

# 把最好的情绪，留给最亲的人

1  
“问问你，你能不能别问了？能不能让我安静一会？我下班晚一会儿怎么了？今天已经够烦的了！”走廊拐角，公司里的小何正对着电话抱怨，一回头看见我，不好意思地解释：“我媳妇，一直问我啥时候到家……”

不知道内情的旁人看见，可能会觉得小何是一个不心疼媳妇的人。但实际上完全相反，小何对媳妇很好，就是脾气爆，长了一张刀子嘴。

细心观察过一些人，我发现，不止是小何，很多人都容易在无意间，把负面情绪发泄给了那些在乎自己的人。在公司彬彬有礼，对待陌生人笑脸盈盈，回到家关起门却没了耐心，一言不合就恶语相向。还逞强说：“我在外面已经够累了，难道在家里还不能放松一下吗？”

可仔细想想，这样真的对吗？有句话说得好：对亲近的人挑剔是本能，但是克服本能，对亲近的人不挑剔，是一种教养。我们不应该仗着在乎和珍视，就忘了彼此都是互相独立的个体，没人有义务做你情绪的宣泄口。

这世上有成千上万种爱，但从没

有一种爱是理所当然。爱从来不是伤害的借口，更不是无论做什么都应该被原谅的理由。

2  
一个叫琳琳的女孩子对我说，这辈子迄今为止最后悔的一件事，就是妈妈走之前，还在跟她吵架。

当时她在读大学，假期临返校的时候，妈妈一边替她收拾行李，一边叮嘱她要照顾好自己。因为琳琳平日里生活习惯不好，爱吃油腻辛辣的东西，作息也不规律，妈妈心急之下拔高了语气。这让琳琳心生烦躁，两人就吵了起来，很快便不欢而散。

回校以后，琳琳心中带着气，也没有主动给妈妈打电话。没过半个月，她突然接到家里的电话，说妈妈突发心脏病，不知还来不来得及见上最后一面。恐慌、无助、悔恨……这些情绪交织在那趟返程中，可当她回到家，妈妈还是不在。琳琳懊悔地说：“我没想到，这辈子跟我妈说得最后一句话，居然是‘你能不能不要老是这么烦啊……’”

往昔所有的轻慢和忽略，所有自以为来日还能弥补的遗憾，终究随着

逝者的离去，成为永远的来不及。身边的亲人，拥有的物件，你看到的一切，说不定哪天就会消散。到那时候再后悔从前的所言所行，也终究只能抱憾终身。

一天一天，一年一年，属于我们的时光越来越少，人生的路对我们来说也是越来越短，所以，好好珍惜爱和相逢吧。生命来来往往，来日并不方长。那些看似不起眼的经历，也许就是你日后最想留住的时光。

有些遗憾，终其一生都是无法弥补的。那些对着亲爱的人说出口的伤人的话，就像钉子钉入木桩，也许事后你道歉了，把钉子取了下来，可那创口已经产生，永远都无法复原了。

3  
我们总是说：人和人，总是刚认识的时候最好。你对陌生人的善意，对方也许会感激一阵子，但大多数时候，总是走着走着就散了。唯有家人、亲人和爱人，愿意用一生呵护你、包容你。因为他们才是茫茫人世间的，最能够时时念着你，愿意去懂你的人。这样的人，才是你最该珍惜的人啊。

对待外人的彬彬有礼，有可能只是处世的圆滑，而将好情绪留给爱的人，才是深入骨髓的教养。千万记得，不要把耐心和宽容留给了陌生人，却把最糟糕的一面展示给最爱的人。

世界很大，唯有家是港湾。遇见的人很多，但能陪你一辈子的，只有家人。爱是宽容，并不意味着我们可以借此一味索取；爱是忍耐，并不意味着我们可以借此肆意妄为。

与爱人相互指责、抱怨、争论对错，真的没有意义。明明彼此依赖，就不要给爱包裹上厚重的刺，不要让双方都遍体鳞伤。此生缘分难得，在一起的时候，一定要好好说话、好好相处、好好珍惜。

希望你明白，爱从来没有对错之分，对相爱的人存一颗不输的心，一点都不丢人。往后余生，请把最好的情绪，留给最亲的人。



## 好的感情，都是“陪”出来的

如果这世上有一种治愈的力量，那么我相信，它来自日本著名的导演、编剧是枝裕和。

作为屡屡捧走戛纳电影大奖的是枝裕和，总是喜欢亲自写出想拍的故事。

在他的笔下，时间过得很慢，缓慢的故事流动出脉脉温情和牵绊之意，迸发出治愈人心的力量。

对他来说，停不下来的平淡，就是生活。

在女儿出生后，是枝裕和感到：“妻子一下子就变成了母亲。而男人什么时候才‘真正变成父亲呢’？”

思考着这样一个问题，就写出了这部《如父如子》，用抱错孩子这样一个并不新鲜的伦理话题，探讨着血缘和相伴的亲情，如何取舍。

### 一场意外

故事的起因源于一场意外，这个意外甚至还有些狗血俗套：两个不同的家庭，因为6年前孩子被医院抱错了，陷入了纠结和痛苦。

一个是生活富足的野野宫一家。

丈夫良多，高大帅气，在大型建筑公司的明星部门做设计团队的领队，前途无量。他的太太绿在家相夫教子，对丈夫尤其温柔妥帖。

唯一的遗憾大概是，良多把大部分的时间和精力都放在了工作上，很少陪伴家人。

他对孩子总是严厉，觉得自己的使命，就是将孩子教育成社会需要的人。

另一个是寒酸朴素的斋木一家。

爸爸名叫斋木雄大，妈妈名叫由佳里，他们居住在乡下，开着一家不大的电器店，而良多和绿的亲生儿子，就是在这个略显穷酸的家庭长大，名叫斋木疏晴。

关于教育，雄大没什么大道理，却只知道养育孩子需要父母花时间。他用陪伴给了孩子有趣生

活。他不顾形象地在游乐场里孩子们玩在一起，亲自修好玩具，和三个孩子打成一片。

物质的富足和情感的富足，深刻地反映在良多与雄大的家庭上。医院将两家聚在了一起，提议把孩子换回来。

这个世界上从不会有无缘无故的爱恨纠缠，一旦倾注了感情，羁绊就会自然的生长。

一边是有着血缘关系的亲生儿子，一边是亲力亲为养育6年的儿子，血缘与亲情的纠葛给两家人造成了痛苦的抉择。

长痛不如短痛，生活就是不断考验我们的承受能力，慢慢淡然一切。

良多想将两个孩子据为己有，雄大想找医院索要赔偿。

生活犹如一潭死水，渐渐起了涟漪。

### “爸爸”这个称谓

原本素不相识的两个人因此相处到一起，在公园、在商场，刻意彼此熟悉，让孩子们玩在一起。

一直自恃优秀，对电器小老板嗤之以鼻的良多，有意无意地流露出自己在工作上无可取代的优越感，但很快被雄大发现，他疏于陪伴孩子。

“有很多只有我能做的工作等着我呢。”良多不以为意。

“父亲也是无人能取代的工作吧？”雄大反问道。

良多对于孩子的培养是严肃的、克制的，而雄大对孩子是温和的、自由的。

如果说给每个家庭的教育的标准各有不同，但是为一个父亲冠以标准，却大多相同：爱和陪伴。

生活中，缺席孩子童年的爸爸何止良多一个？丧偶式育儿又何止良多一家？

“良多们”的心态是：我努力工作提供了孩子最好的一切，他们应该惜福，他们应该知足。

但什么时候一个男人能够真

正撑起“父亲”的称号呢？那不是金钱的堆积，也不是威严的树立，而是真正深入孩子成长中春风化雨，自然无为的过程。

“爸爸”的称谓是赢得的，不是应得的。

一无所有的雄大早就看懂的道理，骄傲而脆弱良多，却始终让更多父子之外的东西蒙住了眼睛，看不清。

### 当我们不再是孩子

自从知道庆多不是亲生的，良多开始从内心深处害怕面对庆多。

在良多眼里，庆多胆怯内向，总是过于乖巧小心，仿佛总不像自己那般聪慧优秀、争强好胜。

看见庆多的脸，他便会不由自主去去探索庆多的言行里是否有自己和妻子的影子。一旦发现庆多和自己的不同之处，就会失望不已。

良多坚信血缘至上，只有亲生儿子才能把他的优秀基因传下去，但同时厌恶着不再用纯净的目光去看庆多的自己，他心力交瘁却终究无路可逃。

良多在面对孩子上流露出的自私、狭隘甚至功利，或许与他童年的原生家庭有着密不可分的影响。

良多从小父亲严厉、母亲失踪、继母与他总是隔着什么，造就了他的残酷冷漠。

一生想逃离原生家庭的良多，每一步都走得太不容易，步步为营，这让他既有虚荣心，又有控制欲。

当我们不再是原生家庭的孩子，我们是否能做好自己家庭的父母？

在良多压抑的教育下，庆多吃鸡蛋的数量都要被严格限制，来到雄大家反而难以适应这种轻松的氛围。

换来疏晴后，良多如法炮制，第一日就纠正疏晴用筷子的姿势，并列疏晴应当补足的学习清单。

疏晴的叛逆与排斥，让良多深深挫败，也似乎让他开始理解被自己厌恶的父亲，和冷漠对待的继母。

人们往往把孩子当成自己生命的延续，其实一定程度上是弥补自己童年的缺失和遗憾。

但是即使没有遇到有爱的父母，我们也没必要向自己的父母看齐，我们经历痛苦，没必要代际传递。

因为，我们终其一生不是为了打败父母，而是为了成为自己。

### 时间是另一种血缘

很多人说，血缘是不可磨灭的羁绊，但陪伴更是最长情的告白。那些日夜相伴的时间，是我爱你的全部理由。

尤其是对孩子们来说，经年累月沉淀下的父子情深，是怎么都抹不掉的。

当双方尝试交换孩子，调皮开朗的疏晴还总问“为什么”，但庆多却乖乖顺从着大人的安排。

在交换的日子里，疏晴的家庭条件虽然变好了，但他玩完玩具便想往原来的家里跑。

庆多虽然极度思念爸爸，但却一直待在雄大家忍着。

他以为乖乖写完作业就能回家，直到良多来寻回疏晴，却只字不提庆多时，他才发现，原来爸爸不是接回他的，他倔强地躲进衣柜，在那一刻意识到，爸爸不要他了。

他小心翼翼地讨好，又故作坚强的自我鼓励，成熟的不像一个6岁的孩子，又倔强的像是一个6岁的孩子。

外界看到良多诸多不好，但在庆多心里，将爱与依恋化作了相机里偷拍爸爸的一张照片，一直在良多看不到的地方笨拙表达。

父母的好，最容易被孩子记得，但父母的不好，却最容易被孩子原谅。

庆多的敏感、疏晴的倔强，让

良多不得不按下暂停键，真正的去感受和反思他所得到的，和即将失去的。

原来每个人一无所有来到这世上，是爱，让我们看到了自己是谁，是爱，让我们找到了自己存在的意义。

良多来寻找庆多，庆多赌气式地奔跑，当良多追上对爸爸失望的庆多，轻轻抚摸着小小的背脊，脸上洋溢着真诚的笑容，告诉他：

“是的，孩子，哪怕你不是亲生的孩子，我依然爱你，因为我要给你长久的陪伴。”

当发现孩子认真注视自己的那一刻，你就真正成为了父母。

父与子的缘分，不是血缘的连接，而是长时间相处中的举手投足的相似气质，以及沉淀下的感情带来的温暖羁绊。

我们终于看到一个男人真正长大，他们终于成为了真正的父与子。

故事的结局温馨而感人，良多最后没有将两个孩子全部占有，雄大最终也放弃了孩子能带来的一大笔金钱。

两个人增加了聚会活动，两个孩子常常玩闹在一起，正如故事的名字“如父如子”，仿佛分不清谁是谁的儿子，谁又是谁的父亲了。

一个好故事，会留给你一个问

题，而不是一个明确答案。与其说这是一个讲述两家感情羁绊的故事，不如说是一个拆解良多内心世界和拆解他价值观的重要一课。

是啊，没有人生来就是好孩子、好父母，也不是做了父母就会成熟，专注自己就会幸福。

成为好的父母与子女，需要双方一起学习和成长，不只有自己变得优秀强大，也要学会道歉与和解，更要学会爱与被爱。

这不是一蹴而就的事，这种“好”，需要我们用尽一生，也是我们最依赖的归宿。