

学会“软抱怨”

那天,我因为一点小事和老公发生了争吵,一气之下回了娘家。母亲见我气呼呼的,问我为什么,我便将事情的原委说出来:孩子睡觉有踢被子的毛病,可老公晚上只顾自己睡得香,总是我起来给孩子盖被子。即便如此,孩子还是感冒了,我心疼极了,可老公完全没当回事。我气愤极了,便数落他:“你从来就没有管过孩子,这孩子又不是我一个人生的。”他却振振有词地反驳:“我怎么就没有管过?我也送过她上学,接过她放学。”我们两个越吵越凶,我除了指责他对孩子漠不关心外,还指责他不关心我。

老妈说:“你这样说可不是一棍子打死吗?你要学会软抱怨。”

记忆里,母亲和父亲很少吵架,两个人结婚这么多年,感情一直很好。父亲性子急,又强势,和他能和平相处,母亲一定有非凡的智慧。我好奇地问母亲:“如果您遇到这类事,怎么处理?”她笑了笑回答我:“每个人都爱听好话,你爸也不例外,我从不指责他的不是,我会把我的要求,直接地告诉他。我会告诉他,如果你半夜醒了,我想你主动去看看孩子有没有踢被子,这样,她就会少生点病。反复说两次,你爸肯定就会照办。”



后来看一本书上说:“‘你从来没有关心过我’,‘你从来说话就没算过数’,‘你从来就不负责任’之类的话,严重地否定了对方的付出和优点,打击了对方的积极性,这些话都是硬批评,会让对方颜面扫地不易接受,而‘软抱怨’就是不责怪对方,而是明确无误地指出自己的需要。譬如告诉他‘我想你每天多陪我一会儿’,‘我想周末你陪我回娘家看看’之类的话,明确自己的想法,提出自己的需要,效果却是非常有效的。”我想,这跟母亲的说法是一个道理。

回到家后,我认真地给老公道了歉,还共同回忆了当初宝宝出生时他的功劳,并直接地告诉他,我希望他今后能像原来一样,多花些时间和精力在孩子身上。这之后,老公醒来后会主动去孩子房间看看,他也会抽点时间陪孩子一起下棋,一起学习。可见,软抱怨的作用还是蛮大的。

刘亚华(湖南)

“后遗症”

同事梅子很有意思,我跟她一起去买衣服,她看到红色的衣服扭头就走。有一次,我给她推荐一款红裙子,说颜色和款式都非常适合她,没想到她却说:“我这辈子都不会穿红衣服了!”对她来说,红色简直像瘟疫,避之不及。

后来梅子才告诉我,拒绝红色,是她的爱情“后遗症”。原来,梅子曾经深爱过一个男人。他最喜欢她穿红衣服,他说她穿上红色的衣服就像一团火,让他的心都要燃烧起来,那时梅子所有的衣服几乎都是红色的,那段爱情也是红色的,热烈地来,最后又惨烈地去。那场有始无终的爱情,把梅子伤得不轻。后来,她再也不肯、也不敢穿红色的衣服了。一看到红衣服,她心里的某个角落里,就会忽然掀起波澜,心里开始翻江倒海地难受。

一场没有结局的爱情,就像一场病,都会留下后遗症,甚至带给人一辈子的隐痛。但爱情后遗症并不一定都是这种灰色隐痛的调子,也不都是拒绝逃离的症状。有的时候,一段爱情能够让人一辈子爱上某种东西。朋友晓芸有过一段美好的爱情,那时他们经常去咖啡馆,从傍晚时分一直到华灯初上,从华灯初上到满天星光。爱情无疾而终之后,晓芸有了一个怪癖,隔三差五必须要去咖啡馆呆上一会儿,如果不去的话,整个人就像没了魂儿一样。咖啡馆的时光对晓芸来说是美好的,那种氛围,让她感到青春不曾走远,美好依然在身边。即使多年后,她仍保留着这个习惯。她说,走进咖啡馆,就像穿越到了旧时光一样,心底里的温情又回来了。

爱情“后遗症”,无论是何种滋味,都是一种甜蜜的伤,是一种幸福的痛,是爱情赐予的珍贵礼物。这种“后遗症”提醒你,有一段爱情曾经来过,曾经逝去……

马亚伟(河北)

中国邮政
CHINA POST

大众卫生报

订报刊 到邮局

2018年邮发报刊

订阅开始啦

湖南邮政竭诚为您提供更便捷的报刊订阅服务



全年定价120元
邮发代号41-26

订阅方式为三种:

一、微信订阅:
扫一扫二维码可订阅



中国邮政二维码



邮三邮二码

二、网上订阅: 中国邮政报刊订阅网 (bk.11185.cn)

三、电话订阅: 中国邮政订热线11185

请您对照自己的区域拨打电话
将有工作人员直接上门订购

● 湖南省各市州邮政报刊订阅电话

地市	订阅电话	地市	订阅电话
长沙	0731-82280082	张家界	0744-2880229
株洲	0731-22231921	益阳	0737-6351260
湘潭	0731-52319092	郴州	0735-2266337
衡阳	0734-8215222	永州	0746-8416745
邵阳	0739-5699060	怀化	0745-2232488
岳阳	0730-8274861	娄底	0738-8313824
常德	0736-7718220	自治州	0743-8238403