



# 但愿我放手能让你幸福

【倾诉者】

琪琪女 27岁

【时间】

10月12日

【方式】

QQ聊天

## 失落时 你是慰藉

认识圣亚前，我有过一段失败的恋爱经历，男友有了新欢，在我逼其做出选择时，他把手伸向新欢。分手后，我一度沉湎于记忆并无法自拔——走彼此曾走过的路，吃彼此曾吃过的饭，甚至，神经病一样重复彼此曾经说过的话。

这种虚幻的日子过了将近一年后，圣亚出现。圣亚是我的同事，但我们却在不同城市（公司很大，我们分别隶属于两个分公司）。偶尔，圣亚会到我这边出差，他半开玩笑半认真地说：“一个人在外地吃饭很孤单，要不你陪陪我吧。”我想也是，同事一场，那就一起吃顿饭。

前后吃了将近十顿饭，我和圣亚越来越熟。圣亚在公司工作已有十年，按理说该是步入中年的人了，但他看起来依旧年轻，我曾好奇地问：“你多大了？”他却很警惕地反问：“你想干吗？我已经结过婚了！”我忍不住在心里笑：是个好男人！

有次圣亚又来出差，晚上约我去酒吧，说是有话跟我讲。男人的心里话总会让女人好奇，或者说期待，我也不例外，于是，那天晚上，我盛装出席了圣亚的邀约。酒吧里，圣亚跟我说着他和初恋的故事，为了配合他，我也讲了自己的爱情。那一刻，我有种感觉，我和圣亚会成为很亲密的人，或者是朋友，也或者是其他。

第四天，圣亚又约我看电影。

我犹豫了一下，因为在圣亚的微博里，我见过他和妻子的照片，各种姿态的秀恩爱，是显而易见的模范夫妻。但我最终还是点了头，看电影就看电影吧，何必想那么多。第五天，圣亚走了，路上他发短信给我，说很在乎我，说在郑州多待一天就是为了和我一起看场电影，而他，开心极了。

接下来的日子，圣亚仍在他的微博里展示他的“完美”婚姻，同时，也跟我保持紧密联系。我明白圣亚的想法，他的左手和右手都在用力，哪一边都不想放弃。

有段时间我心情很差，想找个地方散心。圣亚煞费苦心为我安排了一次出差——我和他，去往一个海滨城市。在那里的三天，我眼见到圣亚不接妻子的电话，不回妻子的信息。我惊讶于他的残忍，同时也回忆起和前男友的往事——曾经，我打电话给他，他说了“应酬”二字便匆匆挂断。呵呵，这应该是男人们的共性吧？

有种邪恶的想法涌上心头，我很想看看圣亚要用怎样的方式和谎言去欺骗家人，那样，我才能更为真切地体会到前男友的冷漠和无情。在我的明指暗示下，圣亚果然按照我的预想行事，看着他的妻子在微博上或伤心或失落地牵挂他，我仿佛看到了当初的自己。傻女人真多。

## 恋爱中 越发清醒

圣亚对我很好，我说感冒了，他可以立刻从他的城市赶到我的城市。我说喜欢某个东西，他会用最快速的方式送到我手中。他无微不至，但他也对我说：“我不会破坏自己的家庭，也不会伤害自己的家人。”

从海滨城市回来后，我曾和圣

亚有过一次交流，我说：“我觉得这样不好，似乎自己成了小三儿。”圣亚安慰我说：“你怎么会是小三儿？小三儿是要破坏别人家庭的，你又没这个打算。”我无语，圣亚又说：“我是认真的，一个男人，在爱着自己家人的同时，也会爱上别人，这之间并不冲突！”我忍不住好奇：“你这样做，不觉得对不起老婆吗？”圣亚依旧心安理得：“我又没有伤害我的家庭，没有伤害，就没有愧疚。”

男人，就是这样的自以为是，就是这样的残忍自私。但同时我也觉得释怀，伤害他妻子的人，不是我，而是他自己。

我和圣亚在一起两个多月时，他的妻子就有了怀疑，女人其实都是敏感的，只是苦于没有证据。她的查岗电话一个接着一个，我冷眼看着，看着圣亚或是直接挂断，或是巧舌如簧。我在心里想，查岗又有什么用？改变不了任何事实。感情的事从来都是一个愿打一个愿挨，不如早早看透，对自己好些，只有这样才最真实。

在妻子的“追踪”下，圣亚依然对我很好，可以这么说，他是除了我妈以外，对我最好的一个人，坚持不懈地要我健康，要我快乐。为了达到这个目的，他会做很多事情，付出很大代价。有几次，我不管不顾地加班熬夜，他甚至冷下脸来跟我吵架。

说实话，我看不起圣亚，但也感动于他的这份坚持。于我而言，和圣亚在一起，更像一次“探索行动”，只是为了知道，这样的“两面”男人究竟是怎样想的，又是怎样做的，会不会有一丝愧疚和痛苦。偶尔我也会良心发现，想把圣亚还给他的妻子，可每当我提起这个话题，圣亚都会表现出十足的伤心，

甚至流泪。

渐渐地，我发现自己和圣亚的关系变得越来越认真，我开始相信，圣亚是真的爱我。但是，在看到给妻子打电话时，脸上不由自主露出的幸福笑容，我也知道，他也是真的爱她。那时，我的心疼了一下，终于懂了圣亚的感情和泪水——原来，男人真的可以同时爱着两个女人。

## 离开后 愿你幸福

圣亚结婚三年了，但他一直没有孩子。有次，我的“亲戚”迟迟未到，圣亚怀疑我是怀孕了。他的态度很怪，正常情况下，应该安排我做手术，连我自己也是这样想的，可他居然要我生下来，他说不希望手术伤害我的身体。我问他：“你不知道这样会造成对所有人的永久伤害吗？”他摇头，表示没问题。

好在我并不是真的怀孕，而造化弄人，圣亚的妻子却是真的有了身孕。当我再次试探圣亚，说自己月事来迟时，他的语气变了，这次，他只是紧张地要求我赶紧做掉。呵呵，这才是男人的本质，也许，血脉相承的后代才是根本，而女人，远非想象中那么重要。

更不幸的是，我终究是个传统女人，一旦跟那个男人走得太久太近，一种叫做真情的东西就无法遏制。不知不觉中，我相信了圣亚的爱，也相信了圣亚会同时爱着我和他的妻子。我放下心中的怨和恨，留下的，只剩一份无奈的真心和感动。

但是，我依然不会主动去找圣亚，只是时不时地关注他和妻子的微博，看着他们存在于虚幻空间中的真实幸福。看着他妻子的微博，我发现我们有相似的性格，也时常会做差不多的事情，唯一不同的

是，我比你年轻一些，漂亮一些。其实，人往住都会喜欢同一类型的人，只是新老更替罢了。

有次，圣亚和妻子吵架，他气愤之余向我诉苦：“只有跟你在一起时，才能感觉到快乐。”我对他说：“她也曾经那么好过，只是结了婚，她有了新的身份，要为家庭、婚姻做出一些不得已的改变，说一些不得已的话。如果有一天，我成了你的妻子，或许我也会变成她的样子……”

圣亚沉默了。而我也突然明白了自己和前男友的分手原因。女人往往会随着时间越来越爱，然后努力改变成男人喜欢的样子。可男人不同，他喜欢的是当初那个梳着马尾，穿着牛仔裙的青春女孩，当你成为家庭主妇后，那份爱未必还在。

毋庸置疑，现在的圣亚是爱着我的，人前硬汉的他，背后却为我流过无数次眼泪。有知情人劝我：放过圣亚吧，也是放过你自己。是啊，那些梦想着对方会为自己离婚的小三儿，他今天能为你撒谎、为你离婚，而一旦你真的跟他步入婚姻，难保他不会背着你去寻找新的“青春”。

有些事情，看开了也就放下了。我打算给最近的相亲对象一次机会，我不知道会不会有所谓的激情，但至少目前还聊得来。

是的，我要离开圣亚了，也许他还会挽留，还要流泪，但我相信一切都会过去，他终究会忘记我，并最终和他的妻子、孩子幸福生活。因为圣亚虽不是个好男人，但他保留着最后的底线：不破坏家庭，不伤害家人。而他的妻子，虽和当初的我一样傻且天真，但她有足够的坚强和自信。

所以，我祝他们幸福，永远幸福。

## 最有幸福感的男女年龄差距是多少？

最有幸福感的男女年龄差距

近日，欧洲科学家们做的一项调查显示，年龄是影响婚姻稳定的一个关键砝码。英国巴斯大学伊曼纽尔弗拉尼耶博士对1534对情侣进行了一项追踪调查，结果显示，能强有力维系婚姻的最佳情侣模式是男女双方均受过高等教育且无离异史，同时男方比女方年长5岁以上。研究者称，妻子比丈夫小5岁以上是最不容易产生矛盾的年龄组合，他们的离婚率为其他婚姻的1/6。

另外，一项维也纳大学的研究发现，若丈夫比妻子大4-6岁，生育的子女最多；而丈夫比妻子大15岁，虽然生育子女数量不多，但婚姻生活最美满。

对此，国内知名婚恋治疗专家王国荣表示赞同。王国荣说，这类婚姻的三大幸福点，成了家庭稳固的支柱。第一个幸福点，满足女性“三位一体”的愿望。通常，女性梦想的白马

王子兼具爸爸的成熟、兄长的呵护和朋友的活力。而丈夫年龄大，心理更成熟，感情给予更自如。

第二个幸福点，年长的丈夫通常有一定的经济基础，减少了因经济而发生纠纷的几率。第三个幸福点，家庭竞争少。丈夫年长，女性自然会生出依靠感和服从感，减少夫妻间权利的竞争，摩擦随之减少。

如果说这类婚姻的劣势，华南师范大学心理学教授郑希付认为，一般而言，男性的平均寿命本来就比女性短，如果丈夫再比妻子大很多，那么有可能最终会是丈夫撒手人寰，妻子独守孤单。

## 男女同龄好沟通

现年49岁的美国总统奥巴马与妻子米歇尔年龄相差3岁，17年的幸福婚姻足以将他们划入“理想情侣”的行列。香港中文大学社会科学系副教授岳晓东认为，同龄恋，并非我们理解

的狭义的同岁，而是双方年龄大同小异，基本属于同一代人。王国荣指出，男女同龄是男性与女性同岁或男性比女性大3岁以下。可以这么说，在现代人的观念中，这种婚恋模式无疑是最理想的。

岳晓东提出，同龄恋的基础在于恋爱双方在心理和生理上的协调一致，这种婚姻最具有可持续发展性，具有六大好处。一是易于建立亲密关系。二是互动频繁。三是同步成长。四是需求一致。五是亲友支持。六是平等自信。总之，同龄恋人之间的社会经验相似，遇到生活问题时往往容易同心同德，而长期磨合更会使双方思维并轨，心有灵犀，形成共同的认知模式。

“虽然男女同龄有诸多优点，但也恰恰因为平等也会出现一些问题。”王国荣说，同龄夫妻间容易因太讲平等而形成权利竞争，可能经常会为了“谁说了算”而争斗不休。

## 做好四点婚前心理准备 造就真正幸福婚姻

相信很多女生结婚前总是怀抱一种美好的幻想。想着婚后的生活是多么幸福美好。但是，显示往往不是这样的，因此，做好必要的心理准备才能真正造就美满的婚姻。

1. 婚姻其实没有你想象的那么完美，这你要有心理准备，也就是说，无论对婚姻、婚后生活还是你的爱人，都不要期望值过高。

我们往往会把婚姻想的过于美好，过于浪漫，并充满幻想。但真正结婚以后，就会发现其实婚姻并没有自己想象的那么好，那么甜美，爱人也似乎没有原来那么完美，这样，就会让自己感到大失所望，增加自己的心理负担，产生一定的心理问题。所以，在结婚前就摆正自己对婚姻和爱人的看法和态度是十分必要的。

2. 做好适应新生活的心理准备。也许婚前你们都不会干活，但是结婚后所有的家务都要你们自己分担；也许婚前你可以整晚的不睡和朋友去玩，但是婚后就还有一个人在等待你的照顾。单身生活当然要相对自由自在的多，但是结婚后，你就对你的爱人和家庭负有一定的责任，不可以还像从前那样随意而为。婚后是两个人走到一起生活，生活中的一切都要两个人一起承担。

3. 确定感情基础的稳固和成熟。有一些结婚的男女感情基础并不是十分稳固和成熟，他们甚至对对方还不够了解或了解的并不深刻，这样的婚姻肯定是会出现这样那样的问题。可以说，这一点是结婚前最重要的心理准备。

4. 对性生活要有一定的了解。性生活的话题在我国传统观念的影响下一直是一个禁区。许多年轻的男女对它并不是十分的了解，这就让婚后正常的性生活走了许多弯路。而性生活又是婚姻生活中非常重要的内容。所以，在婚前要有心理准备，多学习有关知识，了解异性心理，是十分重要和必要的。