

倾诉人：漓卿 年龄：31岁 性别：女 职业：公司职员 倾诉方式：微信 记录整理：婧文

我困在无爱婚姻里，不想修复也不愿放手

结婚6年，孩子4岁，我一边对眼前温柔体贴的丈夫烨伟满心厌烦，觉得他的好都是裹着糖衣的谎言；一边又对不爱自己的上司君昊无法自拔，哪怕知道那份心动不过是镜花水月。过往的背叛与愧疚像藤蔓般缠绕着心脏，让我在这段无爱婚姻里，既不愿费心修复，也没勇气彻底放手。人总说婚姻是避风港，可于我而言，它更像一座精致的牢笼，我看得见外面的阳光，却迈不开逃离的脚步。

喜欢上上司，可他根本不爱我

第一次在会议室注意到君昊时，窗外的阳光刚好落在他棱角分明的侧脸上，连他握笔的姿势都透着一股说不出的认真。那时，我刚因为孩子的教育问题和烨伟冷战了3天，心里积满了委屈和烦躁。君昊的出现，像一道意外的光，猝不及防地照进了我灰暗的生活。

作为我的直属上司，他专业又沉稳。有一次，我因为赶项目报告熬到深夜，他路过办公室时，默默递来一杯热咖啡，轻声说：“别太累，身体要紧。”还有一次，我在工作中出了错，他没有责备，反而耐心帮我分析问题，教我如何改进。这些细碎的关心，在烨伟日复一日的“敷衍式体贴”对比下，显得格外珍贵，也让我在压抑的婚姻里找到了久违的心动。

我开始变得不像自己。每天早起半小时挑选衣服，对着镜子反复练习微笑；提前到公司，偷偷帮他整理好办公桌上的文件；甚至编造各种工作理由，只为能和他多待一会儿。

我像个赌徒，一门心思地想把所有热情都倾注在君昊身上，哪怕赢的概率微乎其微。直到那

天，公司团建结束后，我鼓足勇气追上他，把亲手织了一个月的围巾递过去，声音紧张得发颤：“君昊总，天凉了，这个……给您。”他愣了一下，接过围巾又轻轻放在我手里，语气礼貌却带着疏离：“抱歉，我有喜欢的人了，不能收你的礼物。”说完，他微微颌首，转身走向停车场。我站在原地，看着他的车消失在夜色里，手里的围巾还带着我的体温，可心里却像被泼了一盆冰水，从头凉到脚。

我蹲在路边的路灯下哭了很久，路过的行人投来异样的目光，我却顾不上难堪。明明知道这份感情从一开始就是我的独角戏，明明知道君昊眼里从来没有我，可心却像被磁石牢牢吸引，怎么也拔不出来。就像有人说的：“爱上不爱自己的人，就像在机场等一艘船，注定徒劳无功。”可道理我都懂，情绪却偏偏不听话。那天晚上，我在路边坐了很久，直到露水打湿了衣服，才慢慢站起身——原来有些光，看起来温暖，靠近了才知道，那不过是虚幻的海市蜃楼，根本照不亮我前行的路。

丈夫对我好，可我就是反感他

如果说君昊是遥不可及的虚幻光，那烨伟就是我身边密不透风的墙。他对我极好，好到让外人都羡慕。每天早上，他总会在厨房里忙碌，做我爱吃的各种早餐；孩子的奶粉、衣物、早教班，他都安排得井井有条，从不让我操心。

可这份人人羡慕的“好”，却让我越来越反感。就像身上穿了一件不合身的毛衣，明明材质柔软，却总觉得勒得人喘不过气。这种反感的源头，要追溯到孩子刚满周岁那年。那天我帮烨伟收拾公文包，不小心碰掉了他的手机，屏幕亮起的瞬间，一条未读短信跳了出来：“我根本不爱我妻子，跟她在一起只是责任，等孩子再大一点，我就跟她摊牌。”

发信人的备注是“玲”，我从没听过这个名字，却瞬间像被人泼了一盆滚烫的开水，浑身都在发抖。我握着手机，手指冰凉，一遍遍地看那条短信，眼泪像断了线的珠子往下掉。原来那些温柔体贴、那些耐心包容，全都是假的；原来他对我的好，不过是出于“责任”的表演；原来我在他心里，从来都不是爱人，只是一个需要履行责任的“妻子”。

那天晚上，烨伟回来后，我把手机摔在他面前，质问他到底是怎么回事。他先是愣住，随即脸色变得苍白，沉默了很久才哭着求我原谅，说只是一时糊涂，和那个女人只是逢场作戏，心里最在乎的还是我和孩子。我看着他痛哭流涕的样子，心里却没有一丝波澜，只有密密麻麻的疼。

从那以后，烨伟对我更好了，好到近乎讨好。可我总觉得这份好里藏着欺骗，藏着无法言说的虚伪。他会在我选家具时顺着我的意思说“都听你的”，可转头就会以“这个更实用”为由，买他自己喜欢的款式；他会在纪念日时抱着我说“我最爱你了”，可眼神里却没有半分真诚，只有刻意的温柔。

我知道人不能总揪着过去不放，也知道婚姻需要包容和原谅，可那句“我根本不爱我妻子”，早已像一道无法愈合的伤疤，刻进了我的骨子里。每当烨伟对我好时，我都会想起那条短信，想起他对别人说的话，然后所有的感动都会变成反感，所有的温柔都会变成冰冷的枷锁。原来不爱了就是不爱了，哪怕他做得再好，也捂不热一颗早已凉透的心。

不离婚的选择，是困在现实里的无奈

在对烨伟的失望和对君昊的无望里，我也曾做过错事。去年夏天，我在一次同学聚会上重逢了大学时喜欢过我的男生，他依旧对我温柔，会认真听我说话，会懂我的委屈。在那段情绪最低落的日子，他的出现像一根救命稻草，我忍不住向他倾诉婚姻的不幸，甚至在一次冲动之下，做出了背叛婚姻的事。

可那段短暂的逃离，并没有让我解脱，反而让我陷入了更深的愧疚和痛苦里。我看着孩子天真的笑脸，看着烨伟依旧温柔的眼神，心里充满了自责——我痛恨自己的懦弱，痛恨自己用错误的方式逃避问题，更痛恨自己变成了曾经最讨厌的人。从那以后，我再也没见过那个同学，也把那段不堪的过往深深埋进了心底，不敢再触碰。

我不是没有想过离婚。无数个深夜，我看着身边熟睡的烨伟，看着隔壁房间孩子的小床，心里都在挣扎：要不要结束这段无爱的婚姻？要不要给自己一个重新开始的机会？可每次话到嘴边，一看到孩子伸出的小手，一想到单位里那些人言可畏的目光，一想到离婚后可能要面对的生活压力，我就会把话咽回去。

我跟朋友说“为了孩子，我只能这样过”，其实我知道，更多的是自己的懦弱和胆怯。我害怕离婚后孩子会生活在单亲家庭，害怕他会因为父母的分开而受到伤害；我害怕单位里同事的议论，害怕那些“离婚女人”的标签会贴在我身上；我更害怕离婚后的未知——我已经很久没有独自面对生活了，我不知道自己能不能养活孩子，不知道自己能不能适应没有烨伟的日子，不知道离开这座“牢笼”后，会不会走进另一座更大的“牢笼”。

有人问我，这样的婚姻有什么意义？每天过着同床异梦的生活，对着不爱的人强颜欢笑，难道不觉得累吗？我也不知道答案，只知道现在的生活，就像一杯温吞水，不冷不热，却能让我勉强活下去。我排斥跟烨伟修复关系，也不再期待爱情，就这样日复一日地过着，扮演好“妻子”和“母亲”的角色，把自己的情绪藏在心底。

上周，我接孩子放学时，看到君昊带着一个女孩在公园里散步，女孩笑起来眉眼弯弯，君昊看着她的眼神里满是温柔——那是我从未见过的温柔。我心里没有难过，只有一种莫名的释然。或许从一开始，我喜欢的就不是君昊本身，而是他带给我那份心动的感觉，是他让我在压抑的婚姻里，看到了一丝不一样的可能。

晚上吃饭时，烨伟像往常一样给我夹菜，说：“下周我们带孩子去游乐园吧，他念叨好久了。”我看着他，又看了看身边吃得正香的孩子，轻轻点了点头。窗外的夜色渐浓，灯光照在餐桌上，映出我们一家三口的影子，看起来格外温馨。可只有我知道，这份温馨的背后，藏着多少无奈和迷茫。

我不知道这样的日子会持续多久，也不知道未来会不会有改变。或许有一天，我会鼓起勇气提出离婚，带着孩子开始新的生活；或许我会一直这样过下去，在无爱的婚姻里，守护着孩子的童年；或许烨伟会真正明白我的心意，我们会试着重新开始；又或许，生活会给我一个意想不到的答案。

人生就像一条充满未知的路，而我现在，正站在一个岔路口，一边是熟悉的安稳，一边是未知的自由。我没有立刻选择的勇气，只能慢慢往前走，等着时间给我一个答案。毕竟，不是所有婚姻都有爱情，不是所有选择都能随心所欲，有些路，需要慢慢走，才能看清方向；有些答案，需要慢慢等，才能找到结果。

（文中人物均系化名）



AI制图