

有一段青春,不再提起

有一段青春,留作永恒。剪一段时光,放在最美的段落。好好保存留作永远,时间过去岁月的路过。只是多了一道曾经,流年一路改变了我们的模样。送走了我们的青春,留给了我们曾经。这样的夜别样的心情,倒影的年华。深夜想用文字表达我内心的段落,可是终究写不出整个心情。背着这些流年在岁月里流浪,终究没有安静的场所。来安放我这沉淀的一切,似乎不能放也不能放。因为只有装进心里,才最为合适。也没有地方比装进心里,更安全。就这样让这段流年,从此埋在心底。不再提起,让时间的尽头。留作无声的永恒。

有一段青春,埋葬的时间。总有一些人拼了命的,挽留最终还是留不住。总有一些话始终未能说出口,直至最后再也不必说出口。埋葬过去,我们有着太多的沉默。像是在时间的路刚好遇见,只是你装做什么也没看见。很多年过去了,我始终在这里执着。时间走过这里并没有,我想要的段落。也许下一段时光,会遇见一个更好的彼岸。流年划过陌路,我们终于渐行渐远。来不及说再见,也来不及为那段。往事而伤心哭泣,一切要走都是上天。许早准备好的,只待我们路过此地。

有一段悲伤,注定成为生命当中的曲子。一路离伤一路练习,秋天的落叶只能随风而去。走远的路人只能默默祝福,也许生命是一种选择。也是一种惜缘,一路顺着时间的痕迹。找到这个叫做岁月的尽头,一路的我们只是历经一次。流年就走散这么多的随行者,时间终究告诉我们。什么叫做流年,流年却告诉了我们。什么叫做永恒,独自站在黑夜的山峰。似乎自己与这个世界隔离一般,没有声音没有吵闹。是那么的凄凉。那么的安静,那些无声的岁月。只有宁静陪伴和这安静的夜。

珍惜的人,走过的路。我们跟着时间越走越远,身边人的事。能留下来的,才是你的,一些路一些分别。时间终将把那人错车的人,越送越远人生是一列车。走走停停,那里都是站,那里都有拥挤的人群。匆匆忙忙追赶,一路的旅途有人坐错了车。有人坐过了站,似乎每一幕都在重演着。走过的路遇到的人,要走多久才能遇到真正对的人。这个世界真正能相遇的,真的太少。

有一段痛,我选择永远沉默。有些话选择不再提起,有些路选择安静走过。有些人有些情,有些时间注定。是陌路的相逢,有些人从我们生命路过。从不留下任何痕迹,有些人注定留下痕迹。但误以为别生活的悲剧,从来都没有停止过。只是换了种方式,换了个地点换了一批人。有些痛我们并不需要,向每一个人诉说。因为不是所有的痛都能说出口,有些伤真的是没有语言。可以表达只能用文字默默埋葬,这是我们的世界也是流年的见证。

最初的你,终经历一段落幕。变成坚强的自己,带上自己的梦。终于如愿以偿,记得最开始。你还是那个好笑的那个,转眼时间走过。我们多了几份沉默,却少了几份语言。走在相识的最初,回想那么走远的画面。仿佛就在昨天发生的一样,无言以对历在那段时光。我们总以为我们还在,只是再次回到现在早已告秋还冬。路过你忧伤的心,最初的你。只是随着时间的沉淀而沉淀,我们曾写下的模样。只是再也找不到当初的那份勇气,只是再也翻不出那份。沉默已久的流年。

那些年,那些记忆。那些所历的每一幕。都是离别的痕迹,每一个夜上都是一个难眠的夜。有些事情,在经过时间的沉淀之后。总会被遗忘在角落,而有些身影则相遇在风景无限的沧海。以为这样会一直走下去,当岁月划过。留下记忆的沧桑,是否会想起某个场景。触发埋藏在心底深处的泛黄,或许才明白。当初所谓的遗忘,也不过是暂时的失去记忆故事。流淌在回首之间,突然才发现当初以为会一直。陪伴在身边的你,此时却早已不见了踪影。

余生,去爱一个干净的人

干净,是一种人品。每个人都在不知疲倦地追求完美的另一半。

有人在意对方的相貌身材,有人注重对方的学历家世,有人则看重另一半的感情经历。

年轻时看到帅气英俊的脸庞挪不开眼睛,渐渐长大和成熟后,发现只要遇到一个干净的人,彼此相爱就好。

01

一路走来,遇到了各种形形色色的人。

好不容易敞开心扉投入一段感情,信心满满地想和他相伴终生,可是日子久了,感情好像总是敌不过时间的侵蚀。

嫌弃你管的太宽,下班和朋友一起喝酒都要打好几个电话;责怪你敏感多疑,手机里出现一个陌生女人都要吵架吃醋。

有些人的感情就是这样,爱你的情话只是说说而已,地久天长的承诺也不过是说顺了嘴信手拈来。

见惯了表面一套,背地里一套的虚伪做作,现在只想和那些干净的人在一起。

他们人际关系简单,不会突然出现各种随便认领的姐妹姐妹一诉衷肠,也不会酒局饭局缠身,想一起吃顿晚餐都是奢望。因为怕你多想,他会拒绝女性过多的聚会,同时也会将你介绍给自己的朋友,郑重地宣布你的存在。

在一段感情里,女人想要的其实很简单:我一心一意待你,你也用同样的方式关爱我就好。

真心对真心,一辈子都安心。短信要发给能马上回复你的人,电话要打给不犹豫马上接起的人,情话要说给会给你反应的人,干干净净就好。

物以类聚,人以群分,干净的人,圈子也简单。

02

生活中,每个人都要扮演一个情绪稳定的成年人。

受了委屈要默默藏在心里,不能把情绪一股脑发泄出来;

一个人孤独到发疯,也不敢随便找人倾诉,因为你害怕刚说出口的秘密,转眼就变成人尽皆知的笑话。

人生一世,遇到真诚的人最难得。

有的人表里不一,说得到做不到。你有事相求,就避而不见,你飞黄腾达,就拉拢巴结。

有的人简单真诚,嘴上不会说太多场面话,但只要你在意的事,一定会默默地帮你做好。

你有烦恼,会不厌其烦地开解。你遇困难,会倾其全力地相助。遇事见真心,久识见人品。

越是缺乏安全感的人,越是很难开口去要求什么。

经历了太多失望,总是习惯保持沉默。明明想要一个拥抱,却不愿意说。

一个干净的人,同时也是一



个真诚的人。

爱的纯粹,想的简单;不用猜疑,无需试探。不需要热脸贴冷屁股委屈自己;也不再担心自己的坏心情会让他离你而去。

在爱情里打动我的,从来都不是对方送了什么贵的礼物,也不是煞费苦心用来表白的鲜花蜡烛。

你刚好成熟,我刚好温柔,干干净净,一片真心就好。

03

学者朱生豪在给妻子的情书中写道:我一天一天明白你的平凡,同时却一天一天更深刻地爱你。

人与人之间之所以能走到一起,其实不是因为容颜,也不是因为财富,而是一个人传递给另一个人的干净、真诚和专一。

一个干净的人,内心好似一

块从未被污染的纯净田野,欲望化成的杂草无法在这里生长,因为心中有了你,再也不能装下其他人。

在一个干净的心里,爱是一种下意识的惦记。

夜里醒来迷迷糊糊时,先给我掖好被子;回家路上想起我,随口提起的东西就买了捎回来,不刻意讨好,也不以此要挟。

吃到好吃的一定要我嘴里塞一把,遇到新奇的事情,总想第一时间和我分享。

像小朋友一样,像爸妈一样,用天真对你好,用本能去爱。

也许我还不够优秀,但我愿做一个干净的人,走一段幸福的路。

也期待遇到那个同样干净的人,生活很苦,但有你一定会很甜。

离婚的代价,在你结婚时就已经决定了

01. 因为爱情我的大学同学俩半年前离婚了。

隔着电话,她的声音漂浮。“我现在和孩子两个人生活。”

“我实在受不了这异地的生活了。”

“我原以为我嫁给了爱情……”

俩和前夫是异地恋。当初在武汉已经站稳脚跟的她,放弃了自己钟爱的事业,远离家人,随丈夫嫁到外地。

我曾调侃她,“理性的你也可以为爱情抛弃亲友啊!”当时的她只是坐在那里抿着嘴傻笑。

这段婚姻仅持续了6年。结果是,都是美好的爱情开始,却以离婚或名存实亡的婚姻收场。

是我们的欲望太多了,还是我们接受不了婚前和婚后的落差?

这种落差又从何而来?可能是你过于理想化了。

02.

理想化的伴侣影星张雨绮在某期《吐槽大会》上的一句自嘲亮了。她说,自己看男人的眼光确实不行。

当年她在拍摄电影《白鹿原》时遇到了大自己21岁的导演王全安,并与之闪婚。

婚姻仅持续了三年就以对方嫖娼而离婚。不久后和富豪袁巴元交往70天后闪婚,两年后又因为家庭财产纠纷闪离。

她当初被王全安的天赋吸引,觉得对方就是她的整个世界;遇到袁巴元时觉得仿佛找到了真命天子,并在微博竭力保护对方的家庭隐私。

爱情真有那么大的魔力吗?真有。荣格分析心理学中,曾把所有浪漫爱情的产生定义为对理想异性形象的投射。

男性心中的梦中情人叫“阿尼玛”,女性心中的理想男性称为“阿尼姆斯”。

你会把它投射到异性身上,企图通过与对方的结合,与它联结。这种幻想投射到对方身上,就产生了爱情。

马尔克斯在《霍乱时期的爱情》里描绘了一个将爱人理想化到极致的男主角,“他只要看到那个女孩就感到心满意足了,渐渐地,他把她理想化了,把一些不可能的美德和想象出来的情感都安在她的身体上”。

你怀揣这样的幻想走入婚姻,真相迟早会向你显现。

坎贝尔说,婚姻是充满煎熬的磨练,不是爱情的无限延伸。婚姻的磨难可以让人的这种幻想投射解体并看到生命的真实。

03.

理想化的关系我的闺蜜蓉蓉在结婚前一周向我诉苦。

她和老公因为婆婆提前“插手”新家的事情大吵了一架,在这场提前上演的婆媳大战中,老公站在了婆婆那边。两人差点闹掰。

和解后,蓉蓉提出,以后尽量不和婆婆住在一起,这让想尽孝的老公略显无奈。

跌跌撞撞地结了婚。俩人也享受了一段岁月静好。

但在有了孩子后,风云变幻。老人、孩子抚养费,回老家过年,阶段性带孩子,还有老公对于婆婆的偏袒,如风浪席卷,平静后又一次次“发作”。

同时,她的重心也几乎全部转向孩子,并经常为喝酒应酬与老公发生争吵。直到有一天,她发现老公出轨了。

蓉是在离婚一段时间后才告诉我的,言辞中仍然有无尽的委屈和不甘。

她说:“我真没觉得那个女人有什么特别的。他后来竟然说都感觉不到我在乎他了,我不解,我这样一个人辛辛苦苦带孩子,操持家务,就是因为爱他啊!”

我听后,沉默无语。似乎也找到了一些答案。

精神分析说,关系,是用来处理我们内在心灵中的“坏”的人

需要在关系中被看见,疗愈和滋养,我们都在寻求一个好的关系,即二元关系。

如果两个人的心灵都非常强大,也许就会是所谓的灵魂伴侣。

反之,如果二元关系张力太大,难以容纳其中某方的“坏”,就需要第三者去投射这个“坏”,即在一个新的三元世界中去消化、处理,心灵才会得以淬炼。

结婚后,蓉的前夫将自己不够孝顺,喝酒应酬、晚归、工作压力大、焦虑等“坏”的部分投射给了蓉,觉得是对方不理解不支持自己,同时又在外面构建了新的二元关系,重新找回了男人被仰视、尊重的感觉。

只是蓉,从结婚一开始就没有意识到,婚姻是一个系统关系的整合,除了各自的社会、工作关系,双方的经济关系、性关系,婆媳子女等各种复杂关系都要处理。

她也没有意识到,她和老公的关系也不是一成不变的,需要在两人共同成长中长期构建亲密,而不是束之高阁,撒手不管。

她将理想中的恋爱二元关系模式复制到了婚姻中,有了孩子也还是处于和孩子构建的二元关系中。

对婚姻关系的理想化,让她铸造了一座和老公间的情感隔离墙。

04.

理想化(物化)的功能“你负责赚钱养家,我负责貌美如花”

“有房,有车,有位,有才”

“高大上”“白富美”

“暖男”“经济适用男”

“多金”“绩优股/潜力股”

你是不是也在以这样的多样优质标签寻觅你未来的那个他?

在我看来,情感关系很难去物化,人终究不是商品,每个人都是独立而真实的存在,具有主观的情绪、感受和鲜明的个性。

我们从小或多或少都在接受物化的教育中长大,例如谁成绩好,谁更漂亮,更成功有钱。

这种实用化、功利化的教育

从某一方面也催生了物化的择偶观,即选择谁更能使我的婚姻和人生受益?

相比夸大、崇尚爱情的理想化,过于理性化状态的婚姻有时也是脆弱的。因为一旦“功能价值”随着时间、环境变质了,婚姻也会容易变质。

如何能放下对婚姻的过于理想化和期待呢?你不妨试试觉察和认知。

① 你是“爱其所是”还是“爱我所愿”?

电影《囧妈》告诉我们,真正的爱不是控制和索取,而是理解和尊重。

控制和索取代表你正在塑造一个理想化的伴侣。

你是否能看到并能接受未来伴侣本来的模样?比如失败、愚蠢、丑态和各种缺点。

宠妻狂魔黄磊就是对于老婆不会做饭心存温柔,同时练就了“黄小厨”神功。

只有你真正悦纳了对方的所有不完美,爱其所是,才可能找到爱的正确打开方式。

如果不能接受,也许你的爱只是出于对完美的投射和想象。

② 你有“整合关系,长期构建亲密”的想法吗?

婚姻不同于恋爱的二元关系模式,是一个更为复杂、多变的三元甚至多元系统。

美国心理学家卡普曼认为,把二元关系放到三元关系中去处理“坏”的“三角化”模式的唯一解体方法就是具备和别人建立亲密关系的能力。

也就是,让对方能感受到自己、爱人和相关的第三方(如孩子)都是好的。

婚后的复杂关系会滋生更多双方“坏”的投射,如果中间没有这种“坏”的消化调节人(如双方的家长或者朋友),势必会存在一方向外寻找新的第三方拯救者的可能,而将“坏”投射给配偶。

经营之道还是持续构建并维持亲密关系。

人生孰无惑?人生孰无挫?最大的代价仅是成长而已。