檔案名稱:161016_1006
時間:2016.10.16(日)
主題:短講_工作時小我被撞到

1. 開場白
2. 在香港與深圳工作碰到的小我—不確定他們聽得懂嗎？以核對微調因應。
3. 在新竹進行強制親職
   (1)碰到的小我—新成員的加入勾起預期之外、計畫得重來的害怕與不確定感
   (2)老夫少妻part1:覺察他們的投射
   (3)面對:一次次回到自己，以及回到現場彼此的關係
   (4)放掉懷疑與不確定，現場椿腳的支持
   (5)被小孩指控的繼父的內心真感情
   (6)老夫少妻part 2:為他們工作
   (7)跟心涼的爸爸一起為孩子唱歌祈禱
4. 小結論:工作之流來自完全臣服於眼前的處境

1. 開場白

我來講一小段東西，然後我講完話我就是要問問說，你們今天如果有工作要做的是什麼。我們是「守護者的守護」，所以我每次的主題就是講這個部分。

我從上次離開這邊到今天，中間跑了一些地方，那些地方對我比較特別就是，即使是我昨天在新竹市工作，我在工作的時候，我都會看到我的小我就是會有機會被撞到，所以你可以想像你的生活或者你的工作，特別是工作，你本來有一個「我」這麼大，然後用這個習慣的你就去工作，登登登登登，然後當你是駕輕就熟，或者也都做得很順的時候，這樣子也就夠了，可是很多時候如果你把自己擺到一個要被挑戰的地方，或者一個沒那麼容易的地方，你就會發現自己這個「我」會經常會被撞到、或勾到、或碰到，所以工作的時候就等於一次次去覺察自己的這部分，然後一次次再想辦法去鬆開，然後會變得更大。

2. 在香港與深圳工作碰到的小我—不確定他們聽得懂嗎？以核對微調因應。

所以我覺得最有意思的是昨天在新竹。我覺得自己在香港、或在深圳那些地方，我會碰到的小我比較容易，就是說:「啊~ 這些我都不認識，然後到底我講的他們聽得懂嗎？」然後或者有時候我不確定他們在小組中的經驗，我就會不確定說這東西他們有用嗎？然後這都是自己的不確定的東西，不確定的東西最簡單，其實就是去核對，然後核對之後就可以開始有細節的調整，我覺得這個對我都還蠻容易的，因為雖然文化不太一樣，我還蠻喜歡香港的人，因為來的人都是治療師，所以可能其實語言還蠻接近的，然後覺得他們有很多的深度。然後深圳來的人都是家庭主婦，完全不一樣的人，真的，所以家庭主婦反而跟我也很容易靠近，因為剛好是我的兩個部分嘛。

3. 在新竹進行強制親職

(1) 碰到的小我—新成員的加入勾起預期之外、計畫得重來的害怕與不確定感

可是我昨天在做的是強制親職的工作，而且我就是訂好了要幫他們做排列，那個形式就跟在我們這裡其實是非常像的，然後很幸運的是在9月的時候我們已經做過一次了，所以9月的時候其實已經做得很順了，雖然我開始一形容就是，從早到中午對我都是一個這樣的過程:「蛤…這樣的人要來啊！」、「蛤～」…這樣子，比方說他可能渾身是酒味來的，或者是你會看到他就是有非常多狀態，然後一

點都不像準備好要上課，像是被拎來就放在這裡這樣子(笑)，可是我說從早上到中午就是我從那個「蛤～」，因為一「蛤～」我就知道，那問題不是他們，是我，因為我有一個標準：「上課應該是怎麼樣吧…」，然後我可能有個害怕，說：「那這樣子我待會兒怎麼辦？」所以那個「蛤～」都不是他們的東西，是我自己的東西。我自己蠻容易過的就是，通常到了中午，就會開始覺得好喜歡這些人喔，他的亂、他的精神狀態、他的酒…對我來說就很像是，本來如果是有個隔閡或盔甲，就很快就穿越了，是這樣的感覺。所以我本來覺得很輕鬆，想說：「我就是要延續上個月的繼續往下走。」Wow~ 來了一半新的人(笑)，上個月有來的都有來，那我覺得他們都有來，自己就知道說：「OK，他們願意繼續工作，誒？又來了一半的人！」就有一點像是，我已經走到下面了，「咦？不行，我要再上去。」這是我的第二個困難，就是突然之間我原本的計畫要重來，因為我不曉得他們會讓第二次有新的人來。然後就開始來到一個地方是，這都是我的小我囉，「不知如何是好？」、「不知我的東西能夠幹嘛？」然後就說：「這些東西根本就是有一堆基礎沒有打，怎麼辦？」…就所有的不確定都來了。

(2)老夫少妻part1：覺察他們的投射

最有意思的就是有一個老先生，60多歲了，娶了一個30多歲的外籍配偶，然後他就一直在跟我說話，我昨天上下都是白的，他說：「老師，我太太一看到你就覺得妳全身是白的，一定可以幫她。」(笑)他跟我說好多什麼他太太…，因為他是家暴，他太太也家暴……然後就覺得想要把我當…不曉得是什麼。所以這裡就掉到一個地方，就是兩個危險嘛，第一個危險是，我其實幫不了他，第二個危險是，我不小心就會像是要接受他的投射或邀請，想辦法去幫他，所以我覺得那個很好玩的過程是，有一點像是前面的工作根本就不是我認為我做得來的，可是我還是會做它，對不對？

(3)面對：一次次回到自己，以及回到現場彼此的關係

所以我就一次一次再回到自己，然後回到跟他們的關係。所以不管他們說什麼，我就聽一聽，雖然我的慣性會有個分析、或看見、或理解，我就把它放到我的心，然後說「交給祂們」(笑)，或者就是以跟他們連結的狀態繼續去聽、繼續去聽，所以就還是走得很順，我帶著他們跟父母說一些話，父母的關係，然後就開始看到有一些柔軟的心、有一些小小的眼淚。可是那個最特別的是，我平常常常會把手放在別人的胸口後面唱歌嘛，可是昨天不知道為什麼，有幾個人，尤其是有幾個男人，那個歌聲突然變成「哭調仔」那種聲，不是聲調變了，Hallelujah還是Hallelujah，音準沒有變，可是就像是哭泣地在唱，到了某個人的背後，就有點突然變得…一直那種大大的嘴巴，大到要打哈欠的那種聲音要唱歌，可是一離開就好囉。然後我就覺得這裡真的很珍惜是說，我能夠碰觸到他們，而他們的東西也透過我的歌聲流出來了，我覺得那個可能帶給我的比較是一種連結感吧，因為我覺得工作最困難的是，你找不到你跟他之間是容易溝通的連結感，然後我找不到一個容易的語言，相信他們可以收下去，然後會看到幾個懷疑的眼睛，後來就有一對夫妻就真的離開了，其實我對他們也沒有印象，因為他們進來不到半小時就離開了。

(4)放掉懷疑與不確定，現場椿腳的支持

好，我要說什麼呢？我要說的是，到了下午，我就是所有的懷疑都放掉，所有的不確定都跟自己放掉，然後我就跟自己說：「我只能做我能做的，不論結果如何，我就是只能做我能做的。」所以我就沒有改變我的計畫，雖然覺得他們根本沒有準備好，我就說：「來！這個爸爸，我幫你做，你的喝酒跟不喝酒的你，你老婆

說你喝酒，你要做你喝酒的嗎？」然後他就點點頭，旁邊就有一個媽媽說：「那我也要！我也有。」(笑)然後我覺得是，當他們的命運開始細節一節一節被打開之後，全部的人都心敞開了，然後他們很安靜地在旁邊看，雖然我每次說：「有沒有人要幫我當代表？」都沒有人，就是在旁邊那樣看著，那因為一半是男的嘛，所以他們上來我也會覺得說：「算了。」(眾大笑)可是就有一個比較柔軟的、年輕的媽媽，還有一個社工，他們是我的thiau-a kha(椿腳)，不然只靠我自己我也會不太確認我檢查的是不是全貌這樣子。

(5)被小孩指控的繼父的內心真感情

所以就一個一個解開，然後各種東西，因為它有時候還會牽涉到政治性的謊言嘛，比方說，爸爸就說：「我只是這樣，可是小孩就跟社工說我用香菸燙他，我沒有。」然後那個媽媽就說：「對啊。」也替爸爸說話，後來才知道，原來這小孩是…因為一排這小孩就完全往外跑，我說：「他應該在看一個人，應該是他的爸爸吧？」原來這小孩的前爸爸死亡了，所以這是再婚的爸爸，然後就是得要往下這樣子走。所以那個很好玩的是，社工就問我說：「老師，那怎麼辦？他們都不承認他們有怎麼樣。」我說：「當他們在敘說故事的時候，我覺得他們這個故事是編好的，可是當我站到那個能量上的時候，這個繼父就對著這小孩說，那個聲音好清楚：『(台語)我告訴你，我娶了你媽，你就是我兒子！』」知道這意思嗎？「我已經娶了你媽，你就是我的份了，你不甩我也好，不理我也好，我只是會無奈，再怎麼樣我會負起這個責任」，那個時候我把這句話講出來，旁邊那個爸爸整個人是真感情的，我就是說，他也許有說謊，可是他的心是正的，<u>也許他們會撞不上(?, 11:10)</u>…因為這孩子一直在看著他死去的爸爸，所以我們在做的是這個繼父跟那個死去的爸爸的溝通，知道我的意思嗎？然後透過這個動能了解，下課後就一直要跟他媽媽說：「你應該要站在什麼位置…」因為只要這個媽媽擋在前面，繼父退在後面，這孩子在這裡，這孩子就穩定了，可是這媽媽如果跑掉了、不理他，只有這孩子，這個爸爸根本就管不了他，知道我的意思嗎？可是媽媽就說：「社工怎麼樣…」我就說：「喔，我要教你怎麼跟社工說話…」我就寫了幾個秘訣給她。可是我說的是，當生命這些真實的苦，我覺得它是人性共通的時候，全部的人都好專注「在」喔，好專注好專注。

(6)老夫少妻part 2：為他們工作

然後那個剛開始一直要叫我幫忙的60幾歲老先生，就一直點頭，他說：「老師，你說的，跟我的都很同意。」那種感覺就有一點像是，他娶了一個年輕的老婆，可是這過程他也損失很多金錢，而他一直懷疑她有外遇，他太太一直說她沒有，可是那裏好特別，我說：「來！你告訴我你結幾次婚，把你所有的老婆名字都寫出來。」我就問她太太：「你告訴我你結幾次婚，把你所有的先生…」她說：「(台語)五次。」先生當場說：「(台語)五次！你不是跟我說三次？」(眾人笑)那種感覺就覺得：「我不是要來當你的清官的，你們所有的家務事都不是我的責任。」可是他一直想把我當清官，有點像是：「老師，你勸勸我老婆，叫她跟我坦白，我們就沒事了。」然後這些都不是我能管的嘛，可是呢我就做了一個工作，就只是他們兩個，然後就是「干擾這個爸爸在婚姻中和平的」、「干擾這個太太在婚姻中穩住的」，我就是完全用代號，然後那工作就讓他們就都穩下來了。然後我開始覺得，我在別的地方都沒有這麼權威過，我就說：「來！你們兩個，現在坐下來，你，0到10，到底有多少想要這個家好好的？」他就立刻說：「10。」我說：「再一次，回到你的心，真心話。」然後他又說：「10。」然後那個太太其實她整天都說她聽不太懂，可是她一坐下來，居然就說：「老師，你剛剛那裏有個佛過來，那裏有一道金光，那個光就跟這個火的顏色一樣。」我覺得她在能量層次才跟我們同在(笑)。雖然她聽不太懂，

可是輪到她我就講很慢，我每一句都問她有沒有聽懂，然後我說:「那你給我0到10。」他們就說:「10。」我就為他們祈禱，然後我就很嚴格，我說:「我跟你講，你所有的懷疑，都會讓她想離開，你知道，你剛有看到嗎？」他說有，所以就開始這樣的方式工作。

(7)跟心涼的爸爸一起為孩子唱歌祈禱

然後旁邊就有個爸爸一直冷冷的，我叫他怎麼樣…因為我就私下跑去問他，他說:「我現在跟我兒子的關係就是，我只要不要讓他惹火就好，他要打電動、他要做什麼，我講什麼話都不聽，什麼家事都不幫忙，我就算了。」我說:「你這種心涼了是覺得管不動，這是最好的方法，還是因為你被法院處置，所以你就慶新(?，15:10，死心？)了？」他說兩個都有，因為我就問每個人要工作什麼，他就跟我寫「無」嘛，我說:「雖然你寫無，我還是要幫你工作，來，(邊拍椅子)坐過來。」然後就很小，我說:「因為你沒有想要打開什麼，我就替你兒子祈禱好了，你還願意陪我一起唱歌嗎？」我們就只是寫了他兒子的名字，點了一盞燭火，然後我們就一起為他孩子唱歌，我就說了祈禱詞。我跟他們在一起，其實很好玩是，他們比一般我們這樣的課說「神」的時候，跟他們感應其實是更多的。所以我說:「謝謝宇宙的光來到這邊，就像這個燭火一樣地溫暖，安慰這個爸爸的心，讓這個爸爸已經放棄孩子的涼掉的心，還有一些溫暖，雖然他說他很平靜，雖然他說他已經不要再干涉了，但是我希望他是帶著溫暖在旁邊觀看的，謝謝宇宙溫暖他，然後把那些他因為被處罰的挫敗啊，被孩子反抗的挫敗啊，那個心的裂縫啊，弭平。」然後他就淚流滿面了，就是一個本來是很理性的那個男生就淚流滿面了，我真的可以懂他的心情，我說:「來！點蠟燭，你這個年紀應該用過火柴吧？」然後他就說:「有啊，我從小第一天第一件事情就是點火、shio chau、chua shio chui(台語，起灶生火燒水)。」然後我就完全可以懂他跟我說，他孩子你叫他做什麼都不要的那種失落感，你知道我在說什麼？因為他小時候是這樣長大的，可是他兒子是很不一樣的孩子。

4. 小結論:工作之流來自完全臣服於眼前的處境

所以我只想分享這陣子是，所有的工作的流都直到我完全臣服於我所要面對的處境(笑)，然後臣服的意思是說，好，所有我以為可以做得更好的方法，其實都沒有用，我唯一能做的就是我現在要做的，然後，不怕，也不被原來自己的形象拘束住。然後就有個媽媽就看著我:「老師，你這樣很累吼？」雖然冷氣很強，我其實是全身大汗，她說:「可是老師，你這樣功德無量。」(眾人笑)我覺得就像是在跟他們交心，然後就會相信他下個月會再來，然後我交代他們的功課假設他們做了，我們就可以看看有沒有東西可以再解開。好，所以這是我身為守護者的一點小經驗的分享，解析的部分我還沒有寫清楚，但是就是故事表面的分享。(錄音結束)