



# 【叙事社群】雙月刊

二零零九年一月 (第二期)

【叙事社群】呱呱落地快三個月了！成員都是大忙人，以工餘時間抽空投入、營造、建設、追尋.....。大家對上一期創刊號的面世都嘖嘖稱奇，慨嘆那裡來的時間、題材、動力.....?? 這就是「社群」的力量吧！一般社群的力量可以是正能量也可以是負能量。社群的言語、文化、真理、權力的威力無窮，若我們不假思索接受了，它可以對我們起著興邦喪邦的影響。成功、受歡迎、乖、美麗.....一般都是能夠配合社會標準才能享受的美譽。可是，有多少個鄰家的孩子是因為學業成績欠佳而變得失去自信，自認失敗者。又有多少個長者是因為再沒有生產能力而被白眼、歧視！【叙事社群】就是要打破成見、框架，提供一個互相尊重、尋覓自我價值、生命意義的平台。我們希望透過「社群」成員的共行和對生命故事的好奇，互相幫助、學習、勉勵，重塑和諧的生活態度，使活得更精彩！

## 【叙事社群】的一分鐘介紹

「叙事社群」的理念來自「叙事治療」——一個較新的輔導學派。叙事治療認為人生就像一個生命故事，問題原於當事人祇留意其生命故事的一部份情節，而這些情節串連起來就令當事人感到困擾。「叙事治療」認為當事人是其問題的專家，透過與當事人共行，關心他們，並以好奇的態度作出提問，能夠讓當事人豐富其生命故事，尋回他們潛在的解困經驗和能力。「叙事社群」就是要把這個理念普及化，並推廣至普羅大眾在日常生活上的應用，鼓勵彼此尊重，使個人生活得更自在，家庭及人際關係更和諧。（欲進一步了解【叙事社群】，請留意下期【叙事社群】的三分鐘介紹。）

## 【叙事社群】續個捉

叙事社群成員是創社時邀請，曾參與本社聚會、課程、工作坊後都歡迎加入成為社員，當然，因應你的時間或志趣，在沒有壓力底下一起參與或籌劃社群的活動，至於暫時冬眠或停止活動是絕對不成困難的。社群成員不是權力中心；是平等的參與、生活態度的投入.....。目前社群成員除上次介紹過的Andy, Kin, Colin 和 Kitty，還有 Raymond, Ponnice, Cin, Sandy, Angela, Melissa, Chiu Lun, Piano, Cecily, Shan, Chu, Eric, Mandy 共十六人，我們還不時會邀請新社員，壯大不牟利的社群工作。

聯絡：[Kitty Lai](mailto:Kitty Lai) 9773-3393

電郵：[enquiriesnc@gmail.com](mailto:enquiriesnc@gmail.com)

網址：<http://www.narcommuity.org>

相關網址：[www.dulwichcentre.com.au](http://www.dulwichcentre.com.au)

地址：香港英皇道 250 號北角城中心 1905 室（炮台山港鐵站 B 出口右轉）

# 社群服務路途上的尋覓

## 法律是公正的嗎？！

秦安琪

一直以來，堅信法律是公正的，每一個人法律面前都得到平等對待，法官更給我公正的形象。因去年五月的一宗交通意外令我經驗法律公正的一面，也讓我經歷和目睹法律高高在上，語言與權力的打壓。

因為自己的直率，在警察面前表現思索猶疑的模樣，便成了危險駕駛的被告，上庭的前兩天，負責的警員突然叫我到警署打指模，當我問為何未上庭便先打指模？他說是為了我的利益，以免當天要保釋（那豈不是已把我定罪嗎？）。那天晚上經歷了犯人拿著一面有自己檔號的紙牌拍大頭照，接著是為每一隻指頭打指模、作紀錄，它們從未如此被重視…

四次上庭，每一次都有差不多 60 人擠滿了法庭，由小販阻街到違例泊車，大部份人都顫抖的站在被告位置，聆聽主控官的指控，跟隨程

序回答法官的問題。頭三次上庭經驗到法律是公正的：提堂時，我毫不猶豫回答法官：「不認罪」時，法官驚奇地問：「妳不認罪？妳可知道如不認罪，再審時可能要停牌半年或入獄？」從事件發生到這一天沒有任何政府官員告訴我有甚麼後果和權利，我只有傻傻的望著法官，她說：「妳沒有找律師？」我搖頭，她說「妳先諮詢律師的意見吧。」很感激她啊！

第二次上庭時我大聲回答「認罪」，因我說的確看到綠燈的，相信我是看錯了前面的綠燈吧，法官便說：「控詞裡沒有這一點，而她駕駛 10 多年，從沒有紀錄」，便請主控官考慮把控罪改為不小心駕駛。她真是我的救星呢！

第三次上庭時告知法官案情描述出現問題，剛好把對方和我的行車線和方向調換了，休庭後

法官憤怒的向主控官說：「點可以咁架，我怕告錯人，妳哋搞清楚先啦。」

第四次上庭經驗，法律是公正的？？我不敢肯定了。

法官：「妳認唔認罪？主控官已經改咗案情喎。」

A：「裡面還有兩點唔準確的，同埋有一點唔清楚。」

法官：「妳講妳認唔認罪先啦。」

A：「但..」

法官（聲線提高）：「妳話妳認唔認罪先？我上次已經幫咗妳喎…如果妳唔認就排期審訊啦，主控官要求將控罪改回危險駕駛架。」

A：「咁即係無得講，要認罪啦。」

法官：「我唔係迫妳架，咁排期啦。」

A：「咁認啦。」

法官：「咁妳同唔同意案情？」

A：「同意啦。」

法官：「妳唔認就告番妳危險駕駛，要停牌 6 個月架，咁有無嘢講求

情？」  
(權力的打壓下，還有甚麼好說？也不洩向她求情。)

法官：「罰款兩千，下面三樓交啦。」

這天，也讓我見證法官是一位河東獅。

一位被告缺席提堂多次，在提堂時不認罪，於是排期再審，

他問：「法官，可唔可以喺屯門審呀？」

法官大聲地說：「唔得。」

他：「法官，妳聽我講咗先啦。」

法官撕聲地：「你出去。」

他：「法官呀，妳…」

法官撕聲地叫：「庭警，拉佢出去。」

不久，他再走入來：「法官呀，妳點解唔聽我講呀，妳聽咗我講先啦。」

法官撕聲地：「你講啦。」

他：「我剛出獄，沒有工作，由屯門到這裡來回要 50 多元，可唔可以喺屯門審呀？」

法官撕聲地：「都話唔得咯。」

為甚麼不可以呢？為甚麼不可以體恤那位剛出

獄沒有工作的市民？不可以向他好好解釋嗎？為甚麼沒有人告訴我們擁有的權利？為甚麼對不認識法庭程序或不認罪的普羅大眾高聲責罵和咆哮？香港的法律精神不是假設人是沒有罪的嗎？也問自己為何沒有像那位先生的敢言，把對主控官和法律程序的質疑表達出來？



### 【叙事社群】成員的回應

KK

### 感謝 KK 的回應

秦安琪

很欣賞安琪的分享，因為從她身上我看見了她戰勝了社會的主流論述，要一個大學講師寫出自己一件被社會認為「醜事」的勇氣可真不少，她的分享讓大家都再一次的反思社會上的主流價值如何影響人的生活。

要對抗「高高在上的法官」確實不易，因為社會賦予了法官「專業」身份與地位，而「專業」也往往認定了法官/法律「應有的」故事，它太容易令我們想到「法律是公正的」這主題，也令我們尺規了法律中的多元性。

安琪的故事讓我再一次反思到生命中並不一定是二元對立，「非白即黑」的，也提醒了我，生活中不要讓「行業」、「職業」、「專業」框架了我對人生命的看法/好奇，因為或許在生活中少了這些標籤人生命的假設，我們可更用心的與人接觸，感受彼此生命氣息。

我相信「職業」不能完全的盡說出一個人的身份及其生命故事，假設某一行業的人是某一類人也欠公允，因為在我的生命中，也曾遇見正直不苛的法官、盡心盡力為市民服務的公立醫院醫生、溫柔細心的內地貨車司機……

記得那天各位成員的提問後，令我最感驚訝的是我一向會為別人經歷的不公平事件作回應和對抗打壓他們的權力，可當不公平的事件發生在我身上的時候，那個服從的我卻顯現出來，為何不懂為自己討回公道？是對自己有點不滿的，但想當中我持守和要保護的是甚麼？

今天還懷著 Andy 傳送 KK 給我的迴響時那份開心、感動的感覺，或許這是第一次收到迴響；也為這個叙事社群的歷程而興奮啊！KK 對「專業」、法官「應有的」質疑，及形容不同人士都可以有盡心、溫柔的一面，正喚醒了我為何不去投訴？不為自己討回公道？因我不喜歡「全人化」，也深信每一個人都有真誠、美麗、關愛別人、...，只要「有心」，我們一定可以看得到、捉得到、...。

叙事和社群的力量有多大？經驗過後便知道它們的力量了！！

# 敘事人生的我見

## On De-Centering

Josanna Lai

Speaking as a narrative therapist of eight years, my understanding and grasp of the concept of de-centering has been "inching" forward bit by bit.

Centering on oneself in my view is a very ingrained part of our everyday life. We think what is right and believes in what is right for us and then act on it. We think what is good for ourselves is also good for other people. In my own experience as a therapist, the difficulty in putting oneself in a de-centering position within the therapeutic context largely rests in "stripping oneself of the personal, social and cultural milieu with which one is familiar and trying to leave behind the narrative discourses and values which govern our usual ways of thinking and feeling. It is like going to a foreign environment in which we need to have a meal but without our usual and familiar eating utensils. We have to "improvise through curiosity". The therapist who decenters is like ridding of one's own "cognitive

baggage" is then able to rely on curiosity as the guiding principle in our journey with the person who seeks consultation".

Why do we need to de-center ourselves as much as possible in a narrative conversation?

- 1) Narrative therapist questions "expert power". This expert power is also nested and rested within the expert's own personal, social and cultural milieu, together with narrative discourses and values which govern the "expert" ways of mapping out the world;
- 2) Narrative therapist believes that each individual is their own expert in life. What "constitutes" a therapist does not suit and may stand in the way of the other person developing their own expertise in solving whatever problems facing their own lives;
- 3) Narrative therapist's CENTERING on his/her ways would render invisible to any sparkling moments or unique outcomes achieved by the other person

which are certainly tenuous, thin and might not be easily detectable;

- 4) Narrative therapist's CENTERING on his/her ways would contribute to any improvements made by the other person as either "taken for granted" or making it difficult for the other person to feel "empowered" on account of his/her own agency of making changes for themselves

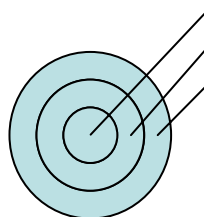
Let me use not a therapeutic story but an everyday one to illustrate how difficult it is to de-center oneself in our everyday conversation. Imagine you are a western trained doctor and your friend happens to be newly diagnosed as having cancer. Your friend is seriously thinking of turning to alternative medicine for treatment. Which questions might be running through your mind?

- 1) Use your expert power to "persuade" your friend?
- 2) Use your status not as an expert but just as a good and caring friend to persuade him/her?
- 3) Cast aside your western training and all the years of experiences as a doctor, as a scientist; slipping into the role of a caring friend to WONDER

why your friend might want to try alternative medicine? What is the foundation of your friend's decision? To support and eventually to honor your friend's decision no matter what it is at the end of the conversation

I hope that little story might help to constantly remind us it is not easy but difficult to decenter ourselves especially when it is always so very tempting to cast ourselves as "expert". In addition, reading from non-contemporary sources has been helpful to me in trying to see the world in an entirely different light - literally putting oneself in a different paradigm. In short, decentering is demanding and takes constant vigilance, practice and practice.

If this piece of writing arouses any further discussion and exploration with the writer, I can be reached through: wfchan@cuhk.edu.hk



# 實踐多倫多

Cin

十二月本地娛樂版（甚至部份報章之港聞頭版）盡報倪周戀情發展。從「我的伴侶絕對犯得起這個錯誤」、「問責分手」到「動搖過，才懂得堅定；失去過，才學會珍惜。」，佔盡了最少半個月的報章話題版面。廣大市民對此議論紛紛，甚至對男女「三」方口誅筆伐。一時間，對婚姻的討論，又成了大家爭論的話題。

人人站在最高的道德崗亭，指手畫腳地審判一番。一時間那些「婚姻的意義」、「男人專一的重要」、「婚前婚後男女間相處之異同」、「男未婚女未嫁，小三無罪」云云．．那些道德、真理又通通跑了出來。從娛樂版的報道、名人回應、本地新聞組都在指責那個花心男人、開放少女和那個情癡女友。

偏偏和家中印印談起這件鬧得滿城風雨的婚事，卻又有另一面向．．．

印印問了我幾個有趣的問題，她問：「那女的幫那男人生了男孩沒有？」、「那女的為何未結婚便和那個男的住在一起？」、「那大學生的爸爸媽媽為何那麼晚還讓她在街外？」、「那大學生在印尼一定給人拉，穿那麼少布。好核突。」、「那男的年紀那麼大還不娶老婆？他沒錢嗎？」．．．在印尼人的世界和道德真理似乎和我們的很不同。原來，在她眼中，女人們才是最不對——因為元配沒替那男的生男孩，活該人家去找別的女人；未嫁的女子不該晚上外出與男人有親密接觸。其實，從她口中，我還聽到一個對我們而言可能有點衝突的故事——她有一個朋友來香港打工的原因是要找錢給他的丈夫娶他第二個太太，原因是結婚五年來她只生了一個女兒。

是否聽來有點荒謬？實際上不同文化成長的人對同一件事物的看法是迥異極大。人們傾向接納學自社區、家庭、同伴、師長等人所育的知識才是「正確」、是「真理」，是社會「合理倫常」。這次的女權、男權、婚姻、家庭、金錢、社會地位、社會對特定人物的期望等等當被放在我和印印這兩個普通港印女人中，立顯異地成長文化差異，和當中在我們體內內化了的「真理」差別！「文化」和「真理」無可避免地讓我們在判斷事情、批判別人的角度中各自選擇了不同角度，這近乎對立的立場並未有因為我們的友好而在我們心內有所動搖。哪個是香港的真理？哪個又是印尼的真理？真理不是真理嗎？「香港的」為何和「印尼的」不同？那又是不是真理？在各自文化環境中培養/學習回來的「真理」，在我們心中牢固著。

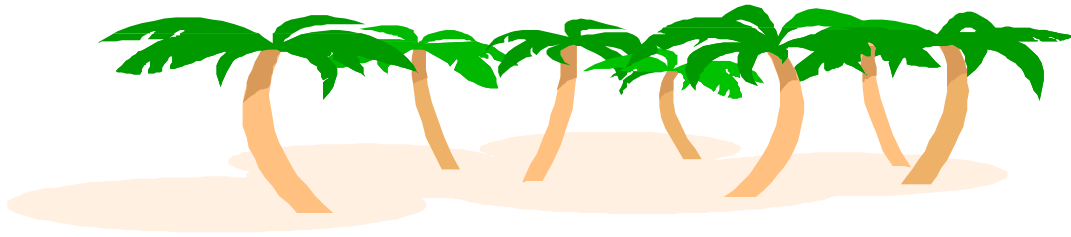
「真理」的確讓我們有效率地「處理」世界各種「問題」，減省我們在每一次思考「問題」需「分析」的時間。可是，我們是不是太依賴「真理」了？它是不是同時蒙蔽了我們一些視野，把我們困在另外一些困局當中？

不如跳出來，讓自己看看在生活充斥的「真理」，自己總會約定俗成「服從」和「回應」的真理——看看如何和它「和平共處」、「相敬如賓」，也許可以從新有一個新生活面向。

沒有困局，但可以在局中活得自在。這就是敘事路。

# 【敘事社群】成員的回應

我們鼓勵讀者於閱讀別人的作品後作出回應，透過互動，、交流、分享、再交流、再分享，以豐富我們的思維、生命.....。



以實踐、重溫、參與、共行、熱愛生命 - 融會社群主題

## 社群動態 - 回顧與展望

【敘事社群】成立以來曾舉辦了三個工作坊，分別是：

1. 23.10.2008 - 13.11.2008 (逢星期四)晚在北角城中心舉行
2. 14.11.2008 - 5.12.2008 (逢星期五)晚在屯門仁愛堂中心舉行
3. 25.11.2008 - 16.12.2008 (逢星期二)晚在北角城中心舉行

另外，【社群】成員在十二月七日晚聚首一堂，為過去舉辦的工作坊總結經驗並檢討，還邀請了曾接受敘事治療的當事人一家現身說法，敘述他們的經歷和與家人重拾和諧的轉變過程。

【敘事社群】在春節後將與香港家庭福利會合作，為東區學童、家庭主婦及在職婦女舉辦課後活動及工作坊，目的是把敘事的理念帶到社群的不同對象，鼓勵社群成員運用概念於日常生活中，以強化他們的自我形象，並建立和諧的人際關係。

1. 6.2.2009 & 13.2.2009 (逢星期五)下午在家福會舉行小組活動
2. 5.3.2009 - 26.3.2009 (逢星期四)下午在家福會舉行非工作婦女的工作坊(時間有待作實)
3. 6.2.2009 - 27.2.2009 (逢星期五)晚上在家福會舉行在職婦女工作坊

## 通訊角



【【敘事社群】成員及工作坊學員請注意!! 【敘事社群】預備了一些有關敘事治療的書刊讓大家借閱。部份書籍更以集體購買的折扣價讓大家選購。有興趣者，請與 Kitty Lai 聯絡 (電話：9773-3393)。

在此感謝一位朋友割愛，容讓例子去給敘事信件的應用有一個討論平台：

討論回音請寄 [enquiriesnc@gmail.com](mailto:enquiriesnc@gmail.com) 并請註明可在下期出版與否

阿芳：

上次和你談話，我感到你對兒子的關懷，親切和盼望。內裡包容了：

- (1) 信任、親切、血緣
- (2) 容納對方未能表達的情感
- (3) 對將來的憧憬

你提及兒子有三兩次希望有你作伴，一同進入夢鄉，但你有一些保留，是甚麼呢？

- (1) 別人的標準，尺度？
- (2) 一些你和兒子的距離？
- (3) 不能承擔的將來的未知之數？

你也提及和自己的兄弟妹的聚會，是融洽的；是充滿歡樂和喜悅，可徹夜不眠的，是甚麼阻止你和兒子也能一同參與？和你們一樣，又或者你和兒子也能像和兄妹一樣開心相處？

在妹妹及同事稱讚兒子當中，我們看見你的喜悅、歡欣、安慰，是甚麼制止你也能欣賞兒子的關懷、好處、優點？

在你堅持工作，人生路上，沒有多大資源，可以聽見你沒有多大抱怨，是甚麼制止你和好朋友一起，在人生路上邁進？

實在盼望你能找到你喜愛的信念，邁向愉快的人生路上。



## 徵求稿件

【敘事社群】日漸長大。隨著我們走進社群，接觸我們的人越來越多。我們歡迎大家參與、提問、貢獻 --- 這正是【敘事社群】的特色！這是你、我、他的平台。請投稿，把你的所見、所聞、所感，透過寫、畫..... 各種各樣的方式讓我們知道。你會有意想不到的收穫。請勿錯失機會！以下的空間預留給你。

你的平台

非賣品 本刊保留所有文章及圖片的版權。如欲轉載，請與【敘事社群】聯絡。