



人间烟火,最盼同心相伴;岁月漫长,只愿有人同行。为搭建高效、温馨的婚恋交友平台,十堰晚报红娘栏目推出“秦男楚女”专属版块。在这里,我们为单身人士提供贴心牵线指引,助力大家结识怀揣真诚婚恋憧憬的异性伴侣。愿每一位期待爱情的单身男女,都能邂逅爱情,不负真心、不负期待。

■记者 杨天娇



晚报红娘
客服微信号

经历感情内耗 他期待有边界的恋爱

情感故事

初见周凯,是在北京路一间安静的茶室。他身着浅灰色短袖,谈吐沉稳、不急不躁,眼神平和沉静。今年33岁的周凯,从事项目管理工作多年,常年统筹协调各方资源、把控项目进度节点,练就了一身拿捏分寸的本事,却在感情里因为“边界感”留下了遗憾。

谈及印象最深的一段恋情,周凯颇有感触。五年前,亲友为他介绍了一位年纪比他小好几岁的女生。对方性格活泼开朗,让他心生好感,两人很快确定恋爱关系。“起初觉得她很黏人,特别可爱,每天早晚视频报备,消息及时回复,出行、社交都主动告知。”周凯回忆道,那时的他误以为,这是对方在乎自己的表现,便全盘接纳、毫无保留。

可度过热恋期后,这份“在乎”逐渐变了味。女友频繁翻看他的手机通讯录、聊天记录,只要看到异性相关信息,便反复追问、心生猜忌。面对频繁的盘问,周凯虽心生不耐,却始终被“爱才会在意”的想法说服,一再包容退让。

周凯的私人空间被不断挤压,倍感窒息;女友却始终缺乏安全感,认为他有所保留、不够坦诚。二人的争执愈发频繁,从一周一次演变为每日数次。他试图理性沟通,却被曲解为“不爱了”;他渴望独处空间,又被质疑为心中有鬼。“那一刻我才明白,这段关系是病态的。她用控制填补不安,我用沉默逃避矛盾,两个人都身心俱疲。”周凯坦言。

交往一年半后,周凯主动提出分手。面对女友“是否另有所爱”的质问,他坦言,自己只是想要一段正常的恋爱,有信任、有空间、有呼吸感。

分手后的很长一段时间,周凯不断复盘反思,厘清自己真正向往的爱情模样。他意识到,二人的矛盾根源,除了相处模式失衡,也源于年龄阅历与生活节奏的差异。彼时的女方,向往时刻陪伴、热烈直白的爱意;而早已褪去青涩的他,更偏爱成熟松弛、互不内耗的相处模式。

三年单身时光里,周凯没有仓促开启新恋情。看着身边亲友恋爱成家、烟火相伴,他慢慢读懂了爱情的真谛:爱从不是占有与捆绑,而是在亲密与独立之间,守住恰到好处的边界。

上个月,周凯主动联系十堰晚报红娘,坦诚诉说了自己的择偶诉求:不追求轰轰烈烈的浪漫,只期盼一段彼此尊重、双向包容、张弛有度的长久陪伴。

人物名片



姓名:周凯(化名) 年龄:33岁
职业:项目经理 身高:178cm
所在地:十堰城区 婚姻状况:未婚
择偶关键词:年纪相仿、懂得分寸、尊重彼此、有独立空间



婚恋观访谈

记者:上一段感情带给你最大的感悟是什么?

周凯:我最大的感悟就是,缺失边界感的爱,到头来只会造成伤害。以前我不懂得拒绝,总觉得爱一个人,就要无条件满足对方的全部要求。可我的一再退让,并没有换来她的安心,反倒助长了她的控制欲。感情就像一根橡皮筋,拉扯到极限,终究会断裂。现在我想清楚了,我向往的感情,是两个人都保有清晰的边界,遇事可以沟通商量,但不必强行融为一体。除此之外我也体会到,年龄相近、所处人生阶段同步十分关键,这样两个人对亲密关系的理解与期待,才能够同频。

记者:在你看来,感情中什么样的行为属于“越界”?

周凯:比如未经允许翻看手机、要求断绝正常社交、用情绪绑架逼迫对方顺从自己……这些行为的本质,是把伴侣当成了个人附属品,而非独立的个体。再好的亲密关系,也需要保留专属的心理空间,即便是朝夕相伴的爱人,也不能随意越界闯入。

记者:建立边界感,需要双方怎么配合?

周凯:不能单方面要求对方完全按照自己的方式来爱,也不能拿自己的标准,去评判对方的付出。举个例子,我习惯靠独处给自己充电,而对方更看重陪伴交流,这种情况就可以互相商量,找到折中办法:工作日各自专注自己的生活,周末专门留出半天时间陪伴对方。还有很关键的一点,边界感和爱意并不是对立的。当一个人提出“我需要一点属于自己的时间”,并不代表不爱了。恰恰相反,先守住自身的独立,才能在感情当中输出更有质量的爱。

亲友眼中的他

在同事与朋友眼中,周凯是一个界限分明却又待人温和的人。工作上的他思路清晰、执行力突出,善于拿捏各项事务的分寸。团队伙伴评价,和周凯共事最舒服的地方,就是“他清楚什么该管、什么不该管,跟他合作很有安全感”。

生活里的周凯为人低调随和,有着自己固定的生活节奏:每周坚持健身,每月读完两本书,每年安排一次长途旅行。他懂得体谅他人感受,也不会的人际交往当中过度索取情绪价值。

想找的她

经过几年沉淀,周凯的择偶标准也愈发清晰:希望对方年龄和自己的年龄差距控制在3岁以内,未婚或短婚未育均可。之所以明确年龄条件,源于他切身的情感体会——年龄相近,往往代表所处人生阶段相似、生活节奏契合,彼此更容易沟通共情、达成共识。

性格上,他期待对方独立却不强势,温柔而不过分黏人;最为看重的是懂得人际交往的分寸,拥有属于自己的爱好与社交圈,不会把全部人生依附在感情之上。

周凯不再向往“你中有我、我中有你”、完全融为一体的极致爱情。他心中理想的相处模式,更像两棵并肩生长的树:根系在地下紧紧相依,枝叶于高空遥遥相望,各自却拥有专属的土壤与天空。

“我想找一个可以结伴同行的人,而不是要时刻拴在身边的人。”他笑着说道,眼里带着期许,“我们可以同在一个屋檐下,各自安静读书;也可以在周末傍晚,牵手出门吃一碗面。她可以坦然表达自己的想法,我也能够说出‘我需要一点独处时间’。这份拥有弹性的关系,才是我期盼的往后余生。”

经历过往感情的迷茫,学会把握亲密边界的周凯,怀揣成熟温柔的内心,静待一位亲密有间、爱而有度的有缘人。如果你也认同,最好的爱情是成全彼此成为更好的自己,不妨走近他,一同探讨边界感与爱的相处之道。

(图片由AI生成)