

## 扬长避短 发型速配身材

短小身材——利用盘发增加高度



小巧玲珑的身材,在设计发型时应强调丰满与魅力,在整体比例上,应着重于如何拉长身高,不适合留长发,也不适合把头发弄得很蓬松。可利用盘发增加高度,而且要在如何使发型秀气、精致上下工夫。

高瘦身材——适合留长发



高瘦型是比较理想的身材,但容易产生眉目不清的感觉,或者是缺乏丰满感,因此在选择发型时,要尽量弥补这些不足。这种身材的人适合留长发,不适合盘发,也不适合将头发剪得太短。

矮胖身材——有层次的短发较好



身材矮胖的人要尽量弥补自身的缺点,在设计发型时可选用有层次感的短发。不宜留长波浪、直长发。

高大身材——切忌发型花样繁多



这种身材在设计发型时,应努力追求大方、健康、洒脱的美,以减少给人大而粗的印象。以留简单的短发为宜,直长发、长波浪、束发、盘发、中短发式也可酌情运用。切忌发型花样繁多。(搜狐)

家庭幸福、夫妻恩爱是我们对家庭生活的美好向往。而事实上,日常生活中有许许多多的“绊脚石”正在悄然无声地影响着夫妻间的感情。有爱就有幸福,而爱的氛围需要夫妻双方共同去精心营造!

# 夫妻情感的 十大“绊脚石”

“绊脚石”之一:高新科技病

高新技术给家庭生活带来了方便。比如电视、互联网等使我们足不出户便知天下事。但是确有一些夫妻,对高新科技利用不当。夫妻一方沉迷于看电视、上网聊天、玩电子游戏成瘾不能自拔,使夫妻间沟通的时间缩短、隔阂增多。

“绊脚石”之二:归属感过强

这与我国的文化传统有较大的关系。我国自古以来就有“嫁鸡随鸡、嫁狗随狗”的说法,致使夫妻双方有很强的“我爱人是我的”归属感。这种归属感本无可厚非,对家庭的维系也起着积极的作用。但是,归属感过强容易造成婆媳关系不和,一旦婆媳关系不和,就会使丈夫处于两难境地。如果丈夫最后偏向公婆,夫妻感情就会受到很大冲击。

另外,归属感容易造成配偶与异性的正常交往遭到嫉妒和压制,使其产生一种被束缚的感觉。而挣脱束缚是人的一种正常心理,这又会使夫妻双方故意作对,造成夫妻关系越来越糟。

“绊脚石”之三:“以自己为标准”心理

自己所喜爱的,以为别人也喜爱;自己所讨厌的,以为对旁人也十分有害。这就是“以自己为标准”的心理。这种心理也影响着夫妻之间的关系。

“物以类聚,人以群分”。在诸如信念、态度和价值观方面的相似性能促进夫妻间的彼此沟通。当发现对方与自己的诸多观念不同时,便会自己走开而冷落对方,这样做只会激起对方更大的愤怒,给夫妻生活蒙上阴影。

“绊脚石”之四:性生活不协调

国外研究资料表明,当问到一个人一天想要有多少次性行为时,54%的成年男子和19%的成年女子说他们至少一天想有一次。引起性反应的根本原因



是心理上的,而不是生理上的。比如:害怕性行为的结果;担心配偶对自己能力的评价;营养不良、疲劳、紧张、过量饮酒、药物等对性能力造成的不良影响等。这些其实是可以进行治疗来改正或克服的。但是,如果夫妻双方对不协调的性生活不予关注并加以改善,将直接导致性欲不能得到满足而引起婚姻破裂。

“绊脚石”之五:对感激和尊重的重要性认识不足

每个人付出时从心理上都希望得到肯定、感激和尊重。夫妻共同生活,自然为对方付出很多,但对方往往又认为夫妻之间不必讲客套话。这样,为爱人付出时希望得到尊重和感激,而对爱人的付出又视而不见,长此以往,互相埋怨增多,互相理解减少。如果渐渐疏远的趋势得不到控制,便有进一步发展成婚变的可能。

“绊脚石”之六:经常分离

工作和生活的节奏越来越快,因出差而夫妻暂时分离的情况司空见惯。人存在这样一种一般性倾向:会越来越喜欢亲近的人,对某个人或某种事情了解越多就会越喜欢。经常分离,会使夫妻间的了解和喜爱受到影响;长期分居还会使夫妻间不能过正常的性生活,甚至导致丈夫或妻子出轨。这无疑对夫妻关系造成了严重的影响。

“绊脚石”之七:独立性过强

随着妇女经济地位的独立,妻子在家庭中的地位也越来越高。据研究资料表明,夫妻间在相互依赖时,矛盾容易化解,敌意容易消失。如果夫妻二人都想在家里说了算,当“一把手”,且双方地位、实力又相当,那么这个家庭就可能出现危机。

“绊脚石”之八:吸引力逐渐减弱

研究表明人对新鲜的事物更感兴趣。夫妻共同生活在一起,时间长了,对对方的情况都了如指掌,感觉就会越来越平淡。同时,夫妻间任何一方为了寻求激情,也可能导致分手。

“绊脚石”之九:第三者插足

文化对性策略和性观念起着重要作用。20世纪60年代国外的“性解放”主要是由于女性非常愿意发生随意的性关系而造成的。我国的传统文化非常重视夫妻间的忠贞,而第三者插足对当事人的家庭来说,是难以弥合的裂痕。

“绊脚石”之十:压力过大

现代社会给人们带来了快节奏、高消费的生活。在人们仅有的时间里总有太多太多的事情要做,还要为不可预测的前途担忧,工作、生活、疾病等都会给人们带来巨大的压力。研究资料表明:压力尤其是巨大的压力会导致婚姻满意度降低。

影响夫妻关系的原因还有许多。诸如:经济困难、意见不同、来自心理的、身体的、情绪的反常现象等。如何绕过形形色色的夫妻情感的“绊脚石”,使婚姻生活真正达到美满呢?夫妻间应在互相喜爱的基础上,互相信任、互相尊重、互相理解、互相支持、互相关爱、互相帮助并站在对方的立场上思考、对待及解决问题,加强沟通、防微杜渐,以积极主动的态度看待矛盾,充分利用各种积极因素,去除消极因素,夫妻双方还要多了解一些必备的性知识,从而提高性生活质量。

请记住:只要你认为你的爱人是最好的,你的爱人就会认为你是最适合的,而且你们也一定会成为最幸福的!

(据新华网)

## 夫妻吵架没有胜利者

“忍”字尤其代表了仓颉的智慧。被一把刀“插”在心上,那种被撕裂、痛不欲生的感觉,婚姻中的人体会得最为深刻。明明他(她)是爱自己的人,却用世上最锋利的刀,对自己无情地割。与屠戮所不同的是,婚姻中的战争,只有受害者,没有胜利者高奏凯歌。

自从结婚以来,我的心已经被“插”过多把不同品牌的刀——瑞士军刀、水果刀、剔骨刀……有些伤痕至今未愈。但我在这里并非是想控诉,我想说,我爱自己的妻子,而且我们的感情依然很好。从某种意义上说,在我与妻时不时的“搏杀”中,也增进了我们对婚姻的理解,这是一对“身经百战”的夫妻最为重大的收获。

记得我们结婚3年时,是双方争吵最为频繁的时期,每次我们吵得不可开交时,我就会对她说出一句:“是你走,还是我走?”之后,要么是她怒冲冲地摔门而去,要么是我夺门而出,总之,我有一个这样的意识:怒火是不可能平息的,唯一的应对方式就是逃避。

这样做的效果并不好,当我们某一方选择离场后,并不代表争执自动消失,相反,当我们在外面冷静一段时间后,一回家,依然要面对僵局。“我们这样吵下去,迟早会吵散的。”有一次,妻在伤心后这样对我说,我愣了,说实话,我并不想失去她。

有一次,我们闹别扭后,我并没有选择离开,而是心疼地说:“我不会走出家门半步,也希望你不会,我们都学会冷静地处理问题好不好?”妻同意了。这是一个伟大的转折,并不是说我们从此没了争吵,而是家里形成了这样一条不成文的规矩:争吵时,我们双方绝不选择离开。

不选择离开,意味着风险增加,但也有好处,至少能让对方把该说的话说完。而在之后的相处中,我会发现,她说的有些话是对的,如果我夺门而出,双方就会越吵越凶,越气就越觉得对方不可理喻。

我坚信自己的判断:在婚姻中,一旦争吵发生,逃避不是好办法,不如坐下来,面对面听听对方说的话。

(据《楚天都市报》)



## 父亲的水烟袋

□鹤煤(集团)公司 柯常春

父亲有一杆水烟袋,烟嘴、烟杆、烟锅(装水)及烟盆全是铜的,圆溜溜的,泛着金黄金黄的光泽,光可鉴人。水烟袋,优越于旱烟锅,它可把部分烟油控于水中,因有益于健康而受欢迎。

后来母亲告诉我,她当童养媳来到柯家时,父亲就有了这个东西。母亲又说:“那是柯家的传家宝。”是的,这水烟袋到父亲手上,已是第二代了。父亲视它如宝贝,精心使用,每每悠悠然抽摆一阵子,就用柔软的布轻轻地擦拭一番,就像一个艺术家在料理一件艺术品一样细致。父亲吸烟的姿势很优雅,左腿跷起,压住右腿,左手握住水烟袋的底座,右手提起烟锅吹烟灰,轻轻吸入一口气,经肚内循环,然后烟从鼻孔喷出,不紧不慢,犹行云流水……

在我们村,羡慕父亲水烟袋的人比羡慕他儿子的还要多。队长曾以两斗包谷换这个“宝物”,父亲没答应,在破“四旧”那会儿,父亲把它藏得严严实实的,才躲过了一劫。

光阴似箭,转眼我就初中毕业了,接到高中录取通知书那天,我高兴得不知说什么好。我跑到队上,向正在开会的父亲和母亲报告了这一喜讯,父亲没出声,烟锅子一锅接一锅,吸得咕咕响。“你倒是说话呀!”母亲说,“这一考取又得花几十块钱,到哪儿也借不到。”“让娃娃读书吧,我把这水烟袋让了。”父亲的这句话,像是憋足了劲儿才说出来的。“几十年了你都舍不得。”母亲说。“卖吧,能换够娃娃的学费就行。”父亲说。第二天,母亲就带着父亲那杆水烟袋,走进了大队保管家,出来时手上攥了一把零碎票子……

如今我再也不像当年父亲那样为吃穿发愁了,前些年我回故乡,从当年保管家的后代手中好说歹说花高价买回了父亲的水烟袋。水烟袋依旧,还是金黄金黄的,光可鉴人。可是,水烟袋的主人却不在人世了。

那天,农历四月二十四,是父亲的祭日,我装好了一锅烟,点燃,把它轻轻地放在父亲的坟头上……