

# 日子安稳顺遂,他却说心是空的

## A 我以为的安稳 他眼里的荒芜

我在一家医疗器械公司做区域经理。早上六点半出门,晚上八点以后才能到家,手机二十四小时不敢静音。我习惯了这种工作节奏,忙碌让我踏实,业绩让我有存在感,银行卡上的数字让我觉得生活可控。

玉泽比我大三岁,在一家单位上班,工作清闲。他下午可以早点下班,回家做饭、收拾屋子、等我回来吃饭。我们有一个儿子,今年十岁,上四年级。公婆身体硬朗,住在隔壁小区。房贷还剩几年就还清了。两家的老人都有退休金和医保。

坦白说,我觉得这样的日子很好。没有大风大浪,没有经济压力,一家人平平安安,不就是最大的福气吗?我常常在饭桌上跟玉泽说,咱们这辈子能这样,已经很顺了。他通常只是笑笑,不说话,低头扒饭。

我那时候不懂他那个笑容是什么意思。现在回想起来,那里面有无奈,有疲惫,还有一种我说不清的东西。

第一次感觉他不对劲,大概是两年前的一个周末。我难得休息,在家沙发上翻看项目报告,他坐在旁边削苹果。削完递给我一块,我接过来吃了,眼睛没离开手机屏幕。他突然开口,声音不大,像是对自己说的:你有没有觉得,我们两个像是住在同一个屋檐下的两个陌生人?

我抬头看他,他盯着茶几上那盘削好的苹果,一块一块码得很整齐。我愣了一下,本能地反问:怎么了?我们不是挺好的吗?

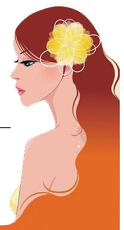
他没接话,起身去了厨房。我以为他只是心情不好,过两天就好了。

可是,那之后,他开始频繁地表达不满,抱怨我经常加班不管孩子,指责我不认真听他讲话。

我不明白他为什么对我感到不满意。我工作上要处理那么多复杂的人际关系,回到家还要揣摩他的心思,我真的没有那个精力。

直到有一天,他跟我说了一句话,让我认真起来。他说:金素,我觉得我是在跟一个机器人结婚。你什么都能回答,什么都能应对,但我感觉不到你。

## 讲述您的故事 倾听您的心声



记者电话:  
18164142920

我和丈夫玉泽结婚十二年,在外人眼里是婚姻美满。可他说我们的婚姻是空心的,说我冷漠、不懂他。



倾诉:金素  
性别:女  
年龄:38岁  
学历:本科  
职业:公司经理  
采写:记者黄兰芬  
时间:3月21日

## B 他想要的我给不了,问题出在哪里

我试着去找答案。在网上搜了很多文章,婚姻里如何沟通、怎么理解伴侣的情绪……看了不少,也记了一些方法。

这以后,有一天,他回来跟我说单位新来的领导对他不太友好,我说你可以试着主动跟领导沟通,把工作汇报做详细一点。他听完说你在教我做事吗。我说我没有,我只是在帮你分析。

我真的不明白问题在哪里。我说的每一句话都是对的,做的每一件事都是合理的,为什么他不领情?我在公司用这种方式解决问题,下属服服帖帖,领导夸我干练。怎么到了家里,同样的方法就行不通了?

玉泽后来说了一句话,让我开始怀疑自己。他说你永远在用脑子跟我说话,从来不用心。他指了指自己的胸口,说我要的是这里,不是你那些大道理。

我想起我生完孩子那段时间,产后抑郁,整夜整夜睡不着。玉泽那时候每天晚上起来给我倒水、陪我说话,笨手笨脚地学做月子餐。有一次我崩溃大哭,他把

我搂在怀里说没事的,有我呢。我觉得他那时候说的话也没有什么具体内容,但我就是觉得好受了很多。

可现在轮到他需要我的时候,我为什么做不到了?

我想了很长时间,得出的结论是——我不会。我真的不会。我不知道怎么去感受别人的情绪。

这个认知让我很挫败。我一直觉得自己挺能干的,工作上什么都搞得定,家里也安排得井井有条。但现在玉泽告诉我,他最需要的那个东西,我给不了。而且他甚至说不清那到底是什么,只是反复地说你不够关心我、你太冷漠,我们不是一个世界的人。

我试着问他,你要我怎么做,你告诉我,我做。他说如果我要你做的事情都需要我告诉你,那还有什么意义。我被噎住了,觉得他无理取闹。但后来我又觉得,他说的也许有道理。他要的不是一个指令一个动作的机器人,他要的是一个能主动感知他、回应他的人。

可我真的不知道怎么做。

## C 我开始学着 不用脑子去爱人

两个月前发生了一件事。玉泽养了好几年的那盆兰花枯萎了。他蹲在阳台上,对着那盆枯掉的叶子发呆。那盆花他很宝贝的,是从他外婆家老宅子旁边的山上挖回来的,养了五六年,每年都开花。他每天早上起来第一件事就是去看那盆花,浇水、施肥、松土。

要是在以前,我大概会说花枯萎了就扔掉,回头再买一盆就是了。但我那天看着他的背影,突然觉得不能那么说。我走过去,在他旁边蹲下来。他转过头看我,眼睛红红的,但没有哭。我想说什么,脑子里翻来覆去都是那些大道理,但我忍住了,一个字都没说。我就蹲在那里陪着他,大概有十分钟,然后站起来去给他倒了杯水。

他接过水杯的时候看了我一眼,那个眼神跟以前不一样了。不是失望,不是无奈,是一种很意外的东西,像是一个人在黑暗里待了很久,突然看到远处有一点点光。

那天晚上吃饭的时候,他主动跟我说起那盆兰花,说那是他外婆留给他的念想,外婆去世几年了,每次看到那盆花就想起她。他以前也说过类似的话,但我从来没往心里去。这次我听了,说了一句我自己都没想到的话:那你一定很难过。

他愣住了,筷子停在半空,看着我,好半天才说:你终于听到了。

就是这句很简单的话,让他红了眼眶。我坐在对面,看着一个四十多岁的男人为了这样一句话差点哭出来,心里面有什么东西被撞了一下。我说不清楚那是什么感觉,不是心疼,不是愧疚,是一种很陌生的东西,像是身体里有一个从来没用过的开关,被人轻轻碰了一下。

那之后我开始试着做一些以前不会做的事。他做饭的时候我不再看手机,就站在厨房门口看着,偶尔递个东西。他有时候哼歌,我说你唱歌还挺好听的。他笑了一下,说以前在学校组过乐队,你知道吗?

我也开始试着不去解决问题。他跟我说单位的事,我就听着,不分析不给建议,只是“嗯”一声,或者问一句你怎么想的。他一开始不太习惯,说到一半会停下来看我的反应,确认我没有走神才继续说。

改变很难。我还是会不自觉地吧话题往解决问题上引,还是会在他说话的时候想工作的事,还是会习惯性地用脑子去应对情感的问题。但至少我开始意识到这些问题了。以前我连自己有问题都不知道,现在至少知道自己在哪些地方做得不对。

上周我们结婚纪念日,他买了一束花回来,就是菜市场门口十块钱一把的那种小雏菊。他把花插在玻璃瓶里,放在餐桌上。我下班回来看到,问了一句今天是什么日子。他说是结婚纪念日,你忘了吧。我说我没忘,只是没想到你会买花。他说我以前也买过,你说浪费钱,不如买两斤排骨实在。我笑了,说我现在也觉得排骨实在。他也笑了,说我知道,但你还是收下吧。

我把花收下了,放在客厅茶几上,每天换水。花养了一个多星期才谢。他每天回来都会看一眼那个瓶子,嘴上没说,但我知道他在看。

那盆兰花他一直没扔掉,就放在阳台上,偶尔浇点水。他说万一它明年春天又活过来了呢。我嘴上没说什么,但心里也盼着它能活过来。

人这一辈子,大概就是这样的吧。有些东西你以为死了,其实只是在土底下藏着,等着合适的季节再破土重生。

(文中人物为化名)

## 记者手记

## 填满“空心”,让婚姻真正生根

很多人像金素一样,把婚姻经营成了项目管理,银行卡上数字增长、房贷还清、家务井井有条,这些看得见摸得着的安稳,被当成了幸福本身。可玉泽那句“我在跟一个机器人结婚”,戳破了一个残酷的真相:没有情感温度的婚姻,再安稳也是一座空壳。

问题出在哪里?出在金素一直“用脑子”爱人,而玉泽需要的是“用心”感受。工作中,理性分析是高效的手段;可回到家里,伴侣需要的往往不是解决问题的方法,而

是“我看见你难过”“我陪着你”的情感共鸣。金素在兰花旁蹲下的那十分钟,没有说一句正确的话,却比过去所有的大道理都更有力量——因为她终于从“解决问题”转向了“感受对方”。

婚姻的“空心”,本质上是一种情感功能的失调。当一方长期付出不被看见、情绪不被承接,家就变成了一个没有回音的空房间。玉泽那些看似“无理取闹”的不满,背后是他一个人在风中站着等待了很久。

填满“空心”,不需要多么惊天动地的改变。它藏在厨房门口的一次注视、一句“你唱歌挺好听”、一杯递到手里的温水里。这些微小的情感回应,像雨水渗进干裂的土地,让婚姻从“功能性的运转”慢慢回到“生命性的生长”。

金素最后说,有些东西你以为死了,其实只是在土底下藏着。婚姻也是如此。安稳是地基,但真正让婚姻鲜活起来的,是那些用心的瞬间,它们让房子不再空荡,让两个人不再是“同一个屋檐下的陌生人”。