你的爱情是什么故事?(上)

◆ 陈赛

在爱情中,你是警察、王子、外星人,还是殉道者?

爱情是什么?

一个有趣的断桥实验是这样的:当一个实验对象走过摇摇晃晃的吊桥时(此时难免都会心跳加速、呼吸急促,心理学家称之为生理唤起),如果旁边有一位迷人异性相伴,他就会倾向于把这种生理唤起与异性的存在联系起来,以为自己陷入了情网。

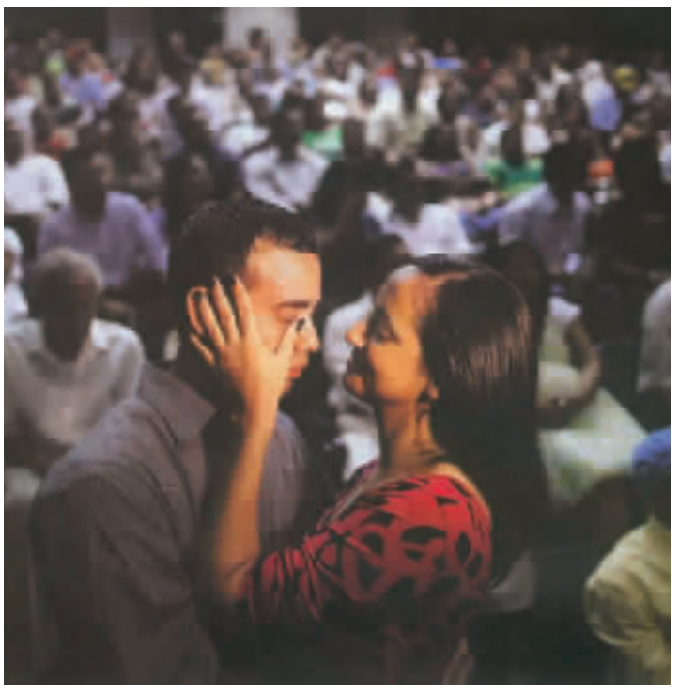
这个实验让我想起阿兰·德波顿的《爱情笔记》,两人在飞机上相遇,谈到如果飞机出事可能的死法。当取好行李,通过海关检查时,他们已经彼此相爱了。

爱情的毫无道理,由此可见。尽管如此,心理学家仍然努力为我们提供一些关于爱情发生的线索,比如我们会被外表的魅力迷惑,被熟悉感吸引,被喜欢自己的人吸引,被得不到的人吸引,我们的大脑还经常错将危险信号当做爱情。

还有一种"依恋理论"认为,一个人在成年后拥有什么样的爱情,与婴儿时代与母亲的情感模式有很大的关系。早期的研究将母婴之间的情感模式分为三种倾向:安全型、回避型和矛盾焦虑性。安全型的人对亲密关系感到安全,通常是温暖而有爱心的人;焦虑型的人渴望亲密,但过于投入,总是担心对方能否回报同样的爱;逃避型的人将亲密视为自我独立性的丧失,总是试图与对方划清某种界限。

爱情是一个故事

在所有关于爱情的答案中,美国心理学家罗伯特·斯坦伯格的答案大概是最简单的:"爱情是一个故事。"



■ 2011年2月14日,在尼加拉瓜首都马那瓜,一名女子为丈夫拭去眼泪。约有560对新人在情人节当日喜结连理

和所有的心理学家一样,斯坦伯格曾经追问爱情的本质,而且给出了非常精确可靠的心理学模型——爱情三角理论。

在这个模型中,爱情由三个元素构成:亲密、激情与承诺。亲密包括热情、理解、交流、支持和分享等内容。激情指性的欲望,以对身体的欲望激起为特征。承诺是爱情的最后一个成分,指自己愿意投身于与所爱的人保持并且主动维持这种感情。斯坦伯格用激情来形容爱情的"热度",用亲密来形容爱情的"温暖",而承诺则反映了一种认知上的内容,带有一定的理性思考。

斯坦伯格认为,这三种成分的不同组合构成了千姿百态的爱情关系,而完整的爱情必须是三者的组合。他还归纳了爱情的八种类型:一、喜欢:只有亲密部分;二、迷恋:只存在激情成分;三、空爱:只有承诺的成分;四、浪漫之爱:结合了亲密与激情;五、友谊之爱:包括亲密和承诺;六、愚爱:激情加上承诺;七、无爱:三种成分俱无;八、完整的爱:三种成分集于一个关系当中。

但是,这个模型并没有回答一些更关键性的问题:是什么使一个人爱上这个人,而不是那个人?是什么决定了他/她爱的方式?为什么有些情侣可以白头到老,另外一些却如流星闪过?为什么我们在感情中一次次犯同样的错误,就像不同的人,不同的地点,却遵循相同的剧本,就好像爱情的命运,从求爱到终结,从一开始就已经写好了?

最后,他放弃了心理学上的概念与分析,说,爱情在本质上不是分析性的,而是叙事性的。所以,理解一对情侣的思想和行为的最佳方法,是看他/她如何讲述关于爱情的故事,以及他们对于爱情理想的描绘。

有人相信亲密关系是合股关系。这是商业故事。

有人喜欢吓唬自己的伴侣,或者被自己的伴侣吓到。这是恐怖故事。

如果我的伴侣离我而去,我的生活将是一片空白。这是成瘾故事。

爱情是一场游戏,输赢的不确定性才是游戏的好玩之处。这是游戏故事。

还有人觉得伴侣就像外星人一样不可思议,难以理解。这是科幻故事。

爱情是一个故事,只不过作者不是莎士比亚、马尔克斯,而是我们自己。通过大量的访谈和实证研究,斯坦伯格一共总结了26个故事,包括童话、商业、收藏者、恐怖故事……

每一个故事都引导着对于一种爱情关系的描述。这与认知疗法中的"自动思维"道理相通。被访者甚至可能都没有意识到自己持有这样的观点,或者意识到这些观点与他们的爱情故事如出一辙。

有一些故事比另外一些故事更加深入人心,比如"旅行"(我相信爱情的开始就像一段旅程的开始,充满了兴奋与挑战)、"园艺"(我相信爱情不加照顾就会枯萎)和"幽默"(我认为在感情上太严肃了会毁掉感情)。

有一些故事则幸福前景黯淡,比如"恐怖"(当我感觉到我的伴侣让我感到害怕时会有兴奋的感觉),"收藏家"(我喜欢同时约会不同的对象,每个对象符合某种特殊的要求)和"独裁政府"(我认为在一段感情中由一个人掌控绝大部分重要决定更有效率)。这些故事里的人物经常很快分手,缺乏长期的持久性。

1996年一项对于43对夫妻的调查(Mahzad Hojji)发现,女性比男性更喜欢旅行故事,而男人更欣赏艺术故事(外表吸引力是寻找伴侣最重要的标准)、收藏家(伴侣被视为收藏品)和色情故事(满足伴侣的性需求和性趣味非常重要)。此外,男人还喜欢牺牲故事(我相信牺牲是真爱的关键部分)。最后一点很让人意外,但男人的确为女人认为非常重要的一些需求做出了牺牲。

此外,故事还与文化有关。文化总是支持某些故事,而反对另外一些故事。在今天的主流文化里,婚姻是一个关于真爱的故事,历史上大部分时候却并非如此。在一些文化里,通奸的故事会招致杀身之祸,在另外一些文化里却不值一提。

《新民晚报》美容医疗分类广告总代理,上海立鑫广告有限公司 广告投放热线:62775877 62779998

ANNEL 艾丽儿 隐形发 金色年代指定合作单位 www.annelhair.com
会呼吸的隐形发
徐家汇店:徐汇区南丹东路300弄9号亚都商务楼508室 021-63528233
人民广场店:黄浦区汉口路515号汇金大厦14楼1418室 021-63528231

"腰间盘突出、椎管狭窄"有良方
近年来,因腰部疼痛到医院就诊的人非常多,中老年人所占比例较大,大多数患者腰部既没有扭伤的经历,也没有摔伤的经历,这种情况主要是各种形式的腰椎退行性改变继发椎间盘突出、椎管狭窄、椎体滑脱增生压迫神经所致的。患者主诉最多的常常是腰疼、坐骨神经痛以及下肢放射性疼痛或麻木等等。
郑州寸草心生物科技有限公司生产的远红外腰椎痛消贴(仙草活骨膏)专门针对此类问题研制而成,它特别采用了现代生物低温萃取技术提取,克服了传统工艺高温熬制有效成份遭到严重破坏的缺点,又引入了现代远红外透皮吸收技术,有效成分能够穿透骨关节屏障,直达病灶,通过局部贴敷,体表按摩,激活椎间盘及韧带等软骨组织新陈代谢,促进病灶的化解吸收,逐步解决神经受压进而消除疼痛,特别适用于腰椎退变继发椎间盘突出、椎管狭窄引起的疼痛、久治不愈的患者以及症状比较严重的患者用后效常以人意料。
见报三日内购买可享受:买5送1,买10送4(本送价值398元的远红外腰厚护膝一副,希望大家集群团购可享受优惠,记得发短信告知!)
上海专卖店:黄浦区牧羊路47号(近成都路),虹口区唐山路358号(近新港路),本市免费送货,货到付款。全程跟踪服务承诺!(详情:WWW.ZZCCX.com)
咨询热线 021 51093071 51875619

我们只做眼袋
官方网站:www.zbqyd.com 签约服务 无效退款
电话:63508428 地址:汉口路515号903室(近南京路步行街)
电话:62177587 地址:南京西路555号410室(近人民广场)
全国免费电话:400-600-216

金清杨 J·Q·YANG
我们只做眼袋!
官方网址:www.jqyquyandai.com
上海分店 021-64519776 64519775 全国免费咨询热线 400-888-0265

《新民晚报》一手房分类广告总代理,上海立鑫广告有限公司 广告投放热线:62775877 62779998
以下楼盘信息,价格有效期为一周,本广告仅供参考,广告具体内容可作为购房合同附件。

9号线旁 精装楼盘宜居房
16.3(8-306)万/套
• 大余山生态福利区,养生胜地
• 41-99㎡阳光小户,复式别墅,精装电梯房,幸福安家
• 百米成熟生活圈,交通便利
TEL:57741386
售楼处:上海松江区文汇路92号

浦东迪士尼多层电梯小户
一口价19.8万/套
地铁11号线(新场站)举步即达
交通便捷 一部公交直达市区 依傍大社区 生态宜居
58183638

金山城区22号线小户型
滨海花园准现房新春
盛装启幕
(70-202)
首付13万/套
300米生活完美配套
复旦附属医院地块
养老宜居胜地
上海唯美滨海沙滩度假休闲胜地
T:57241776
地址:金山区红旗东路57号