

## 在亲密关系里守住边界



在爱情里，我们都渴望与对方合二为一，你中有我，我中有你。热恋时最渴望的状态，就是两个人如同连体婴儿般，永不分离。但这是不切实际的。在生命某些最光辉灿烂的片刻，我们有幸与另

一个灵魂共舞，但本质上，依然是两个生命——我们可以无限接近对方，但永远是两个人，而且是两个独立的人。幸福感最高的关系，是相爱的两个人，彼此依旧保有边界感，而这是

中国女孩最难学习的一课。先说一个真实的故事。一个中国姑娘，身处美国，和她的美国男友吵架了，情绪激动。为啥激动？因为她对那个男的真的很好啊！房子是她姐姐的，生活费基本是她在付：“我对你这么好，你怎么这样对我？”

激动之下，走了极端，她拿出一把刀来，自残了。

男友理都不理她，立刻报警。警察来了，把姑娘控制起来，送到医院缝合伤口，然后把她关进一个类似精神病防治中心的地方，强制她看医生。

想从这里出去只有两条路：第一条，和她住在一起的人，即报警的男友愿意来担保并领她出去。第二条，在这里待足够长的时间，由医生签字同意后离开。

她被允许打电话，于是，她给男友打电话，苦苦哀求，希望他能保她出去，被拒了。

后来不得不自己求生，用足够好的表现配合医生的检查与治疗，最后大约是一周，她被放出来了。

她的结论是：我再也不想自杀了。她立即联系了自己的姐姐，以房主身份把男友驱逐出去，并立即和男友分手了。

刚知道这个故事的时候，我真的觉得美方的处置太不人道了。

现在写书，想起这件案例，仔细想想，这个机制其实是蕴含着一定的科学性的。自残或自杀的人，伤害了自己的身体，也可能情急之下伤害别人；为了保护生命，相关部门自然应该进行包括武力在内的干预及防护。

美国男友的“冷处理”也有其标志性的意义——亲密关系属于我们两个人，但你的生命属于你自己，我不会介入你的生命，也不会和你纠缠，如果你伤害自己，那就交给警察处理吧！

这就是亲密关系里的边界。

## 10年婚姻，咸鱼老公上热搜：身边有一个“没用”的伴侣，能有多治愈？

在《奇葩说》看过傅首尔辩论的人，都认识他的“咸鱼老公”老刘，在她的段子里，老刘就是一个什么都做，什么都做不成的中年男人。

而最近傅首尔却在微博上高调对老公示爱，认为跟学霸恋爱，跟才子恋爱，都比不上和老刘的。

这让人开始好奇，为什么好胜的她，偏偏爱老刘这样的“咸鱼”？

但当我看到了最新日剧《出租什么都不干的人》，我开始明白：

有一条“咸鱼”在身边，是一件多么幸福的事情。

剧里的男主“出租先生”，35岁，他最大的愿望是这一辈子不用做任何事情。

他在日本推特社区里面发帖，公开出租自己，标准很简单：

就像一个人去海底捞，服务员会在你面前放一个等身人偶一样，如果有人想要租一个什么都不做的人在旁边，只要付“出租先生”路费和饭钱即可。

他既不会鼓励你，也不会打击你，更不会与你有过多的交流；

他甚至不主动参与你的体验，只是在你的旁边，存在着，偶尔给一些不费力的回应。

看到这个设定，我第一反应可能会想：

哪有人这么傻，找一个不认识的人，就在旁边看着你？

事实上还陆陆续续有人想要租：

一直都想喝奶油苏打水中年男人，在过去20年，无论是一个人的时候，还是一家人去吃饭的时候，总是不敢点来喝过（觉得太女性化了）。

跟出租先生在一起的时候，他才可以开怀痛喝。

一位体重超标的女士，她想要去吃烧烤，觉得自己去很寂寞，约

朋友又嫌要聊天太浪费时间。

在出租先生面前，她终于可以不加节制地干掉了十几盘烤肉。

总觉得自己身上有臭味的大叔，想要找一个告诉他究竟有多臭。

出租先生把他全身闻了个遍，让大叔放下了这种焦虑。

找他的人都抱着一些「尴尬的需求」。

这些需求往往又是他们的熟人、亲友无法帮他们实现，或者是他们自己羞于实现的。

他们找上出租先生，只是因为这个人认识，不在乎。

委托人们感受到了陪伴，同时不担心被评判。

对他们来说，不认识，便是最大的包容；不在乎，便是最大的治愈。

作为一条不干正事的“咸鱼”，出租先生神奇地满足委托人尴尬的需求。

意外的是，他还帮助了两个人解决人生大问题。

01.

单纯活着也是挺好的

第一个委托者，是大宫小姐。她想要出租先生陪她上东京塔。

今天她就要离开东京了，希望留一个美好记忆。

一个人太孤独，约上好友又太伤感，找出租先生刚刚好。

4年前，大宫小姐在东京找到的一份编辑助理的工作。

上司告诉她：虽然是临时合同，但只要她玩命地工作，就能够出人头地。

后来，大宫终于做出了惊艳的策划，但上司转手她的项目安排给了正式员工。

原因是，高层不认可临时工的

她能肩负如此重任。

本以为要熬出头，最后却因为没做成什么项目，被解除合同，她只好无奈地准备回老家。

她跟出租先生诉说了这一切，调侃自己是一个能力不够的失败者。

而出租先生坐在她旁边，全场听着，没有发表自己的言论，也没有任何表情。

然而这种“漠不关心”，在大宫小姐看来却是最好的帮助。

她不敢找朋友倾诉的原因，就是：他们都太关心。

关心则乱。

朋友一定会劝她再努力一点，留在这里。

这让她不敢离开，怕被嘲笑是逃跑者。

她就像是做错事情——“是我太懦弱”；“让大家失望了”。

只有出租先生没有对她寄予厚望，他只是看着大宫，默许了大宫的压力和胆怯。

倾诉完，她不服气地问出租先生：

难道你真的没有想要做成一些事情吗？

出租先生说：虽然我什么也不干，但其实每天的生活也没有那么糟糕。

她非常意外，此前她一直以为世界上只有一种活法，那便是：拼命干活，出人头地。

而事实是，拼命的她到头来得如此糟糕和悔恨。

眼前这位陌生人，做不成什么事情，却也可以好好地活下去。

她内心的那种“做错事”的感觉烟消云散了。

当她热泪盈眶地看向出租先生的时候，他已经乘着海风睡着

了。

啊，他果真什么都不干啊。想做成事情的人，最终一事无成；

什么都不想做的人，活成了自己想要的样子。

在东京的最后几小时，她终于停下了焦虑，开始享受着平凡而静谧的傍晚。

在回家的高铁上，大宫小姐郑重地感谢出租先生治愈了她，让她不必像一个做错事的小孩那样哭着回家。

02解绑自己的感受

在第一集，大宫小姐曾好奇地问出租先生：

如何定义“什么都不做”？

他的回答是：我想做就去做，不想做就不做。

与那些委托人相比，35岁的出租先生，找到了一种让自己舒服的活法，那便是忠实自己的感受。

我们身边不缺乏给我们定标准、鼓励我们前进的人；

也有很多1个月拼命做出别人3年成就的榜样。

当我们的人生被迫充满了目标，利益的时候，开始习惯地用“我应该做XX”作为积极人生准则。

我应该力争上游；

我应该做好自己；

我应该给予回应；

……

这些行动准则都是一块一块砖头，慢慢砌成囚禁自我情感的墙壁。

这些墙壁，会让我们除了追逐优秀，无路可走。

一旦不优秀，就陷入绝望的困境中。到最后我们甚至都忘了到底为什么要追求优秀。

出租先生温柔地把砖墙敲开一个缺口，让委托人们看见自己的

感受，让他们看到其他同样重要的可能。

如果脑子的理智和内心的感受完全相反，互相倾轧，身体就会被拉扯折磨。

只有做法和想法达到了一致性，你才不会总觉得自己在“错位地活着”。

毕竟人生在世追求的是感受自由和幸福，如果现在的方式并不能带来幸福，那么又何必强求？

讲回傅首尔和她的“咸鱼老公”。

傅首尔上过很多综艺，在不同场合都评价过老刘，她把幸福生活归功于老刘，是他一直在背后治愈她。

当她想每个月赚一万块的时候，老刘觉得赚一千块就够了；

他知道自己混到现在没什么成就，所以跟儿子说，要尊重“金主”妈妈。

他放弃了“男人就是一家之主”的标准，他唯一坚持做的事情，就是关心傅首尔累不累。

傅首尔在准备争夺BBking时，一度压力大到差点退出，她的队友和粉丝都在支持她、期望她拿到好成绩。

只有老刘跟她说：“那就放弃吧。”

并在第二天拿着糖葫芦坐高铁去接她回家。

傅首尔觉得自己过于刚强、好辩，只是聪明；

而老刘有自洽的体系，云淡风轻，才是智慧。

一条“咸鱼”，也会被热爱、被信赖。

正如出租先生在推特上面火了，上千人给他点赞，求租……

或许，现代社会的每一个人，多少都需要一条咸鱼，来教我们如何好好地做一个舒展的自己吧。