

把爱唤醒

把鸡肋婚姻变成鸡汤婚姻

王纯

看一档情感类电视节目,女嘉宾毫不避讳地说自己的婚姻已经成了鸡肋,食之无味,弃之可惜。她每天与丈夫面对面,没有丝毫感觉,他可有可无,他对她也视而不见。但是为了孩子,还是要和丈夫一起把日子熬下去。有人劝女嘉宾,这样的婚姻,不如不要,舍弃鸡肋婚姻,去寻找自己的幸福!

我以为,舍弃所谓的“鸡肋婚姻”未免太轻率了。其实,所有的婚姻都难逃最终平淡的命运,不再有恋爱时期的相看两不厌,也不再有新婚时期的耳鬓厮磨、两情相悦。时间长了,婚姻成了“鸡肋婚姻”,两个人没有什么大的矛盾,但是又感觉不到幸福,所以只能“凑合着过”。看看我们周围,有多少婚姻是“鸡肋婚姻”?经常听到人们抱怨“日子过着没劲”,鸡肋婚姻,对双方都是一种折磨。

既然如此,为何不改变这种婚姻状态?改变的方法,不一定是离婚。对于处在鸡肋婚姻中的中年男女来说,离婚的成本太大了。首先,离婚对孩子的伤害会是不可估量的。其次,离婚对男人和女人来说,都是伤筋动骨的事,会造成难以弥合的伤痕。再有,一个家庭的破碎,会给双方父母蒙上阴影。还有很重要的一点,就是离婚后谁都没有把握找到自己期许的幸福,说不定等待自己的是更糟糕的命运。这样说来,在婚姻中,你没有退路了。没有退路,就要面对现实,而且要努力把鸡肋婚姻变成美味又有营养的鸡汤婚姻。每天朝夕相对的爱人,你无法离开他(她),两个人就要好好地相爱,把日子过得有滋有味。

要摆脱鸡肋婚姻的困扰,还要学会宽容对方,也要学会为对方改变自己。如果你感到婚姻如同鸡肋,一定要调整自己的状态,努力去经营,争取把鸡肋婚姻变成鸡汤婚姻。

家庭关系经久不修就会坍塌

把爱唤醒

Q: 小鹏老师,我的朋友小刚是做金融行业的,因为经济条件还可以,于是婚后不久小刚的太太阿雯便辞了以前的专职工作,过起了兼职闲居的生活。结婚五年后,他们生育了一儿一女,于是阿雯干脆就在家做起了全职太太,相夫教子,过得倒也舒适。

后来因为小刚和阿雯的不注意,生育女儿后两年内,阿雯又不小心流了两次产。这让本来脾气急躁的阿雯身体和精神更受到了打击。流产后的阿雯性格变得越来越古怪和暴躁。

特别是近半年来,阿雯不断说小刚姐姐的坏话。说他姐在客厅诅咒他们家女儿长不大,还在客厅和小刚说要他杀了她。而且不管小刚什么时候下班,阿雯只要情绪一上来就总是逼他承认,承认他姐和他说了要他逼他杀她。

小刚觉得很奇怪也很生气,以前妻子虽说会偶尔抱怨发火,但稍微的吵吵闹闹解释之后,阿雯也就不再死揪着一件事吵个不停。现在她怎么会这样,每天一小吵,三天一大吵。他们为姐姐吵架时,阿雯说小刚总是瞒着她,骗她。多年前他曾让他姐拿钱炒股,说亏了算他的,后来真亏了,于是他给了一些钱他姐。他姐买车小刚瞒着阿雯也给她钱,后来这些事情都被阿雯知道了。所以阿雯觉得这一切都是小刚的姐姐在使诈,她会骗他钱,会挑拨小刚和阿雯之间的感情,阿雯说他姐姐阴谋又狡诈。

阿雯说姐姐坏话这件事,让小刚的姐夫非常生气。因为他姐姐在家是声望很好的人,却被他太太这样乱说,现在姐姐和姐夫已经和他们断绝了来往。您说应该怎么办?



A: 未婚的男女都知道这样一个事实:找一个人结婚,就是找他的家庭结婚。同样,找一个人结婚,也就意味着找了很多“麻烦事”结婚。你和他总会有很多不同观点,不同想法,处理问题的方式和能力也不一样,特别是很多夫妻在怀孕生子后,一方性情大变时,以前所积累的矛盾就会统统像火山喷发一样,喷涌而出。

而这时,你如果不具备很好的解决问题的能力,就只能像小刚一样,一筹莫展。

阿雯和小刚的家庭生活,就像很多婚后的夫妻一样,表面上看起来风平浪静,实际上暗涌不断。

就像我们前面提到的,找一个人结婚,就是找他的家庭结婚。具体一点说,就是婚后的夫妻,再也不能独立行动,大小事情都需要参与到对方的家庭当中来。七大姑八大姨,叔伯兄弟,公公婆婆岳父岳母,亲戚叔表,任何的琐事都需要夫妻双方共同协商面对。看看阿雯和小刚,他们之间竟无法做到夫妻之间的坦诚信任,更无法做到耳鬓私语有商有量,他俩的关系,还不如雇主和员工。

我们梳理一下他们家的情况,你就会感觉心凉!

丈夫在外工作赚钱,妻子在家做饭洗衣;丈夫每日面对冰冷的金融分析数据,妻子每日面对两个年幼需要精心照料的孩子;丈夫拿着自己赚的钱心安理得自主安排,妻子身无分文更没有家中经济支配知情权。

一个正常的家庭,生活模式应该是夫妻双方大事共同商量,小事合理分工,夫妻之间会相互照顾体谅。而这个家庭,照顾孩子料理家务这种小事都是妻子安排,家中经济大权只有丈夫掌控,妻子只有一个挂名,而且还享受不到丈夫对她基本的身体关照。

当身体劳累得不到丈夫关心,精神压力又不断增加,还不能

参与安排家中事务,妻子只能以逼疯自己来释放内心的焦虑。“说他姐在客厅诅咒他们家女儿长不大”“说他姐姐逼他杀她”,这些话完全与姐姐在家族中的声望不符,那就让人更加担忧妻子的抑郁状态已经到达妄想的程度。

这样一个精神崩溃的妻子在家中丈夫还要针尖对麦芒地和她争吵,不如赶紧送她到医院做个详细检查,在家多抽空陪伴妻子,顾及她的感受,照料她的身体。

家庭就需要夫妻二人共同支撑共同协作,如果婚后其中一方只顾自己感受不体谅对方需要,这样的婚姻本身就是残缺不全满目疮痍的。身体久病需要医治,家庭经久不修也会容易坍塌。

沟通、商量、体谅、照顾,用一颗关爱的心经营家庭,婚姻才会美满幸福!

周小鹏:中科院心理所发展及教育心理学硕士、百合网首页婚恋专家、国家职业资格培训师婚姻家庭咨询师三级教材编委。邮箱:zhoupeng@baihe.com

“冠心病”如何科学的康复

冠心病是指发生了粥样硬化的动脉内有狭窄或是斑块,其破裂处会发生血小板的聚集形成血栓,进而造成了血管的“交通阻塞”,甚至完全将血管堵死,血管逐步失去韧性,导致心肌缺血缺氧或梗死的一种心脏病。主要分为:心肌梗死、隐性心脏病、心绞痛、猝死、缺血性心脏病等。

医学界专家在结合了冠心病发病机理,以及中、西医各种康复手段之后证实:应用“抗心脑血管器官组织纤维化”(自然医学)首先保护人体未纤维化的心脑血管器官组织,防止病情进一步发展、恶化。然后逆转已经纤维化的心脑血管器官组织,可达到溶解

血栓,对血液进行净化,对心脑血管的纤维增生(斑块)进行溶解与修复,恢复血管韧性、弹性,从而保护和恢复人体心脑血管器官组织功能。

“抗心脑血管纤维化康复方法”为冠心病康复增加了新的科学途径!(双马)

以上内容出自自由人民卫生出版社出版的《<<器官纤维化基础及中医药防治>>(IS-BN978-7-117-09337-8/R9338)一书

冠心病康复知识专家科普咨询 为了提高广大读者冠心病康复健康意识,了解冠心病科学康复方法。特安排专家进行健康知识讲座及答疑解惑!

时间: 2013年11月3日(周日)下午:13:00—15:00

地址: 黄浦区普安路189号(曙光大厦)22楼

主讲: 邵维城 教授 主任医师(中国)

★ 上海第二医科大学 教授
★ 原上海市同仁医院 副院长
★ 抗组织纤维化科普咨询中心资深专家

大西英一郎 博士(日本)
★ 日本名古屋商科大学经营学部,主修健康学、预防学
★ NPO 生活习惯病预防学术委员会预防指导员亚洲知名的心脑血管慢性病康复专家
★ 在日本及亚洲各国参与指导各种学术及心脑血管纤维化康复项目

注:有多位知名慢性心脑血管健康咨询专家提供咨询

垂询电话:021---63335910 63851002

(场地有限,请预约后参加)

主 办:瑞臻德堂(上海)健康咨询有限公司

情爱测试

你爱用怎样的示爱方式 ◆小Q

假如你在一间精品店里看到一件自己十分喜欢的摆设,但价钱实在太贵了,你会怎样跟老板讲价呢?

- A. 直接请老板卖便宜点。
- B. 请朋友也在此买东西,一齐叫老板便宜些。
- C. 来来回回好多次,待老板自动减价。
- D. 算了,忍痛以贵价买下来。

解析:

选A 你是那种想做就去做的人,直接跟对方说反而干脆利落,小动作做得太多会适得其反,但是你表白时千万不要太紧张,以免

吓怕对方。

选B 你太依赖朋友了,谈情说爱是两人之间的事,虽然平时可以找朋友帮你说尽好话,但到了表白时,最好单独行动。

选C 欠缺自信的你,要你坦白示爱实在令你难以启齿,反而写情信更有效,你能在信中真挚地表达自己情感,对方看完后将深深被感动。

选D 你是那种期待对方明白你心情,然后主动向你示爱的人,胆小的你,如果你是男的就太被动了,拿出勇气向她示爱,是男性的基本动作嘛!