

亲手弄丢的爱情，还能找回来吗？

B

一时冲动，我向他提出分手

主动向江帆提出分手快一年了，在这段时间里，每每想到当初是我亲手将他推开，我心里都特别不是滋味。如今我留在原地想把他找回来，可是他却早已走远。

我和江帆是2018年恋爱的，我在温泉上班，他在县里。当时我们都还很不成熟，一心只顾着眼前在一起很开心，很少去想未来会怎样。所以恋爱近两年的时间里，我们既没有见过彼此父母，也没主动融入过对方的社交圈。

我和江帆分手的直接原因，是去年4月我母亲重病期间，他和家人一起外出游玩，在朋友圈里发了一些玩得很开心的照片。当时在网上看到那些照片，我内心是崩溃的，我母亲正生命垂危，他怎么能玩得如此安心？我质问他：“在我需要安慰和依靠的时候，你在干什么？你太让我失望了。”他说，他对自己也很失望，没脸再来见我。于是我向他提出了分手。

如果是现在的我来看这件事，应该会理性一些。比如当时我们都没有互见父母，对于我们来说，对方的家人某种意义上和陌生人没有太大差别，要求他对我母亲的病情感同身受是不现实的；再比如当时疫情结束不久，他和家人久违地一起出游，玩得开心是人之常情。当然，我在为母亲的病情忧心忡忡时，他没有表现出足够的关心与共情，这也是他做得不对的地方，但还没有严重到将他全盘否定的程度。

只不过在当时特定的情况下，我心力交瘁考虑不了这么周全。在接下来的几个月里，我和江帆偶尔会有交集，毕竟我们还是有共同的朋友的。但是即使见了面，我们也没聊和感情有关的话题，也没提我家里的事。

后来我母亲病逝，我在巨大的悲痛中更加无法原谅江帆，进一步将他全面拉黑。而江帆听说我家的噩耗后，很自觉地没再来打扰我。

拉黑江帆之前，我给他打了招呼，并告诉他为什么这样做。我的想法是，过去的一切就此划上句号，这辈子我都不想再和他有任何联系。江帆对此表示理解，并为我送上了最后的祝福。

原本我以为，我会独自扛下生活中所有沉重的东西，等伤口愈合后开始新的生活。然而事实上，前段时间再次见到江帆后，我才发现自己其实一直留在原地，对他的感情并没有变。而他，已经收拾心情重新上路。

讲述您的故事
倾听您的心声

记者电话：
13886544991



同样的一件事，在人生的不同阶段，往往会有不同的解读，所以一个人有时会推翻自己过去的某些想法，并因此而感到后悔。冰雪如今就非常后悔当初因为一些原因向男友提了分手，觉得当初自己不够客观、理性。然而时过境迁，当她想要挽回这份感情，却已困难重重。



倾诉：冰雪
性别：女
年龄：26岁
学历：本科
职业：公司职员
采写：记者郭蓉
时间：1月30日

B 态度坚决，他拒绝走回头路

我和江帆的这次见面，是彼此都没预料到的。经过最初的尴尬后，我们平复情绪，像朋友一样随意地聊了聊。他提到自己新交了一个女朋友，而且还互相见了家长，预计今年就会结婚。

听江帆说这些话时，我在恍惚中有一种时空错乱的错觉。仿佛就在昨天，我还是他手心里的宝，我说的任何话他都不会违拗，一转眼他就已经另结新欢了？更刺痛我神经的是，我们当初感情那么好的时候，谈了差不多两年恋爱，他都没有去见过我父母，而他现在这个新女友才谈了不到半年时间，居然就已经在谈婚论嫁了。

打那天起，当我一个人独处的时候，以前和江帆在一起的快乐时光便会在心头翻涌。我渐渐发现，我心里从始至终都只有他。当初母亲病重期间，我心思完全都在母亲身上，根本没有冷静地看待对江帆的感情，才会走上错误的方向将江帆越推越远。想明白这些，我真的很舍不得就这样放手，无法面对今后没有江帆的生活。

于是我又加回了江帆的联系方式，尝试向他阐明当初是在怎样一种心境下做出了分手的错误决定。我不知道自己对他说得是否透彻，

或者说有没有把内心的真实想法都完整地表达出来，总之江帆的反应出乎我意料地理智。

江帆告诉我，分手后他反省了很久，觉得自己确实对不起我。但是他觉得，我什么都好，但缺点是太过自我，所以来跟我在一起总是觉得很有压力，觉得不快乐，这才是他在我提出分手后没有挽留的原因。他还说，他当初和我恋爱时做得不够好，辜负了我对他的感情，现在不想再犯同样的错误、辜负如今的女朋友。

换了其他人，应该也会和我一样不甘心。毕竟我和他有着两年的感情基础，他和新女友恋爱才几个月，怎么能相提并论？我向江帆提出，只要他愿意和好，我可以放弃现在的一切，去他那里找份工作，以后有没有钱都没关系，只要能和他在一起就行了。但是不管我说什么，江帆的态度都很明确，他不想再走回头路。

以我对江帆的了解，他不是一个这么绝情的人，他说这些话应该是在逃避自己内心的真实想法。因为每次当我提出，想要和他见面好好谈一次，只要他能当面告诉我“我一点都不喜欢你了”，我一定不再纠缠，而他都拒绝了我。

记者手记

该放手时需放手

在感情道路上，原本属于自己的一段缘分就这样失去了，会有不舍、不甘是人之常情。但在不能准确判断一段缘分何时失去时，应该在什么样的情况下放手，会比失去缘分本身严重得多。因为失去一段缘分，并不意味着幸福再也不会来临，但是失去了对感情的客观判

断，则会让人在感情泥淖中越陷越深。那么，什么时候该放手？一个简单的标准是，感情双方中有一方已经不再是单纯意义上的单身状态。不管出于什么原因，当其中一方另有所属的那一刻，这一方是已经做好了放下过去、担负眼前的准备。在这种情况

B

前缘难续，我的伤心无尽头

为了进一步了解江帆现在的真想法，我私下打听了一下他现任女友的情况。据说，他和现任女友认识很多年了，以前来往得并不多，是和我分手以后才走到一起的。这在一定程度上给了我更大的希望，因为他和现任女友既然早就认识，如果是那种互相吸引的恋人，那么他们早就在一起了，根本就不会有我和江帆的恋爱故事。

所以我不断地和江帆联系着。我对他说，如果我的生活能少一点波折，或者我没有在失去至亲的痛苦中做出错误决定，可能我们现在也在谈婚论嫁了。他说，生活没法假设，发生了的就是已经发生了。

有时候，我们还是会像从前一样，在电话里聊着聊着，就会忘记了时间。有一次，他很感慨地说，他从来没想到我有这么爱他，因为以前在一起的时候，他总是在围着我转，很少感受到我对他的在意和关心。而我只要一提和好的事，他就会很坚决地告诉我，他和现任女友相处得很好，两人特别合适，他不可能背叛现任女友。当我问他，到底爱不爱我，他的回答是，以前很爱很爱，但那都已经过去了。而当我问他，现在就没有一点点爱了吗，他就会变得很沉默。

渐渐地，我陷入一种浑浑噩噩的状态，每天都在煎熬中度过。有时候和朋友一起，聊着聊着我会忍不住留下眼泪，或者是在聚会上把自己喝得大醉。有朋友劝我，过去的事就让它过去吧，既然江帆不肯回头，就该向前看了；也有朋友说，幸好我没有和江帆一直走下去，分手后没多久就和其他女孩发展到谈婚论嫁的程度，这种男人根本不可靠。

我的朋友们都说得有一定道理，可是道理并不能治好我心里的伤。我甚至试过朋友的建议，通过回忆江帆的不好来恨他，以此冲淡对他的留恋。可是这样做并没有用，我能想到的全都是他当初对我的温柔体贴，就连以前吵的架都想起他有哪里做得不好。

其实我心里知道，我现在的状态很差，不值得江帆为我回头，但我的状态差又是因为他不肯回头，这就成了一个死循环。也许到头来，我和江帆最终就这样前缘难续，成为天上再也飘不到一起的两片云。我不会恨他，因为这一切是我自己造成的。而在他拥抱幸福的新生活时，我不知道还要多久才能走出来。

（文中人物为化名）

下，对方再要苦苦纠缠，等于是要另有所属的一方进行一次自我否定，这本身就是有违人性，也就是难上加难的。

因为从人的心理机制上说，没有几个人愿意动辄自我否定。所以，与其逼着对方和自己为敌，不如一别两宽，人生路还长着呢。