



# 后花园网文

这里专注于经典文章收集



当前文档由后花园网文自动生成，更多内容请访问 [HTTP://WWW.HHYWW.NET](http://www.hhyww.net)

## 与其挽回破碎的婚姻，不如挽救伤痛的自己

来源于：心灵深处艾闻

作者：艾闻（情感自媒体人）

几乎所有人在遭遇背叛之后，都会选择挽回，挽回的理由当然很多：夫妻多年感情，不舍得孩子等等。这些当然都是合理正当的理由，也正是如此，对遭遇背叛的人而言，内心的痛苦纠结都是不可避免的。

但是，并不是所有的背叛都值得原谅，也不是所有的出轨都值得挽回。

原谅和挽回的两个重要前提，一是值得；二是可能。如果既不值得，也没有可能，你的原谅和挽回就是一厢情愿，无非是更加伤害和糟践了自己。

曾经有一个女人，老公三番五次出轨，自己一天到晚把自己搞得卑微，最后男人彻底搬出家，跟第三者同居了，而女人还是态度坚决要挽回自己的男人，甚至跪着求自己的男人回来。



这样的女人，真是哀其不幸，怒其不争！

这样的婚姻根本就没有挽回的价值，这样的男人也根本没有挽回的必要——这个女人说，我不是为了自己，我是为了孩子，为了这个家。恐怕，也就她自己对这样的理由深信不疑。其实，不是为了孩子也不是为了家，仍然是为了自己。

因为她离不开这个男人，离开这个男人她活不下去。这么渣的男人，在这个女人眼里居然还如此放不下、舍不得，只能说，女人格局太低，也就莫怪自己为什么要遭遇这样的人、这样的命。



挽回感情，不如挽救自己。

而诸如上面那个女人，最大的错误就是，他们认为，只有挽回了感情，才是挽救了自己，其实二者根本就不是因果关系，而你之所以救不了自己的根本，恰恰就在于你执拗地想要挽回对方，你认为你的人生只有挽回对方才能继续走下去。

这就是思维的狭隘。

其实，面对感情的背叛，不管这段感情最后结果如何，每个人都要先学会挽救自己。

在遭遇背叛之后，一个人承受的痛苦，挫败、打击、压力、纠缠等等，往往会让你痛不欲生，你就像陷入一个巨大的漩涡中，既无力挣脱，又茫然无措。这些都是正常的，因为你没有经历过，当然不知道该如何应对。

所以，你最大的心愿，就是恢复当初，当初没有这些事情的时候，你的内心平静，你的生活安逸幸福——问题是，发生的就无法再改变，一切其实早就无法再回去。就算是能够挽回感情，挽回了对方，其实内在也发生了很多改变。

尤其，这个时候，对方是靠不住的，靠得住也就不会背叛你。所以面对你的痛苦和无解难题，你就得首先意识到，解决问题，摆脱困境，完完全全都得靠自己，你得学会自己救自己。

就像你被一个人推下了深海，你感到海水的冰冷，感觉自己多么无助，快要窒息。这时候，你指望那个推你的人来帮助你，把你救出来，至少给你扔个游泳圈什么的……

但是，别想了，这样的念想往往证明是错误的，一个危难之时能够救你的人，大概当初也不会推你下水；一个能够推你下水的人，大概也不会救你，甚至做好了见死不救的准备。

夫妻多年，谁还不了解谁吗——ta当然清楚，ta的背叛会给你造成多深多



重的伤害！而ta仍然选择这么做，你就该明白，人家已经根本不在意你痛苦与否，甚至不在意你的死活。

所以，别傻了，先救自己吧，自己若是能救自己，这就是自己的本事，没有什么比不依赖他人而活着更幸福。

<!--viewpoint-->

精通Excel的人升职加薪快

本文由程序自动生成，格式和排版可能和原网页有不一样的地方，如需查看原版内容，请点击[此处](#)访问本文的WEB版本，也可以直接用手机扫描下方的二维码，会自动跳转到当前网页的手机版本

[您可能还会对以下文章感兴趣（随机显示）](#)



- 01、 在人生最艰难的时候，坚持住这三点
- 02、 感情的背叛，让婚姻不再完美
- 03、 遭遇感情的背叛，是这一生最难解的劫
- 04、 面对感情的背叛，你真正害怕的，其实并不存在
- 05、 一个遭遇背叛的女人，在婚姻中的绝地反击
- 06、 不要把背叛感情，当做生活的调味剂
- 07、 如果幸福会从天而降，人生哪来那么多的苦难
- 08、 婚姻，保护不了感情，也无法弥补，你付出的所有曾经
- 09、 离婚不离家，并不是一个好的选择
- 10、 三个遭遇感情背叛的故事，三种截然不同的人生
- 11、 外遇，得到了不该得到的得到，却没有失去不该失去的失去
- 12、 那个原谅妻子出轨的男人，后来过得并不幸福
- 13、 清明大概都是会下雨的，人们说，那是游子思念故人的泪
- 14、 面对出轨，这样的错误绝对不能犯
- 15、 面对感情的背叛，你该如何原谅
- 16、 你只管做好自己，婚姻是否幸福，交给天意
- 17、 为什么，不幸福的婚姻越来越多
- 18、 一旦遭遇出轨，免不了一场艰辛之旅
- 19、 最伤害夫妻感情的三种行为，背叛第一
- 20、 结婚要看清别人，离婚要看清自己
- 21、 如果你能做得更好一些，ta是不是就不会发生外遇

- 22、 谁的人生不艰辛，回首一切都挺好
- 23、 太重感情容易受伤，太求完美难以两全
- 24、 不要把一生幸福，只系于一份感情
- 25、 再深的感情，也只是一种习惯和依赖而已
- 26、 感情的背叛，哪有什么复杂的原因
- 27、 面对感情的背叛，你得推着自己，勇敢前行
- 28、 看ta的手机，可能是这辈子你做得最对的一件事情
- 29、 遭遇出轨，并不是你的错
- 30、 错误的时间遇上的，怎么可能是对的人
- 31、 如果情人节没有人给你爱的祝福，那就好好疼爱自己
- 32、 如果有一天，你终于疗愈感情的伤，请一定取消对我的关注
- 33、 人到中年，一切都要靠自己
- 34、 不要让自己如此贵重的感情，成为别人随手可弃的东西
- 35、 感情的背叛，是永远无法偿还的债
- 36、 离婚的勇气，来自于你的实力和能力
- 37、 面对感情的背叛，该努力的努力，该放下的放下
- 38、 经历感情背叛之后，能够疗愈自己的人，其实是自己
- 39、 新的一年，努力遇上新的自己
- 40、 面对出轨，应该是ta求你原谅，而不是你求ta回头
- 41、 婚姻不幸福，所以我才选择出轨
- 42、 舍弃一个不爱你的人，失去的并不多
- 43、 背叛最大的伤害是信任，最难修复的也是信任
- 44、 第三者的出现，只是帮你看清了对方
- 45、 离开伤害你的人，余生才有幸福的可能
- 46、 经历感情的背叛，选择离婚的人，后来过得好吗
- 47、 ta放下你轻而易举，你放下ta痛不欲生
- 48、 面对感情的背叛，别让负面情绪，侵蚀了自己

49、 背叛你的人，是否还爱你，答案不言而喻

50、 这个世界上，没有谁能够一直陪着谁

---

所属分类:精美网文

内容来源:心灵深处艾闻

发布时间:2019年02月23日 20时13分22秒

生成时间:2020年05月28日 02时47分36秒

浏览次数:117

网站地址:HTTP://HHYWW.NET

微信公众号:hhyww\_net

---

<http://www.lovehhy.net/News/View/1402808>

本文来源于后花园网文，图文版本请点击[此处](#)进行访问

重要声明:本站所有的内容均转载自其他网站，涉及的一切版权都归注明的来源媒体所有，本站在进行转载时已注明出处，本站不发布任何带有自主立场的内容，如本文涉及侵权，请通过上方网址进入，在底部的不良信息举报入口告之我们，我们会在24小时内给予回复



用微信扫描上方的二维码即可加入本站的微信公众号 (hhyww\_net)