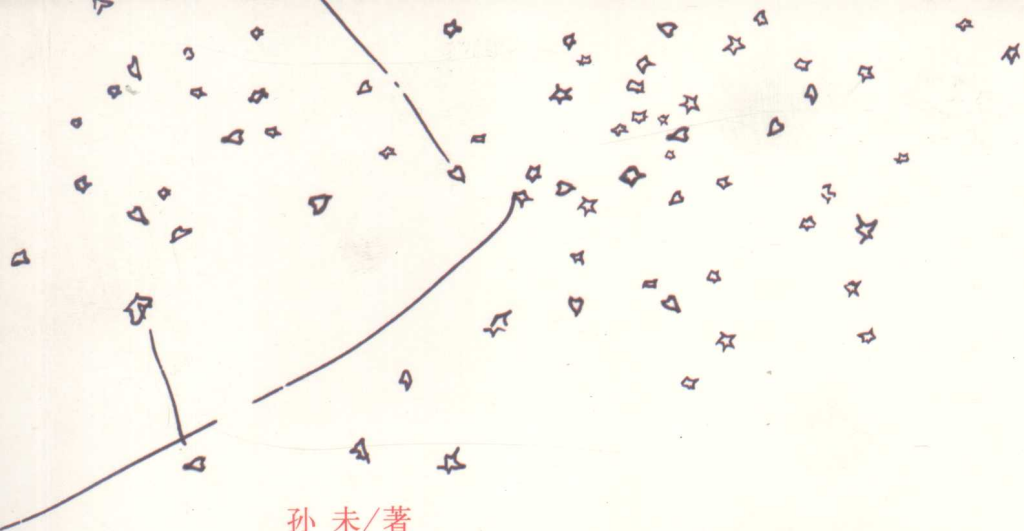




孙 未/著

审视与叩问：

当自恋、劈腿、第四类情感琳琅满目，速配和期限婚姻成为后现代男女的时尚，虚拟恋情和MSN填充心灵需要，

你还会有情感匮乏的焦虑吗？

爱究竟是都市人孤独的止痛剂，还是生存焦虑的安慰剂，抑或是自我认可必须的呼应？

东方出版中心

我们这个时代的爱

关于另类情感的心理解析

孙未 / 著

我们这个时代的爱

关于另类情感的心理解析

东方出版中心

图书在版编目(CIP)数据

我们这个时代的爱：关于另类心理的解析/孙未
著. —上海：东方出版中心，2008. 2

ISBN 978-7-80186-811-4

I. 我… II. 孙… III. 情感—心理学 IV. B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 017469 号

我们这个时代的爱——关于另类心理的解析

出版发行：东方出版中心

地 址：上海市仙霞路 345 号

电 话：62417400

邮政编码：200336

经 销：全国新华书店

印 刷：上海长阳印刷厂

开 本：890×1240 毫米 1/32

字 数：92 千

印 张：4

印 数：0,001—5,100

版 次：2008 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-80186-811-4

定 价：12.00 元

版权所有，侵权必究。

目录

首章 爱是一辆填不满的购物车

现代人习惯于推着空荡荡的心灵购物车出门,他们眼中的世界是个巨大的超级市场,他们把各种情感和人际关系像商品一样从货架上取下来,飞快而成倍地填进他们的购物车里。

贪爱症之一 瓜分心灵领地的“区位情人”/004

- ◎ 无奈的不完美 /006
- ◎ 不愿把感情放在一个篮子里 /014

贪爱症之二 男人的索爱与匮乏心理 /022

- ◎ 寻找多多益善的认同感 /023
- ◎ 被接纳的补偿 /029

贪爱症之三 “速配”和“期限婚姻”/033

- ◎ 高效择偶的诱惑 /035
- ◎ 爱与期限的悖论 /042

次章 爱是一个自欺欺人的变形魔方

人们希望毫无成本地解决内心的情感需求,不要付出,不用冒险,并且不会失控,用经济学的思维方式来经营爱,势必使很多情感的代用品倾巢而出。

情感代用品之一 “虚拟恋情”症候群 /050

- ◎ 眺望是因为孤单 /051
- ◎ 请你靠近我 /055
- ◎ 分裂的自我 /058

目录

◎ 生活在面具背后 / 062

◎ 偷窥与控制 / 065

◎ 虚拟世界的悲哀 / 068

情感代用品之二 “第四类情感”的现代游戏 / 071

◎ 安全的爱情替代品 / 072

◎ 赢得特殊优待的捷径替代品 / 078

◎ 不无遗憾的灰色地带 / 083

续章 爱是一面照不见自我的镜子

越来越多的现代人站在镜子前问：镜子，镜子，我是不是值得被他人所爱？他（她）们看上去是关注自我的人，其实是在情感匮乏的焦虑中丢失自我的人。

自我迷失表征之一 “那喀索斯情结”的盛行 / 088

◎ 不懂爱的人 / 090

◎ 人见人爱的“爱无能”者 / 096

◎ 拿什么来拯救你，自恋男友 / 101

自我迷失表征之二 付出太多的女人 / 106

◎ 越付出越受伤 / 107

◎ “女超人”的失落 / 113

◎ 令人窒息的爱 / 118

这个时代爱与分手的正当理由，
都在一根扎得太深的“自我”的刺上跳舞，
让人们忘记了爱的真实面目曾是宗教典籍中超越理性的光芒，
并藉此魅力令神赢得信众。

首章

爱是一辆填不满的购物车

现代人习惯于推着空荡荡的心灵购物车出门，他们眼中的世界是个巨大的超级市场，他们把各种情感和人际关系像商品一样从货架上取下来，飞快而成倍地填进他们的购物车里。

贪婪，是我们这个时代爱的显著特征之一，表现为索爱行为的类消费化。

人们忙着“劈腿”，忙着拥有更多的情人，就像女人以衣橱里同时挂着数件貂皮大衣一般为荣，她们忙着不断增添新欢，就像增加当季新款，然后再忙着厌倦和淘汰，就像旧款飞快地下架。人们发明了“速配”，使得找寻一个合适的恋爱对象就像从自动售卖机里选一瓶饮料那么便捷，他们开始讨论“期限婚姻”，就像在给每一件商品打上生产日期的同时再打上保质期。

这些潮流化的现象，并非源于某群人的出色创意，也并非不约而同的巧合，它们的背后是都市人在同一个时代相似的生存处境下潜意识中共同的密码。

贪爱症之一

瓜分心灵领地的“区位情人”

如今女人有几个“区位情人”的情况屡见不鲜，甚至以时尚的名词被定义为“劈腿”，听上去虽然不雅，实际上却是现代人的爱情辞典中被默认为有魅力和前卫潮流的代名词，意为女人能同时与几个情人和平共处。

这些情人，在这些女人的生活中“各司其职”，各有可取之处，象限彼此不相交，共存为一个互为补充的整体，所以在此称之为“区位情人”。

他们之所以共存，是因为他们在一些女人的生活中彼此的作用各不相同，例如有的体面得体，适合陪伴出席派对；有的是每年几次旅行中的好伴侣；有的球技出色，是球场上的搭档；有的则是工作上的护花使者；有的愿意在经济上多多买单，正好用作长期信用卡；有的引爆激情，仅此而已。

女人以分工的方式来搜集和占有自己的“区位情人”，这种贪婪的背后，其实并非自得和愉快，而是女性在现代社会的心态困境中所采取的心理防御机制的表露形式。

心理防御机制，是个体在潜意识中渴望保护自我不受威胁，或者是

试图在自己尚未解决的冲突之中缓解自身焦虑和紧张的一种反应。

在人们的心理防御机制中有一种机制叫做解离,即一部分心理活动或行为过程与其他心理活动的分离。例如面对不同的情人,在人格上表现出不同的自我,或者把自己实际需求的理智考虑与自己全身心投入真爱的感性部分剥离开来。“区位情人”现象就是这些女性潜意识中采用的防御机制。

同时拥有数个“区位情人”,可以帮助现代女性逃离很多情感上不能解决的困顿,诸如社会淘汰机制带来的强烈无保障感,对被爱所伤的恐惧感,社会对女性的配偶评价和实际情感投注的不一致造成的心理冲突,以及竞争过度的社会关系造成的情感极度缺失等。这些问题我们还将后文详细阐述。但是让一个人同时爱几个人,其实是件分裂而悲哀的事情,“解离”让人在能够完成这一任务的同时,也付出了自我统一性和同一性受到伤害的代价。拥有“区位情人”的女人们,无论是看似主动愉快的或者是被动无奈的,其内心的状态都是从一种矛盾逃向另一种空虚。

以下两个案例就代表了比较典型的两类心态。

案例一 无奈的不完美

叙述人化名：小艾

性别：女

年龄：26 岁

职业：医药公司销售经理

我不清楚黄志在我现在的生活中算什么——情人？家人？父亲？朋友？他总是隔一段时间会到我这里来一次，不定期，但是不会间断。他总是自己开门进来，然后很自然地坐在沙发上翻翻报纸，看看电视，而我就自然地到厨房准备晚餐。有时候，我们也一起出去吃饭。然后，他像往常一样，留下来过夜。

自从我放弃了和他纠缠婚姻问题以后，我们的关系反倒变得意外的平和而温馨起来。

我是在 19 岁那年认识黄志的，他比我大 15 岁，是客户单位的老板。他是第一个向我表示好感的男子，也是我第一个爱上的男子。

小时候我家里的经济条件不好，在年纪很小时，我就踏上社会开始谋生。认识黄志的那一年，我在一家医药销售公司做前台。

一个年少的女孩在浑浊的社会上打拼，一开始会受到很多委屈，当然也会有很多天真的想象。遇见黄志，在当时于我而言，就像灰姑娘遇到了白马王子，他的形象笼罩着我梦想的光环。

我当时真的很爱他。我曾经如此热切地期待一份完整的爱情，期待和这个深爱的男人建立一个家庭，为他洗衣，下厨，生儿育女，期待这个既成熟又成功的男人带给我另一个世界。而现在看来，这种想法就犹如期待一份免费的午餐，那么天真和单纯。

爱情的世界和生意的世界一样，也没有免费的午餐。

黄志有位美丽能干的太太，有一个可爱的女儿，而且从未想过离婚。我只是他另一部分的生活，我的年轻、纯真是他婚姻生活以外的另一种调剂，追逐久未有过的心动感觉。我从来不是他考虑的结婚对象，而且永远不会是。

为了一份不可能得到的婚姻，我哭过，和他争吵过，甚至想过轻生。整整5年的等待和纠缠，5年想要得到却得不到的心理折磨使我终于看清了这个事实。其实我早就看清了，只是不死心，不愿接受而已。

但是，共处已经成了习惯。我习惯于依赖他的存在，他给我父亲般的安全感。我也需要他为我租的公寓，他给我买的礼物，他已经培养了我对消费的奢侈欲望。

接下来的两年，我们没有分开，只是我不再纠缠，他来的次数也渐渐减少，以他的需要为节律。

他永远不会忘了为我庆祝生日，让我选个地方吃顿隆重的晚餐，然后是礼物，7年了，年年都是这样。他仍然在为那套他为我租下的公寓

付房租。每次我要添什么大件,他还是会主动赞助。

有一次,我对他说,我在考虑与刘文意的婚事,他还说了一些很支持的话,老父嫁女般的。可能他也觉得,他有责任看着我找到一个好的归宿吧。

认识刘文意时,我已经是这家医药公司的销售经理了。

我能坐到这个位置也要感谢黄志,是他安排我去念商学院,教我怎样在工作中找准自己的位置。当然这一路走来,我也十分努力,因为那时我已经开始明白赚钱是世界上最重要的事情。

只有钱,才是最安全的。男人呢? 实在不安全。

所以,虽然我并不喜欢我的工作,但是我依旧认真工作,不像其他青春年少的女孩,不太把工作当回事。

刘文意也是一个十分敬业的人,他是房产公司的副总。我们是在朋友的聚会中认识的,一开始就好像有了暧昧的男女朋友关系。

认识刘文意时,他正好和当年初遇我的黄志一样的年纪。

刘文意是一个很端庄的年轻人,待人接物十分妥当,算得上是成功的职业经理人,条件真的不错,连黄志也说好。而且,我和他无论从年龄、工作和外貌上都很相称,难怪朋友会故意介绍我们两个认识。

后来,我们两个很自然地在办公室里通电话,一起出去吃饭,看电影,一同参加朋友的聚会。看见刘文意和我在一起的人都会由衷地评价我们很般配,搞得我们两个都感到很进入角色。

有时候,我也会迷惑,我在想,他是不是就是那个上天安排给我的 Mr. Right?

有些事情我是可以确定的,刘文意绝对是个带得出去炫耀的男伴。而一个商场上的女人,往往需要一个撑得起的男人来确立合作伙伴对

她的信任感和认同感。

同时，刘文意也是个不可多得的结婚对象，无论是经济基础、人品还是相貌，各方面都不错。所以，从理论上来说，我真的应该把握机会，尽快和他完成一个强强联合的婚姻。

然而，我还是迟迟下不了这个决心。可能就像黄志所说的那样，我对世界的想象和要求总是太过完美。

我不明白为什么我对刘文意的感情始终是波澜不惊。我们的关系越来越像一杯白开水，我有时候甚至觉得，可能刘文意也觉得我只是个合适的对象。

我们两人的工作都很忙，也懂得节省时间的重要。他会定时给我打电话，长话短说，点到为止。每周约会一次已经很奢侈，我们总是在不算很晚的恰当时间结束约会，因为第二天一早大家都要上班，周末也有加班和应酬。

我们之间好像从来也没有过想痴缠在一起的感觉，不知道彼此之间是真的不爱了还是大家都太职业化了。他也从没有计划外的疯狂举动，一切按部就班，都可以请秘书来拟一份时间表了。

后来，为了充分利用时间，我们心有灵犀地把每周一次的约会安排成共同出席各种应酬性的聚会和派对。我们几乎变成了彼此的职业伴侣。就这样，我们已经拍拖或者称“合作”了一年多，我们之间也没有争吵，但总觉得少了什么。

夜阑俱寂时，我也会思忖，刘文意，他在我的生活中算是什么呢？我也不清楚。

还有，李青山，这个年轻帅气的摄影师，他在我的生活中又处于怎样的位置呢？

相比刘文意的平淡,李青山给我的是激情和浪漫。他是一位杂志社的摄影师,一个长发的具有艺术气质的男子,与我同年。

他会在我的家门前堆满玫瑰,在我生日的那天请小提琴师去我公寓的窗前演奏,这些举动让黄志都觉得很嫉妒。

我最喜欢在空闲时由他安排活动,一同去崇明岛看飞鸟,或是去小剧场看一场不怎么好懂的话剧。他的安排总让我惊奇。

有时候,在一个远离自己生活的时空,倚着他宽阔的肩头,我会有一种想把一生交付给他的冲动,与他一同远离人群,从此天荒地老。

而我明白,这只是一个梦想,正像黄志告诫我的,他的肩头挑不起我想要的生活。他的想法总是太不现实,而他的经济基础也太不稳定。与他相爱,只会拖垮我的斗志,破坏我现在拥有的一切。所以,我只可以享受与他的浪漫却不可以全心爱上他。

然而有时候与李青山相对时,看到他眼眸里流露的迷惘,我真的觉得很心痛。我想起我的从前,我怎么忍心伤害眼前这个深爱我的男人?



心理分析

案例一中的小艾,她的生活中同时存在3个“区位情人”。

黄志是她19岁时的初恋情人,7年的纠缠之后,如今和她平静相处,外加对她经济方面惯性的支持。刘文意是客观条件与她非常般配的“准恋人”,只是彼此之间情感上波澜不惊。李青山给她激情和缠绵,但是她认为他的经济条件并不足以让她托付终身。

我们可以明显地看出，小艾对于刘文意和李青山，恰好是理智和情感的解离。

在她的评价体系中，刘文意无论从外形、工作、年龄上，都符合公众认为的般配要求，带他出现在众人面前，从任何角度而言都非常体面，而且她也需要一个这样的伴侣，让她在商场上更能获得合作对象的信赖，当然她也需要婚姻，这将是一个强强联合的婚姻。刘文意与她的的问题是感情上没有强烈的来电感觉。

同样，在她的评价体系中，李青山让她非常沉迷和快乐，那是逃离现实社会时享受的爱与激情，一旦放到现实中，她就会觉得那会拖垮她的意志，因为李青山是一个在经济上和思维方式上都不能给她安全感的男人。

当与刘文意作为情侣双双出入各种场合时，小艾封锁了感情，认可了理性的自己。当与李青山缠绵时，小艾感性的自我站了出来，而每当理智占上风时，她就会感到矛盾、痛苦。

黄志曾经批评小艾对世界的想象和要求太过完美。有趣的是，黄志用了一个认知疗法中的小概念——接受灰色地带。

固然，接受灰色地带，诸如接受一个并不是很完美的恋人，选择刘文意或者李青山两人中的一个，放弃其他的情人是解决心理冲突的好方法，但是小艾的问题其实并不在这里。黄志偷换了一个重要的概念，小艾想要得到的并非是所谓的“完美世界”，她要的只是“完整的爱”，她获得黄志这么个评价，只是因为她一开始在深爱黄志的时候，希望与这个男人建立婚姻，这不是一个过分的要求。

小艾当时很年轻，黄志自私的恋情以及自我开脱之辞言下之意是，小艾追求完整之爱的想法是愚蠢的。

他行为的伤害,连带语言的暗示,留在了小艾心里。

在小艾开始试图与其他男性建立恋爱关系时,她潜意识中害怕自己重蹈覆辙。如果真的有一个男人,像当初的黄志那样让她在感情上深陷其中,经济上又足以给她公主般的生活,她是否又会伤得很深呢?她给自己的答案是肯定的。

其实小艾可以爱上刘文意——一个和当年的黄志一样,既让她深爱又让她觉得经济上很有安全感的男人。不过她的潜意识让她爱不起来了,这样会令她觉得安全,不会再次受到相同的伤害。

同样的,小艾已经爱上了李青山,而且就他的思维方式和经济基础,与小艾结婚未必会怎样的“不现实”,这是小艾的潜意识在告诉自己,他有致命的弱点不可以被接受,这样,她就不必承担全然爱上一个男人的风险。在与李青山的相处中,她体现了严重的分裂,靠在他肩头的时候仿佛远离了人群,之后却感觉害怕,怕他们的爱情会“破坏现在拥有的一切”。

个人的心理活动须得有一个唯一的统帅,使自我感到是一个整体。个人的需要、动机和反应必须整合一致,在不同的时间段里,都有一种发展的连续感,这样人才不会处于自我冲突中。而解离机制在防御痛苦的时候,也会带来痛苦。

当小艾面对李青山感到心痛时,她的感情付出早已超出了当初自己控制的范围。黄志并不嫉妒刘文意却嫉妒李青山,这已经说明了一切。

除了以上所说的情感创伤的问题,小艾的矛盾与解离,也与社会现实的因素密切相关。

社会生存危机造成了不安全感。

小艾年少时希望能有一个男人给她带来整个世界,结果愿望没达