

为报复老公,我陷入了一夜情的泥潭

口述:刘微(化名),女,28岁,公司职员
文字:褚睿雅 制图:韩芳

两地分居的爱情

我大学刚毕业就结婚了,丈夫是我的大学同学,我们从大一就开始恋爱了。当时,我并不想那么早结婚,但是丈夫说,他想早点把我定下来,这样他就可以安心做事了。我想,这辈子,我已经认定他了,早嫁晚嫁都是一样的。就这样,我踏入了婚姻的殿堂。现在说我的婚姻是殿堂似乎有点讽刺,但是一开始,我确实希望它是殿堂,装满我们爱情和幸福的殿堂,而且一开始,我们也确实很幸福。

所有的变故都应该从我们婚后第二年开始说起。他忽然被派到外地去主持分公司的工作,虽然我们都很不乐意,但是因为那份工作的待遇和薪资都很丰厚,我们不想放弃。我本来也是想跟他过去的,但是,杭州这边的工作我放不下,而且老公也说,这么过去会很辛苦,等他稳定了再说。于是,我们就开始了两地分居的生活,一个月见一次面。我以为四年的恋爱加一年的婚姻,我们的爱情会固若金汤,没有什么可以打垮它,时间和空间根本不是问题。但是我错了,爱情还是经不起距离的考验。

距离让外遇出现

发现他有外遇,是我们结婚第三年的事情。我们的相识纪念日,我想给他一个惊喜,没有打招呼就飞了过去,并自己打车到他公司楼下。

一切都很有戏剧性,像演戏一样,我从来没想过这种电视剧里才能看到的情形会发生在我身上。我看到他和一个打扮很时髦的女人走了出来。如果他们只是走在一起,我还可以安慰一下自己说:“他们只是走在一起。”

但是,那个女人挽着他的胳膊,那个我以为只有我可以挽的胳膊。我不敢相信这个早上还给我订花祝我纪念日快乐的男人,现在居然这样背着我和别的女人在一起。

我没有哭,也没有冲上去找他理论,只是呆呆地看他们走远,我都记不起来是怎么回到杭州的。回到杭州后,我在床上躺了三天三夜,不吃不喝也不睡觉。他每天都会打电话过来,我也都接了,并告诉我他很好。我不知道他和我讲电话的时候,身边是不是有另外一个女人。

第四天的时候,我起床看到镜子中的自己,非常憔悴。我想,其实也没有必要把自己弄得那么狼狈。于是,我洗了澡,化了妆,然后出门吃东西。虽然吃不下,但是我强迫自己吃。之后的日子过得像没有一丝生气的死水,我不知道该怎么面对老公,所以他说回来看我的时候,我都借口要出差。

为报复发生一夜情

一天晚上,我在街头漫无目的地走,脑子里什么也没有。忽然,有个男人挡在我前

面,叫出了我的名字。我抬头一看,是我的一个客户K。他长得还不错,人也还好,我们的合作都比较愉快。我站在那儿,看着他,等着他说话。他笑了,说:“怎么一个人呢?”我笑了笑,没有说话。

K提议找个地方坐坐,我说好,结果他带我去了酒吧。之前我从来没有去过酒吧,因为老公不喜欢我去。K说对我印象特别深,因为我跟他以往见过的女人不太一样。

女人大概都喜欢听好话,特别是来自男人的那种非常含蓄地赞美。K很会说,而且找各种笑话逗我开心。边说边喝酒,不知不觉中,我们喝完了一瓶红酒,我有点晕乎乎了。之后,K说去他酒店坐坐,我没有拒绝。我知道要发生什么,我也很犹豫,在K洗澡的时候一度想逃走。但是想到那个挽着老公手的女人,我就坚定了留下的决心。第二天一早,我们在酒店门口分手,像普通客户一样客气地说“再见”,好像刚刚过去的一个夜晚什么也不曾发生过。

一夜情让我心不痛

一开始,我还有种犯罪感,觉得亵渎了婚姻,但是想到那个被称为我老公的男人,就觉得这样做让我很痛快。

那次之后,老公回来,我没有再回避。见到老公的时候,我们亲热地拥抱。想着在不久前,我也这么抱过另外一个男人,我就觉得心里舒服了很多,怨气也减少了很多,可以自然地叫出“老公”这两个字。

在那以后,我变成了一个迷恋一夜情的女人,但我并不痴迷于那些男人。我遇到的男人很多,有的是在住酒店时认识的,有的是我的客户介绍的朋友,有的是在异乡的酒吧偶然结识的,总之都是一次,一次之后就不会再有下一次。甚至,很多人,我都想不起来他长得什么样,叫什么名字、在哪个城市。

想到老公和那个女人,我就会心痛,心痛的时候,我就会去找一夜情,一夜情之后我可以不恨我的老公……这已经成为一个循环了,我不知道这样的生活、这样的经历在我身上还要重复上演多少回。也有想过要离婚,然后再找个男人,过正常的生活。但是,谁能保证下一个男人一定是好男人呢?6年的爱情敌不过2小时飞机的距离,我寒心了。

一夜情里曾有爱

其实在和我发生一夜情的这么多男人当中,我曾经为一个人感动过,他非常喜欢我。他大我10岁,带着一个儿子,妻子已经去世了,他是一个很有魅力的人,自己开公司,是我的客户。他说见我的第一眼,就觉得有动心的感觉,很想把我娶回家好好疼惜。在众多一夜情人当中,他是一个例外,我们没有在认识的当天晚上就上床,他甚至拒绝跟我上床。他对我的冲动是感情,与性无关。

为了断了他的念头,我就告诉了他我所

如果能够高贵,没人愿意选择坠落。如果可以上天堂,没有人愿意往地狱里跳。

刘微说她是一个坏女人,深陷在一夜情的泥潭里不可自拔,而且不止一次,不止跟一个男人。虽然“一夜情”已不是新鲜词了,但是听到一个女人这么坦然地说自己“已深陷不可自拔”,还是有些瞠目结舌。

经历的一切,特别是我的一夜情。他听过之后,一直抓自己的头发。沉默了许久之后,对我说:“你和他离婚吧,嫁给我。”说实话,我是有些感动的,只是我对男人已经不想再抱任何希望。

我还是和他发生了那种关系,和对别人不一样,带了点感动带了点感情。激情过去之后,他问我,我们有没有以后。我没有回答,因为对我而言,激情过后就是结束。天亮了,我

们如同另外的一夜情人一样分别。我看出他眼底有留恋,但是我还是狠心地说再见。

后来我们没有再见过,和他的工作业务也交给别的同事去做了。想到他,我偶尔会有些伤感,会有那么一瞬间,觉得错过了可以救赎我的那个人。但我从来没有后悔自己选择拒绝,经历了那么多,我早已经看透了。人是会有向往的,真的得到了,也不一定是自己真正想要的。我已经被毁掉了,我不想

再毁了另一个人。

我不想再有未来

今年,老公提出来让我过去他那边,他会帮我安排好工作。他还说,我们该考虑要个孩子了。看来他是没有打算和那个女人双宿双飞,也不打算为那个女人放弃我们的婚姻。我不知道该为这样的认知觉得开心还是

>>> 总结陈辞:

当一个女人面对婚姻和爱情感到无法信任的恐惧的时候,她能做的就是麻木自己,一夜情成了麻木这个女人心灵的毒酒。

人们总喜欢给爱情和婚姻安上一个期限——永远,并不会自觉用这样的高期望去要求对方和自己。我们说愿望是美好的,但是别忘记了,我们其实是努力给自己制造一种幸福的假象,但是这样的假象又能维持多久呢?

刘微带着非常美好的愿望进入了婚姻的殿堂。她特别用了殿堂这

个词,和许多夫妻一样,她们的婚姻也确实曾经美满和幸福。只是当变故来临的时候,刘微不愿面对这样一个事实,更不敢去接受这样的事实,她唯一的方法就是选择一夜情来抵御心中的恐惧。表面上看是在报复丈夫,求得心理的平衡,其实是在报复自己,用一夜情这样她以前完全无法接受的极端的性行为来攻击自己,似乎只有这样才可以惩罚自己对婚姻以及这个男人的轻信。

如果我们在工作上做错了一次

选择,相信许多人会毫不犹豫地反思自己的失误,找出其中的原因并重新来过,但在婚姻和情感上却很少有人会如此。一方面是婚姻比工作更重要和复杂得多;另一方面是在婚姻上我们投入了太多的感情,当这份情感覆水难收的时候,容易使自己完全被情感牵着走而不自知。我们接受不了自己在感情上的失误,所以就不会主动去收回这份感情的投注。情感的变故发生后,有些人会用痛苦来让自己麻木,有些人会用报复来让自己麻木,但也有

人会逐渐地清醒过来,并收回自己的投注重新开始下一轮的生活。我们应该明白,我们无法去勉强感情,更无法勉强婚姻,但生活却还是需要美好地继续。活在这个世上爱自己是最重要的,如果我们连自己都已经不爱,更不用说去相信和爱别人了。

刘微,你还可以再爱自己吗?

杭州灵栖心理咨询中心主任
陆建华

● 妖刀无定式

幸福不可被动

婚姻是一个关于爱情的契约。而契约的两边,是两个情感意志都独立的人。

在这个契约里,第一条款就是相互的忠诚。男人也好,女人也好,都可理直气壮地要求这一权利——就象刘微所说的:“那个我以为只有我可以挽的胳膊。”既然刘微明白这是自己的权利,在目睹了丈夫的外遇之后,为什么不是选择了直面面对,而是以私下的背叛来寻求心理平衡呢?与其说这是勇敢的背叛,不如说这是一种懦弱的逃避。在这场婚变中,她不敢面对任何人,包括自己、丈夫甚至一夜情的情人。

我想,一方面,她深爱着她的丈夫,另一方面,她深深依赖有这个男人存在的世界。由于距离,丈夫实际上已经远离了她的世界,她害怕这种地下情的揭破,会导致风筝的最后一线,也从此断裂。除了这个原因,或者还有性格的懦弱,优柔等等,她在婚姻出现了裂隙时,没有选择直面面对。而是选择了畸形的宣泄与报复。

直面人生的惨变变故确实是需要勇气的——尤其是在顺风顺水的路上走惯了,忽然落下的晴天霹雳,人的第一反应往往是逃避现实。但现实的病症不会因为你的逃避就消失,你拖延得越久,它的创面就越大。

揭破丈夫出轨本是她最正确的、也是最应该做的选择,但揭破并不见得就是终局。刘微应尝试着克制情绪,与丈夫开诚布公地谈一谈,丈夫的出轨是偶然还是长期,是一时意乱,还是不可救药。她可以坦率而且坚定地说出自己的想法,并说服自己,给出一次原谅的机会。一般来说,在人生路上,即使是圣人,也会走错路,做出错误的选择,因此,宽恕才显得如此高贵和重要——宽恕不仅只是释放了他人,更是拯救了自己的心灵。他的过错,不该成为自己放纵的借口,而这种放纵,与其说是寻求了暂时的平衡,其实对自己也带来更大的伤害。就好比心灵上出现了一个创伤,不去求医问药,却靠麻醉剂来镇痛,伤口最终越烂越大,乃至最后不可收拾。同时,将自己不断置于一夜情的滥纵之中,还会带来疾病、风险与心灵的伤害。

在这么多的行为选择中,刘微始终处于一个无助、无序、无主见的状态中。

陷入紊乱生活之后,刘微对于解脱这种紊乱的想法是:离婚——再找个男人——又未必靠得住。这正说明她对婚姻幸福的误区所在,和对丈夫的婚外情回避的原因是如出一辙。对她而言,丈夫的主观态度是婚姻的根本,而自己永远处于一个被动的状态,结婚她是被动,婚姻出现危机她也是被动,重新寻找幸福她还是被动,甚至在一夜情中,她也处于被动的随波逐流中。她几乎没有真正地站起来,独自处理过感情问题。一个无法把握自己的人,又如何能把握幸福呢?有时候,悲剧的出现并非因为命运,更多是因为性格。

幸福是什么呢?在婚姻中,幸福是来自两人的营造,两人的生活习惯、乐趣、性和思想的融合度决定了幸福的程度。单纯地依赖、寄托幸福给他方,就会一再陷入期待——被辜负——失落——再期待——再被辜负——再失落的恶性循环中。

(以上仅代表个人观点)

>>> 猜心

伤心时,你的第一反应是什么

考完了一连串的期末考,真的用尽了你所有的精力,本来想好好休息的,可是突然有朋友找你一同到岛上渡假。其实狂欢也是很不错的,可是你现在只想好好休息,你决定一切由老天安排,看明天醒来的天气状况而定,那隔天当你醒来时,会希望看到的是什么样的天气?

- A.没有什么云的大晴天
B.满天的云,阴阴凉凉的天气
C.有乌云,好像快要下大雨

测试结果:

选A的人:一遇到伤心的事,你第一个想做的就是暂时逃避痛苦,因为你不是那种在第一时间就可以反应的人,所以你必须花很多时间才可以正视出



本报特邀新锐女作家深海水妖开设“妖刀无定式”专栏。深海水妖,本名陈岚,江苏人。一度以深海水妖为笔名写作杂文随笔等,名噪网路。擅长以调侃的笔触剥析表象后的本质,观点出奇制胜。

问题的所在。喝酒和其它麻醉的方式,是你会先采用的方法,先减缓伤心对你的杀伤力。

选B的人:虽然你 very 希望能转移注意力,让你暂时去忘记一些伤心的事,可是这并不如你想象中的容易,因为你是一个很重感情的人,你会去旅行,或是躲到没有人认识你的地方。不过暂时逃避,并不能真正解决你的伤心,一场旅行可能会反而成为你的回忆之旅。

选C的人:你是那种除非自己想通,否则别人再怎么劝说也不听的人,可能你有着坚强的外表,可是在你内心深处却是极端脆弱,你的倔强,使你不愿在人前正视你的受伤,你只会拒绝和别人沟通,一个人生闷气的孤立在那儿。

(以上测试,仅供参考)

情感陪审团



>>> 七嘴八舌:

头发疯长:刘微,你看到你老公和那个女人的时候,为什么不冲上去狠狠地打他们一个巴掌呢?如果当时是这样的情形,或许你今天就不必这样痛苦了。知道快刀斩乱麻吧,或许那一刀下去你会很痛,但是痛过之后你就可以重生了。

继续吹呀吹:别去搞乱七八糟的一夜情了,还是好好想想该怎么解决你们的婚姻,是继续还是结束。如果你选择继续,那你

>>> 总结陈辞:

当一个女人面对婚姻和爱情感到无法信任的恐惧的时候,她能做的就是麻木自己,一夜情成了麻木这个女人心灵的毒酒。

人们总喜欢给爱情和婚姻安上一个期限——永远,并不会自觉用这样的高期望去要求对方和自己。我们说愿望是美好的,但是别忘记了,我们其实是努力给自己制造一种幸福的假象,但是这样的假象又能维持多久呢?

刘微带着非常美好的愿望进入了婚姻的殿堂。她特别用了殿堂这

个词,和许多夫妻一样,她们的婚姻也确实曾经美满和幸福。只是当变故来临的时候,刘微不愿面对这样一个事实,更不敢去接受这样的事实,她唯一的方法就是选择一夜情来抵御心中的恐惧。表面上看是在报复丈夫,求得心理的平衡,其实是在报复自己,用一夜情这样她以前完全无法接受的极端的性行为来攻击自己,似乎只有这样才可以惩罚自己对婚姻以及这个男人的轻信。

如果我们在工作上做错了一次