

第一本**私人侦探**与**心理医生**联手打击偷情全攻略

外遇私防书

CHEATERS

180种出轨的征兆

资深警察、私人侦探雷蒙德·B·格林
心理医生马赛拉·巴克·韦勒◎著
张小海◎译

当感情走调，心情也跟着走了样。
面对背叛时，先找自信，才能再找回爱情。



云南出版集团公司
云南人民出版社



外遇 CHEATERS 私防书

资深警察、私人侦探雷蒙德·B·格林
心理医生马赛拉·巴克·韦勒◎著
张小海◎译

云南出版集团公司
云南人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

外遇私防书/(美)格林,(美)韦勒著;张小海译.

昆明:云南人民出版社,2007.1

书名原文:Cheaters: 180 Telltale Signs Mates are

Cheating and How to Catch Them

ISBN 7-222-04926-6

I. 外... II. ①格...②韦...③张... III. 婚姻问题—通俗读物 IV. C913.13-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 161261 号

著作权合同登记号:图字 23-2006-021

Original title: Cheaters: 180 Telltale Signs Mates are Cheating and How to Catch Them by Raymond B. Green & Marcella Bakur Weiner

Copyright ©2003 by Raymond B. Green & Marcella Bakur Weiner

Simplified Chinese translation copyright 2006 by Yunnan People's Publishing House

Published by arrangement with Amer - Asia Books, Inc., through Elegant Books Cultural Enterprise Co., Ltd.

All rights reserved.

责任编辑 段兴民 赵红

装帧设计 陶汝昌

责任印制 刘伟能

书 名	外遇私防书
作 者	雷蒙德·B·格林 马赛拉·巴克·韦勒 著 张小海 译
出 版	云南出版集团公司 云南人民出版社
发 行	云南人民出版社
社 址	昆明市环城西路 609 号
邮 编	650034
网 址	www.ynpph.com.cn
E-mail	rmszbs@public.km.yn.cn
开 本	889×1194 1/32
印 张	6.75
字 数	105 千
版 次	2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
排 版	云南天元彩色制版印刷有限公司
印 刷	云南新华印刷二厂
书 号	ISBN 7-222-04926-6
定 价	18.00 元

尊敬的读者:若你购买的我社图书存在印装质量问题,请与我社发行部联系调换。
发行部电话:(0871)4194864 4191604 4107628(邮购)

谨将此书献给我深爱的孩子们——

布兰妮（Britney）、R·谢尔比（R·Shelby）、

布兰登（Bryden），

以及我的知己好友雷娜塔（Renatta）

和她的孩子们——

特伦斯卡（Tereska）、卡雷（Carleigh）、

仙妮莎（Shanyssa）

家庭是我一生的财富。

无论今天的日子怎样，

我深信一百年后的世界会变得更美好，

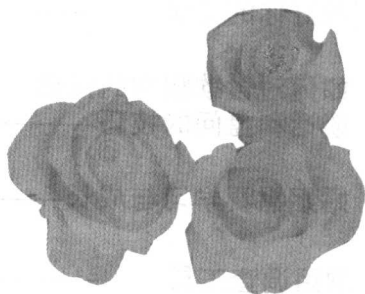
因为我曾为了子孙的未来而努力。

“成功并不是你现在拥有的社会地位，而是在
通往今天的路上，你所铲平的荆棘。”

——布克尔 T·华盛顿
(Booker T·Washington)
(1856-1915)

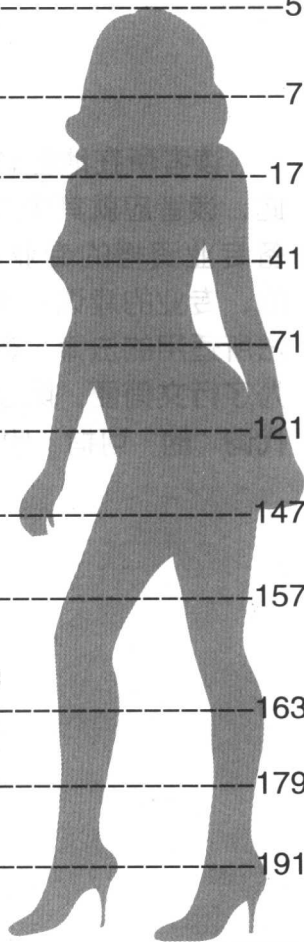
作者声明

读者所在地区法律规定可能有所不同，因此，读者应就其个人及家庭问题，咨询当地具备专业资格的专业人士，并请他们提供独立的、专业的建议，读者应就本书描述的任何做法所适用的法律，咨询当地律师或警察部门。为了行文简便，除了确定的性别，本书使用的代词“他”可指“他”或“她”。



目录

【前言】	1
【关于本书】	5
1 他\她的独白	7
2 为什么会发生外遇	17
3 外遇何时最容易发生	41
4 外遇的一百八十种征兆	71
5 调查的技巧	121
6 发现网恋	147
7 做好你的记录	157
8 如何对付欺骗你的伴侣： 谈话和盘问的技巧	163
总结 婚姻需要学习与成长	179
附录 常用调查工具	191



前言

正如马丁·路德在维腾堡的帕拉斯特教堂的门上贴出《95条论纲》一样，布里恩侦探所的雷蒙德·B·格林先生为了帮助那些怀疑自己伴侣不忠的人，写了这本书。他相信婚姻以及排他性的爱侣关系应该拥有一个前提，同时也是一个承诺，那就是伴侣之间不应互相背叛。如果这个前提遭到破坏，婚姻的基础——信任将受到动摇，而这种动摇常常是不可挽回的。

凭着自己多年从事私人侦探的经验，格林先生以救世主般的热情写了这本书。和其他人不同，他的写作并不是平心静气的，他的写作带着活力、率真以及对那些因为伴侣不忠而饱受折磨的男人和女人的客观





态度。在这本书的字里行间，处处可以见到关怀、爱护以及怜悯。小心翼翼地摆在我们面前的是婚外情的特定细节、为什么会发生婚外情、婚外情会在什么时候如何发生，以及如果你揭去眼罩就能看到的种种征兆，并且教会我们应该如何应付这种情况。

他以轻松而有技巧的方法引导读者的阅读，安排每一个细节，告诉你如何使用各种工具。格林先生还透过描述一些基本的个性特征，帮助你了解那些有外遇的男人和女人的不同——最重要的似乎是态度、举止和行为的改变。他像是将事实放在显微镜下分析，指出一旦一个人改变了他的行为方式，那就可能是婚外情的开始。他为你一一指出应该从哪些方面去观察，而你只需擦亮眼睛，去发现那些不证自明的事实。

作为一名私家侦探，格林先生指出男人和女人们在面对婚外情的时候，会有不同的表现。研究证明，怀疑丈夫有外遇的女人会选择倾诉，而且往往会向另一个女人倾诉，而男人在怀疑妻子有外遇的时候，也会有一小部分人选择向一名女性朋友倾诉。虽然这多少能够有点作用，但往往也会带来毫无安慰可言的一大堆建议和意见，即使能够得到一点安慰，遭到背叛的痛苦在短暂缓解之后，还是会周而复始地再次

袭来。尽管在这样的人生危机中，一个被背叛的人需要别人的聆听和理解，但是，在过度的观点和意见面前，他也会变得迷茫和充满怨恨。

市面上有很多关于婚姻的书，可是很少有谈论如何处理已知的婚外情的，而且据我所知，还没有一本书是告诉人们在怀疑伴侣发生婚外情的时候该如何应对。在这本书里，作者为你铺好了一条道路，让你主动地为自己的生活做些事情——包括作出有意识的、面对现实的选择，如选择是保持现状、解决问题、还是终止与伴侣的关系。当然，最重要的是要掌握实实在在的证据，当然这本书也会教你如何去获得这样的证据。

作为一个从业30年的心理医生，我听过无数个伤心的人向我讲述他们的故事，他们怀疑自己的伴侣，却苦于不能确认他们的婚外情。对这些人来说，这本书真是一个极好的礼物，它以简单易懂的语言和关心，为读者一一解释婚外情的各种现象，并具体教你如何做。

我会把这本书放在我的书架的显著位置，不仅会和我的同事及朋友们分享，还会在适当的时候给我的病人们看。凭着深刻的洞察力和可行性，它将修补人们

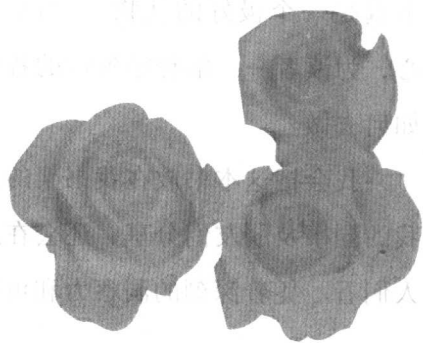
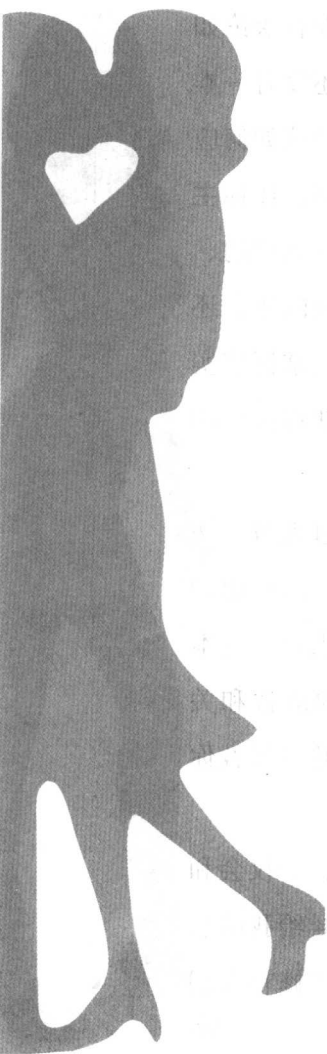


的心灵，为男人和女人们打开选择之窗。这本极具价值的指南将是他们可靠的、可以信赖的朋友，无论我走到哪里，我都会向人们推荐这本书。

——马赛拉·巴克·韦勒博士

美国心理学协会会员

玛丽蒙德曼哈顿学院教授



关于本书

从某种意义上来说，这是一本很独特的书。它不像多数感情指南书籍那样，绞尽脑汁地教人们怎样挽救自己的感情，而是别出心裁地教你们如何揭开外遇者的面纱，我真心希望你能从中获益。

当你感觉到你的配偶有婚外情的蛛丝马迹，你或许不敢确定，又或许你不愿意去面对，但凭我多年的经验，我敢肯定你的直觉在多数情况下是正确的。

俗话说：“爱情是盲目的。”情人的眼睛往往被爱情所蒙蔽。看看那些因为婚外情而破裂的婚姻吧！谁总是在最后才知道事实的真相？不正是那些被背叛的一方吗？

我想，最痛苦的事莫过于怀疑自己的配偶有情人，而又无法证实自己的猜测，它所带来的内心痛



苦、精神以及情感的错乱，简直就是一种折磨。

很不幸地，欺骗似乎是人类的天性，它也常常渗入到我们的婚姻和感情中。据我了解，绝大多数人都能察觉婚姻生活的异样以及爱人行为的变化，但如果他们不愿意相信这一事实，问题就变得复杂起来。

作为一名私家侦探，我能对付各种婚外情案件，但作为一名丈夫，我也曾受到妻子的欺骗。当直觉告诉我，我的妻子有婚外情的时候，我发现自己与其他人一样地迷惘！

凭借以前做警察和现在作为一名专门调查婚外情的私人侦探的经验，我写下了这本书，将自己多年来通过调查、询问、观察所搜集到的信息与大家分享，希望读者了解婚外情的种种迹象、外遇者的种种手段以及隐藏在婚外情背后的种种原因，能够像我的委托人所期望的那样，肯定或否定自己的猜测，消除自己的疑虑，从而获得内心的平静。

我相信，真挚的爱情是值得你去努力争取的。然而，夫妻双方的感情应该建立在真诚和信任的基础上，如果你已经开始怀疑对方，就应当尽最大努力去消除疑虑。在本书中，我将教你如何搜集婚外情的证据，这些对你的感情生活非常重要，一旦掌握了这些知识，你就能处变不惊地应对婚姻中的这类突发事件。

他／她的独白

CHEATERS



他/她的独白

——爱是一种甜蜜的痛苦，真诚的爱情永不是
一条平坦的道路。

被爱人欺骗是人们最痛苦的经历之一。得知爱人与他人幽会，不仅会带来双方感情的破裂，而且还会给被欺骗的一方带来沉重的打击，导致愤怒和长期的心灵创伤。被欺骗的一方将经历拒绝、嫉妒、丢脸、困惑、沮丧、愤怒、责备等心理过程，当愤怒到达极点，他将暂时失去理性，在自我怜悯与杀人的恶念之间摇摆。

人们时常问我：“在外遇者中，是男性居多还是女性居多？”我总是回答：“背叛行为与性别无关。”问题的关键是，被欺骗的一方将被深深地伤害，两人即便不会劳燕分飞，他们的感情也无疑会受

到致命的伤害。

人们也时常问我：“外遇者是否是为了在性生活上寻求更大的乐趣？”就我的经验和调查工作证明：在婚外情开始时，外遇者往往会在外遇时享受到比夫妻生活更大的乐趣，但长久下去，他们也同样会面对如同夫妻之间所面临的各种问题和冲突。

根据肯瑟（Kinsey）研究所提供的可靠调查资料显示，高达90%的被欺骗者知道爱人有外遇，其中78%的夫妻表示，虽然他们尽力挽回自己的婚姻，但最终发现夫妻生活变得“不快乐”或“空洞乏味”。

在本书中，我们将分析三对有婚外情经历的夫妇：玛丽和戴维、班和朱莉、里昂和温蒂。虽然这三对夫妻有很多不同点，但有一点是相同的，那就是——婚外情永远地改变了他们的生活。

玛丽和戴维结婚五年。玛丽二十七岁，在当地的一家医院工作，戴维二十九岁，在市政府担任要职。两人都为工作而忙碌奔波，不巧的是，他们的工作时间完全不同，当玛丽下班回家时，戴维正好赶着去上班，这就像两人所追求的人生目标不同一样，玛丽永远对自己的工作尽忠职守，而戴维则一心想着换一栋大房子，然后生儿育女。



班和朱莉都曾经离过婚，他们在一起生活大概有三年了。朱莉是一名零售店的兼职店员，带着八岁的女儿——布努特妮，而班是一名承包商，离婚七年了，但每隔两周都会在周末去看望他与前妻的两个孩子，有时平日也会抽空去看看。他俩的感情一直不错，但班工作繁忙，时常不在家，朱莉有时不得不看管来家里玩的班的孩子，对此她很不满。班安慰朱莉，他在外奔波只是为了他们的幸福生活。

另一对夫妇里昂和温蒂，他们结婚十年，有两个孩子，五岁的布莱恩和七岁的沙隆，一家人生活富有。里昂经营自己的生意，而温蒂是一名家庭主妇，他们拥有漂亮的房子和豪华的轿车。

里昂努力地工作，为温蒂提供她所要的一切——至少他是这样认为的。事实上，他们已经多年没有同床共枕了，但这好像并没有使里昂感到烦恼，他爱自己的妻子并相信妻子也同样爱着他。当面对温蒂越轨行为的证据时，尤其是当温蒂万般抵赖时，里昂完全无法接受事实。

我们将讲述的例子中的不忠行为是普遍存在的。外遇者们作出的不顾后果的决定，会给他们的爱人和孩子带来极大的伤害，他们自己也将自食恶果。