

我掏空自己,她却未走近一步

倾诉人的话

我感激她的独立和清醒,也难忘她给过的帮助,但更遗憾自己用讨好的姿态、依赖的惯性,把那些机会一点点耗尽了。我曾以为掏空自己是爱,如今才明白,爱是两个站稳的人并肩,而不是一个人拽着另一个人踉跄。这段路让我看清了自己,也认清这样的道理:站不稳的人,靠得再近,也只会一起摔倒。

倾诉人:小李,男,24岁,来自河北省,在校大学生。

主持人:莎娜,天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员。

初识与笃定

在交友软件上刷到她的照片那晚,我翻来覆去看了几十遍,心里就一个念头:这姑娘怎么长得正好是我的理想型。我厚着脸皮追了一个多月,每天找话题、发消息、约见面,她终于点了头。

在一起之后,我才慢慢知道,她刚结束了一段父母硬塞给她的恋爱。这段感情拖了两年,虽然男方家里条件确实好,可是个“妈宝男”,她越相处越觉得没劲,最后狠下心分了手。

可分手不代表翻篇,这段经历给她留了挺深的阴影,她自己也说,现在对男女交往本能地犯怵。听她这么说,我不但没打退堂鼓,反而更想好好疼她。

她是护士,天天工作非常忙,我就想,只要我对她好,迟早能让那些旧伤一点一点愈合。后来我拿到了奖学金,偷偷去店里买了一枚金戒指,想给她一个惊喜。可她坚决不收,说自己不是那种爱伸手要东西的人,这么贵重的礼物她受不起,拿了心里不踏实。

这一刻我反而更认定她了——不贪不占,有自己的骨气。我暗下决心,一定要一直守在她身边。

付出与错位

为了让她开心,我几乎把所有心思都拴在她身上。

她工作辛苦,我包里常年装着创可贴、碘伏棉签、止痛药、针线包和花露水,后来连卫生巾和暖宝宝都备着,就怕她哪天临时抓瞎。出去吃饭,我帮她拉椅子、烫碗筷、夹菜,再后来干脆想喂到她嘴里,就想让她尝一尝被捧在手心里的滋味。我还偷偷去学洗头、采耳、美甲,想着她下班回来往沙发上一躺,我就能上手给她放松放松。

可这些到了她那儿,全都打了折扣。她说我活得太细碎,不像个



天津卫视《爱情保卫战》直播现场和情感疗愈团队

男人,她也不需要谁把她当公主供着。每次我忙前忙后,她都一脸不自在,觉得挺丢人。我心里堵得慌,自己把能想到的全做了,怎么她一点暖意都没有?

现在回头想想,她其实早就跟我说过,她想要的是一个能并肩站着的伴侣,而不是一个围着她转的“服务生”。她不是不领情,而是更欣赏有主见、有棱角的男人。只是我当时太沉浸在自己的付出里,根本没听进去。

依赖与反思

我课余做教育培训销售,压力很大,有时一两个月也没一单。我跟她说,想当一阵“全职男友”,天天陪着她、照顾她,等以后结婚了我再拼命挣钱养家。她没直接泼冷水,甚至还愿意接济我。我们开了亲密付,外卖、打车我都刷她的卡,生活用品她也给我下单,平均每个月为我花一两千元。

我当时觉得,肯为对方花钱就是爱最实在的证明,心里还挺踏实,可她的脸色却越来越沉。她说,帮男朋友没问题,但绝不想养一个什么都不想干的人。她最受不了的,是我越来越心安理得地接受她的帮助,却压根没想着往高处走一步。

我这才意识到,她并不是小气,也不是心疼那点钱,而是害怕自己养出一个只会依赖的伴侣。她用这种方式提醒我,感情里可以互相托底,但前提是两个人都在往上走。她的清醒,反而让我看清了自己那段时间的逃避。

比较与隔阂

我一直偷偷跟她前任较劲。她虽然与他分了手,可两边父母关系近,对方总约她吃饭,她爸妈也劝别撕破脸。

她每次和他见面都跟我报备,说一小时就回,可我还是抓心挠肝,觉得分了就该干干净净,凭什么还要见面。我憋不住问她,我跟前任比到底差在哪儿。她倒是很坦率,只回了一句:“他比你帅。”这句话像钉子一样扎进我的骨头里。

后来她学吉他,专门挑了个长相帅气的男老师,说每天看着心情好。我心里更加翻江倒海,觉得她连一句善意的安慰都不愿意给我。但客观地说,她不是故意伤我,她只是不愿违心说假话。她的诚实让我难受,却也让我看清了自己骨子里的不自信。

她弟弟介绍她周末做一次兼职,她赚的钱也全给了她弟弟。我送她生日礼物,后来发现她弟弟也有一件一模一样的,还是她给买的,我心里很不是滋味,觉得自己的心意被分走了一半。旅游时我因迷路又累又热,在酒店忍不住抱怨了几句,她弟弟嫌我事多不肯和我同屋。我立刻认定是她把我的私事告诉了家人,非常生气。现在想想,她重亲情,并非冷落我;那礼物只是顺手买的,那晚的抱怨也只是自己太敏感,把小事放大成“她不重视我”的证据。

最近她工作压力大,第一次在我面前哭着说不想干了。我当时只顾着给她分析利弊,劝她坚持,后来她才告诉我,她根本不需要听大道理,当时只想要一个拥抱。

前些天放暑假,我回河北省老家,她加入了各种社交搭子群,约异性健身、看展,说是想试着重新建立正常的人际关系,也想弄清楚自己为什么始终不入戏。

我理解她是在努力从过去阴影中走出来,可我却感觉,她越走越离我越远。目前我提出让她搬出来同居,说朝夕相处才能磨合,她还在犹豫,更怕父母不同意。我也越来越害怕,怕自己拼命想靠近的人,其实从来没有真正向我走近一步。

《爱情保卫战》节目

播出平台:天津卫视

播出时间:每周三、周四 21 时 20 分

在线观看:万视达 APP、天津卫视微信公众号

扫描二维码

关注《爱情保卫战》官微和情感导师互动



本期主持人莎娜

情感导师 疗愈指南

正方观点

吕洋(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):男方的问题不在“不够爱”,而在“爱错了方向”。他的付出之所以被拒收,是因为他始终没有问过女方真正要什么。一个愿意把全部心思扑在女方身上、把她的需求当成自己日常功课的男人,这份感情的分量是真实的。女方确实成熟,但成熟不是用来挑剔的标尺,而是用来引导的耐心。

男方要做的不是否定自己的深情,而是把这份深情翻译成女方能接受的语言,收起那些细碎的讨好,把精力用来打磨自己的判断力和决断力。男方的爱本身没有错,只是还没学会用男人的方式去爱。

侯轶轩(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):男方身上有被严重低估的东西:诚恳、专注,愿意为女方把自己揉碎了重塑。这些品质,在如今的恋爱关系里,很是难得和稀缺。女方迷恋“雄性力量”和“霸道气场”,但她没看到,真正的力量不只是冷硬和果断,也包括敢于放低姿态去贴近一个人的温度。

男方不需要否定自己的细腻,需要的是给这份细腻加一副骨架。只要他能从“围着她转”切换到“领着她走”,把这份专注转移到自我成长上,完全可以成为女方真正想要的那种伴侣。男方不是不够好,而是把“好”当成了唯一筹码,却忘了女人爱上一个人,首先是因为那个人本身值得“仰望”。

反方观点

雷明(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):男方的付出本质上是一种“情感贷款”,他拼命往里砸,心里算的是将来连本带利收回来。这不是爱,是交易。他掏空自己不是出于慷慨,而是出于恐惧,怕自己除了“对她好”之外,拿不出任何值得女方留下的东西。女方之所以越来越冷淡,是因为她早就看穿了这一点:一个连自己都站不稳的人,对谁都是负担。她接济他、陪着他、给他机会,已经仁至义尽。

女方唯一做错的事,就是把这段关系拖了太久,她不需要等男方“长大”,因为一个成年人本该自己先学会成熟再谈恋爱。

瞿玮(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):女方最大的问题是用优柔寡断消耗青春。实际上,她清醒知道男方并非良配,她欣赏有棱角的男人,而男方只有圆润讨好。但她的“懂事”和“不忍”,让她一次次妥协,给男方错觉,也折磨自己。男方只用“对她好”掩盖其他方面的虚弱,关系早已失衡。

女方真正需要的不是改造“男仆”,而是寻找“战友”。既然男方给不了“同频共振”,就应该当机立断,划清边界。因此,女方只有果断舍弃错的人,才有机会真正迎接能并肩前行的成熟伴侣。