种见贤思齐的品质了。如纪伯伦写过这样一段话，让我至今铭记在心：有一个人到我家来，坐在我的桌子上，吃我的，喝我的，临走还骂我。下次他再来，我就不理他。天使就嘲笑我。我后来一直在想，“天使”嘲笑“我”什么呢？我的回答是：天使嘲笑“我”太小气了。我想到，如果我能接待旅客，不在乎他的贫穷，不在乎他的地位，不在乎他的粗鲁，不在乎他对我有什么好处，不求他将来回报我……这是多么可贵的慷慨精神啊。

下面的话不是一种道德评判，而是对人性遮蔽的一种描述。不是要逼人就范，而是想启人觉察。在我长期的心理学工作中，不管是对自我反思还是对他人的观察，我常常看到被称为“症状”的现象里隐藏着某种不肯付出或不敢付出的特性或倾向。而我的工作（也包括针对自己）就是帮助人从过度的自我关注走向关注他人，从过多的索取走向适当的付出。有时候，我不大直接说出来，我会行出来。行出来的方式是：请人吃饭。但我并不以此自显。当然有人会说我有钱，请得起别人吃饭。这不对，我没有这么多钱的时候，也会尽力请人吃饭，并且觉得满足。

孙闻讲的一个故事颇感动了我的一位驻修生，而这个故事，我自己是忘记了的，但我相信这是真的：几十年前，我请孙闻吃饭，她知道我穷，问我有没有钱。我一拍口袋：“有！”到了一个面店，我开始付钱，是毛与分的硬币与钱票。孙闻在一旁惊呆，说：“你这是有钱啊！”我说：“这不是吗？”凑够了！

我做治疗，有时也不说出来，只要求对方做出来。最近我给艾瑞克·克雷格（我的结拜兄弟）讲了我做治疗的一个方法——其实也是一种玩法——他听了之后对我说：艾瑞克森便是这样做的。艾瑞克森的做法叫策略疗法，是相当神奇的。我听过他的好几个案例：关于治疗一个自称是耶稣的病人，关于治疗一个把十个手指都啃坏的孩子，关于治疗一个三十年酗酒严重成瘾的女性……这里不做详述。我只想说这种疗法（其实我们一般治疗师也会自然去做）：治疗师并不说出来，只要求来访者去做，做到了就好了。好了之后，人因为不了解，就会视之如神迹。而策略疗法治疗师的“策略”常常是非常规的，超常规的，暗中直探本质或根本之处，而来访者自己却不谙这暗中的脉络或路径。治疗师也绝不说出来——之前不说出来，之后也不说出来。

为什么不说出来呢？因为一说出来，它的力量就被削弱或消解了。具体而言，这种“策略”是基于对当事人及其问题的本质的洞察而创造出来的，一说出来，人的头脑就会来阻挠它。（但不说出来，也会有麻烦，这一点我后面再说）。我说的这个“策略”，与我今天讲的主题相关。虽然在实际操作中它并没有实现（当事人因为不理解而不接受），但我也说不出它背后的“奥秘”。我这里只说一句话：“奥秘”是有力量的，我得守着这个奥秘，也是为了保守一种力量。

事情是这样的：我接待一个父亲，他可能是全世界最好的父亲，他为自己的儿子操碎了心，他为儿子所做的比任何一个父亲都多。结果却是，他的儿子向他抱怨，说是他害得他到三十岁没有朋友，没有女朋友，没有工作，没有钱……以至有一次在极端情绪中开飞车，简直要与父亲同归于尽……我为这位焦头烂额的父亲制订了一个策略——我说过，这是一种玩法，但这位父亲不敢玩，因为它太不符合常理了，太挑战他的极限，他的头脑受不了。

结果是，这条路便未走通。然而，它是可能走通的一条路。很遗憾！

我的策略是，要求这位父亲每个月给儿子一万元钱，要求他把这笔钱花出去，不是花在正事上，而是胡花出去。比如，请人吃饭，娱乐，花天酒地，让自己受骗……到了月底，如果还

有剩下的钱，当着儿子的面烧掉。最后我对这位父亲说：一年之后，带您儿子来见我。我看见这位父亲张大嘴巴，望着我，过了半晌才问我：为什么？我没有告诉他。

当然，不告诉他也有麻烦：他不明白为什么，就不会去做。然而，即使这样，我还是不告诉他，我可以等待，当他对我有了充分的信赖，他可能愿意去做，何况我还有其他的策略呢。在我的理解里，要实施某种策略疗法，治疗师真得有一股“宁为玉碎，不为瓦全”的韧劲儿。

回头来说一句话，为了点题，从而结束：请人吃饭很有意义，对人对己都是如此。

Dr Erik. Craig 析梦工作坊感想之

-----与 Dasein 的相遇

马丁在那里

1. Encounter

有一次，听王学富老师讲了一句话，大意是这样：咨询的过程是，咨询师和来访者，两个人在生命的深处相遇。我一直觉得这是很美妙的一句话。在生命深处相遇，这大概是最美丽的关系。其中有深度的体验、有共同的探索、有偶然得见的欣喜、有对生命和关系的尊重与爱。后来渐渐发现，相遇（Encounter）是一个非常“存在”的词，我也越来越喜欢这个词。

5月这几天的经历便是一次 encounter，是与一位心理学家 Erik Craig 的相遇，甚至也是与存在（Dasein）的相遇。请允许我不用敬语称呼这位心理学家吧，因为仿佛只有 Erik Craig 这个名字，可以全然呈现这样一个人，一个 being，并且在内心里我甚至很想跨越礼节，亲切地称呼他 Erik：一是因为总听到王老师叫他“Erik”，钦慕和向往这样真诚的关系；一是 Erik Craig 是那么的让人感到亲近。

2. 现象学

刚来直面时，王老师给了我一篇文章，让我读一读并且翻译。这篇文章在讲艺术和心理治疗，作者是 Richard Bargdill。其中有句话的意思不懂，便问王老师，他说：“这其实就是在讲现象学。现象学，简单地说，就是让事物自己呈现它本来的样子，让现象本身去说话。”

让事物呈现它本来的样子，多美的一句话。

在工作坊中，Erik Craig 一字一顿地说：Let Dream Speak For Itself. 在对两个梦例工作时，他正是严格遵循着现象学的原则，一遍遍地复述和提问，梳理对方的梦。这既为确保对方真实而完整地呈现了自己的梦，又在每一次梳理中找到通向对方深处的小径。人们担心梦者会无法精准复现自己的梦，但这却正是心理咨询的有趣之处：在这里，个人色彩的、独特而不可重复的主观经验成为了工作的途径。你的描述呈现着你自己——你过去的经验集合，你的感知、行为、关系模式，你的整个世界——你的存在；在这里，让事物呈现它本来的样子不再仅仅是一个哲学理念；在这里，遭受现代社会，尤其是科学技术排挤的主观性重新被赋予了意义。

3. 与存在相遇

存在，这个词在德语中叫 Dasein，da 是 there，sein 是 being，直译过来是“在那里”，也有“在场”的意思。我越来越感到，在直面的经验是一场与存在的相遇。读到的书，遇到的人，做的工作，经历的体验都是与存在相遇。

王老师有时会讲述他的治疗经验或是做面谈的感慨（当然是在保护当事人隐私的前提下），我常被触动。当一次王老师在讲述时，我仿佛感到他身上散发着光芒，我想是因为感受到了一种发自内心的、深入对方生命中的悲悯与爱。这一刻我就像与充分而全然的存在相遇了。

与 Erik Craig 相处的经验也像是与一个充分而全然的存在相遇。我有些遗憾自己没和 Erik Craig 进行个人的谈话，听听他对我的梦的回应，但我依然觉得自己已经充分享受和得益于这几天的经历。我享受听他诠释思想，享受听他讲心理学家的故事，享受经历他对别人的梦的探索，

享受跟他之间简短的交流。Erik Craig 跟随过几位顶尖的心理学家，他说，他的那些导师，对他影响最深的并不是他们教给了他什么，而是与他们之间的关系。

几天中，我内里一直有潜藏的激动，同时也有与之相反的颓唐。激动于他的严谨和思想，激动于他时刻具备的关怀，激动于他孩童般的本真，激动于他呈现出的这样一个存在。

在 Erik 离开直面的时候，我终于把这激动向他表达了出来，并且请求能否和他拥抱，他愉快地答应了。

我珍视这表达。

※※※

课程之一 存在治疗

课程主题：存在治疗第二阶段第一次课程

课程时间：7月14日至16日

课程讲师：王学富博士

课程形式：地面三天密集培训

七月、八月直面课程安排

存在治疗课程体系安排：存在课程分为两个阶段，一共四期，每期时间为三天。每一期课程结束，颁发培训证明。四期完成，颁发结业证书。四期课程相互独立，从任一期课程加入学习都是可以的。

课程形式：存在议题讲解+案例呈现与分析

来参加存在治疗课程，你会获得什么？

如果你了解自由、意义、死亡、焦虑、孤独、真诚（本真）、联结、苦难、创伤（人的脆弱性和韧性）、有限性、不确定性、勇气、时间、勇气、文化的敏感性、经验，想对存在治疗的根本关注有一个基本了解；或者你想了解存在治疗领域一些具有创导性的人物，以及当今世界存在治疗领域的领导者，了解他们的生命故事、思想根源和治疗方法。我们会通过呈现他们的经典案例让你体验到原汁原味的存在治疗。

课程适宜人群：

或许你已取得心理咨询师资格，想进一步提高生命品质与专业能力；或许你是心理咨询爱好者，欲在此行业有所发展并在寻找最好的入门途经；或许你是心理学爱好者，意愿帮助自己以及周围的人并感受一种具有文学、艺术、哲学魅力的心理治疗流派。那这套课程对于你来说将会非常适合。

课程之二 存在与梦系列课程

课程主题：直面的精品付费网络课程之

——“存在与梦”系列课程

课程时间：7月6日至8月24日 每周四晚上 8：00 至 9：30 共计 8 次

课程讲师：张国宪（讲师介绍请留意直面微信公众号）

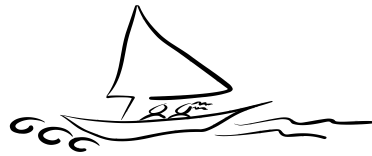
课程形式：千聊直播

报名、咨询电话：

025-83206844

微信报名、咨询请添加

“nanjingzhimian”



直面消息

- 5月14日，来自加拿大顶尖学府麦吉尔的克里斯蒂娜（Cristina）来到直面。其叔叔为英国存在主义心理学家厄奈斯托-斯泼奈利（Ernasto Spinelli）。通过叔叔，她了解到诞生在中国的本土文化的心理学一直面心理学，于是前来学习交流研讨。
- 5月19日至5月21日，由艾瑞克·克雷格博士带领的析梦工作坊在南京直面心理咨询研究所成功举行，王学富老师担任翻译。
- 5月22日至5月23日，克雷格博士与王学富博士带大家进行了一场令人难忘的“与大师同行”文化之旅。一行人游览了曲阜孔府与水泊梁山。克雷格博士与王博士还在梁山举行了意义深远的结拜仪式。
- 5月26日直面的老朋友 Myrrl Byler 博士带领几十位美国 Blufton University 的学生来直面进行文化交流，并游览南京名胜。
- 5月29日来自加拿大 University of Lethbridge 的 Bonnie Lee 博士带领一批心理学大学生来直面举办专业交流活动，并进行了案例研讨与交流。
- 5月10日直面 ECP 带领者，直面驻修生陈艺心通过 YY 语音向全国学员讲授题目为“儿童爱的五种语言”的网络课程。
- 5月17日直面 ECP 带领者秦嘉林通过 YY 语音向全国学员讲授题目为“咨访关系的设置和边界”的网络课程。

直面的服务

- 提供免费心理咨询，热线电话：025-83204132；
- 提供心理咨询面谈（对经济困难者提供减免）；
- 提供团体辅导、成长工作坊；
- 提供三个层级的心理培训：
 - 直面心理辅导延伸课程（ECP）
 - 直面分析师课程、存在主义心理治疗课程
 - 直面学塾：直面学子、直面驻修生、直面弟子

直面售书

《成为你自己》、《受伤的人》、《医治的心》、《成长的路》、《花渐落去》、《存在整合治疗》。

欢迎购买，联系电话：13382036328。或添加直面微信号（nanjingzhimian）与我们联系。

《直面报告》免费赠阅和邮寄

请珍惜《直面报告》

请支持《直面报告》

因为有你支持，我们才会坚持！

☐ 邮局汇款

地址：南京市栖霞区紫东路18号保利紫晶山15幢1单元101室 210049

收款人：南京直面心理咨询研究所

☐ 银行汇款

银行帐号：01270120210002739

银行名称：南京银行玄武支行