

十二份生日礼物

孙述宣 著

清华大学出版社
北 京

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

十二份生日礼物：家庭教育中的沟通艺术 / 孙述宣著. — 北京：清华大学出版社，2017

ISBN 978-7-302-48026-6

I. ①十… II. ①孙… III. ①青少年教育—家庭教育 IV. ①G782

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 201152 号

责任编辑：刘志彬

封面设计：李召霞

版式设计：方加青

责任校对：王荣静

责任印制：杨 艳

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编：100084

社 总 机：010-62770175 邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者：三河市君旺印务有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：148mm×210mm 印 张：6.25 字 数：96 千字

版 次：2017 年 9 月第 1 版 印 次：2017 年 9 月第 1 次印刷

定 价：32.00 元

产品编号：076321-01



序

2006年6月18日，我的女儿降生。当年已经31岁的我在历经波折后拥有了她。我为她取名“贝壳儿”，意为期待她未来如腹藏珍珠的贝壳一样，有其内涵。

出生后两个多月，向来不喜哭闹的她用不吃奶来抗拒我对她的忽视，也由此将我引上了重视心理健康和个性化教育之途。今天若在此方面有略微认知和建树，完全是她的功劳——她是我生命当中的导师之一，我确信！

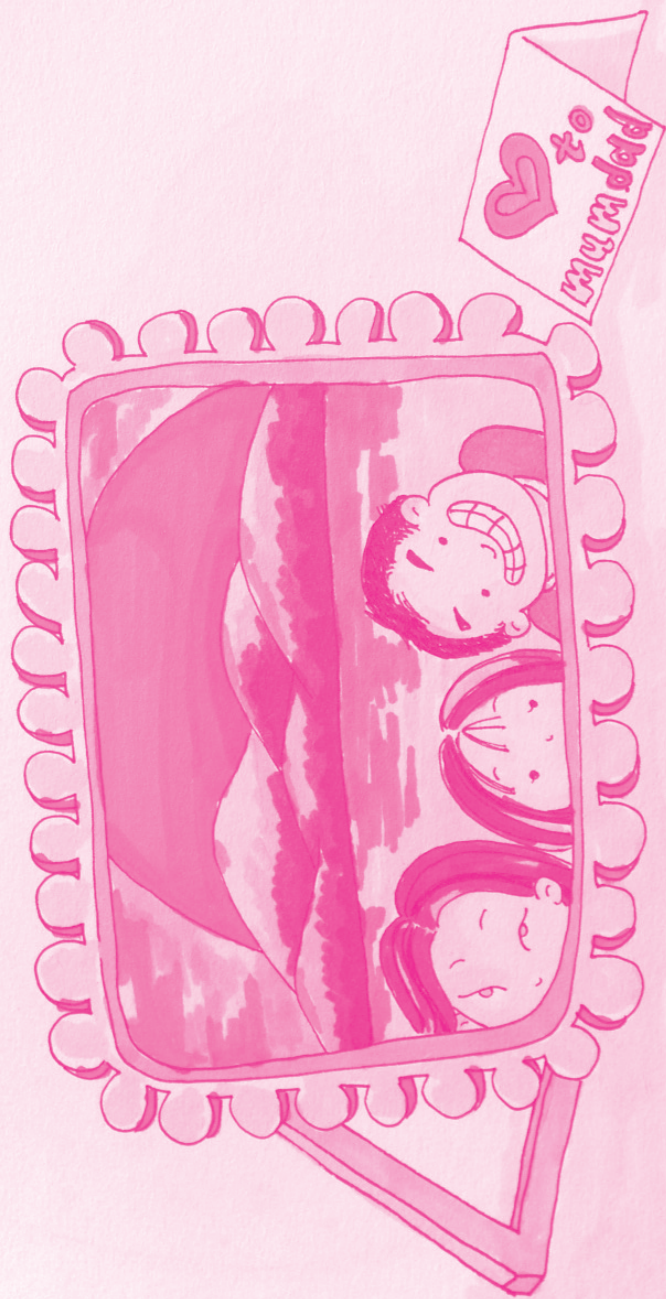
到2017年，女儿将进入12岁，这是一个我所在地区的人们都会给孩子“圆锁”的年龄。于是我把这十几年我们一起走过来的些许经历和感悟写下

来送给她，作为一个特殊的生日礼物，来庆贺和迎接她更加美好的“豆蔻”年华。

我亦同时把这些感悟和分享给你——我的朋友。
无论你是大朋友还是小朋友，愿我的分享能带给你正能量的启发，愿每个家庭更幸福，愿每个人更快乐！

——孙述宣

注解修改：在北方地区，民俗认为：小孩子出生以后在未成年期间魂魄不全，所以要用面做的生肖锁锁命（也称面圈）；当孩子长到十二岁魂魄齐全的时候，要举行开锁仪式，这也就是为什么本地会把小孩子的12岁生日称为“圆锁”（又称“开锁”“迷魂锁”“圆羊”）。那是大人们对孩子即将步入少年时代的一个祝福，是一种普遍的风俗习惯。从心理学来讲，开锁仪式，与其说是要给那些即将成人的孩子打开智慧的锁链，让这个年龄段的孩子从幼年的蒙昧中解脱出来，踏进少年的里程，向着聪明才智的方向发展，向着成人成才的方向发展，不如说是要让孩子感到自己已经脱离童年，产生加入到大人行列中的信念，自立起来，摆脱依赖心理。





目录

第一份礼物

苦与难，是生命最好的导师 /1

第二份礼物

母亲，是你所有人际关系的源头 /39

第三份礼物

孩子，你亦是我的良师 /51

第四份礼物

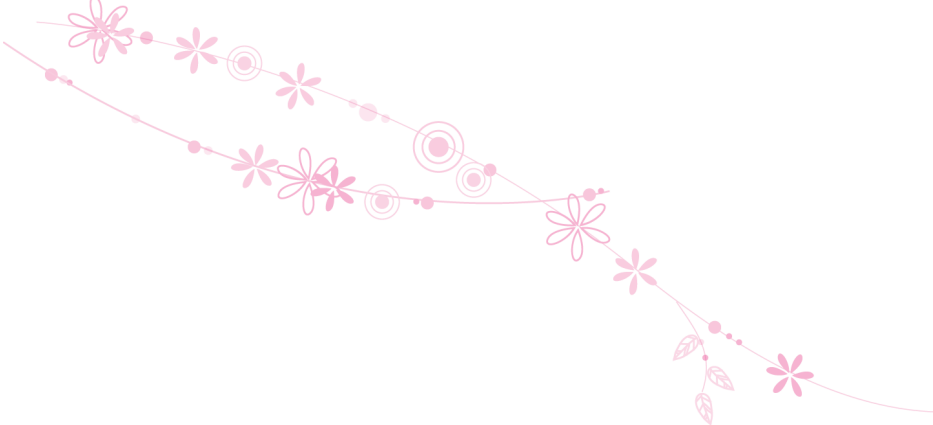
把自理还给你 /61

第五份礼物

一个“逗逼”的爸爸 /73

第六份礼物

爱情是个动词 /83





第七份礼物

尽量给你未PS的社交和世界 /99

第八份礼物

给你看世界的格局 /113

第九份礼物

老师（学校）不会永远都对 /125

第十份礼物

从你的生活里逐渐撤退 /137

第十一份礼物

信任你，哪怕我是唯一 /151

第十二份礼物

你拥有美丽的权力和能力 /161

孙述宣：其实，当妈妈根本用不着那么辛苦 /173

后记 /183





第一份礼物

苦与难，是生命 最好的导师

我亲爱的孩子，我希望你记住：在未来所有的日子里，无论你重视什么都可以不重视你的快乐，无论你爱什么，爱谁，都不可以胜过爱你自己，这世间没有什么能胜过你的安全和幸福。

(上)

嗨，贝壳儿同学，首先感谢你！感谢你来到我们身边，成为我和你爸爸生命的最终延续和上天最好的馈赠，并成为我们最好的闺蜜和“情人”。

2006年6月18日的晚上9:40，你从我剖开的肚皮中被取了出来。那时候你的姥姥、奶奶、爸爸都焦急地在产房门外等着你的啼哭，而我和每一个豁出去的妈妈一样，再也不介意你的出生会给我的身体留下一条长长的疤痕。当然，那个让我们严阵以待的时刻，对妇产科所有年轻的护士而言，却是最普通不过的一个夜班。她们依旧玩儿着看起来经常玩儿的游戏：“来！打赌，男孩儿女孩儿，赌雪糕。”

我怀孕的样子让很多人相信我怀的是一个男孩儿，所以三个护士中，两个选择了男孩儿，另一个声音尖锐的护士选择了女孩儿，我牢牢地记住了她



的声音，因为我想要一个女孩儿。肚皮被剖开时我没有感觉，据传说只要给麻醉师红包就不会疼，否则麻醉师都会留一手，但事实证明这样的传说有点扯，我们没来得及给麻醉师钱。300元在我生你的整个过程中都被我紧紧地攥在手里，它使我在整个麻醉过程中，身体虽然如同飘在云朵上一般的无力，但头脑却始终保持着清醒。

当然，更大的原因是我还在拼命地支棱着耳朵听她们谈话。我听到主刀医生和一个护士聊早上一对双胞胎生下来就生命垂危，听她们聊另一个护士的婆婆的病情，直到我听到那个尖锐的声音：“哈哈，我赢了！”一颗心仿佛落了地，我终于如愿以偿。之后你哭了，声音如同男孩子一样有点闷，但我而言，犹如天籁之音。我似乎想要睡觉了，然而，医生的一句话惊醒了我，“你吃了什么，胃这么大？”我答：“汉堡和水果”，回答的时候一种从未有过的害怕袭上了心头。我突然想起来小时候看屠宰生猪，拉开的肚皮里面五脏俱见，原来我此刻也是如此，我开始上牙和下牙不断地碰撞，那种感觉直到2个小时后才逐渐消失。

追根溯源，继续说你出生之前的我——你的妈，因为没有我就没有你，如同没有你姥姥就没有我，或者没有你太姥姥就没有你姥姥一样。

当你看得懂我写给你的东西的时候，你已经会问“度娘”很多问题了，此刻我想请你问一下“度娘”“唐山大地震”几个字，它会告诉你那是一个多么可怕的词组。而你的妈妈我，在那个时节——1976年7月29日的黄昏，在距离唐山几百里的一个叫作“田义城”的小村子里降生。因为余震不断，我的妈妈，也就是你的姥姥，整个月子都没有好好休息。她和衣躲在帐篷里，而我被放进一个纸箱搁在窗台上，一方面可以让我避免受风；另一方面也可以在房子震塌前将我迅速带走。那时候，村子里新生的小鸡和鸭子都会先被放进纸箱或者竹筐。所以我的表哥，也就是你的姨表舅在4岁之前，一直都以为我是一只小鸡或者鸭子之类的东西，见到我就会用撵鸡或鸭子的口哨撵我。

那个村子位于内蒙古的境内，但距离河北仅仅两华里，后来我读书都在河北的学校借读。中学的时候我遇到过几个从唐山转学来的孩子，他们都姓



“党”，因为他们的父母在他们婴儿时期全部在唐山地震中失去了生命，由福利院养大他们，所以他们都姓了“党”——共产党的党，而他们的名字中几乎都有“震”这个字，以此纪念那场惨烈的灾难，只是当时我们都不太懂。

小村子“田义城”由我的姥爷的爹也就是我的太姥爷缔造，在我出生后不久改名为“红星村”，并且分为8个小队，这就是后来你和你的爸爸，还有你的爷爷奶奶都十分喜欢的那片茫茫草原，那里漫山开满了“扎麻麻”花。

你说自己脖子以下都是大长腿，我喜欢看着你逐渐长长的“大长腿”在我儿时的田野里奔跑，虽然我小时候也是那样的奔跑，但却早已不同。我承认：你的快乐要多得多。

我的家里并不穷，而且是村里的首富，你后来都知道了。我的母亲也就是你那位喜欢做事追求完美的姥姥是方圆百里知名的医生，她中西医兼通，在我很小的时候，我的家就可以轻轻松松拿出几万块钱来。但很不幸，我从小和母亲关系不好，所以我的学费都经过她没完没了的唠叨和控制后得来的，



这常常让我觉得自己未来做牛做马都要归还她。长大以后，我有一次听到了一个叫作赖佩霞女士的讲座，她问所有的听众：“如果你的母亲不快乐，你敢快乐吗？”是的，她不快乐。你的姥姥因为家中兄弟姐妹众多得不到足够的关注，同时不会与人相处而显得不够快乐。不仅仅是她，她的兄弟姐妹都存在这样的问题，我小时候总是前一分钟还看到他们高高兴兴地在一起包饺子，后一分钟就会大打出手。

这就是原生家庭。我们每个人都需要用一生的时间去解码原生家庭带给自己的性格成因，以便去逐渐面对那些难以启齿的苦痛，这样几经蜕变才可以迎来安全感和幸福。而有的人，一生都没有挣脱那种苦痛，以至于他们一直没有学会幸福。

越是在某些方面有天分的人越敏感。而我有些语言和艺术的天分，相应的，我的观察力也很强；同时，由于我从小是被姥姥带大的，这也决定了我的童年因为缺乏父母的关注过度敏感而显得不够快乐。我是第一代的“留守儿童”，因为经常不在一起生活，以至于你的小姨在我9岁前都没有叫过我姐姐。而让我至今耿耿于怀的是：我的姥姥。她曾



经告诉我，她年轻时候被她的婆婆打得脸上生茧子。我于是第一次懂得了恨，我恨她那位婆婆，因为我爱我的姥姥。同时，我努力地想要在父母面前表现自己，好让他们多看我一眼，多表扬我一句，但往往事与愿违。

我的不快乐不仅仅于此，我生在一个好斗的家庭，我的父亲，也就是你的姥爷，是个“招女婿”，也就是入赘到女方的女婿。这个词目前已经不够盛行，如果你想很好地理解它，就再次问一下“度娘”吧，希望它可以帮到你。虽然此刻网上对于百度和李彦宏的评价褒贬不一，但你认识互联网都是从“度娘”开始的，妈妈还是觉得它们的存在对于中国而言，意义非凡。

你姥爷家境贫穷，所以他从部队转业后，被“招女婿”到家境富裕的你姥姥家，而这种偶尔不平等的地位，加之你姥姥家族好斗的性格，使我出生的那个家庭，战争不断。

我姥爷也就是你的太姥爷，一不高兴就会爬上我家的房顶刨房子，因为那是他给我家盖的房子。

我的舅舅们，也就是你的两个舅姥爷也会兄弟反目，大打出手之后他们还会离家出走。我至今记得，



我在 11 月的冬夜打着手电筒满村子寻找呼喊他们时的无助和恐惧。

我的姨夫们，也经常参加到战争中来。

之后我有了舅妈，同样的，她们也偶尔会参与到一场场让我安全感尽失的战争里，无休无止。

贝壳儿同学，你应该感到幸运。你在我 31 岁的时候才认识了我，那时候我已经发生了蜕变，如果再早一点，你会遇到一个暴烈而冥顽不化的妈妈。我相信是那样的，那是我的家庭留给我的烙印，它如同你出生的时候留给我的疤痕一样，偶尔的阴天下雨时节，就会痒痒几下。

当然，这仅仅是背景。

7 岁的时候，我已经学会绣花、剪纸、缝纫，还会做简单的饭菜。我的姥姥心灵手巧，这些技能都是她传给了我，加之我的天分，我将一切做了最好的发挥。我逐渐开始在每个春节里给左邻右舍剪窗花和挂钱（一种春节里张贴的带有流苏的剪纸）。到我 14 岁的时候，我几乎包揽了全村的春节剪纸还有部分新衣裤的缝纫。然而，这并不影响我因为一场“事故”成为全村人的笑柄，说实话，它极大地



伤害了那时候的我的自尊。

8岁时的那个秋天，我和村里所有孩子一样，都加入到收割庄稼的家庭劳作中。说到这里，我非常期望给你买一把镰刀（你必须知道它的使用方法，那是田园工作的一部分），我期望未来我们再次耕种自己的园子。

麦田一陇陇播种，一陇陇长成，秋收的时候一眼望不到边，大人割三陇地，小孩儿割两陇。我承认我并不是干体力活的好手，经常被落下三五步，我的爸爸有时候会回头接济我。对我而言更重要的是他那充满爱的笑容，有时候他还会腾出手来摸摸我的头鼓励我。而我的母亲则不同，她似乎永远都在鄙视和埋怨我。长大以后我才明白她为什么脾气暴躁。因为她对自己不够满意，例如温柔、收拾整理家、心灵手巧，她从来都技不如人。所以她会用各种“恶毒”的语言骂我以及其他的人。我对心理学有了一些探究之后，发现“口出恶言”的人其实是很痛苦和可怜的，他们用最可憎的语言来呼唤周边的人对他加以关注、抚慰，来寻找自己缺失的安全感，来发泄潜意识里对于自己的不满和无力。



继续来说那场事故。割下的麦子会先拿在手里，不停地割，手里的麦秆不断增多，最后手里放不下了，就会送到麦子捆那边去。一般割好的麦子隔两三步就会有一个捆子，随着所有人不停地“送把”，田地里的麦子就会逐渐地捆成一捆捆麦子，这种捆子成为人工割麦的重要标志。

割麦的时候，“送把”是有讲究的，例如麦子捆在你的右侧，不管右侧的人比你割麦的进度快还是慢，你都要从他的身后“送把”，而如果你从他前面的麦陇走过，他有可能因为麦苗的阻挡难以发现你，从而割伤你。我妈妈因为对我干农活能力的鄙视，她从我正在收割的麦陇前面想要跨过去，惨剧就这样发生了——我收回的镰刀飞快地割伤了她的小腿……

无论是对一个割地使了吃奶的劲儿的孩子来说，还是对锋利无比（每隔半小时左右就要磨一下刃）的镰刀而言，那个伤口可想而知，三条细血管顿时探出头来，血流如注。所有的人都懵了。半晌后我爸爸掏出手绢勒住冒血的伤口，然后飞奔回家取妈妈的医药箱；之后妈妈在露天的麦场里给自己做了



伤口的缝合。我顾不上感知妈妈的果敢，那个血腥的场面和大家的神色已经让我恐惧和惭愧到了极点，我颤颤发抖，甚至第一次想到了自杀。

从此，大约有五六年或者更长的时间，全村人都在“津津乐道”我的技术——“他们家的孩子哪里会割地？只会割她妈的腿而已”，这是他们经常笑话我的语言。好几个秋天，我过得十分难堪，我甚至讨厌再去田里帮忙。

在漫长的时间里，没有人说起过，是我的妈妈违反了“割麦”的游戏规则，而她自己也从来没有解释过。她甚至故意用不擅长干农活儿来强调我与其他孩子的区别，尽管这样的对比经常让我显得难堪和鹤立鸡群，但她自得其乐。

我无意责怪你的姥姥，无论在哪个时代，夸赞自己孩子是父母们聊天时不变的主题，我的妈妈力求用我不擅长干农活来告知人们，她的女儿迟早会成为穿“喇叭腿儿”裤子，每天骑自行车上班的城市人。而那个年代整个中国亦谈不到家庭教育的，所以你的姥姥并不另类。

在这个问题上她带给我的反思是：我不会依着



自己的内心所求来表扬你，而是尊重你客观的成长实际来肯定你。换句话说，我希望我的表扬恰如其分，真正为你的身心健康助力。

当然，她教会我的不仅仅是这些，她更早早地教会了我如何与情绪管理不良的人相处，教会了我自强和自立——所以，你必须明白：这一生中，无论你遇到了谁，无论他有多么糟或者多么好，无论你遇到任何事，你唯一能做的是让自己带着正能量不断地成长，面对以及解决困难。

所以在你9岁那年的某个早晨，你背着姥姥把我拖进卫生间历数她的种种不足和唠叨，并表示对我万分的同情。但我依旧要告诉你，每个人都无法选择自己的母亲，你只有选择释放自己所有的郁结情绪和心理问题，才能迈向幸福！

(中)

9岁，我印象最深的是，我似乎开始懂得爱美了。我第一次剪了一个“三齐边儿”的头发，并且得到了一根带有金丝边的绸带，有点像今天很多捆蛋糕



盒或者鲜花的缎带。我把它做成一个简易的发箍，打了一个漂亮的蝴蝶结，于是我在众多的小伙伴面前就显得美出了一点点高度。我的创造力再一次让我觉得有些兴奋，然而那种兴奋留存的时间太过于短暂——某一日晚上，风把缎带吹到了地上，狗于是把它叼到了院子的杂草间，而母猪就把它当成一种特别的食物嚼在嘴里解闷。当我找到它时，它已经变成了一小团惨不忍睹的乱麻，如同被折断了翅膀和腿脚而死掉的蜻蜓，在柴草间随风抖动。

我放声大哭，而且哭得极其伤心，不仅仅是因为那一条缎带，还因为另外一些糟糕的情况：邻居的小四子不知道为什么总是看不惯我，她总是欺负我和孤立我，就在刚才她又扯掉我许多头发。还有更重要的是，新进门的舅妈再次和我姥姥大吵，她骂人的功力远远超过我的妈妈和姨姨们。就在我找到那条残损的缎带的时候，她依旧在前院跺着脚用恶毒的语言骂我的姥姥。

我的哭声极大地引发了母亲更深的焦躁，她走过来大声地呵斥我：“为那么一个破玩意儿哭什么哭？你妈也没死，正经的一点儿也不谋，你长大也



就是二老虎娘们儿那种货色。”

“二老虎娘们儿”是我们村的知名人物，她以男女关系混乱而出名。

成年后我极其爱惜名声，非常害怕在男女关系上有丝毫让人误会的嫌疑，其根源就在于我童年中这个经常出现的“诅咒”。每每听到，小小的我竟会气到浑身颤抖。

当然，我亲爱的孩子，你必须要明白的是，当你过度地紧张一种东西到了诚惶诚恐的程度，也就是心理学中所称为“焦虑”的时候，你注定会为其所累所苦。20年后，我供职于某国企，我凭借自己的能力和没日没夜的工作获得了一次次晋升，也因此引发了别人的种种嫉妒。他们把我晋升的原因诽谤为与远在京城的上司（我几乎叫不准确人家的名字）有非正当的男女关系，那一年我几乎崩溃。

所以我亲爱的孩子，希望你记住：在未来所有的日子里，无论你重视什么都可以不重视你的快乐，无论你爱什么，爱谁，都不可以胜过爱你自己，这世间没有什么能胜过你自己的安全和幸福。

当然，当时让我愤怒甚至“仇恨”的不仅仅如



此。我的姥姥，这个世界上我始终认为最亲近的人，终于在舅妈又一次的咒骂后摔倒在院子里，之后她半身不遂，嘴角流着口水，右胳膊和右腿变得僵直和冰冷，院子里出现了为她制作棺材的木匠，这意味着她随时会离开我。那一刻，我想到了复仇！

亲爱的贝壳儿姑娘，妈妈写到此刻的时候流下了眼泪，因为我依旧怀念我的姥姥。但妈妈也知道你的困惑：为什么你如今看到我和你舅姥姥的关系很好。我告诉你，亲爱的孩子，这个世界所有爱的尽头都是恨，而所有恨的终结都是爱。如果你知道你的舅姥姥从小丧母，在兄嫂和父亲的忽视和对爱的渴求无望中长大；你知道她从小就没有人教过她爱的方式和爱的语言的时候，你就一定理解她所有失控行为背后的种种痛苦。我们喜欢说“可怜之人必有可恨之处”，如果我们将它反过来说成“可恨之人必有可怜之处”的时候，你的理解就开始带有了慈悲，也就会换一种沟通的方式，那么很多无谓的矛盾也就因此避免。

当然，仅仅有这样的慈悲还不够，我们还应该让自己得到解脱。无论我们多爱谁，如我爱我的姥



姥，但我们终究无法停留在别人的生命里，而去不断积攒自己的痛苦。我们必须明白，每个生命都是独立的个体，我们无法和谁“共生”。我们可以感同身受但却不可以替代他人经历痛苦和成长，这将是一个质的跨越，我们和所有的亲人都拥有独立的人格和智慧，唯有明白这一点，尊重这一点，才不会使问题的处理更加糟糕。所以，我们必须勇敢地穿越那个和所爱的人“共生”的感觉，作为一个支持者和建议者参与到他们生命的成长中，才可以使我们都生活在幸福之中；唯有如此，我们才可以真正冷静和科学地解决不良的情绪和冲突，拨云见日，再次快乐起来！

当然，那时候我并不明白这些，唯有感谢上天，还有妈妈的“妙手回春”让姥姥的病情得到了控制，这让一切都没有机会恶化。经过了很长时间的治疗后，她努力地重新站了起来。从此，她即便在夏天都穿着厚厚的衣服，但依然无法缓解右边身子的冰冷和麻木，她用左边半个身子拖着右边半个身子艰难而执着地活了8年。而我，把一个孩子能够安静下来的每一段时光都用来陪伴她，以至于今天我的



很多梦境都是屋前那棵盆口粗的老树，还有和她的静默。

转年，我 10 岁。那年，我们的家里添了新人，你的欢欢小姨降生在这个大院里。我蹲在黄土窗台下面听着舅妈屋里的动静，在听到她出生的大哭后，我笑了，却笑得没有那么畅快。我知道，终有一天，她会经历和我一样的恐惧，也会和我一样缺乏安全感和逐渐变得焦虑，但我对此无能为力。

直到今天，多少人在生理年龄成熟之后自然而然地走入了婚姻，也不会思考他们是否具备成熟的心理和条件来迎接他们的孩子，从而为培养有安全感的孩子奠定基础。我们的国家差这一课，在未来的数年里，我们依旧深受其苦并需要为此努力补课。

那之后，以一年一个的速度，你的舅姥姥又生了欣欣小姨、乐乐舅舅，也就有了共三个孩子。那时，你的太姥爷已经逐渐失去了劳动能力，肺气肿开始折磨他，而你的大舅姥爷身体素质较差。劳动力不济，我的姥姥一家的日子逐渐拮据。值得一提的是，此刻我们已经分家，一条矮墙使原本的大院分成为了前院、后院，我习惯于坐在中间的墙头上看着两个



院子的一切，并偶尔搭把手哄哄你的小姨和舅舅们，没有人在意我心里小小的渴望希望那一堵墙能够拆掉，我们一大家人可以重新围坐在一起吃饭。

你的大舅姥爷是一名乡里知名的“秀才”，他为三个孩子取了寓意美好的名字，但这些名字却并没有为他们带来多少快乐。因为营养不良，欣欣先天发育滞后，而欢欢和乐乐该有的快乐却被家庭的贫困和家族无尽的纠纷剥夺。十四年后我认识了你的爸爸，他的家庭同样一贫如洗，但他们和睦的家庭关系打动了我。在后来的求学过程中，我用有些偏执的不断努力才拥有了今天看起来的才华和能力。这种社会适应能力让我逐步自信，我相信可以凭借自己的双手创造一切。相对于改变贫穷的境况，我更渴望有一个和睦的家庭，那似乎更令我觉得有成就感。

11 岁的时候没什么特别，只是不知道是什么原因，我开始了极度的偏科，喜欢语文喜欢得要死，讨厌数学讨厌得要命。考五年级时，要求总分 120 分。我的语文 97 分，数学 34 分，合计达到了总分，但遭到了我的邻居——一位优秀的数学老师的拒绝。

我第一次有了怕“蹲（留）级”的恐惧，于是下决心迎头赶上。多年以后，在你 10 岁左右，因为搞不清数学的种种逻辑，学不好数学又怕我失望，逐渐开始向我撒谎的时候，我如实地给你讲述了我那一段成绩低迷的“屎事”，之后我陪着你走出了那一段你想要掩盖问题的时光。在那之后每每听到你无忧无虑的爽朗笑声，我也会得意地笑出声来……

人生所有的困难不过是留给我们成长和蜕变的习题，而唯一的敌人就是逃避。我们无法拒绝生命留给我们每个人独特的经历，而逃避只会让旧问题重新包装、逐渐升级，所以亲爱的贝壳儿宝贝，未来的所有日子，妈妈都期望你学会面对和尊重生命带给你的所有课题，当然，我知道你不会“硬碰硬”地处理问题，昨天你还教我如何提升情商，不是吗？

我感谢那位数学老师，他用剪纸和画图的方式让我对数学有了新的理解。在那之后，我不断地利用自己擅长用剪刀的天赋，不断地剪碎来自数学的种种障碍，终于将成绩赶了上来。今天我把这个方法当作“传家宝”传给你，希望你能用好。

我的童年没有 6 年级，所以 12 岁我考上了初中。





© 彭索兰格 绘

我遇到的第一个问题是，我根本不会和人相处：

我的家庭教育我，一言不合就是敌人；我的家庭教育我，不必给谁留情面，只要自己嘴痛快；我的家庭还教育我，认为不平就拼命反抗。

于是，我被我的同学孤立，她们甚至早早地锁了宿舍门不让我回去睡觉！12岁的我开始独自一个人坐在风沙漫天的操场上思考：为什么小伙伴们都排斥我？为什么她们欺负我？为什么我没有好朋友？

我还没有找到答案的时候，身体就出现了问题，先是咳嗽夹杂大口的痰，之后开始喘。13岁的夏天，我第一次被诊断出得了肺结核，这是在那个年月被称为“痨病”的一种恶疾。我的同学中没有人对我恋恋不舍，她们觉得我的离开，会让她们在大通铺的宿舍里分到的床位大几寸（为了平均分配铺位，老师会用尺子量出每个人睡觉的铺位）。我也没有能力再去计较和他们的关系。我妈妈的老师——一位县城医院知名的专家说，我可能会“打了瓜皮”，也就是早早夭折。

我的恐惧可想而知。

之后的两年，我开始了与“痼病”抗争。先是被那个年代知名的链霉素弄得出现了短暂的耳聋；然后我学会了自己给自己输液，用右手扎左胳膊，直到把胳膊上每一根静脉扎到发硬；之后又开始服用一种叫“异烟肼”的药，它极大地伤害了我的脾胃，导致直到今天我的体质还很差。但今天我不怨不哀，那个时代最好的治疗方式无非如此，我们只能适应环境，与所有困难握手言和。

15岁，我再次返校，学会了与同学和睦相处，于是我度过了少年时代最幸福的一个阶段。最多的时候我拥有十几个好朋友，因为借读，我轮流在他们家吃饭。就在那段日子里，我的数学成绩飞速提高到了116分，而满分则是120分。

在我休学的那两年时间里，你的二舅姥爷从师范学校毕业了。他娶你二舅姥姥之前所有的个人物品都放在家里的凉房，我从他的箱子里搜罗出了《血色黄昏》《邓小平轶事》《平凡的世界》等书。你知道，这一切对于一个有着文学天赋的孩子多么重要，多年后每当你的姥姥迷不知归地偶尔说说他两个弟弟的种种不足，或者唠叨他们对我的好与不好的时候，



我每次都默默地听她倾诉，然后就会回忆起我一个人坐在凉房里忘记时间和空间地去读那些书时的感受。没有人知道我那时候的快乐，就如同也没有人关注我那时候的落寞和蜕变一样。

有时候蜕变的发生是悄无声息的，但我们可以 在似睡似醒的时刻感觉到它带给我们的快乐和自信。我们有时候可以听见自己成长的声音，就如同，如果我们足够安静，就可以听见花开的声音一样。

在重新回到学校后，我的语文成绩、作文以及硬笔书法水平都受到了肯定。在这期间，两位语文老师的出现弥足珍贵：一位叫高俊，他第一次恰如其分地肯定了我的文采，夸赞我心灵手巧，这让我无比自信；另一位叫霍殿星的老师则把我当成他的孩子。在河北借读的日子里，我的周末因为要躲避家庭的打打闹闹而留校度过，在每个周末有图书陪伴的偌大校园里，我并不害怕，但方便面却让我吃到想要吐。每当那个时候，一米八个头的霍老师就会过来牵着我的衣领把我带到他家里，让新婚的妻子把他们的饭菜拨给我。

然而，命运她老人家给我的磨难远远没有结束，





她极力想要把我锻炼成一个无所不能的“小强”。
我的身体依旧不好，血压很低，身体瘦小。当某一次我从一个公厕站起身的时候，眼前发黑，掉进了数米深的厕池之内。

那是一个灭顶之灾，因为疾病的影响，还没有长高的我几乎丧命在那个恶劣的环境里。命运用这样一个方式呼唤我生命里另外一位亲人的出现，他就是你的刘珍姥爷。2015年你第一次见到了他，你有些难于理解我对他的亲近和感恩。在妈妈生命垂危的时刻，当时正值壮年的他没有任何顾忌跳了下去救了我的命。那种厕所我们现在在一些加油站依旧可以看到，只是改造得更为安全和合理了。那样的事件在当年并不鲜见，先前就有孩子曾经涉险，但他们都没有我幸运，几乎都丧命于此，而你的妈妈我，因为刘珍姥爷的相救得以逃生，从某种意义上来说，我们今天有的一切，都是他的给予。

我所在学校的领导很快赶了过来，他们带我到县城的宾馆浴池清洗之后去了医院，你的姥姥姥爷也随后赶到。你的姥姥因为着急出现了短暂的盲视，前面的叙述可能让你觉得她不够爱我，但事实并非

如此。我们每个人终身都需要做的练习就是学习沟通和表达爱，她只是还没有学会而已，我会在下一个章节里和你好好讨论这个问题。

休息两周之后，我带着迎接鄙视和非议的思想准备回到校园。但让我始料不及的是，没有人鄙视我和非议我，也没有人觉得发生了什么特别的事。他们和过去一样把卷子给我让我抄写，如同平常一样讨论我的作文范文。更令我难忘的是，一位喜欢画画的绰号叫作“大宝贝”的李姓同学送给了我一幅他用圆珠笔画的画，背景和造型都是当年流行的“小虎队”（再问“度娘”吧），只是头像换成了我、“大宝贝”以及我们的班长。他们用这样的方式告诉我他们对我的重视、珍惜和想念。

一周后，已经转学到县城一中的一位高姓男同学来看我，他为我带来了一整套的《少年文艺》，同时带来了生命中第一份异性的懵懂“表白”。我似乎还不太懂得这种特别的情愫，所以这份感情也就不了了之了，但他们所有的举动，对于那时候的我以及我微弱的自信而言，都是弥足珍贵的。

我亲爱的孩子，在我没有用这种书写的方式全



面地教你沟通和表达爱之前，我想你首先要学会珍惜和感恩。我们生命中所有人的出现都有意义，他们都力图将我们变成我们生命中最好的那个人，只是他们未必都会用我们期待的方式参与我们的成长。你一定要明白这一点，才能在心灵的成长中有所收获。

我还要告诉你的是，亲爱的贝壳姑娘，过了12岁，你也即将进入青春期。以你的“美貌”（妈妈在这里坏笑了一下，你懂得我的意思）和活泼的性格，也一定会吸引很多男孩子的喜欢和表白。我请你明白，我并不反对你喜欢他们，也不反对你和他们的交往，我只是期望你懂得保护自己的方法。当然，这些我相信我有能力用你喜欢的方式教给你，包括在这封长信里，而所有的出发点是——我们爱谁都不能胜过爱自己从而失去自我。同时你要明白，无论你遇到什么样的问题，家是我们解决问题最好的地方。而爸爸妈妈对你的爱，则随岁月增加，无可替代。

1995年，我毕业离开了河北。分别的时候，我们所有人（包括“大宝贝”，班长还有那个皮肤白



净的、平常娇滴滴的班花儿，以及那位姓高的男同学）一起爬上校门口的老杨树留下了那个年代特有的创意照片。多年之后我们逐渐失去了彼此的联系方式，但我想我们依旧都是彼此生命中至关重要的一个角色，历经风雨和挫折，难以磨灭。

(下)

那之后，我回到内蒙古上了一所专科学校。不幸的是我入学的第二年，国家下发了大中专毕业生不再包分配的政策，这项政策在我毕业的那年正式执行，哀和怨也没有用。那时候计算机还不普及，我用钢笔字整齐而漂亮地写了一份简历，请学校教务科给我盖了一个章，开始了满大街找工作的经历。多年以后，一位老师回忆说，我是那一届唯一一个自己写了简历并找他盖章的学生。

我们那一届学生的处境决定了我们比前人更具备“自谋生路”的能力。我们尽全力去适应那一切安排，陆续将自己的生活过得很好。关于国家分配这个问题，你只有再去问“度娘”了，感谢万能的“度



娘”和其他搜索引擎。

那期间的校园生活，我被鼻炎和哮喘困扰，但是对于疾病的耐受力，我已经强过了许多人。

那时候的我，也是第一次见到了真正意义上的校园图书馆。对我而言，这是一段不朽岁月最核心的东西，它注定让我再次开始蜕变和成长。

那个年代已经有了“太空杯”，可以装半暖壶的水，我喜欢带着它静静地坐在图书馆里。第二年，我的对面偶尔会坐着你的爸爸，那时候他有着毛茸茸的小胡子，显得土土的。我记不住他的名字，但我喜欢他那静如泓水的模样。我的家庭太喧闹了，我早就学会自己和自己交谈，注定我更享受孤独与安静或者注定我不会喜欢咋咋呼呼的男孩儿。

因为共同的爱好，我们曾经一起参加社团活动。我总是带头儿的，占尽风光和优待，而他总是留下来整理活动后的现场。那样子，就和现在他整理你和我在家里胡乱改造后留下的“战场”一样。他几乎都是眼角带着笑，偶尔回头露出对我们无可奈何的包容神色，然后心甘情愿地将一切一一归位。20年来，他的样子未曾改变过。

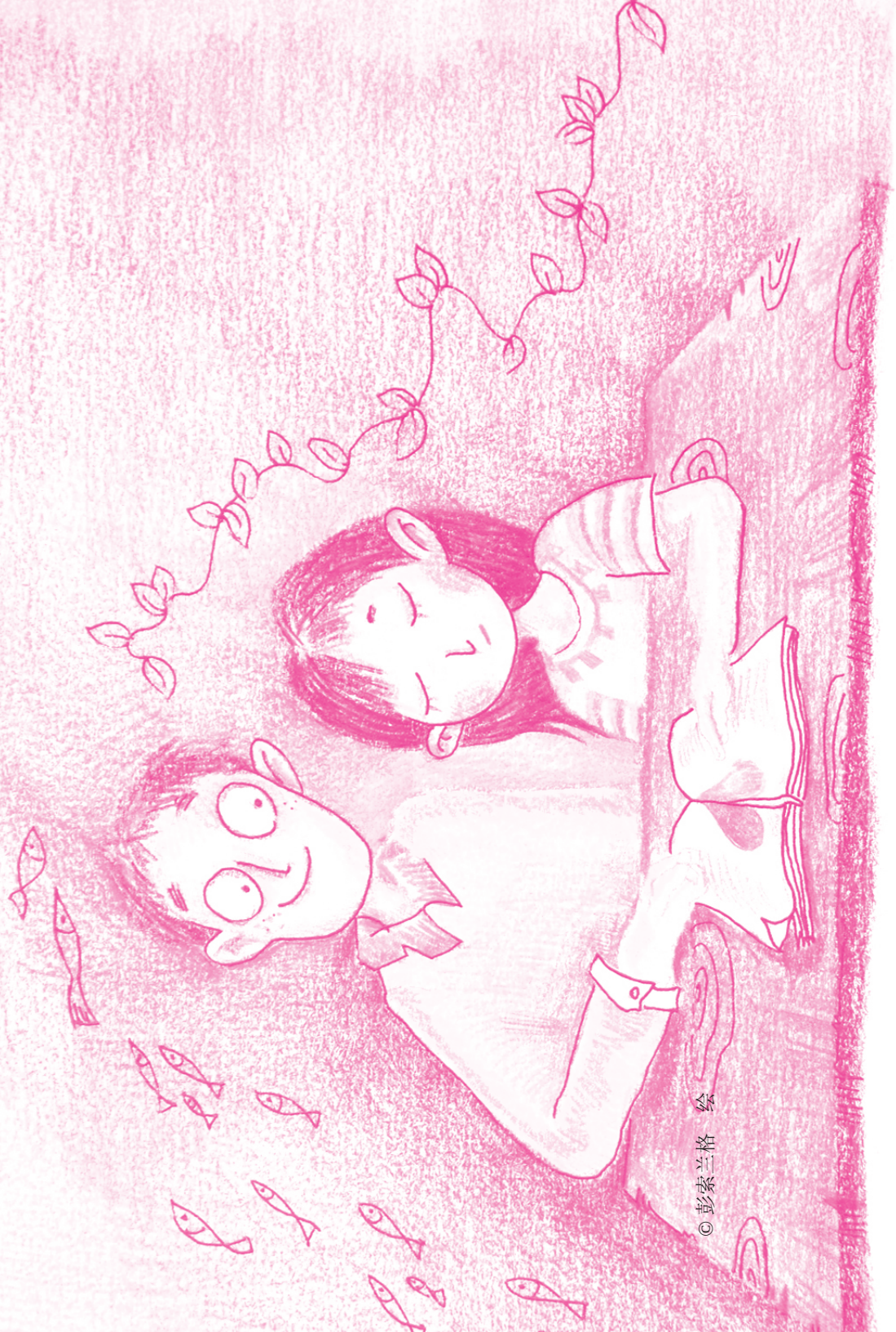


我在这四年孜孜不倦地阅读世界名著，细细地做了读书笔记，那些笔记逐渐成为我后来提高写作和口才能力最好的库存。所以时至今日，每每看着老师辛苦安排的朗读课里，你们每个人懒洋洋的样子，妈妈内心委实有些不平衡。当然，我知道，你生在这个多元的世界里，你有更多喜欢其他专业的机会，比如你立志成为一个绝好的化妆师。那我希望你能很好地坚持，无论遇到什么样的困难，无论经历多少年，请在掌握这门专业的精髓和全部的发展“门道”之后再谈自己是否很“牛掰”，或者再谈是否放弃。

当然，让我唠叨一句吧：其实无论你学什么专业，文学都是根基。即使你做化妆师，你不仅仅需要依靠它来很好地理解理论；更重要的是有一天你推广自己或者你的技术时，文学是策划案创意的基础，唯有它，才能使你的描述深入人心和惟妙惟肖。否则你只能用：“哇噻！这个东西太好了！”或者“哇哦，这地方太美了”这样浅薄的语言（我想你又感受到了我的坏笑吧？）

唠叨点到为止，我可不想招你烦。





2002年，用1000块，我们和彼此的初恋结了婚。所谓彼此，就是你的妈妈我和你那位永远纠缠到无休止的“情人”老爸。我们在郊区的一所小院里开始了至今让我回忆起来依旧可以嗅到安静气息的日子，那淡蓝色碎花的窗帘、沙发套及帷幔都是我亲手缝制而成的，它们在每个夏日徐徐的微风里微微轻扬，荡漾着我们无尽的未来梦想。

而后的四年里，历经几次流产后我再次怀孕，你预备着出现，但我却不敢相信事实。

2005年8月的某个清晨，你住进了妈妈的孕囊里，我却并未准备将这个消息告诉你的爸爸，因为先前的失败，我已经不想再让他空欢喜一场。我一个人万分紧张地保护着你，计算着你在我腹中的天数，小心翼翼，以至于我有时候走路都变得蹑脚，生怕迈一个大步就又失去了你。

捱到了45天，可以去医院比较准确地判断你的情况了，我一个人独自走进了离家最近的妇幼保健院，等B超似乎是等待一个终生的批审，9月的天气，我却冷到浑身发抖。

在我后来若干年的管理和教育生涯中，我极其



重视“同理心”这个词儿，它逐渐帮助我走上了让更多人喜欢我的道路。所以，我们所有的经历都是最好的课程，鞭策我们做最好的自己。

是的，我说的是没有同理心的问题，它源自那个一句话将我打入地狱的年轻大夫。她没有看我，也没有问任何问题，只是草草地看了一眼B超单，对我说：“心管儿不搏动，回家等流产去吧！”她用“下一个”结束了对我的诊断，我的牙齿开始上下磕碰，浑身哆嗦然后毫无意识地走到医院的一排椅子边，呆呆地坐在那里，直到医院中午下班，下午上班，下午又下班……

世界上最难受的，也许就是等，而我的等待是在恐惧里。11岁的你，依旧有些晕血倾向，我相信那种恐惧也许来源于我的影响——在怀着你的整整10个月，只要有半日的安静，我就会陷入那种恐惧之中，直到来年6月你呱呱坠地。

请你记住一个叫作柳月华的大夫，在我选择等待了58天这个看起来吉利的数字，换一家医院碰碰运气的时候，我们遇到了她。她那时候50多岁，精瘦而和蔼，看完我的B超单子，听到我的叙述，她



温暖地看着我：“有时候 40 天是看不出心管搏动的，现在看起来非常好，回去好好养着吧，思想负担不要过重。”

在后来的 9 个多月里，这位柳大夫成为了那时有着极大焦虑情绪的我的一颗安宁剂，她永远笑着，永远耐心，总是对我说：“孩子，别太紧张。”

10 年后，中国的虚拟经济导致人们价值观产生了较大的变化，很多人普遍浮躁而迷茫，加之人力资源管理 and 心理健康工作的滞后，很多公共服务机构警报频发，医院也出现了医患关系紧张的现象。我依据自己多年在银行业客户关系管理领域的经验及其他企业管理经验开发出一套“公共服务管理能力”训练系统，来帮助这些服务机构做专业的服务、异议、舆情的管理。而在我开发这套训练系统的过程中，柳月华大夫的影子一直浮现在脑海里，应该说精神的指导来源于她。

此时此刻的这个时代，人们嘴上开始常说“匠人”精神，有人这样诠释——“凡是对人热情的匠人，手上活也不错；而对人不耐烦的匠人，手上活也很一般”。这是有科学的心理学依据的，一个人



的安全感和自信与自己掌握的社会生存技能有着很大的关系。一个人越不自信就会用不耐烦来掩盖，所以我在训练系统里力求用一种新的考核方式来呈现这种“匠人”。我相信：他们（匠人）出现得越多，公共服务中客户对服务机构的信任度就会越高、客户服务关系也就越和谐，社会也就越和谐。

当我们依赖于一个国家而生，我们一定要接受她发展中的种种问题，也要尽我们微薄的力量去承担责任和寻求出路。在这个问题上，我只想告诉你我的孩子：抱怨是最无能也是最无聊的表现。我们需要做的是：改变环境让自己过得更好！

亲爱的孩子，妈妈知道这一段你不一定看得懂，但我知道你一定会理解妈妈。因为若干年来，你即便晕车，也会几经辗转和颠簸去陪伴妈妈看望那些贫困留守的小朋友。对于妈妈所坚持的各项社会公益事业，你早已习以为常，那似乎是一种元素，渐渐融进了我们家庭的肌体。

后来保胎的日子没什么特别，唯一值得一提的也就是在妈妈怀你7个月的时候被一条狗咬伤，也从此留下了怕狗的“病根儿”。你为此常常笑我，



对此我很难辩解。其实我小时候替你姥姥讨要医药
赊账的时候，村里人几乎家家都有狗。那时候我敢
抓住一条大黑狗的耳朵把它从我的大腿边扔出去，
引得全村人惊叹。

那样的我去了哪里？真是世界之谜。

这一篇就这样结束吧，最后我想说：你生下来
的时候真的很丑，哈哈……



第二份礼物

母亲，是你所有 人际关系的源头

一个在人群中恬淡而欣赏别人的孩子，必然来自充沛的家庭之爱。

在我们的一生中，我们需要感谢很多人，包括爱你的、恨你的、伤你的人，等等。而其实，我们最应该感谢自己。感谢自己有机会堕落的时候没有堕落，感谢自己遇到困难的时候选择了坚强和面对；感谢自己跨越了情绪的沼泽地，让自己保持身心和谐，施予亲人爱 and 暖，将才华和能力用于建设大众的和谐美好。

我做到了，中间历经艰辛和磨难。

因为每向家中要一分钱都有深深的负罪感，我经常处于身无分文的状态。

因为家中纠纷不断，我于是很少回家，17岁后更是常年不归。

直到很多年后，你出生的前2年时候，我第一次和我的母亲——你的姥姥在一张床上睡觉。半夜里我醒来，月光下，我看到了一张陌生女人的脸，那一刻我决定改善我和她的关系。为了未来的你，也为了我们彼此。



那是一次流产，我需要卧床休息，你姥姥来侍候我，我在床上练习了5天，练习她说什么话，我应该怎么回答；对她提要求的时候，我应该使用什么样的态度去回应。5天后，我们第一次牵手上街，我至今深深记得那种感觉，我拉着她的手，总感觉有千万个麦芒刺在身上，而我也深深地感觉到她随时想要挣脱。

那一段日子，我的心几乎日日在流泪。

我很感谢你的奶奶，她似乎成了我和你姥姥关系的一个中间人。我经常在想：和一个曾经陌生的“妈妈”都能够相处融洽，那自己的妈妈也一定会相处好。我仔细思考着与你奶奶的每一次经过考虑的谈话和不经意的“撒娇”，那种感觉成了我和你姥姥重新建立关系最好的基调。当然，我还希望你明白的是：虽然你的奶奶一个字不识，但她却有着较高的情商，还有着非常好的统筹能力。在未来的日子里，我们都应该以她为师，以我们身边所有亲人的优点为榜样来提升自我。

当我开始改变，才发现，一个人与母亲和家庭的关系是一切人际关系的基础。所以，今天每每你



准备和你的“情人”老爸大喊大叫的时候，我都劝你停下来整理你的大脑。孟子说：“爱人不亲，反其治；治人不治，反其智；礼人不答，反其敬——行有不得者皆反求诸己，其身正而天下归之。”意思是说，你爱护别人但人家不亲近你，就要反省自己的仁爱够不够；你管理人民却管不好，就要反省自己才智够不够；待人以礼对方不报答，就要反省自己恭敬够不够。任何行为如果没有取得效果，都要反过来检查一下自己，只要自己本身端正了，天下人民就会归顺你了。

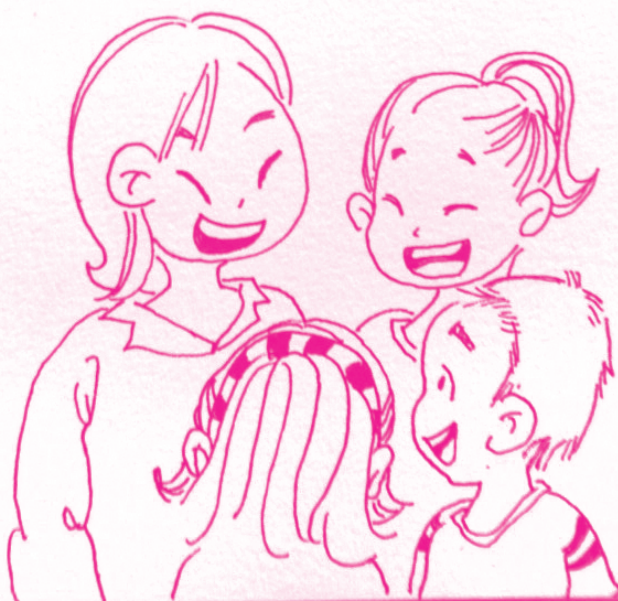
作为普通人，我们当然不要什么天下归顺，但我们要的是一分耕耘一分收获，要的是带给身边的人善良和美好，要的是不负每寸光阴。所以，我亲爱的孩子，希望你一生都知道反省自己从而提升自己。这一生我们唯一的功课，不过是成为最好的自己。

当我开始改变，开始接纳自己和我的妈妈，我的人际关系也就发生了悄无声息的变化。随之，我的职业生涯也发生了质的变化。道理很好理解，和妈妈（你姥姥）的沟通让我学会了和“权威”（我的领导）怎样进行沟通，学会了如何向他要支持和资源，





© 彭索兰格 绘



当然也学会了对同事说让对方听了更舒服的话……

你的姥姥刚正不阿、说一不二，像极了我的上司。在没有接纳你姥姥的处事方式时，我经常和我的上司争执，往往想证明自己却用力过猛，忘记了大局。而当我开始学习不抵触和逃避我妈妈的想法和用意，进而看见她暴烈的脾气和难听的语言后面的苦心的时候，我不再逃避和冷战，而是选择赞同和安慰，于是我发现她开始变得柔软。我们开始手拉手上街，虽然第一次还是觉得极其不自然，但后来我们习惯了；我们开始拥抱，到最后我开始在下班后把头埋进她的怀里，如同你如今放学后黏在我怀里看电视一样；我倾听她所有的唠叨，哪怕左耳进右耳出，内心却有了从未有过的踏实。妈妈是一个宝藏，她再次教会了我与强势的人合作和相处，她为我的人生开启了又一扇门，她让我在新的人际关系里变得亲切怡人，因而获得更多的成功。

所以，在你出生后的两年内，我的职级晋升了三次，逐渐从业务管理的岗位上升到了经营管理的岗位。更重要的是，我的同事关系开始变得和谐、美好，我于是再次度过了生命中最幸福的一段时期。

也就是从那个时候起，我开始了有意和无意的观察。我发现，每个在职场和群居生活中有着不寻常表现的人，其实他（她）的表现方式恰恰来源于他（她）的家庭，或者更直接说来源于他（她）的母亲。比如说受到母亲忽视的人，往往喜欢表现和证明自己，喜欢讨好，总是缺乏安全感。所以他们经常为了证明自己而用力过猛，喜欢解释，害怕批评，也因此经常使他们与自己的所求南辕北辙；而有强势母亲的人，通常会比较顺从却喜欢阳奉阴违，所以通常他们是压抑的也是自以为是的；而和母亲平等愉快相处的人则有着明亮的眼睛，他们可以合适地表达自己的意见，偶尔的小挫折不会使他们患得患失。

一个健全的人格，一个在人群中恬淡而欣赏别人的孩子，其背后必然有着一个充满爱意的家庭。这就是我今天以这样的模式教育你的原因，我只期望你感受到爱，更学会正确施予别人爱，带着爱出发去面对所有问题。

几年后，我加盟到银行，在那里我遇到了许多“强势”的人。他们都在用各式各样的方式“证明”着自己，



大多时候用力过猛。而那背后，是原生家庭的问题，亦是自身成长不足的问题。我经常默默地关注着他们，尝试去理解他们的初衷，这个过程让我明白：快乐和证明根本无关，它只源于我们的安全感。而对于成年人来说，成长是带给他们安全感最重要的一个源泉，钱和权的标榜只是短暂的，无法让人获得真正的成就感。

所以，在你9岁时候的某个夕阳下，你再次倚在妈妈身边，而妈妈又讲了一个新的故事：

老将军是三朝元老，他拥有皇帝赏赐的孔雀羽毛做翼、翡翠做柄的一支金箭。每每上战场，他都会将箭带在身边，也每每战无不胜。多年后老将军的儿子长大成人，终有一天他要单独上阵，唯一的要求是父亲能够将金箭传给他，带上疆场。老将军答应后提出条件：无论何时都不能打开箭囊。将军儿子答应后佩箭上沙场，果然英勇无敌，杀退敌军。

取得胜利之后的将军儿子违背了父亲的嘱托，妄自打开了箭囊——却发现只是一支断箭，遂浑身战栗，后怕不已。敌军再至，溃败而亡。

失去儿子的老将军面对残军独叹：把意志力建





立在外物上永远做不了真正的勇士！

亲爱的孩子，我们这一生不过是在解码。解码自己的性格成因并寻求改善途径，从而让自己从成长中获得安全感和快乐。你的妈妈我亦不是完美的，在我对你的影响和教育中同样会有不利的一面，我给你的唯一法宝是：面对它，解决它，最终将一切建立在真正的内心强大上，建立在不断的成长和自立能力上。当一切都为你所用，那么你就是真正的赢家，也就才能真正幸福。

我相信你的能力，因为无论何时，爸爸妈妈都为你准备了充沛的爱。





第三份礼物

孩子，你亦是 我的良师

至此，我们开始了长达数年的抚触按摩和抚触间的亲密沟通。你长大后，从幼儿园到小学，你的老师们对我说起你最多的是你的主见、胆量和自由，我想那一切和我们的沟通不无关系。今天，我把抚触结合按摩改进成许多版本传授给那些因为和孩子沟通不好而使亲密关系受损的爸爸妈妈们。当然，他们需要的不仅仅是这一点，他们更应该明白的是：无论孩子多么微小，他们都丝毫不能够被忽视，每一个父母都需要学会和任何年龄的孩子建立良好而得当的沟通方式，来健全他们的心智，来开发他们所有的潜力，来维持最好的亲密关系。这条路目前在中国，任重而道远……

亲爱的贝壳儿，你知道妈妈喜欢夕阳，因为那是一天中空气最好的时刻之一，也是一天中景色最柔和的时刻，更是一天中人心最惬意的时刻。其实，我的喜欢不仅仅因为这些，更因为在你9岁那年，某一个夕阳很美的日子，你曾经和妈妈讨论过关于高贵的问题，而那晚的景色、你的语言以及你的模样，成了妈妈生命中不可磨灭的美好影像。

那天，你突然问我，“妈妈，你知道人为什么高贵吗？”

我当时非常诧异。对于这么小的你来说，我还没有意识去和你讨论这个话题，所以我惊讶了许久才问你，“人为什么高贵？”

你说：“我请扫垃圾的爷爷先走，爷爷就记住了我，之后他每次遇到我都请我先走，被人请先走的时候就很高贵……”

那一刻，金色的夕阳沐浴着你玲珑剔透的小脸





儿还有那海藻色的头发，显得无比的绚丽，而妈妈我则泪流满面……

我从来不知道，我可以把你教成这样，我从来不知道，你已经懂得了受人敬、先敬人的道理，我的感动可想而知……

老话儿说：累一天，忘一天。每个为人父母的都深懂这个道理。无论养育儿女多么艰辛，只要听到孩子清脆的笑声，看到他们的点滴成长，那些辛苦便烟消云散。

当你还在我肚子里的时候，做B超的医生总会问我：“你老公是不是个子很高？”

我说：“你怎么知道？”她说：“因为你的孩子个头很大……”

是的，你出生就58cm，小腿修长，同病房一个同天出生的男孩儿的妈妈开玩笑说，要和我们订“娃娃亲”，而你姥姥却背着人家说，那孩子配不上我外孙女，他小腿太短，长大身材不好……

每一个添了新人的家庭都会呈现出前所未有的勃勃生机，我们的家庭也同样如此。你的姥姥、奶奶、爸爸还有妈妈我都开始了前所未有的忙碌。姥姥在



厨房给我熬着小米粥，奶奶在洗手间洗着你的尿布，而爸爸则在床头没完没了地转圈和逗留，他还没有学会抱你，所以每当我把你包好并小心地放在他手心的时候，他总是紧张得身体僵直……

当然，主要的角色还是我——你的妈妈。在怀着你的时候我特意去了“准妈妈”学校，抱孩子、包裹孩子、抚触等，一一学了个透，但这竟然都还不够。第一次哺乳，每个女人的乳头都会被孩子吮吸掉几次皮才可以逐渐强韧，那种钻心的疼痛是每个妈妈必须经历的。后来，我逐渐明白了许多女人为什么生完孩子后会比男人更强韧，因为每个生过孩子的女人都经历了一次次不同寻常的课程：她们经历了难以忍受的阵痛，她们战胜了手术开刀的恐惧，她们从病床上艰难地坐起来，身体上的伤口还没有愈合就要抱好孩子并忍着剧烈的疼痛一次次尝试哺乳……

初为人母，每个人的紧张亦是难于言表。连续一个月，我都在做同一个梦——梦到你很冷，我把自己所有的衣服都脱下来包裹着你……

后来，我和很多妈妈沟通过，她们都做过类似



的梦。亲爱的孩子们，你们是每个妈妈流动的心，当你出生后，无论未来你走了多远，你始终都走不出妈妈的心，你在哪里，妈妈的心就在哪里跳动，一刻不停……

你却很乖：很少哭，白天睡得也不多，大多时候你睁着眼睛看一切——爸爸的黄T恤、姥姥的红围裙。当然，更多的是妈妈的脸，你反复地看，每一次都像第一次看到一样，黑色而略带朦胧的眸子透露着对这个世界无尽的好奇，仿佛永远看不够。你的样子“迷惑”了妈妈，妈妈觉得养孩子原来如此简单，只需要定时喂奶，定时换尿布，定时洗澡、睡觉就可以了。于是，我开始了新的学习，各种书搬了一堆，早已把你姥姥关于产后不能长时间用眼的忠告抛在脑后。更多的时候，家里只有你和我，你不会说话，而我顾不上说话，客厅里只有沙沙翻书的声音——我以为我就此开启了幸福生活的开关，却不知道你的“教训”即将到来……

在你出生的第三个月份，确切地说是第73天的时候，你突然不吃奶了。

我们以为你病了，开始抱着你看医生，大医院、



小诊所，几乎把市里的儿科名医都找遍了。可你还是除了半睡眠状态下吃几口奶，清醒的时候绝不吃。你的身体很快瘦了下去，而我害怕极了——吃不下饭、睡不着觉、蓬头垢面……现在回忆起来，那应该是妈妈此生最丑的一段时间，精神上几近崩溃。

因为怀孕期间妇幼保健医院的“误诊”，使我对那个医院有着深深的嫌弃。然而，当抱着你看遍了呼和浩特大大小小的医院都没有找到你的“病因”之后，爸爸和我决定去碰碰运气。同时，我们也决定，这里再没有希望，就带你去北京儿童医院看。虽然当时我们经济比较困难，但为了你，即便卖了房子我们也愿意。只要你吃得白白胖胖、健健康康，让我们做什么，我们会不愿意呢？

妇幼保健医院的大夫依旧是态度冰冷，但她的一句话却似五雷轰顶直击我的心底。她说：“身体没有问题就是心理问题，你是不是都不理她？”她的目光犀利地向我征询，我心虚地点了一下头，“她在向你抗议，回去好好抚触，好好和她说话就会好，抚触会不会啊？”



我忘记了自己是否回答她的问题，只记得自己抱着你冲出医生办公室，坐在走廊的椅子上泪水奔涌，我对你不停地说“宝宝对不起……”任周围人诧异的目光投来，我依旧难以自抑，直到包着你的小被子的一角被我的泪水浸湿……

至此，我们开始了长达数年的抚触按摩亲密沟通。你长大后，从幼儿园到小学，你的老师们对我说起你最多的是你的主见、胆量和自由，我想那一切和我们的沟通不无关系。今天，我把抚触结合按摩改进成许多版本传授给那些因为和孩子沟通不好而使得亲密关系受损的爸爸妈妈们。当然，他们需要的不仅仅是这一点，他们更应该明白的是：无论孩子多么幼小，他们都丝毫不能够被忽视，每一个父母都需要学会和任何年龄的孩子建立良好而得当的沟通方式，来健全他们的心智，来开发他们所有的潜力，来维持最好的亲密关系。这条路目前在中国，任重而道远……

20天后，你逐渐改善，一个月后，你会睁眼边盯着我边缓慢地吃奶，我每每对你回以爱的笑脸和话语，你会逐渐闭住眼睛，加快吃奶的速度……两



个月后，你逐渐恢复正常……

直到今天，每每你想要和妈妈“赖”一会儿的时候，我们都会“捏捏小腿儿”（我们独有的抚触加按摩的方式）。后来，你姑姑生了弟弟，异常顽皮，但每每我们给他“捏捏小腿儿”的时候，他也会别样的安静。

感谢你，我亲爱的孩子，你亦是我的良师。你教会了我什么是真正的尊重，更教会了我永远不停歇地精进自己。而这一切，把我变成了更好的自己，你更好的妈妈。

