

男左女右

顾哲(男)
33岁
室内装潢

沈琳琳(女)
27岁
图书销售

一只馒头搭块糕

你有没有听过这句上海老话?说的是天下伴侣,很少有性格、爱好、生活习惯乃至于文化修养都一样的,更多的是互补型。一只馒头,一块糕,两个不一样的、不完美的,凑在一起才可能创造完美。



我这个人好结交,到哪儿都能跟人聊起来,爱说笑,一点儿不怕生,朋友们常说饭局上有我在就不会冷场。但你看我这样的吧,偏偏找个老婆性格完全和我相反,她特别不喜欢应酬,也怕见生人,都当妈的人了,跟不熟悉的一讲话脸还红——就这样,已经比过去进步很多了,她以前跟我去饭局,一顿饭都说不出一句话,因为“不知道该说什么”,回家后也不晓得坐她旁边的姓甚名谁。而我呢,就像“开关坏掉的收音机”,滔滔不绝,能说一晚上,关也关不掉。

老婆有时候挺羡慕我,觉得自己性格不如我开朗,也不如我会表达自己的想法,更不如我能说会道嘴巴甜把周围人都搞掂,她甚至还担心宝宝将来像她,也尝试刻意改变。但我并不觉得她内向讷言有什么不好,相反,比起我的冲动和感情用事,她做什么事情都很理智,极少出错,家里若出点什么状况,多亏她细致和冷静。我其实挺佩服她的沉着,我从小到大都没喜欢过咋咋呼呼的女生,可能因为我自己是个咋咋呼呼的人?

总是在边上说“算了,算了,走吧,走吧”;我喜欢跳的颜色,爱上淘宝买一大堆尾单货,反正赶时髦,穿一阵就扔;可老公属于闷骚型,他轻易不买东西,要买都买名牌,不管穿的还是用的,而且之前一定反复比较。

我个性随我妈,大大咧咧,眼里揉不进沙子,心里放不下秘密,有什么全都呱呱呱地说出来,家里全是她的声音;直爽,爱交际,小区里的积极分子,朋友也多,心宽体胖;我爸呢,心细,思虑重,想得周全,所以瘦得像麻杆一样,没多少朋友,整天在家里炒股票。他失眠了一辈子,可我妈一沾枕头就呼噜打得震天响。我爸疑心重,可他对我妈是一百个信任,唯一担心她的马大哈。

我常在我们自己的身上看到父母年轻时的影子,也常在他们身上看到我们老时的样子,

谈谈情 说说爱

『稻草婚姻』也可美满

◆ 丽华

她30出头终于出嫁,娶她的男人36岁,一个“白美”,一个“高帅”,曾经都是挑三拣四的宠儿,这样条件相当的两个人一撞上,似乎可以节省谈情说爱的时间,就直奔婚姻而去。可是,婚后并没出现她所期待的童话结局——“从此王子和公主过上了幸福的生活”,而是不到一年分道扬镳。

这就是剩男剩女们难以逃脱的“稻草婚姻”。所谓“稻草婚姻”,就是指较高学历、事业小成、经济独立的“挂单”的大龄男女,迫于压力、孤寂寻觅到了同样迫切想成家的异性,这样无可奈何而又顺理成章地完成婚姻大事,简称“草婚”。这多少有点病急乱投医,家是有了,却先天不足。想啊,挑来拣去的,倦了厌了烦了恼了,只剩下青春的尾巴了,人家节假日一家子团聚,而你却依然形单影只,那找个主儿成婚才是当务之急,只是,你看哪个相亲者不秀优点不藏缺点?结果,婚后才发现对方的缺点就像强力胶牢牢粘在身上,擦不掉也抹不去,自然失望透顶,也就导致“草婚”成“短婚”。难怪莎士比亚说“草率的婚姻少美满”,有调查显示:80%的“稻草婚姻”都是失败的。

但一位长者告诫孩子们:“想好要共度一生之前,一定要更多地看到对方的缺点,而不是只看优点,这样你们真正成家后才不会有遗憾。”电视剧《媳妇的美好时代》里的毛豆豆和余味正是如此,他们一个是31岁的剩女,一个是33岁的剩男,初次相亲就吵得不可开交,就为去见自己的相亲对象而在同一餐馆同一餐桌,为了一碗先上桌的面,都想先吃,都怕误了赴约时间,你争我夺,互不相让,恶语相加,彼此印象极坏,却不知对方就是赴约者,相亲自然泡汤。可当他们相一圈下来,一次次被不同的人介绍同一“劣种”时,彼此愿意再次审视对方,结果,两人演绎出了一桩被众人奉为典范的好姻缘。因为他们

是婚前看缺点,婚后看优点,虽然不是各自的最爱,但两人以心灵做保,以善养爱,以德养情,以致毛豆豆的初恋情人以名车等做诱饵,也没摧毁他们历久弥坚的婚姻。因一切婚外之物,没法让毛豆豆放下那个刷碗、擦油烟机的老公。

所以说,“‘稻草婚姻’走不了多远”,“‘稻草婚姻’是一场不负责任的婚姻秀”都是谬论,那只是你看人的优缺点乱了先后,不是还有20%成功了吗?你瞧瞧人家“毛余草婚”就照样美满。

把爱唤醒

Q: 严老师,我想请你帮帮我。我的父亲5年前去世,但我至今沉浸在他离去的痛苦中,我无法过自己的生活。我其实有自己的家,丈夫开始时还不停地安慰我,每天都花时间陪我,儿子也懂事地帮助我分担一些家务,但这么长时间过去了,他们看我没有任何改变,每天都郁郁寡欢,高兴不起来,也就不管我了,随我去。我常常想的是“如果我死了会不会一切更好一些?”我觉得自己该死,因为没有全力帮助父亲治病。父亲得的是癌症,治疗了5年。周围人都劝我放弃,因为我已经用光了所有能用的钱,但我仍然坚持治疗。直到后来实在没有钱了,才带爸爸回来。

爸爸以前对小辈非常关爱,但在家时有一次他发病后,他要求我送他去医院。我当时心情很不好,觉得他应该理解到我,我们全家已经尽了最大努力,不应该再提任何要求,而且想到他以前对妈妈其实挺狠心,妈妈生病后他都没有尽心尽力,心里有气,没有带他去。没想到这一次他没有挺过,真的就走了。现在想想,其实我还是应该送他进医院的,不论是否有希望,尽孝可能更重要。可是有时想到孩子和丈夫,又觉得对他们心怀内疚,不能只想到父亲。我该怎么办呢?

A: 谢谢你的信任和倾诉,我知道这对你并不容易,能够把自己的双重内疚说出来。这其中,最主要的内疚是你父亲的,你对丈夫和儿子的内疚,其实是派生的。如果你能处理好对父亲的情绪,派生情绪就有转变的可能性,或者说你就有可能转变。

每一种负面情绪后面都有一个积极意义,或者正面的出发点。内疚其实是人们没有做到应该做的事情时一种情绪。你对父亲的内疚源于你想为他更多做一些事情。就你的描述来看,你已经做了你能够做的事情。你的内疚感在于你不能够超越自己的能力做更多的事情,比如在最后一次没钱时也应该送父亲进医院。我想问:如果当时你做了这件事情,能够从根本上改变他的状况吗?你能救父亲吗?如果当时你做了这件事情,对你和家人有怎样的影响?你对丈夫和孩子的内疚会不会更深?

有时候,我们需要从大的系统、整个生态和完整时间线的角度来看待问题。父亲是你生命中重要的人物,但他只是你生命中的一环,你要平衡和照顾到所有对你重要的人。如果不得不牺牲他人的利益来满足某些人,你要注意度和平衡的问题。你丈夫和孩子其实一直在支持你,不论是你父亲治疗时还是他去世后,按理说你们在他们的情感账户上已经透支。事后你不仅没有还账,反而继续亏欠,出现更多的赤字。另外,孝敬并不是无条件地满足父母所有的要求,而是理性地、成熟地管理父母的要求。

你对家人的内疚背后也有一个积极信号:它提醒你你应该改变当下的做法,你可以对家人多一些关注和照顾。现在的你生活在父亲生病和去世的时间段时,你全心地沉浸在自己的悲伤、内疚和痛苦中,无暇顾及旁人的感受。你没有生活在现实的世界中,你和家人的距离很遥远。你想追随父亲,和他一同进入死亡的世界,但那个世界距离你也很遥远。你只生活在自己的世界中,而这个世界在时空上不属于现在,更不属于未来。看上去你是在用自我折磨的方式赎罪,不让自己高兴,不让自己幸福,以为这样就可以体会父亲当年所受的痛苦,和父亲遭受一样的罪。但其实你的这种惩罚也影响到家人,你也惩罚了他们,破坏了家庭氛围。

由于你没有让自己的内疚充分流淌,所以还有一些更复杂的情绪无法表达出来。我察觉到你对父亲其实还是有一些抱怨的,如他对妈妈的方式;你对父亲生气,为他不能体恤你的困难;你对自己有愤怒,对自己无力回天、没有办法赚更多钱的愤怒……这些情绪妨碍着你酣畅淋漓地表达自己的悲伤。

你目前的忧郁情绪比较严重,有悲观的念头,建议你去专业的心理咨询机构获得帮助。你能够写信求助,其实是一个信号:你沉在这种状态中已有5年,是时候改变了。

严文华,心理学学者。行走心理学与生活之间。欢迎您把自己的故事或问题发至:yanwenhua2010@163.com。

情爱测试

TA 对你的保密态度 ◆ 小 Q



“南瓜节”快到了,朋友邀请你和TA去参加神秘的化妆舞会,你们必须戴上一个面具,TA会选择哪一种表情的面具?

A. 开心
B. 生气
C. 哭泣
D. 搞怪

解析:
选 A.TA 认为保守秘密是个人的自由,与你无关,不会轻易吐露出心中的秘密。
选 B.对泄密的行为 TA 有强烈的反应,认为保守秘密是对你的一种爱护行为。
选 C. 你的 TA 很难保守秘密,不管是自己的秘密还是你的秘密,总是要把它说出来,才会觉得舒坦。
选 D.TA 认为没有任何秘密,个性又太随意,有时不但不能保守秘密,还会利用秘密来戏弄你。

中国知名直营海参品牌

宫品海参

400-680-6661