

HEALING THE WOUNDS OF HISTORY（抚慰历史的伤痕）： 中日文化共同面对南京那段历史

Armand Volkas（阿芒德·沃卡思）

MFA, MA, MFT, RDT/BCT、加利福尼亚统合学研究所副教授
生命表现艺术咨询中心所长、生命表现艺术心理剧团导演

开始

2009年10月我站在长江岸边，看到有一位老伯在浑浊的河边垂钓。他或许也是南京大屠杀那场悲剧的见证人吧。在我看来，那个老伯仿佛正从宽敞的河流中吊起中日战争中那些被忘却的中国被害的记忆的头绪。

七十二年前的1937年，正是在我所在的这个地方有数以万计的中国人被日军杀害，据说当时他们的血染红了河流。尸体顺流漂到南京市内，震惊了精神本已濒临崩溃的市民。无论男人、妇女还是孩子都被杀。近2万名妇女和少女惨遭强奸或被迫成为性奴隶。这就是尽人皆知的“Rape of Nanjing”（南京强奸事件）。

眺望景色，我看到在这片吸收了牺牲者的血的土地上，本地市民栽培着南瓜和茄子等蔬菜。对养育着12亿人口的这个大国来说，他们使用土地的方式非常实用性。令我感动的是，这片遭受过大规模心理创伤的土地上竟然生长着蔬菜。即使发生惨绝人寰的事情，我们的地球还是有力量转化出新的生命和美。对此，我表示深深的敬意。就像即使森林火灾破坏了生态系统，只要有一滴雨水就定有小草探出头来一样。

有十几岁的孩子正在野餐桌上打牌玩。这天是节假日，由毛泽东和共产党于1949年建立政权的中华人民共和国正举国上下庆祝建国60周年。生锈的大卡车载着大量物品在开过时不停地发出又大又低沉的声音。这大概就象征着中国经济的急速发展吧。因为战争，这个大国的威严和骄傲遭到了一个沉醉于能够牵制邻国的小小强国的肆意践踏。而我此刻站在这里，映入眼帘的所有事物都证明了生命正在延续。

这样宁静的景色中，却夹带着带有深切悲伤的流泪着的人们的说话声。那些声音中，有像音符般温和的日语，也混合着充满轻快的气息的中文。来自京都立命馆大学、南京师范大学、南京航空航天大学三所大学、共 25 名日本人和中国人学生及老师组成的团体，在长江畔的纪念碑前一起举行了慰灵仪式。日本人和中国人的学生组成对，静静地走上纪念碑前的台阶。他们一起献花后又献上了追悼牺牲者的悼词。日本人学生中更有人双膝跪下磕头，表达他们的谢罪之意。之后，两国团体又分别按国籍围在纪念碑前，我可以感受到，每个团体中都弥漫着悲哀。中国人一定是感受到了被害者的哀伤，而日本人感受到了作为加害者的重责的悲哀。在肃穆的仪式的一片静寂之后，日本人痛苦的哭泣声更是带着巨大的震撼力。仪式之后，站在能眺望江景的崖边，两国学生相互拥抱，相互抚慰。

共同拥有深深的哀恸

经过四天工作坊后的最后一天，我们举行了这个仪式。笔者以主持者的身份参加了这次以南京大屠杀历史为主题的活动。笔者所开发的 Healing the Wounds of History（以下略称 WHW）有 6 个步骤，其中一个就是：“感受深深的悲哀，举行以将其统合为目的的艺术表现和仪式”。通过这个仪式参加者体验了这个重要的步骤。

加害者和被害者的后代共同感受哀恸、相互认同对方的哀恸，是治愈历史造成的心灵创伤所不可缺少的一步。后代继承父母和祖父母等上一辈的痛苦，而这份痛苦在被哀悼之前留传给后代。在南京的纪念碑前，这一天，继承了这段历史性心理创伤的三代人在此表达出了他们被先人交托的哀恸。集体的悲痛经历在开始得到和解和统合之前，有时往往要花上好几代人的时间。

一般来说，哀恸的心理过程会出现强烈的感情的波浪，并以不可预测又不规则的形式拍打意识的彼岸。我们会使用多种方法去解决这样的课题。在个人主义的文化中，我们以个人丧失感体验来表达对死者的悲恸。而在像日本、中国这样的集体主义文化中，感情上的黏着会延伸到家人、团体、甚至到社会。悲伤的过程，是为修复因个体的丧失而导致的社会的空洞而对团体进行的辅导。

笔者作为临床心理士、戏剧治疗师、集体主持者，一直从事解决有关心理创伤的问题，特别是给集体带来巨大影响的战争或屠杀引起的伤痛。这样悲惨的事情给很多人都带来了深刻影响，心理创伤就会变为集体共同拥有的剧本和集体自我同一性的一部分。

在集体性心理创伤中，大家不得不集中在大家都存活下来的事实这个焦点上，而没有时间去充分体会对所失去的悲恸的心情。事情过去后，大家的焦点又回到幸存和新生活的重建。因为心理创伤的刺激一定会带来痛苦，所以很容易被人搁置起来。结果就导致了整个文化的心理创伤还尚未被解决的瓦砾堆上，又重新构筑起一个扭曲的社会。日本和中国都是这样的例子。

在 HWH 的最后非常重要的一步，要将以工作坊为媒介、在双方对话的摸索中感受到的心情和觉察到的东西进行再统合，让参加者实际感受到画上句点地完美结束。这决定了参加者如何回顾体验到的东西，认识到自己学到了什么，然后以什么样的方式在回去以后的世界中表达出来。这就需要用我刚才提到的，带有仪式性要素的创造性的方法去实现。

历史带来的心理方面的影响

下面，我以这次参加的日本和中国的学生为对象，考察历史给他们带来的思考和心理方面的影响。我的目的是让不了解中日历史的读者明白，当中国人遇到日本人的时候会产生怎样的情绪性紧张。中国和日本各自有着不同的文化背景，关于南京大屠杀的很多细节至今为止仍然是两国的争论点。首先我想说明一点，我在这里发表的记录内容只是基于笔者的个人研究以及 15 年以来通过工作坊和中日参加者的接触中所了解到的历史概况。笔者不是历史学家，并不是想将这些作为绝对史实，只是作为对南京的活动进行回顾时的历史背景在此记述。

我一直认为，要处理不同文化间的争斗，不能只依靠精密的历史性史实。关于双方苦斗的详细历史，相互对立的团体之间一定有绝对不予退让的地方。HWH 的考察过程就是，人们对于自己的文化和历史有怎样的感受，而这些感受又给自己的自我同一性、自尊心、心理健康带来怎样的影响。加害者和牺牲者的

后代对于集体心理创伤有什么感受，以什么样的方式内藏在精神世界中，而要解决这个心理创伤的话需要什么，各自又在向双方谋求什么。这些都是 HWH 提出的根本性问题，而恰恰在谋求斗争解决方法的外交和政治中，这些问题通常都被忽略了。

广岛和长崎被投下原子弹之后，日本于 1945 年 8 月宣布投降，太平洋战争得以结束。在战争中，日本占领了中国和其他亚洲各国，强迫人们从事残酷的劳动、接受人体试验、被迫做性奴隶。美国因为害怕苏联以及随后出现的共产主义的威胁，基于在冷战期间需要反共产主义的同盟国的目的而选择了日本。这样，联合国虽然设置了战犯法庭，审判了很多主要军人将官还有政治家，但是关于“对和平和人类的犯罪”却追究了全面性的责任，对战后日本政府还有天皇的处罚也非常消极。

战后日本破记录性的经济发展被称为“经济奇迹”，日本作为经济超大国被推上历史舞台。日本把目光集中在未来，而历史教科书中却对 20 世纪 20 年代到 40 年代日本的军国主义遮遮掩掩避而不谈。与此同时，因广岛、长崎遭原子弹爆炸的历史，日本也同样承受着被害者和牺牲者的双重痛苦。而日本政府相关人士中，有为了向中国谢罪而计划签署条约的，也有想取消谢罪的令人匪夷的行为。这些行为都反映出对战争犯罪负起责任时这个国家的犹豫。因为对日本这个国家集体来说，这无疑会带来莫大的羞耻和屈辱。“要面子”的文化价值观妨碍了日本对历史遗产进行直接反省。

中国的历史性伤痕非常深，对于过去始终无法忘怀。在日本军国主义者引发的战争中，约 2000 万名中国人失去了珍贵的生命。这莫大的集体性心理创伤的余音在中国文化中一直回响着。对日本军战时残忍行为的记忆，在中国政府和政府教育中始终存活着，作为统一中国社会的要素之一，对日本的仇恨还不时发挥着它的作用。纪念碑和博物馆都会令人详细回想起二战中日本军的“恶行”。日本军的残忍行为的印象来自学校、历史课，笔者甚至遇到过很多因此小时候做过遇到日本兵恶梦的人。同时，中日两国正尝试着在经济上缔结新的协作关系，而历史的亡灵仍然在不断地威胁着两个强大的文化之间的关系。

在这样的历史背景下，京都立命馆大学的村本邦子博士企画了2009年让中日双方心理、历史、教育、和平学专业学生为对象进行对话的尝试。在南京市举行的这次心理、感情的和解与治愈为目的的活动中，笔者被邀请作为活动主持者参加了进来。

Healing the Wounds of History (抚慰历史的伤痕)

笔者本人在作为奥斯威辛难民营的犹太人抵抗运动家和幸存者的儿子进行和解的旅程中，努力理解国家和文化如何对加害、被害、集体性心理创伤进行统合，特别关注集体性心理创伤如何继承给后代的问题。另外，作为心理临床家，我致力于用艺术的手法，尽力于开发能解决集团性心理创伤所引起的跨文化冲突的方法。想到在全世界现在正在发生的太多的跨文化冲突，甚至让人感到无能为力而沮丧，因此说找到可以处理心理创伤对个人和集体带来心理影响的创新性方法是非常必要的。戏剧和表达性艺术治疗的方法是让心理创伤的复发和终止加害的循环的强有力工具。

HWH（全称为 Acts of Reconciliation）是笔者将表演戏剧的方法运用于戏剧疗法，促进有共通的历史性集体创伤而存在矛盾的集体的和解。1989年，首次让犹太人大屠杀幸存者后代和纳粹的后代坐在一起，由此开始了这个尝试（沃卡思，2009）。之后，这个方法也被尝试用于其他大屠杀以及还有斗争历史的跨文化和解。试举最近的例子，有以色列人和巴勒斯坦人，爱美尼亚人和土耳其人，斯里兰卡内战后的泰米尔族和僧伽罗族。

理论和原理

HWH 基于以下几个理念：

集体性心理创伤是指集体中共同拥有的心理状态，这种心理状态有可能影响社会全体 (Kellermann,2007)。集体性心理创伤的冲击，以印象、故事、感觉性记忆、还有从父母和教师、媒体而来的有形或无形的信息的形式内在于我们的精神世界中。并且，这个情况会作为集体共同拥有的故事发展下去。这个故事和渗透以同样的方式被吸收，从而影响个人和集体文化，甚至影响国家自我同一性。

心理创伤的世代间连锁是现在依然存在的现象。虽然奴隶制度、强奸、大量屠杀等残暴行为已是几个世纪以前的事情了，但是其破坏性影响还明显继续存在着 (Danieli,1998)。历史性的心理创伤又通过父母传承给孩子。例如，因战争经验导致的 PTSD 直接引发了某位父亲陷入酒精中毒和忧郁症，而他的心理治疗又没有解决其历史性或者集体性心理创伤。他的继承者，也就是这位父亲的儿子就会继承并背负着这没有被表现出来的深深的悲哀。很多时候这些都是意识以外的，本人不会觉察。

另外，历史性的心理创伤会给**文化和国家自我同一性及自尊心**带来负面影响。人是群体动物，对自己所属的部族必须保持正面的感情。这种从属性的骄傲如果因为战争心理创伤、屈辱、败北、征服的历史而被混乱，就会给集体性的自我意识带来负面影响，从而引发压抑的内面化。这在个人对自己的文化如何看待并评价时也会产生影响。(Grier & Cobbs,1968; Klein, 1980)。

再有一点，HWH 是基于以下观点：**所有的人内面中都潜在着加害人的角色**——即在某种状况下，每个人都有可能失去人性，做出残酷行为。

如果我们不能理解并思考人类所持有的欲望、感情、和无意识的冲动，就不可能永久性、政治性地解决跨文化斗争。我在和代表各自文化的参加者一起体验这个主题的时候，尝试过使用治疗性介入来处理集体性、社会性心理创伤。这个尝试和心理剧的创立者雅各布·莫瑞诺的哲学也有关联。“真正的治疗手段只有一个，那就是以治疗全人类为目的。”(Moreno、1953) HWH 是以心理的过程尝试解决斗争，帮助对立的集团回顾各自已经荒芜已久的情感荒原，并提供最终到达和解的地图。因此，这个过程也可以说是一种社会运动。

文化和解中的戏剧疗法

20 年来在从事对立的集体的和解过程中，我特别定下了长达数日的工作坊中展开的 6 个步骤。这些步骤不一定要按顺序，可以按照当时团体的安全性及文化背景、集体性心理创伤和感情、艺术上的距离等团体的具体情况而灵活变动。

六个步骤

首先，第一步是让对立文化的人聚集在一起，**打破相互间不能交流的禁忌**。这个步骤里通常会遇到为避免接触的看不见的防护墙。和“敌人”说话大多被视为背叛行为。但是对立团体打破禁忌、进行诚恳对话的时候，相互间抱有的多重未解决的感情才开始重组。和我一起做工作坊的人，都是为以后大家开拓道路的情感上的先驱者们。

第二步是通过叙述各自的故事，**发现对方的人性所在**。相互认真倾听，听到相互的痛苦，他们都会相互间注意。和相互憎恨的历史性冲动相比，对历史的共情和友情的力量会更强大。

信赖关系有所加深后，就进入第三步：**承认己方内部也存在着加害者的角色**。要达到和解的目的，就必须认识到：人如果被放在极限状态，谁都会成为残忍的加害者。只有接受这个事实，才是在工作坊中保持团体间平等的最好的平衡装置，团体活动的场地才能保持平坦。

第四步是进入**共同拥有深深的哀恸**。在这一步中，鼓励大家一起哀悼、为对方感到哀恸是非常重要的。人若从自己父母、祖父母还有祖先那里继承了伤痛，而这个伤痛没有得到充分哀恸的话，就会成为历史遗物继承给后代。

第五步转为**以回忆和统合为目的的仪式与表演**。我们会进行以纪念为目的的仪式和表演，以使原本对立的团体公开承认共同拥有千丝万缕且困难重重的历史渊源。通过这样的仪式，自己的感情会通过艺术或美表现出来。当然也会有不向社会公开的情况，但一般公开的表演或仪式往往会触及未参加工作坊的人的生命和意识，从而使和解这个治疗效果能向社会延伸出去。

这个过程的最后一步使在工作坊中收获的东西应用于世界，**即决意参加创作活动或服务性活动**。HWH的前提是历史性心理创伤需要通过个人方式才能被真正理解并再统合，成为鼓舞个人继续生活下去的力量。这个过程建造起了一座联系个人和团体的桥梁。首先，我们需要直接面对历史并开放自己的无意识的情感

反应和信念。然后我们才有可能给自己机会通过艺术创造或服务性活动来完成心理创伤的转换。鼓励 HWH 参加者用心理创伤的印象、记忆和接收到的信息来进行艺术创造或参加社会性的活动,是因为这是完全治愈心理创伤最有力的方法。单靠接受的话,心理创伤永远都不会消失,而且很可能会伴其终身,而这个心理创伤的继承者就可以从歪曲否定或拒绝承认它存在的痛苦中解脱出来。通过承认这些遗物,我们可以开始释放那些被迫接受的或无法表现出来的能量。

而创作可以是分享故事、创作诗歌、艺术、戏剧,或者可以将过去的伤痛转化为美的形式。另一个方法就是将参加者的能量引导为为他人服务,例如帮助政治难民,帮助遭到性暴力的人,或者参与终结社会不公正的工作。

南京的活动

村本邦子教授邀请我主持南京师范大学的中国大学生和京都立命馆大学的日本大学生之间的对话,对此我感到深深的荣幸。作为一名美国人、一个置身于中日文化之外的人,工作坊参加者给予我的信任令我感到汗颜。我对发生在亚洲的二战并不陌生。从1994年开始在美国和日本,我就指导了10个HWH的工作坊和向日本人、中国人、韩国人及其他亚洲国家的人做关于该主题的公开讲演。然而,在悲剧发生地的南京,用我开发的疗法治疗中国人民的历史性心理创伤,对我来说是一次新的体验。

活动开始的第一天有了一个很礼仪性的开始。南京师范大学历史系教授张连红博士主持了研讨会,村本邦子教授和我都作了致辞并欢迎各位参加这次南京的聚会。中方曾参加2007年的中日学生回顾交流的2名研究生在分享他们过去的体验之后,25名参加者各自作了简单的自我介绍。

第一天的下午,所有的日方和中方参加者乘大巴前往南京大屠杀纪念馆。日方和中方参加者或单独个人或组成小组参观了纪念馆。纪念馆建在曾经的屠杀地和战后被发掘出来的万人坑附近,它是为纪念南京大屠杀的受害者于1985年建造的,建筑用黑白两色花岗岩建成,使纪念馆的气氛肃穆而庄重。展览内容为历史资料、雕刻作品、录像资料和讲述悲痛而动荡的历史片断的电影作品等。博物

馆里有很多恐怖的印象留在我们的脑海中——一名遭受集体性暴力的妇女异常痛苦的双眸、将要面临活埋的男人惊恐的表情、雕刻着一名母亲抱着已死去的孩子悲痛地望着天的巨大金属雕刻。

带着巨大的冲击和这些印象的片断，参加者们围在纪念馆外的长凳周围，日本表现性艺术疗法的专家、多次参与 HWH 共同研究兼副主持者笠井绫已经准备好了纸和蜡笔。日本人和中国人聚在一起，5 人组成一组，分别将他们看过伤痛历史后的复杂的感受有形地表达出来。他们都各自找了自己的一块地方将自己的印象画在画纸上。纪念馆里的其他参观者，不论是成人还是孩子，都很好奇这些艺术家们将画些什么。他们都十分关注着这个设在露天公开的地方的艺术创作。

艺术创作完成后，参加者们回到各自的小组，在小组成员间分享他们创作的艺术作品和倾注在作品中的自己的感情。这一过程提供了一个用来装参观纪念馆后被引发的情感的器皿。从这次艺术作品中浮现出来的主题和印象，有眼睛——表示对他们未曾知晓的部分历史的觉醒和认识，还有直接面对这样惨绝人寰的人类行为后对希望的憧憬。

第二天，我主持并和参加者一起开始 HWH 疗法。我通过妙趣横生的戏剧疗法的技法来对团体进行了辅导。在练习过程中参加者散发出来极大的能量，以及很明显可以看出，中国学生和日本学生都非常希望一起玩游戏，我为此感到惊奇和感动。我作为戏剧治疗师的计划是，为了让团体进入能够擦出火花的环境。首先我通过热身来激发团体的自发性和想像力，以准备进入接下来的戏剧疗法的过程。游戏本身可以在文化冲突中起到很大的作用。它使参与者能够从作为人的角度来相互关联，并将自己孩童时代的本我激发出来。他们会在游戏中发现自己和他人的共通性，并能够在没有威胁性的方式下和他人沟通。这就是我会在接下来的过程中开始慢慢引导出“关系”这个主题的起点。

在战争导致的心理创伤这样沉重的主题下，一开始就让大家进入游戏环节或许会让人觉得很不自在。但是，让对立的团体开始游戏，是为开始解除因恐惧和猜疑而设下的防卫必需的重要一步。对很多人来说，允许一起游戏，对于终结他

们所继承到的集体性心理创伤的印象,是一个再好不过的方法。parentified child(被父辈同化的孩子)会通过找回自己的童真而得到部分解放。

接下来开始慢慢进入与我们主题有关的场景练习。许多跨文化冲突都需要表达要求道歉和希望能够道歉的愿望,无论是否以语言的方式。而这种紧张情绪在中日间明显存在。在 Line repetitions 这个重复台词的环节中,通过 2 人一组重复例如“你太过分了”“对不起”的台词感受涌起来的各种感情,也渐渐体会到在此次工作坊中这些台词背后的特殊意义。

渐渐地,我们会带出工作坊较为严肃的主题,通过一个名为“社会之轮”的练习来进一步深化这个过程。参加者们站成一个圆圈,我陈述以下的事实:“如果你的祖父是参加了二战的军人,请向前一步。”“如果你的父母或祖父母和你分享过家人在战争时期发生过的事,请向前一步。”“如果你为你家人身上发生的事或你家人做过的事感到羞耻,请向前一步。”如果这些陈述对他们来说是真实的,那他们每一位都要向前一步,静静的用目光和大家的目光接触,然后回到自己所在的大圈。当团体成员明白了这个练习的意义后便开始加入自己的陈述。“曾在学校或家人那里被灌输仇恨日本人的思想的,请向前一步。”“如果你对曾发生的一切感到悲哀,请向前一步。”这个方法有助于参加者可以开始进入这个即将出现的情感主题,并把焦点放到我们聚到一起的理由。

疗法开始向更进一步探索中国人和日本人的自我同一性分别如何被构筑,而历史又给各自的文化造成怎样的心理影响的方向发展。为了使热身向个人故事过渡,我们进入下一个练习:“我叫 ____。我是 ____ 人。”一位参加者独自站到团体中间,我请他或她说出自己的全名,用英文或是自己的母语都可以。这之后会进入民族性或种族性的叙述。每次叙述之间都保证一段时间的静默。然后作为公开叙述,这位参加者会被要求回味自己感受到的和浮现出来的场景,并和大家分享。这是一个带有意图性、甚至带有挑战性倾向的练习,以帮助参加者通过回忆来表现出自己的自我同一性。

在这次工作坊中,一位名叫珊(译者:译名为原文所使用拼音之谐音汉字)

的中国女性（为保护个人隐私，名字和故事内容有所改动），她有日本留学经历，完成学业后最近回到了中国。她站到团体中间寻找自己的文化自我同一性。“我叫刘珊，我是中国人。”她大声说。说完以后的片刻静默中，她泪水盈眶了。她用双手掩住了自己的脸。事实上，珊的外公，一个曾参加过抗日战争的老人，就在珊来南京前去世了。珊表达了她对从小就疼爱自己、给自己温暖回忆的外公的深深的爱和尊敬，并表示这次和日本人在南京相聚对自己有着重大的意义。珊说，她在日本留学的时候曾感到矛盾，当说自己是中国人时会感到犹豫并心情复杂。周围并没有任何人注意到她作为中国人的痛苦，但这种痛苦却又确实存在着。日籍学生和教授似乎都不会注意到他们的国家在战争中和中国的冲突给中国人造成的心理伤害，这样的经历令她觉得屈辱和痛苦。但是，站在这个团体中间，她生平第一次觉得自己作为中国人的骄傲感，并对自己家人在那么艰难的时候都能坚强挺过来的毅力感到万分敬佩。她觉得外公如果能看到现在的自己，一定会为她感到骄傲的。

在接下来的练习中，参加者们在已经准备好的更深一步挖掘各自日本人或中国人的自我同一性的表格上填写自己的情况，然后将其内容在“人体雕塑”中寻找更深层的东西。我将这个表格称为 diagram of roles and messages（角色与信息地图）。这个练习是本人如何将父母、祖先、社会、教育机构、权威人士、政府、或者神灵那里获得的肯定、否定、语言性、非语言性等各种信息内在化，并把这些影响了自己的信念、自我同一性、自尊心的内容在心理剧中表现出来，然后用雕塑的形式表现。“主人公”为表现自己的地图和内在体验，邀请团体中的其他成员来扮演角色，并一一配给他们各自的姿势和台词。

举一位名叫英夫（译者：译名为日语罗马字而来的汉字）的日本男性（为保护个人隐私，名字和故事内容有所改动）为例，他创作了一个表现作为日本人所背负的重担的人体雕塑。英夫给扮演者分配了角色、姿势和台词。一位参加者进入了角色，英夫伸出手臂做出想要和中国人交朋友的样子，由另一位参加者做出了仿佛想要推开英夫的中国人的姿势表达了英夫怕被拒绝的心情。通过这个场景，英夫想表现中方参加者正因为对南京大屠杀事件义愤填膺，所以才不想和自己建立关系的不安。另外，他还让另一位参加者扮演自己父亲，雕塑了警告自己要为

自己民族感到骄傲的父亲形象。他还雕塑了认为中日对话实在危险，恳求他不要太深入的母亲形象。英夫给扮演自己母亲角色的中国学生配上了这样的台词：“你可能会日本右翼盯上的！给我注意一点！”另外英夫也让几名参加者扮演了右翼势力，配给他们威吓人的国家主义的台词：“南京都是谎言！简直夸大其词！”最后，表现他本人丧失了“无垢”的样子的角色，由一名日籍参加者来扮演。这些表现了英夫那无垢的“自我”在知道二战中日本士兵所犯下的暴虐罪行后所受到的打击。最后的雕塑中，出现了英夫的好友们对他说“那些都是过去的事情。忘了吧。让我们展望未来吧。”的场景。

在这个雕塑中，英夫将 HWH 的重要步骤——“打破相互间不能交流的禁忌”表现了出来。在这个场景中，英夫打破了直接面对在日本议论众多的南京大屠杀的禁忌。不仅如此，他还在曾经的屠杀发生地和同龄的中国学生一起打破了这个禁忌。

在跨文化纷争的解决过程中，通常只有理解为对现状的挑战的情况下，才会迈出和现在的敌人或者过去的敌人面对面这一步。这样的态度非常需要参加者的勇气。这样希望和“敌人”面对面的人，我称他们为“为后来者开拓道路感情的先驱者”。对立团体聚集在一起实际上是充满危险性的。主持者在认识到参加者的勇气还有对立团体面对面的危险性的同时，必须坚持符合伦理性的对话，以保护参加者。另外，双方对话会引起的风险至少应当先征得口头同意。

对从文化和国家自我同一性中脱离，相关者开始意识到形成他们动作、意见、心情的无意识的集体性的力量，英夫所做的雕塑练习是非常有帮助的。我常常使用这个技巧作为挑战，以激发出更彻底而感动人心的作品。较多情况下，团体中会有富含情感的领头者脱颖而出，将团体的问题或主题带到新的高度。当这种感情的强度变得明显时，我会用各种方法去表现它。可以是一出心理剧 (Blatner, 2009)，可以是心理剧的一个片断 (Salas, 1993)，或者是一幕社会剧 (Sternberg & Garcia, 2000)，甚至一首即兴诗或是创造性的仪式。

在工作坊中，有一名叫康（译者：译名为原文所使用拼音之谐音汉字）的中

国年轻男学生（为保护个人隐私，名字和故事内容有所改动）在团体中和大家分享了自己的感受。康是学历史的，对于自己耳闻的故事是在未经过考证的情况下和大家分享的，因此我尊重他的意愿，不在这里写出故事的详细。他很重视这一点，对此我表示尊重。比史实更重要的是，村里年长的老人述说的发生在他们村子附近日军的残虐行为，令当时才 10 岁的康万分惊恐，并且留下了心理阴影。在他的理解看来，只要还是人，就不会做出这种事情。之后慢慢变成了对日本人的憎恶感。

现在，站在他面前的是千里迢迢来到中国的日本学生，他们中不少人是自己倾囊来到中国，目的就是了解并感受他感受到的痛苦。对于康来说，他的挑战是要接受日本人的两种截然不同的形象。为了让中日双方的参加者都能和康进行深层次的共情，我用心理剧的方法，让参加者进入康的角色，即兴表演康内心的独白。

康所陈述内容的主题为一名成年男性回忆幼年时期他接受到的阴影般的场景，而这正象征着中国人和日本人之间不稳定关系的核心。甚至引出了南京大屠杀纪念馆所记录下来的“人类的恶魔”——作为恶魔被描述的日本兵的形象。这个被塑造出来的形象或原型就像房间里的恐怖的亡灵一般曾经存在过，但谁都没有说出来。正因为给中国人和日本人双方造成精神损伤的印象或场景是如此复杂，我也找到了更加深层挖掘的可能。另外，我也发现此时正是引导大家进入另一个重要步骤：“认识到只要是人类，谁都内面潜藏着成为加害人”的最好时机。

我本来希望能将这个主题更深入发展下去，但在本来有限的时间内必须通过几名翻译来传达意思，这个令人棘手的过程使主持的力量大大削弱，令我产生了挫败感。另外，我原以为挖掘这样带有挑战和对立的要素是个非常好的主意，但事实上，观察一下团体的进度就不得不承认，团体还只是在 HWH 中的初期阶段。参加者还处于开始开放自己、相互分享各自的故事、加深各自的共倾，由此开始形成紧密关系、并了解对方人格的过程中。而且，他们还没有做好准备去充分表现并探求自己的怒气、愤怒、憎恨等复杂感情，或者做好准备承受因此导致分裂的潜在可能性。我们中间任何一个人，都有可能成为潜在的加害人，探求这一点的课题必须留待下一次机会。在我接受了这个事实之后，将工作坊继续下去。

另外，我开始考虑以下的可能性。在西洋的个人主义文化中，使用如此直接性进入跨文化冲突的手法是非常有效的，可是像在日本和中国文化背景下提出这样的主题时，却可能需要较为间接的手法。

接下来进行的练习中，参加者通过和他人交谈，在谈话中回想起和本次主题有关的历史以及意识到的自我同一性中很棘手的部分、或者令自己变化的片断。这样可以引导参加者自我启发，使之向通过体现自己内在和外在的世界来探求的技法—心理剧发展。(Blatner, 1988)

之后，一名叫华（译者：译名为原文所使用拼音之谐音汉字）的中方参加者（为保护个人隐私，名字和故事内容有所改动）和大家分享了她和村里的老婆婆之间的故事。老婆婆姓刘，是南京大屠杀的幸存者。村里人都知道在被日军占领期间，老婆婆曾被日本兵集体强暴。村里人都避开她，而老婆婆也为自己的遭遇感到羞耻。她虽然有着无法治愈的心理创伤，但还成立了家庭，想完成自己人生应做的事情。

华是一名20多岁的社会学专业学生，她对老婆婆怀着敬意，也很想听她说话。她试着带着善意接近老婆婆，但老婆婆却没能向她打开心怀。老婆婆的两个儿子都和政府之间发生了矛盾。一个是被怀疑和台湾当局有关系，另一个是和共产党有摩擦。老婆婆为此非常不安，很担心两个儿子的安全。这种担心引发了PTSD（创伤后应激障碍），此后村里人发现老婆婆带着极度恐惧的表情离世了。华说，她觉得老婆婆去世的真正原因一定是被强暴后的心理创伤。

华一直想向老婆婆表达对她的爱和敬意，但是现在已经太迟了。当华在描述她和这位高龄的女性幸存者之间的关系时，她说：“我感觉到，我们之间有一堵巨大厚重的墙壁。”我们在开始设定心理剧的时候，我让华选三个人来将她所说的墙壁具体化。三位参加者手举彩色的纱巾，代表阻碍她和老婆婆的物理性、象征性的障碍物。很明显的，墙壁象征着女性的战争、羞耻、以及心理创伤。为了使老婆婆具体化，华又从参加者中选了一个人来演老婆婆，站到墙的另一边和她说话。

在简单，但是非常感人的对话中，华向老婆婆表达了敬爱和悲伤的心情。她一直想表达，但却未能实现。但是在心理剧里，通过创造另一个现实世界，把现实中没有实现的事情、和真正的对方没能解决的感情问题都可能得以解决。

华问我能不能拥抱已完全进入老婆婆角色的参加者。我也鼓励她这么做，并将至今未能传达给老婆婆的自己的心情完全表达出来。两个人拥抱着一起、一起流泪。华终于将她的想法都表达出来了。之后在小组分享中，中日参加者都分享了自己能见证这样治愈性的一刻而感动不已的心情。他们觉得因为刚才的一幕自己也被治愈了。

第三天由 83 岁高龄的南京大屠杀幸存者、常志强作证言。常大爷 9 岁的时候目睹了自己的母亲和弟弟被日本兵用刺刀杀死的场景。他的陈述被南京大屠杀纪念馆用金属雕塑的方式给予了永久的生命。那是一幅谁都无法忘记的场景，他的母亲，还有在母亲怀里想拼命吸奶却因流血不断而去世的弟弟。在大屠杀中，常大爷几乎失去了所有家人。他一边照顾因心理创伤而痴呆了的姐姐，两个人躲在床底下的时候，日本兵就在那张床上强暴了妇女。

原本我们准备了 30 分钟到 1 小时的时间分享常大爷的恐惧情绪和幸存下来的故事，但最终还是花了 3 小时。他带着和所有心理创伤患者共通的某种强烈气息叙述着，并且有时会脱离话题，有时又好像就在此时此地发生的一样，将自己的经历又再次体验了一遍。在叙述中的常大爷的脸上，很明显能看到那个感觉到恐怖的 9 岁的常大爷。我们需要有充分的时间来向至今仍然健在的为数极少的南京大屠杀幸存者中的一人、常大爷表示敬意，因此原本当日的戏剧疗法的计划改为进行其他的活动。

常大爷结束证言后，副主持笠井很有柔软性地引导中日方的所有参加者进入一对常大爷给大家带来的这份特殊礼物表示感谢，并将各自听取他的证言之后的感受传达给他——这一非常重要的过程。看得出来，经常在公众场合做证言的常大爷被参加者关切、充满共情和敬意的发言深深感动了。通过常大爷的叙述，无论是他自己还是团体都成为了证人，从本没有附带意义的恐怖经历中开始找到了

新的意义。

常大爷和团体的这次对话中，我感受到了超个人的、灵性的东西。他的陈述，现在已成为我们所有人的东西。参加者每一位都和常大爷握手、轻抚他的肩膀、鞠躬，之后目送这位温和、亲切、谦虚的幸存者离开。我们边目送着他走出会场、身影消失在南京街道的嘈杂中，边为他的健康祈祷。

仅仅为了处理常大爷的故事，我们就花了5个小时。这是一个震撼人心、却很难令人接受的故事。有中日方的学生当场落泪，也有人感到胃部紧缩出现反胃症状，还有人尽量不看常大爷，大概是为了阻止从常大爷那里获得的心理创伤片断过于深入地进入自己心灵。这些都是心理创伤二次受伤的征兆。作为主持，我认为，被情绪充满了的参加者需要通过身体来触动这个心理创伤，并消化这个体验。

我们再次分成五人一组，让大家在规定的时间内每人创作一个真人雕刻作品。每位参加者都动用小组里剩下的4个人，配给他们姿势，创作出一幅静止的画。雕刻内容可以是常大爷故事中的某个场面，也可以抽象地表现感情上受到的影响。五个小组马上开始了各自的雕刻创作。他们给每一个场景都配上标题，然后附上一句话说明这个场景所表现的心情和含义。之后，完成好的25件作品会在团体所有成员面前一起分享，像仪式一般依次再现。这个步骤和内容给团体带来了净化的效果。参加者自己痛苦的体验得以消化，并得以找到了痛苦的意义。

从心理创伤体验中找到它的意义所在。在和集体性心理创伤相关联的我的治疗方法里，这一点非常重要。一步步体验过来的HWH疗法的各个步骤中，参加者会体验到这个极为重要的感情的释放。就像自然界中潮起潮落一般，如果有感情的巨浪出现，主持者就需要退一步，让这个巨浪将团体卷进去。当巨浪退下去的时候，就会达到净化和统合的效果。当参加者分享个人的反应时，团体就可以从大家的痛苦中探寻到意义。

最后一个早晨，我们又来到了在本稿开头时也提到的纪念碑前举行了仪式，

下午必须为我们一起度过的时间画上句号。表达性艺术疗法专家笠井绫将黏土放到每一位参加者手中，提议大家将仪式结束后、把回顾探寻历史遗产的四天中自己的心情表现出来。

中日双方参加者各自拿出时间，创作了黏土雕刻。然后笠井绫让大家各自找一个会场中自己喜欢的位置来展示作品。会场的椅子、桌子、地上都展示着雕刻，仿佛一下子变成了艺术博物馆。参加者围在每一件作品周围，作者讲述作品所包含的意义的同时，得到感情上的回馈。在艺术创作环节中所表现出来的中心主题是，南京的这次聚会给我们带来了希望—日本和中国人民之间得到真正的和解是可能的。

最后，我让全体成员简单陈述一下，在和大家一起度过的时间中自己的收获。很多参加者、特别是历史系专业的学生都表示，最初对用艺术和心理治疗的手法来处理历史问题抱着怀疑的态度，但通过这次体验，他们承认开始相信艺术所拥有的转化和治愈的力量及可能性。几乎所有的参加者都为能有如此意义深刻的体验表示感谢。另外，这四天中中日双方的学生间培养起来的亲密友情也有目共睹。

在大家共同参与的工作坊的最后，我认为非常有必要再回到第一天的“游戏”环节，然后再进行促进进一步统合的步骤。为了让团体能开始创作寓言，我用了几个戏剧疗法的技法来给大家做热身。希望大家能通过寓言将自己的心情和感受，以及自己的创造性表现出来。

首先，让参加者各自找到一位伙伴后，我发出了有限制性的指导语：“现在开始两人一起编一则寓言。所谓寓言，就是通过故事的人物和行动来理解人的存在这个概念。在这个环节中我想让大家通过即兴编故事、寓言来深化大家四天的体验。有几个我希望大家放进故事里去的要素。一名日本人和一名中国人一起踏上了寻求关于二战的治愈之旅，途中他们遇到三样东西。一个是一条喷火的龙，一个是架在魔法河上的桥，一个是住在山上的100岁的老爷爷和老奶奶。一旦遇到它们，两人都会有收获。至于收获什么，这就由各自即兴发挥来决定。这个故事是合作编撰。一个人先开始编，一直编到我喊‘交换！’才能停，然后由另一

位伙伴接着对方停下来的地方继续将故事编下去。这样交替着一起编故事，一直到我喊‘结束！’为止。好，开始！”

整个会场充满了活力，好像即兴寓言大会一般。每个团体都积极地用身体动作将故事表现出来。下面的故事是我试着把在这个环节中产生的几个寓言合成、写出来的故事。

日本学生亚纪和中国学生陈一起走上了寻求治愈的旅途。两人都因二战遗留下来的东西受到了伤害。途中，两人走进了黑暗的森林，在洞窟里发现了喷火的龙。两个人靠近龙，龙一边喷火一边跟她们说：“你们怎么到这来了？这个洞窟里藏着秘密，不许任何人进入！”亚纪和陈发现了龙眼中的悲伤，于是给他奉上了一杯茶。龙惊异并被两人的亲切与温和所感动，三人一起喝了茶。因为茶和温柔，龙的火渐渐平息下来，变成了一个害羞的小男孩。两人才发现，共情和慈悲竟有化解龙的愤怒的力量。男孩子走进洞窟中，亚纪和陈也跟着他走了进去。

洞窟里有一名日本人孤儿和中国人孤儿在哭泣。亚纪和陈将孤儿们抱过来决定照顾他们。他们带着两个孩子继续上路，但孩子们哭个不停。孩子们那么悲伤，他们的眼泪流成了像长江般广阔而深的河流。亚纪和陈必须度过这条河才能继续下面的旅程。正巧有个渔人从这条河里钓起来一条鱼。那条鱼开始跟亚纪和陈说起话来。“请用耳倾听孤儿们的痛苦。温柔地抱住他们、安慰他们，他们就会停止哭泣。”亚纪和陈决定按照鱼说的做，并感谢了鱼传授给她们智慧之后让鱼回到了河里。亚纪和陈开始倾听失去双亲的孤儿们令人伤心的故事。他们渐渐地停止了哭泣，在眼泪流成的河上架起了彩虹桥。亚纪和陈带着孩子蹦蹦跳跳到了河对岸。

成了一家人的四人继续下面的旅行。经过几天跋涉，他们来到一座大山脚下。虽然大家都饥肠辘辘、疲惫之极，但还是拼上最后的力气爬上山顶。山上有个小屋，住着年迈的老爷爷和老奶奶。由于一家人都很饥饿，于是他们决定敲小屋的门。老爷爷老奶奶打开门，让大家都进屋，给大家做汤喝。一边喝汤，亚纪和陈才发现他们是南京大屠杀的幸存者。而他们喝的其实不是汤，而是装了满满一碗

的故事。两人都感觉到正在消化这些历史。虽然有些内容很难消化，但不可思议的是，他们获得了很多感动和满足。

创作寓言的步骤就此结束，我让大家围成圈，每个人都向圆心伸出自己的大拇指，然后各自紧握旁边一位同伴的大拇指。这样，用大家的手，我们中间出现了一个圈。我将它比喻成是一口井，我们都把这四天工作坊中分享的所有故事和体验丢入井中。最后，我让大家一个接一个地说出自己名字，最后一位说完名字后，我们的活动也就此结束。

结束语

本稿中，我试着能让读者对 HWH 所使用的解决跨文化纷争和治疗集体性心理创伤有基本的理解。另外，我以 2009 年 10 月的中日学生对话为例进行了说明。为保护参加者的个人隐私，名字等内容有所变更。

在南京的活动中，参加者反思各自的文化自我同一性，帮助大家克服妨碍自尊心的因素。每个人内在持有的自我同一性中，都存在着集体性故事的断片引起的伤痕。通过解剖这个伤痕，各种心情、联想、最本初的感觉、情感的记忆都会浮现出来。我的目标是，帮助中日参加者撕下大家心里贴着的加害和被害的集体性标签，用更加具有建设性的方法实现再统合。

另外，我在南京的工作坊中得以间接学习了跨文化交流。通常来说，和“他人”说话被视为禁忌。在两极分化的文化之间，因为固定思想或互相将对方描述成非人的恶魔，所以交流这种简单的行为变成了治愈的重要一步。很多时候也会出现无法理解对方文化，以及在人与人之间的感情、政治立场上无法产生共情的情况。而采用自我启发、叙述故事、游戏等技法的 HWH 疗法可以暂时缓解对立团体的紧张情绪，使之明白敌人其实也是普通人。

在引导南京的参加者进入疗程时，我发现会有一个步骤使大家触及过去一直积累下来的深深的悲哀。虽然谁都没表现出来，也没有任何人提及，但我能感觉到那巨大沉重的悲哀就在那里确实实地存在着。受到心理创伤的团体，有必要

感受到他们所继承的痛苦是很独特的。如果南京大屠杀的伤痛不能得到充分抚慰，心理创伤的遗产就会一直留传给后代。这次活动给了南京的参加者一个代表自己文化的机会，将这种集团性的悲痛表现了出来。

HWH 的中心点是让人们学会共情。将对方团体的伤痛和自己的伤痛放在一起比较，谁都会有这样的冲动，那就是仍然觉得自己的更加痛苦。但是，工作坊的参加者们却超越了这一点，感受对方的痛苦，增强了和别人共情的能力。通过这次活动，出现了必须由大家自己去解开的一对心结—如何才能做到仇恨着一个人、但同时又能感受到他 / 她所感受到的呢？

一个健全的人，必须要找到自己人生的意义和目的。(Frankl, 1984.) 而痛苦正是优秀的老师。心理创伤的遗产、羞耻、罪恶感、屈辱涌现出来的时候，我们必须将他们转化为有意义的东西。我确信，这正是灵性工作、也是 2009 年 10 月于南京举行的活动所迈出的小小的、却也是重要的一步。

- Ancelin Schutzenberger, A. (1998). *The ancestor syndrome*: Hove and New York: Brunner-Routledge
- Blatner, A. & Blatner, A. (1988). *Foundations of psychodrama: History, theory and practice*. New York: Springer Publishing Co.
- Danieli, Y.(1998) *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*. New York: Plenum Publishing Corporation.
- Frankl, V. (1984). *Man's search for meaning*. Washington: Washington Square Press.
- Grier, W. & Cobbs, P. (1968). *Black rage*. New York: Basic Books.
- Kellermann, P. (2007). *Sociodrama and collective trauma*. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Klein, Judith Weinstein. (1980). *Jewish identity and self-esteem: Healing wounds through ethnotherapy*. New York: New York Institute on Pluralism and Group Identity, The American Jewish Committee.
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive?* New York: Beacon House.
- Salas, J. (1993). *Improvising real life*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.

Sternberg, P. & Garcia, A. (2000). *Sociodrama: Who's in your shoes?* Westport, CT: Prager.

Volkas, A. (1999) "Healing the Wounds of History: Drama Therapy in Collective Trauma and Intercultural Conflict Resolution" in *Current Approaches in Drama Therapy*. Johnson, D.R. and Emunah, R. (eds) Charles C. Thomas, Springfield, IL.

HEALING THE WOUNDS OF HISTORY: Japanese and Chinese Cultures Facing the Legacy of the Nanjing Massacre

**Armand Volkas, MFA, MA, MFT, RDT/BCT
Associate Professor, California Institute of Integral Studies
Clinical Director, The Living Arts Counseling Center
Director, Living Arts Playback Theatre Ensemble**

Introduction

I stood gazing at the banks of Yangtze River in October 2009 watching an old, wrinkled Chinese man casting a line into the quickly moving muddy water. Clearly a witness to the time of the Nanjing Massacre, I fantasized that the old man might be fishing for historical memory from the wide span of the majestic waterway, hoping to retrieve another missing piece of the story of Chinese victimization during the Sino-Japanese War.

Seventy-two years earlier in 1937, tens of thousands of civilians were reported slaughtered by the invading Japanese army on this very spot. They say the river ran red with blood during those days of carnage. Bound together with rope in large groups by the river for easy disposal, the victims were machine gunned en masse.