

生命里的断舍离

读者倾诉

柳老师：

不知道别的女孩的人生是什么样的，反正我的人生是这样的——22岁恋爱，23岁结婚，24岁有了儿子……一路行来，似懂非懂、稀里糊涂之中，我就为人妻为人母了。在别人看来，我过得相当幸福，但我总觉得生命中缺点什么。

我和老公认识是在我22岁那年，回想起来，无论是成朋友还是成恋人，过程中我都显得很被动。他对我一见钟情，他曾说过，当他第一眼看见我，就被我迷住了。那时他一直追我追得很紧，他也确实对我很好，每天接我下班，带我吃好吃的，给我买小礼物，每次送我回家，都要看我上楼，看我房间的灯亮了，看我在窗口跟他打个招呼他才肯走。就这样，稀里糊涂地我和他就成了恋人。

恋爱谈了不到一年，他就提出要结婚，但那时我却想分手，不是他不好，而是感觉他并不是我最想要的人。他事事顺着我，却让我感觉不到激情，总感觉有什么地方不对劲。

可是家人和朋友都劝我，说结婚不就是要找个疼爱自己的人吗，这么好的人如果错过了，到时候可别后悔。我想来想去也挺有道理的，就答应了他的求婚。

结婚后，我们也确实有过一段新婚燕尔、耳鬓厮磨的日子，不过很快我就怀孕了，后来儿子出生，又是一阵忙乱，我们的感情也在慢慢地发生变化，生活变得琐碎而平淡。儿子出生时正逢他的事业蒸蒸日上，他很忙，我知道他的确是为了挣钱养家而辛苦拼搏，但心里却总觉得空落落的。

每天虽然回家很晚，但他再累都会去陪陪儿子，和我聊一会儿。要说他也是一个好男人，每月的工资他都如数给我保管，家务活他也是能帮就帮。可后来时间长了，他也有了男人的通病，在家里成了甩手掌柜，家务活全推给了我，对我对孩子也不像最初那样用心了，有时候烦了也会对我不理不睬。

其实这些我都不介意，我能适应这种中国传统的男主外女主内的生活模式。如果没有遇见另外一个男人，我想我这辈子也就这么平淡地过下去了，至今也不会懂得惊心动魄的爱是什么滋味。

和他是在网上认识的，那时他刚离婚，心情很苦闷，也想找个个人聊聊，我们聊得很投机。后来，他多次提出要见我，我总找各种理由婉拒，有一次似乎是找不出再用什么借口拒绝，也侥幸地认为，见个面又不能怎么样，于是便答应了他的要求。没想到见过他之后，我整个人就迷失了。他谈不上帅气，但全身却散发着很对我胃口的气质，他身上有一种让我不可抗拒的引力，我深深地被吸引了。

但是我们俩也只是聊聊天，并没有发生什么，他是一个很体贴的男人，他说过绝对不会勉强我。我虽然心里觉得跟他见面是不对的，也是不好的，但就是控制不住自己。有时我想不能再这样了，我们不能再联系了，我是不可能抛下老公和孩子的，但是只要他一联系我，我就没办法了，我控制不住想见他的欲望。

这样的日子持续了一段时间，有一次他说他不能再这样苦等下去了，这样太痛苦了，他要得到我，为此，他愿意付出任何代价。

柳老师，你知道么，他这个样子让我觉得害怕，我怕他会做出什么不好的事情来，我绝对不可能为了他抛弃家庭。我好怕啊，我该怎么办啊，柳老师，我要如何面对这个情感的烂摊子呢？

柳老师，帮帮我，告诉我，我要怎么做呢？

玫瑰



回音壁

“柳韵情感倾诉”微信公众号已开通，读者可在手机微信上输入“柳韵”二字，点击关注或直接扫描二维码。



玫瑰：

看了你的故事，我真的不知道该说什么。年轻的时候我们会觉得找一个爱自己的人是一件最正确的事，可是我们忘了自己内心真正的需要。一个女孩逐渐成长为一个女人的时候，才发觉原来自己真正想要的并不是那些脑子里或者生活中想当然的东西。

就像你，老公当初爱你如宝，对你一见钟情，狂热追逐，终于抱得美人归。他如愿以偿，觉得今生无憾。你虽有遗憾，觉得他给的并不是你想要的那份感觉，但他给不了你激情，却可以给你温暖，在这样的相处模式下，你虽然心有不安，但也被他的温柔呵护给填满。

一段稀里糊涂的日子，让你完成了从女孩到女人的转变，也完成了一个女人必经的圆满，成为了一个母亲。有了孩子以后，生活自然就会变得琐碎而平淡，但正是这份琐碎与平淡，才是生活的真滋味和真面目。

你觉得他没有当初对你那么用心了，也变得像别的男人一样，回家就做了甩手掌柜，不再关心你的辛苦，不再了解你的哀愁。也许这是已婚男人的通病，也是一个很正常的形态。

婚姻相较于爱情，就好比一壶烧开的水，经历过沸腾、落滚、温吞，直至最后冷淡。你们现在就处于一种温吞的状态，不是说没有温情，但起码没有了激情。虽然这是所有夫妻都必须经历的一道坎，但这道坎在一个心存浪漫、多愁善感的女人那里却是致命的伤害。

也许你的老公会想：这有什么啊，别的夫妻都是这样啊，我已经做得很好了呀，我把工资全部交给你，家里事情全由你做主，你还有什么不满意的？别的夫妻都可以接受的相处模式，为什么你不能接受呢？

但是你就是不能接受，你觉得自己被冷落，被忽视了，你多感的心变得飘忽起来。在这个时候，你遇上了他——你生命中的另一个男人。

一个人欠你的，会由另一个人来还你，包括爱情。

也许正是他给予了你老公没有给你的那种感觉，或者说生活里缺乏激情的你又一次被他的热情点燃。毕竟能够被一个人爱是一件很美好的事情，不是你不能拒绝，而是你不想拒绝。

有了第一次相见，有了那种相看两不厌的感觉，你彻底地迷失了，迷失在他的温柔里，迷失在这份难以言表的诱惑里。你觉得自己整个人都被他激活了，你又有了恋爱的感觉。但同时你又很担心，理智告诉你这样很危险，你怕这样的感情会破坏你的家庭，破坏你现有的生活，这种矛盾的感觉一直在你的心里积压，直至泛滥成灾。

在这段日子里，你经历着精神出轨的那种快感，也经历着道德对自己心理的那种拷问，这两份感觉交替地折磨着你，让你觉得自己都快无法呼吸了。你既舍不了激情，又舍不了温暖，你既想拥有爱情又想拥有安全，但这真的太难，而且，你还忽视了一点，你完全忘了另一个男人的心理存在感。

一个男人，如果真爱一个女人，他就会想拥有她，让她彻彻底底地成为自己的女人，而不是水中花、镜中月，只能观赏，而不

能拥她入怀。更何况他现在还是单身状态，自然会有他自己的想法，这是无可厚非的。

他的变化让你害怕了，也许是让你担心的事情终于发生了。他的那份情从最初的让你欣喜变成了现在的让你担忧，你怕他会做出什么出格的事情来破坏你的家庭，伤害你现在拥有的一切。

看出来你最重视的是什么了么？明白你的心在哪里了么？

你的心还在你的家里，在那个虽然只有温情没有激情的男人身边，在那个甜甜地叫你妈咪的小可爱身边。

你要明白，有些人只能做你生命中的过客，而不是你的主题。即使你对他的感觉再好，也要明白你要的是什么，你必须要舍弃的是什么。鱼和熊掌历来不能兼得，太贪心总会出问题。

事到如今，纵然有千万个舍不得，只要他动了这个念头，这段感情就真的不能再持续下去了，这是一份危险的关系，搞不好会伤得所有的当事人体无完肤，痛苦不堪。趁着事情还没有到不可收拾的地步，赶紧收手吧。好在你很理智，他也很明白，你们并没有做出什么出格的事情，一切都还来得及。

在错的时间遇上对的人，是一种伤感。

不要再继续下去了，虽然心有不忍，怕说得太多太晚会伤了他，但也要很明确地告诉他，你依然爱你的丈夫，爱你的儿子，爱你的家庭，你不可能为了他舍下这一切。如果他真的逼你做选择，那他就不是爱你，而是一种赤裸裸的占有。爱不是占有，而是成全。今生能够相爱一场，已是上天的垂怜，不要破坏这份爱的感觉，趁着一切还没有被破坏，就这样把这份感情留在心间，让彼此有一份牵挂，胜过一份伤害。

相信他应该是一个很理智的男人，当你对他表达心意的时候，他会明白，你和他已无可能，他会在心里权衡，是要一个真心相惜的知己，还是要一个因爱生恨的怨偶，孰轻孰重，他自会明白。

有些感情，只能存在于记忆里，散落在微风中，想起的时候会感觉温暖，忆起的时候会觉得心安。

一个人一生中会遇到很多份感情，也会遭遇很多次选择。在这样的选择里，在这样的感情里，如何去继续，如何去发展，其实只需要遵从自己的心，明白你想要什么，你不想做什么，你要舍弃什么，你想拥有什么，有了这些明确的答案，那么对于生命中的那些断舍离，你一定会做出最正确的决断。

柳韵

