

感情就像是这成绩单,最终填写答案的人毕竟是自己,你能不能取得好成绩,能不能收获一个好的归宿,始终是和这些人好的坏的议论无关的。他们的意见可以听,但只是意见,他们的议论可以反击,但只是议论而已。



丑话说在前

曾经秀恩爱现在离婚,凭什么说我们被打脸

我和前夫离婚了,现在我们却成了别人的“众矢之的”,好多朋友都笑我们被打脸了。我感觉我们的经历和最近要离婚的王宝强差不多,之前他和妻子就是各种秀恩爱,他妻子还被说成是“人生赢家”。现在因出轨而离婚,很多网友都去翻他们过去秀恩爱的事,用放大镜找出那些恩爱中的不恩爱,找出他们一直以来都是假装恩爱的证据。我感觉很可笑,分手了或离婚了,就代表过去秀的恩爱被打脸了吗?我和前夫过去七年的恩爱都是真的,后来夫妻之间确实出了一些问题,我们就秀得少了。直到现在离婚,我们都在微信朋友圈里发了离婚的消息。朋友圈下面还是安慰我的人比较多,但有有些人却发朋友圈,内容差不多是这样:“秀恩爱分得快”“低调一点,幸福不要外秀,不然自己打自己的脸,疼不疼”“越不恩爱就越秀,越秀就越不恩爱,最后就分开”。我知道这些都是针对我们以前秀恩爱现在离婚的。我就搞不懂,我们哪里打自己的脸了?曾经的恩爱是真的,有幸福就秀,有错吗?我只知道,秀都不愿意秀的,一定是不恩爱。有些人的朋友圈里从来没有爱人和孩子,这才是最可怕的吧。我们只是离婚,又没有互相伤害互相折磨,怎么就是打脸了?想不通!

啊哈

冷暖自知

首先一点你要明白,就是你自己对于这些负面信息的心态。

人在悲伤的时候,常常看到任何消息可能都是负面的,和自己相关的,对号入座的,刻意针对自己的。比如你朋友圈里的人,可能平时也会转发类似的鸡汤文,发些类似的经典语录,并不是有意针对你,只是大家都会发的状态。但此时,你看待这些的时候,因为你正是经历了婚姻的起落,也有类似的开始秀恩爱后面死得快的经历,所以才不断放大这种信息:噢,他们是不是在说我?

于是你的内心慌乱了,觉得他们所有的言论都是针对自己,其实很多人是无意或者只是碰巧。秀一个恩爱而已,至于这样?在你感情低谷的时候有意泼冷水,还一下子这么多,你平时是得罪了多少人?交了多少损友啊?

其次一点,就是关于秀恩爱这件事上,很多人保持高调,觉得恩爱的时候就该大声说出来,否则等不爱了自然不会去说。其实这种想法没有错,每段感情都是如此,不论秀不秀,都是一开始的时候浓烈,然后到了一段波峰以后,再慢慢下降,直到最后平稳下来。这就是感情正常的发展剧情,再正常不过了。

之所以秀恩爱死得快,是因为你当初秀恩爱之时和如今你分手之际,落差之大对比之鲜明,令人“拍手称快”。感情合不合跟秀恩爱有什么关系?明显没有。如果两人可以白头偕老,谁又在乎你当初发了多少朋友圈。可一旦两人分手,这便自然而然成了活生生的反面教材了不是?

其实人多少都会在别人的失落中寻找快乐的,不论承认不承认,这一点始终未变。很小的时候,你在班级里拿了个比较差的分数,那些过来安慰你的,通常是比你考的好的,一副同情弱者的样子在说:没关系的,下次一定考好就是了。言外之意,就是这次你考的太差,下次才有空间上升啊骚年。

你们的感情也是一样的,不论是明的说你不好的,还是暗中嫌你秀恩爱的,或者表面安慰你背地里说你坏话的,他们的心思这样那样谁又能够知道呢?

感情就像是这成绩单,最终填写答案的人毕竟是自己,你能不能取得好成绩,能不能收获一个好的归宿,始终是和这些人好的坏的议论无关的。他们的意见可以听,但只是意见,他们的议论可以反击,但只是议论而已。

冷暖自知,好的坏的都要自己感受才是。不是么?

老丑情感门诊邮箱
675985628@qq.com

情感作家,著有《我想和你好好在一起》等,一个爱讲故事爱写诗的孩子,弹过吉他卖过唱的艺人。
微信公众号:老丑(weixinlaouchou)

老丑

明白了吗?走进妻子的内心世界,了解她对你、对这个婚姻的真实感受和想法,了解她的不满和你心期待与失望——这是你目前唯一能做的事。要知道夫妻间沟通的核心不是指责、抱怨、争论是非对错,而是倾听和感受,是时候你该补上这一课了。



亲爱的卡玛

我是人人称赞的好男人,妻子为什么还要离婚

我和妻子结婚快六年了,孩子已经三岁半。我们从结婚那会起就为一些鸡毛蒜皮的事争吵,吵了六年,六年里几乎每次吵架她都提出离婚。妻子和我脾气都不好,都比较倔强。但是我们之间没有大的矛盾,就是妻子比较喜欢回娘家,一年差不多有一半的时间在娘家。最近,妻子铁了心要跟我离婚,事情由来是这样:我最近遇到一些不如意的事情,希望有人关怀,而她又回娘家了,也很少打电话关心我。后来在电话里因为我的一句玩笑话,她生气又和我吵起来,然后我们二十天没有联系。前几天我给她打电话,她却说要跟我离婚。她告诉我几个月前就真的动了离婚的念头了。我的工资卡一直在她那,我后来发现在我们这次吵架的第二天她就把我工资卡里的钱都转移了,只剩二十块钱在里面。我疯狂的问她为什么,她说她受不了和我吵架,她说她忍了很多。我跟她承认错误希望她原谅,她说没有机会了。我不明白,自己没有做过错事,我没出轨不打她不骂她,不抽烟不喝酒,按时回家,工资上交,别人都说我是好男人,她为什么要和我离婚?我该离婚吗?

Sutrer

好男人就是你这样吗

你在信里很无辜的问我:“我不明白,自己没有做过错事,我没出轨不打她不骂她,不抽烟不喝酒,按时回家,工资上交,别人都说我是好男人,她为什么要和我离婚?”我能感觉到你的迷惑不是装出来的,同时我也又可笑又可气——这男人都是这么迟钝的吗?

你口口声声说你和妻子之间没有大的矛盾,只是“妻子比较喜欢回娘家,一年差不多有一半时间在娘家。”“我们吵了六年,六年里几乎每次吵架她都会提出离婚”。——这些都没有引起你的觉察和警醒,也许你觉得作为男人自己做得够可以的,妻子还有什么不知足的?你的自负导致你的麻木。

我这么和你说吧,你妻子对这份婚姻的不满不是一天两天了,也许,六年的婚姻里她无数次想过离婚,但都因为种种顾虑而搁浅:比如孩子、比如经济、比如他人的眼光等等,直到最后,架都懒得和你吵了——这在你眼里成了你们关系缓和感情变好的证明,“我们吵架比原来少多了啊”(你真的是麻木的够可以的)。你认为这次二十天的冷战是她提出离婚的导火索,我想说的是,这只是压垮你们婚姻的最后一根稻草罢了。

你问我,她为什么要和你离婚,我哪知道啊?我又不是你们肚子里的蛔虫!可悲的是,都到这份儿上了,你还在问我这个外人,你难道不应该先和妻子去沟通吗?我可以想象在你们六年的婚姻生活中,你们面对婚姻中大大小小的各种问题,要么争吵,要么冷战,却唯独没有平等、平和的沟通。

现在你还不想、不学着去沟通,你是准备稀里糊涂的离婚,离婚后又后悔吗?

也许你的生活圈子里,或者你从小所看到的关于“好丈夫”的标准,是“我没出轨不打她不骂她,不抽烟不喝酒,按时回家,工资上交”,那我现在告诉你:一个男人是不是好丈夫,其他人说了不算,只有他的妻子说了算。同样,一个女人是不是好妻子,其他人说了不算,只有她的丈夫说了算。

举个例子,我在工作中曾经遇到一位来访者,死活要和丈夫离婚,而她那个丈夫呢,在外人眼里简直就是一绝世好男人,这位来访者具体也说不出来丈夫有哪些不好,只是觉得丈夫让她“压抑”、“有压力”、“憋得慌”、“心里不敞亮”……我对那位摸不着头脑的丈夫说:“你太专注于做一个别人赞许的好丈夫,却唯一忽略了妻子的感受,你忘了自己要做一个好丈夫的初衷是为了让妻子高兴。打个比方来说,别人都喜欢西瓜,你就买了好多西瓜,却不知道你妻子一直喜欢吃葡萄,难怪她对你买来的西瓜置之不理,甚至心怀愤恨。”

明白了吗?走进妻子的内心世界,了解她对你、对这个婚姻的真实感受和想法,了解她的不满和伤心、期待与失望——这是你目前唯一能做的事。要知道夫妻间沟通的核心不是指责、抱怨、争论是非对错,而是倾听和感受,是时候你该补上这一课了。

当然,一个巴掌拍不响,你们的婚姻生活过成这个样子,你妻子肯定有她的问题和责任。我想她可能也是一个不会沟通的人吧。如果你们这个婚姻里总得有人先迈出这一步,那么,你先来吧!

卡玛情感门诊邮箱
sanalia@vip.sina.com

专栏作家,婚姻家庭咨询师,著有《心理咨询师手记》等书。微信公众号:cleankama

卡玛



凤网e家诚邀您加盟

如果你和凤网e家有着共同的梦想——
“做规范、职业、标准、贴心的家庭服务”,那就赶快加入我们吧!

加盟对象:湖南省优秀家政企业
网络加盟:扫描二维码,下载凤网e家APP,点击“客服”——进入“企业加盟”——

填写相关资料——提交
加盟企业将获得:今日女报/凤网全媒体宣传推广;家政服务人员培训;
相关部门政策扶持……

服务热线:400-0731-308(9:00-18:00) 咨询电话0731-82333720



苹果手机扫描此二维码
下载凤网e家APP



安卓手机扫描此二维码
下载凤网e家APP