

发现亲情

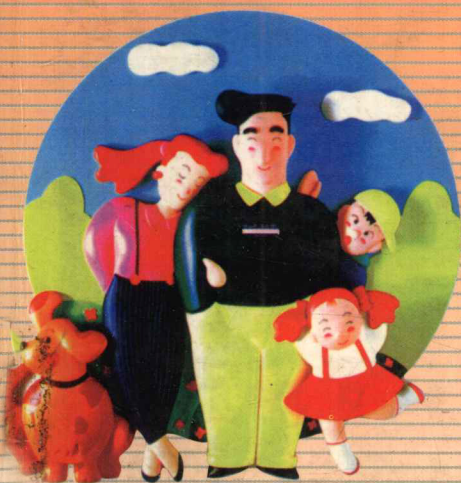
家庭成员间的沟通秘诀

江滨 / 编著

♥ 当今社会，人们将一个人是否拥有幸福美满的家庭生活，是否能够处理好家庭关系，看成是这个人成就的重要组成部分。



Family



♥ 每一个有家庭生活的人，都处在一张错综复杂的关系网之中，如果处理不好这些关系，则会给我们的人生带来很大的烦恼。

♥ 家既是起点也是终点，家是一个遮风挡雨的地方，是一个人成长和栖息的地方。我们在家中长大成人，我们在家中迈出人生旅途的第一步，最后，我们仍然回到家中，躲避风雨，让疲惫的身心获得休憩。

中国对外翻译出版公司

发现亲情

江 滨 编著

中国对外翻译出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

发现亲情/江滨编著. —北京: 中国对外翻译
出版公司, 1999.12

ISBN 7-5001-0675-0

I. 发… II. 江… III. 家庭—人间关系

IV. C913.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第53483号

出版发行/ 中国对外翻译出版公司

地 址/ 北京市西城区太平桥大街4号

电 话/ 66168195

责任编辑/ 齐学恩

责任校对/ 李 宇

封面设计/ 杨 群

印 刷/ 北京市京宇印刷厂

经 销/ 新华书店北京发行所

规 格/ 850 × 1168毫米 1/32

印 张/ 15

版 次/ 1999年11月第一次印刷

印 次/ 1999年11月第一次

ISBN 7-5001-0675-0/G · 77 定价: 23.00元

走出亲情的误区

常言道：血浓于水。人世间最宝贵的无疑是亲人之间的血脉深情了。从理论上说，这是一个大道理，好像每个人都懂得，其实不然。在现实生活中，我们常常发现，很多亲人之间往往表现出冷漠、隔阂的倾向，更有甚者，甚至会反目成仇，不仅伤害了对方以及其他的亲人，而且也深深地伤害了自己。以至在很多人的内心，还产生了这样一种想法：什么父母、兄弟、姐妹、夫妻，唉，还不如朋友好！朋友当然很好，这一点谁也不会来加以否认。但父母兄弟姐妹夫妻为什么就不如朋友好了呢？难道血浓于水仅仅是一个抽象的大道理吗？亲情、爱情和友情一样，都是人类生活中不可或缺的重要的情感支柱，但为什么亲情就不能有效地去实践和落实呢？在这里，我们发现有很多人不知不觉中已走入了一个亲情的误区。

何所谓亲情的误区？简言之，就是我们每一个人在面对亲情时，总是下意识地抱有一种惯性的思维和生存态势，以为亲情是来自上天所赐，是命中注定的，由不得自己选择，因而在生活中往往采取一种被动的接受态势，甚至对其视而不见，只懂得享受亲情，却不懂得去发现亲情、发展亲情、保护亲情。举个最为简单的例子，夫妻在结婚前的恋爱状态中，无论是哪一方，都会很主动地去了解对方、呵护对方，都采取了一种非常积极主动的态势，而一旦结了婚，两人从恋人变成了亲人，

双方就会不知不觉地松懈下来，开始被动地、理所当然地享受起对方的爱心来，却对自己放松了要求，久而久之，矛盾冲突就出现了。这就是亲情的误区。

事实上，亲情和爱情、友情一样，都是需要我们每一个人去精心呵护的，否则，血浓于水就永远是一句空洞的话。但应该怎样去呵护呢？要回答这一个问题，我们就需要首先弄清楚亲情发生、发展的一个最主要的场所，那就是家庭。换言之，所谓亲情的好与坏，其实就是家庭生活中，家庭成员间的人事关系的好与坏。

俗话说：清官难断家务案。家庭，作为组成社会生活的基本单位，其中也有着纷繁的人事关系。夫妻之间，父母子女之间，兄弟姐妹之间，七姑八婆之间，亲朋好友之间，等等等等，沟沟壑壑，三头六绪，真是剪不断理还乱，千百年来令人类伤透了脑筋。古典名著《红楼梦》第八十回中写道：呆霸王薛潘的妻子夏金桂生性刁蛮阴毒，她为了在丈夫面前争风吃醋，设下毒计陷害薛潘的爱妾香菱，而且还装神弄鬼，撒泼卖疯，以此要胁丈夫。这时，她的婆婆，生性不喜与人争斗的薛姨妈在一旁实在是看不下去了，忍不住愤愤然地说道：正是俗话说的好，“清官难断家务案”，如此正是“公婆难断床帐之事了”。性情温和有着良好教养的贵妇人薛姨妈终于也动了肝火，可见家庭中人事关系之复杂程度，真是到了让人难以忍受的地步。

“幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭却各有各的不幸。”这是俄国大文豪列夫·托尔斯泰在其不朽名著《安娜·卡列尼娜》中的开篇名句，这一句精辟的话在世界各地都被人广泛引用。他所谓的幸福的家庭就是指家庭各成员之间关系和睦美满

的家庭，是洋溢着美好亲情的家庭，而不幸的家庭当然就是指各成员之间关系陷入重重矛盾的家庭，是亲情冷漠的家庭。幸福总是相似的，整个家庭其乐融融；而不幸的家庭却有着说不清道不明的种种复杂的矛盾关系，有着没完没了的争吵、猜疑、冷漠和排斥。这也正应了我国的一句俗话：家家有本难念的经。的确，难念的经每本都不一样。要不，怎么说清官难断家务事呢。

那么，为什么家庭关系要比其他的社会关系表现的更为复杂难缠呢？这显然就要从家庭关系同其他的社会关系的种种区别来着手进行了。

首先要明确的一个重要事实就是，家庭关系相比较其他的社会关系，其发生关系的纽带是截然不同的。朋友关系以志趣相投为纽带，同事关系以共同的工作为纽带，生意场上的合作关系以共同的利益为纽带，街坊邻居以相近的公共居住地为纽带，等等等等。而家庭以什么为纽带呢？这个问题不言自明，那就是以婚姻和血缘为纽带。这种关系纽带可以说是人类历史上最为原始最为牢固的关系，前面所列的任何一种关系都无法与这种家庭关系相提并论。所谓“割不断的亲”指的就是家庭关系。当一种关系牢固到这种地步时，一旦发生种种矛盾，其当事人往往就会陷入难以摆脱的困难境地。比如说，朋友间反目了，大不了一拍两散，从此形同路人，虽然很糟糕，但对一个人来说，并非是生活中最为困扰他的事。每一个人生活在这个世界上，都会有着自己的朋友，甚至一个阶段就有着一个阶段的新的朋友，朋友间离离合合都是再正常不过的事，这不仅是人类社会的自然特征，也是独立自主的生命的特征。但是，如果把这一切换成是家庭成员间的关系，那可就要复杂多了。夫妻

闹不和，最后闹到要离婚的地步，看起来好像很容易，把结婚证换成离婚证就行了。可事实绝非如此简单。婚姻是有法律保障的，一旦离婚就要通过一定的法律程序；更为复杂的是，夫妻间的离合还会涉及到一系列的社会伦理问题，如孩子、财产、父母双亲等等等等。面对这一切，无论是谁，都是不能逃避的。夫妻间是如此，那么父母子女兄弟姐妹间，同样也是如此，甚至是有过之而无不及了。一个人无法选择自己的父母，无法选择自己的子女，无法选择自己的兄弟姐妹，这一切简直都是前生命定的，你根本无法逃避。正因此，家庭关系就显得极其特殊，良好的家庭关系可以让一个人获得一生的幸福；反之，则会让一个人陷入终生的痛苦和烦恼之中，任何个人在社会上获得的成就以及荣誉都无法对此进行弥补。

其次，家庭关系比任何其他的社会关系都有着更多的“结”。家庭成员间除了婚姻、血缘关系外，还有着心理、生理以及经济物质上的直接联系。如个人的脾气、性格、价值观以及情爱、繁衍后代、教育、家庭收入和开支等等，都是家庭成员间的“结”，这些“结”有的很明显，有的则很隐蔽。明显的结很容易处理，而隐蔽的结则往往会在某些时候导致家庭成员间矛盾的激化，严重的话，甚至会使整个家庭变得支离破碎。比如说夫妻关系，可能在经济物质以及心理上都还和谐，可是在夫妻间的性爱上却有着很大的缺陷，而这种“结”往往都是非常隐蔽的，双方可能都对此难以启口，久而久之，必然会直接促发矛盾，以至严重破坏其他的种种关系，导致夫妻关系的彻底崩溃。所以，一个家庭要想过得和睦美满，每个家庭成员如何都能顾及到这种种家庭关系的“结”是件极其重要的事情。这本身也是家庭关系之所以复杂难缠的一个证明。

再次就是，在一个家庭中，人们往往扮演着比他在社会关系中多得多的角色，这也是使得个人在家庭关系中陷入困境的原因之一。如一个成年女性，她可能既是女儿，又是妻子和母亲，同时还是姑姑、阿姨、姐姐、妹妹，甚至是婆婆或岳母，外婆或奶奶，诸如此类，等等等等。这些不同的家庭角色要求她与各个不同的家庭成员保持着不同的关系，而要想使得一个家庭和睦美满，则必须全方面的兼顾到各种不同的关系，要巧妙而又妥善地处理这些关系，稍有不慎，就有可能引发家庭矛盾。

最后，家庭关系还有一个很重要的特征，那就是有着多重层次，这个层次以代来划分。一个家庭有可能是两代成员组成，也有可能是三代，甚至是四代五代同堂。代与代之间存在着直接养育、间接养育和被养育的关系。这种养育与被养育的关系当然在其他的社会关系中是没有的。代际的差异通常是以年龄来划分的，而年龄的差异则必然会带来人生观、价值观、生活方式以及个人性情等方面的差异，因为每一个年龄段的人都有着他自己所处年龄段的时代背景，他的成长和时代是同步的，什么样的时代背景往往会决定着一个人有着怎样的人生观、价值观和生活方式，甚至个人的性情也在很大程度上受到时代的影响。在我国曾一度引发大讨论的“代沟”问题，其实是很现实地存在于每一个家庭之中，或多或少地影响着每一个家庭中各成员间关系的好或坏，家庭生活质量的优或劣。

可以说，我们每一个人，每一个有家庭生活的人，都处在一张错综复杂的关系网之中，如果处理不好这些关系，则会给我们的人生带来很大的烦恼，严重的甚至会导致“鱼死网破”的恶劣后果。正因此，我们对家庭中的诸多关系应该充分地加

以重视，应该从心理上，从言语和行动上，来对我们自己进行一场彻底的革命。前面我们就已说过，很多人都走入了亲情的误区，以为夫妻、父母、子女、七姑八婆等等家人亲属之间，还有什么说不得做不得的，都是自己人嘛，何必那么讲究呢。这个想法其实是大错特错，家庭矛盾的隐患往往就是因为这种心理，从而埋下了亲人间冲突的祸根。我们首先要学会将自己的亲人当成是一个独立的具有个人特质的人来看待，改变我们固有的陈旧的思维，以一种全新的眼光看待我们的家庭，看待我们的亲人。只有这样，我们才能体味亲人与亲人之间种种细微的感情和亲情。血浓于水，此言固然是对的，但如果血不能够通畅流动，那又怎么能使得一个生命健康蓬勃地生长呢。家庭的道理也是一样。我们只有让亲人与亲人之间那抹神圣的血欢快热烈地流动起来，我们的人生才会有望获得幸福。

我们中国人是最注重家庭生活，最注重亲情的，古人说“修身、齐家、治国、平天下”，又说“家事、国事、天下事”“一屋不扫何以扫天下”，其中，“家”始终是一个最基本最重要的中心，在这里，其实古人已经言明了亲情的不可替代性。其实，现当今的潮流早已出现了向家庭回归的趋向，在西方国家，注重家庭生活注重亲情又成了新的时髦，人们将一个人是否拥有幸福美满的家庭生活，是否能够处理好家庭关系，把握住亲情，主动地享受亲情，看成是这个人成就的重要组成部分。确实，家是一个遮风挡雨的地方，是一个人成长和栖息的地方。我们在家中长大成人，我们在家中迈出人生旅途的第一步，最后，我们仍然回到家中，躲避风雨，让疲惫的身心获得休憩。家既是起点也是终点，既是出发的港口也是远航归来的陆地。如果说家是一幢茅屋，那它应该是世界上最温馨的茅

屋；如果说家是一幢大厦，那它应该是最坚固的大厦。

只有在这样的情况下，我们才能真正地去发现亲情，发展亲情，关注亲情，并走出亲情所带来的误区。正是基于此，我们编写了这本书，希望通过这本书，给所有热爱生活的人们传递出一个信息：当你在社会上拼搏奋斗的时候，别忘了回头看一眼自己的家，审视一下你所拥有的那份亲情。同时，也传达出衷心的祝愿：让每一个人都拥有甜蜜的亲情；让每一份亲情都维系着一群幸福的人！

目 录

上篇 家庭亲人间的浮生万象

第一章 永不沉没的诺亚方舟	(3)
1. 结婚前夕，你害怕吗	(3)
2. 真的是恨不相逢未嫁时	(7)
3. 面对婚姻的选择秘诀	(10)
4. 期望值与实现值	(14)
5. 两个人的世界加起来有多大	(17)
6. 一起照镜子的人	(22)
7. 新婚夫妻的心理交流	(28)
第二章 婚姻是爱情的坟墓吗	(35)
1. 爱情健忘症的正与负	(35)
2. 关于男女的话题	(40)
3. 丈夫原来是男人	(45)
4. 妻子原来是女人	(60)
5. 男人拉破车女人看窗外	(73)
6. 不解风情的是谁	(82)

7. 夫妻对家的看法	(97)
第三章 命中注定同床共梦	(101)
1. 你是个温柔体贴的好妻子吗	(101)
2. 在事业上助丈夫一臂之力	(111)
3. 对付丈夫的绝招	(121)
4. 永保魅力的妻子	(137)
5. 大丈夫对付老婆的艺术	(160)
6. 你不是气(妻)管炎吧	(170)
7. 大男子主义过时了	(183)
第四章 家是一张温暖的网	(208)
1. 可怜天下父母心	(208)
2. 作一个孝子孝女	(221)
3. 婆婆坏还是媳妇坏	(227)
4. 丈人看女婿,越看越生气	(240)
5. 姑姑嫂嫂不是姐妹花	(245)
6. 打虎亲兄弟	(251)

下篇 家庭亲人间的沟通秘诀

第一章 说的要比唱的好听	(261)
1. 委婉地表达感受和意见	(261)
2. 不要把讨论变成争吵	(264)
3. 试着把问号挂在嘴边	(270)
4. 不要太唠叨	(273)
5. 言辞要合理实际	(281)

6. 要学会富有针对性的赞美	(284)
7. 千万别含糊	(287)
第二章 贴肉点，别打擦边球	(293)
1. 不要太圆滑	(293)
2. 不要吹毛求疵	(300)
3. 不要找借口	(303)
4. 避免不恰当的幽默	(314)
5. 你不能自以为是	(319)
6. 要有一双懂得倾听的耳朵	(326)
7. 开口并不是唯一的选择	(329)
第三章 重要的是爱的方式	(337)
1. 对家人的看法要抱以信任	(337)
2. 要学会主动去了解	(340)
3. 承认对每件事都可以有多方面的看法	(344)
4. 不要玩恶意的游戏	(348)
5. 要针对家人的经常性反应改变自己的言行举止	(355)
6. 要善于选择好的表达爱的方式	(357)
第四章 健康的心灵才能拥有爱	(391)
1. 正常的人未必就有健康的心灵	(391)
2. 健康的心灵会作出自由的抉择	(393)
3. 作一个有安全感的人	(399)
4. 作一个情绪稳定的人	(410)
5. 学会珍惜经验	(417)
6. 敞开胸怀接受他人	(422)

上篇 家庭亲人间
的浮生万象

第一章 永不沉没的诺亚方舟

1. 结婚前夕，你害怕吗

结婚是件美妙的事情，几乎每个人都要面对它，但另一方面，婚姻似乎又是一件令人恐惧的事，许多人并不能在婚姻中白头偕老。这是个有目共睹的事实。今天，许多的青年男女以“同居”来逃避结婚，他们可以享受性生活与伴侣的乐趣，却不必承担婚姻带来的社会责任，也不必遵循传统的“终生不渝”的婚姻美德。但这在我们的社会中毕竟不是主流，更多的人仍然要面对婚姻，因为无论从哪个角度看，婚姻仍不失为人类社会中一项最稳固最安全的制度。

“婚姻共同体是由一个男主人、一个女主人和两个奴隶，说到底是由两个人组成的。”这是本世纪初一位名叫安布罗斯·比塞尔的美国作家给婚姻下的定义。对婚姻所作的种种嘲弄最厉害的也不过如此了。自古以来，有很多人婚姻进行过尖刻的嘲笑和讽刺，但是有一个事实却被人遗忘了，那就是很少有人能摆脱婚姻家庭这一人类社会生存的基本模式，包括那些对婚姻进行讥嘲的富有才智的人。

婚姻最初的解释是“婚姻之道，谓嫁娶之礼”，意思是说婚姻是嫁娶的仪式。我国自从周代成立宗法社会以后，非常重

视家族的组织，而婚姻的目的也就以扩展家族，繁衍子孙为己任。从这个意义上看，婚姻并不仅仅是男女两个人的事情。男女两人仅仅只是嫁娶而已，但婚姻却包含着旧家族的扩大或延续，并不仅指一个新家庭的成立。这种传统的婚姻意识，即使到了今天，也仍然是存在的。

现代的社会学家说“婚姻是经过某种仪式，被社会所认可的男女的结合。”现代法律则说“婚姻是具备了法定条件的一男一女，以终生的共同生活为目的的结合关系。”

其实，无论从传统还是现代的角度来看，婚姻都是带有强烈的社会色彩的，往往涉及到一个人的很多方面。这也正是现代人在面临婚姻时，产生情不自禁的畏惧害怕情绪的根源之所在。

虽然现代社会的婚姻基本上都是自由恋爱式的，所谓“窈窕淑女，君子好求。”男女双方往往是情有独钟，经历了一定时间的恋爱阶段，然后才登堂入室，进入婚姻的“围城”，一对恋人成了一对夫妻。正是这种社会角色的转变，使得原先无牵无挂的两个“自由人”开始涉入家庭关系的“雷区”，而在这片“雷区”中，夫妻关系无疑是家庭关系中最至关重要的。

大多数原先感情关系都很不错的恋人，在婚前如胶似漆，可是在婚后不出几年，就发生了所谓的“感情危机”，这究竟是什么原因呢？其实，一个主要的根本的原因就是，恋爱双方对婚后生活缺乏必要的心理准备，说到底就是对夫妻关系以及家庭内部种种其他关系缺乏一个必要的心理准备，从而导致了争吵、猜疑和怨恨，最终使得夫妻关系失去了和谐。

生活是不断变化、充满意外的，尤其是一对恋人进入婚姻状态后，除了谈情说爱以外，生活又多了很多其他的日常内