你對我的愛，純屬「自嗨」

夫妻之間最尷尬的事：

婚姻中，真正的為對方好，是瞭解對方的需求，滿足對方的心理。而不是傾盡所有，才發現只在自我感動而已。

01

姑父過生日那天晚上，姑姑和他大吵了一架。第二天依舊不快，家人去勸和，也納悶，為什麼挺開心的日子要鬧得如此不快？

姑姑抹著淚陳述著事情的經過，情緒激動時，幾度說不出話來。在姑姑斷斷續續的訴說中，大概瞭解了原因。

原來兩人結婚這些年，姑父每次過生日都很簡單，就是按習俗吃個雞蛋長壽麵，最多添置件衣服。

而姑姑每年過生日就要重視得多，做髮型買衣服，再邀請一些姐妹開心地吃喝一天，有時候還會出去遊玩。

今年姑父過五十整歲的生日，姑姑總覺得在過生日這件事上，虧欠了姑父，想著今年一定要給姑父好好過個生日，給他個驚喜。

於是就約了幾個平時玩得比較好、姑父又認識的閨蜜，為姑父慶生。姑姑怕他尷尬，還特意邀請了閨蜜的老公也來參加生日宴會。

姑姑自認為自己做得又周到又貼心了。

而姑父以為今年生日和往年一樣，誰知道下了班，就被姑姑匆忙地帶去了酒店。大家在一起吃喝玩到很晚。

回到家姑姑還在回味著白天發生的一切，而姑父卻說了一句“一群人嘻嘻哈哈有什麼意思？”姑父對姑姑的心意並沒有領情，還帶著怨氣。

這一盆冷水潑到了姑姑的興頭上，姑姑氣憤自己的好心被當了驢肝肺。

兩人就你一句我一句地爭吵了起來，好好一個生日，過得鬱悶極了。

若說姑父不解風情，也不是。姑姑過生日他極力支持配合，但是他自己生日卻不喜歡這樣。他覺得一個大男人被一群人圍著過生日太矯情，不如在家做兩個愛吃的菜實惠舒服。

姑父本就是一個內向不愛交際的人，生日過與不過也無所謂，這樣“大擺宴席”反而令他不自在。

他說姑姑就是自以為是，自己認為開心的事，就要求別人也要為此開心。

姑姑費盡心思地為姑父過生日，雖然被數落有些委屈，可是仔細想想姑父說的也不無道理。

夫妻之間，你覺得海鮮西餐是快樂，他卻覺得清粥小菜才合口。本來都沒有錯。可你非按照自己的需求去給予，還美其名曰為他好，讓人家領你的情，就是你的錯。

真正的愛，不是把我喜歡的東西給你，而是你喜歡什麼，我給你什麼。

你打著為ta好，心疼ta的名義，卻送了對方並不喜歡不習慣的東西，就是一種情感上的綁架。

02

三毛曾說“每想你一次，天上飄落一粒沙，從此形成了撒哈拉沙漠。”

讀過三毛作品的人，都會知道她和丈夫荷西的愛情故事。她筆下沒有花前月下的浪漫，大都講述的都是兩人的日常生活。

三毛有著自由、有趣的靈魂，但是愛好在常人眼中也是古怪的。比如三毛喜歡“流浪”“拾荒”。荷西就可以陪她四處漂泊，陪她撿地上的垃圾。

也許就是因為這些不同尋常的喜好，得到荷西的理解，才更能體現出到荷西對她情感之深。

三毛講述結婚前，荷西送給她一個禮物。當她趕緊撕掉亂七八糟包著的廢紙打開時，看到的是一付駱駝的頭骨。

她形容當時的情形，“露出兩個骷髏眼睛，慘白的骨頭很完整的合在一起，一大排牙齒正齜牙咧嘴的對著我，眼睛是兩個大黑洞。”

這樣一個怪物，放到別的女孩子身上，恐怕嚇個半死。

可是三毛卻說，這個禮物簡直送到自己心裡了。感歎荷西不愧是她的知音。

三毛的愛好，荷西理解，只要三毛喜歡，荷西就會煞費苦心去尋找。

琴瑟和諧的感情就是如此。

愛人之間會知道，送喜歡的，比送貴重的更易得人心。會知道對方的需求比對錯更重要。

一個人傾其所有地為伴侶付出，真的不如投其所好。

因為那些自我感動式的付出，不僅不會讓對方更愛自己，甚至還會掏空自己。

正確愛一個人，不是失去自己去而迎合ta，而是用ta喜歡的方式去對待ta。

03

或許很多人都聽過那個老夫妻吃魚的故事。

說的是一對夫妻，丈夫愛吃魚頭，妻子愛吃魚尾。

每次家裡吃魚，丈夫都會把魚頭讓給妻子吃，而妻子也會魚尾讓給丈夫吃。

兩個人在一起生活了大半輩子，都自以為把最好的東西留給了對方。

直到丈夫在臨終前才說出了自己愛吃魚頭的事實，而妻子也遺憾一輩子沒吃到自己愛吃的魚尾。

有人覺得這是一個幸福的故事，兩位老人相濡以沫，為愛人付出，心甘情願。

可我卻覺得這是一個悲傷的故事，兩個人一輩子都生活在自己的世界裡，一直都用自己的方式去愛對方。卻根本不知道對方需要什麼。

如果真有這樣的人，一輩子感動的也只有自己。

自我犧牲式的付出，多數只是在自嗨，在一廂情願而已，于對方而言，得到的更多是壓力。

有時候傾其所有的付出，反而會被對方視而不見，其實並不是對方有多薄情，而是所付出的在對方那裡根本一文不值。

夫妻之間正確的相處方式，不是比誰付出了多與少，而是懂得如何互相愉悅，讓自己的付出，更有價值。

他喜歡吃面，你做了滿漢全席，他最多只是感動，不會有歡喜。

他花了大價錢，買了你不喜歡的東西，“可惜”的心理一定會多於其他。

所以，夫妻不要再以自己的方式去愛對方，而是多清楚對方的需求，尊重各自的喜好。讓自己的付出發揮出最大的價值，給對方帶來最大的快樂。

不要像那對吃魚的老夫妻，一輩子都在為對方付出，到最後誰也沒有滿足過自己的內心需要。

事實上，兩個人在一起時，內心要感受到舒適，一輩子都可以給予對方精神上的愉悅，這才是最理想的婚姻狀態。

老公出軌後悔了，讓我去撕小三

這是一個眞人故事，很多人會想起《三十而已》的顧佳，但我覺得並不是。

我最喜歡的那句話是：身爲一個女人，我只想讓另一個女人知道，犯錯有成本，有代價，而最有可能，來自於你曾經深愛的人。

以下是第一人稱敍述，略有刪改。

我知道他在外面有女人，是我朋友告訴我的。

前夫上班的地方大概20公里，路挺遠，日常白天並沒有機會見面。他是一個部門經理，部門大概七八個人，具體我也記不清了。

一年收入五十萬左右，在我們這裡，算是中產。

但，我也不差，我有一個小公司。在別人看來，我是一個近乎完美的妻子，會賺錢，會帶娃，長得也不錯，你可以認爲我自誇，我確實從小被人因爲長相誇到大。

這幾年，爲了離家近點，我把公司搬到了步行5分鐘的地方。

我一直覺得，如果兩個人有一個要犧牲自己工作的時間，那就還是我自己吧。

爲了保全他的顏面，也爲了讓他有更多時間工作，我寧可犧牲自己。

他只要負責——回家吃飯、上床睡覺，享受孩子成長後的喜悅，感受家裡的窗明幾淨。

不能說，他是那個摘果子的人。但是，他可以享受一切帶來的井然有序。

前夫出軌，可能是因爲閑。我甚至想，如果我不那麼能幹，他是不是就沒有那麼多空閒的時間？

這話是我跟你說的。

我也想告訴大家：別對一個男人太好，省下來的時間和錢，說不定就花在了別的女人身上。

他總說他很忙，那忙就忙唄，男人有事業心總是好的。

有時回來已經是半夜12點，身上還有香味，我也懷疑過，不過呢，說不定是應酬沒辦法。

我看到過有女孩給她發微信，年輕的女孩子沒見過世面，喜歡這種大叔類型，我也不計較。

我好像可以爲他所有的不正常行爲，找到一個合適的藉口。

女人嘛，如果能說服自己，是不會給自己添堵的。

我的朋友是怎麼發現的呢？

那天中午正好去見客戶，見完之後，去附近的商業體吃飯。結果迎頭撞上了我前夫。

前夫不認識她，她也只在朋友圈見過前夫。

但她見過前夫穿這件衣服，男人嘛，本來衣服也不多。

而且重點是，我老公下巴有一顆痣。這個痣很明顯。

下午的時候，朋友給我發來照片，配了微信：我想了很久，還是決定告訴你。這個人，是你老公吧。

照片裡的他牽著另一個女孩的手，顯然已經嫻熟，兩個人的表情淡定，絲毫不恐慌。

他是篤定了，沒有人會認識她們。但他還是太天眞，就算我們都是異鄉客，交際圈多神奇，一不小心就會發生關係。

好友說：對不起。就是眞的覺得還是要跟你說一下。

坐在辦公室的我，那一刻，突然有一種天旋地轉。

我不知道該怎麼形容自己的心情——就是覺得特別不值得。

那天，正好有一個客戶過來，我一邊強忍著疼痛，一邊笑嘻嘻地談完了。

這就是中年人啊，時不時天就會塌下來，措手不及。

送走客人的那一刻，我還是落淚了。

想讓他好，想爲他好，包攬了家裡的一切，最後卻讓他在外面有更多時間花天酒地。

男人喜歡她什麼呢？除了年輕，要麼就是對我厭煩了，所以更喜歡她吧。

我沒猜錯，女孩剛畢業不久，那股子青澀勁，像極了過去的我。

非常非常單純，就是那種無法複刻的簡單乾淨。

男人應該是看中了她的“新鮮”。

但女孩應該不知道，男人如果愛上的是新鮮，那麼隨時都有可能因爲你不夠新鮮，而離開你。

其實那天，我並沒有想過怎麼辦。我媽說：你爲什麼不收集好證據，然後讓他淨身出戶呢！

我說：懶得弄，也懶得花時間在他身上。

他回來前，我反復演練了很多遍。

但在他回來的那一刻，我只給他看了這張照片。

他下意識愣了一下。

我不知道怎麼描述發生的一切。如果他不這樣做，我反而可能不會離婚了。

他承認自己出軌，但他的描述卻讓我寒心，他以爲我會感動，我只覺得不堪。

女孩是以前他們公司的實習生，後來去了別的公司。

他的描述是這樣的：

女孩在網上約他出去吃飯。他沒辦法，於是一起出去了。

女孩家水電壞了，一個人在異鄉，就幫她去修一修。

女孩一個人生病了，沒法去醫院，所以送她去。

這理由可眞是互幫互助的版本。

我問他：

“爲什麼我家水電壞了，我都是叫工人來修，你說你忙，我可以接受；

孩子生病了，我自己帶孩子去，沒有萬不得已從來不給你打電話；

我也很久沒跟你一起吃飯了，你怎麼不知道陪陪我呢？”

聽完，我更生氣了。

我問他：上床了嗎？

他說：上了。但是是她先脫衣服，男人都是下半身思考的動物嘛。我能把持得住嘛？

那個嘛，眞是讓我終身難忘，他弱弱地看著我，不是在求原諒，而是在狡辯。

眞是有一種人，上床把自己脫得乾乾淨淨，出軌也可以把自己撇得乾乾淨淨。

“老婆，我一定改，我跟她斷了聯繫。是我錯了，我不該跟她在一起的。”我老公這猥瑣樣，我眞是受夠了。

我笑了，沒有把這一幕錄下來，給那個小三看看，她愛的男人，面對原配，是怎樣的表情。

如果他能夠說全是自己的錯，淨身出戶，我反而敬他是個漢子。

但現在呢！

想把自己摘得乾乾淨淨，還想讓我動手。

“我把她電話給你，隨便你罵，我現在就把她刪了！”

“你說怎麼罵？”我問他。

想保全家庭，又想讓我趕走小三。讓我來動手，多麼熟悉的手段。

兩個女人相鬥，他撇得一乾二淨。

他頓了頓：隨便你，我不管你怎麼處置她。你去鬧去打，我都不管，我不該跟她在一起，我以後也不會跟她聯繫了。

“我去網上曝光她，是小三，你留言截圖給我，可以嗎？”我試探著問。

“那你給我打上馬賽克。”他緊張地說。

怎麼了。馬賽克？我當時眞是渾身冒煙。

你跟小三在一起，讓我去打小三，然後保全你，憑什麼？

“我既不會做，也不屑做。便宜眞是全讓你占了！“

婚姻見人品，感情見人品。

我扇了他一巴掌，這一巴掌是給我自己眼瞎的青春，也是給他無恥的出軌，還有不負責任的感情。

我沒有去找那個小三，懶得認識，他不值得，她也不值得。

講完這個故事的時候，我其實已經離婚了。

我知道，現在男人出軌，很多人會罵小三，千夫所指。

對不起，罵小三的時候，請狠狠罵那個男人，他不是無辜的。

原配撕小三的故事，我眞的看多了。

而出軌的男人，不管回頭是不是岸，都是他需要爲自己的錯誤付出的代價。

人生哪有那麼多便宜占盡的事，我們一定要明白：在錯誤面前的清醒，是我們對感情起碼的態度。

別讓過去的人生，成爲你自己的笑話，看清看懂皆是感情。

畫外音：

主人公今年快40歲了。她問我：如果你老公出軌了，你會怎麼辦？

我想了想說，我原來會說自己一定會離婚，現在不會了。我並不確定自己會怎麼樣。

分居是一定的。我們可以在同一個家裡，住不同的屋子，相安無事，也沒關係。

比起雞飛狗跳，我會選擇平靜一點的舒適一點的日子。

到時候再看吧。

那你會去撕小三嗎？她問我。

我搖搖頭：不會，不值得。沒有人值得我浪費時間。