标题：和懂礼貌的人相处有多舒服

开头：懂礼貌，是照顾别人的感受。

正文：我看到有人说，很难走进一个懂礼貌的人的心里。但其实，“懂礼貌”这个特质，在亲密关系里是加分项。

因为对感情最大的伤害，是我们总在感情里强调自我的感受，而不去照顾伴侣的感受，总是忽略他。而一个愿意照顾别人感受的人，才可以经营好感情。

比如，一个情绪总难自控的人，在亲密关系里会认为伴侣理应照顾自己的情绪，包容自己，而会忽视情绪带给另一半的伤害。

但如果我们愿意考虑伴侣的感受，就知道最优解不是让另一半包容自己，而是自己学会控制情绪，成为更好的自己。

再比如，如果你觉得伴侣总忽视你，不愿意照顾你。如果我们强调自己的感受，就会觉得他不爱自己，在情绪的支配下，会去强迫他表达，或者指责、抱怨。

但如果我们能站在另一半的角度上去想，去考虑他的感受，就可以看到他忽视自己的内心动机，看到他内心真实的一面，想办法用有效的方法鼓励他表达他对自己的爱。

亲密关系里，有一个真相是：如果我们总站在自己的视角上，强调自己的需求，会产生委屈、不满、愤怒的情绪，接着会伤害对方的行为表达自己的情绪，感情会更糟。

但是，如果我们能站在对方的角度，去看到他的感受，真正理解他，才可以用有效的方法解决感情中的问题。

所以，好的婚姻，都源自我们对伴侣真正的爱：理解、包容、妥协，基于自己对他的爱，去看到他真实的内心。当他感受到爱时，才会给你回馈爱。

结尾：有一句话：爱出者爱返。学会爱人，才会得到爱；强调自我，就会失去爱。收起全文d