

婚姻

THE

CHALLENGE

OF MARRIAGE

[美] 鲁道夫·德雷克斯 著

甄颖 译

THE CHALLENGE OF
MARRIAGE

婚姻：挑战

[美] 鲁道夫·德雷克斯 著

甄颖 译

Simplified Chinese Copyright © 2017 by Life Bookstore Publishing Co. Ltd
All Rights Reserved.

本作品中文简体字版权由生活书店出版有限公司所有。
未经许可，不得翻印。

The Challenge of Marriage by Dr. Rudolf Dreikurs.
Copyrights © 2015 by Eva Dreikurs Ferguson.
All Rights Reserved

图书在版编目(CIP)数据

婚姻：挑战 / [美]鲁道夫·德雷克斯 著；甄颖 译. — 北京：生活书店出版
有限公司，2017.6

ISBN 978-7-80768-190-8

I. ①婚… II. ①鲁… ②甄… III. ①婚姻问题—研究 IV. ①C913.13

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第069592号

策划人 李 娟
责任编辑 李 娟 叶敏娟
审 读 人 Alice Leung (梁碧华)
装帧设计 视觉共振设计工作室
责任印制 常宁强
出版发行 生活书店出版有限公司
(北京市东城区美术馆东街22号)

图 字 01-2016-3529
邮 编 100010
经 销 新华书店
印 刷 北京顶佳世纪印刷有限公司
版 次 2017年6月北京第1版
2017年6月北京第1次印刷
开 本 787毫米×1092毫米 1/32 印张10.75
字 数 176千字
印 数 00,001-20,000册
定 价 46.00元

(印装查询：010-64052612；邮购查询：010-84010542)

我们的婚姻问题，考验着我们与另一个人亲密生活的能力。如果我们缺少如何在民主氛围中相处的知识和技能，我们的家庭就会成为一个局面紧张和相互敌对的“战场”。丈夫和妻子会认为很难和平共处，当孩子也参与到“战争”中时，婚姻关系通常会紧张直到断裂。我们不知道如何以相互尊重的精神来解决冲突和矛盾，而在民主氛围中生活的先决条件正是相互尊重。

再版前言

FOREWORD TO THE REPRINT

克莱尔·霍斯 哲学博士

CLAIR HAWES

我很高兴有机会为鲁道夫·德雷克斯《婚姻：挑战》的再版版本撰写前言。这是阿德勒心理学和亲密关系领域的经典著作，因为它是最早的一本明确将关注点引向婚姻问题的书。它不仅解决了如何处理婚姻关系中“挑战”这个问题，还全面系统地描述了婚姻关系的各个方面——男人怎么当丈夫，女人怎么当妻子；如果希望爱情之树长青，如何呵护它。在我的婚姻课程中，我总是要求学生们阅读这本书，迄今为止我还没有找到一本同样富有思想和有帮助的书可以取代它。

维也纳精神病学家阿尔弗雷德·阿德勒认为，婚姻是他们那个时代社会/心理学发展中，每个人面对的基本挑战之一。20世纪20年代，阿德勒提出，我们每个人都需要在生命中与至少一个人发展出密切、亲密的关系。他用任务或挑战来描述这种需要，我们每个人必须为了自己的利益，以及最终为了社区、社会和人类的利益而完成这个任务或挑战。

他说，婚姻是两个人一起生活的任务，是人文和社会的一部分，因此连接着过去与未来。

阿德勒研究，并由德雷克斯在《婚姻：挑战》中详细叙述的婚姻相处方式的本质是教育。德雷克斯没有涉及具体的诊断、治疗和治愈婚姻病状，而是强调了人们对亲密关系所采取的错误方法和态度，以及详细叙述了如何形成令人满意的、减少错误的婚姻和亲密关系，并给予了具体指导和训练。这套理解婚姻的方法体系（即辨别相互的误解、错误观念、不健康的连接方式，以及训练必要人际关系技能），不仅适宜于每对伴侣采取补救措施，而且也适用于婚前伴侣、婚姻富足的家庭和家庭教育中的预防。

《婚姻：挑战》充满绝妙的智慧火花，我对这些智慧火花十分珍视，在自己的婚姻教学中大量借用。例如：“在一

段良好的婚姻中，双方都会成为更好的自己，仅仅因为他们共同生活在一起。”或者：“如果我们真正爱一个人，就不会问他是真的还是错的。这就是爱情被认为是‘盲目’的原因。”这些观念提供了健康婚姻的核心本质。这个本质帮助伴侣重新关注他们在婚姻关系中真正想要的东西。

有些读者可能会发现本书语言有点儿正式，甚至措辞有点儿过时，这是因为《婚姻：挑战》写于1946年之前。虽然现在我们不再称有性交困难的女性为“性冷淡者”，但我们也知道它要表达的意思；现在我们很少把女人称为“女孩”，但我们了解，以前的时代这个词被应用得非常普遍。阿德勒学派的人常说，读者可以将这种风格解释为有点儿守旧，也可以解释为这样的风格很易懂。我认为，这种清晰干脆的遣词造句和严谨的文字风格使人精神振作。这里没有关

于婚姻的劝诫或说教，而是简单直接地说明，如果想要良好的相伴终身的婚姻关系，必须具备的条件和动力是什么。对即将跨入一个新千禧年的我们来说，这本半个世纪前所撰写的书，其中的婚姻要素与今依然一致。

德雷克斯在20世纪40年代早期的很多文章和著作中，预言了近几十年出现的婚姻咨询的理论和方法，他的关于“婚姻关系以所有家庭成员之间的互动为基础”的讨论，比鲍恩 (Bowen) 的家族系统理论更早；他的有关“逻辑的优点与心理学意义”的研究，后来由亨德里克斯 (Hendrix) 进行了更充分的阐述。德雷克斯在关于女性解放的文化意义的论述中，对男人和女人用不同的方法解决相似问题有详细的阐释，他的观点五十年后在约翰·葛瑞 (John Gray) 的通俗心理学著作中得到了回应。

我非常清楚地记得《婚姻：挑战》对我自己的婚姻产生的影响。1971年，我即将完成硕士学业，正在学习能找到的所有与阿德勒心理学关于婚姻和家庭思想相关的书籍资料。我结婚七年了，和大多数夫妇一样，我们有个持续了很久的问题。我强烈地认为，如果我陪高尔夫发烧友的丈夫打高尔夫球，那么反过来，他应该和我一起进行我喜欢的活动。可是他不同意，我因为他不加入我的活动而觉得感情受了伤害。这时，我想起书里的一句话：“如果双方兴趣发生冲突，建议每个人做自己喜欢。既不强加于人，也不勉强自己接受。”这个见解通情达理，立即把我从对他的要求中解脱了出来。我决定陪他打高尔夫球，但仅仅是因为我享受我们在一起的时光。后来，我意识到我的父母从来没有独自娱乐的时候，他们总有另一方陪着，我明白了这正是对我个

人婚姻观的严峻考验。

美国每年有200万成年人和100万儿童受到离婚的影响。美国人的婚姻中有一半以离婚收场，三分之一的儿童会经历能够预见的父母离异。婚姻关系不稳定的感觉不仅影响亲属及家人，而且影响邻居、孩子的同学和整个社会。大多数男性和女性在步入成年时，都或多或少有婚姻焦虑。

在过去的二十年里，在女性角色转变及两性期望值增高的推动下，北美的婚姻文化经历了一场深刻的、不可逆的变化。历史上第一次出现了，是否维持婚姻的继续纯粹是自愿的决定。不管出于什么原因，只要伴侣中有一方说“我不想过了”，接下来的离婚程序通常就很简单，费用也不贵。德雷克斯在很多年前提出：家庭关系没有瓦解，但面临严峻的两难境地，这个说法到现在仍然是正确的：

这是民主革命中伴随平等进程而发展的结果。可是传统

还没有帮我们准备好。我们不知道如何以相互尊重的精神来解决冲突和矛盾，而在民主氛围中，生活的先决条件就是相互尊重。

《婚姻：挑战》能够引导我们找到整个社会面临的这个巨大威胁的独特解决方法。

德雷克斯写在1974年版《婚姻：挑战》序言中的最后一段，放到现在的1998年也同样适用：

本书试图概述在我们国家需要的民主氛围中的经营婚姻关系的新方式。它建议人们如何平等地一起生活。它旨在提供一套生活在错综复杂的新社会中的指引，这个新社会充满紧张与彷徨，正在从专横的过去转向民主的未来。

1998年5月24日

序言

PREFACE

本书出版时预示的一些发展趋势，在我们的当今社会已成为司空见惯的事。破坏婚姻和谐，甚至威胁婚姻存续的冲突和紧张因素都已变得更频繁、更强烈。

然而，尽管家庭有各种各样的缺点，我们美国的家庭关系并没有全面瓦解。许多婚姻缺少性满足，这是真实情况；而且很多婚姻关系往往不能为孩子提供社会、情感、智能成长及成熟所需的适当激励和指导。由于这两者被认为是婚姻的两个重要功能，许多人开始质疑婚姻制度的有用性，婚姻似乎是没有必要的。

我们提出，家庭并没有瓦解，但面临严峻的两难境地。这是家庭在民主革命中伴随平等进程而发展的结果。可是传统没有给予我们相应的滋养。我们不知道如何以相互尊重的精神来解决冲突和矛盾，而在民主氛围中生活的先决条件就是相互尊重。现实是，我们已经能在社会地位平等的基础上生活在一起了，但我们其实尚无力在社会文化层面达到真正的

平等，这就是我们在婚姻亲密关系中所感到的最痛苦的事情。

过去十年中，第一个非常明显的重大改变是，社会朝着新的女性化模式发展。这种趋势对女人与男人、女人和孩子之间的关系产生了深远的影响。虽然有个别例外，但总体来讲，女性不再通过模仿男性与其建立平等关系。本书首次出版时，阐述了那个时候女性举止阳刚化的倾向。在那个时期，阳刚的男性被广泛认可，也受到了挑战。如今的局面却大相径庭。女人不再敬仰男人，尽管男人们希望她们能像从前一样。现在男人尊敬女人，人们习惯于此，因为人们很少看到全能的、无所不知的爸爸，却常常看到这样的妈妈。

当今美国女人竭尽全力做到“好”。这个“好”需要重新定义，它不再是传统上期望和要求女人所具有的单纯、贞洁和美德。女人不再追寻没必要的贞洁，即使她们拥有性自由和性开放，但她们想要的是适当。适当、被社会认可、无可指责，成了女人广泛认可的理想状态。女人已成为仲裁者和检查员，成了道德和习俗的管理者，她们将自认为适当的行为

守则施加于男性和整个社会。这个国家在性方面的道德和习俗将在很大程度上取决于女人所形成的态度和传统。当今社会，她们要么试图要求男人忠诚和贞洁（这在过去是对女人单方面的要求）；要么僭取男人在过去时代所独享的性自由和性开放。

在过去，男人独占政治和社会权力，根据他们自己的嗜好和利益来建立社会准则，女人不得不顺从和遵守严格的贞洁要求。但如今，贞操是女人的权利、女人的特权。在过去十年，很少有男人由于妻子行为不当而寻求婚姻咨询，丈夫对妻子行为不当的抱怨被认为是天经地义的。现如今，当妻子觉得丈夫的行为不符合社会认可标准时，则会抱怨他们被动、冷淡、漠不关心，或者太蛮横、太专制。我们很少见到丈夫告诉妻子怎么做合适，通常是妻子告诉丈夫怎么做才对。女性这种想要完美、正确的欲望，使得丈夫和孩子没有机会做得足够好。越来越多的男孩就是在这个错误信念下长大的：为了成为真正的男人，必须要“坏”或打架。以前，男人需要是可靠、理智、强壮和值得信赖的，而女人则是弱

小、温柔和情绪化的，并因此表现出不稳定和不可预测。现在某种程度上，我们甚至目睹了两性发展的相反趋势。现在不是男性至上的局面，取而代之的是初期的女性至上的社会文化。这并不是说我们面临倒退回母系社会的危险，而是说，在民主发展的过程中，任何群体都不能指望自己的地位永久至上。困惑、彷徨，都是民主变革以及我们探索新关系的必然结果，最终这个新关系将以所有人的平等为基础。

过去十年中，第二个非常显著的趋势是孩子的自立。成年人已失去对孩子的控制权和权威，孩子已经体会了自由和自我决定的感觉，这种情况日益明显。但是，虽然孩子可以自由地根据自己的决定行事，但他们通常没有发展出相应的责任感。没有责任的自由会对社会构成相当大的威胁。许多父母出于不希望对孩子专横的好心，而放纵了孩子。过度放任带来的惨痛结果越来越明显。我们目睹了这样一个趋势：作为制止青少年幼稚、任性和叛逆的手段，父母们又回