

情爱智商

付出爱可以换来幸福

◆ 刘宝民

有一个恋人的故事耐人寻味。这是一对同为80后又处于热恋中的情侣,相约下班后去用餐、逛街和休闲,可女孩因公司开会而延误了。当她急匆匆地赶到约会地点,已迟到了半小时,等候的男朋友把不高兴写在了脸上,沮丧地说:“每次你都这样,此刻我一点愉悦的心情也没了,以后恐怕不会再等你了!”一瞬间,女孩本来怀着歉疚的心忽然转变了,她想:今后可能就没有未来与憧憬了。接下来发生的事果然和预料的一样,俩人从此分手无缘再见。无独有偶,另一对情侣似乎面临着同样处境。那天天上下着沥沥细雨,女孩慢悠悠地来到见面处,比约定时间晚了40分钟,男朋友十分理解地说:“我想你一定是忙坏了吧?”接着,他为女孩轻轻拭去脸上的雨水,还脱下外套披在女孩身上,顷刻间,女孩心里充满了温馨和惬意,彼此关系又进了一步,心也贴得更紧了。

许多人可能会有这样的感觉,初时的相爱无疑是甜蜜的,毕竟在你的世界里多了一个人陪伴和分担,从此不孤寂了,而且这个人思念着你,牵挂着你,呵护着你,不管做什么事,只要能和他在一起,肯定是幸福的

时刻。随着时间的推移,逐渐发现对方的一些缺点,问题也接踵而至,美好的感觉慢慢变成烦恼、疲倦和困惑,以致想退避三舍。这个过程像铁的定律一般,谁都无法逃脱。有人说恋爱如同捡石头,企盼心想事成,捡到一块属于并适合自己的宝石,相伴终身,一生发光。客观地看,这是典型的一厢情愿,且不说你能否捡到,即便真能幸运地捡到,她适合你,你又适合他吗?

相爱恰似雕琢一块玉料,刚得到时,可能对玉料的天然属性和外形均不满意,甚至产生过一丝幽怨。此刻千万不要忘记,每个人都具有可塑性,有些事情是可以改变的,只要有诚心、耐心和巧心,经过精雕细刻,能够让有瑕疵的玉料成为巧夺天工的美玉。关键在于,有的人不想动脑出力,遇到难题就想寻找另一块玉石,如此周而复始,循环往复,自然与机会擦肩而过。看似简单的例子,蕴含着深奥哲理。事实印证,人先被情性征服,感情才随之变淡;绝非感情淡了,人才变得懒惰。

若想相知相爱,还要懂得珍惜和爱护,爱情有时浪漫缥缈,

有时稍纵即逝。爱既要宽容付出,也要勇于担当,假若你的心境变了,事情会顺理成章地改变。整个过程要用心去体味感悟,不需太多的语言表达,维系双方的是那根心心相印的情感纽带。

有一则爱情感言,很受启发:爱一个人,了解还要理解,道歉还要道歉,认错还要改错,体贴还要体谅,接受而非忍受,宽容而非纵容,支持而非支配,慰问而非质问,倾诉而非控诉,祝福而非抱怨,牵手而非放手。

倘若生活中的恋人都能达到这种境界和胸怀,幸福就离你们不远了。

谈谈情 说说爱

异地恋调研报告公布

◆ 里查华

无论是正在热恋的情侣,还是已步入婚姻殿堂的夫妇,因为各种原因分居两地的人不在少数,对于这种异地的爱情存在形式,世纪佳缘近日发布了全国首个专门针对“异地恋”人群的婚恋状况调研。报告显示,40.99%的人可以接受异地恋,而22.98%的人则认为异地恋很难成功。据分析,异地恋普遍存在于18-25岁年龄层的人群中,他们往往情感约束性差、理智性较弱,在异地恋中很难真正做到心理的平静和淡然。而在造成异地恋最终失败的原因中,寂寞因素占到了36.02%,缺乏安全感因素占到了31.06%,而第三者的出现则是异地恋的第三大杀手。虽然异地恋面临如此多的困难,但调研显示,仍然有66.8%的人支持异地恋,相信真爱可以不受距离的影响。事实上,爱情的存在方式本来就是多种的,长久的爱情不是取决于时刻相伴,而是靠用心经营。

把爱唤醒

不接吻的婚姻还要继续吗?

Q:我和阿瑞结婚五年了,婚后一直平平淡淡的,有时会稍微任性发点小脾气,阿瑞稍微哄一哄,我也就马上开心起来。我们以为会一直这样甜蜜地生活下去。

但那天晚发生的一件事情,让我开始怀疑当初和阿瑞在一起是否是个正确的做法?那晚和他去超市回家,路上看到一对情侣在路边拥吻在一起缠绵热吻,我突然觉得阿瑞已经好久没有和自己亲热过了,于是对阿瑞撒娇说:“我们KISS一会?”阿瑞借口在开车不方便之类搪塞过去。又过了几日,我发现,每当自己提出想要亲热这类要求时,阿瑞要不就是借口有事,要不然很勉强地蜻蜓点水地碰一下以应付差事。

有时候我不依不饶地说你可不可以热烈点儿,当初你追我的时候可不是这样亲的之类抱怨的话时,会觉得阿瑞越来越不耐烦。此后一段时间,我和阿瑞一直处在这种阴霾的情绪中。又过了几日,我问阿瑞是不是对我没有感情了,是不是在外面有人了。阿瑞的回答让我听了心里极不舒服,他说:“我们现在在一起更多的时候,是责任!”我很纳闷,想知道是不是结婚后就没有了感情,就会转换为责任?而自己不是有亲热饥渴症?我们才刚30多岁呢!那以后十几年,几十年我们怎么过?如果一直这样,那这段婚姻我还要不要继续呢?”

小米

A:婚后还要不要爱情,要不要接吻?不仅是小米遇到这样的问题,我咨询的很多夫妻一年左右都没有亲吻(蜻蜓点水式的亲吻)的至少占到90%。

她/他到底要什么样的婚姻?我们的婚姻目标是否一致?很多已婚夫妻从未这样问过对方。很多夫妻即便每天睡在一起,也很难知道对方想要什么。



很多男士觉得:结婚了,还要那么多浪漫干嘛?我只要努力工作赚钱,老婆在家照顾老小,这样就是婚姻,这样才对!很多女性觉得:都已经结婚了,我就踏踏实实做好我的家庭妇女,什么“饭在锅里,我在床上”这些话,都不是贤良淑德的妻子应该说的。

心理学家针对拥抱亲吻,对孩子的性格和心智进行过研究。研究表明,那些经常被触摸、拥抱和亲吻的孩子的心理素质要比缺乏这些的孩子健康得多,成人也是如此,它会让你重拾童年的安全感、温暖感。相反,缺少妈妈拥抱的孩子,不仅性格容易偏向孤僻,心理和智力也会受到严重影响。

而对于成人来讲,在恋爱、婚姻中,想要寻找到被爱的感觉,获得亲密感情的时候,任何语言的表达都不能替代肢体的表达。所以主动给予对方或者希望对方给予自己亲吻的人,正反映出他们对亲密关系的重视和渴望。

心理学家说,身体语言,是人与人之间最重要的沟通方式。

城市生活越来越忙碌,夫妻之间、亲人之间、爱人之间的情感,也随着繁忙的工作而缺少了亲密交流,所有人的生活统统变成了:为了糊口为了工作而工作。

对于小米这类的婚姻问题,不是有没有接吻有没有亲热的问题,而是如何度过婚姻疲劳期,平淡期。而安全度过疲劳期最好的解决方法就是:每天给爱人一个拥抱亲吻。

牙龈出血 牙龈肿痛 口臭松动 缺牙掉牙

牙周病:警惕烂光牙齿危害全身

很多人认为“牙病不算病”,等到“缺齿少牙”时却后悔莫及。其实,口腔健康关系着人体的全身健康,尤其有着人体健康的第三大杀手和口腔健康的“头号祸首”之称的牙周病更应引起高度重视,因为牙周病不仅会侵蚀你的牙齿,还会危害你的全身,如不及时防治,不仅会导致“满口掉牙”的严重后果,更会引发全身疾病。

4大症状是发病信号

牙周病的防治关键要早发现早治疗。生活中一旦出现4种症状就应引起高度重视。首先是刷牙或咬硬物时牙龈出血,许多人认为牙龈出血是身体“上火”,买个败火的牙膏刷牙或吃点败火的药就可以了,这是严重误区。第二是有持续性的口臭。牙周病造成组织发炎,致病的细菌产生代谢产物都会造成口臭。第三是牙齿有松动、位置改变或咀嚼无力。这是由于牙周病造成牙周组织的破坏,导致牙齿的支持力不足引起的,是牙周病到了中期或晚期的一种表现。第四是感觉牙缝越来越大。这是由于牙周病造成牙龈和下方牙槽骨的退缩,引起本应由牙龈和牙槽骨占据的空间暴露出来,使患者感觉牙缝越来越大。出现上述4种症状应及时前往医院检查治疗。

落光牙齿危害全身

牙周病主要是指牙齿周围组织的炎症萎缩性疾病。牙周病会导致牙龈红肿、口臭、出血、牙齿松动、移位、倾斜、咀嚼无力甚至疼痛难忍,全身不适,最终导致牙齿脱落,或者被迫拔牙,正所谓:“龋齿只会坏掉一颗牙,而牙周病会导致一排牙齿脱落”。据统计,35岁以上人群,80%以上的牙齿脱落是牙周病引起的。牙周病不仅会对饮食、容颜、心理等造成严重伤害,更会影响心脏、肺、肾等重要脏器功能,牙周袋里的大量细菌会导致心脏病、中风、慢性肺炎、动脉硬化、肾炎等各种死亡率极高的疾病。

接受系统治疗很重要

很多牙周病患者有这样的误区,以为使用中草药牙膏、洗牙、服用维生素C、甲硝唑片、使用漱口剂等就能治愈牙周病。其实,这些只不过是牙周病防治过程中的辅助手段,并不能对牙周病起到根本性的治疗。某些药物甚至偏方则更不可靠。要想彻底地治疗牙周疾病,必须前往正规医院接受系统的牙周治疗。更应定期为牙齿做“体检”和“保健”,除掉牙结石,预防牙周疾病的发生。

文/朱根定

上海港华医院

口腔科 口腔内科 口腔预防保健专业 口腔颌面外科 正畸专业 口腔修复专业

沪医广[2012]第12-14-C404号 有效期至2012年12月14日至2013年12月13日止

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-52300035