

## 加鹽巴或加醬油？

吵架或冷戰是夫妻相處時常遇到的問題，例如：(1)丈夫喜歡吃淋上醬油的荷包蛋，妻子卻不喜歡在荷包蛋上淋醬油；(2)丈夫習慣從牙膏的末端開始擠，妻子習慣從中間開始擠；(3)丈夫習慣把浴巾橫掛，但妻子認為橫掛太佔空間。諸如此類的生活習慣，雖然看似微不足道，卻總是成為婚姻的危機。如何經營一個幸福的家庭，「愛」是絕對必要的條件。引用聖經哥林多前書第 13 章 4~5 節：愛是不求自己的益處，不輕易發怒。當我們希望對方變成自己心裡想要的樣子時，就是一種自私的表現，這種表現對另一半的習慣、個性、價值觀、甚至是原生家庭的教育等等都是一種否定。試著想想，你希望你的原生家庭被否定嗎？每個人的習慣本來就不同，而習慣不同也不是件犯法的壞事，為什麼我們要勉強別人改變呢？當我們要求別人改變時，別人也同時希望我們改變，如果互不相讓，那麼每天都不快樂。不如先從自己改變吧！有時候自己的改變也能換來對方善意的改變，那就不會爭吵了、也不會有壓死駱駝的最後一根稻草。除了改變，也應該溝通，了解另一半為什麼要這麼做。例如本來約好時間在某個地方集合，妻子卻遲到了，這時丈夫不應該還沒問清楚原因就生氣，也許妻子在路上遇到了什麼意外、或是為了幫丈夫準備什麼東西而拖延了時間，這時只要多點耐心溝通一下就沒有問題了！所以我們要記得多站在別人的立場著想，少一點私心，才能獲得幸福快樂的家庭。



# 心 靈 活 水

活水神經內科診所  
分享者:全體員工  
整理者:復健人員 少蓁

出處 ---蒲公英 November, 2011 No. 152

