

# 结婚多年 他一直漠视我

结婚 18 年，一直对我不好

我和吴庆结婚 18 年了。  
1995 年，20 岁的我在朋友家认识了他，我俩 3 个月后就结婚了。婚后，我才知道他家没看上我，他妈尤其不喜欢我，瞧不起我的家庭。我两岁就没了爸爸，妈妈改嫁，我是跟着外婆长大的，后来，妈妈又生了几个孩子。我上到小学二年级，妈妈没钱供我读书了，我就辍学帮她照顾弟妹。继父家里生活条件很差，我一心盼着快嫁出去，有一个自己的小家。吴庆家的经济条件比较好，而且比我大 6 岁。而他之所以顶住家庭压力跟我结婚，一方面是年龄大了，另一方面可能他觉得娶哪个女人都无所谓吧，反正就是放在家里生孩子干家务。  
婚后，我们生了两个女儿，又生了两个儿子，我努力尽着妻子和母亲的责任，但他对我并不好。他脾气很差，有时跟他正常聊几句，他就突然指责起我来，像他妈一样嫌我不会说话。家婆更是瞧不起我，连煮饭给我吃都不停地抱怨，而且，坐月子期间都是我自己洗衣服。

3 年了，他很少回家

结婚 18 年，我们几乎没吵过架。他骂我，我总想着忍过去就好了。从小我就特别能忍，因为没

有父亲，我性格比较懦弱，别人欺负我，我都忍着，偷偷地哭。  
生下两个女儿后，我跟他到了 S 市，他给他姐姐打工，我做全职主妇，每年一起回老家过年。那年我们回到老家，我忙着搞卫生，他却跑到邻居家打麻将。因为有笔经济账算不清，我打电话叫他回家。他打麻将正在兴头上，烦了，竟当着一帮邻居的面爆粗口骂我。这是邻居后来告诉我的。  
我越想越难过，第二天我就坐车回了 S 市。他姐对我一直不错，见我一个人回来，劝我回家。想想 4 个孩子还在家里，我又回去了。自始至终，吴庆都没给我打过电话，刚见到我还讽刺了一句“你走了干嘛回来？”我忍不住跟他吵了几句。后来觉得我这一闹伤了他的面子，就不跟我说话了。  
这 3 年多来，虽然从他姐姐的工厂到我们租的房子也就十几分钟车程，但他常年住在工厂，很少回家，也很少打电话，偶然打来就是问“孩子吃饭没？做完作业没？”  
自从那次吵架后，3 年多了，我们完全没有性生活。虽然这么多年来，因为他对我态度很差，我一直都很讨厌过夫妻生活，但是，我也不希望这样守活寡。

我爱上了一个网友

自从吵过架后，吴庆给家用

生活费也不及时，眼看着孩子们大了，2011 年，我也找了份工作补贴家用。因为上班比较清闲，我有时间玩 QQ，认识了一个比我小一岁的男人阿正。他老家在粤北，现在在 D 市做家具设计。我们在 Q 上聊得挺投机的。  
他告诉我，他结婚 10 年，妻子沉迷麻将，两人性格不合，妻子要求离婚，但他舍不得两个孩子，一直拖着。这两年，他到 S 市见过我六七次。他性格与我相近，我们在一起有谈不完的话。我曾经跟他讲：“我不聪明不强势，跟了你不会帮到你什么。”他说：“我不需要人帮，只要有人对我好。”他懂得尊重我，有时我们在一起时，儿子打来电话，他总是主动要我回家。  
我平生第一次有了恋爱的感觉。我们有亲密的身体接触，但是，我始终不敢越过男女那道防线，他尊重我，并不勉强我。  
可是，我实在太讨厌现在的生活了，感觉自己的人生永远没有出头之日。即便不认识阿正，我也想离婚。去年我曾提出离婚，但是吴庆坚决不同意。孩子们都知道我们感情不好。我经常试探女儿们：“等我老了，你们会不会对我好？”大女儿会说：“你对我好，我就对你好。”她的性格像她爸爸，说话很冲。小儿子现在 10 岁了，很黏人，晚上还跟我一起睡。

但我从没敢跟他们提离婚的事，他们都在青春期，而且有两个孩子还分别面临高考、中考，我担心离婚不仅会影响他们考试，还会造成他们的性格扭曲。  
在我们农村老家，离婚是件很丢脸的事，如果让别人知道我

喜欢上了别的男人，人家还可能说我水性杨花。可是，我真的不想跟吴庆在一起过了，但我又不想伤害孩子们，现在的我好纠结，好矛盾。

杨静 / 口述 如嘉 / 笔录  
摘自《广州日报》



资料图片

## 性与健康

### 处女膜一生的 3 个变化阶段

我们的身体，每一部分都是上帝的精心杰作，其构造功能总是无与伦比的精密和巧妙。那么，处女膜有什么功能？为什么没有“处男膜”？难道真的是上帝以此要求女性的贞洁吗？人类学家经过多年研究，认为少女的阴道壁比较薄，卵巢发育尚未成熟，处女膜对阻挡病菌入侵，保护内生殖系统、维护生育能力，具有十分重要的作用。

#### 1、少女时代

处女膜具有阻拦细菌入侵阴道的作用。处女膜覆盖在阴道近外口处，大约 1 至 2 毫米厚，中间有一个小孔，叫“处女膜孔”，直径约为 1 厘米，通常为圆形、椭圆形或锯齿形；有的呈半月形，膜孔偏于一侧；有的为隔形孔，有两个小孔作上下或左右并列；有的有很多分散的小孔，就像筛子。

月经时，经血通过这个小孔排出体外。如果膜上没有小孔，则每月的经血被阻挡，在阴道积聚，并向上扩展到子宫腔和输卵管，甚至流入腹腔中，造成输卵管破损、肠管黏连、腹腔感染，医学上称作“处女膜闭锁”，必须施行妇科手术。

在女性青春期前，由于卵巢分泌的雌激素少，阴道黏膜薄、皱壁少、酸度低、抵抗力弱，所以，处女膜具有阻拦细菌入侵阴道的作用。青春期以后，随着卵巢的发育，体内雌激素增多，阴道抵抗力加强，处女膜也

就失去了作用。

#### 2、初夜

初夜处女膜不一定会破。初次性交，处女膜被顶破而形成裂口，并造成出血。由于处女膜形态各异，破裂的程度会有很大差别。有两个孔的中隔形处女膜出血较多，伴有比较剧烈的疼痛。唇形处女膜则出血很少，几乎无痛感。较厚且弹性很好的伞形处女膜有可能完全不破裂！

据美国妇科医师的调查，约有 30% 的女性在第一次性交时没有出血。这 30% 之中包括弹性较强的伞形处女膜，它可能会在多次性交后或在某次比较疯狂的性爱之旅后才会破裂，但未必出血。还包括极易破裂的多孔筛形处女膜，它可能在初次性交前就已经因各种原因而破裂了。

#### 3、生育后

处女膜可通过手术修复。由于胎儿经阴道娩出，处女膜进一步破损。有时仅留下几个残存的突起，叫处女膜痕。剖腹产分娩则不会发生这种变化。处女膜修补只是一例很简单的外科小手术：利用残存的处女膜，进行手术缝合，使它尽量恢复到破裂前的状态。因外物撞击、运动撕裂或少数几次的性生活造成的破裂会很容易修复。但是如果经过多次的性生活，复原起来比较困难。

## 别总把自己当受害者

一个人若把自己婚姻的烦恼都归因于外部，采取指责、抱怨、沉默、忍让或在外寻求寄托，只会徒增自己的痛苦。杨静要想走出困境，首先得从自身找原因。她只有学会喜欢自己，相信自己是被喜欢的，才能感觉到真的被喜欢。

她需要反思，是什么样的难

受让先生宁愿三年不沟通，相距仅十几分钟的车程也不愿回家？她也要明白，痛苦的泪水中隐含着无声的指责：“我这么伤心难过，都是你这个坏蛋惹的祸”；沉默有时候也是一种攻击，是一种比争吵还可怕的冷暴力。

离婚与否是杨静的选择，但无论如何她得先放下与网友的交流。

其次，对自己投资。当丈夫尽到丈夫的角色，为家庭贡献自己的力量时，杨静就可以解放出时间和精力，培养自己的兴趣爱好。

不管离婚与否，首先尝试做

## 改变旧有的家庭模式

杨静该如何打破一直以来“苦命”的家庭模式？  
首先，学会表达情绪。当丈夫没有尽到丈夫应尽的责任和义务时，需要提出来。家庭是两个人共同经营的，单靠一方努力，另一方置身事外，不是健康的家庭关

## 女人最好的救赎就是爱自己

1、婚姻其实是最讲究门当户对的。灰姑娘和王子的故事只是童话。大多数人在婚姻市场里寻求最大回报和最低投入。

2、夫妻性角色的固定。夫妻双方外表吸引力不再般配时，生活也会遇到麻烦。据研究，男性性障碍的一部分原因是：“唉，妻子懒散蓬松，不再像以前那样吸引

人了。”杨静需要改变辛苦劳作的保姆身份，以妻子优雅形态与丈夫并列站在一起。

3、亲密关系里，你 HOLD 住吗？如果杨静重新选择感情，要慎选对象，对方是否是心性不稳，花心或者条件过好的男人？杨静要诚实地自问自己：“我罩得住他吗？”

往，因为他们已越过了友谊的界线，只会让她的婚姻雪上加霜。另外，小儿子已 10 多岁了，为了其身心健康，不仅不要同床，最好不要同房而睡。未来杨静除了自己，也要鼓励和支持孩子们和先生多些联接，先生会更愿意多回家，一家人也会在温暖的家中感受到幸福。

李建学(婚姻心理治疗师)

到这两点，看看家庭是否会向更健康的方向发展，两人的关系是否因为有良好的沟通而和谐与提升？

不管离婚与否，杨静终究要修复内心的创伤，提升自我价值。

尤红(心理咨询师)

4、女人必须要成长。妻子要有当“妖精”的信念：身材保持健康，经济独立，知识更新，心境乐观淡然。因外遇而被抛弃的一方，永远不是纯粹的受害者，他 / 她都要负起自己的那一份责任。

女人必须要成长，自我提升，越来越爱自己，才是最好的自我救赎。

卢雪(心理咨询师)