

倾诉人:林哲 年龄:32岁 性别:男 职业:公司职员 倾诉方式:微信 记录整理:姝文

父母的“为我好”，让我错失两段情

我是家中独子，自小在父母的悉心呵护下长大。他们把所有的爱与期望都倾注在我身上，为我铺好成长的每一步路。这份爱曾是我童年的避风港，可随着年岁增长，却渐渐变成了束缚的枷锁。父母的控制欲渗透到生活的方方面面，尤其在婚姻大事上，他们以“为我好”为名，强势干预，让我接连错失两段真挚的感情。如今我已32岁，依旧孤身一人，父母的催促与日俱增，而我心中的逆反与迷茫也愈发强烈——这份太过沉重的爱，终究让我在追寻幸福的路上，渐行渐远。

温室里的“乖儿子”，初恋折在“条件论”

从我记事起，家里的一切都由父母说了算。他们是普通工薪阶层，却把最好的都留给我：进口零食、名牌衣物……但这份宠爱的背后，是近乎严苛的控制。上小学时，我和同桌女生说话被告家长，母亲教育我“男女授受不亲，耽误学习”；父亲罚我抄写《弟子规》，强调“学生的天职是读书”。

高中三年，我被父母打造成“学习机器”。他们每天盯着我刷题到深夜。有一次，我在作业本上画了一张女生的画像，母亲发现后严肃地对我说：“早恋会毁了你。”我默默收起情愫，一门心思扑在学习上，凭着这份“听话”，顺利考上了一所名牌大学的计算机系。

大学期间，身边同学成双入对，我心里也泛起涟漪。大二时，我暗恋同系女生，写好的情书却被来校探望的母亲撕碎。她郑重地叮嘱我：“大学要深造，毕业再找对象。”我删掉女生的联系方式，再次妥协。毕业后，我进入一家互联网公司做程序员，月薪可观，父母终于松口，开始四处托人给我相亲。

24岁那年，我经亲戚介绍认识了青雪——一名幼儿园老师。她眼睛圆圆的，笑起来有梨涡，说话轻声细语。第一次见面，她送我一包自己烤的曲奇，说：“听说

你喜欢吃甜的。”那一刻，我心里暖暖的。我们很快确定了关系。她体贴入微，我们会在周末一起逛菜场做饭、逛公园聊未来。我第一次觉得恋爱如此美好。

可这份美好很快被打破。家庭聚会上，七大姑八大姨围着青雪追问工资、编制、家庭背景，一连串问题让她脸色发白。我想解围，却被母亲眼神制止。聚会后，母亲劝我：“青雪条件太差，你月薪上万元，你没背景，以后还要贴补娘家，你会累一辈子。”父亲也附和，已帮我打听好事业单位张阿姨的侄女，催我去见面。

我想反驳，却看着父母期盼的眼神咽了回去。之后，父母频繁安排相亲，我硬着头皮参加，心里满是愧疚。纸终究包不住火，青雪同事撞见我相亲，照片传到她的手机里。那晚在咖啡馆，她红着眼说：“我以为你和别人不一样，可你什么都听爸妈的，连拒绝的勇气都没有，怎么敢把一辈子交给你？”

我想解释，她却决绝离开。之后半年，我魂不守舍，多次想复合，都被父母劝阻。直到看到青雪朋友圈里的结婚照——她穿着婚纱依偎在一位男士身边，眼里满是幸福。那一刻我才明白，自己失去的不仅是一段感情，更是一个真心待我的人。

双向奔赴的温柔，败给“家庭负担”的阻拦

初恋失败后，我消沉了很久，拒绝相亲，每天躲在房间麻痹自己。父母不敢逼我，只是偶尔旁敲侧击。一年后，同事给我介绍了可欣。第一次见面在茶馆，她穿米白色连衣裙，长发披肩，温柔得体。她没追问房、车、工资，反而关心我“工作累不累”，让我紧绷的神经放松下来。

可欣是室内设计师，工作努力却能打理好生活。确定关系后，她学着煲汤给我喝；我被领导批评时，她安静听我倾诉。得知我和青雪的故事，她体谅地说：“以后遇事一起沟通。”这份理解融化了我心里的坚冰。我开始规划未来，带她见朋友、看画展，偷偷看婚房，想着时机成熟就求婚。

相处3个月后，可欣犹豫着坦白：“我爸爸10年前中风瘫痪，妈妈患严重的糖尿病，需要长期吃药。”她眼神里满是愧疚，“我知道会给你压力，不合适我也理解。”我心疼地抱住她：“你孝顺父母，我很佩服，以后我们一起照顾他们。”那一刻，我真心想和她共渡难关。

可告知父母后，他们反应激烈。母亲当场哭了：“你傻啊！以后要赚钱养家，还要照顾她瘫痪的爸爸和生病的妈妈，这辈子就毁了！”父亲气得拍桌子：“婚姻是柴

米油盐，她家庭负担重，以后有你受罪的，我绝对不同意！”

我试图沟通，说可欣是个好姑娘，我们真心相爱，可父母根本不听。母亲每天打电话劝分，父亲更是堵在公司楼下威胁：“不分手就不认你这个儿子！”一边是父母，一边是爱人，我陷入两难。可欣看出我的为难，主动提出冷静一段时间。

但父母并未罢休，四处打听可欣的情况，甚至找到她母亲说难听的话，让她劝女儿分手。可欣母亲给我打电话，疲惫地说：“小伙子，我们家情况不好，不能拖累你，你们还是算了吧。”

我赶到可欣家，看到她坐在床边流泪，瘫痪的父亲躺在床上满是愧疚。可欣勉强笑了笑：“我们分手吧，不想让你和爸妈反目，也不想拖累你。你太听爸妈的话，没有反抗的勇气，就算现在坚持，以后还是会妥协。”

我哽咽着拉她的手，说想一起面对，她却掰开我的手。分手后一个月，我浑浑噩噩，工作频频出错。直到在朋友圈看到可欣的结婚证，配文“遇到了愿意一起承担的人”。夜晚，我蹲在路边大哭，后悔自己的懦弱，终究败给了父母的强势，错失了本该属于自己的幸福。

越催婚越逆反，沉重的爱让我喘不过气

两段感情失败后，我对爱情、婚姻失去信心，父母却催得更急。28岁那年，他们隔三差五带我相亲，一周最多三四次，还提前列好“考察清单”：工作稳定性、家庭条件、父母身体、兄弟姐妹情况。

受父母影响，我也变得挑剔。相亲时下意识打听女方收入、背景，观察穿着打扮判断消费观，稍有不合“标准”就找借口拒绝。有一次认识了一名温柔善良的护士，母亲说“护士倒班顾不上家”，我便渐渐疏远了她。其实我清楚，自己不是挑别人，而是在逃避——害怕再次因父母反对而分开。

父母见我没动静，便开始采取强硬手段。29岁时，有人给我介绍了家境优渥的公务员女孩。母亲说：“这是完美人选，必须好好相处”。我看着女孩冷漠的眼神满心不愿，可母亲以死相逼：“不答应我就跳河！”我委曲求全开始恋爱，却备受折磨。女孩性格强势，常抱怨“你爸妈管得太多”，吃饭挑剔餐厅、看电影吐槽剧情，我努力迎合，抵触却越来越强烈。3个月后，女孩主动分手：“你太没主见，在一起太累了。”

我如释重负，父母却气得骂我“不知好歹”。每天下班，迎接我的都是数落：“街坊邻居都笑话我们，张阿姨儿子的孩子都上幼儿园了！”我开始反感回家，下班在公司待到很晚，或和朋友喝酒，宁愿闲逛也不愿面对催促。

父母变本加厉，偷偷翻看我的手机，不经我同意就安排相亲。我

们矛盾激化，常因小事吵架。有一次，母亲又安排相亲，我忍不住爆发：“别再逼我了！我想结婚，可你们越催，我越反感！”母亲哭着说：“我们是为了你好，老了谁照顾你？”我看着她花白的头发，心里又酸又涩，却还是反驳：“你们的好，我承受不起！”

转眼我32岁，成了“大龄剩男”。父母急得火烧眉毛，每天念叨“再不结婚就晚了”，甚至托人介绍离婚带孩子的女人，催我赶紧结婚。看着陌生的女人，我满心绝望。

其实，我渴望温暖的家、知冷知热的伴侣，可父母的爱太过沉重。他们从小到大替我做决定，从未问过我真正想要什么：初恋时嫌对方条件不好，第二段感情怕对方家庭负担重，如今只盼我尽快结婚，却不管我是否幸福。

现在的我陷入恶性循环：父母越催，我越逆反。每天面对数落指责，心里满是反感，冷静后又愧疚——他们爱我，只是用错了方式。夜深人静时，我常想起青雪和可欣，想起错过的幸福。如果当初勇敢一点，如果父母懂得尊重，或许我早已找到幸福。

可人生没有回头路，如今的我只能在父母的催促和自身的迷茫中挣扎。我不知道未来会怎样，也不知道何时能摆脱“妈宝男”标签。只希望父母能明白：真正的爱不是控制，而是尊重；真正的“为我好”，是让我按自己的意愿生活。这份沉重的爱，我真的承受不起了。（文中人物均系化名）



AI制图