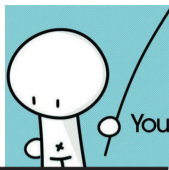




嘉宾: 钱晨



华大应用心理研究院

### 我要如何放下暗恋着的他?

Q: 我一直有一个念念不忘的人,也就是我一个人的念念不忘。其实都不算熟,小学同学,中学同校,见面都很少,但他已经在我期待的明天里出现了千千万万遍。

其实一直知道我只是他的过客,但就是控制不住自己,但又从来都不跟他说,也不打算说,好像真的只是喜欢上了自己喜欢他的感觉。

高中跟他分开之后,慢慢地我开始认识新的人,决定此生不再和他联系。可是世界就这么大,没多久有了同学微信群,他又加了我的微信,每次都下定决心要删掉他却下不了手。

其实我也想不通为什么会喜欢他。毫无理由,真的说不上来。就凭他,怎么会让我念念不忘呢?

A: 你一直关注他,关注他的情感经历,而你除了暗恋并不想和他发展一段关系。你把从年少到青春期的情感萌动都放在心里,依靠着你的想象,配上你如诗般的凄美而孤独的守望,和他发生着如梦如幻的联接,产生了一种绝尘脱俗的荒凉之感,你是当然的主角,每当你梳理着你的故事,叹息着也沉醉着。若干年前你还很年轻,你可以用你的暗恋来充盈你的青春,可是春梦终究要醒来的,你需要面对你的生活和现实的有形或无形的压力,于是你开始对过往产生了怀疑,那让你自己感动的凄美爱情故事也很难支撑起真实的生活……

你的内心世界是敏感而丰富的,在你的成长过程中,你逐渐形成了一套独特的思维体系,有很多的想象,并从中获得力量,在你看来“幻想即是现实”,你在现实的世界里依靠着你的幻想,沉浸其中,不与任何现实中真实的人发生爱的联系,却能深切地体会着爱情的凄美。就算胆怯,就算恐惧也不会阻碍内心演绎的故事。你拒绝了与暗恋对象可以真实相对的一切可能,这么多年来你用暗恋来温暖着自己,你并不孤独,用自己的故事感动着自己,你熟悉着你内在世界里的运作流程,信手拈来,独自圆满。外面的世界是危险的,并不能自己掌控,而暗恋就是一个人的决定,没有人参与,也不必他人的同意,你在这个自己营造的安全世界里一待就是若干年,不难看到你已经习惯了这样安全而稳定的“舒适区”。

暗恋是一种心理的寄托,更多的是一种心理的需要。当然每个人的问题都是独一无二的,我们行为背后的意义也各有不同。心理学大师欧文·亚龙说:或许,你所想到的那些你所喜欢的东西。深挖一些,你会发现你不爱他们,你爱的是,这种爱恋在你身体所产生的愉悦的感受!你爱的是欲望,不是欲望的对象……

(以上问题和回答全部选自华大应用心理研究院免费心理咨询热线51688988电话记录,发表时有删节)



万人相亲会核心团队出品  
权威安全的交友平台

生活每天都在更新  
所以这个版面显然是不够了  
登录我们《有情人》微信公众号  
私信后台  
说说你的情感困惑  
有心理大师跟你单聊  
或者报名参加我们的活动  
约会有缘人  
常常,还会有福利哦  
错过,不是现代人的风格  
那就扫一下这个微信吧

“有情人”是生活周刊首创的沪上单身男女交友活动品牌

## 男人这只风筝,线该擦多紧?

【文/两条鱼】



有电视剧又双叒刷了朋友圈了。

故事很老,亦舒的。故事也很新,每一个细节都恰好扎心。

美女马伊俐这次演一个叫子君的全职太太——知道为什么叫子君吗?鲁迅先生《伤逝》里最终被抛弃的女性就叫子君。因此,马伊俐——或者子君,理所当然地被抛弃了,男人有了新欢,女人的结局都一样。

很多人义愤填膺地痛骂小三,连带着演员吴越一起被黑,这位演贤妻良母半辈子没有走红的演员,演了个小三,居然毫无道理地红了。

说故事很老,是因为它还在反复探讨一个老话题:男人这只风筝该怎么放?风筝线是该擦紧呢还是该放松?紧到什么程度?松到什么尺度?

### 女人越是要管,男人越是要逃,线和风筝步调不一致,要么掉下来,要么断线。

子君当然是不成功的风筝手,作为全职太太的她有着大把闲暇,也就有着大把胡思乱想。大概有人又要说教,说女人应该有自己的生活,不能只有男人。这话似是而非,男人当然是女人生活的重要组成部分,作为全职太太的子君,紧张自己的男人天经地义。她犯的错误是,风筝线擦得太紧。

传统生活中的男人,都有一点自高自大,总希望有一点自己的空间——最重要的还是心灵的空间,这个空间不是用来装小三的,而是用来装男人自己的情绪、困难和痛苦的。他们会在这个空间里把自己调整好,然后又一副变形金刚的模样面对女人。男人也不希望女人事无巨细样样管到家,让他觉得好像又面对一个妈。女人越是要管,男人越是要逃,线和风筝步调不一致,要么掉下来,要么断线。

子君就是那种将风筝线擦得太紧,又希望风筝飞起来,结果把风筝线弄断了。

这个故事太老,当年江珊和王志文演对手戏《过把瘾》说的也是这个,江珊在剧中一“作”成名。

很多人认为,吴越演的凌玲是最强小三,懂心理学,将一根风筝线放得若有若无,经常不是把男人往怀里拉,而是往外推,越推,男人越觉得这个女人好,懂情趣,揽责任,男人一身轻——连骨头都轻了几两。

其实,凌玲的厉害,不在于放,而在于看似远远放开,线头还攥在手里,挑个关键点,弹拨几下,男人又感到了那根线。比如她说“都是我不好,是我自己要爱你的”,比如她说“你应该离开我回到子君身边去”,观众都知道是假惺惺,男人未必不知,但就那么贱贱地觉得,哎呀,这个女人多么体贴呀。

放风筝,线总要放的,放多少不是问题,哪怕你希望自己的男人是鸿鹄一只,把线放得老长。关键是,看着风向,在关键的时点总要抖一下,拨一下,让男人不会忘乎所以,这才是王道。

## 相约曼谷,遇见生命中对你的你

一个人的日子也许叫“逍遥”,两个人的生活却叫“幸福”!您的幸福在哪里呢?由春秋航空、上海巾帼园婚姻介绍所组织的5天4晚相亲团将前往泰国首都“天使之城”——曼谷,以爱的名义出行,遇见生命中对你的“你”。

曼谷是一座五光十色的城,以其独有的魅力吸引着来自全球各地的旅行者。在曼谷,游客可以目睹泰国历史文化的精粹,感受城市的古老,也可以在时尚、热闹的购物中心忘情血拼;可以在无处不在的路边摊尝尽地道美味,也可以尽情享受五星级的高端奢华服务;可以在寺庙中禅修拜佛,寻求心灵的净化,也可以纵情于丰富多彩的夜生活。

整个活动过程分为起飞前、飞行中、航行后三个阶段:

- ① 起飞前阶段,组织相亲团在航站楼内进行破冰;
- ② 飞行中阶段,组织相亲团在客舱内进行模拟婚恋类电视节目的相亲游戏,组织临时家庭;
- ③ 航行后阶段,组织相亲团游览异国风情并在其中穿插相亲节目。

报名时间:2017年7月14日—8月10日

报名要求:男生<42岁,女生<35岁

报名地址:上海市徐汇区天平路245号巾帼园6楼(非会员请携带身份证、户口本、学历证、婚史证明、报名照生活照各一张)

报名热线:64661889、64741519

活动时间:9月8日-12日

活动费用:4300元曼谷5天4晚