贫穷，是一种受虐

在上海被封的这大半个月里，我的生活重心发生了很大的偏移。封城之前，我的注意力集中在减重，了解一些医护知识以及学习专业上，但是封城之后，我的注意力迅速聚焦在了“抢菜”、“团购”、“疫情数据”上。隔一两天的早上，我要在6点或者8点半之前做好“叮咚买菜”上的抢菜准备，到点就开始拼手速。是什么导致了这个目标重心的改变？

用一句网络上的流行梗：“贫穷限制了我的想象力。”贫穷带来的“管窥效应”：管窥（Tunneling），是指专注于某一件事就意味着我们会忽略其他事务，也叫“隧道视野”。贫穷的本质就是稀缺。稀缺导致了我们的“管窥之见”，它让我们一门心思的专注于管理手头的稀缺，往往忽略了其他可能更重要的事。当然，我的稀缺只是个短期问题。但在家庭养育的长线任务中，出现稀缺带来的可能就是糟糕的后果。

宾夕法尼亚大学的认知神经生物学家玛莎·法拉赫（Martha Farah）及她的学生金伯莉·G·诺布尔开启了一项关于贫穷和儿童大脑发育的相关研究。经过对全美1099名儿童和青少年的大脑结构的研究发现，父母的受教育程度和家庭收入与儿童大脑皮层的表面积相关。家庭年收入低于2.5万美元的儿童的大脑皮层表面积比超过15万美元的儿童小6%，这种相关性尤其体现在一些负责语言加工、冲动以及其他自我调节的脑区中。

逆境将会加速幼儿大脑的成长和成熟，但这种成熟不是好事，它使得幼儿的大脑缺乏“可塑性”，这会改变大脑结构，而这或使低收入家庭背景的青少年学业成绩比其他人低15%-44%。

可能你接着要问了，那这和管窥效应有什么关系呢？

贫穷的本质是稀缺，而稀缺物将像吸管一样攫取着个体的注意力。这并非是意识层面可控的，潜意识里稀缺物带来无尽的忧虑和联想，破坏了人的现实感。这就像电脑无穷尽的后台程序把CPU拖慢，这很可能让我们把眼前的事情也搞砸。

往往贫困者的注意力都在糊口上。高强度低收入的工作足以榨净人的认知以及情绪空间。

很低的抗风险能力也易使人焦虑和恐惧过载，这时即使眼前有一个孩子急需情感的支持、照顾，可能贫困的父母也无力回应孩子的情感需要。研究的另一个结果显示：在低收入家庭中，父母给孩子的支持较少，孩子也更容易形成敌对心理，这就会导致负面结果。

贫穷是一种受虐，并持续的强迫性重复。

许艺是一个旁人看来非常出色的女生。工作能力很强，善言谈，长得好看，有人缘，所有认识她的人都认为她应该积累了不少积蓄，能够拥有安稳的生活。然而只有许艺自己知道，她实际的生活有多岌岌可危。她确实收入不错，但她很难存到钱。她控制不了自己乱花的冲动，她会给朋友买昂贵的礼物，也会间歇性地给自己买一些其实并不需要的东西。

在债务危机的压迫下，她进入咨询室。在两年多的咨询里，她逐渐摸到了自己内心的轮廓。许艺父亲年轻时很穷，妈妈也是一般家庭，但是人到中年后，父亲做了生意，家境发生了明显的改观。然而她父亲的金钱观并没变。从许艺记事开始，父亲花钱就很抠，还总和母亲发生冲突。在面对年幼的许艺的需要时，也几乎很少有痛快的满足，相反，更多的是说教和拒绝。受制于人，就是一个孩子被操控和打压后的感觉。和爸爸之间流动的不是亲密，理解，尊重。而是焦虑、恐惧和敌意。

然而当她真的要自发地为爸妈买点什么时，她很少得到正面反馈。爸爸会责备她乱花钱，让她不要忘记没钱的苦。这话一如当年，爷爷奶奶对许艺爸爸反复所说的话。现如今，它变成了传家咒，被许艺接了招。幼年接招是没得选择的。孩子百分百地依赖父母，只能顺应父母的要求和输送爱的方式塑造自己的模样。而爸爸用埋怨、指责打破了许艺的边界，使得她世界里的内疚总如洪水泛滥。成年后，许艺也总是会对他人的付出感到歉疚，总想要加倍报偿，而这报偿让她不堪重负，内疚和隐藏的愤怒让她总是在人际关系中处于溺水状态。这让她没有余力去和他人建立更深度的关系。

我们知道，一个人想要赚钱，必然离不开和他人的合作，而处理利益关系是需要一个人的边界既有力又灵活，人格成熟度够高。如果不是如此，可能稍有动荡，人格脆弱的人就会因无法耐受消化关系中的张力，而破坏或终结这段关系。有很多人都曾和我谈起，他们会容易交到一些很有能力的朋友，但是真的一旦要走近，去发展一些有深度的关系，他们就会感到恐惧和窒息。他们会做一些当时自己都无法察觉的事情去推远关系。

这一方面是害怕以前在早年关系中体验过的“吞没”和“施虐”再度上演，另一方面，也是认同了那个在早年关系中“受虐”的自己，无力去冲破父母划定的范围。早期的贫穷或许是物质上的。但是当它的影响开始蔓延，它最终会穿越实际的物质形态变成心理的结构，而这个结构最终又会在现实世界中投影，塑造我们的生活。

看到这里，你也许会说，那父母真的是穷，满足不了孩子啊，怎么办？是不是也是对孩子施虐了？这么说对条件不好的父母是不是太不公平？我的答案是：贫穷不是核心问题，利用贫穷对孩子施虐才是问题。

有一篇我很喜欢的文章《如果这就是溺爱，那我愿意再多爱一点》，作者毛冷瞪有句金句：“人为地给小孩制造灾难，小孩子不会看不出来。你是真的做不到还是能做到但我就是想治你，小孩子心里特别清楚。”

一个贫困的家庭，父母在力所能及的范围内，是尽可能地满足小孩，还是借机控制小孩；在力所不能及的范围内，是有耐心和孩子的需要在一起，温柔的解释，还是苛责小孩，小孩基本都能感觉的出来。

如果贫穷污染了父母对孩子原始的爱，这个时候的贫穷就成了有毒的要素，即使孩子成年后能够赚到钱，她也会在某些地方上对自己制造伤害，或者过度补偿，或者同样苛责，保留着某些贫困的伤害。更可能的情况，是内在的关系模式被搞坏了，孩子从此不愿亲近和信任人与人之间的给与得，连带着钱也被看成是个坏东西，因为所有糟糕的事情都围绕着钱在发生。

改变需要多方的资源

亨利·大卫·梭罗曾说：“一个人的富有程度，与他所能舍弃之物的数量成正比。”这里的舍弃之物，我想不仅是物质，也可以是关系、情感以及其他的一些选择。而在能做出舍弃的选择之前，首先我们必须已经有了可以保障我们正常需求的储备。这个储备可以从哪里来呢？

从玛莎及金伯莉的研究来看，如果有社会政策的制定为贫困家庭提供经济援助，这就能成为促进孩子大脑健康发育的“首付”。

从每一个物质资源严重受制约的家庭来看，如果父母能够拥有一些育儿方面的知识，在贫困的生活里能给孩子尽量提供足够的亲子语言交流和情感支持，有爱的生活氛围将会对孩子未来的长期成长带来重要的保护。

我们要相信，贫困并不必然会毁掉每一对父母爱孩子的本能。贫困未必是温情和爱的绝对敌人，即使没有瞩目的成就和物质改变，爱的庇护也能使人度过清贫却有希望的一生。