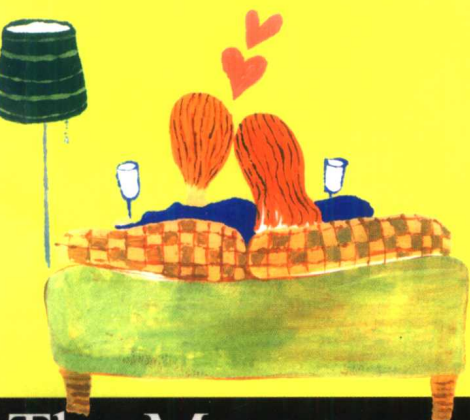


一夫一妻制 神话

[美] 佩吉·沃恩 PEGGY VAUGHAN / 著
于卉芹 李忠军 / 译



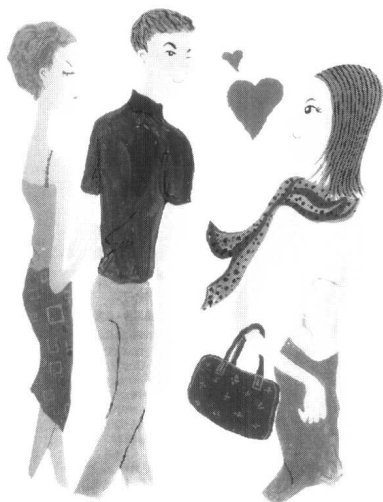
The Monogamy Myth

- 在神话与现实之间
- 为什么会发生婚外情
- 性的商业化
- 经历婚外恋
- 与第三者打交道
- 愈合伤口
- 不要轻信承诺
- 对婚外恋的新理解

图书馆

扁译出版社

一夫一妻制 神话



[美] 佩吉·沃恩 PEGGY VAUGHAN / 著
于卉芹 李忠军 / 译

105259

- 在神话与现实之间
- 为什么会发生婚外情
- 性的商业化
- 经历婚外恋
- 与第三者打交道
- 愈合伤口
- 不要轻信承诺
- 对婚外恋的新理解



女子学院 0111795

中央编译出版社

京权图字 01 - 2001 - 0600

THE MONOGAMY MYTH by Peggy Vaughan

Published by arrangement with Newmarket Publishing & communications

Simplified Chinese translation copyright © 2001

by Central Compilation and Translation Press

ALL RIGHTS RESERVED

图书在版编目(CIP)数据

一夫一妻制神话/(美)沃恩(Vaughan, P.)著;于卉芹,李忠军译,
- 北京:中央编译出版社,2001.3

ISBN 7-80109-427-1

I. 一…

II. ①沃…②于…③李…

III. 婚姻问题-研究

IV. C913.13

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 78994 号

一夫一妻制神话

出版发行:中央编译出版社

地 址:北京西单西斜街 36 号(100032)

电 话:66117130、66521152(编辑部) 66171396(发行部)

E m a i l: cctp_edit @ sina. com

经 销:全国新华书店

印 刷:北京星月印刷厂

开 本:850 × 1168 毫米 1/32

字 数:137 千字

印 张:8.625

版 次:2001 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

定 价:15.00 元



来自读者的评论

●《一夫一妻制神话》是我所发现的最好书籍，它帮我走出丈夫外遇带来的感情危机。

●谢谢你的书，我相信我们能够保住婚姻和生命的最大功劳应该属于它。

●我刚刚读完你的《一夫一妻制神话》，就像在阅读我自己的人生，我的情感、思想和行动跃然纸上。

●我急忙走出家门买下你的书。我读呀读，在很多页都画了重点线。

●你的书是我所阅读的同类书中最好的一本。

●我简直无法形容你的书给我带来的轻松和安慰，这是发现我丈夫有外遇以来从未有过的感受。

●我非常感谢你的书，我丈夫和我发现这是我们读过的最好的书，你愿意分享你的第一手经验，这些经验使本书更有价值。

●你的书产生了非常积极的影响，我非常同意



你的看法,非常理解,我不再孤单。我读了你的书才使痛苦有所减轻,我已经读了三遍,心一痛,我就读。

● 我感谢你真诚无私的书,给了我答案和支持,我太需要它了。

● 你的书使我不再因为觉得孤立而痛苦。

● 书中的话语使我在破碎的现实中坚持下来。



关于作者

佩吉·沃恩是国际公认的研究婚外恋问题的专家。从 1980 年她的个人故事《超越外遇》出版以来，佩吉致力于同那些来自世界各地的与其有着相同经历并寻求帮助的人们进行交流。在 80 年代前期她形成了一个国际支持群体，她的心得构成了《一夫一妻制神话》的“新观念”。

佩吉有关婚外恋的“社会观点”使她成为讨论该问题的先锋人物，并就新闻上频繁出现“婚外”事件这一现象进行评论。然而她致力于帮助人们走出情感困惑的努力使之赢得了世界范围的追随者。

她的工作主要在互联网上进行，她的网站覆盖很广(www.Vaughanvaughan.com)，并形成两个支持群体



BAN(Beyond Affairs Network)。她还成为“美国在线”有关外遇问题的心理咨询的专家,回答那些被寄至“佩吉问答”的提问。

佩吉已经结婚 40 年了,有两个长大的孩子,两个孙子,家住加利福尼亚的拉·约拉。

除了《一夫一妻制神话》,佩吉还写了《超越外遇》、《留住爱情》、《生命设计手册》,均与其丈夫合著而成。

中文版序言

中文
版
序
言



过去的四年中,我通过互联网站(www.dearpeggy.com)向世界打开了一个窗口,我深深地感谢全世界人民的互相往来。我尤其承认中国在世界秩序中的重要作用,我非常高兴可以和中国读者直接交流。

有关婚外恋这个问题,我既把它当作一个个人的问题,又把它当作一个社会问题放在更广阔的社会背景中进行分析。我分析社会因素对婚外恋的切实影响,也分析这一私人事件对社会的影响。

这本书详细阐述了产生婚外恋的社会因素,但是读者只有在看到了我们美国政府的戏剧性事件之后,才能了解婚外恋在社会中的反响。例如,全世界几乎都看到了曝光的绯闻(开始于性接触)导致了众议院对美国总统一弹劾,人们也看到了后来参议院作出的没有把总统赶出白宫的决定。

现在清楚了,那些曾经被认为是私人的事件怎



样迎合了大众的胃口,包括行为。由于全世界互联网的开通,世界上没有什么地方再能够掩住公众的耳目把那些婚外性行为包藏起来。这明显地向所有关系中的力量平衡提出了挑战:婚姻的关系,国家内部的和国家之间的关系。

对于那些希望遮掩起自己私生活的人们,隐私就成了他们重要的保护伞,但是就性问题展开的越来越公开的讨论意味着未来不会没有变化。要打破长期以来对私人行为保持沉默的惯例,意味着每个人都应该知道有关性的问题,包括婚外恋。这不是对与错的问题,而是有关聪明和智慧的问题。

首先要明确的是(如果我们准备实事求是阐述各种婚外恋的情况),婚外恋行为不再只是男人干的事情。过去,婚外恋是丈夫的专利,妻子只是尽可能完美地去应付。现在,情况不同了,已婚女人婚外恋的比例在不断增加。造成这种情况的原因包括:机会的增加(工作或网上的机会),更愿意冒离婚的危险(由于经济的独立),或者不太愿意继续扮演传统的贤妻良母的角色。

互联网的作用也不能忽视,女人尤其愿意涌进聊天室并且丢弃了她们通常的保守意识去谈论或参与有关性的行为,那些对这种诱惑知之不多的妇女更容易被吸引。如果男人忽视了这种因机会均等进入互联网所引起的基本权力平衡的急剧变化,他们

就会被这种细节蒙住眼睛。

所以,不管你个人经历怎么样(或者没有经历),没有人应该忽视或否定婚外恋问题的重要性。我希望你能在这本书中发现重要的信息资源以及对这一重要问题的理解和看法。

佩吉·沃恩

2000年5月

中文
版
序
言



作者自序

作者自序



亲爱的读者：

从《一夫一妻制神话》这本书第一次出版至今的近十年间，有关婚外恋的问题已经发生了一些重要的变化：

- 有更多的婚外恋曝光。
- 互联网为网上恋情提供了更多的机会。
- 更多的妇女涉足婚外恋，更多的丈夫寻求帮助。
- 有更多的资源（如我自己的网站）帮助人们走出婚外恋情。
- 媒体对此有更多的关注。

与初版相比，新版的《一夫一妻制神话》表达了更明确的思想，提供了更公开的帮助。然而尽管对婚外恋问题的关注越来越多，但我没有发现那些配偶有外遇的人的痛苦和磨难有所减少。一夫一妻制

0
0
1



神话给人的印象是婚外恋的发生完全是因为个人的失败,这使得人们很难找回自尊,无法重建夫妻关系。所以《一夫一妻制神话》中的建议还是非常必要的,无论对那些生活中有此经历的人,还是对整个社会而言。

更公开地讨论这个问题是由于婚外恋行为越来越强的公开性。例如,对于美国过去几个总统的婚外恋事件,人们总是保持着缄默(直到他们去世),最著名的是罗斯福总统长期的外遇,还有肯尼迪总统复杂的恋情。相反,关于克林顿总统的绯闻却有详细的公开曝光以及公众不厌其烦的谈论,很难找到一张报纸的标题或一个频道不涉及最新披露的丑闻。

当这种曝光揭开了过去的秘密的时候,其中也包含着大量的虚伪。我们对那些故事中的人们(无论是在军方、政府还是在私人企业)另眼相看,认为他们很特别。实际上他们只是那些被“抓住”的人,他们要么撒谎,要么就准备接受“惩罚”。他们特别的地方不在于他们的行为本身,而在于他们的行为被“曝光”。这不是为他们的行为开脱,而是包含着一个重要的观点:我们要战胜虚伪并承认婚外恋的普遍存在,这是负责地分析问题的第一步。

实际上,我们看到越来越多的“正常人”站出来讲他们的故事。在1980年,詹姆斯和我在白天的谈



话节目中讨论我们处理婚外恋事件并维持婚姻的个人经历,我们是这样做的第一对夫妻,这是非常负责的解决方法,也是积极的实践。但这些年来,谈话节目有积极的作用也有消极的作用,它们促使人们更公开地探讨这个问题,但也有越来越不负责任的议论。我希望我们能继续公开谈论这个问题,但是要保护和尊重那些孤独抗争的人们的感情。

当很多媒体热中于这一问题的轰动效应的时候,越来越多的媒体认识到解决这一问题的重要性。例如,我有幸参与了某杂志的一小时的关于婚外恋的谈话节目,它不去关注那些典型的寻求刺激的窥探,而是探讨人们不负责任处理该问题所造成的损害。

也许我们曾经把婚外恋看作与我们生活无关的故事,但现在我们更加关注那些因婚外恋事件而受到公众谴责的各个阶层的人们:军人、牧师和高级官员,甚至皇室成员。尽管以此种方式被曝光的婚外恋事件数量增加,我们还是认为(希望?)这个问题只限于那些婚姻不幸福的人们。但当曝光事件也包括那些我们认为是模范婚姻的人们的时候,这种想法受到了严重的挑战。

每个人都要为他的行为(以及行为的结果)负责,认为只有那些性格有弱点的人才发生婚外恋的想法是错误的。问题远比这复杂得多,正如我在《一



夫一妻制神话》中说的,婚外恋的流行不只是个人的问题,也是社会的问题。

我直接体验了把婚外恋仅仅看作个人的失败给人带来的痛苦。我有七年时间默默地忍受着痛苦的煎熬,怀疑我的丈夫有婚外恋情,因为我非常难为情而没有把它告诉任何人。我自己的经历鼓励我努力帮助那些因为错误的想法而默默忍受煎熬的人们。当一个人独自承担配偶外遇事件的时候,如果他们能理解婚外恋的普遍性,理解它的社会因素,并最终理解这不只是个人失败的问题,那么他们会有更多的机会走出困境。

我了解这一点之后,就不再把自己当作牺牲品(“为什么是我?”),而是注意到那不只是我自己,可能发生在每个人身上。我发现,这个想法在以后严峻的生活危机面前大有裨益。《一夫一妻制神话》出版后三年,我得了乳腺癌,于是几年之内我利用了以前的经验:首先,我认为没有必要隐瞒,公开的讨论使我获得了宝贵的信息和帮助。而且,我不再问什么是我?我已经懂得,很多我们认为是个人的问题(或许是我们的错误)实际上更是社会普遍问题的反映。

处理婚外恋的经历给我生活带来的变化是非常出乎意料的。关于《一夫一妻制神话》的早期的一篇评论文章,对此书进行了积极的评价。它这样评论



到：“丈夫有了外遇，有些人离婚了，有些人没离，但忍气吞声，佩吉·沃恩的丈夫有了外遇，她开辟了一个职业。”

尽管我宁愿没有这样的经历，但令人骄傲的是我坦然接受并一吐为快。实际上从1980年我的故事公开以后，我一直全心全意地去帮助那些遇到婚外恋的人们。这些年来，从那些与我交心的人们中间我学到了很多。

在80年代早期，我组成了一个叫做BAN(Beyond Affairs Network)，意为超越婚外恋事件同盟的群体，早期成员们给我的启示，形成了我这本书中的观点。

通过网站，向世界打开了新的窗口，我又达到了一个新的学习顶峰，BAN又有了新的形式，成员来自47个州和另外10个国家。他们公开而且坦诚地分享他们面对配偶外遇时的体验和内心情感。在新的BAN的头六个月的时间里，在留言板上我读到在这个问题上苦苦挣扎的人们留下的15000条留言。我高兴地看到原先我在《一夫一妻制神话》中写的内容是有的放矢的。在向我提的上千个问题中，没有一个我没在书中探讨过。

有关婚外恋问题的一个新发展(很多人还没有注意到)是：就痛苦的经历而言，男人和女人是“机会均等的”。实际上，目前40% BAN的成员是男人。



而且最令人吃惊的是在对付配偶外遇这一点上,以及在他们给处境相同的人们提供支持这一点上,男人和女人没有什么不同。读留言板而不去注意评论者的性别,实际上不太可能判定是男人还是女人写的。遗憾的是,帮助男人处理此问题的建议一直非常少,但《神话》一书不倾向任何一个性别,它对所有人都是—种帮助。

当然,处理婚外恋事件的男人的增加说明在已婚妇女中婚外恋行为不断增加。造成这种情况的原因可能是:机会的增多(通过工作或通过网上接触),更愿意冒离婚的风险(由于经济独立)或不再愿意扮演传统的贤妻良母的角色。而且,社会传递给女人的信息是对女性的外遇持更加接受的态度,就像小说和电影中表现的积极态度,比如最有名的《廊桥遗梦》。这种态度也在有关这一题目的非虚构的著作中有所反映,甚至在通俗小说的促销的语句中也有对婚外恋的鼓励:“每个女人一生至少应该有过一次。”

另一个重要变化就是我们众所周知的网上外遇的增加——在网上开始的外遇(或许还会保持下去)。这种媒体恋情的增加也许被认为是避免艾滋病或是其他因为身体接触带来的危险的方法,但实际情况是艾滋病或其他因素并没有使婚外恋明显减少。涉足婚外恋的人试图使行为理性化,这种理性



化部分忽略或否定了可能产生的消极结果。作为 AOL(美国在线)网上婚外恋心理研究的专家,我对网上婚外恋的理性化过程有直接的观察。在“佩吉问答”的头六个月中,我收到了 100 多封信,而且,毫不奇怪的是,很大部分是有关网上外遇的。在这本书最后一章《防止外遇的发生》一节中,我添加了一些有关网上婚外恋的详细信息。同其他问题一样,这会引起大家的兴趣,而且和大家息息相关,不管你现在上不上网。

最根本的问题是没有什么人能够完全避免,即使不发生在你自己的婚姻关系中,也可能会受到朋友或家庭成员的影响(在 BAN 目前的成员中,77%的人对朋友讲过他们配偶的外遇,62%的人讲过家庭成员的事情)。既然你不可能回避这一问题,你必须提前尽可能多地作些了解才算明智之举。如果你真的陷入解决问题的漩涡,你就很难想清楚这个问题了。

《一夫一妻制神话》是那些已经面临婚外恋问题并需要帮助度过感情冲击的人们生活的保护者,也如副标题建议的那样,是走出婚外恋的必备读物。这本书也为那些真诚地希望理解社会角色和责任的人们提供独特的信息资源。

我鼓励你读一读这本书,同别人讨论一下。我们越负责地公开讨论,当事人会越少感到痛苦。