



倾诉热线主持清清小雅  
正在倾听您的心声

热线: 15169132840  
邮箱: diyaj3988@163.com  
QQ: 874273209



◆采访人:小雅  
◆倾诉者:伊文(化名)女 27岁

## 采访背景

伊文每说几句话,就得深呼吸一口气,好像气总不够用似的。我问她这是怎么回事,她说自己被老公折磨得非常痛苦抑郁,今年春天因焦虑症大病了一场。伊文倾诉的目的是想找到答案,老公花心算不算是对婚姻的背叛?怎样判定它和身体出轨的区别?伊文接受过高等教育,可她经济和精神都不独立,繁杂的思维也让人感到有些不可理喻……

# 虚荣心让我错嫁给了“高富帅”的花心男人

## 虚荣心让我爱上了“高富帅”的花心保安

我来自农村,家境比较困难,当初考大学的唯一动力就是要过上城里人的生活。说句难为情的话,我来济南报到那天,才见识了10层以上的高楼建筑。刚上大学的前两年,是我最开心充实的日子,除了上课就是学习,而且考研又是我继续努力的另一个目标。大三那年,我和孙晨(化名)恋爱,生活轨迹从此彻底改变。

孙晨是学校的保安,由于不爱学习,读完初中便出来打工,后来,经亲戚介绍在学校当了保安。本来我俩不该有任何交集,可孙晨是众多女生的“梦中情人”,他长得太帅了,单是1.85米的颀长身材,就足以令人炫目。孙晨追求我时,我就知道他和其他的女孩有如鱼得水

的密切来往,谁都有虚荣心,我没有过多考虑他的人品,看着身边又嫉又恨的眼神,反倒有种自鸣得意的骄傲与自豪。何况,孙晨家境殷实,尽管在济南近郊,但因旧村改造,他家分到了三套房产和可观的补偿款,其中一套还是临街的商铺房,每月的租金就是一笔不菲的收入,他又是家中的独子,丰厚的条件也给他镀上了“高富帅”的光环。

我和孙晨的恋爱,两家父母都不满意。我爸妈嫌孙晨学历低,没有正式工作,“一个大学生嫁给保安太掉价。”这是我妈挂在嘴边的愤怒和反对。而孙晨家认为我来自偏远的山区,家又穷,岂能配上他家的“高富帅”?人一旦有了翻身的资本,就忘了从前的自己。孙晨不

也是农民家的孩子吗,无非运气好罢了。当时好多人不看好我的爱情,说我是看上了孙晨家的物质条件。平心而论,我不否认这些说法,谁愿意放弃有利于自己的条件?

比起外界的说三道四,孙晨的多情更让我烦不胜烦,别看他学历不高,却很有女人缘。有一次,我俩在校区外的夜市闲逛,碰上一个女生,我都不知道她是哪个系、哪个班的,孙晨却走上前关心地问:“亲,就你一人吗?”“是啊,你又不陪我。”那个女生调笑着瞥了我一眼走了。男女间再暧昧也得有个度,见我泛起醋意,孙晨很委屈:“‘亲’就是个称呼,至于少见多怪吗?”爱情是自私的,谁愿意自己的男友和别的女孩“亲”来“亲”去的?

## 走进婚姻,老公的花心依然不减

孙晨除了多情,还有一个爱好——乐于助人,当然他最喜欢帮助女孩。他有个外号叫“贴心闺蜜”,可想而知,他多么受女孩的欢迎。孙晨在门卫处做保安,按说收发信件不关他的事,可他倒勤快,凡是女生的快递快件,他都大包大揽,亲力亲为,连女生在网上购买的内衣丝袜,他都好意思拿在手里,亲自去送。我气得暴跳如雷,而孙晨始终用哄死人不偿命的耐性给我解释:“不过是举手之劳,帮帮忙而已,你才是我心中最重的牵挂。”我也贱,一听到动情的话,再大的怒火也会随风飘散。

毕业后,我还没规划好是考研还是工作,却意外地发现自己怀孕了。本想打掉,医生一检查是双胞胎,让我考虑好再做决断。两边父母一听这天大的喜讯,催着赶紧结婚。结就结吧,考研、工

作不也是为了更好的生活吗,女人最终还得嫁人,再说,我也想用婚姻拴住孙晨的心。当同学们都忙着找工作时,我已经开始做新娘和妈妈的准备了。结婚前,我坚决让孙晨辞去了保安的工作,我可不愿意让他给那些女生当免费的后勤。孙晨辞职后,便在婆婆开的超市里帮忙进货、送货。我也松了口气,他身边的莺莺燕燕总算干净了。

然而,我高兴得太早了。怀孕六个月时,我发现孙晨和超市的收银员处得热火朝天的,俩人的聊天记录非常露骨缠绵。我怀着双胞胎很辛苦,浑身疼痛,坐下再站起来都很难,血压也跟着上升,看到孙晨和别的女孩腻歪在一起,我第一反应就是不停地吐,恨不能要把胆汁吐出来。婆婆急得数落孙晨,他反倒觉得很无辜,把手机往地上一摔,扯

着嗓子跟我理论:“人家孤身在外,我对她只是关心,亏你也上过大学,怎么就没点同情心呢?”别看我俩在学历上有差距,可辩论起来我远不如孙晨,说来说去,倒成了我无理取闹了。

一对女儿出生后,我的生活顿时忙得四脚朝天,不是这个哭,就是那个饿,再加上我又是剖腹产,恢复得慢,那个囡囡都成了奢望。我坐月子期间,婆婆的精力也转移到两个孩子身上,超市基本由孙晨和几个女员工在打理。而我总疑心孙晨有问题,每隔一小时就打电话查岗,他稍有怠慢,或者碰巧是女员工打电话,我就像老子训儿一样兴师问罪。倘若他晚归,我更是歇斯底里地质问,到底和谁在一起。后来,我才知道,自己有了轻微的产后抑郁症。孙晨却不理解我,还说我事多矫情,生个孩子都抑郁。

## 产后抑郁 我对婚姻失去了安全感

现在,女儿刚满三岁,两个孩子缠得我根本无法出去工作,每天累得脸都懒得洗。我现在特别自卑,生完孩子后,满脸起了蝴蝶斑,面相憔悴,身体犹如气球般膨胀。而孙晨还是那么帅气潇洒,我都不敢和他站在一起,由此也对他管得更严厉了,QQ、手机、邮箱,所有的密码我必须得知道,否则就是他心里有鬼。在孙晨“万人迷”的照耀下,我这个大学生的优势简直不值一提,以前,还有种“下嫁”的高高在上,可现

在,吃个雪糕都得张口问他要钱,失衡的心态,时时刻刻刺痛着我。

今年春天,孙晨和朋友出去玩。他回家后,我查看他的手机,看见孙晨搂着一个女孩拍的大头照,很亲密,那女孩长得漂亮,穿着也时尚,越发衬托出我的自惭形秽。面对我咄咄逼人的审问,孙晨讲起了他的大道理:“我的身体又没出轨,这世上除了男人就是女人,难道结了婚就不能有异性知己,就得成天守着你一人吗?”我问他,你除了一副臭皮囊,有什么可值得骄傲的?“给你一个丑陋、花心的男人,你要吗?”孙晨的歪理让我一时气血上涌,心口堵得要命,喘气急促,为此住进了医院。

医院住了一个月,刚开始呼吸都要靠吸氧,医生叮嘱我,千万不能生闷气,遇事要想得开。可我找不到快乐的理由,孙晨那颗心总要空出一半给别人,我无法做到和别的女人分享他的“博爱”。得知我住院,在北京读研的女友特意来看我。上大学时,她睡在我的上铺,那时约定好一起考研的,仅仅因为我的选择,便失之毫厘,差以千里。女友光鲜饱满,聪慧睿智,再看看我,没有工作,生活无望,老公花心,一想起这些,我压抑得都快要去寻死了。我控制不住情绪,也顾不上别人笑话,径直走到楼梯的拐角处,蹲下身,扯开喉咙,放声痛哭起来……

和我要好的几个女友,有的正在享受恋爱的甜蜜,有的在读研,有的在职场上勤奋拼搏,唯独我,活得不像人,鬼不像鬼,一双女儿折腾得我精疲力尽,还要成天留心孙晨身边的蜂蝶环绕。莫非我当初希望嫁得好点有错吗?我的确对孙晨的外表和物质有所企图,但是,也不该遭受这般折磨呀。我也曾想过离婚,可我没办法抚养这一对女儿,更舍不得把她们拆开。孙晨一再强调,只要自己没有实质性的出轨,就不算外遇。难道和女人的卿卿我我,不算背叛吗?更何况,我怎么去界定他的身体是否出轨?这样的婚姻没有一点安全感,我不知道,有什么良方能让我改掉花心的毛病?

## 聆听咨询师

### 不要把幸福全部寄托在丈夫身上

文/知尘



知尘

心理咨询师  
擅长情感方面咨询  
博客:http://huixinre  
xian.blog.163.com  
电子信箱:zhichenq  
@163.com

看完伊文的倾诉,我想说,没有能让孙晨改掉花心毛病的良方,所谓江山易改本性难移,花心就是孙晨的本性,而这份花心一开始伊文就知道。年轻的伊文被孙晨的高富帅所吸引,而这些都是很表面的东西,伊文看重这些表面,折射的是她的虚荣和肤浅。性格决定命运,羡慕虚荣是导致伊文今日悲剧的一大原因。我认为,凡事先从自身找原因,主动承担自己应当承担的那部分责任,心地会平和一些,态度会从容一些,行动会理智一些。

孙晨这样的男人,对绝大部分女性来说,都是不适合选为人生伴侣的。对未婚女孩来说,远观,绕行才是避免受其花心折磨最根本的方法。明智的女性,面对这样的男人,即使被他吸引,也不会嫁给他,因为她知道,这样的男人会给自己带来无尽的痛苦。

所谓明智大抵包含以下三种能力:一、有独立选择的能力,不人云亦云,不患得患失;二、有洞悉后果的能力,能够知晓自己的选择可能会带来哪些后果;三、有承担后果的能力,有勇气面对所有的后果,不怨天尤人,所谓愿赌服输。

伊文的父母起初并不看好孙晨,我不知道他们是否给伊文做出了理性分析。如果只是反对,而摆不出反对的理由,而这种反对就很苍白。我指的理由并不是“学历低,没有正式工作,一个大学生嫁给保安太掉价”,也不是“来自偏远的山区,家又穷,配不上他们家的高富帅”等等,而是两个人的人生观,价值观是否相似,两个人的性格是否相容,两个人的成长背景,受教育程度,个人发展潜力等是否匹配。如果父母没有这个能力为孩子做出分析,那就建议孩子寻找专业婚姻咨询师的帮助。我想,这才是对孩子最大的爱护。

当下对伊文来说,最主要的不是纠缠在孙晨是否真的“身体出轨”上,这没有意义。伊文最应该投入精力的是:一、自己的身体;二、孩子的抚养;三、个人发展的规划。

先把身体调理好,在生活规律、营养均衡的前提下,不妨寻找有经验的中医专家进行一下调养,也可以练习瑜伽等养生操。

上网搜寻几个优秀的育儿博客,用心学习,吸取有益的育儿经验,积极主动地和博主及博友们进行交流,在这样一个过程中,不仅能让育儿变得得心应手,同时会结识一些新朋友。如果自己能建立一个博客,写写心情文字,写写生活感悟等,则更是梳理心情,调节情绪和获得成长的好路径。

根据自己的所学和专长,规划一下孩子上幼儿园后的生活。伊文需要工作,经济独立才会有安全感。伊文对孙晨的控制,来自其内心强烈的不安全感,这一方面来自孙晨的花心,另一个重要原因也是因其经济不独立。吃个雪糕都要伸手要钱,何来自主性?

孙晨身上的毛病绝不止花心这一点,但伊文的眼睛却只盯在了这一点上,并让自己沉浸在痛苦中无法自拔。我的一位同行说,总是拿别人的缺点和错误来惩罚自己,要么是愿意受虐,要么就是逃避责任。孙晨的花心固然是造成伊文不幸的原因,但绝不是唯一的原因。

伊文无法改变孙晨,能改变的只有自己。让自己健康起来,苗条起来,漂亮起来,经济独立起来,把精力和时间多放在自己和孩子的身上,放在生活中让自己喜悦的事情上,多一些时间来欣赏蓝天和白云,少一点时间来关注孙晨的手机短信和QQ密码。幸福,不应该寄托在丈夫身上,而应自己去营造。所谓境由心生,和伊文共勉。祝福深深。

