

在三角恋中,没有一个人是赢家,陷入感情纠葛的三个人都在承受着爱和恨的折磨。如果你没有能力把另一个人挤出去,那么放弃才是唯一的出路。

嫣在三角恋中是一个配角,她苦苦挣扎了三年,最后承受不了痛苦的煎熬,选择了逃离。身虽逃离,她内心的创伤却久久不能愈合。

主持人语 你来诉说 我来倾听

你是不是曾经被爱情伤害过、被友情背叛过、被亲情遗弃过,憋了一肚子委屈,却不知向谁诉说?

你是不是在某些时刻,体会到了命运的无常,感悟到了人生的丰富,想跟人分享,却不知从何说起?

其实,你不必把一切都藏在心里,要知道揣着秘密是一件沉重而痛苦的事,你只需要会倾听的耳朵和懂你的心。来吧,把你的心事说给我听。这里有专业的心理咨询师,免费为你解惑释疑。

倾诉热线:15137956968 18637927388

04 情场争斗没有赢家

就在我对廷的忠诚度产生怀疑时,一条条短信像炸弹一样把我炸得天旋地转,我失去了判断能力。

“你以为和廷订了婚就能得到他吗?他什么都不跟你说,但他会跟我说……”“廷是被你逼迫才和你订婚的……”“我为廷做过人流,我们什么都发生过……”那段时间,我天天被娜的短信骚扰,快要崩溃了。我没有勇气坚持,却又不想放手,每天都生活在煎熬中。我不断地追问廷,他却什么都不说,只让我别相信娜。

廷把我的手机号换了,可是他的手机号没换,还时不时收到娜的短信。廷经常让我看娜发来的短信,我对我们的爱情渐渐恢复了信心,可是后来他把所有的短信都删了。当我无法获知他们是否还有联系时,我再一次对廷产生了怀疑。

没有了信任,我跟廷的裂痕越来越深,眼看婚期越来越近,我恐惧极了,索性请求他的父母解除婚约。我甚至做出过激的行为,拿着刀片要割腕自杀。廷的父母被吓住了,他们只好答应两家不再联姻。

就这样,我的幸福快车在婚姻的大门前来了个急刹车。我的离去让廷对娜有了愤懑情绪,他索性选择另一个女孩结了婚。娜也是这场三角恋的失败者。

结束了这段恋情,我好像患上了恐婚症。我希望找个人温暖相伴,可是廷对我说的句句谎言在我心里留下了很深的烙印。“没有一个男人值得我相信。”我常常在心里这样告诫自己。我害怕男女之间的亲密关系,害怕走进婚姻,我该怎么办?

01 唱着《单身情歌》

“抓不住爱情的我,总是眼睁睁看它溜走,世界上幸福的人到处都有,为何不能算我一个……”每天下班后,我觉得整个身子都被掏空了,耳边萦绕着《单身情歌》的旋律,那或低回或高亢的旋律,让我的寂寞与哀怨得以尽情释放。

我被感情伤得太深,虽然在众人面前也说说笑笑,但是我已失去了再爱的勇气。

我从外地逃到洛阳,就是为了远离熟人,静静地疗伤。我觉得自己是一个被这个世界遗忘的人,在孤单与爱恨中挣扎。我想回家向父母倾诉,可是我刚进家门,母亲就责骂开了:“给你挑了个条件这么好的人家,你不嫁,我看你还能嫁给谁……”听了这些话,我的泪水就像断线的珍珠从脸上滑落。

我不想回家,不想面对父母,更不想看到廷(化名)的家人,我曾经像他家的正牌儿媳妇一样,随意出入那个家,可是现在那里已经有了新的女主人。“廷是个大骗子,他骗了我,我恨他。”虽然事情已经过去两年了,但我恨意未消,这句话在我的心里持续发酵。

三角恋没有赢家



绘图 雅琦

02 被绑架的爱情

我的情伤缘于那场伤心的恋爱。

我是个很单纯的人,父母对我的教育一向很专制,我什么事情都要按照父母的要求去做,否则就会挨批,被贴上不听话的标签。我被培养成一个没有主见的乖乖女,事事都要听从父母的安排。

我的大学生活快要结束时,父母打来电话,让我去相亲,对象是和我同村的廷。廷研究生刚毕业,就被一家科研单位录用了。在家人看来,我要是跟了他,这辈子就衣食无忧。

我和廷见了一面,对他没什么感觉,就匆匆回校了。一个月后,我毕业回家,父母让我和廷订婚,廷的父母对我很满意,也执意要求我们俩订婚。我跟父母说,不想这么早订婚,毕竟我对廷还不了解。父母发火了:“廷这么好的条件,你上哪儿找呀?你再犹豫,他就会被别人抢走的。你咋这么不开窍呢?”

在父母的压力下,我擦干眼泪,跟廷订了婚。没感情怎么办?我听从父母的建议,去了廷所在的城市,找了一份工作,边工作边和他培养感情。和一个对自己没有吸引力的人在一起,那种生活如同嚼蜡一样难受,我就这样咬牙坚持着。

廷也是一个没有主心骨的人,父母让他和我订婚,他就答应了,至于他是否喜欢我,我也不知道。他是个闷葫芦,不爱多说话,但日久生情,我们交往了一年多,他对我挺体贴的,关心、照顾我。他甚至把自己的银行卡交给我,让我随便花。我很感动,便和他同居了。

03 卷入三角恋旋涡

对同居的事,我是认真的。我想既然已经订婚,双方家长都认可,我们也接受了彼此,走向婚姻便是确定无疑的。所以,我把自己的初吻和初夜都给了他。他信誓旦旦地告诉我,我是他的唯一,他也是第一次和女孩在一起。

我沉浸在相依相恋的甜蜜中,双方家长也开始商量结婚的事,然而一条错发的短信让幸福的旋律跑了调儿。

“娜,我很想你,时时刻刻都在想你……”那天,我正在上班,廷发来一条短信。我打开一看,大脑瞬间空白。

“那个女人是谁?”我泪流满面地质问廷。面对我的质问,廷低下头,只好承认了自己的地下恋情。

原来,在认识我之前,廷和娜已经是恋人关系,但因为廷的父母坚决反对,他只好接受了我,跟我订婚,我们俩就这样被父母“绑架”在一起。廷既要屈从父母的安排,又不想跟娜分手,只好左右摇摆。

“放心吧,我现在越来越喜欢你,以后我只会把她当普通朋友看……”廷这样说,我姑且相信了他。

后来廷说,娜生病了,他想去看看她。我不仅没有阻止,还陪他一起去了,因为我同情娜。见到娜,我远远地站在那里,看着廷一步步走到娜身边。他们交谈了一会儿,就在我眨眼的瞬间,他们居然挽着胳膊亲热起来。我顿时火冒三丈,冲过去给了廷一个耳光,拉着廷要他跟我走。廷没有反抗,流着泪留恋地看着娜,随我走向车站。

“你看到的不是真的,她故意这样拉我胳膊气你的,你别相信……”廷这样跟我解释。可是,他们的举动让我怎么会相信廷的话呢?

河南省洛阳荣康医院 专家点评 地址:洛浦双喜寺东200米 电话:0379-63769986

河南省洛阳荣康医院心身疾病科主任、主任医师孙丽娟:

三角恋之所以让人烦恼、痛苦,就在于三个人谁都不愿轻言放弃。爱情、自尊心和好胜心掺杂在一起,让当事人痛并忍受着。

遇到三角恋,最好的处理方法是尽早抽身。当断不断,反受其乱。嫣虽已明智地抽身,但情感还深陷其中。因此,她要调整好心态。

爱情是生活的一部分,但不是生活的全部。人只有经历磨难,才会健康地成长。不要对过去太执着,嫣可以转移自己的注意力,如旅游、听音乐、运动、倾诉等。要培养自己的业余爱好,多参加集体活动,在活动中展示自己的闪光点,尽快从这段痛苦的感情中走出来。