

## 好的婚姻里

## 人人都有张好看的脸

那天,被一对上海的老人萌到了。视频采访中得知:老爷爷今年86岁,老奶奶84岁,两人加起来,170岁了。据说,两人结婚59年从不做饭,退休后一直在外面吃,青梅竹马到现在,感情好得像童话:“这么好的生活为什么要吵?”“走到哪里都要手牵手。”“我没说过爱你,但我放在心里头。”

这绝对是恩爱白头的典范了,所以,忍不住要分析一下,为什么人家能实现我们的梦?我觉得有两个重要原因:

一是,他们都豁达、宽容、不较真。你不会做饭啊?没关系,那我们出去吃。大不了一辈子都在外面吃,有什么了不起!二是,两个人都很开朗,老爷爷开口便笑,老奶奶更是不停哈哈笑。于是,两个80多岁的老人,脸上都幸福得发光。

好婚姻里,人人都有张好看的脸。坏的婚姻,则相反。

以前有个男同事,特别喜欢加班,每次有出差任务都抢着去。有一次,我问原因,他长吁短叹:“我老婆那张脸啊……”

我见过他老婆,一笑俩酒窝,挺好看的。“那是对你,”同事说,“对我一年也笑不了几回,整天摆着张皇后脸,又冷又臭,好像我欠她几个亿一样,我每次一看见就觉得冷风嗖嗖的。还整天抱怨我不跟她交流,你看看,就这张脸,你愿意跟她说话吗?”

他拿出手机上偷偷拍的照片给我看。我看了一眼,吓了一跳,真的是好难看的一张脸——凶、丑、苦、怨、嫌弃、不满、不耐烦……明晃晃地写着“离我远点”4个大字。

同事说,老婆是个特别情绪化的人,一点小事就在心里过不去:父母生病、在单位被领导说一句、网购买的东西不合意……她都会马上在脸上挂出来。以前,他还试着去开导,但每次他一开口,她就炸了,沟通不成,还要吵一架。他索性就离远点,惹不起就躲着。

“其实,我老婆对家付出不少,我挺感激的。当然,我对她也很好,每天给她做早饭。孩子小的时候,我带得比她多。但她这种性格实在让人难受,一点不满意就用脸,总好像全宇宙都对不起她,搞得家里特别压抑。我儿子现在都不爱说话,8岁的孩子,有时候,一晚上都不说一句话。”他说,已经对婚姻不抱希望,凑合着过一天算一天吧。特别悲凉。

这是男人。换成女人,可能根本凑合不下去。曾有个女读者找我,她老公也是那种两面人——在外面谈笑风生,一回家满脸冰霜。她说,结婚10年,基本都是看着老公的脸色过日子的,而他的脸色就没怎么好过。

她本来是个话多的人,喜欢跟家人分享点点滴滴,但常常,她说很多,他板着脸不回一句;她说得兴高采烈,他冷冷看她一眼,让她觉得特别没趣。慢慢地,她就闭了嘴。有时想说什么,一看到那张拒人于千里之外

的脸,也硬生生憋回肚里,几乎憋出内伤。

偏偏她又是讨好型人格,特别怕别人不高兴。老公每每沉着脸,她都觉得自己做错了,下意识地试探、去讨好,心特别累,关键是还没效果。她怎么努力,都改变不了他那张难看的脸。

她说,现在一看见老公就胃疼:“这个家太负能量了,没有爱,没有温度,没有交流,再这么下去,我要得抑郁症了。”她说受够了,想离婚。

我随后跟她老公聊了一次,这个男人居然对老婆的痛苦完全不以为意:“她老拿这个说事。怎么了就要离婚?我又没打她没骂她,我说什么了就伤到她了?”

我说,先生,你听好,并不是只有话语和拳头才伤人,对爱你的人来说,一张难看的脸就是毒、是雾霾,天长日久也能让人生病。有一个词,叫表情暴力。很多人都在用这种暴力伤害着最亲密的人,自己却不以为意。

你工作不顺,你心情不好,你受了委屈,你心存怒气,你在外面不敢表达,就在家挂起一张丧脸,给爱你的人看。因为,这些人



是安全的,不会因为你脸难看而离开你,甚至,还会小心翼翼讨好你。可是,你低估了这种表情暴力的杀伤力。你摆出一张难看的脸,貌似与别人无关。但事实上,它消耗着爱人的热情、消解着关系的亲密、消灭着家的美好。

坏表情带来坏心情,坏心情导致坏关系。对家人摆臭脸,是一个家开始变坏的第一步。

胡适说,世间最可厌恶的事,莫如一张生气的脸;世间最下流的事,莫如把生气的脸摆给旁人看。

一点没错。

人是社会动物,对表情都特别敏感。尤其很多女人,别人微微一个蹙眉、一个抿唇,她都能敏锐地感知到对方情绪变化,进而引起自己内心波动,更别说一张明晃晃的臭脸了。

我们总说“陪伴是最长情的告白”,但如果陪在身边的是张尖酸刻薄的脸,那么,两个人的孤独,还不如一个人过。我们也说“夫妻间要多沟通”,但是,怀着敞开的心、和

颜悦色地沟通,和一脸怒气、怨气地沟通,效果肯定截然不同。

世间多少夫妻,都是把最好看的脸给了外人,最难看的脸留给爱人。于是,一个本应欢声笑语的家,变得沉闷压抑;一个本应是彼此避风的港湾,变成了把人逼疯的深渊。

其实,生活不易,怨气、怒气、憋屈、不满,人人心里都有。但是,请记住,那个枕边的爱人,不是你的垃圾桶、出气筒。人家和你在一起,不是为了看你那张臭脸的。颜值再高的脸,整天眉头紧锁既怨且怒,也是丑的,也是没人喜欢看的。

如果你在外面不开心,那么,请在进家门调整好心情,把垃圾情绪扔掉,带着好脸色见家人。如果你是因为家人不开心,那么,请心平气和地去沟通解决。不要看到饭没做好,就拉下脸不说话;看到房间乱糟糟,就用脸给爱人看。

摆臭脸解决不了任何问题,只会让家里阴霾遍布,天长日久,集体生病。

小时候,我特别喜欢去小姑家玩,以前没想过为什么,今年夏天又去,我忽然懂了。

小姑和姑父都是大学教授,也都是乐天派,两人脸上总是特别平和、喜悦,好像从来没有为什么事发愁过。尤其小姑,她说话慢,又温软,眼里总有笑意,连做饭时的表情都是愉快的。我觉得她像春天,周身都是暖洋洋的气息,而且是敞开和接纳的状态,你仿佛随时可以靠近她,和她一起聊天、唱歌、讲笑话。她和姑父的交流就更轻松随性,一颗奇怪的瓜子,两人也能乐呵呵地研究半天。

有个细节,特别小,但我看了很感慨:小姑在卧室喊姑父的名字。姑父在客厅应了一声“哎”,下意识地看向卧室。其实,姑姑是看不到他的,但姑父脸上不自觉地带着微微笑意,是那种“你说什么,我都愿意听”的感觉。我当下就想,如果天下夫妻都能给对方一张这么好看的脸,那可能一大半的婚姻问题都没了。

这个好看,不是唇红齿白、肤白貌美,而是平和愉悦、接纳和爱。

如果你对婚姻不满,先想想自己的脸好不好看。想想你每天用表情告诉爱人的,是“讨厌你,别烦我”,还是“你说吧,我想听”。

试着笑一笑,和颜悦色地和对方交流,不要审视,不要挑剔,不要批判,不要责怪。夫妻一场,该是彼此相爱、彼此在乎的,该是竭尽所能给对方幸福的。可能动人的情话你说不出,带小院的别墅你给不了,出众的颜值、迷人的才艺你也没有,但是你可以给他(她)一张平和愉悦的脸,而这张美好的脸,远胜其他。

世间最美妙的,莫过一张好看的脸。这也许是漫长一生里,你能给爱人的最好的礼物。

(据《中国妇女报》)