

# 七夕愿得一心人白首不相离

“七夕”，一个从中国历史中走来的浪漫节日。在千百年前的月夜下，它被称为“女儿节”。与西方的热辣相比，“七夕”是含蓄的、唯美的，回味悠长，没有“我爱你”的直白，有的是：“山无棱，江水为竭，冬雷震震，夏雨雪，天地合，乃敢与君绝！”

“柔情似水，佳期如梦，忍顾鹊桥归路。两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮。”秦观的这首《鹊桥仙》，是关于“七夕”的诗中最为经久传唱的，给了相爱却不能相守的人多少安慰。8月13日，在这个“七夕节”，让我们一起来看看中国“70后”、“80后”、“90后”的爱情故事吧，从中寻找每一代人不同的爱情态度和爱的秘诀。

## “80后”：我们会坚守下去

人物原型：周芳（女，25岁，公司职员）

爱情格言：遇上了，对上了，我会坚持陪他走下去

今年的8月9日是我跟男朋友相识的五周年纪念日。我们是初中同学，从认识到现在有十几年时间了，但真正交往只有5年时间。

那时候我们上初中，彼此虽有好感，但由于年龄小，又迫于学校的规矩、学习压力等原因，只好把这份好感埋藏在心中。但朦胧的我们不自觉地会有些小心思，会故意整出些事来引起彼此的注意。有一阵，我们坐前后斜对面，他会故意找话跟我套近乎，而我呢，对别人说话挺温柔的，但是对他就特凶，还总是踩他的脚。

初中毕业后，我继续上高中，而他则到社会上闯荡，我们失去了联系。三年后，我考上了大学，一次偶然的机会在网上通过

## “90后”：即使分开，也要珍惜过程

人物原型：汪熙（女，19岁，大学生）

爱情格言：爱情来了，想挡都挡不住；爱情走了，想拴也拴不了。顺其自然最好。

我的现男友阿神是我的第五位男朋友，也是在一起时间最长的一个，还有3个月就两年了，而我最短的一次恋爱只有一个月就结束了。

阿神是一位街舞教练，我们俩也是因为跳舞认识的，但不属于一见钟情，开始对他有感觉是在认识后的第三天。灰色的休闲裤、白色的体恤外面套一件咖啡色的马夹，那天，他在走进门的那一瞬间，阳光透过树叶的纹路细细密密地投射下来散落在他的身上，朦朦胧胧的光线衬出他精致的轮廓，真是又酷又帅，突然感觉自己被电到了。

另一位女同学了解到他的信息并加了他的QQ。就这样，慢慢的，我们又恢复了联络。

8月9日，他来我就读的大学看我，当时我正在教室上课，让他先去教学楼下面等我，他却跑到校门口去了，下课后发现他不在那里，久寻不获的我急得快哭了，以为他不等我一个人走了，正当我转过身的时候，竟然发现他站在我背后，那一刻，我决定再也不会放开他了。

现在我们分隔两地，他在东莞打工，而我大学毕业留在长沙工作。

当然，我们的爱情长跑也很辛苦。他是一个打工仔，月收入不到2000元（人民币），家庭状况也非常一般。而我的工资收入也刚好只够养活自己。在钢筋水泥修筑的大都市里，何时我们才能拥有一个家？有些时候，这问题我不敢去想，但我相信，我们会一直会坚守下去。

于是我开始主动追求他，从我们认识到我表白一共只有一周的时间。

我们在一起非常有默契，比如，我们常常会异口同声地说去某个地方吃东西，有时候走着走着会一起哼出同一首歌中的同一句歌词。

他虽然比我小半岁，但对我很体贴很细心。他会在我冬天凌晨两点生病的时候站在寒风刺骨的阳台上为我冷却刚冲泡的感冒药剂，也会在我开演唱会的时候默默地支持我，帮我挑歌配乐，精心策划。

到目前为止，阿神是我最喜欢的男友，我常常被他的细腻和体贴所打动，我会真心维护这段感情，即使以后可能会因为各种现实的原因而分开，但起码努力珍惜过，也不会给自己留下遗憾。

## “70后”：老母亲要拆散我们，最后我们还是在一起了

人物原型：赵强华（男，36岁，个体户）

爱情格言：再轰轰烈烈的感情最后都归于柴米油盐、平平淡淡

我现在是两个孩子的爸爸了，我跟妻子从相识、相知到相爱，既简单又平实。

高中没毕业的我在家人的支持下到牧场当了一名饲养员，当时我妻子的父母在牧场旁边开了一个小杂货店，她平常帮忙打理日常事务。小卖部离牧场比较近，我常常去那儿买些日常用品，一来二往的，彼此就熟悉了。

当我们彼此明确情意后，家人却认为女孩年龄比我大，家庭条件也不合适，明确表示不同意。

为了拆散我们，家里强迫我离开牧场并为我另寻相亲对象，母亲甚至以生命要挟，逼迫我们离开。为了让母亲宽心，我们假装分手却在暗地里来往。

天有不测风云。身体一向健康的母亲突然发病住进了医院，那时候，由于其他兄弟姐妹均在外地求学，一时间我也不知如何是好，幸好妻子知晓后并不介意母亲之前的一些过分举动，到医院对她进行悉心照顾。一个月之后，母亲康复出院，出院后的母亲

对妻子的态度大大转变，常常邀她来家做客，有时还会在亲友面前夸赞她的贤惠能干。

就这样，妻子用她的真诚和善良保住了我们的爱情。

我22岁那年，妻子24岁，我们一起领了结婚证，并举办了一场简单的家庭婚礼。

婚后，日子虽艰苦平淡但也算幸福美满。我跟妻子之间的爱情虽没有山盟海誓的承诺和雄飞雌从的追随，却有细致入微的关怀与问候和相濡以沫的理解与支持，妻子跟着我一路过来，七夕之际，希望她可以听到我的祝福：身体健康，一切顺利。

### 性与健康

#### 经期保健 8 大注意事项

月经期血液的流失会使女性丢失部份营养，抵抗力也有所下降，此时比平时更容易受妇科疾病困扰。

月经虽属正常的生理现象，但由于经期阴道不断流血，身体气血相对虚弱，抵抗力较差，如不注意经期调护，便会引起月经病或其他妇科疾病。为此，女性必须注意经期保健。

(1)、饮食有节：月经期因经血的耗散，更需充足的营养；饮食宜清淡温和，易于消化，不可过食生冷，因寒使血凝，容易引起痛经，以及月经过多或突然中断等。亦不可过食辛辣香燥伤津食物，减少子宫出血。要多喝开水，多吃水果、蔬菜、保持大便通畅。

(2)、清洁卫生：经期要保持外阴清洁，每晚用温开水擦洗外阴，不宜洗盆浴或坐浴，应以淋浴为好；卫生巾、纸要柔软清洁，最好经高压消毒后使用；月经带、内裤要勤换、勤洗，以减轻血垢对外阴及大腿内侧的刺激，另外，洗后用开水烫一下，并在太

阳下晒干后备用；月经垫子宜用消毒纱巾及卫生纸。大便后要从前向后擦拭，以免脏物进入阴道，引起阴道炎或子宫发炎。

(3)、调节情志：情志异常是重要的致病因素之一，而精神情绪对月经的影响尤为明显。故经期一定要保持情绪稳定，心情舒畅，避免不良刺激，以防月经不调。

(4)、劳逸结合：经期可照常工作、学习。从事一般的体力劳动，可以促进盆腔的血液循环，从而减轻腰背酸痛及下腹不适，但应避免重体力劳动与剧烈运动，因过劳可使盆腔过度充血，引起月经过多、经期延长及腹痛腰酸等；并保证充足睡眠，以保持充沛精力。

(5)、避免房事：月经期，子宫内膜剥脱出血，宫腔内有新鲜创面，宫口亦微微张开，阴道酸度降低，防御病菌的能力大减。如此时行房，将细菌带入，容易导致生殖器官发炎。若输卵管炎症黏连，堵塞不通，还可造成不孕症。也可造成经期延长，甚至崩

漏不止。因此，女性在月经期间应禁止房事，防止感染。

(6)、勿乱用药：一般女性经期稍有不便会用药，其实正确的做法是不需用药，防止药物干扰其正常过程。若遇有腹痛难忍或流血过多，日久不止者，需经医生检查诊治为妥，不要自己乱投药饵。

(7)、寒暖适宜：注意气候变化，特别要防止高温日晒，风寒雨淋，或涉水、游泳、或用冷水洗头洗脚，或久坐冷地等。

(8)、作好记录：要仔细记录月经来潮的日期，推算下月来潮日期的情况，便于早期发现月经不调、妊娠等。

