



倾诉人：婉如（化名），女
 年龄：32岁
 记者：陈也喆
 倾诉热线：87682535
 15888563497
 倾诉邮箱：dnsbqg@126.com
 倾诉QQ群：78365797
 公众微信号：dnsbqg

丈夫煲电话粥上瘾 我该离婚吗？

1. 第一次出轨

第一次见到冯平（化名），我才18岁，那正是情窦初开的年纪。我14岁便没了父亲，父爱在我的少女时代都是缺失的。生命里突然出现一个温柔体贴的男子，我便陷了进去。

冯平不仅对我细致入微，对我的母亲和弟弟都关怀备至，有什么好吃的，总想着我们。家里出了什么事，他都能出面扛下来。

恋爱六年，我几乎找不出他一点缺点，他是那么仗义勇敢，又是那样细心温暖。到了谈婚论嫁的年龄，我们便顺理成章地踏入婚姻殿堂。

他是我第一个男人，也是我生命中唯一的男人，结婚那天，我觉得自己是世界上

最幸福的女人，拥有这世上最好的男人。

结婚后，冯平跟朋友合伙开公司。公司初创时期十分艰难，我很理解他回家后的疲惫和淡漠。我就想尽量把家务事做好，让他不用操心工作以外的事情。

那段时间，周围发生了很多出轨的事情，我根本不为所动，我非常相信丈夫。直到两年后，公司濒临倒闭时，我才知道，丈夫跟一个比他大12岁的女人保持了近两年的关系。

我依然不相信这是真的，我让丈夫跟我说清楚。他百般求饶，发誓他只是想利用她的能力，并没有对她产生真感情。我相信了他。

2. 打不通的电话

过不了多久，公司彻底倒闭了。我和丈夫打算一起开餐馆。我们整天忙于餐馆的事情，那件出轨的事，就这样慢慢淡忘了。

冯平做事很卖力，对我还是像从前那样好。我对他的戒心松懈了，不再事事猜疑。

餐馆越做越红火，我们的日子也一天天好起来。儿子的出生，无疑更是锦上添花。我把整颗心都放在儿子身上，对丈夫有所疏离。可是我想，身为父，他总能理解妻子的心。

今年4月，冯平老家的亲戚结婚，他也有很长时间没回老家了，正好回去看看。一星期后，他回来了，还是像以前那样有说有笑的，没什么变化。

有一天晚上，他跟朋友们在外面聚餐，很晚都没回来，我便想着给他打个电话，让他少喝点酒。可是打了很久，都提示我“正在通话中”。终于打通了他的电话，我问他跟谁打了那么久电话，他支支

吾吾说不上来，转瞬就挂了。

我马上再打过去，居然又在通话中了。我心中闪过一丝怀疑。

第二天，我起床的第一件事情，就是急切地问他，昨天晚上到底跟谁打电话！

他的神情有些异常：“没给谁打啊。”这么多年的相处，他一丝一毫的变化，我都能发现，再加上他是个不善于掩饰的人，我知道，一定发生什么事了。

那天早上的谈话不了了之，我也没再追究什么。

过了几天，儿子发烧，要送医院，我打电话给他，他居然又在通话中，好不容易才打通。

走在医院的路上，我再次问他给谁打电话。他沉默不语。快到医院的时候，他说了句：“有些事，你就睁一只眼闭一只眼吧。”

一边给儿子看病，一边咀嚼着这句话，我越想越不对劲，他到底做了什么事？

3. 戒不掉的电话粥

那天回到家，我哪都不让他去，我让他说清楚。

他也许从来没见过我那么生气，马上向我道歉：“我对不住你。”

他终于承认了：4月份去老家参加婚宴的时候，认识一个女的，比他大7岁，两个人聊得很投机，就互相留了电话号码。

冯平指着天发誓，他们只有一面之缘，如今都记不清她长什么样了，只是很喜欢跟她说话的感觉，以后一定不再打

了。冯平声泪俱下地说着，我再一次选择了相信。

之后，冯平又回归到模范丈夫的样子，每天接送儿子上幼儿园。起初我没在意，后来，我发现他每次接送都比平常要多出20多分钟。

我问他为什么，他说儿子调皮，喜欢在路边多玩一会儿。我想不对劲，再问他，他只好招了：他还在跟那个女人打电话。

我气得一屁股坐下，他还安慰我：“这是要慢慢戒掉的……”

4. 来路不明的包裹

冯平是个马大哈，他4月份去老家时，换下的衣服忘记拿回来。我想就忘了，总不至于为了几件衣服再千里迢迢地回去。

有一天，寄来一个包裹，包裹里是丈夫的衣服，还有一些老家的土特产。冯平说，这是他托师兄寄过来的。这一回，我长了个心眼。趁他不在的时候，我照着包裹单上模糊不清的手机号码打了过去。

接电话的是个女人。我假装自己是快递公司的：“您好，我是快递公司的，这是您寄的包裹吗？”

对方不明就里，说了一声“是的”。

挂了电话，我很生气。等冯平回家，我盘问他：“你不是说师兄寄的吗？我不管以前你们怎样，你今天必须跟她一刀两断。”

冯平只好当着我的面，给那个女人打电话，要求把买土特产的钱退给她。

我只听到那个女人很大声地说了句：“你什么意思？”

我以为这一次，两个人都死心了，不会再有联系。谁知道，过了几天，我依旧发现冯平在打电话。

我无话可说，对冯平提出离婚。冯平又是保证，又是道歉：“你跟我吃了这么多年苦，眼看日子慢慢变好了，以后还会越来越好。我不会离开你的，你也要为孩子着想。”

说到孩子，我便退却了。我也是个没

有父亲的人，我不希望孩子重蹈我的覆辙。

为了忘掉这些不愉快的经历，冯平让我带着儿子去北京散心。

送我和儿子上火车站那天，冯平似乎特别兴奋。他特意去洗了车，还在车里喷了香水，一路哼着小曲把我们送到车站。

五天之后，我回到家里，总感觉哪里不对，他的神情不对，说话语气也不对，好像刻意隐瞒我什么事。

那天，儿子调皮，把玻璃窗弄得一团糟。我只好拿出橱柜里的毛巾擦拭。毛巾一摊开，一部手机掉了出来。

我很奇怪，我和丈夫一人一部手机，那这部手机是谁的呢？

一开机，短信和未接来电噼里啪啦地进来了，都是那个女人的号码。原来，丈夫为了给她打电话，又买了一部新手机。

我一气之下给那个女人打了电话。那个女人很无辜：“你丈夫喜欢我也没办法，我也有老公，有儿子。我从来没主动打电话给你老公，都是他打来的。”

她把责任推得一干二净，我哭笑不得。

我再次提到离婚，冯平怕了，说一定会戒掉这个瘾，让我再给他一个月的时间。

我百思不得其解，跟一个女人打电话，怎么成为一种难以戒掉的瘾？我到底该不该再给他机会？



本期特邀嘉宾：张子霖（宁波心理咨询治疗中心临床心理科负责人；国家二级心理咨询师；国家婚姻家庭咨询师；中美精神分析协会会员）

这世上有人嗜酒，有人嗜烟，有人嗜赌，有人嗜吃。每一种成瘾般的嗜好都是试图用外在的东西去填补内在的空洞，而可悲的是每一次这样的尝试在短暂的麻痹后，会让心灵的空洞变得更加巨大。

这个内在空洞往往是心灵某一部分的缺失。与其思索电话上瘾这种表面行为，不如思考他内心的空洞是什么，这才是问题的关键。与丈夫保持联系的女性都大他很多，7岁，甚至12岁，年长的女性通常更加懂得包容和关怀，像一个妈妈，这种感觉也许是他内心所需要的。一个人所寻求

的往往是他所缺失的。所以在夫妻双方的关系中，一方面，妻子是否给予了足够的关怀与包容，这是一个问题；另一方面，这个丈夫是否对于自己的行动有准确的自我觉察，这是另一个问题。因为他的行动也许并非追求爱情，而是为了寻找一种包容，让他可以倾诉，可以依赖，可以被照顾。但这不是找“爱情”，这是找“妈妈”。

所以这段婚姻关系是否能够健康延续，可能不取决于谁给谁机会，而取决于夫妻双方是不是愿意去耐心并深入地探索彼此的需求。