



如何在个人自由与家庭责任间寻找平衡

□Eva

学术上对于自由概念有不同的看法,在对个人与社会的关系认识上有差异。自由的最基本含义是不受限制和阻碍(束缚、控制、强迫或强制),或者说限制或阻碍的不存在。
本文所讨论的自由,对立面是你可能正面临的在婚姻、家庭关系里受束缚的状态。

获得通往自由的能力

如果一种关系里的人,能良好的沟通、给予关怀、分工合作,在这样良性的关系中,个人一般不会另有想法。

内心未被满足,或者被冷漠的关系、充满破坏力的关系困住,使得身心压抑,时刻想逃离。这时,追求自由,就是一个自救的过程。长期的压抑,会导致一系列不良反应,在无力改变压力源的情况下,最佳的方式就是离开。

我身边的已婚女性朋友,常跑医院的人很多,多是乳腺、子宫、甲状腺问题,做过手术的也不少。

心情平和,是健康的第一步。

暂时的逃离解决不了根本性的问题,自身要对关系有通透理解,看懂关系,才可能慢慢游刃有余地处理关系。

试想,你的伴侣,工作完疲惫地回到家,他没有和你沟通、对你的需要不闻不问,且情商极低地把情绪垃圾往你身上丢。他指责你处理事务的能力差,批判贬低你现在的长相,用恶劣的言语攻击你……你柔软的内心,遇上这些情绪垃圾,一面受着伤害,一面又把受伤的情绪反弹回去,每次都在这样的交流状态下,否定自己又想拯救自己(这里只是做了一方情形的举例,生活中不同的婚姻里,模式和角色各不相同,与男女位置、关系并非正相关)。

这个状态就是心理裸奔的状态。父母会教我们善良大度,却极少教我们在心理上再加一层防护。许多女性就是在这样的情绪压抑和束缚下,越来越陷于痛苦。

反之,男性可能遭遇的,是被各类抱怨言语攻击。会长期收到抱怨言语的男性,其事业多半不算成功。毕竟生活状况中,金钱和地位是最容易被量化和比较的,而精神上幸福与否却常常被忽略。

我们要获得自由,当然需要获得通往自由的能力!

首先就要重新定义关系,将自己设在生活的中心位置,处于可独立存在的状态。

怎样理解家庭责任

家庭有广义和狭义之分,狭义是指两人结婚构成的社会单元;广义的则泛指人类进化的不同阶段上的各种家庭利益集团即家族。

在目前的中国,如若家庭中有孩子,那家庭责任一般是指对孩子的抚养和教育责任。不幸的家庭和孩子,大多数来源于没有责任心的父母或者养育方式不对的父母,也来源于消失或不稳定的父母。

生孩子之前,有必要审视一下自己,能否独自一人也能以某种合适的方式,将孩子抚养长大。不管双方的关系如何,都能够以相对和平的方式,长久地存在在孩子的视线与生活范围内,配合着父、母的角色和责任需要,梳理好亲密关系内外抚养孩子的义务。

离婚或结婚的状态,不是影响孩子教育最大的问题;而对于孩子的陪伴,则是双方一辈子应该共同配合的目标。

有人说,如果她的爱人,做了她不能接受的事,她一定会从生活中拉黑删除他。而实际上,我们不要删去,因为孩子的成长可能很需要这个人的配合和存在。理性地沟通,并保持和平且合作的关系,长此以往,才是有了孩子之后需要的处事方式。

既然我们就算分开,也会理性地与另一半保持以上所说的关系,那么在关系内,就可相处得更好一些。没有共同话题的,也无妨;圈子不同的,关系不大。最终,我们都会成为独特的自我,只是探索和对方可以共享的一些价值点即可。保持真挚爱或真诚合作的关系最好,如果不能,也不必勉强。

如果没有孩子呢,那么真诚相伴就是必须的。没有什么情况比欺骗的伤害更大。

人都要解决这个问题:如果某种重要的关系,在某个年龄段分裂分离,你将如何看待和应对?如果你的答案是接受不了,那么如何自由呢?最多是暂时的逃避而已。

家庭是由独立的个人构建而成的。一个人童年形成的人格,绝大多数会在压力最大的中年期,暴露出缺陷。这个过程大多数人却未必自知,更难自愈。也许你选择的另一半,在青春期是那么好的少年或女子,到了中年,就变成了暴躁又不肯反省的人,或者满身怨气、不思成长的人,甚至是情感隔离分裂、无法专一专注关系的人……总之,随着年龄的推进,我们最初遇见的人,和多年后相处的这个人,可能是两个不同的存在。

保持初心是极难的,而人的成长更为重要。暴露问题都是好事,处理问题的方式,才是核心。

一个人可以不考虑后果,把情绪垃圾丢向你,最大的原因是,他认为你这辈子都不太可能远离他,这是自负心理。你的忍耐,给出的理由可能是孩子的需要,但这样长期忍耐,最后失去的是快乐而健康的你自己。

婚姻和家庭里,你的多重角色,其实是可以分立的,你不必把这些角色纠缠在一起。

自由,是不必对世界解释,更不必对亲密关系解释。

这样的状态,即是不需要看别人的眼光、评价。你的生活状态,可以真实呈现,坏的好的都可以,不必遮遮掩掩。

亲密关系里,彼此都需要自由。只有把关系调整或更替到合适的模式,才可能获得双方自在的自由水平。这时候,你们的许多问题可以获得沟通,双方内在通透,各自成长,接纳彼此的缺陷和不同,也接纳偶尔的远离和分离,不加束缚、不必解释。

这是自由的理想状态。我们只能不断走向通往自由理想的状态,这条路上的自我,就拥有追求自由的心。

所谓亲密关系,是建立在亲密的基础上。现下的家庭,思考的出发点往往是物质,把物质作为彼此受限和链接的重点。其实爱与不爱,和有没有孩子真的关系不大,最重要还是看这段关系是否滋养和满足自己对生活的期待,至少看关系处的舒服度和自在感。

许多时候,你在家庭责任和自由之间感觉不知何去何从,是因为你对错综复杂的关系无力梳理,更无力安抚自己。

这个无力阶段每个人经历的时间不同,有些人30岁就知晓,有些人60岁还在折腾,但无论如何,努力将生活过得顺利,是每个人的期望。

如果感觉自己的生活不需要那么多智慧和努力,那就是生活处于舒适区。如果对生活感觉吃力或者混乱,最佳的方式是寻求成长。卡伦·霍尼在《神经症与人的成长》中说:一个人要想真正成长,必须在洞悉自己并坦然接受的同时又有所追求。

只有当我们愿意承受打击时,我们才有希望成为自己的主人。虚假的冷静植根于内心的愚钝,绝不值得羡慕,它只会使我们变得虚弱而不堪一击。

所有人只要还活着,就有改变自己、甚至彻底改头换面的可能性,并非只有儿童才具有可塑性。

我们只有充分地了解自己真实的样子,才可能追求自己想要的自由。而自由不是一个点,自由是一条长长的路,你和路上遇见的人,一起去探索、挖掘改变的可能性,然后,最终找到生活的落脚点。我们不必一直在路上,可以选择停靠,安心地、踏实地生活着、爱着。

好好爱自己,爱生活。

一只杯子

□舒曼

“嫣儿,我那只杯子呢?快,快,快给我找出来……”年过八旬的春花老奶奶虽躺在床上,但是,仍念念不忘那只杯子。

那是一只已经锈迹斑斑的杯子,不管搁哪里,按老人孙女嫣儿的话说,没人会瞟一眼。可一家人都知道,那只杯子,是老人的命。

“奶奶,我们刚搬新家,东西都混在一起。”嫣儿轻轻拍着春花老奶奶的手,耐心安慰,“您别担心,我肯定帮你找出来!”

“不行!”春花老奶奶却犯起倔脾气,“找!现在就给我找!不给我找出来,我饭不吃、觉不睡!”嫣儿一听,没辙,奶奶是真火了,老人还生着病啊!

二

穿越时空。一切,回到1946年。年中,国民党军以约12万人的兵力,大举进犯苏中解放区。

那一年,家住海安的春花,才18岁,水灵灵花一般。

“春花,有位伤员住你家养伤。辛苦你们!”那一天,村长和一位战士抬着一副担架,匆匆走进春花家门。担架上,躺着位满身是血的伤员……

“吃菜要吃白菜心,当兵要当新四军”,春花爸妈知道新四军是老百姓救星,二话没说,忙将伤员抱到自家床上。

“你,你是哪个?俺,俺这是咋啦?”年轻的战士终于醒来,睁开眼,抖动着干燥脱皮的嘴唇,费力问道。春花小脸通红,像受惊的小鹿,瞬间吓得弹开。

在春花父母眼中,这个和自己女儿年龄相仿的受伤战士,如同他们意外捡到的儿子。战士腿伤未愈,还得躺着,不能动弹。这样一来,饭,还得春花接着喂。

“俺叫何虎,是山东菏泽人,你们就叫俺虎子吧。俺是华中野战军一名通讯员,和国民党第57团正打着,被爆炸掀翻,接着就没了知觉。”战士告诉春花和她的父母。

一天,一天,接一天。年轻战士那瘦削的脸庞,就悄悄刻进春花的心里。

几个月后,受伤战士终于能下地,腿伤基本痊愈。可这个时候,战士何虎和春花一家人并不知道,华中野战军在粟裕、谭震林指挥下,取得载入军史的“七战七捷”……何虎因伤掉队,就像没娘的孩子,再也没了依靠。

“虎子你莫急!我托村长在打探部队去向,一有消息,就告诉你!”春花爸安慰着。

三

在等待部队消息的日子里,虎子就像春花父母的儿子,每天帮着一家人劈柴、挑水、做饭;春花呢,靠着灵巧的针线活儿,帮虎子把衣服缝补得熨熨帖帖,纳的新布鞋也特别扎实合脚。

村长对外帮着声称虎子是春花爹给春花在外乡订下的“娃娃亲”,请地方反动武装头目吃了几顿饭,送上好烟好酒,总算遮人眼目、蒙混过关……

春花呢,却结结实实喜欢上虎子。她,离不开他。年轻人的心,原本就相通,虎子怎么可能不懂春花的心?可是,他是战士,他不能。发现虎子时时回避着她火热的情感,春花难受。

“村长,我看两个娃儿挺合适,很般配;可我开不了口!要不,你就帮着撮合撮合,让两个孩子成婚吧!”春花爹懂自家丫头的心思,腆着一张老脸,求村长。“可虎子伤好了会归队啊!再说,部队有纪律,这时候不能娶媳妇。”村长真为难。春花父母就一声叹息。这个道理,他们都懂。只是太心疼自家痴情丫头啦。

“你说你到底怎么想的?你要是真心喜欢我,我,我就在家等着,你安安心心去当你的兵!”春花实在忍不住,那天终于咬着衣角低着头,对虎子说出心里话……

“好!俺喜欢你!不俺嫌穷,打完仗,俺就来娶你!”虎子果然是个齐鲁汉子,把深藏心窝的话,一点儿也不拖泥带水全掏出来。春花喜极而泣。

四

1947年2月,华中野战军和山东野战军合并编为华东野战军。村长千方百计了解到,虎子所在的部队,已进入河南境内。

“春花,等着俺!”虎子走的那天,留下伴随他已久的一只军用水杯,“你看到这水杯,就像时时刻刻看着俺!”春花扑在虎子怀里。那一天,她就觉着,她已哭干一辈子的泪。

虎子走了。春花的心,也从此变得空落落。只有那只军用水杯,从此不离左右。全国解放了,新中国成立了,虎子没回来。春花等啊等啊,真是望穿秋水。她消瘦了,她吃不下饭、她睡不着觉。

十年后,春花家才招了上门女婿,也是军人。

多年以后,在淮海战役的烈士英雄名墙上,春花终于找到虎子的名字,她把下辈子的泪,也哭干了。

五

一个月后,春花奶奶辞世。去世前,她似有预感,再三吩咐嫣儿:“我走后,记着,得把这杯子,跟我放一块儿!”

原来,杯子,真的就是一辈子!