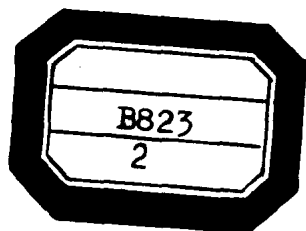


(美) W. J. 莱德里 著
D. 杰克逊

婚姻的 幻象



中国国际广播出版社



婚姻的幻象

【美】 W.J.莱德里 著
D.杰克逊
驰 文 编译

中国国际广播出版社

1988年 北京

责任编辑：张 杨

封面设计：李世英

婚 姻 的 幻 象

【美】W.J. 莱德里 D. 杰克逊 著 驰文 编译

中国国际广播出版社出版

（北京复兴门外广播电影电视部内）

地质出版社印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所发行

开本 787×1092 1/32 10¹/₄ 印张 213 千字

1988 年 3 月第一版 1988 年 3 月北京第一次印刷

印数：1—70,000 册

ISBN 7—80035 065-7/G·18

定价：2.80 元

内 容 提 要

怎样才能使婚姻幸福美满，这是人人都关心的问题，但是由于心理的、社会的等等原因，婚姻中往往会产生这样或那样的不和谐因素，而使婚姻出现“疾患”。《婚姻的幻象》即象一本以婚姻的心理治疗为宗旨的书，作者在书中运用了系统论、信息论及心理学的理论对婚姻问题进行了深入浅出的剖析。作者首先指出了人们对婚姻问题的种种错误认识，分析了造成婚姻生活不和谐的各种原因，并告诉读者如何对自己的婚姻进行“诊断”，进而达到“治疗”，甚至挽救婚姻的目的。

本书作者之一 W.J.莱德里是美国著名的心理学家和社会学家。这本《婚姻的幻象》同他的另一本畅销书《丑陋的美国人》一样，在美国乃至世界范围都具有广泛的影响。

目 录

序言——本书的内涵.....	(1)
----------------	-----

第1章 婚姻的幻象.....	(10)
----------------	------

1.1 婚姻与家庭的起源及其在当代社会中的 解体.....	(10)
1.2 有关婚姻的幻象.....	(24)
1.3 第一种错误的假设：人们因相爱而结婚...	(25)
1.4 第二种错误的假设：结了婚的人大多相 爱.....	(30)
1.5 第三种错误的假设：爱是令人满意的婚 姻里不可缺少的.....	(36)
1.6 第四种错误的假设：男性与女性行为和 态度的天然差异造成了大多数婚姻问题...	(42)
1.7 第五种错误的假设：有了孩子以后会自 然改善原来有难题或不成功的婚姻.....	(49)
1.8 第六种错误的假设：孤寂会因婚姻而 治愈.....	(55)
1.9 第七种错误的假设：如果你竟大声叫你 的配偶滚蛋，那你的婚姻一定很糟糕	(58)

第 2 章 婚姻的解剖..... (64)

- 2.1 系统论..... (64)
- 2.2 婚姻里的意见沟通——一切行为都是沟通性的..... (75)
- 2.3 婚姻里的信任感..... (82)
- 2.4 婚姻和性..... (90)
- 2.5 婚姻的分类：不同类型的婚姻..... (100)
- 2.6 稳定而又满意的婚姻..... (103)
- 2.7 不稳定但满意的婚姻..... (107)
- 2.8 不稳定又不满意的婚姻..... (113)
- 2.9 稳定但不满意的婚姻..... (124)
- 2.10 人际关系的基本型式：对称型、辅助型、平行型..... (130)
- 2.11 婚姻、人生目的与时间利用..... (141)
- 2.12 交互行为：“投桃报李”或“交易桌”..... (144)
- 2.13 自主对共生：“我要自己做”对“共处”..... (152)
- 2.14 满意的婚姻里的主要成分..... (162)

第 3 章 婚姻里的破坏成分 (164)

- 3.1 “常态”的幻象..... (164)
- 3.2 连锁反应..... (165)
- 3.3 对配偶进行攻击..... (169)
- 3.4 第一种技术：不完整的交谈..... (172)
- 3.5 第二种技术：不得不谢你，亲爱的..... (178)
- 3.6 第三种技术：读心术..... (182)

8.7	第四种技术：“容易病的心脏”和“方便的病症”	(185)
3.8	第五种技术：假慈悲的独裁	(188)
3.9	第六种技术：“只要我的配偶不那么坏，我就是世界上最好的丈夫(妻子)”	(190)
3.10	第七种技术：挑错的人	(196)
3.11	第八种技术：反唇相讥	(199)
3.12	婚姻的破裂	(200)

第4章 怎样才能使婚姻顺利 (208)

4.1	你的婚姻也许并不象你想象的那么坏	(208)
4.2	在婚姻关系里如何中止对称型的行为	(209)
4.3	主动行为与争吵	(213)
4.4	交易的必要性	(215)
4.5	怎样建立意见沟通	(219)
4.6	建立“投桃报李”关系	(227)
4.7	“投桃报李”实习会谈	(234)
4.8	致力于“投桃报李”时必须避免的某些行为	(244)
4.9	一次失败的“投桃报李”讨论会	(255)
4.10	“投桃报李”尝试的第二次失败	(264)
4.11	一次成功的“投桃报李”尝试	(272)
4.12	在婚姻问题对话中第三者的作用	(282)
4.13	婚姻检视的必要性	(293)
4.14	如何检视自己的婚姻	(298)
4.15	如何选择配偶	(306)

序 言

——本书的内涵

多年来，美国的报刊与私人集会不断地谈论着婚姻问题，但在这个问题上的混乱至今仍旧毫未澄清，而且悲观论日占上风。在美国，婚姻的问题确实令人头痛，三分之一的婚姻在十年内以离异告终，谁知道剩下的三分之二中又有多少对夫妻生活在愁苦之中。

《婚姻的幻象》这本书采用了一种新的理论，即系统论，来分析婚姻问题。六十年代，系统论曾在物理学与社会科学中掀起了一阵革新的浪潮。“系统定向”的开拓工作是由美国麻省理工学院的哲学家兼数学家 N. 维纳及亚伯特大学的伯达兰菲完成的。这一新的理论不仅使工程技术领域完全改变了面貌，而且在社会科学领域震撼了着重个人的传统定向，动摇了所谓精神内部结构的观点以及偏重化学、内分泌、脑结构等等数百年来在心理学和精神医学领域占据统治地位的定向。

当两个以上人的相互发生影响和关系时，系统论可以帮助我们认识其中过去被认为是神秘的东西，即他们的行为。现

在我们已经知道,对于家庭,必须将其看作是一个单元,其中的各个成员相互间都有着重要的影响力。家庭是一个相互作用息息相通的网络,其中的每一个成员,上至七十岁的祖母,下至刚出世的婴儿,都能影响整个系统,同时又都为该系统所影响。例如,倘若家中某个人病倒了,另一个人便会表现得比平常更有效率。这说明系统本身可以实行自我调节而保持平衡,即某一成员的不寻常举动必然会导致另一成员的补偿性反应。再举个例子,如果妻子不喜欢星期天开车出去兜风,即使她把自己的想法深深地藏在心底不让丈夫知道,这个信息仍会以某种方式通过家庭的网络传播出去,从而使星期天的驾车出游以不能尽兴而终。

每一种与传统思想及传统行为相冲突的新观念、新技术(例如系统论)的出现必然会遇到相当的阻力。纵观整个医学史,每一项革新都无不遭到多数医生的极力反对。弗洛伊德曾受到人们的嘲笑与攻击;巴斯德因相信肉眼所看不到的微生物的存在,而受到他的医学同行们的排斥,甚至被指责为骗子。

尽管二十世纪是一个进步与发展极为迅速的时代,但人们仍往往怯于接受新的变化。因此我们预料某些婚姻问题咨询家(包括精神科医生)将对本书怒目以对。我们正希望如此,因为书中的许多内容值得他们做出这种反应。

我们支持婚姻制度,这是指支持可行的、和谐的婚姻。为了实现可行的、和谐的婚姻,就必须排除当前存在的有关婚姻的种种虚幻看法。目前人们对婚姻所持的种种习惯和观念,本来是源于往昔的社会情况,并不适用于现在。这种历史的影响在婚姻的法律方面最为明显,美国目前有关结婚、离

婚、赡养、监护的法律是从五百高龄的英格兰民法原封不动地照搬过来的，没有一处能够适应二十世纪美国社会的需要。

● 我们认为目前的婚姻概念不论在社会上、法律上、心理上都已过时。总的来说，当代的婚姻是令人失望的。它通常不会引人入胜，而只是一种不得不忍受的关系。

在人们结婚那天，一个年轻的男人挽着一个年轻的女人，相互间把对方看得十分圣洁，他们站在神父或法官面前，心中充满着欢乐，一心想着要努力去爱抚、帮助那行将与自己白头偕老的幸运儿。

几年以后（离婚率最高的是在婚后十年左右），同样的两个人可能就生活在深深的怀疑、恐惧和烦躁之中了。他们之间可能已忙于责备对方，自卫性地声称自己曾如何努力地去爱对方，去使婚姻成功，去防备对方的伤害。

是什么造成了如此可怕的变化？是什么带来了情感上和行为上这样惊人的扭曲？

最浅显的原因是当初择偶的失当，以及婚姻未能形成统御双方的某种牢固而公平的关系。

在美国，每年有四十万对夫妻离婚，某些地区的离婚率高达70%。然而，这些数据并未反映出全部的婚姻悲剧。尽管夫妻们不肯承认，但不少婚姻确实造成了长期的相互厌恶与损害，而不是相互爱怜与帮助。我们调查了上百对夫妻，发现大约80%的夫妻曾经认真考虑过离婚，其中许多人仍然不时在考虑这一问题。但通常只是因为顾忌到孩子、财产以及宗教等，或是缺乏勇气，才勉强维系着婚姻关系。

毫无疑问，婚姻过程在美国往往已经是病态的了，而《婚姻的幻象》这本书正是为了使人们了解这些病态并找出医

治的药方面写的。这本书有四个主要的目的：（1）诊断当代婚姻的疾患；（2）告诉读者如何诊断自己的婚姻问题，或在自己难以自我诊断时，如何寻求他人的帮助；（3）找出挽救病态婚姻的办法，从而使之恢复健康；（4）告诉读者如何判断婚姻已无可挽回，从而能够在现行法律与宗教信仰所允许的范围内，以优雅而成熟的态度结束不幸的婚姻。

我们赞成婚姻，但我们反对为了维护古老的社会许诺而强使不和谐的破坏性的关系继续存在下去。我们将试图揭露流行于当代文化中的有关婚姻的各种迷信和错误的假设——这些迷信和假设的存在甚至使婚姻在尚未开始之时便已蒙上了失败的阴影。我们支持那些勇于探索其婚姻过程并能自动地创造恰当的婚姻关系的夫妻们，我们也支持成熟的、机敏的、训练有素的婚姻咨询家们；我们反对那些训练不足的婚姻治疗家以及那些用心善良但见解陈腐的和事佬。那些观念过时的婚姻咨询家，在解决婚姻中的问题时，只以夫妻中的一方为对象，单方面地进行工作，形成了社会生活中最具破坏性的力量之一。因为他们的这种做法忽略了婚姻泥潭中最根本的动乱因素，即夫妻之间相互攻击与反攻击的“相互作用形式”。有些精神科医生把它称之为“游戏”，但这种“游戏”与悠闲或娱乐毫不相干，而多半是彼此间无休止的计较与争斗——夫妻之间互相抢占上风的行为模式，其结局则是不可避免地相互伤害。

在这本书中我们还将论证“平等”对婚姻的重要性，这里所说的平等并非是指夫妻间必须有相等的智商或相同的兴趣之类的荒谬信念，也不是说他们要工作得同样辛劳。这一理论是基于更为微妙的观点，即认为人与人之间要保持亲密而

持久的关系，就必须有一种相互授受的默契，即知道他无论接受了什么，都是对方对他（为了避免繁复，本书将在许多地方只使用“他”来代表夫妻中的任何一方）所曾付出的东西的报偿。换言之，必须有一种“投桃报李”的关系作用于夫妻之间——要生活得和谐，夫妻间必须就其行为与责任取得妥协。也许这样的婚姻关系显得有些自私而缺乏浪漫，但在我们看来这是婚姻中最重要也是最易受到忽视的一面。显而易见，大多数美国人相信只要有“爱情”和“浪漫”，再加上足够的家具装璜便能使夫妻长久快乐。美国人习惯于满脑子装着对婚姻生活的扭曲而虚幻的观念步入婚姻，这就导致了美国人婚姻上的总体失败。

正如我们所将要表明的，谁应当为谁（以及在什么时候）做些什么的问题，是每一对夫妻经常都会碰到，十分烦人，但又必须解决的问题，因为它每天都会出现。夫妻间必须同意接受一套统御其关系的准则，而在制定这种准则时，双方都应能感觉到自己有权（和对方一样有权）去决定所进行的事。当一个人感到自己已受制于人，无权做出适当的自我决定时，他将战斗（公开的或暗地里的）以重新获得主权。历史屡次告诉我们，权力不平等的系统（包括婚姻与国家）终将崩溃。任何一个系统的存在都有赖于相互取得责任感、报偿、安全感和尊严。

如果夫妻双方的背景、价值观念和需求大相径庭而又不能及时调整，致使这种“投桃报李”式的准则不能实现，则婚姻常以灾难收场：生病，不时的争吵，遗弃，因互不讲话而使婚姻慢性死亡，离婚，甚至谋杀。

我们反对众多的谈论婚姻并为其读者提示解决之道的书

籍、杂志文章及报纸专栏，它们几乎全是废话。它们的价值，对于寻求答案的人来说，与求神问卜没有什么不同。因为它们虽指示一个人应如何去做，却忽略了每一个婚姻的中心问题——相互关系。

我们已简单叙述了大多数婚姻不和的表面原因——在对象选择上的失败以及与所选择的对象相适应的失败。然而这些只是病态婚姻的症状而非真正的病因，根本的原因是，美国人的思维方式以及美国人对婚姻问题的传统价值观念已经生锈、破碎和一无是处了。

要想使健康的婚姻能在这二十世纪的下半叶继续存在下去，对人为划分出来的男性与女性角色（形成于中世纪）必须加以废弃和重新评价。以男性为中心的独裁的、刻板的婚姻结构是十一到十二世纪的东西，它已经不能在今天的环境里存在，当然极端的女权运动者所梦寐以求的女性占主导地位的局面也不会到来。当代婚姻需要的是平等，就象世界历史已经指出的，无论性别、种族或宗教信仰如何不同，人权是趋向于平等的。

为了达到平等，夫妻中的任何一方都应做到超越习俗或传统，去扮演其最合适的角色。文化背景决定了什么是适当的婚姻角色，但是在一个象美国这样的复杂文化里，伸缩的余地也是很大的。我们认识一对夫妻，丈夫是五金店老板，妻子则是一位极美丽、极温柔的上层阶级妇女，大学毕业后即致力于红十字会和女童子军的工作，他们有三个孩子。在这对幸福快乐的夫妻之间，角色的分配颇不寻常。每天傍晚，丈夫去准备晚餐，而妻子则到菜园去干活，或者在房子周围修补东西。丈夫不喜欢园艺，而且在工作了一天之后，他已

倦于再拿着工具做事了，然而他擅长烹饪，对于准备晚餐乐在其中。妻子的家务事做得不怎么好，却精于园艺与手工。”

如果要使当代的婚姻成功，不但角色的分配，而且其他的传统态度与做法都必须加以修正。例如，夫妻们常常因为要否认或避免某些为社会和传统认为是坏的人类的行为（如生气并且爆发出来）反而招致破坏性的作用。事实上，对于某些“坏”的东西，完全可以加以引导而使之成为巩固婚姻的力量。我们将说明如何使这些所谓的“坏”行为成为建设性的东西。此外，我们将列举并详述如何发现婚姻中真正具有破坏性的成分，并告诉已婚的人们如何设法消除它们。最后，我们还将指出，婚姻中的破坏性因素发展到何种程度，夫妻们就必须去找专门的咨询家。

我们的努力主要在于阐述一个符合时代要求的婚姻观念，并说明人际关系的结构和过程。不久的将来，也许小学生会象现在学习语文、数学一样，也学习人际关系的课程。今天的成年人没有受过这种教育，他们所知道的只是他们从其父母的婚姻里所观察到的，至于如何建立与他人之间的良好关系，他们可以说一无所知。因此，人们需要剔除古老的具有破坏性的观念，并且或多或少地懂得一些婚姻中的相互作用与发展过程是什么。这本书所提供的正是这种努力的一个出发点。

我们并非吹嘘能把恶劣的婚姻轻易地转变成美妙的、愉悦的、天堂似的婚姻，我们也不认为婚姻不能有任何摩擦或难题。我们所确信的只是，在许多情况下，不和谐的婚姻可以经过努力变成行得通的、相当令人满意的关系。

尽管我们曾经指出，今天的婚姻制度可以说是古老而不

合时宜的，但是也没有什么太令人满意的方式足以取代婚姻。事实上，在绝大部分文明世界以及不少蛮荒地区，人际关系大多依然建立于婚姻的基础之上。一夫一妻制虽并不是家庭制度的唯一因素，但是其他的方式（一妻多夫或一夫多妻）一般说来，除了在极少的部族内，依然是行不通的。

婚姻是文明世界中的大多数人所需跨入（即使他不太自觉）的一种契约。在了解到婚姻过程不可能万事如意之后，我们所要问的是，如何使婚姻更行得通，并使所有有关的人尽可能得到最大的满足。

那些正在打算离婚的人们首先需要了解婚姻是一种系统、一种过程，他们应认识到那些人云亦云的，所谓男性与女性的差异以及两性争战不可避免的偏见与迷信的破坏性。只要你相信了这些虚幻的迷信和偏见，婚姻（或者离婚）中的一切事情便更加困难。

考虑离婚的夫妻们应当知道，人们互相选择而结合，其中必有潜意识的作用。除了那些完全依赖媒妁之言的婚姻，我们不难发现，人们常常只是相识几天，便已潜意识地选择对方做自己心目中的伴侣。

在我们所看到的任何一种婚姻状况中，夫妻双方对于其婚姻的每一个成功或失败之处都有关系，一味责备对方是毫无意义的。然而不论是在旧金山，在剑桥，还是在夏威夷，女人们总是爱串门并咒骂自己的丈夫；她们的丈夫则在下班后群集在一起喝一杯，以同样的方式对待他们的妻子。这种到处可见的集体抱怨已形成了一种极具破坏性的现象。这些闲聊者们完全忘了，他们曾睁大了眼睛，同意了那婚姻的契约。

改进婚姻需要努力，支持一个坏的婚姻和追求一个好的婚姻需要花费同样的工作量（包括精神、力量与时间）。不同的只是耗费精力的方式，而不是所耗精力的多寡。

假如买一辆破汽车同买一辆新车要花费同样多的钱，谁会去买破车呢？婚姻问题也可以以此作譬，如果在不幸的婚姻里所需耗费的精力同快乐、满意、成功的婚姻一样多，还有谁想要一个不幸的婚姻呢？

我们相信陷于不幸婚姻中的夫妻们自己就可以为其婚姻的痊愈和发展解决大部分问题，没有一个医生或咨询家能为你带来立竿见影的爱或婚姻的和谐。改善婚姻需要当事双方的努力，顾问们只能使其认识到相互作用的行为，以及指出如何带来变化。

第 1 章

婚姻的幻象

1.1 婚姻与家庭的起源及其在当代社会中的解体

几百万年以前，当人类最初产生的时候，人类的繁衍恐怕和大多数动物一样随遇不定。例如，一个雌性偶然遇到一个雄性，如果双方的性欲都很强烈，便行交媾。之后便又分道扬镳，各自继续其日常活动——狩猎与作战。或许几个月以后，雌性才发觉自己怀孕。可能在很长时间里，人们并不知道怀孕和性交有关。况且，在远古时代（乃至在今日某些落后的国度里），也许从怀孕直至临产都不至于妨碍雌性的日常活动。当阵痛来临时，雌性才采取一个最舒适的姿势（无论她当时正在什么地方）而生出一个婴儿。大概再过几天，她又能照常四处搜寻食物，不过多了抚养和照顾婴孩的责任。

又过了不知多少年，人类（很可能起初是雌性的）发觉某些水果、谷类、蔬菜可以加以栽培和贮藏过冬。于是开始有了小田园，并在旁边搭起了小茅屋。渐渐地这些女人聚集在一起，把她们的临时性房屋搭得更近，便形成了最初的社