

无须为爱情萎谢

■ 刘翠林

那一年,胡兰成逃亡到杭州一带。当时,张爱玲还在上海,一直挂念着生死未卜的胡兰成。从胡兰成的密友那里得知其消息后,张爱玲便只身一人去见胡兰成,与他待了二十多天。

在一次阅读中,我看到张爱玲对胡兰成说过这样一句话:“我倘使不得不离开你,亦不至于寻短见,亦不能够再爱别人,我将只是萎谢了。”

张爱玲的“萎谢”二字忽然让我心疼起来。一个女人,不管她出身如何高贵、性情如何孤傲、才学如何过人,但在爱情方面,终究还是摆脱不了女人的小心思。从低到尘埃里,在尘埃里开出花来,到最终枯萎,爱情就这样卑微地开始,又这样惨淡地收场了。

当爱情来临时,胡兰成说:“张爱玲忽然很烦恼,而且凄凉,女子一旦爱了人,是会有这种委屈的。”而胡兰成在收到张爱玲的小照时心态是这样的:“我亦只端然地接受,没有神魂颠倒。各种感情与思想可以只是一个‘好’,这‘好’字的境界在感情与思念之先。”

这就是男人和女人在爱情上的差别。正如被宠坏的孩子不懂得心疼父母一样,被宠坏的恋人也往往不懂得珍惜爱情。男人喜欢像狮子追逐猎物一样去追逐女人,以显示他们的征服能力。男人对毫无保留爱他的女人会渐渐地心生厌倦,渐渐地不知珍惜。

但是没有一个女人注定为某一个男人而生。所以女人,当你觉得爱情来了,而且确信那是爱情时,请尽情享受,不要战战兢兢,也不要欣喜若狂,就像平时欣赏大自然的风和日丽、日月星辰一样。你要明白,花开了看花,但花总会谢;月圆了赏月,但月总会亏;风很宜人,那就让清风拂面,风过了无痕。

有爱就尽情去爱,但同时也不要忘了给爱留一个出口。唯有这样,一旦爱情没有了,你仍可优雅地道一声珍重,然后转身离去,不至于萎谢。

女人花,你可以为爱情开放,但无须为爱情萎谢。

夫妻冷战的五种心态

没有不吵架的夫妻。婚后,两人难免会因各种矛盾而发生争执,甚至摔杯砸碗,越吵越凶,直到彼此都筋疲力尽,或一方摔门而去。

接下来的日子,表面上看似风平浪静,两人照常回家、照常生活,但其实都憋着气,互不说话,一场冷战已经打响。

有过冷战经历的人应该都有体会,冷战比吵架更伤感情。因为冷战拒绝了一切沟通,让彼此的关系逐渐变得冷漠,曾经的甜蜜慢慢被消磨殆尽。

冷战的五种心态

第一种用冷战来威胁对方。小Z从小看父母冷战,所以非常害怕冷战。但是丈夫一有不满就冷战。无奈她只能无限次妥协,有再多的委屈都自己承受。此刻爱人不爱爱人,反倒像刽子手。

第二种把自己放在受害者的位置上,逼迫对方来道歉。产生这种心态后会做出很多相应的行为,如酗酒、哭泣、生病、自残等,这其实是一种情感勒索,是在用自己的痛苦来控制对方。

第三种是赌气。有这种心态的人觉得冷战之后谁先开口说话谁就输了,所以憋着等对方先来跟自己说话。

第四种是不想再吵了,那就先躲着。这是回避型人格常有的心态,他们对某件事不满,不会想着去解决,通常会选择逃避。

第五种是不知道该怎么办,只能先维持现状。这类型的人性格比较被动,同时也非常理智,平时很喜欢讲道理。他(她)知道此刻讲道理不是一个好方法,反而可能会刺伤对方,让关系变得更僵,于是只能“拖”,一心希望过几天冷战会自动结束,然后再好好跟对方讲道理。

如何应对回避型人格

分两种情况来说:

如果你是回避型人格——

那你需要真正接纳自己,回到真实的关系中,剖析吵架时的想法,然后学着去改变。

比如,下次再吵架,别武断地认为对方无法沟通,给对方同时也给自己一个机会。可以试着表达你的不满,倾听对方

的回答,如果觉得对方理解得不对,可以再继续寻找你们之间的分歧点,别害怕冲突。

除此之外,你要打破自己脑海中给对方设定的“虚拟形象”,多记住对方做得好的地方。如他(她)在你需要的时候给你什么帮助,他(她)在你不开心的时候是怎么安慰你的……通过这些记忆感受对方是值得你信任和依赖的。

如果你的伴侣是回避型人格——

那你要做好打持久战的准备,因为打开一个人的心房要付出很多心力、时间。

首先你要知道他(她)并不是针对你,这是他(她)的行为模式,他(她)对所有人都这样。知道这一点之后,你的情绪就能稳定下来,然后多表现出自己可靠的一面。他(她)觉得你无法沟通,不能理解他(她),那你就让他(她)感受到你理解他(她),从而让他(她)相信你。

如果你做了这么多他(她)还是对你比较疏远,也不要太着急,不要强迫其立刻改变,给他(她)点儿时间,让他(她)慢慢感受到你的可靠,逐渐接纳你。

最重要的是保持自我独立性,他(她)有他(她)的行为模式,你也有你的,不需要完全妥协,你有什么想要表达的、想要坚持的也可以直接跟他(她)说。

(据《中国妇女报》)