



20年前,他出轨了

他说她非常崇拜他,喜欢听他说话

如今他瘫痪,我照顾他

心情不好的时候,我就骂他打他

珍珠和我聊了很久,她说在这个故事里她想化名“为情所伤”,因为她和丈夫20年前的那段经历,至今仍让她很痛苦。她面容憔悴,双眼通红,一看就是没睡好。她反反复复问自己:是自己做错了、想错了,还是对方的问题?她不知道如何修复与丈夫的关系,也不知道该不该原谅对方。

2 20年前,他出轨了

他说她非常崇拜他,喜欢听他说话……

20年前,他出轨了,这是我心中永远的痛。

他的出轨缘于同学聚会。40多岁时,自从和同学们联系上,不爱热闹的他突然热衷于同学聚会,隔三岔五就会和同学们一起唱歌、喝酒、打麻将,不亦乐乎。

一开始我是支持的,毕竟同学之情难能可贵,我还跟着他去参加过两次聚会。他们同学聚会的理由无非是谁谁过生日,谁谁有了好事……后来,我觉得和他们聚会实在没什么意思,就不去了。

然而,他仍然乐此不疲,把聚会当成了家常便饭。有一次,我刚好有空,便提出和他一起去。他立马神色紧张:“你去干吗?我们同学聚会,你去了大家都会觉得尴尬。”

还有一次,他说中午同学聚会,下午又给我打电话说晚上才能回来。我想到那段时间他参加同学聚会越来越频繁,回回都是很晚

才回家,便长了个心眼儿,找个理由去了他们聚会的地方,只见五男一女聊得正欢。女人的直觉让我突然心生怀疑,他肯定有问题……

果然,他们聚会后没两天,我的女友跑来告诉我:“前天,我看见你老公了,他和一个女的走在大街上,两个人有说有笑的。”或许做妻子的都很敏感,能从空气中嗅到夫妻感情变质的味道。

我一直没有拿到他出轨的真凭实据。后来,在一次争吵中,他自己承认了,说他和一个女同学有感情了。他还给自己找理由:“我对她纯粹就是同情。她离了婚,自己带着孩子过。她家里有事需要帮助时,我就去帮帮忙。”最初,他只是帮忙,可帮着帮着两个人就走到了一起。他说她非常崇拜他,喜欢听他说话。

虽然我早有心理准备,但还是深受打击,得了一场大病。

3 我辛辛苦苦伺候他

可就是眼前这个人,当年竟然背着我和别的女人……

他出轨的事情,我一直瞒着孩子们。

可我心里一直放不下,有一段时间,我已着手准备离婚的事,对亲戚和家人只字未提。我曾经跟我的女友倾诉过苦衷。女友对我说,你已经40多岁了,带着两个孩子不容易再嫁,还劝我:“感情坏了要先修后换,不要脑门一热就说散。”

那段时间,他的表现好得出奇:回家就干家务,并表示坚决和女同学划清界限,再也不来往了。

我愿意相信他说的是真话,也愿意给他改过自新的机会。然而,想象中的那些场景,像恶梦一样纠缠着我。几十年的婚姻,一路走来,我没有太多甜蜜的回忆,只有止不住的眼泪。我试着放下那件事,况且仔细想想他平时的表现,也没发现俩人死灰复燃的苗头。

慢慢地,我似乎对他的出轨没有了怨恨,我们的日子过得十分平静。这两年,他病倒在床上,我天天伺候他,累得要死,对他的怨气

也越来越大。“就是眼前这个人,当年竟然背着我和别的女人……”我一起想起那件事就忍不住发火。

我时常有离开他的想法,如果我离开他,我的心情肯定不会这么差,但他现在这样,周围的人肯定会戳我的脊梁骨。不离开他,我怕我哪一天会情绪大爆发,做出不当的事情来。女友劝我,时过境迁,人都会偶尔犯错,放下是宽恕他人,也是宽恕自己。其实,这些道理我都懂,可是我累极了,又想起那件事,我真的无法控制自己的情绪。

去年年初,躺在病床上的他,也许是良心发现,向孩子们承认了自己的荒唐事。他说:“对不起,我错了,我现在能补救的就是向你们坦白自己的错。我对不起你们的妈妈。”他说,如果时光真的能倒流,他绝对不会那么做。

我其实一点儿也不喜欢现在的状态,却不知道如何解决这个问题……

《洛阳晚报》公益心理咨询师



刘淑芬

《洛阳晚报》记者、国家二级心理咨询师、国家二级婚姻家庭咨询师,主持《情聊》版的采编工作已经十几个年头,见多识广,经验丰富。

重温痛苦于事无补

出轨,最可怕的不在于感情破裂,而在于摧毁了夫妻间的信任。在以后的婚姻里,女人会痛苦地发现,表面上已经原谅了他,实际上心里却无法再信任他。

女人对婚姻充满了憧憬,愿意为家庭不断付出,可是换来的是他的背叛,那一刻,心里涌上来的委屈、不甘、难过和失望,会让她觉得付出是那么不值得。珍珠就是这样的心态。

心理学家曾说过:沉浸在过去之中的人是不愿意成长的人。珍珠的丈夫能感悟到夫妻还是原配的好,能和那个女人一刀两断,也算是有觉悟的。事情已经过去许多年了,重温痛苦的回忆于事无补,任何过激的行为都是有害无益的。放下就是最好的选择,不要让那件事把自己变成怨妇、悍妇。

珍珠的儿女们也要体谅母亲,适当地把照顾父亲的事揽过来,给母亲享受生活的机会——和朋友见面、逛逛街,女人的生命不应该被琐碎的生活填满。

■ 倾诉人:

珍珠(化名) 64岁 女

■ 采访人:

记者 刘淑芬

■ 采访时间:

1月16日

■ 采访地点:

报业大厦19楼

1 他瘫痪在床 我却骂他打他

孩子们都对我有意见:妈妈怎么变得这样不可理喻……

现在,他对我可依恋了,我在家里忙,他躺在床上,目光一直追随着我。连孩子们都打趣道:“爸,你现在一天都离不开我妈,你们的感情越来越好了。”听了孩子们的话,我的内心五味杂陈。

几年前,他得了心脑血管疾病,由于错过了最佳治疗时机,落下了后遗症——半边身体麻木,不能动弹。大部分时间,他都躺在床上或者坐在沙发上。

在他丧失行动能力之后,我每天的任务就是伺候他。喂药、喂水、喂饭,翻身、按摩,端屎端尿……日复一日,每天总要等到夜深人静,当他入睡后,我才能松口气。

心情好的时候,我照顾他很精心,除了日常护理,我还变着花样为他做营养餐;心情不好的时候,我动不动就想发火,骂他。有几次,我控制不住自己的情绪,还扇了他好几个耳光,在这种时候,他都默不作声。

对此,儿子和女儿都对我有意见,觉得他们心目中善良的妈妈怎么变得那么不可理喻。可内心的苦衷我没法对孩子们说,只能自己默默承受。

倾诉热线
15137956968
13503882656
18638358800

你的心事
我来听



绘图 雅琦