

老公和初恋我都爱,我是不是个坏女人?

摇摆不定的准新娘



制图:王雪



点评人:安徽省精神卫生中心心理治疗师 郑诚
倾诉人:晓琳 29岁 全职太太

我自认为自己是个很传统的人,可居然同时交往两个人,就是我的老公和我的初恋,问题是,两个人我都爱,都不舍得放弃。

大二时,我跟我的初恋在一起了。第一次恋爱,把恋爱想得太美好,他没满足我想要的,所以很快分手。初恋是个不善于表达的人,我们分开以后,他就只在自己的日记里说爱我,我从不知道,我也一直没勇气说重新开始。

直到毕业以后的相聚,我们多了些了解。但当时我家里已经给我安排了相亲,相亲对象的条件也不错,我们当时也在交往。初恋知道我有男友后,也只是在实在想我的时候找我,我们也发生过关系,可他却没有勇气重新追求我,因为他觉得我的男友事业有成,而他才刚刚毕业。

不久后,我和相亲对象结婚了,成了一名全职太太。我以为婚姻意味着和初恋的结束,可婚后的磨合期让我觉得婚姻和想象中不一样。加上老公做生意,平时非常忙,陪我的时间也很少,我和初恋又有了联系。虽然同样是偶尔见面,可毕竟还是在了一起。

他有女朋友时我不知道,几个月后他就闪婚了。我当时也怀孕了,我体会着当准妈妈

的幸福与甜蜜,同样祝福他幸福。

可他说他并不幸福,也找过我两次,但我都没同意见面。直到前不久他离婚了,他又和我联系上了,告诉我他真的很不幸。已为人母的我居然又和他发生了关系。

我一直认为自己的生活很幸福,和老公的感情很好,老公对我好,负责、宽容、沉稳,我可以给他打95分,可那5分正是初恋能给我的:温柔、细腻、体贴、勤快、殷勤。本以为坚不可摧的家庭,瓦解在了初恋的温柔之下。

大家一定会鄙视我吧,好好的日子过着,却经不起诱惑贪婪另一个不应该属于自己的人。可我知道,如果从前他能这样热情地、义无反顾地追求我,给我规划一个有他的生活,也许我就是他的了。我从没想到这世上会有个人,像他那样傻呵呵地爱着我。

和其他的婚外情不同,我俩认识十多年了,彼此是初恋,他只爱过我一个(现在我信了)。我从小父母离异,从小关心我的人就很少,所以他的温柔、体贴我放不下。

我知道我的婚姻是幸福的,我感谢我的丈夫,可感情上又控制不了自己,我该怎么办?

专家点评

晓琳你好! 爱的情感是每个人的权利,爱的对象也是每个人的选择,但如果爱的情感不合时宜地出现,爱的对象给我们造成困扰,便需要更加深入地分析。你在一开始便提到自己是一个很传统的人,听起来保持传统对你而言是比较重要的一个信念,而且会因为生活中自己的某些举动不够传统而感到愧疚。这种信念和愧疚可能源于早年父母离异带来的影响,你觉得“从小关心我的人就很少”,可能只有安分守己才能够获得一些关怀,或至少不会招致批评的目光,也只有保持传统,才能保护自己远离更多的变故。若真如此,行为偏离传统的轨道恰似一种对命运的抗争,希望自己能从某种程度上控制自己的情感生活。

此外,在你的理性层面,负责、宽容、沉稳

等象征父亲的品质占据95分,温柔、细腻、体贴、勤快、殷勤等象征母亲的品质却只得到5分,但在感性层面,内心选择融化在母亲般的温柔之中。仅从这种矛盾心理便可以看出,在感情上,你既不希望离开“父亲”(老公),也不愿意离开“母亲”(初恋),仿佛一旦放弃其中之一,便会重现童年父母离异的痛苦经历。这种老公“对我好,给我幸福”的生活,和初恋“只爱我一个”的感受,你都难以割舍,但同时又饱受“保持传统”那个信念的折磨,确实影响到了自己的生活。或许我们应该暂缓讨论“该怎么办”的现实话题,而从“为何会如此”以及“我想要什么”开始谈起,会更恰当。如有更多困惑,建议寻求进一步心理治疗。

李皖婷/文



爱恨纠葛,五味杂陈。
如果你有心事,请向我诉说。
有心事邮箱:
1939574580@qq.com,
或者直接对话
qq: 1939574580。
或许不是最好的解惑者,
一定是最好的倾听者。

倾诉人:晓雅

1

再过两个月,晓雅将会迎来一个女人生命中最美的时刻,成为明浩的新娘。

如果没有遇见悦然,晓雅现在一定觉得自己挺幸福的,和明浩十五岁就认识,一起走过了高中、大学,度过了最容易分手的时间段,最终走到一起成了同学朋友都津津乐道的一对楷模情侣。

筹备婚礼时,晓雅常常也会心不在焉,明浩却全然没有察觉,觉得可能是晓雅太累的缘故,但是只有晓雅自己知道,她对眼前的婚姻产生了怀疑,心中有了比较,也就有了许多的不确定。

2

明浩是家里的独生子,典型的被一路呵护着长大的。晓雅和明浩一直是同学,高中同班、大学同校不同系。那时候,晓雅只觉得明浩是一个挺阳光的男孩,成绩挺好。

大学以后,因为在同一所学校,每年寒暑假自然都会相约一起回家,慢慢熟悉起来,晓雅发现明浩还蛮细心、挺会照顾人的。

和明浩在一起,是一件自然而然的事,顺理成章到后来晓雅根本就想起自己的爱情里到底有哪些标志性事件。所以,晓雅常常埋怨明浩一点都不浪漫,要惩罚他用以后更长的日子制造浪漫。明浩便温和地笑,一脸阳光。

3

毕业后,明浩在家人的帮助下,回到家乡进了当地的银行,技术岗位,工作环境相对单纯。晓雅和明浩一起回到了家乡,不过,晓雅进了一家国企,业务岗位,所以,和明浩比起来,工作以后倒是晓雅更忙了。

和明浩开始频繁发生矛盾,是两人工作两三年之后,随着晓雅业务范围的扩展,面临的社会生存环境越来越复杂。那时候,晓雅遇到不开心或者解决不了的事,和明浩说说,他心情好的时候就说些无关痛痒丝毫解决不了问题的心灵鸡汤,心情不好的时候,安慰晓雅两句觉得反正也解决不了就不耐烦地去玩游戏了。

在晓雅看来,明浩就是一个没长大的孩子。年长晓雅两岁的同事悦然就是这时候走进她的生活的,农村长大的孩子,自小就独自求学,一个人在这座城市打拼,待人接物自然成熟许多。和明浩不同的是,每次晓雅和悦然聊起那些烦恼,悦然总是静静地听,最后却总能一针见血地提出解决方法。在情感上,晓雅和悦然心照不宣,彼此都没有说破。随着晓雅婚期的临近,她越来越焦躁,悦然说,你和明浩毕竟这么多年了,你自己考虑清楚。

晓雅知道悦然显然不是那种为了所谓爱情便不顾一切的人,他的生活事业都有明确的目标性,他始终保持在进退自如的位置上,对自己的感情也根本不确定,而明浩又像个孩子一样长不大,晓雅觉得自己一定是最烦恼的准新娘。

朱玉婷/文