

【微情感】

冬日的诗和远方

□朱辉

今年秋天格外短暂,几股冷空气过后,冬天的气息扑面而来。到了11月,突然降温让岳父身体不适,去住了几天院。缓过劲之后,岳父就开始留心海南的二手房。

只去海南避寒几个月,以岳父七十多岁高龄,其实还是租房更合适。“如果租房,您每年可以换一个县市居住,生活有新鲜感,而且一次性投入小得多。您预算投入几十万,只能去比较偏僻的小镇买房,假如用这些钱租房,就能住好得多的房子……”我给岳父算起了经济账。

岳父很认可我的经济学分析,却从社会学角度反驳了我。租房住,他个人体验会好一些,可是将来去世后没什么可以留给我们。买房就不一样了,房子再不好,毕竟是固定资产,我们卖了可以得一笔钱。不想卖,将来我们自己也能去住。

拗不过他,我们只能让他每天搜索房源信息,通过电话和中介、房东联系。他这个年纪已经无法按揭,全款买房可选择的房源太少了。他看中了几套,我们都觉得很可疑,貌似小产权房甚至违章建筑,有的甚至感觉是骗子。买房是大事,不能看看照片、视频就定下来。而坐飞机去实地考察,成本太高。

“如果您去海南租房过冬,今年去三亚,明年可以去海口,后年去儋州……其实广东、广西、云南许多地方,冬季温暖如春,您也可以轮换着去住。”眼见岳父买房遇到实际操作困难,我趁机给他洗脑。他是个喜欢旅游的人,余生能多去几个地方,对于他有很强的吸引力。

“可是这样钱慢慢就用完了,我留点什么给你们呢?”岳父有些心动,又有些顾虑。

“您把住过那些地方的见闻告诉我们,比给我们留一套小产权房更有意义。您相当于给我们探路,以后我们老了,可以设计一条线路。每年冬天去一个地方租住半年,如果寿命长,也许可以去二三十个地方……”我对他说。我并不是“忽悠”他,我们心里一直都有“诗和远方”,如今无法去探寻,退休以后就有条件去寻找了。

在衣食无忧的情况下,钱是身外之物。尤其到了晚年,不要再被它捆绑了。如今许多子女都有我们这样的觉悟,希望父母余生能释放自我,别再为了我们牺牲这牺牲那。

岳父终于打消了买房的念头,他准备出发先去海南,那里有个地方他前年去旅游过。镇上有家民宿,单间包月才一千多元,且周围有许多同乡定居。我们则经常看一些旅游视频,帮他选择下一站租住地。几年后,或许我们也将开启浪迹天涯之旅,去寻找我们的诗和远方……



本期专家:蒋硕
国家二级心理咨询师, 赛林纳心理咨询中心创办人

【情感问答】

更高级的爱

壹粉“夜雨伯尔尼”问:

我和女友是朋友们一起玩的时候认识的,我觉得她哪里都好,就是太过独立了。她不过问我的朋友圈,不干涉我的工作,我有应酬或者出差,也不需要找她报备。如果是电脑、手机出了故障,她都是自己去维修店修理,从来不想着找我这个男朋友帮忙。如果请她吃饭,她也会回请。她很独立,就是感觉太独立了,以至于我看不到我在她生活中的意义,看不到我们的未来:没有牵扯也没有恩怨,很可能说散就散。

齐鲁晚报·齐鲁壹点心理专家团:“夜雨伯尔尼”的问题,如果让那些深受纠缠之苦或缺少优质恋爱资源的人们看到,准会引起一片哀叹:“这样的女朋友配不上你,请把她的微信给我。”

当然这是个玩笑。在亲密关系中,“不被需要”的感觉确实很糟糕,体会不到两人之间的联结,不但影响对关系的信心,还会影响对

自我价值的认同。那么,是不该和“独立的人”恋爱吗?还是“独立的人”不需要爱?不,我们需要学习“更高级的爱”。

脱离刻板印象

过问朋友圈、干涉工作、应酬出差报备……曾几何时,这些人际关系中的过界行为,成了“恋爱标配”(类似的还有“副驾专座”“情头”“官宣”“节日生日纪念日吃饭送礼物”等等),人们既不堪其扰,又觉得理所应当,久而久之,它们进一步成为了关于恋爱或亲密关系的刻板印象。至于“修电脑、修手机”,则是长期以来性别刻板印象中的“男性专长”,即使女朋友是专家、男朋友是小白,即使去维修店便捷又便宜,性别分工也不能变。刻板印象与独立人格是相悖的,将刻板印象作为对恋爱的期待,当然算不上什么高级的爱。

“夜雨伯尔尼”首先需要学习的,可能就是摆脱对刻板印象的依赖,试着去探寻女友、自己,乃至每

个人身上独特而复杂的部分。对人性了解越多,自身的成熟度和人格独立程度也会越高,届时,与女友更加匹配,或能看到新的机会。

产生新的吸引

人本主义心理学家马斯洛认为,人有“生理、安全、归属与爱、尊重、自我实现”(以及“审美与学习”“灵魂实现”)等不同层次的需求。这些层次用来对应爱,也说得通。刻板印象中的爱或亲密关系,往往局限于饱暖性欲、经济互助、生活事务这些基本层次,如果一个人能够独立解决这些问题,那么其需求就将更多地集中在获取新鲜美好的体验,探索新的领域、实现精神共鸣的更高层次,也只有符合其体验,探索、共鸣需求的人与事,才能对其产生吸引。

“夜雨伯尔尼”或许可以审视一下自身,除了请吃饭或修手机,还有什么足以吸引女友的特质或能力。如果没有,试着去培养、提升,这不仅是为了女友,也是为了

复杂,不知道是该高兴还是该沮丧。后来她因为害怕要回家种田,所以更加勤奋读书,和哥哥一样考上了大学。

笑点低代表人乐观积极,而幽默又是一种高级的智慧。如果你是这样的妈妈,恭喜你,你孩子一定很喜欢你。

以身作则的妈妈

很多伙伴吐槽,自己曾经活得很用力,包括在教育孩子方面也是,约束很多,说教很多,但是收效甚微。

其实我们忽略了一个“镜像效应”,那就是我们要把孩子当成是我们的镜子,如果我们希望镜子里的一切是美好的,那么我们首先要美好起来。

“你让孩子看书,你却在看电视:你让孩子努力学习,你却在单位里混日子;你让孩子勤俭节约,你却每天买买买;你怎么好意思呢!”这是我曾在一个教育讲座听到的专家对某些家长的评判。的确如此,孩子无论是有意还是无意,都在模仿大人的一切行为习惯。如果大人需要孩子做到什么,她就一定要自己先做到。

我的一个高中读者就傲娇地告诉我:我有世界上最好的妈妈。因为她从来不要求我,而是自己去做。比如她自己做义工,去关怀养老院的老人。所以我学会了关怀低年级同学。她业余时间去学习茶道,经常请朋友来喝茶。那我就坚持去练琴,朋友生日,我拉琴给他们听。妈妈还坚持健身,身材保持很好。那我就不太会吃垃圾食品,因为我也想和妈妈一样美。

所以,如果你是个肯在自己身上下功夫的人,只默默自己努力,而不是自己做不到,却小鞭子抽着孩子去做好,那你就如老子在道德经里说的,在行“不言之教”,那就是最顶级的教育了。

自由、丰富而深刻的联结

恋人之间想有共同的未来,需要一致的目标、愿景,以及同步发展的能力。无论看起来是不是“独立”,在试图构建一段长期关系时,都应该以这些问题的探讨为前提。你,我,想成为什么样的人、想过什么样的生活、以什么为信条、认为什么最重要、拥有什么、缺少什么、愿意为对方做什么、需要对方为自己做什么……探讨的过程,是彼此考量、调适的过程,也是自我成长的过程。只有经过这样的探讨,以及大量现实行为的努力,形成“相互独立而彼此依存、彼此支持而共同提升”的关系,和“自由、丰富、深刻”的联结,才是长久、健康、有意义的。

至于“夜雨伯尔尼”所说的“牵扯”“恩怨”,没有就没有吧。如果只是沉溺低俗戏剧感,而不是在寻求真正契合的伴侣,那,散了就散了吧。



【心理X光】

2021年受欢迎的是这三款妈妈