

天天表达爱

■李小芬

我爱你，亲爱的。
知道了，不用天天说吧。

为什么不天天说？不是你说的吗？
爱存在心里没利息，不如送给你。

这是我和爱人的常用对话。在这个家，我喜欢扮演温情脉脉的角色。每天他下班回家，我会笑着迎上前去，递给他拖鞋，帮他挂外衣。喊他吃饭时，桌上早已有一杯温开水等着。他若是洗碗，我会在背后抱住他的腰，对他说谢谢。晚上看电视，我不和他争频道。他爱足球我也可以爱。当然，最重要的是，每晚临睡前，我都会深情款款地对他说爱。他常常笑着刮我的鼻子说：“你越来越肉麻了。不过我好喜欢。”

是啊！以前的我不这样。结婚前几年，我脾气暴躁，稍不如意便发火。我觉得女主人应该在家占主导地位。所以，我要求他一切行动听指挥。即使我错了，也要他让着我才行。我不能允许他对我发脾气，要他永远浪漫，并且将甜言蜜语进行到底。但他常常会疑惑地问我：“夫妻本是同林鸟，我们一起快乐地啾鸣不好吗？而且，把爱存在心里是最不好的储蓄方法，又不能生出利息来，不如你送来温暖我。”

他的话让我深思。是啊，男人也需要温情和浪漫啊！为什么非得男让女？我的疑问在韩剧里找到了答案。以前，一直不喜欢那种拖沓的婆婆妈妈的剧情。可近段时间，被他喊住看了几十集韩剧，不由得为剧中儿女情长的温情所打动。在琐碎的生活中，韩剧向人们灌输和宣扬父慈子孝、兄友弟恭、夫妻和睦这样一些积极健康的内容。剧中的主人公，沉静简单，注重礼教，为家人的幸福做出奉献。虽有不如意，但最终人性的美将战胜一切，人间温情静静流淌、绽放如花。

于是，现在的我，变得温柔了，变得珍惜爱了。我不再为一点点小事对爱人大吼大叫，即使表达愤怒也会特别注意措辞。如果我做错了，我会勇敢地承认。夫妻之间无所谓输和赢，不怕难为情。既然我爱他，为什么不将爱表达出来？就像他说的，储存在心里的爱，又生不出利息来，为什么不把它展示出来温暖爱人的一颗心？

爱情需要常更新

■铃兰

早上，老公出门前非要拥抱一下，我正坐在电脑前看得入迷，所以十分不耐烦，想挣脱他的双臂：“免了免了，放开我，不习惯了！”老公不但没有松手，反而更有力地抱紧了我：“以后我会让你习惯的。”

我无奈地把头靠在他的胸前，双手轻轻环住他的腰。奇怪，那一刻竟有时光倒转之感，静静地偎依在他的怀里，嗅着熟悉的味道。

我们有多久没有这样静静地呆过了？每天日出而作，日落而息，日子过得平淡无奇，毫无新意。

恋爱时，男女双方总是能从对方身上发现许多新鲜的东西：童年的趣事、少年的故事、热烈的亲吻，甚至一个玩笑，一个小笑话，因为互不熟悉，无不给恋爱季节带来异常的甜美。可是夫妻间的新鲜感随着每日居家柴米油盐而变得不再那么有吸引力。感情是流动的，夫妻之间如果不注意更新爱的内容，感情的天平也会失去平衡。

于是，我改变了每天只上网消遣的习惯，开始跟儿子打打羽毛球，跟老公散散步……老公也不像从前那样说声“有应酬”就挂断电话，他会接着说：“老婆，对不起，我不能陪你们吃晚饭了，你和儿子好好吃饭，我回去检查有没有瘦了。”

我们的生活，因为这些细微的变化有了质的飞跃，让我们的爱情得以延续。

巧主妇看世界杯学“假摔”

■马兰/整理

绿茵场上，如今假摔也成了细致活，比如意大利的中场德罗西在世界杯中表演了一次近似完美的假摔：在高速奔跑时突然起跳，身体呈弓形向前摔倒，不仅假摔了，还进球了。婚姻里，有时候就跟绿茵场上的比拼一样，偶尔的假摔反而能让幸福得分。巧主妇会智慧地生活，更懂得如何摔得漂亮，赢得老公的心疼和关怀，最重要的是，绝不在假摔中伤了自己。

假摔要领一： 嘴上功夫，懂得叫苦

薇安，42岁，国企职工

按说我这个年纪的女人还要跟老公“嗲”，好像有点不好意思。但我很了解我的老公，他在单位是撑起整个班组的小领导，在家也是我们的主心骨。他非常享受承担责任、很“男人”的感觉。只要他有空，我就会拼命夸他，“你做的菜最好吃，我昨天做梦都梦见了，是饿醒的！”好听的话不仅要要说，也要常常说说女人的“为难”，“你看，这大热天的要我去送孩子上学习班，唉，太阳又把我晒出一颗斑……其实我无所谓，我就怕人家说你的老婆好丑，晒得那么黑……”他不傻，他都听得出来，我的叫苦和撒娇，全都是把生活细节放大了。但他每次都对女儿笑嘻嘻地说，看你妈妈丑不丑，一把年纪了还在耍赖。

他嘴巴这样说，其实什么事情都自己做好了。他烧的菜真的那么好吃？那盘鸡翅浪费了整瓶可乐，鸡翅膀还是不够味。但何必斤斤计较呢？会假摔的女人不仅要懂得耍赖，更重要的是，有

颗包容的心。他能在酷暑为全家忙活，要珍惜、感激。

绿茵场——倒地过程中要发出“啊”、“嗷”之类的嚎叫，显示对方给你带来的伤害很重。一般的空中动作是身体呈弓形，借力扑倒；功力更深者可在空中转体数周。切记量力而为，否则很容易弄巧成拙，真的搞伤自己。

婚姻中——喊苦喊累表达为生活操劳的辛劳，但切记要用娇嗲的声音，而不是不满意的抱怨。

假摔要领二： 充分依赖，懂得示弱

路翘，30岁，一般职员

如果不是在同事陈姐家里无意看见了一个细节，我不会有那么大的心灵震动。那次，我在她家聊到十点，准备告辞的时候，我问她怎么还不洗澡休息。她说，要等丈夫回来开热水器。

你不会开吗？我问她。

她说，我会，但是我够不着。他知道的，他每天晚上一定要回来帮我开热水器。

原来，女人的示弱可以让一个丈夫坚持每天都记得回来帮她开热水器，决不夜不归宿。难道不可以踩着凳子去开吗？丈夫很明白，但他享受这种被依赖的感觉。

我也是从那时候开始调整和老公的关系，我总觉得他在学校教书，关系单纯，不像我在职场拼杀厉害。我的职场困惑，他根本无法解答，最后我们没话可聊，甚至各自有各自的圈子。他还常说，我们这教教书匠和你们白领玩不到一起去！



那天，我彻夜向他倾诉，跟他说到我在工作中受到欺负的时候，一向坚强的我也流泪了。他没有给我更好的建议，只是静静听着，露出为我着急的表情。我突然觉得，这样有个听众，也不错。从此，我更愿意把老公当倾吐对象，他也开始关注我的感受，碰到职场类的书籍，他还会买给我看。

下个月，老公的学校组织漂流，他对我说，老婆，别想那些复杂的事，跟我们这群快活人去放松一下好吗？我很欣慰，原来我们需要的不是彼此逞强，而是

沟通和理解，何必要求对方是大树，必须给你遮荫？也许只是一个肩膀，靠靠就觉得很好了。

绿茵场——装作受伤了，可以龇牙咧嘴，但别太过。必须提醒各位一点，现在裁判更相信那些倒地之后躺着不动的摔倒，因为那才是真正受伤后的表现。

婚姻中——“女人示弱是前进的武器”。女人示弱，不是把自己当弱势群体，而是懂得给男人足够的面子和自信。聪明的老婆更要懂得示弱的方式，温柔与撒娇永远比霸道与赌气更加能够征服男人的心。

别回望被丢掉的“麦穗”

■连速



她曾被不少男人追过，可爱情是项双向运动，于是，她挑了一个赏心悦目的恋爱了。只是，就算是她明确自己已名花有主，依然有那么一个男人痴情不灭地

等着她，甚至深情款款地表示，只要她没和男友结婚，他就会一直等下去。

她呢，除了少许的感动就是烦恼，因为痴情的那个不是她所

爱，每一个电话每一声问候都成了她的烦恼。为了摆脱这烦恼，她索性以与男友同居向他明示：不要枉费心思，他已没机会了。

爱情就像一块锦帛，在与男友同居的这四年里，不仅没有锦上添花，反倒被生活细节磨损成了陈旧的抹布，纠结的矛盾一来，轻轻一扯就碎掉了。

和男友分手后，她伤心后悔，后悔的是如果当初选的是别人，或许不会如此吧？于是，她想到了那个痴情爱过等过自己的男子。她无限唏嘘后，婉转从朋友那儿打探他的消息。

他居然一直单身。

或许他依然无法忘记她，因为爱她太深，其他女子皆不入他眼……想到这里，她已被感动了，揣着无限感慨打电话给他。他先是一愣，然后嘻嘻哈哈地笑，居然没要求见面。她想他是被自己从前三番五次的拒绝给弄怕了，于是主动约他，隐约透露了已和男友分手的消息。

可是，她终于还是没去见

他，因为他直截了当地拒绝了，而且与她说这些时，带着非常认真的猥亵成分。顿时，她像被塞了一嘴苍蝇。

女人容易在不如意的感情生活中，回味那束当年被自己丢弃在青春麦田里的麦穗，但麦穗的反应大多不是惊喜，而是自尊被刺疼。因为被否定所伤害过，所以，他们首先预警启动的是防备，防备所抵御的通常是假想中即将到来的伤害，狭隘与阴暗齐刷刷出动也就在所难免。

当女人在感情失意时回头找曾被自己拒绝的深情男人，她一定得不到感情上的温暖慰藉，轻则是被暗暗奚落嘲笑：你也有今天？让你当初有眼不识金镶玉；重则是一顿痛心疾首的尊严作践。

所以，无论感情有多失意，女人都不要回首某道感情宴席上曾被自己忽略过的菜，因为，在时过境迁后它会变质，会吃坏你的肚子，让你狼狽不堪，从而使你的生命质量贬值。