雙人枕頭的戀曲
——「針」「線」情

文／立蓉

最近幾年，有一首歌曲「雙人枕頭」非常流行，詞意中詮釋夫妻間的親密關係及相互的影響，的確能夠打動人心，膾炙人口。夫妻關係就如同「針」與「線」一樣，彼此互相牽動與依賴。「尪仔某」的關係是所有人際關係中最親密的關係，所謂「十年修得同船渡，百年修得共枕眠」，夫妻是上輩子就相約來結緣一起生活的。因此，這種的姻緣與感情得來不易，應該要懂得珍惜。

結婚，就表示要跟他（她）廝守一輩子。但是，仍有部分的婚姻，半途即勞雁分飛，離婚收場。近年來，離婚的現象一年比一年普遍，大約每小時就有5對夫妻離異。所以，有人會問，現在的夫妻是出了什麼問題，還是這個社會風氣讓他們有樣學樣，互相效法。依照常情，現代人的婚姻，大都是先經戀愛而後結婚，理應更成熟才是，爲何這種婚姻基礎反了如此薄弱，經不起考驗？實在令人費思。

目前的家庭狀態，小家庭相當普遍，也就是夫妻兩人與孩子生活在一起，頂多加上父母等三代同堂。所以，以現階段來說，年輕夫妻必須要獨立負擔家庭生計，奉養雙親及教養子女。夫妻兩人在家庭中的角色非常重要，如果兩人的協調配合不好，抑或是讓夫妻任一方獨立負擔家計，除增加自己的負荷外，對家庭的發展、子女教養與照顧，都有不利的影響。因此，最重要的是，夫妻要把雙方視爲生命共同體，彼此唇齒相依，必須互相協力與合作，就像「針」與「線」般的感情，永遠連在一起，唯有這樣，才能談家庭的發展與興旺，所謂「家和萬事興」，即是道理。

婚姻生活中，天天面對的是柴、米、油、鹽、醬、醋、茶的日常事務，日子難免會感覺平淡與乏味，現實的生活當中，夫妻感情已不再浪漫，彼此也失去了吸引力，在彼此距離縮短之後，夫妻間的「靠俗」，卻少了尊重。兩人間偶發的爭吵、鬥嘴是難免的，重要的是如何讓二人生活常保新鮮與樂趣，讓兩人「相看兩不厭」。所謂「相愛容易相處難」，夫妻間的相處，須要不斷的調適與學習，這也是本文想要探討的。

夫妻應如何相處

一、認清婚姻的本質，它是夫妻共同經營的家庭事業

婚姻，本是一對男女在經過認識、交



「迎新」
攝影／張仁信（家計所提供）



共同經營美滿的婚姻生活
攝影／葉瑞聰（家計所提供）

往之後，彼此能夠信任、相愛，並且有準備與對方廝守一生的共同信念而結合。基本上，結婚與戀愛是有差異的，因此就有「結婚是戀愛的墳墓」一說。事實上，眞的是這樣嗎？雖然婚後有些婚姻失敗的例子，但仍有許多夫妻愛情在婚後才漸成熟，享有更甜蜜的婚姻生活。因此，婚姻成功與否，是需要夫妻雙方共同經營，婚姻的本質，是您在婚前即須認識，婚後需要學習的。

1.婚姻是男女雙方的契約，任何一方的不遵守約定，婚姻便有缺憾。

2.婚姻是兩人的家庭事業，需要雙方一起耕耘打拼。

3.婚姻面對的是柴米油鹽醬醋茶的現實生活，幻想是不切實際的。

4.婚姻不是兒戲，帶有承諾與責任的。

5.婚姻是適應的過程，生活上的磨擦是自然難免的事。

二、認識並接受你的伴侶，包容與讚美是夫妻相處的良方。

不管是媒妁之言或是戀愛結婚，你的另一半，總是經過深思熟慮之後的選擇，雖不盡完美，但都已被接受才對。每個人的思想、觀念和生活方式，會因過去的成長環境與經驗之不同而有所差異。因此，是無法強迫對方的想法與自己一致。所以，夫妻應該瞭解對方的看法和對事物的觀感；並以和善的態度接納他（她）；包容對方的缺點，讚美對方的優點，相互欣賞，相信你（妳）的另一半定能感同身受，同樣的回報給你。這種互動是一種良性的循環，需要兩人去努力營造。

三、找時間談話，找個地方讓兩人單獨相處，把愛情找回來。

結婚一久，常因工作關係或照顧孩子，佔去很多時間、精力、和注意力，或因社交活動太多，很容易造成夫妻之間連交→



讓孩子健全成長，首要有健全的家庭
攝影／徐水旺（家計所提供）

談的機會都減少了。有些夫妻甚至忽視談話的機會，認爲沒有什麼話題好談，使得夫妻間關係漸感疏離與乏味。爲了避免夫妻之間感情的淡漠，應該安排兩人單獨相處的時間，可以去逛逛街、散步，也可嘗試找出共同嗜好，如運動、聽音樂會、一起看電視、電影等，如經濟許可，也可以暫時離開家庭及工作到外面去「二度蜜月」，這些都能在平淡的婚姻生活中，常保婚姻生活的新鮮感，增進兩人的感情，營造更多的生活樂趣。

四、適時開口，不嘮叨；適切的關心，不猜疑。

生活難免有壓力，身心也有疲倦的時候，憂慮、恐懼、緊張、興奮等都會影響情緒的起伏。夫妻應學會辨識這些徵象，適時的關切，使對方能夠得到安慰與休息。切忌不斷的埋怨，發牢騷，挑毛病，找麻煩，甚至猜疑。事實上，嘮叨一點用處都沒有，反而容易引起對方的反感與不關心，應該追蹤對方感覺的來龍去脈，設法找出問題發生的原因，避免生活的不快與衝突。

五、良好的情緒管理，勿讓情緒失控，成為衝突的導火線。

情緒管理是最近流行的話題，我們常常發現人際關係的緊張與衝突，常常因爲情緒管理不當所導致，夫妻情況也是如此。夫妻任何一方，不管是在外工作或上班遭受上司、老板及同事的排擠，或因工作的不順利產生挫折，情緒受到影響，而遷怒自己的妻子或先生，進而產生衝突，這將是最令人難過的傷害，實在是不值得。控制自己的情緒，想辦法忘掉那曾經令你不悅的回憶，此時，任何一方適時的安慰與關懷，都有助於對方情緒的釋放，使情緒管理的更好。

六、謹慎處理夫妻吵架問題，意見的不同只有靠不斷的溝通。

夫妻吵架是常見的問題，如果經由「吵架」的過程，妥善處理衝突，彼此能夠更瞭解對方，反而成爲另一種建設性的溝通方式，這有助於婚姻的成長。但若未能妥善處理，使吵架問題持續增加或擴大，則吵架只有徒增婚姻的缺憾。所以，夫妻吵架必須找出吵架的主要原因爲何，是溝通不良、講話技巧不佳、情緒控制能力不好……等，以下有一些原則提供認識與參考。

1.夫妻因意見的不同偶生齟齬是正常；

現象。

2.吵架是「角度」問題而非「是非」問題。

3.同一件事不重複吵，不翻舊帳，情緒不拖至第二天。

4.不要在第三者前面吵。

5.吵架不要有贏家，先認輸者才是勇者。

6.敘述事實眞象，不要加油添醋。

7.避免沉默冷戰。

七、疼惜另一半，讓婚姻和諧有愛。

俗話說，「惜某是大丈夫，打某是豬狗牛」，意謂，作丈夫者，當如婚前濃情般的疼惜愛妻，而非婚前一種情，婚後一張臉。疼惜另一半，雖然不至於像一首歌曲中所謂「愛某水給某洗腳腿，愛某白給某捧臉盆水」的地步，但還有很多方式，例如，分擔家事勞務、照顧家人孩子、心情組喪鬱卒時的體諒及安慰、病痛時的關照及至生活上的噓寒問暖等。有了體貼及疼惜的那份心情，彼此都將互相感動，生活上的困頓及疲憊，也就不足爲奇了。

夫妻因意見不同而生齟齬動干戈，是極爲不智的，打某（尪）是粗魯的行爲，甚至還到會遭到連豬狗都不如的批評呢？不但如此，夫妻情感受到損傷，撫慰醫治身心創傷，還得投注更多的精神呢！所以，夫妻齟齬，僅能動口不動手，而且要很快地作到「床頭吵，床尾合」，才符合「越吵，感情越好」。

八、扮演好現代夫妻角色，愛妻、愛子、愛家，作個新好男人；勤儉持家，賢慧明理，作個賢內助。

現代的社會，夫妻扮演的角色有稍微的改變，兩人都有職業工作（雙職家庭）的角色壓力，現代的男人，不僅要在工作上有好的表現，在家中一樣要負起整理家務、照顧子女教育的工作，因此，他可能要扮演兒子、父親、丈夫、工作者的多重角色。現代的女人，可能也要扮演太太、母親、媳婦、工作者的角色。所以，大男人主義可能已不合時尚，「女強人」未必適於每個男人，「男主外女主內」的傳統角色扮演，也要隨著潮流有所調整。夫妻角色就像天秤一般，若能夠取得平衡，婚姻自然和諧美滿。

結語

我們常用「白首偕老」、「永浴愛河」的祝賀詞，祝福新人步上紅毯，成家立業。但爲何朝夕相處的夫妻，閨房勃谿，鴛鴦各分飛？讓關心他們的親友同聲嘆息，也留給社會世人更多的省思。夫妻是生命共同體，婚姻需要經營的道理人人能懂，實踐起來卻也不易，我們期待所有的婚姻伴侶，在同甘苦的日子裡，尋找夫妻兩人的相處之道與溝通方法，讓「雙人枕頭」的戀曲永遠的唱下去，「針」與「線」和諧有情。

農友的福音

綠色大革命神奇有效微生物群

栽培旺(SAION)-EM系列

日本原裝進口

功效：改善土壤理化性，助長作物根系發展，增強養分吸收，促進果實發育增加甜度，花朵數增加花期延長，提升抗病力抑制線蟲發生，延長農產品保鮮儲藏期間。EM1號促進綠肥及有機質之醱酵分解。

用法：灌土、噴葉．製造EM醱酵有機肥。

日本SANKO會社榮譽出品檢台(83)5字第00351號

商品名	楓木葉企業股份有限公司
栽培旺-EM1號	地址：台南市府前路一段245號
栽培旺-EM2號	電話：(06)2233527-9
栽培旺-EM3號	傳真：(06)2295043