



# 殺死親密關係的 10 條真相

**1, 親密關係中的第一大殺手: 爭執誰對誰錯**  
親密關係中,你總認為你是對的,別人是錯的。在關係中,特別是有矛盾的時候,不要去爭對錯,誰是誰非。爭對錯是一個陷阱,只要進去就是兇多吉少。  
問自己究竟想要的是什麼? 盯着自己的目標,絕大多數人的目標其實都是寧靜和諧,別讓一時之氣,把自己帶入陷阱。

**2, 親密關係中的第二大殺手: 我的心是好的**  
當我們說“我的心是好的”,大多數時候是因為我們做了傷害他人的事或事與願違的事。  
誰的心是壞的?  
我們常用“我的心是好的”為傷害他人、

**3, 親密關係中的第三大殺手: 你應該.....**  
當我們說:“你應該這樣想, 這樣說, 這樣做”時,就把自己當成了老師、法官、父母、老闆、聖者。認為自己是絕對正確的,地球應該繞着你轉。  
有誰願意在親密關係中被教育、訓斥、指點、命令呢?每個人所為都自有緣由。請帶著好奇去瞭解,不是要求,你會發現新的世界!

**4, 親密關係中的第四大殺手: 嬰幼兒綜合症**  
等着要,要不到就鬧,鬧不到就離開。在親密關係中,我們總是期待那個人永遠愛自己,永遠給自己肩膀靠,而事實卻是:當你等着別人給你、靠別人給你、要別人給你時,早就把人

嚇跑了。現在不跑,將來也會跑。  
不管是誰,“等靠要”不會得到幸福。

**5, 親密關係中的第五大殺手: 比較**  
你看某某人,比你能幹,比你能賺錢,比你會來事,比你脾氣好.....  
我們不能安於當下,不停的比較和期待,失去了每日每刻的美好。  
讓心安於當下,是修煉。不要在比較中,失去了對方的愛!

**6, 親密關係中的第六大殺手: 猜疑**  
你和誰通電話?給誰發短信?和誰微信聊天?  
經營親密關係,就像農民種地一樣,好好呵護才有收穫,呵護好親密關係,別讓抱怨、批評、指責和猜疑這些“殺手”像風霜和閃電摧殘它。

**7, 親密關係中的第七大殺手: 欺騙**  
關係的基石是誠信。欺騙破壞的是基石,所以破壞力最大。生命非常短暫,我們不需要騙他人騙自己。  
每個人都值得擁有全心全意的愛,我們彼此坦誠,彼此誠信,彼此學會全心全意的愛。

**8, 親密關係中的第八大殺手: 改變對方**

很少有人真正能為愛情改變本性,試圖改變和感化對方,是一個幻夢!  
很多人在親密關係中,把關注點放在對方做了什麼,試圖改變對方,用愛感化對方。親愛的們,方向錯了!  
不管對方是誰,你要問自己到底想要什麼?能接受什麼?願意付出的代價是什麼?對方是否能夠滿足你的需求?  
試圖改變和感化對方,是一個幻夢!因為很少有人真正能為愛情改變本性,討好和忍耐都不會長久!

**9, 親密關係中的第九大殺手: 攥在手里**  
當你想把對方攥在手里時,攥得越緊,跑得越快,就像手里攥着沙子一樣。  
不要干涉對方的選擇,給對方足夠的空間與自由做自己喜歡的事、陪伴他實現他的夢想。

**10, 親密關係中的第十大殺手: 數落**  
當你是你苦苦地追求我,當年要不是我幫你,你怎麼會有今天?當年不是我.....  
當你看不慣對方的時候,靜下來問問你自己,你願意跟你這樣的人相處嗎?跟這樣的你相處感受到的是什麼?是溫暖、支持、愛,還是?

## 每逢花期去賞花

無論生活在多么繁華的城市,只要用心尋找,就能在我們周圍找到大自然的縮影。每逢夏季,那個公園的綉球花就會盛開,這個地方的玫瑰花真的很美,那里可以欣賞郁金香和各色香草.....瞭解自己居住的城市有哪些花正在盛開,去哪里可以看到,也是生活中的小幸福。  
“離下一項安排還有兩個小時的空當,干點兒什麼好呢?現在是櫻花盛開的時節,去公園走走看看吧。”我覺得,能冒出這種念頭的人,他的精神世界一定非常豐富。一年四季,每個時期都有某個品種的花在某處傲然綻放。比起窩在某個角落刷手機,或是漫無目的地逛街購物,欣賞當季的花朵顯然要美好得多,不是嗎?  
細細觀察,你便會發現,花草之美格外動人。秋天的銀杏葉和楓葉,擁有任何顏料都無法還原的色澤;櫻花競相綻放、爭相凋落,也是那樣令人着迷。這些光景即便只是看兩眼,都會有心靈被治愈的感覺。每個人對治愈人心的東西可能有不一樣的標準,但是,大自然治愈人心的力量絕對是不可低估的。  
作者: [日]松浦彌太郎



## 小懶

人生於世,一味勤,不見得是好事。與人處,得小懶。管頭管腳,大到原則問題,小至雞毛蒜皮,樣樣都想插一手。這樣的相處模式,除了惹人厭,再難有其他結果。容他人藏點隱私,給彼此留點空間,這樣的小懶,比起所謂的無微不至更令人欣賞。  
與人言,也得小懶。話不能說得太滿,意猶未盡之處,於人于己都是餘地。留有這樣的餘地,日後才好轉圜。同樣的意思,橫衝直撞與婉轉留餘,可能帶來不同的結果。留一線,好相見,這樣的留,自然是小懶。  
言語中的小懶,還在於傾聽。話不說滿,這滿是話意,也是話癩。一味照著自己的頻率說,不顧對方的感受,不理會對方的想法。這種單方面的所謂溝通,比起無言的尷尬,更令人心生厭煩。話不能說得太滿,也不能說得太勤,時時帶著點小懶,關注

## 兩分鐘的短歌

她喜歡音樂,在十五歲時,就開始為了音樂而努力,同時放棄了很多東西。  
原來可以拿去買新衣服、化妝品的錢,交了學費;原來可以去爬山、游泳的時間,變成每天十小時的音樂練習;原來交往的很多朋友,因為忙碌而慢慢疏遠。  
那麼多年,她不斷地努力,只為能在台上唱好一首只有一分鐘或者兩分鐘的短歌。要從第一個音到最後一個音都是完美無瑕的,她才釋懷,才能夠在萬人矚目的舞臺上,優雅鞠躬並且微笑。  
她終於成功了。在一家著名的劇院唱了一年,一切都向著她人生的巔峰發展。  
可是,她不肯再續約了。  
親人苦苦地追問她,甚至哀求她,要她答應聘約

再唱下去,放棄實在是很可惜的一件事。  
她卻說:“開始的時候我是很興奮的,可是慢慢地,日復一日,在別人的安排之下,每個月拿著薪水唱著同樣的歌時,心里的感覺就不對了。我學音樂的目的並不是這樣的。”  
是啊,我們為之堅持的東西,在生命里會不斷地被附加上另外的東西,直到初心面目全非。在很多個晚上,我們無法不追問自己,那曾經想要的東西到底在哪里呢?比如那自由而純粹、精緻與絕美的歌聲。

對方的心思,給對方表達的機會,這才是兩相宜的溝通方式。  
獨處,也得帶點小懶。忙忙碌碌,俗務纏身,這是很多人的常態。但再忙,總得有那么一些時光,一個人,一本書,一盞茶,靜享閒暇之樂。緊繃與小懶,勞與逸,兩相結合,人生的路才能走得更遠。  
養兒育女,其實也需要小懶。能幹的父母,容易養出懶惰的兒女。事無巨細,大包大攬,自然會讓兒女養成依賴的習慣。久而久之,習慣就成了本性。到那時,再怎么怨嘆,也無濟於事。  
人生的小懶,不同于徹底躺平的大懶,也不是任由本性的放縱。一路奔跑之餘,總得留有那么一點兒時光,來放任自己的小懶。這樣的小懶,如春日的陽光,又似秋日的微風,不多不少,卻剛剛好。  
作者:郭華悅

比堅持更難的,其實是放棄,尤其在我們已經付出了漫長的努力之後。但是,沒有什麼比我們內心的聲音更加值得服從。  
作者:李碧華



它是黑色的,筆身粗大,外觀笨拙。全裸的筆尖,旋轉的筆帽。膠皮筆囊內沒有夾管,吸墨水時,需要捏一下,才會緩慢鼓起。墨水吸得太足,寫字時筆尖常常“嘔吐”,弄髒紙和手。我使用它,已經二十多年了。筆尖磨過,斷過,被我磨齊了,也磨短了。筆尖也很粗,寫一個筆畫多的字,大稿紙的兩個格子也容不下。我已不能再用它寫作,只能寫便箋或信封。  
它是我使用的第一支鋼筆,是母親給我買的。那一年,我升入小學五年級。學校規定,每星期有兩堂鋼筆寫字課。某些作業,老師要求學生必須用鋼筆完成。全班每個同學,都有一支嶄新的鋼筆。有的同學甚至有兩支。我卻沒有鋼筆可用,連一支舊的也沒有。我只有蘸水鋼筆,每次寫完作業,右手總被墨水染藍。染藍了的手又將作業本弄髒。我常因此而感到委屈,做夢都想得到一支嶄新的鋼筆。  
一天,我終於哭鬧起來,折斷了那支蘸水筆,逼著母親非立刻給我買一支吸水鋼筆不可。  
母親對我說:“孩子,媽媽不是答應過你,等你爸爸寄回錢來,一定給你買吸水鋼筆嗎?”  
我不停地哭鬧,喊叫:“不,不,我今天就要。你借錢去給我買。”  
母親嘆了口氣,為難地說:“你這孩子,真不懂事。這個月買糧的錢,是向鄰居借的;交房費的錢,是向領導借的;給你妹妹看病,還是向領導借的錢。為了今天給你買一支吸水鋼筆,你就非逼著媽媽再去向鄰居借錢嗎?這叫媽媽怎么張得開口啊?”  
我卻不管母親好不好意思再向鄰居開口借錢,哭鬧得更兇了。母親心煩了,打了我兩巴掌。我賭氣哭著跑出了家門.....  
那天下午,我沒有回家,在雨中遊蕩了大半天,衣服淋濕了,頭腦也被淋得清醒了,心中不免

後悔自責起來。是啊,家里生活困難,僅靠在外地工作的父親每月寄回的幾十元過日子,母親不得不經常向鄰居開口借錢。母親是個很顧臉面的人,每次向鄰居借錢,都需鼓起一番勇氣。  
我怎么能夠為了買一支吸水鋼筆,就那樣為難母親呢?我覺得自己真是太對不起母親了。  
於是,我產生了一個念頭,要靠自己掙錢買一支鋼筆。這個念頭一產生,我就冒雨朝火車站走去。火車站附近有一座坡度很陡的橋,一些大孩子常等在坡下,幫拉貨的手推車夫們把車推上坡,可討得五分錢或一角錢。  
我走到那座大橋下,等待許久,不見有手推車來。雨越下越大,我只好站到一棵樹下躲雨。雨點噼噼啪啪地抽打著肥大的楊樹葉,雨水沖刷著馬路。馬路上不見一個行人,只有公共汽車偶爾駛來駛去。遠處除了幾根電線杆子,就迷迷糊糊地看不清楚什麼了。

我正感到沮喪,想離開,雨又太大,可等下去,肚子又餓。忽然我發現了一輛手推車,裝載著幾層高高的木箱子,遮蓋著雨布。拉車人在大雨中緩慢地、一步步地朝這里拉來。看得出,那人拉得非常吃力,腰彎得很低,上身幾乎俯得與地面平行了,兩條褲腿都挽到膝蓋以上,雙臂拚力壓住車把,每邁一步,似乎都使出了渾身的勁兒。那人沒穿雨衣,頭上戴頂草帽。由於他上身俯得太低,我無法看見他的臉,也不知他是個老頭兒,還是個小伙兒。  
他剛將車拉到大橋坡下,我便從樹下一躍而出,大聲地問:“要幫一把嗎?”  
他應了一聲。我沒聽清他應的是什麼,但明白是他正需要我“幫一把”的意思,就趕快繞到車後,一點兒也不隱藏力氣地推起來。木箱子里裝的不知是何物,非常沉。還未推到半坡,我便一點兒力氣也沒有了,雙腿發軟,氣喘吁吁。那時我才知道,對有些人來

說,錢並不容易掙到的。即使一角錢,也是不容易掙到的。我還空著肚子呢。我又推著走了幾步,實在推不動,便產生了“偷勁”的念頭,反正拉車人是看不見我的。我剛剛鬆懈了一下,就感覺到車輪傾倒。不行,這車不容我“偷勁”。那拉車人,也肯定是憑著最後一點兒力氣在堅持,在頑強地向坡上拉。我不忍心“偷勁”了,咬緊牙關,憋足一股力氣,發出一個孩子用力時的聲音,一步接一步,機械地向前邁動步子。  
車輪忽然迅速轉動起來。我這才知道,我已經將車推上了坡,車子開始下坡了。手推車飛快朝坡下沖,那拉車人身子太輕,壓不住車把,反被車把挑得懸起來,腳離開了地面,控制不住車的方向。幸虧車並未偏往馬路中間,始終貼著人行道邊,一直滑到坡底才緩緩停下。  
我一直跟在車後跑。車停了,我也站住了。那拉車人剛轉過身,我便向他伸出一只手,大聲說:“給錢。”那拉車人呆呆地望著我,一動不動,既不掏錢,也不說話。我仰起臉看他,不由得愣住了。“他”.....原來是母親。雨水,混合著汗水,從母親憔悴的臉上直往下淌。母親的衣服完全被淋透了,像從水里撈出來的一樣,濕漉漉地貼在身上,顯出她那瘦削的兩肩的輪廓。她的胸口劇烈地起伏著,臉色蒼白,大口大口地喘著氣。  
我望著母親,母親也望著我,我們母子完全怔住了。就在那一天,我得到了那支鋼筆,夢寐以求的鋼筆。母親將它放在我手中時,滿懷期望地說:“孩子,你要用功讀書啊。你要是不用功讀書,就太對不起媽媽了.....”在我的學生時代,我一刻都沒有忘記母親滿懷期望對我說的這番話。如今,二十多年過去了,我已經是個成年人,母親也已變成老太婆。那支筆,可以說早已完成它的歷史使命,但我要永遠保存它,永遠珍視它,永遠不拋棄它。  
作者:梁曉聲

# 第一支鋼筆

