

讓思想朝著陽光面成長-----讀《內心的對話》有感

有緣讀到《內心的對話》一書,深有感觸,合攏此書的那一刻,感覺原本紛擾的心,瞬間沉澱、安靜下來。此書概括了人生、社會、家庭婚姻等諸多方面,皆由生活中當事人一此坎坷、遭遇而產生的負面情緒的發洩,作者做出一一善解,引導在家在喧囂塵世,如何用善解的心、凡事看光明面,過快樂和諧的寶貴人生。正如書中有述,「心是快樂平靜的源頭,也是生起煩惱痛苦的地方。」如何在自己的人生遭受挫折時依舊坦然笑對人生、勇敢從容地需對生活,那就讓自己的思想朝著陽光面成長,有陽光地方就有希望。

如今的世界喧囂繁雜,誘惑多多。俗語說:“男人有錢就變壞,女人變壞就有錢”。婚姻家庭也成了最不穩定的組合,在如今離婚率節節攀升的現實生活中,如何保衛自己的婚姻也成了婚後婦女熱議的話題,你可以將婚姻的城牆圍得密不透風,但總有“野花”會無孔不入,考驗你婚姻的堅實度。現實生活中,許多夫妻可以共患難,在艱苦的環境中相互扶持,不離不棄,而一旦事業做得風生水起卻又不能同甘,丈夫開始嫌棄當年的糟糠之妻,而妻子呢,將自己美好的青春年華全部無私地奉獻給這個和自己的男人,到頭來年長色衰卻被丈夫拋棄,那份痛楚不是一般的心靈可以承受的。

所以明智的妻子會冷靜下來,反思自己的婚姻,如果真的無法挽回,情願放愛一條生路,從此自強自立,過自己想要的人生,就如趙本山的前妻葛淑珍,這位當生和趙本山無奈分手的農婦,19年後硬是為自己撐起一片天其間不管前夫“本山帝國”如何強大,她默默地在一邊擺著地攤,賣自己的襪子,甚至到火鍋店洗碗,水餃店勤雜工,從來未向趙本山伸這手,憑著這股韌勁,她硬是把女兒送進大學,女兒參加工作後,已無後顧之憂的她,又盤下一家飯店,獨自經營。如今,她的身價已經上百萬元,她贏得了世人的尊重,現時也活出了自己精彩的人生。而同樣的命運,抓狂的妻子內心充滿怨恨、憤怒、絕望,她會寧願拼個魚死網破,無休止的謾罵、傷害,放棄自尊,一哭二鬧三上吊,也許可以暫時保全這段婚姻,但從此要提心吊膽地與一個不愛你的人生活,婚姻的質量怕是一落千丈。

那麼如何給自己的婚姻保鮮呢？首先要不斷充實自己的思想，豐富自己的知識，還要注意自身的言談舉止與形象，適時進地心靈溝通，做個知書達理的女人。腹有詩書，氣自芳華，一個博覽群書的女人，她的談吐、氣質、修養總是不俗的，她魅力會隨著歲月的增加而增加，一個優秀的女人就像一本引人入勝的好書，男人總是愛不釋手。相反，一個整日無所事事的女人，從不看書，也不求進步，她就像家居生活中的一件舊家具，日子久了，落滿灰塵，樣式漸漸落伍了，始終難逃被遺棄的命運。

其二，要做到彼此信任、寬容，給愛“鬆綁”：

夫妻之間是需要相互信任的，婚姻生活就好像捧細沙一樣，你越盧要握緊它，沙卻從指漏走了，你若輕輕捧在手心，沙會穩穩在你手心，一粒不漏。我認識這樣一對夫婦，老公是港資公司的經理，曾經離異，現任妻子是深圳一名年輕的公務員，妻子總是懷疑自己的老公，擔心他有外遇，所有每天從她老公出門的那一刻起，她便不停地打電話給他，確定他的方位，他去上班的路上，她至少要打三通電話，他到達公司後，她也要打一通他辦公室座機確認一下，每天近百通的電話弄得這位老公疲憊不堪，原來近 80 公斤的高大男人後來體重下降到 68 多公斤，有一次我們許多朋友在一起吃飯，席間就有他，一頓飯的功夫，這位先生接了他老婆 6 個電話，他總是小聲地、耐心地解釋：“寶貝，我還在吃飯呢……”旁人聽了起哄，說你們倆這麼相愛啊！這位先生只是苦笑一下，從他的笑容裡，我感覺到無邊的累，那是愛的牢籠。再後來聽說，這位先生辭去待遇豐厚的經理一職，後來便不知去向了。所以相信他，尊重他，給他充分的自由，為愛鬆綁，把妻子該做的事做好，全身心愛自己的老公，孝敬公婆，關愛子女。把家打理得井井有條、溫馨浪漫，讓在外打拼的老公回家後有一個可以完全放鬆的港灣，那麼家在他心中是最溫暖的地方，走到哪，牽掛始終都在家中。

其三要有獨立的個性，要有自己的事業，凡事不能太依賴對方：

戀愛中的男女總是喜歡說：“你就是我的全部”或者：“我永遠都是你的”，這種甜言蜜語固然動聽，但你要始終相信你就是一個獨立的個體，並不屬於任何人所有，這樣當你一旦失去某人或家庭，你就會很淡定地面對，不至於呼天搶地，活不下去的那種。著名散文家余秋雨的前妻李紅，在當年余秋雨提出離婚時，短暫吃驚之後，還是心平氣和地簽了字，然後帶著女兒

闖深圳，她住過廉價旅館，當導游，跑遠輸，還做推銷和代理，眼下她在“國泰君安證券投資公司”大戶室裡，占有一席之地，提到離婚，李紅坦言：“我戰勝不了婚姻，但必須戰勝自我。如果我不離婚，世間不過多了一個名人身後的普通女人。正是失敗的婚姻造就了我，讓我認清自己的潛力”。

所以說，一不小心成了前妻的女人，不必老用一哭、二鬧、三上吊的辦法。做一個自強不息的女人，以寬容的心態，接受所謂的炎涼不公，思想朝著陽光的方向生長，一定會煥發出女人的又一春。

張瓊