

曾经在爱的港湾畅游,好温馨!有彼此的体贴和安慰,有彼此的照料和关怀。真的好感激上苍,五千次的回眸后,有了我们五百次的相聚!

遇见你 是我的缘

那年紫藤开花了,浓浓密密,好热闹。犹如一片瀑布,一泻万丈……

刚上大一,所以有许多空余时间可以出去玩,可以欣赏那茂密的藤萝瀑布了。下面摆有长椅,一坐就是大半天,常常忘却周边的一切,犹如在梦幻中……“好惬意哦,好几次看到你坐在这里,真悠闲啊!”定睛一看,一个男孩站在面前。以前没见过他,我好吃惊。“你也常来吗?”“嗯。”他说,“好热闹的藤萝啊!”顿了一下,“我大二的,你呢?”“大一的。”我爽快地答应。接着的几个小时里我们自由畅谈着。与他不多的交往中,我感觉他挺好的。就这样,我们成了朋友。

从此,静谧的藤萝下增添了好多次欢声笑语。

相识你 是我的乐

一晃两个多月过去了,我们之间仍旧这样平平淡淡,尽管彼此心里都在琢磨着什么,但谁也没有先开口的意思。不止一次把两个人的眼神融在一块儿,这时总很尴尬地移开目光。

又一个周末,我们打算去郑州市动物园玩,可他再三请求我步行和他一块儿去,我耐着性子勉强答应了。这天他好沉默。

“怎么啦?有心事?”我开玩笑对他说。“小俊,其实,我们都没必要彼此掩饰什么了……因为,我们心里都很清楚……你明白我的意思……就是……那个……”“嗯,我明白你的心,一直以来总认为时机不成熟,我也就……”

“是的!我们都被默认是前世的约定了!感激上苍让我遇见了你……”他抢在前面,突然打断了我。

以后的日子里,餐厅有我们嬉笑的场景,天鹅湖旁是我们闲暇时的去处,晚自习后冷寂的路灯下有我们相伴的身影。他宽大的肩膀总在我泪流满面时出现,他有力的大手总在我最困难时伸出,渐渐地,我发现自己开始依靠他,对他的喜欢大大加深了程度,或许,我真的喜欢他……

爱恋你 是我的过

“路遥知马力,日久见人心”是真的吗?这样的生活为时不长,他开始变得冷漠,对我不屑一顾。开始我认为他情绪

不好,也许给他些清静会好些。于是我选择跟他分开一段时间。那煎熬的日子里,我不得不承认对他的思念是与日俱增,不止一次在梦里叫到他的名字……每次看到天鹅湖旁一对对亲密无间的情侣无忧无虑地散步时,我就会陷入往日我们在一起的回忆。那时,我多么快乐啊!

终于,在一个明媚的星期六的早晨,他主动跟我打了电话,我喜出望外。“喂,近日好吗?我们去散散心吧!”“我没心情!”他泼我一头冷水。我意识到情况的不妙。“怎么了?你这么生气?”“谭俊,你可以不用理我,可以躲开我,可你不应该背着我去交新的男朋友,伤害我的感情吧?哈哈……”他冷笑,发狂地笑,激怒了我:“你怎么回事啊?莫名其妙!”我狠狠挂了电话。我明白了,一定是有人在作怪,爱恋他的人着实不少,企图在我们之间做文章也是无可厚非。但他怎么可以那样呢?别人的欺骗与谎言胜过我们一起辛苦培养的深厚感情吗?别人的挑拨离间,赛过我们曾经一块儿面对的更有挑战的困难与冷嘲热讽吗?别人的只言片语,竟让他完全自我迷失,与我彻底决裂吗?委屈的泪水顺颊而下……

我错了,爱恋他的时间里,我彻底错了,他是如此轻薄的人……为他流泪,值

得吗?擦干眼睛,我深深吸了口气。耳旁又响起“情人难免沦为朋友”,难道我们连朋友都不是了吗?

放弃他 是我明智的选择

我决定要放弃他,彻底地忘却他,他是一个不值得珍惜的人,而且,我还有个不太标准的预测,有一天,他明白的时候,他会忏悔的,我不再有任何的期待,而他,就作为我生命中的过眼烟云吧,一个如此轻信又没有主见的年轻过客……

以后的生活中,我对自己说,不要再恋爱了,现在的男孩,真不值得深交,虽然明白这是片面之言,可是我认为只有这样的想法才能逐步磨灭曾经在我心弦划上的伤痕……

今年的藤萝又开花了,比往年的都要浓烈,正如此时我爽朗的心情,一个人的闲暇,确实惬意啊!望着垂下来的藤萝,我不再思考任何过去的悲伤,只有憧憬和追忆在他之前的快慰……

王霞



紫藤开花的季节……



什么样的男生真正爱你

真正爱你的男生,会在你忘记回复他短信时狠狠地说你一顿。

真正爱你的男生,很少当面赞美你,可是心里肯定认为你是最棒的。

真正爱你的男生,其实总惹你生气,你却发觉不了他到底做错了什么。

真正爱你的男生,不喜欢玩具小熊,却一直把你送他的小熊放在床头。

真正爱你的男生,会默默地记住你不经意说过的话,在某时某刻重复它们。

真正爱你的男生,一下子说不出真正爱你的理由,只知道自己顾不上注意别人。

真正爱你的男生,总是叫你小姑娘,可是每次他做什么重大的决定,却总想先听听你的建议。

真正爱你的男生,当听到你对他讲很“酸”的话时,他反而会装得很正经,其实心里很甜甜。

真正爱你的男生,只可能在你一个人的面前流泪,当你触摸到他时,也触摸到了那颗只为你跳动的心。

真正爱你的男生,总觉得有些话只说一遍就够了,因为你已经了解他的心。说得多了,他会觉得不珍贵。

真正爱你的男生,当你发脾气时,只会不做声地听你把火发完,然后慢慢地说,你明天有课吗?早点睡吧。

真正爱你的男生,可能不像你一样清楚地记得某些纪念日,他觉得爱你时是每时每刻的,并不是靠这几个简单的日子。

真正爱你的男生,如果不能经常见到你,他会让自己忙碌起来,为了不去想你,因为他知道一想你将会一发不可收拾。

真正爱你的男生,不会轻易做出承诺,因为他想让自己成为你心中说话最算话的男子汉,只想给你最可靠最安全的幸福。

真正爱你的男生,总告诉你不要胡思乱想,因为其实他在为你们谋划着最美丽真实的未来。同时让你无忧无虑地等待他要给你的惊喜。

真正爱你的男生,不会轻易对你当面说“我爱你”,因为他为你做过的每件事都已经这么说了。除非在非关键时刻,为了不让你无端地误解他。

真正爱你的男生,如果他去机场接你,不会像你期望的那样捧着玫瑰大声叫“亲爱的”,只是自然地提过你的行李,然后像用眼睛抱紧你似的心疼地说,怎么瘦得像豆芽菜了?

真正爱你的男生,当和你发生争执时,总是控制不了地先妥协,先承认“我错了”,过后发来短信以“神经病”开头,以“宝贝”结尾。

林丛

冯特学校抗震救灾心理援助系列报道

国际心理专家来郑讲心理援助

报名电话:60900000 60113666

心理救助应长期坚持

“5·12”大地震已经过去半个多月了,灾区群众、参与救灾的军人、志愿者、医务人员、新闻工作者以及相关工作人员,都面临着不同程度的心理问题。专家预计,四川汶川大地震心理受灾者将超50万人。面对这种情况,政府各部门及相关民间组织纷纷组建心理援助团,前往灾区进行心理危机干预。

心理学家和志愿者们迅速赶到四川开展心理援助,起到了立竿见影的效果,但也存在工作难以达到标准、资源对接困难及真正的心理咨询专家缺乏等问题。特别是大批进入灾区的心理救援队伍,在部分地区面临心理救援者挤占灾区群众资源,自身安全无保障及对灾区情况不了解导致无法行动等状况。

灾后更需要专业心理工作者

北京师范大学专家团调研显示,目前,四川

至少有1000名心理工作者处于无组织、无系统的行动中,普通志愿者更是数不胜数。令人担忧的是,当部分外地专家逐渐离去,对于很长时间之后才会发生的灾后心理创伤的高发期,超过百万的需要心理干预的群体该如何应对,还需要更多专业的心理工作者参与。

冯特学校总监郑帆说,作为一名心理工作者,只有爱心和激情是不够的,还需要知识和技巧,避免将来在实际援助工作时“热情好心办坏事”,因为自己的不专业而给别人造成“二次心理伤害”,而心理援助组织也要意识到危机心理康复问题的长期性,不盲目行动,使援助更加规范化、体系化。

对此,郑州市冯特职业培训学校将携手省内心理培训机构,培训和选拔出一支高品质的危机干预队伍,作为我省在危机干预方面的专业队伍,开展更为系统与规范的灾后心理援助工作。

尹帅

公益讲座课程安排

6月6日 14:30~18:00

讲授内容:灾区归来——心理援助的体验与分享

郑州心理咨询师参加中国儿童基金会及中科院心理所共同组织的心理救援工作从四川归来,谈部分灾区现状与心理援助注意事项。

讲师:杨云鹤(国家二级心理咨询师)、陈奕西(三棵树儿童心理培训中心主任)、卢杰(河南省心理研究所)

6月7日~8日(全天)

讲授内容:绘画治疗在危机干预中的运用、心理咨询师的自我防护。

培训人数:限招80名,按报名顺序为准。

讲座地点:农业路与经三路交会处财富广场2号楼4楼冯特培训学校