

问题：我应该继续和这样的男朋友在一起吗？

题目描述：很诚恳地提一个问题，希望得到解答。如题，我应该继续和这样的男朋友在一起吗？

现状：男朋友一直坚定地选择我，但我觉得两人不太合适。

背景：我和男朋友 2020 年认识，半年后他第一次表白，我婉拒，理由是性格不合。期间他以朋友身份偶尔联系我，聊聊近期的心得、就一些问题进行探讨。再过了一年多，今年 4 月他第二次表白，我们约定相处一段时间，看看两人是否合适。

以下是我的主观描述和感受：他是一个十分有趣的人，学历高工作稳定，善良、诚实、宽厚，非常尊重别人。由于专心学业和工作，也相对内敛，他一直没有谈过恋爱。我们两家的家境类似，不同的是我的成长环境充满爱和温馨，爸妈关系好。他父母关系一般。另外他是南方人我是北方人。

【我们俩能做无话不谈的好朋友，可为什么我觉得不太合适呢】：我们在一起的 2 个月里，我觉得各方面为他细致考虑，但他好像没有为我考虑的意识。另一方面，我自己喜欢请客，花钱不太计较。但他用钱很谨慎，也不会主动给我送小礼物等。诚然，同一件事情不同角度看，可能会有不同结论。这些表现长期看不一定是坏事，但这些迹象常常让我觉得他不够珍惜我。我也多次和他交流过这方面的疑虑，他很坦诚并感到抱歉。逐渐地，我能感受到他的变化，但较微弱。我觉得他还没有达到我心目中的成熟程度，我也希望自己把时间花在更有用的地方。

我想问的是：我应该继续和他在一起吗？我的疑虑，真的应当成为我放弃这段关系的理由吗？

爱与不爱，其实是看对方的人生追求值不值得你牺牲。

不是看对方对你好不好。

这关系是这样的——如果对方的事业是野心勃勃的要扩展人的知识、改善人类的生活或者国家的安全之类，而且是真诚的，那么这人自然会在意这些任务的需求细节，会练出观察力来，

加上真诚的追求这些事业本来就是出自非常积极的价值观，自然而然也会对身边人有体贴之意。

说句坦率话——亲密关系天生注定是要毫无保障地牺牲的。

不错，这里面当然会有甜蜜的地方，有温馨的地方，但还是躲不过那些毫无保障只能冒险牺牲的地方。

而且在后者面前，前面的这些甜蜜、温馨都微不足道。

也不用感到纠结害怕，因为恰恰是这些冒险和牺牲才是感情里最核心、最有价值、最享受的部分。

“辛辛苦苦给 ta 做牛做马，结果钱没赚到还对我不好”。

“做牛做马感”是绝对避不开的，“对我不好感”也是绝对避不开的，“钱没赚到感”也是大概率事件。

换句话说，“辛辛苦苦给 ta 做牛做马，结果钱没赚到还对我不好”是必然会出现的感觉，而且会长期反复的浮现，每一次都会是致命的折磨。

真正的救赎，是“我不是为一个自私自利、只是为了自己而活的人牺牲”。

我牺牲的东西，通过这个人自己的人生追求而对很多其他的人有益。这个才是能屡屡把你从亏损感、枯竭感、沮丧感里捞出来的真正屏障。

反正都要冒险牺牲，不如赌在这样的人身上。如果的确没有得到个人的回报，你好歹可以自言自语——“相对论 / 003 / 社会治安 / 粮食安全 / 农村教育 ……里有我一份真正的功劳”。

有这个东西打底，你常会令人意外的不沮丧、不枯竭。

出人意料的不沮丧、不枯竭，不是指你完全不沮丧、不枯竭，而是指原本对方自己都沮丧到100分了，自己都觉得你必然至少沮丧到120分，在家提心吊胆连气都不敢出，结果发现你的沮丧只有80分。

ta自己都觉得自己枯竭了，以为你肯定也该枯竭了，结果意外发现你的水龙头还有水在滴。

凡在危难之中经历过这种刚毅的，没一个舍得离开这刚毅的源泉。

这种令人意外的不沮丧、不枯竭，会始终会成为彼此感情里的定海神针，在对方自己都痛苦绝望的时候给对方极大的安慰和信心。

这东西是对方在激烈竞争中最大的优势之一。

同样抗压力，对方失眠还要在家里吵架闹离婚，你家只失眠，不吵架不离婚还可以得安慰得信心。自然你家赢面大。

是这个安慰使得对方知道你的价值，永远在意你的存在——而不是对方的性欲冲动、婚育压力这类转瞬即逝的东西。

而恰好对称的——要维持这种刚毅的表现，靠“ta 毕竟对我很好/好过”“这是女人的本分”这种心态去撑是撑不住的。

因为这种“恩情”“交情”的可替代性很强，效力也有限，你凭借这个忍受牺牲，忍不了三天就会意识到“别人对我也挺好，ta 也没好到哪里去”。ta 给过你 1000，另一个人可以给你 1200，何况 1000 也不是永远花不完。何况你要做的很多决定都是命运的豪赌，哪里是几千几万能摆平的？

不管是 1000，还是 1200，其实都配不上你的牺牲和风险。通过所谓婚前的大方来赌婚后的恩爱，其实是几乎没有可靠性的。

至于“女人的本分”，难道女人就不是人？这想法在几十年前作为默认信仰还是有力的，但现在已经没有能力支撑了。

只有意识到自己的牺牲即使没有换到任何个人利益，也会通过对方的努力换到某种公共利益，无论如何不会毫无意义，可以撑住你的刚毅，提供出人意料的不沮丧、不枯竭。

天道乐善，顺天即乐善。

顺天者昌，这人自然不至于匮乏。

乐善而不匮乏，自然有意愿也有更大的概率给你 你想要的安全。

你为这样的人服务和牺牲，自己本身就是顺天而行，上面这一连串的由刚毅而生依靠，由依靠而生出色、由出色而成功、由成功而生保障的机制，只是顺天者昌的自然路径。这条路的后半段要看概率，但是“由刚毅而生依靠”这一步却在你的手里。

总而言之，关系值不值得继续，不是看对方有多少钱、谈恋爱大不大方、会不会殷情小意，而是看对方选择的事业是什么，为什么要选这个事业，谈起它是不是眼里有光，以及为这么热爱的事业做了哪些真诚的努力。

是这个人值不值得成为你牺牲的理由。

三人同心

<https://www.zhihu.com/answer/2403793659>

最高效的找对象途径是什么？

<https://www.zhihu.com/answer/2206624921>

编辑于 2022-06-28

<https://www.zhihu.com/answer/2548225605>

评论区：

Q: 通篇读完，只想说一句：是英雄才能识英雄。

会陷入这种纠结、做出这种牺牲、成全这种感情的女人，请别忘了：她本身也是个英雄。

这种人就算换个普通人来谈恋爱，她大概率也是要另一半为她这么牺牲的。

Q: 老师阐述了很多关于爱的内容，我却依旧不太明白什么是爱情，或者说更困惑了。

爱是恒久忍耐，不思恶，永不止息。

而情这个东西，往往是许多情绪混杂而成，并且与超出寻常的贪欲有直接的联系。

对待喜欢的人，我们要爱胜于情。对对方，在一起时要努力地增益 ta，同时做好一旦自己成为对方的阻碍，便要能坚定离去的心理建设。对自己，要时时刻刻压制贪欲以免造成对方的困扰与不便。为了永远保有较为轻松地转身离去的能力，尽可能降低内心对缠绵缱绻的渴望。

这些内容在执行的时候，会令人下意识地避免建立更深的 attachment。这份爱虽是由情而生，到最后却变成了为爱断情，弃绝小情小爱，只追求完美的无疆大爱。如果有一天真的做到了，终于把自己打磨到对对方再也没有贪了，那爱是否也就失去了真实的重量？

B: 我个人的理解哈，“贪”本身就不能体现爱的重量，其实出于本能，我们如果不看答主理论，越“爱”一个人，会越“贪”。而真实的爱，就是看你为了保障爱的自由，而能自我克制到什么程度。如果这个克制不及格，那它就还称不上爱。

其实我们想讨论的是那个“度”，我们能否除尽“贪”，让它彻底消弭吗？我自己的想法，除不尽是一方面，另一方面，如果是合理的可以不除，比如对方如果在爱情上也喜欢别人会难过，但是如果为了这难过而做出约束对方的行为，这其实侵犯了对方的自由，就不合理了。

但我其实也没有那种“理论的爱”的实践经验，是否存在一个指标，它是合理、应当的，但我实在无法达成，而失去这种“理想的爱”的资格呢？我也并不知道。当然这些仅仅是我自己的理解，可能和答主的意思有较大偏差。

C: 贪还是存在的，只是出现时能被看见，能去克制就很棒了。克制不住的话，怕造成对方的困扰，那就先放下，不在那“死磕”。有些也可能不算贪，本能需求，或许是在那个对象面前，才成为贪。爱有没有被对方看见，有没有发觉到对方的已看见，发觉很重要。这个决定了要不要继续。

Q: 我认为贪爱是相生的。想要爱的念头是自贪欲中生出的救赎之道。对于你不贪的对象，要做到净输出一点都不难，而你的贪欲越强，你为了做到对对方净输出，除了给出爱，还要花额外的努力克制这贪。你的贪欲越重，你为了输出的可以被定义为爱，所付出的努力才越有重量。

要想爱得轻松，其实最简单的做法就是想办法让自己失去这种贪，把对方在你心中的位置从紧密相连推离到陌生人。保持距离与疏远，你爱得自然就轻松了。不生情的爱最轻松，而这个时候你做的事虽然也有益于对方，但事实上自己心里清楚，做这些并不是为了对方，而是为自己。

D: 我认为答主压根不赞同我们通常讲的那种爱情，他称之为毒瘾，这点我是认同的。他好像说过最好的亲密关系是同志，你想都同志了，还有什么爱情啊。答主讲的是大爱。这是我的理解哈。

Q: 给出爱这部分所做的努力永远是自己——提高解决问题的能力，帮助自己获得珍贵的品质，吸引别人对自己望而生爱，建立属于自己的王国……这部分说到底，与 ta 人有关，但没那么大关系。因为我们在这方面做的所有努力最终都会转一个圈回向到自己。而唯有仅克制贪这部分的努力才是对自己并非必要，唯一一次把对方放在了比自己更重要的优先级，主要为了对方去做出的努力。

E: 其实，对于爱的技能相对纯熟的人来说，“下意识避免建立更深的依恋”中，这个“更深”之前的依恋，就已经甩开旁人好大一截了，不管是从质量上还是付出上，都要比不抱着“爱”的信念的人，做的好得太多。而由“爱”指导的亲密关系，没有问题。

关键点在于，对方是否也抱着“爱”的信念，我们在爱的同时，能否自然而然地，激起或者释放对方的爱。如果对方有爱，哪怕还是笨拙的，贪婪的，无能的，任性的，那我们在爱里也不会是孤立无援。“念念不忘，必有回响”，我们是听那个响的。

如果对方没有爱，那就如楼主所说的，为爱断情。哪怕没有“情”的加持，爱也绝不是烂大街的货色，爱在普通线之上仍然丰厚和珍贵得令人咋舌。

希望每一个怀揣爱意的人，都能遇上另一个拥有爱的人。除却让你动心动情，自然而然产生贪欲这个理由，那么你在意的那个人，是否还值得分走你的注意力，额外投入智力资源呢？我想你是有答案的。所以，关键问题并不在于“不动情”。

Q: 愿意投入额外的智力资源给这个个体，更大可能是因为这样做有益于我的个人理想的实现，因为在这个人身上我看到了特殊的资质，培养对方是为了让对方能够成为更趁手的工具被我使用，增加我的工作效率。

E: 对滴，对于那些哪怕没有“情”加持，但也愿意额外投入智力资源的人，是能够比较妥善地处理“爱”这个问题的，这个也没有问题。那么，对于那些仅动心动情，但是产生了贪欲的人呢？

Q: 这些人需要先学习一些做人的基本法则了。

F: 我也认为贪爱是相生的，爱是对贪的救赎。但是，为什么要爱得轻松呢？“爱得轻松”是自己的第一诉求，还是“对方轻松”是自己的第一诉求？我爱得不轻松，可是我希望你所得到的爱是轻松的，是没有负担的。

Q: 对方连你给的爱都感觉不到全部，更别提你克制贪欲做的这部分努力了。对方感觉不到的这部分是纯消耗。简单的数学：

被爱者的净所得 $N = \text{爱者的付出} P - \text{爱者的有效性系数} E - \text{被爱者的无效性} U$

E 永远低于 1, U 永远大于 0, 所以, N 永远小于 P 。

这个公式里，你控制不了的变量有 E , U ，能控制的只有 P 。这个“爱者的付出”， P ，展开来其实是 $P = (\text{爱者的总付出} - \text{克制贪欲所做的努力})$ 。如果你不需要付出克制贪欲的努力了，其实对方能够获得的 N 反而更多，而你爱的也更轻松了。

F: 我认为 E 和 U 都是可以改进的，就算被爱者的无效性的浮动空间属于被爱者，那么对于爱者来说，增加这个有效性系数 E 也是自己可以努力的一部分。

我不知道 P 为什么会等于这个。我觉得“贪欲”这部分应该属于那个有效性系数 E 的部分。因为“克制贪欲所做的努力”不能简单说它算不算付出，因为如果说它是付出的一部分，那就好像这种努力越多付出越多一样，而假如没有贪欲就不用多费这些努力了。但好像它也不应该是被这样扣除的呀。我数学水平有限，仅供参考。

Q: 你说的对，我说的不够严谨， E 和 U 是可以付出努力，去改进的，我们通过锻炼自己给爱的技术来让 E 尽可能接近于 1。还可以通过引导对方来帮助提高感知到 ta 人的善意的能力，让 U 向 0 迈进。(但这部分我们只能期待对方有所进步，付出的努力本质上是祈祷)

而关于“被爱者的净所得”和“被爱者的被爱感受”两者的区别，又涉及回爱的定义了。这个问题的答案取决于你认为爱的最终解释权是在被爱方，还是给爱的那一方呢？

F: 我认为爱的最终解释权在天，就像很多其他事情一样，你真正做得好不好、差不差，多好、多差，其实人说了是不算的，天说了才算。

G: 你可以考虑一下老夫老妻这个问题就能一下明白。爱本身是一种高效的组织伦理，两个人能凭借对对方的爱相互组织联系起来。至于其他的贪欲也好，“重量”也好。都类似于年轻人初见人生第一朵烟花的璀璨感觉。这璀璨感的消失是必然的。毕竟那时候你的人生将漫天烟火。

Q: 再多说点吧，我没太明白。

G: 我的理解哈。爱的起源在于喜欢和欢喜，在于贪。这可能是爱本身的原动力，但这一部分本身就不是必要的。随着时间的进展，爱会不断增进，但贪恋和欢喜可能都会消失。这可能很让人疑

惑“爱不应该是时时刻刻充满欢喜的吗？”。我觉得你很可能就有这个疑惑。其实只要把目光放在老夫老妻身上就能解决这个问题。ta们几无相互的贪恋了。但充满爱意。

而之所以会出现这个现象，原因有二：

一、烟花般的欢喜是年轻人特有的心理特征。一见到贪恋的对象就走不动路，很大一部分原因是以前压根没有见过。第一次见到这么美丽的烟火在眼前绽放而感慨而贪恋。可随烟花看的愈来愈多，这部分对烟火美丽的感慨是会逐渐消逝的，这很正常。

二、爱的本质不是一种主观感受，而是一种神话般的组织伦理，你要考察两个人是否相爱得好，就要考察两个人的相互组织是否紧密关联而又持久不散。人主观里的感受反而是次要的。最后是一点个人建议，不要太在意于自己的贪恋，贪欲。不付诸于行努力改变即可，若对自己的贪欲一面太过苛责，是很不健康的。

Q: 不知道别人是什么样，要做自我剖析的话，我想，其实在亲密关系里，我最想要的不是爱。或者说，爱不是全部，只是帮助我获得真正想要的东西的一种工具。我其实想要的是一种可持续性的，超出想象的，高度享乐的体验。

为了获得这个体验的目的，爱很可能只是帮助完成和保证这份体验可持续性的很重要的一块拼图。甚至可以说，贪也是。所以我大概率是无法接受“老夫老妻”“左手摸右手”的趋于平淡式的关系，我会倾向于认为这种状况代表这两人的关系在实质上已经死掉了。

A: “ $A+B=0$ ”本身是否等于“0”？

Q: “ $A+B=0$ ”本身不等于“0”。您是想问我，“如果最终得到的答案为零，那么推导出这个答案的过程是否还有意义”吗？

A: 先揍一顿再治好，真的等于根本没揍吗？贪了再克贪，真的等于啥也没有吗？

Q: 我想，刚刚被揍完治好，因为得到了被揍和被治疗的体验与记忆，所以不能等于没被揍。时间再久一点，等到这些体验的相关记忆消失掉，是不是就可以等于没被揍过了？

A: 重点在最后一句啊

Q: 我又思考了一下，不同的人会让自己产生不同程度的贪欲——如果把这个程度量化，是不是可以把贪看成是不同等级的怪兽，这样制贪的过程就可以类比为攒经验升级提高战斗能力（克制贪欲提供净输出的能力）？

如果制贪的能力只有5级，却遇到了lv99的贪欲，能力不足无法克制，也没办法提供净输出，结局就是爱的实践在这个人身上失败了

A: 找一个切题的有流量的问题邀请我

Q: 找了几个，不知算不算切题。

A: 不算切题。找一个爱与贪的关系的

Q: 感觉大多数人只是有个岗位，没有事业，他们会不会不配择偶呢

A: 这没有配不配，只是在谈择偶的长期体验的走向。

Q: 什么事业不算是关系到公共利益的事业

A: 坑蒙拐骗偷

Q: 那是不是可以直接放弃他，转而把更多时间去为这些事业做贡献呢？恋爱结婚既然是以这个为导向的，那何必要通过恋爱结婚，直接自己去做是不是会获得更大的快乐？

A: 选择在于自己，外人不清楚情况

Q: 女人似乎也应有自己的人生追求，牺牲自己的追求为 ta 的追求，未免有些不值？既如此，为何不让一个特殊职业去代替那依靠，追求事业者不是更多？

A: 不只女性

Q: 何止是亲密关系，几乎是一切关系

Q: 答主，非常感谢您分享的这篇经验，我明白了价值所在，的确，经历过“黑暗命运玩笑”的人一定明白您说的是对的，真正的价值的确只有自己“能坚持下去”才能创造出来

但是，我这边非常焦虑当下的两性关系，您能不能分出一部分精力去看一下，比如城市猎人这种对“国男”权力的诉求，一个是真心的创造价值，另一方却是拿“自保”当做各种行动的“合理借口”，这种情况下心态怎么办？

一边是把精力用来创造价值，另一方大概率是把心思放在“斗争占据优势上位”，这种状况该用什么策略呢？

A: 人各有命。男女对立其实只是在对立的地方很对立。我这里哪有男女对立？

去对立的地方那个就对立，去不对立的的地方就不对立。

求对立则对立，不求对立则无对立。

你何所求？

Q: 1、“野心勃勃”不是指“宏大的叙述”，可以是任何一个领域，向着任何一个“助人”方向上追求的“理想”。

2、有“爱”才能真正的跳出“自身”狭隘的视野。

Q: 判断对方的人生追求值不值得我牺牲的前提是我自己已经践行这样的人生追求或者近似的人生追求了。

也只有这样，才能看得懂、看得到 ta 的存在。

否则，ta 就是站在我面前我也认不出来，还会觉得 ta 做这些什么意义呢，真无聊

我所爱的人必然会是我的同志，一起走人生路的伙伴。走在同一条路上，想遇不到都难。

更新于 2023/6/6