



主持人语：在这里，你可以讲述自己埋藏已久的故事，倾诉自己不为人知的心声。每周情聊，你来诉说，我来倾听。

电话：18937992539

(9时至18时)

QQ：30629216

前言：上帝给凡珂打开了很多扇窗子，她只看见了关上那道门。

没有男人爱过她，他们甚至不给她“倒贴”的机会。

她说，如果有来生，拼尽所有力气，她也要做个美艳绝伦的仙女儿，把今世所受的屈辱尽数还给那些轻视她的人。

她的心里塞满了不甘和怨愤，对天，对地，对人：恨天没给她好相貌，怨地不给她好出身，怪人伤害了她的骄傲和自尊。

有人劝我整容

我果断地作出了一个决定：与所有长得好看的女生保持距离，以免被她们衬托得更丑。

这么做的后果是不但男生躲避我，连女生也开始疏远我。我不介意，没有人注意到我，就没有人再议论我的容貌。

我常常躲在人群的背后，望着那些漂亮出众的女生，心里生出一阵阵妒意，像猫抓一样难受。我诅咒她们，甚至幻想拿刀划破她们那光洁美丽的脸庞。

上大学后，我看了很多心理学方面的书，意识到自己的心态有问题，就开始努力去调整。我想，就算自己长得不好看，至少可以做个善良和和气的人。大家都说女人是因为可爱才美丽，那我就扮可爱吧。

我参加了很多社团，也参与了一些社会上的商业促销活动，主动接触形形色色的人。别人有困难时，不管该不该帮，我都热心去帮。我们宿舍的地都是我打扫的；室友们的暖水瓶空了，我打水时顺便捎回一壶；我经常送朋友们一些小礼物，经常赞美身边的人……

大家开始夸我善良、热情、慷慨、大方。大学毕业后，我参加了公务员考试，顺利通过了笔试和面试。

就业的顺利，帮我找回了一点自信。我想我还没有丑到不堪入目的地步，要不国家机关怎么敢录用我？

可是这一点点自信，很快就被现实的尴尬消磨了。

我们办公室有4个人，两个男的，两个女的。那个女同事年轻貌美，有无数人追。男同事们(其中一个已婚)天天对她献殷勤，争着请她搭顺风车，以能请她吃一次饭、唱一次歌为荣。

在我看来，那个女同事根本是胸大无脑，工作能力差得一塌糊涂，而且刁蛮任性，除了会发嗲，她一无是处。

也许是因为我离她最近，也许是为了显摆，她经常拉我参加各种饭局，向我炫耀男人送给她的衣服和皮包。我们一起逛街时，她会非常自然地把自己的包甩到我身上，让我帮她拎一会儿，报酬是一通喋喋不休的倾诉——她认为把心里话告诉我，就是把我当知己，而我应该以当她的知己为荣。

她常苦口婆心地劝我去整容，说如果我做个双眼皮，隆隆鼻子，修修下巴，就会更加完美——笑话！难道我还有完美的可能？

也许她是真的替我着急。我参加工作好几年了，还从来没谈过恋爱，也相过几回亲，男的都对我兴趣寥寥。其中有个形象猥琐的男人，我一眼都不想多看，而他竟然埋怨介绍人瞎胡闹，把我这么难看的女人介绍给他。

我可以装温文尔雅，扮热情善良，但我的心里窝着一团火，很快就要爆炸！

貌丑不是我的错

倾诉人：凡珂(化名)，28岁，公务员 采访记者：张丽娜 采访时间：6月28日 采访地点：洛浦公园

可惜我非罗敷

你觉得我的样子丑吗？我认为我所有的悲剧都在这张脸上。为什么我妈把我生成这副鬼模样啊！人家是天使的面孔，魔鬼的身材，我可好，翻了个个儿——面孔很魔鬼，身材很天使。

要是人不会长大就好了。上小学时我还是很快乐的，那时候我学习成绩好，老师们都很喜欢我，父母也很疼我。夏天，我们一家人在院子里乘凉，父亲把我搂在怀里，母亲在旁边摇着扇子，我觉得好快乐啊！那时我并未意识到自己的相貌有何不妥。

小学的最后暑假，一个远房亲戚带着女儿到我家作客。那个女孩子跟我同龄，穿着洁白的纱裙。母亲不住声地夸那女孩漂亮，说人家长得跟小仙女一样。转头看到我，她说了一句让我刻骨铭心的话：我的闺女太丑了，长大了只怕没人要。我当时恨不得找条地缝钻进去，好几天没跟母亲说话。

上中学后，我暗恋上隔壁班的班长。情窦初开的我，被一种说不出的强烈情感折磨得夜不能寐，最后在好朋友的鼓励下给他写了一封情书。

我用攒了很久的零花钱买了一串风铃。那天下午放学后，我捧着风铃和情书躲在他回家的路上，鼓起所有勇气拦住了他。

他很诧异地看了我一眼，眉梢挑起，语气傲慢：干什么？

我说有东西要送给他。

他嗤笑了一声，非常粗鲁地推了我一把，说：我不要！然后像避瘟神一样快速跑开。

我请了两天假，在家里哭得昏天黑地。我的好朋友来看我，告诉我她打探到的最新消息：他嫌你长得难看，还跟男生们说你个疯子，癞蛤蟆想吃天鹅肉！

我长得难看吗？我仔细地打量着镜中那张脸：肿眼泡，塌鼻梁，厚嘴唇，宽腮帮，还有铺天盖地的雀斑。平生第一次，我看清了残酷的事实，自己确实很丑。

那时候我们正在学课文《陌上桑》，文中的女主角是汉代美女，叫做秦罗敷。那罗敷花容月貌，人见人爱。

语文老师讲台上手舞足蹈地讲解众人如何为罗敷所倾倒，我低着头，黯然神伤：要是我能有罗敷一半的美貌，他还会拒绝我吗？



制图：寇博

打开你的心结

健康人格的形成，与人的成长环境有很大关系。凡珂受心智发育的局限，认知能力有限，她的自我意识完全来源于外界评价不好的幼年。母亲无意间对女儿自嘲式的善意庇护，加上后来求爱受挫，使凡珂的内心产生了深深的自卑感。

自卑与自尊矛盾交错，导致凡珂抵触健康的友情，而爱的能力的丧失又让她更加自闭。

自信的女人才是最美的。其实凡珂并不丑，她的皮肤白皙，身材也很匀称。更可贵的，是她待人接物落落大方，相当有淑女气质。

容貌不是阻碍凡珂营造新生活的主要障碍，自信的匮乏才是她不敢积极创造美好生活的大敌。建议凡珂不要再在办公室“恋情”中浪费时间，那是无法双赢的输局，只会让她的心灵再次受伤。

情感顾问：国家二级心理咨询师沈会枝

遭遇闷骚男人

也许是老天可怜我，在我年纪已经“奔三”的时候，派来了一个不那么嫌弃我的男人。

他是我们单位的小领导，长相一般，皮肤黑，眼睛小，还有点啤酒肚，谈吐也不出众。

有一次，我被借调到 he 主管的部门工作，加了他的QQ号，后来就经常和他在网上聊。他属于那种比较闷骚的男人，平时见面一本正经，在网上却会说一些暧昧又火辣的话——对我。

他说：美女，这么晚你怎么还不睡？不会是在想我吧？

他说：美女，明天会下雨，出门记得带伞。

从来没有男人叫我“美女”，从来没有男人关怀过我。他的这些话，像春雨一样滋润了我干涸的情感，唤醒了我内心积聚已久的渴求。

我知道他是有老婆的，但还是忍不住想去亲近他。凡是 he 交代的工作，我都会加倍努力去完成。他加班的时候，我会到很远的地方买 he 爱吃的饭菜，送到他的办公室。我会找一些借口送 he 一些礼物，比如毛衣或是男士洗面奶，他都笑纳了，还夸我细心。

但当我小心翼翼地发出信号，暗示愿意跟他发生肌肤之亲时，他委婉地拒绝了。他说：你是个好女孩，我不忍心伤害你。

我倍感失望，想要远离他，他却又会发一些肉麻的短信，继续与我调情。

我不明白他的心意。既然他不讨厌我，为什么不肯爱抚我？男人不是都爱占女人的便宜吗？我这送上门的便宜，他为什么不占？难道他也嫌我丑？

看来我连给人当情妇的资格都没有啊！好痛苦，我真想一头撞死。也许我真的该去整容，可万一整容失败，同事们又该怎样嘲笑我？

我已经不起任何打击，也害怕再面对任何嘲弄。也许我这一辈子，注定要活在自卑的阴影中。