男左女右

80后的三十难立

◆ 云 飞

去年底电视剧《三十而立》热播,引发80后对于30岁到来应如何生存的讨论。至今百度“三十而立吧”中的帖子还络绎不绝,大都吐槽三十“难立”的现状。千年古训是否失效?

赵欧(男)
31岁
广告经理

本人惭愧,刚过了而立之年,却不知能否说自己立得起来。3年前辞职自己创业,公司从6个人干到只剩光杆司令,又到如今的10几人,总算能够养家糊口,但一想到房子,就立马矮挫气短了。现在这样飞涨的房价,让工作了几十年的人都望而却步,遑论刚刚参加工作没几年的年轻人。男人三十而立、四十不惑、五十知天命……这些古人套在男人头上的光环呵,可真像紧箍咒,念得男人气喘吁吁,却不敢对肩上的重担有所懈怠……其实内心里也未必完全认同。你想啊古人的寿命也就60来岁,30岁就已过了一半,不立那是真的没希望了;再算算那孔夫子十五岁开悟苦读,用了15年到三十而立,现在用15年怕大学也还没毕业呢,怎么谈得上“立”?何况有人30岁还在读硕士博士呢!定要用这些古训压人,实在有点不合时宜了。可就算自己无所谓你也挡不住别人对你有所谓呀!比如,房子,便是30岁男人心中最切肤的痛!说句玩笑话,如果有下辈子,我还真的想变成女的,女的就不用承受这么山大的压力,她们最多可以“三十而丽”呀……

季宛容(女)
27岁
店长

什么是三十而立?依我看来,就是应该有一定的经济基础,事业小有起色,在外能独当一面,在家能照顾父母妻儿,人脉活络,人生该经历的事大都经历过。房车倒是可以继续努力,不必一定要在三十岁前实现,因为那也不现实。重要的是30岁的男人,起码该拥有性格上的宽容、成熟、稳重等等一些可贵的品质,也该有个稳定的家庭,不错的工作或者事业,当然也可以是长远的生活目标。只要有目标就什么都不怕。最怕的是有些男人到了而立之年不仅什么都没有,还不知道自己想要什么,整天浑浑噩噩地混日子,女人如果碰到这样的男人就真的是倒血霉了。另外,似乎三十而立只是要求男人的,在网上查一下,凡是涉及女人30、40岁的不是豆腐渣就是如狼似虎的恶心话。好像女人只靠脸蛋和身材活着,过了30岁就贬值了似的,真是胡扯!现代社会,男女平等了,应该提倡女人也要三十而立,先立业后成家,看父母和媒体还有什么理由整天把我们说成剩女来逼婚!

男人头上的同时,其实也给了他们一把双刃剑。在剥夺了女人的智慧能力和“而立”的机会时,一边也给男人套上了唐僧的紧箍咒。越想符合男性标准,彰显男性魅力,就越要自觉扛起养家糊口、房车兼有的重担,以至于力不胜受时也不能叫苦叫累,更不敢卸下担子歇一歇。或者物极必反,压力过大无法招架反而变成逃避退缩,浑噩自卑。

其实所谓成功不能只是看结果,更多的是过程:想想自己付出的是否足够?是否尽了最大的努力?只要有了积极成熟的心态,三十岁有了一个能养活自己的工作,无论哪一行哪一业,去实现自我的价值,得到社会认可都可称之为“而立”了,不用再被古训锁住心灵。女人也应该自立,两个独立的人之间才有平等的爱。

{飞儿声音}

古时候重男轻女,所以古训的主体理所当然就是男人了,而性别文化把这样的光环罩在

把爱唤醒

如何保卫我的婚姻

Q:严老师,看了很多您的文章,感觉受益匪浅,我生活中遇到了一些感情问题,特求助于您。请百忙之中帮我分析分析。别人大过年的欢天喜地,我却在这里生闷气,还无法对别人说,这个年啊,过得我窝心。和我的婚姻有关。我和妻子是高中同学,只是到工作后才开始谈恋爱的,感情基础是非常深厚的,这一点我非常清楚,婚后我们感情也一直很好,直到最近我发现妻子有点不对劲,她的情绪起伏很大,而且常常深更半夜还挂在网上。

这些天,无意当中我看到了她的聊天记录,这才知道她跟以前的初恋对象在联系。从他们的聊天记录来看,她真的在精神出轨。其实我认识她那个初恋对象,那时老婆坦坦荡荡让我们见过面,我当时就直觉他不是一个老实人。这次看了聊天记录,更加印证了这一点:他一直都在挑逗我老婆。结婚这么多年,我对老婆和孩子都非常疼爱,老婆对我也很好,我想不通为什么会出这样的事情,心里很难受。难道是因为我太关注孩子老婆吃醋?还是婚姻真的有七年之痒?我现在想保卫自己的婚姻,需要我直接去警告她的初恋对象吗?我跟老婆该怎么谈?

A:谢谢你对我们栏目的反馈和对我的信任!

看得出,你是一个度量很大的人,即使你已经确认了老婆精神出轨,也没有让强烈的情绪左右你,而是关注在解决问题上。而且,你用了“精神出轨”这个词,只是就事论事,没有去夸大。这些是很好的解决问题的基础。

我无法精准地了解到你的妻子为什么会在这个时间段,把非常明确的断掉的关系,变成一种暧昧关系。可能和你提到的婚姻周期有关,也可能和你们现在家庭的动力结构有关,但一定也和她自己有关,和她的初恋情结有关。

既是初恋,就有青涩、不成熟,当然也有与之相伴的懵懂心动。那些体验可能会刻骨铭心。有时候,初恋时自己的主观感受会比对方是谁、对方如何反应更重要,占据了更重要的位置。由于青涩和不成熟,所以会有很多方面没有处理好,会留下遗憾和后悔。人们内心中想要重温和弥补的动机会非常强烈。就这方面而言,你妻子目前的精神出轨,有可能和她的初恋对象无关,而是她的初恋对象陪她在玩重温和回顾初恋的游戏。她以为这样会让她的情感世界和精神世界更丰富,那些当年留下的空洞会被填补。殊不知她无法达到这一点——即使当下重演,也不再是当年的人和事了,而且危险的是对方并不一定会是这样的目的,而且她也未必时刻清楚过去和现在的界限。

从你的描述来看,你和妻子有良好的感情基础,你们现在的家庭互动也不错,这种稳定对支撑你妻子的飘荡情绪很重要。这是你的根基,也是她的根基,任何时候不要让这个根基动摇。至于如何和妻子谈,你有很多种选择:如果她是一个爽快的人,可以开门见山地谈;如果她是一个非常细腻、委婉的人,可以间接地点到为止;如果她是一个非常含蓄的人,可以什么都不说,只是做一些事情,用行动来表明。但不论怎样,关注的是如何解决问题、面对未来,是一种建设性的谈话,而不是破坏性的谈话。

至于你提到是否直接找她的初恋对象谈,我的建议是:除非是你妻子这样要求,否则你不要卷入到他们两人当中。他们的事情应该由他们自己来面对、解决、承担责任。这是基本的信任和界限。其他人的介入有时会让整个事件更加复杂,而且所有卷入方需要付出更高的成本。有时划清界限会让所有的人更安心。蛇年已至。祝你幸福!

严文华,心理学学者。行走在心理学与生活之间。欢迎您把自己的问题和困惑发至:yanwenhua2010@163.com。那些有代表性的问题将在本专栏回复。

谈谈情 说说爱

找个爱你的人不如找个懂你的人

◆ 吕传彬

晚餐时,妹妹没头没脑地跟我说了句:“姐,其实我觉得我没伴没关系。”摸不着头绪,疑惑地问她:“办什么?”后来才搞清楚指的是人生的伴侣。想到偶像剧里的对白,信口捻来:“那你中风时,就没人替你擦背了耶!”妹妹被我弄得又气又好笑。

仔细想想,人总需要情感上的依靠。现代人普遍晚婚,或已婚只想当丁克族,享受小两口的生活,加上女性在经济上独立自主,有时依附在婚姻中,不见得会是最好的选择。在单亲家庭中长大,感受特别深。刚过二十八岁,不知不觉也到了拉警报的年纪,看着哥哥、姐姐一个接一个地成家,聚会的场合不免被问到,有没有男朋友?什么时候能喝喜酒?我总是笑着打马虎眼。明白过来人的心情,也知道婚姻不在人生目前的考虑中,那对我而言,是一个一辈子的承诺,做了决定,就不是只有两个人了,而是两个家和一生的牵绊。

选择婚姻或单身,其实只要过得快乐就好了。两人世界能够彼此分享、扶持。单身的生活也有自由、无拘束的快活,不管在何种状态下,能够将自己打理好,进而去照顾别人,幸福才会悄悄降临。

虽然男友现在在国外,我有时也会吵着他说什么时候要结婚,但我们都明白,婚姻中所肩负的责任,是不容放手的。爱情是婚姻萌芽的开端,却不是它的本质,互相体谅、包容、鼓励,才能够走得长久,家庭才会完整。维系一段关系需要共同经营,想法不见得会完全一样,只有靠沟通、磨合,促使两个人越来越贴近。找一个爱你的人,不如找一个懂你的人。容貌年华终究会逝去,但体贴的心,却因时间流转而显得弥足珍贵。

情爱测试

恋爱中你会得什么心病

◆ 小Q

谈恋爱是一件非常甜蜜的事情,不过当你太依赖对方的时候,你的心就偷偷地开始生病了。假设去游乐场玩,哪一样设施你会愿意玩多几次?

A、海盗船
B、过山车
C、旋转咖啡杯
D、蹦极

解析:

选择A:你喜欢疑神疑鬼。这类型的人爱情的致命伤就是没安全感,很多事情都会让他(她)胡思乱想,而且想东想西,最后很容易钻牛角尖。

选择B:火气大的你,容易生上火病。这类型的人在爱情中的致命伤就是占有欲很强,刚谈恋爱时是小男人小女人,可是爱对方越深的时候,大男人或大女人主义就会出现了。如果对方行踪交代不清楚,或是说话吞吞吐吐等,就会使他(她)非常生气。

选择C:容易生依赖病。这类型人的爱情致命伤就是优柔寡断,当他(她)爱一个人时,就会觉得要付出自己所有的爱才叫爱,可是付出太多的时候,就会把自己的喜怒哀乐完全交给对方,对方开心就跟着开心,生气就心里难过。其实,对方喜欢你,只是因为你是你,一个与众不同的你,而非迎合别人的你。

选择D:你会让对方觉得很难捉摸,容易生忽冷忽热病。这类型的人爱情致命伤就是太情绪化了,高兴的时候什么都好,觉得对方是自己的全世界,而且很幸运可以跟对方交往,心情不好,就会觉得自己倒了八辈子霉跟这种人交往。请想一想,既然你爱他(她),就请不要折磨他(她)!