

N 耐人寻味
airenxunwei

此心不动

林紫

每年高考前后,总会有朋友的孩子打来电话,问我:“阿姨,我想学心理学,可我妈不让,说以后不好找工作,你能不能说服我妈?”

接着,不等我回应,他们的妈妈往往就会抢过电话,噤里啪啦说一堆不允许的理由,最后还会加上一句:“别人说学心理学的人问题多,我怕TA越学越不正常怎么办?”每当这时,我便呵呵一笑地“摇身一变”、假装自己是“女王阳明”——先来个“此心不动,随机而动”。

王阳明,在史册里是明代思想家、军事家、政治家和文学家,凭借“此心不动、随机而动”的独创心学,无往而不胜。在我心里,他则是一位穿越时空的“智慧督导”,总能无声胜有声地帮助我陪伴更多人应对人生难题。

人生难题,不止于选专业与找工作之间,藏在两者之后的亲子冲突,才是真正的困难。而我的任务,是将真相呈现出来,帮父母和孩子看见彼此、重建关系、共历冷暖。所以,我要做的第一件事,是先让自己“此心不动”——既不拿自己个人经验来说服妈妈们“学心理学是一个‘善’的选择”,又不否定和掩盖“有可能不好找工作的‘恶’果”,同时,还不会被“别人说”激起情绪的千层

浪。接着,“随机而动”——我会请孩子当着妈妈的面说明自己喜欢心理学的缘由,而这时,孩子往往会袒露一些妈妈从不知道的心声,比如:父母经常吵架、自己是在孤独害怕之中长大的,希望学习心理学之后,可以帮助更多跟自己类似经历的孩子;或者,自己中学好友因为心理疾病而引发了一些后果,自己想通过学习心理学来缓解自己当时没有能够帮到好友的内疚……

这时,一旁的妈妈往往顿时安静下来,有的还会开始抽泣,因为从不知道孩子不听话的表象背后,原来藏着如此强烈的心理需求。让妈妈们了解孩子的深层需求,就是把她们带到孩子的心理发展态势中,顺着孩子的目光望向前方,看看她们看见了什么;同时,我也会邀请孩子站在妈妈的角度,顺着妈妈的视线看过去,看看两人的视线有没有可以交会的地方。短暂的通话,却常常能在“不动而动”之间四两拨千斤——来电的孩子,有的如愿以偿,不但取得了妈妈的理解,还把

妈妈变成了“同学”,一起听课、共同成长;有的则采纳了妈妈建议中合理的部分,根据自己的优势选择某个本科专业,再把心理学定为未来研究的方向……

妈妈们事后常常问我:“怎样才能像你一样,让孩子说出自己真心话的同时,还能听得进大人的真心话呀?”

我依然呵呵一笑,认真回答:“‘此心不动,随机而动’——无论孩子说什么,大人都需要先管好自己的心不让他乱动,把担忧杂念和个人经验放在一边,孩子才会继续讲出真心话;真心话,就是亲子关系改善的重要之‘机’,关系中随机顺势,而不是强制逆行,才有可能共创相对的圆满。”

难得人间一遇,愿所有的孩子和父母之间,都能修得相对的圆满,练就一颗“不动心”。

M 名家名句
ingjiamingju

想象是有益于心灵的伟大乐器

林森/辑

优雅的举止胜过优美的体形。举止是一种高雅的艺术。

——爱默生

头脑并不是最主要的东西,主要的是指导头脑的东西——性格,心肠,品质。

——陀思妥耶夫斯基

想象是有益于心灵的伟大乐器。

——雪莱

我常幻想着“风雨故人来”的境界,在风飒飒雨霏霏的时候,心情枯寂百无聊赖,忽然有客款扉,把握言欢,莫逆于心。

——梁实秋

F 凡人一叶
anrenyiye

已经很好

莫小米

他的儿子生下来有智力障碍,看上去,样子也有点怪怪的。

他到哪里,总是尽量带着儿子,迎着别人怜悯的,或是大惊小怪的目光。一路上,他对儿子讲许多话,让儿子看这看那,不厌其烦地教他、夸他、启发他。

儿子后来迷上了画画。一路上所见,回家都能描摹下来,儿子画中的那些人物、景物,完全与别人眼见的两样,但,出奇地准确,是本质的准确。

尽管如此,儿子因智力缺陷仍无法独自在家。生活既不能自理,也不能单独外出,因为他会找不到回家的路。

这个儿子,现在已经20多岁了。他也老了。

他还有个女儿,女儿是健康健全的,15岁,上全日制寄宿学校。

多年以来,他从未停止过为儿子寻医问药,希望通过治疗能改善儿子的状况。亲人、友人、同事也都对此抱以关注,时常给他提供一些讯息、偏方。忽一日他获知一个好消息,说是有一种新的手术治

疗方法,效果明显。

但任何手术都有风险。他十分慎重,咨询了许多专家。专家说:成功的把握还是有的,如果一切顺利,他的儿子状况有望得到改善,起码能够生活自理;而失败的话,他连目前的智力也要丧失殆尽。

他与夫人商量了又商量,权衡了又权衡,倾向于做手术。他们想,等自己也需要人照料的时候,这个儿子,谁来照料呢?

正犹豫,这件事让女儿得知了。

女孩急忙赶回家,哭着责问父母:“为什么要给哥哥动手术?哥哥现在,不是很好吗?”

做父母的震惊了。他们从未想到,自己这么努力,亲友那么热心地为儿子治疗,都是基于一个缘由——这孩子不行,要竭力让他更好一些。

而在15岁女孩的眼里,哥哥——很好。从小到大,她对这一点没有疑义。原来真正接受了他的,惟有她。

难怪在哥哥画的所有人物中,妹妹最美。

R 人生百味
enshengbaiwei

你是怎么失去机会的

张欣

就是不严谨;再比如大嘴巴心里存不住事,不分场合地巴拉巴拉,一件事还没做,已经世人皆知;又如自恋,特别把自己当回事,必须占C位;或者非常情绪化,秒变愤世嫉俗的差评师,需要别人小心翼翼;等等。以上这些都会让人感觉无法对你委以重任。这并不是小题大做,一般能给别人机会的都是有点建树的人,这类人的共性就是标准偏高,眼光挑剔,还会因为比这更小的事放弃你,比如抢话、不懂得倾听、求人办事觉得理所当然没有一点还人情的意识,凡事有头没尾、毫无交待等都会给人不靠谱的印象。

有人会觉得做人如此周

全未免太累了,新的时代不是应该张扬个性我行我素吗,可是朋友,优秀的品质与习惯同样是个性,是一个人身上的无形的勋章。想一想一个人再有才华但是浑身毛病,只要放在群体里就各种不适,需要别人无底线地包容,这样的人你喜欢吗?所以说人生是一个修行的过程,每个人都是从改变世界的宏愿开始,发现自己的毛病和短板,努力克服陋习慢慢进步。所以才说自省永远是人生的导师,我们只有一点一滴地完善自己,所谓幸运之神才会光顾降临。

我们的问题是感慨之余没有行动,对待自己完全没有要求,所以才会与大大小小的机会擦肩而过。