

主持人语

我来倾听
你来诉说

你是不是曾经被爱情伤害过、被友情背叛过、被亲情遗弃过，憋了一肚子委屈，却不知向谁诉说？

你是不是在某些时刻，体会到了命运的无常，感悟到了人生的丰富，想跟人分享，却不知从何说起？

其实，你不必把一切都藏在心里，要知道揣着秘密是一件沉重而痛苦的事，你只需要会倾听的耳朵和懂你的心。来吧，把你的心事说给我听。这里有专业的心理咨询师，为你免费答疑解惑。

倾诉热线：15137956968 18637927388

倾诉人：于磊（化名），男，28岁
采访人：记者 闫卫利
采访时间：7月3日
采访地点：报业大厦二楼

于磊经历了不幸的童年、压抑的少年，成长为一个裹着厚厚防护衣的青年；他魁梧的身体包裹着柔软的内心，他就像一只刺猬，把一切情感隐藏在硬刺之下；他孤独、落寞，心中痛苦无人诉说。

于磊和我谈了两三个小时，倾诉完之后，他长出了一口气，说：“有人倾听真好！”



绘图 雅琦

容易受伤的青春

1 家暴留下恨

我的童年很悲惨，经常在担惊受怕中度过。

在我的世界里，没有爸爸这个词。我的妈妈嫁给了一个酒鬼，他嗜酒如命，一天不喝酒，就坐立不安。他经常掂着酒瓶，在院子里找个凳子坐下，咕咚咕咚像喝水一样，把一瓶又一瓶酒灌下去。

看到这样的情景，我就想逃，因为我知道接下来会发生什么。我和妈妈通常是他撒酒疯的对象，喝完酒，他的酒劲儿一上来，看见东西就砸，逮着人就打。别人家的孩子看见爸爸，都是亲切地喊着“爸爸”，扑到爸爸怀里，在我的记忆中，爸爸就是冷漠、暴力的代名词。

这样的情景我不知经历过多少次：妈妈在刷锅洗碗，我在写作业，喝得醉醺醺的他掂着酒瓶一脚踹开门，我和妈妈都被吓了一跳，看他踉跄着，闻着冲天的酒气，我和妈妈都感到情况不妙。他就像一头闯进家门的野兽，我和妈妈不敢多说话，生怕哪句话说不对激怒了他。尽管如此，巴掌还是如雨点一样落在妈妈和我身上，有时他会拿着酒瓶或者身边的物品，不管轻重地砸下去，我和妈妈经常夺门而逃，逃不及身上就会挂彩。有好几次妈妈为了保护我，被他打得头破血流。

我10岁那年，终于结束了这种惊恐的日子。他因为饮酒过量猝死，亲戚朋友为他扼腕叹息，我却一滴泪都没有，反倒觉得时时存在的危险解除了。每年清明节，我从不给他上坟，对于他，我的心里只有恨。

2 初恋遭棒打

后来，妈妈再嫁，我随妈妈来到了继父家。寄人篱下的日子不好受，继父对我妈妈不错，就是对我这个拖油瓶不冷不热。在这个家里，我很压抑，有欢喜没人分享，有委屈也不敢说。日子一天天过去，我从一个懵懂少年长成了一个壮小伙子。

18岁那年，我遇到了玲，她的温柔、善良，让我一下子从冰天雪地的冬天走进了暖意融融的春天，我这才体会到，有爱的日子是多么美好。玲很体贴，知道我胃不好，每次我们出去吃饭，她都会点容易消化的面食。

那年冬天的一个夜晚，我的胃病犯了，得知我的病情，她冒着大

雪坐第一班公交车赶到我身边，把药给我送过来。那一刻我的心被她融化了，握着她冰冷的手，我决定这辈子要和她在一起。

我们的恋情遭到了家人的反对，理由是玲比我大，不合适。家人的态度让玲动摇了，她毕竟比我大几岁，等不起了。我理解玲，只好选择放手。

在一个大雪纷飞的夜里，我和玲最后一次约会，我知道这一晚过后，她就属于别人了。我和玲抱头痛哭，把一生一世的思念和遗憾都留在了那个雪夜。玲走了，投向另一个男人的怀抱，我的世界又是一片冰天雪地。

专家点评

国家二级心理咨询师沈会芝：在最需要培养安全感与依恋感的童年，于磊得到的不是爱与保护，而是酒鬼父亲的暴虐；在最需要培养自我价值感的青春期，于磊得到的不是尊重与认可，而是寄人篱下的白眼。

于磊的内心充满了对世界的恐惧与怀疑，他试图抓住一个又一个出现在他身边的女人，却因缺乏

爱的能力，让这些女人成为他生命中的过客，更让他敏感的内心陷入自卑、自闭。童年不幸，不是你多愁善感、性格脆弱的理由，更无须扮演一个受害者，让生命委顿。于磊应打破借助“爱情”拯救自我的被动思维，顽强成长、用不断累积的能量去照亮自己的人生、温暖自己的爱情。

3 偏爱“姐弟恋”

我的初恋结束了，留在我心里的只有怨恨，我恨家人对我的冷漠，恨他们夺走了我的幸福，我要抗争！

我离开家乡，离开那个让我窒息的家，去外地寻找自己的世界。四五年后，我遇到了娟（化名），娟很能干，很会操持家务，做饭也是色香味俱全。

娟有过一段伤心的恋情，她觉得我人实在，对人很真诚，遇到我，她重新燃起爱的火焰。对娟，我找不到和玲在一起的炽热感，我爱得平平淡淡的。我选择娟，还有一个重要的原因——她比我大，我要用“姐弟恋”报复家人。

我和娟恋爱了，一年后娟怀孕了，我们一起回到洛阳。我想等娟把孩子生下来，我们就结婚。我的“姐弟恋”又一次遭到家人的反对。只是木已成舟，家人也无可奈何，他们只能用不友好的眼神或者举止表示不满。娟明显感到我家人态度的冰冷，她时不时地向我诉苦，可我又能怎样呢？

娟肚子里的孩子已经5个月了，我想自己终于有了爱人，有了自己的孩子，可是那天之后，我又跌入痛苦的深渊。

“磊，让我回家吧，我想回去看看我妈。”娟挺着大肚子，一手扶着腰，一手拉着我的手说。我皱了皱眉头，不解地问：“你身子这么笨，我怎么能放心得下？要不我陪你去吧？”“不用，你还要忙工作，我回去几天就回来。”娟勉强笑着说。我还是不放心，没答应娟。

几天后的中午，我刚一进屋，娟泪如雨下地再次提出要回家，看我犹豫，娟突然跪下来说：“我妈生病住院，我必须回去。”我还有什么理由挽留她呢？

把娟送上火车之后一周，娟的手机一直处于关机状态，从此杳无音信。我百思不得其解，等了半年后，她还是音信全无。我隐约记得娟的身份证上的家庭地址，只是不太详细，我试图去找，却又害怕知道事情的真相，会让我更痛苦。

4 还能相信谁

一年、两年、三年，我还是没有等到娟和孩子的消息，我的心又回到了冰冷的冬天。

我又一次逃离了那个家。此后，我陆续遇到几个女孩儿，还没谈几天恋爱，她们张口就是要车要房，最离谱的一个，我和她刚交往了不到半个月，她就打电话让我去为她购物理单，付完账第二天，我约她出来，她却撂下一句话：“我跟你有啥关系！”

我生命里匆匆而过的女孩儿就像一根根针，刺进我柔软的内心，她们潇洒地转身而去，留下受伤的我在原地独自舔舐伤口。从此，我封闭我的情感世界，玲成了我精神世界里唯一思念的人。

没有谁值得我相信，也没有人能安抚我受伤的心灵。工作之余，我躲在出租屋里看书，听哀伤的音乐，跑到安静的树林里、小溪边，一坐就是大半天。我把自己内心的痛苦一点点敲成文字，锁在我的QQ空间里，其实我根本不用上锁，我的QQ好友就那么三两个。我还是不愿对仅有的几个好友敞开心扉，我又像童年时一样孤独，难道，孤独注定离不开我的生活？