

# 在上一代的婆媳矛盾中左右为难

“我自己和婆婆相处得不错,却被上一代的婆媳矛盾所困扰。”浙江金华市民胡媛(化名)说,她妈妈和奶奶积怨很深,早就不相往来。但出于孝道,她有时会买点东西去看望奶奶,逢年过节也会给奶奶一些钱。“妈妈知道后,总是很生气,责怪我没有跟她站在同一条战线上。”近日,胡媛又一次被妈妈数落,忍不住顶了几句,两个人闹得不欢而散。

## 妈妈和奶奶积怨很深

关于妈妈和奶奶之间的恩怨,胡媛从小到大已经听了无数遍。“当年妈妈生下我之后,在家坐月子。奶奶总是自顾自出门,对我们不闻不问。亲戚送的营养品,也被奶奶拿走。”胡媛说,在妈妈的诉说里,和奶奶同住的那些年,妈妈几乎没有得到过奶奶的帮助,反而受了很多委屈。而且奶

奶偏心叔叔一家,这点也让妈妈一直耿耿于怀。妈妈跟爸爸抱怨过,但爸爸是个老好人,只会让她不要跟奶奶一般见识。

胡媛上高中后,爸妈在市区买了房子,奶奶则留在老家。从此,妈妈再也没有回去过。胡媛说:“有时爸爸想带我一起去看望奶奶,妈妈不会拦着爸爸,但会找理由把我留下。在她心里,我就应该跟她共进退。”

## 妈妈要求女儿共进退

受种种因素影响,胡媛和奶奶一直算不上多亲近。但随着年龄的增长,在如何对待奶奶的问题上,她有了自己的想法。

“作为孙女,我无法真的跟奶奶割断关系。”胡媛刚参加工作那年,拿到第一笔工资时,给全家人包括奶奶都精心准备了礼物。平时她会抽空去看望奶奶。

她还试图缓和妈妈和奶奶之间的关系,不过没有成功。“我的本意是让妈妈放下以前的恩怨,活得轻松一些。可在妈妈看来,我这样做就是倒戈相向,往她心里扎刀子。”每次谈到这个问题,母女俩总是各执己见,甚至会吵起来。为此,胡媛非常苦恼:“我应该听妈妈的话吗?或者以后瞒着她去看望奶奶?”

## 上一代的恩怨别影响下一代

对于胡媛的烦恼,国家二级心理咨询师程正茂说,胡媛无力化解妈妈和奶奶之间的矛盾,不如将这个“包袱”放下,把关注的重点转向如何处理自己与她们的关系。

“我认为妈妈生气未必针对女儿,而是内心积压的委屈太多了,需要情绪上的



宣泄。”程正茂说,胡媛为奶奶尽一份孝心,符合传统美德,但同时也要考虑到妈妈的感受。瞒着妈妈并不妥,可以跟妈妈打声招呼,然后尽量低调一点。此外,加强对妈妈的情感支持,也是摆脱困局的关键。在日常互动中,胡媛可以有意识地表达自己对妈妈的理解、重视与关心。

对于胡媛妈妈来说,化解心结的关键,在于构建自我价值支撑体系。作为下一代的胡媛对妈妈的爱和对奶奶的孝心并不矛盾,妈妈不应该将女儿卷入仇恨的漩涡。(摘编自《金华晚报》)



## 生日祝福

2026年1月3日是张光辉70岁生日,老弟张光煌携全家祝你生日快乐,幸福安康!

**提醒:**免费刊登生日祝福等祝福信息,请至少提前十天发短信至18075167350。



## 前面更像

老婆退休后,跟班练起了走旗袍秀。

这天在家里,老婆对我说:“我给你走个旗袍秀吧,你看看我走得怎么样。”随后,老婆就开始表演给我看。

看她身体舒展挺拔,既端庄又不失柔美,我开玩笑说:“还别说,看后面,你就像18岁的大姑娘。”

没想到老婆超级自信,她停下来看着我,莞尔一笑,说:“我觉得看前面更像18岁。”(河北衡水 王保训 62岁)

## 将爱情藏在理解与包容里



### 幸福密码

湖北红安的李彩萍与汪世勇夫妇是小学同窗,36年婚姻能长久保鲜,秘诀藏在“理解”与“包容”四个字里。

李彩萍总说:“婚姻不是一时的激情,是长久的陪伴和调适。”汪世勇性子偏急,她脾气缓和,偶尔会因“洗碗没洗干净”这类小事拌嘴,但每次吵完,汪世勇都会主动递上一杯热水——他嘴笨不会说软话,却用行动传递歉意;而李彩萍也学会了换位思考:“他工作累,偶尔马虎点也正常。”

在育儿这件事上,两人更是默契十足。即使异地时,也通过

频繁联系共同关注孩子成长:李彩萍承担日常照顾,汪世勇则靠经济支持和节假日陪伴履行父职。“夫妻关系是家庭的核心,我们好了,孩子才能在稳定的环境里长大。”这是他们始终坚持的理念,也影响着子女的婚姻观。

退休后,夫妻俩有了更多相处时间,还意外发现了共同爱好——打乒乓球。每天清晨,社区活动室里总能看到他们的身影。偶尔输了球,汪世勇还会像孩子似的“耍赖”,逗得李彩萍笑个不停。“打球不仅能锻炼身体,还是我们交流感情的好方式。”汪世勇说。(摘编自《武汉晚报》)



### 屋檐下

## 母亲的“高兴体”记事本

母亲有个记事本,平时习惯在上面记些东西。一年将尽,母亲的记事本上也有了内容。那天,她喜滋滋地说:“这一年,咱家大大小小的事真不少呢!”

我翻开母亲的记事本,她的每次记述只有三言两语,简明扼要。“5月23日:今天是老头子的生日,孩子们都回家来给他过生日,闺女买了大蛋糕,儿子买了很多我们爱吃的东西,孙子孙女还唱了生日歌,一家人很高兴。”“7月5日:在北京工作的侄子大龙来看我了,他还带着对象,他

们说‘十一’结婚,他说这些亲戚里,跟我最亲,我很高兴。”“7月8日,今天儿子带我们去邻县看风景了,天气很好,风景很好看,我们拍了不少照片,大人孩子都很高兴。”……

看着看着,我哈哈大笑起来:“妈,你每写完一件事最后都要说‘很高兴’。”母亲笑呵呵地说:“我就是光记高兴的事,不高兴的事我早就忘光了,高兴的事我可得记清楚喽!”我看着母亲心满意足的样子,欣慰地笑了。(河北保定 王国梁)

快乐老人报

www.laoren.com 快乐伴一生



## 别怕坐冷板凳 有人给你递话筒

快乐老人报是个大舞台,大家一起玩一起嗨

所有栏目您都可以参与,有些版面更是只发读者来稿  
有各种各样的俱乐部,还有大量免费活动和公益讲座  
每个人都能找到自己的圈子和朋友

除了新闻热线,编辑记者的电话、邮箱也放在版头

还有专门的QQ群、微信群,大事小事都能跟我们唠嗑  
心灵零距离。