

求助热线——
讲述心灵困惑 聆听专家释疑

热线: 15169132840
QQ: 874273209
邮箱: diyaj3988@163.com

心理援助
特刊

我该怎样向男友介绍“坏名声”的妈妈

我家是县城的,地方很小,谁家有什么“奇葩”之事,小县城上下几乎无人不知,我妈就是别人口中常被议论的女人。

从我记事开始,老宁就是我们家的“灾星”,他和我妈不清不白的关系,他和我弟弟颇受争议的神态,他和我爸之间的恩怨,都让我匪夷所思。后来,在我妈与姥姥一家人的叹息声中,我逐渐听明白了老宁的来历:我妈是老大,下面姊妹多,家庭穷,我爸又属于没本事的男人,因此,神通广大的老宁成了我妈的最佳“帮手”,就连我爸的工作调动都得以老宁鼎力相助。或许“拿人手软,吃人嘴短”,抑或我爸的确窝囊,总之他“包容”了我妈和老宁的风言风语。

弟弟出生后,他是老宁的儿子还是我爸的儿子,更成为别人饭桌上的谈资。弟弟不像其他男孩儿在家备受宠溺,我爸对他向来不闻不问,纵使他弟弟做错事,我爸也是“你爱咋地就咋地”的无视冷漠,我妈的态度同样让人难以捉摸。当初弟弟高中毕业,问我爸,是上大学还是外出打工?谁料,我爸就用“随便”两个字打发弟弟。可怜的弟弟转过身看着我妈,而她头也不抬,垂着眼皮,一言不发,只自顾自地在那里打毛衣。我曾问过我妈,为什么不让我弟上大学?她面无表情地说,“家里的钱都是你爸掌控,我能做主吗?”说实话,从爸妈的态度中,我明显察觉出弟弟真的有问题。后来,弟弟常年在外打工,“回去干吗?爸妈又不喜欢我。”这是弟弟在电话中反复跟我说的一句话。

再说我,条件不差,大学毕业,有稳定的工作,外表也可以,可爱情之路却屡屡受挫。记得第一次去男友家做客,闲聊中问及到家人,他们问什么我答什么。

猛然间,男友的妈妈好像想起什么,加重语气追问了一遍我妈的名字,还试探性地询问了我妈和我爸的一些细节。得到肯定的回答后,男友的妈妈从喉咙里发出一声长长的“哦”,脸上也多了几分意味深长的神情。果然,男友提出了分手。我问他理由,他嗔声道,“听别人说你妈名声不大好。”那天阳光明媚,我却仿佛置身于灰暗的雾霾中。

去年,在相亲中我认识了陆方(化名),从他以及他家人轻蔑的态度中,我才真切感受到我妈在外人眼中是多么地“坏”。我爸最初的意思是让陆方家买房,我家买车,买家电。本来陆方的父母答应得很爽快,可他家从外人的言辞中获悉到我妈的名声后,立刻变了态度,甚至给陆方下了命令,“要么你俩分手,要么出去租房结婚。”无奈之下,我爸退让一步,让陆家只拿四万元的彩礼钱。爸爸说,“我要的不是钱,是他家的一份诚意,你如果这样嫁过去,一辈子都甭想抬起头。”

没几天,陆方传过话来,“我家只出酒席钱,彩礼钱就免了。”我问陆方什么意思?他说,“我听爸妈的安排。”我俩为此争辩起来,陆方满不在乎地告诉我,“反正我家就这条件,你不同意我们可以分手。”这不明摆着用不花钱的方式羞辱我家吗?好像他娶我是天大的恩赐。和陆方分手不久,听朋友说他结婚了,给女方买的房子和钻戒。我凄冷地一笑,谁让我有个“名声在外”的母亲呢!

对于母亲我谈不上恨,但我瞧不起她,外界那么多说道,

她从不避讳,家中一遇大事,老宁必定出现。我姥爷去世时,老宁竟然跑前跑后地忙,好像他是顶门立户的主,我爸反倒像个外人,冷眼旁观。前来吊唁的人,转动着滴溜溜的眼珠,看看我爸,再瞅瞅老宁,仿佛要端详出天大的“奇闻”。我妈一副百毒不侵地我行我素,丝毫不介意别人的指指点点。

父母间的纠葛我不便多问,但他们的做法实在让人猜不透。我妈明目张胆地和老宁交往,根本不顾及我和弟弟的脸面。男人最恨“绿帽子”,我爸对此却置若罔闻,莫非他有难以启齿的隐疾,或有什么“短处”被我妈拿捏着?家中这摊子事就像一团乱麻似的。现在,我又谈了一个男友,我特别发愁和人家提及我妈,如果男友听到些什么,我是不是又得面临分手的尴尬?

求助人:方语(化名)

书香碟影

主持人语:书籍是最好的老师,一本好书宛如一个好的导师,好的朋友、好的陪伴者。好的电影、音乐亦如是。在这个小栏目里,主持人晓路向亲爱的读者发出邀请,分享你看过的滋养心灵的好书、好电影、好音乐,谈谈你的感悟、感动和收获。来稿在600字左右为宜。邮箱 woshixiaolu@163.com

每个人心里都有向上向善的火苗

●好碟分享:《心灵捕手》, 美国

●分享人:一脉青山

电影《心灵捕手》是我非常喜欢的一部电影,讲述了数学天才威尔的故事。威尔从小遭受遗弃,先后被几个家庭收养,饱受折磨。身体和心灵的双重伤痛,让长大后的威尔深陷严重的心理问题中,并成为不折不扣的问题青年、街头小混混,在他身上看不到丝毫健康阳光向上向善的美好。

威尔在麻省理工学院做清洁工,一位著名的数学教授发现了威尔的数学天赋,爱惜人才的他不忍看威尔糟蹋出众的天赋,遂请了自己的同学尚恩来为威尔做心理辅导,影片就此展开。

心理治疗的过程是艰难的,威尔始终处在傲慢的抗拒中,其实真正的原因在于他内心的自卑,他不愿意让人看到内心的脆弱,他不相信自己能得到真正的爱、欣赏和温暖。在尚恩坚持不懈且温暖如春的帮助下,威尔终于一点点脱下了厚厚的铠甲,在尚恩的引导下,慢慢从童年的阴影中走了出来,开始了属于自己的新生活。

生活。

这部影片从头至尾洋溢着令人感动的情意。数学教授和威尔素不相识,为了保护他的天赋,也为了让他有一个健康向上的人生,可谓是不遗余力地帮助他。心理老师尚恩更是以极大的爱心和耐心,拯救着威尔受伤防御的心。威尔的女朋友,才貌双全,却丝毫不嫌弃威尔只是个清洁工,给予他真诚的爱和鼓励。威尔的狐朋狗友,不仅为威尔两肋插刀,而且由衷地盼望威尔离开他们,去过新的生活。真正的友情就是真心为你好,哪怕从此失去你,也愿意你奔赴更好更高处。

作为一位中学教师,这部电影让我深深明白,每个孩子内心都有向上向善的火苗,关键在于我们如何去点燃。每当我为学生的叛逆和不尽如人意的学习成绩让人看到内心的脆弱,他就会翻出这部电影来看,让自己像尚恩一样,以耐心和爱心对待孩子,以平等和尊重与孩子交流,相信孩子具有向上向善的内在动力。我要做到的就是给予他们恒久的温暖、鼓励、关爱和引导。

心灵鸡汤

心灵上的香茗

文/考拉

夏木槿花开的七月,校园里又一批青春的身影,要投身于社会的大熔炉里去了,有人满怀憧憬,有人心生恐惧,有人徘徊不定,这让我想起了于丹讲过的小故事。

无独有偶。就在前些天,央视名嘴白岩松在参加中国传媒大学毕业生典礼演讲时,也告诉我们,不要用恐惧看待未来,而要用好奇心;要有梦想,但绝不梦游;要敢于赢,但也敢于有尊严和体面地输;当你真正无私,你得到的是最多;不要总谈成功和事业,做一点无用的事,让你的人生更漂亮。

这些俯拾皆是的名人语言,如果我们细细品味,就像盛夏季节,暑热天里的一壶香茗,不如冰镇可乐解渴,但却能滋养心灵,让我们少一点浮躁,多一分清醒。知道在这个世界上,影响我们人生的绝不是环境,也不是遭遇,而是我们持什么样的心态。一位从普林斯顿大学毕业后来成好莱坞制片人的富家女就曾半开玩笑地说,她最喜欢端盘子,因为一天到晚对别人笑,笑得自己也挺高兴。这样的人,这样的人生,做什么都是美好的。

做什么呢?于丹说,我们不能要求社会降低温度,不再沸腾,减少煎熬。我们只能选择自己是一个生鸡蛋,是一把干茶叶,还是一个胡萝卜,我们能选择的是自我。

夏木槿花开的七月,校园里又一批青春的身影,要投身于社会的大熔炉里去了,有人满怀憧憬,有人心生恐惧,有人徘徊不定,这让我想起了于丹讲过的小故事。

无独有偶。就在前些天,央视名嘴白岩松在参加中国传媒大学毕业生典礼演讲时,也告诉我们,不要用恐惧看待未来,而要用好奇心;要有梦想,但绝不梦游;要敢于赢,但也敢于有尊严和体面地输;当你真正无私,你得到的是最多;不要总谈成功和事业,做一点无用的事,让你的人生更漂亮。

这些俯拾皆是的名人语言,如果我们细细品味,就像盛夏季节,暑热天里的一壶香茗,不如冰镇可乐解渴,但却能滋养心灵,让我们少一点浮躁,多一分清醒。知道在这个世界上,影响我们人生的绝不是环境,也不是遭遇,而是我们持什么样的心态。一位从普林斯顿大学毕业后来成好莱坞制片人的富家女就曾半开玩笑地说,她最喜欢端盘子,因为一天到晚对别人笑,笑得自己也挺高兴。这样的人,这样的人生,做什么都是美好的。

专家援助

要爱戴和尊重 赐给你生命的母亲

文/沉静

读方语的倾诉,内心隐隐作痛,不知她的母亲可否了解孩子的痛苦?曾经,大明星阮玲玉留下“人言可畏”四个字,毅然结束了年轻而美好的生命。所谓唾沫星子淹死人,流言蜚语杀人不见血。这是人类的悲哀。而一个美好的人,他一生都应努力约束自己,不随便议论人,不背后讲人是非,同时,也必须锤炼自己,当流言蜚语扑向自己时,要站直站稳站久。

对方语来说,坏名声的母亲似乎让自己的爱情之路山穷水尽,但要相信,山穷水尽处,一个拐角,或许就会柳暗花明。在这个世界上,终会有面对流言蜚语淡然一笑的君子。方语的内心应当也必须充满这样的希望和正能量。

我们无法选择父母,我们能做到的就是感恩父母给予我们生命,并把他们抚养成人。父母有父母的生活,而我们有我们的生活。方语首先要做到的就是不议论、不评价父母。无论父母在外人眼中是怎样的形象,在方语眼中,都只是亲爱的爸爸和妈妈。唯有尊重父母,才

能获得别人的尊重。作为子女,也应时刻捍卫父母的尊严。无论什么人,当表露出对方语父母的轻视时,方语都应掷地有声捍卫父母的尊严,“无论别人如何看待我的爸爸和妈妈,在我眼中,他们都是值得爱戴和尊敬的人。不尊重我爸妈的人,不配得到我的尊重。”方语越能做到尊重父母尊重自己,别人就越不敢轻视她。

懂得分手的男友不值得遗憾,不懂得尊重别人的人也不会给对方语带来快乐。方语要坚定的信念是:父母是父母,我是我。我倒觉得,方语母亲身上有着强大的韧性,要说压力,她背负的最重,但她却处之泰然。或许在她心里,自有天地,她不屑解释,也不屑辩解。许多事情,之所以做,其中的原因外人并不知晓。相对于阮玲玉的软弱,我更欣赏方语母亲的韧性。

方语要做的就是努力完善自己,坚信:只要我是好的,便一定会有欣赏喜欢我的人出现。记得《射雕英雄传》里,黄蓉对郭靖说,“我现在在这副漂亮的模样,人人都会喜欢,我不稀罕,而我扮成小乞丐时,你不嫌弃我丑,不嫌弃我脏,不嫌弃我

穷,这才是真的好。”因为这分真的好,冰雪聪明又美貌的黄蓉一生跟定了她的靖哥哥。方语的靖哥哥不过是还没有出现而已,相信缘分自有天成。许多时候,我们需要耐心等待。

很多事情,当你不把它当成事时,它就不是事。我总觉得,母亲的坏名声,与其说被别人当成事,倒不如说被方语当成事。如果能全然接受自己的母亲,当别人有意或无意提起母亲的坏名声时,方语便不会太过紧张,而会淡然一笑,“别人说什么我不知道,也不在乎,我知道我妈妈是个好妈妈。”这就足够了。

我们无法改变别人,也无法阻止别人的言谈举止,我们能做到的就是不在意,不让他影响到我们的心情和生活。

□沉静 二级心理咨询师
□博客: <http://huixinre.xian.blog.163.com>
□电子信箱: zhichenq@163.com