

婚姻课堂

“怕老婆”又何妨

□衣名

在母亲的呵护下，我自小养成了饭来张口、衣来伸手的习惯。当走进婚姻的“围城”后，就显得无可奈何，只好把“家政”的大权交给妻子，加上我不跳舞、不“垒长城”、不抽烟，兜里装“铜”反觉占地方，所以，连单位“小范围”的奖金，我也是毫无保留地双手捧交给“掌柜”。妻子见我在用钱上属“低能儿”，也从未给我“回扣”，我自己兜里经常翻不出一分钱，常常是“兜比脸干净”。因此，我也落了个“怕老婆”的雅号。

一次，和妻儿一块逛街，妻子逢店必进，见衣服必摸，我和儿子实在耐不住，妻子便给我们买了瓜子、口香糖及饮料等一大堆食品，约定好见面地点和时间，就把我们“放飞”了。谁知她在一个服装店里遇到几个单位里的“姐妹”，一顿猛侃，又购了一套时装后，几个女人你唱我和，妻子竟把我和儿子忘得一干二净，自个回家欣赏时装去了。我和儿子在“会面”地点左等右等不见人，只好打车回家，该下车了，可6元钱的车票钱我怎么也拿不出来。车主见我西装革履不像赖票人，便同意我一会儿把钱送来。

推门进家，妻子正穿着时装洋洋自得地在客厅走着模特步，我气不打一处来，冲她嚷嚷。妻子听明白后，拖着儿子就往外跑，去补那6元车票钱。过后，想到堂堂七尺男儿竟无钱买票，感到很窝囊，可又一想本人潇洒下车扬长而去，自有“后勤部长”屁颠屁颠前去补票，又觉得自己十分“高大”了。

不理“财政”，当然就不知道柴、米、油、盐啥价格了。有时到朋友家串门或回父母家，总会有人问：“你们那里大肉什么价？芹菜、豆芽多少钱一斤？”现在人们都是很关心物价的，民以食为天嘛。可这样普通的问题，我却插不上嘴，让朋友们觉得很理解，说来他们都不信，我家钱在什么地方放着我都不知道。一个星期天，妻子带儿子进城逛公园去了，我在家里



搞我的“豆腐块”创作，忽闻敲门声，拉开门，原来是收水电费的。师傅查完电表、查水表，共85元钱。仅60平方米的房子，两室两厅该翻到的地方我都翻了，最后只好给收电费的师傅道声对不起，请他们下次一块算，或者等我妻子回来后上门缴款。收电费的师傅一脸莫名其妙，最后还是无可奈何地走了。

兜里无“铜”自然少了那些讨价还价的琐碎事，可在商品经济的社会生活，不掌钱就得掌“权”。在“围城”里，我无钱无权，但我有自己的活法。孩子的学习辅导是我的，内务卫生是我的，而我更多的时间则是上网浏览中国及世界文化，发自己想发的感慨，写自己想写的文章，这还不够潇洒么。我不是那种被媳妇管得没有一点自由，也不是妻子在“财政”上挟持我，更不是妻子吝啬，而是我觉得和钱打交道实在太累。有妻子热衷于干“家政”，我何必再去插手，那是一本念不完的经，需要无私和耐心。我自费上函大毕业了，总共用去多少钱我也不知道，因为学杂费是妻子一手缴纳的；我和孩子每年要用到十多种学习资

料，只需写个单子给妻子就行了。妹妹刚上班需交押金，妻子二话不说就把钱寄去。去年，弟弟买房还差点钱，她当即给弟弟送去3万元。今年，家在山区小镇上的母亲过生日，流露出想买件金手饰的想法。妻子当时虽没表态，回家后，取出储蓄，花两万多为我父母各买了一只金戒指，还特意为我母亲买了一对金耳环，可妻子至今手上也没戴过什么金首饰。虽然我们只是工薪阶层，经济并不怎么宽裕，可当父母和妹妹们有困难的时候，她总是倾尽全力。你说，我这十足的“甩手掌柜”，难道不幸福吗？

无钱想潇洒，先要学放心，丢掉小肚鸡肠。“围城”里常常有因为钱吵架、砸桌子、摔电视的，也有因为钱一家人变为两家人。我没有这些烦恼，因为我挣钱不问钱，因为我相信妻子的理家能力，因为我珍惜我们的夫妻姻缘。人的一生，其实很短暂，如果不加倍珍惜，就会更短暂，佛说，修五百年只能同舟，修一千年才能同枕。妻，是一千年修行的结果，我没有理由不放心，没有理由不加倍珍惜。正因如此，“怕老婆”又何妨。

健康第一

第一健康

三晋文化研究会健康第一·第一健康专业委员会
运城营养师保健行业协会主办

乐善好施有健康(上)

嘉宾王水成：全国食疗养生大会高级顾问，国家一级健康管理师。

慈善的本质是互存互惠，是助人快乐，助人摆脱困厄。心理学家说热衷慈善、乐献爱心者，心理健康程度和心灵快乐指数均高于普通人，他们一般更健康更快乐。为什么心存善念会更加健康快乐呢？今天跟大家聊一聊善与健康的话题。

问生活中，为什么许多人愿意帮助那些非亲非故的人，而且还有人特别愿意做善事呢？

答心理学家分析助人为乐的原因有两个：一是会改善个人情绪，使之良好有效地减轻自己的身心压力；二是助人的积极效果和身心压力的减轻，对自己的健康有积极影响。这说明助人本身就蕴涵有内在的回报，强化了利他主义，也防止了自私。

其实帮助别人就是帮助自己。慈善活动中，无论助人者、受助者还是旁观者，都能从中体会到和谐与愉悦的互爱感。他们这样做时心情特别好，情绪积极，自尊得到提升，是真心快乐的。

长远而言，助人者会收获做善事、助人的好处，诸如自信、自尊、提高自我认识、摆脱压力等。因做善事、助人，心里会升腾起自豪感。

助人能摆脱糟糕的心情，通常我们总认为，心情好的人才愿意助人，其实许多心情糟糕者同样愿意向别人伸出援助之手。这样做是一种自我满足，可以给自己带来内心的回报，让自己感到被需要。

很多人乐善好施，愿意倾听别人的苦恼，喜欢帮助弱者，其中一个重要原因就是可以让自己的心情更好，得到更多的快乐和满足。

问举善、行善说容易，要做到真正的举善、行善是很不容易的，什么才是真正的乐善好施？

答这是因为真正的行善者、善举者都是不图回报的。

在真正行善者眼中，乐善好施既是过程又是目的，是人生的一种追求，是美好的享受，是幸福的体验。我们常说的“善有善报”有两种含义：一是对那些乐施好善有功者，因为他们对社会作出了较大的贡献，社会以他为榜样，进行歌颂；二是当那些行善者自身有困难时，其他人也会乐于行善于他。如果以回报作为自己举善的前提条件来理解“善有善报”，这是很大的误解，所以，举善应该是不为因果而行善的。人们之所以要积德行善，并非积累人生的资本，而是实现与人为善而已。这是我们需要追求的一种境界。

和美化的，还有一些是捏造的。因此，面对这些信息，你需要花时间观察和分析这个人的性格到底是什么样的，跟他口中的自己是不是相吻合。

他人视角

他在你面前会设防，但是，他在朋友、家人面前没必要伪装，会展现真实的自己。所以，你可以听听他朋友、家人对他的评价，当然这部分评价有的也未必真实，要学会去伪存真。

除此之外，你还可以观察他的朋友圈子。他的朋友们都有什么样的特性，他大概率也存在这样的特性。他的父母是如何相处的，他又是如何跟父母相处的。了解这些，能帮助你得知他对待亲密关系的态度。

（《中国妇女报》）



主动询问

一对男女刚认识或刚在一起时，多聊一些个人的事。问的时候掌握一些技巧，不要像查户口一样。比如，可以通过询问对方家乡有什么特产美食、分享讨论大学校园经历、一起吐槽老板客户和同事等来了解对方的过去及目前的动态。当然，提问的一方也需要适当透露自己的情况，否则对对方是不公平的。这样，能加深你们对彼此的了解。

观察言行

一个人的形象可以通过他的朋友圈、发表的一些言论来塑造。但这些信息未必都真实，或许，有些是特意展现出来给别人看的，有些是经过夸张

温馨提示

警惕感情里的信息差

□柠檬

所谓“信息差”就是信息不对称，它多被用于经济学领域。但是在生活中、在感情里，一样会存在信息差。

有这样一个案例：女人跟一个有妇之夫交往了6年，她坚信男人不爱妻子，要不是他妻子纠缠要挟，男人早就离婚跟她在一起了。她找咨询师寻求让那位妻子主动放手的方法。

对此，咨询师建议她先跟那位妻子聊聊，因为中间也许有两位女性都不知道的事情。事实果真如此——并不是妻子离不开男人，而是男人离不开妻子。女人被骗了，她还不是男人在外唯一的女人！

那么，我们该如何减少这样的信息差呢？可以从这几方面入手：