

恋爱中的老少女

□阿简

以前节假日出去玩,时常叫上玫瑰一起。一来她是我20多年的忘年交,志趣相投,早已跟我们全家成为一体。二来她离异多年,孩子又在国外,一个人形单影只的,也不大有心思做饭。问她吃了什么,十次能有八次回答疙瘩汤或是红薯粥,想想也是可怜。

几年前的一天,正是立秋时节。我们一起从北海公园出来,按以往的习惯,是要去附近的成都驻京办餐厅吃饭。可是,那次她却迟疑起来,说家里有现成的红烧肉和烙饼,要回去“贴秋膘”。我没意识到这不过是推辞,跟她说肉和饼可以放到晚上再吃。她支支吾吾,欲说还休,末了她告诉我“要先给家里打个电话”。我问电话打给谁,她脸上竟浮现出少女一样的羞涩。那是我第一次知道,她恋爱了,在她74岁那一年。

这以后我们再出去玩,邀她的时候就逐渐减少了。这不仅是因为想给她留出足够的时间去享受二人世界,实在是她和那位叔叔,比我们玩得还野——两个加起来150岁的



漫画:赵耀中

“老同学”从朋友变恋人,像灿烂秋阳下一对初绽的秋菊,美得恣意蓬勃,只争朝夕。“赶在80岁旅行社就不带我们玩之前”,两人双栖双飞,一起去了福建去了新疆,又去了意大利去了俄罗斯……那个曾经美丽冷峻、不怒而威的老太太,说起旅途中的种种乐事,眉梢眼角都是璀璨的桃花。

我很享受这个比我母亲还大一岁的老朋友,像小闺蜜一样在我面前被“八卦”、被调侃时,那羞涩又甜蜜的可爱模样,也打心眼里高兴她在单身20多年后终于又有了

个伴,可以不再孤单。“我就是觉得感情上吧,还是宁缺毋滥……”说起这迟来的爱情,她的微笑里有着一种抹不掉的郑重,搞得我也不自觉地跟着严肃起来。我想问她,既是大学同学,为什么没能在最美的年纪相爱,可是话未出口就发觉自己荒唐——爱情是靠缘分的,真正走心的爱情终于来了,晚一点,又有什么要紧。

今年春节前,她打电话说要来看我,原因可笑而感人:这一阵子因为公婆身体不好,我先生一直在老家侍奉,玫瑰觉得我跟女儿“孤孤单单的,是

弱势群体”,坚持要来上门慰问。我见她带来的礼物里,有一样玫瑰花茶跟我平时喝的不大一样,就问她这花的品种。她说这种叫金边玫瑰,是去云南旅行时带回来的伴手礼。说起玉龙雪山脚下无边无际、幽香四溢的玫瑰花海,她依然意犹未尽。

我问她:一个人去的吗?她说他们俩。

我看着她眼睛里的光彩,高兴之余也有深深的感动:一个女人,即使到了80岁,在遇见爱情的时候,也还可以像少女一样沉醉动人。

亲与子

体育课的小尴尬

□子张

我们学校的体育课有好几种,不知道为什么,一上体育课我就有各种“小尴尬”。

比如说,上羽毛球课吧,羽毛球教练是实实在在的“魔头”,每次去上课我都心惊胆战的,最恐怖的倒不是打球,而是课前体能训练。比如蛙跳、鸭子步之类的,都是家常便饭,做完课前体能训练早就累得趴下了,哪还有一点力气打球啊?打完球了,终于可以舒舒服服回家了吧?NO,教练又让我们做完结练习。唉,最不喜欢俯卧撑,因为学不会它的标准姿势;最不喜欢蛙跳,一跳一跳的烦死了;也不喜欢鸭子步,走着感觉很别扭;更不喜欢教练啰,因为教练没完没了地让我们做这些。所以,羽毛球的喜好指数:0!

篮球课是新开的。我不喜欢打篮球,打得也很臭,老师上次让我参加考试,我没尝试就放弃了。但我的几个同学都很喜欢玩篮球,玩得还很不错,所以要我和他们一起学篮球,我感到非常大的压力啊。对篮球的喜好指数嘛,勉强算59%吧。

滑板是我最近才学会的,简直是世上最方便的代步工具。自从我学会了都不想再用腿走路了,上个厕所都可以踩滑板去。刚开始学滑板的时候,最怕的就是上板,我都会先扶着墙上板,然后慢慢地从墙上推出去,凭借着冲力保持平衡,然后右脚一直扭呀扭的,就可以在提升速度的同时保持自身的平衡。我真的超级喜欢滑板。喜好指数:100%!

游泳算得上一门我无师自通的体育技能吧,不过去年夏天还是正规学了一阵子。教练是个爱玩手机不怎么管我们的小伙子,我们在他那儿学习的日子里,每个人都基本上学会了一种游法。我就学了最基础的蛙泳,还得了个象征性的结业证书。学得比较快的同学,除了蛙泳外还学会了自由泳。我觉得我的蛙泳还没怎么游得标准呢,教练就给我提前结业了。真不靠谱。班上还有一个学游泳学得非常叛逆的同学,他连蛙泳都还不会,就整天嚷嚷着要学自由泳,教练不让他学,他就耍赖皮。教练让他先学蛙泳,他就是不肯学。最后,等我们都结业了,他才开始学蛙泳。他上体育课的小尴尬,恐怕多过我了吧。游泳喜好指数:99%!

总之,除了滑板、游泳,我的其他体育运动项目都不是特别好。老妈说是因为我从小就太贪吃,又喜欢宅着不出去运动,所以才落得这么一个“下场”。唉!

酷妈四月吐槽:之前小子把体育课上自己各种不灵动不平衡,通通归咎为他不是“顺产”来到这个世界的。好在,学习滑板让他找到了灵动与平衡带来的快乐,找到了与同学们齐头并进的自豪感,哪怕时常摔得血糊糊的直抹眼泪,这滑板恐怕已成为走到哪儿就带到哪儿的亲密伙伴啦。

心灵按摩室

小升初后,她遭遇“滑铁卢”

□纪瑾

小学从来没有低于全年级前五名的筱雨(化名),上初中后成绩迅速下滑。令她感到苦恼的是,无论怎么努力,她仍然感到学习越来越吃力,而且人际关系也越来越差。近日,她鼓起勇气来到珠海优势心理学研究所求助。

上了初中以后,筱雨慢慢感觉学习越来越吃力。上课做笔记,总担心自己记少了,或者记漏了,结果越来越慌,笔记记得越来越多。有一次,数学课讲解习题,老师一边讲她一边记,最后累到手抽筋。

“你知道吗?每天等爸爸妈妈睡了,我会偷偷爬起来继续学习,基本上都要到凌晨1点才睡。我这么努力,却都事倍功半。这次期中考试如果排名的话,我应该在全班中等以下。”筱雨对心理分析师程义盛说。

更令筱雨感到困惑的是,她明显感到同学们在排斥她。有一天,她看到几个同学在操场上聊天,就跑了过去,没想到她们一看到她来就纷纷走开了。

“您知道我当时的感受吗?”筱雨说,“无论哪个同学需要,我都会去帮忙;我常常买一些吃的主动和大家分享。后来有个同学说我太假了!我怎么就假了?同学叫我陪逛街,我就去了,我还帮大家拿东西,请大家喝饮料。”

帮她做完心理测试,程义盛分析说:“中学考的是理解力,学习方法非常重要。你是属于视听互动型,如果想要学习轻松,首先要学习一项技能,叫思维导图法。其次你要学会和自己互动,因为这是你的优势学习法。”

“再说说你和同学的关系问题。”程义盛继续分析,“你不是心甘情愿地付出,甚至很多时候你并不想做,只是怕大家不喜欢你而已。”

筱雨问道,“那我该怎么做?我只想要有人真正关心我。”

“那你先要学习怎样真正关心自己。你总是过度满足别人,甚至压抑自己的需要去配合别人。”程义盛给出解析。

“是的,如果不爱自己,谁会爱我?”筱雨的认识很深刻。

通过后后期系列训练,筱雨学习变得轻松自如,人际关系也有所好转。

专家点评

心理分析师程义盛: 找对方法 轻松学习

每个孩子成长的过程中,都会遇到这样或那样的困惑与障碍,能够像本案中的筱雨及其父母一样,能够积极主动寻求专业帮助,是一种智慧。

筱雨在学习和同学关系上遇到的问题应该很普遍。从心理学角度来说,学习类型大致可分为十二种,所以,学习很吃力的原因可能很复杂。如果没有专业的分析与认识,单单指责孩子不够努力,是非常粗暴的伤害。

青春期是同一性的关键期。筱雨需要在同学关系中内化一个更强大的、完整的、健康的自己,就需要懂得如何去获得同学的认可与支持。同样,这也需要专业的指引。