

婚姻心理调适丛书

玺 豐 主编

婚外情心理调适个案 实录

Shuangchong Jiaose

双重角色

广东省出版集团
广东经济出版社



中国书画函授大学肇庆分校

肇庆分校建校二十周年纪念册

双重角色

中国书画函授大学肇庆分校建校二十周年纪念册



玺 豐 主 编

双重角色

婚外情心理调适个案实录

广东省出版集团
广东经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

双重角色 / 玺璽编著, —广州: 广东经济出版社,
2005.2

(婚姻心理调适丛书)

ISBN 7-80677-914-0

I. 双… II. 玺… III. 婚姻—通俗读物
IV. C913.13-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 136997 号

出版 发行	广东经济出版社(广州市环市东路水荫路 11 号 5 楼)
经 销	广东新华发行集团
印 刷	广东省农垦总局印刷厂 (广州市天河区粤垦路 88 号)
开 本	787 毫米×960 毫米 1/16
印 张	15.75
字 数	181 000
版 次	2005 年 2 月第 1 版
印 次	2005 年 2 月第 1 次
印 数	1~8 000 册
书 号	ISBN 7-80677-914-0/C·51
定 价	全套定价: 119.00 元 本册定价: 23.80 元

如发现印装质量有问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

发行部地址: 广州市合群一马路 111 号省图批 107 号

电话: (020) 83780718 83790316 邮编: 510100

邮购地址: 广州市东湖西路永胜中沙 4-5 号 6 楼 邮政编码: 510100

(广东经世图书发行中心) 电话: (020) 83781210

图书网站: <http://www.gebook.com>

• 版权所有 翻版必究 •

你看到和体验到的婚姻是什么样子，

完全取决于你从什么角度去看、去感受……

PREFACE

序 言

有一种权威的声音认为：在当今世界，可以说有三种最主要的性观念和性规范：第一种仍坚持着以生殖为性的惟一合法理由的规范，持有这种观点的人大都有较深的宗教信仰，他们仍旧把性看作自我放纵和罪恶。对他们来说，只有为了生殖的性才是正当的；第二种性规范认为，性是爱的需要，对持有这种信念的人来说，爱与性是紧密地联系在一起，有爱才能有性，没有爱的性是不道德的，是违反性规范的；第三种认为，性的目的是娱乐，性仅仅是人生多种快乐的来源之一。

在当今的中国，一种新的性观念和性道德已在普遍冲击旧有的性观念和性道德，把性当作罪恶的观念已经基本退出了城市人群的大脑，但把性仅仅当作娱乐也还是太超前了点，大部分人是将爱与性紧密联系在一起，认为没有爱的性是不道德的。

我们不想做一个道德评判者，去对人们的行为下判断，我们只想向大家指出一个事实：已经有越来越多的人对性的问题态度潇洒了起来，超前者的人群在日益庞大，尤其是，许多女性加入到了这个行列中来，成了当今社会一道若隐若现的另类风景。

但问题是，当今社会，对于男女的道德要求，仍然是双重标准。同样的事情，男人做起来，别人的反应可能只是摇头一笑；女人做起来即

双重角色

有可能为自己招来铺天盖地的责难之声。

因此，女人在享受自由和快乐的同时承受着巨大的道德压力，有来自男人的，也有女人自己的，道德罪恶感会很轻易地占领女人的心理阵地。于是，许多曾叛逆的女性最终都义无反顾地走入了婚姻。

然而婚姻并不是心灵的牢狱，观念锁不住的东西，婚姻同样锁不住，时代越发展，从婚姻中突围的人也越多。

也有些人选择不离婚，而是尝试用另一种方式解释，毕竟，婚姻承载了太多的东西，一旦拆毁，其后果可能是人们难以承受的。

然而这种离经叛道的选择为他们招来了更多的责难，人们只看到了他们背离传统道德的一面，而忽略了他们力图保全传统婚姻的一面，他们在自我谴责之后遭受到更为严厉的他人的谴责，惶惑之余，有人彻底迷失了自己。

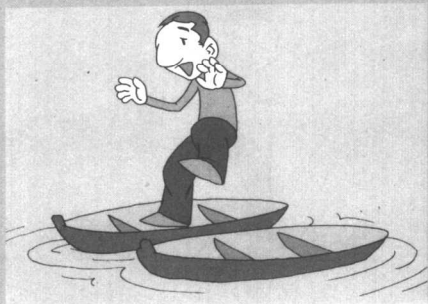
“身体是我自己的，我可以自由支配。”有人如是说。

这预示着一场重大变革的即将到来。

当一个个体的人失去了所有的拘绊和约束，当一切道德规范都被彻底摒弃，作为群体的人类将往何处去？

一个不知道自我约束的种群，上天会约束它，艾滋病是人类听到的第一响丧钟，人类从中听到了上帝不满的声音。

我们希望钟声不再响起！



CONTENTS

目 录

第一篇 一夜风情

第一章 那晚，一场即兴的爱情

1

第二章 那个暧昧的夜晚，我醉了

2

第三章 第三者和一夜情，那一晚我选择后者

10

21

37

第二篇 疯狂季节

38

第一章 一段婚外情，一个疯狂的季节

53

第二章 婚外恋，让我一无所有

66

第三章 我从追求爱情开始了独立

第三篇 女人三十

第一章 迷情三十之出位

87

第二章 不是想变心，只是诱惑难抗

88

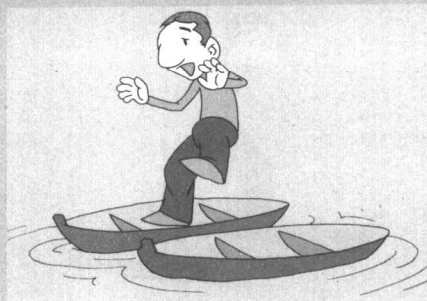
第三章 婚姻走神

98

111

CONTENTS

目 录



123	第四篇 追悔莫及
124	第一章 放纵自己的感情之后
140	第二章 这场爱让我输个精光
148	第三章 少妇的忏悔：那疯狂的婚外情
163	第四章 出轨女人和她的不忠情人

第五篇 迷失	177
第一章 在性和爱中我迷失了自己	178
第二章 围城外，我尝到了禁果的味道	187
第三章 我是不是坏女人	199

217	第六篇 错爱
218	第一章 嫁给情人的朋友
228	第二章 终于，我为“快乐”掉了眼泪



第一篇 一夜风情

你有过一夜情吗？

如果有，你现在是怀念多还是懊恼多？如果没有，你是否曾经渴望？这个问题不需要问大部分以下半身思考的男人，数据显示只要有机会又不会惹上麻烦，90%以上的男人对于一夜情总是来者不拒、乐此不疲，而且对于男人而言，这种游戏无非是为了性，所以应该改称“一夜性”比较符合实情。但是同一档事对于女人的意义可就不同，女人抱着期待，一种对浪漫情怀的渴求，以及亲密伴侣的寻觅，所以即使初识不到1小时，跟着感觉走的女人也会难以抗拒而冒险尝试了。

游戏之后，危险才要开始。



双重角色



第一章 那晚，一场即兴的爱情

生活节奏加快，什么都变快了，爱情也可能只有一夜的时间。即兴发生的是不是爱情？

我在“星巴克”约见了静。我是在网上认识静的，那时我正在写一个关于女性心路历程的纪实文学集锦。静简练优美的文笔吸引了我，于是我约见了她。

静告诉我她生活中一段重要的经历。从中我看到了一个白领女性寂寞的生活和挣扎的内心世界。

我认识锋是另外一种情形，他就是我网络公司的同事，在一次酒醉之后，他告诉了我他和他的一位网友一段网络之外的故事。

你看到和体验到的婚姻是什么样子；

完全取决于你从什么角度去看、去感受……

案例一：那晚，一场即兴的爱情

静（女，29岁，公司白领）

我和丽是很好的朋友，但是我心中有一个秘密却永远不会让她知道，那就是我和她的老公平的那段刻骨铭心的爱恋。

平今年40岁了，我是4年前认识他的，那是我从广东赶回来过年，顺便参加他和丽的婚礼。在婚礼上我们第一次见面，我被他那深邃的目光所吸引，但是我知道他是我的好友的老公，凭女人的直觉，我知道他也喜欢我，所以我在宴会还没结束时就匆匆地离开了。过完年我就回到了广州，离开以后的我觉得心里空空的，好像有一种牵挂在哪里，我魂不守舍，那一段日子我一点工作效率都没有，我想我是恋爱了，而且是无可救药的爱上了朋友的男人，我在内心中深深地自责。

如果故事发展到这就完了也好，毕竟我们天各一方，也没什么可交集的。就在1年后，公司董事会决定让我回北京主持分公司，我明白这是公司对我的照顾，可是北京已是我的伤心之地，我的爱情还没有开始就已经结束的地方啊。我向公司争取要别人去，董事长说不行，他说这是董事会的决定，不能改变的。我只好遵命打点行装回到了北京。回来以后我故意疏远丽，我无法面对她与他。

北京分公司的日常业务对我来说很容易处理，我到任以后对公司做了大的人事调整，两个月来利润上涨了15%，总公司很满意，随着

双重角色

时间的推移，我以为我对他也渐渐的淡忘了。直到有一天，那是我一生都不会忘记的一天，我的大学同学给我打电话说要到我这儿来聚会，说是我回来这么久都没见到我，总之是指责声一片。我为了不扫大家的兴就答应下来。

星期六晚上，在我大兴的房子里，我事先安排好了一切，晚上6点一过，她们就陆续来了。丽是最早一个到的，而且她还带了平和她的小翻版——他们的孩子。大家在一起说了些没什么意义的空话以后，保姆说可以吃饭了，我们就都坐到了餐厅里，我故意忽视他的存在，可是我知道，那种强烈的感觉是我所抵御不住的，我必须尽快结束这一切。我们随意的吃了点东西，我就提议，去外面消遣，大家都同意了，丽说她带了孩子，就不去了，她这么一说正中我下怀，平开车带着丽走了。我们其余的人也各自开着车去了一间小酒吧，在那里我们一直玩到了深夜，我记得那天我醉了，也许我们都醉了，我简直不知道我是怎么把车子开回家的。就在我泊好车的那一刹那，我看到了他，他站在我的门前，像是等了很久。

我问他：“你怎么又回来了，是忘了什么东西吗？”我故作轻松地问。

他说：“我是来找你的，我知道我没有资格说爱你，但是就在我第一次看到你的时候，我就深深地爱上了你，我没有别的选择。”

“你不该来，我们仅仅是好朋友。”我对他说。

“这1年来我一直在想着你，好几次去广东，可是我不敢去找你。你知道我为什么会娶丽吗？我必须娶她，因为我……哎……”

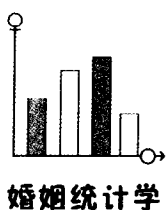
我那天一定是醉了，后来我们又说了很多话，再后来我留下了他，就是那一天，我做了一件我自己都无法原谅我的事，但是我不后悔，

你看到和体验到的婚姻是什么样子，

完全取决于你从什么角度去看、去感受……

他成为了我的第一个男人。

第二天一早，我早早地起床去公司了，我给他留了一封信，让他忘记这一切。我当天就飞往广东总公司了，然后就是到纽约分公司，我选择了逃避。直到前些日子我跳到了另一家美国公司，我被派回了北京，现在我已经可以面对一切了，我已无须逃避，对我来说平只是个回忆，那是一个……的回忆。也许明天我们还会见面的，在一些不经意的场合，但是对于我来说，一切已经结束了。我已开始我的生活，为我祝福吧。



寂寞指数：***

激情指数：*****

道德指数：***

前景指数：*

后患指数：*



旁观者清

就好像事物发展的规律一样，婚姻也有它的发展、高潮、平息过程。高潮也就只是有限的一段时间，它可以让人兴奋，让人心动，但总应该平息，不然，人活着不很累吗？

即兴的，不是爱情，而是心情，爱情其实早已潜伏着、呼之欲出。一个绝望的位置，一段不可言喻的爱情，与其永远遗憾下去，不如选择将它一饮而尽。至于饮下的，是令人回味的美酒，还是别的什么；饮过之后是念念不忘，还是绝尘而去，那就看各人的缘分了。



专家支招

“我已经开始我的生活”，生活中是否有男友或丈夫，如果没有，就快点为自己找一个吧，寂寞的女人最容易迷失自己。



大话一夜情

长夜漫漫，无心睡眠。静，我是特地来找你的。

案例二：我的一夜情人

锋（男，31岁，IT从业人员）

我一直觉得网友的认识是一个像抽奖中奖的结果。

认识 Angela 纯属是一个偶然。我是从事网络工作的，有机会整天连在网上，但一直觉得网上聊天是一件比较浪费时间的事情；也许是长时间面对计算机的缘故，突然特别想找个朋友聊天，但通讯录上没有合适的对象。于是我打开 OICQ 开始寻找好友！

很顺利的把 Angela 作为好友，于是我们的聊天就开始了。其实网上聊天就是因为我们总是在聊一些诸如你在哪？你是男的还是女的？你吃了吗？……等一些无聊的问题。我比较反感，于是我们一开始就

你看到和体验到的婚姻是什么样子？

完全取决于你从什么角度去看。去感受……

聊一些我们感兴趣的话题。很自然我们就聊到关于网恋、网络色情、一夜情之类的话题。

也许是因为网络给我们提供了一个可以让人性真实面对的平台，在这里我们似乎忘记了彼此的性别、年龄和地域。我们在谈我们的孤独，我们的需要，我们的渴望，我们的感想……因为我们谈得很投机，很自然我们像众多的网友交往一样互相留下了彼此的联系电话。

促使我们发生一夜情的构想还是从elong网的“e夜情”开始的。我们一直在围绕这个问题谈论，我曾经好几次试探地问Angela：“如果你，你有勇气试验吗？”但Angela的回答都是否定的，我们的交流并没有终止。我们依然谈我们的一夜情，谈我们的网络色情……更多的是我们还经常电话聊天。我们的交往一步步走下去。我们的了解也逐渐加深。我们似乎到了没有话题可聊的地步。终于我的话题转到彼此隐私的话题。我们聊了许多在现实生活中无法交流的问题。

也不知道是什么时候、什么情况下，我又问Angela，她敢试一夜情吗？Angela答应了，我们预定了见面的时间，地点由我安排，但必须AA制，我答应了Angela，我特别激动。我马上在“lohoo.com”预订了一个房间，并在半小时内得到确定。我把消息告诉了Angela。余下来的日子就是等待了。

Angela执意不要我接她，我们按时来到预订的房间，我们的见面很自然很平常，Angela很美，大大出乎我的意料。170厘米的个头，很苗条、很性感。按照我们的约定，见面后我可以先拥抱她。但她坐在那里很恬静、端庄，我没有勇气提出这个要求。但我还是不想放弃我们的约定，我对Angela说：“按约定，我应该拥抱你一下。”她很大方的站起来，等待我的拥抱，我再也无法控制了，我紧紧地拥抱住她，

双重角色

她身上散发出一股幽香，我再也无法控制自己的情绪了，下体开始兴奋了。我说：“我们是不是现在可以做？”Angela没有拒绝我的要求。

Angela很听话的去浴室洗澡了，听着浴室的流水声，我恨不得她早点出来，好不容易盼到她出来，我迫不及待的冲进浴室以最快的速度洗完澡。当我出来的时候，她已经躺进被窝了。Angela说，她不喜欢在明亮的环境里做爱，于是我把窗帘拉上，并关好灯！

余下的事情我想大家都明白了，我们完全尽情的投入到了情爱之中。她很有经验，身材很好，床上功夫确实棒。此时的我们似乎忘记了时间的存在，我们不断的变换姿势疯狂了一次又一次。直到晚饭时间我们都觉得饿的时候，我已经有点疲倦了。于是我们相拥起床，一起去吃晚饭。

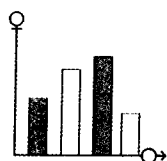
晚饭后我们像一对恋人一样在酒店的树林里散步和聊天，我们没有去娱乐任何活动，早早回房又开始我们的事情，我不知道我们究竟做了多少次，几乎我们都在疯狂之中度过。我们完全享受到了性的乐趣。我从来没有享受到如此的快感和满足。

时间总是过得飞快，我们还是要说再见的。第二天我们一起共进午餐后就道别了。

因为我们的约定，我们只是一夜情，我们没有机会再发生了，我非常遗憾。我们又继续我们的交往，但我们又恢复了以前的那种交往，好像什么也没有发生一样。世界没有因为我们停转，日子依然在过着。但我们都知道，那是我们永远难以忘怀的事情。只是在一人独处的时候，我经常想 Angela，尤其是在夜深人静的时候，想起了她那美丽诱人的胴体。想起她发出的愉快的呻吟，真想再有一次机会，让我……

你看到和体验到的婚姻是什么样子？

完全取决于你从什么角度去看、去感受……



婚姻统计学

寂寞指数：****

激情指数：**

游戏指数：****

后患指数：*

健忘指数：***



旁观者清

婚姻厌倦的内核是性厌倦，性的厌倦必然扩散至家庭生活的方方面面，导致个性失调与情感破裂。但性的厌倦不是说更换性对象就可以缓解的，这是矛盾着的两个人之间心理交流及生理交流的问题。

如果说性仅仅是为了快乐，仅仅以其自身为目的，那么不但繁衍的目的不复存在，就连爱的目的也没有绝对的必要了。一切为了快乐，快乐就是一切，在飞速变化的现实世界，许多东西都变得无法把握，好在人类还有自己的身体可以支配，拿身体去争取快乐，只要不损及其他人，应该也是无可厚非的。



专家支招

这种出来玩的女人最好离远点，否则引火烧身也说不定，艾滋病难道是专为别人准备的吗？



大话一夜情

在性里寻找快乐不需要理由吗？需要吗？不需要吗？大家讨论一下而已。不需要吗？