

第一章

彼此创造

PLAYING PYGMALION
How People Create One Another



引 言

爱丽丝是个成功的作家兼编辑，她 25 年的婚姻以离婚收场。一年后，她听说前夫鲍勃在跟一个名叫佩琪的女生意人交往，佩琪是个年轻一些的运动型女性。据朋友说，鲍勃与佩琪刚从圣托马斯²回来，他现在算得上是红酒专家，还开始慢跑和打网球。爱丽丝惊呆了。“鲍勃一直讨厌去海滩，我从没能让他在海边待上一天以上。他也对锻炼身体不屑一顾，总是拿那些锻炼身体的人寻开心。至于红酒，他对任何酒精饮品的态度，跟他对锻炼和海滩的态度没什么差别。我真不能相信这是同一个人。”

这算不上什么不同寻常的经历。某个你自以为了解的人开始一段新恋情后，会在一夜之间改头换面，爱情好像可以给他们重生。而我们可能会像爱丽丝那样，感觉自己从未真正了解过这个人，即使跟他一起生活了 25 年。要如何解释这种现象呢？是我们对那人一直都有的稟性视而不见吗？是人在换了伴侣后会改变吗？还是有人可以把某人身上别人都无法触及的品性发掘出来呢？说到底，去不去海滩，愿不愿意锻炼，喝不喝红酒，这些似乎都是天生的，不是想改就能改的品位问题，尤其是在中年。

当然，文学、哲学、心理学和社会学对于人类群居生活中这种说不完的复杂事情已经做出了很多解释。然而并没有任何一种解释可以放之四海而皆准，能够把我们彼此间的误解、人世间无穷尽的排列组合全部涵盖。心理学和社会学中的系统理论把关系生活看作一种连锁格式，人们创造出这种格式来维持彼此间相处的特定方式，

第一章
彼此创造

这种格式一旦确立，就很难改变。

在本书中，分析人们通过无意识的心理活动“创造”彼此的方式是我的兴趣所在。与其认定人们本性难移，我宁愿相信人们性格易变，每个人都有可能在彼此不断发展的剧情中露把脸。我们每个人都像是剧场里的导演，找人饰演自己舞台上的角色，与此同时，别人也把我们排进他们的戏剧之中。

有时候，剧情需要相似性，一方可能会让步，转而去喜欢他们亲近的人所喜欢的。而在别的戏中，剧情需要差异性，这个人喜欢的会让那个人不喜欢。改变剧情或者出场演员，会让人生的道具和对白改变。

然而，我们对于彼此的影响，远比喜欢或者不喜欢深入得多，也宽泛得多。心理学家一直认为精神分析是一个剧场，我们的心理剧目就在这个剧场的舞台上上演。³在精神分析式的诊疗中，病人最终会在治疗师那里“创造”出一个个已经成为他心理世界一部分的人物，而精神分析一直致力于去理解的，这样的剧情如何在分析式情境中上演，精神分析师们又是如何在病人的内心世界中被赋予各种角色的。⁴然而这种创造过程并不仅限于心理诊疗的情境。在实际生活中，我们都在某种程度上处于精神分析师的位置，我们受到压力，被迫演出代表与我们密切接触的人的心理层面的角色。我们也以类似的方式，“创造”那些我们相互依赖着生活的人。正如精神分析学家史蒂芬·米切尔（Stephen Michell，1988）所说，思想活动本身是关系式形态的合成体。精神分析场景（psychoanalytic situation）的独特之处仅仅在于，它把创造的过程当作研究对象。生

活中，我们就是简单地、自然而然地做着这样的事情，很少意识到自己参与创造了那些生活在我们私人舞台上的他者，很少意识到我们在别人内心戏剧中所扮演的角色。

我们在跟人的相互作用中创造自己，也创造彼此的关系。我们请人出演我们的剧目，对方也请我们饰演他们的剧中人。我们很少仔细地审视自己在别人生活中的角色，只要对方在我们的剧中表现令人满意。我有一个名叫琳恩的病人，她的丈夫霍华德在结婚5年后跟她分手，并跟她说，“你不再是你了。”琳恩在接下来的两年里一直接受心理治疗，想要弄明白前夫说这句话的意思。琳恩曾经因为霍华德的爱，感觉如此振奋、如此被珍视，他们的关系曾经让她感到非同寻常的亲密和满足。直到最后，琳恩才痛苦地认识到，霍华德构建并深爱的琳恩跟她本人并不是同一个人，以前不是，一直都不是。实际上，是霍华德无法再在琳恩身上找到自己创造的那个她了，这让琳恩怀疑，他是否真的爱过她。

在《战争与和平》(War and Peace)里，安德烈(Andrey)从一段时间的消沉和绝望之中抬起头来，爱上了娜塔莎(Natasha)，他无意间听到她的无心之语，看到她在美丽的夜色中散发出的迷人魅力。对他来说，娜塔莎象征着愉悦和重生，他甚至还没跟她说话就爱上了她。“安德烈公爵心里觉得，娜塔莎身上存在那样一个他认为完全陌生的、充满着他所不熟知的、欢乐的特殊世界……那个陌生的世界曾经激起了他的欲望……他看着娜塔莎唱歌，某种新的、幸福的感觉在他灵魂中悸动”。但这种感觉仅仅持续到他向她求婚，之后“他心中忽然有什么东西起了变化：从前那种富有诗意的神秘的情欲

第一章
彼此创造

诱惑不复存在了，取而代之的是对她那女性的、孩子气的软弱的怜惜，对她那热情和信任的畏惧”。娜塔莎好像神奇地变成了一个甜美、柔弱又痴情的孩子。安德烈是知识分子，比她大很多。娜塔莎不确定他想从自己这里得到什么。她奇怪，“他要在我身上寻找什么呢？他带着那样的表情是在探寻什么呢？他寻找的东西我如果没有怎么办？”他喜欢她，这让她欣喜若狂，她在内心深处是个浪漫的姑娘，她被这种喜悦冲昏了头脑，没有太过深入地追问。他想要她，这就够了，她下定了决心，他想要她做什么样的人她就做什么样的人。

我们是彼此人生故事中的人物，但我们被分配并饰演的角色，很少跟我们所认识的完整的自己完全契合。我们要跟着剧本走，而这个剧本很大程度上由无意识的力量支配着，我们的某些性格会跟别人需要我们有的性格相融合，不同人的需要也各不相同。我们对于他们的意义也绝对超不过我们自身存在的意义。我们饰演他们需要我们饰演的角色，因为他们也在为我们做着同样的事情。在皮兰德娄（Pirandello）的戏剧《六个寻找作家的角色》（*Six Characters in Search of an Author*）中，导演说：“很抱歉我不得不告诉你，你的人物不是唯一的角色。戏里还有其他人……你不能让某个人物抢了镜头，不能让他太过突出盖过了其他人。所有人都要和諧地置于一个框架之中，然后演出那些可演的内容。我也很清楚一个事实，就是大家都有自己愿意公之于众的内心世界。但难就难在这里：要公之于众的只是对别人来说重要的东西”。我们生活中“可演的”内容也只是别人愿意去分享的剧本，不管这有多勉为其难。我们搭配创作

人生中一出又一出的戏剧：主人与奴隶，爱人者与被爱者，教师与学生。没有人能够脱离别人单独存在。

有时候我们的某些方面连我们自己都不了解，别人却可能看得一清二楚，而他们在我们生活中扮演的（无意识协定的）角色，可能会不允许他们告诉我们这些。我们最亲近的人最可能知道我们的缺点，但最爱我们的人最不可能跟我们说起这些。更有甚者，爱我们会静静地为我们弥补不足，掩盖我们的过失。如果他们做得天衣无缝，我们也就可能看不见自己的缺点。因为，我们“是”彼此戏剧中的角色，是两方的需要和欲望的复杂混合体。这就是关系如此激动人心，如此必不可少，并且通常如此困难的原因。

每段关系的“感觉”都不相同。每段关系的情感韵律都有自己的节奏和旋律，不可能在别处被精确复制。我们跟某个朋友在一起时，情感感受和自我表达上的微妙差异是那段关系中所独有的，跟任何别的朋友一起的感觉都会跟它截然不同。我们跟某个朋友在一起时，会更乐意去嘲笑别人的小缺点，而跟另一个朋友，我们会用学术上的讽刺一唱一和。我们跟每个人说话的方式都是独特的：跟这一个，我们更乐意说些俏皮话；跟那一个，我们会高谈阔论，用上最高超的演说技巧。这不仅仅是因为我们分享的话题兴趣不同，更是因为，在不同的交往中，我们自己的不同方面与我们在对方身上细心挑出的特质相碰撞所产生的化学反应各不相同。

关系不是语言可以表达的。关系更多是感觉到的而非想出来的。我们可以谈论关系，但不可能完全用言语还原它们。大文豪们擅长用文字描摹关系的内部空间，但如果跳出文学作品的藩篱，我们就

第一章
彼此创造

必须承认，在我们认识的人中，没有人会那样说话。即使有关键性的遗漏，戏剧也并没有落幕。我们仍然要处理在一起的日常事务，其中，关系的情感动力被暗中传送，在暗流中，在我们言谈的表面之下涌动。不管我们是否注意过，我们总是“解读”自己对他人的意义，构建他人对我们的意义。

我们“读取”的是情感的色调，这超出了行为和事情本身。事实上，如果情感色调不同的话，相同的行为会变得截然不同。玛莎和弗雷德下班后冒着瓢泼大雨分别回到家，发现谁都没有买晚餐，两人都盼着对方下班路上带回来。通常情况下，在他们的关系体系中，出现这样的事，两个人会互相指责、生闷气，但这次相反，两人都彼此感觉良好，结果开始了花生酱和果冻的简易晚餐。他们都不想再到雨里去，也因为饿极了，等不及比萨外卖，于是花生酱和果冻成了唯一可行的解决方式。但他们吞下简易三明治的时候，既可能嬉闹调笑，也可能愤愤不平，正是这种情绪上的差异，让他们的自我感觉和彼此感觉大相径庭。

关系中最基本的是我们会引发彼此的情感状态。⁵ 我们说我们喜欢某人（或不喜欢某人），其依据是对方“让我们感觉”如何。我们可能会说，“我跟他在一起感觉很好”，或者“只要跟他在一起我就浑身不自在”。但是如果这些人说出更确切的所指，他们可能会说不上来。或者，要是坚持要他们说清楚些，他们可能会指出被问及的那个人某个特定的特点，并试图把它跟自己的情感体验联系起来。“她总是微笑着”，有人可能会这样说，以此归纳好感的源头；或者“他从不看我的眼睛，这让我浑身不自在”。但是这些“特征”不是

情感的来源。有很多人经常微笑，却不能让我们感觉良好；有很多人不看我们的眼睛，我们也觉得他们迷人，乐意跟他们在一起。所以，事情远没这么简单。

人际关系远早于语言甚至先于思想。早在婴儿时期，我们就以较原始的感知方式参与周围人的世界。我们捕捉周围焦虑或悲伤的电波，我们感觉别人的兴奋和触动，感觉他们对我们的关注留心，感觉他们的欢喜或者不悦。到我们学会用语言表达自己、给自己的感觉命名时，我们通过感觉了解关系世界的体验已经多到数不清了。有时这被称为直觉，或者共情（empathy）。

我们在别人身上读取的，绝不单单是对他们情感体验的度量，更是他们以及我们自己感情状态的混合体。想象一个小宝宝从熟睡中醒来，心满意足，警醒机灵。而母亲在一整天的工作之后，疲惫沮丧地走进房间。在短短几秒钟之内，两人就会产生复杂的情绪交换。或者是宝宝嗅到母亲紧张、低落的情绪，变得惊恐不安；或者是母亲被孩子的高昂兴致所感染，重新提起了精神，两人开始互相逗趣。无论最终是哪种结果，两人中总有一个会用自己的情绪状态引导对方。

跟别人的相处总会涉及情绪状态的共享式协商。我每见到朋友艾琳，就会准备好做活泼、快乐的自己，跟这个与我互动良好的人谈谈那些对我来说很重要的事情，我想艾琳在见到我时也是同样的感觉。如果艾琳不巧情绪低落，我会尽力把她变回我期望中的样子。我可能会说，“你今天都不是艾琳了”。她当然还是艾琳，只是她表现出的那部分是我所不习惯的。但是，我对于我们应该如何相处的

第一章
彼此创造

期望，很可能会把她从纷扰中拉出来，我们会有办法以我们惯常的方式一起谈天说地，而艾琳就有可能觉得是我让她振作了起来。

然而跟吉姆，这个我认识了 35 年的人，我通常不会感觉激动或兴奋，我会珍惜他的波澜不惊，相信他总能陪伴我、回应我。跟他在一起，我觉得安全，觉得自己被认可，这正是我所珍视的。但我发现自己会跟他说很多事，因为我在某种程度上知道，他指望我带给他趣味和开心；我的喜怒形于色，我的困惑、鲁莽和无礼激起了他的好奇心，因为这跟他的稳妥、持重反差太大。吉姆认为我（我这样想的）是他好玩的怪朋友，跟他在一起，我也的确觉得自己可以轻松表现出非理性和无常的一面，我知道不管我说什么做什么，他都会全盘接收，没有评判，也没有建议。

人们对现实的感知是建立在那些构成他们现实世界的人的互相连接中。没有一个“就在那儿”的世界等着我们去准确或不准确地感知。⁶相反，我们一起创造了我们生活在其中的世界。当我们在头脑中规划出自己世界所需要的特定“人物”，又发现有人似乎拥有那个人物应有的性格特征，而在我们身上，对方也刚好可以找到适合他们想要建造的世界的特质，那我们就会一起量身定做一出戏或一个剧本，让我们可以共同活在其中。至于这些我们心中的重要人物在某种意义上是否“真”是他们看上去的那样，我们则很少太过真切地审查。我们认定别人就是外面那个客观世界里既定存在着的。

我们给人分配角色，然后无意识地引导他们跟我们演出对手戏。当我们准备变得更好的时候，人们似乎就能够对我们施以近乎神奇的积极影响，让我们发生转变。备受欢迎的电影《尽善尽美》

(*As Good As It Gets*) 中有一句高潮性的台词，杰克·尼科尔森 (Jack Nicholson) 告诉海伦·亨特 (Helen Hunter)，“你让我想做个更好的男人”。这句台词之所以动人，是因为我们都承认别人可能会唤醒我们最好的自己。但这句台词也道出了我们对自己和生活的体验是如何在我们与他人的相互联系中产生的。我们在别人身上找到自己目标和动机的源头，尽管说不清究竟是这人身上的什么特质刺激了我们。我们是像缪斯那样创造了他们吗？还是他们身上的什么特质驱使我们这样做？这或许是最重要却没有答案的人类生活的问题了。

关系是通过人们之间微妙的无意识协商创造的，其中协商的是在剧本中涉及或者没有涉及自我感觉状态和自我的方方面面。然而，我们独立地创造另一个人“是”什么形象以及这个人对我们的意义。而且，这是幅令人信服的画像。作为第三方，倾听某人告诉我们生活中对其重要的人的故事，我们也会渐渐感觉到我们“了解”那个人。我们了解的是讲故事的人眼中的那个人。如果我们遇到故事中的那个人，我们可能会觉得困惑，因为那个人看起来与我们目前为止“了解”的那个人（通过朋友的叙述）并不一致。

在诊疗工作中，我不止一次地觉得自己已经通过病人的详细描述“了解”了病人的母亲。比方说，我建构了一个刚愎自用、指手画脚的苛刻女人的形象，她毫不理解自己的女儿（也就是我的病人），我也因此对她很是气愤。然后，当我有机会亲眼见到这位“巫婆”母亲，却总会发现她跟我想得很不一样，这种事情发生过很多次。

我发现，从母亲的角度来看，她所有试图表示关切的努力都被女儿粗暴地拒绝，女儿觉得“不管我怎么努力，我说什么都不对”。

第一章
彼此创造

她不知道怎样跟这样一个处处抗拒她的女儿相处。这样的例子一再告诉我，人们跟别人所感觉到的他们的形象并不完全一样。

我们在自己生活中创造的人物，并非全都有益或者全都是善男信女。我们谁都有可能把内心的魔鬼安到别人身上。苛刻的、有迫害倾向的那部分自己，很可能由跟自己亲近的某人来代言，其中一部分原因是，与外部的物质斗争要比与存在于内心的东西斗争来得容易。或者，我们在孩提时代想要逗笑的那位以自我为中心的母亲，似乎会在伴侣或亲密朋友身上继续存在，带给我们一种既熟悉又痛苦的安全感。

举例来说，莉莉竭尽全力给丈夫一个“完美”的家，每天换床单，给他热餐盘，生怕什么事惹他不高兴。她父亲似乎一直对她持批评态度——但看看人家莉莉，总是化着漂亮的淡妆，身上的衣服搭配得合理又合身，从中你能看出她对自己是怎样的高标准、严要求。但她是否找了个苛刻的丈夫，或者是否以这种方式创造了丈夫，这就要见仁见智了。莉莉的丈夫肯坚持说他不在意屋子是否完美，他只要莉莉的爱抚让他感觉被爱，让他开心就够了。我们不能简单地论断他的说辞是否真实。从某种程度上讲，他们身处在一个复杂的关系体系中，莉莉需要一个苛刻的丈夫去取悦，而肯需要一个溺爱他的女人，且口口声声说自己不需要她的注意力。

无意识的创造过程在分配角色时有着不同寻常的准确性，我们正是通过这一过程上演我们的个人戏剧。然而，我们对于自己是在有意识地分配角色这一基础的认识通常带有欺骗性，从而掩盖了做出这一选择的更深层的无意识基础。丹尼尔和罗杰似乎是天生的一

对，他们都很迷人，才华横溢，事业有成，两人都渴望恋爱，然后共同组建家庭。他们彼此爱慕，认为自己找到了完美伴侣。丹尼尔说她从没遇见过像罗杰这样有情有义、热忱、有爱心的男人。而对罗杰来说，丹尼尔有头脑，有幽默感，她会回应他，并且好像真的懂他，这让罗杰着迷。然而两年之后，丹尼尔发现与自己共同生活的人竟然是爱骂人的“父亲”，而扮演父亲角色的正是罗杰；罗杰发现自己跟脾气易变、不理智的“母亲”同住，对他来说，丹尼尔就是这个母亲。两人都觉得完全不被对方理解。他们通过复杂微妙的方式，把对方变成了自己最想要逃离的人。他们都无意识地看到了对方饰演自己最恐惧角色的隐藏的能力，然后，也是无意识地，开始把那种能力带进戏里。罗杰觉得自己是谁不重要，丹尼尔觉得自己是谁也不重要，因为他们可以把彼此变成英雄，也可以变成恶棍，继而两人生活的发展也会天差地别。

多年来，我看过的病人有单独求诊的，也有小组治疗的，我所做的是尽力帮助他们与别人共同生活。我思考我们对于彼此来说是谁的问题。在我对关系的研究中，我请人们在图上画出他们不同时期里最重要的关系，并说出在这些关系中，对方对他们来说重要在哪里。访问过彼此的图中互为重要的人物之后，我被一个发现震惊了：一个人在别人生活中扮演的角色，跟对方分配给他的角色的原意有着天壤之别。在本书中，我打算通过讲述故事，分析关系共同构建动态的微妙之处，我的着眼点在两个重要的过程上：创造幻想和创造对方。

第一章
彼此创造

创造幻想

精神分析学家 D.W. 温尼科特 (D.W. Winnicott) 用他重要的过渡性客体及过渡性现象 (transitional phenomena) 这一概念带来了心理理解的革命, 这一概念把中间性的经验领域确定为幻想 (illusion) (1975)。这一幻想领域是内部和外部现实的综合体, 存在于主观和客观感知的事物中间。温尼科特想知道被婴儿珍爱的毯子或者泰迪熊对于婴儿的心理学意义。他的理解是, 这个物体象征着不在眼前的慈母, 可能是母亲不在时的一个安慰。但最重要的是, 泰迪熊仅仅是一个安慰, 孩子不必问安慰是否来自小熊或者来自孩子自己投注在泰迪熊上的情感投资 (emotional investment)。也就是说, 孩子不问自己: “我发现了你, 还是我创造了你?” 幻想领域具有使实物或者他人具有来自我们自己精神世界的特质的能力, 可以持续一生。幻想领域是在我和非我、幻想和现实之间的一片领域, 容纳什么是内部的和什么是外界的两者之间的紧张局势 (Ogden, 1992)。在任何年龄, 近观幻觉都是一种怀疑态度的形式, 过度使用现实验证会使我们的世界贫瘠、寒冷。

幻想与妄想 (delusion) 或者幻觉 (hallucination) 不同。妄想和幻觉纯粹来自精神世界。妄想对体验到它的人来说是真实的, 在所有人所共有的现实中没有基础。幻想是对存在的某种事物的阐释, 把意义投入感知到的事物上。能带来安慰的人或者物存在, 但是, 是我们自己赋予了它意义, 才使之能够带来安慰。赋予事物意义的过程是想象与外部现实之间至关重要的领域的标志, 在这一领域中,

于我们看来，现实似乎就是现实，而不必追究它是否本就存在或者我们参与创造了它对我们的意义。玩耍是过渡经验的另一实例，在其中我们可以用一种真实的方式假装。以此方式，孩子能够垒一个既真又非真的高塔。艺术和文化象征是这一基本双重性的更成熟的形式，既是它们本身又是我们的创造。一座宗教纪念物不仅仅“是”一栋建筑，而且也是个神圣的地方。我们视其神圣性存于其本质，尽管我们也知道自己在创造它为一个具有超凡意义之地中的角色。这些过渡现象介于心理现实的精神世界和外部世界的精神妄想之间。最重要的是我们不关注我们产生感受的根源。⁷如果我们关注根源，那么泰迪熊对孩子来说就会成为孩子母亲眼中“又脏又旧还有怪味的东西”，耶路撒冷就会变成世界上众多城市中普普通通的一个。

我们最熟悉不过的是产生于恋爱状态中的幻想。莎士比亚（Shakespeare）对此了然于心，将其写入了《仲夏夜之梦》（*A Midsummer Night's Dream*）之中，利用人们理想化深爱的人的脾气写就了一出喜剧。当然，幻想在他人眼中一清二楚。我一直记得许多年前在巴黎度过的一个周末。那个周末我是和约翰一起度过的。那时候约翰正在热恋之中——不是和我，而是和我的好朋友米切尔。那个时候的我刚好也坠入了和爱德华的爱河之中。我们两人热恋的对象刚好都不在城里，我们都落了单，于是彼此陪伴，享受在巴黎的时光。我们都陶醉在恋爱的绝妙感觉之中，相互赞美各自恋情的非凡之处。当然，我所认识的米切尔与约翰认为他所认识的米切尔几乎毫无共同之处。因此，他产生幻象的过程在我看来再清楚不过。我倒是能抑制自己不要做出挑战约翰对他所爱之人的看法的愚蠢举

第一章
彼此创造

动，我却无法认识到我和约翰一样，为自己构建了一个现实中与我想象相去甚远的爱德华。在那时，对我来说爱德华就是我遇到的那位英俊、聪明又迷人的法国男人。最后，我和米切尔的恋情都没能在其后现实的冲击中维持下去。但是，约翰和我在很长一段时间内仍是朋友。我们之间的友情基于两人共同有过的幻想过程。

幻想可能看起来像是现实本身，甚至在长时间内都是如此，直到痛苦、突然的觉醒降临，那个人（而不是那段感情）似乎变成了一个完全不同的人。凯瑟琳是一位中年妇女。她从自己的爱情美梦中醒来后，告诉了我如下的经历：

一年之后，当我再次见到马特时，我甚至没法想象我喜欢他什么。他曾是我的朋友，曾在我看来是我遇到过的最英俊、最聪明又最有趣的人，我们之间真的有种很特别的感觉。用4年的时间搭建起了幻想，和他相爱后1年的时间里脑子里想的全是他，直到他清楚地表明他不想和我发展成更深的关系——幕布揭开后出现的是一个无趣、肤浅、驼背又有些孩子气的男人。他开的玩笑听起来乏味而非机智，并且言语庸俗。我认识到所有那些让人雀跃、激动的东西都来源于我自己。当我把音量调小，音乐消失了。然而，我仍然满心渴望我们做爱那晚的感觉。愿望达到了。我怀里的是我想要的完美男人，抚摸他，感觉他对我触碰的回应。那晚他离开后，我对自己说，现在我可以幸福地死去了。那之后我一夜没睡，我怕自己一旦睡去，醒来后会分不清刚才是否只是一场梦而已。当然，现在我知道那事是真的，不过也就只是梦一场。当我回想起来，事情

很清楚，我根本不确定他的感觉和我的感觉是否一致，或者说我自以为的他的感觉。我代替他想他会怎么想。我感到我能够不用他开口就“知道”他的感觉。我仍想他可能多少爱过我——是他真的爱过我，还是我自以为是？

除了在恋爱中理想化幻想之外，我们还能够形成各种各样对人的幻想。这些幻想取决于我们的需要。我们想象他人是我们希望（或者害怕）的那样，可能忽略或者不承认他们做出了不符合我们剧本的行为。我们总是推断他人的内部状态和对我们的回应，那些通常具有温尼科特所说的过渡现象的特征：它是真的，还是我想象出来的？⁸

因为我们永远无法直接观察另一个人的内部状态，我们对他人所作所为的理解是我们对他们的阐释的结果。我们对他人的理解反映了我们对自己内部体验的理解。这是我们能够直接了解的唯一内部体验。生命早期，我们渐渐了解自己，把自己视为由源自我们内部的想法和感情构成的人。作为婴儿，这些内部体验由别人来为我们解释，也就是那些教我们什么是“愤怒”或者什么是“悲伤”等身体、情感体验的人。逐渐地，我们也可以学习他人不同于我们的内部状态，而且随着我们继续成长，我们发展出他们的内部状态与他们的行为有什么联系的想法，以及他们的内部状态与我们的行为有什么联系的想法。“我们不能吃母亲刚刚烤出来的那些饼干，”8岁大的迪克对他的两个妹妹玛吉和吉尔说：“要是吃了，妈妈会生气的。”“不，如果我们只吃几块，而且表现好，她不会生气的。”玛吉说。“谁管她会不会生气呀。”吉尔说。这里的三个孩子对母亲可能

第一章
彼此创造

的情感状态构建得极为不同。迪克理解并且经历过母亲可能的怒火，意味着他一定得断了吃饼干的想法，虽然他有此企图。玛吉脑中有个不同的模式，她知道什么会让母亲生气，什么不会让母亲生气，或者她对自己平息母亲怒火的能力有信心。吉尔认为母亲发火与自己和自己的行为无关。在很大程度上，他们都在构建一个不同的母亲，确切来说，构建一个与母亲联系不同的自我以及一个与自我联系不同的母亲。这三个孩子都是同一个母亲所生，不过是幻想出来的三个不同的母亲。在他们成长中，幻想出来的母亲将会是最重要的一个。我们可以观察将来可能形成他们人际关系风格的种子。这些种子由他们想要演出的剧本来决定，他们将来还会征集他人共同演出自己的剧本。我们可以看到未来在迪克身上发展成恭顺的雏形（以及他对遵从于某人的需要），对于玛吉来说是魅力（以及发现可以让她用魅力改变其初衷的人的能力），对于吉尔则是对权威（对她来试图管束她的人）的反叛。

这些幻想也可能对他们母亲的行为产生很大影响。感觉到迪克害怕自己发火，母亲可能会对迪克更温柔，然而，如果迪克的幻想十分稳固，那么迪克不太可能感受到母亲的温柔。对于玛吉，母亲可能允许她花言巧语、使用魅力，特别是，如果她在玛吉身上看到她自己曾通过引诱巧妙达到目的的影子。不过，不理睬母亲反应的吉尔可能会激起母亲对她严格的管束。母亲可能会采取她认为一名母亲应该采取的方法，好让吉尔知道她的存在和影响。幻想和创造他人是一个循环过程。我们成为并对他人对我们的幻想做出反应，正如他们成为并对我们对他们的幻想做出反应。

幻想是我们赋予某事物的特质的总和。如果某事物对我们来说是完全由外部而来的，那么就是感知，但是我们不会感到与之有关系。我们感知到的人许许多多，但是除非我们有些许把自己的什么东西投注到他们身上的感觉，使他们成为我们情感体验的一部分，否则，他们就只是存在于这个世界上，而非存在于我们的世界中。

幻想过程可能性的大小部分取决于他人与我们有多么接近。我们创造与我们的感受距离远的人，与距离近的人差别很大，但是创造过程、内部事物与外部事物的相互影响并无不同。

例如，通过幻想形成的过程，我们可以与几乎不认识的人创造一种与之有关系的感受。最近有一次我和一群同事聊到了篮球。有个人提到了魔术师约翰逊（Magic Johnson）和他对年轻球员的无私教导。我的一名同事脱口而出：“我见过他一次。”然后简短说了自己遇到约翰逊并被介绍给他认识的情景。显然，对他来说，在这个话题中，浸染了记忆和一次短暂握手的魔术师约翰逊，对他的意义与对我们这些听众的意义不同。由于这次简短的见面，魔术师约翰逊被提升了，并且以一种有些奇怪的方式被升级成了更加宽厚的人。对我的同事而言，一次幻想的体验，或者说至少是一种不同种类的幻想连接起了他和约翰逊（魔术师约翰逊则利用这些幻想过程以积极的方式去激励年轻人）。

我们创造对他人的幻想以代表理想化的存在状态，我们也把他人创造成被诋毁的人以代表我们内心最鄙视的事物。在我们的文化中，我们创造对名人的幻想来为社会中各种各样的心理需要服务。媒体过分渲染“有钱又有名望”的生活来为我们对有人过着随心所

第一章
彼此创造

欲的生活这种幻想的集体需要服务。同样，我们需要诋毁这样的偶像，需要发现偶像有出人意料的弱点或者个人悲剧，用“没人过着处处如意的生活”来安慰自己。我们总是需要幻想，并需要毁灭幻想。知道玛丽莲·梦露（Marilyn Monroe）星期六晚上孤单一人，连个约会都没有，会让人感到既高兴又吃惊。这打破了我们对她是不可置疑的性感女神的幻想。我的一个朋友最近有机会在早餐时间采访了简·方达（Jane Fonda）。事后，我的朋友兴奋地打电话对我说简·方达很能吃！同样，我们对领导人品行完美的幻想（以及诋毁他们的乐意程度）的集体非理性需要，导致美国人在不得不面对一位凡人总统屈服于性诱惑时全民震惊。

与我们近在咫尺的人受制于同样的幻想过程。随着我们对他人了解的增多，我们有了无数感知和幻想的机会。在与他人的关系之中，我们受到有关他人的信息的狂轰滥炸：他们长什么样子，声音如何，怎么笑，步态如何，说过什么，以及他们表现出对我们的感觉和反应细微的差别。在所有这些之中，我们只接受几个引起我们注意的方面。由于形成我们个人独特心理现实的敏感性和倾向性，通常我们无意识选择的是对我们有意义的方面。我们接受看起来好像是某人身上真实具有的特质，把这些感知与我们自己过去的经历、需要和期望混合，从而形成一个他人“是”如何如何的形象。我们对他人的看法是这些幻想过程的产物，尽管在我们看来，我们是在感受现实而非阐释它。但是，如果我们停下来，思考它，我们会认识到我们自己的重要性犹如在创作图画的艺术家。⁹

安奈特和莎里都是一个教会执事会的新成员。在第一次会议上，

戴维背出了陀思妥耶夫斯基（Dostoevsky）的一段话作为对另一名执事会成员的回应。安奈特立刻将戴维奉为了偶像。就像是飞蛾被灯火吸引，她被戴维的聪明、学识迷住了，将其锁定为她想要接近的人。另外，莎里认为戴维自大、优越感十足，进而怀疑自己是不是真的想成为这个群体的一分子。“我从没读过陀思妥耶夫斯基的作品。”后来她对安奈特说。这两个女人在脑海中构建了极为不同的戴维。

我们通过阐释他人的行为，通过把意义的假象加诸于他人的所作所为以及自己的设计上，来创造幻想。我们给他人构建故事，沿着我们需要的路线完美地理解他人的行为。坚持自己脚步不肯让步的人会被看成是任性、顽固或者诚实、正直，具体会是哪一种取决于我们对行为做出何种理解。直截了当可以被看作鲁莽或者真实，害羞可以被看作不善社交或者保守。这全都取决于我们如何“接受”以及阐释他人的品质。

在没有完全意识到的情况下，我们不断地阐释他人，尽管在我们看来好像人们只是如我们解释的那样，并且在“真的”做出具有我们所分析出来的意义的行为。我们正在构建的剧本控制我们会如何阐释自己与他人的相互作用。举例来说，在一次商务会议后，加里的妻子吉娜开车来接他。吉娜晚到了半个小时，车里载着他们3个月大的儿子。加里激动又匆忙地对他的工作伙伴说：“嗨，过来看一下我的孩子吧。”他把孩子从车里抱出来，自豪地向同伴炫耀自己的儿子，然后与同伴道别，上了车。吉娜留意到加里没有向她介绍她，而加里没有意识到吉娜留意到了这一点。如果吉娜对拒绝敏感，那么由于加里甚至没有向同伴提及她，据此吉娜断定加里爱孩子胜

第一章
彼此创造

过爱她。或者，吉娜可能会把这次的经历与加里不善交际的形象进行同化——他一向礼仪不周，不过至少他那副当了父亲自豪神情让吉娜很高兴。或者，吉娜可能断定加里因为迟到的事情生她的气或者急着去赴晚餐之约；或者吉娜猜想加里没介绍她有其他原因，稍后会告诉她。或者吉娜可能一心想着快点儿赶去参加晚餐聚会，而且没兴趣掺和加里的的工作，反正她对加里的工作一窍不通。或者，吉娜把孩子和自己视为一体，正分享加里对孩子的兴奋。吉娜对这一相互作用的阐释会反映并强化吉娜感到自己和加里演出的剧本内容。比如，如果吉娜在剧本中写的是拒绝，那么刚才的一幕“证实”加里是在拒绝、排斥她。如果吉娜需要把加里看作一个不善社交的人（并且她自己是个善于社交的人），那么她会把刚才一幕加入她对加里的构建之中，认为加里如果没有她的指导就不知道该如何与人相处。或者，也许由于她无法容忍加里发脾气，而迫使加里用消极对抗的方式来表达他的怒火。这个小事件可能仅仅让吉娜确信加里表现得很气愤却不自知。对于这一事件，吉娜还可以做出其他许多可能的解释，以上只列出了其中的几种。由此可见，阐释是如何通过我们的剧本给我们提供自我验证的证据，并维持我们的“幻想”的。几乎任何事件都能够混合进已有的剧本，如果不能，那么它可以被忽略或者遗忘。

用通常的说法讲，就是我们对自己说“但那只是幻想”，然后就可以不理会有过的这个感知了。这样做的意思是，我们现在认识到的似是而非的感知主要是我们自己想象出来的。但是，这是一种漠视幻想过程的方式，它会让所有的关系沾上污点——仿佛只有那个

特殊的感知是幻想的产物。“它只不过是幻想”意味着它是我在感受面前不再维持的一个幻想，这要求我对它进行修改或者放弃我们的理智和现实验证。

听一下两个女人就一件小事谈论另一个女人。“我认为塔米真的很好。”其中一人说。“我不觉得。我认为她自大而且爱利用别人。我一点儿也不信任她。”另一个说。如果我们是天真的现实主义者，我们可能会调查塔米是“真的”很好还是她是一个以自我为中心的人。然而，如果我们懂心理学，那么我们会认识到两人是在对塔米的不同方面做出回应，是在根据她们自己的内部世界做出反应。两人都会选出观察例证和事件来支持自己的观点，交换相冲突的故事。但是，其中一人不会说服另一个人改变观点，因为每个人的反应都源于自己对他人的独特回应。她在这一独特回应中阐释她的个人现实。也许上面对话中的第一个人习惯发现他人身上的优点，并且认为对他人有所怀疑也未尝不可。或许，第二个人感到自己已经被人背叛，并且对口是心非十分敏感。或者，也许她在与内心中自我中心的一面斗争，从而使她对他人自我中心的一面感应强烈。在两人的构建之外，没有所谓的“真实的”塔米，尽管两人都没有想到自己在构建中扮演的角色，而且她们会就塔米“是”什么样的人继续争论（无望的争论）。

通常情况下，尽管我们可能因为好像有些人总是误解我们而感到迷惑，但我们多少能意识到他人如何看待我们。当我们反省时，我们可以认识到我们赋予他人的部分意义，也就是他们把我们看作他们生活中的什么样的角色。然而，我们经常会对那些于我们没什

第一章
彼此创造

么意义或者毫无意义的人产生深远的影响。最近我遇到了以前的一个（几乎不记得的）学生。她非常认真地告诉我，多年之前我说过的一些话改变了她的一生，而且她每天都会想起我来。每个老师都能讲出类似的故事。也许人人都有这样的经历，尽管他们可能并不知道自己曾对他人的生活产生过重要的影响。我们说的话、代表的事物，在一个某人准备做出改变的关键时刻，被作为改变的催化剂铭记在心。

创造对方

除了通过对他人的阐释创造我们对他人的个人幻想之外，我们也通过强大的无意识的过程，唤起自己的其他方面或者我们遇到的其他人。当这些过程运作的时候，幻想超出我们的头脑并的确在他人身上创造变化。我们促使他们扮演我们想要、需要或者期望他们扮演的角色，即便非他们所愿。这是在心理治疗中最著名的现象，但在所有的关系中都会发生。例如，虽然受过培训并且完全有能力保持不偏不倚的姿态，但是治疗师可能发现自己有要批判病人的感觉。在治疗工作中，治疗师和病人逐渐明白，治疗师感到的批判性源自病人爱批判的父亲在治疗师身上的投射。病人通过无意识的方式把自己内部世界中那个想要挣脱的批评者移植到了治疗师身上。冲突总是在外部最容易应付。因此，如果我们能把内部的纷扰制造成外部的，那么虽然仍是个麻烦，但是内部世界消极经历的痛苦会减轻。因而，对病人来说，这个公式是“不是我恨自己不完美，就

像我父亲恨我不完美一样，而是你为我的失败而恨我，我会注意到你真的恨我，而且希望结果或许会有所不同”。这在任何一种感觉状态下都可能成立。我与病人在一起的时候，经常在一瞬间感到强烈的悲伤，几乎要掉下眼泪来。而那时我的病人只不过是在平静、镇定地讲述痛苦的事情。他们的悲伤被传送到了我身上，由我来处理。这一过程在精神分析著作中叫作投射认同（Projective Identification）。投射认同听起来可能很神奇或者很神秘，但是通过细致的分析，可以将其看作标志所有人类关系的无处不在的无意识过程。¹⁰ 弗洛伊德（Freud, 1915）对潜意识沟通（unconscious communication）大为吃惊，并记录了下来，“值得注意的是，一个人的潜意识可以不通过意识对他人做出反应”。

客体关系理论（object relations theory）开创了我们对成年人生活的重要关系的理解，人们“发现”心理上与儿童时期的父母类似的人，会用儿童时期同样的方式对待他们。虽然，投射认同的概念超越了人们如何促使他人重新创造早期体验的情感状态。¹¹ 从那种意义上说，通过潜意识沟通，被需要的他人是被创造出来的，而非被发现的（同样，同好导演一样，我们被选角和剧本所吸引，一定要找到合适的角色人选演出我们潜意识希望分派的角色）。

在亲密的关系中，我们敞开心扉与他人进行情感交换，我们回应他人的潜意识感觉，创造无意的对话并在其中协商情感互补（emotional complementarity）。我们可以把他人当作自己的一部分。比如，无意识地鼓励他人表达无法被我们自己所接受的感情，然后为此而惩罚他人。在另一些时候，我们可能（无意识地）成功哄骗

第一章
彼此创造

他人做出我们需要的反应。例如，凯瑟琳可能想让马特努力“成为”她理想的男人，不过成功与否得取决于马特无意识的需要。

在群体中，某些人无意识地“被”该群体选中表现出某些方面——叛逆、拯救、愤怒、无能、智慧，等等。一旦某人被这样选中，其他所有人都感到自己在那些方面得到了释放。比如，我们安安静静地与一群人坐着，然而有个人惹是生非，表达了我们没有说出的不满，我们是不是都有过这样的经验呢？“抱怨者”可能不会意识到自己“被选中”为我们说话。

他人给我们贴的品性标签，或者我们被他人唤醒的品质，部分地构建了我们。我们都有某些特性，这些特性可能增加我们被以某种特殊的方式看待，或者被选中与特定的人演出对手戏，或者在某种特定情景中扮演角色的可能性。¹²在心理学语言中，这被称作为某一个特定角色获得了一个引拒值（valence）。但是我们可能负载着许多引拒值，可以进一步将其称为情景需要的动力。任何一个既是某个群体又是其他许多群体之中一员的人都会很清楚地意识到这样一点：在一个群体中是领导者，在另一个群体中是叛逆者，在第三个群体中是相对次要的、不起眼的小人物。然而，这个人还是有自己是同样一个人的感觉，感到自己在每个情景的形象并无不同。但是，在第一个群体中，这个人的想法被众人遵循，从而创造了一个领导者；在第二个群体中，这个人的想法被视为叛逆和放肆（继而此人有可能采取更为叛逆和放肆的方式）；在第三个群体中，没人对这个人的提议感兴趣。同一个人，可以是英雄也可以是傻瓜，这取决于人际环境（interpersonal context）。

作为一种文化，我们最近开始认识到女人“被选出”承担男人的情感经历。社会抑制情感表现，男人经常通过一个女人或者与他亲近的女人们表现他的感情。这是投射认同起作用的许多例子之一。

替罪羊是被选中承担他人的不好品质的人。在古老的犹太传统中，一只羊被选中，一个群体里的每个人都把自己的罪恶转移到这只羊身上，这只羊在仪式上被驱逐，从而吸收并消除了整群人的罪恶。雪莉·杰克逊（Shirley Jackson）在她的经典短篇故事《摸彩》（*The Lottery*）中，用现代的形式讲述了这个传说。村民每年选出一个来牺牲掉。村民需要替罪羊，好让其他人保持无污点——不是随便选出一个人，而是一个代表被否认的东西的人。青春期的女孩们敏锐地意识到她们形成小圈子的过程，在这一过程中她们排除某些被她们看不起的人，这些人其后被挑选出“成为了”不善社交的人。所有其他女孩能够为至少她们没有被污染而感到安全。¹³ 他人身上我们最恨的东西正是我们在自己身上无法忍受的东西，这已经成为一个公认的真理。相对不是那么显而易见的是，我们在外部“定位”那些自己身上无法忍受的方面的方式。

我们也可能把所有我们自己还没准备好认识到的自身的优秀特质，或者希望自己某一天能拥有的特质寄予某人身上。我们的这些特质可能表现在他人身上。这个人符合理想、完美无缺，与之在一起能产生完整和满足的感觉，仿佛我们是最好甚至完美的自己。他人可能会为我们实现我们渴望却害怕的体验。这样，我们保存了自己身上不可获得却珍贵的方面，而没有将其丢失。在其他时候，人们被选中的原因可能是，他们是我们无法表达的那部分的楷模，他

第一章
彼此创造

们是我们在早期经历中丢失或者被吓跑的那部分的范例。如果害羞的温迪选择外向活泼的罗宾做最好的朋友，那么她就能与已经与之分裂并且可能丢失的那部分自己保持联系。实际上，罗宾为温迪表达了温迪活力充沛、不受管束的那部分特质。温迪毫无疑问地对罗宾或者他们的友谊起到了重要作用。或许，温迪是罗宾所需要的羡慕她的听众。

在最仁慈和平常的层次，我们为了产生相似感或者亲近感，可以唤出他人身上我们自己的方面，增强相同感或者亲密感，使我们对不同和陌生的东西感到熟悉。¹⁴ 他人可能没有意识到自己的这个新的方面是一直就存在的，还是如魔术般出现的。这为发生在鲍勃（在本章开始提到过）身上的事情提供了部分解释。鲍勃离开爱丽丝后爱上了佩吉，发现自己表现出了完全不同的自己。他如何构建佩吉决定了他是忍受个人改变，还是对过分亲近和有威胁的结合做出激烈反应。

当这些过程发生的时候，一个人在这场戏剧中既是导演又是主演。另一人成为我们的舞台上无意识的演员，我们对其巧妙、无意识地给出舞台指导（作为报偿，我们以某种方式演出对方的戏剧）。有的时候，这些无意识的、关键的舞台指导可能与我们说的话矛盾。例如，一个女人告诉她的丈夫她想要他敏感，对她投入感情，但是只有在他行为粗野、专横时她才对他做出性方面的回应。因此，她投射性地把她构建成“男人气”的男人，而同时又坚持说自己憎恨他的这一点。

有的时候，我们安排另一个人去感受我们发现对自己来说太痛

苦的事情。例如，我们可以引诱别人替我们担心。在我写这本书的时候，我也正在与一位好友和同事计划一个重要的专业会议。随着会议的时间越来越近，她对许多细节十分焦虑，而我则一直很平静，并且安慰她。这让我有点儿感到惊奇，因为我通常是担心的那个。让人感到十分吃惊的是，在会议即将举行的前几天，我的朋友满足了自己对一切都在控制之中的需要，停止了担心，而我则开始因为会议而焦虑得几乎无法入睡。一旦她不再“拥有”这份担心了，担心就涌向了我。

在很多例子中，通过这些过程，矛盾心理在人们中被分裂，并且能够转变成带有迷惑性的方式。我在治疗中认识的一对夫妇想要买栋房子。他们找到了一栋房子，妻子非常喜欢并想买下来。但是，她的丈夫对这栋房子有一长串的疑虑和意见。最后，她放弃了游说，说她其实并不是那么喜欢那栋房子，而此时他立刻做出了购买决定，毕竟，这是她想要的房子。

当我们见证人们否认自己无法忍受的方面时，我们可以从外面清楚地看到创造他人的过程。例如，在最近对一个组织进行的咨询中，我们清楚地看到一名活力四射又有权威的 CEO 如何抛弃对他自己能力不足的恐惧。他因为害怕自己能力有限而导致身边的每个人都感到能力不足，并对采取新行动犹豫不决。他大声斥责说：“为什么这里只有我一个人能顺利做成点儿事情？”虽然，他因为下属不力而感到苦恼，但是他没有意识到他自己在让下属无能中扮演的角色。他把无能的感觉投射在下属身上：给他们下工作命令降低他们的效率，采取事必躬亲的微观管理，在简单工作上说一些鼓舞士气的蠢

第一章
彼此创造

话，对任何别人先于他想到的主意都感到不悦。不过，他一切都做得很巧妙，如果咨询师想要改变他的行为，他就在别的地方表现自己的活力。核心问题是他需要摆脱自己能力不足的感觉，正是这一点让他的下属变得无能。通过治疗介入（therapeutic intervention），一旦他能接受自己可能会犯错误并且需要别人帮助的一面，好像施了魔术一样，他就会发现下属不凡的工作能力。

我并不是说我们在他人身上发现的所有品质和行为都是我们对其构建的结果。但是，当投射认同的过程起作用的时候，我们致力于让他人当我们剧本中的人物，并且极力反对他人做出改变。即使会让我们感到沮丧、嫉妒或者气愤，我们也要他们为我们演出。婚姻治疗师一次又一次地见证过夫妻中的一方巧妙地拒绝让对方改变，即使是朝着他们有意识地希望做出改变的方向。

我们极少有意识地自愿演出他人的剧目。只有借助后知之明和洞察力，我们有时才能看到我们在扮演他人的某个方面或者他人内心世界的角色。¹⁵

当这些过程运作的时候，在没有注意发生什么的参与者之间存在一种共谋。例如，如果一个男人安排他的妻子像他的母亲那样对待自己，那么他们会演出这段戏码，两人都不动声色也不能背离剧情。因为这个剧本不是故意而为的，也不是用文字写就的，人们在其中很难反省。¹⁶它是参与者之间的某种设定，参与者因为自己无意识的需要而参与其中，而且它避免已准备好的语言解释。通过微小的相互作用和反应，通过强迫的要求和形式，人们表面上或者隐蔽地协商他们将“是”对方剧本中什么样的人。剧本一旦仔细构建

起来，就会自动展开，¹⁷感觉仿佛“我们就是这么相处的”。

当我们无意识地需要他人遵从某种方式，当他人遵从这种方式锚定我们自己的心理结构时，我们也被根植了只用这种方式看待他们的看法。因此，相信自己的丈夫吝啬而且有所隐瞒的女人，会注意不到或者贬低丈夫慷慨的方式。这是由于她需要看到自己是懂得关怀他人又有爱心的人，他在她把自己与他的私心对比中支持了她的自我形象。

我们仅在与他人的相互作用中了解自己，我们扮演一个发现并创造与自己亲密生活的人。他人似乎给我们的世界中的某些东西带来了生命力，通过一个姿态、一瞥或者一句言语使我们所生存的现实枯萎。¹⁸ 我们都有深深印在心里的某个时刻。我们记得在那个时刻某人说的的一句话改变了我们的生活，变得更好或者更糟，粉碎了一个梦想的萌芽或者开启了一条新的道路。但是我们不是这些力量的被动接受者，是我们对他人的构建，给了他们改变我们对自我的构建的力量。

正如健康的孩子生来就具有学会任何一种语言的潜力，他们也生来就有表现无数种特质或者回应的特殊模式的潜力。他们的早期体验会固化某些品质并抑制其他的品质。随着年龄的增长，转变的体验是那些唤起成为其他的样子或者以别的方式做出行为的可能性的体验；自我之中潜伏的部分表现了出来。这种转变的体验中常常有一个引起或者助长自己的其他方面的人。在人们把他人构建为某个角色时，人们能够让（或者强制）他人重新构建自己。在我们确定其形状之前，他人的世界无限无形。从那种意义上来说，我们

第一章
彼此创造

就如同皮格马利翁一样，在神话中爱上了自己的象牙雕像加拉泰亚（Galatea），女神维纳斯其后赐予了雕像生命。我们也根据自己的需要和欲望雕刻他人。然而，与皮格马利翁不同的是，我们也被他人雕刻——我们的加拉泰亚也有自己的需要和欲望，有自己的主观性，即便我们希望不是这样。

了解他人

传记作者在探求某个人“真实的”情况时，能强烈地意识到（有时被阻碍）幻想的创造和他人的创造这两者的作用。采访众多了解此人的人时，传记作者发现自己得到的是矛盾的画像，仿佛传记的主人公有许多性格。

这一点在日常生活中一样明显。他人眼中的某个人与这个人自己眼中的自己大不相同。人们在大多数情况下可能没有意识到自己在为他人演出剧本中的角色。人们没有意识到自己召集了他人登上自己的精神舞台，并指派给他人相当具体的角色。人们无意识地寻找合适的人选来演出自己内在世界的人物，合适的人选来自同样也在选角并且与我们互补的伙伴。一个人对另一个人表现出来的一点点迹象就足够成为选角的线索。

当我们初次遇到一个陌生人时，我们想知道对方“是”什么样的人。但是这个问题其实应该是我们可能会从这个人身上唤起什么，比如，是兴趣和热忱还是轻蔑和拒绝。进入一段关系少不了双方协商在这一关系中被构建的方式，每次互换决定了自己各个方面中的

哪一些会呈现给对方。

托尔斯泰（Tolstoy）在描述这些过程上可谓天才：

安德烈公爵认为大多数人都是可鄙而渺小的人物，他很想在他身上发现他所渴求的真正美德的典范，他轻易地相信，他在斯佩兰斯基（Speransky）身上发现了十分明智的、有美德的人的典范。如果斯佩兰斯基出身于安德烈公爵那个社会阶层，具有同样的教养和道德品质，那么博尔孔斯基（安德烈）很快就会发现他这个非英雄人物的、普通人固有的弱点，但如今这个令他惊异的聪明人的气质，因为未被充分领会，所以更加引起了他的敬意。此外，斯佩兰斯基是不是因为他器重安德烈公爵的才能，或者是因为他认为必须把他弄到自己手上来，所以斯佩兰斯基在安德烈公爵面前显示他那冷静而公正的理性，微妙地谄媚安德烈公爵。这种谄媚夹杂着过分的自信，并且默认，只有对话人和自己才能理解所有其他人的愚昧，才能领会他那明智而深邃的思想。

这里托尔斯泰向我们表现出安德烈情愿以某种方式构建斯佩兰斯基，具体化一个他渴望在活着的人身上发现的理想。由于斯佩兰斯基是个陌生人，并且与安德烈习惯的关系世界中的人不同，这使得安德烈有创造他的幻想的可能。托尔斯泰也通过暗示安德烈可能对斯佩兰斯基所具有的意义，描写了这一过程的相互关系。对带有特权梦幻的特殊两人组的幻想是许多关系的常见基础。

一旦关系建立起来，由于他们没有接受情感投资，一人身上不

第一章
彼此创造

符合另一个人剧本的方面通常不会被对方感知到。因此，如果我们能够听到他人讲述我们自己的故事，那么我们可能会感到吃惊，甚至震惊。因为我们想不到最亲近的人可能会如何形容我们，解读我们的动机，以及理解我们与他们联系的方式。我们可能会在某些叙述中认出自己，但是其他部分会让我们产生怪诞的感觉，“那个人描述的是我吗？”

我们通过自己与他人的关系看他人。我们看到他们的行为，但是看不到他们的感受。¹⁹我们永远无法完全看到他们（与我们）体验的内部超过他们看我们（与他们）体验的内部。我们是他人关系生活中众多的角色之一。为了理解对方的故事，我们必须看到组成对方生活的全部角色阵容。我们在对方生活中的重要性和意义永远被置于具有相似或者不同意义的他人组成的背景之上。我们不得不把他人的生活的内在看作一个整体，从而理解我们自己在其中的角色。

在舞台上已经有人的环境下，人们对我们来说是谁，以及我们对他人来说是谁，被定义出来。因此，如果我们有许多热心支持我们的朋友，那么我们鼓励他人对我们做出回应的可能性就会减小。琳达崇拜她在工作中的伙伴珍妮特，希望与珍妮特接近成为她的朋友。但是，珍妮特已经有很多分享感受的朋友了，而且她多少感到琳达对自己的注意是个负担。她渐渐把琳达看成黏人、冒昧的人，并且尽量远离她。作为对珍妮特疏远自己的回应，琳达更努力地与珍妮特接近，给她礼物，给她读有趣的诗，这反过来让珍妮特更努力地远离她。琳达开始认为珍妮特势利又冷淡。最终，琳达不再讨好珍妮特。两个女人对这件事的描述是：在珍妮特看来，琳达“是”

缠人又喜欢依赖珍妮特的人，而在琳达看来，珍妮特“是”冷酷又怀有敌意的人。两人都看不到是自己导致对方做出了那些讨厌的行为，这源自珍妮特在她的剧本中没有空闲的角色可让琳达饰演。

我们在找寻浪漫关系伙伴的人身上也经常看到类似的现象。埃伦又恋爱了。她摆脱了她认为（或者说她构建的）专横、对人漠不关心的文斯，开始了与好像对她既热心又关爱的特里的恋情。数年之后，她渐渐感觉到特里也是一个专横又对人漠不关心的人。埃伦将特里和文斯做过对比，特里似乎更温和，对她的控制相对少一些。随着时间的推移，她意识到特里身上有最初她不许自己看到的性格，或者她无意识地引发了特里身上她以为她逃避了的行为。（埃伦在讲述她的故事时，恼怒地说，“怎么会所有的男人都专横又对人漠不关心？”）

当我们听到他人的人生故事时，我们一般都同意人们作为其生活中的角色“是”如他们在故事中被呈现的那样。这是一个习惯性的暂止疑惑（suspension of disbelief），被我们部分地加强了，我们是借由通过引入他们的愤怒来学会质疑他人对自己生活中重要人物的描述来加强这一点的。只有当我们听过关于同一个人的多个版本的故事之后，我们才能看到把这个人创造成他看起来的样子的复杂过程。

关于关系感受的故事揭示了这样一种“文化”，在这种“文化”中，人们通过他们邀请并保持在他们的世界中的其他人来创造“文化”。²⁰我们演出的各种关系戏剧形成了更全的剧场节目单，这构成了我们的世界。有些人生活在由可以依靠并支持他们的人们组成的

第一章
彼此创造

“文化”之中；另一些人生活在由对他们要求太多、赏识太少的人们组成的世界之中。还有些人生活在虽然有伴分享感受却彼此了解不深的世界中。此外，有些人生活在有许多可能构建的角色的关系文化之中。

当然，组成一个关系生活的“其他人”只有通过复杂的过程才被了解。在这些复杂的过程中，我们感受并构建他们。通过询问他人关系生活故事的方式，我们多少能够理解他们如何构建关系——别人的哪些方面能够抓住他们的注意力和想象力，他们在别人身上寻找什么，什么驱使他们维持关系，以及什么导致他们放弃关系。当然，在这些故事中，他们常常分享比计划中更多的感受，我们能够依其进行推断，推断他们想象的过程以及不为人知的一面，创造我们生活中关系幻想的方式。

对我们每个人而言，我们过去的生活与他人过去的生活交织在一起。²¹ 我们演出互相缠绕的戏剧。在这本书中，我讲述四个平行的故事——两个同卵双胞胎姐妹，一个母亲和一个女儿，一个父亲和一个女儿，以及一对最近分手的夫妇。这些都是关系生活故事——通过过去的重要关系讲述的生活故事。他们是对方生活中的主演。双胞胎中的一个是如何构建另一个的？父母是如何把自己心理世界上最难缠的问题传递给他们的孩子的？人们是如何发现并创造一个他们既迫切需要又无法忍受的伴侣的？在这些关系故事的相互作用中，我们能够看到人们彼此创造的方式，以及人们与自己创造的产物在生活中的斗争。