



少年我心

修订本

岳晓东 著



一个心理学者对自我成长的回顾与分析

SHANGHAI PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE





一个心理学者对自我成长的回顾与分析

My Childhood and Adolescent Years

SHANGHAI PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

上海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

少年我心：一个心理学者对自我成长的回顾与分析/岳晓东著.

—上海：上海人民出版社，2004

(岳晓东作品)

ISBN 7-208-04895-9

I. 少... II. 岳... III. 青少年心理学—精神分析

IV. K844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 096769 号

责任编辑 曹利群

唐云松

封面装帧 王晓阳

· 岳晓东作品 ·

少年我心

——一个心理学者对自我成长的回顾与分析

(修订本)

岳晓东 著

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海锦佳装潢印刷发展公司印刷

开本 850×1168 1/32 印张 6.5 插页 2 字数 127,000

2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 次印刷

印数 1-6,000

ISBN 7-208-04895-9/B·407

定价 14.00 元

再 版 序

拙作《少年我心》再版，我十分感谢上海人民出版社曹利群和唐云松两位编辑。他们为本书的编排付出了大量的心血，令它以全新的面貌出现，这使我欣慰不已。

本书写作的初衷是为广大的学生、教师和家长提供一本记述青少年心路成长的案例集，以帮助大家更好地理解青少年期的心理活动与变化。六年过去，我感到这一愿望得到了充分的实现。不少读者朋友告诉我：他们在本书中找到了自己和昔日的同窗好友，也更好地理解了自己和这些同窗好友过去的行为举止。

还有许多读者朋友告诉我：本书使他们懂得了怎样理解子女或学生的心态变化，怎样培养他们的独立性及心理素质，怎样与他们有效地沟通，怎样尊重他们的个性发展等。这些令我十分欣慰，因为我撰写本书，就是为了使青少年的心声有人理解，青少年的个性有人尊重，青少年的梦想有人分享，青少年的奋斗有人扶持。希望再版后的《少年我心》能强化这一感觉。





< < < < < < < < 少年我心

希望再版后的《少年我心》能帮助你更好地理解自己和他人。

是为序。

岳晓东

2004年2月于香港

我开始从这一桩桩生活往事中去寻找童年的我，少年的我，乃至青年的我。我又重温了当初的困惑，当初的奋斗，当初的喜悦，当初的忧伤……

自序——再回首

人生是由一系列难忘的生活事件组成的，其中有悲、有欢、有苦、有乐。这些事件犹如点点花絮，点缀了人生的画卷。而每当人们回首这些往事时，都会有几许新的感悟与收获。

人生就是在这样的不断体验与感悟中度过的。

年少时，人们生活在对未来的梦幻与憧憬当中，迫不及待地盼望新年的到来，盼望生日的到来，盼望快快长大的一天。步入中年，人们则开始生活在对往事的回味当中，越来越珍惜每一天逝去的时光，那遥远的过去，也开始变得越来越亲近。

人生正是在这样的不断期盼与回顾中度过的。

我出生在“大跃进”的年代，上小学那年正赶上“文革”开始。1977年高中毕业，值“文革”结束。由此，我经历了一段令当今的青少年不能想象的生活。那是一段特殊的岁月，也是一个时代的见证。许多年来，这段生活经历一直静静地留存在我大脑的记忆库中，绝少问津。我的眼睛也一





直盯着前方,很少去回首自己走过的路。

但自 1987 年我进入美国哈佛大学攻读咨询心理学博士学位以后,这段记忆就变得活跃起来。我的心理学导师要求我们在给别人做心理咨询之前,自己先去经历一番被人咨询的滋味。我便请他以及其他心理学导师为我的许多生活经历做了心理分析,从中了解到不少青少年时期的心理特征,并感悟出许多人生的道理。

我开始从这一桩桩生活往事中去寻找童年的我、少年的我,乃至青年的我。我又重温了当初的困惑、当初的奋斗、当初的喜悦、当初的忧伤。我再一次看清了自己的成长历程。由此,我很感谢那位导师的建议,这番心理分析使我更加了解自己,也使我更加珍惜今天所拥有的一切。

作为一个心理学工作者,我愿将这一桩桩往事记叙下来,与读者共享我成长道路中的喜怒哀乐及对人生的感受,并增强对心理学知识的了解。因为每个人都曾有过自己的辉煌,也曾有过自己的屈辱。把它们记述下来本身,就是对生活的一个交待,也是对自我的重新认识。

《少年我心》这本书记叙了我中小学时期的 30 段往事。它们涉及了我当时生活的不同侧面,也反映了那个年代青少年的心态和风貌。虽然每个人的成长历程不尽相同,但在青少年时期许多欢乐与烦恼的感受却是相通的。

在本书的写作过程中,我曾征求过一些朋友的意见。他们给我提出了许多宝贵的建议,也一致敦促我写完这本书。有的朋友甚至建议我将它写成一部小说,那样就会有更多的想象空间。但我没有这样做,这不仅是因为我缺乏

小说家的想象力和功底，也是因为我愿意实实在在地写出自己当年的经历与感受。

真实与质朴，乃是我遵循的写作原则。

我在每一篇记事的后面加入了一段心理分析，以深入浅出的语言来解析有关青少年心理学的原理，以便读者从中了解和学习到这方面的心理学知识。我不想以此来说教人生，我只想为您的思考增加一些视野与空间。或许您在阅读时会有什么刹那间的念头与想法，那么您不妨把它们记录下来，相信它们早晚会对您有所帮助的。

《少年我心》的30篇记事，全都是悠悠岁月中的平常故事。我把它们记叙下来，是要揭示一个青少年成长过程中所经历的种种困惑与磨砺。在当今的社会中，太需要有更多的人去关心、理解青少年了。如果此书能使您增进与父母、子女、师长、同学及朋友的了解和沟通，那我将欣喜万分。

通过阅读此书，我还希望能使您珍惜您自己以往的生活经历。无论它是喜，是忧，是悔，是憾，那都是您走过的路。其平淡也罢，壮烈也罢，您就是在这一桩桩生活事件中长大的、成熟的。

回首往事，您会感到您自己的生活其实也很特别，很耐人寻味。所以，若此书能引起您对青少年成长心路的共鸣与反思，那将是我最大的心愿。

在本书的写作中，我曾数度热泪盈眶。因为我再次感受到自己当初的困惑与奋斗，看到自己是怎样一次次摔倒了又爬起来的，尽管当时我并没有哭……

再回首，恍然如梦。





< < < < < < < < < 少年我心

再回首,我心依旧。
只有那无尽的长路伴着我。

.....

岳晓东

1997 年春于香港

目 录

- 001 再版序
001 自序——再回首

自我磨砺篇

- 003 输赢玻璃球
010 找啊,找啊,找朋友
016 与“老博干”下象棋
023 那一架我打得很惨
029 做个男子汉
035 拾粪的苦与乐
040 荣辱之间
046 下乡学农
053 发动群众





自我奋斗篇

- 061 儿时梦幻多
069 少年偶像
075 吾为何人
082 自学英语
088 私授英语
094 只有香如故
099 那一天我终于战胜了自己

男女情怀篇

- 107 男女生的“冷战”年代
113 莫名我就喜欢你
119 谁之过
124 替“二虎子”写情书
130 无言的结局

自我困惑篇

- 139 那把无辜的二胡
145 妈妈,您听我说
150 老爷庙迷路
156 镜中的我
162 替同学担过

168	其实你不懂我的心
172	吃咸蛋
176	“土豆英语”和“巴特英语”
180	吸烟的心理分析
185	结束语——少年的我
188	后记



自我磨砺篇



人可以被击倒，但不可以被击垮。

(A man can be defeated, but can not be destroyed.)

——海明威(美国作家)

- ☐ 输赢玻璃球
- ☐ 找啊,找啊,找朋友
- ☐ 与“老博干”下象棋
- ☐ 那一架我打得很惨
- ☐ 做个男子汉
- ☐ 拾粪的苦与乐
- ☐ 荣辱之间
- ☐ 下乡学农
- ☐ 发动群众

就这样，我红着眼睛默默地离开了那群人。听着身后人们对那个孩子的一片欢呼声，我的眼泪夺眶而出。回到家里，望见那个装玻璃球的空盒子，想着还欠人家 18 颗玻璃球的债，我大哭了一场。

输赢玻璃球

儿童是在游戏中长大的。

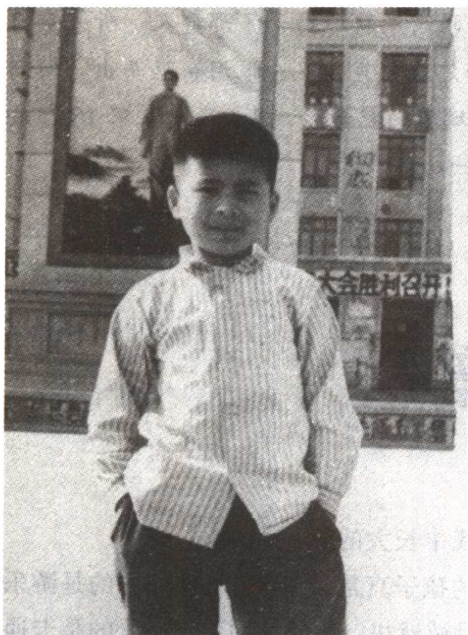
现在的孩子真是太幸福了。他们去的是游乐园，玩的是游戏机，比的是明星卡，看的是卡通片。在我成长的年代里，根本没有这份福气。那时候男孩子们聚在一起，玩的是捉迷藏之类的古老游戏，是争上游、升级（又名打百分）一类的扑克牌玩意儿，再不就是赢个杏核、玻璃球、烟盒、蛤蟆片（一种铁片）之类的东西。

那年头，我们玩不起花钱的玩意儿^①。

在当年的游戏中，给我印象最深的就是赢输玻璃球，因为我曾有过大起大落的经历。赢玻璃球（又称弹珠或弹球）的游戏，就是用食指与拇指夹住玻璃球弹射。如果弹中了另一颗玻璃球，就可以将它赢走。

^① 那年头，小孩子玩的东西大多是不需花钱买来的，如香烟纸盒就是跟大人要来的，杏核、铁片是相互换来的。





11岁时摄。我就是在这时候输掉了所有的玻璃球。

曾几何时，我辛辛苦苦才搞到10余颗各色花样的玻璃球^①。每天放学回家，我都会玩赏一阵（我当时上小学三年级），有时还会向我信得过的小朋友展示一番，那是我当年最宝贵的财富了。

一天，我们院儿^②里一个比我矮半个头的小孩儿，不知从哪里听说我有这些玻璃球，提出要与我赌玻璃球。我望着他那张蹭满鼻涕的脸，毫不犹豫就应了战。没想到，那天我不光将老本儿输个精光，还倒欠了他18颗玻璃球。到后来弹球时，我的手都在发颤，那么近的距离都弹不准。而他的手，却像是着了魔似的，那么老远一弹一个准儿，赢得我心里直发慌。

那天，还有不少孩子观战，都在为他助威，这更搅得我

① 那年头，玻璃球是很难搞到的。我的这些玻璃球都是拿各种小玩意儿向别的孩子换来的。

② 我当时住在呼和浩特市内蒙古大学校园里。

心烦意乱的。后来,那孩子的一个邻居(一个比我大几岁的男孩子)提出不要再玩了,让我回去先筹集这 18 颗玻璃球,还了账再玩,并给了我一个月的期限。

就这样,我红着眼睛默默地离开了那群人。听着身后人们对那个孩子的一片欢呼声,我的眼泪夺眶而出。回到家里,望见那个装玻璃球的空盒子,想着还欠人家 18 颗玻璃球的债,我大哭了一场。

那天,我第一次尝到了愁的滋味。

在以后的一个月中,我每天在家苦练弹射玻璃球的功夫。从几厘米都弹不准到几十厘米之外都弹得准。我在等待时机赢回自己失去的一切。一个月后,那个孩子流着鼻涕来向我讨债。我告诉他现在还没有凑全,并提出接着玩,无论输赢都一并还债。那孩子却说要回去问一问邻居的大孩子。

“为什么?”我奇怪地问。

“因为是他上次叫我来找你玩的,而且在玩之前,他还教了我半天怎样弹玻璃球才准。”那孩子得意地说。

“噢?你弹得那么准,为什么上次又不接着玩了?”我又问。

“是啊,我也不知道,是他不让我再玩的。”

“那我们今天再玩,他就管不着你了。”说着,我拿出两颗新筹集到的玻璃球给他看,提出只要他答应与我玩,我就给他。望着那两颗漂亮的玻璃球,他的眼睛都放光了。

于是,我们找了一个僻静的地方开始赌玻璃球。不一会儿,我就将欠他所有的玻璃球都赢了回来,包括我刚给他的那两颗。到后来,那个孩子忽然恳求我能不能给他 9 颗玻

