

➡➡医生听了我和父母亲的诉说后，分析说我持有这种心态的人很多，属于“都市大龄剩女心理综合征”中的一种。

●地球人都知道，现在城市里的“剩男剩女”越来越多，这几乎已经成为一个社会问题了。而我根据这几年来的切身体验感到，导致大龄青年“剩着”的原因有很多，其中有一个因素很关键，不容忽视，那就是，好多剩男剩女对自我的判断和定位不准确，以至于对未来另一半提出了由此及彼的错误要求，结果就是直接导致长久的对象难觅。如果对自己“估价”错误的问题不解决，始终过高或是过低地评价自己，没有将自我价值纠正、回归到合理的“价码”上来，（而据我观察，大多数人都是高估了自己），那么，他（她）就只能一直单吊下去，找不到能够与自身匹配的对象。我这番话并非空穴来风的，而是有感而发的，是我通过多年来的切身实践而总结出来的一个经验教训。这十几年来，我在感情上绕了好大的圈，经历了坎坷，总算才摸索出来了这个道理。

我其实是个最普通不过的女孩了，无论是家庭背景还是个人能力、学历、工作等，在社会上充其量属于中等水平，根本没有什么出挑的地方——这点我是近年来才认识到的，但我 10 多年前刚从大学毕业出来那会却不是这么想，自以为很了不起，处处高人一头，对自己各方面的综合评价能打上 99 分！

记得那时我刚大学毕业，身上留存着校园时代的学生气加傲气，以为我这个在大学里成绩优异的尖子，走上社会后也一定会成功，在工作、事业上势如破竹，在感情上也能一帆风顺找到白马王子。正当我怀揣着这份不知天高地厚的幼稚时，遇上了生平的第一个男孩小徐。现在想起来，与我年龄相仿的小徐，当时也是很青涩单纯，感情至上，非常爱我。可当时我的无知和高傲，伤害了这个好男孩。我的第一份感情，就因为自我定位的不准确而夭折。

小徐比我大一岁，早一年进入到同一家公司上班。因为工作上的缘故，他和我平日里有着公务上的来往。不知从何时起，他开始有意无意地接近我，借着各种机会来和我套近乎。由于心高气傲，那时我对小徐的态度是“可有可无”的，他接近我，流露出那种意思，我不在意却也不拒绝，因为在我的心目中，小徐顶多只能打 70 分；他长相普通，学历和我相仿，能力也是平平常常。其父母都是工薪阶层，家境也很一般。面对这个各方面都平淡无奇的男人，依我当时对自身的过高评估，我觉得小徐是配不上自己的，所以我对他的反应就是不置可否，既不热情回应，也不冷漠拒绝。说真的，我是出于一种“备用”的心态来对待他的——在没有遇到更合适、匹配得上我的人选出现前，不妨就用这个自动送上门的男人来解解闷，积累点恋爱的经验，一旦有了好的，我兴许就会“跳槽”离开他的。我这种心理是不是有点阴暗、不道德？不过，我毕竟不是坏女孩，在与小徐交往时，还是很注意把握好分寸的，所谓的“分寸”，一是指不允许小徐与自己过分的亲密，以免玩火失控；二是指尽可能不要让他投入太多的感情和钱财。我经常提醒小徐：无论是出去玩还是买礼物，都不能选价格很贵的，有时候，我还会掏腰包提供恋爱的开销。同时，我也时不时地对他敲木鱼：我们都是初恋，没有感情经验，彼此都不清楚自己应该找怎样的另一半才合适，也许，过一年半载的，通过实际接触，我们才发现对方并不适合本人，在此之前如果投入感情太深太多，到了那时再抽身分开，伤害可就大了，所以啊，在我们现在还爱着的时候，一定要头脑清醒，“未料胜先料败”，思想上做好最坏的打算才理性。我的“规劝”让小徐听得一愣一愣的，感慨地表示：虽然我也比他小一岁，可考虑问题要比他成熟得多，即便是在感情方面，我居然也能这样冷静理智，以后我一定会会有出息，前景无量！我听得出小徐的话并非只是“触霉头”，的确是发自内心，我权当补药吃进，得意洋洋地回答说那是，本姑娘是干大事的人，凡事自然要比同龄人考虑得周全！

●现在想起来，那时候的我们都很单纯。尽管小徐已经工作两年了，可顶多也就是个大男孩，他像兄长关心小妹般地爱我疼我，待我很好。而我呢，觉得做他女朋友是屈就了自己，经常在他面前发小姐脾气，不是嫌他买的東西不好看，就是怪他加班不陪我去逛街。看得出，现阶段的小徐虽然还不够成熟，但是按他脚踏实地、勤恳低调的作风，假以时日，以后一定会成为一个合格的好丈夫的，撑得起家里的天。但当时年轻，我不欣赏他这样的“老黄牛”，感到他人固然好，却乏味无趣，没有什么出色的闪光点，凭我这样优秀的才女加美女，如果嫁给了他，这一辈子也只能过平淡无奇的生活，那太亏了！所以，即便是和小徐在似真非真地谈着恋爱的同时，我还做着白日梦，梦想某天会有个品貌俱佳，多才多金的白马王子忽然出现在我的眼前，深情款款地向我递上玫瑰花。可半年过去了，一年过去了，我期盼中的那位王子一直没有出现，倒是小徐始终忠心耿耿地陪伴在我身边。我感到是自己的生活圈太小，白马王子没有机会结识我，便想方设法地去拓展交际渠道，又是报名上了业余英语班，又是参加周末的舞蹈培训，就盼着能够借此发现帅哥、王子。

我和小徐的缘分也就维持了两年多，之所以画上句号，乍看起来似乎是由于我有了“新欢”，以至于薄情地抛弃了小徐。然而从深层因素来分析，导致我最终与小徐分道扬镳的根本原因，其实还在于我当时太年轻，心智的不成熟。

因为嫌自己身材还不够完美，更还因为自感交际圈小，继舞蹈班、英语班无果而终后，我又去报名参加了健美班。阿峰是我在上健美班时认识的教练，他那健硕的体魄，轮廓分明的脸型，一下子吸引了我。阿峰不仅“四肢发达”，脑袋也不简单。他的工作决定了要与女人接触打交道，所以很会察言观色，懂得客人的心思，总会挑别人爱听的话来讲。在没认识阿峰前，我给未来的对象事先设置了许多门槛、标准，其中两条，就是他不能是从事服务性行业的，而且学历要比我高。阿峰连大学都没有念过，学历、职业都不符合我的标准，可我被他的能说会道和帅气的外表勾走了魂，浑然不顾以前的设定，也不顾当时理论上还存在着



情事

倾诉与聆听,城市人的情感故事。
请勿对号入座。

王志强 摄 组合 I

☞ 我难忘的一场情感经历

口述/琴萱 文字整理/步兵

理性的感情有着落

的一个恋爱对象小徐，很快就与阿峰走到了一起。

●当我和小徐摊牌时，他伤心极了，那种悲痛的神情让我也很难受，但我想到了另一头的阿峰，还是硬着心肠与这个了无情趣的男人分了手。这事过后不多久，小徐跳槽去了另一家公司，显然，他是不想天天再看见我接触他，避免刺激伤口才这么做的。小徐是个重感情的内向男人，我对他的伤害太沉太重了！我不是不愧疚和自责，可那时的我，心思完全放在“新欢”上了，一时的愧疚和自责，马上就被阿峰带来的激情给掩盖了。

在认识阿峰前，我全然不知在现实生活中还有像他这种类型的男人，那么地充满活力，那么地激情四射！他总会有令人想不到的花样和鬼点子让我开心让我惊喜。看得出，他在谈情说爱方面很有经验，几乎可以说是个老手了。对这一点，我心知肚明，而当时的我深陷情网，居然像一只迷失了自我的扑火飞蛾，不顾一切地非要和阿峰呆在一起。那一阵子，我犹如情窦初开的小女生，忘了自己曾经是那样地清高，看不上所有的男人。此时此刻，在我的眼中，整个世界就只有阿峰一个人，惟命是从，傻傻地按照他的要求去做，穿超短裙、网袜，画眼影化浓妆。这种恶俗的打扮，放在以前是被我鄙夷不堪的，而当局者的我却没觉得自己的“贱”。身边的朋友同事、父母亲友都对我的巨大变化很诧异，一而再地提醒我不要“轧外道”，不要交“不二不三”的男人。我却排斥他们的规劝，鬼使神差地对阿峰迷得一塌糊涂。

然而，飞蛾扑火式的激情终究是维持不了太久的，一年不到，阿峰就对我厌倦了，无耻地说对我“上上下下、里里外外”都太熟悉，没有丝毫兴趣，他已经物色到新的方向了。虽然之前就已经隐隐地有了预感，觉得我和阿峰未必有一个好的结局，但是，我始终不愿往深里想这事，怀着侥幸之心，巴望阿峰这个游戏人生的浪子，能够为自己的真心打动，无论之前他有怎样的情史，只希望自己能成为他情路上的最后一个“终结者”。但是，事实证明我的这种希望只是一厢情愿，像阿峰这样的男人，和我根本就是两条路上的人，即使一时交会，也不可能长久地处下去的。当时我俩之间的互相吸引，其实是缘于为一种新鲜感的吸引。我对阿峰而言，以及阿峰对我而言，都像是生活在两个截然不同世界、不同圈子里的人，彼此都是自己以前没有接触的异性类型，缘于这种新鲜感，同时也缘于一种近乎生理本能的吸引，一时间我们凑到了一起。等到时间久了，熟透了，原本蒙在对方身上的面纱揭了下来，神秘感消失殆尽，彼此吸引的基础也就随之消失了。我悔不听当初父母、亲友们的规劝，仅仅为了一时之欢，与阿峰混在一起，浪费了时间精力。更要紧的是，我不计后果对阿峰的全身心付出，换来的不止是精神层面的感情受伤，我觉得自己的身体也“不干净”了。于是乎，我向来以为了不得的自尊、清高，被严重挫伤——我今后还有什么资格去高标准高要求地去找爱人？身心两累，自感已经不再完整无暇的我，从昔日的自高自重，一下子沦落到了自轻自贱的心境，如同从悬崖冲下的瀑布，落差大得惊人。

●在接下来的一年里，我天天生活在压抑自卑的阴影里，老觉得自己是个伤痕累累的弃妇，低别人一头。即便是被父母、亲友强劝着去相亲，也提不起精神，感到配不上对方。你说，抱着这样的心态，我怎么能找到合适的对象呢？先后见了几个男人，无论胖的瘦的高的矮的，其实都各有各的好，可自卑感让我没有心情多沟通，全都无疾而终。其中，最让父母感觉可惜的是一位公务员小王，他憨厚本分，烟酒不沾，没有任何不良嗜好，十足一个“书读头”。看得出，感情经验不多的他对我有点意思。然而，还没走出心理阴影的我，一方面感到配不上他，另一方面也感到如果和他好上了，自己会心中愧疚“对不住”他，于是，我硬起心肠没有与小王继续下去。父母备感惋惜之余，担心我的心态是否出了问题？他们软硬兼施，非要我去看心理门诊。医生听了我和父母亲的诉说后，分析说我持有这种心态的人很多，属于“都市大龄剩女心理综合征”中的一种。经医生这么一分析，我觉得不无道理，自己确实是病了，因为感情方面的受挫，其“病情”已经蔓延影响到了我的处世态度，对整个人生、生活都乏味无趣，做什么事都提不起兴致，天天像行尸走肉一般的麻木和机械。

经过大半年的心理诊治，我的心境有了很大好转，渐渐地走出了阴影，对自己的定位作了重新估价，时刻记得医生的叮嘱：既不能高估自己的身价，也不能过于看轻自我，只有怀着不偏不倚的心态，摆正了位置，才可能在感情上作出正确的判读，明白自己该找什么样的对象。

我的亚健康心理状况被治愈后，自信心有了很大恢复。毕竟年龄已经超 30 了，我决定“重出江湖”找寻属于自己的真爱。因为有了前几次的经验，更还因为我认清了自己在婚姻市场的真实“价位”（在此之前，我可是从来不愿将婚姻与“市场”，爱情与“价位”这几者挂起钩来了，觉得这未免太俗气了，可现在已经清醒而无奈地意识到了），重新为自己打了个分数——75 分到 80 分之间。同我初出茅庐时给自己打的 99 分，和受挫后的不及格分相比，我的这次打分比较适中，回归到了理性。既然对自己有了清醒的评估，结合自身的条件和实际情况，我由此也修正了对未来另一半的标准。接下来，我就“按图索骥”，照着这个标准去搜寻合适的对象，一番甄选，亮亮出现在了 my 的视线里，其平和成熟的为人处世态度，让我由衷感到这将是一个合格丈夫的人选。经过一年多的交往了解，我愈加感到他不会让我失望，和他结婚，自己未来的日子会过得平静而温馨。于是，我决定和他走进婚姻殿堂。

绕了一大圈，从早先的虚高自大，到经受打击后跌落到自卑自贱，再回归到对自我的正确定位和“估价”，我这 10 多年的心路历程走得好艰辛！每一个阶段，我物色、选择的对象类型不尽相同，其结果也不同。从当时选择什么样的对象，与之怎么样的相处及结果，其实也折射出我当时阶段的心境。现在的我终于走向成熟了，对自己有了较为全面、准确的评估。一个人也只有人格成熟了，才能明白爱情、婚姻的真谛，知道自己应该找什么样的对象才算般般合适，才能和你选择的另一半长长久久地共度一生。