

各听各的 矛盾的第三种解决方式

健康的关系本来就是：有时候分离，有时候亲密；有些事分离，有些事亲密。追求所有时候都要亲密的关系，才会出问题。

婚姻问题的实质： 到底听谁的

亲密关系中矛盾的本质问题，就是权力争夺问题。也就是对于同一个问题，我们两个人持有不同的看法，但都想对这个事情持有决定权，互不相让，于是有了矛盾。

比如说吃饭问题，你想去吃肯德基，而他想去吃麦当劳。那应该听谁的呢？比如说孩子问题，你认为爱的方式就是满足孩子要求，而他认为爱的方式就是在孩子犯错的时候惩罚孩子。那应该听谁的呢？比如说给父母钱的问题，你认为“过年各给双方家长两万元才是公平”，而他觉得“我家情况比你家特殊，多给才是实用”。那应该听谁的呢？比如睡觉问题，你认为应该11点前睡比较养生，而他认为想几点睡就几点睡是基本的自由。那应该听谁的呢？

所有的婚姻问题，只有一个问题：到底应该听我的，还是应该听你的。如果听你的，我很委屈，就想找点事；如果听我的，你不服，就想找点事……这时候两个人就有了矛盾。

但相爱的两个人就是这样的：都听你的，你说了算。最高级的宠爱，就是这样的：你没主意，我就来拿主意，听我的。你有了主意，那就听你的。

为了获得决定权，人会使出浑身解数去争取，比如指责、讲道理、冷战、威胁、否定。在如何获得决定权上，我们花了大量的时间和精力，却很少停下来思考：问题为什么会出现。

权力争夺背后，有一个我们常常忽视的隐性条件：产生矛盾的问题，是我们两个人必须要共同参与的。我们习惯了婚姻就是两个人，一起干一件事，理所当然，天经地义，从不怀疑。饭应该一起吃，觉应该一起睡，钱应该一起存，年应该一起过，花销应该一起决定，孩子应该一起管，事应

该一起做……

我们总觉得，这样才有一个家的样子。如果不按这个模式，那结婚做什么？家还是家吗？这其实是企图把两个人变成一个人。把两个独立的个体，强行泯灭掉其独立的个性，完全服从于一个整体。你可以想象，两个不同的、独立的人，非要拧在一起去做同一件事，会有什么后果呢？

婚姻与爱情，的确是一种结合，是两个人某种程度的融合。但却不是所有时候、所有事情都要如此融合。过度追求融合，就是一种共生。两个人共生的时候，非要一起做同一件事的时候，才有了不允许对方有不同意见。

“各听各的”常 常被忽略

对于意见不同，我们的大脑中习惯于只有两种处理方式：我听你的，或者你听我的，却忽视了其实有第三种处理方案：各听各的。

你想吃肯德基，他想吃麦当劳。那么，你就要进行评估：到底是跟他在一起更重要呢，还是吃肯德基更重要呢？如果是跟他一起更重要，那就陪他去吃麦当劳。虽然你牺牲了爱吃的肯德基，但这时候你收获了更重要的两个人的时光。

如果觉得吃到肯德基更重要，那你就自己去吃肯德基，让他选择是跟你相处更重要，还是吃麦当劳更重要。如果他也选择了满足自己的胃，那你起码收获了做自己想做的事。如果你既想要陪伴，还想要肯德基。那你的贪心，就会导致矛盾。

你想11点睡觉，他想1点睡觉。那么你要进行评估：到底是跟他一起睡更重要呢，还是早睡养生更重要呢？

如果是跟他一起睡更重要，那你就等他睡的时候你再睡。虽然你牺牲了早睡，但是你收获了更重要的陪

伴。如果你觉得早睡更重要，那你就自己到另外一个卧室里去早睡或赶他去另外一个卧室，然后让他选择，到底是跟你一起睡更重要，还是自己晚睡更重要。如果他选择了自己晚睡，那你起码收获了做自己想做的事。但是如果你既想要陪伴，还想要早睡。那你的贪心，就会导致矛盾。

家庭拖地问题也是如此。比起劳累，你更喜欢家里干净。比起劳累，你更喜欢家里凑合。那你就要评估：到底是地板干净更重要，还是你们的关系更重要。

如果地板干净更重要，你就自己一个人去拖地。这样，虽然你一个人没人陪、没人帮，但是起码你收获了你更重要的地板干净。如果你们的关系更重要，你得忍受地板脏，但是你收获了更重要的你们的关系。

他觉得孩子应该打，你不同意。那你就要判断：孩子不被打更重要，还是你们的夫妻关系更重要。他也有平等的教育孩子权。

如果你觉得你们对于收入和支出问题常有意见，可以采用AA方式，分为：自己的钱、家庭共同花销的钱、他的钱。然后自己的钱，自己随意支配。如果你既想花他的钱，还想决定花哪里，那就矛盾了。

如果你们对于过年回谁家有意见，各回各家。如果你觉得跟他在一起过年更重要，你就陪他回他家。如果你觉得回自己家更重要，你就回自己的家。如果你既想要他陪你过年，又想要回自己的家。那你的贪心，就会导致矛盾。

很多事情，不是非要两个人一起干。各干各的，分开来做，自己去做，也是可以的。只不过是：当两个人意见冲突的时候：你放弃关系，就可以得到事情；而放弃事情，就可以得到关系。

这两个问题不是所有时候都冲突。当他更在意你们的关系大于他的事情的时候，就不冲突了，但这个不是你能决定的。当他在意事情大于在意你们的关系的时候，就注定了他不

会为了你们的关系妥协。这时候，你就要做个决定：对你来说，到底这件事更重要，还是关系更重要。

如果关系更重要，那你就要陪他做他喜欢的事，而非你喜欢的事。而对于你喜欢但他不喜欢的事，你就得自己一个人去做。此刻的你，就是没有关系，没有陪伴。你既想要做自己想做的事，又想要拉着他跟你一起去做。而他不受你控制，不愿意去做这个事，或者不愿意按你的方式去做，你就愤怒了。这也是你始终要接受的。

放弃关系不是结 束关系

这个问题，听起来有点骇人听闻：难道我还要为了地板问题、睡觉问题、要不要养猫问题离婚不成？实际上，不是这样的。这里面搞混了一个逻辑：放弃关系，不是结束关系。

放弃关系，是在有的事情上、有的时候放弃关系。因为健康的关系是这样的：有时候，跟他在一起更重要，所以就妥协一时，成全他的自我。有时候，事情更重要，那就暂时放弃关系，成全自己的事。有时候，他也认为关系更重要，所以他也需要妥协，成全你的自我。有时候，你们的事情都很重要，那就各做各的，独自去做。

健康的关系本来就是：有时候分离，有时候亲密；有些事分离，有些事亲密。追求所有时候都要亲密的关系，才会出问题。

你们不必非要所有时候都要共生。两个人为什么所有事都要腻在一起？

(据《中国妇女报》)

