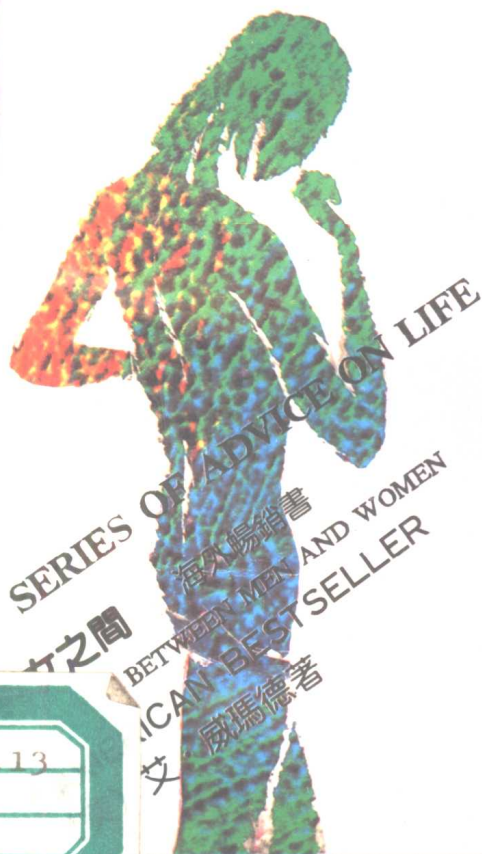


人際關係諮詢叢書

報復過去 還是創造未來

——給婚姻不幸的女性



柯岩主編
尚嵐編譯

青島出版社

13.13

C913.13
23
1

報復過去 還是創造未來

——給婚姻不幸的女性

青島出版社

鲁新登字 08 号

责任编辑 赵凤英

封面设计 肖 和

· 人际关系咨询丛书 ·

报复过去还是创造未来

——给婚姻不幸的女性

(美)艾·威玛德 著

尚 岚 编译

*

青 岛 出 版 社 出 版

(青岛市徐州路 77 号)

新华书店北京发行所发行

青岛新华印刷厂照排

胶州市装潢印刷厂印刷

*

1992 年 2 月第 1 版 1992 年 2 月第 1 次印刷

36 开(787×1092 毫米) 5.625 印张 2 插页 89 千字

印数 1—10230

ISBN 7-5436-0774-3/G · 367

定价:2.80 元

序

生活在不断发展，人的认识也在不断发展。

什么叫健康？过去大多数人的认识就是没有病。没病似乎就是健康的同义词，而病又多半仅是指肉体上的各种疾患。

现代人不这样看。现代人认为健康包括人的生理与心理两个方面。不但称生理上有器质性病变者为病人，而且视心理上有各种缺陷的人为患者。于是开始出现了新的学科，有了心理治疗医生。

正因为生理与心理密不可分，相互作用又相辅相成，肉体上的疾病会引起心理的反常；心理上的压力也会导致生理上的变化。俗话说：“郁郁成

疾”、“伤心，怒伤肝……”此之谓也。因此千方百计减轻人的心理压力，帮助病人走出思想与感情的误区，不但是治疗心理疾患之必需，也是预防生理病痛的良策。

社会是复杂的，疾病的成因也是复杂的。在当代社会，无论是升学、就业甚至生存……都存在着在激烈竞争的状态下，如何保持自己的心理健康与心态平衡，进而取得成功，这已成为千百万人所重视的必修课程。

本书的编辑出版正是为了满足读者的这一需求。鉴于我国在心理治疗方面起步较晚，所以有意识地从海外最畅销的心理治疗丛书中，编选了读者所急需的如何公关处世的各个方面——男女之间、亲子之间、同事之间、老板与雇员之间……汇集成册，陆续出版，以资借鉴。

青岛出版社推出的这套，共四本，从《怎样选择合适的心上人——给寻找伴侣的女性》开始……到《报复过去还是创造未来——给婚姻不幸的女性》，几乎综述了女性从选择对象到幸福与不幸婚姻的各方面。由于大部分是心理治疗医生所接触的病人咨询实例及诊治过程所记录的一个个真实故事，笔触细腻，剖析深刻，生动而科学。读后不但能解决许多你心理上难对人言之的困惑，还能提高你对海外世

界及复杂社会的认识,从而使你增长为人处世、处理感情的聪明才智。

因系精心编选,每册只在10万字左右。篇幅不大,所需阅读时间不多……凡此种种,都体现了出版社为忙碌的现代人着想的群众观点。

是为序。

柯 岩

1991年初春

前 言

本书是作者走访了许多离婚妇女后写成的。这些妇女自愿地透露了她们的婚姻的始末，希望那些与她们境遇相同的女人能从她们的经验中得到一些启迪。她们的故事告诉我们，尽管离婚妇女在家庭生活上，曾经是一团糟，遭受过种种磨难和痛苦，她们仍有可能获得新生。本书的主人公们认为，对一个离婚妇女说来，通向未来的钥匙掌握在自己手中。她们必须认识到，她有选择的自由。不管遭受了多少折磨，她都可以选择另一条路：不做离婚经历的牺牲品。

离婚女性走入了人生的一个阶段：必须从各个方面认识自己，对自己负起责任来，另外，绝不要压制自己心

中的愤怒、失望等自然的感情，因为这些感情可以催人奋起，改变自己的命运。身陷不幸婚姻的妇女总是说觉得自己“老了”、“太累了”，要不就是“没意思”，以此来压抑自己的愤怒。如果她们不承认自己的愤怒，就无法从中受益，对症下药；可另一方面，如果她们陷进愤怒和失望的深渊而不能自拔，便不能达到自知、自尊的彼岸。怀恨在心会妨碍她们客观地分析为什么当初会嫁给这个人，又为什么最后会离婚等一系列问题，而如果真的这样，她们就有重蹈覆辙的危险。如果紧紧把住对往事的怨恨不放，她们充其量只能永远是痛苦往事的活纪念碑。摆在她们面前的有两条路，报复过去还是创造未来。

本书的主人公们在离婚时并没有什么摆脱困境的灵丹妙药。她们中有的人坦白说离婚后，每天早晨都无意梳妆，甚至懒得起床。一个妇女笑着告诉作者：“当时我真是疯了，一下子煮了七个鸡蛋，还想，这下好了，一个礼拜都不用做饭了。”可是这些妇女不仅活过来了，而且，每个人都有一个自己的故事，一个如何在事业和自我方面取得成功，如何实现自己的理想和幸福的故事。这些女人有一个共同点：她们乐于反思，既正视现在的自我，也接受过去的自我，她们甚至仍不失幽默感。她们为自己制定目标，然后为达到目标而积极行动。说实话，她们很为自己

的成就自豪，她们认为人生苦短，正像一位离婚妇女所说：“无暇蹉跎。”她们中有的人从父母的精神遗产中吸取了力量，有的则必须学着摒弃父母有害的世界观，还有的人只能靠祈祷支撑自己。但无论她们用什么方法取得今天的成功，引导她们走到一起来的是同一个责任：鼓励其他离婚妇女积极探索自身的价值和机会，使她们掌握自己的命运。仅仅是为了这一点，她们才讲出了自己的故事，我也因此才能献上这本书《报复过去，还是创造未来——给婚姻不幸的女性》。

目 录

前 言	(1)
第一章 要成功,不要只是熬过来	(1)
第二章 婚 礼	(15)
第三章 熊熊燃烧的门	(44)
第四章 新 生	(68)
第五章 再 婚	(96)
第六章 做精明人.....	(110)
第七章 发自内心的忠告.....	(131)
第八章 最后的思索.....	(145)
后 记.....	(165)

第一章

要成功,不要只是熬过来

“上法律学院不可能对我没帮助。为了保护我的孩子,我一定得有自己的事业并获得成功……”

——伊丽莎白·汉普塞

1987年6月4日

在美国,离婚妇女的队伍日益增大。过去,这些女人只是丈夫生活中的装饰品,但现在,她们有的开始了自己的职业生涯,有的办起了自己的公司企业,因而,她们都获得了经济上的独立。年已半百的伊丽莎白·汉普塞就

是她们中的一个。

伊丽莎白的**前夫是个企业家，他酗酒并虐待妻子。和他离异后，伊丽莎白成了一名很成功的律师，在纽约的一家律师事务所中确立了自己的位置。在这条通往事务所董事会的路上，伊丽莎白跋涉了整整三年。在上法律学院的这三年间，她和孩子们挤在一间小公寓里，在贫困线上苦苦挣扎。**

伊丽莎白离婚时只剩下 3000 块钱，因为丈夫宣布破产，她没拿到任何赡养费。伊丽莎白靠借学生贷款和干低工资的工作过活，终于在 1980 年她 40 岁的时候获得了法律学位。当时，她还申请过救济，想尽办法让她的孩子们能在学校里领到为穷孩子准备的免费午餐。她变卖了衣服首饰和貂皮大衣，可她宣布，在珍贵美好的生活中除了那个“一天到晚折磨人的魔鬼”，她没有失掉任何东西。伊丽莎白坚持说：“上法律学院不可能对我没帮助。为了保护我的孩子，我一定得有自己的事业并获得成功。为了激励自己奋斗，使生活好起来，我订了一份《建筑文摘》。”

《报复过去，还是创造未来——写给婚姻不幸的女性》，写的就是像伊丽莎白·汉普塞这样的女人。离婚的危机推动着她们，使她们改变了生活的轨道。这些社会经济地位迥异的妇女亲口讲述了她们是如何奋斗，《建筑文摘》是品味极高，极昂贵的室内装饰

杂志。她们在个人成长道路上取得的第一个胜利往往是学会了一种什么技术,而以前,这些技术性的事情都是由丈夫来干的。比如:为孩子们一年一度的暑假野营扎制帐篷啦;为了进城注册上金融计划课,有生以来第一次在拥挤的高速公路上驱车前进啦;没有丈夫在身边钻来钻去,独自一人与两个小女儿骑车 40 英里锻炼身体啦,等等。这些刚刚建立起来的自信心并不仅限于家庭生活,它在事业上也伴随着这些妇女,使她们成功地晋升为公司负责人,白手起家地创建自己的企业、工厂,或是严肃认真地把自己看成是作家、艺术家。

本书中的 45 位离婚女性对自己的成就都分外自豪。她们讲述自己的婚姻,是为了让那些正在步她们后尘的妇女能打起精神来,一切可以重新开始。她们并不标榜自己是女英雄,她们只希望其他普通的妇女能从她们的经历中汲取生活的力量。尽管离婚创伤的恢复过程并不是一帆风顺的,她们相信,一旦一个离婚女人从别人的生活中看到了自己的影子,她就有了可能从中得到安慰、启示和行动的力量。

虽然社会上对妇女的流行看法一直是:“只要她们凑到一起,无论是在交谊场合还是在聚会上,都会叽叽喳喳互诉衷肠;但实际上,女人历来把内心思想深深地埋在心底。随着自我意识互助组的兴起,妇女

们才开始无所顾忌地与女伴谈论自己的日常生活，谈论她们经历中未被揭示的规律。而这只不过才是20世纪70年代的事。听到别的妇女说出自己的心里话，她们才会感到自己的想法和感情是正确的。我们的传统是妇女们把内心秘密锁进日记，常年守护着，以免被别人发现……。由于女作家的作品总是不易出版，也很难受到人们的重视，或编进教材，所以，即使文学对女性的内心世界有所描述，也很难为世人所知。然而，离婚妇女却常常要靠小说来了解那些与自己境遇相同的女人，向小说中的女主人公学习。

一个年轻妇女回忆说，她丈夫离家出走的那个早上，她急急忙忙跑到附近的书店，买了一本《包法利夫人》，“我急切地翻那本书，想从中找到自己的影子和一点线索，告诉我婚姻为什么会破裂。当时，我特别需要找到一个和我相象的女人，所以，就去翻小说。我脑子里最先想到的女主人公就是包法利夫人，可是，我多么想找到更接近此时此地的人物角色啊！”

妇女们希望能把小说中的一切搬到她们的现实生活中去，从小说中寻找答案。她们以前一直习惯于读男作家的书，从男人的角度来看女性独特的经历。但现在好了，她们可以挑选女作家的作品，从女作家笔下形形色色的女性人物身上寻找感情和心理上的

共同点。

比如：读美国一次世界大战时的经典作品《永别了，武器》时，没人会相信海明威对凯瑟琳·巴克莱的描写是真的。在他笔下，凯瑟琳在生产过程中最关心的竟是如何取悦她的情人弗福莱德·亨利和那个医生！

再比如，纽奥良女作家凯特·肖宾的小说《觉醒》在 1899 年受到文学评论界的压制，因为她描写了一个年轻母亲对其婚姻状况的日益不满和与另一个比自己小的男人在一起时性意识的觉醒。而且，肖宾对妇女生产过程的坦率描述也触怒了评论家们，尤其是对女主人公艾德娜·弯泰利尔服侍一个女友生产时的描写：“带着内心极大的痛苦，带着对大自然规律的不可遏止的、熊熊燃烧的怒火，她目睹了这一令人饱受折磨的场面。”

《觉醒》在本世纪初写于纽奥良，直到 60 年代才在美国出版发行，但现在，它成了美国文学课上的必读书。这件事本身就说明，直到最近这些年，文学作品才开始真实地描写女性的个人经历：性生活、爱情、婚姻、生育和离婚。

艾莉克斯·凯茨·舒尔曼的畅销小说《一位昔日舞会皇后的回忆》(1972)是新女性意识的产物。自从这本书问世以来，女读者们才得以欣赏那些女性

世界本来面目的作品。玛丽琳·福兰士的《女人的房间》(1977)是描绘不再依附男人世界的整整一代新女性……

一位 46 岁,已结婚 25 年的妇女,在第一次见律师谈离婚问题时,手里拿着一本书。谈完正事,律师轻松地问她在读什么,她回答说:“是玛格丽特·德来波的新作……一个朋友推荐我看的。书里的那个女人也是在结婚 25 年后她丈夫提出离婚的,我要看看她是怎么办的。”

在本书中,45 位活生生的女性而不是文学家笔下的人物,为我们讲述她们的婚姻历程,从结婚典礼直到离异之后。她们坦诚地告诉我们婚后的冲突、离婚的痛苦、争取自我和社会认同的斗争以及对新成就的骄傲。这些女人遭受了深深的伤害,碰到了重重难关,但她们都熬过来了。而且,她们摆脱了沮丧和怨恨情绪的折磨,达到了心理平衡,并取得了成绩。她们的故事讲得很详细,使那些正和她们走着同一条路的女性可以不仅从小说和别人的日记里,也从真实的生活中找到和自己一样的女人,而且她们还是成功者。

听着和本书主人公们谈话的录音,人们可以找到索菲·托尔斯泰 1887 年在日记中吐露的心声:“我没有自己的生活,每天过的都是列夫和孩子们的

日子,我太习惯于这样的生活了,习惯到哪一天我要是没为他们做点事,都会觉得这一天白白浪费了——真可悲呀,对爱人在感情上的依赖一定扼杀了我大量的精力和能量,而我,以前是那么精力充沛……”

一个世纪之后,索菲·托尔斯泰的心声在吉西卡·舒曼的声音里得到了回应。吉西卡直率地谈起她为何离婚:“我前夫是个物理学家。他从来看不到我有写作的天赋,看不到我和他一样有才。为了离他和孩子们近些,能随叫随到,我就在厨房里写作。我把他所有的事物都放在第一位,我的写作服从其他的一切。我丈夫认为,只要不影响到打扫厕所,我想写尽可以写。因为我的成功会使他更有光彩。”

吉西卡·舒曼也记日记,但她没像前辈那样把日记作为发泄感情的工具。索菲·托尔斯泰的时代已过去了整整一个世纪,现在的妇女能比较自由地让别人了解她们的为人和所作所为了。然而,在离婚的过程中,在寻找自己和那些已安然度过这一危机的人的共同点的时候,她们觉得孤独、寂寞,茫然不知所措。正是由于这个原因,这些已经开始了独立生活的离婚妇女为本书讲述她们的经历,希望其他女性能从中看到希望,为自己闯出一条新路来。她们希望有和她们相同遭遇的女人能受益于这些来之不易