

十一、家务事不能太计较，夫妻间不好太严肃

轻松夫妻情



婚姻的承诺是神圣与严肃的。彼此相爱，相互施与和缔造幸福的责任也是认真严肃的。但是生活如果太严肃，忘掉有玩笑、娱乐、开怀、轻松、幽默和兴致的一面，婚姻可能会变得贫乏、呆滞、沉闷、麻木、无聊和黯淡无光。

有些人个性严肃，不论时间和地点，不管对人对事都是一板一眼，丝毫马虎不得。该严肃的时候严肃，不该严肃的时候也严肃，让身边的人常常感到受压迫，心情永远沉重。比如一位当老师的，上课时只懂得要求同学认真听讲，却不肯讲讲笑话，说说故事，逗一逗学生；下课铃一响，孩子们像兔子一般的穿撞，像蝴蝶那样的飞舞，露出活泼灵活的本色，谁若被他看见了，都要挨骂，结果不但自己不开心，同时也不受学生喜爱，这又何苦呢？

过度严肃的后果

在婚姻生活中，夫妻之间是否也凡事过度严肃？有人看电视只看新闻，不看卡通，不看喜剧，这样好吗？夫妻两人在房里说话，却从来连一点挑逗和情趣的话也不说，这样的正正经经有益于两人的亲密关系吗？相反的，如果彼此能够放轻松，亲切地戏谑，甜蜜地爱抚，热情地拥抱，就能快乐地享受对方的临在。

现实生活中有许多困难和烦恼，要处理这些棘手的问题已经够头痛了；如果你还抱着严肃的态度对待日常生活起居，家中连一点小欢乐皆被剥夺掉，换来的是不必要的忧郁和消沉，那肯定会使生活的气氛变得沉闷。

轻松的夫妻关系通常是快乐的，不但一家大小精神愉悦，连与他们接触的左邻右舍也感染到欢愉。他们懂得作乐，以笑话和幽默去弥补避免不了的困难和辛苦。夫妻之间的言谈带有诙谐，互相逗笑，能给家里带来温馨和自在。彼此是对方的盐，有了它作为生活中的调味品，那么两人之间即使有摩擦，也不容易造成伤害。

黄先生性子很急，待人处事讲究效率，常给别人一种压迫感。因此每当他出门时，妻子总会微笑地对他说：“深呼吸！”先生听了会顺从的长长吸一口气。然后妻子扮一个鬼脸，愉快的欢呼说：“哦，轻松多

了！”脸带微笑的黄先生确实也因此轻轻松松的出门。当遇到令他懊恼的事情时，他下意识的就会吸一口气，冷静的面对问题。

态度严肃的夫妻很容易被困难所捆绑，因为他们把焦点和精力都放在问题上。不论是孩子、金钱、健康、工作或人事方面的问题，他们都容易受困扰，症结就在于过份专注于问题本身，忽略了所牵涉的感情与人际层面。其实只要他们放轻松些，开诚布公，把心里的感受和需要说出来，不但能彼此分忧解闷，甚至还能增进双方的感情。

生活太严肃的人会把持着一些僵化的规律，大小事情都要遵从这些条文，并老气横秋地教训与数落别人。孙先生自认非常重视孝道，规定了一些自己必须遵守的行为习惯，比如每个月要给父母多少钱，每个星期要探望他们一次等等。即使环境改变了，父母的需要不同了，他的规矩却不改变；现在他还教训子女依样画葫芦地效法自己，孩子却不认同他的看法，双方关系有了龃龉。

及时享受家庭生活

过于严肃的人也会有不能及时享乐的困难。他们把现在就可以享受的乐趣，比如周末的户外活动，随性的娱乐节目，无端地加以延缓押后，他们总有许多事物要做，而无法享受悠闲与游戏的乐趣。例如他们常常把子女的功课、老板的吩咐、清理厨房等事看得比娱乐重要。并不是说这些事不重要，但家庭生活的乐趣对个人和人际关系的健全也是重要的。若不能及时把握生活的情趣，就会失去生命的活泼和喜乐。



有一位成功的专业人士，婚后一直拼命地工作，没有时间跟家人一起玩乐。他认为等退休后就会有宽裕的时间和家人相处。不幸的是，等他退休时妻子却得了癌症，子女也各自成家，这令他懊悔莫及。

轻松活泼的夫妻关系，不须要许多财富就能活得富足。他们不容易受挫折或陷入沮丧，因为每天的生活中有取之不尽的愉悦。他们对人对事比较有弹性和创意，得失心不那么重，生活不会受僵化的想法所羁绊。他们能在日常的起居中保留或挤出一些游戏时间，简单的变化，如将自己的装束改扮一番，把发型变换一下，或改变自己周末的活动次序，这都能够为两人的情感带来新鲜感与乐趣。培养与分享生活中的一些情趣活动是有益的。它是一种惊奇和投入，引发你对不同事物的接触和欣赏；绘画、烹饪，养鱼、园艺、咏诗、卡拉OK、远足等等都能发挥这些功能。

当然活动本身不一定能够带来愉悦，因为有些人把活动当着工作。为他们，钓鱼或登山只是为了活动了事，并没有真正享受悠闲，也没有引发人与人的心灵共鸣。在日常生活中，有兴致的人能享受活动过程所带来的许多乐趣，而没有这些兴致的人则显得贫乏苍白。

夫妇们，好好放松自己，轻松一下吧！