

你 我 他

心理故事及解析

NIWOTA XINLI
GUSHI JI JIEXI

● 王志康 著



金盾出版社

你我他心理故事及解析



王志康 著

金盾出版社

内容提要



本书精选了作者从事心理咨询工作前后所写的部分心理案例故事及评析,都是生活中你我的真实心理困惑与疾患,涉及的人物包括男女老少、社会各界人士;涉及的心理问题涵盖方方面面。全书分为四章:一、形形色色的癡和癖;二、林林总总的恐和惧;三、拉拉杂杂的惑和郁;四、来来往往的问和答。前三章每章由20多个案例故事及解析组成;第四章都是求助者来信及作者心理解答。为了遵循心理咨询保密原则,尊重求助者的隐私,书中对案例情节作了些艺术处理,人物用名皆为化名。

图书在版编目(CIP)数据

你我他心理故事及解析/王志康著. -- 北京:金盾出版社,2011.10
ISBN 978-7-5082-7141-5

I. ①你… II. ①王… III. ①心理学—通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 166848 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京蓝迪彩色印务有限公司

正文印刷:北京金盾印刷厂

装订:永胜装订厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:18.25 字数:376千字

2011年10月第1版第1次印刷

印数:1~8000册 定价:40.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

作者自序

如果不是编辑朋友的盛情约稿和温情催稿,也许我还暂无将自己陆续所写所发的心理案例结集的打算。而一旦应承下来,开始整理这些天女散花般洒落于各报刊的故事时,一个个鲜活的人物又走到了我的面前;与他们一起度过的心灵挣扎、调整、成长的过程,也一幕幕在我脑海里重映。忽然感到,将这些活生生的例子以及对号入座的解析集中呈现,与读者们一同分享其间的信息、感悟和启示,或许是一件颇有意义的事情。

人生总是有很多事情需要我们去面对,人的内心总是有许多的困惑与烦恼需要我们去调整。心理学知识会让我们认识到各种事情的本质,了解到心理问题产生的原因,指导我们以合理的思维和行为,去应对大千世界的种种可能。美国心理学家阿尔伯特·班图拉说过:“心理学不能告诉人们应当怎样度过一生,但是,它可以给他们提供影响个人变化和社会变化的手段。而且,它能帮助他们去评估可供选择的生活方式及社会管理的后果,然后作出价值抉择。”有了心理学的指导和帮助,我们在解决心灵问题方面将不会一筹莫展。

本书精选了作者从事心理咨询工作以来所写的部分心理案例故事及解析,都是生活中你我他的真实心理困惑与疾患,涉及的人物包括男女老少、社会各界人士;涉及的心理问题基本涵盖方方面面。全书共分为四章:一、形形色色的癔和癖;二、林林总总的恐和惧;三、拉拉杂杂的惑和郁;四、来来往往的问和答。前三章每章由20多个心理案例故事及解析组成;第四章则是求助者来信及作者心理解答。为了遵循心理咨询保密原则,尊重求助者的隐私,书中对有些案例情节作了艺术处理,人物用名皆为化名。

当我忐忑地将这些托出时,真心希望它是一把小小的开启心灵的钥匙。渴盼读者在阅读和咀嚼这些故事的同时,更可从他人的故事中窥探到自己的内心,明了自身的问题;从心理解析中获取一点生活所必需的心理学知识与信息,得到几帖心理调适和心灵成长的良方。倘若不达,亦希望它能成为你的一位枕边朋友,当你随手翻阅它时,嗅到几许心灵与文字的芬芳。

2011年初夏于海口



目 录

第一章 形形色色的瘾和癖

- “千手观音”的忧伤/1
- 同学会狂人的心灵陷阱/4
- 曝私妇的虚假繁荣/8
- 过气女明星宴客成癖/11
- 贪得无厌的考证狂女/14
- 女王在征服中/17
- 她为何与裙子疯狂约会/20
- 一株拼命丑化自己的水仙/24
- 隐藏在挪动癖中的焦虑感和控制欲/27
- 伪“酷抠族”女子的守财奴心态/30
- 八面玲珑的模仿达人/34
- 谎言女子的真实虚构世界/37
- 她只接受恶魔的爱/40
- 剪发成瘾的男老板/43
- 猎艳，只摧有主名花/47
- 她是一条缠人的藤/50
- 当家做主的心瘾/53
- 百变女孩，为何总要做别人/57
- 别让极限成为伤痛/60
- 蝶儿，勿向死神翩翩飞/63
- 迷恋怀旧，她活在过去的日子里/65
- “化妆癖”后面的“被弃情结”/68
- 工作狂女与家庭痴男/71

第二章 林林总总的恐和惧

- 她对动物，从虐到怕/74



惧上如惧虎,工作成苦役/77
如蛇缠身的秘密,让她窒息/80
对着镜子,仔细照照你的模样/84
一个人的狂欢/88
追随 OL 的恐怖幻影/91
心有余悸的“棉花糖”/94
诚惶诚恐的小兔子/97
疑似贪食症背后的恐震心结/101
天灾人祸的恼人假想/104
我什么都没有看见/106
翎子,让我们拥抱蓝天/111
爱,一边苦寻,一边逃离/114
男友,你为何“神圣不可侵犯”/117
置放在鲜花丛中的安全感/120
闻香色变,她如何成了惧香拒香女人/123
敬妻如宾后面的心魔/125
老公厚道变轻浮,只因“恐老”/129
特殊职业的心伤/132

第三章 拉拉杂杂的惑和郁

为笑所困的女主播/139
莫名“仇下”,源自“性嫉妒”/142
衣装之奴——她为着装而焦虑/146
目标列车上的强女子/149
生命游乐场里的快乐精灵/153
独特的悲情筑梦者/156
跟自己过不去的女人/159
扮演出的大忙人/163
资深“剩女”的相亲综合征/166
她活在逝去男友的世界里/170
你的沉默不是金/173



- 宝宝,在她的脑子里孕育/177
他跟儿子争抢母爱/179
她的心里,盛满了亲朋的情绪垃圾/183
过失出轨后的心灵煎熬/185
入戏太深,她将悲情带到现实生活里/189
功成名就后的抑郁/193
危机中舒坦“御宅”,他的情绪饥饿了/197
我不知道我是谁/200
谎报病情背后的小小心结/203

第四章 来来往往的问和答

- 因为恐飞,我屡屡放弃出国机会/207
我特别害怕与人相处/209
我真的要疯了/210
我觉得自己得了乳腺癌/212
同学会后的自卑和失落/214
我为什么遇到事情就畏难/216
躲在父母羽翼下的成年男子/219
多愁善感的大男孩/220
高中女生:得不到班主任我要堕落/222
暗恋老师的职校男生/225
喜欢紧张和攀比的16岁女生/228
烦躁沮丧的“高四学生”/230
站在悬崖边的小孩/233
女儿仇视父母放火烧家/234
束手无策的单亲母亲/237
读初二的孩子要辍学打工/240
孩子多次偷钱我想死/242
孩子要高考,我就像过火焰山/244
一位母亲给儿子的半截信/246
往死里打孩子的焦虑母亲/248



断背的烦恼/250

我对男友百样好,他却要开跑/252

快要崩溃的 80 后年轻妈妈/253

嗷嗷待哺的“奶嘴”丈夫/255

没有退路的婚姻/258

丈夫太优秀,总是不放心/260

同学会后,我背叛了丈夫/262

熬过最困难时期,丈夫却出轨了/265

妻子与哥们勾搭,我一心报复/268

被老公和闺蜜同时背叛/270

丈夫有外遇却暴力抗拒离婚/273

老公出轨有瘾,我是否应该离婚/276

一组婚姻问题简答/277

1. 王子公主未入婚姻角色,双独小夫妻战争频仍/277

2. 夫妻兼同事,未增恩爱却添无尽烦恼/277

3. 才财结合,精英联姻,伴随的却是失落和失意/278

4. 两个人的婚床上,为什么要躺这么多的人/279

5. 背叛过后赎罪“过当”,婚姻插上沉重的翅膀/280

6. 爱得不平等不平和,患得患失婚姻难求平衡/281

7. “赤裸婚姻”,爱在极度透明中逃遁/282

8. 绝症面前,能否融化十年沉默坚冰/282



第一章 形形色色的瘾和癖

“千手观音”的忧伤

【故事】

唐绵绵走进我的视线，不是作为一名心理求询者。她居住的社区有一女士离婚后情绪非常低落，唐绵绵觉得她需要心理支助，就带她来了我这里。让我感到惊讶的是，唐绵绵并非社区工作人员，并且，她与那位女士非亲非故，甚至不太相熟，但对其表现出了极大的热情。于是，我对这个乐于助人的唐绵绵产生了兴趣。

据求询的女士介绍，唐绵绵是他们社区的名人，因为她有一副热心肠，谁的事情她都要去相帮。以至于社区里流传着这么一句话：有困难，找绵绵。她都成“千手观音”了，向四面八方伸出援手，也不晓得疲累。唐绵绵在女士的介绍中始终微笑着，有几分羞涩，也有几分掩饰不住的得意。她说：“我就是个操心劳力的命呗。劳了神，费了力，也不见得落个好儿。”说到这里，一丝不易觉察的忧伤，从她眼里悄然掠过。

这以后，唐绵绵又来过好几次。有时是帮朋友咨询婚姻问题，有时带着个小学生前来，说是儿子同班的，因父母离异，孩子的行为出现了问题，需要矫正。还有一次，她没有带人来，却拎了个鼓鼓囊囊的大包，说这次没有什么需要咨询的，是看到这里的沙发靠垫有些旧了，特地买了宜家的几个漂亮靠垫，要给换上。边说，她边急急忙忙地打开包，掏出新靠垫，往沙发上放，兴致很高的样子。我说不用，那些还是好的呢。她停下动作，看着我，眼里又掠过了那一丝忧伤，还包含着哀求和倔强。

我只好接受了她的盛情。她对着沙发靠垫左看看，右看看，显得十分满足。我请她坐下聊聊，试图通过晤谈，解读她非同寻常的热情和刻意深藏的忧伤。可她笑着回避了，推说她还要去帮一位老太太找按摩师，没时间坐，就匆匆起身走掉了。慌慌张张的背影，暴露出了她对自身问题的逃避和否认。

之后，好久没有见到唐绵绵的身影。直到她的先生前来，证实了我对唐绵绵的猜测——她异乎寻常的助人举动后面，隐藏着严重的心理问题。那过分的热情与



掩饰不住的忧伤，恰是坠入弥赛亚陷阱的表现。

她先生的第一句话是：这日子没法过了！这个男人显得很激动，语无伦次地诉说着唐绵绵最近惹的大麻烦：她热心为一对夫妻解决婚姻冲突，不知费了多少心血，花了多少时间。昨天，那女的却打到家里来，大骂唐绵绵是狐狸精，说她其实是想借机接近她的老公，好跟她的老公玩暧昧。唐绵绵傻掉了，气得话都说不出来。她的先生连吼带劝把那女人弄走后，狠狠地对她说：“这就是你管闲事的下场！以后不敢学雷锋了吧！”可让他大感意外的是，今天，唐绵绵居然又忙颠颠地跑出去，帮小区的一户人家解决卫生间渗漏的问题。他觉得她助人已经有瘾，似乎不去帮助谁，就活不下去。他指着脑袋问我：“她是不是这里有病？”

我给这男人递上一杯水，等待着他的平静。平静下来的他，给我讲述了唐绵绵的故事。

唐绵绵，38岁，民营小医院办公室主任。这家医院，权柄牢牢掌在院长手中，那些技术骨干也有一部分话语权。唐绵绵这种没有技术职称的纯行政人员，说是主任，其实也就是管些杂务，像人事、财务等要害关口，那是插不上手的。也就是说，唐绵绵在医院，并非举足轻重的人物，工作也不会忙到哪里去。

可她的先生打从认识她，就没有见她空闲过。她所有的业余时间，都在无休止地帮助他人。这个他人，包括所有的亲戚朋友，也包括一些一面或几面之交的熟人甚至完全陌生的人。就是在她生孩子的时候，躺在产床上疼得哇哇叫唤，也不忘让先生把手机递给她，气喘吁吁地给一个姐们的老公打电话，提醒他记住他老婆明天过生日，而那正是两人吵架后修好的最佳时机。孩子还没满月，她就从大家送给孩子的小衣服里挑出几套最好的，顶风冒雪把它们送到福利院，回到家时，自己的孩子已经饿得哭哑了声。

她是大家庭的超级服务生，朋友圈里的“不管部长”，同事中的“知心姐姐”，社区里不挂职的居委主任。常常到半夜躺在床上，捶着酸疼的腰，她还要盘算着：张婆婆家的蹲式厕位，是不是要换成抽水马桶了；同事大刘的女儿牙不齐，一定得让他送去矫正；朋友黄瓜和老聪最近好像不太对劲，不知是不是两人联手开发项目合作不愉快，得找他们聊聊，说合说合……先生问她，你一天到晚揽这么多的琐碎，累不累啊，烦不烦啊。她说，累死烦死也得兜啊。她先生发现，她真的不怕累，不嫌烦，不仅不烦，甚至有一种满足感和愉悦感。

她不烦，她的先生却烦了。唐绵绵毫无节制的助人行为，严重影响了家庭生活质量。她几乎没有时间陪老公说说话，性生活更是相当缺乏。老公出差时，孩子回家经常找不到妈妈，有一次因为太饿，自己点火做吃的，差点发生火灾。至于把家里要用的东西拿去送人、抱着病替别人值夜班，这样的事更是经常发生。原本好脾气的先生忍无可忍，多次与她争吵。直到有一次，先生吼叫时，唐绵绵一声不吭，双泪长流，眼里似乎有着无尽的哀伤。本来就心疼她的老公吓着了，连忙抱着她哄



劝,她哽咽着对老公吐露了心声。

唐绵绵姐弟三人,她是老二。姐姐是个漂亮体弱的女孩,成绩优秀,从小得到父母很多的怜爱。弟弟最小又是独子,也是父母的重点宠爱对象。而她,长得不好看,读书也不行,在家里家外就常常被忽略。父母下班回家,总是叫着姐姐弟弟的名字,好像没有她这个人。但干活却总是少不了她,很小的时候,她就担起了照顾久病的奶奶、协助父母照管姐姐弟弟生活的重任。父母的意思是,姐姐体弱,弟弟年幼,她反正也不会读书,不如就让她干这些杂活吧。

她羡慕姐姐弟弟得到的爱,羡慕得心里发疼。于是她就常常压抑着自己的需要去满足姐姐弟弟,只求得到父母肯定的眼神。大专毕业后,她到这家医院做了一名护工。她习惯性地努力去照顾别人,马上得到了别人的赞许和感谢。她有一种战栗的快感和满足。为了更多地享受这种满足,她开始了不间断的助人行动……

疼惜她的先生在她和着泪水的诉说中,理解了她对助人的痴迷,从此不再干涉她的行为。但他发现,她帮助的人越来越多,她身边亲近的人却越来越少。就连家里的亲戚,也对她敬而远之了。并且,有些人开始躲避她的帮助。唐绵绵非常失落,也非常伤心。先生劝她以后帮人不要太下劲,她答应了,但仍然我行我素,似乎难以自制,直到那件事的发生。

没等我约见唐绵绵,她竟然主动上门了:“我老公来过是吧?他都说了些什么?”神情明显的紧张。我笑了笑:“你害怕他说什么?”她的眼里露出恐慌:“我的心里没有问题!难道乐于助人也是毛病?”我有意忽略她的恐慌,平静地对她说:“我相信你在助人的过程中享受到了一定的快乐,同时,我也理解你的无助和忧伤。”

唐绵绵沉默了,过了一会儿,眼泪大滴大滴地滚落下来,鼻翼也开始翕动。纸巾递到她面前时,她迟疑了一下,看了我一眼,接了过去。“千手观音”终于卸下了她的铠甲,袒露出她的内心挣扎。我很欣慰,这将是一个美好的开始。

【解析】

唐绵绵乐于助人,不知停歇,看起来是品德高尚大公无私的表现,实际上是一种不正常的心理状态,心理学家称之为“弥赛亚陷阱”。坠入此陷阱的人,往往对助人痴迷成瘾,毫不顾及自身利益,无休无止进入一种强迫状态,难以自制自拔。从别人接受帮助的满足中,感受到爱的存在和自身价值的存在。

唐绵绵此种心瘾的形成源于自卑。自卑导致她的自我价值观出现偏差,心理上过于注重、依赖他人的肯定,缺乏自信和独立性。

因为其貌不扬和排行的关系,她从小被父母忽略,童年没有得到足够的关爱;相反,还过早地担负起照料奶奶、照管姐姐弟弟生活的重任。渴望得到关爱和肯定,便牺牲自己的需要去满足他人。此方式经由不断地重复,逐渐成为其行为定式。而工作中得到的赞许和感谢,则进一步强化了她的行为。这种补偿和满足给



她的安慰与鼓励是巨大的,使其愈来愈无法抗拒助人的内在动力。于是,她又顺理成章地把助人举动延伸到了亲戚圈、朋友圈、同事圈,甚至拓展到半熟人和陌生人中。

这样看似美好了,然而新的问题又来了。一方面,对他人,她的心理卷入程度过高,这就使得别人不舒服、心生忐忑、与之疏离,出现操心劳力还讨不到好、甚至遭到误解的可悲局面,使自己感到孤独、困惑和无助;另一方面,随着强加给自己的责任越来越大,心理负担也越来越重,感受到的快乐越来越少,更多的却是无力感和愁苦感,甚至觉得自己非常渺小,非常可怜。而为了消除这些不良的感觉,她又选择了进一步加大助人的力度和频度,试图求得心理平衡,结果却是更加迷茫。

我们需要做的,首先是要让唐绵绵明白自己目前的状态,是一种非正常的心理状态。然后,要妥善处理其童年的遗留问题。童年时缺乏父母高度的关切和细密的爱,孩子的自我价值基础往往是不够稳固的——这也是唐绵绵的不幸。但是,我们没有办法改变过去,却可以重新认识过去,正确地构建未来。

重点是要校正她的迷思,改变她的不合理认知:我若不帮助人,就没有人会爱我;我若要使自己有价值,就需得拼命地去帮助他人。要使之认识到:生活的支撑点不能放在外界环境的平台上;同样,自信心,也不能靠在别人的评价和肯定上滋长。相反,你对你自己的喜欢、满意程度,却往往影响着甚至决定着别人对你的态度。一个真正自信、真正独立的人,一个拥有自我价值观的人,他与环境信息的关联度不会很高。那么,外界的评价与反映,也就很难使他情绪波动,心理失衡;他也不会对他人的关注和肯定过于在乎,甚至为此患得患失,忧心忡忡。此外,要鼓励她尝试接受别人的帮助,学会满足自己的需要,给自己以热情的关怀。

同学会狂人的心灵陷阱

【故事】

进入2010年以来,高悬已经是第四次张罗同学会了。每到这个时候,他总是处于亢奋状态,嚷嚷着让手下订最好的酒店、订高档而又有特色的酒席,还吩咐买些好烟、稀罕的水果,甚至连小孩子们的吃食和玩具都考虑到了。看着手下遵照自己的指示忙出忙进,他的脸上掠过一丝别样的得意和满足。因为这个手下不是别人,正是他学生时代无比羡慕和景仰的班长。

高悬的学生时代是灰暗的。人长得大众化,成绩不好不坏,也没有什么其他的特长,属于那种老师叫不上名字、男生堆里找不着、女生眼里不挂号的中不溜秋学生。在那些风光的同学面前,他总是自惭形秽,觉得比他们要矮几个头。他景仰成



绩优异、帅气俊朗的班长，羡慕家境优越、养尊处优的段段，嫉妒篮球打得强的大庄和拉得一手好琴的穆子，甚至眼红调皮捣蛋却总能讨女生喜欢的曹蝈蝈。

他常常远远地看着他们，哀哀地可怜自己。他想如果一辈子就像这样黯淡无光，那该是一件多么可怕的事情。他的妈妈看出了他的心思，对他说，其实如今在社会上混得好的人，不见得是当初在学校出色的。他豁然开朗，然后就找了许多这种人的传记来看，看得原本自卑的心里绽放出了希望之花。他开始盼望早日踏入社会，他想，在那个不一定要靠成绩说话的环境里，他也许能够咸鱼翻身，出人头地，把那些优等生踩在脚下。

但是毕业之后的几年，他的梦想并没有实现。窝在一个小公司里，眼见着身边的人噌噌蹿到中层甚至高层，他却仍然原地踏步，心情沮丧到灰，焦躁到火。回到家里，他常常无端地冲着妈妈大发脾气。在公司，他游离于同事的圈子之外。为了一杯咖啡的事，竟然与一个新聘的小文员大动干戈。

在这样的境况下，他接到了首次同学会的通知。同学会的召集人是段段。段段毕业后做了公务员，因为家庭背景雄厚，本人处事圆通，已经做到了一个部门的副处。同学会前，高悬纠结许久：去，还是不去？去吧，不愿意做段段这样同学的陪衬甚至反衬；不去，也有些不甘。他倒想看看那些在学校神气的人，现在是不是还风光。再说，自己的状况也不是特别差，至少还可以在那些捉襟见肘的同学面前充充胖子。他咬牙买了一身名牌，理了发，磨蹭了半天，对镜照照，觉得还像个人样，这才打车去了聚会的酒店。

同学已经到了不少，在那里热闹地寒暄着。班花刘晶看到衣冠楚楚的他，大声嚷了起来：“哟，这位盛装前来的是谁啊？是那个灰不溜秋的高……什么吗？”大家的视线都投了过来，高悬看到段段只穿着一件普通的T恤，头发也随意得很，忽然觉得自己有些古怪，不知所措起来。有人问他在哪里高就，他说了公司的名字，大家茫然地互相看看，都不知道。于是对他失去了兴趣，扔下他奔热点而去了。

热点还真的不少，有的出了书，有的当了老板，班长已经娶妻生子，那个曹蝈蝈，带了个漂亮的洋妞前来，说是新晋女友，旅游结识的。更让高悬大跌眼镜的是，召集人段段对大家说，他自己仅仅是召集人，这次活动的出资者就是曹蝈蝈，因为他已是××公司的副总裁了。××公司高悬听说过，那是他们公司老总的奋斗目标，万万没想到……看着曹蝈蝈得意的嘴脸，高悬悲愤满腔：凭什么？他凭什么？他们凭什么？

高悬缩到角落里，眼睛酸酸地看着同学们的喧嚣，暗自慨叹着命运的不公。是的，他是希望在学校不行的人现在混得好，但他希望那个人是他自己，而不是这个满嘴跑火车的曹蝈蝈。他想开溜，可聚餐开始了，班长偏偏把他按到了曹蝈蝈的那一桌，坐在曹蝈蝈的正对面。他看到一拨拨的同学去跟曹蝈蝈敬酒，对他表示祝福和感谢。看到班花隔着人头冲曹蝈蝈使劲地抛着媚眼……他想这世界变得越来越



陌生了,越来越不讲道理了。他重重地叹了一口气。曹蝓蝓的眼光逼到了他的脸上:“怎么了老兄?点背不能怨社会哈!”同学们都大笑起来。班长拍了拍他的肩:“别那么蔫不拉几的,白叫了个好名字——利剑高悬!”

他真的坐不住了,那些目光、那些笑声,刺得他身心俱痛。他不知道自己是如何离开的,脑子里只奔腾着一个念头:要雪耻,要雪恨!要发达,要风光!

高悬真的转运了,而且转得突然,他意外地得到了一大笔海外遗产。他听不进父母让他去充电的建议,也听不进朋友让他多做市场调查的劝告,迫不及待地注册了公司,公司设在最气派的写字楼里。当他坐到宽阔的大班台前时,一股自豪感油然而生。他指着墙上挂着的利剑抒发着自己的壮志,引来员工们的阵阵喝彩。他想,他终于有实力、有资格张罗同学会了,他要既召集又出资,高档次高品位,把段段和曹蝓蝓彻底比下去!

这是一次震撼性的同学会,也是一次颠覆性的同学会。男主角由志满意得的曹蝓蝓换成了财大气粗的高悬。他以主人翁的姿态高调地张罗着,接受着同学惊异而艳羡的眼神、接受着男同学的恭维和女同学的赞美,看着那些曾经神气的同学在他的金色光环下黯然失色,他有了一种扬眉吐气的良好感觉。听同学说班长的单位垮掉了,班长到一家物业公司做了保安,他的心欢快地跳动起来,马上拍胸让班长去他的公司做办公室主任。班花刘晶一边欢呼,一边拿眼暖暖地电他,他忽然感受到了一种战栗的快感,但心里恨恨地想:你早做什么了?下次我带个美妞来,气死你!

当然不久就有了下次,还有了下次。他太愿意享受这样的同学会了。他趾高气扬地坐好车携美女前往,最让他得意的是,有班长跟着鞍前马后。同学会上,他居高临下地支使着班长做这做那,无视有些同学不满的目光。他拿班花开涮,说她脸上的褶子可以夹手指了。段段过来打圆场,他奚落道:“哟,副处啊,比妇科(副科)高级哈。”段段的脸色很不好看。曹蝓蝓换了个女朋友,他大声调侃:“怎么样?洋枪不好使吧?还是得用土炮?”有几个同学附和着笑了笑。那女孩当即翻脸,拽了曹蝓蝓就要走。他想,你们也就这点能耐啊,没想到我有今天吧!

第四次同学会的日子临近了。班长来到他的办公室,对他说,很多同学都说来不了。他问为什么,班长欲言又止。他忽而觉得十分的沮丧。对他来说,同学会就是他的大舞台。观众稀少,享受自然会降级。他骂那些不来的同学,狠狠地骂,说他们都是白眼狼,吃了他的喝了他的,还不乐意陪他玩,骂得一肚子的怨气。骂着怨着,他突然有些不安了,甚至有点害怕,害怕同学们真的都不跟他玩了。没有了同学会,他的欢乐哪里去寻?

【解析】

可怜的高悬,掉入自己设置的心灵陷阱里不能自拔。这个陷阱的制造原料是



虚荣,而里面盛装的是与之相生相伴的自卑、狭隘、偏执、攀比、面子观念和嫉妒。正如培根所说:“虚荣的人被智者所轻视,愚者所倾服,阿谀者所崇拜,而为自己的虚荣所奴役。”不惜重金热心操办同学会,看起来是念旧重情的豪爽表现,其实不过是他满足自己的虚荣心、补偿自己曾经的失落(拿他的话来说是雪耻)的手段。

学生时代的高悬很自卑,自觉不自觉地把自己放在一个低人一等、不被自己悦纳、也不受他人重视的位置。但是内心里,他对这样的位置是不平和不甘的,暗暗渴望以后到了社会上能够出人头地。

没想到进入社会以后,他仍然“混得不好”,向往高层,却在底层挣扎。过于强烈的自尊心与实际平平的能力,形成反差和冲突,他的心态难以平和,人际关系紧张,以至于无法融入团队。首次同学会上,他的自尊心备受打击。在那些事业光鲜、爱情美满的同学面前,他觉得自己特别的灰头土脸。无人问津的境遇,让他心生愤懑。餐桌上同学的调侃,更令他如坐针毡。对自己现状的不满、对同学得志的嫉妒、丢失面子的尴尬、初始愿望未能实现的失落,种种情绪纠结在一起,他的心理失衡了。狭隘的心态使之对此耿耿于怀,并小心收藏起“雪耻雪恨”的“雄心”。

这时飞来了救命稻草,一笔海外遗产彻底改变了他的生活。灰头土脸的他变得财大气粗,无人问津的历史被众星捧月的现实所替代。此时的高悬,内心深处的自卑却以另一种面貌出现,那就是虚荣。面对机遇,他首先想到的不是发展事业、提升自己,而是大张旗鼓地操办同学会,捞回面子,炫耀财富,彰显身份,压倒那些让他嫉恨的同学。

在那次的同学会上,他的虚荣心得到了极大的满足。虚荣心就像一只气球,希望越吹越大。既然同学会能够给他无限风光,无穷享受,他对这种形式就产生了某种心理依赖。于是,一而再,再而三地召集,不厌其烦地操办。并且他已不满足于接受赞美,还开始用奚落、羞辱别人等方式来发泄自己的积怨,凸显自己的强大。

被良好感觉膨胀起来的高悬,这时获得的并非真正的自信。看似很有优越感,其实恰是自我价值不足的表现。他知道自己并无多大能力,便选择通过拼命地炫耀求得心理的满足。他非常依赖外界的评价,因此当同学们觉得同学会变味、不想跟他玩时,他顿时觉得自己的价值和自尊无处安放,一直存在的不安全感再次抬头,空虚和怨愤充斥于心。

高悬成为同学会狂人的背后,隐藏着一些深层心理缺陷。自卑是虚荣的始作俑者,只有从自卑的束缚中解脱出来,正确认识自己,才能通过积极进取来弥补自身的不足,而不是靠贪慕虚荣来虚张声势。其实对他来说,满足自己的虚荣犹如以梦幻代替现实,梦中仿佛获得了许多,梦醒后会发现什么都没有得到,反而失去了内心的平静和安然。既然如此,与其疯狂地拥抱梦幻,倒不如利用良好的机遇,扎扎实实地去做一番事业,一点一滴地提升自己,实现真正的人生价值,这样做的同时也就获得了他人心悦诚服的尊重。在这个世界,社会比较永远存在,关键是要把



握好攀比的尺度和方向。

对于首次同学会的“遭遇”，也可以重新认知。如果不是自己心虚自卑，也许并不会“很受伤”。在一个狭隘的心胸里，一点小小的挫折就会撑得心痛不已，揣不起，放不下，不报复不足以平己之愤。而胸怀宽广的人是善于遗忘的。很多时候，遗忘对于自我是一种解脱，也是一种升华。

曝私妇的虚假繁荣

【故事】

带着两个黑眼圈、拖着一身疲惫去上班，唐漫漫无精打采地走进公司，坐到自己的办公桌前。企划部的柳眉走过来，看了她一眼，在她面前立住了：“漫漫，气色不大好啊？不舒服吗？”唐漫漫一怔。柳眉是她的同事，也算是朋友，虽不是那种可以推心置腹的密友，但有些私房话，还是可以说上两句的。

唐漫漫赶紧收拾了一下自己的狼狈，假模假样地打了个哈欠：“没什么，就是晚上太……呵呵，现在有点乏了。”柳眉心领神会地笑了：“你们两人太甜蜜了，小心伤身体哦。”唐漫漫作羞涩抱怨状：“没办法啊，男人嘛，总是很要的。我们家那位，又很high的。”似明似暗的言语间，炫耀着自己男人的床风和床技。柳眉的眼里流露出艳羡，又夹杂有几分失落：“你真是幸福的女人。我们家那位，一个月碰我两次就算烧高香了，还常常是虎头蛇尾的。唉！”

柳眉讪讪地回到她自己的办公室，大概她都有些嫉妒唐漫漫了。而刚刚曝过隐私的唐漫漫，还沉浸在自己的描述里，目光灼灼，仿佛真的接受过丈夫温柔的爱抚，真的有过那样美好的鱼水交欢。而事实上，她与丈夫，已分房半年有余。其间，丈夫没有要过她一次。甚至，也没有认真看过她几眼。她煞有介事向柳眉描绘的，不过是一派虚假繁荣景象。

第二天晚上，丈夫回到家就虎着脸，愤怒仿佛从头发林里往外喷涌。她小心地看了他几眼，心里虚虚的。他们之间，现在已很少语言交流了，沉默是这个家庭的主旋律。生活在同一屋檐下，却如同两个陌生人。丈夫终于把怒目对准了她：“你在外面无中生有地嚼什么舌根？自己过不安稳还弄得人家夫妻不和，很有意思吗？”她愣了一下，马上反应过来。柳眉的老公是她丈夫的同学，大概是柳眉回家后拿她的幸福抱怨老公，她老公就跟丈夫诉苦了。

穿帮了。唐漫漫有些难堪，有些懊恼，心虚但是嘴还硬：“你一个大男人，不作为我不追究，还往你脸上抹金，错了吗？难道我应该对她说，我们跟和尚尼姑没什么两样？”丈夫被噎住了，把手边的杯子啪地摔到地上：“你！人也不能无耻到这种



地步!”

唐漫漫不理睬震怒的丈夫,离开客厅走进属于她的房间,打开电脑,点开常去的网站,无声地笑了。这个发怒的男人,他是只知其一不知其二啊。跟柳眉曝他这么点伪隐私算什么,唐漫漫曝私的地方多了去。网络上,她的幸福更是铺天盖地,艳遇繁花似锦。那一个个她精心或是随意虚构的婚外情的帖子,在一家家论坛被加“精”,被置顶,被无数人呼应。唐漫漫就在那样的热闹里,恣意地“精神裸奔”。

25岁以前,幸运骄傲的唐漫漫,还从来没有品尝过失败的滋味。在她的成长道路上,每一步都刻写着得意和成功。从小学到高中,她的学习成绩并不是很出色,但她一直是学校的文艺骨干,活跃在舞台上,也活跃在许多人的眼球中。她上的大学并非名牌,但她在那所学校里十分受宠。大二就做了学生会主席,还是学校的合唱团团长。大四到一家公司实习,公司那位人人惧怕的女总经理,偏偏对她青睐有加。实习了三个月,就跟她签了聘用合同,使她成为这届同学中第一个落实工作的幸运儿。

成长一帆风顺,唐漫漫对自己的未来充满信心。她觉得,自己没有理由不成功,没有理由不幸福。这个世界,似乎就是因为她的存在,而显得异彩纷呈。

命运的转折点,是她的婚姻。她的丈夫,是她当初一眼就相中的新好男人。而他对她,也是一见钟情。恋爱时,她像个公主,肆无忌惮地在他面前撒娇撒野甚至撒泼,他都由着她、宠着她,一路将她惯进围城。她以为,这辈子就永远这么惬意了,哪怕她狠狠地欺负他,他也会拿她的任性当可爱,狠狠地爱她疼她。殊不知,男人的耐性,一般只在婚前比较好。结婚后,他即使不想从奴隶到将军,也会希望女人迅速成长为大姐姐甚至小母亲,倒过来宠他一下,惯他几分。

偏偏唐漫漫不解风情,理直气壮、理所当然地把恋爱时的做派带入了婚姻。于是,冲突不断,危机出现。之后,他们吵累了打乏了,心也倦了,就由热斗转为了冷战。结婚不到一年,分床分房,夫妻俩成了陌路人。

现实的婚姻,竟长了这样一张不美丽的脸,与她的婚姻理想大相径庭。心高气傲的唐漫漫,无论如何也接受不了这样的现实。她不愿意承认她在婚姻中的挫败,不愿意正视丈夫对她的冷落,千方百计地粉饰太平。对人说丈夫对自己如何如何好,两人如何如何恩爱。哪怕刚刚在家因落寞而流泪,一出门,就把自己扮作温柔乡里的幸福女人。

一开始,这种粉饰仅仅是粉饰,是出于一种不服输、好面子的需要。但渐渐地,她发现在这个过程中,她得到了人们羡慕眼神的滋养,也得到了一种心理补偿。于是,粉饰慢慢升级为曝伪私、刻意营造虚假繁荣。曝私的范围从同事、朋友中扩大到无限的网络空间;曝私的内容也从夫妻之情之性,发展到虚构的婚外的各种艳遇。不论是在夫妻私情,还是在婚外情中,她都是一个让人艳羡的成功女子。

曝私,是一种瘾。每当唐漫漫感到寂寞,或是受到丈夫冷遇、瞻念婚姻前景不