

我拼命付出,他却觉得理所当然

A 我习惯对他好

两年多前,公司年会上,他在舞台上弹吉他,灯光打在他身上,像罩着一层光晕,光彩夺目。这个时候,我决定追他。从此,不管刮风下雨,我坚持天天给他送早餐。几个月后,他点头同意交往时,我几乎以为攥住了毕生的幸福。

很快,我们结婚了。婚后的日子,他的日常都是我在照顾。

清晨六点,生物钟准时将我唤醒。身边的子谦还在熟睡。我蹑手蹑脚地下床,钻进厨房,将头天晚上泡好的黄豆放进破壁机里。机器在嗡嗡工作的时候,我则开始煎蛋、蒸玉米、准备水果等。豆浆打好后,过滤到杯子里,放到不烫。早餐准备好后,我去喊子谦起床。

很多次,他含糊地应了一声,转身又睡。我会等了一会儿,直到豆浆的热气不再氤氲,才又去推了推他。他会不耐地起床,扫一眼桌面说:“今天怎么又吃这个?都吃腻了。”

这个时候,我的心轻轻一沉,像被什么东西拽了一下,脸上却忙堆起笑:“那明天想吃什么?我给你做。”等他吃完后,我收拾好碗筷,就去梳洗准备出门上班。

下班回家,又是一场“战斗”。买菜、洗切、烹炒,油烟机轰鸣声中,我支棱着耳朵听门口的动静。钥匙转动门锁的声音传来,我赶紧将最后一道青菜放到锅里,快速炒好后装盘,端上桌。

他经常对我做的菜进行点评:“鱼蒸老了,肉有些菜……”他的语气平淡,却像一根针,刺破我内心的平静。

碰到饭菜不合胃口,他草草吃了几口,便起身去了书房。有时,我看着那一桌几乎没怎么动的菜,胸口堵得发慌。默默收拾完,又去清洗他早晨带出去的保温杯。

夜里,他靠在床头刷手机。我试着和他分享白天的趣事,他却只是眼皮也不抬地“嗯”“哦”应付着。我的声音渐渐低了下去,最后只剩下沉默。

有时我累了,也会忍不住抱怨他一句,说家里的事他一点不管,他真懒。

他立刻像被踩了尾巴的猫似的猛地坐直,眼神锐利地反驳,表示自己每天在外辛苦赚钱应酬,难道这些家务活不该是我做的吗?

我一时语塞,所有话都堵在喉咙里。的确,主要是他在赚钱养家。而我那份清闲的文员工作薪水微薄。无形的天平早已倾斜,我失去了反驳的底气,只能不停地解释自己不是那个意思。

倾诉:知云
性别:女
年龄:28岁
学历:本科
职业:公司职员
采写:记者黄兰芬
时间:9月14日



知云和子谦的婚姻,走到第二个年头,仿佛进入了一条幽暗的、看不到尽头的隧道。

B 心凉了才明白

我一次又一次地问自己:我做得还不够多吗?还不够好吗?为何我的付出,换不来他的尊重和怜惜?答案像迷雾,我看不清。我只是本能地害怕,害怕争执,害怕冷脸,更害怕失去。于是,我一次次地妥协、退让,将所有的委屈嚼碎了咽进肚子里。

我以为,只要我做得足够好,总有一天他会看见,会珍惜。

转折发生在上周一的下午。我突然发起高烧,头痛欲裂,骨头像散了架。窗外天色灰蒙蒙的,我拨通子谦的电话。

“喂?”他那边声音嘈杂,似乎在忙。“子谦,我发烧了,浑身没劲,你晚上能不能早点回来做点吃的?”我声音沙哑。

电话那头顿了一下,随即是他不耐烦的声音:“不就有点发烧吗?连顿饭都做不了?我晚上还有个客户要见,不知道几点完事,你自己点个外卖吧。”

冰冷的忙音传来,握住发烫的手机,我感觉心底某个地方“咔嚓”一声,碎了。那一刻我清晰地看见,我不是一个妻子,只是一个廉价的、呼之即来挥之即去的劳动力,我生病是不懂事、不

该有的。

晚上,他回来得很晚。家里冷锅冷灶,我蜷在沙发上,身上滚烫。他看了一眼,眉头皱起来:“真没做饭?”

积压了太久的委屈和愤怒,像终于找到出口的岩浆,猛地喷发出来。我们爆发了婚后最激烈的一次争吵。我哭喊着控诉他的冷漠,他的理所当然。他脸上先是错愕,继而指责我矫情、无事生非。

吵到最凶处,他猛地停下,盯着我,一字一句地,像扔出一把淬毒的匕首:“过不下去就离婚!吓唬谁呢!”

世界瞬间寂静。我所有的声音、所有的情绪,都被这句话炸得粉碎。只剩下嗡嗡的耳鸣,和心脏被撕裂的剧痛。我张着嘴,像一个濒死的鱼,发不出任何音节。他看着我,似乎也愣了一下,但立刻又恢复了那种冰冷的、傲然的神情,转身进了书房。

离婚这两个字,我从没想过。哪怕再委屈,再痛苦,我都只想如何维系这个家,如何让他更爱我一点。可原来,我视若珍宝的婚姻,他竟可以如此轻易地脱口而出。

那一夜,我在沙发上坐到天明,身体发烧,心底冰冷。

C 开始先爱自己

第二天,他照常上班,仿佛昨晚什么也没发生。我请了一天病假呆在家里,我脑子里反复回放着我们从相识到如今的点点滴滴。我忽然看清了,从恋爱到结婚,我一直仰视着他,因为是我先动的心,我先追的他,所以我总觉得低他一等,害怕他不满意,害怕他离开。我用无微不至的讨好和迁就,亲手将他捧上了“神坛”,让他习以为常,甚至厌烦。

闺蜜的话,像闪电一样划过我的脑海:“你是婚姻中的低位者……目光只聚焦在对方身上……极度害怕失去……不断妥协……”

字字句句,砸在我的心上。

原来,我所认为的爱和付出,在别人眼里,只是没有边界的心软,毫无原则的仁慈。所以,他可以理所当然地享受,可以肆无忌惮地挑剔,可以轻易地说出“离婚”。

他真的会离婚吗?如闺蜜分析的那样,他是这段关系里的受益者,大概不会。他只是吃定了我的懦弱和害怕。

下午,子谦发来微信,语气缓和了许多,仿佛一种不动声色的试探:“晚上想吃什么?我早点回来。”

若是以前,我会受宠若惊,立刻原谅他昨日的残忍,忙不迭地回应“都好”。

但这一次,我没有。

我看着那条微信,看了很久很久。身体依旧酸软无力,头还在隐隐作痛。我按熄了屏幕,没有回复。

窗外,夕阳正一点点沉下去。我慢慢坐起身,给自己倒了一杯温水。水流过灼痛的喉咙,带来一丝清醒。

我拿起手机,打开外卖软件,给自己点了一份清淡的粥和几样小菜。然后,我重新躺下,拉高被子,闭上眼,安静地等待我的晚餐。

我知道,当他推开门,看到的将不再是一桌热气腾腾的饭菜和一个殷勤忐忑的妻子。我不知道他会有什么反应,是暴怒,是惊愕,还是依旧冷漠?

我也不知道,这段婚姻里,是否真的能看到光。我只是忽然明白了一点:婚姻中,不要一味地给予和讨好,不要不断满足对方的期待,要先学会爱自己。(文中人物为化名)

讲述您的故事 倾听您的心声

记者电话:
18164142920



记者手记

知云为子谦精心准备一日三餐,尽力满足子谦的需求。然而,这种近乎卑微的讨好,并未换来子谦的珍惜与回应,反而让他逐渐习惯了这种单方面的付出,甚至变得挑剔与冷漠。知云的故事,是许多人在情感中盲目付出、忽视自我价值的缩影。

情感关系中,双方应是平等的伙伴,而非是一方对另一方的俯首称臣。过度的妥协与退让,不

别将自己置于情感低位

仅会让自己失去尊严,也会让对方逐渐忽视你的感受与需求。知云在婚姻中的卑微,正是源于她将自己置于了过低的情感地位,害怕失去而不断妥协,最终却陷入了更深的痛苦之中。

真正的爱,应建立在相互尊重与理解的基础上。它不需要一方无休止地付出与讨好,而是需要双方共同的努力与经营。知云在病中的觉醒,

是她开始重新审视自我、寻找情感平衡的开始。她意识到,爱自己,才是得到他人爱的前提。

因此,在情感关系中,我们应时刻提醒自己,不要将自己置于卑微之地。学会设立边界,表达自己的需求与感受,让对方知道你的价值与底线。只有这样,我们才能在情感中找到真正的幸福与满足。