

中国式婆媳关系中，这一点至关重要



情侣直播分手让3000万人泪崩：我们曾相爱，想到就心酸

你有没有疯狂爱过一个人？遇见那一眼，只需要一眼，你就认定了ta就是要跟你走一辈子的那个人。

相爱时，你们都不害怕向彼此展示自己最脆弱的那一面。

心甘情愿让ta成为自己的软肋，也愿意成为Ta的盔甲，为对方抵挡千军万马。

今天要讲的是外网上一对十分恩爱的情侣——Liza和David，他们将平日情侣的生活经历拍成视频，有3000多万粉丝都非常喜欢看这样的日常。

相遇、热恋、争吵、冷战、分手……

他们的经历，就好似每一个爱过恨过的你我。

壹 相遇 相爱中的人，才认为相遇不是偶然

在爱情激烈迸发的时期，每个人都以为，自己遇见的那个人就是对的人。

可是他们却忽略了，我们不是因为命中注定才喜欢，而且因为喜欢才认为命中注定。

Liza和David就是如此，他们相识于朋友家的Party中。

看到David的第一眼，大概是一见钟情吧，她内心小鹿乱撞。刚刚好，David也注意到了她。

她主动上前，紧张地问：“可以做朋友吗？”

这是属于他们的开场白，也是这段美好爱情的开始。

那天，他们有一搭没一搭地聊着天，在四目交汇那一瞬，David主动吻了她。

从相遇相恋，他们只用了一个聚会的时间。

Liza觉得与这场相遇相关的一切都充满了意义。

于是在朋友家的院子里拾起一颗石头放在口袋里，她想纪念两人相遇的那个瞬间。

巧合的是，David也这么想，他也在那个时间里收藏了一颗石头。

然而后来David却告诉Liza，他把戒指弄丢了。这让Liza生气了，认为他不重视，认为他开始敷衍。

然而她没想到，几个月后的情人节，David送给了她一个礼物，那是他自己设计并制作的戒指。

而戒指中央，镶嵌的恰恰是那颗他们相遇那天，彼此收藏纪念的石头。

这枚戒指是他们爱情最美好的见证

初初相爱时，谁不是找尽所有契机，用一点点蛛丝马迹去证明Ta就是一直等待的那个人？

相爱时，谁不是信誓旦旦的许下诺言？

那些话说出口时，都曾真心过。

贰 热恋 小心热恋中的人，他们都是疯子

在每段感情中，我们都习惯了爱得太满。

旁人都教导你说要学会保留，要为自己留有余地，然而，一旦爱上了，谁还顾得了其他？

克制太难，大多数人还是忍不住竭尽全力，还是忍不住要付出所有。

他们也是如此，他们真的很爱彼此。

David会经常给Liza营造一个又一个惊喜，两个人在一起时，他永远是幼稚的那一方。他总是可以想出千奇百怪的小花招来逗Liza，有时捉弄她，有时向她撒娇，像一个长不大的孩子。

也是啊，如果一个男人在你面前永远成熟妥帖，永远像你不透的海，那么他一定不爱你。

有一次，Liza开玩笑说希望自己有一辆特斯拉。几天后，David就带她去地下停车场。

没错，David买了一辆特斯拉，然后告诉Liza：“特斯拉是你的，我也是你的。”

有人说，一个人爱不爱你，看眼神就知道了。

所以无论Liza张牙舞爪地疯癫和搞笑，还是说道哽咽处流泪。坐在一旁的David总是会一眼深情地看着她。

你在闹，我在笑。这画面太美好。

Liza泪点很低，每次看感人的视频，David都会坐在身后抱住她，然后很小心地留意着她的表情。

真正爱你的人，他不忍心看你掉一滴眼泪，也最见不得你伤心的样子。

所有人都认为他们是最般配的一对。

可是，当你一个人爱的太深，或许这才是失去的开始。

叁 分手 或许我还爱你，只是未来不再有你

爱情的无疾而终，有太多太多说不清道不明的原因。

而其中有一个原因，大抵就是每一份恋情里都曾经经历过的波折——因为太在乎。

因为太在乎，所以很难忍受热恋过后的冷却；

因为太在乎，所以会为为了一点点蛛丝马迹而失落纠结；

也因为太在乎，所以没办法忍受渐行渐远，比起慢慢的不爱，还不如一刀斩下去，来个痛快。

“爱得太重，会把对方压垮的”，他们也难以避免。

是Liza提出的分手。他没有挽留，他承认自己也有过这样的想法，但是却一直不

敢也不舍得开口。在分手的时候，女孩们总是要勇敢一些的。

有人说，“分手那一刻，我失去的不仅是我最爱的人，同时还失去了相处多年最好的朋友，失去了最懂我的人。”

在分手视频里，两人依旧插科打诨般开着玩笑，却让人看起来格外的难过。

没人敢相信他们会离开，包括他们自己。

他们依旧开着各种没节操的玩笑，可笑着笑着就哭了。

他们没有撕逼，没有去陈述去指责对方做错了什么，更没有说过多的关于‘为什么要分手’的细节，而是拼命地去夸对方。

也不是不爱了。Liza哭得很厉害，David看着心疼，下意识想要抱紧她。

他的动作刚刚完成了十分之一，却瞬间松开了手，还能找到什么拥抱的理由呢？

只能装作不在乎，开一个若有似无的玩笑，“我觉得这样很老套”。

这种内心的纠结和挣扎，像极了分开后的我们。

相爱多年，身上已经携带着对方的气息。吃饭的动作、洗澡水的温度、走路的姿势、会为了什么事情而笑，又会因为什么而哭……早就习惯了对方的一切习惯，要完全抽离，谈何容易？

还曾许过那么誓言，可从分手那一刻开始，就全都无关了。

李宗盛唱，“旧爱的誓言像极了一个巴掌，每当你记起一句就挨一个耳光。”

或许有一天，想起这个人，想起那些发过的誓也不会觉得难过了，但也少不了一些遗憾；

曾经他让你对明天满怀期待，却终究没能出现在你的明天里。

肆 结局 如果余生没有你，那么……分手后，他们给彼此写了一封信。

这或许就是最好的结局，把所有的美好，都留在过去。

不用撕逼，不用互相憎恨，不要做老死不相往来的痴男怨女。而是选择一个最好的方式，给这段感情，一个圆满的交待。

当然会痛，可是，总会过去的。

分手后，他哽咽问：“还能做朋友吗？”

她流下泪来，想起两人初次相见时，她问的就是——“可以做朋友吗？”

谁又能想到，我们的爱情故事，连开头和结尾都如此契合。

可是那又如何呢，过去的已经过去了，再也来不及，就像《十二夜》里那句经典的台词，“爱情就像一场大病，过了就好了”。

问题一

我跟老公结婚三年多了，婚后跟婆婆住在一起，去年刚有了宝宝，是个女孩，婆婆对我的态度更冷淡了，每次吃饭的时候，好吃的都夹给老公吃，还总是对我挑三拣四的，嫌我不够贤惠，可是我已经很累了啊，家里这么多人，还要照顾孩子。跟老公说过几次，老公就嫌我小气，觉得他妈也不容易的，让我忍。我想分开住，怎么跟老公说呢？另外，怎么说婆婆对我不好这件事，老公才能理解？

家家都有本难念的经，其中就包括婆媳关系。

对于婆媳问题，国内的环境和国外环境不同。

国外更注重夫妻关系，结婚后从原生家庭中脱离，所以面临的问题比较少。对他们来说，结婚了就是脱离家庭，开始自己新的生活。

中国文化对夫妻关系，并没有那么看重，而且对婆婆也比较依靠，比如养孩子、经济方面，还要需要婆婆的支持。

有人觉得婆媳关系应该像母女关系，其实是一个误导，婆媳之间，没有母女之间天生的亲密连接，甚至有些是相互竞争的关系。

大多数家庭中，不太懂夫妻关系的经营，但是都比较看重孩子，尤其是妈妈对儿子，因为爸爸的缺失，往往对儿子投入的情感比较多，甚至孩子成为“代理父亲”。

所以，在儿子结婚以后，婆婆多少会有点失落，因为儿子不属于自己了，属于另外一个女人，她的地位也没那么稳定了，儿子可能也不那么听她的话了，这些多少会让她自我的感受有些变化。

婆媳关系的关键，其实不在老婆，而在于你老公。

如果他能够从母子关系中脱离出来，才能起到老婆和婆婆之间的桥梁作用。你老公扮演的是什么样的角色呢？

作为妻子，你也应该了解她们母子之间的感情和关系，在老公谈的时候，不要否定的指责他的妈妈，因为这样，男人往往会觉得自己被否定了。

通常当妻子抱怨婆婆的时候，男人会要么沉默，要么反驳，甚至生气。

当然，如果你认为婆婆不好，就容易产生怨气，也很容易传递到老公那，对他来说压力也很大。所以，换个角度看待婆婆，看看她好的一面，这样更有利于你跟老公的关系。

最后说一下，怎么跟老公谈。谈的时候，你要多表达自己的期待，尽量少的表达对婆婆的敌意，更多的说希望老公起到什么作用和给与支持。

就像我们上面说的，婆媳关系，主要看老公，表达希望老公怎么做，你也希望跟婆婆关系更好，搬出去住，更有利于关系，无论跟婆婆，还是你们俩的关系。

其实面对婆媳问题的过程，能够看出来你们，是否能够独立，能够沟通解决问题，这也是增进你们夫妻感情的重要机会。

问题二

我总是很关心别人的评价，别人说我好就特别开心，只要说我一点不好，就很伤心或者愤怒，似乎自己的人生都是由别人主宰的。甚至一个人走在路上，都觉得很不自在。在别人面前很难发表自己对某件事的看法，怕别人会觉得这个人怎么会这么想？我觉得自己完全没有自我……这种感觉糟透了怎么办？

每个人内在都有两种力量，一种是推动我们一个独立的人，另一个是推动我们跟别人保持连接的

动力。

这两种力量相对抗衡，就产生了心理学上说的，自我分化的现象。

这种情况往往是因为渴望安全感，回避冲突，寻求别人对自己的支持，自己的情绪和思维容易受到外界影响。

而分化程度的比较好的人，才会敢说不，敢于说出自己的需要，敢于做自己，不害怕别人的否定。

每个人的存在感都是靠内在决定的，如果你觉得安全感更重要的时候，那么就会为了安全感，放弃一些东西，包括自我。

就像马斯洛需求理论，当你低层次的需求，没有被满足，很难有更高层次的需求。内在安全感不够，自我就容易不够完整。

你也可以参加一些心理团体小组，更容易看到自己在人际互动中的模式，觉察一下自己的反应，为什么很在乎别人的评价，也可以在小组中，看到别人对你的反馈，增强自己的自我。

问题三 奶奶不喜欢我，小时候有好吃的，都是留给她孙子吃的，我去了，给我都是剩饭，有好吃的，宁愿留到变质了，也不愿意给我吃。去年我在奶奶家，生了一次比较严重的病，奶奶几乎都不闻不问，却有精力隔三差五串门走亲戚，我就彻底寒心了。这是为什么啊？因为我奶奶不喜欢我妈妈？因为我是一个女孩？平常见到我，基本从来不会主动跟我说话，好像我是透明人一样……

你的内心一定有很多愤怒和委屈，觉得不被关注，不被看重。当你的需求得不到满足，也很容易嫉妒弟弟。当然，对奶奶也有很多愤怒：为什么要这么对我？

其实，通过描述，可以看到你还是对奶奶有期待的，希望她能够看到自己，认可自己。所以，才会如此愤怒。

奶奶为什么会这样呢？可能奶奶还是比较看重男孩对她的价值，把优越感、价值感，家族得到延续，都倾注在自己的孙子身上，所以忽略了女孩的渴望。

很多老人也是被文化影响，认为男孩才能传宗接代，女孩嫁出去就是别人家的了，还有对自己养老的担忧。

另外，你奶奶她小时候，估计也是重男轻女的受害者。也曾经被忽视，不被看重，甚至被欺负。我们总是习惯了，用别人对待自己的方式，对待别人。

小时候家里重男轻女，长大后你要注意，你可能寻求公平的感受很强烈，当这个愿望得不到满足的时候，很容易把这种愤怒聚焦在一个人身上。

关于长辈重男轻女，其实我们只能接受，他们也是受重男轻女的影响，如果一个妈妈，没有男孩，就会受到不公平的对待，所以会看重男孩。

如果你也在重男轻女的家族长大，除了觉察到自己内心的敌意、愤怒、嫉妒之外，还要思考，是否能够尝试接受这个不能改变的事实。

只有慢慢和解了，接受了，你才能自由，不然总是纠结，努力想要改写历史，不愿意接受奶奶就是这个样子的。

不接受就等于拿头在撞墙，还希望能撞开，于事无补。当你接纳的那一刻，才能拥有自由和力量。

另外，接受的同时，还要多肯定自己的价值。

重男轻女，可能会导致女孩对自己的怀疑，所以，要多肯定自己，接纳自己是个姑娘，很棒的姑娘，而不是企图让家人承认，你的价值。