

理解配偶的艺术

婚姻是奇妙的又是烦恼的

婚姻进展的冲突

对妻子的诫告

对丈夫的诫告

丈夫神经过敏的 8 种类型

妻子神经过敏的 8 种类型



〔美〕 奥斯本 著

理解配偶的艺术

陆杰华 崔日明 译
姜 军 张菊梅
叶 文 审校

辽宁大学出版社

一九八八年·沈阳

803211

责任编辑 王本浩

封面设计 陈学文

责任校对 晓 叶

理 解 配 偶 的 艺 术

陆杰华 崔日明 译
姜 军 张菊梅

叶 文 审校

辽宁大学出版社出版 (沈阳市崇山西路3段4号)

辽宁省新华书店发行 丹东印刷厂印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 8 字数: 160千

1988年9月第1版 1988年9月第1次印刷

印数: 1—85,000

ISBN 7-5610-0348-X

I·92 定价: 2.50元

目 录

第一章	婚姻的成功与失败.....	1
第二章	男女之间的差别.....	19
第三章	女人的需要和问题.....	38
第四章	男人的本性.....	60
第五章	婚姻的冲突.....	81
第六章	婚姻的不和谐.....	102
第七章	改善婚姻关系.....	120
第八章	妻子十诫.....	144
第九章	丈夫十诫.....	160
第十章	神经质丈夫的八种类型.....	176
第十一章	神经质妻子的八种类型.....	193
第十二章	婚姻的不和谐和矛盾.....	210
第十三章	爱情.....	230

第一章 婚姻的成功与失败

婚姻犹如浩瀚大海中的一只小船，至今人们还没有发现它的航标。

——海因

对人类来说，婚姻关系既是最美妙的，也是令人棘手的。婚姻的产生可以追溯到上帝的祷告，“人类不应孤独地生活，我应该是你们的救世主。”玛格丽特·米德称家庭是社会机构中难以分割的细胞。社会学家瑞尔弗·林顿认为：“当过度的科学发展和愚蠢的治国方法导致人类毁灭的时候，生存到最后一刻的男人还会不惜生命去寻求自己的爱人和子女。”

危言耸听者总是看到这样的事实，即我们的离婚率是西方国家最高的，每四对已婚夫妻中就有一对夫妻以离婚而告终。有人预测，在今后的几年中，每三对已婚夫妻中就有一对夫妻以离婚告终。

尽管如此，百分之九十的美国人还是结婚，当得知离婚仅占很小的比重，三分之二的离婚者还要再婚时，增长的离婚率并没有向人们敲起警钟。同时，商业冒险者失败概率大大高于婚姻。假设四分之一冒险者在婚姻海洋中有所闪失，

这也不会引起人们足够的重视。统计上的数据并没有给人们带来多少烦恼，因为人们确信：婚姻关系本身就存在着失败的概率。世界上没有完美无瑕的婚姻，没有十全十美的人，没有人可以满足别人的全部需要。造成不和谐婚姻的症结在于两性的差异，这反映在双方的背景、个性、需求、目的、动机及情感反应上。如果考虑到双方的环境、遗传、个性及情感的差异，我们就会惊奇地发现，世界上不乏成功婚姻的例证。

年轻女子一般理智地感觉到：两个并不完美的人结合是不可能获得美满婚姻的。但是在她心灵深处，却幻想着美满的婚姻，期望一个风度翩翩、体贴入微、身体健康、才智过人的丈夫，一个可以满足她所有需要的男人。在这点上，任何男人都难以满足她的过分的要求。女人一方面需要保护、关怀、钟爱，另一方面也渴望真正的自由和自主权。为了达到这些目的，女人总要考验男人，当她得知男人为某一事情固执己见然而却理智地知道什么时候应该让步的时候，就获得了一种安全感。女人需要男人了解她的需要，然而却不愿意男人限制她个人的自由。女人希冀在赏识、赞同和钟爱中获得欣赏，进而发现自我的价值。

从本能上讲，女人仅期望做一名助手而不是上司，但是她却在要求和考验男人中寻求支配权，希望在自己势力范围内得到应有的支配权，这包括家庭和子女。虽然如此，女人仍需要丈夫的体贴和力量。女人要求的势力范围并不是一成不变的，这主要取决于她个人时常变化的情感需要，她希望钟爱的形式千姿百态。事实上，女人的情感是随着时间而变化的，她期望自己的丈夫具有一种超感官知觉，能觉察到她

情感变化的脉搏。

即使男人对女人表现出微不足道的钟爱与赞赏，其意义也是男人难以想象到的。女人总是渴望被人怀念、崇拜、关怀、恭维和倾听，即使女人的情感对男人来说过于幼稚或者不尽情理，她也希望男人默许这种情感。女人总是本能地要求受到保护、关怀和照顾，常常寻求一种超越性爱的钟爱。就是在她自我都难以容忍的时候，也希望得到男人的宽容。

为了获得来自男性的安全感，女人时常采用激将、唠叨、争吵和挑衅的方式来达到这种目的。女人总是通过本能的努力来证实自己被钟爱，特别是证实自己的男人不但可以保护她，更能明智地允许她在自己的势力范围内扮演自己的角色。女人虽常常期望支配男人，但却需要意识到男人是支配者，她只是想得到无微不至的照顾。

为了满足情感安全的需要，女人要求男人坚韧不拔、聪明机智、富于竞争，但是这种需要并不意味着支配或者剥夺她的自由。男人的支配地位不应使女人感到被操纵，男人的力量不应以纯逻辑思维的东西反映出来。女人总是本能地在寻找一个既宠爱她又坚强、成熟和机智的“父亲”，一个文雅、理智和谅解的情人，一个关心和致力于他们的“窝”并能热衷家庭管理的能工巧匠。总而言之，女人对男人的要求是具有多重涵义的，她要求男人既是令人崇敬的电影明星式的情人，又是富有、善于理家式的商人，也是兼有各种美德的父亲。这个完美无瑕的男人应该同她共渡生命之舟，而不应因个人烦恼和琐事使她陷入苦恼乃至动摇她的安全感。另

外，男人除满足她的这些需要以外，还要在事业上有所建树。

女人可能因为一件小事而大动肝火，引起争吵，进而又把一些发生很久的毫不相干的事联系起来，争论不休。她可能依靠本能推断出男人感到不可理解、荒谬和毫无根据的结论。不管她的言行举止是否合乎人情，女人总是希望他们的感情得到承认。争吵的本身是使自己获得理解，如果男人沉默不语，她可能会怨恨他。她希望在争吵中占据上方，然而一旦得胜，她却流露出一种失望的情感，在她看来，男人缺少着什么。虽然争吵旨在表达个人的情感，然而争吵获胜时，她既感到洋洋得意，又有些垂头丧气。

女人喜欢成年式的交谈。即使男人因疲惫不堪懒于交谈时，她也希冀达到目的。当男人对女人的事情缺乏兴趣，她便认为男人对自己不尊重，有一种失落感，因为女人总是期望男人意识到，她的事情同样是至关重要的。男人应该通过洗耳恭听、不加争辩或者不指出她荒谬的论点来满足女人的自尊要求。当女人对自己充当母亲角色感到厌倦的时候，她可能会暂时回到她少女的时期，也只有在这时候，她要求男人是一个坚强、聪明、理解和宽容的父亲。

男人总把女人这种个性需要看作是矛盾、不现实、缺乏逻辑的一种混合症，因为男人不可能全部满足女人的这种需要。男人希望自己被看成富于竞争、有价值和值得信赖的人。虽然他内心怀疑自己是否能成为这种人，但是他自己以及对妻子却不承认这点。男人不需要发号施令、争论不休或者横加指责，相反是需要更多的鼓励。男人的自我力量是在

充满竞争的社会中建立和得以实现的，男人希望确立自我形象，这种形象一旦确立即使错了也不希望别人指责和毁坏。

男人的自我价值可以通过真诚和情感加以完善。他不希望自己被看作孩子，特别是他的举止言行酷似孩子时，也不要唤起他对母亲的回忆。男人需要一个温柔、体贴、能够互相吸引的慈母般的妻子，他希望所爱的女人象其他女人一样富有魅力；同时，他又希望女人能照料家务与孩子，这样即使他没有尽到家庭职责，他也不感到任何内疚。正象家务是女人个性的延伸一样，工作是男人个性的象征。因为男人不可能象女人一样热衷家务，女人同样也不会热衷男人的工作。男人需要问心无愧地拥有自己的爱好和消遣，犹如女人有自己的女友和爱好一样，男人应有自己的兴趣。

女人试图通过唠叨、自怜、抱怨的方式来引起男人的注意力，而这往往促使男人逍遥家外或者陷入孤独的内心世界。一般情况下，男人不善于争论，在他看来，女人不可能谈什么正题，况且他也不能赢得辩论。当男人满腹心事，或者精疲力尽，或者全神贯注的时候，他乐于独自一人不被任何琐事打扰。男人认为，女人的琐事可以在适当时机谈或者干脆搁置一边。男人希望女人能够倾听他的心事和兴趣。如果女人心不在焉，他感到一丝恼怒，然而男人对女人的生活细节并不感兴趣。当他被冒犯时，自己都反对的消极个性会使他退却到内心孤独世界中，或者是暴跳如雷、大发脾气。因为争吵中他的男性权威受到了挑战，此外这也是不被理解而恼怒的结果，也许他认为自己被看作常常遭受母亲指责的

小字辈了。

即使男人不是当家人，他也希望被看作当家人，而不是随意受他人摆布。一再要求男人关心家庭往往适得其反，因为这可能唤起他对母亲和童年时代的磨难情感的回忆。

如果妻子在某事上证明完全是对的，这对需要保持男性自尊的男人来说是一种冒犯，他会在以后的生活中寻求一种报复形式来回敬自己的妻子。心平气和的劝告和其它富有魅力的表达形式比强硬要求和最后通牒更易为男人接受。训斥式的方法只能唤起他对母亲的回忆，使他觉得回到了孩提时期。直接的指责，特别是在公共场合或者采取其它羞辱的形式，会使男人恼羞成怒或者沉默不语，因为他不希望妻子在任何方面同他相媲美。

犹如女人在追求一个成熟、富有理解力的、坚强和文雅的丈夫一样，男人也在寻求一个不现实的偶像，一个宽容、挚爱、谅解、慈母式的情人与妻子，男人的偶像往往是一个无条件奉献爱的母性、一个善于理家的电影名星、一个同舟共济、自我的建筑师和一个唯命是从、崇拜他知识和才能的女儿似的妻子。

这种要求对于刚刚驶入婚姻大海中的年轻伴侣来说有些过分。过去，我基本放弃在这方面引导这些夫妻，因为他们总是把我的话当作消遣中的笑谈。事实上，他们在生活中存在着争执，也意识到，自己的生活并不是十全十美的，应当解决相互之间的矛盾，逐步达到相互理解的境地。最终，我认为重点是我应询问他们一个问题：他们是要寻找一个有声望的婚姻专家，还是一个最初关系并不融洽的牧师。我告诉他

们，丈夫一般总是等到婚姻关系几乎难以挽救的时候才接受劝告，我唯一的要求是建议他们在婚姻关系趋于恶化之前求助于职业婚姻专家。

在一次对已婚者进行的诊疗会上，一位富有洞察力的组织者说道，“我已结婚二十多年，然而短暂的诊疗会比起过去二十多年婚姻生活来说，更加深了我对女性性格的了解。”他停顿一下，接着阐述了一个耐人寻味的观点，“正象我看到的那样，女人在感情上总是贪得无厌，而男人则是反应迟钝。”他用亲身的婚姻经历表达了自己的感触，“我想，这些年来，我从没有真正地倾听过我夫人的话，”他接着说，“我就学在男子学校，很少了解女性，也从没有产生理解女性的需要。然而，我深有感触地意识到，女人在需要和期望上总是贪得无厌，这就是说，我夫人和在座的女士们都有这一特点。”

从某种意义上来说，他讲的是对的。为了获得圆满的婚姻和让丈夫理解、满足自己的情感需要，妻子在丈夫面前总是贪得无厌、永不知足。女性情感需要的形成旨在建立一个完美的家庭与婚姻，为此，女人总是不惜努力直到实现自己的目的。女人表面上贪得无厌（不管她是温柔、含而不露、狡猾或者愤怒、不知足），丈夫却表现出漫不经心、缺乏直观感，而且总是不能理解妻子什么时候产生情感的需要。

所有的夫妻在某种程度上都存在着不和谐性，但是把这种不和谐看作离婚的原因未免太可笑了。任何夫妻都有着不和谐的方面，这一论点可以从夫妻之间日常琐事中得到证

实。丈夫和妻子从婚姻一开始就有着不和谐性，这是因为双方有着不同目标、动机、情感要求和环境条件。妻子希望自己在丈夫眼里是举足轻重的，同时她还要求他在事业上有所造就，这意味着男人的事业是生活中最重要的一部分，除非男人能处理好二者之间关系，既能把满足妻子需要作为个人的重要兴趣，又能在事业上一举成功。恰如她对一个主妇或者其他竞争者不满一样，她也会渐渐地对丈夫的事业感到不如意。一位年轻丈夫的经历是这方面最好的例证，他告诉我，他与妻子在孩子问题上出现了摩擦。我说，“这种矛盾的产生往往是由于女性一心想取得支配与控制地位所引起的。”尔后，我懊悔地得知，他将我们的谈话原原本本地告诉了他妻子，并把我说成观点的代表者。我明白也乐于和期望他妻子把愤怒发泄给我。然而相反，她将所有的愤怒倾泻给她的丈夫：“或许我是一个支配与控制型的女性，但是当你夜晚归来时，如果你能对孩子们表现出你父性的尊严，而不是躺卧在沙发上，或许我不会如此。”她接着告诉他，她和孩子们对他的唯一印象是一个懒洋洋的、斜躺在沙发上的丈夫与父亲。

丈夫回想着妻子令人心碎的面孔说道，“我现在已决心在孩子面前改变我的形象，因为我妻子说的是对的。”

当然，一天繁重劳动后，丈夫是精疲力尽，他感到应该得到一点休息，但是家庭的需要比起个人的休息更为重要。在这种情况下，他个人的需要同家庭的需要是相互矛盾的，为了使家庭不致于因这种矛盾而破裂，丈夫可以通过决定哪一个需要更重要来解决冲突。不仅夫妻之间有着不和谐，就

连我们自己也时常有着不同的需要与动机，这需要自身去解决。

由于夫妻双方的需要不同，一些婚姻一开始就有着失败的端倪。一位年轻女人的姑姑问我采取什么方法来拯救她的心绪混乱、正接受精神治疗的侄女。她结婚仅几个月，精神压抑日趋恶化。最初为这位年轻女人诊断时，我发现，她童年经受过心灵创伤，她的父亲因为被遗弃变得异常专横，她的兄弟们又给她带来了许多痛苦，她最终逃离家门，并且时常按个人主观意愿办事。

最终，她嫁给了一位受着男人应是家庭支配者背景影响的年轻小伙子。丈夫备受传统家庭观念影响，而她却认为，他同其父亲和兄弟一样是支配型的。当然，她不自觉地选择了一位她所熟悉的情感气质相同的男人。经过几次诊断和参加诊疗会，她原有近于病态的恐惧心理大大减少了，她可以自由地表达个人的情感。在家里，她第一次为自己辩解，她的精神压抑感开始减少了，她有了更多的自主权，而且时常高声地对丈夫说话。在以后几次诊断中，我向她解释到，我们想了解她是怎样对待愤怒和挚爱的情感以及如何表达它们，而不是仅仅为了保持现存的婚姻状况去无条件地控制个人的情感。从她丈夫那里了解到，她仍是大声吵闹，我感到她正处在精神破裂状态，我敦促她把爱情和忧虑同对新发现自由的表达联系起来。她尝试了几天，然后打电话告诉我，如果她不倾泻内心的情感，她将再度陷入精神压抑状态，恐怕还要住院治疗。从这点来看，她陷入对丈夫高声吵闹和保持婚姻状况的矛盾之中，这意味着还需控制她愤怒的情感。

一方面，如果她完全控制个人的情感，她将精神压抑；另一方面，如果她的情感不加以控制，他们的婚姻关系将破裂，后者给她带来了极大恐惧，因为她不能忍受被遗弃的事实。

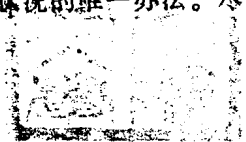
她对我说，“他只是学着满足我的需要，他并不真正理解我，然而他不得不这样做，仅此而已。我并不完全爱他，但是我也不能忍受他抛弃我，我不想在这世界上孤身一人生活。”

年轻的妻子本能地采取报复丈夫的方法来实现报复父亲和兄弟们的目的。她对男人抱有非常怨恨的态度，以至只有经过多次婚姻诊断，她才能同男人达到满意的婚姻关系。她恐惧个人情感，敌视男人，对自己的女人地位缺乏信心，更惧怕只身一人生活。

由于参加了诊疗会和经常的诊断，她开始消除了对男人的敌视。虽然他们的婚姻需要不断完善，然而她能以毫不拘束的态度对待男人，并且同丈夫建立了一个满意的婚姻关系，她的前景十分乐观。

患有病态性格的人寻求和需要绝对和无条件的爱，没有任何人能够从始至终奉献无条件的爱。完美的婚姻并不是建立在寻求毫无止境、近似病态需要的满足中，而是建立在互爱的稳固基础上。犹如某些婚姻并不应存在一样，离婚可能是解决婚姻矛盾的唯一途径。问题并不在于人们是否依赖离婚，而在于缺乏上帝祝福的结合是难以持久的。

我们经常发现，有些婚姻已经难以继续下去了，除了分居或者离婚别无它路，这是解决本来不该存在，并且难以忍受的婚姻状况的唯一办法。尽管如此，有些表面上不可能解决



的冲突，事实上以明智和持久的实际行动是可以解决的。贝克和汤姆结婚八年之久，他们的经历是这方面最好的例证。他们是典型的、世故的郊区居民，拥有万贯财宝和活跃的社会交往。在发生争吵之前，贝克一直认为他们的婚姻是十分幸福、美满的。最初听到汤姆一直同一位多情女人相见的谣言时，她雇了一个探子，探子向她提供了她认为可作为离婚起诉的证据。当家属敦促他们见我时，离婚文件已拟定，但他们在离婚协定上的意见还不一致。

第一次会诊，丈夫显现出漫不经心、闷闷不乐的神情，妻子却很紧张，带有一种敌意感。我问她是否对重归于好感兴趣。

她答道，“是的，我想试一试。”我问他同样的问题，他耸了耸肩。

我说道，“你觉得重归于好的可能是十分之一，还是五十分之一，还是百分之一呢？”

他答道，“或许是百分之一的可能吧。你可以看出，我对此并不十分感兴趣。”

我向他描述了处理婚姻和个人问题的一个诊疗组，然后说，“即使你不能解决这次婚姻问题，你也可以发现你的个性。下一次有更好机会，你愿试一试吗？”

“如此看来，我希望试一试。”汤姆回答道：“因为我对自已并不了解，我希望发现自我。”他和贝克同意参加下周的诊疗会。

第一次诊疗会上，贝克大肆发泄对汤姆的不满：“你们知道我为什么参加诊疗会吗？”她一再追问，汤姆不回答，“我

想对他施以报复，他的不诚实和谎言使我不得不寻求精神病治疗；我仅是想维护我的尊严和圣洁，我唯一的意愿是使他遭受痛苦。”她的演说达数分钟，汤姆无精打采地听着。随后的诊疗会上，她毫无情感地背叛了他，他却显露出厌烦的神情或者对她的恶意攻击多少感一些兴趣。在同她独自交谈中，我问她是否认为自己的态度有助于双方重归于好，她对我也发泄了一丝愤怒。

以后的一年里，她的敌视态度有所减缓。但是有一天晚上，她向公众透露，她发现汤姆几年来一直支持和同多情女人生活，这时她的愤怒达到了顶点。汤姆耐心地倾听着，最后第一次开始表态。

“是的，”他说道，“我来谈问题的真相，长期以来我一直在说谎，我很高兴能把要说的话和盘托出。我原先总是以五个谎话掩饰一个，十个谎话掩饰五个，一百个谎话掩饰所有亏心的事情。”

汤姆非常坦率地讲述了他骗人的悲剧，他向人们叙述了全部故事。讲完以后，他如释重负，并真诚地表示，他将很高兴割断婚外恋关系。他希望在相互信赖和诚实的基础上同贝克建立良好的婚姻关系。诊疗会后，汤姆结束了骗人的悲剧，对妻子为此而痛苦表示了深深的歉意。在场一位夫人走到他面前，搂住他。

“汤姆，”她说道，“我想让你知道，我爱你。你看来是很诚实的，即使所透露东西是丑恶的，但诚实却是美丽的。”她拥抱着他，这热情和友谊的拥抱象征着爱情的复苏和创伤的痊愈。

一位男人碰了汤姆胳膊一下说道，“太好了，汤姆。我认为你是可以得到幸福的。”另一个人沉默地紧握着他的手，表达了发自内心的理解和仁慈的圣爱。

这仅仅是一个好的开端。一年后，双方心心相印的交流才稳固地建立起来，贝克的怀疑感才慢慢地消失了。在婚姻出现裂痕一年半之后，他们又愉快地生活在一起了，经历着比一般夫妻还美满的婚姻。在许多方面，他们还在不断地完善着。

汤姆和贝克这类人的许多经历，使我不论双方婚姻关系如何恶化，都不愿意放弃拯救的希望。本和金杰在婚姻关系上难以和好。此案中，本表现出主动，而金杰对婚姻的继续并不感兴趣。他们都很年轻，有几个孩子。在最初谈话中，他们向我透露，他们都有婚外恋。本的情妇在一次意外事故中同金杰的最要好朋友一起夭折了，金杰爱上了一位年长于她的男人。

最初谈话中，金杰表现得很不友好、毫无感情，随后又承认，“我同意参加诊疗是因为这样做可以好一些。我并不爱本，对他没有任何奢求，我所需要的是我的失常的、不尽情理的婚外恋。”

除了婚姻的争吵之外，经济上也是毫无保证的。本的工作很不稳定，孩子们对家中紧张气氛印象很坏。我鼓励他们必要时来见我，但我还说，他们可以从诊疗会上得到有益的帮助，因为在诊疗会上，婚姻关系和个人问题可以得到适当的解决。金杰不希望走这似乎无望的道路，但还是很不情愿地同意了。他们参加的诊疗会包括八个人，他们热情欢