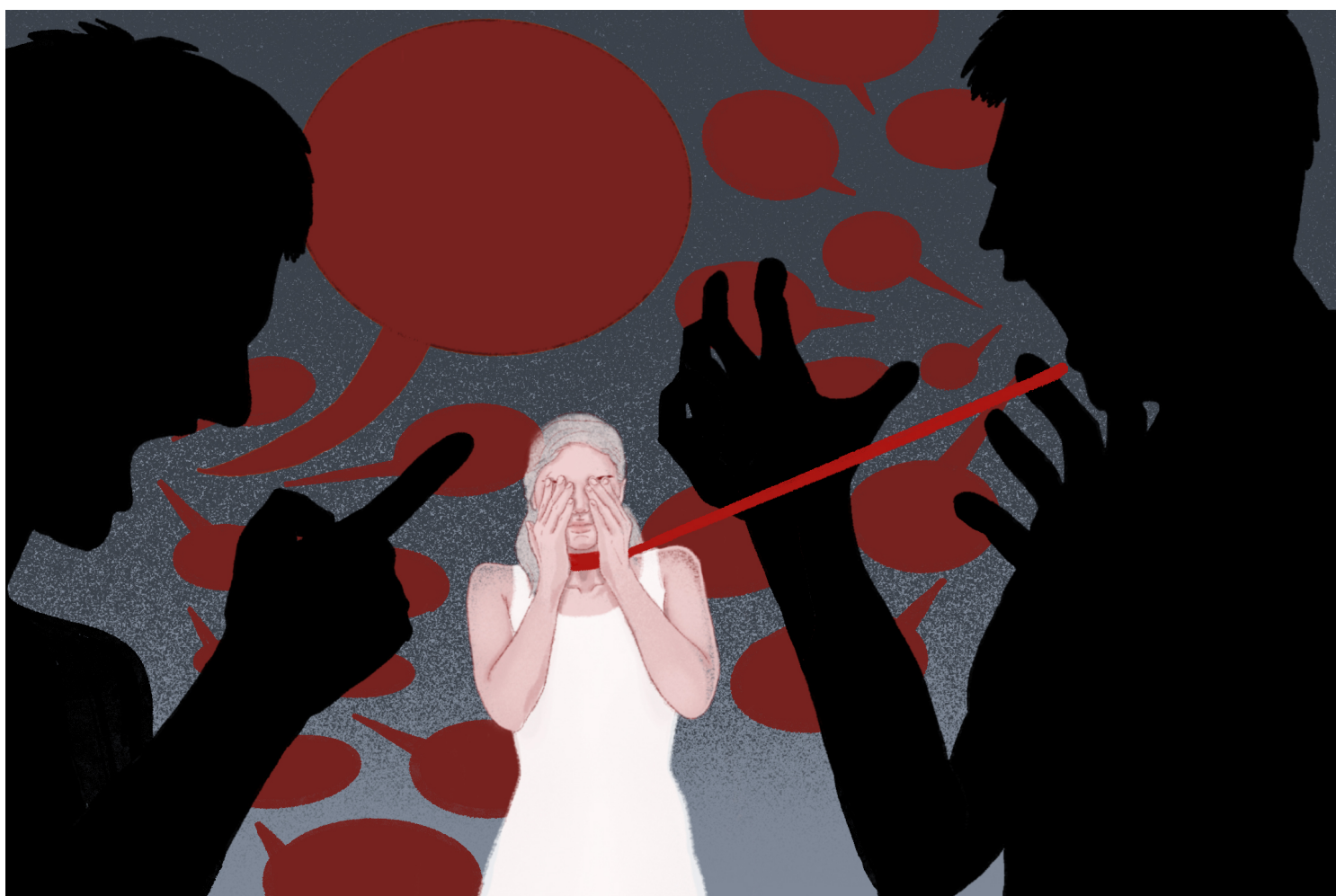


大陆 深度

## 包丽之死：恋爱中不能承受之重

亲密关系中的精神虐待更加隐密，但造成的伤害不亚于身体虐待。



插画：Rosa Lee

特约撰稿人 夏粼 发自新加坡 | 2023-08-10

亲密关系暴力 PUA 亲密关系 家庭暴力

编者按：北大女生包丽自杀，男友以虐待罪被判刑三年零两个月。2023年7月，包丽案二审宣布维持原判，男方于

8月8日刑满释放。此案涉及亲密关系中的精神/言语暴力，曾引发广泛回响。端传媒从包丽母亲林秀珠处获悉案件相关材料及二人对话记录，尝试梳理精神暴力是如何一步步升级、最终酿成悲剧。本文慎重选取部分对话，或会引起情绪不适，请酌情阅读。

二审判决前，林秀珠去北京八宝山公墓看望女儿包丽。小小的骨灰格贴近地面，摆着深粉色玫瑰花和金元宝。林秀珠选了包丽在北京大学某活动工作证的相片摆在格内，那是一张漂亮的肖像照，相片里的包丽画着精致的妆容。

林秀珠是广东人，留棕色、微曲的长发，身材匀称，常穿简单T恤和半身长裙。大多时候，她神色平静，语速不快，只有提到女儿的案件，声线才有更多热度。

“点解你受了这么多委屈都唔讲比妈妈听？你一定要助我们一臂之力啊。”（为什么你受了这么多委屈都不告诉妈妈？你一定要助我们一臂之力啊。）

林秀珠蹲在骨灰前哭了。

女儿包丽自杀，曾在2019年引发中国社会广泛关注和讨论。包丽和男友程士豪均是北京大学本科生，2019年10月9日，包丽在争执后离开程士豪家，而后服用过量晕车药，送院时已意识不清，经过抢救和半年的维生照护，于2020年4月11日离世。媒体报导揭露，两人的聊天记录涉及大量程士豪对包丽精神虐待的言论。2020年6月，程士豪被逮捕。

包丽出事后，她的同学、朋友常约林秀珠吃饭散心。林秀珠提不起兴致，也不想让自己的悲伤影响别人，通通婉拒邀约。“现在想笑都笑不出来，觉得自己笑的话，对不起个女。”林秀珠说。

以前很少喝冰水的她，在冰箱存了几只冰冻矿泉水，心里憋闷时拿出来喝。“饮几啖冰水，会缓解一啲心嘅唔舒服。”（喝几口冰水，会缓解心里的不舒服。）

这三年，林秀珠几乎没睡过好觉。唯一有动力做的，是给女儿打官司。

今年6月15日，北京市海淀区人民法院宣判，程士豪犯下虐待罪，判处有期徒刑三年零两个月，赔偿经济损失73万元人民币。按照中国刑法，虐待致受害者重伤、死亡的，判处有期徒刑二年以上、七年以下。包丽家属及律师认为，一审判决刑期太轻了，并坚持程士豪涉嫌故意杀人罪。案件随后进入二审，由上级法院——北京市第一中级人民法院受理。

7月25日早，包丽案二审宣判。由于不公开审理，只有极少人可以进入法庭。程士豪站在法庭中央，他一头短发，穿素色短袖上衣和棕色裤子。林秀珠坐在法庭一侧。法官宣布，对原告诉求不予受理。程士豪左

右扭了扭脖子，偏了偏头，这大概是他在庭上最大幅度的动作了。随后，程士豪的家属被法警送到另一个房间，里头传出程士豪母亲大声哭喊的声音。

林秀珠对判决感到失望，“我的女都无了，怎么可能判这么轻呢。”8月8日程士豪出狱，林秀珠终日心神不宁。她觉得还有很多证据，没有得到法庭认可，程士豪还没有得到足够的惩罚。

程士豪在法庭上的发言还萦绕在她脑中，他说，如果判虐待罪脱，看在包丽是女朋友份上，才会赔钱。林秀珠记得，一审开庭，程士豪走进法庭时，她的呼吸变得卡顿——那是她时隔两年半再次见到女儿的男友。

“佢系魔鬼”（他是魔鬼），林秀珠心想。 **186天**

2019年10月9日夜晚11时左右，包丽被送到北京市海淀区医院。急诊科初步诊断为药物中毒，病情分级为“濒死”，主因为“4小时前服用晕车药200片”。

林秀珠于当晚接获北大老师电话，她在10日搭最早的班机、于中午抵达海淀医院。

此时，经过洗胃、血液灌输、补液、脱水降颅压和冰毯冰帽等一系列治疗，包丽仍处于深度昏迷，呼吸衰竭，代谢性酸中毒。医嘱还写到，患者多脏器功能衰竭、出血。

医生告诉林秀珠，包丽在抢救时一度失去自主呼吸，现在需要依靠呼吸机。他们决定将包丽转移到北京大学第三医院。那里曾是2008年北京奥运会定点医院，拥有很好的医疗资源。

但转院没有带来转机。医生们告诉林秀珠，包丽几乎不可能甦醒了。女儿脸上时常没有血色，面无表情。抢救后的那几天，脑袋像气球般肿胀。

林秀珠不愿拔管，四处托人介绍名医。

那半年，林秀珠的生活只有医院。“我连吃饭都没力气。”医院对面有间麦当劳，她时常在那里果腹，一天只吃一顿，几个月下来瘦了十几斤。包丽出事后，林秀珠的月经也停了。

一开始，程士豪常常待在医院。他提出想单独先进病房探视，林秀珠答应了。她回忆，起初觉得程士豪很有耐心，会和包丽说话，“看上去还有点悲伤”。但有一次，林秀珠在门缝外看到程士豪似乎扯下口罩骂了句脏话。

10月末，程士豪提出，自己得回归支教项目，林秀珠不答应，女儿躺在那，她人生地不熟，几乎只能依靠女儿的男友。程士豪把手举高，“头上三尺有神明”，他发誓自己没有害包丽。

然后，程士豪再也没来过医院。

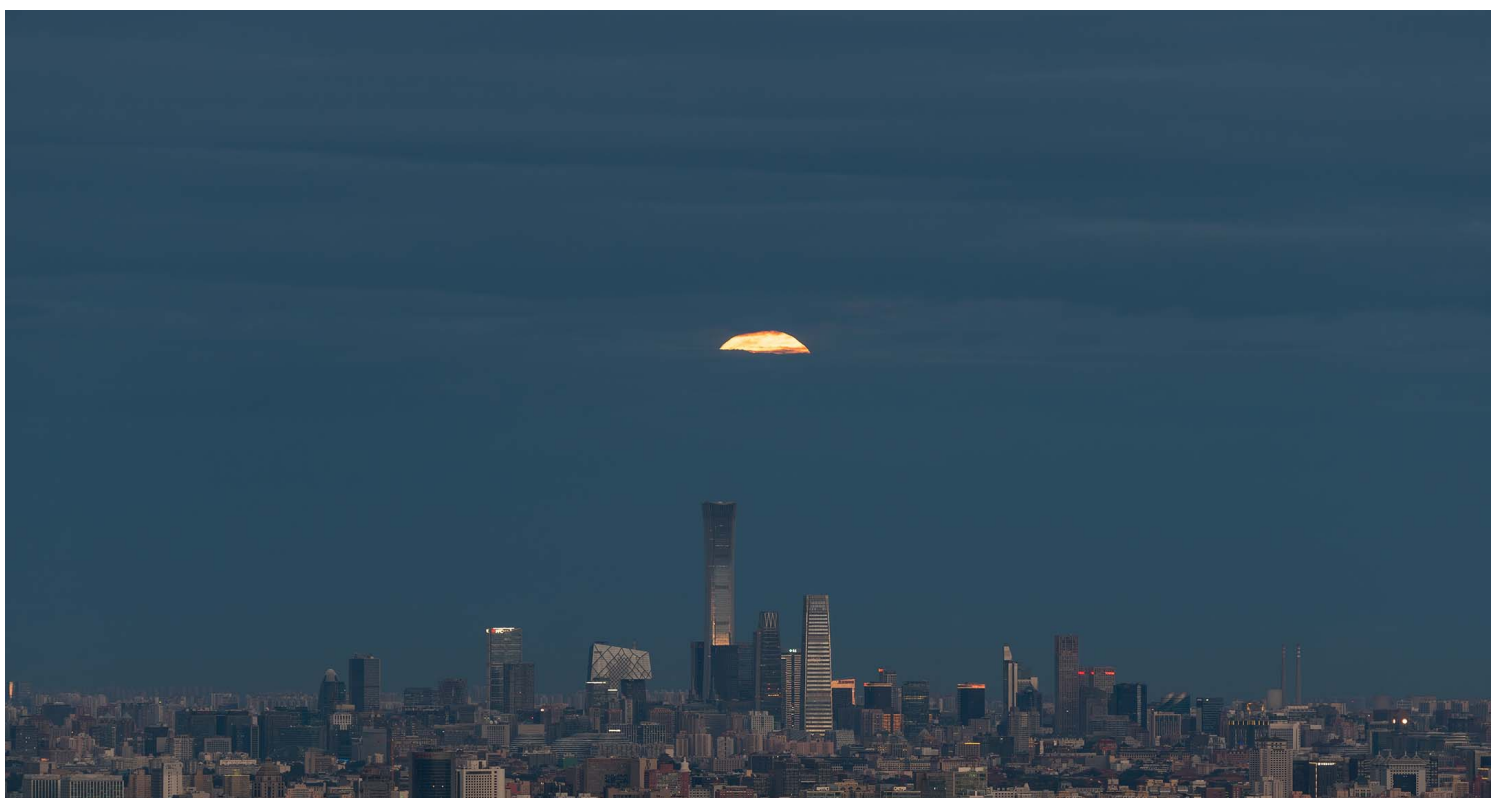
包丽昏迷期间，程士豪仍会给她发微信。10月10日凌晨，包丽正被抢救。程士豪说，“妈妈 我用我的命换你的命 求你挺过来”（程士豪和包丽会互称对方“妈妈”、“爸爸”、“宝宝”）。12月，他发出疑惑，“他们说你心理有问题了 但我觉我是最了解你的啊 你心理很好的 那你为什么 求求你别闹了”。有时，他也怪包丽，“你伤害了我和你妈妈 伤害了我的家庭和你的家庭”。他的言语看起来很迫切，上百条信息堆积在无人回覆的对话框中。

2020年春天，北京陆续采取封锁和隔离措施，林秀珠有时一连十几天无法出门，就算去到医院，也只能坐在ICU外的走道上。偶尔医护进出，她就透过门缝望下包丽——女儿的脸依然是那么苍白。

4月10日是包丽的生日。林秀珠按照过往习惯，包了封利是，请医生带给女儿，也同女儿讲声生日快乐。医生和护士们围住戴着口罩、闭着眼睛的包丽唱生日歌。那天下午，林秀珠在医院门外大哭起来。

翌日上午，她接到医院电话。在送医186天后，包丽离开了。

“我一直很后悔，是不是因为前一天我哭了很久，女儿知道了，所以要快点走，不要让我辛苦。”林秀珠说。那时，她已经认定，女儿的死并不是一件单纯的事。





2021年9月20日，北京上空的满月。摄：Zhang Qiao/VCG via Getty Images

## “爱情”

“她以前有男朋友的，她是不白之身！”程士豪激动的声音刺进林秀珠的耳中。

那是包丽出事后没几天，林秀珠和程士豪并排坐在医院走道上，她问，二人是不是吵架了。程士豪顿了几秒，把林秀珠拉近，抓着她的肩膀摇晃。

林秀珠一头雾水，“和这件事（自杀）有什么关系？”

“有啊，我是山东人啊，我不能接受。她就是个骗子。我连我妈都欺骗了。”林秀珠记得程士豪这样回答。

她不解，这是之前的事吧？不能接受就分手吧？程士豪沉默了。林秀珠又问，包丽不会不给分手吧？程士豪说，“没有，她有说分手，但已经分不开了，是她令我觉得没有了她就没有活着意义，是她让我情绪变得很差。”

程士豪暴躁时瞪大的双眼刻在林秀珠的记忆里。她演示了一下那个神情，脸部肌肉迅猛地扭动了一下，和平日总是一副淡然神色的她判若两人。下一秒，她的脸庞回到黯淡，“他都会那样对我。如果那样对我女儿，包丽怎么受得了？”

林秀珠心里缠绕不解，女儿为什么突然自杀？她想去报案。程士豪在医院得知这个想法后，脾气一下被点燃，对陪伴林秀珠的亲戚说：普通话都说不好，怎么报案，警察不会听你们的。

林秀珠还有更多疑虑。包丽出事后一星期，大学同学来到医院，告诉林秀珠，包丽在恋爱中被辱骂、被打。林秀珠的朋友听到这个情况，告诉她，怀疑包丽经受了PUA。（编注：pick up artist，起初指男性以勾引女性为目标采用心理操控技巧，后延伸为在权力不对等的关系中，对他人进行情绪勒索以造成恐惧、羞辱等）

那是林秀珠第一次听说“PUA”这个词。

事发后20多天，林秀珠拿到女儿的手机密码。那时，程士豪已经不再来医院。在女儿与男友的微信聊天记录里，林秀珠觉得自己找到了真相，那是比PUA更严重的伤害。

包丽和程士豪在2017年相识，两人均是北京大学校学生会成员，包丽在文艺部，程士豪在体育部。学生会调整后，程士豪当选分管文艺部的副主席，二人接触更为频密。在认识到确定恋爱关系的一年多里，为人处事圆融的程士豪，积极为包丽竞选学生会出谋划策。渐渐的，除了工作事宜，包丽亦向程士豪分享私人生活。包丽认为程士豪为人正直，和许多男生不同。

2018年7月，包丽和程士豪一同前往宁夏，参加北大的招生小组。7月中旬，程士豪表白。

8月14日，二人在聊天中提及程士豪看包丽的眼神。程士豪介绍起一本名叫《琴帝》的小说：里面有个女生特别漂亮，但得了一种病，必须要男生扒光按摩；女生刚开始很反感，但看到男生清澈坦然的眼神，觉得好纯洁、没有非分之想。程士豪说，这个故事告诉我们，女生不喜欢禽兽，但喜欢衣冠禽兽。

包丽反问道：你对女性的认知，到底建立在什么书上，小黄书看多了不好。话题很快结束。

8月15日，程士豪持续向包丽表达喜欢之意，并称“做我的小母狗吧”，包丽在回覆中并未流露出反感。两人很快确认关系。

包丽发来一篇新华社报导截图《我是你的眼！七旬老太太每天用竹竿牵着失明丈夫散步三公里》，称很浪漫。程则回应，“我是你的脑！北大男生每天用狗链牵智障女友散步7600步”。包丽开玩笑地回应，“你别不牵”。

2018年末，二人不时会在吵架后拉黑对方微信。有时，程士豪在解除黑名单后，会用甜蜜的话语安慰女友，“宝贝，本来我觉得是你欠我的，现在我发现是我对你有亏欠。”有时，程士豪提醒女友要小心恋爱，他还给包丽发过一篇文章《女性如何在亲密关系中识别暴力和自救》。程士豪说，给你留着，日后肯定有用。

“我找到了我的信仰，但我每天都活在得到他的快乐和失去他的痛苦中。”包丽曾在对话里如此形容自己对程士豪的感情。她在恋爱中努力迎合对方的需求。12月，程士豪曾说，“从侧面看，你是真的胖，感觉遮住两个R（包丽的同学）。”据林秀珠回忆，身高165cm、体重约45公斤的包丽愈加注重减重。她一度觉得女儿太瘦了。包丽说是因为健身瘦的。

与包丽交情不错、同在学生会工作的田宇航回忆，包丽为人乐观、开朗，学生会工作有时一天要花十几个小时准备活动，也没见过包丽喊累。他觉得包丽不常在外人面前显露难处，私下偶尔才同田宇航提过工作上的烦恼。

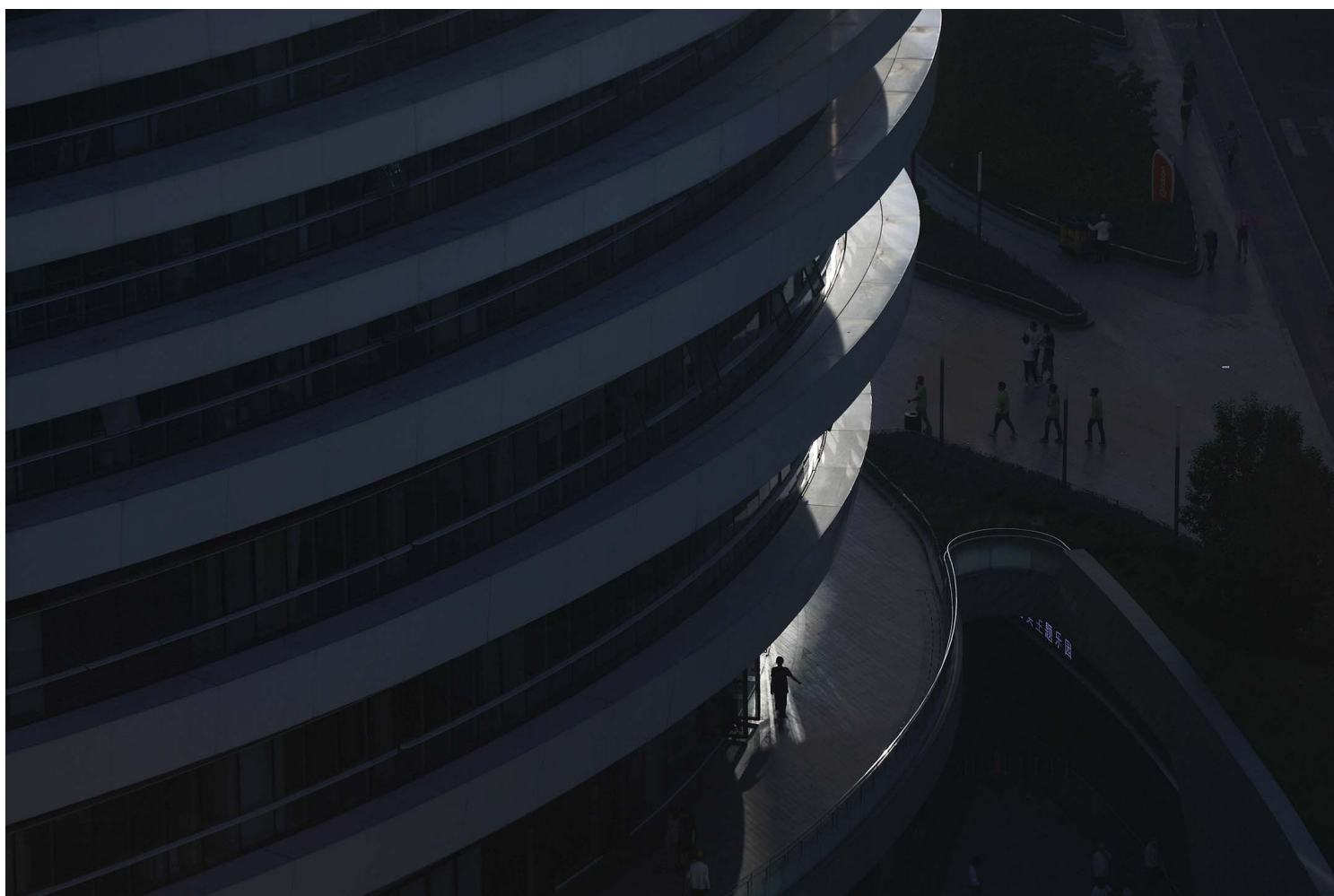
田宇航和程士豪接触不多，他觉得程士豪平日看起来言谈举止都挺温和的，也不太干涉文艺部的工作决定。《南方周末》的一篇相关报导显示，程士豪在2017年参加学生会竞选，在手册的工作思考中写了“通

往至善之路”。那本手册上，一位老师评价他“有目标、有热情、有担当”，另一位学生会副主席的评价则是“为人重情义”。

上述报导还提到，包丽在2019年2月曾对中学同学G表示，喜欢男友的原因是“一切都太合适了。”但包丽的爱情体验不只有甜蜜。包丽也对G表示，程士豪喜欢黑帮片、喜欢打架，性格很像会家暴的，“每次生气都很恐怖”。当时，包丽已向G透露，男友非常在意自己不是处女、经常翻看其聊天记录。包丽对此很苦恼，恋爱半年哭了得有50次。

林秀珠偶尔也问女儿恋爱状态，女儿总说“几好啊”（挺好的）。“我问佢都系一句起两句止，都不会讲太多。我性格就系咁衰，我见到人地唔系好想讲，我觉得系咪想保护隐私，我就不想再问落去。”（我问她，都是答一两句，不会讲太多。我性格就是这么衰，我看别人不是很想讲，我觉得是不是想保护隐私，我就不想问了。）林秀珠反覆说，“我就是这么衰的。”

事实上，早在2018年年末，包丽就曾向大学同学倾诉过男友总是发脾气，她也说自己不太会记仇，平时嘻嘻哈哈的，不开心的就过去了。那时的她还没有预料到，亲密关系中的一些矛盾，不是自己翻篇就能终结的。



2017年5月24日，北京，阳光下，一名女子走过一栋大楼。摄：Andy Wong/AP/达志影像

## “我应该意识到他的性格”

打从一开始交往，程士豪就知道包丽有过性关系。按照他的说法，因为喜欢，可以接受已经发生的事。但后来的事情说明，程士豪并没有真正接纳包丽的情感经历，这成为包丽日后无法逃离的噩梦。

2019年1月1日，程士豪提及自己与另一位朋友F的对话，F认为女生第一次性经历“是象征性的奉献”，“这之后的性会随便的多了”。程士豪对包丽说，自己不想当接盘的人，“你把最美好的东西奉献给另一个人，而我却要为了你的决定不断麻痹自己。”

当时的包丽直接反驳，自己最美好的东西是她的将来。不过，包丽仍想补偿程士豪，她询问“自己应该如何做才好”，并表达随后“会采取行动”。

围绕性经历的争吵如山火一般不休不止。“精神暴力何尝不是一种暴力。但是每次离不开的人都是我，你明知道这样我没有办法学习，你让我期末怎么办，我真的好害怕。”包丽说。

1月初，包丽已在微信上直呼程士豪为“主人”，程士豪微信备注是主人，并附有爱心的emoji。1月下旬，邻近春节，二人一起回到包丽的老家广东，程士豪在包丽家中住了一周。

林秀珠对程士豪的第一印象不错，个头高高的，身材挺好，“像飞机师。走路还有点带风”。程士豪带了虫草当伴手礼。林秀珠曾听女儿说过，程士豪的家境不错。

“妈妈”，程士豪如此称呼林秀珠。他常对“妈妈”说，“你要保重，我什么都不想，只想你开开心心的。”林秀珠觉得这个男孩很会说话、圆滑，谈吐不似他那个年龄。林秀珠想起包丽第一任男友，那是她的高中同学，也在北京读大学。有一年，包丽二人一同从北京回老家，林秀珠在机场等包丽，见到男孩拘谨、害羞，“和程士豪截然不同。”

根据《三联生活周刊》[报导](#)，林秀珠本想让包丽和她住一间房，给程士豪单独的房间，但程士豪提出要和包丽一间。林秀珠觉得不礼貌，但还是应允了。

除此之外，那一周似乎没有什么不对劲。林秀珠带他们去当地有名的酒楼吃广式点心。那是挺新潮的地段，有中式餐厅，也有挂着霓虹灯的餐吧，停车场满满当当，食客在邻近深夜时仍络绎不绝。今年再到访时，她不由地看向靠窗的位置，当时吃饭的画面仍记忆犹新。

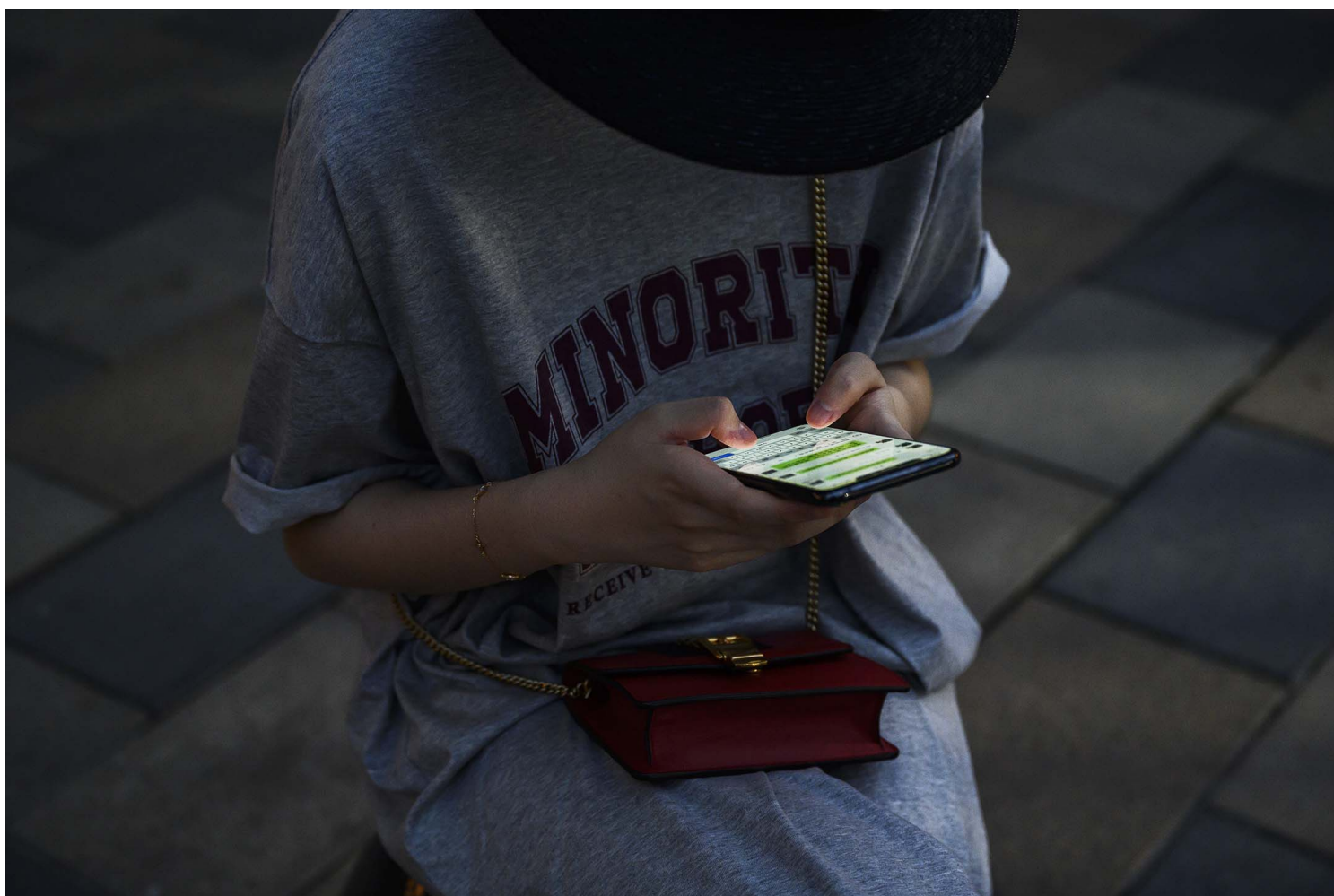
在饭桌上，程士豪对女友体贴照顾，不时给包丽夹菜，问她饭菜好吃吗？“我觉得他很关心我的女儿，”林

秀珠说。那时她想，男孩还是学生会的，总没什么问题吧？

事后回想那七天的短暂相处，林秀珠不时自责，当时没有正视自己的直觉。一次，她听到程士豪流露出对自己普通话不够标准的嘲讽，“他在那里笑，『哈哈你妈在说什么』。”大家都沉默了。

程士豪喜欢吃牛肉火锅，短短一周去了两三次。吃着牛肉，林秀珠说她知道有个地方会在清晨割牛，程士豪马上接话，“在哪里，我很想看，我喜欢割牛的感觉。”包丽说，“这不是很可怕吗。”

包丽出事后，长期在家中打扫卫生的阿姨对林秀珠透露，程士豪在家中住了一周，进进出出总会打照面，但他没称呼过一句“阿姨”。包丽也释放过一些信号，说觉得程士豪大男子主义。林秀珠不断反刍那些记忆，“我应该意识到他的性格。”



2020年8月14日，北京，一名女子在坐在购物区看手机。摄：Kevin Frayer/Getty Images

## 狗，主人，纹身，输卵管

进入2019年2月，二人持续就包丽的性经历发生更激烈的对话。

程士豪不断强调，包丽瞒骗自己的性经历，将“最美好的东西给了别人”，自己却什么也得不到、也没有可以开心回忆的事了。很多时候，包丽会先耐心回应并表达自己的想法。但程士豪并不接受包丽的解释。

（编按：以下引述节选自包丽和程士豪聊天纪录）

程士豪：我爱你 所以 我要爱你的全部 爱你的过去 爱你犯过的错误吗

包丽：你只不过把我当作满足私欲的工具 你可以抛弃私欲来爱我吗

程士豪：你难道还不能觉悟 你为什么走到这一步吗 就是因为你眼中的爱是这样的 你这样去要求另一半 所以你对自己的身体 不会珍惜 顾忌 保护

…… 包丽：我觉得我必须矫正你的观念 ……

包丽：我到现在还不够失去自己吗 我都害怕了 我已经不是我了

他们的争执时常以包丽服软、顺从的话语作结。例如，若包丽更频繁称呼程士豪为主人，提出“主人给我买尾巴，为了讨主人开心”，程的言语就会流露出满意，不再那么咄咄逼人。程士豪也会提出拍裸照、让包丽纹身小母狗字样的要求，以证明包丽对自己的爱。“我生来就是主人的玩物，以后都会是，以前也是。”包丽如此对程士豪说道。

为了让程士豪开心，包丽把微信头像换成一条被牵着绳子的小狗图片，昵称改为“想主人了”。

田宇航记得那个头像。在大学同学的微信小群里，有人发现包丽将个人签名改成“爱主人”和“让主人开心”，和包丽聊起时，她没有直接回应，有时会发个表情包、“打太极”。大家也没多想，不再追问。当时田宇航觉得，或许这是包丽谈恋爱的状态，应该尊重他们相处的方式。事后回想，当时包丽还有一些微小的变化，比如她越来越少参与同学聚餐。

在程士豪眼中，他们的感情得以对等的前设，是包丽的绝对服从。在多次争吵中，程士豪不断强调，“只要你肯为我改变，我才能感觉到你爱我。”

他并不隐瞒自己的驯服欲望，二人曾就顺从和责任辩论，程士豪说，“当你愿意为我去死的时候，我就给你全部的责任。你之前说愿意，你现在再看看，你是否又一次欺骗了我。”“我就是要你为我失去全部的自我，没有任何条件，这是你自己曾经那些决定的代价。”

“我可能再也无法从自己自上获得生存的满足感，无法独自承受外来的压力，无法自己掌控快乐与痛苦。”

包丽说。

“以我的喜怒为喜怒，以我的生存为意义，不计后果，不计成本，真的成为我的一条狗狗，一条小母狗。”程士豪说。

包丽问，“你要我把命给你吗？” “是。”程士豪回答。

2019年6月11日凌晨，程士豪再次对包丽的性经验表达不满。他称自己阅读了一篇在心理学公众号Know Yourself刊登的文章，内容为女生讲述自己的第一次性经历。他看到女生第一次性经历“好像都很疼”，他认为女生“尽管自己经历了难忘的疼痛，但只要看着他开心，就感觉值得”。程士豪没有获得对方的第一次，对他而言是无法弥补的损失。

包丽没再直接回应。6月11日白天，在几句日常事宜沟通后，程士豪又进入了激烈的情绪漩涡。程士豪认为，包丽的反驳是一种不低头，不低头意味着不够爱。他持续指责包丽不肯放下“高贵尊严”。（编按：以下引述节选自包丽和程士豪聊天纪录，或会引起情绪不适，请酌情阅读）

程士豪：其实我之前幻想着 也许我发了一次脾气 发了一次又一次脾气之后 你能懂得服软 你没有用尽一切力气 你没有放下一切尊严 你没有给出全部的爱

包丽：这不是我不低头 而是我也一次次很绝望地发现你要什么 你跟我说 你很想要一个新的娃娃 那我去抱住你跟你 说你别要了 这不是很霸道么？

程士豪：你说对了 我就是希望你能霸道地抱住我 告诉我不许要别的 这辈子只能要你 告诉我如果我离开 你活不下去

包丽：我凭什么不让你走 我也没有信心能让我们都可以变得幸福

沟通中，程士豪多次发送大段情绪失控的话语：“你凭什么这么对我啊？你之前不是还答应我你离开我就去死么？你去么？”“你答应过当一条狗，当一个卑贱的人，你告诉我你几时放弃过你高傲的尊严？你告诉我你真正想过要补偿我么？嗯？你告诉我你曾有一刻不欺骗我么？”

后来他在法庭上解释，“狗”这一说法并非侮辱，他想要包丽放下自尊和骄傲。而程士豪在日常也会称呼包丽作“狗狗”，他认为这是一种情侣间的昵称。

一番争吵后，包丽最后说，“请及时来提取你的娃娃，逾期将丧失你终生唯一的娃娃。”这才使得气氛缓

和。随后，包丽又说，娃娃出生后立刻致火程序，请说出关闭口令。

两天后，包丽在宿舍尝试割腕。

持续的言语暴力弥漫在包丽的日常。2019年夏天，程士豪开始以自杀要挟。7月中旬，包丽曾对大学同学R袒露，她心死了，对爱情厌恶，想要分手。

7月14日凌晨，程士豪一度表示，“我没想到，有一天我会无能到用死威胁一个人，你真的不心痛么？你不肯再为我忍受了么？”包丽表示自己的忍受会滋长对方的暴戾，希望看到程士豪能脱离痛苦。

这次对话中，程士豪提出更加无理的要求，让包丽为他怀一个孩子后打胎，自己要留下病历单。包丽说，“对宝宝公平吗？我不要他成为一个工具，只为了在病历单留下一行字”。程士豪进一步说，那去绝育手术、留下病历单，“可以吗？我来出这笔钱。妈妈？”包丽说，“好。那你要努力活成一个好的样子。”程士豪还说，他想留下输卵管。

根据《三联生活周刊》报导，程士豪后来受访时表示，他讲的是气头上的玩笑，并非真的想让包丽做手术。程士豪也询问记者，是否觉得他那些话语有恶意？

林秀珠回忆，在一审时，程士豪全然否认自己试图用言语控制对方，无论是“狗”或是“小黄书”、“纹身”，都是双方对于情感表达的共识，是情趣。他认为，谈及输卵管的时候，是在对女友表达感情。他不解，他与包丽在相爱过程产生的矛盾、纠纷，为什么被人们解读为犯罪？





2020年8月31日，人们站在北京大学外。摄：Thomas Peter/Reuters/达志影像

## 死局

8月初，包丽准备回广东老家看望林秀珠。程士豪对此很不开心，他一会儿求包丽不要走，一会儿说自己恨包丽。这段时间，程士豪在对话中稍有不顺心之处，会连发50个“臭傻逼”、“操你妈”之类的粗口或20句“我恨你”。他觉得是包丽毁了自己。

8月8日零时许，程士豪发来信息，进行了数百字的指责和辱骂（编按：以下引述节选自包丽和程士豪聊天纪录，出现辱骂性字眼，请酌情阅读）：

程士豪：“你如果不那样坚持自我 我会比现在开心的多” “我操你妈的 操你妈的 操你妈的 臭傻逼 你不可笑么？” “觉得什么我脾气越来越差 我告诉你 你还是在把原因推给我 你还是不知道反省你自己做错了什么 你还是不知道应该真正悔恨的是什么 我操你妈的 ” “你带走的 是我的自信 阳光 憧憬 这些都他妈的回不来了 不是你走就能找回来的” “我的脾气没有变差 我只是在寻找平衡 在索取 这早晚都会来” “你还不知道自己最大的特点就是蠢么 嗯？” “你要是真的像你所说的那样 你会纵容我寻死觅活而甩头走开 会留下一个那样的我走掉 会让我每天去吃安眠药 会让我那么难过痛苦 ”

程士豪说自己为包丽服用20粒安眠药，包丽吓坏了，赶紧打电话给程士豪，几天后回到北京。包丽很是愧疚，提议把自己的输卵管送给他作为恋爱一周年的礼物。她说，“你没有懂我为什么走吗？我想让你远离我这种垃圾，我是一个毫无价值的女孩。”

程士豪的回覆仍充满占有欲：“我如果死了，记得把你的输卵管烧给我。”他称自己在医院洗胃，传送了一张洗胃单据，“洗完了，很难受。”

洗胃单上盖有红色的中日友好医院诊断证明章，写道：患者服用过量安眠药。

程士豪在日后的调查中，承认该单据属伪造。庭审中，中日友好医院工作人员亦作证，程士豪在该医院没有就诊纪录。

程士豪佯称自杀的同日晚，包丽的知乎帐户发帖“真爱男友有处女情结、家暴倾向，我应该放弃吗”。

八月中旬，二人谈恋爱一周年，包丽某日再向大学同学R倾诉，她又哭了一整天。同学劝她分手，包丽说“分不动了”，“你真的不懂他有多歇斯底里，我觉得我应该好好振作一下，我的生活太混乱了被他弄的。”

那个夏天，林秀珠觉得女儿过着忙碌的生活。她盼着女儿暑假回家多待几天。包丽说自己要在北京实习。她不知道，女儿回到北京后，曾在8月30日过量服药，被程士豪带去中日友好医院洗胃。

后来林秀珠在包丽和程士豪的聊天记录中翻到一段语音，正是来自2019年8月中旬，音频中，包丽呜咽着说“林翰哥哥对不起”，程士豪不罢休。那是林秀珠第一次听到包丽的哭腔，她把那段音频反反覆覆地听，自己也大哭了起来。

八月底到九月，包丽和程士豪都在准备法考。但激烈的指责乃至谩骂仍在持续，包丽一旦表达出“不要再互相伤害了”“我还会爱你，但我们真的没法在一起了”等态度，程士豪便会挽留，有时称要自杀，有时恳求再打一个电话。

以往，林秀珠每周都会和包丽打个电话。“她后期少了联络，我以为是因为准备法考。”事后回想，林秀珠满是悔意，她责备自己没有早点发现不对劲。

在实施自杀前，包丽似乎已经放弃分手了。10月，在一次与大学同学R的闲聊中，她再一次表示，又与男友吵架了，对方做事很极端，总在重要考试前就性经历争吵。分手呢？包丽说：分不掉了。



2023年1月19日，一辆救护车经过中国北京的一家医院。图：Bloomberg via Getty Images

## 最后四小时

2019年10月9日下午3时左右，包丽和程士豪吵架后，从程士豪的家中离开。她穿橘黄色卫衣和牛仔裤，没带太多随身物品，没有背包，几乎空手出门。据一位看过现场cctv的人士转述，离家后，包丽抹着眼睛和鼻子，似乎哭过。

她搭乘地铁，在海淀黄庄站下车。4时20分，包丽第一次在网络预订公寓房间。5时01分，包丽取消了订单，2分钟后再次订房，随即又取消。5时05分，包丽第三次订房。5时40分，包丽点开外卖APP，下单了某款晕车药。

与此同时，程士豪开始寻找仍未归家的包丽。5时42分，他在微信联络包丽的大学同学J，询问包丽是否回到宿舍。几乎在同一时间，包丽抵达在中关村公馆预定的房间。这里位于北京三环和四环之间，云集知名大学、购物商场、商务大厦、高档酒店，地铁、公交都很便利。约半个多小时后，外卖骑手将药物送达。

6时20分左右，包丽向程士豪发去三条信息，“此生最遗憾的事情莫过于此了。”“遇到了熠熠闪光的你，而我却是一块垃圾。”“妈妈今天给你谢罪了。”

看到这些字句，程士豪称自己嗅到自杀的念头，数分钟内向包丽发去数十条信息“妈妈 我求求你了”“宝宝好想你”等。程士豪又让J联络包丽，一度问J，学校有什么危险的高楼？J接连询问程士豪发生了什么事，程士豪没有回答。随后，程士豪打电话报警。

6时49分，程士豪用包丽电脑上的微信联络林秀珠，称“找不到包丽了”。

7时许，程士豪来到家附近的派出所，希望警方帮助定位。

7时13分，包丽在微博发帖“我命由天不由己”，将帖文设置为仅自己可见。

7时半左右，程士豪通过修改密码登录包丽的Apple ID，通过查找手机功能，发现包丽在中关村公馆附近。他随即打车前往，并向海淀警方报警，称女友有自杀的倾向，并表示自己没有女友的身分证号。

根据海淀派出所事后发布的说明，10月9日晚上8时许，民警与程士豪前往中关村电子大厦、海淀法院周边、中关村公馆地下车库寻找，未有发现。近9时，在警方的介入下，翻查中关村公馆的监控才捕捉到包丽的身影，程士豪叫来同学C帮忙。

近10时，经包丽室友反映，北京大学工办得知包丽和男友吵架后失联。老师也开始找寻二人。

10时20分，终于找到包丽搭乘电梯抵达事发楼层的画面。警方告知程士豪，有需要帮助可联系后便离开了。程士豪、C和保安一同前往房间。一开门，程士豪冲进去抱住包丽，包丽没说话，时间大概是10时半。

北大老师很快得知人找到了。10时35分，一位女老师L拨打包丽的手机，程士豪接听后，称包丽睡着了。老师着女方通话，只听到一个女声传来“老师好”，老师赶紧追问位置，电话很快被挂断。数分钟后（约10时39分），老师再次拨打包丽手机，依旧是程士豪接听。当老师表达想去寻找二人的想法，程士豪称在外散步，要处理二人的事情，一小时后再回电，很快又挂断电话。老师觉得女声有气无力的，程士豪状态着急，但也冷静。与此同时，程士豪对先前联络过的同学N表示找到包丽了，她睡着了。

林秀珠从老师那里得知包丽出事后，不断拨打包丽的微信电话，但没人接起。她又找到程士豪，对方没提起包丽服药的事，只让林秀珠放心、包丽有他照顾着。

在10时半找到包丽后，程士豪发现包丽服用大量晕车药，想为包丽催吐，让C下楼买水。根据同行抵达房间的保安，10时42分，程士豪不仅用完房内供应的两瓶矿泉水，还继续接水灌给包丽。保安建议，得马上送院。不过，没人想到拨打救护车热线。

8月30日，包丽也曾过量服用舒眠胶囊。根据中日友好医院针对包丽的现病史记载，“2小时前患者生气后服舒眠胶囊36粒”。当时医生为包丽洗胃，下发病危病重通知书。

根据这款晕车药物的说明书，成人一般一次服用1-2片，一日三次。若过量服用，须及时就医。林秀珠回忆，海淀医院的医生曾对她说，服药2小时内送院治疗，还有治愈的可能。

根据一篇2021年发表在《中国全科医学》的研究，包丽服用的晕车药是微酸、无特殊气味的白色晶体粉末，在肠道内可被快速吸收。根据研究，相比服用剂量，血药浓度对评估疾病严重程度有更可靠的参考价值。该研究还指，该药片中毒治疗应尽快实施洗胃导泻，阻止和减少胃肠道吸收入血。

端传媒向多位医生查询相关情况的处理方法。一位曾在急诊科和中毒专科工作的医生表示，若患者过量服用该药片，灌水理论上不会影响药物吸收；在患者不清醒的状态下，灌水催吐有可能导致吸入性肺炎。另一位工作年资逾10年的麻醉科医生表达了相近意见，灌水可能不会对病情有帮助，甚至可能导致身体内电

解质失衡 (electrolyte imbalance) 。

从中关村公馆到距离最近的海淀医院，保守估计不到500米，步行距离7、8分钟。程士豪决定用网约车平台叫车。10时54分，程士豪、C和包丽抵达医院。距离找到服药的包丽，已过去20分钟。此时包丽已无法独立站立，由人架着踉跄行进。在医院挂号时，程士豪拿出手机里存的包丽的身分证照片，着C帮忙办理手续。

这天晚上，程士豪没有将服药自杀的情况，直接告知也在寻找包丽的同学们。事发当日程士豪曾询问过包丽的中学同学T，但T是在数天后从包丽的亲戚那里得知包丽服药，田宇航则是从辅导员那里听说“服药了，情况很严重”。

田宇航觉得这一切毫无征兆。在2019年10月初，即出事前不久，包丽还向他借学习笔记参考，二人也聊起升学规划。“这不像是她会做的事，听起来很不合理。”一开始，田宇航根本没法相信辅导员说的话，直到林秀珠通过微信联络到他，希望大学同学能去医院看望包丽，和她多说说话，这样或许会有奇迹降临。

在田宇航的认知里，包丽不仅有主见，也很会照顾他人的情绪和想法。若出现意见分歧，她不会强势地要求对方听从或认错，会先安抚对方的情绪、甚至放低自己的身位，但最后还是会表达自己的想法。“很难想象，为什么她会在这样纠结的关系，在这样一个环境下忍受这么长时间。”

## 女儿

“我每日都会想起女儿，好像还是昨天发生的事。我觉得我一辈子都会这样下去。”林秀珠讲话总像在出神，眼神朝远方看去。她不善言辞，提起女儿，频繁地讲“乖”和“善良”。

林秀珠和丈夫希望女儿成为一个独立的人。她把女儿送到外地寄宿幼儿园，生病了才接回家。包丽小时候打针不哭不闹，不需要人抱。“她觉得别人抱会辛苦。我觉得她是硬撑，我就尊重，让她自己走。”包丽读中学期间，想去外地探望生病的同学，林秀珠叫司机送她，也被包丽拒绝了。她不想麻烦别人。

中考、高考选校和报志愿，也是包丽研究透了、选好了，再找妈妈签名。

家里是做生意的，包丽从小衣食无缺。她最感兴趣的是书。一到假期就往书店钻，一待就是小半天。林秀珠不爱看书，但会在一旁陪她。书店隔壁的文具店也卖玩具，但包丽不感兴趣。

至今，包丽书房的茶几和书架上还堆叠着大量书籍：《蒙田随笔集》、《怀疑的时代需要怎样的信仰》、《民主的细节》等等。书堆中夹杂着一张英文奖状，林秀珠已不记得那是什么比赛，获奖对包丽而言是家常便饭。还有一张自制的同学青春纪念册，上头有数张包丽和同学的合照。女孩们笑容灿烂。



包丽喜欢阅读，书房内堆积着许多书籍。

“这20年除了读书就是读书。”在林秀珠记忆中，包丽不曾和人闹矛盾。她曾提醒女儿，社会上有很多坏人的。女儿反驳，你看我身边的同学都很好啊。

女儿的成长，对林秀珠而言，也是一种正向激励。以前和包丽出门，林秀珠随手丢弃垃圾，就被年纪小小的包丽提醒不能乱丢垃圾。包丽小时候跑去做志愿者，扶老人过马路，这还是同学告诉林秀珠的。“要跟上女儿的步伐一起变得优秀”——林秀珠萌生出这种想法。

女儿走了以后，林秀珠的生活彻底翻转。以前她注重打扮，现在有时一件T恤连穿好几天。林秀珠以前也喜欢听歌。但女儿出事后，她听着电视声音猛地觉得刺耳，索性再也不开电视。客厅沙发上，还摆着包丽小时候喜欢的星星抱枕。有时候，她盯着沙发，便想起那是程土豪坐过的位置。

“希望自己出一些意外，死了好过。”林秀珠平静地说，“我现在就是慢性死亡。”

她也曾享受煮食，钻进厨房就是两三个钟头，只为给女儿煮一餐饭。但这两年，她很少开伙。厨房餐具堆

叠的模样，像是很久没人碰过。冰箱里乱糟糟的，有的食材像被遗弃了很久。橱柜还摆放着包丽的不锈钢保温瓶，瓶身用马克笔写上她的名字。那是外婆的字迹。

外婆也疼爱包丽，总陪她去书城。有时外婆身体不舒服，林秀珠请司机送她去医院，包丽会提醒妈妈，应该亲自送外婆看病，外婆需要的是陪伴。包丽躺在医院的半年，林秀珠留在北京陪女儿，将患有阿兹海默的母亲送到养老院。外婆在去年离世，林秀珠没有把包丽的事告诉外婆。

“自从阿妈病了，我也有点疏忽个女了。”林秀珠责备自己。

林秀珠后来觉得，或许是包丽太过独立，习惯自己解决所有问题。回看女儿这段关系，她觉得，程士豪也是有爱的，但恨多过爱，“他觉得自己高高在上，要找一个很完美的人，觉得包丽欠了他、欺骗他。”

## 判决

2019年12月12日，《南方周末》刊发包丽案的报导，“PUA”/ 亲密关系中的精神控制等话题引发舆论热议。报导中，程士豪称包丽的死和自己没关系。12日，程士豪向澎湃新闻回应，称自己对包丽之死有责任，否认精神控制，指相关网络质疑是恶意揣测。很快，“当事人回应北大女性自杀事件”的词条冲上微博热搜第一。13日，微博上出现更多关于“PUA”和精神控制的热搜，不少公安、反邪教官方部门转发相关内容。

林秀珠向北大校团委发去举报信。13日，北京大学研究生支教团项目管理办公室取消程士豪研究生推荐免试资格。

2022年7月6日，包丽案一审在北京海淀区人民法院开庭，程士豪被检察院起诉虐待罪。法院以涉及隐私为由，决定一审为不公开审理。案件设有陪审员。法庭上，程士豪亲自作供，林秀珠亦有出庭作证。法庭还采纳数位包丽的大学和中学同学、C、公寓保安、老师等人的证言。有证言指，程士豪还对包丽施行肢体暴力。刑事法庭从早上9时半开始，度过13个小时的漫长审讯结束，近夜晚11点开始民事诉讼法庭。

林秀珠和代理律师认为，程士豪有一系列拖延救治的举动，例如，在报警时没有提供身份证号供警方找寻包丽，在公寓找到包丽时并未及时呼叫救护车送院，反而采取灌水催吐的方式。因此，被告人应以虐待罪和故意杀人罪并罚。

程士豪的说法是，他不认为身份证有助于警方，网上订单未必有登记信息，到了医院才想起自己存有照片。在一审中，程士豪不断表示没有精神控制包丽，二人相爱、吵架不是犯法，先前的媒体报导令自己遭受网络霸凌。



林秀珠家中的沙发上，还摆着包丽小时候喜欢的星星抱枕。

2023年6月15日，法庭宣判一审结果。[判决书](#)指，“程士豪虐待与其共同生活的同居女友，情节恶劣，且致使被害人死亡，其行为已构成虐待罪。”判决续指，“指控中认定程士豪实施肢体暴力的相关事实证据不足，不能成立。”就被害方诉讼代理人所提故意杀人罪的意见，法院指，证据不足以证实程士豪实施了积极追求或放任被害人死亡结果发生的教唆行为。

根据中国刑法，虐待罪是指以打骂、冻饿、强迫过度劳动、有病不予治疗、限制自由、凌辱人格等手段，对共同生活的家庭成员从肉体上和精神上进行摧残、折磨，情节恶劣的行为。程士豪一方认为，二人不构成共同生活的家庭成员这一要素。

判决书写道，刑法将虐待罪的犯罪主体规定为与被害人存在家庭成员关系的行为人，虐待罪条文并未对“家庭成员”这一概念范围作出界定；不过，《反家暴法》有明确规定：家暴犯罪中的“家庭成员”是从实质关系加以界定，除了典型的家庭成员之外，具有较为稳定关系的共同生活人员也纳入家暴犯罪所规制的主体。换言之，具有监护、扶养、寄养、同居等关系的共居生活成员符合界定范围内。

判决书还写道，“包丽在案发时极度脆弱的精神状态这一风险，正是由于程士豪日积月累的指责、辱骂行为

而制造。”

一审判决后，林秀珠及代理律师决定再去报案。2023年7月25日，二审宣判维持判决。

一审后，程士豪递交上诉状。他称自己有两大大不解：“其一，法律是否应轻易介入感情，审判爱情？其二，恋爱情侣不骂人，不指责，如何吵架？吵架是否犯法，怎么吵不犯法？以什么频率，用什么理由吵架不犯法？”程士豪还认为，判决将助长网暴。针对包丽自杀，他说：“一青年，身承民族，社会，家庭，自身职责，肆意任性，自弃生命，今司法反诿过他人，此大谬之价值观，谁知遗毒多少年”。程士豪的母亲在一审后接受媒体访问，坚持儿子是无辜的。

8月8日，程士豪出狱，他原本的电话已经无法打通，端传媒尝试联络未果。

## 这完全不是爱

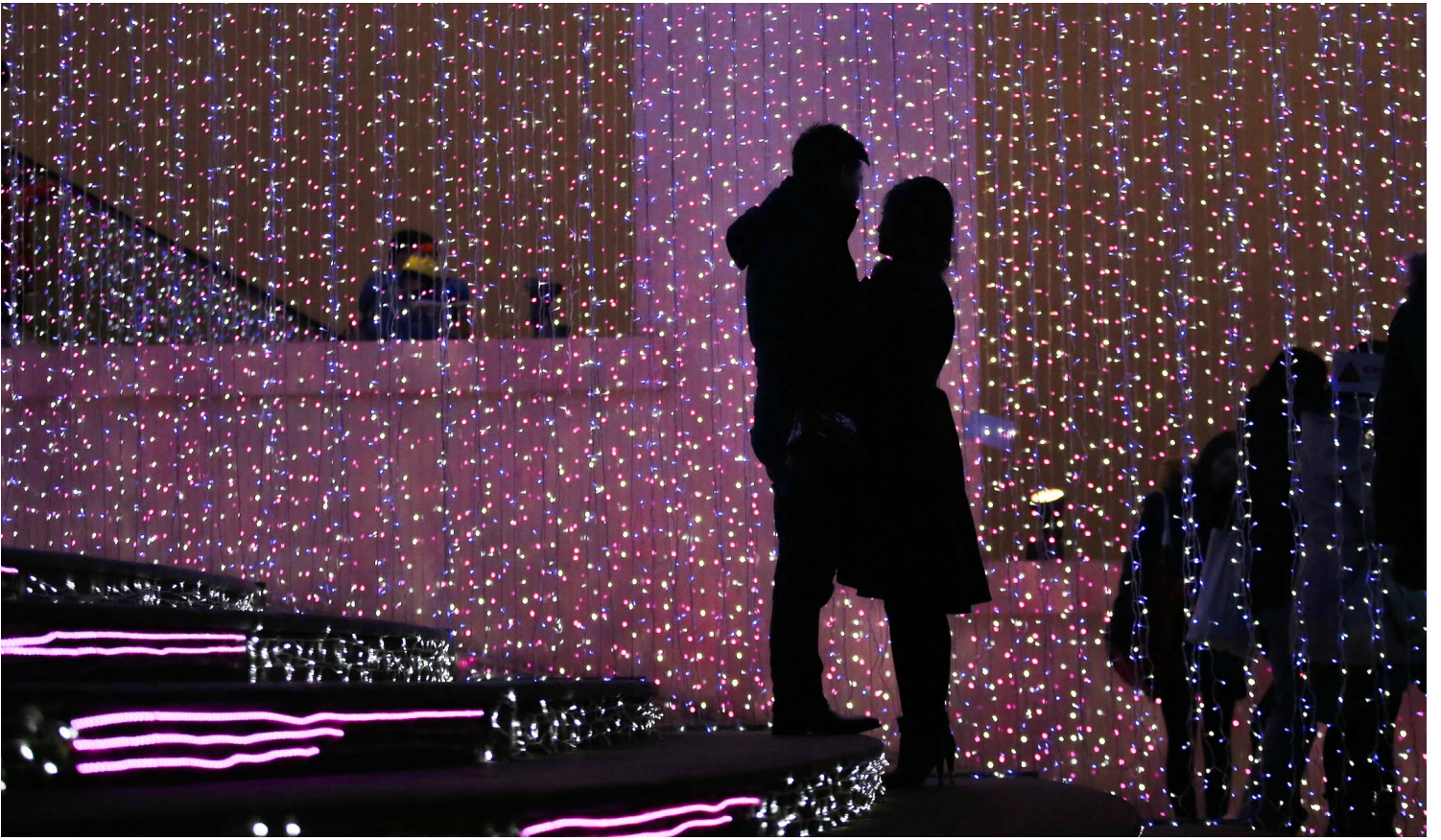
“亲密关系暴力，一般指会令对方感受到威吓、胁迫、限制及操控的虐待性行为模式。”《亲密伴侣暴力的性别思考》一书这样写道。虐待有不同形式，身体虐待是最普遍的认知，精神或心理虐待、性虐待、经济控制也属于虐待。尤其是精神虐待，常以言语侮辱、贬低人格、占有欲、以自杀要胁的方式出现，造成的伤害不亚于身体虐待。该书还指出，用“家庭暴力”描述亲密伴侣间的暴力，会令人将家庭暴力误解为家事或琐事。

联合国毒品和犯罪问题办公室（UNODC）2022年发布报告，2021年全球有4.5万名女性死于亲密关系暴力。各种研究表明，遭受亲密关系暴力的受害者中，女性占比高达八成以上。另据2019年中国妇联、国家统计局数据，全国2.7亿个家庭中，有30%的妇女曾遭遇家暴。这些统计还未包括非婚伴侣。

一个十分常见的提问是，为何被虐者会留在施虐者身边？英国学术网站The Conversation曾请来学者探讨。研究表示，受害者可能会因为自己陷入施虐者的爱或担忧而感到苦恼。同时，社会对亲密关系的期待和想像也会成为受害者的压力，例如受害者不愿“一遇到困难就逃跑”，或面对施虐者的后悔情绪，受害者选择原谅、让生活恢复正常。然而，施虐者反而会变本加厉操纵受害者的感情，“如果你爱我，你就会……”是常见的话术。

台湾中央研究院的副研究员彭仁郁，研究涉及亲密关系中的性侵、创伤经验。她认为，正常的亲密关系争吵中，“两个人”是同时存在的，每个人都在捍卫自我的自主；但从包丽和程士豪的相处、对话中可以看到，关系里的“二”是不被允许的，“当包丽想要在关系里找寻自主性，她总是被打压。永远是程士豪的意志要凌驾于包丽之上，是他在规定两个人要怎么相处，规定包丽要怎么证明她的爱。”





一对情人在北京圣诞节庆祝活动的灯饰前拥抱。摄：Kim Kyung Hoon/Reuters/达志影像

根据彭仁郁长期观察，性骚扰、性侵或情感操控的加害者，甚少有人对自己的行为有自觉，他们往往缺少同理能力，那是一种站在另一方立场去检视自己行为的能力。

“本来包丽在对方眼中是很有价值的人，是爱的、是唯一的，但对方突然指责包丽是祸害理想爱情的人。包丽不断被贬抑，觉得自己是垃圾。这个不断贬抑，就是进入施虐和受虐的状态。”彭仁郁分析，当包丽感受到自尊被剥夺、想要离开时，程士豪用自杀来制造一个假象，假装他进入被虐的状态、自己才是被掌控的人。

“这是家暴中很典型的。男生在施虐的位置，女生想离开，男生就会下跪、去威胁自杀，求对方回来，把对方捧成拯救者，说服女生事情会变好。这就是一个毒饵，一旦吃下去，贬抑和抬高的循环就会不断发生。”最后，包丽只能选择最极端的方式来结束这个循环。

“有些性暴力或家庭暴力的加害者，特别是全权掌控型的，有非常多是无法抛弃全能掌控感，通过支配别人来获得自己情感或物质上满足。”彭仁郁解释，在精神分析中，婴幼儿阶段需要仰赖母亲照顾，command（控制）照顾者是安全感的来源；但在主体成长过程中，“当我们逐渐掌控自己的身体、可以自我满足之后，要逐渐放弃通过支配另一个人取得生存满足感的来源，否则无法成为社会人。”

对于程士豪要包丽的输卵管、打胎、称呼包丽为妈妈，彭仁郁认为这正是一种全权掌控的体现，“有很传统父权价值观在里面，掌控对方的生育，一辈子到死都是他的！这完全不是爱。”

义似但观仕圭田，手控对刀的生月，一牵丁到死御定他的入。这元王个走友。

彭仁郁认为，通常在施虐者和受虐者的关系型态中，如果受虐者越是在乎对方、善解人意、道德感和责任心越强，反而让她越难求助。彭也提醒，人们往往因为自尊心和羞愧感，很难提出自己进入亲密关系的受虐型态；同时，聆听的人亦不应该把家暴想得太容易，应抱持开放性，让受害者有机会把复杂的情境说出来，若直接用谴责的口吻，因为受害者的情绪或情感还很在意施虐者，反而也难以帮助到受害者。

## 后记

夏天来了，林秀珠的朋友圈有时会弹出一些相片——包丽的大学同学穿着硕士毕业服留影。她想像着女儿披上毕业袍的模样。包丽提过想出国留学，林秀珠便准备了一大笔留学费用，现在也用不上了。

包丽的iPhone还好好保存着，桌面背景是她与M的情侣简笔画。手机APP整理得很齐整，排列在一个个文件夹里，还有一些游戏APP。“她以前不玩游戏的，认识程土豪后才玩，那个王者荣耀什么的。”林秀珠说。包丽还是那个爱阅读的女孩，阅读APP里存有不同类目的书籍：《枪炮、病菌与钢铁》、《白夜行》、《动物农场》。

一审、二审结果接连公布。包丽的微博底下，仍有许多人陪伴着她，有的网友把头像换成和包丽一样的。“这不是好的爱情。”“姐姐，审判结果出来了，我们不要再哭了。”“你命由你不由天。”

包丽的同学和朋友曾问林秀珠，“其实我们在你面前讲包丽，你会舒服些还是不舒服？”林秀珠答，“还是宁愿讲，好像她还在这个世界上，在很远的地方，还继续读书。虽然已经不在我身边了。”

包丽、林秀珠、程土豪、田宇翔为化名。 感谢CC对本文的帮助。实习生王友纪对本文亦有贡献。

**亲密关系／家庭暴力求助热线** 中国大陆 全国妇联热线：12338

法律援助热线：12348 北京红枫妇女心理咨询服务中心热线：010-6833 3388

白丝带反对性别暴力男性热线：4000110391 彩虹暴力终结所服务专线：4000119964 香港

风雨兰：关注妇女性暴力协会 电话：23755322 电邮：acsvaw@rainlily.org.hk

和谐之家：妇女及儿童庇护中心 24小时妇女热线：2522 0434 电邮：  
hhshelter@harmonyhousehk.org

香港妇女中心协会 电话：23866255 电邮：laikok@womencentre.org.hk

群福妇女权益会 电话：31450600 电邮：kwanfook@pacific.net.hk 台湾 现代妇女基金会

台北家暴服务处 | 专线／传真：(02)2915-9317 | 专线：(02)8914-7163

花莲家暴服务处 | 专线／传真：(03)823-9067 | 专线：(03)822-5947

新竹家暴服务处 | 专线／传真：(03) 657-0946 | 专线：(03)552-7061转110

士林家暴服务处 | 专线：(02)2831-2321转103或136

励馨基金会 电话：(02) 8911-8595 传真：(02) 8911-5695 电邮：master@goh.org.tw