

## 聆听咨询师



知尘

心理咨询师  
擅长情感方面咨询  
博客: [http://huixinre\\_xian.blog.163.com](http://huixinre_xian.blog.163.com)  
电子信箱: zhichenql@163.com

## 辨清真爱和迷恋是拥有幸福婚姻的基础

文/知尘

“没有真正爱一次是多么悲哀甚至是可怜呀。”梅子的这句话没有错,问题是,什么是真正的爱?对于爱情,每个人都有自己不同的认识和不同的感受。在大山,他对梅子的疼爱、体贴、付出、包容甚至忍耐就是他理解的真爱。而在梅子,她理解的真爱是怦然心动,是激情澎湃。我不知道小舟理解的真爱是什么?也不知道每位读者理解的真爱是什么?我愿意和大家分享,我理解的真爱,是温暖的包容,是踏实的安全感,是不离不弃的相依相随。

读梅子的倾诉,我想起了一位婚姻专家黄维仁先生对真爱和迷恋的解读,愿意在这里和大家一起重温。

迷恋是瞬间的一见钟情,感觉十分强烈;真爱是长时间的、充分了解对方的优点缺点后产生的,比较缓和。迷恋是一种投射,把心中理想的异性形象投射在了某个人身上;真爱是在对对方有长期的、较为全面的了解后产生的好感。迷恋以自我为中心,有强烈的占有欲;真爱是以对方为中心,在需要时帮助对方成长,愿意让他(她)得到对他(她)有益的一切,愿意让他(她)快乐。以这种理论来分析,显然,大山和梅子之间的感情是真爱,而梅子和小舟之间的更多是迷恋。很多时候,迷恋比真爱来得令人神魂颠倒,就像酒比白水更能带给人销魂和快乐一样,但酒永远无法代替水。

其实,自己最想要的只有自己知道。梅子和大山是自由恋爱,对大山的性格有充分的了解。婚前如果觉得大山不适合自己,不能给予自己渴望的那种爱情和生活,不爱就好,每个人都有选择爱的权利。之所以和大山结婚,梅子一定有自己的考量,在大山身上,她能获得她想要的那种安全感和被关怀的温暖。人不可以太贪,鱼与熊掌只能选一样,当选了熊掌后,又渴望拥有鱼,只能让内心失去宁静。

成年人和孩子的区别就在于,孩子没有能力为自己的选择负责,而成年人则应当为自己的选择负责。每个人都有自己的家庭和社会角色,婚后梅子的主要家庭角色是妻子和母亲。承担起这两个角色的责任和义务,是梅子能够获得心安的基础。就像《廊桥遗梦》中的女主角,她很想跟着灵魂伴侣金凯走,但是,她知道对丈夫、对孩子,她都有着不可推卸的责任。如果不承担这个责任,她不会心安、不会幸福,这部反映婚外情的电影,之所以令许多中年人反思落泪,就在于它告诉我们:即便枕边人不是最理想的那个灵魂伴侣,但组成一个家庭后,就有了无法回避的责任。以一生来做妻子和母亲,对绝大多数女性来说,都应当是最正确的选择。

梅子和小舟没有触及柴米油盐酱醋茶的真实生活,真走在一起,未必幸福。年龄或许不是一个障碍,但年龄一定会伴随着诸多观念和喜好的不同。而且,10年后,年龄或许就真成了问题。梅子的心理年龄较之她的生理年龄显然滞后许多,她和大山的婚姻是成人儿童的模式,她虽然有些幼稚,但大山这个成年人会很好地包容她迁就她,婚姻即便不是甜如蜜,但基本不会有大的问题。而和小舟结合,很可能是儿童对儿童的模式,两个孩子结婚,其结果可想而知。人生没有后悔药,很多时候,是没有回头路可走的。三思而行,这四个字梅子当谨记。

我们常说要学会珍惜。学会珍惜,需要智慧,更需要领悟。没有孵出的小鸡不是小鸡,鸡飞蛋打,往往是人生的常态,把握好手里的幸福吧,因为它是真实不虚的。祝福深深。

## >>我和老公性格迥异,曾经的幸福淹没在了平淡中

我和老公大山(化名)是大学校友,他比我高两届。我们俩是老乡,大学里的他非常照顾我,像个大哥哥一样给了我很多关照。他快毕业的时候我们才确定恋情,等我毕业的时候他的工作已经非常稳定了,所以我工作没多久就在家人的催促下走进了婚姻。说起来大山真是个好男人,好老公,他从来都是处处替我着想,从不舍得让我干重活,甚至家务活都很少让我干。没生孩子前,我连饭都不大会做,每

天下班后都是大山赶回家给我做饭。他做得心甘情愿,我吃得心满意足。当时的我以为,这就是爱情了,就像左手握右手一般,虽然没有太多的激情,但却有着舒心平静的依恋。

结婚一年后,我生下了儿子。乖巧可人的儿子曾经一度占据了我们的生活的大多数时间,我们的谈话除了儿子好像也很少有别的了。那时候的我看着憨厚的老公陪着儿子玩、给儿子洗尿布,甚至连猪肝羹都会细心地给

儿子做,恍然间觉得真是找到了世上的一等的好男人啊!那段时间,我一度被幸福眩晕得找不着北。

不过仔细想起来,其实我和老公怎么看都不像是能凑到一起的。老公木讷老实,我生性活泼爱玩。老公喜静,周末没事就窝在家里做宅男,我喜欢运动,有空就喜欢出去旅游。老公秉承了工科男的一贯特点,一点生活情趣都没有,我却不喜欢平淡地像一潭死水的日子,时不时地希

望生活里能多点小情调。有时我跟他讲一些流行的好玩的事情,也得不到回应,我也懒得和他交流了。慢慢地,我发现生活波澜不惊地像潭死水一般,有时候觉得这种一眼望到头的日子真的很无趣,又一想大多数人的生活都是这样的吧,也就这样日复一日地过着。那个时候虽然生活平淡,但因为孩子小,在养育孩子的过程中有着很多的快乐,所以我们的婚姻生活还算是挺幸福的。

# 我想“重走青春”寻找爱情 却又走不出世俗的羁绊

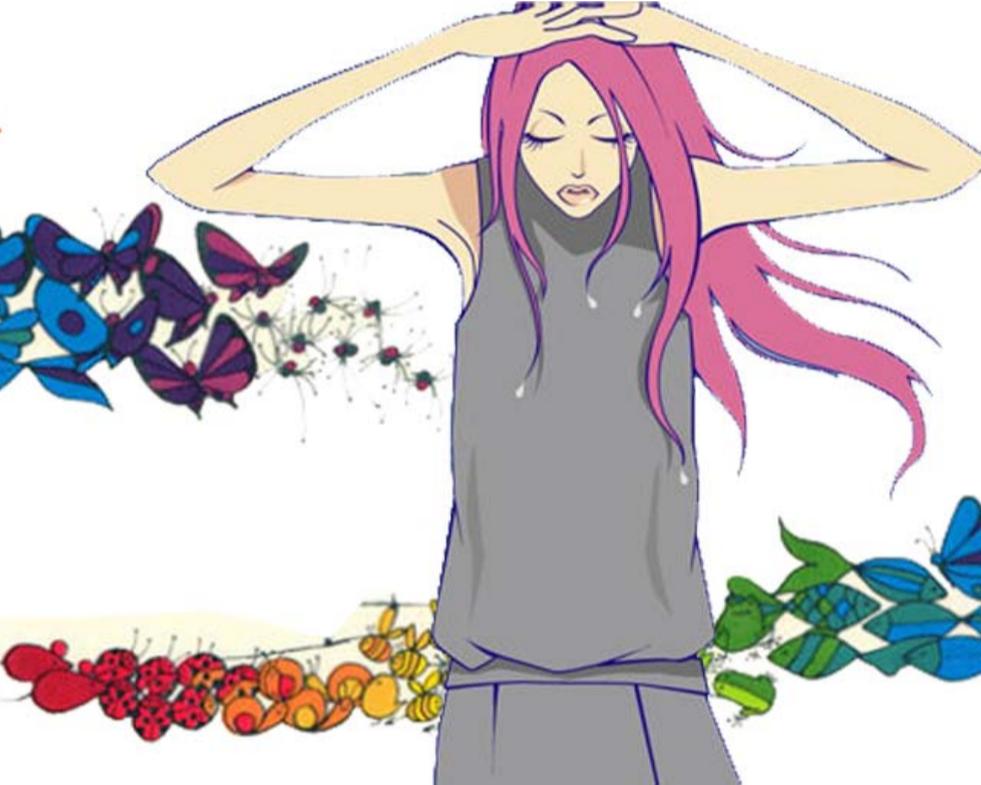


倾诉热线本期主持静女天天  
正在倾听您的心声  
热线: 13165136909  
(周日上午10点后)  
QQ: 1571749422  
邮箱: shanzhel234@163.com

◆采访人:静女天天  
◆倾诉者:梅子女 34岁

### 采访背景

梅子说,她拨通热线的时候心里很忐忑不安,怕有人会骂她是个坏女人,她也知道自己正做着和年龄不相符的事。但是她觉得人生在世能真心地爱一场是件很奢侈的事情,她不想失去久违的爱情,又不忍心伤害身边的亲人,左右为难的她经常陷入纠结的漩涡中无法自拔……



## >>我遇到了怦然心动的爱情,迷失在婚外的风景里

生完孩子后,我非但没有发现,身材还出奇的好,甚至比没怀孕的时候还苗条了一些,这曾经一度让我信心大增。孩子上幼儿园后,我的自由时间也多了许多,喜欢旅行的我在一个论坛里认识了几个驴友,渐渐地我迷上了和他们一起出去玩。每当和朋友们到户外游玩的时候,我都觉得好像又年轻了一回。彼时,家里婆婆妈妈的事都是老公一人在料理,他也乐得像个家居男一般宅在家里。

小舟(化名)就是在那个时候出现在了我的生活里,他是我们经常逛的那个论坛的版主,二十五岁的他看起来就是一个阳光帅气的大男孩,笑起来的样子特

迷人。这么多年来,我第一次发现一个人的笑容可以这么有魅力。每次看到他那干净温暖的笑容,我会觉得整个人都沦陷了,好像听到了一种“怦然心动”的声音。我知道自己已经是个有家有孩子的女人了,所以一开始在小舟面前也是努力克制自己,生怕被人看出一点端倪。

但是我还是会不由自主地想和小舟接近,每次他组织的活动我都会积极参加。有一次我们几个关系比较好的驴友一起去一个不知名的野山上探险。半山腰里,我突然扭伤了脚,小舟自告奋勇地留下来扶着我走。那时候,我忽然有点庆幸自己的脚扭伤了,要不然我哪能装作坦然

地和小舟单独在一起啊!别看小舟年龄不大,照顾起人来还是蛮细心的。最主要的是他一副很懂女人心的样子,他说的每句话他的每一个表情都让我很受用。从那以后,我们再在一起的时候仿佛多少有了些暧昧。直到有一天,小舟向我表达了爱意,而我竟然像个姑娘似的心跳起来,我觉得这才是真正的爱的感觉,我要的就是这种“怦然心动”啊!

虽然我们相差十岁,可是却彼此都没感觉有代沟。小舟说我不像三十多岁的女人,他反而觉得我比和他同龄的女孩更有魅力。我觉得和小舟在一起仿佛就是“重走青春”一般。虽然知道这样做对不起老公,可是我真的打

心里眼觉得和小舟在一起才有爱情的感觉啊!而和老公一起就是左手握右手的亲情而已了。不是有句话叫“年轻时我们不懂爱情”吗?我恍然醒悟,当年的我,好像压根儿就不懂得爱情的滋味,只是因为老公对我好,所以就跟他而已。可是婚后我才发现,婚姻并没有给我带来我想要的生活,我不喜欢大山回家后只会闷闷地看电视上网,不喜欢沉闷的家庭氛围,也许只有孩子才是我的心灵慰藉吧!

后来只要有时间,我就会跟着小舟参加那些刺激的好玩的活动,老公本来就知道我玩,也没约束过我,只有我的内心告诉我,我的心已经游离在外面了。

## >>我对老公和孩子充满愧疚,却在爱情和亲情间难以取舍

我和小舟在一起的每时每刻都是新鲜多彩的。但是一回到家,看到憨厚本分的老公和可爱的孩子,我的心就会陷入无限的纠结中。我常常在夜里醒来,为自己在老公面前的伪装感到愧疚,而当再一次面对小舟时,我却总是一次又一次地沉沦。

世上没有不透风的墙,我和小舟的事情还是被家人知道了。有一次晚上我借口单位加班和小舟去酒吧喝酒,当小舟挽着我的腰向大伙介绍我是他的女朋友时,恰巧被邻桌的小叔子看到了。原来那天小叔子正好在那里陪几个客户,当我恍然间看到小叔子的表情时,我的脸顿时惨白。很快,这件事在我们

家炸开了锅。爸妈率先出面给我挑明了立场,让我别瞎折腾。所有人都劝我不要做傻事,更为了孩子老老实实和大山过日子。一时间我仿佛成了众矢之的,我承认我是有些任性的,甚至想趁着这次机会把事情挑明了,我爱孩子,但也不能为了孩子就这么稀里糊涂平平淡淡地过一辈子。

可是,老公大山的态度却让我下不了决心。他虽然知道了这一切,却从来没有对我说一句重话,更没有让我难堪,他只是更加努力地讨好我。他不提,绝情的话我便说不出口。我能感觉到,老公在努力维护我们的婚姻。其实说实话,我也不忍心伤害老公,他真的是一个

好男人,可是这么多年来,老公就像我的哥哥,甚至长辈,而不是“爱人”。他给我的近乎纵容的爱,让我消受不了,我有时真的想逃离,想去无牵无挂地享受和小舟的爱情,而小舟也说过,如果我离了婚,他会娶我的。我经常感叹和小舟没有在对的时间里相遇,要不然也不会这么纠结和痛苦。我也不忍心让孩子受到伤害,正读小学的儿子一直都是聪明懂事,我外出的时候他就乖乖地跟着爸爸在家里。可是人这一生能有几次爱情呢?我真的不想就这么错过了。

前几天看一新闻,大意是韩寒接受媒体访问时说过的一句话引起了争议。他是这样说的——“我

和太太的感情非常坚固,但也许和其他姑娘也早已如同亲人。我甚至希望她们之间能够友好互助和平共处,就是这样。其他人会爱上我,我或许也会中意其他人,但没有人能改变我和我太太的感情。”我知道如果说我也有类似的想法,肯定会遭到世人的唾弃。可是在我的内心,真的是既不想伤害老公,又想维系这份不合时宜的爱情啊!我也明白一个好女人应该懂得婚姻中的道德与伦理,可是又觉得如果这一生中,没有真正爱一次是多么悲哀甚至是可怜呀。是我太异想天开吗?我是应该勇敢地追求真爱,还是应该为了孩子维系这份已经没有爱情的婚姻……