

冒牌医生“治愈”了我

□口述：诺兰 整理：徐约维

男人与女人第一次见面时，关注时间的长短决定了两个人是否会相爱。如果一个男人第一眼注视持续超过 8.2 秒，那么他很可能就已不止是被吸引了，而是陷入爱河……

忙乱里度过离婚后的至暗时刻

望着亭亭玉立的荷花，我与诺拉坐在华师大爱娃河边。

“这几年不顺。好像迷上算命了。看生辰、测八字、易经、占卦、塔罗牌、星座……什么与预测带点边的，我都扫荡过”。

诺拉一直说我“走火入魔”，可我偏与她抬杠：为什么天气可以预报，人就不能？人也会有“蛛丝马迹”，哪怕是转瞬即逝。

我总是不自觉地与诺拉抬杠，虽然在女友里，她是我唯一懂我，可以“棋逢对手”谈心的。我们俩对朋友筛选都紧，紧到有点孤家寡人的地步。我们两个人都算小有姿色吧。有人说，美人与美人每每很难相处，或者说，美人们只能遥遥相望，做遥远的知音，而不适合同对面“较量”。我又喜欢说真话，虽这些真话使她不能面对，但也击中她的要害。实际上对她是有启示的，至少使她沉思。就这样，我们分分合合，也都有过屏蔽或删除，但终究拗不过的，还是我们潜意识里的信任与默契。诺拉与我，包括后来她引荐的诺想，我们名字里都有一个“诺”，也算一种冥冥之中的神秘力量吧。

也许，仅命运两字所包含的神秘因素，对感性的我，天然具有吸引力。所以呢，准不准另说。但是我一有事，就会占卦。这种“间歇性迷信”，对于我，就像某种救命稻草，或者说，另一种“肩膀”了。它就像“每临大事有静气”的那个“静气”，对我遇事慌张的我，给我一种底气。

而在我的生活里，似乎也有一种神秘的力量潜伏着。在我茫然无措时“起身一跃”，使我步入另一种

轨道，命运开始拐弯。

但有时，它们就像遥远的星光，远远地陪着我。在时代洪流里，暗暗屏蔽着不懂屏蔽，“充分暴露”的我。微弱，且闪闪烁烁，但毕竟是有了，使我即使落难或在孤立无援里，心中也始终潜藏着某种暗暗的希望。

我犹豫了十年，终于离婚。我没有第三者，但我们没有共同语言。我看不惯锱铢必较却偏还要装强悍的小男人，拖了几年，前夫在拿了 98% 的存款股票，包括房屋等共同财产，还有 16 岁的儿子的抚养权后，也就离了。

我净身出户后，在外面租了一小单间，我又请了一年的创作假。每月的钱只够吃与付各种账单的了。儿子最近去英国读书，又从我这里拿了压箱底的 8 万元。

走到这一步，不知道是对是错。我写作恰恰不是因为有经历。我缺少阅人阅世的练达，也缺少与人交往的经验。但我也认为，写作其实需要单纯。正所谓，诗人者，赤子之心也。

我生活简单。生活丰富的，哪会有心情写作。他们要享受的是忙或闲——忙链接起的各种波澜；或闲链接起来的精致与考究。

而我是既忙又闲。闲是一种表象，而忙是一种思维状态。我想法层出不穷，既跨界又迭代还纠缠，让我疲于应付。所以，日子过得是既混乱又忙碌——因缺少组织安排统筹的能力，所以一点小事，就会弄得鸡飞狗跳。而恰恰正是这些鸡零狗碎，让我既不知所措又“安定”，或者说，阻止了我的胡思乱想——让我在忙乱里度过了离婚后的至暗时刻。

他一语中的我的现实处境

也许，写作就是做白日梦。当生活露出粗粝底色时，幻想就开始冉冉升腾。对我来说，写作就是一种逃避，在幻想的充盈与填补之下，鸡零狗碎的日子渐行渐远。人称我写的都是小资情调的小美文，其实，我也力求在“美文”里面加入硬度与保持质朴。但很多人看了后，依旧会认为我是一个生活优渥的人，甚至还有说“无病呻吟”的。

也许，我是不敢触及现实里那些不堪，即使在写作里——这是一种骄傲，还是一种自恋？是一种脆弱，还是一种自我保护？

在文章中华贵，在生活中简陋，就是我的命？

我经常写不下去。我不知道是什么在折磨我，焦虑着我？我怀疑我的写作能力，但我又能做什么呢？我觉得干什么都比写作好，即使钟点工我甚至想过给子女在国外的知识精英做“陪聊”。因为这些都不需要我主动思考……

前景茫茫，心中茫茫，内心一点托底的东西也没有。我现在变成了我前夫，样样东西要算了又算，即使一盒饭，也要计算性价比。

而诺想，就在此时登场。我们在

一次酒会相识。他自称是我华师大的校友，说自己以前是文学青年，现在是中年心理医生。他说觉得我有一种与我年龄不甚符合的灵气与一种伤感的气质，这使我有另一种韵味，暗香浮动一般。难得有人欣赏我的“颓废”，我也难得地喝了点鸡尾酒。可能为了逃避他的凝视，我开始下意识地说话，说很多离题万里的莫名其妙的话，我现在都想不起自己说了些什么，但他的一句话给我微醺的脑子里留下了印象，他说：“睡的多其实是心理压力太大的征兆。”

一语中的。我就是心里一有事就恋床的人。人家是有事就尽快解决，而我却是逃避，就是趴到床上，半死不活地“一睡方休”——最少是一天，有时是两天三天，最长时我曾卧床上一月之久。就怕天亮，就怕见到人。

即使现在，我整天赖床还累。怕风怕雨怕冷怕热。连出去一次也像是个什么举措、要做决定。我以为自己懒，他说我是疲劳综合症，兼有中度忧郁症。又是一语道破，因为我心里慌慌的，青天白日的，也会有一种生怕出事的焦虑。有时，望着天空也会怕，怕天塌下来——也许，是我之前的那些破事整的。



贰柒 制图

手记>>>

真正的爱是柏拉图式的爱情

歌德说过：“20 几岁的爱情是幻想，30 几岁的爱情是轻佻，人到了 40 几岁才明白……原来真正的爱是柏拉图式的爱情”。

诺兰与诺想的关系，就在诺兰走向治愈前，戛然而止，留下了空白。

“不知酝酿几多时，但见包含无限意”。

诺兰喜欢神秘，而她的故事也保持某种侧面的空白。语焉不详，这让我们心中略略惆怅。而在失望中又暗暗升腾起某种暗暗的希望——也许，这就是照亮我们苍茫人生的内在支撑。

也许，没有成功，我们一样可以过。没有美满，更激发我们的创造力。而缺憾，也可能每每就是我们最直接的驱动力。

富翁们享受物质的丰茂与缤纷，普通人在精神里享受精神的开阔与无边。也许，这是上帝的另一种平衡。

走着走着，我就被他治愈了

他让我躺在诊所的大沙发上，闭上眼睛，想说什么就说什么。他说，冥思是进入无意识状态，内心的东西会浮现出来——而这每每就是心病的症结所在。人往往会控制自己的意识层面，严防死守。而被我们忽视的无意识，才是内心没“化装”过真实的状态。

他给了我抗焦虑药，要我运动。“你不喜欢运动就走路”。

我说：我总想在黄昏时走走的。上班时没有机会，现在又觉得自己一个人去，怪怪的，好像肩膀也没有依靠的感觉。我不知道自己为什么会说这些，鬼使神差一样——鬼使神差就是下意识？他说：我下班都是步行回家。我和你一起走吧。我家在康平路上，我们一路。也省得你来诊所，费用很贵的。

就这样，我每天黄昏六时在美领馆对面的街心花园等他，第一次走到武康路。后来发觉徐家汇绿地很好，草木青青，聊天也不觉得突兀。于是每次都到那里漫走。

他问我童年情况，印象最深的是什么？我说，我从小与外婆住在一起，父母支内。我最害怕的是，夜半突然醒来发觉家里无人，床上空荡荡的，外婆不在，只有一盏大灯泡在屋子中央昏黄着。对面是上海

监狱，只听见一阵阵的警车凄厉声浩浩荡荡呼啸而过——我哭不来外婆，最后恍惚睡去。

他说，童年经历是一个人的精神源头，对性格形成有巨大影响。所以你每每会有不安全感。

他说，内心的宁静很重要，人心里要是有两种不同的感觉，人就有被分裂的感觉，心特别累。又是一针见血，我内心每每两种以上互相矛盾的感觉交战着。他说：一个人最重要的是把自己的心安顿好，这一点，在无力改变现状的情况下尤其重要。

他说我清高神秘，但他后面的一句却让我良久无语。“现在也应该保持一定的清高吧。在清高旁边，还有一种东西在制约着才好，那就是谦卑”。

就这样，在落日辉煌里，而我们一路同行。开始时他都是让我说，启发鼓励我说。他偶然提问一下，主要是听。有时我在想，这样的心理医生我也会做。可后来，我发觉一种移情作用已微妙地发生在我的身上。一有事，我第一时间就想与他倾诉。

就这样，我打开了自闭状态。我发觉，话也有惯性。内向的人，一旦开闸，就像泄洪。

说着说着，心就一点点轻了起来，那是一种很明亮的感

他是冒牌医生，我却爱上心理学

了。

我记得他的一句话：写下去，写作也是一种精神疗法。

但后来我不知道怎么就不再与他一起“走路”了，就像当初不知道为什么与他接触一样。直到现在，我甚至不知道他的年龄职业以及他自己小家庭情况。

这时，诺拉插嘴：他妻儿老早就在澳洲了。他现在好像也出国了。他与很多人都没联系的，屏蔽了消息。

我良久无语，我还记得他说过的：人的状态很重要。以前说生存决定意识，其实状态才决定意识。人都是场景化的，也都是状态化的。人在战争中就是战争状态，而在幻想中就是幻想状态。生活有各种状态，所以人也就有各种情绪反映与行动差异。

我不知道他现在处于什么状态？

朋友越来越少了。我不知道我当时应该抓紧他，还是放手，像现在这样？

也许，不了了之也是另一种结局。故事再进行下去，就俗了。不如这样混沌着，“下落不明”着，也是给生活留一些余味。

也许，这就是生活的美感。或曰，命运的神秘力量，让我们治愈，让我们念想。

结果，诺想没有当上心理医生，而我却开始对心理学产生兴趣，并创作一系列心理题材的小说。