

离婚了 我却怎么也忘不掉他

和前夫恋爱两年结婚，婚后七年，去年离婚。到现在已十年了，22岁到32岁，如冰付出了一个女人最美好的十年青春。

我们是做服装生意的，刚结婚时，我们的条件很差，住在一个租来的10平方的小房子里，连厕所都是公用的，就这样我们白手起家，进货、批发、零售，一年到头没有休息，白天黑夜地吃了许多辛苦，为了生意我们一直没有要小孩。我很爱他，那时他也对我很好，很在乎我，时时都能想到我，哪怕赶夜车去进货，第二天早上他都不会忘记提醒我吃早饭，如果进到一批价廉物美的衣服，他会第一时间像个孩子似的高兴地给我打电话，让我分享他的快乐。那时的我特别幸福。

后来我们经济条件好了，有车有房，衣食无忧，生活却发生了变化，他不再是以前那个对我一心一意的他，他有了出轨的行

为，那个女人只是把他当作一个不断掏钱的傻瓜，而他却心甘情愿地被迷惑着，喜欢她，疼爱她，养着她。

他感情上背叛了我，但他并不想离开我。我尽力尝试原谅他，给他机会。婚姻的最后一年，我们就一直在打冷战，在外人眼睛里，我们还是一对好夫妻，可我心里的累、苦有谁能知道？他嘴上说要和我好好过日子，可后来还是被我发现他们仍然暗中来往。我无法继续忍受下去了，离婚是我提出来的，在我的坚持下，我们分开了。搬家时我什么都没有要，车子、房子，对我来说已经不重要了，我爱的人都不在了，别的都无所谓了。

刚离婚那会，整夜整夜睡不着，头很痛

很痛，满眼满脑都是他的样子，都是我们婚姻的幸福时光，都是他疼爱我的点点滴滴。林林总总，一幕一幕，在我的记忆中无比清晰。时间一点点流逝，可我却越来越无法忘记他，平时生意忙时还好，等一个人空闲下来无事可做的时候，就会不由自主地想到他，我的心就会像针扎一样的疼！

两年了，我不知道自己想要什么？我发了疯似的工作，我把生意做得很红火，可我仍然没有办法从他的阴影中走出来，去尝试接触新的朋友。生意伙伴中有个男士对我挺有意思的，他也是单身，在不少事情上对我帮助挺大的，但是很无奈，我没有一点感觉。

如冰 口述 爱周刊记者 周敏 整理



主持人:欧阳玉

“南京离婚俱乐部”女掌门
你的心事,有我用心倾听。

QQ: 1064234265
邮箱: oyxgxyt@163.com
心灵热线:
13770661860
(9:00-22:00)

有多少爱 可以重来？

春去春会来，花谢花会再开，结束一段痛苦的婚姻，成全两个重获自由的人。经历风雨，走出围城，用心领会爱的真谛！

讲述特殊的心路历程
分享生活中的点滴感悟
交流不知所措的心灵困惑
结交志趣相投的良师益友
欢迎与我们亲密互动！

QQ群: 38542788

飞信群: 9137804

互动网址:

love.dsqq.cn——离婚者俱乐部

每周二下午1:00-5:00

15950588188

欧阳工作室心理咨询热线为您开通！

欧阳手记

想起了那对相濡以沫的老夫妻

冬日的一天中午，我在新街口刘长兴面馆吃饭，有一对老夫妻，已经很老了，颤巍巍地相互搀扶着坐定，叫了一碗三鲜面，老两口你一口我一口，老太太还不时地吹一吹面条的热气，再送到先生的嘴里。一碗平常的面条，他们吃得如此滋润，满脸洋溢着幸福的感觉。一时间，一股暖流涌上心头，我的眼睛不禁湿润了。

执子之手，与子携老。这是人人都向往的美好爱情吧，可在现实中，男人发达之后抛弃了自己的结发妻子这样的事却屡见不鲜。我想起电影《画皮》，表面上的人妖恋说白了就是一个男人面对黄脸

婆与狐狸精的故事。是啊，狐狸精年轻貌美，有心计，有手段。她温柔，可人，懂得讨好男人；你渴了，她会端来事先冷好的水；你累了，她会拿捏按摩。她不会用生活琐事来烦你，和她在一起是快乐、甜蜜、幸福的。而黄脸婆与你共同奋斗，接受生活的风吹雨打，她会跟你说东家长西家短，会指责，会抱怨，心情不好时，她还会跟你吵架，向你发脾气，因为她觉得你是她的男人，应该承受这一切。

举案齐眉，相濡以沫的道理人人都懂，但生活中却总有那么多如冰那样无奈而又可叹的故事在上演……哎！

——欧阳玉

专家点评

法律上离婚后 感情上也要离婚

健心网首席心理咨询师 曹军瑞

如冰是因为前夫情感背叛，导致自己内心严重失衡，于是她采取的措施是离婚，以期达到内心平衡的结果，可能也有让对方体验被抛弃的痛苦的意图。然而，如冰在法律上离了婚，但在感情上并没有“离婚”，导致她现在内心痛苦，“整夜整夜睡不着”。

有专业人士经过6年的跟踪调查发现，离婚后一般要经历两个阶段。许多人在离婚后的第一年比刚离婚时更为压抑，他们会觉得没有希望和失去勇气。这是第一阶段，常常在离婚后2年左右出现明显的恢复。如冰今后必然还要面对

再婚问题，这是离婚后的第二阶段。多数人在得到较好的恢复后，可以重新开始寻找新的爱情和婚姻。

而如冰目前的局面则是虽然法律上离婚了，但还忘不了过去的爱人。这自然导致无法重新开始，无法接受新的恋情，从而无路可走。问题解决的关键是更新我们原有的观念——“自己这辈子不会离婚的，自己的家庭是幸福的”，正确面对离婚的现实，同时坚定一个信念：离婚了，是因为她（他）不符合我的要求。由于我有了更多的经验和社会阅历，所以我今后的生活一定会更好！

网友点评

忘记不了 是因为时间还不够长

如冰的经历在QQ群里交流后，网友们七嘴八舌地表达观点，为如冰支招。

网友“小优”：人的心就像一个瓶子，如果里面装满了水，那么就装不下其它东西了。要自己多走出来，结识些新朋友，多接触新的事物，瓶子里多了新东西，旧东西自然就出去了。

网友“爱自己”：时间是最好的良药，能治愈一切伤口。一个人忘记不了另一个人，是因为时间还不够长。

网友“西西公主”：夫妻还是原配的好，如果他还没有跟那个女的结婚，而你确实忘不了他的话，还是试试再给他机会吧。也不要为了争一口气就死扛着了。

网友“开心”：我们找的爱人是能一生一世相伴的人，但不是能共患难的夫妻就能共富贵，如果一个男人能在艰苦中和你一起度过，却在发达后出轨，说明这个男人无法依靠，这样的人不值得留恋。

网友“一一”：要找心灵寄托吧，让自己忙起来，想一想自己还有什么梦想、什么心愿没有完成，把更多的时间花在这个上面就好了。这样，就算将来遇不到合适的，自己也不会孤单。

非典型观点

读者“一路有你”在QQ上诉说他的苦恼：我跟前妻是大学同学，可最终还是离婚了。就是这个月的事。说实话我还常常回想那些快乐的时光，怀念和前妻恋爱时的浪漫情景，所以离婚了，我还希望能多多少少跟她能保持点联系。可她却说：离婚了就别再来找我。

分手的夫妻， 还能做朋友吗？

梦幻紫雪：
不相关的两个人了，还做什么朋友啊，没必要了……

许愿树的爸爸：
我和前妻就是很好的朋友，其实有时候两个人做夫妻不合适，做朋友却很好。

西祠会计师王秀芝：
还当什么朋友！我前夫连孩子的抚养费都不及时给，每次向他都要像仇人似的，不打起来就算不错了！

憨匪先生：
除非是初恋，两个人有很深很深的情谊，否则不可能……

sonron：
很难……有些事情是挥之不去的
德厚祥78：
一开始可能会吧，时间长了也就淡了，最多只是熟悉的陌生人了。

来我家吃饭：
如果还可以做朋友，就已经证明你们已经彻底不再相爱了。

☆★薇薇★☆：
离婚后，能做朋友的倒是真不多，至少我很少给前夫打电话，女人都是很小气的，他的现任女友肯定会比较介意这样的事情，所以不想给他找麻烦，就这样彼此祝福就好了。

莲依荷叶叶依莲：
离都离了，为什么还牵牵绊绊，啰嗦！

技工1971：
妒忌是人后天的本性之一，谁能接受当初卿卿我我的另一半和别人的人在一起？男女之间有纯洁的友谊吗？你的老婆或老公和异性在一起，你会放心？不怕戴一顶那啥颜色的帽子？

如果您有理不清的困惑，想不通的问题，也欢迎您与我们沟通！

您可以登录love.dsqq.cn——《离婚者俱乐部》，在版里发帖交流。您也可以将自己的情感困惑、心灵感悟、生活体会在版内发帖，您将有机会面对面与专家分析交流，为您解答疑惑。

现代红娘·离婚俱乐部

平安夜的欢乐舞会

12月24日是平安夜，在这个欢乐日子里，“现代红娘”为离异单身的会员朋友举办了“现代快报·现代红娘之夜”的平安夜欢乐舞会，大家结伴抱团过节！

本次舞会安排在珠江路的同仁舞厅举办，八点半开始的舞会，七点多就有积极的会员朋友来参加了。活动的内容丰富多彩：抽奖环节产生了30位幸运儿，抽中大奖微波炉餐具套装的朋友高兴得不拢嘴。

舞会一直持续到第二天凌晨一点，在激情的音乐和圣诞老人的派奖活动中结束了。大家玩得非常开心，相约下次再聚！

请你来参加 迎新年交友联谊活动

2009年即将过去，新的一年即将到来。新年之际，现代红娘将举办

迎新年交友联谊活动，欢迎大家踊跃参与！

请欲参加者登录love.dsqq.cn——《离婚者俱乐部》，在活动专帖中跟贴报名。亦可拨打热线96060登记预报名。



缘来聊斋

我的心愿说给你们听

现代红娘离婚俱乐部的沙龙交流活动已举办了八期，参与的会员越来越多，会员王先生说，他是被朋友拖来的，以前他曾参加过许多其他社会中介机构组织的活动，一般的活动已很难吸引他了。没料想参加一次后发现这种沙龙活动的形式很活泼，内容也很丰富多彩，感觉很有意思，就像上了瘾一样，现在是每次必到了。朱先生是个公务员，刚开始来参加还有点放不开，每次都躲在角落里闷声不响，但后来他越来越被现场的气氛所吸引，逐渐“胆大”起来，现在每次活动他几乎成为全场最活跃的。

沙龙活动中最受欢迎的当数心理交流活动，一些离异朋友有很多烦恼不好意思和亲朋好友说，来到这里与我们邀请来的心理老师进行面对面的交流，可以没有顾虑地畅所欲言，心理老师进行有针对性的解答，往往一语惊醒梦中人，当事人感到受益匪浅，“我的心愿愿说给你们听”，有了心思来沙龙聊聊也成了许多人的习惯。上一位外地的单身朋友看到著名心理咨询师陶增耀老师将来沙龙现场与大家交流的消息后，驱车百余里，当晚8时许才赶到与陶老师见面，将他婚姻中遇到的问题请教了陶老师，两人谈了一个多小时，谈完后，他如释重负，说：“困扰我好久的难题终于找到了解决的方法，谢谢你们！”