

■微话题

好先生，都是被父母调教好了的

文/莫小叶

前一段时间，去好朋友小Y家做客，小夫妻俩一起招待了我们。

小Y的老公知道我们许久未见，自告奋勇下厨，好留给我们多一些时间聊天。他一个人买菜做饭忙里忙外，张罗了一桌子菜。我们几个女人，只负责在屋里喝茶聊天。

吃饭前，他问我们，要不要把核桃露放在热水里温一下？

我们都说是不用了。

他一边拿起一瓶核桃露放进热水里，一边说：“小Y胃不好，喝不了凉东西，我还是帮她温温吧。”

这话，引得我们纷纷侧目。而小Y的脸上，则泛起了幸福又略带羞涩的笑容。

酒足饭饱，水果端上来，他又自己一个人钻进厨房洗碗。

我忍不住问小Y，这么一个暖男，你是怎么调教出来的？

小Y笑了：哪里有什么调教，这都是我公公婆婆的功劳呀！

那就是我们年老的样子

其实当初，要不要和他结婚，小Y心里是经历过一番纠结的。

小Y家的经济条件，要比男方优越很多。她和男孩的感情不错，可是贫贱夫妻百事哀，很多人都不看好他们这段爱情。

最后，小Y还是决定，到男孩家里看一看再说。

小Y第一次见对方的父母，没有感到任何的拘束。男孩的父母温厚随和，虽不善言谈，可是让人一见，就能生出一种天然的亲切感。

而让小Y选择这段婚姻的，却是一个很小的细节。

那天吃饭时，桌子上摆了一盘虾。男孩的父亲先是给小Y夹了一只，然后自己又拿起一只剥起来。

剥完壳，男孩的父亲仔细地挑出黑色的虾线，然后把剥好的虾放到了他母亲的碗里。男孩父母相视微笑，整个吃饭过程中，全家人有说有笑，轻松自然地聊着天。

小Y说：很多人劝我放弃，是因为他的家庭。可是，最终让我选择这段婚姻的，恰恰也是因为他的家庭。

当他的父亲把虾放进碗里的那一刻，我多想坐在那里的，就是我们年老的样子。

好先生，都有一个好家世

如今，打开女性主题的网页，满眼都是情感类的干货。

“如何调教出好老公？”“怎样让男人心甘情愿做家务？”“让男人更宠爱你的5个秘诀”。

可是，这样的文章看多了，总觉得哪里不对。

爱情里，真正的融洽，从来不需要任何费尽心机的技巧，而应该是一种自然而然、水到渠成的过程。

正如张爱玲所说：

于千万人之中遇到你所要遇到的人，于千万年时间的无涯的荒野中，没有早一步，也没有晚一步。

爱情，来不得半点刻意。

要改变一个人，实在很难。你爱上的，最好就是他本来的样子。

看一个人，不是听他在你耳边如何说，也不是看在你面前如何做。而是要走进他的家庭，去了解他和家人最真实的样子。

霸道总裁未必有个好家世

不久前，看到这样一个故事。

一个身为室内设计师的女孩，在设计装修一所别墅时，和别墅的主人自然而然的产生了感情。当豪宅的装修完工时，这个女孩搬进了别墅，正式成为了豪宅的女主人。

这简直就是霸道总裁与貌美娇妻的翻版。

最难得的是，霸道总裁还是家里的独生子，家庭关系十分简单。一时间，她成了朋友圈里嫁的最好的人，收获了无数的艳羡。

直到她生了宝宝，朋友们去道喜，才发现了豪门的尴尬。

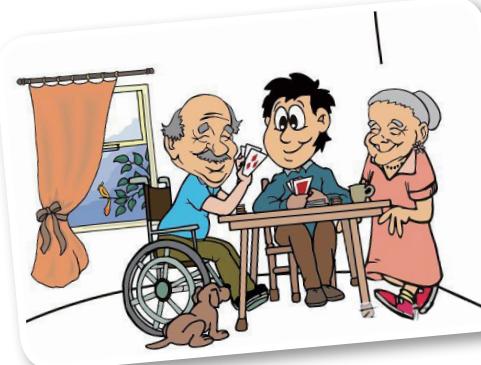
别墅的地上，铺满了不知名的叶子，据说是一种药材，用来辟邪。她的婆婆眼上贴着红纸，因为右眼一直跳，要这样镇灾。

新生儿精致的小床上，挂满了桃树干枯的树枝，据说是给孩子挡煞；他们夫妻的床头，挂的不是婚纱照，而是一纸红符，上面写满了看不懂的文字。

这个女孩子从小在无神论的家庭长大，曾经出国留学。嫁到这样的家庭，心中自然有说不出的苦楚。何况，豪门中的生活，总要以霸道总裁为中心。而她，也不得不放弃梦想中的人生目标与追求。

其实，看重家世，不是看对方拥有多少钱，而是要看他能够与你一起挣到多少钱，并且分享。

看重家庭关系简单，也不应该仅仅以人口少为标准，而是要看他的家人心胸到底有多宽广。不然，你早晚会沉浸在没完没了的鸡毛蒜皮里。



好婚姻，都不需要刻意表现

有姑娘问我，要去见男友的父母，应该准备些什么呢？

我答：不用准备，只要做你自己。

时间是一面照妖镜。

真成了一家人，后半生将有几十年的时间去相认。过于刻意和伪装，早晚都会原形毕露的。人与人的相处，原本就是一个物以类聚的过程。婚前的了解与接触，就是为了暴露出问题。

都说爱情是两个人的事，而婚姻是两个家庭的事。

这话不假。

婚姻，就像一场招聘。只不过，这里招聘的是你后半生的亲人。

既然是招聘，就都需要一纸聘书，也必然都是双向自由的选择。没有必要取悦谁，也没有必要迎合谁。对方的家人在审查你，而你也在默默地观察他们。

如果，他的家人心胸宽广，从来不爱在金钱上斤斤计较。

如果，他在家庭里有充分的自由，父母对于子女的事情，从来不会指手画脚。

如果，他的父母相互欣赏、恩爱有加，即使吵架脸红，也绝不说出戳心的话。

那么，他大抵就能够成为，你想要的那个样子。

没有哪个绝世好男会从天而降，也没有哪个完美爱人会横空出世。所有的果，都必然会有它的因。想要了解更深，就必去追根溯源。

想要拥有好的婚姻，不妨，先去看一看他的家世吧。

今日女报微信粉丝“指尖的阳光”推荐分享

■微养生

十个不花钱的养肾秘诀，男女都有用哦

众所周知，很多黑色食物能补肾养肾。除了食补、药补这些需要花钱的进补法，在日常生活里也可以补肾。10个养肾妙招，一旦养成习惯，补肾、养肾就会水到渠成，不费吹灰之力。

01 吞咽津液

吞咽津液可以滋养肾精，起到保肾作用。

口腔中的唾液分为两部分：清稀的为涎，由脾所主；稠厚的为唾，由肾所主。你可以做一个实验，口里一有唾液就把它吐出来，不到一天时间，你就会感到腰部酸软，身体疲劳。

02 有尿不要憋

有尿时就要及时排出，这也是养肾的最好方法之一。

膀胱中贮存的尿液达到一定程度，就会刺激神经，产生排尿反射。这时，一定要及时如厕，将小便排干净。憋尿不排，积存的小便会成为水浊之气，侵害肾脏。

03 适当节制房事

体力劳动过重会伤气，脑力劳动过重会伤血，房劳过度会伤精。因此，一定要量力而行，劳作有度，房事有节。

04 养护双脚

足部保暖，是养肾的一种方法。这是因为肾经起于足底，而足部很容易受到寒气侵袭。因此，足部要特别注意保暖，睡觉时不要将双脚正对空调或电扇；不要赤脚在潮湿的地方长期行走。“肾出于涌泉，涌泉者足心也。”每晚睡觉前可以按揉脚底涌泉穴，起到养肾固精之功效。

05 大便通畅

保持大便通畅，也是养肾的方法。

大便不畅，宿便停积，浊气上攻，不仅使人心烦气躁，胸闷气促，而且会伤及肾脏，导致腰酸疲惫，恶心呕吐。大便难解时，可用双手手背贴住双肾区，用力按揉，可激发肾气，加速排便。行走时，用双手背按揉肾区，可缓解腰酸症状。

06 睡眠充足

充足的睡眠对于气血的生化、肾精的保养起着重要作用。

临床发现，许多肾功能衰竭的患者有过分熬夜、过度疲劳、睡眠不足的经历。因此，不要过度熬夜，养成良好的作息习惯，早睡早起，有利于肾精的养护。

07 定时饮水

定时饮水，对于养肾很重要。

水是生命之源。水液不足，则可能引起浊毒的留滞，加重肾脏的负担。

08 警惕药物

不论中药还是西药，都有一些副作用，有的药物常服会伤肾。所以，在用药时要提高警惕，认真阅读说明书，需长期服用某种药物时，要咨询相关专家。

09 积极运动

生命在于运动。通过运动养肾纠虚，是值得提倡的积极措施。推荐一个养肾纠虚又简单易学的运动方法：两手掌对搓至手心热后，放至腰部，手掌上下按摩腰部，直到有热感为止。早晚各一遍，每遍约200次，此运动可补肾纳气。

10 鸣天鼓

将两手掌紧贴两耳，然后以中指和食指交替弹击后脑，耳中听见如打鼓之声，故名。每日2次，每次30下以上。中医认为，肾开窍于耳，故久行此法能健肾益耳，有利于中年肾气上输至脑乃至双耳，能健脑聪耳，防治耳聋耳鸣。



扫二维码，关注今日女报微信，有惊喜哦！

今日女报微信粉丝“麦田”推荐分享