

爱与被爱, 该如何找到平衡?



点评人:
安徽省精神卫生中心心理科 韩丽娟

倾诉人: 夏雪 21岁 护士

我是一名护士,今年21岁。前年从护校毕业后就一直在目前的单位上班,周围的同事、朋友都亲昵地叫我小雪。由于工作的缘故,平日里接触到的人不是医生、护士就是病人,所以我一直希望能在自己的工作圈子之外找一个对象。后来,经朋友介绍我结识了在政府部门工作的小李,初次见面他对我印象不错,并且多次向我表达爱意。虽然刚开始我对他没有太多感觉,但最终我还是被他的诚意打动,与他建立了公开的恋爱关系。

小李比我大四岁,是个很老练的小伙子,做事认真,责任心强,平时对我的关心也是无微不至,我想他是很喜欢我的。可是,与他在在一起时,我始终找不到爱的感觉,与他的交流也只是说说生活、工作上的事,根本触及不到内心的情感。也许,我和他根本就是两类人,没有共同语言,并不适合做恋人。

可是,我们仍然在一起。有几次,我很想亲口告诉他我的感受,但话到嘴边又被咽了回去。一方面,我怕他会因此受到伤害,他对我这么好,可我却这么无情,我觉得太残忍了。另一方面,我想是因为自私,谁不希望有人对自己好呢?我担心分手后自己的生活会变得更加空洞、无聊,也许再也找不到比他更爱我的人了。最近一段时间,我的心情一直处于矛盾和焦虑之中,连工作状态都受到了影响。

常听人说,被爱是幸福的。可是和小李在一起,我在获得被爱满足的同时,也会体会到无爱的乏味。我害怕失去却又不满现状,既害怕伤害别人更不愿委屈自己。我经常试图说服自己:很多人在一起可能都是因为相互间的不同需要,并非存在什么爱情。但是,这样的自我劝解多少显得有些自欺欺人,苍白无力。

▶ 点评

爱情是人类最高级的一种情感,它的基本要素是亲密、激情和承诺,它是相爱的人彼此心灵的契合,是在平等、尊重、坦诚的基础上为对方默默的奉献。所以,单纯的爱与被爱都是不正确的,被爱要以爱别人作为前提,仅有被爱对方是不公平的,也会增加自己的心理负担和负罪感,让自己在感情里左右摇摆,患得患失,无法真正享受爱情的美好,最终可能走向不良的结局。

在解决案例中小雪的困扰时,要让其明白,单方面的被爱和真正的爱情是有距离的。小雪要像小李说出自己的真实感受,诚实地对待爱情,这是对自己的坦诚也是对对方的尊重。要告诉小雪,在爱情中每个人都有选择的权利,不愿伤害别人而勉强地相处,只会使双方所受的伤害愈来愈深。

李皖婷/文



如果您在生活中遇到无法排解的心理难题,欢迎拨打热线向我们倾诉,我们将为您找寻最专业的心理医生进行解答,帮助您早日打开心结,拥抱美好的生活。您可以通过QQ:2574691637和电子邮箱:im-wanting@163.com联系我们。



制图:孙好

在两个女人之间,我好累



倾诉人: 牛强
倾诉时间: 11月1日
人物: 牛强 海燕 郭平

牛强,今年43岁,老家在金寨。牛强高中时,父亲去世了,母亲一人带着他和妹妹艰辛苦地生活着。

资助四年,大学毕业后他娶了她

那一年,牛强拿着大学录取通知书给母亲看,坚强的母亲流下了喜悦的泪水。第二天开始,母亲每天清晨去山上,直到傍晚才回来,就是想从山里多砍点柴给牛强攒学费。可是就差3天,大学就开学了,母亲依然没有将学费凑足。

一家人正在发愁之际,邻村的王海燕母亲来到牛强家,拿出4000元给牛强的母亲,“强子妈,我先借你吧,孩子上学要紧,回头等强子出息了,再慢慢还。”

大学四年,牛强的学费都是王海燕母亲赞助的。毕业后,牛强很幸运地留在了合肥一家工厂里做技术员。第二年,王海燕也大学毕业,并留在合肥工作。像是上天的安排,牛强和王海燕很自然地走到了一起。

1996年,牛强和王海燕在合肥正式结婚了。

身患重病,十年没有生孩子

婚后的生活是甜蜜幸福的。因为两人都是单位的年轻人,相约努力三年后,再生个孩子。

而婚后第二年,王海燕出现了头晕、乏力等症状,一开始,两人都以为是工作劳累所致,可是连续2个月下来,症状没有减轻,反而出现了嗜睡和昏迷的状况,这吓坏了牛强,赶紧带着王海燕去医院就诊。很快,结果出来了,王海燕患上了尿毒症。

尿毒症,无疑就是等待死亡的代名词。牛强开始带着王海燕四处求医,北京、上海、广州,能去的地方都去了,有偏方的地方也去

了,王海燕的病情依然未见好转。

牛强说:“那段时间,我像是着了魔一样,工作一忙完,就四处寻找偏方,有时趁着出差,也会去打听治疗尿毒症的好方法,只要对王海燕有一点点帮助,我都会去找。虽然辛苦,但是心里只有这一个念头,千方百计把海燕治疗好。”

2007年,王海燕患病整整10年时间。原先年轻貌美、精神抖擞的模样,已经寻找不到,取而代之的是面色憔悴、身体虚弱,就连从床上下地都很艰难。牛强也因为每天照顾王海燕,头发已经花白了。

海燕对牛强说:“我们结婚10年了,你跟着我太痛苦了,我连个孩子都没有给你留下。”牛强倔强地说:“等你病好了,一定要给我生两个孩子。”

善解人意,郭平走进生活中

2009年,牛强单位派他去北京学习一项新技术,一去就是3个月。学习期间,牛强遇见大学同学郭平。郭平大学毕业后,在一家私企工作,至今未婚。

当她得知牛强的情况后,对牛强很照顾。郭平陪着牛强一起给王海燕找治疗尿毒症的药,走遍北京的大街小巷。

回合肥后,牛强将偏方给王海燕服下,3个月后,没有效果。王海燕开始拒绝服用。

一天晚上,牛强熬了许久的中药,小心翼翼地端给海燕时,海燕喝了两口,就推翻在地,理由是“牛强给自己喝的是毒药”。

牛强默默地走出门,在街上溜达。再次碰到了郭平,听完牛强的诉说后,郭平给牛强做了一碗面,什么话都没有说,只是让牛强好

好休息一下。

牛强这一觉睡到了第二天上午10点多。醒来后,牛强说:“我记忆中,十几年都没有这样安心睡过一个觉了。谢谢你。”

一个周四的下午,医院给牛强打来电话,“海燕要进行抢救,赶紧送钱来。”牛强立即赶到医院,却发现钱不够,拨通了郭平的电话,很快郭平将一万元送到了牛强手中。

那天后,牛强偶尔会给郭平打个电话,说说话。牛强说:“慢慢地,我觉得郭平就像是我的精神支柱。”

何去何从,面对两个女人好痛苦

去年国庆节,大学同学聚会,牛强和郭平一起参加聚会。牛强喝多了,郭平便自作主张地将牛强带回自己家中。

第二天牛强醒来后,一个劲地对郭平说“对不起”。郭平并没有任何怨言,只是淡淡地说了句:“没关系,我们都是成年人。”

牛强的工作压力大,回家在面对王海燕时,心里又特别着急。每当心里烦躁时,牛强就选择到郭平家去。而郭平,永远是那么温柔,那么的善解人意。

现在郭平肚子里的宝宝将要出生了。郭平坚持要生下这个孩子,不要牛强任何的承诺,她将自己带着孩子。“两个这么好的女人,让我有些窒息,有些无法应对。”

即将有孩子的牛强心里有些惊喜和期待,但他不知道未来等待他的是什么样的生活。不过,他说,诉说了自己的心事后,心里也觉得轻松了许多。

王玉/文
(为保护当事人隐私已在细节上做了处理,文中人物皆为化名,请勿对号入座。)

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。