

## 关系

# 《小胖君的蘑菇手记》:教你与原生家庭和解



最近,伦理家庭剧《都挺好》的热播,引爆原生家庭话题大探讨,苏家一路升级的矛盾纠葛,也暴露了一个人在原生家庭中的成长困局。原生家庭是如何影响子女的?日前出版的《小胖君的蘑菇手记》从一个孩子的视角,讲述了一个孩子在家庭生活中一段完整的心路历程,还原了原生家庭的真相。

## 荐书

### 《心碎博物馆》



爱情已逝,爱的信物犹在。我们该如何对待过往的恋情,是选择遗忘还是悉心珍藏?2006年,克罗地亚的一对艺术家情侣分手之后,选择以一种特殊的方式纪念这段恋情,他们发起了一个展览,展示那些恋旧的人不忍丢弃的东西。心碎博物馆由此诞生。

迄今为止,心碎博物馆已在全球30个国家和地区成功举办了50场展览,2011年还被授予“欧洲最有创意博物馆奖”。《心碎博物馆》收录的200件爱的信物就是其中的部分展品,每件物品都讲述了一个别具个性又感人至深的爱情故事。

### 《巴颜喀拉山的孩子》



本书是当下极为难得的书写藏地少年和藏地生活的儿童文学力作。作者杨志军从儿童的视角,聚焦人与自然、人与动物、生态与发展、农牧文明与城市文明之间的融合与冲突,全景式展现了现代性文化冲击下,藏地传统社会形态和生活样貌的变迁。

《小胖君的蘑菇手记》中不仅仅有故事、有观察,还有审视和反思。在这一段刻骨铭心的记忆里,本书作者小胖君不仅仅是亲历者,还能跳出来,站在一个旁观者的角度理智审视亲密的母女关系,重新定义之前的所作所为,厘清了母女俩的相处模式。最难得的是,她找到了心理学这一把宝贵的钥匙,适应、调整和修复自己。父母总会犯错,成长之痛无可避免,那么,孩子是否能避免成长之痛?如果能,应该如何面对这种伤痛?

《小胖君的蘑菇手记》聚焦“家为什么会伤人”这一话题,用真实故事诠释了“父母相爱,是给孩子最好的教育”这一理念。小胖君的笔触感性柔软,表达理性而坚实,娓娓道出一己成长之痛,不只是小胖君的独特感受,也是很多人的成长回忆,更像一剂心灵处方。

不同于很多人在面对家庭各种问题,表现出的煎熬和纠结,《小胖君的蘑菇手记》中没有过多的冲突,只有娓娓道来的平实自然。小胖君说,这是一本和解之作:只有与自己和解,与他人和解,与往事和解,家人相爱彼此摆渡,才能彼此成全。

感恩,是逃脱生命困局的第一步。也是因为这样,小胖君的朋友,把她领进了心理学的大门,给了她一把钥匙,开启了新的生命旅程。她开始明白了快乐和伤害的源泉,明白了爱和不爱的动机,她开始审视内心,抚平了自己的伤痛,原谅了“初为人父母,毫无经验”的爸爸和妈妈。

原生家庭的痛,不一定是一辈子的包袱,面对生活的磨难,最不应做的就是——偷懒。小胖君认为,父母不是生而为父母,第一次做起这个“职业”,犯

错是正常的,世界上没有完美的父母。学习是一种能力,对父母而言,如何成为更好的父母不仅仅应该是黑暗中摸索的经验之谈,更多的是,主动积极的心态,不断的学习探知自我的内心,寻求科学的方法。

“当你选择成为一个父亲或者母亲,就意味着,对于孩子,你是第一责任人。当你为人子女,被给予生命经历命运,就意味着,接受爱的同时要学会包容父母的不完美。”在小胖君看来,有能力治愈伤痛,有力前行。面对带伤的人,最好的办法就是蹲在他或她的身边,用相同高度,平等的视角告诉他:你好,我和你一样是一朵蘑菇,但是我可以快乐地生活——你,也一定可以的。这是《小胖君的蘑菇手记》对原生家庭最具人性关怀的表达。

陈川

## 微书摘

有人会问,女孩子上那么久的学、读那么多的书,最终不还是要回一座平凡的城,打一份平凡的工作,嫁作人妇,洗衣煮饭,相夫教子,何苦折腾。我想,我们的坚持是为了——就算最终跌入烦琐,洗尽铅华,同样的工作,却有不一样的心境;同样的家庭,却有不一样的情调;同样的后代,却有不一样的素养。

——杨澜《不一样》

任何瞬间的心动都不容易,不要怠慢了它。

——毛姆《爱德华·巴纳德的堕落》

大家都愿意盲从,好像世界上最安全的事,就是让自己消失在“多数”之中。

——李娟《冬牧场》

## 品评

### 《世间万物》: 与植物、星辰、动物的相遇



春眠不觉晓。一声声鸟鸣,牵引我出梦境。天边星子渐稀,楼下玉兰正灿,如果这时候我愿意起床,踩着柔软的绒布拖鞋漫步绿地,低着头,我想我能在草尖发现几只被露水打湿了壳子的小蜗牛。

可我懒懒地躺着,跟随晨光移动视线。我看见啦,蜗牛钻出了壳,顶着纤细触角,就在枕边小书的封面上,左下角有一只,右下角有一只,上面是盘绕的藤蔓和一些飞虫,还有掉进草丛里的小星星。这本小书叫《世间万物》,它还有一个让我心动的副标题——与植物、星辰、动物的相遇。

这本书的封面美,插图也美。褐黄、群青、黛绿、艳红,缤纷的世界。

这些插图分别来自16世纪欧洲古书《了不起的书法古迹》,19世纪欧洲古书《阿拉蒂亚》、《鱼书》(1939年)、《美国鸟类》(1840年)、《弗兰德天文学手稿》(1800年)等以及一些斑斓的油画和博物学家的手绘。欧洲旧藏珍本的装帧技艺,除了炫彩外,还

常见花体的字母、匀称的几何图形,围绕周围的四处攀援的树藤。

《世间万物》是一部充满好奇心的科普童话集,包括26个关于动植物、星系天体的故事。作者名叫艾米·里奇,一位美国艺术教师、合唱团钢琴师。

身姿娇小,玲珑轻灵,却滴水藏海,天韵自成。笔致温婉,轻喃诉说:月光装点河水,河狸妈妈在不停工作;可怜的布卡多山羊因为尖锐的噪音而突然晕厥,这个物种现在已经灭绝,也许有一天它们会在一只耳朵里突然出现;人们试图帮助熊猫投身实用主义,选择竹子以外的替代品,可是屈从只是暂时的,熊猫仍会回归对竹子的愚忠;在海面的光晕里,塑料袋看上去很像月光水母,海龟总以为那是它们的食物……致动物、致一粒种子、致我们头顶的星辰,世间的万物,自然的奥秘,所有的生灵都会闪烁明灭,只是啊,没有谁会像人类这样野心勃勃,唱响自身的哀歌。

林颐

## 断章

### 老舍这个“画儿迷”

陈丹青对鲁迅的美术修养褒奖有加,在他的眼睛里,鲁迅几近美术界的行家里手。可是,对鲁迅同时代的作家或晚一辈作家的眼光不看好,甚至说茅盾、巴金、曹禺、老舍等人不懂画。

茅盾、巴金、曹禺似乎不懂画,但老舍不然,老舍是一个十足的画儿迷。

翻《老舍全集》,能看到许多篇谈画的文章,如《观画偶感》《观画》《假如我有那么一箱子画》等,文字朴实,直观而细心地表达自己对画家、对画的见解。

老舍不愿意炫耀自己的多擅与才能,他极其认真地说,自己不懂画,只是喜欢看画。老舍的夫人胡絮青说得更明白:“他自己作画水平不及一个幼儿园的孩子,却偏偏有一双鉴赏家的眼力……家里常常画家如云,墙上好画常换,满壁生辉。”

“家里常常画家如云,墙上好画常换”,再次说中了老舍懂画的道理。与画家谈画,可以从未知到有知,“墙上好画常换”,说明了老舍藏画的眼力和实力。

有三张画,在老舍的一生中起到了重要作用,即《王羲之爱鹅》《舞剑图》和《列女图》。老舍在少年时代,看到了父亲钟爱的画《王羲之爱鹅》。这是一幅行儿画,不过,画中的人物和故事让他知道了中国一位伟大的书法家和生活中的美。《舞剑图》是老舍与同学合作编印的体操教本,时间是1921年。合作者叫颜伯龙,后来成为中国赫赫有名的画家。《列女图》是东晋画家顾恺之的作品,被英国人抢去,陈列于大英博物馆。1929年,老舍到英国任教,他看到《列女图》,很震惊,遂下了定义:“每一笔都像刀刻”“画得硬”“举世钦敬的杰作”。不懂画,能说出如此内行的评语吗?

吕千秋是老舍话剧剧本《归去来兮》中的一个人物形象。日寇的侵略、坎坷的生活,让他意识到自己的薄弱,几笔丹青何尝能够让我们得到尊严。于是,在一个早晨,他奔赴抗日前线,描绘硝烟弥漫的战场,刻画英勇的战士。吕千秋,就是老舍心目中的画家。

摘自《百礼馆闲记》张瑞田/著