

## 种碗莲记

□子张

最近,我在网上买了一包碗莲的种子,尝试自己种植。收到后立刻看了一下种植说明书。先是催芽,把种子放水里泡着就可以了。发芽前一天换一两次水,发芽后就可以三天换一次,但要开始滴营养液了。

我按照步骤这样做,果然几天以后,就有几颗种子发芽了。移植步骤说,现在要换到大盆里了,盆底放一点泥土,加一点水,把发芽种子埋进去,然后加水,水一定要盖过芽头,因为嫩叶出水会干枯。我还在大盆里种进去几颗没发芽的,它们也一样慢慢发芽了。

我买的品种是宾提,花比较大,但颜色我不太喜欢,是妈妈选的。我更喜欢富贵,虽说名字很土,但它的颜色是那种淡淡的金黄色,十分漂亮。大概一个星期后,有几株莲芽长出了圆形叶片,小小的,像铜钱草一样。但它们当然不一样啊,如果下雨,在铜钱草上就不会有露珠在叶片上滚动这种事,但在荷叶上则会发生。我就特喜欢在荷叶上玩露珠滚。我有次和妈妈误打误撞进了一个种着好多好多植物的地方,有几十盆莲花,养得都特好,荷叶上面有露珠,我蹲下来开要,直到一个管理这些植物的光头大叔来制止我。

关于荷花,我还有几个喜欢的品种。比如观音,它的颜色是白的,特别的白,还有一点透明,很清纯。还有宝莲我觉得也很好看,和观音很配,但颜色会有一点偏黄。不过有一种让我弄不明白:它名字叫日出,但颜色却是无敌的暗红,还有种妖艳的感觉,不像别的品种一样清亮。对了,还有一种叫万唯莎的,颜色也是深红,绽放开来的样子雍容华贵,很像牡丹。

中国人关于莲花的传说不少,但几乎都是关于爱情之类的。其实一提到莲花,我就会想到观音菩萨的莲花宝座。我发现,其实不止观音菩萨坐莲花,《西游记》里每次如来佛出现时也会坐在莲花上。莲花出淤泥而不染,至清至纯。从中国到埃及到印度的众多世界伟大文明都把莲花视为神圣的象征,并把莲花广泛融入它们的艺术、建筑、宗教甚至生活中。

莲花随太阳花开花落。在古埃及,人们认为黎明时太阳从东边的莲花中升起,日落时,太阳就落入了西边的莲花之中。

没想到莲花的故事这么有趣。种一次碗莲,就长点见识了。

**酷妈四月吐槽:**弄点碗莲种子来自己培植,原来起因就是为了能在荷叶上玩露珠滚。可是盆里培植的莲叶纤弱单薄,小小的一片片牵拉在水面。估计小子有些失望,就不怎么搭理人家了。能开花吗?这弱弱的茎秆啊!姑且静待。

# 恋爱没有安全感 根源出在原生家庭

□纪瑾

“和他交往快一年了,他好像并不是很在乎我,我在继续和他保持关系和分手之间难以抉择。”小文(化名)因为无法得到自己想要的爱情感到非常抑郁,在无力解开心结的情况下,她找到了心理咨询师黄成英寻求帮助。

一见到黄成英,小文就向她诉说了这段令她纠结整整一年的情感经历。原来小文和男朋友认识不久后,有一次男朋友陪她去买鞋。当小文试鞋时,旁边也有一位穿着时髦的美女在试。小文留意到从进店到离店,男朋友的注意力一直在这位美女身上,直接无视她的存在。小文对此感到很生气没面子,她没有当场质问,过后也没有和男朋友进行良好的沟通,而是把此事一直压在心里。在接下来的交往中,她感到这段感情让她越来越没安全感,这种感觉渐渐变成了她心里挥之不去的心结。

听完小文的叙说,黄成英初步判断出她内心的安全感极其不足,对他人信任感不够。而这些有可能与她原生家庭有关。

“谈谈你小时候的成长经历吧!”黄成英说。

“我三岁之前由外婆带,三岁之后才回到父母身边。听妈妈说,因为家族有重男轻女的偏见,自己作为家中的第2个女儿,很不受家族的欢迎,尤其是爷爷奶奶那边,他们甚至都没来看我一眼。”小文说。

“对于家族重男轻女这件事,你爸爸怎么看?”黄成英问。

“爸爸还是很爱我的,并没有因为我是女孩而嫌弃我。”小文说,“还记得我小时候特别爱哭,特别担心爸爸妈妈会离开我,因为在我心目中,爸爸妈妈是我唯一可靠的亲人。”

“既然你在情感上这么依恋你的父母,那么你应该很听他们的管教吧?黄成英问。

“父母对我的要求一直很严格,特别是妈妈。”小文说,“五年前出国留学的时候,感到压力很大,因为妈妈从来都是要求我独立,我出现这种状况是妈妈没有想到的,她认为我不应该有这种现象。对妈妈的不理解和指责,我感到特别伤心,非常渴望得到妈妈的认可和鼓励。”

“你父母之间的感情如何?”黄成英问。

“以前还挺好的,我出国前两年,他们经常争吵。其实我在国外感觉有压力还有一个原因,就是我很担心他们的关系,怕他们会离婚。”小文说。

“遇到以上种种问题时,你是怎么去处理的呢?”黄成英问。

“我不知道该如何表达我内心的想法,每次感到不开心或者压抑时,我就会不停吃东西,直到把胃吃撑。”小文感到有些沮丧,“有时也会拼命购物,直到把身上的钱花完。”

黄成英让小文敞开心扉,以对话的形式让她释放出心中多年积攒的负能量。倾诉完故事的小文感到心里舒畅许多,她说:“突然感觉身心都轻松了!”

黄成英分析说:“你从小就因家族人员重男轻女

而得不到他们的祝福,这使你的存在感和价值感很弱,甚至感到自己无足轻重。又因为父母没有排斥你,是唯一爱你的人,这又使你把父母对你的爱看得很重,所以你非常担心父母会离你而去。因为这些因素,你从小就缺少安全感,这也使你在远离父母在国外时感到很大压力。直到你交男友时,也因为缺少安全感而不信任他,使你的情感之路充满挫折。”

“原来问题都出在我的原生家庭。”听完这番分析,小文豁然开朗,随后她又无助地问:“那我该怎么做呢?”

### 专家点评

## 在关系中发现问题的,也在关系中进行疗愈

国家二级心理咨询师黄成英老师表示,童年的经历,都会印刻到孩子的心里,进入他们的潜意识,形成人生脚本,长大后不断在生活中轮回。如果一些负面情绪没有得到释放,就会影响我们的恋爱关系和婚姻关系。

实际上,许多人一开始都不会发现自己心理有什么问题,就像本案中的小文,她在未谈男朋友之前,没有发现自己内心深处因小时候没有得到家人的重视而缺少安全

感,在谈了男友之后,这种感觉强烈爆发。所幸她通过心理引导释放了多年积累在心中的不满,才能够再次以健康心理和男友相处。

所以,多数人都像小文一样,通常会在关系中发现问题的,有些人发现问题后却不知如何面对,最终问题越来越棘手。有些人发现问题后,懂得寻找解决问题的方法,然后再在关系中进行疗愈,进而得到进一步成长,收获美好人生。(纪瑾)

# 不给婚姻留后路

□马亚伟

妍妍正喜气洋洋地准备婚礼,满脸对幸福的憧憬。晚上,她和老妈聊天。老妈舍不得宝贝独生女出嫁,妍妍也舍不得离开妈妈,两个人絮絮叨叨讲了很多悄悄话。最后,老妈偷偷告诉妍妍,已经把一套三室两厅的房子留给她当陪嫁,房产证上写的是她的名字,没和任何人讲。妈妈说,如果哪天她受气了,可以回来住。妍妍依偎在妈妈怀里,撒着娇

说,谢谢妈妈,以后老公敢欺负我,我才不怕他呢!

妍妍欢天喜地出嫁了,谁都以为,那段郎才女貌的婚姻会天长地久。可是,没多久,她和老公就大吵了一架。吵架后,妍妍一气之下离家出走。回娘家,她怕父母担心,忽然,妍妍想到了父母留给她的房子。于是,她一个人跑到自己的房子里住了几天,直到老公找到她,给她赔礼道歉,两个人才和好了。

刚结婚的小夫妻,性格处在磨合期,又都是娇生惯

养的独生子女,妍妍和老公几乎三天一小吵,五天一大吵。每次吵架,妍妍都理直气壮的样子,因为她觉得有退路。她甚至想,即使离婚又怕什么呢?我有房有车,还有工作,完全能养活自己。

还不到一年,妍妍和老公的感情就出现了危机,最终两个人宣布离婚,别人都为她们惋惜。其实,这难道不是“退路”惹的祸?

女人都想在婚姻中获得安全感,所以给婚姻留了退路。人往往有这样的心理:

有了退路,就不会再用心对待婚姻了。因为退路给你心理上一种虚假的安全感,所以你不怕婚姻失败了。因为不在乎,所以肆无忌惮。婚姻是要经营的,需要两个人付出真心,彼此依赖,互相信任。婚姻不仅需要白头偕老的许诺,还需要白头偕老的信心。如果你自己对婚姻都没信心,怎么会赢得天长地久的婚姻?

如果不给婚姻留退路,爱情也会破釜沉舟,一往无前。