

马修霞 著

资深心理咨询师 手记

巧玲的
365
天



知识产权出版社
全国百佳图书出版单位

马修霞 著

资深心理咨询师 手记

巧玲的
365
天



知识产权出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

资深心理咨询师手记:巧玲的365天/马修霞著. —北京:知识产权出版社, 2014.9
ISBN 978-7-5130-2994-0

I. ①资… II. ①马… III. ①心理咨询—案例 IV. ①R395.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第214420号

内容提要

作者是著名的心理养生师,她以自己一年365天的生活和作为蓝本,结合自己做的
大量心理咨询案例和对生活的体悟,写就此书。这是一本从生活角度谈家庭教育和
心理成长的读物,作者去除案例中繁杂的咨询过程而注重理念的渗透,对于生活本
身的解读尽显文学化,为读者提供真实的引导和启发。

责任编辑:周游

责任出版:刘译文



资深心理咨询师手记:巧玲的365天

ZISHEN XINLI ZIXUNSHI SHOUJI QIAOLING DE 365 TIAN

马修霞 著

出版发行: 知识产权出版社有限责任公司	网 址: http:// www. ipph. cn
电 话: 010-82004826	http:// www. laichushu. com
社 址: 北京市海淀区马甸南村1号	邮 编: 100088
责编电话: 010-82000860转8532	责编邮箱: zhouyou-1023@163.com
发行电话: 010-82000860转8101/8029	发行传真: 010-82000893/82003279
印 刷: 北京中献拓方科技发展有限公司	经 销: 各大网上书店、新华书店及相关专业书店
开 本: 720mm×1000mm 1/16	印 张: 18
版 次: 2014年11月第1版	印 次: 2014年11月第1次印刷
字 数: 285千字	定 价: 49.80元

ISBN 978-7-5130-2994-0

出版权专有 侵权必究

如有印装质量问题,本社负责调换。

前 言

作为一名资深心理咨询师和家庭教育工作者，生活和专业的积累促使作者在完成几本相关的专著后，更加读懂了家长的心理需求，于是作者一直就探索着用文学的形式去表现心理成长、灵性思想的作品。几番尝试后，就在场景上从自己所住的小院子写起，采用了365天这样一种形式，自己就是一切事件活动的主线，这样天时、地利、人和的因素都有了，就家庭教育、心理成长、灵性人生而言，这应是激起读者共鸣最好的方式了，因为一切都来源于真实，一切都来源于家庭。一个家庭教育工作者，把自己的家庭晒到这个程度，这就如“歌者是歌的一部分、舞者是舞的一部分”一样，人与事在这里找到了最好的整合方式。

书名取“巧玲的365天”，一是因为“巧玲”是作者父母送给作者最好的礼物——乳名。二是因为“巧玲”二字有其积极的意义：“巧”代表的是对生活的选择方面，要抓住机遇善于做选择，同时又会经营生活，美好的生活从来都是经营出来的；“玲”者“灵”也，代表的是生活中智慧的层面，也就是灵性人生。就心理健康程度而言，“巧玲”就是心理健康的最高境界。作者和自己家庭是贯穿本书始终的一个案例，是读者的参照点——书的内容涉及到作者原生家庭的影响、婆媳关系的处理、对儿子的教育方式、夫妻的相处之道，这些内容时不时地就渗透在书中，这都是“巧”和“玲”的境界。书中有作者描写自家小院植物的大量片断，这些从植物身上悟到的思想闪光点，是“灵”性人生的升华。人类经过多少万年的进化，几千年的文明史，与植物和谐共处，成长有共性、灵性亦能通，从植物身上得到的感悟与从人那里得到的感悟相比，更具有思想的共鸣。

作者用散文的记叙、描写和议论方式，记录了大量心理咨询案例，这些案例的记录去除繁杂的咨询过程而注重理念的渗透，是为了给读者一个启发，一个理念的引导，起到“他山之石，可以攻玉”的效果，因为悟透了这些案例，就是不用咨询的咨询，就是恰到好处的自我救赎，这种直透式的记录最能触及人心灵的成长。人本是因为共性而相处与合作，因彼此不同而成长和进步，看别人的成长自然是引导自己成长最好的方式，因为这些案例本身就是镜子，让人既照见自己又照见自己的家人。

这是一本从生活角度谈家庭教育和心理成长的读物。列夫·托尔斯泰曾说“幸福的家庭都是相似的，但不幸的家庭却各有各的不幸”，那么我们就从本书作者描写家庭的方方面面中去看这种“相似”，而从那些形形色色不同的案例中去看“各有各的不幸”，化“不幸”为“有幸”，从作者思想的阐述中体味人的灵性成长。

| 2013年1月

01·01 周二	特殊的朝天锅调料	001
01·02 周三	粗毛线女帽	002
01·03 周四	鞋底哪去了	002
01·04 周五	天好晴朗	003
01·05 周六	挂十字绣	005
01·06 周日	狗屎先生与笑靥如花	006
01·07 周一	对幸福的诠释	008
01·08 周二	对“神童现象”的思考	009
01·09 周三	听《琵琶语》	010
01·10 周四	努力营造孩子成长的 场效应	011
01·11 周五	标点符号没背过呢	012
01·12 周六	父爱在右	012
01·13 周日	为何会“输不起”	013
01·14 周一	雪花与鲜花	014
01·15 周二	酸菜冒泡了	014
01·16 周三	铜盆子铜碗铜大缸啊	016
01·17 周四	我要和爸爸一起	017
01·18 周五	把愤怒的小孩子清除出去	019
01·19 周六	坍塌心灵的重建	020
01·20 周日	她的女儿离家出走了	021
01·21 周一	待我强大， 我给自己安全感	022

01·22 周二	写给离家出走的女孩	023
01·23 周三	植物都是有灵性的	024
01·24 周四	知与不知一步之遥	024
01·25 周五	中年的我们，要坚强	025
01·26 周六	婆母的自由生活	026
01·27 周日	窗明几净的感觉	026
01·28 周一	超级月饼	027
01·29 周二	为什么所有的鱼都臭了呢	028
01·30 周三	中毒悟到的	028
01·31 周四	冰花的冥想	029

| 2013年2月

02·01 周五	老者的风范	030
02·02 周六	锅缘何破了呢	031
02·03 周日	我的婆母	032
02·04 周一	春天来了	032
02·05 周二	眉眼盈盈处	033
02·06 周三	体验司空见惯的幸福	034
02·07 周四	发现与成长	036
02·08 周五	儿子回来了	037
02·09 周六	婶婆去世了	038
02·10 周日	购物卡装满兜的感觉	040
02·11 周一	二哥就是不服	041
02·12 周二	怒斥之下的觉醒	042
02·13 周三	年轻媳妇缘何一脸青春痘	043

02·14 周四	情人节的思考	044
02·15 周五	那一定是黄金比例	044
02·16 周六	蔷薇雪	045
02·17 周日	雪融蔷薇芽	046
02·18 周一	过年的感觉	046
02·19 周二	狗狗的幸福	047
02·20 周三	活着，就要做 自己生活的主角	048
02·21 周四	美景怡心	048
02·22 周五	放下与臣服	049
02·23 周六	小叔叔病了	050
02·24 周日	银龙鱼香消玉殒	050
02·25 周一	通识的重要性	051
02·26 周二	他爱上了自己的语文老师	051
02·27 周三	要跟孩子说的是恭喜	053
02·28 周四	心不能病	054

2013年3月

03·01 周五	他因朋友的自杀身亡 而陷入抑郁	056
03·02 周六	她看到了自己不应 看到的东西	057
03·03 周日	八十三岁的婆母 要学电脑	059
03·04 周一	感悟周培功做事的境界	060
03·05 周二	人的痛苦多是因为拥有 所带来的失	061
03·06 周三	一年家庭教育工作的 指导语	061
03·07 周四	爱自己也即是爱别人	062
03·08 周五	心陷入怅惘	063
03·09 周六	对婚姻的感悟	063
03·10 周日	找好各自的位	064
03·11 周一	邂逅父亲的红颜知己	065

03·12 周二	蔷薇有爱	066
03·13 周三	藤萝在我家	066
03·14 周四	《葬花吟》的共鸣	067
03·15 周五	芬芳自己与愉悦他人	067
03·16 周六	他的内心纯正了	068
03·17 周日	闺女的感动	069
03·18 周一	他知道婚前做咨询	069
03·19 周二	情绪好了	070
03·20 周三	太多的应该就会成 不应该	071
03·21 周四	儿子为什么不愿意 吃面条	071
03·22 周五	疼痛是一种困扰	072
03·23 周六	玉兰花开	072
03·24 周日	长女的抑郁	074
03·25 周一	乾与坤难以融合	074
03·26 周二	书中奖了	075
03·27 周三	他用花钱找感觉	075
03·28 周四	芽和根谁先长	076
03·29 周五	想开了也就接受了	076
03·30 周六	众人拾薪火焰高	077
03·31 周日	他下定决心旧事重拾	077

2013年4月

04·01 周一	由院门没锁想到的	079
04·02 周二	她为什么看玉兰花 像花圈	080
04·03 周三	青云山上	080
04·04 周四	吃北京烤鸭	081
04·05 周五	全聚德的味就是不一样	081
04·06 周六	货就是“祸”啊	082
04·07 周日	父母就是人的根	082
04·08 周一	藤萝是先开花 还是先长叶	083

04·09 周二	人生先得后失	083
04·10 周三	被人骂也有价值	084
04·11 周四	“婆母喜欢吃”	084
04·12 周五	妹妹来了	085
04·13 周六	花香可以隐喻为理想	085
04·14 周日	爸爸和儿子都处在 青春期	085
04·15 周一	家长的生活满意度 会影响到孩子什么	086
04·16 周二	人生也是春华秋实	087
04·17 周三	给生命足够的空间	087
04·18 周四	她为什么如此反常	088
04·19 周五	同样是爱为何反应不同	088
04·20 周六	人间四月雪	090
04·21 周日	栽下唐菖蒲	092
04·22 周一	人有三度出生	092
04·23 周二	藤萝开花了	093
04·24 周三	花苞跟花蕾的不同	093
04·25 周四	一花藏有一爱字	094
04·26 周五	蔷薇绽出花苞	094
04·27 周六	蜕去也是一种保护	095
04·28 周日	藤萝花开	095
04·29 周一	同学聚会在我家	096
04·30 周二	什么是幸福	096

2013年5月

05·01 周三	给儿子定亲去	097
05·02 周四	梧桐与藤萝	098
05·03 周五	下雨时的担心	098
05·04 周六	先感动自己,再感动别人	099
05·05 周日	家有蔷薇为哪般	099
05·06 周一	金黄的蔷薇叶片	100
05·07 周二	蔷薇有感觉	101
05·08 周三	唐菖蒲发芽了	101

05·09 周四	婚姻需要情调	102
05·10 周五	藤萝扁豆长出来了	102
05·11 周六	蔷薇花魁	103
05·12 周日	母亲节奇遇	105
05·13 周一	蔷薇花开了	106
05·14 周二	家里拥有了妩媚的笑	107
05·15 周三	叶衬花美	107
05·16 周四	晨思	108
05·17 周五	葡萄发芽了	109
05·18 周六	花鸟皆成景	109
05·19 周日	天女散花的感觉	110
05·20 周一	美哉	110
05·21 周二	畅想小院的未来	110
05·22 周三	心花随蔷薇绽放	111
05·23 周四	智慧就是圆融的感觉	111
05·24 周五	如花一样地接受自己	112
05·25 周六	花间小憩	112
05·26 周日	花缘何会怒放呢	113
05·27 周一	落英缤纷	114
05·28 周二	心怀阳光	114
05·29 周三	植物也有感觉	115
05·30 周四	雨也有情	116
05·31 周五	花瓣的妙用	116

2013年6月

06·01 周六	正念疗法最好的工具	117
06·02 周日	调整了一则高考焦虑	117
06·03 周一	绿叶田田	118
06·04 周二	雨中思	120
06·05 周三	所有生命的呈现都是 最好的选择	121
06·06 周四	接受自己	122
06·07 周五	感慨妈妈的爱心	122
06·08 周六	特殊的日子	123

06·09 周日	有个家真好	123
06·10 周一	包粽子的感觉	124
06·11 周二	藤萝叶子的美感	124
06·12 周三	端午节粽香缕缕	125
06·13 周四	悠悠的感觉	126
06·14 周五	我就是一朵蔷薇花	126
06·15 周六	妈妈，这个人是心理医生	127
06·16 周日	任何的失败也比不上 教育孩子的失败	128
06·17 周一	娘的“葵花宝典”	128
06·18 周二	什么叫长大	132
06·19 周三	谈到马国友	133
06·20 周四	精神贵族	133
06·21 周五	第一次接触这些东西， 感觉真好	134
06·22 周六	人生也需要轻轻地一拨	135
06·23 周日	丝瓜的长势	135
06·24 周一	院子里的看点	136
06·25 周二	目光的力量	136
06·26 周三	旧时相识不再	137
06·27 周四	要放也要收	138
06·28 周五	迷途知返不容易	138
06·29 周六	成长的风险	139
06·30 周日	植物是我们的老师	140

2013年7月

07·01 周一	我就这样吃水果	141
07·02 周二	读书到心痒	141
07·03 周三	菊花茶	142
07·04 周四	玩水的感觉	144
07·05 周五	丝瓜长成了	144
07·06 周六	花开次第	144
07·07 周日	未来的亲家来我家	145
07·08 周一	家里举行鲜鱼宴	146

07·09 周二	理顺成长	147
07·10 周三	青州的课程	147
07·11 周四	游学在潍坊	148
07·12 周五	雨中的情调	148
07·13 周六	让当下如繁花盛开	149
07·14 周日	盛夏的感觉	149
07·15 周一	从可知开始	149
07·16 周二	为学习鼓掌	150
07·17 周三	归属与爱	151
07·18 周四	大雨如注	152
07·19 周五	用点正念疗法	152
07·20 周六	做花瓣枕头	153
07·21 周日	唐菖蒲开花了	153
07·22 周一	别样的客厅在屋顶	154
07·23 周二	学生家长的隐私	155
07·24 周三	幸福和痛苦 是人生的两极	156
07·25 周四	学生来访	157
07·26 周五	雨中的思考	158
07·27 周六	植物各自的特长	159
07·28 周日	感觉如山涧溪流	159
07·29 周一	测测我的潜意识	160
07·30 周二	对潜意识的分析	161
07·31 周三	我家像公园	162

2013年8月

08·01 周四	悠闲时光	163
08·02 周五	成长卡住的时候怎么办	164
08·03 周六	自信的人有何不同	165
08·04 周日	老公的同学来访	165
08·05 周一	谁是狗啊	166
08·06 周二	佛手瓜的长势	167
08·07 周三	豁然开朗的感觉	167
08·08 周四	水啊水	170

08·09 周五	领会禅的意味	171
08·10 周六	自制小湖泊	171
08·11 周日	经历会成就什么	172
08·12 周一	河边的演唱会	172
08·13 周二	扶持就是给予力量	173
08·14 周三	如何才是保护	174
08·15 周四	爱自己也需要力量	174
08·16 周五	如此的说课形式	175
08·17 周六	痛苦就是一种历练	176
08·18 周日	办法总比困难多	177
08·19 周一	上初中的孩子为什么会吃 指头	179
08·20 周二	什么都好看	179
08·21 周三	遇到老虎怎么办	180
08·22 周四	秋爽的感觉	181
08·23 周五	孩子不听话，其实是家长的 一种感觉	181
08·24 周六	身也饱，心也饱	182
08·25 周日	享受小眠的感觉	183
08·26 周一	懂得，远比爱重要	183
08·27 周二	让你的心田里开出花来	184
08·28 周三	让美景与心相伴	187
08·29 周四	花是美神，而孩子是天使	187
08·30 周五	父母是人，不是神	188
08·31 周六	蜕变需要超大的能量	189

2013年9月

09·01 周日	诠释责任的含义	191
09·02 周一	孩子会用生病的方式挽救 父母的婚姻	192
09·03 周二	生活大多取决于如何看待	192
09·04 周三	悟到灵性人生	194
09·05 周四	球兰花开放了	194
09·06 周五	悟到原生家庭的影响	195

09·07 周六	疗愈的作用	196
09·08 周日	对视会产生能量	196
09·09 周一	爱自己所爱	197
09·10 周二	看着妈妈的眼睛说话	198
09·11 周三	与植物共欣喜	199
09·12 周四	偶见公公年轻时的照片	200
09·13 周五	花开一样的心情	201
09·14 周六	承受最大的成功	202
09·15 周日	粉色的感觉	203
09·16 周一	轻松的付出， 欣然的接受	203
09·17 周二	走在树下的感觉	204
09·18 周三	做父母是一门科学，而不是 本能	205
09·19 周四	中秋节	206
09·20 周五	生命总在更新	206
09·21 周六	照见自己	207
09·22 周日	谁说落叶是失意的蝴蝶	207
09·23 周一	佛手瓜开花了	208
09·24 周二	他的能量不足	209
09·25 周三	佛手瓜结瓜了	210
09·26 周四	输入与输出	210
09·27 周五	性情小谈	212
09·28 周六	三次撞击	213
09·29 周日	看《面包大王》的感动	213
09·30 周一	角色混乱与癌症	214

2013年10月

10·01 周二	感激拥有	216
10·02 周三	心情也咕嘟	216
10·03 周四	希望相连	217
10·04 周五	欢欢喜喜做准备	217
10·05 周六	沂山小住	218
10·06 周日	叶子的剪纸	218

10·07 周一	沟通时就能解决问题	219
10·08 周二	只有秋才会为叶子生上 斑斓的色彩	219
10·09 周三	平凡也是境界	220
10·10 周四	为儿子的婚事忙碌	221
10·11 周五	东方泛起了鱼肚白	221
10·12 周六	去淄博的感悟	222
10·13 周日	老师的讲话	222
10·14 周一	让诸神归位	223
10·15 周二	实践中国梦	223
10·16 周三	感慨时光	224
10·17 周四	冷月更清亮	224
10·18 周五	心花开放	225
10·19 周六	心安如泰	226
10·20 周日	落红有情	226
10·21 周一	月亮圆缺	226
10·22 周二	做事因回馈而调整	227
10·23 周三	喜事连连	227
10·24 周四	心理学真的很好	228
10·25 周五	日月同辉	229
10·26 周六	师者如兰	229
10·27 周日	残月在哪边	230
10·28 周一	不好意思其实是不对的	230
10·29 周二	月亮如钩,往事悠悠	231
10·30 周三	美感在寻常	232
10·31 周四	默默的关注	232

11·07 周四	忙碌	236
11·08 周五	化解怨恨	236
11·09 周六	下雨也是帮忙	237
11·10 周日	今天是儿子结婚的日子	238
11·11 周一	上喜坟	238
11·12 周二	宴请儿子的同事	239
11·13 周三	自私还是盲点	240
11·14 周四	婚后的打点	240
11·15 周五	与儿媳的交流	241
11·16 周六	岁月会把一切镀上色彩	241
11·17 周日	健康就是最高级的美丽	242
11·18 周一	四时之景相伴	242
11·19 周二	她的选择很明智	243
11·20 周三	最大的不幸是婚姻的不幸	244
11·21 周四	我也写锅	245
11·22 周五	任泪水悄悄流淌	245
11·23 周六	生命要用多长时间等待	246
11·24 周日	珍珠翡翠衫	247
11·25 周一	轻松的感觉	247
11·26 周二	阳光满怀的日子	247
11·27 周三	我复苏了	248
11·28 周四	早落的叶子因为啥	249
11·29 周五	享受生活	250
11·30 周六	对鱼的感念	250

2013 年 12 月

2013 年 11 月

11·01 周五	每一个人都是一处风景	233
11·02 周六	感慨秧歌的形式	233
11·03 周日	不能吓唬	234
11·04 周一	彩旗飘飘	234
11·05 周二	世界很小	235
11·06 周三	爱的能量在传递	235

12·01 周日	相互成了财富	252
12·02 周一	关系是相互的	253
12·03 周二	鲜明的对比	254
12·04 周三	自制泡菜	254
12·05 周四	柳树的“情商”	255
12·06 周五	父爱如山	255
12·07 周六	大雪时的感悟	256
12·08 周日	一心向善,即善不奖	256

12·09 周一	亦如繁花飘零	257
12·10 周二	共鸣就是生活的色彩	257
12·11 周三	不用过多担心	258
12·12 周四	给生命一个扎根的机会	259
12·13 周五	冬日早晨的感觉	260
12·14 周六	接受失去父亲的痛苦	260
12·15 周日	生命过程中的“结”	262
12·16 周一	让书也扎上蝴蝶结	262
12·17 周二	面鱼也是艺术品	263
12·18 周三	冬天的点缀	263
12·19 周四	孩子纯美的心灵	264
12·20 周五	侄儿结婚的感触	264
12·21 周六	自由与幸福	264

12·22 周日	如何做到人性的升华	265
12·23 周一	如何让心灵自由	266
12·24 周二	感悟做事的境界	266
12·25 周三	静候花的绽放	267
12·26 周四	雪花飘落	268
12·27 周五	什么才是影响孩子成长的 首要因素	269
12·28 周六	阳光在自己身上	269
12·29 周日	什么是真境界	271
12·30 周一	赌气会毁掉自己	272
12·31 周二	亲子关系失衡的重要原因	273
后记		275

2013 周二
01·01

特殊的朝天锅调料

元旦要放假了，好想利用这三天做一个生命质量的提升，就跟老公去潍坊参加一个生命教育培训课程。

今年的雪水充盈得给人一种饱胀的感觉，一场雪还没有消融呢，另一场接着就来了，好像急着赴一场心灵的约会。路上，除了冰还是冰，车辆和行人都小心翼翼。培训的第一天，中午下课时已近十二点。时间紧张没空做饭了，就在路上买了六个火烧。我拽着老公的衣服，一步一滑地走在回儿子家的路上。

好不容易走到儿子家小区门口，要拐弯了，我一个趔趄摔倒在马路上，立时，手里的火烧就分左、前、右三个方向滚去，我仰面朝天地倒在地上，疼得龇牙咧嘴，老公笑得东倒西歪。我调整精神，坐在了滑滑的冰上，看看周围，有几个孩子正在玩悠悠球，对于我的倒地和老公的大笑，竟然像没看见一样。我有点奇怪，摸着后脑勺问老公：“这么‘惊天动地’的大事儿，这些孩子怎么视而不见呢？”老公一边扶我起来，一边说：“人家潍坊的孩子见过大世面，早已是见怪不怪，哪能见你一大老娘们摔倒了就乐呢？”

下午培训课分享生活感受时，我说了摔倒的经过。导师笑坏了，他说：“你是嫌我们中午吃的潍坊朝天锅不够味，特地又给加了一味调料吧？”人摔倒了，往往会先顾及自己的面子，好像此时自己成了世界的焦点，其实路上的行人都有各自的事情在忙，有多少人会关注摔倒的人呢？

拿摔倒当笑料调侃，也需要一定的境界。

2013 周三
01·02

粗毛线女帽

因为培训学校车位有限停车受阻，这几天的培训老公一直骑儿子的电动车。老公平时是开车一族，穿羽绒服不用帽子的。这次真要“无备有患”了，天气这样冷，骑电动车很容易冻坏耳朵的。我在儿子的房间来回找，只找到一顶粉红色的粗毛线女帽，帽子两边罩下两个耳朵，耳朵下各连着一根粗毛线绳，帽子的顶上是一朵硕大粉色的绒绒球，我想：这帽子戴在头上一准儿暖和。可这是儿子还没有过门的媳妇的帽子啊！不管它，让老公戴戴看！我一看乐了，粉红的帽子，白皙的脸庞，戴上后老公竟然显示出男性的几分妩媚。我把老公拉到镜子面前，让他“孤芳自赏”。他也乐了，自顾自地说：“只要舒服，别冻坏，就是胜利。再说了，潍坊有几个人认识我？”我好佩服老公的勇敢啊！我哈哈笑着和老公出了门。

到了培训班，音乐声中我们进入教室，老公忘了头上的“妩媚”，径直走了进去。同学们一看，就笑得不行。老公竟然大将风度，不动声色。没想到下午的化装课，老公就戴着这样的帽子参加了，竟然歪打正着获得最佳创意奖。

2013 周四
01·03

鞋底哪去了

今天晚上培训结束时，已近半夜十一点了，气温已达零下十七八度，好冷啊！老公孤胆英雄，骑着电动车载着我往儿子家“飞”。路上的冰反射着冷冷的光，我感觉身上的热气都跑掉了，紧紧地贴在老公的后背上，如同一只寄居蟹。呀！大事不好！“咣当”一声，我们连人带车摔在了马路上，车子滑出去几米远。我一伸手，抓住了老公的脚，老公仰面倒在地上，我急忙喊：“啊！摔着没有啊？”好在两人都有厚厚的羽绒服包裹，如

同两只蠢猪趴在那里，检查身体各部分的“零件”，还好！完好无损！扶起车子要走时，才发现老公的一只鞋子只留下了鞋面，鞋底不知跑到哪里去了，我们两个在地上乱摸一气，最后只找到了鞋垫，鞋底竟然遍寻不着。啊！这劣质的皮鞋和这极冷的天气啊！怎么办呢？我想了想，把自己羽绒服的帽子摘下来捂住老公的脚，又用帽子的两根带绑住，老公又勇敢地骑车出发了。一路上，好担心老公的宝贝脚啊！

老公能如此乐观地跟我一起学习，真好！三天的生命教育培训课程，我们大大地享受了一把琴瑟和鸣的感觉。

2013 周 天好晴朗
01·04 五

今天是个特殊的日子，今天也是个应当封存于记忆深处的日子。

昨天下午知道今年全国矿业权评估师考试的分数可以查了，就打电话给老公，他竟然在电话里孩子似的说：“我怎么不敢查呀！”我跟他说：“查查吧，相信结果总是如人愿的，再说了，什么结果也得面对呀！”他说：“好的。”放学往家走的路上，就想回家后能看到老公什么行为呢？狂喜还是沮丧？结果回到家，看到他仍在灯下绣十字绣，心想这么淡定呀。询问后才得知是没有查到，因为打电话时对方已下班。

今天上午，八点半上班了，就开始查分，拨打电话，一直是忙音，估计是查分的太多，也“堵车”了。快十点了，老公才打通电话，他边接听边拿笔记着，而我则侧过头看他在纸上写的——财务与法律 60，地质与矿业工程 95，矿业权评估实务 93，矿业权评估 61。他有些疑虑地问：“那这样就算通过了？”对方停了一会儿，才慢悠悠地回答：“你倒挺会考哈！”老公就乐了，我也乐了，高兴地搂着老公的脖子蹦跳。蹦够了才停下来算分，哎呀好悬呀，刚过线。打开“矿业权评估 QQ 群”看时，就不断有人感叹老公这神一样的分数。

来到院子里，我看着蓝色的天空，感觉有种天亮了的感觉。想想老公这人，从年轻时就与自己的母亲格格不入，母子关系水火不融，下岗这么多年了，就一直窝憋着，没有职业没有收入，除了抱怨指责，似乎生活中

没有了其他的内容。我除了照顾他的生活，还要看他的脸色，忍受他的抱怨和指责。虽然心底里觉得他是个人才，但英雄无用武之地的人多了，是人才又怎么样？人才没有生活在他想要的位置上，生活的质量还比不上不是人才的人，因为人才怀才不遇的抱怨易滋生出畸形的心理，他看什么都不顺眼。当一个人看什么都不顺眼的时候，别人看他能顺眼吗？但自从带他去潍坊家庭教育中心做过家庭治疗后，他就变了，变得不再抱怨，变得有心情生活，变得与婆母也能聊几句家常，而不是原来那样话没有几句就愀然变色。慢慢地，婆母也变了，变得理解儿子，心疼儿子，最为重要的是，她的心疼能当面对儿子表达，而儿子也能接受。几个月前当得知要举行全国矿业权评估师考试时，老公毅然拿起了书本，沉浸在复习当中。五十多岁的人了，戴着老花镜，抱着书变成了小学生。我毕竟有些事情需要忙碌，因为我的职业，也因为我的爱好。他用手抓着我的胳膊，眼睛直视着我的眼睛，一字一顿地说：“马修霞！我告诉你！在我复习考试期间，你必须停止一切社会活动！”我当即答应：“好好好！我停止！我停止！”于是在老公复习考试的四个多月里，我做了全职太太，陪伴不仅用心，还要用情。老公有些信心不足时，我就会告诉他：“你是个人才，老天一定会垂青于你的！”复习累了的时候，我会牵着他的手去散步，看河边的风景。在他烦的时候，我会给他播放他喜欢听的音乐，他就会在音乐中慢慢放松下来。在他需要倾诉的时候，我会陪他去找他最好的朋友，看着他跟好朋友喝酒、聊天、仰天大笑，牛皮吹得山响。

老公去长春考试了，他在QQ上告诉我：“坏了，复习的重点全偏了，看来过关的可能性不大。”我跟他聊，考试情况错综复杂，没有到考场，谁也不能断定自己的复习是偏还是不偏，不能听别人的一家之言，现在最重要的是有信心，信心就是一种定力。老公考试回来了，我抱着一大束鲜花去车站接他。当老公从车上下来时。我把鲜花给他，把他的包接过来背在肩上，他腼腆得像个姑娘：“让人看见多不好意思。”我说：“怕什么，我们是合法夫妻！别人看见只会羡慕，这是运气，抱着！抱着！”从车站往家走时，老公抱着鲜花，鲜花映着他汗津津的脸庞，脸笑得也成了一朵花。我背着沉甸甸的包，推着自行车，惹得行人纷纷注目。回家后，才知道超自尊的魅力，老公温顺得如同孩子，做什么都乐颠颠的。隆冬的季节，我们家的感觉却像阳春三月。那束鲜花如盛装的新娘，在客厅灿烂了

半个多月。

今天，终于有了自己想要的结果，老公笑靥如花。是啊，就过关考试而言，那个考60分的永远比考100分的要高兴，侥幸啊！我跟他说：“这就是运气吧，看你，是一个多么有福气的人。运是会走的，是什么让运走到你这里呢？”他歪着头想了想，说：“去感谢母亲吧！”于是我们一起去请婆母吃饭。电话打过去后，婆母就高兴得不行。当我们赶到婆母住的楼时，婆母一看见我们就哭了，哭得一塌糊涂，老公却在一边发呆，我一手推着老公的背，另一只手推着婆母的背，慢慢地把两个天底下最亲的人圈到一起，娇小的婆母就蜷缩在了老公的怀里，婆母的泪眼婆娑伴着老公的温存软语，我在一边也泪如雨下。婆母抽泣：“太不容易了，这么大年龄了，受苦了！”我轻轻地拍着婆母的后背，把嘴巴凑在婆母的耳根上：“娘，你儿子是个英雄！多么不简单！全国才考过了一百多人呢！整个潍坊地区就他一人呢！”婆母擦干眼泪，八十多的老太太撒娇似的说：“英雄！英雄！”“看看，忘了！应给英雄整个大红花戴上！”我笑了，婆母也笑了，尽管她的眼角上还挂着硕大的泪滴。

下午回到家里时已是午后三点多，冬天的阳光正好，我在院子里喃喃自语：“南京解放了！北京解放了！全国都解放了！”解放的天好晴朗！

2013 周 挂十字绣
01·05 六

2012年我全年去潍坊挂职学习家庭治疗，留老公一人在家，漫漫长夜何时了啊！为打发这孤寂的日子，我提议老公绣十字绣。老公的心细手巧是圈子里尽人皆知的。结果他用十个月的业余时间绣好了一幅长两米一、宽一米零五的十字绣，还过五关斩六将考出了矿业权评估师，被我的好朋友誉为“极品男人”。

看着装裱起来精美绝伦的十字绣，我在想把它挂在哪里呢？朋友建议挂在儿子的新房里，儿子今年要结婚，这样精美的饰品挂在儿子的新房里，是再合适不过了。但我还是想到了家的源头，想到年事已高的婆母。我就问老公：“你的儿子和你的妈妈，谁看这十字绣时心情会特别好呢？”