



心结

自我之谜

【文/国生】

最近又有部美国大片牢牢地吸引住了大家的眼球，它就是根据上世纪九十年代被奉为神作的同名日本漫画改编的《攻壳机动队》。就当下来说，这部电影里的故事可能并不新鲜了。故事的女主人公素子在一场意外中只留下了机能完好的大脑，后来在一个专门从事人体机械化服务的公司中，这颗大脑被嫁接在一台性能超强的机械身体上。手术成功后，素子进入国家安全部门工作，成为“少佐”，而之前有关素子的记忆大部分都消失了，只留下了一些痕迹，而这些痕迹却对她产生了影响。之后，在执行任务时，她遇到了一个与自己命运相同的“人”，她终于揭开了自己的身世之谜：自己和那个人一样，原来是流落街头的少年，却被那个高科技公司抓走做人体实验。少佐虽然是实验成功的产物，但之前有很多人却因为实验失败而被抛弃，成为“怪物”。少佐最后向公司的老板成功地发起了复仇，找回了先前作为“素子”的自己。虽然有眼花缭乱的黑科技的加持，但是在本质上，这依然是一个千百年来不断被讲述的追寻自己失落身份的故事，其核心问题便是“我是谁”。

心理分析：

不同于动物，人是具有自我意识的。当然，很多动物都知道自己是不是受伤了或者是不是会成为其他动物的猎物，但是它们并没有“我”这个观念，可是人类却是可以对“我”进行反思的，而这个在日常生活中如此平凡的“我”，对于心理学家和哲学家来说，仍然是一个谜。

法国精神分析大师拉康认为，我们的自我意识并不是打出生起就会出现，而是在成长过程中形成的。他把自我意识形成的阶段称为“镜像阶段”：就好像我们照镜子的时候会看到自己一样，我们在他人的目光中看到了自己，而这个最早的“我”便是在母亲的凝视中出现的自己。在这个阶段，我们以为自己和母亲是一个统一体，但之后我们发现，母亲的凝视中包含着某种“缺失”，这是作为凝视对象的我们无法满足的空缺。因此，拉康认为，我们就此进入了某种社会秩序，我们需要在这个秩序中让自己成为可以填补这种缺失的对象。这就展开了一段追寻“自我”的旅程。

有趣的是，根据这种理论，我们的自我总是他人眼中的自我，真正的自己是不存在的。不管接受与否，这种理论至少说明了为何追寻自我的故事会历久弥新，因为我们的自我始终在别处，我们永远也不能一劳永逸地成为“自己”。

鸡汤养生，心灵鸡汤其实也是。在面临情感挫折的时候听一句“愿你一生努力，一生被爱”，难道感受不到有一股暖流在心中涌动吗？在被周围人伤害的时候听一句“愿你有软肋也有盔甲”，难道不觉得有一种勇气在心底升起吗？在前行中迷失时听一句“愿你走出半生，归来仍是少年”，难道觉察不到有一丝信念在心头唤起吗？我其实很不理解大家动辄在鸡汤前加一个“毒”字，鸡汤不毒，错的是时机和场合。你从未拥有过一段刻骨铭心的爱情，因此才会觉得痴男怨女的爱恨情仇仅仅是荷尔蒙分泌的无聊过程，进而觉得关于爱情的鸡汤都是有毒的；你无力在人生挫折中保持乐观，因此才会觉得芸芸众生的奋发向上仅仅是徒劳挣扎，进而觉得关于人生的鸡汤都很无聊；你难以在与环境的碰撞中守护真我，因此才会觉得青春年少时的人生理想仅仅是童话故事，进而觉得关于不忘初心的鸡汤都不切实际。是药三分毒，为什么我们却不称药品为“毒药”？因为我们知道，只要对症，那么它就能够帮助我们。

★

我不认为人生需要多服“鸡汤”来认清一些现实，是因为被称之为“鸡汤”的东西是一种来自他人对这个世界的认知，难以避免主观因素带来的狭隘。并不是因为有了正能量和积极乐观的部分才称之为鸡汤文的，而是鸡汤文为了网罗更多的读者，把自己包装成了迎合市场需要的、有正能量的样子；我们真的被其中的正能量触动到了吗？恐怕不是，更多时候是因为鸡汤文畅销，已经有很多人看过了。而青少年去学校学习是为了通过科学知识的学习，培养自己独立思考、独立学习的能力，那么基于从众心理而广泛传播的鸡汤文跟教育的目的和本质就是完全相悖的。我们可以忽略这个初二学生的作文是如何言之无物，如何缺乏内部关联，单就独立思考这一点，满篇的鸡汤集合都是他人的陈词滥调，完全看不到青春少年的“自己”。间接经验的获得的确更简便，它不需要你读万卷书，也不需要你行万里路，但在青春激昂的时候最可贵的是体验人生更多的可能性，从这一方面来看，对年轻人来说，鸡汤虽好，不饮为佳。

▲

情辩

心灵鸡汤有多养生？

前不久，北京初二女生的一篇“我愿”作文火遍网络，有人说：“实在酣畅又深刻，阳光又温暖，说出了很多人到中年的人想说的话！”也有细心网友认为有“网络鸡汤合集”之嫌。既然是“鸡汤合集”，给人积极向上的感受，“养心又养生”，可是也有观点认为鸡汤得分年龄，没有经历的“鸡汤”，只是味精汤，不养生反而“伤身”。哪个观点你更赞同？

程立勋
心融德瑞姆
心理咨询师何瑞
作家★正方观点：
“鸡汤”当然
“养生”▲反方观点：
“鸡汤”喝多
“伤身”

因为是他人对世界的认知，所以对方辩友觉得难以避免主观上的狭隘，因而对还在培养独立思考能力的青少年来说不宜饮用？我突然觉得，按其说法我不该读“安能摧眉折腰事权贵”，因为这是李白狭隘的主观个人看法；我也不该读《阿Q正传》，因为这是那个偏激者狭隘的主观个人看法。当初作为一个还在成长中的祖国花朵，我该怎么办呢？什么都别读，有朝一日我的独立思考能力、成熟思想、坚定信念将会自行产生？一样东西既然看起来是正能量的，那么为什么不能就是正能量的呢？被市场欢迎是鸡汤的错吗？不，这样反而更利于传播；欣赏者受限于水平而误读是鸡汤的错吗？不，经过否定之否定的过程，欣赏者才能真正理解；需要实践才能融会贯通是鸡汤的错吗？不，古人已经说过“纸上得来终觉浅，须知此事要躬行”。

★

有那么多言之有物的经典文学作品可以滋养心灵，为什么青少年还要把宝贵的读书时间耗费在读鸡汤文上呢？正方似乎偷换了概念，并不是鸡汤文主观，所有主观创作的文章就都是鸡汤文。为什么正方能脱口而出“安能摧眉折腰事权贵”，但从辩论开始到现在我们都只说“鸡汤文”而没有轻易说出一句四海皆知众人耳熟能详的鸡汤文标题或者金句，是不是因为鸡汤文本身就没有那么强劲的生命力呢？看见鸡汤文里有正能量就说它全是宣扬正能量有点盲人摸象。我们之所以对鸡汤文的正能量印象深刻，是因为除了这一点似乎也几乎不能从这些过眼即忘的文章里找到可取之处。那如果要读经典文学我可以读李白读鲁迅，需要金句我可以读聂鲁达读辛波斯卡……这些都是无数人验证过至少不错的见解。鸡汤和毒鸡汤之间只差了一个字，但两者都是消费时代催生的消费品，而不是经过科学佐证、实践检验的产物。

▲