

微话题

外遇是一只扣着的碗

——写给想出轨和正在出轨的人……

安徒生童话里有这样一个故事：在一个萧条的夜晚，一对老年夫妇在他们贫寒的小茅屋里说：“以后一定遵守上帝的戒律不去犯罪，因为那是富人们的事情。可谁还会在吃饱穿暖时去做上帝不允许的事情呢？”

上帝听到他们的抱怨，于是派天使把他们接到一个富丽堂皇的房子里，房子外面是美丽的花园，里面有温暖的壁炉，点缀着银质的餐桌。天使告诉他们，主人要你们在这里尽管住下去，你们不必再担忧衣食。只是，天使指着桌上一只很普通的扣着的陶瓷碗说：“任何时候都不要打开这只碗，否则，主人会赶你们出去，回到你们原来的茅屋。”

夫妇喜笑颜开，他们没想到天下竟然有这等好事。既然有吃有喝，还住这样好的房子，傻瓜才会去在乎一只碗呢！那对夫妻过上了吃喝不愁的生活，在这间房子里度过了一段特别美好的时光，谁都没有去在意那只碗。

可是有一天，那个老头大喊：“不行，再不打开那只碗我就要疯了！上帝既然给了我们这么多，还在乎这只破碗吗？！”于是他打开了那只碗……然而碗里空空，什么也没有。这时，天使又出现了，对他们说：“你们有了曾经渴望的荣华富贵，却还是放不下一只普通的碗，可见贪婪和贫富有没有什么关系。回到你们自己的家去赎自己的罪吧！”

外遇就是那只扣着的碗。



“打开一只碗”的教训，学会克制自己过多的贪心和欲望。

人在担心衣食住行的时候，一般不会去想它，可是当有了安稳的生活，就会“温饱思淫欲”了。如果你有了“外遇”的体验，激情过后，应该懂得其实“不过如此而已”。打开它以后，结果非但什么也没得到，反而失去了自己往日所拥有的幸福生活，甚至还会招来一身的麻烦。

当你感到痛苦时，自己的痛苦就自己背着吧，千万不要为了释放自己的失望和罪恶感就对你的伴侣一吐为快。你不应该让一个无辜的人和你一起承担自己犯下的罪过。

在人生盛宴里，上帝已经

赐给我们很多，让我们尽情享受碗里的一切，碗里盛满了诸如“一见衷情”、“忠贞不渝”、“夫妻恩爱”、“事业兴旺”、“儿女健康”等美味佳肴。只要你努力，就会得到这一切。

在人生这只扣着的碗里，不仅有外遇，还有赌博、钱财、吸毒等等，对每一个有贪欲之心的人，总是充满了诱惑。如果你能从这“打开一只碗”的教训中，学会克制自己对名、利、情等过多的贪心和欲望，不触动类似“被扣着的碗”，将是人生之大幸。

今日女报微信粉丝“杜如飞”推荐分享

涨姿势

太神奇了！这些食物能改变女人的性格缺陷？

1 性格不稳定者

性格不稳定者，常因长期缺钙，造成心神不定，应该多吃一些含钙、磷较多的食物，如大豆、牛奶、苋菜、炒南瓜子、海带、木耳、紫菜、田螺、橙子、河蟹、虾米等。

2 喋喋不休者

喋喋不休者，大脑中缺少维生素B，从而整天唠叨，需要多吃粗粮，或牛奶加蜂蜜，常饮用会有好的效果。

3 易怒者

易怒者，多因缺钙和维生素B，遇到不顺心的事，极易激动，甚至暴跳如雷。应减少盐分及糖分的摄取。可以多吃些含有钙质的牛奶及海产品。

4 怕事者

胆小怕事者，主要是缺少维生素A、B、C，宜多吃辣椒、笋干、鱼干等。当然也可能因为食酸性食物过量，应多吃瓜果蔬菜。

5 怕交际者

自我封闭、怕交际者，多属于神经质兼冷漠，故宜多饮用蜂蜜加果汁，并可饮用少量的酒。

6 优柔寡断者

处事多优柔寡断者，要建立以肉类为中心的饮食习惯，同时食用水果、蔬菜。

7 消极依赖者

消极依赖者，平时遇事缺乏胆略和勇气。应适当节制甜食，多吃含钙和维生素B1较为丰富的食物。

8 做事虎头蛇尾者

做事虎头蛇尾者，通常缺乏维生素A和维生素C，应多吃猪、牛、羊、鸡肉，鸭肝，牛羊奶，鸡蛋，河蟹，田螺等食物，还要多吃富含维生素C的辣椒、

喋喋不休者，需多吃粗粮。

红枣、猕猴桃、山楂、橘子、苦瓜、油菜、豇豆等。

9 固执者

为人处事多固执者，应减少肉类食物的食用，但可多吃鱼，并尽量生吃；蔬菜以绿黄色为主，少吃盐。

10 焦虑不安者

遇事多焦虑不安者，应多吃富含钙质和维生素B族的食物，并要多吃些动物性蛋白质。

11 恐惧抑郁者

恐惧抑郁者，不妨多吃些柠檬、生菜、土豆、带麦麸的面包和燕麦等。

今日女报微信粉丝“高先生”推荐分享

微育儿

妈妈与女儿的惊天对话！原来99%的妈妈错得那么离谱

分享一篇小文，讲到和孩子的沟通，很多父母往往觉得是孩子的问题。这篇文章出自一位妈妈自己的亲身体会，读后非常震撼，非常触动，和大家分享——

一直坚信，富养的女儿才可爱，为了把女儿培养成知书达理、气质优雅的“女神”，三岁让她学钢琴，四岁让她学画画，五岁让她学拉丁舞，每天让她看半小时书，定期带她去听音乐会，星期天去吃西餐，衣服也全是名牌。

家庭收入的一大半都花给了女儿，本指望辛勤付出了，就会闻到醉人的花香，可是，女儿看书时老喜欢东张西望；弹琴时也心不在焉；在饭桌上，总是嘴里包着饭还要大声说话；走路也喜欢低着头；脾气还特别火爆，动不动耍脾气、生闷气。

看到这一切，我焦虑、愤怒，忍不住一次又一次对着她咆哮，一天到晚对着她唠叨，恨不得把心掏出来，让她好好看看，妈妈到底多么希望她好。

那天，当我再次对着女儿咆哮时，她把书狠狠一扔，不屑地说：“你有什么资格说我？看看你自己，穿着过时的衣服，从来不看书，说话大嗓门，一天到晚生气、唠叨、发愁。你自己都毫无气质，怎么能要求我变成淑女？”



只有自己变得更好了，孩子才会变得美好。

女儿的一番话，让我惊得半天不能言语。为了给她最好的教育，这些年我节衣缩食，把自己的需求扔在墙角，顾不上打扮外表，也顾不上打扮心灵，本来以为化作一团春泥，能培养出一朵花来，想不到，花儿还没开放，就已经开始嫌弃脚下的泥土了。

一气之下，我跑到商场，把一直没舍得买的那件粉色裙子收入囊中，又配了一双裸色高跟鞋，顺便到美发店盘了头发，化了淡妆。

看着镜子里焕然一新的自己，不觉自信陡增，走在回家的路上，步子不自觉地放慢了。听着嘈杂的汽车喇叭声，看着来来匆匆的行人，我竟然没有像往常那样皱眉咒骂，而是轻轻哼起了歌。

回到家，女儿上上下下打量了我很久，然后，露出一抹灿烂的笑。以前，她都是对我熟视无睹的呀！那一刻我忽然意识到，不仅父母希望孩子美丽，孩子也希望看到美丽的父母。

这个发现让我决定重新回到十八岁。那个时候的我，每天把自己打扮得美美的，走在街上，就是一道美丽的风景。因为有了孩子，我就要亲手毁了这道风景？

我还网购了一大包书，这些书，都是我一直想看却又抽不出时间看的。其实，女儿看书时，我不用像个包工头一样死死盯着她，我可以躺在沙发上，悠闲地看自己的书啊！看到幽默处，会心一笑；遇到不解时，掩卷深思；深有感触时，还可以拿起笔，写下只言片语的读后感。在书海里畅游，尘世的繁杂顿时抛到脑后，只觉心里被安稳填满。

节假日，和朋友相邀，到一直向往的避暑山庄或休闲胜地去旅行，抛下家务，抛下孩子，在青山绿水间放逐自己，任心如白云一样飘忽，只觉人生无限美好。回到家，整个人容光焕发，心情无限好，忍不住把旅途中的见闻，以及自己的所感所悟发到微博上，再配上美丽的照片。女儿不经意间看到这些，忍不住酸溜溜地说：“妈妈，下次可不可以带我一起去？”

我练瑜伽，学跳舞，生活越来越丰富多彩，心里仿佛住进了一个太阳，不再动不动生气、焦虑，脸上的笑容多了，步伐优雅了，不再唠叨了，也更自信了。

这些改变，让我自己都忍不住欣喜。更欣喜的是，我发现女儿也慢慢地开始改变了。她走路开始昂首挺胸，练琴时开始专心致志，看书的时间一再延长，也不再耍小性子发脾气，学习成绩也开始逐步提高。经历了那么多的努力与挣扎，十岁的她，终于朝着我希望的方向，变得越来越美好，如一朵慢慢绽放的花儿。

我把对女儿的要求放到自己身上，希望她做到的，我自己都尝试了一遍，没想到，居然产生了如此的神效。原来，富养女儿不如富养自己，只有自己变得更好了，孩子才会变得美好。父母是孩子的第一个老师，你希望教出什么样的学生，就要先把自己变成想要的那个样子。

今日女报微信粉丝“小洁”推荐分享



扫二维码，关注今日女报微信，有惊喜哦！