

心理創傷敘事療癒的理論與實務探討*

汪文聖**

國立政治大學哲學系

本文以敘事來考量心理創傷療癒的問題。敘事是穿越掩飾記憶甚至掩飾痛苦的創傷的一種方式。敘事療癒不宜只停留在技術的層面，更應去探討敘事本身的理論，這包括敘事形成的時間結構（敘事的時間）與在情節組構所根據的意義（敘事的意義）。前者涉及敘事如何穿越創傷，後者涉及敘事何以能療癒痛苦。這些從呂格爾的《時間與敘事》來闡述，涉及奧古斯丁、亞里斯多德、海德格與鄂蘭。

敘事時間是主觀與客觀時間的綜合，超越了奧古斯丁與海德格本真的時間所代表的主觀時間，及亞里斯多德與海德格流俗的時間所代表的客觀時間，而以海德格的「時間內狀態」為依據，但鄂蘭致力於人的不朽性也有所關連。敘事的意義可溯及亞里斯多德的「淨化」與佛洛伊德的「悼念」概念。寬恕所本的尊重或愛固然不是敘事的條件，但涉及敘事整合的問題，可加持敘事意義對創傷療癒的說明。

理論為臨床實務來檢驗。余德慧基於詮釋現象心理學對敘事指出的兩個路數：（1）敘事乃建構出文化心理學；（2）敘事要以個案的間距化為形成的條件。它們由余德慧與余安邦的研究案例來驗證，也為懷特與艾普斯頓的敘事方法來補充，林耀盛對於「九二一」震災的研究更詳細呼應與檢討本文所處理的敘事理論。

本文一個中心議題是：敘事療癒源於受苦也在擺脫受苦，受苦是個案可衝破有限性的臨界點，敘事是衝破此臨界的方式之一。余德慧後來所致力於「人文臨床」就是在開展這受苦的臨界意義。

關鍵詞：心理創傷、呂格爾、敘事、敘事療癒、鄂蘭。

* 此文係本人多年期科技部專書寫作計劃「敘事的理論與實務（1/3-2/3）（108-2410-H-004-058-；2019/08/01-2021/07/31）的部分研究成果。在此感謝科技部的經費補助，並對於此文投稿後數位審查人來回往返之提出寶貴意見致上謝意。他們提升了此文的廣度、深度，以及可讀性，以至於讓一位哲學學者企圖與實務研究的交會得以實現。

** 通訊作者：汪文聖，國立政治大學哲學系，email: wswang@nccu.edu.tw。

壹、前言

維基百科對於心理創傷（psychological trauma）有個簡明的定義：「是指人生經驗遭逢巨變或衝擊，以致於在心理層面產生揮之不去的陰霾，嚴重時可能演變為『創傷後壓力心理障礙症』（維基百科，2019）。」在前者輕微的情況，遭逢巨變的個案因為對於創傷產生自我防禦機制，而選擇遺忘過去。後者的情況，正因為遺忘過去，個案雖可進而遺忘痛苦，但產生了其他症狀的精神疾病。簡言之，創傷掩飾了記憶甚至痛苦。由於記憶被掩飾，對於過去敘事的能力就喪失，對於心理創傷的療癒是可以從設法去恢復創傷者的敘事能力著手，並進而經過敘事能療癒心理的創傷。¹但是敘事本身究竟如何形成的，它一般而言具有什麼意義，應是在療癒前先有的前理解，這樣就可避免只是以技術手段，不知理論背景來進行敘事療癒。²

本文是從西方哲學的背景來看敘事的形成以及其意義，主要以呂格爾（Paul Ricoeur）的《時間與敘事》為依據來闡述它們，其中奧古斯丁（Augustine）、亞里斯多德（Aristotle）、海德格（Martin Heidegger）、鄂蘭（Hannah Arendt）提供了重要的哲學資源。

底下將在理論部分以兩方面進行，一是敘事的時間組構，另一是敘事情節組構所根據的意義。前者雖然在分析敘事的形式構成的一面，但敘事的時間必須和我們的日常生活內容以及生命指向息息相關的；因而我們看到海德格的「時間內狀態」（within-timeness; Innerzeitigkeit）與鄂蘭所致力人的不朽性（immortality）和敘事時間的關係。在敘事的意義方面，心靈因生命對自我滿足與自我保存的要求受到戕害而受苦，創傷是將這個戕害的記憶掩飾起來所造成的結果，敘事是穿越過這層掩飾，回到過去讓受苦者從受苦經驗中釋放出來。釋放的原因是什麼，或許敘事療癒工作者並不需要知道，但事實上知其所以然應可助於對於敘事療癒方法或技術的反思而對之加

¹一位審查人提問，究竟敘事是療癒的手段還是結果，從這裡即可見本文以敘事為手段來論述。

²一位審查人認為本文多在做敘事概念的理論基礎，而非敘事治療與理論與實務。在經過修改與補充後，應更能表達本文的初衷。除了這裡所說，沒有理論的認識，就只是以技術手段在操作，更如本文後面所說容易侷限在某技術，而不能對於技術有充實或修改的可能。本文之所以探討的是對於心理創傷敘事療癒（後來統一將治療改為療癒）的理論與實務，因為對於敘事理論（包括敘事時間與意義，對之加持的尊重、寬恕與愛的解釋，以及間距化、文化心理學義涵的說明）都與對於敘事如何穿越創傷的掩飾痛苦記憶，為何能療癒，為何要敘事整合有關。當這些透過後面的實務研究來驗證與說明，就更清楚本文討論的動機與目的。

以改進。這些我們可從亞里斯多德的《詩學》得到資源，呂格爾與鄂蘭也本於《詩學》做進一步發揮。這是我們討論敘事意義的第一節部分。

受苦致創傷的問題常與受害者與加害者牽連，這會涉及到受害者是否寬恕加害者，我們也常聽聞愛對於創傷是最好的療癒，故似乎受害者的寬恕或愛（愛人或被愛）即可讓創傷獲得療癒。本文一方面對此贊成，因而主張敘事的需要正是因為受害者不能寬恕與愛，但另一方面卻也認為，寬恕與愛對於敘事有加持的作用，這尤其是在敘事需要彼此交換與整合之考量下。這些將從呂格爾與鄂蘭那裡得到進一步的說明，是敘事意義的第二節部分。

在實務部分將首先闡明余德慧基於詮釋現象心理學對於敘事所強調的兩個路數：敘事需要間距化，敘事可構成文化心理學，藉著他與余安邦的實務研究案例去驗證，以最近在台學者關注的麥克懷特（Michael White）與大衛艾普斯頓（David Epston）提出的敘事方法做補充。間距化也是敘事穿越創傷對於痛苦的記憶掩飾的方式，這在討論林耀盛的一項研究報告就很清楚，因為他針對九二一地震受創的個案做敘事的研究，重點之一是個案如何從創傷的情境開始了敘事。鑒於此，本文企圖將敘事時間與間距化問題關聯在一起討論。另外根據此研究，敘事交換與整合的重要可以得到驗證。而敘事的意義固然可連結到亞里斯多德的《詩學》，但研究中卻顯示了華人文化的特殊性，這卻也應證了余德慧所強調的敘事構成文化心理學的路數。

事實上，全文的中心議題是，敘事治療源於受苦也在擺脫受苦，受苦是促使當事人去衝破人之有限性的臨界點，故敘事是衝破此臨界的方式之一。而余德慧後來所致力的「人文臨床」就是在開展這受苦的臨界意義。

貳、敘事的時間³

一、敘事作為再現所包含的言談時間與故事時間

阿伯特 (H. Porter Abbott) 在 *The Cambridge Introduction to Narrative* 對敘事的定義如下：他固然接受一般的說法：「敘事是對一個或一系列事件的再現。」⁴ (narrative is the representation of an event or a series of events)，但對於「再現」一詞有著寬鬆的解釋。因如果再現是藉著一位敘說者 (narrator)，那麼這位敘說者固然主要指的是人，但敘說者更可擴大用在對於事件再現之敘事過程中的一切手段，如電影中的演員與攝影機。即使是靜態的、無聲的繪畫也在傳達敘事的事件，它們也是敘說者 (Abbott, 2008)。這樣的理解敘事可與亞里斯多德在《詩學》(Poetics) 的相關說法相對照 (陳梅中譯，1996)。

《詩學》前三章先提出作詩以模擬為統括的活動，模擬譯自希臘字 mimesis，英文譯為 imitation 與 representation，故再現的意義已表示在 mimesis 裡，但它如何做寬與窄的解釋，似未確定。亞里斯多德以模擬的活動歸為三大類：模擬的媒介、模擬的對象、模擬的方法，其下各有不同。與上述有關的是，模擬的媒介包括美術、音樂、語言、戲劇等等，模擬的方法包括敘述與直接表演，敘述又分為敘述者獨立出來與敘述者透過演員表現不等 (陳梅中譯，1996)。故阿伯特將亞里斯多德所說的敘述與直接

³ 針對一位審查人提問是否敘事的時間沒有將敘事如何穿越創傷拉出來說明。在此可做一解釋：當一旦開始敘事，就可穿越創傷，也就是穿越創傷對於過去痛苦記憶的掩飾，從而療癒創傷。「穿越」一詞一方面表示穿透了創傷的掩飾，另一方面表示敘事在時間的歷程中進行，如此就對於重者創傷症候，輕者沈淪在當時受創的情境中進行超克的作用。哲學理論的「敘事的時間」部分主要在追溯敘事時間的西方哲學背景，從而瞭解敘事怎樣在時間的歷程中進行。在本文之後的實務部分，余德慧、懷特、艾普斯、蓓蕊思、度法提供了 (從創傷) 開始敘事的條件，如何穿越的問題要從這裡開始說起，然後再穿越前面所闡釋的敘事時間。故如何穿越創傷的問題包括這個敘事時間是什麼，以及開始敘事的條件。

⁴ 一位審查人建議從字源來瞭解敘事 narrative 的意義，而指出其字源是從拉丁文 Gnarus，也就是 to know (知曉) 而來，這連同其他表達敘事的語言其實並不能完全掌握什麼是敘事。本人藉 Abbott 的這句話先簡單地說明敘事是什麼，這是對於已發生的故事的再現，但對這句話的闡明，首要知道再現是什麼意思，我在後面藉著亞里斯多德在《詩學》裡以 mimesis 表示，一般譯為模擬，這指的是對於一個故事情節的模擬或再現，是再現出此故事的本質意涵，而這個本質意涵在你我身上的發生都是新意，因為你與我都是獨一無二的個體，因而呂格爾強調模擬或再現是詮釋，每個人有自己的詮釋方式，也因為是敘事 (注意戲劇表演即為敘事)，而非論述，故可對於演員自己以及觀眾帶出實踐的行動力。在後面透過鄂蘭、呂格爾更可將敘事涉及到存有、時間、人的境況與意義做了比字源來看更深入與豐富的瞭解。

表演皆視為敘事，而將上述的不同模擬媒介皆視為不同的再現手段。但它不願意將 *representation* 視為 *presentation*，似也保持了 *mimesis* 的模擬的意義，保留了這個再現可對於即使現實上並不存在的虛幻事件的模擬意涵（Abbott, 2008）。

這裡也要做個說明，*representation* 中譯為「再現」，但這並非重複的意思，敘事者事實上是對故事做了詮釋，而詮釋取決於敘事的意義問題。至於敘事的意義何所指，則在後面會有詳細的解釋，也是本文的一個論述重點。

不論我們接受阿保特對於再現與事件採取廣義來理解的立場與否，敘事包含事件與再現兩個元素，卻是不爭的事實。本文集中在就言說的敘說故事來討論敘事時間與敘事意義的問題，也就是依照阿保特所分的兩元素：故事（*story*）與敘事的言說（*narrative discourse*）來討論，並先藉助阿保特簡要說出關於時間的問題。他所說的「故事」是事件或系列的事件（*the event or sequence of events*），「敘事的言說」是故事被傳達的方式（*how the story is conveyed*）（Abbott, 2008: 15）。對於這兩元素做區分，是進一步對於呂格爾所提出之「敘事的時間性」瞭解的前提。

阿保特引出 Seymour Chatman 在 *Coming to Terms: The Rhetoric of Narrative in Fiction and Film* 裡所謂「敘事的時間邏輯」（*the chrono-logic of narrative*）所包含的兩種時間與兩種秩序（*order*），這指的是敘事經由時間表現出的運／流動（*movement*）有外在（*external*）與內在（*internal*）兩種，前者是對小說、電影、戲劇等呈現的持續性（*duration*），後者是構成情節（*plot*）的一系列事件歷程；它們是運作（*operate*）在敘事領域裡的兩元素，也就是言說（*discourse*）與故事（*story*）兩者（Abbott, 2008）。它們的意義為何？

簡言之，當我們對於一個故事言說，也就是再現時⁵，可依照個人喜好去塑造（*shape*）時間，喜好表示我們要強調的故事內容與意義或有不同，這導致了可能對於故事中有意義的行動特予關注，而致言說時間的濃密，或因不重要的故事內容，而致言說時間的鬆散與跳躍，或因言說的直述與倒裝，而致時間有順或逆向運／流動的不同。這是我們作為人類可以掌控時間的能力，雖然言說的方式或風格可能受到時代或情緒氛圍的影響，它造成寫作與閱讀經驗的興奮感；這種時間經驗是敘事使人愉悅的核心所在（Abbott, 2008）。⁶

⁵ 如果就廣義的敘事來說，*discourse* 包括了繪畫、電影、小說、戲劇等等，那麼這裡譯成言說，亦具有包含這些不同媒介方式的意涵。

⁶ 這裡 Abbott 引用了 J. M. Goetzee 在 *Doubling the Point: Essays and Interviews*（David Attwell [ed.], 1992）的意旨。

相對於敘事的言說時間有慢或快的速度與長或短的間隔不等，那麼從人的經驗抽象出來的（abstract）或例行的（regular）時間，例如鐘錶時間就總是關連到故事自身的。在敘事中，常無法避免使用諸如日、月、年等例行的時間概念，而根本上事件本身的歷程是向前運動（forward motion）而不能回頭的（backward），因而敘事的另一個元素－故事－仍建立在組成我們生活之抽象時間的例行性上。這導致敘事的兩種時間與秩序必須兼顧：一是對敘事的言說或聽讀的時間與秩序，另一是對故事事件認定要歷經的時間與其發生要依循的秩序。要強調的是，內在的流動形成的故事不能缺少，否則即是非敘事性的文本類型（non-narrative text-types），這是靜態的（static）或非時間的（atemporal），即便對於此文本的言說與閱讀仍具有外在的時間（Abbott, 2008）。

阿保特所指的「敘事的時間邏輯」與呂格爾在《敘事與時間》要揭發之「敘事的時間」是一致的，但「敘事的時間邏輯」所含的兩個元素與「敘事的時間」所由之綜合的主觀與客觀時間是否相同？主要的問題更是，他們所提出的各兩組時間可否涉及敘事前時間，乃至非時間性？這個問題和後面我們討論敘事如何從個案沉浸於情境中產生出來有關。

二、從奧古斯丁與亞里斯多德分別著眼的主觀與客觀時間⁷過渡到海德格之「時間內狀態」概念作為敘事的時間

呂格爾在《敘事與時間》第一卷前兩章，分別就奧古斯丁《懺悔錄》第十一卷與亞里斯多德《詩學》強調出主觀的與客觀的時間兩面：前者是指奧古斯丁分析之我們自身對於時間的經驗，後者是指亞里斯多德處理詩學問題的背景，已預設《物理學》所討論的宇宙性時間，是由物體或星球運動所顯示之客觀與永恆的時間。呂格爾的觀點是：奧古斯丁雖在卷十一討論主觀的時間，但卻未將先前自傳式的敘事奠基在時間性上；亞里斯多德以悲劇作為敘事的手段，雖然可將敘事運作的結構透過情節化（*emplotment*; *muthos*）來說明，但卻未注意其中的時間內涵。

⁷ 主觀與客觀的時間為本文特別表達強調與區分開，在呂格爾的文本裡，亦有如此表達，如在將奧古斯丁與胡塞爾放在一般，將亞里斯多德與康德放在另一邊，來討論主觀與客觀的時間文本中，呂格爾曾區別了兩種延續性（*succession*）：客觀的與主觀的（*objective and subjective*）（Ricoeur, 1984），也曾區別時間有主體／觀（*subject*）與客體／觀（*object*），或主體／觀的（*subjective*）與客體／觀的（*objective*）兩種範疇，也就是心靈的與世界的時間兩種（Ricoeur, 1984）。但本文寧願將這兩種時間理解為主觀與客觀的。

在探討奧古斯丁追問時間是什麼的過程中，呂格爾是從奧古斯丁對時間經驗或主觀性時間的關注出發，而這指的是時間是心靈的延長（*distentio animi*），且導致對時間存在的理解為過去的現在、現在的現在、未來的現在。然而，對時間的測量是對於前給定的，而讓我們對被感受的時間狀態進行主動的測量，這個前給定的是藉助現存於心的印象（*image*）來確定，進而對現在覺知，對過去回憶與對未來預期，皆依據著印象；但印象的來源對於奧古斯丁是個謎。其次，時間的測量是從主體的記憶的長、知覺的長與預期的長，來看長的過去、長的現在與長的未來。故不論是印象、長的過去等等皆是先給定的，讓我們被動感受到的東西。它們皆是客觀的，且呼應了亞里斯多德以為「時間是運動之某某」的說法。所以當奧古斯丁以主觀的時間性來探討時間，總會陷入所謂的困境（*aporias*）。事實上我們看到奧古斯丁進一步將*distentio animi*從心靈的延長漸理解為心靈的渙散，對現在的覺知從意向（*intentio*）理解為專注／凝神煉慮（*attentio*），這樣就有往客觀的永恆性時間去接觸的可能。奧古斯丁認知到主觀的時間性來探討時間只是試驗性的理論（*tentative theories*），而不能解決他本人探討時間所源出的存在（*existence*）問題。奧古斯丁發自內心感到對時間永恆的需求，對創造時間而本身處於永恆的上帝從心存抱怨（*lamentation*）轉為讚美，並且心靈的渙散轉為專注，以致能對永恆凝神煉慮；這個客觀的永恆性時間就是上帝或上帝話語的時間性。奧古斯丁在《懺悔錄》中探討時間的目的在他能凝神斂慮地專心研讀聖經，接觸上帝。故奧古斯丁本來有訴求於客觀的永恆性時間，它超越主觀時間性的一面，可最終解決時間的困境問題（*Ricoeur, 1984*）。但在敘事時間的討論中，呂格爾只強調奧古斯丁提供的主觀性時間。

對呂格爾而言，亞里斯多德論悲劇的情節化，多表現出邏輯性而非時間性的結構。故事無預期地從幸福轉為不幸，經過懼怕、同情、淨化（*purification; katharsis*）（*Ricoeur, 1984*）的心靈的作用，終讓悲劇的轉折（*reversal; metaboli*）這種從原先訴求德福一致的倫理生活，經過命運的挑戰，再到悲劇讓心靈淨化的過程，被稱為「不和諧的和諧」（*discordant concordance*）的情節組構，顯示出一種別具超越性的倫理甚至宗教性的意涵⁸。「不和諧的和諧」是呂格爾標示的敘事情節化的邏輯結構，它表示敘事的意義在致力於和諧的生活。在《敘事與時間》第一卷第三章所討論的模擬

⁸ 例如伊底帕斯王的「弑父戀母」已違反了倫理，但命運主宰的超越性宛如宗教性地讓人謙卑地臣服，從某個角度看也是一種超越了世俗倫理的倫理性，譬如在海德格所看的此有讓包括存有命運之存有開顯的原初倫理性。

理論，則是企圖將亞里斯多德所忽略的時間性注入敘事情節化的邏輯結構中。

呂格爾在《敘事與時間》第一卷裡試圖從表示敘事意義的邏輯結構中分析出一種內在的時間性，奧古斯丁的時間問題出現的困境與最終的解決也被呂格爾視為一種「不和諧的和諧」，這個時間結構畢竟可補充亞里斯多德所側重之「不和諧的和諧」邏輯結構的時間面向。呂格爾即使指出奧古斯丁最後也賦予永恆性客觀時間的地位，而可完成對時間困境的解決，但仍著眼於他的主觀性時間，致而陷入時間的困境與不和諧的局面。這種主觀性時間性與阿保特那裡故事的言說時間相呼應，但呂格爾不從奧古斯丁擷取故事本身的時間性，這可能是來自上帝所創的永恆之綿綿不絕的時間流。呂格爾不從上帝信仰的立場去探究奧古斯丁在這方面的可能性，轉而去看海德格對時間的存在性分析，讓故事本身以及言說的時間性透顯出來。

在第一卷呂格爾感興趣的是《存有與時間》討論的「時間內狀態」。此概念出於海德格對於「公共時間（*öffentliche Zeit*）」的揭示：「『公共的時間』揭示為這樣的時間，『在其內』世界中的及手物與現成物被遭逢著。」（*Die "öffentliche Zeit" erweist sich als die Zeit, "in der" innerweltlich Zuhandenes und Vorhandenes begegnet.*）

（Heidegger, 1979: 412）要注意的是，這個「時間內狀態」強調事物在公共時間內的狀態，它是海德格討論公共時間的出發點。呂格爾因此指出，它一方面繼續《存有與時間》早先以「此有」（*Dasein*）的牽掛（*Care; Sorge*）結構揭示出的「對於時間最原始的形式與最本真的經驗（*the most originary form and the most authentic experience of time*）」，而這是一種「到來、曾在與當前化的辯證關係（*the dialectic of coming to be, having been, and making present*）」；並且在對「向死亡存有（*being-towards-death*）」的分析之下，未來成為時間性的起源（Ricoeur, 1984: 61）。另一方面，在以牽掛所揭示的時間經驗為前提下，「時間內狀態」卻在被拋擲（*thrown; geworfen*）或沉淪（*falling*）於世的非本真狀態下，對於周遭的事物有所操煩（*preoccupation*）。人面對公共時間內的事物處於操煩的存有狀態，則進而對於時間有所估計（*reckon*），以至於去計算（*calculate*），再去做測量（*measure*）。呂格爾強調這種順序不能顛倒過來，因為愈是對時間測量，就愈是進入對於時間做抽象的行為。這個不可逆的過程表示對事物的操煩決定了時間的意義。而在這個過程中我們之所以在公共時間內，因為我們已開始使用公共性語言的表述，如動詞時態、時間副詞，以及諸如天與季節等自然環境所賦予的量度單位（Ricoeur, 1984）。

但由於操煩不能離開牽掛為前提，故當使用如「現在如何…」（*now that...*），或「現在是做某某的時間。」（*It is time to do something.*），「現在」之作為「當前

化」的意義就不能脫離「期待 (awaiting)」與「保留 (retaining)」所表示之與操煩活動相關的未來與過去的時間性。反之，若「現在」被孤立出來，它就成為時間的「抽象環節 (abstract moment)」、「時間的線性表象 (linear representation of time)」，以及「諸現在的簡單連續 (a simple succession of nows)」 (Ricoeur, 1984: 63)。從而原本在日常生活 (everyday; Alltag) 中操煩所決定的時間意義轉為流俗的 (ordinary; vulgäre) 時間。⁹這在《敘事與時間》第三卷有較多討論，被刻劃為「點狀的諸現在系列 (the sequence [Folge] of these point-like "nows" [Jetztfolge])」，並被宣告為「普全的 (universal)」時間 (Ricoeur, 1988a: 86-87)，但它不再涉及世界內的操煩對象。

上述有三種時間性：最原始形式與最本真經驗的時間、時間內狀態、流俗的時間。第一與第三種被稱為主觀與客觀時間，「時間內狀態」是它們的綜合。敘說者本身的操煩性源於牽掛，牽掛可揭示本真的時間與本真的存有意義，從這點來看，敘事有主觀的時間一面，阿保特的敘事言說比較傾向這一面；所操煩的對象在世界中，它們已為公共時間所規定與表述，而公共時間對海德格又先於抽象後流俗的客觀性時間。敘事時間是公共時間，公共時間與操煩的內容不分，它不是線性的。抽象的客觀時間與操煩的內容脫離，它的前後順序成為故事時間的依據。

惟海德格並未將呂格爾重視的「時間內狀態」連接到敘事的議題；甚至敘事對於海德格根本不佔有地位，他更重視的是存有道說所顯示的靜寂之聲，以及人的靜默，從而再開展出詩性語言、人的道說，再來是其他的語言表述。敘事時間的理論還要歸功於一位哲學家，這是曾給予呂格爾啟示的漢娜鄂蘭，下面我們要對此做說明。

三、呂格爾詮釋鄂蘭論敘事時間性

先就鄂蘭的文本來談：她在《人的境況》(The Human Condition) (Arendt, 1958) 裡，對於人類在地球上的必要生活行為—勞動 (labor)、製造 (work) 到行動 (action) 一刻劃的要旨是對於公共空間開創的原因與方式提出闡釋。前二者從隨著自然新陳代謝的族群式生活進入到因製造了與他人分享及可保留的工具而開創了世

⁹ 在英文翻譯中，似未對於日常生活和流俗做顯著的區別，因為當呂格爾將操煩事物的經驗比之於日常生活的語言哲學所處理的經驗，而強調海德格也要以這種存於日常生活的語言倉庫來表述時間意義時，英文以 "ordinary-language" 來表示 (Ricoeur, 1984: 62)，德文則譯以 "Alltagssprache" (Ricoeur, 1988: 101)。對流俗的時間概念英文仍譯以 ordinary concept of time，而德文本為 der vulgäre Zeitbegriff。

界，但要保持常治久安，需要維護世界持存的意義（meaning），這要從公共空間的開創來取得，行動因此扮演著重要角色。行動者不只是做為者（actor/doer），也是承受者（sufferer），行動需要言說去表述與溝通，否則沒有言說的行動可能又回到勞動、製造，甚至成為暴力。鄂蘭像其他強調人之生命性的哲學家一樣去問「我是誰」，但以為這問題要從他人得到答案，透過我在他人面前的行動以及敘述我的行動之言語；而當我在不同的角度、不同的舞台呈現給他人而保持同一性時，我才是實在的（real）。人要獲得生活的意義，就要彼此呈現並互相表述，如此每個人才能以主角的身份擁有自己的人生故事。更仔細言，個人的言說並不直接等於故事，行動與言說是無形地（intangibly），故事則是有形地（tangibly）在揭露自己，尤其揭露別人是誰。揭露要在世界中，以至於讓「我是誰」成為實在的；揭露出來的要經由具象化（reification）的過程，成為產品，甚至成為死的文字，才能讓實在的「誰」更為流傳於世。從無形的言行轉為有形的故事，其箇中深義是在反映兩種公共空間：無形的與有形的，前者是每個人的言行所構成的網絡，它是造就社群成為不朽與實在的基礎，後者如城牆與法律構成的城邦，讓無形與脆弱的公共空間得到維持與保固；無形的公共空間更需要另一種保存的方式，這就是故事，因為故事更能將前人的事蹟流傳給城邦以外與以後的人。

呂格爾在1983年對於鄂蘭《人的境況》再做解讀（Ricoeur, 1983），時值《敘事與時間》第一卷法文版問世。針對我們前面已述及的幾個生活行為關連到的時間性，呂格爾表示，當人從無死性的自然循環，進入到持續性的世界層面，過著有生有死的生活，充滿可被說成故事與建立傳記的事件。他續指出：行動固然超越了生命的徒勞無益（futility）、人為世界的持續性，但卻對人事間的脆弱性（frailty）不可避免。¹⁰這在個人行動因受制於複多性（plurality）的人，依賴於人際關係的網絡，往往造成不與自己的預期吻合的結果。而在每個人不只是做為者，也是承受者之身份下，致使每個人固然是故事的主角，但並不是故事的作者。歷史不為某個人所創造，因為每個人在行動後才能被說出，甚至在他生命結束後才能被他人說出其故事。希臘城邦的建立以及當代國家的建立是針對人的脆弱性，有如製造產品的持續性是針對自然中勞動產品的脆弱易毀壞一樣，政治因而表示人對於自我不朽性的最終嘗試，而敘事在這裡

¹⁰ 「徒勞無益性」在《人的境況》有多次出現（Arendt, 1958: 73, 121），它不只包括勞動生命的無恆久性，也包括行動與言說的無恆久性，呂格爾這裡針對勞動生命的無恆久性而言，而將言語與行動的徒勞無益性歸於脆弱性。

扮演著更重要的角色。

作為三種行為生活的時間性：毀壞性（decay）、持續性（durability）與不朽性（immortality）是呂格爾對《人的境況》再解讀的重點。不朽性得自無形與有形的公共空間，這是呂格爾所稱的「痕跡」，其所具的時間性呼應海德格的「時間內狀態」，它表示人操煩於世界周遭之物，與公共時間的連結，而介於主觀與客觀的時間之間。

鑒於此，作為客觀與主觀時間綜合的敘事時間就有另一種理解：客觀的時間是宇宙的（cosmic）或普全的（universal）時間，主觀的時間則是現象學的（phenomenological）或存活的（lived）時間¹¹（Ricoeur, 1988a）。而作為主觀與客觀時間的中介是真正歷史的時間（properly historical time），這個歷史時間不是歷史學家的編年史時間，而是透過個人能掌握到的具體有形的時間對象，將客觀與宏觀的宇宙時間和人類存活的主觀時間結合在一起。這包括「曆法（calendar）」的天文時間將節氣確定在日期上，「世代接續（succession of generation）」的生物時間連接著個體與集體，「文獻（archives）」與「檔案（documents）」的物理時間作為不在場的過去所遺留下之在場的「痕跡（traces）」（Ricoeur, 1988a: 99）。這三種歷史形態是由敘事所構成的，它們也揭示出敘事的時間。

這三種時間對象讓我們同時能連結到存活的與宇宙的時間對象。而我們之所以強調它們傳承自鄂蘭所說的有形的公共空間，因其背後有著人類行為生活的課題。鄂蘭重視故事或歷史有著她具體的目的，由此來看的敘事時間也是和海德格所說的操煩的周遭世界對象連接上。呂格爾在這裡更明顯地將敘事時間關連到底下要討論的敘事的意義了。

參、敘事的意義

一、痛苦的來源與敘事療癒的根據

我們依據鄂蘭與呂格爾的說法，以為說故事或敘事是在建立有形的公共空間，而致使人類世界成為不朽，這樣的說法實有著深刻的涵義。因若我們能進一步瞭解，就

¹¹ 現象學的在這裡與存活的與主觀的等同視之，應是對於現象學一詞作嚴格的瞭解，若我們對於宇宙的或客觀的也去問現象學如何可能，就有現象學去構成客觀的問題，此時的現象學一詞就是具比較寬鬆的意義。

更能明白敘事本身的意義在於：消極地讓自己能脫離痛苦與傷害，積極地讓自己能自我滿足與自我保存於世；簡言之，自我敘事就在療癒自己因自我滿足的匱乏所導致的痛苦，而這個痛苦記憶在創傷時更被掩藏起來。惟這裡的「自我」一詞包括個體與群體。這種深入的意義來自海德格的思想。

海德格早期對於歷史的論述可給予敘事的目的有個明確的指示。首先，海德格從狄爾泰（William Dilthey）瞭解到生命始終在詮釋自己，並由於生命本身是歷史的，故歷史就是生命本身的詮釋（Imdahl, 1994）。其次，海德格以為生命本身有個根本的動機，在於傾向於要求自我滿足，故我的歷史之所以具有存在性的意義，因為我一直處於要求自我滿足的自我詮釋的路途中。另外，在這早先的弗萊堡時期，海德格認為自我世界和周遭世界與他者世界糾纏在一起，它們一起構成了以歷史性來刻劃的生命處境（Heidegger, 1993）。

如前所述，呂格爾在《時間與敘事》將敘事視為兩種極端詮釋歷史的一個中介，故真正的歷史既非編年史的，也不是非時間的，它借助敘事被活化起來，以致具有人的存在性意義，故敘事是這種真正歷史的基礎。從海德格的觀點來看，敘事之所以活化出歷史的存在性意義，因為敘事可根本構成生命的自我詮釋，致力於生命對於自我滿足的要求。

就呂格爾自己的生命歷史來看，他的歷史和家庭、朋友、社群、同時代的人的歷史糾纏在一起，他自己生命的自我滿足要求，也和家庭、朋友、社群，同時代的人生命的自我滿足要求糾纏在一起。所以當他自己遭受到第二次世界大戰帶來的痛苦與創傷，這就不只是基於自我滿足的匱乏，更是基於自我保存（self-preservation; Selbsterhaltung）的基本要求也受到危害¹²。若敘事對他個人而言可以減緩甚至解除痛苦，乃因為敘事致力於自我滿足與自我保存，可助他重建安詳與和諧的人生，那麼他關切的更是敘事可以減緩他的家庭、朋友、社群與同時代的人的苦難，讓世界重新返回安詳與和諧。

¹² 在這裡要強調，自我滿足與自我保存皆不只是在生物學、心理學的層次，更有在精神的層次，涉及譬如道德、自由、尊嚴、思想、意識形態、神聖性等方面之對於自我滿足與自我保存的要求。故自我滿足與自我保存就不表示一如一審查人所提問的一人的存在僅是所謂的「存活」（survival）而已。又鑒於海德格自早即注意到自我與他我及周遭世界糾纏在一起，他在《存有與時間》已強調「共同此有」（Mit-Dasein）優先於「此有」（Dasein），這存活若放在與他者、周遭世界甚至全人類來看，當又有另外的解釋空間。更何況其弟子鄂蘭將其基礎存有論發展為政治存有論，以追求人類社群的不朽性為其思想的要旨，這也深具廣義的自我滿足與自我保存的意涵。

這是將呂格爾的敘事作為真正歷史的構成因素，回溯到海德格將歷史歸屬於與他人已經共處，且始終要求自我滿足甚至自我保存的生命去。鄂蘭之生命處境也與呂格爾雷同，對她而言敘事的積極意義是能致力於人類世界的不朽性。雖然她引述Isak Dinesen的話：「所有悲傷都可以忍受，如果你把它們放在故事裡，或是訴說一個關於它們的故事。」（All sorrows can be borne if you put them into a story or tell a story about them.）（Arendt, 1958: 175）呈現出敘事的消極作用，然而消極性是通往積極性的前提，而上述的海德格論點更是這個往這不朽性去邁進的思想根源。

由於人的痛苦與傷害根本是在自我滿足上感到匱乏，進而自我保存受到戕害所致。鄂蘭強調人的行動生活中充滿許多困境，其中之一是過去已發生事情的不「可逆性（irreversibility）」（Arendt, 1958: 236）。過去已發生的不能自我滿足狀態或許能激發人們往前追求的動力，但過去已發生的自我保存受到戕害往往因不可逆性而導致痛苦與傷害，進而可能導致創傷。我們知道人與人之間的衝突經常妨礙甚至破壞人的自我滿足與自我保存，故加害者與受害者的角色在人際互動的社會舞台上經常出現。不論自己成為受害者或使別人成為受害者，自己或他人皆可能陷入痛苦中。鄂蘭所提的這種不可逆的困境，可突顯敘事有著消極與積極的作用，並可扮演著致力於人類世界不朽性的角色，但如何可以為之呢？

針對這種困境，鄂蘭固然提出受害者要以寬恕取代報復的行動，但事實上她的寬恕行動是有條件的，即在加害的一方改變心意（change the mind），特別在他表示悔改之下，受害的另一方才能「釋放（release）」出痛苦的心靈（Arendt, 1958: 240）。她曾直接強調基督宗教的愛不能成為寬恕的基礎，唯有亞里斯多德提出的「政治之愛／公民情誼（*philia politiké*）」（Arendt, 1958: 243）或尊重的德行才能讓人們互相從其所做當中釋放出來。但敘事卻可賦予單方的力量，讓受害者本身有釋放心靈的可能，鄂蘭將此歸功於亞里斯多德對於戲劇的詮釋。她深知亞里斯多德在《詩學》裡談論戲劇（drama）中的模擬，是對於行動（drama源於表示 "to act" 的 "dran"）與「情節（plot）」的模擬；戲劇是行動者與言說者一起將故事的情節再現（represent）與「啟動（re-act）」（Arendt, 1958: 187），但是再現並不是停留於或重覆著既定的事實，所再現的故事卻像是第一次在自己身上發生一樣，故再現是讓自己的未來呈現出開放的可能性，如此才能將故事的意義較完整地傳遞開來。《詩學》所賦予敘事深具開放心靈的功能後來被呂格爾發揮得更多。

鄂蘭在《人的境況》「行動」章作為開場白引述了上面已指出的Isak Dinesen的話語。敘事的確是她論人之行動的主軸，甚至是《人的境況》全書要傳達出來的最重

要訊息，因為它是個人以及一個社群，難免必須經常將悲傷的心靈釋放出來，以致才有能力綿延不絕於世之重要方式。這個理念也被呂格爾發揮與論述得更為詳盡。他在2001與2003年先後接受柯爾尼（Richard Kearney）的訪談中（Kearney, 2004）又提出這段引述，源於去回答這個問題：「敘事既可賦予人們認同與結合的意義，那麼它是否具有一種積極的療癒能力？」本文題目的敘事療療的理論探討部分在此得到直接的連結。

呂格爾在這訪談中承續《時間與敘事》所論亞里斯多德給予的啟發，指出源自亞里斯多德《詩學》的敘事理論在將敘事與行動相連，而且是有關情節化（mythos）、模擬（mimesis）或淨化（catharsis）的事。呂格爾以為生命本身在尋找敘事，「因為它戮力於發現一種樣式（pattern），去向混亂與迷惘的經驗挑戰（Kearney, 2004: 362）。」

除了《詩學》的啟示以外，呂格爾也從佛洛伊德（Sigmund Freud）的兩篇文章：〈悼念與憂鬱〉（Mourning and Melancholia）、〈回憶、重覆與克服〉（Recollection, Repetition, and Working Through）取得敘事療癒心靈的理論資源。這在於敘事構成了悼念（mourning）的核心元素，並且悼念可對原先有所匱乏的抱怨（complaints; Klagen）作了填補，讓本來不可挽回的事成為可接受的。呂格爾指出，當我們失去了所愛，當情慾（libido）被強制放棄與所愛相連結，這個考驗可在悼念的工作（work of mourning）中產生轉換。換言之，情慾轉為服從於現實的秩序，而建立這個秩序出來的就是悼念的工作。悼念對於原先的悲傷（sorrow）情境做了反應或啟動（react），這需要對悲傷的記憶而非遺忘，且回憶（memory）更要轉為敘事，以至於病人「將遺忘的事實再造出來的不是以記憶（remembering），而是以行動（action）的形式（Kearney, 2004: 363-364）。」我們在至親好友的去世後，常因原本生活與之繫絆而頓時不知所措，在追悼或追思會裡我們追憶講述著他們的故事，情緒得到撫平，得以漸回復正常的生活，這就是顯明的例子。

二、尊重、寬恕與愛作為敘事整合的條件

我們在討論敘事的意義時，已關連到亞里斯多德對於悲傷的淨化，佛洛伊德將悲傷轉為悼念的感情因素。當呂格爾從海德格的「時間內狀態」找尋敘事時間的資源，連接到牽掛的意涵，也顯示他對於感情因素的關注。我們在前言裡指出，對於創傷療癒寬恕或愛固然有所助益，但敘事是在人們不能寬恕與愛時，可穿越創傷對於痛苦的演示，讓受苦的心靈釋放出來，這也是鄂蘭與呂格爾重視敘事的原因。但在他們或隱

或顯強調敘事的整合時，其中仍需要的是尊重的德性或是愛，這是我們在談敘事療癒的理論時要特別加持的部分。

前面說過，寬恕對於鄂蘭來說是有條件的，這要加害人與受害人彼此釋放心靈，這毋寧建立在公民情誼或尊重的德性上，而非基督宗教的愛。這具體反映在鄂蘭所說的：「人們只有不斷地互相從其所做的當中釋放出來，才能保持自由的行動者身分，只有不斷地願意去改變其心意而再重新開始，才能信守這開啟新事物的偉大力量（Arendt, 1958: 240）。」鑒於此，在他人未向自己悔改之前，我的受害創痛經驗如何可經寬恕得到釋放？這就求之於敘事了。

但敘事是否也只是單方或片面的事？鄂蘭多次強調我們活在「人的關係網絡（"web" of human relationship）」中（Arendt, 1958: 183），故我們的故事是彼此交織著。呂格爾對此更詮釋了敘事本身也是而且應該是彼此纏繞在一起，故必須將各個敘事做一整合。

在柯爾尼主編的《保羅 呂格爾：行動的詮釋學》內有篇呂格爾的文章〈對於歐洲新倫理的反思〉（Ricoeur, 1996）對於敘事的整合提供了我們進一步的思索。他在其中主張新倫理的三個模式：翻譯（translation）、記憶的交換（exchange of memories）與寬恕（forgiveness），它們實都和敘事的整合有關，但我們特別只就第二與第三來談。

首先，記憶的交換是對於敘事做進一步的理解，這有兩個方面：第一、所敘事的不是一成不變之固定的結構，它是可變與可修正的，故對於同樣的事件可有不同的敘事；第二、個別自我的與我們的故事和他人的故事交織或連結在一起，因而我們要對於他人的故事負責。在做生命敘事時要關注他人，這要訴諸於一種想像力與同情心。對照於翻譯為「語言的好客之道（linguistic hospitality）」，即樂於將自己言語所指涉的意義與不同母語的他人分享；呂格爾稱記憶的交換是「敘事的好客之道（narrative hospitality）」，這具體表現在樂於對於其他族群文化—特別是對於少數民族文化與宗教創建事件（founding events）的紀念活動（commemoration）—象徵地（symbolically）與尊重地（respectfully）分享方面。

反之，若我們固持於自己的過去，將造成對於自己敘事的封閉，故呂格爾強調記憶的交換是從過去解放出未被完成的未來（unfulfilled future），因而傳統（tradition）始終不能離開創新（innovation）。我們要這樣對待歷史社群的事件，是為了釋放（release）出歷史曾帶給我們，但又違逆了我們之期待所造成的負擔。

呂格爾主張交換記憶的敘事可比之於鄂蘭強調的：人們要彼此從其所做的當中釋放出來。故在這裡對他人敘事的尊重之情就扮演了重要的角色。經由彼此記憶的交換，個別的敘事向更廣大的敘事去包容與開放，以至於我不再固執於個人所瞭解的過去，對於過去瞭解的擴大，就助於對原先所投射的未來去修正，對於過去帶來的痛苦感受也可能釋放開來。

但對於受苦經歷的敘事而言，歐洲新倫理另一個模式—寬恕—更為重要，它大為助益敘事的整合。我們先要強調，寬恕對於呂格爾而言本為超出政治的範疇，且在道德規範的彼岸，因它超出了道德規範常依存的所謂「互惠性邏輯（logic of reciprocity）」。相反的，寬恕本於「贈予的邏輯（logic of gift）」或是「滿溢性邏輯（logic of superabundance）」。寬恕基於慈愛（charity）（Ricoeur, 1996），呂格爾又稱寬恕為道德生活的「詩學」，「它的『詩學』力量在於對時間之不可逆法則的瓦解，在改變過去的方式下：過去不是所有已發生事件的記錄，而是表現在現今對我們的意義之中。」（Its "poetic" power consists in shattering the law of the irreversibility of time by changing the past, not as a record of all that has happened but in terms of its meaning for us today.）（Ricoeur, 1996: 10）。故整個來說，我們見到亞理斯多德《詩學》裡討論模擬與創造的影子，見到基督宗教因愛與寬恕而將過去的罪移除的意蘊（Kierkegaard, 1962），也見到鄂蘭釋放過去、開啟未來的思想含於其中，但顯然呂格爾較鄂蘭賦予了寬恕背後更大之愛的力量。

鑒於受苦的過去，呂格爾將寬恕連接到記憶交換的敘事，它被視為對過去，從而對過去的特定敘事身份（narrative identities）修正的方式（Ricoeur, 1996）。這裡顯示了呂格爾極大的洞見。因為一般對於受苦的經歷回顧或敘事是先針對自己的受苦，然後以想像與同情去感受他人的受苦經驗。但呂格爾主張在重新檢視自己的受苦前要先想像他人的受苦，這是將敘事從以自己為主角過渡到以他人為主角，而且彼此的敘事不可分割。惟這對於呂格爾仍不足夠，他更主張要對加害的痛苦與遭受的痛苦做記憶的交換；後者是受害者的痛苦，前者顯示加害者自身亦有的痛苦。這種對於痛苦的記憶交換要求的是想像和同情之外的寬恕（Ricoeur, 1996）。

肆、對實務研究的檢驗與討論

本文前半部的敘事理論部分現在要藉用實務的研究來具體說明與檢討，在此我依序選用余德慧、余安邦、林耀盛三者的研究。首先余德慧於1998年出版的《詮釋現象

心理學》可被視為理論與實務研究的橋樑，因他在理論的闡釋之餘不時以實務的例子來說明。本文借用他的研究心得來對之前理論部分做些補充，也因為論述更為具體，故可作為對實務研究檢視的準備。接著余德慧與余安邦的幾個實務研究將簡要地做為檢驗一些理論的素材¹³。之後林耀盛對九二一事件創傷的敘事研究案例，將取來在對應前面的重要議題下更做仔細地討論。

一、余德慧所強調詮釋心理學的路數

余德慧是以海德格晚期的語言哲學為本，過渡到高達美與呂格爾，來闡釋和傳統的個體心理學不同的詮釋心理學，而這根本的差異在於後者不是根據對個體肉身的知覺，卻是在形成一種「中介」去開展心理學。和我們前面的討論直接有關的是，余德慧說：「在中介的理解裡其實是把肉體的心理人去除了。所以，心理學不能只在研究眼前的、此時此刻的心理人，而是把心理人轉為敘說者（narrator）（余德慧，1998：184）。」對他而言，中介是意義的世界。余德慧沒有明確地說出：海德格處理的存有透過中介而顯示在我們所遭逢的存有者；他亦沒有著眼於在海德格那裡以時間作為存有意義（meaning; Sinn），從而以時間作為中介的問題。對海德格而言，意義其實是某個較具象的東西來顯示某個較抽象的東西，時間較存有為具體，故時間是存有的意義。對呂格爾而言，敘說更能具體地顯示出時間，故敘事實為時間、且間接為存有的意義，敘事因此也成了中介。

抽象的存有以具體的意義來表示，主要是對人來顯示，人藉著對存有表述（articulation）來領會與把握存有（Heidegger, 1979）。海德格的名言：「語言是存有之家。」（Heidegger, 1981: 5）實表示存有以可被人領會的語言為棲所；呂格爾之重視敘事，即是對這句話的進一步發揮。對於敘事的時間性余德慧也有所討論，他指出呂格爾同時重視具「歷時性的（diachronic）」「言說（Parole）」，以及具「同時性的（synchronic）」「語言（Language）」（余德慧，1998：160）；他以為過去的心理學忽略了在歷時性中獲得資料的心理活動，只對於已獲得的具結構系統的同時性資料做研究；歷時性的言說本身有感情與動機，它可展現生命的行動力，詮釋心理學的特色即是「（…）以生命世界的觀點來看篇章如何發生。論述本身是一種行動，並且深具力量。」（164頁）這是前述主觀的時間一面。同時性可以說是客觀時間的一種，而這個客觀時間是屬於觀念性的、非時間的。此外，余德慧強調歷時性與同時性

¹³ 若欲詳細瞭解他們的實務研究，請參照汪文聖（2001）。現象學方法與理論之反思——一個質性方法之介紹。在應用心理研究，12，49-76。

的辯證，可比於我們之前所說呂格爾將主觀與客觀時間綜合在一起，以形成敘事時間，更近於我們所提呂格爾對於編年史與非時間性兩種歷史詮釋建立中介，訴諸於活化歷史存在意涵的敘事，以建立真正的歷史。

海德格晚期主張語言本不出自作為主體的人，而是存有在說話；話語出現前的沉默與其說是人的靜默不語，不如說是存有在原初狀態的道說（*saying; Sage*），它是無聲無息的。海德格以為詩人傾聽出存有的道說，並以詩來回應，詩性語言開啟了人的語言，進一步轉化為人的一般語言。故整個來說，語言成了詩人引導著一般人去領會存有的方式（Heidegger, 1990）。這些在余德慧那裡也有類似的說法（余德慧，1998）。將存有意義顯示出來的語言被余德慧視為中介，它實連結著存有與作為存有的者的人，也就是「此有」。當發展到敘事作為中介，雖敘事的主體性被凸顯了，但敘事主體彼此交織在生活網絡中，其背後似根本上有個存有道說在引領，更何況敘事從亞里斯多德《詩學》擷取了意義。之前的這些說明在在顯示敘事具有詩性語言的特色，故敘說根本上也出自於存有。

余德慧區別了詮釋現象心理學與以個體為主的心理學—所謂黏附在肉體上之「密縫的心理學」，並以為前者從敘說開始建立心理學。根據我們進一步的說明，敘說根本是讓存有顯示給此有的方式，而存有常體現在文化中，這是余德慧強調之「文化的存有」（22頁），余德慧並就高達美之重視語言與陶冶作為中介，指出所有心理學其實都是文化的心理學。由之敘事所建立的詮釋現象心理學表現為一種文化心理學。海德格晚期的思想雖以「大地的存有」（22頁）出發，但這本為寂靜的存有開始以語言來顯示給人，就轉為「文化的存有」，故海德格實賦予了文化心理學的理論基礎。敘事內容具有文化的背景，是余德慧強調詮釋心理現象學的第一個路數。

至於余德慧對於作為中介的敘事如何形成的說明，則成為他強調詮釋心理學的第二個路數。他以為，建立在肉身的知覺，而且人與人互動密切的心理學，要被人沒有互動而和他人或與其相關的某事件產生間距化（*distanciation*）（186頁）所取代，這也形成敘說者的出現。換言之，唯人在離開現場的肉身處境，給了自己一個距離，進入到中介的世界，才可作為敘說者，且可發展出詮釋心理學。

我們從幾個余德慧等有關本土心理的實務研究看到這第一個路數。余德慧（1998a）的〈生活受苦經驗的心理病理—本土文化的探索〉將疾病世界放在文化之中介世界裡來看，就中國文化傳統來看，在病理的消病、護生與解厄多重世界中，癲狂被視為「失神」，消病視為回到神識清明，五行理論所調的中藥系統被當作消病的手段等等，就透過敘說呈現出來。余德慧和彭榮邦（1999）的〈巫現象的考察：以巫

行事的社會情懷〉所討論的巫現象雖是中西皆有，但屬於台灣民間的牽亡儀式可被理解為「一種文化的設置，為失落者的惦念世界給出了一個安置的場域」。余安邦與薛麗仙（1999）的〈關係、家與成就：親人死亡的情蘊現象之詮釋〉也是鑒於華人世界家庭的緊密關係，對於一位失親者心路歷程的記錄，顯示了他開始時自責過去未與死者建立好的關係，到自己悲痛之感情的淨化，最後顯露與死者的互屬性，並想在自己身上實現死者未完成的心願…等等。

第二個路數在〈生活受苦經驗的心理病理—本土文化的探索〉一文中如余德慧所說：敘說之形成有兩種途徑，病者「由過去的位置回頭指認病者的位置，回溯是藉著位置的差異而成立」，或「置身在過去與現在位置的裂隙之間說話（余德慧，1998a: 102-103）。」在〈巫現象的考察〉論文中，形成惦念世界的敘說是以敘說者本人之位置差異或裂隙為前提，過程為惦念者以身體記憶來應答的無言世界、惦念者夜夢的應答世界、惦念者撐開了一個論述空間。〈關係、家與成就〉有關敘說的形成，則為余安邦如此說明：「人寓居於世，使得人在『理所當然』的世界活著；然而，生活世界的『當然性』其實是隱藏了存在的本質；唯有在生活破裂之處（如關係的破裂，原來依恃而活的關係不再能依恃了），存在的本質才會顯露出來（余安邦、薛麗仙，1999）。」

若以敘事治療的創始人麥克懷特與大衛艾普斯頓帶給實務研究學圈的概念來表示，間距化應該就是在形成問題的外化，或如他們所強調的要把個案本身和他的問題分開、自我認同和問題分開（廖世德譯，2018/1990；黃素菲，2019），所謂「人與關係都不是問題，問題本身才是問題，人與問題的關係也才是問題。」（廖世德譯，2018/1990：83-84）在將個案從自己切身的病態視角外化出來之下，蘿拉蓓蕊思（Laura Béres）與吉姆度法（Jim Duvall）進一步開展了敘事治療三幕劇：（1）治療師要去中心化，以創造出交談的真誠透明的對話空間；（2）當治療對話幫助個案從記憶的事實建構出意義後，試著移動到替代故事的情節，以獲得對話的獨特結果；（3）將個案置於一個團體中彼此分享與見證，讓個案多元地展開生命故事（黃素菲譯，2016/2011）。間距化與問題外化皆需要反思，但這被稱為一種反身性反思（reflexivity），異於我們以一種先有的理論對於實務所做的反思（reflection），而是從實務中對自己的行動與過程去反思，對於自己經驗的環境脈絡去反思，包括從別人對自己的觀察做的反思。這是「由下而上」以建立理論的反思（黃素菲譯，2016/2011），猶如康德哲學裡對立於「規定判斷」的「反思判斷」（Kant, 1974）。

詮釋心理學凸顯了敘事的重要，敘事可反映個案的文化背景，敘事要從間距化或問題的外化而形成，這是讓敘事成為中介的形成。中介是主觀與客觀時間的中介，前面的理論部分所探討的敘事時間與意義是這個中介。中介的形成是對於掩飾痛苦記憶之創傷的穿越方式，敘事具有文化背景的強調在提醒我們敘事的理論不宜只參照西方世界的思想。下面我們以林耀盛的一項實務研究更詳盡地來呼應與檢驗至此所說的理論部分。

二、以林耀盛案例研究來檢驗理論

林耀盛的研究成果〈言銓不落的受創經驗：震災創傷與悲悼療癒〉（林耀盛，2009）是對於一位在「九二一」喪失二兒子的母親，歷經十餘年從創傷無法訴說，到其間開始述說其受苦經驗的研究。原來這位母親對二兒子的罹難歸咎於大兒子當時對他的不疼愛，讓其當晚獨睡於樓下以致不能逃出，故長期以來始終處於對大兒子難以諒解，對二兒子濃烈思念，但對自己也心覺愧疚的幾股心力拉扯之中。文中出現了四次訪談，首先在「九二一」後第三、四年進行的訪談顯示出，在經過地震事故後，母親和大兒子長年雖在同個屋簷下，但卻甚少見面，經常沒有交談。在談話中母親多次強調她一直忍住對大兒子的責怪；即使彼此間表面的和諧關係曾一度因內心衝突外顯而維持不住，但母親還是忍住了當面去歸咎大兒子。母子間這種冷淡的互動關係也擴及對大兒子結婚態度的疏離以及婆媳之間的誤解，這顯示在另一次訪談中。至於母親自覺愧疚則出現在她有一次對於地震情景的回顧，敘述自己在死裡逃生中，雖目睹、親聞兒子在哭喊救命，但卻因無法搶救致使他氣絕而亡，她也曾多次從這情景的夢境中驚醒過來。但研究結果又顯示，在十餘年後這位母親已歸為平靜的正常生活，因為自己當了奶奶，心理位移到對於後代子孫的關照上。

首先本文的出發點是提供敘事的條件，讓失去敘事能力的心理受創者能展開敘事，從而能獲得療癒。林耀盛在論文開始提到創傷個案在初期顯現出「無法統合性」、「瘖啞無語性」的狀態。他以為「受創的無止盡反覆意念或影像，其實是一種麻木無語的狀態，只能積極傾聽，而非太快地介入悲悼諮商策略，否則將遠離創傷經驗的脈絡」（3頁）。但從瘖啞進入開始敘事階段是如何發生的呢？這即是問敘事如何穿越掩飾痛苦記憶的創傷？若研究顯示個案在初期受到幾股拉扯的心力，因無法做心智的統合以致瘖啞，那麼後來得以敘事是因為這個初期尚糾結在一起的拉扯力整體地對於個案的衝擊力漸趨於緩和。這曾以震驚或驚嚇突襲的整體力道讓個案不能騰出一絲時空距離，對於過去發生的事情去回憶，反而更逼迫著個案對之有意地去失憶。

故敘事之穿越創傷首先需要開啟對於過去發生事件的記憶。

唯有在個案對於發生現場產生了間距化才開始了記憶以及敘事，這或許基於療癒者的去中心化而開啟了與個案真誠的對話空間，基於個案接著做一種反身性反思，將人的問題外化出來。有間距化才能回首去記憶，敘事的記憶才能產生行動力。

作為中介的敘事以敘事的時間與意義來連結存有與存有者，但在前敘事的階段，個案的時間是否也可以藉一種時間性來表示，而它可屬於海德格那裡的主觀時間？個案原先較糾結於過去的情境中，糾結於情境的狀態即如海德格分析「此有」最初在整個世界裡的現身情態（state of mind; Befindlichkeit）。海德格對於「此有」的牽掛分析給出三種時間環節：被拋、沉淪、投企（entwerfen）（Heidegger, 1979），而這三個環節的關係視個別的事況情境而有所不同。上述母親的個案被過去的事件拋擲成現在的狀態，現在沉淪在過去的情境中，向未來開放的可能性停滯不前。呂格爾也指出了在《存有與時間》本真經驗的原始時間形式是「到來、曾在與當前化的辯證關係」，以未來為時間起源而到來的時間與意義，可賦予曾在的過去與當前化的現在本真的意義。若未來可能性被封閉，如何有本真的過去與現在？未來與過去跟著沉淪於現在，以至於間距化無法形成，這是個案敘事前的主觀時間性。

在非本真的，但漸離開此原初情境的「此有」開始對世界中的事物去操煩，就開始關聯到客觀的時間。客觀時間與主觀時間的綜合是「時間內狀態」，可形成敘事時間；但這個主觀時間已非單單的敘事前時間，因個案從原本三個時間環節整個沉淪於現在，開始從未來可能性中取得意義，從而鬆動了三個環節的緊密性，才形成間距化。海德格對於本真時間與其存有意義的揭示，或許是個案心靈療癒最終的依據或歸趨：海德格早期以為人對自己生命的詮釋在要求自我滿足，《存有與時間》的此有分析基本上仍循著這個路線；當敘事以「時間內狀態」作為敘事時間開始進行，存有藉著這個中介逐漸顯示給人，敘事者在敘事時間中往要求自我滿足的自我詮釋邁進。

個案在敘事前主觀時間所在的世界被余德慧視為「生命的背景」（余德慧，2003：206）、一個病「者」（the who）的原生位置、原初的「生命視框」（余德慧、呂俐安，1994），被李維倫視為心理學研究的交談分析前說者與聽者「共享的所在（shared situatedness）」（李維倫，2004：171），在林耀盛的研究裡是一位受創者麻木無語的狀態。基本上在這個無語狀態，治療者如何造成敘事者間距化，就在於治療者對自我位置的去中心、將個案的問題外在化等等。在這個過程中，敘事者掙脫出原初的糾結，試圖從不滿足或不和諧中尋找出滿足或和諧之出口，牽掛之情從沉淪於現在往未來的可能性解放，因而開啟了個案去回憶依照阿保特所說的內在秩序進行

的故事，另外言說故事的外在秩序則取決於敘事者的詮釋方式。因為敘事根本上是對於個案以牽掛為存在的本質，試圖向本真性的此有去歸趨的一種體現，所以我們看到個案的敘事將發生的事件與自己的詮釋交織在一起，但仍徘徊在往本真性歸趨之路途

中。

其實，即使母親因間距化，對於研究者逐漸敞開了敘事的心懷，但對於大兒子仍無法交談，這實仍顯示個案另一面瘖啞的狀態。這是因為母親始終將二兒子的罹難歸咎於大兒子，但不忍直說出來，進而讓表面的和諧以瘖啞為代價？此時寬恕是否應扮演著重要的角色？而就寬恕而言，是在大兒子悔改和母親釋放心靈之下的有條件寬恕，因而彼此尊重的德行相形需要？或是在母親基於母愛，如同基督教的大愛之下的無條件寬恕？然而，母親與大兒子似乎企圖掩藏，有意去忘卻歸咎的情事，更遑論去觸碰寬恕的問題。事實上，母親一再不忍責怪大兒子，並曾口述：「那我這句話我是忍在心裡，我也不敢講，我也是怕他說：媽媽在怨嘆我。我就不敢講。」（林耀盛，2009：6）在此母親慈愛之心已溢於言表，所以兩人實處於彼此進一步就能開誠布公，表示出歉意與寬恕的臨界點邊緣。

以鄂蘭之見，因寬恕是有條件的，以至於自己無法主動藉由寬恕以釋放心靈得到療癒，故就求之於敘事所具較主動的自我釋放能力。鑒於此，這位母親似乎可在敘事中讓自己心靈獲些療癒。但研究顯示，她實際因為心理位移到對於子孫的關照而致生活平靜。當然敘事畢竟是人致力於自我滿足其中的一個方式，但就敘事而言，因個案生活在與他人的關係網絡中，故實應與他人建立交換記憶的敘事關係，才更能達到敘事的效果。就此案例而言，大兒子本身以及媳婦亦應透過訪談講述故事，他們和母親的彼此交換記憶也應是研究者的諮商策略。我們看到林耀盛亦「試圖使這位母親可以逐漸和大兒子（及媳婦）相處」，但憑藉著一個「倫理本質（即無法分享、溝通的受苦性），也就是經由相互見證個案的苦痛」（7頁）。其實從受苦的倫理本質中可激發出愛或尊重的德性出來，因而受苦反而是轉化出心靈積極面的臨界點，可促成彼此的開誠布公，繼而交換記憶的敘事，以收彼此心靈療癒之效。但此研究指出了諮商的實際過程中未出現母親和兒子與媳婦間的倫理關係，故他們並未跨過此臨界點。這顯示受苦而轉向正面之臨界時機雖可營造出來，但在實踐上的確有其困難。

最後值得重視的是，林耀盛反省了華人文化受苦與對其超越的特殊性，這和對於發生事件敘述而做詮釋的意義有關，也可突顯呂格爾所瞭解的敘事意義對於華人文化的適切性問題。呂格爾循著西方亞里斯多德以降的傳統，從個人挑戰命運的英雄悲劇中得到敘事對於心靈療癒的啟示。華人則常因親友關係的斷裂而受苦，而往往也在與

新的親友締結關係下對之能超克；個案心理位移到對於子孫的關照而致生活平靜就是一例。如果從戲劇來反映敘事來看，那麼唐君毅的中西戲劇比較（唐君毅，1974）亦可對照出中西兩方敘事意義的差別：西方以烘托某一主角的性格與理想，或對社會問題的關切來開展戲劇，中國歷史上的戲劇則不集中在個人角色，不為某個單一目的，而以描繪一整幅人間，將各個人物的性情與德行烘托出來，以開展戲劇；前者常強調個人終極於死的悲劇，雖對於觀眾起著心靈的淨化作用，後者則所烘托的整個人間雖有悲劇的衝擊，但仍以超越後所呈現出之團圓的現實世界來終結，此因中國文化不忍於「純精神世界，不得現實世界的支持」。林耀盛研究的個案不忍開誠布公往大兒子的個人心理去挑戰，而寧願維持表面的和諧，讓其他或許也是僅表面的親友關係去沖淡「九二一」帶來的創傷痛苦，這顯示華人文化社會給予敘事療癒的一個現實的問題以及答案。¹⁴余德慧對於詮釋心理學強調的第一個路數：敘事可反映個案的文化背景，也可在這裡得到驗證。

伍、結論

本文從若我們無法以愛或寬恕來療癒創傷，轉以為敘事可穿越掩飾痛苦記憶的創傷，進而能對於創傷療癒的主題出發，來討論敘事如何穿越與為何能療癒的問題。穿越要靠人從沉淪於過去事件的情境中解放出來，我們從余德慧那裡得到間距化的說法，及懷特等之問題的外化的方式，這裡即開始了敘事時間的形成。本文從奧古斯丁與亞里斯多德過渡到鄂蘭與呂格爾，去獲得敘事時間的哲學資源，這主要是回到海德格哲學，以「時間內狀態」為依據，介於以此有之牽掛為基礎的主觀時間以及抽象線性的客觀時間之間。敘事之所以能療癒創傷，在於敘事能讓痛苦產生「淨化」，或敘事如同「悼念」一般將沈溺於悲傷的情境再生出向前看的行動。更鑒於人與人間的網絡性，而有必要進一步做記憶的交換與敘事的整合，而尊重、寬恕或愛反而在這裡需要被視為條件。

余德慧基於詮釋現象心理學對於敘事的理論給予先前的理論部分一些補充，他除了提出間距化以穿透創傷的掩飾痛苦記憶之外，並提出敘事構建的是文化心理學。鑒

¹⁴ 這裡討論的虛性與實性衝突、虛性與實性和諧實和華人重視人際關係而非個人性有關，筆者以為華人寧願維持著虛性和諧，而不願造成實性衝突，因為不願從個人深處去反省與超克創傷與痛苦。這似乎是華人文化積習已久的風氣，在現今個人主義與西方文化東進的時代雖有改變，但這種習俗仍根深蒂固。

於此，敘事對於創傷療癒的原因，對於個案能療效的意義，就具有文化背景性。這兩個路數為幾個實務研究所驗證，我們更根據林耀盛對於「九二一」受創的個案研究，較仔細地讓之前討論的理論與概念能夠以例證來說明，另一方面也突顯了敘事療癒在符合了文化心理學下的華人文化特殊性。

本文不論從中西的敘事理論與實務，也指出敘事療癒源於受苦也在擺脫受苦，受苦是使當事人去衝破人有限性的臨界點，敘事是衝破此臨界點的一種方式。敘事所詮釋的意義與將它落實在療癒上，也應著眼在受苦的臨界性意義。余德慧晚期所開創的「人文臨床」就是開展出了這個意義的運動（汪文聖，2017；廖欽斌，2017）。

參考文獻

- 余安邦、薛麗仙（1999）：關係、家與成就：親人死亡的情蘊現象之詮釋。民族學研究所集刊，**85**，1-51。[Yu, A. B., & Hsueh, L. H. (1999). Guanxi, home and mutual fulfillment in the experience of a relative's death: A hermeneutic-psychological interpretation. *Bulletin of the Institute of Ethnology*, *85*, 1-51.]
- 余德慧、呂俐安（1994）：敘說資料的意義：生命視框的完成與進行。載於編者楊國樞、余安邦（主編），中國人的心理與行為：理念及方法篇（441-475頁）。臺北：桂冠圖書股份有限公司。[Yee, D. H., & Lyu, L. A. (1993). Significance of narrative data: Accomplishment and progress of the vision of life. In K. S. Yang, & A. B. Yu (Eds.), *The Mental and Behavior of Chinese: Theory and Method* (pp. 441-475). Taipei, Taiwan: Laureate.]
- 余德慧（1998）：詮釋現象心理學。臺北：會形文化事業。[Yee, D.H. (1998). *Hermeneutic phenomenological psychology*. Taipei, Taiwan: Vedas global.]
- 余德慧（1998a）：生活受苦經驗的心理病理：本土文化的探索。本土心理學研究，**10**，69-115。[Yee, D.H. (1998). Psychopathy of suffering experience: Research of local culture. *Indigenous psychological research in Chinese societies*, *10*, 69-115.]
- 余德慧、彭榮邦（1999，6月）：巫現象的考察：以巫行事的社會情懷。「述說、記憶與歷史：以『情與文化』為核心的論述學術研討會」發表之論文，臺北：中央研究院民族學研究所。[Yee, D. H., & Peng, R. B. (1999, June). *A study of the shaman phenomenon: Social care in shaman action*. Narrative, memory and history: The seminar about "Passion and culture". Taipei: Institute of ethnology, Academia Sinica.]
- 余德慧（2003）：生命史學。臺北：心靈工坊。[Yee, D.H. (2003). *Intimate history of psychological life*. Taipei, Taiwan: PsyGarden Publishing Company.]
- 李維倫（2004）：以置身所在做為心理學研究的目標現象及其相關之方法論。應用心

- 理學研究，**22**，157-200。[Lee, W. L. (2004). Situatedness as a target phenomenon for psychological research and the related methodology. *Research in Applied Psychology, 22*, 157-200]
- 汪文聖（2001）：現象學方法與理論之反思——一個質性方法之介紹。應用心理研究，**12**，49-76。[Wang, W.S. (2001). A reflection on the phenomenological method and theory: Introduction to a qualitative method. *Research in Applied Psychology, 12*, 49-76.]
- 汪文聖（2017）：詮釋現象心理學的迂迴：從塵世到神聖的中介。載於余安邦（主編），人文臨床與倫理療癒（97-110頁）。臺北：五南。[Wang, W. S. (2017). Indirection of hermeneutic phenomenological psychology: The intermediary from mundane to extraordinary. In A. B. Yu (Ed.), *Humanistic Clinical and Ethical Cures* (pp. 97-110). Taipei, Taiwan: Wunan.]
- 林耀盛（2009）：言銓不落的受創經驗：震災創傷與悲悼療癒。華心理學報，**10**（1），1-17。[Lin, Y.S. (2009). The unclaimed traumatic experience: Bereavement and psychological healing regarding earthquake disasters in Taiwan. *Journal of Psychology in Chinese Societies, 10*(1), 1-17.]
- 唐君毅（1974）：中國文化之精神價值。臺北：正中書局。[Tang, C.I. (1974). *The spiritual virtue of Chinese culture*. Taipei, Taiwan: Cheng Chung Bookstore.]
- 陳中梅譯（1996）：詩學。北京：商務印書館。[Aristotle (335BC). *Poetics*.]
- 黃素菲（2019）：敘事治療的精神與實踐。臺北：心靈工坊。[Huang, S. F. (2019). *The spirit and practice of narrative therapy*. Taipei, Taiwan: PsyGarden Publishing Company.]
- 黃素菲譯（2016）：敘事治療三幕劇。臺北：心靈工坊。[Duvall, J., & Béres, L. (2011). *Innovations in narrative therapy: Connecting practice, training, and research*. New York, NY: W. W. Norton & Company.]
- 維基百科（2019）：心理創傷。取自：<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%BF%83%E7%90%86%E5%89%B5%E5%82%B7>。[Wikipedia (2019). *Psychological Trauma*. Retrieve from <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%BF%83%E7%90%86%E5%89%B5%E5%82%B7>]
- 廖世德譯（2018）：故事·知識·權力：敘事治療的力量。臺北：心靈工坊。[White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York, NY: W. W. Norton & Company.]
- 廖欽彬（2017）：日本臨床哲學運動之初探：兼與台灣人文臨床的對話。載於余安邦（主編），在人文臨床與倫理療癒（75-93頁）。臺北：五南。[Liao, C.P. (2017).

- Preliminary of clinical philosophy practice in Japan: And the conversation with humanistic clinical in Taiwan. In A. B. Yu (Ed.), *Humanistic Clinical and Ethical Healthing* (pp. 97-110). Taipei, Taiwan: Wunan.]
- Abbott, H. P. (2008). *The Cambridge introduction to narrative*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Arendt, H. (1958). *The human condition*. Chicago, IL: The University of Chicago Press. doi: 10.7208/chicago/9780226586748.001.0001
- Heidegger, M. (1979). *Sein und Zeit* [Being and Time]. Tübingen, Germany: Max Niemeyer.
- Heidegger, M. (1981). *Über den Humanismus* [Letter on Humanism]. Frankfurt a. M., Germany: Klostermann.
- Heidegger, M. (1990). Die Sprache. In *Unterwegs zur Sprache* [On the way to language] (S. 9-33). Pfullingen, Germany: Neske.
- Heidegger, M. (1993). *Grundprobleme der Phänomenologie* [The basic problems of phenomenology], Frühre Freiburger Vorlesung Wintersemester 1919/20 (H.-H. Gander Hrsg.) (Gesamtausgabe 58). Frankfurt A. M., Germany: Klostermann.
- Imdahl, G. (1994). *Das Leben Verstehen: Heideggers formale anzeigende Hermeneutik in den frühen Freiburger Vorlesungen (1919 bis 1923)*. [The leben understanding. Heidegger's formal indicating hermeneutics in the earlier Freiburg lectures]. Würzburg, Germany: Königshausen & Neumann.
- Kant, I. (1974). *Kritik der Urteilskraft* [Critique of Judgment]. Hamburg, Germany: Meiner.
- Kearney, R. (2004). A conversation with Paul Ricoeur. In R. Kearney (Ed.), *On Paul Ricoeur: The Owl of Minerva* (pp. 361-373). London, England: Ashgate. doi: 10.4324/9781315247700
- Kierkegaard, S. (1962). *Works of love: Some christian reflections in the form of discourses* (Howard, & E. Hong, Trans.). New York/Hagerstone/San Francisco/ London, NY/MD/CA/England: Harper & Row Publishers.
- Ricoeur, P. (1983). *Action, story and history: On re-reading the human condition*. In Salmagundi (Ed.), *On Hannah Arendt 60. Spring-Summer* (pp. 60-72). New York, NY: Saratoga Springs.
- Ricoeur, P. (1984). *Time and Narrative* (Vol. I) (K. McLaughin, & D. Pellauer, Trans.). Chicago/London, IL/England: The University of Chicago Press. doi: 10.7208/chicago/9780226713519.001.0001
- Ricoeur, P. (1988). *Zeit und Erzählung* (Bd. I) (R. Rochlitz, Trans.). München, Germany: Willhelm Fink.

- Ricoeur, P. (1988a). *Time and Narrative* (Vol. III) (K. McLaughlin., & D. Pellauer, Trans.). Chicago/London, IL/England: The University of Chicago Press. doi: 10.7208/chicago/9780226713533.001.0001
- Ricoeur, P. (1996). Reflections on a new ethos for Europe. In R. Kearney (Ed.), *Paul Ricoeur: The Hermeneutics of Action* (pp. 3-13). London/Thousand Oaks, New Delhi, England/CA/India: Sage Publications. doi: 10.4135/9781446278932.n2

收件日期：107年07月28日

一審日期：108年05月25日

二審日期：109年05月27日

通過日期：109年12月28日

Theoretical and Practical Implications of Narrative Healing of Psychological Trauma

Wen-Sheng Wang*

National Chengchi University

This article considers the problem of healing of psychological trauma from the narrative perspective. Narrative is a way to travel through the trauma of concealing memory, and even pain. We should not stick on the technical side, but rather look into the narrative theory. It includes the temporal structure of narrative formation (narrative time), and the meaning that a narrative composition of a series of events is based on (narrative meaning). The former involves how to form the time of narrative, and the latter involves the reason why narrative can heal pain. These are expounded in Ricoeur's "Time and Narrative," and refer to Augustine, Aristotle, Heidegger, and Arendt.

The narrative time is a synthesis of subjective and objective time, beyond the subjective time on the one hand, represented by Augustine, and Heidegger's authentic time, and the objective time on the other, represented by Aristotle and Heidegger's vulgar time, and on the basis of Heidegger's concept of "within-timeness." Arendt's commitment of human immortality is also related to that. The meaning of narration can be recurred to Aristotelian "catharsis," and Freudian "mourning". Respect or love for forgiveness is not a condition of narrative, but they involve the issue of narrative integration, and can back up the narrative meaning to explain the healing of trauma.

Theory is examined by clinical experience. In the practical part, I first clarify the two ways Der-Heuy Yee emphasizes on narrative based on the hermeneutic phenomenological psychology: narrative presupposes distanciation of a client from his or her involvement in a trauma situation, and narrative can constitute cultural psychology. This can be verified by the practical research conducted by him and An-Bang Yu, and can be supplemented by the narrative methods proposed by Michael White and David Epston who recently have been introduced into Taiwan. Distanciation is a way for narrative to travel through trauma concealing painful memories. This is also clear from the discussion of a research report by Yaw-Sheng Lin who carried out narrative research on

* Corresponding author: Wen-Sheng Wang, National Chengchi University, e-mail: wswang@nccu.edu.tw.
doi: 10.3966/172851862021050061004

the case of the September 21 earthquake and demonstrated how the narrative could begin from the traumatic situation. In addition, according to this research, the importance of narrative exchange and integration can be verified. The meaning of narration can be linked to Aristotle's Poetics, but the research shows the particularity of Chinese culture, which also proves the way that narrative constitutes cultural psychology emphasized by Der-Heuy Yee.

To put it concretely, narration is after all a way for people to devote themselves to self-satisfaction, but as far as narration is concerned, because the mother in this case lives in a network of relationships with her eldest son to whom her psychological trauma is imputed. It is necessary for her to establish a narrative relationship with him to exchange memories to achieve narrative effect. In this case, the eldest son himself, and his wife, should also tell the story through interviews, and the exchange of memories between them and the mother should be the researcher's consulting strategy. Yaw-Sheng Lin has tried to enable this mother to gradually get along with his eldest son and daughter-in-law. However, the establishment of this relationship between mother and son and daughter-in-law has not been realized in the actual process of consultation. Nevertheless, this mother can finally get some healing for her soul, and her life is peaceful because of her psychological shift to take care of her grandchildren. The reason is that Chinese people often suffer due to the break in the relationship between relatives and friends, and their suffering is often overcome by a new connection with relatives and friends. This case in which the psychological shift of a client to the care of grandchildren and so a connection with them leads to a peaceful life shows an example. It is manifested that the peaceful result of mother's soul is not affected by a new narrative relationship; however, this result is acquired through a narrative consulting, which can inspire us to think about how narrative strategy should take cultural background into consideration. This is a viewpoint of that narrative can constitute cultural psychology.

One central theme of this article is: Narrative therapy originates from suffer and aims to release a person from suffer; suffer is the borderline for a person to transcend his/her limitation; narrative is a kind of way to cross the borderline. Der-Heuy Yee aimed to develop the significance of the borderline of suffering in terms of his later foundation of "humanistic clinical practice."

Keywords: Arendt, narrative, narrative healing, psychological trauma, Ricoeur.

