

问题：家里人以不给生活费、学费为要挟，让我过年必须回家怎么办？

如果我不回是不是就是坏孩子了呢？

题目描述：假期不想回家，但是家里人道德绑架我必须回去，说家里老人老了让我回去看看，如果不回就不给学费生活费。我就是觉得累，不想动，坐车很累，我受不了（严重晕车），而且家里穷，如果坐高铁、飞机的话太贵了，只会被绑架得更紧，因为花他们的钱就必须做个听话的人，必须满足他们的任何要求，从小就是如此。如果坐硬座硬卧我受不了，小时候坐车回家去一次吐一次，上车就晕车，回去必须躺好久才能缓过来，而且什么都吃不下。回家以后如果没有按照他们的要求做事就会被骂，各种恶毒的话，以前我复读不想回家，他们说肯定是拿着他们的钱在学校享福，可是明明当时我在复读学校的生活那么难过，那里的老师骂人特别狠我去办公室他一直让我滚，复读那个学校饭菜又贵又难吃（一个肉七块，有时候菜里有杂物），但是我觉得现在我大学的食堂很好吃，我不是一个公主病的人啊！我讨厌乘坐交通工具，每次乘坐交通工具我都很难受，我老家离现在的大学两千七百多公里，在山村里，要先坐飞机或者火车之类的然后再坐大巴车，想到大巴车我就恶心想吐，主要是晕车严重，小时候每次被大人拉着回老家我根本承受不了，可是没办法，现在也不能摆脱吗。我到底能不能做自己想做的事，凭什么要一直绑架我。

从小家里人就教育我要孝顺，百善孝为先。我从小一直特别听话，在家听大人的话，在学校听老师的话，我不敢做自己想做的事，一直被道德绑架。任何不利于他人的事情我都做不了，可是我真的不想再这样了。我小时候从来不吃零食、不玩游戏、不看小说、不追剧、不追星，没有任何他们认为的“不正统的”娱乐方式，我是个“别人家的孩子”，我是个乖乖女，我没有自我，我只会按要求做事，他们说什么是好的我就做什么，什么是不好的我就不做什么。因为他们就是这么教我的，我不想做个坏孩子。我只会利他，从不会利己。中小学时候，我在学校经常主动帮助别人，比如同学没有纸但是想上厕所想要纸，我就主动借给别人，同学打扫卫生我会主动帮助，但是我发现我这么做以后，同学就不带纸了，直接找我拿纸，把我当做供纸的人，轮到有的同学值日这个同学就会说“让xx来打扫吧，她喜欢打扫”。但是我没有朋友，因为我像个外星人，我和他们不一样，他们和我没有共同话题。我只是想要个朋友，为什么这么难。我很难过，不是因为他们用我的纸，不是因为他们把我当做打扫卫生的人来利用，而是因为即使我帮助他们他们也不会把我当做朋友，他们会捉弄我嘲笑我，说我是外星人。我很穷，但是我愿意给他们用纸，我买了吃的，我可以只吃一点点，剩下的全部分给别人，因为我觉得我应该这么做，我一直认为应该最大限度地对别人好，因为我应该善良。我一直不理解为什么感动中国十大人物为什么需要颁奖，我觉得每个人都是这样的，因为我一直这么认为，我也是这么做的，我觉得如果遇到任何问题，我一定会牺牲自己成全别人，一直都如此。但是我只要不符合别人的要求，别人就不会喜欢我，我就没有朋友，也没有任何人的爱。家里人喜欢我是因为我从小听话嘴甜，对家里人百依百顺；老师喜欢我是因为我听话成绩好，上课专心听讲，认真写作业；而当同学对我的要求和师长对我的要求冲突的时候，我就混乱了，因为同学要的是和自己兴趣爱好一致、三观一致的人，但是我很难做到这样，因为我长久以来做的都是那个死板的人，也就是符合某些师长认为的传统意义上的好孩子。但是我不能既是一个这样的人又是一个那样的人。我到底是怎样的我也不知道。我只知道，我不想回家。但是我害怕。我不知道怎么办，可不可以救救我。（或许是指精神鼓励和建议？我很无助）我到底要怎么做才能是个好孩子呢？（因为我不想伤害别人）

家里老人生病，生病是一件很痛苦的事情，如果见到我应该会开心，那么我应该去，但是我又不想去，好难受好纠结，我不知道应该听谁的声音。如果我没有满足他的要求，他是不是会生气、会不舒服啊？我不希望别人因为我不舒服。可是我自己呢？我不知道。唉！

在你往下看之前，要先说明一件事——有错和有罪是两回事。

下面会指出你很多错误，很多都会把你逼得很不好受，但是是不是说不通是非常显而易见的，你可以自己检查。而说不通，就是错。

但错没什么问题，有错不表示有罪。

这里没人在说你有罪，除了很可能已经养成了“有错就是有罪”反射的你自己。

形成了这个反射的人会因为对罪的恐惧而无法审视任何自身的错误，把试图谈论错误的人当作试图送自己进监狱的人来“反击”——这显然不是一个好的做法。

按住你自己心中的魔鬼，慢慢看。

假期不想回家，但是家里人道德绑架我必须回去，说家里老人老了让我回去看看，如果不回就不给学费生活费。

什么叫道德绑架？是不是只要道德义务和个人意愿有冲突就叫道德绑架？

具体说道德绑架的定义到底是什么？难道只要对方的依据是某种道德规范，你发现无法反驳，这就构成道德绑架？

如果是这个定义，那原则上遇到每一个人你都要事先声明一下“除了成文法以外本人不认可任何道德规范，请按照此前提与本人交往。举例，本人不认可礼尚往来、不认可言而有信、不认可尊老爱幼、不认可见义勇为、不认可义气、不认可同窗情谊……”

否则别人会误以为你认可，现在你身上投入大量资源，看你接受的时候挺自然的，结果在人家要援引这些原则获得帮助的时候遭遇“道德绑架”指控。

这多少有点太便宜了，你不觉得吗？

我就是觉得累，不想动，坐车很累，我受不了（严重晕车），而且家里穷，如果坐高铁、飞机的话太贵了，只会被绑架得更紧，因为花他们的钱就必须做个听话的人，必须满足他们的任何要求，从小就是如此。

让我们直接一点——是的，如果你不是用劳动换取报酬，而是直接吃穿住行都花对方的钱，就要满足对方的一切要求。

对方只不过以切断金流作为“满足一切要求”的强制手段，这在任何社会规则下都是合法有效的。因为如果要求真的很过分——例如砍手砍脚、卖肝卖肾、杀人放火这类的——你一算账就不会接受这个交换了。

不然呢？直接拿别人的血汗钱吃穿住行，但不承担任何责任义务？这有哪个社会能允许？

如果坐硬座硬卧我受不了，小时候坐车回家去一次吐一次，上车就晕车，回去必须躺好久才能缓过来，而且什么都吃不下。回家以后如果没有按照他们的要求做事就会被骂，各种恶毒的话，以前我复读不想回家，他们说肯定是拿着他们的钱在学校享福，可是明明当时我在复读

学校的生活那么难过，那里的老师骂人特别狠我去办公室他一直让我滚，复读那个学校饭菜又贵又难吃（一个肉七块，有时候菜里有杂物），但是我觉得现在我大学的食堂很好吃，我不是一个公主病的人啊！

我讨厌乘坐交通工具，每次乘坐交通工具我都很难受，我老家离现在的大学两千七百多公里，在山村里，要先坐飞机或者火车之类的然后再坐大巴车，想到大巴车我就恶心想吐，主要是晕车严重，小时候每次被大人拉着回老家我根本承受不了，可是没办法，现在也不能摆脱吗。我到底能不能做自己想做的事，凭什么要一直绑架我。

能，早点经济独立且承担社会责任就可以了。

从小家里人就教育我要孝顺，百善孝为先。我从小一直特别听话，在家听大人的话，在学校听老师的话，我不敢做自己想做的事，一直被道德绑架。

作为小孩子，在家不听大人话、在学校不听老师的话，那是分分钟会走丢甚至死的。你是因为听话所以捡了一条命，付出的“代价”甚至没有包括什么金钱报酬，就是“听话”本身，怎么感觉好像自己吃了个天大的亏？

到底什么叫道德绑架？

任何不利于他人的事情我都做不了，可是我真的不想再这样了。

在自己不生产任何价值、无法为任何他人的损失负责的前提下，你想做什么不利于他人的事？

我小时候从来不吃零食、不玩游戏、不看小说、不追剧、不追星，没有任何他们认为的“不正统的”娱乐方式，我是个“别人家的孩子”，我是个乖乖女，我没有自我，我只会按要求做事，他们说什么是好的我就做什么，什么是不好的我就不做什么。因为他们就是这么教我的，我不想做个坏孩子。

我只会利他，从不会利己。中小学时候，我在学校经常主动帮助别人，比如同学没有纸但是想上厕所想要纸，我就主动借给别人，同学打扫卫生我会主动帮助，但是我发现我这么做以后，同学就不带纸了，直接找我拿纸，把我当做供纸的人，轮到有的同学值日这个同学就会说“让xx来打扫吧，她喜欢打扫”。

你有没有想过，利他是有技术问题的？

要依靠恰当的技术要领，你才能实现可持续的利他。

认为无需考虑任何技术细节，只要自认为利他，就可以按照自己的需要在需要的时间、需要的地点随时支取自己需要的报酬，这个期待当然行不通。

就是到银行存钱也不能把钱往柜台一扔就走，然后期待啥时候想要啥币种都能随时提现，不是吗？

一个如此分明通用的服务都有规矩，利他这种复杂精妙到极点的魔法般的技术你为什么会指望比存钱取钱还简单？

但是我没有朋友，因为我像个外星人，我和他们不一样，他们和我没有共同话题。我只是想要个朋友，为什么这么难。我很难过，不是因为他们用我的纸，不是因为他们把我当做打扫

卫生的人来利用，而是因为即使我帮助他们他们也不会把我当做朋友，他们会捉弄我嘲笑我，说我是外星人。

对“朋友”的定义是什么？

在我需要的时候就会出现并一定不会让我失望吗？

这都没有吗？

耶稣和安拉把如来往前挤，如来打电话给观音，观音直接关机。

你要的不是一个朋友，而是一位比神还神的神啊。

神都做不到在需要的时候就出现，并且一定不让人失望。

秘密在哪？

在于让人不失望的不是“真正的朋友”——至少不全是，而是你自己不失望的能力——至少大部分是。

你不失望的能力连维持父母这个级别的关系都不足用，对满足需求能力更弱、动机也更浅的其他人，想要在你这里及格得有多难？

所以你没有朋友啊。

我很穷，但是我愿意给他们用纸，我买了吃的，我可以只吃一点点，剩下的全部分给别人，因为我觉得我应该这么做，我一直认为应该最大限度地对别人好，因为我应该善良。我一直不理解为什么感动中国十大人物为什么需要颁奖，我觉得每个人都是这样的，因为我一直这么认为，我也是这么做的，我觉得如果遇到任何问题，我一定会牺牲自己成全别人，一直都如此。

父母遇到了需要你回家的问题，需要你牺牲来成全。

但是我只要不符合别人的要求，别人就不会喜欢我，我就没有朋友，也没有任何人的爱。家里人喜欢我是因为我从小听话嘴甜，对家里人百依百顺；老师喜欢我是因为我听话成绩好，上课专心听讲，认真写作业；

你似乎在追求一种无论你怎么做，对方都毫不动摇地喜爱

。你有这样对其他人施予“无论做什么让我不喜欢的事我都一样喜欢”的待遇吗？你觉得你能做到、会做到，或者更确切的说——该做到吗？

直接举上面的例子，同学要用纸，这就已经越过红线了，不是吗？那么换到同学的视角来看，同学是不是也有“她喜欢我是因为我从来不索取什么东西，一旦我索取，哪怕一张纸，她也不会再喜欢我”的问题？而这个问题对你成其为一个问题吗？

这不是要讽刺你、挖苦你，而只是用一种最直接的方式提示你——你关于“爱”的期待本身有内在的逻辑矛盾，会导致没有人能做得到。

如果你坚持这个定义不改，那么建议你不要再对得到这种爱期待太高、投资太多。

而当同学对我的要求和师长对我的要求冲突的时候，我就混乱了，因为同学要的是和自己兴趣爱好一致、三观一致的人，但是我很难做到这样。因为我长久以来做的都是那个死板的人，也就是符合某些师长认为的传统意义上的好孩子。但是我不能既是一个这样的人又是一个那样的人。

你的意思是，得到爱就要靠服从来换，不服从就得不到爱。于是由于人与人的要求是不同的，你将只能得到一种人的爱。

那么别人要得到你的爱要怎么做？也就是要满足你的需求，对吧？

那么假设你找到了一个人，这个人服从你，于是得到了你的这种爱，你也服从ta，于是你也得到了ta的这种爱，那么这岂不是从数学上就意味着你们不能在任何问题上有分歧？

因为如果你说要先换衣服再吃火锅、ta说要先吃火锅再换衣服，根据你要服从他他才会爱你、而他要服从你你才爱他这个法则，这事要怎么办？

所以，很显然爱这个东西如果存在的话，就不可能是这种流着口水半身不遂的游戏规则，不是吗？

我到底是怎么样的我也不知道。我只知道，我不想回家。但是我害怕。我不知道怎么办，可不可以救救我。（或许是指精神鼓励和建议？我很无助）我到底要怎么做才能是个好孩子呢？（因为我不想伤害别人）家里老人生病，生病是一件很痛苦的事情，如果见到我应该会开心，那么我应该去，但是我又不想去，好难受好纠结，我不知道应该听谁的声音。如果我没有满足他的要求，他是不是会生气、会不舒服啊？我不希望别人因为我不舒服。可是我自己呢？我不知道。唉！

这个问题其实非常简单——你如果有劳动收入，你就可以自己选择舒适的交通工具来承担你的应尽社会义务，矛盾就自然解决。

而你自己没有劳动收入——不管这是否有合理原因——你就要用没有劳动收入的条件去承担应尽社会义务。因为你有没有劳动收入是你自己的生存责任，并非已经向你投入了巨额投资、并且当前还在支撑你的一切财务需求出资人的问题。

对方的要求完全正当，你的个人意愿只能在你自己承担完你自己的社会义务之后才能成为优先。

因为那份义务对应的福利你【已经】享受了——你看清楚这句话。

无论你找出什么理论来支撑你的正当性，在客观层面上，你现在都处在“已经享受了权利，想要拒绝承担义务，并将对方的追索称为道德绑架”的状态。

社会不可能允许这么基础的社会契约这么轻易的动摇，动摇了，社会将直接崩溃——这等于支持老板不发工资、顾客不用付款、供应商不用交货。

不管有多少与你处境相同的小孩子给你鼓掌点赞，为你发明理论，都没有意义——因为如果你去走这种“找网络理论为回避社会义务辩解”的路并且坚称这就是对的，那么你就会立刻损失一切信用，也不再可能建立起任何信用。

甚至在那些危机摇旗呐喊的人那里都一样，不信你找ta们借钱借宿、提出给ta们打工试试看——如果ta们有钱可借、有工可给你打的话。

所以，你其实根本没有选择。

你的选择，在你自己没有劳动创造价值时已经被你选择过了。你的“无自由”，根本不是有权要求你承担应有义务的人制造的问题，而是你自己没有准备好应对义务的资源造成的问题。

是你的问题。

你的问题，挨打就要立正。

你要问道理，道理就是这样。

你要是能看到这里，那么你可以给自己一朵小红花了——因为这并不容易。

你现在的被动、困窘，严格说不是你的错，因为你没有得到过这类清晰明确的教育，属于在战争中学习战争。现在机枪已经在你头顶扫射，而你连匍匐前进都没学过，所以你现在被打得灰头土脸。你难受、你痛苦，你自己没责任，所以你想要通过寻找一个负责的人来为这个折磨负责。

但是，你要知道世界上是有“应分的痛苦”——也就是没有任何人需要负责的痛苦——这样的东西的。

这跟青春痘、痛经、老年骨质疏松没有任何本质区别，没有人有责任。既然没有人有责任，去发明一种理论为某种人制造出责任，然后通过向其追究责任、迫使其为你解决这痛苦就会成为一个复杂的问题。

不是说这在技术上完全不可考虑，而是说这样做本身就有巨大的时间成本、执行成本和执行风险。

不反对你去尝试，毕竟不试试谁也不能直接铁口直断行不通，但是注意——如果你失败了，例如对方反抗激烈或者成功逃脱了，那么不但你的这些时间精力投资会打水漂，关键是这番操作形成的经验也很难复用。

当然，你可以进行改进，发明更厉害的罪名法条、购置更大口径的武器和更粗的锁链去保证下一次捕获的对象能帮你解决更多问题，但是那意味更多的投资。

很难想象一穷二白毫无经验的你能投资几次。

纯技术性的讲，这不是明智的投资。

你最好的选择，是少浪费精力在这种“发明罪名，用威胁追究来驱动别人为自己摆平对方并无责任的问题”上去——充满讽刺的是，这恰恰正是“道德绑架”，不是吗？

自己承担起自己的成长责任，尽早自食其力，用自己的劳动所得解决自己的烦恼。

就像所有其他人一样。

祝你好运。

编辑于 2025-01-26

<https://www.zhihu.com/answer/87043243992>



评论区：

Q: 想到一种情况。假如由于疾病，或其它客观原因，没能自力更生或者凭自身能力可争取到的自由很少，需要依赖家庭。那么这种情况下要忍受的不自由、需要听从家人的安排甚或“控制”，这也是“应分的痛苦”吗……[发呆]

A: 是啊。家人真的那么闲，要搞“思想控制”吗？

---

Q: 感谢你的回答。可是我觉得如果我不服从家人的要求他们就不爱我了，他们爱的只是听话的我。那么爱到底是什么？是一种交易吗？

A: 你这个“我不听话就不会喜欢我”的断言其实是不可靠的。这个秘密在于你的“不听话”——即你所作出的不同计划——质量很不够，以至于父母无法支持。

其实如果行得通，父母巴不得支持你的计划——他们何尝喜欢担惊受怕、日夜忧虑你无法独立生存？

问题是你实践经验太少，以至于提出的计划千疮百孔，父母想到批准你的计划就无法安睡，尤其是这些计划需要他们出资、他们担保。他们钱都是从血汗里挤出来的，承受不起对这种质量很不够的计划的投资。

你能做的是两条：

1) 先证明自己对社会到底是怎么运转的有基本可靠的认识，而这个证明最有效的手段就是打一份正当的工，最好还是直接面对大量人群的工，例如奶茶冲泡、店面销售这类。

2) 就具体的计划，抱定“父母是投资人，投资人有一切权利挑剔”的原则，先请父母指出自己的担忧点，想办法一个一个的拿出实在的证据打消疑虑。这是一个漫长的学习过程，但是学会了你整个人生的基本生活问题都一并解决了。

如果你认为父母很难搞，那么将来陌生的投资人将更难搞。只不过人家看到不靠谱连骂也不会骂，也不会给你第二次机会，只是直接请你回去等通知。

这一关你本来就要过，想通过和父母断绝关系来免考本质上反而是放弃了最好考的考官的“内测机会”，以为陌生人的考试更好考。

这么说吧，如果你直接参与社会分工而陌生人如果给你的“反馈极佳”，有很大可能是杀猪盘。

Q: 首先，你判断出我作的计划质量不够这件事的时候，你已经站在了支持我父母的角度，而不是先客观了解情况。我的父母让我感到操心。其次，你所说的“父母是投资人”这件事，关于我的抚养费，我承认在我上大学之前用了他们的钱，但是这不代表我必须事事服从父母，我不能是一个奴隶。你不知道，从小到大，我从来是踽踽独行，我也只是一个家里大人的奴隶或者说傀儡。

我从小成绩名列前茅。我家的亲子关系是倒置的情况，小时候我爸打游戏不理我会我，我妈也很少与我相处，后来父母吵架闹离婚倒是在我面前进行。我上初中住校以后和家里人几乎没有往来。

但是后来家里人还是试图控制我，让我服从他们的一切安排，可是我每次孤独的时候都是自己一个人，为什么遇到人生的问题，他们都要一次又一次干涉我。



A: 你意识不到你的表述之中有多少问题，这本身就是你无法做出有质量的自我规划的充分依据了。

比如，你这句“已经站到了支持父母的立场”就是一句问题很大的话——这无形中就在把立场不明的人往敌对立场上推，这属于社会大忌，但你却毫无意识的这么做了。

坦率讲，你的心情可以理解，但你的能力还远远达不到能支撑你想要的这个自由的程度。

先工作，赚到钱，用这个钱去买你的自由，而不是在还拿着别人钱的时候现在就想着“挣脱束缚”。

你不工作，是不知道自己现在有多稚嫩的。一工作，你就知道你所看不起的父母的支持是多大的心血。那时候你才知道要是你自己的血汗钱在支持某甲，你会以什么心态去要求某甲。

Q: 你看看问题补充中的图片吧。我在多个不同的类型餐馆打过工，我打过招生电话，我做过游戏陪玩。你在回答问题的时候已经预设了我是一个不谙世事，只会抱怨家长的孩子。这就是“你已经站在了支持父母立场上”的证据，不是我在胡乱推断。

A: 你要回复我最好直接发在评论里，不然我是看不到的。

餐馆 80 一天具体做什么？

Q: 上下两层的餐馆，经营炒菜、烤鸭、一些卤菜，二层是大桌子和包间，大概十几桌，一层是小桌子。早上擦盘子、擦杯子，打扫卫生，早上没啥客人。每层就只有 2~3 个人负责。中午晚上人来得很多，又要添茶倒水，又要点餐，又要传菜，人走了还要收桌子、扫地、抹桌子。它分工一点都不明确，所以都要干。那个抹桌子水里放了某种清洁剂，感觉对皮肤有腐蚀作用，但是我没钱买手套又不愿意用别人的手套，徒手接触，手就蜕皮发红、隐隐作痛。为啥没钱，因为我妈逼我回去，我不回，我要不起她的钱。我宁可打工。传菜有个小电梯，不是给人做的，只能放菜。但是人多的时候根本不够用，要靠人力传菜，上下两层跑来跑去。还要配茶饮，每桌上一壶，然后壶里的水快没了就要添。晚上有客人会吃到很晚，我们要打扫卫生，把桌子上的残羹剩饭都收了，地上的垃圾扫了，把椅子归位。第二天还要重新打扫，因为晚上只是打扫个大概。第二天早上要把每个壶里的那些冰糖、大枣之类的配好，但是它那个壶又不够用，几桌过后还是要重新换里面泡的东西，但是同时还要顾及扫地、收桌子、传菜等活。还要帮忙捡菜，还有搬泔水。反正干的杂。我只有 39kg，极其瘦，从小脾虚食少，我确实搬不了很重的东西。然后就是住在餐馆提供的宿舍里，和大妈们住。有的大妈喜欢随使用我的东西，由于我刚来的时候干活不熟练，大妈还会对我指指点点骂骂咧咧。

还有那个餐馆宿舍是这样的，一个屋子，几室几厅，每个厅室都有好几张上下床，总共一个洗手间，里面洗完澡水漏不下去，只会积在厕所，每次洗完澡都要铲水。我说的这只是其中一个餐馆，我还去过别的餐馆打工。

世界上什么样的人都有，我相信你会爱自己的孩子，也相信你会是一个开明的家长。

但是我不知道我的家人到底爱不爱我。而我纠结要不要满足他们的需求，是因为我不愿意别人因为我没有满足他的需求而难过，因为别人难过的时候我会难过，

很可笑的事情是，如果满足别人的需求需要违背我自身的意愿，我同样会难过。于是我搞不清到底哪个是我的本心[发呆]然后我就头脑爆炸了。

A: 你妈妈一天收入多少？

你没有充分的考虑父母的痛苦和为难，只是在考虑你自己的感受好坏。

你们家并没有能力满足你期待的宠爱，这跟没有爱是两回事。

爱并不是以感受是否良好来区分的。爱只包括尽力而为，而尽力而为也不能保证良好的表现。

这些话你现在可能很难听进去，将来轮到你爱别人时，再自己体会吧。

被爱也是需要能力的，甚至比爱的能力更关键。

分得出力不能及和用心险恶，这是至关重要的。

人各有命，无法强求，只能希望你早点遇上能让你明白这道理的事，这是人力无法代劳的。

Q: 不清楚，大概一个月两千五

A: 父亲没收入，母亲一个月 2500 把你抚养大的？

Q: 不是的。一开始他们没离婚，我不知道是用谁的钱，后来离婚了。一开始我爸是在公司上班的，我也不知道是干嘛的，后来他还开店，创业失败了吧。他不靠谱，经常打游戏。我妈好像还在邮政工作过。都是小学的时候的事了。

我可以明天告诉你

A: 也不用告诉了，我并不需要确切的知道。

这么说吧，如果的确收入就是这样，还是一个女性单独抚养你，那么你妈妈面对的压力是很可怕的。

她根本没有任何应对意外和风险的空间，会对一切有强烈的控制欲是必然的。

你在外面摔一跤、上个当、生一下病或者被人打一下或者你打人一下，她都不知道要怎么办、能求谁。

不是要否定你自己的努力，但是作为外人，对你的母亲是非常敬佩的。

不要看不起她。

至少换了我在她的位置上，我没自信能和她做到一样好。

Q: 她是我上高中才联系我的，我复读的时候才抚养我的，甚至不是抚养，是掌控、威胁。我去了她那里，不过是才出龙潭，又入虎穴。为了不依靠她，我在外打工。你只不过是维护自己的权威罢了，维护你发表的言论。就算了解了你也会不遗余力地维护自己的观点，或许因为你也是一位女性。你只是站在了你的角度。

这世界上最恶毒的言论出自我的母亲。

她说哪天我把她逗衅掉她要把我赶出去

她说我很差，别家娃娃哪个像我这样

她说我一样都不会，想你这种人出去会饿死

奚落我

她：我告诉你，你今年用了多少钱我记着的，你再不听话我以后叫你赔

她：你爹倒是滑的嘛，把麻烦甩给我

她：你不是说你爹跟我一个人一个月 500 就够了嘛

我：你之前不是说你一个人承担嘛？

她：怎么可能？我们国家规定到十八岁可以不养

她总是拒绝沟通

她：你觉得你爹好么你去他们家嘛，让你感受一下他对你的好，你觉得我不好么。

我：我问你，你觉得哪种算好？

她：你觉得我不好么你去你爹家嘛

我：我问你哪种算好？

（她看着我）

我：我想改善我们之间的关系，不然我们老是吵——你不想改善一下我们之间的关系吗？我们谈一下吧

（她想了想）她：你不要讲了

她要求我一切听从她的控制。

她想干活，我就不能干。然后她再骂我不干活、没有一点本事，只是蛀虫。她让我吃水果我就要吃，让我喝水我就要喝。她一直威胁我必须听话。难道就凭她是一个离异的女性吗？

A: 抚养权判给了父方？

Q: 对。

要不然私信？或者咱俩别聊了。如果你想知道的话，我私信你。

A: 所以，母亲是以没有抚养权的身份，接过了你的抚养责任？

抱歉、我不私聊。你如果打算到此为止，我没意见。

我理解你对命运的不忿，但实实在在的讲，你最痛恨的母亲的“强迫症”并不能被视为不爱的证明。

因为有很多人在她的位置上会选择置之不理，寄几百块钱了事。

她条件太差，要做到没有控制欲基本只有“不听我的出了事我不打算管”才行。

<https://afdian.com/p/f353b080dbfc11ee8c135254001e7c00> (#铁腕#)

<https://afdian.com/p/d94033ac4b5211eeb9fd5254001e7c00> (#枣树#)

---

Q: 答主真的是太耐心了，我父母都没有这么个性子来把道理揉碎了送嘴里

B: 多数父母即便心里懂，也没法把道理说这么明白，[流泪]

---

Q: 那么到底什么是爱？我真的很迷茫。我要怎么办啊？如果我不按别人的要求做，别人就不会喜欢我。那我到底还需不需要别人的喜欢呢？我很迷茫。如果我为了别人的需求放弃自己的本心，那么我会痛苦，失去自我。如果我为了自己的本心而罔顾别人的需求，别人会难过，我不想别人难过。可是到底哪一个才是我的本心，我不希望别人因为我而难过，我又不希望我因为别人而难过。可是当别人因为我而难过的时候，我就因为别人的难过而难过了。所以我之前一直选择去满足别人的需求，直到自己痛苦到无法承受（前两年差点没了），我好不容易走出痛苦，我以为我走出来了困境，实际上我依然陷在困境中。我想知道我的问题在哪儿。[发呆]

A: 你有素问账户吗？soon.ai

你的问题宜使用搜索在 ai 的帮助下去往期答案里挖掘。这不是三言两语能说清的。

---

Q: 我的意思是，如果对方爱的只是伪装的我，那么我还需不需要去努力让对方开心。

感谢你的这一条建议。“自己承担起自己的成长责任，尽早自食其力，用自己的劳动所得解决自己的烦恼。”其实我现在在意的不是上不上学的问题，我的意思是，我应不应该为了满足他人的需求而扭曲自己。我只是觉得从小到大我都在通过牺牲自己的需求来满足他人的需求，不管是同学、老师还是家长。但是我就是很疑惑为什么牺牲自己没有用，因为大家期待我这么做我就做了，但是却没有办法得到我所期望的回应。那你的意思是，我满足家人的期待，只能得到一个不死的结果，那我应该再付出什么才可以得到我想要的呢？就是我知道我还有什么需要做的。

其实我是觉得既然我已经事事满足了家里人，那我应该已经做得很好了，为什么还要通过要挟让我回去，我还有什么没有满足他们的呢？如果我和他们之间的关系是一种交易，那这个交易应该结束了，我和他们应该是无冤无仇的，我不需要他们的钱，他们也不应该找我索取什么。他们喜欢什么样的孩子我就怎么表现，喜欢听什么话我就说什么，喜欢让我吃什么我就吃什么，我一直努力做自己喜欢做的事情，我只是不想让他们难过，因为我不喜欢别人难过，但是我自己难过了好多年，我甚至自己都没有意识到，直到前两年真实的那个我受不了了，开始虐待自己差点失去了生命，后来我发现我竟然还活着，我很惊讶。但是我还是没有改掉总是站在别人的角度思考的问题，我怕别人因为我难过，于是不断妥协，不断逼迫自己做不想做的事情。我怎样才能做自己？

不是找工作打工的问题。在上大学之前，我假期不想回家，去餐馆打工，80 元一天，早上八九点上班到晚上十一点，中途有休息时间，不过我还要做作业，但是那是我最快乐的时候。我那个时候想着，如果不上学该多好，就可以不用要家里人的钱了，但是我又放不下我的大学梦，于是痛苦至极。现在我上大学了，我知道我可以有其他赚钱方式，我也确实能够养活自己，但是我不知道我要不要继续不断妥协。

B: 不要害怕，极度的迷茫往往是蜕变的契机。你目前的纠结，这些观念都来源于过去的学习，但自以为了解的、天经地义的事物，往往会被新知颠覆，就像日心说以前人们以为地球是中心，相对论之前人们认为万有引力是绝对真理。

这些所有的问题，都有无数前辈曾经经历过、思考过、探寻过，而作者的答案，也许是你能走得最小的弯路。将这份痛苦、焦虑、矛盾和纠结化成探寻的动力。在答主提供的网址 soon.ai 里，搜索自己想了解的关键词。

在这个过程中你可能会经历这些过程：深深的认同与共鸣、与旧有观念完全颠覆的怀疑与剧烈冲突、进入瞬间云开月明的自洽之中、在实践中屡屡受挫进而怀疑、在怀疑中再度理解且更加柔软而坚定。

但是不要停下来，追问你的每一个疑虑，必要时记录下来，要动手去实践，在生活中尝试去运用，因为有时候你的理解实际与作者真正表达的天差地别，唯有实践是准绳，这些最终会让你变得更平和、温柔而有动力，因此你与他人的关系、你的行动力都应该有看得到的改进，如果没有，继续寻找。

可以先从这些看起：

<https://www.zhihu.com/answer/1827778336> (#爱的痛苦#)

<https://www.zhihu.com/answer/2008127541> (#爱怕了#)

<https://www.zhihu.com/answer/1904038706> (#疗愈艺术#)

---

更新于 2025/3/21