

兩性間的交流

(美) 諾爾曼·賴特 著

雁方阿吾 譯



责任编辑：何 声

封面设计：赵静平

两 性 间 的 交 流

Liang Xingjian De Jiaoliu

〔美〕 诺尔曼·赖特 著

雁 方 阿 吾 译

北 方 文 艺 出 版 社 出 版

（哈尔滨市道里森林街42号）

山西人民印刷厂印刷 新华书店首都发行所发行

开本 787×1092毫米 1/32·印张 6 10/16·字数 180,000

1990年5月第1版 1990年5月第1次印刷

ISBN 7-5317-0290-8/I·291 定价：2.80元

目 录

第一章	是什么促成了婚姻.....	1
第二章	你的内心独白.....	22
第三章	过去留下的记忆.....	44
第四章	传达真实的你.....	69
第五章	听的礼物.....	83
第六章	是什么限制了交流潜力?.....	101
第七章	男人和女人怎样不同?	123
第八章	你确实想改变你的伴侣吗?.....	144
第九章	生气和交流	162
第十章	我的父母、你的父母和我们	187
译后记		205

第一章 是什么促成了婚姻

你为什么要结婚？你还能够回忆起那段时光吗？那时候你的生活充满了梦幻，充满了期待，充满了对未来的希望。在那些梦幻和希望中，婚姻扮演了什么样的角色呢？你怎样看待婚姻？你期望从婚姻中得到些什么呢？你的答案可能是下面的一个或多个：

“我想同一个人分享我的生活。”

“我想有个人来帮助我幸福。”

“我想同一个我爱的，她（他）也爱我的人共同生活一辈子。”

“我不想我一个人孤独地生活。”

“我想填补我自己家里的空白。”

“我想忠实于上帝，爱一个上帝想要我爱的人。”

“我不想孤独地过完一生，尤其当我老了以后。结婚才安全。”

“我想有夫妻关系持久维系的安全。”

所有这些同婚姻的好处都沾点儿边，但是没有任何一条能作为婚姻基础的强有力的支持。

许多人被推向了婚姻，但他们并没有理解双方何以相互委以终生。那就是为什么一对夫妻的经历令人吃惊、干扰贯

穿着他们婚姻的整个时期。婚姻是许多事情。

婚姻是一件礼物。

婚姻是一次学习爱的机会。

婚姻是一次旅行，我们作为旅行者面临许多次选择并对这些选择负责任。

我们内在的交流比我们外在的交流更多地影响着婚姻。

我们过去尚未解决的问题比我们认识到了的问题更经常地影响婚姻。

婚姻需要相互奉献。

婚姻需要友谊。

婚姻需要忍受痛苦。

婚姻是一次提高的过程。婚姻是一次上帝重新塑造我们成为他所希望的那样的人的机会。

婚姻不是一个事件，而是一条生活之路。

婚姻给亲昵能达到的所有领域都带来亲昵。这亲昵必须进入到精神、理智、社会、感情和身体等各个方面。

在这一章中我已选择了供你考虑的四个信条。当你想到你自己的婚姻关系时，请考虑这四条中的每一条。你所相信的婚姻和你所希望的婚姻对你和你的配偶之间的交流有直接影响。

我相信：(1)婚姻是一件礼物；(2)婚姻是一种相互奉献；(3)婚姻是一种亲昵；(4)婚姻是一次提高的过程。

○婚姻是一件礼物

婚姻是一件礼物。你可能是你的伴侣曾经收到的礼物中

最好的一件，你的伴侣也可能是你曾经收到的礼物中最好的一件。

一件礼物是用心考虑后被选择的东西。它的目的是带给另一个人欢喜和满足，对于赠予者它则是深情的表达。请考虑你投入选择一件礼物中的关心和努力。

你想让接受者高兴。什么将带给对方欢喜？什么将给对方带来幸福？

什么会使得对方的日子过得快乐和兴高采烈？什么会向那个人表现出你对他（她）的感情程度？那个人对于你意义有多大？

因为你想让这件礼物独特而有意义，你花费时间去考虑礼物的挑选。然后你开始到各种各样的商店去搜寻，考虑几件又拒绝几件，直到有一件令你称心如意你才作出选择。你抽出时间来包裹礼物。你想到把礼物送给那个人太妙了，会增加他（她）的欢喜和快乐。

专注于挑选和赠送一件特殊的礼物，人有一种兴奋感和挑战心理。你不仅要给出物品，你还要给出你的时间和能量。常常最受赞赏的礼物并不是最昂贵的东西，而是那些表现出包含着你对那个人的愿望和需要的考虑，以及你的赠送方式和你作出的牺牲。

你是你的伴侣的一件礼物。如果你考虑到你是一件礼物，你将怎样生活以便使你的伴侣感觉到他（她）得到了一件特殊的礼物？你为你的伴侣投入了你的时间、思想和能量吗？你的伴侣感到了愉快、充实和有一种特别的温情吗？作为一件礼物，你怎样能够习惯于鼓舞你的伴侣的精神和生活面

貌？

在收到礼物之后，你收到一件带给你欢乐的特殊礼物后你有什么反应？请想想你的童年时代或者早年。你曾经收到的最令人兴奋的或者最特殊的礼物是什么？你还能记得你收到那件礼物时的思想和感情吗？你是怎样对待那件礼物的呢？你曾对它特别的爱护以避免它被损坏和遗失吗？也许你把礼物存放在一个突出的特别之处，并经常关心它的存放情况。

如果你的伴侣是你的一件特殊礼物，你怎样对待这件礼物呢？你用心给予了你的伴侣最好的关怀、注意、保护和在你生活中的突出位置吗？你的伴侣感觉到了他（她）对于你来说真是一件礼物吗？

一件礼物是作为我们爱情的表达来馈赠的，它并不基于接受者是否赞赏它。我们赠送一件礼物实际上是一种高贵的举止。

你怎样想？

1. 你的伴侣送过你的最好的有形的礼物是什么？

2. 你的伴侣送过你的最好的无形的礼物是什么？

3. 你喜欢送给你的伴侣的礼物是什么？

4. 你的伴侣怎样欣赏它们？

○婚姻是一种相互奉献

婚姻需要相互奉献。这并不是一个很普遍的概念，也不是婚姻的各个重要条件中优先的一条。我们宁愿享受服务而不愿服务。但我们基督教关于婚姻的教导可以从《圣经》中获得，请看下面的段落：

“不要只看到你自己的利益，而要看到其他人的利益。基督耶稣象你们自己的时候就有这种态度，耶稣虽然以上帝的形式存在，但是还不能等同于上帝，一无所有的他自己，采取了奴仆的形式，象人一样。他看来象一个常人那样，谦卑得让他死也乐意。因此上帝都极高地赞扬他，把他的名字列于所有人之首。”耶稣自愿屈服于做一个“奴仆”，把我们人类的利益看得高于他自己的利益。信徒保罗以同样的方式告诉我们，“人人都要敬畏基督。”

请注意重要的一点：我们决不能要求我们的伴侣做我们的仆人，而要照《圣经》明确教导的去做。如果我们觉得我们不得不作出这个要求，甚至提到它，那么我们就变得关心满足我们自己的需要甚过了做一个仆人。如果一个男人不得不要求他的妻子把他看作一家之主，那么，直率地说，他已经失去了她！《圣经》讲到对于一个作为一家之主的男人他必须爱他妻子，就如基督爱教堂并把自己奉献给教堂一样。这意味着爱能献身——互相奉献。

在经典中翻译“服从”一词的希腊字是“胡坡塔斯索”。它也被译作“臣民”，并在《新约全书》中使用了多次。这个动词的主动形式是一个军事术语。它的意思是外在地强迫某人服

从，诸如一个职位低的人或者说中士要服从长官或者中尉那样。在《圣经》中这个词强调耶稣基督的统治，诸如《创世记》中说臣服于基督，上帝把万物置于耶稣的脚下那样。这就是“胡坡塔斯索”的主动语态。

可是，“胡坡塔斯索”一词还有另一种形式，中性的或者被动的语态。这里臣服不是专断地要你干某件事情，而是你让你自己自愿干某件事情。在各种有关婚姻的典籍中，“胡坡塔斯索”一词是中性和被动语态。你在婚姻中要求的服从，从来不是外在地强迫，而是发自你内心世界的行为。那是彼此的服从，而不是单方面的服从。

关于丈夫与妻子的关系，《圣经》中的描述近几年大多已被提到。女权运动要求妇女被平等对待，《圣经》学者已为条文中的真实意义作出了努力。有人不妥当地解释服从是军事上的观念，公然声称丈夫是绝对的主人。另外有人倾向丈夫与妻子平等的其他说法，那是出于《圣经》的一种婚姻仅有夫妇平等关系的一部分。经常发生的是，我们要同经文中的许多悖论斗争。

我认为，狄卫特·石摩在他的《平等夫妻关系的婚姻》一书中，对《圣经》中丈夫与妻子之间的原则作了最好的描述。他指出：

夫妻平等在我们这个时代是备受关心的事情。我们全心全意地支持把平等扩大到日常生活的每一个方面。然而，有一件事情我们必须记住，平等是人与人之间的一条原则，即使这仅仅是上帝指给我们的，它也并不主

张孤独和毫无限制。那仅仅是神圣平等的一部分。那是完全真实的，而并非完全的真理。从人的角度上矛盾的东西可以是神圣的悖论。因此，在《圣经》的有关条文中丈夫与妻子的平等，在可以清理的每一方面都变成显然的了——同样的权力和同样的责任。

正如我们开始所看到的，权力和责任方面的这种不平等，因为丈夫在上帝面前把它作为自己特有的负担而减轻了。这不要被嫉妒，它仅仅由虔诚支持。真正能够减轻妻子担忧的是，在内心充满矛盾时，相互给予爱以及象基督那样的帮助，只有当我们置身于这种环境中，我们才会体会到基督的婚姻是那样的美丽、和谐和公平。

“领导”并不是要求丈夫变成一个主子，老板、独裁者、权威——具有统治的权力，也不是控制和限制——他是压迫者，而她是受压迫者。它更不能意味着他肯定具有更高尚的道德、智慧和能力。它也不是指他是主动的、积极的，而她则是被动的，服从的；或者他是说者，她是静静的听者。它不意味着他是部落的首领，家庭的经理，他是有较高的权力和特权，他是事情的决定者，问题的解决者，目标的实现者，或者任何家庭成员的指导者。在寻求中，我们所取得的那些进步，都应归功于两个人的努力，当然并不否认其中一方的主要作用，但并不是他一个人的责任和贡献。

一个真诚爱恋的丈夫会在生命中的任何时刻都把妻子完全看作是他平等的伴侣。他主张自己的“领导”是要

使这个平等的互相关系不被损害。所以在任何领域里，例如在：做出决定；解决问题；发展家庭的计划；以及家庭的日常事务中，双方都要求做出平等的贡献，不论它是关于经济的或孩子的培养，或社会生活，总之不论在什么方面，她是个平等的伴侣。爱的领导是确信，是遵从，也是分享；它给我们的生活带来鼓动和刺激。爱的领导是一种愉快的委派而不是命令。是的，在所有的平等过程中，丈夫知道他在上帝面前的责任是全心全意地保持这种婚姻关系。

我们从最安全的方面来讲，我们怎样看待这个人的屈从。他，是个自由的人，而为了我们谦虚地降低了身份。他和圣文是平等的，而他甘愿放弃了这种平等变成我们的仆人。屈从意味着为了他人而或多或少地采取自我拒绝，自我克制的方式……。

每一个基督徒都被劝导做仆人，就象基督那样开始一种新的生活。这点在保罗论述关于基督耶稣的仆人方式中得到了强调：“你们当以基督耶稣的心为心……”，忠实为仆是每一个信奉基督的人的首要标志。

简单地说，仆人的作用就是把对方的需要看作为自己的需要。在夫妻关系上，作为对方的仆人是爱的方式，是使对方生活充实的一件最真诚的礼物，它并不是被要求所得到的。它是力量的行为而不是软弱，它是一种经过选择的体现彼此爱慕的一种积极的行动，因此，传道者也常这么说：“相互顺从”，而不是限制对妻子的服役。

仆人也被称为“使……能够的人”。“使……”这个词的意思是“使……做得更好。”作为一个“使……能够的人”，我们应当为了爱人而使生活变得更容易些，而不是严厉地要求对方做这样做那样。一个“使……能够的人”并不是要给对方增加更多的工作，也不是阻碍对方做他（她）想做的事情。

仆人也是这样一种人，他要启发式塑造另一个人。英语里“启发”这个词是从拉丁语来的，那个拉丁语词的意思是“炉边”或“壁炉”。在古代，“炉边”也是人们举行活动的中心。它是家里唯一有热、有光的地方。在这个地方，人们准备着每天的面包。它也是人们联合起来的地方。

“启发”在《圣经》里经常使用，是指塑造另一个人。我将给你们三个例子，说明了“启发”的三个方面：（1）个人的鼓动；（2）内在的力量；（3）个人之间的平等和谐的建立。

“所以我们务必要追求和睦的事与彼此建立德行的事。”

“我们各人务要叫邻居喜悦，使他得益处，建立德行。因为基督也不求自己的喜悦，如经上所说，（辱骂他人的辱骂，却落在我身上……）”

因此相互鼓励并且建立彼此的德行，就象实际你所做的那样。

去教诲，去启发，意味着在生活中给予爱人更多的激励和欣慰。只有你才会使对方真正感到自我价值的提高，当你付出了这些的同时，你会发现你充实了对方的爱，而你得到的爱的回报也提高了。

伊丽沙白·巴雷特·布朗宁在她写给未来的丈夫的信中是这样描绘这种启发的：“只有你更深的爱才能提高我的价

值。”

鼓励你的爱人，用新的勇气、精神、希望来激励他(她)，唤起他(她)，这是肯定对方价值的一种有效行动。

○婚姻是一种亲昵

婚姻是一种生活方式，婚姻是对生活的祝福。婚礼结束之后，婚姻的历程就开始了，直到其中一方逝去。婚礼标志着一种亲昵的婚姻关系的开始，亲昵是相互分享的一种“我们”关系。它的反面则被叫做“结婚的单身”，——每一方都各行其是。在分享的亲昵中，真诚的程度影响着相互的依恋程度。亲昵就象一件多弦的乐器，中提琴的乐音不仅发源于每一根弦，而且来自于不同弦的组合以及手指的弹奏，因此和谐的亲昵也来自于“我们”多种多样不同关系的调整与发展。

我们已知道不少关于身体的亲昵，通常只不过是两个人身体的接触与爱抚，事实上，真正身体的亲昵来自于两个重要的方面——情感的亲昵与审美的亲昵。

身体的婚姻不仅仅是肉体的结合，也包括情感的结合，情感点缀着生活的色彩，情感的亲昵可能使夫妻感到困惑，因为一方或双方没有意识地做些努力来发展它的潜力。一个妇女和一个男人的情感水平与强烈程度可能很不同，或许女人最贵重的是情感亲昵而男人则是亲身亲昵，当夫妻学会了分享情感，当他们可以理解与体会相互的心情时，那么他们将得到真正的亲昵，发展亲昵要减少或打破障碍与隔阂。贾德森·斯威哈特这样写一个关于缺乏情感的不幸婚姻，“有些人

就象中世纪的城堡，他们筑起高高的墙，以免受到丝毫伤害，他们不允许自己与他人进行任何的情感交流以保护自己，也没有人可以进入他们的内心世界。他们是不会受到攻击的。但是，检查一下他（她）的居所，却发现他（她）是那么孤独，独自徘徊在他（她）的城堡中。而城堡的寓所恰似他（她）自筑的监狱。他（她）也需要得到别人的爱，但是城堡的墙是那么高，要想越过去达到那里也着实太困难了。他（她）是不敢问津的。”

下面这首“墙”的诗描绘了这种障碍的损害性：

他们婚礼的场面从桌上嘲弄他们，这俩人他们的心不再相互接触。

他们在他们俩如此重重的障碍中生活，言辞的枪战或动手的炮火已不能将其摧毁。

有时候，在大孩子长第一粒牙齿和小女儿的毕业典礼之间，他们相互遗忘，在整个一生中，每人都无法慢慢解开纠缠的绳结自己绷紧的弦，就如同他们的倔强每人掩藏的结头都要到另一人那里去找。

有时候她在晚上哭泣在黑夜中悄悄祈求请告诉她她是谁。

他坐在她身旁，就象一头冬眠的熊一无所见忽略了她的冬天。

一旦，他们作爱之后，他想告诉她他多么害怕死，不敢袒露他真实的灵魂而只是赞美她的胸部。

她在上现代艺术课，试图从画布上闪烁的光泽找到她自己，向其他女人抱怨男人是麻木的。

他爬上办公室的塔，把他的心理进书本中，应付到顾客上。

天长日久，他们间的墙升高，用灰浆糊住他们的冷淡。

某天，彼此都伸出手触摸，他们发现了障碍，他们已不能通过，也无法从冷酷的石头前退缩每人都回避另一边的陌生人。

因为爱情已死，生气的战斗也不再有身体失去了热也不再有。

剩下在墙脚喘息，衰竭，蔫气，不能再达到那个规模。

另一种亲昵是审美的亲昵，分享着美的体验，一对夫妇可能沉醉于音乐的情感中；另一对可能更喜欢欣赏山脉风景的油画，你是否已经在你的婚姻中发现了这个亲昵领域？关心的、深思熟虑的询问，或用你的眼睛，耳朵的倾听可能会帮助你发现。

在我看来，世界上最优美、最令人陶醉的地方是大特顿斯国家公园的詹妮湖的入口处，沿着一条小径，追寻着流淌的溪水，穿过一些森林，大约有几百码。这时你登上一座小山，会突然发现湖的入口处，美丽的湖水，茂密的森林，幽莹的天空，以及参差不齐的山峰是怎样的令人惊叹不已。我之所以这么喜欢这个地方，是因为它的美丽，它的孤独，它的寂静。在晴朗无云的天气里，我常常很早就赶到那里，观看着太阳慢慢地从山峰中钻出来，走进森林里，映射着湖水，留下了一片金黄的朝晖。

有时黑云密布了天空，掩盖着崎岖不平的地平线，雷雨

交加着闪电，这使我看到了最原始的大自然景观。记得有一次下暴雨的天气，我坐在一块大石头上，任凭冰雹敲打着我的帽沿，滚落到地上，而我只是拉紧了衣服，没有任何想躲避的心情。我在不同的情景里，欣赏着不同的美妙，而此时我的记忆又储存了一种新的体验，它也成了我再次想去的期望，我常常与我的妻子乔伊斯一同欣赏着这特别的地方。

分享与亲昵并不一定要伴随着一系列的评论，类似“这难道不美吗？”或“看这儿！”或“你从前见过象这样的景致吗？”亲昵是一种心灵的理解，两个人静静地站在一起，或在一个风景幽雅的地方慢慢地喝着饮料，此时两个人都在内心深处体会着对方的存在与对方的喜欢，虽然没有说过一句话，但彼此已分享了这无穷的美妙。你可能会多少年也难忘这个分享的时刻，也可能会有在今后的思想与谈话中一次又一次地想起或提起那些时刻。

亲昵曾被描绘为一种“我们”体验，即彼此的分享。在有些婚姻中，这个“我们”关系并没有得到发展，后果也是相应的。这两方的思想中，很少有强烈的渴望，希望或满足对方需要的愿望。

当情感的或审美的亲昵出现时，一定伴随着交流。同时当真正的交流产生时，一定也伴随着情感的亲昵，这难道有什么自相矛盾吗？你们是从哪里开始的？

精神的亲昵是导致真正的亲昵产生的又一个基础。当一对夫妻学会了相互交流，与上帝交流，他们也就学会了彼此信任以及变得更加开通。精神的亲昵来自于为了爱人而与上帝的交流。这说起来容易，真正做起来却不很容易。