

主持人语

你来诉说 我来倾听

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，免费为你解惑释疑。

倾诉热线：  
15137956968  
18637927388

“我女友的精神状态很不好，我想帮帮她，可是我的能力有限，特地向你们求助……”吴在电话里焦急地说。

吴帅气阳光，温文尔雅，可是他的内心正经受着煎熬。

她徘徊在两个男人间

采访地点：报业大厦二楼  
采访时间：十月九日  
采访人：闫卫利  
倾诉人：吴(化名)，男，二十八岁



03 她被无休止地纠缠

之后，雅的噩梦开始了，我们的生活被搅得一团糟。

“雅，前两天我晕倒了，浑身没力气，需要你给我力量……”“雅，前几天我吃了安眠药，后来被家人送进医院抢救过来了”……雅的手机微信时不时会收到鑫发来的倾诉文字和图片。有一张照片是鑫躺在床上，绝望地看着镜头。雅给我看这些内容时，言语中充满了心疼和愧疚。可是在在我看来，这只是鑫想通过情感绑架雅的一种伎俩而已。

“他要是真的爱你，就不会用这种方式来折磨你，这种人太自私……”“你不了解他，不要用这种话来伤害他……”我们争执起来。

鑫还是不断地给雅发微信，那些信息就像鑫精心编织的无形之网，越织越密，越拽越紧，直到把雅牢牢地困住。

“我想回家看看父母，火车票已经买好了。”雅跟我这样说。“好吧，我送你去火车站。”我没多想，就把她送上了火车。

一周后，雅回来了，看到我，她神情忧郁地说：“我不想瞒你，我回老家时，顺便去看了看鑫。”

我心里咯噔一下，眉头瞬间拧成疙瘩，心里有说不出的滋味。看到我的不悦，雅拉着我的手说：“他很虚弱，又自杀了一次，幸好抢救过来了……都是我的罪过……”

我还能说什么呢，能劝的话我都说了，能想的办法也告诉她了。她害怕鑫想不开，便给他回应，也给了他希望，让事情变得更加复杂。不过她一再表示，她爱的是我，对鑫只是出于同情。

看雅这么痛苦，我觉得要为她做点儿什么。那次看到鑫给雅发的信息，我用雅的手机给他回复：“以后你别再纠缠我，死了这条心吧！”然后我把信息从雅的手机中删除。不过雅还是知道了：“他都不打算活了，你还这样刺激他，太过分了吧……”我们又争吵起来。

后来鑫纠缠得更厉害了。“我是警察，你的男友在某地晕过去了，你快点儿来把人领回家……”雅的手机上有这样一条短信。“我要去一个遥远的地方结束自己的生命，我留了一笔钱，是专门给你的，你来领走吧……”这么荒诞的情节，雅居然都相信了。担心、感动、自责、抗拒，雅被手机上的信息折磨得惶惶不安。

我没有想过放弃雅，虽然她优柔寡断，但是整体上很符合我的择偶标准，如果没有鑫这个人，那么我们在一起很开心。尽管鑫纠缠得紧，但我也牢牢抓住了雅的心，听她倾诉，陪她流泪，带她去放松心情。我和鑫就像在进行一场拔河比赛，只要我松一口气，雅就会心软，倒向鑫那一边。

“让你受委屈了，真对不起你。我想好了，要和鑫彻底断绝联系。”那天，在我的鼓励下，雅终于做出决定。

雅真的这样做了，既不回鑫的微信，也不接他的电话。我期待着我俩能尽快走出这种阴影，重新过我们的快乐生活。没想到一个月后，雅收到了一条鑫的家人发来的信息：“鑫自杀了，都是你害了他……”文末还附有照片。具体是一张什么样的照片，雅不让我看，她确信鑫已经自杀身亡了。

“是我害死了他……”面对我，雅揪着自己的头发狂叫着跑开了。

鑫自杀是不是真的，我不得而知，但雅把鑫自杀的责任都归结到自己身上，因此背负了沉重的思想包袱，一直惊恐不安，时不时惊悚一下，大白天也会产生恐惧感，连正常工作都没法进行。我竭尽全力地宽慰她，但显得很无力，我该怎么办？

02 她的前男友出现

一个周末，我和雅去郊游，正玩得开心，雅的手机响了，她接通电话，是鑫打来的：“喂，雅，我已经到洛阳了，想来看看你。”

“我们已经分手了，你不用来看我。”雅语气坚定地回答。

“什么时候分手的，我怎么不知道？”

“我不是早就跟你说明白了吗？”

“我以为你只是随便说说而已。我们见见面，好吗？”

雅迟疑了一下，看了看我。我摇了摇头，她立刻明白我的意思，便对鑫说：“你走吧，我不会见你的，我已经有男朋友了。”

接着，电话那头传来一阵歇斯底里的叫声。

挂断电话，雅的心情很沉重，我们也没有兴致再游玩了。

“我虽然不再爱他，但我和他毕竟相处这么多年，还是有感情的，我不想

伤害他……”雅说。我理解她的心情，把她搂在怀里，轻轻地拍着她的背，不断地安慰她。

没过多久，鑫又来洛阳了。雅瞒着我，和他见了面。事后，雅怕我多心，把这事儿告诉了我。“我只想面对面和他说清楚。”雅说。

“说清楚了吗？”我急切地想知道答案。

“他还是不肯放手。”沉默片刻，雅吐出了这几个字。

“反正他在地外，也不知道你的工作单位和住址，你索性换联系方式让他找不到你，就什么事儿都没有了。”我说出了自己的想法。

“不行，我的银行卡、支付宝等都跟这个号码绑定了，我的朋友存的都是这个号码，换号太麻烦。”我说服不了她，只好悻悻地结束了这次约会。

专家点评

国家注册心理咨询师张素霞：恋爱要经历共存阶段(每时每刻都想在一起)、反依赖阶段(一方想独立，另一方想继续依赖)、独立阶段(一方或者双方都希望独立做自己的事情，沟通交流减少)、共生阶段(互相扶持，成为最亲近的人)。

雅和鑫的恋情发展到反依赖阶段，雅想独立，鑫想依赖，所以矛盾顿生；雅和吴的新恋情还在共存阶段，时时刻刻都想在一起，容不得雅冷静下

来处理上段感情的遗留问题。

雅被两个男人像拔河一样牵扯、撕拉，如果三方不能冷静下来，那么只会加深彼此的痛苦。

建议：鑫在雅去意已决的情况下，要适时放手，放过别人就是拯救自己；雅的优柔寡断，让鑫变本加厉，雅要痛下决心，快刀斩乱麻，才能为自己争取到安稳和幸福；“好饭不怕晚”，吴既然爱雅，就要给她时间，协助她疗伤，让她慢慢逃离令人窒息的“情网”。

01 遇到心中的女神

我是一个外表时尚、内心传统的男孩，这样的性格注定了我不会嘻嘻哈哈地对待爱情。尽管有许多女孩喜欢我，但我不会随便和她们谈情说爱，自从遇见雅(化名)，我的爱情之门就悄然打开了。

雅长得很漂亮，气质脱俗，一头瀑布般的长发轻轻一甩，就能让我心潮澎湃。雅性格温柔内敛，心地善良，这是她最能打动我的地方。

我和雅相识在同一个工作单位，经常在一起说笑，渐渐地，我们互生好感，开始走进恋爱季节。

雅坦诚地告诉我，一年前，她结束了一段恋情。她和前男友鑫(化名)在不同城市上大学，聚少离多，靠QQ、电话交流，后来她发现，她和鑫的分歧越来越大。

从雅的口中，我了解到鑫是一个什么样的人。他性格有些偏执，做事我行我素，犟得十头牛都拉不回来。他得不到的东西，就会想尽办法不让别人得到。他对雅不用心，心情好时热一段，心情不好，十天半个月都不会问候一句。雅终于下定决心和鑫分手。