



## 共情重要

◎窗外风

我去阿姨家的时候,阿姨正在发脾气,细听下来,原来她买好菜回家的时候遇到一辆奇葩车,前天下过雨,路上有些小水坑,那辆车经过行人身边的时候不仅没减速,反而更快了,溅起的水花落到阿姨身上,衣服湿了不说,泥点溅在阿姨的裤子上,斑斑点点的难看又难洗。

阿姨气愤地说:“我都没脸在街上走,多难看呀,那辆车简直是疯了。”姨夫一边做饭一边附和:“就是,那辆车简直就是疯了,开那么快干吗呀?看把我老婆的裤子都弄脏了。”阿姨点头,我偷偷捂嘴笑,姨夫朝我挤眼睛。

阿姨气呼呼地坐在沙发上,显然心中的郁闷还没散去。姨夫端过一杯水说:“老婆快喝水休息休息,你告诉我那辆车的车牌号,改天我遇到了非砸烂它不可。”阿姨扑哧一下笑出来:“你去砸烂它,那得赔多少钱?”这一笑,阿姨的脸顿时从阴转晴,也就把这事慢慢撂开了。

姨夫就有这样的本事,无论阿姨遇到多大的委屈、心中有多郁闷,他几下就能把阿姨给捋顺了,再过一阵,不快就烟消云散。

其实我们很多时候都像阿姨一样,不过就是说说,也没打算真怎么着。在外面受气的人,回家就是想吐吐槽,说说心中的郁闷,作为倾听的另一方,回应的话可能会让事情向完全不同的方向发展:一个就是同姨夫一样附和着、安抚着阿姨,阿姨的气一会儿就消了,然后该干吗就干吗去;另一个就是数落对方:“你眼睛长头顶了?你干吗不看着点?”瞬间,对方的火气就会转移,说不准两个人能吵起来,在外面受的气,到家非但没散去,反而被火上浇油,说话者肯定就成了出气筒。这样,家里经常鸡飞狗跳,慢慢地,家人之间的感情都不好了。

理解人,就要站在对方的角度考虑,只要不是什么原则性错误,一方要吐槽,另一方就要共情,共情才能让吐槽的一方觉得你是亲人、能理解自己,问题就解决了,因为问题的受害者往往也是问题的制造者。

阿姨和姨夫这么多年来就没红过脸,姨夫的共情能力功不可没。当然,他们一家人感情也都很好。

## 中年,风声鹤唳

◎余慧

“咚……”半夜外面传来沉闷的声音,沉睡中的我一下子就醒了,像接到指令的士兵一样立刻坐起来,急急下床。黑暗中,孩子爸连忙开了灯,我推门而出。

快80岁的老妈有眩晕的毛病,严重时行为不能自主,去年住了3次医院,后来一直住在我这里。小宝前一阵受了凉,过敏性咳嗽发作,断断续续一直没好利落。声音是哪个发出的?短短十几秒的时间里,我来不及判断。

隐约见小宝的房间门底下透出一丝光亮。我连忙推门,却推不开。里面有了声音:“出去,出去,你这个小畜生……”我和宝爸在门外听得一愣一愣的,这是哪一出?我再推门,还是推不动。宝爸果断,使了大力,这才勉强挤出一道缝来。我们迅速挤了进去。我的天哎!这是发生了什么?灾难现场吗?床被彻底掀翻,被子什么的都堆在地板上,床垫堵在了门边,难怪推不开门。说是小宝,其实已是人高马大、虎背熊腰的儿子,穿着睡衣,精神抖擞,一手叉着腰,一手拿着逗猫棒,正在训斥小乔——我们家的猫。深

更半夜的,这是哪一出啊?可把你老妈吓死了!

原来,小宝半夜起身上厕所,房门没关,小乔就趁机溜进了他的房间;又偷偷地挤开床的围挡,躲在了床底下。这也罢了。当小宝躺下睡觉时,发现床底下有动静,料定是它。这一夜肯定没法睡了呀。可是小乔机灵得很,它不想让你捉到,你是难以捉到它的。小宝又非要把小乔揪出来,于是,一个追,一个逃,猫人大战开始了,房间里大乱。最后的结局是小宝胜利,把小乔捉拿在手,但也弄出了巨响。

老妈也打开房门,关切地问发生了什么。我示意她赶紧回房间上床去,别捧着。老祖宗、小祖宗都不能有事。这一夜,我再也没能睡着,只能等天亮。

还有一回,一天的事务都处理完,看了一会儿书睡下,但我忘了把手机调成静音。刚刚进入深度睡眠,手机突然响了。我的第一反应是孩子打来的,第二反应是妈妈打来的。那个时候小宝在学校,老妈在老家。午夜铃声,让我的心跳得像要从胸膛里蹦出来。看了电话号

码,原来是单位同事,工作上有点事亟待处理,她就发了微信来,发现我没回音,就打了我的电话。

最近一次,我也是在熟睡中,似乎听得外面一声大喊,一个激灵从床上坐起来。是老妈的声音,怎么了?我开门出去,卫生间的灯亮着。“你没事吧?”“我上厕所呢,能有什么事!”老母亲声音响亮、中气十足,还有一丝不以为意。我当下断定,这回肯定是没事。我说:“妈,你刚才喊一声,我快被你吓死了!”老母亲也许是没听清,也许是没睡醒。她打着哈欠,自顾自地回房间了。

顺便推开小宝的房门,里面鼾声大作,进去细看,被子没踢翻。空调冷气开得够低,大伏天的我竟然打了个冷战。漆黑中,我悄悄摸到空调遥控器,把温度调高了一点。

回到我的房间,小乔躺在床尾的线毯上,尾巴挂下来垂在床边,四肢舒展得很;地板上的猫窝里面,另一只猫乔可像个绒球蜷成一团……再看看时间,离天亮还早着呢,可我的睡眠恐怕找不回来了。

这风声鹤唳的中年啊。



## 假如重回24岁

◎云开

我这40多的人和一个嫁到我们这里的24岁江西小美女竟成了好友,因她不矜持、不做作,性格活泼,有点小脾气,对朋友用心。还有一点:来自外省的她孤身一人,在这座城市落地生根,情形和当年的我何其相似。

小美女从恋爱到结婚,无论多忙,对象周末都要开半小时车来接她回家。他们工作地点不在一个城市,男孩的工作加班居多,一直坚持下来不容易。从校服到婚纱,没有把爱弄得面目全非,真好。

这么一对照,当年的我傻得离谱,也是双城生活,舍不得他辗转奔波,更不想他经常请假、影响前途,自己独自来来回回地奔忙。现在想来,舍得付出,才是真爱;双向奔赴,才更长久。如果能回到24岁,我一定让他多去看看我,爱的路千万里,感受过艰辛,才不会轻易忘记。

小美女说她在机关工作的爸爸嘱咐她:“女孩子结了婚也不能忘记上进。只有在爱人面前始终保持新

鲜、充满正能量,才能不被疏忽、不被厌倦。”羡慕他们父女的无缝交流,老一辈有文化、观念新,以自己的人生阅历给女儿提醒、忠告,使女儿的人生之路走得顺畅、幸福,真好。我和父母类似的话题至今未有,跌跌撞撞寻找幸福之门,时而走岔碰壁,疼痛如此清晰。自己的南墙,非撞不可。如果能回到24岁,我一定先向父母打开心扉,在经营家庭生活上多听听他们的建议,处理家人、亲戚关系少些任性、多些人情味;也一定会在事业上再用心一些、勤奋一些,夫妻比翼双飞,不至于落一截还腆着脸说军功章有我一半。人家说不定在心里将你的我的划得清清楚楚,男人的理性有时候让人彻骨寒冷。任何时候,夫妻本是同林鸟,毕竟不是一只鸟,不要脸大,更不要嘴大。

小美女从不忌讳自己结婚早的事实。她说她爸妈、公婆结婚都早,自己也想趁年轻时更健康的宝宝,在我们这个全国教育领先的城市培

养好孩子。我知道,她管全家的钱呢。她老公性格豪爽,朋友多,又是做业务的,拿的钱不少,剩的不多。领证前,小美女就和他谈过:现在月光可以,今后要养孩子的,得攒钱。你是男人,出去身上需要钱,不全交,把工资奖金的60%打到固定卡上,给孩子存着,谁也不动。这招有理有据,稳、准、狠。

如果能回到从前,我一定也准备充分一些再迎接孩子的到来,保证孩子连续接受全方位优质教育。那时为了买房实在窘迫,孩子喜欢的绘画兴趣班也被迫中断了,只能跟着技艺“三脚猫”的妈妈在家学电子琴,想出国留学更被当头棒喝……

心智这么成熟的小美女,自知、自信、自立、自强、自爱、自尊,内心强大,不依赖、不迷失、不自卑,背后得花多少时间精力充实自己?这才是我理想中年轻的样子、现代职业女性的样子。

但,人生不能穿越,那就弥补吧,在自己身上,在孩子身上。