

# 两地分居的婚姻能否长久

**不要为了谁而放弃自己**

爱的聚散总是和相互的感觉有关。如果是因哪件事情导致了分手,也一定不是一日之功。这与距离本身关系不大。所以,在维护爱情的过程中,千万别讲为了谁而放弃自己,放弃的真相其实是另外一种得到,期间有很多赌博的成分,包含太多不甘和遗憾。

例子太多了。一方为了另一方的事业放弃自己的前途,数年后,差距增大,貌不合神更离,这不是一方的责任,是差距的本能。所以,爱一个人,更要对自己好,别把自己搞得凌乱不堪。把自己的事业做好,让彼此互动、分享,这种爱更为平等和长久。现在世界是个地球村了,在各自事业有成的前提下,距离可以承载最浪漫和最充实的爱。

所以,相爱的时候,其实是不在乎两地分居的,不要说深圳与北京的距离,就是与美国的距离,也不重要;而不爱的时候,住在一起也没感觉。

**别用“维持”来修饰婚姻**

我从来不怀疑爱情的力量,美丽的爱情,能让人无限量地发挥自己的潜力;可真正完美的爱情,几乎是找不到的。在我看来,爱情要多多少少存在一些问题才是正常的。

现代人对爱情的要求越来越高,越来越全面了,当然要面对的问题自然也就多了。两个都有事业的人,容易产生共鸣,所以比较容易相爱。相距两地,我认为不足以影响爱情的因素,但肯定会影响婚姻。婚姻包括的因素太多太多,爱情只是其中很小的一部分,虽然它的份量占很重,但只有爱情的婚姻注定会走向死亡,因为人都是感性动物,感性的时候总是多过理性的时候。

孤独是因为拥有的太多,寂寞是因为想要的太多。不管是对男人还是女人来说,在孤独和寂寞面前都是脆弱的!

**爱情会被距离谋杀**

人人都说爱情是距离产生美,小别胜新婚。可如果长时间两地分居,恐怕爱情最终会被距离谋杀掉。爱情是一个最经不起考验的东西。爱一个人就是要和他(她)生活在一起,婚姻的最终目的是两个人能够相濡以沫。一起面对解决问题,共同分担痛苦,一起享受生活当中的点点滴滴。男人坐在电视前看足球赛,女人在厨房忙着做晚饭,然后一起吃饭,说话。这样的幸福是多么简单而又朴实。成天为了见面而飞来飞去,为了彼此当中任何一个人的到来而精心准备。长此以往,会有疲于奔命的感觉。往往在最需要对方的爱和关心的时候,而一方却只属于远方,只属于思念,一切似乎都不太真实。最终爱情的幻灭也是意料当中的事。

婚姻永远没有最好,只有最合适。它比爱情来得更现实,本身就是和琐碎的事物连在一起。不能生活在一起又拿什么来维持,靠回忆和期盼吗?两个人若是不能生活在一起,于爱情和婚姻就像是一张泛黄的草稿纸,那上面只有回忆没有未来。



(赵刚)

我母亲今年52岁,身体一直都挺好。可是这几年因过度操劳家务事,又遇到一些不顺心的事情,总爱在儿女面前唉声叹气,似乎不要塌下天似的。我们也不知道该怎么劝导她。后来母亲的身体状况越来越严重,经常半夜睡不着觉,而且还心神不宁;焦躁不安、感觉乏力、白天还能勉强工作。半个月前居然出现了恶心、干呕、还时常伴有上腹部不适,母亲说好像是胃与肠子不通,吃的东西不消化。过了几天又出现了腹泻,我们担心母亲的身体,带着她去了西安几家大医院,并作了胃镜、肠镜、便常规等检查,但未查出病因。在患病期间又出现了腰背疼痛、头麻木、心慌、胸闷、尿急等不适症状。看着母亲痛苦不堪的神情,我心里也很难受,请问主持人我母亲的“病”真的很难治吗?她究竟患的是什么疾病呢?

## 老妈的“病”真的很难治吗?

西安市精神卫生中心临床心理科张辉主任:首先我可以肯定地回答您,从您母亲的临床症状来看,她是患上了精神上的疾病。长期被这种病痛折磨的人很多,大多都有着与您母亲一样的就医经历,往往是有病乱投医。这

形成就医误区;另一方面缘于老百姓对精神医学常识的匮乏。我建议您可以不妨带您母亲去精神科医生处就诊。因为精神医学也是临床医学的一个分支,所涉及的疾病种类很多,他们不单纯地医治老百姓通常讲的“疯子”,而且研究的范围很广,包括抑郁症、焦虑症、强迫症、躯体形式障碍、恐惧症、社交焦虑症、急性应激反应、创伤后

我和丈夫享受的是二人世界,我平时工作忙,很少按时下班,做晚饭的任务就落在丈夫身上。这些事都被他一一接受,于是我不但变得心安理得,还想方设法监督他,如果他想看武打片,我就说没时间,强行让他看做饭的节目;如果他想吃新鲜的东西,我就温柔地提醒他,饭菜要吃新鲜的,才有营养,他只好按两个人的量做;有时馒头做少了,就先尽着我吃,他不够吃,就用馒头蘸菜汤吃。我觉得这全是爱,理所应当“照顾”他,从没有想到丈夫的感受。

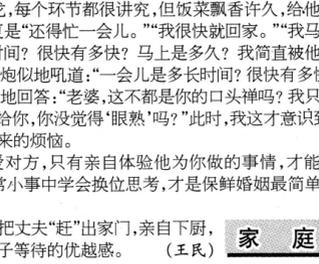
有一天,丈夫跟我开玩笑说:“你看我不是个醋坛子吗?我们该谈谈了。”我嗔怪地笑着回答:“我们有吃有喝,好幸福,谈什么都是爱。”本想逗他开心,他却郑重地对我说:“你能不能说几点回家就几点回来,做晚饭也要有计划,得有准备时间,总不能让你吃凉菜吧。”见他不高兴,我赶紧认错:“对不起,我知道你每天都很辛苦,可就咱俩吃饭,还要什么计划,又不是冲锋陷阵,错过时间就没了。”丈夫甩了一句:“你不可理喻。”我气急了,揪住他的胳膊大吼:“我回家晚是为了改善咱们的生活质量,你要是不想做晚饭,我们就分头吃。”丈夫很生气,索性出去遛弯了,而我觉得他是因为无聊,才找碴儿吵架。

前几天,丈夫要连续加班,我决定回家做饭,从买菜到烹饪一条龙,每个环节都很讲究,但饭菜飘香许久,给他发了两三个短信,得到的回复是“还得忙一会儿。”“我很快就回家。”“我马上就回家。”“一会儿是多长时间?很快有多快?马上有多快?我简直被他搞糊涂了。等他回来,我连珠炮似地吼道:“一会儿是多长时间?很快有多快?马上有多快?”丈夫笑眯眯地回答:“老婆,这不都是你的口头禅吗?我只是把你发给我的短信‘回赠’给你,你没觉得‘眼熟’吗?”此时,我这才意识到,往日自己的专横给丈夫带来的烦恼。

可见,要理解对方、爱对方,只有亲自体验他为你做的事情,才能领悟。对于中年夫妻,在日常小事中换位思考,才是保鲜婚姻最简单的窍门。

现在,每到周末,我就把丈夫“赶”出家门,亲自下厨,回报给他一顿晚餐和被妻子等待的优越感。(王民)

# 中年夫妻:让爱换位思考



(王民)

## 如何寻找适合自己的工作

据马来西亚光华日报报道,一个职场新鲜人首先要了解自己的性格,看看什么工作适合自己。比如说,有几个人可以在一间公司做得很好,而且很快得到升职提拔。而有一些则郁郁不得志,不停地转换公司,看不到前途在哪里。

能找到适合自己性格的工作,那是最好的。对发展也有利。如果找不到,那就要使自己的性格适应那份工作。那么,什么样的气质宜找什么样的工作呢?人的气质可分为四种类型:

1. 活泼型:情绪容易激动,波动性大;对外界事物反映灵敏;干事凭兴趣;善于交际等。适宜从事与人打交道的职业,如售货员、服务业、咨询、导游业等。
2. 不可遏止型:情绪兴奋性高、易冲动;性格直率、抑制力差;精力旺盛,但情绪急躁办事简单。适宜选择那些工作不断转换,环境不断变化、不断有新活动的职业,如导游、外事接待等,而不适

宜从事那些需要注意力高度集中、事情处理过程需细心检查核对等职业的职业。

3. 安静型:不易激动,外部表情不易变化,情绪稳定,注意力不易转移,善于忍耐。适宜做持久耐心细致的工作,如财务、管理工作等。

4. 抑制型:情绪兴奋性低、稳定;对外界的刺激反应慢而不灵活,耐性高;办事刻板但稳妥,善于察言观色。适宜选择校对、统计、打字、秘书、化验等工作。

当然,这只是参考,凡事都不能太绝对,而且它们之间的界限也不是分得那么清楚。有些气质具有可变性,既然气质有了可变性,那么工作也就可以转换。(双目)

个疾病,不同的医生可能会给你开出不同的药方,那不同的医院也可能得出迥异的诊断结果,这是客观事实。而且,作为患者,每个人也曾经体会过,不同的心情、不同的环境都可能影响到一些疾病的发生和发展,这就是为什么我们提倡去看病时,最好把以前的病历也要拿给医生看的理由。

疾病无情,但我们应该冷静。医生不是神仙,我们也应该同情。在你拿上不想看到的诊断“结果”时,不应惶恐,更不能消极,再找一家医院看看,如果还有怀疑,不妨再请专家看看。看病也要多个心眼。(万宝)

在当下激烈的社会竞争、忙碌的生活节奏下,各种男性病发病率不断升高。最近两年,围绕男性疾病,社会上出现了一种,夸大前列腺病的广告。通过密集的广告宣传,一些所谓的专家、特色医院把这种很普通的疾病渲染成了一种与男性生育甚至癌症相关的“重大疾病”,使不少患者背上了沉重的心理负担,甚至为此付出了大量金钱。而且,这种错误认识还有愈演愈烈之势,似乎谈到某些医疗团体和个人夸大前列腺病危害的手段,郭应禄院士举了一个例子:某民营医院一男科主任提出所谓“阳痿、不育、癌症三部曲”,即首先说前列腺病直接导致性功能下降,然后说会影响生育

能力和“性功能障碍”并列,并声称要为患者“恢复男人自信”。郭院士指出,“前列腺炎和这些病症之间并没有必然联系”,但社会上不少人就是这么宣传的,“产生的

影响很大”。北京某著名民营医院的一位“男科专家”在接受媒体采访时就曾大谈前列腺炎对男性性功能和生育能力的影响,甚至称“50%以上的男性不育症是因前列腺疾病引起的”。在另一家民营医院的广告中,记者也看到,“前列腺炎病”被

## 莫像打工一样投资

多数打工者认为,打工就是挣钱吃饭。所以干一天活拿一天钱,当一天和尚撞一天钟,多一点心思不想。这也不完全怪打工的,偶尔多一句嘴提点合理化建议,马上就会有老板或主管板着脸面孔教训你,“要摆正自己的位置”。

投资就不同了,自己当老板,押上的是自己的家当,必须多上心。打工最坏的结果是少挣点钱,决不至于往里搭钱,而投资搞不好要倾家荡产的。打工的往往不计算,反正水电都是老板的,犯不着替他省钱,下班时只关掉电脑主机不关显示器似乎是一种时尚,不信看看写字楼里,都这个样儿。可投资就是做买卖,就要锱

铢必较,算计买价,算计卖价,算计成本,算计利润。其次,打工最重要的是要“听话”,听老板的话,听中层主管的话,反正错了有人担着。有些事儿明知不对也得干,有些意见明知不对也不能说。这就叫“摆正自己的位置”。所谓“摆正”就是让自己看着正确,是不是真正正确,并不重要。要顺应企业的导向,要随大流,要顺气是要倒霉的。但投资就不一样了,想赚钱就要“摆对自己的位置”,就是对市场有正确的认识,有正确的策略,并且正确地执行,不能人云亦云,耳朵根子不能软,有时候还不能顺着言论的导向,更不能随大流,凡事儿得自己拿主意。(图谋)

6月7日,《京华时报》有消息称,怀孕一个多月的任女士在民航总医院做检查时,被告知腹内的胎儿是死胎,须尽快做清宫手术,否则会危及大人生命安全。但任女士在北京朝阳医院再次检查,医生称胎儿一切正常。于是,任女士很气愤,认为民航总医院的诊断太不

己也没有意识到,任女士在已经得到医生诊断“死胎”之后,尽管伤心,但还能再去另一家医院诊断,这恰恰表现出任女士有一个正确的就医心态,更是一个正确的就医行为。而正是任女士的再次就医,救了自己的孩子。之所以强调任女士再次就医救了

自己的孩子,绝不是为为民航医院开脱,而是希望我们能冷静地想想,为什么大家都愿意去大医院看病?不就是担心小医院的水平不行吗?不就是担心小医院医生把自己的疾病给耽搁了吗?其实,每个人心里都清楚,临床经验、设备技术、操作水平等等众多因素,都会影响到对疾病的诊断。同样一

## 看病:有些事不可不知

负责任,要求医院赔偿其精神损失。看到这个“死胎”复活的新闻,首先应该祝贺任女士的幸运。我们也相信,绝大多数读者在看到这个消息时,也和任女士的反应一样,感到民航医院的医生太不负责任了,应该受到指责。但是,也许很多人包括任女士自

## 夏季多食“酸”

可增进食欲,又能杀死死菜中的细菌,可预防肠道传染病。

1. 敛汗祛湿:夏季出汗多而丢失津液,需适当吃酸味食物,如番茄、柠檬、猕猴桃之类,它们的酸味能敛汗止渴祛湿,可预防汗流过多而耗气伤阴,且能生津解渴,健胃消食。
2. 杀菌防病:夏季喜食生冷,用醋调味既

## 孤独老人易患高血压

预防措施尚未找到,所以早期发现、早诊断、早治疗,可治愈乳腺癌,每年定期进行检查是首选的预防措施。姜主任还提示说,基因不是判决书,虽然乳腺癌与基因遗传有关,但是否会患乳腺癌取决于乳腺癌的基因后天因素,良好的生活习惯、心态以及适当的体育锻炼,可降低乳腺癌的发生几率。而且,即使患了乳腺癌,不一定需要将乳腺全部切除,即使是乳腺癌,如果早期发现亦可保持乳房的根治术而达到治愈,因此一旦女性患有乳腺疾病,不必过于恐惧。(李玫)

## 烟民皱纹多表明肺病已逼近

英国科学家13日公布的一份研究报告显示,对于中年烟民来说,如果他们的脸上皱纹明显增多,那么其患上慢性阻塞性肺病的几率将大大增加。

“德文和埃克塞特国家医疗服务系统基金会”研究人员近期对149名中年烟民展开调查研究,其中68人已经患有慢性阻塞性肺病,如支气管炎和肺气肿等。在综合考虑烟龄及年龄等因素以后,研究人员发现,在这些被调查的中年烟民中,脸部皱纹较多的烟民患上慢性阻塞性肺病的几率是那些脸上皱纹不明显烟民的5倍。负责这项研究工作的专家帕特说,肺病产生过程缓慢,皱纹增多将是肺病确诊前的“预警信号”。(张传)

## 走出“乳腺癌”认识误区

据《千山晚报》报道,对于许多女性来说,最具有威胁性的疾病莫过于乳腺癌。看到媒体上的相关报道以及身边熟人患了乳腺癌的实例,一些女性总是显得惴惴不安,谈癌色变。有关专家指出,为了消除女性相关心理负担,正确了解乳腺疾病及相关知识是必须的,这样才能走出认识误区,快乐生活。

鞍山市妇儿医院乳腺科主任姜国伟介绍说,乳腺癌大多数发生在中老年女性身上,年轻女性不必惶惶不安,对乳腺癌的恐惧可造成内分泌系统改变,反而增加患病的几率。另外,要知道乳腺癌与乳腺疾病是两回事,并非所有的乳房异常都会致癌,最常见的是良性疾病,其转化成乳腺癌的几率只有2%-4%,大多数可治愈。

姜国伟主任还提醒,不要对某些药物或治疗仪器过于信赖,要知道任何治疗都会有副作用,而且目前没有任何药物和仪器治疗可预防乳腺癌的发生。现在,乳腺癌及良性肿瘤真正的病因仍不清楚,有效的

预防措施尚未找到,所以早期发现、早诊断、早治疗,可治愈乳腺癌,每年定期进行检查是首选的预防措施。姜主任还提示说,基因不是判决书,虽然乳腺癌与基因遗传有关,但是否会患乳腺癌取决于乳腺癌的基因后天因素,良好的生活习惯、心态以及适当的体育锻炼,可降低乳腺癌的发生几率。而且,即使患了乳腺癌,不一定需要将乳腺全部切除,即使是乳腺癌,如果早期发现亦可保持乳房的根治术而达到治愈,因此一旦女性患有乳腺疾病,不必过于恐惧。(李玫)

## 误区

一项新的研究显示,50岁以上的中老年人如果感到孤独,那么他们患高血压的危险也会相应增加。这一研究结果再次强调了朋友和家庭给人们带来的益处。美国芝加哥大学的研究人员对229名、年龄为50岁至68岁的美国芝加哥地区的老年人进行了调查。研究结果显示,几乎一半以上的被调查者

## 生活提示

至少感到了轻微的孤独感,同时他们的血压也要高于那些不感到孤独的人。此外,有15%的被调查者的孤独感最为严重,相应地,他们的心脏收缩压(血压读数上面的数字)要比那些不感到孤独的人高10到30点。在此之前,已有研究显示,有超过1100万的50岁以上的美国人经常感到孤独、被忽略或缺乏友谊。如果这项最新研究能够证实减少孤独感能降低人们的血压,那么对公共医疗领域来说,它具有非常重大的意义。研究人员指出,这些发现向人们提示了治疗高血压的另外一种可行的方法,即经常参加一些社会活动,去做一些志愿者的工作,对社会也会有所贡献。(曹淑芬)