



## 擁抱靈魂的天使 張艾如

2017-04-19 記者 林有成 報導



一雙專注的眼神與一抹燦爛的笑容，加上一顆廣闊的心胸去仔細傾聽，並在相互交談間漸漸使人敞開心房，解決人們心中的疑難雜症。身為解離性人格專家的臨床心理師張艾如，帶著上天賦予她的才能，釋放一個又一個被困在社會牢籠裡的靈魂，也用屬於她的溫暖，滋潤每個曾受過傷的靈魂。

### 該走的路 該受的磨練

三十年前，高中第三類組大多仍隨世俗的腳步前進。當時立志成為醫療者的張艾如，雖未考進醫、牙相關科系，但仍選擇三類組的心理系就讀，看似平凡的一個抉擇，對她來說卻是一條老天爺為她安排好的路。

大學期間，她曾想過要參加四醫聯招（當時四個醫學院另外聯合招生），轉往醫學系，但卻錯過考試時間與他人勸退而打消念頭，「老天爺不讓你走就是不讓你走」她笑著說道。



張艾如本人照片。（圖片來源／張艾如提供）

臨床心理師是台灣醫療界唯一需要碩士證書的醫事人員，當年她摒棄與指導教授出國進修的機會，而留在台灣念書。「或許出國攻讀臨床心理博士後，現在生活會變得很不同，但我覺得這就是命吧！」在研究所時，她在桃園念書，上課地點卻曾在台北、當天還要坐夜車下台南收論文，假日前往高雄親人家裡，回北部途中才會經過台中的家，就這樣每個禮拜五個地點，跑了三年之久。

研究所畢業後，她已在長庚醫院擔任臨床心理師，而後被國防醫學院與三軍總醫院挖角。當時已具備教育部相關資格的她，接下醫學院所有心理學的講師課程，也同時是全職的臨床心理師。因為身兼教職的緣故，所以職等最高，而必須處理行政事宜，再加上對外演講的部分也要親自上場，才能帶領其他人接班。

除此之外，她還同時去攻讀博士班，只為了告訴大眾，許多事情與一般人的認知有很大的落差，因此她認為她必須要有個博士頭銜，才能使他人信服。同行都笑問她，身兼如此多職該怎麼活，但正如孟子所講：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚。」張艾如那些年的人生，充分的體現了這句話的精髓。

媒體歷屆廣告

#### 推薦文章

- 台灣電商 行動新主流
- 就是字 教育與設計並進
- 擁抱靈魂的天使 張艾如

#### 總編輯的話 / 洪于婷



262期喀報頭題為「無性無愛？遲緩兒與性犯罪」，用較為犀利的筆鋒評論，帶領讀者正視弱勢族群的性犯罪議題。

#### 本期頭題王 / 范瑀真



曬太陽有益身心健康

#### 本期疾速王 / 林有成



有成是我，在一個香火鼎盛和四周都是田地的地方長大，不管如何，開心的過每一天，才是最重要的！再怎麼平凡的事情，一定含有其不平凡的內涵！

#### 本期熱門排行



就是字 教育與設計並進  
何家沂 / 人物特寫



無性無愛？遲緩兒與性犯罪  
范瑀真 / 影評



拒絕貪婪 阻止血腥盜獵  
張博倫 / 文化現象



擁抱靈魂的天使 張艾如  
林有成 / 人物特寫



每天一萬步？冷知識大解析  
王廷瑄 / 文化現象



張艾如在幼兒園向家長演講，提及應該如何傾聽與協助小孩。（圖片來源／新新幼兒園提供）

## 人生的轉折 自行開業的起點

「我爸爸常說：『我女兒這麼忙到底要忙到何時？』」她淡淡地說著。

每次她同事下夜診，都還會看到張艾如在勤奮工作的身影。本該下班的她，總認為若能多接幾個個案，那他們就不需要白天請假，也不會因此害他們失去工作。雖然時常都很晚才離開醫院，並且她的父親已開始有生病的徵兆，但她家人都給予滿滿的愛與理解，使她無後顧之憂的助人。

然而，她父親的身體狀況卻日漸惡化，最後送進她所處的醫院治療後，仍回天乏術。「我問著老天爺為何要讓我父親在我醫院過世，使我不敢踏進自己的醫院。」但她認為老天爺總會在適當的時機，尋找不同的刺激或不同的人，使人突然明瞭一些事。有次，她同事問她說：「妳是這種把自己放在後面，把需要的人放在最優先的人，那妳會不會把家人也放在後面？」

這個問句點醒了她，讓她想起或許有句話是她一直忽略掉的，「我女兒這麼忙到底要忙到何時，才能來陪我們？」因為當下這個頓悟，使她毅然決然地離職。原本打算去別人的心理治療所靠行的她，卻因為要給當時治療的這些個案歸屬感，加上可以依照個案情況不同給予不同優惠，才決定要自行開業，而開業後的她才開始逐漸懂得生命的真諦。

## 尊重與理解 傾聽靈魂的聲音

在16年前，被視為罕見疾病的解離性疾患，即俗稱的多重人格（DID），當時在半年內張艾如竟接到三個個案，使她大為震驚，但之後她才理解這本是她天職。而開業後，諸多的個案逐漸教導她許多先前不曾理解的事情。

「在我的眼裡，沒有所謂的疾病，因為疾病是人去定義的標籤，並不是少數就代表異常。」每種被外人所定義的心理疾病，對張艾如而言，只是每個生命在執行自己的任務罷了。例如，會有怕地震的人格產生，也是因為曾經遭遇過類似狀況，要幫助人不再受到危害，因為生命不會讓人重蹈覆轍。

套用張艾如的「葡萄理論」，每個人本身都是多元意識形成一個我，而人類都擁許多種性格，如同大眾所熟知的七情六慾，每種性格就如同一顆又一顆的紫葡萄，而每顆葡萄其實都是一個獨立的靈魂。只要擁有較為美好的童年，這串葡萄就會長的較為飽滿結實，所以只會被我們覺知為外顯的一個我。

然而，對於多重人格，她給予這些人一個新的稱號：「心靈家族」。因為這些人大多童年受到創傷，如同每顆葡萄遭到風吹雨打，致使每顆葡萄萎縮鬆動而散落在地，才會呈現出許多不同的人格表現。而她的任務就是幫助心靈家族的主人格成長，並照顧他們內在的所有靈魂，維持彼此的和諧，呈現更成熟的生命狀態。



此為情緒能量調節室，透過打地鼠以及擊打沙包，無後遺症的身體活動，釋放過多的能量與負面情緒。（圖片來源／張艾如提供）

見過無數心靈家族的她，有個個案其中一個靈魂屬於墮落的天使，自從懷孕就開始折磨她的母親，成長歷程間也常出事，使其母親不堪其擾。後來得知一切是依循著這位母親的前世因果，與個案中的這個靈魂，兩者是相互對立的關係。

張艾如則秉持一顆理解的心與它對談，也因為張艾如能正確了解與關心，所以這個靈魂才願意現身回答。種種奇特的經驗，使她更了解生命的意義以及適當運用她的理解力，去關懷這些被誤解或曾遭受創傷的靈魂。

外人常說光明要滅掉黑暗，但她認為每個生命每個靈魂都是平等的，都只是在執行自己的任務，如同太極陰陽調和。這些看似較為黑暗的靈魂，只要用心去照顧且理解，都能成為生命中的意志力、勇氣或爆發力。每個靈魂的出現都有理由，學會尊重與理解這些生命，適時的排解心中累積的負能量，就能使自己成為一個更加成熟穩重的人。

## 踏穩腳步 自有安排

「老天爺總會在最適當的時機帶你轉彎，因為當上天需要用到你時，會將一切都安排好。」她認真地說道。

因為她開業後堅持非營利的助人理念，而換來了平順，沒有諸多的紛爭。因為她相信走在該走的路上，就會得到老天爺的照顧，讓自己能夠安穩的走完接下來的助人旅途。

「我們就認真的走每一步，一切自有安排。」她也認為每個人就讀不同科系、從事不同行業，都不是偶然，而是身帶著某種任務，在適當的時機一切都會明瞭。所以，當開始感到徬徨，開始心情低落，不妨想想劉德華的笨小孩歌詞所寫：「往著胸口拍一拍呀！勇敢站起來，不用心情太壞。向著天空拜一拜呀！別想不開，老天自有安排。」

3U生活圈

3U生活圈

就是字 教育與設計並進



台北市政府於今年二月推動「3U」計畫，聯合其他縣市整合YouBike、U-Motor及U-Car等運具，以共享經濟創造3U生活圈。

介紹造字團隊就是字的理念和字型產業的現況

[前往 Facebook.com](#)

▲TOP