心灵护航

爱能带来光 照亮黑暗温暖人生

□ 全媒体记者 余依萍

万山红遍,层林尽染。当我们沉浸于迷人的秋景时,有这样一群人——身处黑暗,看不到四季的变化,却依然深爱着这个五彩缤纷的世界。

在我们身边,流传着许多关于盲人的“神话”,比如他们能用耳朵听出对方是站着还是坐着,比如他们的其他感官的灵敏度异于常人……

近日,记者走进这个群体发现,他们虽然经历着难以想象的不便和磨难,但他们期望自己成为一个自尊自立的人。为此,他们一直在努力找寻和捕捉“光”,照亮失明的黑暗。

A

“我们不愿意被另眼相看”

几十年来,王行(化名)穿梭于家和工作单位之间的4公里路途上。先天失明的他,借助站台好心人的提醒登上正确的公交车次。到站下车后,通过手杖和对周遭环境的熟悉磕磕绊绊地走到工作单位。

在王行看来,相较于眼睛识路,他的做法既不高效,也不神奇。“我们常常会遇到健全人意想不到的尴尬。比如,我学的是盲文,不会写字,需要签字时很为难。现在很多地方用触摸屏,我也没法操作。还有,路口看不到红绿灯而不敢过马路,盲道被占用时就不知道怎么走,等等。”王行说,他们没有那些传得神乎其神的“特异功能”,很多时候需要别人搭把手,行个方便。

快到花甲之年的王行,经营一家推拿馆维持一家的生计。业余时间,他喜欢打开收音机听一听新闻,坐公交车在义乌转一转。他说,现在残疾人证的“含金量”越来越高,无障碍设施越来越完备,政府补贴和关爱越来越好,这让他感到幸福,同时他也依然感念于十字路口的搀扶、公交车上的让座。

“社会上对我们这个群体还有一些误解。当然残疾是一种遗憾,但也赋予我们机会感受亲情的包容、爱情的甜美、友情的珍贵。”王行说,“所以,请不要对我们另眼相看。”

B

“世界那么大,我想去闯闯”

燕琴(化名)是一位爱笑的盲人女孩,记者见到她时,她正在用两手的食指配合摸读盲文书籍,查阅盲人按摩相关知识。

打开一本本盲文图书,燕琴指尖轻轻地触摸那六个变化不定的凸点,作为盲人专用的文字,盲文像一束希望之光照进了燕琴的生活,盲文图书这条通往知识世界的特殊桥梁,让燕琴掌握了新的技能。

今年28岁的燕琴,在19岁那年突然失去了光明,至今没有明确的医疗诊断,据母亲说可能是幼时那年的一次低烧为视力损伤埋下了隐患。“那时,我很绝望,曾经色彩斑斓的世界突然变成了漆黑一片,仅剩的一点光感让我只能辨别白天和黑夜,我想过轻生、放弃。”如今,燕琴可以笑着回忆青春期的痛苦经历。她说,曾经的她很内向,也不爱表达自己,看病住院的日子里,同病房的老人家总是唉声叹气,善良的她就开导这些病友,与他们聊天、讲故事,慢慢地她主动向别人敞开了自己的心扉,温暖了他们,也治愈了自己。

两年多的治疗无果,燕琴开始去盲校学习,从头开始学习盲文、钻研盲人按摩手艺。“现在很多盲人朋友在为公众号做配音,我也在家练习,尝试做配音,多一份收入。”燕琴还说,现在的手机有读屏软件,和朋友沟通也很方便。

从逐渐失去视力至今,燕琴已经在黑暗中行走了近10年。工作、出行、网购,失去光明的这些年里,燕琴一直在摸索着、探寻着打破固有的盲人圈子,她爱点奶茶、习惯网上购物、乐于接触新科技,比起被精心照顾和过滤后的盲人世界,她更渴望科技的发展能让她平等、有尊严地融入健全人的生活。

最近,燕琴通过网络接触到一个“盲人出行计划”,为盲人提供使用盲杖教学和一些出行“攻略”,从而提高独立出行能力,她说:“能独立出行,是我出去工作计划的第一步,世界那么大,我也想去闯闯。”

扫一扫看新闻

◈咨询师观点

用“心光”把人生照亮

“盲人由于视力低下甚至完全失明,给他们的日常生活、学习、工作和社会交往等方面带来许多困难,容易产生自卑、孤独感、焦虑抑郁、怨恨、脾气暴躁、敏感多疑、依赖家人、缺乏安全感等心理问题。”市中心医院精神科主任、主任医师方向明表示,盲人眼前的黑暗让他们在心理上产生一些特殊性,但并不意味着他们的人生也是黑暗的。让他们走出心理困境,既需要社会的合理关爱,又需要盲人自身正视现实,积极调整。

那么,视障人士该如何调整自己的心态呢?方向明建议:

正确对待失明问题,积极乐观地生活。

认知决定情绪。要知道,生老病死是自然规律,任何人都可能生病,无非是什么时候生病,生什么病,严重不严重的问题。因此,盲人朋友失明了,要学会接纳自己的生理变化,这样就会减少烦恼、不愉快等不良情绪。要明白,残疾可以是一堵墙,也可以是一座桥。失明并不可怕,可怕的是整日郁郁寡欢无所事事消耗自己的生命。失明后,人的触觉、听觉等其他感觉器官会一定程度上弥补视觉缺陷而更具有优势,更何况我们还有健全的四肢。因此,世界上也诞生了许多失明的音乐家、情报专家、匠人大师等等。

积极参加社会交往,提高社会适应能力。

人是社会的人,是群体动物。每个人都需要社会交往,通过社会交往获取各种信息来开阔视野;通过社会交往来加深亲情,结交朋友并获得一定的心理支持;通过社会交往使自己心情开朗,保持心理健康;通过社会交往使自己融入社会大家庭,提高社会适应能力。通过社交活动,我们就会发现,原来生活中有那么多无私奉献、乐于帮助我们的人,世界是美好的,我们并不孤单。

要保持自尊、自信。

盲人朋友要正确对待自己,要自尊,要对自己充满信心,不要自暴自弃。要知道,残疾只是人生磨难的一种,但这丝毫不意味着你在任何方面比健全人低一头。对生活中的各种问题、困难和矛盾不逃避。常向光明处看,不往黑暗处钻,使自己成为一个心胸开阔的人。

烦心事要说出来,学会不良情绪正确宣泄方法。

烦心事就像垃圾,闷在心里会让自己不健康。我们要把这些心理垃圾倒出去,才能保持心理健康。因此,我们一定要把烦心事跟家人同事或要好的朋友说出来。如没有地方说或不好说,就准备本日记本写出来,或把手机录音功能打开,把它当作最要好朋友边说边录下来。当我们感到烦恼、抑郁、愤怒时,要知道这些情绪都是我们自己的,要接纳它,并通过运动、唱歌打牌等各种娱乐活动,或用力吹气球直到把气球吹破等方式,把各种不良情绪宣泄掉。

有事做,让生活充实起来。

知识就是力量。我们要通过适合自己的各种学习方法学习新知识,增强本领。培养更多有益的兴趣爱好,让生活变得丰富多彩。我们可以做些力所能及的家务。根据一技之长,找个工作自谋职业。这样,会让自己觉得“虽然失明,但我是个有用的人”。

◈新闻链接

与盲人相处切勿存在三种心理

对于视障人士来说,失明带给自己的是生理、心理的双重打击。方向明提醒,健全人在与盲人朋友们相处、沟通时,需要避免以下几种心理:

1.怜悯。对盲人的怜悯之心是理解、关心、帮助他们的基础,但仅有怜悯是不够的。盲人也是与普通人一样平等的人,他们有自尊,渴望得到尊重、理解、关心和帮助。

2.恐惧。盲人生活的艰难、外貌的异常等会让一些人对盲人心存恐惧。其实盲人和普通人一样,并不可怕;相反,他们作为视力有残疾的人生活在社会里,处处都感到不方便,他们对这个世界也有一种恐惧心理,因此,我们要经常与盲人交流,给予关心关爱,让他们有安全感。

3.迷信。一提起盲人,有些人马上会与“算命”等封建迷信联系起来,觉得盲人神秘莫测,很“灵验”。其实不然,他们只是从不同的来者中综合各方面的信息,进行简单的心理推导而已。许多盲人都有正常的工作,不能把盲人与迷信等同起来。

萍心而论 一周婚姻观察

如何走过再婚“荆棘地”?

□ 全媒体记者 余依萍

没有人愿意孤独一人走过此生,都希望身边有人陪伴,一起经历人生的风风雨雨,在日升日落间感受着彼此真情的给予。纵然第一段婚姻失败,伤痕累累,他们的内心依然渴望觅寻到新的另一半。

然而,再婚就像穿过一片荆棘遍地的丛林,越过了才能得到真正的幸福。

“是不是在感情中,女性永远是弱者?我为了这个家付出了那么多,为什么他就是看不到,我做什么都是错?一次失败的婚姻已让我痛苦不堪,好不容易鼓起勇气再次步入,没想到……”思妍(化名)声泪俱下地讲述了自己的境遇。

26岁,正是一个女人最好的年纪,而思妍却在这一年离了婚,心爱的儿子也判给了前夫。反观这段婚姻,和前夫4年的感情,不说是铭心刻骨,但当初彼此也是真心相爱。思妍感慨,“我们走到离婚这一步,家人朋友都觉得惋惜,却无能为力。”

思妍出生在一个特别传统的家庭,家里的亲戚中都没有离婚的先例,她从小也笃定牵手就是一生。关于离婚的原因,思妍不愿多提。在这段失败的婚姻里,她觉得最对不起的是儿子,自己没能给他一个完整的家,没能让他有一个快乐的童年。

离婚后,思妍消沉了很长一段时间,不知道该如何排解。“由于每个周末我才能见到孩子,所以我就想把前五天他缺失的母爱补偿给他,对我而言也是一种慰藉。”思妍说,因为自己还年轻,家人希望她能尽快走出失败婚姻的阴霾,也尽量给她一个轻松的环境。就这样过了一年,思妍在家人朋友的鼓励和陪伴下,渐渐还原成原来那个爱笑的女子,不总宅在家里,偶尔和朋友一起出去玩。

后来,在父母的劝说下,思妍开始相亲,但并不顺利。她内心对婚姻有种莫名的抵触,“有些怕了,我输不起了。”思妍说。

直到5年前,思妍遇见了晓旭(化名)。晓旭比思妍大3岁,离异,带着一个女儿生活。“刚开始,我俩相处得不错,也是我单方面觉得不错。”思妍说,晓旭很绅士,有时候不用多说,他就知道自己想表达什么意思。相处两个月后,晓旭开始带着女儿和思妍一起吃饭。6岁的女儿长得非常漂亮,很懂礼貌,思妍和她相处得非常融洽。也许是因为女儿,晓旭对思妍敞开了心扉。

再后来,两人开始见双方父母,一切都挺顺利。“我也曾问过自己,是不是已经准备好再次步入婚姻?这次是不是能经营好?我们能否携手走一辈子?”思妍说,其实,这些问题都是没有答案的,但当时的自己有信心,觉得彼此都经历过一次失败的婚姻,应该能做到互相理解,互相包容。在家人的祝福下,思妍嫁给了晓旭。婚后的日子最初也很幸福,慢慢地却滋生了许多烦恼,根源则是因为孩子。

“每个周末,我儿子会来我和晓旭的新家,我也会买一些好吃的,给两个孩子做一桌美味。我怕儿子在新家会拘束,所以吃饭时都会给他夹菜,当然也会顺带着给晓旭的女儿夹。”思妍说,饭后,她会带着儿子女儿一起去公园玩,或者是去商场购物。思妍自认为两个孩子虽然有差别,但自己已尽量一碗水端平。可晓旭却不这么看,也不喜欢思妍的儿子,甚至有些抗拒,认为思妍偏心儿子,就拿做饭来说,儿子一来,菜品都丰盛了起来。

婚后一年,晓旭与思妍商量是否想再要个孩子,属于他们两个人的爱情结晶。但思妍担心儿子会有心理负担,所以就以工作压力大为由拒绝了晓旭的要求,并阐述了自己现在不想要孩子的一些观点。“还以为他会理解,可是我错了。”思妍说,也就从那时起,晓旭开始明显地针对每到周末就来陪自己的儿子。“他会当着两个孩子的面说我偏心,说我对儿子和女儿的态度不一样。”思妍说,久而久之,女儿对她也有了敌意,儿子周末也不愿来家里,更不想跟晓旭接触,以至于原来定好的每周末陪伴变成了一月一聚,这让她很痛苦。

思妍也曾想和晓旭谈谈,但终是不欢而散。晓旭觉得思妍自私,对两个孩子的态度有差别,思妍将更多心血倾注在与前夫生的儿子身上。思妍感到无语,为什么晓旭不能和自己一样,平等地去对待自己的儿子?

如果继续这段婚姻,必然注定自己和儿子越走越远,思妍陷入了迷茫。

◎记者手记>>>

婚姻之所以会失败,最大的原因是彼此互不理解对方,所以无法沟通,甚至连沟通的欲望都没有,各自埋怨对方的不好,甚至不能容忍,导致彼此渐行渐远,婚姻走到尽头。

再看思妍的第二段婚姻,虽然与晓旭结为夫妻,但离婚的阴影一直笼罩着她,她一直沉浸在对儿子的深深愧疚中,为了弥补,她把每个周末的时间都献给了儿子。而让两人产生矛盾的导火索,正是思妍为了照顾好与前夫的儿子,竟然成为不生孩子的理由。这样的做法难免给晓旭一种“人在曹营心在汉”的感觉,让他的再婚感受不到幸福,让他和妻子的心越走越远。

再者,再婚的家庭,不要奢望新伴侣与孩子一拍即合,这需要时间来打磨。不过,再婚虽然是一片“荆棘地”,但只要夫妻用心经营,学会智慧生活,同样会收获幸福。

◈以案说法

房产证上写着你的名字 房子就一定是你的吗?

案例:一起携手走过了近30个春秋的夫妻双方程某(男方)与赵某(女方),因家庭生活琐事,矛盾不断并愈演愈烈,最终走上了诉讼离婚的道路。在法院审理过程中,程某和赵某有一事始终争议不断,就是位于市区的一套房产,赵某认为该房产应认定为夫妻共同财产予以分割,而程某矢口否决。

法院经审理查明,该房产是程某在2006年向自己的父母购买的,但奇怪的是,因为该房产是程某父母的唯一住房,因此《商品房买卖合同》签订后该房屋仍由程某父母长期居住,程某一家三口也从未居住于此。并且,法庭上赵某始终无法提供买卖房屋应支付房款的途径和凭证。

原来,该房产是学区房,程某为达到“户房一致”的要求,与父母协商签订《商品房买卖合同》,并将该房产过户到自己名下,并没有真正的资金往来,不符合商品房买卖合同约定中双方真实意思的表示,也就不具有民事法律行为的有效性。因此,该房产不能以夫妻共同财产来主张分割。

法官说法:《中华人民共和国民法典》第143条第2项规定,意思表示真实,民事法律行为才有效力。而程某与其父母的这起没付房款的商品房买卖交易的真实意思是为了婚生女儿读书需要“户房一致”才能被优先录取这个因素。因此这是一起虚假的商品房买卖交易,故该交易不具备民事法律行为的有效性,因此法院认定该房产不能以夫妻共同财产来主张分割。