

成長的傷痛

從事教育工作越久，接觸的父母越多，便越發現一件令人無奈的事實，就是許多人都是在成為父母後才學習如何當父母，有些父母更從來沒意識到這角色是需要學習去扮演。也因此，往往令孩子在成長路上烙下了不能洗去的傷痕。最近便讀了一本名為《父母會傷人》的書，作者提出父母對孩子的影響力是無與倫比的，他們在幼小的心田持續播下種子，若種子是愛、尊重和獨立，孩子將來便會有安全感和自信心；若播下的是恐懼、義務和罪惡感，那便會造成一連串難以撫平的創傷。

心兒（假名），自小成長於一個貧困的家庭，父母經常因為各種事情而爭吵。心兒自小便學懂默然承受，因為任何人的介入只會令父母的怒氣轉移到其身上，她可不想無辜被痛罵一頓。她一直努力讀書，希望知識可以改變命運。到了中七的那年，心兒徹夜不眠地讀書，為的只是考上一流的大學學府。某天，父母又再次激烈地吵架起來。心兒為了制止他們的怒氣，竟激動地拿起刀來大喊：「若你們再吵我便自殺。」可悲的是，這仍未能平息他們的憤怒，他們還是繼續吵下去，好像看不見、聽不見心兒的掙扎。雖然最後心兒沒有走這條不歸路，但這經歷卻成為她生命中一幕不能磨滅的記憶。父母本來已經破碎的形象變得更加破碎。

長大以後，心兒不斷透過閱讀、分享、提問、反思、受安慰，試著去重拾這些破落的碎片，但發現無論她怎麼努力，怎麼去賦予意義，那成長的歲月始終

有個破口，像缺頁的書本般無法圓滿。不是說她們的感情不好，她愛她的父母親；但她們之間總隔了一堵無形的牆。這情況一直維持到心兒婚後。

心兒說：「婚後最大的改變不是組織了自己的家庭，而是與父母的關係。」原來心兒的丈夫很希望妻子能解下這個心結，於是他充當起心兒與外父母溝通的橋樑。心兒初時也不以為然，以為父母沒有改變的可能。可是，在丈夫的堅持和努力下，父母與心兒相處的方式竟起了微妙的變化。心兒說：「記得有一次父親關心地慰問我最近的情況，我竟然感到陌生、感到不習慣。因為從小到大，他從未試過細意問候我，也不太在意我的健康如何。如此簡單一句的說話，卻為我帶來久久不能散去的震撼。」

時至今日，心兒已接受了成長中父母親的形象模糊，是生命中一個不能解的結。心兒對我說：「Tommy，其實我已算是比較幸運的一個，至少我發現了它，可以去處理。縱使淌血的記憶不會消失，但我可以學習去接受它，與它並存。正視它，清理它、包紮它，讓過去的傷痛不在今天蔓延。」我望著心兒，彷彿看到她的內在小孩（Inner-child）^註離開一直躲藏的幽暗洞穴，在滿地野花的大草原上奔跑著。在孩子的心目中，父母從來都是他們心目中的第一偶像。若你想給孩子送一份終身受用的禮物，那麼我們先從自己做起——包紮來自原生家庭的傷痛，盡力做好父母的角色。

反思：在你的成長階段，父母曾做出一些讓你感到被傷害的事嗎？這些事件對目前的你又有何影響呢？

註：內在小孩 (Inner-child) 在使用內在小孩治療法時，關係是否改變，以及個人諮商與輔導。201 期。

是一種隱喻，所指的可以是過去創傷、童年記憶、次人格、赤子之心或內在超越力量。許多治療工作者強調處理個人與自己的關係，重要的不是現在或過去發生了甚麼事，而是當事件發生後，個人與自己的如何對待自己。(資料來源：內在小孩治療法簡介，原文刊登於：楊明磊 (2002.09.05) 內在小孩治療法。
http://ymlxxx.myweb.hinet.net/cp_innerchild.htm)