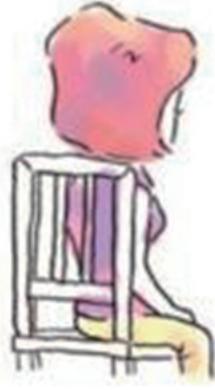


围城冷战,学会闭嘴也得学会动嘴

今日女报/凤凰网记者 刘艳

众多鸡汤文章告诉我们,学会说话并没有什么骄傲的,真正值得骄傲的,是学会闭嘴。懂得闭嘴的人,永远不会让人难堪,不会成为别人讨厌的对象,因为,沉默是金!可沉默要是放在婚姻里,“金子”可能会变成“毒药”,在不知不觉中伤害了对方,最后让婚姻也沉没。当一对夫妻把沉默当成最好的沟通方法,连开口说话都不愿意时,这样的婚姻还怎么维持得下去呢?所以,在婚姻中,学会闭嘴是很重要,但学会动嘴同样重要。该动嘴时就别偷懒,和他(她)吵一吵,争一争,说不定什么问题都没了。不然,婚姻真有可能不是在沉默中爆发,就是在沉默中死亡。



微语女人

138斤的巨蟹女杨贵妃独获圣宠,你还在为爱减肥吗

文/桤洁(微博:小酱米亚)

电影《王朝的女人杨贵妃》热映,网友说它仅仅是一部唐代贵族在马嵬坡追求一番性爱的三流剧,而我更看到了杨贵妃这个女人魅力。

在当今这个以瘦为美的时代,女人为了提升颜值、巩固爱情操碎了心。连杜海涛都在#香蕉打卡#的自我监督下一步步靠近男神,崇尚生命在于静止的女人开始绞尽脑汁尝试各种瘦身、排毒、减重的办法。

当年火了好几年的左旋肉碱被专家重点“打假”后,轻断食果汁、酵素、大麦若叶、刮脂茶等新概念也冒了出来,且价格不菲。但是各种销售渠道用户的评价大部分都是“希望宝贝有用”“好难喝哦,但是一定要坚持”“虽然很难坚持,但还是咬咬牙吧,毕竟喝这些比让我去跑步容易多了”……

那么,问题来了。婚姻、爱情的种种危机,原因仅仅因为身材走样?

据野史考证称,杨贵妃身高1.64米,体重138斤,也有说杨贵妃身高1.55米,体重120斤的。也许你要说了:人家杨玉环那是“天生丽质难自弃”,但是还有人说她“红颜祸水多薄命”呢!

古往今来我们都喜欢用花来形容女子的美好,像牡丹花、荷花都是常用的比喻,可唐玄宗不这样,他说玉奴朱颜“类玉”,意思就是说她不仅仅如花般美好,还是能说会道的“解语花”。据说杨玉环和李隆基都是李白的学生,她不仅仅有羞花之貌、倾国倾城,还精通音律,多才多艺。

可见杨玉环不仅颜值高,还是一位很懂得体会三郎心思的精致女子。当然这估计也跟杨贵妃巨蟹座的性格有关系。据记载,杨贵妃出生的开元七年是农历的己未年,生日是辛未月戊午日,也就是公历的6月22日,从西方星座学的观点来讲,她的星座是巨蟹座。

所以正处在恨嫁或者已婚阶段的你,除了从身材方面找到爱情的解药,是否也要想想如何从其他方面着手,找到男性情感上的软肋呢?



读者调查

夫妻之间的沉默有哪几种类型

(婚恋专家卢悦解析)

●失望型沉默:“不能总是热脸贴冷屁股”

在长沙河西某科技城上班的李梓华,丈夫是业务经理,经常要出差,有时他们周末都不能凑在一起吃顿饭,所以李梓华特别珍惜两人在一起的时间。但时间长了,丈夫在推门进屋时的笑脸慢慢没有了,兴奋度也降低。有时李梓华准备了牛排红酒烛光晚餐,丈夫只是淡淡地说:“我吃不下,太累了,只想洗澡睡觉。”李梓华气得差点吐血,甚至怀疑有了“第三者”。不过丈夫跟她发誓,他没有背叛他,只是工作太累。李梓华心想:你工作累,我工作就不累?后来,她也懒得理丈夫了,她说:“为什么我总要热脸贴冷屁股?”

专家解析: 一个说,一个听,也是沟通

他的冷漠其实并非是非专门针对你一个人。有可能他在外面这一天真的很疲惫,不愿意说话。有时夫妻之间,一个说一个听,也是很好的相处模式。他不愿意多说话,你就可以多说,他认真听,也是一种沟通,不是沉默。

●避免冲突型沉默:“为了不吵架,干脆不开口。”

婚龄五年的莫莫和丈夫有一段很恩爱的时间,但丈夫被提拔成小领导后,他工作忙不说,经常回家还带着情绪。莫莫每次看到丈夫皱眉就知道了,他工作上肯定又出现了问题。莫莫有时是想帮丈夫分析问题,但丈夫情绪很差,莫莫

要照顾小孩,情绪也差,两人没说几句就会大吵。为了不在小孩面前吵架,两夫妻干脆不怎么说话了,一有矛盾就沉默,一个呆书房一个呆客厅。

专家解析: 吵架有利于解决问题,沉默会让问题积压

吵架不是说大吵大闹,甚至动手,而是两个人都在情绪控制范围内,合理地沟通,把自己的不满都说出来。如果连架都不愿意吵了,那夫妻之间真的就平静如死水了。

●老夫老妻型沉默:“房间里只能听到键盘的声音”

美丽结婚10年了,她觉得她和丈夫现在的状态特别“和谐”,除了关于日常生活中琐事

中的“好”“行”“可以”之外,几乎没有更多的交流。如今的他们只会在饭桌上不疼不痒地聊几句,然后,抱着各自的电脑、电视消磨时间,他看他的战争片,她看她的文艺电影,安静的房间里只能听到键盘的声音。美丽也很无奈!

专家解析: 老夫老妻也需要情调

“老夫老妻”也需要情调,在婚姻早期,或许上面案例中这种“默契”就是一种甜蜜,但不能长期如此。其实两个人在一起有很多种形式,上文中这种沉默的危害相对要小一些。但是长期下去,也会有一种潜在的威胁。一旦面临突发的大状况,这种夫妻的关系可能就不是那么的牢靠。

围城故事

动嘴让沉默的婚姻重新甜蜜

赵灵和丈夫有过“最熟悉的陌生人”时期,那段时间他们都不大讲话,一有矛盾,赵灵就把自己关在房间里,哭一会,看一会剧,睡觉,把孩子丢给丈夫。而她丈夫因此也患了上有矛盾就出门的毛病,等到半夜赵灵睡觉了,他才回来。两人都不愿意开口沟通,赵灵说:“说那么多有什么用?好像我求着他一样!”而她丈

夫却说:“有理走遍天下,无理寸步难行,我有理我怕啥?”两夫妻都是公司中层,工作压力大,便慢慢地不愿意在婚姻中花时间去,不如好好工作。

但是今年年初某天,孩子发高烧了,找赵灵,赵灵因为才开工,忙得很,叫孩子去找他爸。而赵灵的丈夫因为开发的新游戏上线,也很忙,就叫孩子找妈妈。这样一来二去,两人都

不沟通,最后孩子高烧到40度,两夫妻大半夜都吓坏了,医生说,要是送去迟了,有可能烧成弱智。赵灵吓得大哭,他丈夫也内疚,抱着妻儿一起哭。此后,他们两人就改变了生活相处模式,不管有什么问题,不藏着掖着,大胆地说出来。

赵灵买了一块小黑板放在玄关处,夫妻俩有什么话,可以写上面。一来一去,两夫妻

的沟通欲望越来越强,慢慢地,再也不把工作中的情绪带到家里来,也不在家里加班,回到家就是一家三口的幸福时光。听孩子讲讲学校的事,听爸爸讲讲当初的总事,听妈妈讲讲电视剧等,或是全家一起做游戏。虽然要回到新婚时的甜蜜还有一定距离,但赵灵觉得,至少两夫妻能直接沟通了,哪怕是抱怨,那都是在经营婚姻。

婚姻宝典

“沉默”实是一种伪包容

婚姻过了蜜月期,就会相继出现一些争吵,其中有些夫妻会通过争吵逐渐找出最适合自己的夫妻相处之道,而另一部分就可能进入到一个相对的沉默期。此时的夫妻双方矛盾面前,有可能会为了孩子或者是维持家庭表面上的和睦而避免正面冲突,但随之而来的就是越来越少的交流。其实这

种沉默实际上是一种伪包容的状态,因为这种包容并没有建立在互相理解的基础上,夫妻双方总有一方在压抑情绪地妥协,此时的婚姻质量也一定会下降,而且,这种蓄积的负面情绪一旦集中爆发,那对婚姻将是一种莫大的伤害。

交流方式多样化,婚姻才能更稳固

沉默症的问题并不在于沉

默本身,而是双方只有这一种僵化单一的交流模式。夫妻之间一定要有空间,沉默可以作为缓冲,而缓冲的目的就是解决问题。交流很重要,夫妻间怎么沟通是应该探讨的。在我们接触到的案例中,经常会听到有些妻子抱怨说,我骂你或者跟你无理取闹的时候,就是希望你能抱抱我,这就够了。但是丈夫可能就会很委屈:“你把我骂得像废

物一样,怎么让我抱抱你?”这就是男女双方思维模式的不同造成的。我觉得沉默症给夫妻最重要的提醒就是供能力的平衡,双方都要能理解对方语言背后的东西,能够看到这些,才有可能做到真正的交流。当你们真正互相理解后,沉默或许就是一种温馨的调剂,否则就会是情感冷暴力。

——婚恋专家卢悦