

男友的前女友,成了我挥之不去的阴影

恋爱以后,
我不断打听他的过去

和晓光恋爱以前,我曾是非常自信的女孩。可是因为害怕失去他,我现在正变成自己都很讨厌的样子。

我和晓光是2019年底确定恋爱关系的,在最初的一段时间里,我相信自己就是他爱情故事里的女主角。可是后来,我也不知道为什么,晓光和前女友的恋爱经历成了我最关注的事。而且知道得越多,我越觉得自己的角色并没有很特别。

晓光和前女友是大学同学,因为两人都是独生子女,而且女方家和咸宁距离非常远,所以他们在恋爱时就很洒脱地提出,大学期间只单纯地谈恋爱,到了毕业就分手。说实话,他们的这个约定让我非常嫉妒,因为换作我的话,大概没有勇气做出这样的决定。可能也正是因为这样,那个女孩在晓光心中占据了一个很特殊的位置。

晓光和前女友恋爱期间,具体的经历我没有了解到太多,只知道两人都曾省吃俭用送过对方比较贵重的礼物。比如晓光现在虽然早已没用,但保存得很好的一部手机,据说就是前女友送给他的生日礼物。我曾开玩笑,说要把这部手机拿去卖给收废品的,看看现在还能值多少钱,晓光虽然没有说什么,但是从他沉默的态度中我能感受到,他不喜欢我开这种玩笑。

当然,晓光和前女友之间也有矛盾。据晓光自己说,前女友在和他恋爱之前,还曾谈过两次恋爱,他们之间也曾因为前任的问题而吵架。有一次,晓光无意中发现前女友在微博上和一个人互相关注了,而且那人只关注了她一个人,便问前女友这人是谁。前女友大方承认,这是她的上一任男友,让晓光心里好一阵子都不痛快。还有一次,晓光有一整天时间突然联系不上前女友,事后才知道,前女友是陪上一任男友过生日去了。而前女友的解释是,因为知道晓光肯定会反对,所以只能“先斩后奏”。

每次听晓光说他和前女友之间这些矛盾时,我心情都很复杂。一方面,我很高兴听到晓光说那个女孩的不好,并暗中用自己做比较,提醒自己不要犯同样的错误;另一方面,我很不喜欢晓光在说到前女友时,仍然会有情绪上的波动,在我看来似乎是对前女友余情未了的表现。

据晓光说,他和前女友毕业后各自回了家乡,维持了大约三个月的异地恋。然后有一次因为沟通上的问题,两人在通电话时吵了起来,并就此分手。

讲述您的故事
倾听您的心声

记者电话:
13886544991



爱情会让人盲目,也会让人变得脆弱,这一点在乐思身上表现得十分明显。自从和男朋友恋爱以来,因为十分介意男朋友和前任女友的种种联系,她发现自己变得越来越不像自己。尤其近期男朋友将不可避免和前任女友见面,她一想到这件事就受不了,总觉得到时候一定会发生些什么。



倾诉:乐思
性别:女
年龄:24岁
职业:公司职员
采写:记者郭蓉
时间:1月9日

他的生活,总能发现前任的痕迹

所有关于晓光和前女友之间的往事,都是我一点一点从晓光那里问出来的。尽管他一再向我强调,他和前女友再也没有半点可能,但我总是觉得自己并不“安全”,而且总能发现他前女友留下的痕迹。

去年夏天,我无意中在他手机上发现,他朋友圈里还保留着大量和前女友有关的内容,只不过都隐藏起来了,所以我以前没看到。我的第一反应是生气,为什么和我恋爱都半年多了,朋友圈里还留着这么多和前女友相关的内容?不过我当时的做法有些不理智,我没有直接告诉他我生气的理由,而是和他打起“冷战”,一连好多天都不理他。他耐心地跟我沟通,在不知道自己什么地方做错的情况下,一直在哄我开心。当我最终消了气并告诉他原因后,他马上保证会把那些朋友圈删掉。

本来这件事就算过去了,但是一个多月后,我再次翻看他的手机,却发现他朋友圈里还有两条关于前女友的内容没有删掉,这让我很不高兴。他解释说,因为那两条朋友圈只有文字,所以一时疏忽漏掉了,而且他强调,像他那么懒的人,为了让我开心一条一条去删以

前的朋友圈,已经足够证明他的诚意了。

虽然最后我没再和晓光计较,但是忍不住想,没错,他确实是一个很懒的人,可是当初为了保留关于前女友的那些朋友圈,他可是一点都不嫌麻烦,一条一条去设置隐藏。至少从这一点上来看,他对前女友也付出了和对对我一样的诚意吧?

还有一次,我在晓光的衣橱里发现有一套贴身睡衣用密封袋装着,凭直觉判断他肯定不会做这种事,便问他这套睡衣是哪来的。他起初说是家里人买给他的,可是我能看出那套睡衣并不是市面上常见的面料和款式,他只得承认,是当初和前女友异地恋的时候,对方自己动手剪裁缝制寄给他的。

我问晓光,为什么要骗我?他说,他是不想让我不高兴。我又问他,难道骗我就会高兴吗?他又说,他是怕我逼他把这套睡衣丢掉,觉得好好的衣服就这样丢掉了怪可惜的。虽然我确实很想让他这么做,但我最终还是忍住了。

类似的情况虽然不是太多,而且根据我的判断,自从晓光和我恋爱以后,应该和前任女友没有什么交集,但是总能触碰到我敏感的神经。

一场婚礼,
让我陷入巨大的困境

最近这段时间,我陷入到一个巨大的困境当中,那就是今年的某个时候晓光将会再次和前女友相见,这让我寝食难安。

具体的情况是,我不久前在晓光的手机上注意到,他有两个从大学时期恋爱到现在的同学计划在明年今年结婚,并在同学群里公布了这一喜讯,他们的同学群一下又变得热闹起来,其中晓光和前女友都在里面说了不少话。那两个要结婚的同学计划在明年夏天举行婚礼,热情邀请大家前去观礼。虽然具体的日期还不确定,但从聊天记录来看,可以确定的是晓光的前女友一定会去。而晓光也在群里明确表示,要趁这个机会和同学们聚一聚。

自从看到这些消息,我整个人都感觉不好了。我脑海里总是会出现这样一种场景:晓光和前女友久别重逢,两人有说有笑,甚至可能旧情复燃。我该阻止晓光去参加同学的婚礼吗?还是说我应该以女朋友的身份陪晓光出席,以便时刻“监督”他?这些问题我想得头昏脑胀,也想不出一个确定的答案。

因为总是在担心晓光和前女友见面后会发生点什么,有时候我明明知道自己的行为不对,但仍然控制不了自己。

比如有一次,我在晓光同学群的聊天记录里看到,他前女友向大家打听一件事,晓光给出了答案,我顿时就受不了了。我质问晓光,为什么要那么热心回答前女友的问题,但是又听不进他的解释。

还有一次,晓光的一个同学在群里提议,到时候谁都不许带现在的男朋友或女朋友去参加婚礼,晓光对此一句反对的话都没说。我忍不住又和晓光对质,问他为什么不反对这一提议?

类似的情况,在我和晓光之间引发了一次又一次的争吵。晓光向我保证,他到时候去参加婚礼,顶多只会和前女友礼貌性地打个招呼,绝不会找对方聊天什么的,可我就是放心不下。晓光又开导我,说同学的婚礼至少还有半年时间,谁也说不准半年后会有什么变化,也许到时候他前女友根本就没时间去参加,让我不要为还没有发生的事情自寻烦恼,可是我没办法做到不去想。

现在关于晓光有可能和前女友见面的事,就像一根刺一样扎在我心里。我知道这是一种“疑心病”,也知道这样显得有些神经质,可我不知道该怎么化解这种负面的想象。我到底该怎么做,才能治好这“疑心病”?

(文中人物为化名)

记者手记

信任多一点,疑心少一点

爱情无疑是宝贵的,而这份宝贵往往会放大失去它会带来的痛苦,甚至让“有可能失去它”这一风险都变得让人无法接受,于是“疑心病”就这么产生了。

一旦患上“疑心病”,单纯从自我内心寻找“药方”通常很难奏效。因

为反过来说,自我内心如果存在这种“药方”,那么“疑心病”就不会产生。这种情况下,就需要从外部寻找克服心病的力量。

这种力量,名叫信任。之所以说要从小外部寻找,那是因为对于恋爱中患上“疑心病”的人来说,需要从另一

半身上找到建立信任的基础。更直白地说,是通过总结另一半的言行,来判断另一半是否“靠谱”。只有通过强化另一半很“靠谱”这一认知的方式,才能一定程度上缓解“疑心病”所带来的焦虑感。当信任越来越多,疑心自然就会越来越少。