



◆采访人:慧心
◆倾诉者:浩之,35岁,高校老师

采访背景

18岁那年,浩之发现妈妈背叛了爸爸,这深深打击并伤害了他。浩之将此秘密深埋在心里,但对爸爸的内疚却时时折磨着他。对于妈妈,他再也爱不起来了,内心满是厌恶和不屑。妈妈对忠贞的背叛,也严重影响了浩之对爱情对婚姻的看法,也将影响他的一生。



聆听咨询师



周振基

中国心理卫生协会会员
婚姻情感问题专家
中央电视台、北京电视台以及凤凰卫视等电视台心理栏目嘉宾
撰写出版《抑郁》、《焦虑》等近百万字的专业书籍和论文

妈妈的出轨让我无法相信忠贞

18岁那年我撞到了妈妈和她的情人

我曾有个非常幸福的家庭。从小,我就听别的大人称赞爸爸妈妈是天生一对。爸爸高大魁梧,性情温和,是一位工程师。妈妈美丽温柔,她的美非常出众,一双大眼睛就像一汪湖水,清澈动人,笑起来,唇边两个小酒窝,甜甜的。

18岁之前的我,最喜欢看的就是妈妈。在我眼中,没有任何一个女人能比得上妈妈的美。爸爸工作忙,妈妈几乎承担了全部的家务,但她从不叫苦抱怨。她不仅烧一手好吃的菜,还会做漂亮的衣裳,来我家玩的同学都夸奖我的家既整洁又温馨。妈妈心地善良,对爷爷奶奶姥姥姥爷都非常孝顺。在我眼中,妈妈就是完美的,就像天上的仙女一样美丽无瑕。

可以说,所有关于女性的美好都是妈妈给予我的,我下决心,长大后也要娶个像妈妈一样的妻子,美丽温柔,贤淑端庄,既上得厅堂,又下得厨房。然而,18岁那年的一个晚上,妈妈在我心中的美好被一下子击得粉碎,就像一个完美无瑕的瓷器,顷刻碎成了一地粉末。

那年,我读高三,住校,每个月回家一次。一个周日的晚自习,我懊恼地发现几张重要的复习资料落在了家里。爸爸出差去了成都,本想打电话让妈妈来给我送,但又怕她找不全,于是请了假匆匆往家赶。到家时,已经快9点了。平日我都习惯按门铃,但这天却鬼使神差地拿出了钥匙。门打开,眼前的情形令我震惊地说不出话。妈妈正衣衫不整地躺在一个陌生男人的怀中,电视机里是不堪入目的成人片。我的脑中一片空白。等我反应过来时,那男人已经离开了。

妈妈双手掩面,眼泪扑簌簌地往下掉。她突然跪倒在我的面前,抱住我的腿恳请说,浩之,妈妈错了,求你别告诉爸爸好吗?我一定改,妈求你了。我推开她,走进房间,找到复习资料,然后头也不回地走了。那一夜,我无眠到天亮,眼前全是她衣衫不整的样子。我怎么都想不明白,那么温柔贤淑的妈妈怎么突然如此放荡,就像个荡妇。

为了远离妈妈,我报考了贵州一所高校

彼时,距离高考还有三个月的时间。虽然我强迫自己忘记那夜的情景,但它却像生了根似的,牢牢占据了我的脑海。这件事,严重影响

了我的睡眠和学习。事发后,妈妈给我写来好几封信,我都厌恶地撕碎,扔进了厕所里。我不想听她解释,也不想听她忏悔,更不想听她检讨,我唯一想做的就是再也不要见到她。

我不会告诉爸爸的,不是因为她求我,而是我不忍心让爸爸承受这种痛苦。我不知道,一旦深爱着她的爸爸知道这件事,他会怎样?他能经受住打击吗?我不敢想。

除此,在内心深处,我也害怕,害怕会因此失去这个家。就算我从此不再理睬她,我也希望保有这个完整的家庭。我不愿意听到别人的风言风语,更不愿意她的丑事传扬出去丢尽爸爸和我的脸。

为不让爸爸发现异样,我依然每月回家一次,然后谎称功课太紧,只陪爸爸说话,便匆匆返校。每每我回去,她都沉默地退进厨房,我发现,她明显地憔悴了。能够看出她很讨厌我说些什么,但我总是巧妙地躲开她的目光,不愿意和她说哪怕一句话。我再也想看到她的脸,她摧毁了我内心最美好最纯真最宝贵的东西。我永远都不会原谅她的。无论为了爸爸还是为了我自己,都不会原谅。

高考后,我找了一份夜间勤工俭学的工作,不是为了赚钱,也不是为了锻炼,就是为了躲开她。

八月底,我背着行囊踏上了去贵州的火车,我将在那里开始新的大学生活。不顾爸爸和她的反对,我执意报考贵州的学校,就是想离开家,离开她,越远越好。

我的性格因为妈妈的不忠,变了许多,原本就有些内向的我越来越沉默,常常发呆,脑中一遍遍闪过那夜的情形。同学们陆续恋爱了,一到周末,都成双成对地出去看电影,散步,而我孤独一人,要么躲在图书馆看书,要么围着操场跑圈。我越来越喜欢跑圈,在大汗淋漓的跑步中,内心的压抑似乎也得到了片刻的缓解。

她经常来信,寄包裹来。她寄来的食物我分发给舍友吃,信则撕掉扔进厕所。我不能原谅她,我觉得若原谅了她,就是对爸爸的背叛。虽然我替她保守了秘密,但不等于我原谅她。

大三那年,有位女同学向我表达了爱慕之情,而我却不敢接受她的爱,虽然我也很喜欢她。她那么美丽,笑起来甜甜的,眼睛像星星一样闪亮。如果我娶了她,她也会在我不在家的日子躺在别的男人怀里看花片吗?他们会学着那上面的样子来做吗?这种想法让我充满恐惧,除了逃离,我别无他法。我不敢冒险,我伤不起。我做不到游戏感情,我不能伤害她,但我又无法信任她,这种矛盾把我折磨得很苦很苦。我想,独身对我是最好的生活方式。

无休止的猜疑让妻子忍无可忍提出了离婚

毕业后,因为品学兼优,我得到了留校的机会。拨通爸爸的电话,他伤心地说,孩子,我们不是非要你回家乡工作,但真的希望你不要离家这样远,实在是太远了。说真的,我也想家,想回到爸爸身边。但是,我害怕朝夕相处中,我会在某一个清晨或黄昏突然守不住那个天大的秘密。我已经怀揣这个秘密整整四年了,我真怕自己有一天会崩溃。

日子过得很快。转眼,我已经是高龄青年了。在爸爸一次又一次催促下,我的独身主义开始动摇。他总是说,我老了,最大的心愿就是看到你成家,抱上可爱的孙子。为满足爸爸的心愿,也为了弥补我对他的内疚,我答应尽快结婚生子。

妻很丑,大家都惊讶我怎么

会看中她。她只有初中学历,没有正式工作,但善良、勤劳。我想,这样的女孩子,该会对我忠诚吧?

结婚后,我却无法控制地怀疑她,她虽然丑,但温柔顺从,这样的性格会有很多男人喜欢吧?我让她辞去那份临时工作,她听话地点头。白天,只要闲下来,我就拨通家里的电话。如果她接晚了或没有接,我就心神不宁。我并不很爱她,但我却无法忍受她对我

的不忠。自然,我们常常为此事吵架。半年后,她有了身孕。我一下子放心了,一个有身孕的女子,该不会和别的男人乱来吧?从她怀孕到孩子三岁,我们的日子基本平静。因为我心里踏实,我知道她一定和孩子在一起,要么在家,要么在早教班。

孩子三岁,上了幼儿园。我对妻子的怀疑随之而起,无论如何也控制不住。她哭着对我说,如果你真的不信任我,就买个摄像头吧,这样我做什么你都能看到。但是,她如果外出会男人呢?我的脑海中会突然浮现她躺在别的男人怀中的情形,让我烦躁疯狂。

最让我难熬的是出差的日子。虽然时间都不长,但哪怕就是短短的两三天,我也心神不宁,唯恐她趁我不在家时和别的男人幽会。大概半年前吧,单位派我到外省做了一个学术交流,一共10天左右的时间。临行前,我想来想去,终于决定在卧室里安装一个摄像头。虽然安装摄像头的主意是妻提出来的,但我知道她那是赌气,我若真这样做了,她肯定不同意的。于是,我悄悄地安装了摄像头,有了这双眼睛替我盯着她,我心里踏实了许多。

但就在前几天,妻突然发现



了摄像头。她先是不相信地望着我,继而眼泪奔涌而下。很快,她整理行装,带着孩子回到了几百公里外的县城娘家。

妻发来短信提出离婚,除了孩子她什么都不要。可是,我不想离婚啊。其实,我也知道她是个本分老实的好女人。嫁给我前,她也没什么朋友,嫁给我后基本都不再联系了。我不允许她上网,怕她和陌生男人聊天。她的手机号是用我的名字办的,密码也是我设定的,每个月我都打出详单来看,也没有任何破绽。但是,我就是做不到完全地信任她,就是控制不住地怀疑她。

主持人,我是不是有心理疾病?我该怎样做才能停止对妻子的怀疑?才能挽救我们的婚姻和家庭?

(注:文图无关)

心灵的创伤需要及时修复

文/周振基

“一朝被蛇咬,十年怕井绳”,浩之情感生活的困扰和纠结,恰恰再次证明了这句中国谚语。

心理学对“蛇咬”与“井绳”关系的解读,可以理解为是生活中的创伤事件在当事人精神层面影响的关系,愈是突然的、刺激性强的事件,其影响就愈大,并且会随着时间的推移扩散到与事件相关的领域,乃至可能延续一生。18岁的浩之,在毫无心理准备的情况下所遭受到的刺激,虽然当时表现为颠覆了母亲在自己心中的形象,但更为严重的是改变了其对情感生活的心态,多年之后终于发展成为一种心理疾患——慢性应激障碍,表现为对妻子的多疑(妄想)、强迫性思维,使自己难以解脱。

从现象学角度看,不同个体面

对同样的精神打击会出现不同反应,其原因在于具有不同的心理耐受水平和抗打击能力。浩之之所以出现如此严重的结果,究其可能的原因,跟浩之与母亲之间所形成的亲子关系以及随之发展出来的自身性格特点密不可分。

首先,从文中描述的内容分析看,小时候的浩之与母亲的“联接”过于单一和密切,缺乏与其他异性交往的环境或经历,“所有关于女性的美好都是妈妈给予我的”,一个具有绝对化的“所有”表明,妈妈成为美好女性的唯一象征;一旦破碎了,就在其有关“女性”的认知体系中出现空白,以至于在自己的情感世界中丧失了关于女性的客观标准,最后使自己陷入了无休止的痛苦烦恼中。

其次,浩之与母亲之间的感情,除去很深的母子之情外,似乎还可以感觉到另类情绪。在他心中“妈妈

美丽温柔,她的美非常出众,一双大眼睛就像一汪湖水,清澈动人,笑起来,唇边两个小酒窝,甜甜的”,这样的感受应该是对母亲的描述和评价,而是……不可否认,在孩子成长的某一个阶段,尤其是男孩,在其眼中母亲是世界上最完美的女性,甚至在未来自己妻子的身上或多或少地找到母亲的痕迹,或满意的相似,或不满的补偿。不过这些痕迹是在不自觉中形成的,在一定年龄段会“消失”,而不会在意识层面刻意寻找。浩之的问题在于,这种母子情结在他懂得男女之爱的时候并没有消失,而且还会主动“下决心,长大后也要娶个像妈妈一样的妻子”,这是有悖心理学依据的。若真如此则说明,浩之对异性认知的发展停留在儿童时期好与坏、美与丑的时期,也就难怪在自己不得不考虑婚姻的时候,因为遭受打击,刻意寻找一个相

貌与“美”对立的妻子,进而担心妻子会做出与“好”对立的行为,并且不断感受锥心之痛以折磨自己。

其三,18岁的浩之,在遇到突发性创伤事件后失去了最佳应对机会。出于善良的愿望以及心理学上的原因,他将这件事情深埋在心底,客观上承载着本不应该由自己承载的痛苦,完成着一个“罚非所罪”的过程——替代母亲和父亲接受惩罚。试想,如果浩之在遇到突发事件、深陷内心煎熬时,求助于相关专业技术人员,即使幼年时期的诸多不足仍在,也不会最终发展为今天的局面。

总之,浩之目前的困扰已经不是一般性的心理咨询所能消除的,应该尽快向专业的心理医生寻求帮助,否则他的家庭将面临解体的危险。

心理学范畴中关于孩子与母亲关系的一个定理是这样的——“孩子可以跟随母亲经历母亲所经历的一切”。