



悟，就是升华



林奕华

导演

Director

戏剧、写作、电影

在阿姆斯特丹看了伊凡·范·霍夫（Ivo Van Hove）的最新作品《弗洛伊德》（Freud）。它的骨干，是弗洛伊德年轻时跟随三个导师，经历催眠、解梦、咨商的阶段，发展成一派学说，又在治疗一个女病人的过程中发现，自己和她是一体两面，一病一医，但都同样因童年受到父母关系的影响，致使个人无法建立自我价值，故而心理上形成不易消除的创伤。

父母，即男人和女人，在《弗洛伊德》一剧中，母亲都比父亲强大，男人都比女人软弱（或温柔），形成儿童心中的“父亲缺席”，导致两性都在寻找父亲的路途中寻找自己。

《弗洛伊德》不是传记，它的戏剧性，便是艺术作品所具有的治疗作用，因为剧中寻找自己的过程，可以像心理治疗，推己然后及人，也就是从剧中人到观众。

什么是寻找自己的过程？就是发现、承认、接受和改善自己的不足与欠缺。它痛苦，就像过海关时一件又一件行李必须被打开，一件一件内里的物品要帮自己解释它（们）为何存在，有什么意义。很多时候，行李包中的物品是带了再说，它们的真正意义反而没有被仔细厘清。认识自己，不知道是否就像那样的经历，自己是行李，又是检查者。

而我们需要安全感（或因为得不到而产生的焦虑），主要来自补偿的需求，所以才会说“找到安全感”，一种外在寻找的经验，而不是创造。而大部分时间没办法创造，都是碍于精神消耗在了执着之上。执着，是心理，现代人活得痛苦，是因为用媒体来看世界，而不是用自己的情感和心。

知道与明了，更多时候人只选择知道。媒体之所以重要，是它满足了人比较浅层的心理。重

复的知道却没有明了，就是焦虑的开始，因为知道的背后，是对于掌握和控制的渴求。最基本的，便是话语权力的攫取。21 世纪的信息媒体，便是根据这样的供求运作。而当权力表层的需求被满足了，人便在这种满足上要求更多，而不会往现实及内心更深的地方发掘。例如，习惯性吸收信息，但不会愿意阅读。

愈来愈多作者（网络发达），却愈来愈少人阅读。是不是有点像——愈来愈多人“唱K”，却愈来愈少人“听歌”？

事实上现代人每天都依赖媒体生活，因为害怕落伍（话语权上）、落后（社会认同上）、落单（内心世界上）。媒体，被用来束缚、约制自己和他人。如何不被媒体设计，是现代人的一种 karma。但人什么时候才愿意去深入地想，为什么会有这样的 karma？

是艺术创作令我对一件事情的感受愈来愈深：若你真想了解一些什么，你要有很大很

大的耐心，因为你不会满足于各种既定、现成的观点，你总是在找寻属于自己的意义。这意义所以重要，因为它是被提炼过的情感与思想。

艺术创作，是由个人出发，再到别人也能受到启发的升华。升华不会解决问题，但它能令人在不同角度看得更清楚。

很多问题所以无解，正因它被看见的角度，总是大同小异。如果没有人愿意从不同角度去看它，这问题将永远是那个问题。人的情感就是例子，父母子女，夫妻情人，死结总是打在期望的这一点上，但如果情感可以升华，关系才会改变。但升华可以怎样做到？

艺术创作一直在回答这问题。为什么一本书、一部戏、一首诗、一张画、一首音乐，能令人恍然大悟？悟，就是升华。📖

现代人活得痛苦，因为是用媒体来看世界，而不是用自己的情感和心。