

都怪你！

这句话让多少婚姻凉透了？

多少婚姻，最后都败给了这个细节……

1
读者罗兰最近很烦恼，她怀上了二胎，却纠结要不要打掉。

亲朋好友都劝她生下来，尤其是公公婆婆，他们愿意出钱出力的帮罗兰带孩子。

罗兰担心的不是没人带孩子，而是老公李伟无所谓的态度，他说你生不生二胎是你的事，反正我没时间陪你，也没有精力，你随便。

公公婆婆劝罗兰，他忙事业就别打扰他，你照顾好孩子和家庭就行，我们还能帮你分担一些，你怕什么？

罗兰怕的不是孩子生下来没人照顾，她怕的是孩子没有父爱，在一个不是单亲却胜似单亲的家庭长大，对孩子来说不公平。

李伟总是以工作的名义不回家，他每天晚上都在应酬，陪客户喝酒吃饭。回到家里倒头便睡，和罗兰零沟通。

罗兰没有安全感，孩子更没有，所以她不想第二个孩子出来受苦。

有一天，李伟半夜三点回家，他的衣服上有很浓的香味，引起了罗兰的怀疑。

罗兰问李伟去哪里应酬了，以后能不能早点回家，李伟咆哮着说，我管事业，你管孩子就好，不管我在外面干什么，都是为了这个家。

那一夜，罗兰流泪到天亮，她要的婚姻只不过是一家人团聚，而李伟给她的永远只是一个背影。

孩子病了，李伟在陪客户喝酒；孩子要开家长会，李伟在外出差；罗兰去孕检，李伟在和别人组饭局；罗兰带孩子去游乐园，李伟在陪客户打麻将。

用李伟的话来说，这是应酬，可是在罗兰看来，这就是不负责任的男人。

他把所有的时间都给了别人，却一点时间都不给家人，他把家当成了旅馆，把孩子当成了玩具，把老婆当成了免费的保姆。

他把最大的热情，最好的态度都给了外人，却把负面的情绪，恶劣的态度都给了家人，还美其名曰“我都是为了这个家”。

2

现实生活中，李伟式的影子丈夫很多，他们总是在忙碌着，以老婆孩子热炕头为耻。

他们把事业和家庭放在对立面，以工作的名义在外面吃

吃喝喝，晚归甚至不归，和小姑娘搂搂抱抱，甚至出轨，他们觉得这是工作需要，是逢场作戏。

影子丈夫永远看不到家庭的琐事，他们不知道饭菜不会自己热，地板不会自己擦亮，马桶也不会自己变干净，孩子更不可能自己长大，这一切都是妻子一个人在付出。

影子丈夫以为家务活都是不值一提的小事，没必要追究生活的细节，却不知道冰冻三尺非一日之寒，总有一天他要为自己长期不回家而买单。

其实真正的好老公，在忙于工作之余，也绝不会忘了回家。

前几天，我老公去上海出差，本来计划第二天回来，没想到同事小李非要当天晚上赶回来。

小李是一个新晋奶爸，老婆负责白天带娃，小李负责晚上带娃，他每天晚上给孩子洗澡、冲奶粉、换尿布，做得得心应手。

那天去出差，业务谈得很顺利，我老公打算和小李在上海玩一下，第二天再买票回程。

没想到小李不愿意，他说他的老婆产后身体虚弱，白天带孩子本来就很辛苦，晚上再让她连轴转，她肯定吃不消的。

当时已经下午三点多钟了，小李还是买了高铁车票赶回家，一路上聊到孩子，他都是一副掩饰不住的幸福表情。

老公说，小李工作很拼，对家庭又负责任，领导很器重他，说不定明年就升职了。

涂磊老师曾说过，整日忙于应酬的男人，都是事业不成功的男人。利用应酬陪别人来发展事业，是因为自己没有真本事。享受别人陪自己应酬的虚荣，终成不了大事。

那些为了在外应酬，却总是应付家人的男人，终会舍本逐末，而不忘家庭的男人，总有一天会获得成功。

3

前段时间，周润发裸捐56亿刷爆朋友圈，周润发和老婆结婚三十年膝下无子女，他表示去世以后将会把全部财产56亿都捐给社会。

众所周知，周润发不仅是一个大明星，还是一个宠妻狂魔。

周润发和妻子陈荟莲结婚三十年，经常被拍到一起去买菜、爬山、逛街，两个人一路有说有笑，日子过得甜蜜幸福。

发嫂在一次访谈中提到，

他们曾经有过一个女儿，生产过程中因脐带绕脖而夭折，为此发嫂伤心了很长一段时间。

周润发放下工作，默默的陪在发嫂身边开解她，带她去旅游爬山，每天和她聊天，才慢慢地治愈了发嫂心里的伤痛。

有记者采访过周润发，问他如何为婚姻保温，发哥先夸妻子做菜很好吃。

然后幽默回应自己已练成“零脾气大法”，他说：“尽量两个人一个凹一个凸。人生好多事情未必是对与错，吵下去没有什么意思的，不过多数都是我错了！我比较粗鲁一点，又不是好顾细节，如果我不在意就做错了事情，说对不起啦！”

你看，真正有本事的男人更顾家，还会主动服软，我想这才是婚姻里最该注意的细节。

而那些整天说要应酬，谈业务找各种理由不回家的男人，基本上成不了大事。

就连马云都说过，男人应酬99%都是假的，真正成功的男人，不需要无用的社交。

曾经有一个女读者和我说，她去KTV参加朋友的生日派对，无意中撞见自己的丈夫在包房里喝着小酒搂着姑娘玩骰子，潇洒自在极了。

女读者恨不得当场过去撕了那对贱人，但理性提醒她控制自己的情绪。

等到丈夫回到家，她质问他，没想到他竟然解释道，男人出去应酬，逢场作戏很正常，有什么大惊小怪的？

我写专栏两年，看到了很多情感上的悲欢离合，我发现很多矛盾都是细节的问题。

比如，男人下班不回家，和朋友出去吃饭唱歌，把妻子独自扔在家里干家务带孩子，已经演变成一种现象级常态。

甚至有女人乞求自己的丈夫，出去应酬的话不要找同一个女孩，也不许动真情……

讲真的，终于知道为什么现在的离婚率越来越高，该回家的人不回家，该有态度的人没有态度。没有忠诚、没有责任的婚姻，注定很难长久的走下去。

记得《裸婚时代》的刘易阳说过，我用了九年的时间明白了一个道理，细节打败了爱情，八年的感情比不上一张结婚证和一个孩子。

其实我想说，打败爱情的不是你以为的细节，而是你不知道的细节，比如陪伴、责任、爱和尊重。

“你怎么这么没用？”
“都是因为事情才会变成这样。”

……

类似的话，熟悉吗？

这些话，经常出现在我们的日常生活中，尤其是亲密关系里。

一旦你遇到指责型的伴侣，会常常感到无语而压抑。

因为指责型的人，最大的爱好，就是指责别人。

他们总能准确地捕捉到你的错误和缺点，或者是在意外发生的第一瞬间，立马怪到你身上。

在他们口中，你永远都是那个糟糕、错了的人。

1

这类人通常有两种表现，第一种：

当你遇到麻烦，第一反应不是去安慰，而是不停从你身上找原因，以此来证明：

落得这样的结果，都是你活该。

朋友英子有一次跟闺蜜出去逛街，在商场手机被人偷了。

她特别郁闷，没了逛街的心情，就用闺蜜的手机给老公打了个电话。

刚说明情况，以为能收到老公的安慰，谁知电话那头劈头盖脸一顿骂：

说过多少次了，出门在外要小心要小心！

怎么还是这样，这下好了吧？！

英子本来就失落，被莫名骂了一顿后，忍不住反驳：手机是别人偷走的！又不是我掉的，我也不想的啊！

老公在电话里的语气并没有因此软下来，而是更加强硬：

你要是不出去逛街，能遇到这种事儿？

怎么你闺蜜的手机没丢？

肯定是你看起来太傻了，小偷才挑你下手的！

还没等老公把话说完，英子就把电话挂了，气得抱着闺蜜大哭一场。

听到这样的指责，任何一个人都会非常痛苦、自责又憋屈。

因为对方总把结果的糟糕，简单粗暴地归结为另一个人的原因。

其实英子对自己的大意非常懊恼，也不是不能接受批评，而是受不了老公总是抢占高点，把全部的责任都归结为自己不好。

在指责型的人面前，你永远都不对。

2

指责型人的第二种表现更可怕。

有时事情和你一点关系都没有，他们还是会找到理由来批评你。

他们总有这样一个清奇的思路：

无论发生什么不好的事，都怪你！

后台有个读者深夜留言吐苦水。

她爸爸永远都在指责别人，八竿子打不着的事情都能赖到别人头上。

她说：

在家里，他不是怪罪我，就是在怪罪我妈。

上回一家人正在看电视，然后突然电视就黑屏了。

爸爸起身就开始捣鼓电视，修理了大半个小时也没弄明白是什么问题。

我走过去，随口问了一句：怎么样了，弄好了吗？

然后他整个人就跟被踩了尾巴一样，突然暴跳如雷，对我一通数落：

怎么我平时看电视的时候都好好的，你们一看就坏了？

平时都怎么用的？！

你说你在家看电视都能弄坏，难怪工作老出错！

……

我听完气就不打一处来：大家一起看电视，又没动什么东西，凭什么这样说我？！

很明显，这位读者的爸爸并没有办法意识到：

电视坏了只是个意外，而意外的发生是人为无法控制的。这不是谁的错，没有必要非要找个人怪罪。

而更深层次的问题也许在于：他接受不了自己修不好电视。

指责型的人，常常无法面对自己在意外、失控中的无能为力，所以他必须把自己从这件事里摘干净。

最好的方式就是怪别人。

在爸爸看来：如果你没把电视弄坏，我就不需要来修电视，就不会面对修不好电视的无力感，所以都是你的错！

3

和这样的人相处，我们往往很容易恼怒、委屈，甚至变得自责。尤其当对方是我们朝夕相处，十分亲密的人。

但你有没有发现：

指责型的人在爆发的时候，他们自己的潜意识里是意识不到自己原来一直在用错误惩罚别人，他们的指责，既不对人，也不对事，仅仅是一种无法控制的本能表达。

似乎在任何挑战、意外、挫折的场景里，他们能做的、唯一做的，就是指责。

他们需要指责，他们依赖指责。

他们把它当做唯一的救命稻草，第一时间拿出来自我保护。

而你，只是刚好站在身边，成了他们随手抓来的人质。

你可能会疑惑，这样气势汹汹的人，怎么需要自我保护呢？

那是因为，他们的内心深处，过于脆弱和破碎。

他们太需要确认：不是我的错。

一个经常指责别人的人，往往都会有一个爱指责的父母，总能轻易地挑出他们的毛病，把任何问题都怪罪于他：

考试考不好，一定是因为你太不努力，不然为什么XX学霸能考好；父母吵架，一定是因为你太不乖，让他们心烦；

没有朋友，一定是因为你太孤僻了……

在早期的生活中，他们经常是“错了”的那一方，但却因为年纪小，不会分辨是非，无法为自己做出抗争，只能默默地认同。

一个总是错的小孩，会对自己的价值产生极大的怀疑，变得自卑、敏感，甚至自我蔑视。

但这些感受实在太难受了，分分钟给他们灌输一个羞耻的自我认知：

我是一个很差劲的人。

等到他们长大了，在关系中占有一定的话语权，他们便开始用各种各样的方式去逃避。

一旦监测到这种感觉，他们就必须在一秒钟、立刻、马上把它推出去，一点点都不要沾上！

否则，他们要独自面对“都是我不好”这样的感受，而这，会让他们感到羞耻甚至崩溃。

指责，变成了他们的一个应激反应。

一个成熟的完整的人，能客观面对挫折，分辨责任和意外，不容易归罪别人和怪罪自己，可以冷静下来寻找资源帮助自己。

但这对他们来讲，太难了。

只要稍稍暂停一刻去思考，内心父母怪罪的声音就开始响起，那种我错了的感受就开始浮现。

他们只能快速地把责任推到别人身上，才能平息即将汹涌而来的自我否定和攻击。

爱指责的人，看似凶神恶煞，其实内心充满了忐忑和苦涩。

