

內外民主與威權主義的威脅

2023 年 9 月 19 日 #WUJ 網路研討會

©版權所有

Donald E. Kalsched, Ph.D.

Topsham, Maine

引言

在這個歷史時刻，全世界的民主都在與日益增長的威權主義威脅進行生死搏鬥¹。在烏克蘭，每天都在與殘暴的威權體制展開這場戰鬥，烏克蘭的士兵死在戰壕裡，婦女和兒童死在街頭。在為民主而戰的痛苦和難以言表的悲傷之下，蘊含著深刻的道德和精神價值，我們這些有幸生活在民主國家的人有時能體驗到這種價值，而這正是我們的烏克蘭同事為之奮鬥的。

這份深刻的價值觀，只有在人與人際的掙扎和衝突中才能窺見一斑，其前提是民主制度下的自由和自由權。即便如此，也只有在某些發自內心的時刻才能瞥見。像是林肯（Abraham Lincoln）在蓋茨堡或者曼德拉（Nelson Mandela）於 1994 年在好望角的就職演說，或是歐巴馬（Barak Obama）於 2008 年在芝加哥葛蘭特公園的勝選之夜演說。這些時刻都帶有超越性，似乎來自對立面之間的掙扎，透過神秘的「第三」得到解決。那是觸動深層情感的療癒時刻。而在威權政府中，精神不會飛揚，而是長驅進軍。

我所說的民主超越「時刻」之所以能觸動人心，是因為只有在自由中生活的人才能感動我們，為自由而進行的持續掙扎就是對民主的最佳理解，去對抗不可避免的威權主義威脅，那是一場永不停息的抗爭，而且常常會是民主本身內部的抗爭。今天，我想談談這場抗爭，同時以一個心理治療案例來說明這一點，在這個案例中，這份深刻的價值觀在某些時刻「散發閃耀光芒」。我逐漸明白，心靈民主的爭取以及對民主進程中固有的深層道德和精神價值的爭取，是與民主及意識兩者的關係相關的，這種關係對榮格而言彌足珍貴。

去年，在烏克蘭當前的戰爭開始之際，我在給烏克蘭同事的一封信中試圖表達民主與意識兩者間不可言喻的聯繫。我在此重複相關段落：

你們的戰鬥是意識革命的一部分。獨裁者總是會起來反對這種新的意識，因為他們害怕這種意識，但是為民主為平等而戰、為多樣性而戰、為神聖的現實而戰（這個星球上的所有人都蘊含著上帝賦予的生命權和自由權的火花），這比任何一場戰鬥都要偉大，而且必須在每一代人中反覆進行。你們當中曾與受過創傷者工作過的人都知道，這是一場在內心世界進行的相同戰鬥（是促進生命的新興民主意識與心靈中暴力壓迫的反生命力量之間的戰鬥）。現在，你們正在街頭進行這場戰鬥。你們不僅僅是為了生存而戰。你們是在為新生的自由而戰，也是在為一種新的革命性意識而戰，這

¹ 見 Applebaum, A. (2020). *Twilight of Democracy: The Seductive Lure of Authoritarianism*. New York, Doubleday; Levitsky, S. and Ziblatt, D. (2018). *How Democracies Die*, New York, Broadway Books.

種意識正在這個地球上慢慢形成（儘管面臨巨大的阻力）。你們是在為你們國家的超越道德中心而戰。儘管你們當前遭受創傷，但你們是為靈魂而戰。我向你們致敬！²

解離與威權系統

在我對個別病患進行創傷工作的過程中，我逐漸意識到，我經常在幫助病患爭取心靈民主，以對抗威權式內在防衛系統的暴政，這些防衛是圍繞著存在恐懼和焦慮而組織起來的。這個系統，我稱之為自我照護系統（SCS），在經歷了早期創傷的混亂、痛苦和碎裂之後，為調節嬰兒心靈所做的努力（出自於榮格所說的原初自性之概念）。這種調節的主要「作用因子」是解離防衛。通過觀察創傷後所出現的調節人格的內在解離系統，我們可以更好地理解威權主義是如何紮根的，首先是在心靈上，然後是在世界上。

在我今天的論文中，我將描述我與某位男子的工作，這個人的心靈已經被這種威權的暴力防衛「系統」所佔據。在他的內心世界裡，脆弱的童真部分被強大的內在暴君既無情且惡意地壓迫著。我的病人身上這些敏感而充滿靈魂的部分是他所渴望更充實生活的關鍵所在，但在我們開始治療時，這些部分在他的內在「立法機構」中沒有合法的地位，在他的心靈「議會」中沒有發言權或投票權。他內在這些需要和依賴的部分總是給他帶來麻煩（至少他內在的控制暴君是這麼認為的）。因此，需要和依賴必須被無情地壓制，甚至在必要時被消滅。我們有個詞可以形容這種心靈上的「消滅」，它被稱為「解離」，而它不可避免地會導致威權主義。榮格從「情結」這個角度談了很多關於解離的問題。但我今天要講的解離是一種更嚴重的形式，是在兒童生命發展的更早期，甚至在兒童的經歷被「建構」³成情結之前，就已經形成了，而且比壓抑等較溫和的防衛更為猛烈。它的作用是扼殺我們對無法忍受的痛苦之意識覺察，或者通常是麻痺我們的痛苦感受，使它們完全不會被意識到。

因此，這種解離似乎攻擊了自我和自體不想要的脆弱部分之間所有的聯繫。解離起初是一種自我調節的努力，但因為解離是一種防衛，它唯一的作用就是否定、與情感斷開、封閉、收縮和碎裂。它不能創造任何東西，也不能把任何新的東西組合在一起。它試圖通過控制和支配自體的脆弱部分來控制痛苦和恐懼的感覺，因為它「認為」⁴那是痛苦和恐懼的根源。這就導致了一種心靈的自體免疫疾病，整體的一個部分攻擊另一個較不「被接受」的部分。這種內在壓迫是威權主義的本質，同時構成了一種緩慢的自殺形式。在與我的病人麥可進行治療的過程中，你將會看到他掙扎著將心靈民主從這種暴力的威權暴政中拯救出來。這樣的掙扎是為了建立一個更具包容性和接納性的內在系統，在這個系

² 見 Donald Kalsched, Letter to Ukrainian Psychotherapists, March 9, 2022.

³ 見 Donnel Stern's Unformulated Experience for an explication of this idea.

⁴ 當然，防衛系統不會有意識地「認為」。在身體的自體免疫疾病中，免疫系統被像是愛滋病毒等欺騙，「認為」健康細胞是受感染的細胞，因而攻擊和殺死健康細胞。我是在這個意義上使用「認為」這個詞的。

統中，即使是「當中最小的」（馬太福音 25：40）⁵也能在自體的政府中擁有發言權。

和麥可在一起時，我發現自己在努力創造一個人際容器，這個容器可以收容並守住他內在世界的對立面，同時還有我內在的對立面。他的內在世界是一個充滿對立面的沸騰大鍋，其中一些對立面彼此毫無意識。他天真童稚的脆弱與原始暴力對立，或是被多愁善感的「愛」所窒息；他滿懷希望地向愛伸出手，卻與無情的自給自足對立；他的溫柔關愛天性與大男人主義的強悍及冷漠對立。麥可從未與父母或照顧者建立足夠強大的關愛關係，以容納關係中的狂飆突進（*sturm und drang*），這是源自於他自身的「原始」衝突部分。他從來沒有哭過、叫過、需要過、依賴過、對自身的束縛憤怒過，也從來沒有人傾聽過他的聲音，沒有人在乎他的感受。事實上，他曾多次試圖表達自己，但他的感受都被父親打掉了。⁶因此，最初的內心衝突變成了他與世界的衝突。他不再是與自己交戰，他是在與無情的世界和他最關心的人作戰...，包括我。可以說，他內在的對立幾乎完全外化了，從內心的涵容掙脫而出，在他的世界裡橫衝直撞，造成了他生活中所有的「失序」。

民主：內在的與外在的

那麼，怎樣的心靈才能包含這樣的對立面呢？榮格對此非常清楚。他說，那會是「民主的心靈」。榮格認為正常、健康的人格是由許多部分組合而成的。即使是自我本身，起初也像是無意識海洋中的群島。對於剛出生的嬰兒來說，最初的經歷就像是感覺、情感、意象或記憶碎片的閃光畫面。慢慢地，這些經驗凝聚成「行進的畫面」，有個中心的、見證的自我開始把它們整合成一個有凝聚力的身份認同。但這個身份認同有許多面向（許多情感的部分），有些是「劣勢的」，與其他「優勢的」部分相衝突。如果成長中的孩子有幸擁有充滿愛意和合拍的照顧者，那麼這些相互衝突的感受就可以得到表達、處理和整合，而不會被排拒或驅逐出意識之外。不同的「我的立場」可以保有張力卻不會威脅到人的完整性。這就是榮格所說的心靈民主。它的另一個詞是「衝突心理學」。威權主義不能容忍內在的衝突，因此它將衝突的一極轉移到世界中。⁷其心理術語是「投射」，而其機制是解離。

對個人如此，群體亦若是。當一個新興國家出現在歷史舞臺上時，它是由許多「部分」組合而成的。在集體生活中，我們知道這些部分是不同的「部落」、種

⁵ 耶穌說：「我實在告訴你們，這些事你們既做在我這弟兄姊妹中一個最小的身上，就是做在我身上了。」（新國際版聖經，馬太福音 25:40, 45）這句話是德蕾莎修女最喜歡的《聖經》經文之一，她經常引用這句話來支持她對窮人的事工。她所說的「當中最小的」指的是那些脆弱的人（無論是在社會、心理還是經濟上處於弱勢的人，如病人、窮人或身心障礙者）。自體內心最脆弱的部分就是受到創傷的部分。

⁶ 如果沒有一個合拍的照顧者進行這種協同調節，孩子就必須自我調節。當然，他做不到這一點，因此由自性「協調」的解離就會替他做到這一點。

⁷ Philip Bromberg 博士是我在創傷領域的一位良師益友，他總是把自己與創傷患者的搏鬥描述為協助將解離心理學轉化為衝突心理學的努力。他是在為心靈民主而工作。

族或性別、移民群體或具有不同宗教或性偏好的次群體。一個國家的健康與否，取決於這些對立的「組成部分」如何和諧共處。衝突是不可避免的，但問題是衝突能否被制度、法律、立國文檔和文化傳統所容納（為一個國家或個人帶來豐富的社區生活和創造力），這在民主國家是可能的。

榮格生活在瑞士，瑞士是歷史最悠久的民主國家之一。1946 當年，榮格在英國廣播公司談論「與陰影的鬥爭」（CW10, pp. 218ff）時，他說：

在瑞士，我們建立了『完美的民主』，我們好戰的本能以被稱為『政治生活』的國內爭吵之形式所耗盡。我們在法律和憲法的範圍內互相爭鬥，我們傾向於認為民主是一種慢性的緩和內戰狀態。我們一點也不和睦；相反的，我們相互憎恨、相互爭鬥，因為我們成功地將戰爭朝內（introverting war）。（para. 455）

將戰爭朝內！因此，在榮格看來，朝內承受對立面的過程決定了「民主」。要做到這一點，需要極大的勇氣，最重要的是情感能力和韌性。情感能力是可以培養的，但它涉及心理上的受苦。因此，它得之不易，也很容易失去。這種能力決定了個人同時也包括群體的健康。

但還有更多的東西讓民主成為榮格所說的「高度心理機構」（highly psychological institution）⁸。在榮格看來，意識在這個星球上的演化，取決於我們是否有能力（朝內）保持對立面之間的張力。心靈中對立面間的動搏鬥產生了意識！榮格獨一無二地認識到，民主是針對早期威權制度的發展成就（朝內的及朝外的）。當兩個對立面的張力保持足夠長的時間，從而產生了超越的「第三」（third）時，意識就會進步。榮格將這種神秘的「第三」稱為超越功能，他認為這種辯證法是意識在心靈中和世界中的進步。「超越功能」是榮格對我們為獲得更高意識而搏鬥的深層道德和精神價值的稱呼，我在本文開頭部分提到了這一點。

因此，最佳的民主不僅僅是組織自身或國家各部分的另一種方式。儘管它效率低下、爭論不休，但在其最佳狀態中⁹，內在和外在的民主促進了對立情感和對立觀點的痛苦，而這種痛苦正是產生意識所必需的。與此相反，受恐懼驅使的威權主義以秩序和控制為名，將交戰的對立面加以解離，出賣內在的複雜性和自由，為的是一份安全感。這意味著對立面的解離，因此就是無意識。

8 「最好知道你最大的敵人就在自己的心中。人的好戰本能是不可磨滅的……真正的民主是一種高度心理化的制度，它考慮到人的本性，並為[內在]衝突的必要性留有餘地...」（同上，段 456，夾注號為筆者所加）。

9 這是一個重要的限定條件。民主並非「免於」導致威權主義的解離防衛和對立交戰。事實上，正如榮格所說，它的主要成就在於成功地「將戰爭朝內」（introverting war）。但是，由於內心衝突不可避免地會產生焦慮，容納和調節「內在戰爭」的容器總是會被打破。例如，當前美國民主社會中所謂的「文化戰爭」所引發的兩極分化言論和死亡威脅。R. T. McKenzie 寫過一本重要的書，名為《我們這些墮落的人》（We The Fallen People，2021 年 InterVarsity Press 出版）。他在書中指出，美國民主不應該被理想化，它只是反映了我們是什麼樣的人，人心既有「天使」，也有「野獸」（p.264）。民主不會把我們從自身中「拯救」出來。相反的，我們必須將民主從我們自身的不寬容、我們自身的威權傾向中拯救出來。

為了包容衝突及促進心靈的內在民主，其中有著必需的痛苦，以下是榮格對此的看法：

如果要治癒被投射在外的衝突，就必須讓它回到個人心靈，因為它是從那裡無意識開始的。他必須與自己共進最後的晚餐，吃自己的肉，喝自己的血；這意味著他必須承認並接受自己身上的[劣等]他者。（同上，段 512）這並不是管理個人生命或公共國家的受歡迎秘訣。

自我照護系統

我在早年創傷患者身上發現的威權防衛系統，我稱之為自我照護系統（SCS）。下面這張圖顯示的就是這一系統及其兩大原型「力量」。這是 William Blake 的一幅插畫，名為「善惡天使爭奪著擁有一個孩子」。



我後來理解到這些「天使」是心靈中原始解離力量的化身，而「孩子」則是他們力量中人類脆弱的化身。這兩個「天使」在創傷的火山爆發中誕生，對於他們照料下的「孩子」所展現的脆弱人性缺陷，他們既被吸引，也感到拒絕厭惡。

重要的是要認識到，這些都是屬於心靈集體層次的原型力量。因此，它們是由榮格所說的自性所「協調」的，構成了 Michael Fordham 所謂的「自性的防衛」（defenses of the Self）。最終，它們不得不被人性化，並受到自我的控制，但這一「人性化」過程對它們來說是一種羞辱，它們將以復仇的方式抵制這一過程。他們是來自集體無意識的威權者，他們不希望被「民主化」。

為了將他們所照料的脆弱兒童解離，解離系統似乎使用了 Blake 的「天使」所代表的兩股對立能量。其一是攻擊和暴力，由左邊的黑暗天使為代表。另一個是自我安慰和假象、心理麻木以及施展「咒語」（包括成癮行為）。這就是右邊的光明天使的工作，受驚的孩子正逃向它的臂彎。這兩種都是情感消亡的防衛。其中一個天使切斷並瓦解；另一個天使封裝並提供必要的假象（讓自己能活著的神話）。一個天使是保護性的，另一個是迫害性的。兩者都是將自我從難

以忍受的痛苦感受（現實）中分離出來。

當我第一次在創傷倖存者的夢中遇到黑暗天使時，它對內心世界受傷兒童的暴力和惡意令我震驚。但我發現，許多精神分析臨床醫生都能在病人的素材中發現這種暴虐的內在客體。**Michael Sebek**¹⁰將內在極權客體（*inner totalitarian objects*）描述為內化的父母客體，並通過兒童的依賴性而放大；**Bion**¹¹ 談及「破壞性超我」（*destructive superego*），一個敵視情緒經驗獲取的內在「上帝」，對內在世界各部分「連結之攻擊」（*attacks the links*）¹²；**Fairbairn**¹³ 描述了一個「內在破壞者」（*internal saboteur*），他攻擊無辜的、退行的「原欲自我」（*libidinal ego*）；**Anne Hallward**¹⁴描述了一個內在的「法西斯政權」（*fascist regime*），其目標是讓我們保持沉默和孤立，從而增加羞恥感。我個人的工作則是將這種內在形象視為原型防衛，化身為但丁名著《神曲》裡的可怕怪物「迪斯」（*Dis*），它操控如地獄般的內心世界，其中充滿了疏離的情感和支離破碎的創傷記憶。「*Dis*」是一個恰當的名字，即「解離之主」。他的暴力是解離系統中清楚易見的兩種天使力量，並不可避免地導致威權心態。

在患者的內在世界中，「迪斯」的聲音是不折不扣的否定和批判。如果孩子落入他的手中，就會立刻感到羞恥，同時發自內心感到自己是「壞」的、毫無價值的。與此相反，光明天使則試圖用另一種不那麼痛苦的理想化現實來支撐孩子的幻滅失望感。這個天使的職責是用正面的事物來對抗黑暗天使的負面性，從而維持希望（儘管這種希望往往是虛幻的，是一種「虛假的希望」，或者是**Martha Stark**所說的「無情的希望」（*relentless hope*）。這就是被各種治療師所稱的「靈性逃避」（*spiritual bypass*），意指藉由「進入頭腦」和進入精神世界來避免身體上的痛苦感受，而在精神世界裡，另一種現實似乎是可能的。陰謀論是自我照護系統（SCS）中「光明天使」的拿手好戲，每當現實過於痛苦而讓人無法接受時，「光明天使」就會成為「造謠」高手¹⁵。如果光明天使能製造足

¹⁰ Sebek, Michael, 1996, "The fate of the totalitarian object". *International Forum of Psychoanalysis*, Vol 5, 1996 Issue 4

¹¹ Bion, 1970: 112 (see p 92-3 of *Trauma and the Soul*)

¹² Bion, *Ibid.*

¹³ Fairbairn, 1981

¹⁴ Hallward, Anne, January, 2019, "We Need to Talk" *The Sun* Interview by Amy Amoroso; *The Sun Magazine*, Issue 517, 2019.

¹⁵ 光明天使說：「假新聞」。它從未真正發生過。創傷是個謊言，是「假旗行動」、「除了我之外誰都別信，只有我能解決它。」此時此刻，美國政壇上就有一位被光明天使附身的人。他身高超過六英尺，一頭金髮，從父親那裡繼承了點石成金般的財富。他像國王一樣住在有著金色吊燈的塔樓裡，開著印有自己名字的飛機四處飛行，認為自己「凌駕」法律。這給了他魅力，而他不需要像我們這些在「中土世界」掙扎的普通人，輕鬆就贏得一切。但是，由於公眾中的某些群體需要一個救世主，他們把光明天使投射到他身上（卻完全沒有意識到這個天使的解離暗黑孿生兄弟是一頭野獸，有著多樁犯罪起訴的怪物）。通常情況下，兩個天使的身份會同時出現在一個人的身上，他受到這些原型解離力量的保護（既是野獸，又是救世主）。結果就是成為一個充滿妄想的自戀狂，對自己的「純真」和支持者的「善良」成癮，而在其內心深處，從多愁善感的孿生兄弟中分裂出來的虐待狂暴正蓄勢待發（就像希特勒一樣），他殺死了數百萬人卻一點沒有悔意，但據報導，當他的金絲雀死掉的時候他哭了！

夠的恐懼和憤怒，就能為黑暗天使的暴力提供理由和養料。兩者相互配合。

要記住的重點是，這些神話力量（暴力和幻覺）存在於我們每個人身上。它們定義了威權心態的兩個極端。在健康的人身上，它們可能一方面表現為健康的攻擊性，另一方面則表現為創意想像力。但在受創傷的人身上，他們的內在世界被恐懼挾持，這些原型力量無法用於真正的生活，而是被用於防衛目的。以心理學的語言而言，它們是無處不在的誘惑，要麼是正向的膨脹，要麼是負向的膨脹（要麼是理想化，要麼是惡魔化），沒有中間的其他可能性，也就是我們活著的地方（中土世界），在這裡，人類的愛和人類的恨都是可能的¹⁶。

最後，在我們的自我照護系統（SCS）圖像中，我們看到一個孩子逃進光明天使的臂彎。如前所述，我把這個孩子看作是病患過去歷史的內在小孩（在創傷過往中受苦的脆弱感和受傷感），就是上文提到的耶穌寓言「當中最小的」。我發現，所有創傷的療癒都必須透過這個受傷的內在小孩。這意味著邀請受傷的孩子出現在治療所構成的「場域」中，進而意味著要與守護天使討價還價，因為它們不希望讓內在小孩與系統「外」的人發生關係。

當受傷的孩子前來心理治療，他往往會給我們帶來「更多的東西」。作為失去的第三（third），這種神秘感可能表現出難以言喻的特質（治療工作中難以描述或定義的超個人維度），恩典的體驗會是接近的描述。榮格關於「兒童原型」的文章就是為了接近這一奧秘所做的努力。他在文中提到「神聖孩童」正是人類靈魂的形象¹⁷。

案例：麥克及為我們的工作提供人性化容器的努力

現在，我想向大家介紹我與「麥可」的工作，藉之說明自我照護系統（SCS）是如何扎根並在心理治療中慢慢得到轉化。當我第一次見到「麥可」時，他是一個討人喜歡、有魅力、極具男子氣概、自戀的男人。他的妻子因其「憤怒問題」而將他轉介給我，其中涉及我先前提過的「公路爆走」事件。

但是，除了公路爆走事件之外，現在的主要問題（也是他妻子最擔心的問題）- 是麥可開始無法控制地恐懼和焦慮，擔心失去他剛出生的兒子（一個出生時患有嚴重黃疸病、特別脆弱的嬰兒）。孩子已經脫離了危險，安全地在家裡。但麥可仍然無法停止擔心和糾結。他會在許多不眠之夜站在嬰兒床前，檢查他的呼吸，為想像中失去他而哭泣。

¹⁶ 正如我們將會在我的病患身上所看到的那樣，麥可在高速公路上頻繁出現的怒意中給黑暗天使的暴力「開路」。接著，在殘酷的爭鬥之後，他常會傷害對方司機，之後會感到難過，再把受傷的受害者送到醫院，並在事後照顧傷者和傷者的家人。這就是光明天使。無論是哪一種情況，麥可都完全沒有「感覺」。他就是「憤怒」，他就是「憐憫」，為他的天使「保護人」開路。這就是自我照護系統（SCS）解離能力的運作方式，如果我們成為它們，我們就無法「看到」他們。

¹⁷ 在我的第一本書《創傷的內在世界：生命中難以承受的重，心靈如何回應》（心靈工坊，2018年/Routledge，1996）中，我將這個孩子描述為「不滅的個人精神」（imperishable personal spirit）或靈魂。

在最初的治療過程中，麥可因情感風暴和零碎片段的創傷記憶而情緒失調，他不得不像籠中的動物一樣，邊和我說話邊來回踱步。幾週後，他的情緒逐漸穩定下來，我們開始探討他的早年經歷，其中包括從兩歲開始，他那軍國主義般的父親就經常用木棍毆打赤身裸體的他。在這些虐待事件中，麥可拒絕哭泣，用他自己的話說，就是從不讓父親稱心如意能「打垮他」。麥可忠於母親，18個月大時，他的弟弟出生了，麥可開始變得極其傷心。他行為失序，跑到鄰居家去，憤怒時還會摔東西，嚴厲的懲罰總是接踵而至。例如，他的父親會在他的脖子上套上項圈，並將他栓在前院的狗鏈上，以此羞辱他、防止他在父母外出時逃跑或毀壞東西。

麥可的行為失序並沒有在童年結束。整個青春期，他都給師長惹麻煩。他有嚴重的學習障礙，在學校經常受到學生甚至老師的羞辱。他的大部分青春期都受苦於這種羞辱。為了報復，他經常在晚上闖入學校，在羞辱過他的老師桌子上大便。他成了一名盜竊能手，在18歲之前就被指控犯多項重罪。他的母親和當地牧師總會把他保釋出來，並減輕對他的指控。這些事件發生後，他的父親拒絕和他說話（對他「不理不睬」），並不斷用蔑視的言語讓麥可知道，他對自己的兒子感到多麼「噁心」。

就像那些在童年時期反覆遭受災難性創傷的病人經常會發生的情況一樣，麥可在講述這個故事時不帶任何情感。他無法為父親對待自己的方式感到悲傷或憤怒，他甚至不覺得自己的遭遇糟糕到值得我的同情。隨著我們之間情感的升溫，這種情況慢慢發生了變化。

多數時候，麥可會以一種不屑一顧的大男人主義態度的黑色幽默和玩世不恭的笑聲來講述他童年的可怕細節（像是狗鏈事件）。接著，在他的眼角餘光中，他會看到我臉上痛苦的表情，因為我認真對待他小時候必定經歷過的屈辱。這讓他允許自己去感受一些痛苦，結果是他越來越能夠讓自己沉浸在自己的悲傷和難過中，並帶著童年受辱時的憤怒。內在受傷的「男孩」開始經常進入我們之間的空間。在治療工作一年後的某天，他帶來這個夢：

我們在一家大飯店裡。我是這個孩子的保鏢，這孩子不知怎地似乎很神聖或特別（幾乎就像是聖子）。他在隔壁房間，不知為什麼這孩子並不知道他是誰。我能感覺到有個惡人存在（他是來找這孩子的，而且就在附近）。我開始提高警覺....警戒！然後，「惡人」引發了一場爆炸，我跑進孩子的房間。他約莫5到7歲左右，爆炸就發生在他隔壁，孩子受到了驚嚇。我認出了他，知道他是誰.....眼前閃過他的生命畫面。

我在男孩旁邊坐下，知道爆炸只是為了戲弄他。如果他們真想殺死這個孩子，他們早就動手了。我開始搖晃這個男孩，喊道「你是誰！」「你知道你是誰嗎？」他的眼睛直直盯著我，然後朝後腦勺翻了白眼，我看到他臉上露出一絲微笑。也許我已經和他取得了聯繫，但他不正視我。我感到非常沮喪。我無助地哭著離開房間，我無法與這個孩子接觸！

最後，我試圖把這個夢告訴樓上的一個男人，在場有位女士指示我把整個故事告訴他。我如釋重負，但卻卡住了.....就像被電擊或失憶了一樣.....我記不起這個男孩的生平故事。我想也許我應該回去看看他的歷史，但如果我回去了，就永遠也逃不出「惡魔」之手。我帶著滿身大汗醒來。

這個夢以及其他類似的夢，是我第一次窺見（回推到 80 年代）解離是如何阻止創傷經歷被記起，以及它是如何借助暴力、憤怒等情感來「殺死」（炸毀或消滅）冒犯性的情感記憶。在麥可的案例中，我們看到他的情感記憶碎片是如何進入意識的，而「瘋狂炸彈客」（黑暗天使）又是如何用爆炸性的憤怒來抵抗這一切。他的夢為我們描繪了這種內心掙扎，它成為對立面的象徵性容器和促進心靈民主的小型戲劇。

在移情中，麥可允許自己感受童年早年自體的真實悲傷、難過及痛苦（在他的仇恨和憤怒情緒之下的感受）。這在他的夢中被描繪成一個恍神的特別孩子。麥可夢中的自我想要與這個受傷/神奇的孩子接觸，但這與「惡人」對立，後者試圖消滅這個孩子（黑暗天使）。後來，夢中的自我想「把整個故事講給樓上的一個人聽」（麥可認為那是指我，因為我的辦公室就在樓上），但他又一次被阻止了，因為夢中人似乎「遭電擊或失憶之類的」（這顯然是指解離）。因此，隨著療癒的開始，與防衛的戰鬥也開始了。

這是為心靈民主而戰的典型例子。隨著心理治療的開始，他的心靈也開始渴望整合。夢中的自我有份內在的渴望，想要與這些被離異的、受傷的、過於人性化的、內心的未成年部分聯繫起來（救贖之，讓他們重回被放逐的人群）。但威權的「系統」卻以解離為生，以復仇的方式抵制之。

無論如何，隨著我們治療過程的發展，麥可開始感受到他那羞愧的、受傷的「內在小孩」的存在，他的身體也有了更多的感受。在會談中，他的雙眼經常充滿淚水。每當這種情況發生時，他的黑暗天使就會佔上風（他會起身，在房間裡踱步，憤怒地握緊拳頭）；然後又坐下來，流下更多的眼淚；然後更加憤怒，更多踱步。脆弱的情感和對情感的暴力防衛會反反覆覆，愛恨交織。最終，我們能一起笑著面對這些爆發。我告訴他，他就像著名的愛爾蘭狂戰士庫丘林（Cuchullain），在戰場上陷入憤怒的「扭曲痙攣」，當他從戰場上回來時，不得不浸泡在三桶冷水中（前兩桶冷水沸騰後變成蒸汽），直到他準備好回到文明社會。有時，我們的會談就像那些大桶水。有時，到了最後，麥可又準備好回到文明。他喜歡我叫他庫丘林，他喜歡別人把他比作名戰士。

與麥可的惡魔防衛進行談判，就像進入阿富汗村莊與阿富汗戰爭領主談判，同時尋求與他的女人和孩子會面。首先必須承認並充分尊重戰爭領主在其村莊和家庭中的救命角色....，給予這位黑暗天使足夠的尊重。有了足夠的認可和感激，守護族長慢慢似乎能放鬆下來，開始允許與躲在裡屋地毯後面的孩子們接觸。

黑暗天使進入移情/反移情

在最初幾年的工作中，我沒有與麥可內心的阿富汗戰爭領主發生任何對質。我知道每當我介入他的「受害者/加害者」敘事、試圖與他內心深處「年少」而脆弱的情感接觸時，他都會非常「敏感」。他的整個自我照護系統（SCS）都是為了保護系統核心的天真而設計的，因此，如果我暗示他要對出錯的事情負部分責任（比如和妻子吵架、和老闆意見不合），他會在內心爆發，但絕不會向我表達出來。現在回想起來，我想我是害怕他的憤怒，才沒有在這些時候咄咄逼

人。

我們可以說，麥可的任何攻擊行為都傾向於從正面移情中分離，並**行動外化**在他的公路爆走事件。然而，當他不斷地向我報告這些事件時（當這些危險的、衝動的爆走持續爆發時），儘管我們一起做了很多工作，我開始感受到我自己版本的偏執焦慮及羞愧的失敗感。

與許多早年遭受創傷性羞辱的男人一樣，現代社會中幾乎任何挫折都可能引發麥可的羞辱、羞愧和無助。他暴虐的怒火會立刻湧上心頭。他一腳踩下油門、中指豎起來、「髒」字脫口而出，直到他和對方司機都在路邊停下，麥克像一頭野牛一樣怒吼。如果對方司機也發瘋了，不可避免地就拳打腳踢。原型的能量會湧向麥可，而他也暫時失去了理智。

有一段時間，公路爆走事件有所減少，但如果麥可在工作、婚姻或與孩子們的生活中出現壓力，他就會經常退行回到以前的模式，公路爆走事件就會再次發生。作為他的治療師，我開始感到無用和無助。他告訴我，他的妻子想知道為什麼他的治療沒有效果，而我自己也開始有了同樣的疑問。

接著就是黑暗天使接手治療歷程的那次會談¹⁸。麥可走了進來，趾高氣揚地（臉上帶著玩世不恭的笑容）承認他又發生了一次公路爆走事件，在那次事件中，他恐嚇了個子比他一半的人。他又被徹底激怒了，我在他身上找不到一點悔恨（沒有內疚或自責），只有這種暴力上癮的亢奮。察覺到我的不快，他把話題轉移到關於他妻子的一些「迫切」問題上。我氣急敗壞地坐著，帶著那種熟悉的無助感和煩躁感努力傾聽。我腦裡閃過一個念頭：他是個心理病態（他受傷太重，不適合心理治療等等）。恢復理智後，我指出他在回避我們該談的最重要事項並問他有什麼感覺。「關於什麼？」他冷嘲熱諷地說。就在這時，我突然失去了理智（至少是分析的理智）。我現在完全被激怒了，無法控制自己的情緒：「聽著，」我說，....

你在威脅你生活中創造的一切（你的專業、你的家庭、你與妻子的關係、你的孩子們、你與我的關係，以及你與內在那個小男孩的新友誼），所有這一切都只是為了滿足你那小小的屎脾氣。你以為自己是在討公道或是在伸張某種病態的正義，但事實上你只是在像個兩歲的孩子一樣放縱自己。你只是情緒失禁！這就是你的問題所在。你憋不住！你他媽的什麼時候才能學會忍耐？

「去你媽的！」他說.....把頭轉過去，怒氣衝衝地.... 「我要離開這裡！」他猛地從椅子上站起來，砰地關上身後的門，把自己鎖在候診室另一側的洗手間裡。我目瞪口呆地顫抖著坐了一會兒，然後跟在他身後，站在上鎖的洗手間門外。

¹⁸ 當代精神分析會將此稱為典型的「付諸行動」（enactment），現在人們將其理解為一種不可避免的雙人關係事件，由患者和分析師身上的無意識情緒所驅動，在治療危機中相遇（見 Maroda, K., 1998, "Enactment. When the patient's and the analyst's pasts converge. *Psychoanalytic Psychology*, 15, 517-535; Also Allan Schore, *The Science of the Art of Psychotherapy*, 2012, Norton, Chapter 5.）

「麥可」，我說：「我真的真的很抱歉。我不該對你發火，這並不比你在高速公路上的表現好多少！不要讓這件事破壞我們之間的關係。讓我進去，我們可以一起處理這件事。我們還有很多事情要做，很多事要談。」

過了一會兒，我聽到門從裡面被打開的聲音。我走了進去。他坐在馬桶蓋上，雙手抱著頭。我坐在浴缸上，把手放在他的肩膀上。幾分鐘過去了，我們終於都回神冷靜下來。然後，我發現麥可的雙眼噙滿淚水。我等著他說些什麼，但他什麼也沒說。「你現在有甚麼感覺？」我問道。他抬起頭看著我，看到了我眼中的淚水。他說：「我不知道.....難過.....我猜是對父親的悲傷。」然後，麥可開始抽泣起來。

「從來沒有人關心過我！」他說：「我必須自己解決所有問題.....我總是在行為失控時大聲呼救，但沒有人理解我.....在我 18 歲之前，我被捕過 4 次，我父親從來沒有跟我提過這件事！他們所能做的就是讓我變壞。你沒有讓我變壞。」

「你沒有讓我變壞。」突然間，我胸中湧起一股巨大的寬慰和感激之情（寬慰是因為我真的在心裡「讓他變壞了」），而我為此感到糟糕。我真的恨了他一會兒（把他變成了黑暗天使），但這並沒有毀了他，也沒有毀掉我們。愛與恨、好與壞，在這一刻對我們兩人來說都在一起，但愛更強烈，因此我們的關係得到了維護和加深。這一刻就像我在本文開頭所描述的那樣（一個共同脆弱卻又共同超越的矛盾時刻）。麥可拉著我的手，我們就這樣坐在一起，在這個濕潤而美好的時刻看著對方。這就像希伯來聖經的基列香油（Balm of Gilead）（治癒與和緩傾瀉在我們倆身上）。創傷重演了、行動外化了，但又修復了，就在會談中....，那個小男孩和謀殺的保護者/迫害者天使（在我們兩人身上）都在場，同時開始瞭解對方¹⁹。

關於麥可和我共同經歷的，有以下思考方式。與父親之間沒有共享情感的創傷太痛苦了，無法回憶，所以被解離了。但是，分裂和渴望治癒的情緒並沒有消失。在內心深處，麥可無意識地尋找一份關係，在這份關係中，他可以再次經歷這個創傷，但結果卻不同。已故波士頓分析師 Paul Russell 說，「重複」與我們的無感有關，因此它行動外化，在行為中不帶意識地重複。他說，重複強迫是一種「有組織的情感無能系統」，是功能失調的情感系統²⁰。

¹⁹ 麥可和我經歷了 Paul Russell 所說的「關鍵時刻」（the crunch），他的意思是重複先前重要關係中發生的傷害（這裡指麥可和他的父親的關係），先前的關係無法接住強烈的情感。而這些傷害現在「作為一種危機和對治療關係本身的威脅，被帶到治療情境中」。Russell 指出，當關係無法容納和處理生活中不可避免的正面和負面情緒時，就會造成創傷。羅素說：「之所以會造成心理創傷，是因為個體必須試圖自己涵容。」羅素說：「創傷的本質在於，如果沒有[關係]涵容，情感會讓個人失去關係。」(p. 25) 這就是發生在麥可和他父親身上的事情（也幾乎是發生在他和我身上）。見 Russell, P., 1999, "Trauma and the Cognitive Function of Affects" in Trauma, Repetition, & Affect Regulation: The Work of Paul Russell, Teicholz & Kriegman, eds, London, Rebus Press。

²⁰ Ibid., p. 7

付諸行動（enactment）之後的夢

幾個月後，在他的分析接近尾聲時，麥可做了一個重要的夢。我覺得這個夢是我們合作的頂點。它展現了「父親」和他所失去的孤兒「兒子」之間的療癒與和解意象。它深深地打動了我們倆，成為我們後來反思時常會提到的重要意象。以下是這個夢：

我是警力的一員，我們正在追捕一個年輕人，他的年齡和我的大兒子差不多....10歲左右。他看起來像個阿富汗孩子，被忽視的、迷失方向的。他手裡拿著一份舊報紙。這個男孩多年來一直躲著我們，但現在我們抓住了他，我卻感到疑惑。他看著我語帶懇求地說：「是時候了嗎？」....試探性地把報紙遞給我。頭版的文章是關於這個走失的男孩，以及他的父親是多麼希望他回來.....他走失了、被遺棄了，或是被綁架了！那一刻，我認出他就是我的兒子！（彷彿他是我舊女友先前懷上的孩子）。我有著慢慢的悲傷與渴望。我只能說「我愛你」。我伸出手去擁抱他，醒來後深受感動。

這個美麗的夢預示著我們的治療工作的重大轉變，也預示著麥可的心靈發生了重大整合，他內心深處與父親疏離的那個年輕部分顯然是「他的」，但卻變成了「壞的」（一個逃亡者，羞愧難當）。因此，由於「綁架」他的防衛系統，在接續的生活中丟去了自己。麥可在講述這個夢的時候淚流滿面，他認出這個走失的男孩就是自己，他內心深處有一部分（在與父親的關係中）受了深深的傷，這部分的自己正在挨餓和貧困（被遺棄在自己飽受戰爭蹂躪的內在景致中）。現在，報紙上說男孩的父親「要他回來」，也就是說對於「當中最小的」整合，現在是可以想像的了。

在這個例子中，我們可以窺見心靈是如何（象徵性地）慶祝自身失去的整體性之恢復，以及慶祝分離部分的癒合....，一個父親對丟失的兒子的擁抱。這是整合戰勝解體，是心靈民主的勝利，是包容性的勝利，是衝突心理學戰勝解離心理學，正是接受脆弱情感的勇氣才使之成為可能。顯然，這種接受只有透過人與人之間的聯繫才能實現，在麥可和我的關係中，愛比恨更強烈。

「意識」一詞的意思是「知曉其他，即他人」²¹。「民主」一詞來源於「*Demos*」，意為人民；「*Kratos*」意為權力，即只有透過人民、為人民、由人民產生的權力。就像心靈需要一個悲憫的雙人場域來容納衝突一樣，人們需要民主機構、以憲法等立國文檔為基礎的法律和法院，來處理和裁決他們自身相互衝突的能量和觀點，來表達自我，並共同承受身為人的詛咒和福澤。

從演化的角度而言，民主是地球上的新生物。它是人類意識的子嗣，被夾在兩個威權存有（天使）之間，而這兩個存有並不希望它好，它可能無法生存。而它能否存活取決於人類，那就是我們。

²¹ 我們在國際關係中看到了這一點的某種「證明」。民主國家與其他國家有較佳的關係，不會分裂或威脅使用暴力。威權國家則經常退回防衛模式，加劇對他者的恐懼。北韓、俄羅斯或中國等國緊張的國際關係就是例證。