

2021年11月02日 星期二  
责编:刘芳  
美编:胡兴鑫  
言李懿  
校对:曹韵红

# 小寒的幸福婚姻秘诀

株洲晚报融媒体记者/刘芳

年轻时候,我们预想的爱情是“一屋、二人、三餐、四季,陪你共度余生”。可真到了现实中,“五天六吵七素八荤,容我思考片刻”才成了爱情婚姻里的常态。  
“其实每段婚姻都会有100次离婚的念头,50次掐死对方的冲动。”小寒感慨:“幸好自己在关键时刻,冷静下来了,没走到离婚那步。”



## 1

### 热恋期过后 心里产生了落差

在朋友圈里,小寒算是结婚比较早的,和丈夫小武交往不到一年就结婚了。结婚后,两人还保持着恋爱的状态。

可热恋期过后,小寒心里就产生了落差。特别是生了孩子后,夫妻两人进入了婚姻平淡期,她更是常常有失落的感觉,每天忙于工作和照顾孩子,有时候想对丈夫撒个娇,却发现自己浑身邋遢,总是满腹牢骚,丈夫看了直皱眉。

到了周末,婆婆回自己家,照顾孩子就成了小寒一个人的任务。丈夫会以工作太累为由而睡懒觉,可小寒担心孩子肚子饿,只能早早爬起来做好早餐。

小寒发现,以前总对她甜言蜜语的丈夫,现在和她沟通起来基本上是“饭好了吗?”“我今天加班,晚点回来”“我去睡一会儿,你看一下宝宝”……小寒很是失落,虽然丈夫也会帮忙搭把手,但大多数时候都是被她大吼大叫地使唤着。

有时候夫妻俩为了孩子的事情吵架,就难免觉得对方和自己不是了感情。小寒一想到刚结婚的时候,每天早上她都在早安吻中醒来,丈夫也会每次进门就给她一个拥抱和亲吻。

吵架吵得多了,小寒也累了。两个人好像都成了易燃易爆物品,总是忍不住向对方喷火。小寒说,“我估计要离婚了,实在是受不了了。”

## 2

### 和自己握手言和 和丈夫握手言和

朋友劝小寒,“婚姻需要经营,要多沟通,不要冲动。”听了朋友的劝说,小寒也开始反省自己的婚后状态。她发现自己对丈夫说的话,也大多是“帮我拿个快递”“你怎么这点事都做不好”“你别搞了,我来”“今天还要加班吗”……

小寒在自己和丈夫身上找原因。她发现,自己自从生了孩子之后,就抛弃了以前的“柔情蜜意”,对待丈夫就好像对待自己的下属一样。或许,连下属都不如,至少对待下属会克制自己的情绪。

小寒习惯性的少了倾诉,多了指责,也在不知不觉中以妈妈的身份来告诉自己坚强,而忘了自己也是他的妻子。

她也发现,婚姻并没有自己想的那么差,丈夫下了班就准时回家,所有工资奖金都上交,之前也曾积极地周末带他们娘俩出去玩,是她总觉得出去玩太累了而让他积极不起来了。

曾经她以为自己是累,丈夫等同于半个隐形人,直到她多次和丈夫沟通后才知道,丈夫是因为“无从下手”才被她斥责成了半个隐形人。

小寒似乎找到了幸福的秘诀,就是和自己握手言和,和丈夫握手言和。

而今,小寒和丈夫又恢复成了从前的状态。她的情绪一天比一天松弛,即使还是跟从前一样需要上班,需要带娃。而且丈夫在她积极的情绪下,也更主动地参与到家庭生活来了。

## 3

### 不要让爱成为桎梏

人生海海,我们不断跋涉、前行。其实,很多人的情况都和小寒类似,一个人扛起了家庭里太多太多的责任,所以时间久了会累。“但很多时候,离婚未必就能直接解决问题。”小寒说。

她建议,在有这个想法时,首先可以好好想想彼此是否真的不合适,有多不合适;其次,想想这段婚姻到底是有多少差,自己离开后是过得更好还是更糟糕;最后再审视一下自己的经济、生活、精神是否可以独立,不要因为冲动而让自己处境更艰难。

“离婚不能冲动,不然就是一个赌气又对自己极不负责的行为。”小寒说,“我当时冷静思考,也是想到了丈夫虽然有许多让她失落的地方,但是关键的时候还是能撑起半边天的。”

其实,不管是婚姻、事业等,都不可避免有成功或失败。面对失败的婚姻,无论选择及时止损还是选择原谅,都应该把自己放在第一位,让自己过得更好。

“婚姻,不能阻止我们成长脚步。”小寒建议,与其纠结离与不离,还不如把重心放在自己的事业和成长上,拓展社交圈,有了自我,就会收获更多自信,也就会有更多坦然和勇气去面对生活的考验。当我们变得越来越好时,会发现婚姻里的争吵也少了,但是如果觉得婚姻成了个人成长的阻碍,而选择离婚,那也有了更多底气和自信。

正如纪伯伦关于婚姻的论述:“耳鬓厮磨中为彼此留出一些空隙,让天堂之风在你们中间起舞。彼此相爱,但是不要让爱成为桎梏。”

(文中小寒、小武均为化名,为保护隐私,部分事实虚化处理)

2021年11月02日 星期二  
责编:李曙光  
美编:言李懿  
校对:曹永亮

# 湖南卫视致敬株洲公安扫黑英雄 王德胜:穿上这身警服,就不能退缩

本报讯(株洲晚报融媒体记者/沈全华 通讯员/刘娜 张鹏)一整座音乐厅,一位实力歌手在无人拍摄的全沉浸舞台只为一位英雄演唱。10月31日19时30分,湖南卫视播出的公益类节目《向你致敬》中,歌手蔡国庆用歌声致敬“扫黑先锋”——株洲市公安局刑侦支队副支队长王德胜。

## 了解到王德胜的事迹 蔡国庆深受感动

王德胜是全国扫黑除恶专家库成员,奋战刑侦一线近30年,破获各类案件3000余起。中央扫黑除恶专项行动以来,以他为主侦办省、市,乃至全国有影响扫黑案件30余件,先后侦办了“三湘扫黑第一案”——文烈宏黑社会性质组织犯罪案,新晃操场埋尸案等重特大涉黑案件,入选公安部扫黑库人才。

为了营造气氛,导演组在录制现场布置了“卷宗林”,电视大屏幕上播放着王德胜的工作视频资料,蔡国庆在录制节目前仔细地观看王德胜警官的视频资料,一幕幕感受王德胜的刑侦历程,了解到王德胜事迹的蔡国庆也深受感动,表示自己从业30多年,第一次为他喜爱和崇敬的一位人民警察献唱感到很荣幸和自豪。

## 当“警服”遇上“军服” 别样“战友情”碰撞出火花

从穿上警服那天算起,王德胜的刑侦之路已经走了32年了。而蔡国庆92年入伍,也当了近30年的兵。

从警服开始拉话,再到蔡国庆为王德胜献唱的《少年壮志不言愁》,两人在《向你致敬》的舞台上逐渐打开了话匣子。当说到最近热播的电视剧《扫黑风暴》,王德胜警官就是其中一个原型案件——“操场埋尸案”的核心警力。

在新晃一中的操场上,一个被深埋16年的惊人真相终于被公之于众,这就是轰动全国的操场埋尸案。5个月,零口供,王德胜和他的团队仅3天就击溃犯罪嫌疑人的防线,破解了这桩惊天大案,胜利背后靠的是王德胜数十年刑侦一线积累的雄厚经验。

“我不怕牺牲,自己的所作所为也谈不上牺牲,只是做好自己分内的事情!”面对打压、诬告、巨额财产的诱惑以及生死威胁,王德胜表示,穿上这身警服,就不能退缩。侦办的案子再小,也要彻查到底。



▲王德胜在节目中讲述自己的刑侦故事。 通讯员供图

## 王德胜喜获女儿惊喜礼物 《真心英雄》致敬扫黑英雄

在节目录制现场,蔡国庆为王德胜献上了一份导演组精心准备的礼物,一份来自王德胜女儿的手账本,在手账本里,记录着父女二人满满的回忆,也留下了女儿的心愿:“王警官是别人的英雄,爸爸是女儿最坚硬的铠甲。爸爸,等你陪我去欧洲旅游哦!”

在蔡国庆和王德胜的女儿沟通时,女儿还为父亲点了一首蔡国庆老师的《365个祝福》。于是,蔡国庆就为王德胜清唱了一段,表示要让吉祥之光环绕正义之光。

最后,蔡国庆以一首《真心英雄》和一整座音乐厅的敬意,真诚致敬英雄王德胜,同样也将歌声献给无数奋战在扫黑除恶一线的公安民警们,致敬这些守护人民安全的英雄们。

## 延伸阅读

王德胜,男,汉族,1971年9月生,深口区人,法律硕士学位,中共党员,一级警督警衔,四级高级警长,全国扫黑除恶专家库成员,现任株洲市公安局刑侦支队副支队长。先后荣获一等功1次,二等功4次,三等功10次、株洲市人民满意优秀民警、湖南省优秀刑警、湖南省最美基层民警等荣誉。2017年9月,获评公安部首届“全国公安百佳刑警”。

# 2022年高考昨起报名 报名持续至11月9日

本报讯(株洲晚报融媒体记者/谭筱)我省2022年普通高考报名昨日起启动,持续至11月9日。

2022年我省继续采用网上报名,考生可以通过PC端WEB版或移动端APP版两种方式进行网上报名。使用最新版谷歌浏览器或360浏览器极速模式,登录“湖南省普通高校招生考试考生综合信息平台”(网址:https://ks.hneao.cn)进行网上报名。下载“潇湘高考”APP进行网上报名。

在网上报名时,考生一定要认真、仔细,如实填写本人报名信息。如果报名信息填错了,可在报名期间内随时自行修改。网上报名时间截止后,考生不能再修改报名信息。

因考生报名资格不符合或个人原因无法参与考试的,相关费用不予退还。未按规定要求进行报名确认和缴费的考生视为放弃报考。

值得注意的是,在完成高考报名后,报考艺术类(含对口招生艺术类、下同)、体育类专业的考生还须进行艺术类、体育类统考报名和缴费。艺术类、体育类统考的报名缴费于11月11日至19日在指定系统进行。

# 动力谷产投集团 总经理周武被查

本报讯(株洲晚报融媒体记者/陈正明 通讯员/纪宣)据“清廉株洲”11月1日消息,株洲动力谷产业投资发展集团有限公司总经理周武涉嫌严重违法,经市监委指定,目前正接受石峰区纪委监委调查。

周武,男,汉族,1979年6月出生,湖南株洲人,大学本科文化,2003年1月参加工作。2003年8月至12月,任株洲高科创业投资有限公司投资经理;2003年12月至2004年9月,任株洲高科集团有限公司(以下简称“高科集团”)办公室总经理秘书;2004年9月至2007年12月,任高科集团营销策划部经理;2007年12月至2009年12月,任高科集团审计资产部副经理、改制办主任;2009年12月至2017年9月,任高科集团战略规划部部长、运营管理部(原企划部)部长;2011年5月至2017年9月,任高科集团董事长会秘书;2017年9月至2019年9月,任高科集团董事会秘书,兼任湖南高科园创企业管理服务有限公司董事长;2019年10月至今,任株洲动力谷产业投资发展集团有限公司总经理。



# 防空警报试鸣日:多所学校开展应急演练

本报讯(株洲晚报融媒体记者/戴凇 通讯员/贝贝)11月1日是湖南省防空警报试鸣日,为进一步提高中小学生对国防观念和人防意识,熟知防空警报信号,我市多所学校同时开展了防空演练活动。

上午9时30分,随着一阵阵急促的防空警报声在株洲市上空响起,株洲市七中1500余名师生迅速开始紧急疏散,大家根据疏散路线,有序通往指定掩蔽区域。随着警报解除,师生们又快速撤回,整个演练过程安全、有序、高效。当天,株董路小学、白鹤小学等学校也开展了应急演练活动。

芦淞区人防办相关负责人介绍,此次实战演练结合“11.1”湖南省防空警报试鸣信号,共演练了早期疏散人员集结、居民疏散掩蔽等防空应急疏散科

目。通过警报试鸣应急疏散演练,进一步增强了师生的国防意识,提高了师生对应急情况的处置能力。

记者了解到,2001年,省委、省政府、省军区《关于加强人民防空工作的决定》规定,每年的11月1日为全省防空警报试鸣日。

据介绍,此次防空警报试鸣分3次鸣响,分别为预先警报、空袭警报和解除警报,每次持续3分钟。其中“预先警报”鸣放方式为:警报鸣响36秒,停24秒,反复3遍为一个周期;“空袭警报”鸣放方式为:警报鸣响6秒,停6秒,反复15遍为一个周期;“解除警报”鸣放方式为:连续鸣响3分钟。试鸣时,各信号之间的间隔时间为5分钟。



## 盛康·国际颐养苑 28年专注养老托残 班车接送实地考察

地址:株洲市芦淞区枫溪街道曲尺村盛康国际颐养苑 联系电话:28838888 28838999

本案由株洲日报社传媒运营部独家设计、策划。执行人:唐先生13873328648(微信同号)