

背景

香港富家子霍启仁的女友Rebecca因难以承受男友的花心劈腿，即使被甩也放不下旧情，患上抑郁症，在家中割脉自杀。获救后仍求死心切，在急诊室处理伤口时，突然跑上医院五楼停车场跳楼身亡。一位年仅24岁的花季女子就这样香消玉殒，令人惋惜。

女人要自保，必须先学会——

怎样远离“人渣男”

□酒窝

经常看到这类励志的文字：“不经历人渣，怎能随便出嫁？”“珍爱生命，远离人渣男”。能感悟出如此一针见血的道理，要么本人有过痛彻心扉的经历，要么天生就有一双能看透情感事的慧眼。在爱情中，女人最容易迷失自己，往往一个“爱”字，便可遮挡住对方的所有缺陷，如果发现自己轰轰烈烈的爱竟然落到“人渣男”的身上，又会为爱情做出极端的傻事，以此来伤害自己。故而，女人要学会自保，先爱自己，才会让别人感受到你温暖且厚重的爱。“珍爱生命，远离人渣男”，假如不幸与之相遇，也请尽快退让避之，千万不能做出伤害自己的傻事。



前情虽已了断，曾经的印记却挡住了幸福

讲述者：欣羽/27岁

我22岁那年认识了孙皓，被他忽悠了四年，都没能看出他的真面目，直至分手，还贱兮兮地做了一件傻事，给以后的情感都留下了黑色的阴影，可见我的情商有多低。我将女人一生中最美的精华岁月全奉献给了孙皓，谁承想，自己一直抱着垃圾却当宝贝般地供奉。要说孙皓有什么本事，我还真难以列举，但他却是个很有女人缘的“万人迷”，还有一副能把死人说话的好口才。四年时间，孙皓的花花事儿压根就没断过，不是和这个暧昧一下，就是和那个保持着天长地久的密友之情。最经典的当数孙皓的前女友，俩人不仅在QQ上卿卿我我，而且互

动相当频繁，只要那个女的一更新空间，哪怕随便更换个签名档，孙皓也会在第一时间根据对方的心情文字写下自己的感慨。要知道，孙皓的前女友在国外，他可是踩着时差的钟点关注人家。我成天在他眼前晃悠，也没见他对我有怎样的缠绵表达。为此我经常和他闹。可孙皓振振有词，“不就是网上留个言吗？我又没做什么见不得人的勾当，值得你这么吃干醋？”说来说去，倒成了我没事找事。除此之外，孙皓还有一个在外人眼中很不爷们儿的行为——吃软饭。孙皓却不以为意，他吃准了我爱他已经到了失去自我的地步，他也很明白，无论做出

多么出格的事来，我都会一并接受。而我最擅长的便是隐忍，面对孙皓的花心，我早练就了金刚不坏之身，只要你不过分，别让我“眼见为实”，我装瞎装聋都成，即使你“吃软饭”，我也心甘情愿，谁让我爱你呢！然而四年的恋情中，令我难以接受的是，孙皓从来不提及结婚一事，我的年龄逐渐往“剩女”堆里凑，而孙皓越来越洒脱，女人岂敢和男人无休止地耗下去？我曾多次问孙皓结婚的计划，而他每次都有借口来推辞。说实话，我自己都感觉特无趣，那种“恨嫁”的卑微简直毫无底线可言，更悲哀的是，最终我还是落了个被抛弃的结局。孙皓提出的分手

理由毫无新意，“我父母不同意咱俩的婚事，而且以死相要挟。即使将来我要了别人，但我依旧爱的是你。”仅为最后这句话，我根本走不出失恋的阴影，一厢情愿地自我安慰。为这我特意在左手腕内侧文上了孙皓的名字，以此来纪念我们悲壮的爱情。后来才从朋友口中得知，孙皓只是用家人做挡箭牌而已，他现在的妻子属于那种事业上能给他帮助的女人，换言之，孙皓双手捧上了更金贵的“饭碗”，肯定得想办法丢弃掉以前的那个碗了。得知真相后，我的第一反应就是立即去美容院清洗那块让我作呕的文身。清洗时比当初文身经历了更加撕筋断骨般的疼痛，尤其现在看见那个印记就有想吐的感觉，闹得我连死的心都有，自己真是愚蠢到了不可救药的地步。反反复复清洗了三次，可文身的印记还是很难去除，手腕处那显眼的伤疤，好像面目狰狞的魔鬼，在嘲笑我做过的傻事。分手至今，快一年时间了，我也经历了几段短暂的恋爱，失败的原因不能完全归咎于这块文身印记，但与其也有一定的关联。遇上有涵养的相亲男，会寒暄几句客套话，随后便不再联络了，也有人认为我是旧情难忘，是个“有故事”的女人，而且做事极端，不顾后果。也难怪，有几个男人愿意看到自己的女友身上还刺有他人名字的文身？那得多膈应人啊！

为爱做尽傻事，到头来受伤的还是自己

讲述者：荷阳/25岁

当初我和佟辉恋爱时，我就很诚实地告诉他，我是乙肝病毒携带者。按说，这是非常隐私的事情，

我之所以坦诚相告，为的就是以后能有健康的情感生活，谁知这却成了别人伤害我的利器。我和佟辉

是自由恋爱，他听说我的情况后，也没嫌弃什么，反倒很欣赏我的真诚。同居半年后，佟辉的家人得知了我的隐私，不同意这门亲事，而佟辉却坚决维护我俩的感情。万幸的是，佟辉的父母最终也没拗过他，再加上我的各项检查都没问题，而且定期打疫苗，连医生都说，只要做好健康防护，我完全可以像正常女人一样结婚生子。

有了医生的“圣旨”，再加上佟辉的坚持，他的父母还是点头同意了我俩的婚事。我挺感激公婆的，那时想得很简单，就是婚后一定要做个孝顺的好媳妇。可怀孕后，我的灾难也拉开了帷幕。也不知道是谁在公婆面前多嘴，说我绝对不能怀孕，孩子以后肯定会遗传我的病。从怀孕两个月开始，婆婆就极力劝我去做掉肚子里的孩子。那段日子，我忍着怀孕初期的种种不适和孕吐，定期去医院做检查，每次得出的结果都很好。哪知婆婆钻了牛角尖，认定我肚子里的孩子不健

康，任凭我手拿医生的检查报告苦口婆心地解释也白搭。

佟辉一开始还站在我这边，渐渐地，他就像被洗了脑似的，也劝我去堕胎。如果说公婆年龄大、思想难以转变，我还能理解，可佟辉作为年轻人，怎么也会如此愚昧，且对自己的骨肉没有丝毫疼惜之情？为了让我做掉孩子，佟辉先是不停地对我谩骂，甚至将工作中的不顺心也赖在我头上，怒斥我是“灾星”，后来竟然发展到对我大打出手，全然不顾我是个有身孕的人。在我怀孕八个月的时候，佟辉又逼着我去引产。别的女人在怀孕期间享受的是众星捧月般的呵护，而我却要为了保住肚子里的小生命，忍着佟辉的辱骂和拳脚。女儿出生后，非常健康，可公婆重男轻女，他们连看都不看孩子一眼。女儿还没过完百天，佟辉又提出离婚。整个孕期，我就像在地狱里一样煎熬，生了女儿后，我又得了产后抑郁症，那是我感到最灰暗压

抑的日子。

在女儿半岁左右时，我实在难以忍受这种折磨，选择了喝药自杀，幸好被我父亲及时发现，才捡回一条命。病愈后，我像变了个人，心想，自己反正也是死过一回的人，还有什么可怕的？我现在完全是一副自甘堕落的颓废样，喝酒抽烟、爆粗口，也没心情照料一岁多的女儿，但凡谁惹着我，我就像爆发的小宇宙，彪悍得不可理喻。其实最终折腾的还是自己的身体，但我实在咽不下这口恶气。我那么爱佟辉，为了他，我忍着婆婆的白眼和讥讽，忍着旁人对我的隐疾的指指点点，没想到当初佟辉对爱情的坚定，现在却变成了“没有慎重考虑而走进了婚姻”。这话任谁听了不是肝肠寸断的悲愤！我和佟辉每天除了吵便是打，日子乱得一塌糊涂，我就抱着一个念头，反正就这样了，你佟辉不是要离婚吗？我就拖着，拖一天算一天，你不让我好过，你也别想肃静。

点评 一旦受伤
不做傻事

有位女明星曾说过，“人这一辈子，难免会遇上人渣男，避开即是。”的确，遇人不淑是情感中常有的事，但如果一味忍让，自欺欺人，不及时幡然醒悟，恐怕不仅是伤情那么简单，很可能会影响以后的幸福。女人遭遇“人渣男”后，千万不要绝望，要足够快、足够狠地洗涤心灵、忘掉旧事，更不能做傻事。如果说“人渣男”是女人心理上的一道伤痕，那么，做傻事就是继续在伤口上撒盐，最终还得自己承受疼来疼去的痛苦，真是得不偿失。把坏事变成好事，“人渣男”当做漫漫人生路上一段丰富的经历，也不枉曾经遭过的罪。

点评 尽快转身
绕道前行

和“人渣男”耗日子，就像每天在吃一碗变质的剩饭，虽说吃不死人，但对吃的人来说却毫无营养可言，而且这是一个难以咽下、令人反胃的过程。尤其面对有家暴的婚姻，女人一定要选择“零容忍”。在这种家庭里长大的孩子，很难得到正确的价值观，男孩一般会耳濡目染，认定“拳头出政权”；女孩则会缺乏安全感，将来在感情中非常容易走极端。所以说，如荷阳这类女性，有了孩子后，更要学会先爱自己，只有自己得到足够正能量的爱，才会如潺潺溪水般润泽到孩子身上。“人渣男”无非是女人临时深陷的一摊泥，只要懂得快速拔脚，彻底转身绕道，去寻找干净、有阳光的大路，前方的路，风景仍好，必定会一帆风顺、心情舒畅。

编辑：孔昕
邮箱：qlwbkx@163.com

