他们研究了900多对夫妻，得出一个惊人的结论：男人才是决定婚姻幸福的关键

前几天是好朋友结婚20周年纪念日，两口子本来想低调地在家里庆祝一下，结果我们一帮损友不答应，要求必须办个酒局，全体参加。

你看街上的饭店隔三差五的就倒闭，什么买卖能坚持20年，都不容易啊。”

这只是开玩笑的理由，坚持20年的婚姻很多，但20年后还依然幸福的却不多。

我这位好朋友就是难得的幸福的典范。

倒不是像传说中“一辈子没红过脸”的相敬如宾，而是属于平凡人最艳羡的那种带有烟火气的美满：该吵的时候也吵，偶尔也会生气，不过总是能够在最短时间内尽释前嫌，并不会形成感情中的芥蒂和积怨。

人到中年了，他们提到彼此，依旧是那样亲昵而自然的口气，就像我们年轻未经世事沧桑之前对待彼此的方式。

酒局上，我们都祝贺好友的老公，说你真是一个幸运的男人，遇到了一个能给你带来幸福的女人。

老友的老公笑眯眯地点头，“是，是，我这都是几辈子修来的福气啊。”

好友却制止了我们，“其实你们都说反了，我觉得我们俩之所以20年还能幸福，主要的功劳不在我，而在他。”

以下就是好友的话，我用第一人称转述：

你们都知道，我这个人长在重男轻女的家庭中，因为从小被父母忽视，所以性格变得很好强。

什么都想做到最好，对自己要求高，对别人要求也高。

但实际内心非常敏感自卑，总是过度解读别人的话，总担心别人看不起自己，活得非常累。

和他结婚之后，开始我也是这样，性格急躁，说不上几句就会吵起来，结婚头几年是我们吵架最多的时候。

他这个人和我正相反，性格很温和，轻易不会发火，而且很宽容。

当他发现我其实总是用发火来掩盖自己内心的不安时，就不怎么和我吵，而是耐心解释，我所担心的事情，比如说“他不爱我”，是不可能发生的。

他有一个很大的优点，就算是我们吵架了，第二天他还是该怎么就怎么，不会怒气冲天的和我相处，看到他这样，我也不好意思再吵下去了。

这么多年下来，他像一个稳定的磁石，吸走了我的心浮气躁，让我逐渐稳定下来。性格越来越开朗，很多原来觉得放不下的事情都知道放下了。

我要谢谢他，是他给了我幸福的可能，如果换一个男人，我相信我也不会是现在的我，婚姻也不会是现在这般美满。

好友最后总结出自己婚姻幸福的几点奥秘：

第一、男人脾气好，性格稳定，懂得包容，对女人产生了正面影响；

第二、家务能做到两个人分担，互相承担一部分责任，不会让任何一方有不公平的感觉；

第三、夫妻没有隔夜仇，及时解决矛盾，不积累怨气。

她笑着说：“你看这三条，其实都和他有关，婚姻真的不是有个好女人就行了，找对男人，实在是太重要了。”

这几天我一直都想着好友的话，发现她真的说中了婚姻一个很朴素的道理：婚姻要幸福，男人的表现很重要。

过去人们喜欢强调女人在家庭中的重要，什么女人是家庭的灵魂，什么好女人是个学校，好像婚姻只需要女人一个人努力就行了。

孩子不成器，是当妈的教育有问题。

老公在外面混得不好，是当老婆的不旺夫。

我朋友老公出轨，婆婆说，“都是你的错，你怎么不管着他点。”

中国婚姻之所以质量偏低，就是因为长期以来，都把家庭认为是女人的主场，男人却在一边袖手旁观。

我另外一位朋友今年也是结婚20周年，他们的婚姻不能说很不幸，但这都建立在她努力说服自己去接受他的懒惰、冷漠、自私的基础上。

她需要拼命找借口为他辩护才能让自己不那么痛苦，“这么多年，他总还有点好处，比如工资还能给我一部分养家，对我家人还不错……”

中国有多少婚姻是靠女人努力“通情达理”才能维持下来的？

稍微想不开一点，就会对婚姻感到绝望，因为自己怎么都带不动男人的身心，他们总觉得经营婚姻是女人一个人的事情。

根据国际经济合作与发展组织对全球29个主要成员国男性分担家务的时间的调查：

中国男人每天花在照顾家人、购物和家务活上的时间只有91分钟。

真正投入到打扫、洗衣服等日常劳动上的时间是48分钟，远远低于全世界134分钟的平均值，仅高于韩国、土耳其和日本。

而在同样的家务上，中国女性则每天投入了155分钟。

与此相反的是，中国家庭主妇的比例较低，大多数中国女性像男人一样需要工作。

调查显示，中国女性每天工作时间为291分钟，世界排名第一。

如果将有偿劳动和无偿劳动加在一起，中国女性每天要比男性多工作44分钟。

这么一算账，是不是吓一跳？

男人不仅在家务上犯懒，在解决矛盾上也很被动。

到我这里咨询情感问题的，一百个女人当中能有一个男人就不错了。

你说婚姻不幸福只有女人一个人痛苦吗，不是，男人也同样会沦陷在不快乐之中，但他们宁可在沉默中爆发，也坚决不主动求助。

所以，为什么好女人那么多，她们那么辛苦，那么努力，却总是无法单方面维持幸福的脚步，因为那个十分重要的男人，缺席了，落后了，退步了。

相反，观察身边很多算得上幸福的家庭，都有一个与之相配的男人。

他们都懂得对家庭和家人投入很多的精力，不会用“我要赚钱，所以不必管家”这样幼稚的借口来逃避责任。

包括我自己的家庭，很多人都夸我情商高，但纵然再高的情商如果遇到了一个糟糕的男人，也会无用武之地。

虽然我嘴上很少承认，事实上我们婚姻的平顺和稳定，大半都要归功于那个被我说成是拥有强大“钝感力”的男人。

他性格很温和，心理状态极其稳定，还很善良，有教养，几乎在我想要做的所有事情上，都会支持我。

在他身上，我能得到足够的尊重、鼓励和帮助，而这些，都是幸福感的最重要组成要素。

美国芝加哥大学的研究小组对953对相恋时间平均为39年的夫妻进行调查后发现，男方性格温和和身体健康是决定婚姻幸福的关键因素。 如果丈夫性格非常外向，很容易情绪紧张，则妻子对婚姻的抱怨便会相应增加，而丈夫相对乐观积极的家庭中，夫妻间的冲突则较少。

此外，如果是男方健康状况不佳，由于妻子通常都会因此承担更大的照顾责任，负面情绪也就会因此上升。

值得注意的是，在该项研究中，妻子的脾气和健康对婚姻幸福所起到的影响反而微乎其微。

这个结果真的颠覆了我们长久以来的文化和教育，但结合生活的实际来看，又是如此的贴切。

婚姻幸福不幸福，男人说了算。

说到底，并不需要男人在婚姻中当牛做马，只要放弃掉一点男权社会的自大，脾气好一点，对家庭关心一点，对老婆体贴一点，好多婚姻问题都会消散。

好的婚姻，男人一定会做这3件事

我发现我越来越爱我的前妻。

你知道爱一个人又不能在一起的感觉吗？那是一种在白天渴望星辰，在夜晚妄想日光的感觉。

这是一个出轨男人说出的‘肺腑之言’。

离婚后，他发现还是前妻对他好，就想和前妻复婚。

但是前妻不同意，于是他内心痛苦万分，向网友求骂，企图以毒攻毒，让自己好受点。

网友也很给力，分分钟让他如愿以偿了：

拥有的时候不珍惜，失去了之后才后悔，可是一切都为时晚矣。

婚姻生活充满了柴米油盐酱醋茶，或许日子太过平淡，或许是已经习以为常，很多时候，妻子的付出总是容易被丈夫忽视。

可是，请不要忘了，一日三餐可口的饭菜，每天干净整洁的衣服，日渐乖巧懂事的孩子……

默默无闻做着这一切的，不是传说中的"田螺姑娘"，而是你的枕边人。

而对妻子来说，最好的回馈就是，丈夫理解她的劳累，包容她的不足，珍惜她的付出。

在有人为你真心付出的时候，请用心珍惜，千万不要等到失去后才追悔莫及。

看见妻子的付出，是婚姻幸福的前提

那些看不到妻子付出的男人，永远都觉得：自己工作挣钱大过天，妻子带娃做家务是理所应当、不足挂齿的。

我们常说，要想感情好，就得换位思考。

婚姻幸福的前提，就是看到。

你看到了妻子的付出，才会理解她的不易，还有那些被日常琐碎毁掉的好脾气。

有这样一段话：

你给女人一个精子，她给你一个孩子。

你给她一个房子，她给你一个家。

你给她一堆食材，她给你一顿美餐。

你给她一个微笑，她给你整颗心。

她会使你给她的东西放大和倍增。

所以，如果你说她任何废物，

那么请准备好收获成吨的垃圾。

这世上可能没有绝对的公平，但是一个能看懂妻子付出的人，也一定会得到妻子更多的回报，这绝对是毋庸置疑的。

包容而非指责，是夫妻关系的润滑剂

婚姻，是夫妻二人的共同修行。

太多的人，常因为鸡毛蒜皮的小事，对伴侣出口责备，看起来也许威风，却把两个人的心越推越远，把爱一点点消耗殆尽。

《霍乱时期的爱情》里说：

真正的爱情需要什么？需要两个人在一起是轻松快乐的，没有压力。

最好的婚姻，从来都是遇事不责备。

想要爱情更温暖更长远，我们必须多一份宽容和耐心，对小事不争对错，遇坏事不相互指责。

承担生活的琐碎，是男人最高级的魅力

曾看过一个丈夫的自述视频，叫《我从不帮我太太》。

这位丈夫和朋友在家里喝咖啡，聊人生、聊近况。

聊到一半时，他告诉朋友，自己要去洗碗，等下就回来。

朋友说：”我很佩服你会帮你太太，我现在都不怎么帮我家那位，每次我做了，她也不会感谢我。就像上星期，我拖了地板，她连一个谢都没说。”

他跟朋友解释，他从不帮自己的太太，事实上，他太太也不需要他帮忙，她真正需要的，是一个伙伴。

我不会帮太太打扫家里，我也住这里，我本来就需要清理；

我不会帮太太煮饭，因为我想吃东西，我也应该动手煮；

我不会帮太太洗碗，因为我也用了那些碗盘；

我不会帮太太照顾孩子，因为他们也是我的孩子，我本来就是一个父亲……

根据调查显示，在婚姻里，如果丈夫主动承担家务，那么夫妻的感情就会非常好；反之，夫妻吵架的频率、离婚的风险都会非常高。

做家务，就是在懂得对方付出的基础上，付出自己的爱。

试想一下，如果你有一个女儿，你会让她嫁给一个，从来不做家务的人吗？

如果不会，你又为何忍心让自己的妻子承担所有的家务呢？

王安忆在《空间在时间里流淌》中写道：

以往，我是很崇拜高仓健这样的男性的，高大、坚毅、从来不笑，似乎承担着一世界的苦难与责任。

可是渐渐地，我对男性的理解越来越平凡了，我希望他能够体谅女人，为女人负担哪怕是洗一只碗的小小的劳动。

能够在琐碎中微笑，在家务中兜兜转转的男人，才是真正有魅力的男人。

其实，每一个妻子想要的疼爱都很简单，半夜饿醒后的一碗面，下雨时接送的一把伞，三五分钟洗完的几个碗，过节时送的一束玫瑰花……

这些都无需花费太多时间和金钱，却能让妻子源源不断地感受到丈夫的爱意，成为自己孜孜不倦为家付出的强劲动力。

鲁迅说，女人天生有母性，天生有女儿性，就是没有天生的妻性，妻性都是被逼出来的。

在细节中说爱，妻子会更加温柔，婚姻也会更加幸福。

高情商的老公，懂得一生一世，把老婆捧在手心里使用。

愿每一位丈夫都能学会珍惜妻子的付出，不要在失去之后，才心痛忏悔：

曾经有一个很好的老婆跟在我身边，我没有珍惜，等我失去的时候我才后悔莫及，人世间最痛苦的事莫过于此。

愿每一位妻子都能被枕边人温柔以待，累的时候，有个肩膀依靠；冷的时候，有个怀抱取暖；漫长岁月，有人始终与自己并肩而行。

愿每一对夫妻都能彼此珍惜、彼此包容和彼此疼爱。