

方刚情爱
方刚◎著
咨助系列



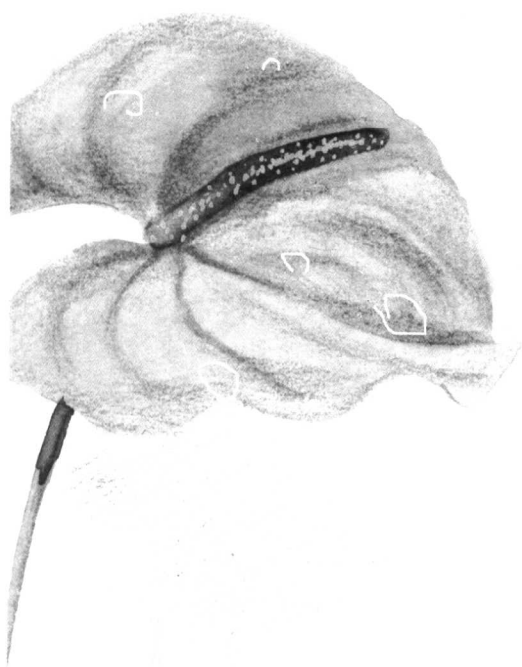
经营婚姻

婚姻是最复杂的人际关系，需要我们认真经营

哀婉缠绵的故事，回肠荡气的真情，满怀人性的咨助，体贴入微的建议，无论你面对怎样的情感困惑，几乎都可以在这里找到答案。

重庆出版集团  重庆出版社

方刚情爱
方刚◎著
咨询系列



经营婚姻

JINGYING HUNYIN

婚姻是最复杂的人际关系，需要我们认真经营
哀婉缠绵的故事，回肠荡气的真情，满怀人性的咨
助，体贴入微的建议，无论你面对怎样的情感困惑，几
乎都可以在这里找到答案。

重庆出版集团 重庆出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

经营婚姻 / 方刚著. — 重庆: 重庆出版社, 2006.6
(方刚情爱咨助系列)
ISBN 7-5366-7913-0

I. 经... II. 方... III. 婚姻—通俗读物 IV. C913.13-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 064030 号

经营婚姻

JINGYING HUNYIN

方 刚 著

出 版 人: 罗小卫
责任编辑: 周世慧 钟丽娟
责任校对: 何建云
装帧设计: 向 洋 钟丹珂



重庆出版集团 出版
重庆出版社

重庆长江二路 205 号 邮政编码: 400016 <http://www.cqph.com>

重庆出版集团艺术设计有限公司制版

重庆升光电力印务有限公司印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452

全国新华书店经销

开本: 880mm × 1 230mm 1/32 印张: 8.875 字数: 215 千

2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

印数: 1~5 000 册

定价: 18.80 元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-68809955 转 8005

版权所有 侵权必究

助你走出情爱困境

“方刚情爱咨询系列”总序

方刚

爱情不是天生就会的,它需要我们不断操练来提高“技巧”;
不要害怕失恋,失恋是学习情爱关系的最好的大学;
婚姻是最复杂的人际关系的一种,需要我们认真经营;
亲情远比爱情、激情更有价值,所以要审慎地对待离婚;
只有性是不行的,但相爱的两个人之间没有性是万万不行的,
所以我们需要认真地去感悟性爱……

正是这样一些思路,组成了这套“方刚情爱咨询系列”中的五本书:《操练爱情》、《拥抱失恋》、《经营婚姻》、《告别离婚》、《感悟性爱》。

这是我多年间进行情爱咨询工作的手记。

《操练爱情》和《拥抱失恋》记录的主要是大学生以及他们的同龄人的烦恼;而《经营婚姻》、《告别离婚》、《感悟性爱》则更多为25岁至35岁已婚者的烦恼。

这些手记或是咨询个案的全程记录,或是咨询信件的简短回复。我做这些事情的时候,曾经帮助过当事人;后来在报刊发表这些文章的时候,也曾经收到过无数读者表示受益匪浅的感谢信,今天,我希望这套书可以帮助更多的人。毕竟,这是一个

经营婚姻
——总序



情爱困惑空前走俏的时代。

值得一提的是，并非有意选择，但向我进行咨询的几乎全是女性，所以这套书讲述的也基本上都是女人视角的女人故事、女人感悟。

已经记不清多少次，我被读者误认为是一位女性了，虽然我有一个典型的男人名字。有朋友甚至听到，电台转播我的文章时也说“女学者方刚”云云。这种误解的出现很大程度上是因为我经常有意识地从女性的视角观察和体味她们的情感困境。因此，我视这种误解为读者对我的一种褒奖。

我的朋友中，女性远远多于男性。有女学者说，这可能是因为你更了解女人。而我认为，实则是因为女性更为宽容。

但另一方面，看似矛盾之处是，我也时常被读者指责为“为男人说话”，时常有编辑将这样的来信转给我，希望我做出“辩解”。我的回复是，向我寻求帮助的主要为女性，而她们情感困境的出现，又总是与对男人的了解不够直接相关的。我一直认为，走出情感困境的关键，是两性的相互了解和宽容。因此，当我回复女性咨询的时候，自然试图让她们同时也从男人的视角看问题，这样，很多看似步入绝境的矛盾便会迎刃而解。显然，如果我是针对一位男性咨询者，我当然也会同样帮助他们从女性视角看问题，即“为女人说话”了。

这个世界上只有两种人：女人和男人。所以，我们必须相互了解，同时，又相互宽容。接纳对方的“特性”，而不仅是以自己的“特性”来理解和评判对方。如果以这种观点来看，作为男人的我，主要面对女性咨询者，帮助她们了解男人，走出情感困境，是正当其责的。

作为一个主要从事性学研究的学者，情爱咨询只是我的“副业”。但几年间我却欲罢不能，这完全是因为深刻感受着读者的迫切需求。最多时，我同时在七家报刊开设情爱咨询专栏，而我



总是公布自己的电子信箱。

几乎是从出版第一本书开始,我便不断收到读者的咨询信;几乎是从上网那天起,我便开始大量接收通过电子信件发来的咨询信。对于这些信件,我一直坚持做到每信必复。而且,当然是义务的,从未接受过一分报酬。只有极个别的信件,可能由于网络的障碍被退回,使我的读者无法见到我的回信,对此,我深感不安。

一位读者曾来信说:想象着你是一位天使,每天就是坐在电脑前,回复信件,帮助无数的人摆脱困境……

这描述让我感动,也让我意识到这工作的价值与意义。

面对一封封处于困境中的读者的来信,我无法不立即做出回应。我不知道自己的回信在多大程度上帮助他们,但我已经尽力了。

我曾收到无数封读者的再来信,讲他们在我的帮助下生活得以改变,这是我感到最幸福的时光,这样的信对我是一种极好的告慰。所以我决定将这件事一直做下去,尽可能帮助更多的人。

此时,我感到自己不只是一个学者,一个作家,而是一个社会工作者。

无法统计自己回复过几千封信件了,有时与同一位读者的通信会保持一年多,直到帮助她彻底走出困境。这些咨询,都是义务的。其中只有极少数的案例,在得到当事人授权的情况下,被我写成文章,拿出来与更多的读者分享情感成长的经验。

也许,从某种意义上讲,写作这样的文章和书籍是会有损一个学术研究者的“学术资格”的,因为它太“通俗”了。但我从未考虑过自己付出的精力与得到的回报是否相当。在我看来,学术的灵魂仍然是改造社会,造福于人。

我的工作,显然与那些畅销于世的,由记者写的“情感实录”之类的著作,有着本质的不同。这便是,我毕竟具有一个性社会

学的学术背景,接受了西方现代的两性关系理念,在我的咨询中,我力图传播学术研究的最新成果,用新的理念来“武装”我的咨询者。我能够以自己所具有的学术背景,做一些这样大众化的普及工作,帮助一些人减少痛楚,我以为,也是积德行善的事情。所以,无论今后多么忙碌,这种义务的咨询工作,我都会一直做下去。

我的工作,又不同于专业心理咨询师的工作。心理咨询强调咨询师的“中立”,而我则主张“介入”。这也是我将自己的工作定义为“咨询”而不是“咨询”的原因。

本书引用的所有个案,均得到了当事人的同意。在此,对她们的公益精神表示感谢,毕竟,她们的成长经历可以成为其他人的经验和榜样。同时要感谢多年来曾经发表过我的情感咨询文章的媒体,它们的帮助使我的工作和这套书的问世成为可能,它们是:《女士》、《南方日报》、《LADY》、《中国妇女》、《妇女》、《中国人口报》、《现代家庭》、《家庭生活报》、《新民晚报》,等等。其中天津的《女士》月刊,我的情爱咨询专栏持续五年多一直没有中断过。而在《南方日报》开设的专栏,曾获“广东省报纸副刊好专栏”奖。还要感谢多年来为我辛苦编辑这些情爱咨询栏目的编辑朋友们,他们是:李华、吴黛英、常爱华、罗宝雯、陈大鹏、莫文、张春燕、周俭、欧阳劲,等等。谢谢你们!

目 录

助你走出情爱困境“方刚情爱咨助系列”总序

新世纪,经营婚姻的总体策略	__001
清子的三个男人	__006
L的两次外遇	__013
龙、凤、鱼的故事	__020
让贪玩的丈夫回家	__028
爱情能超越嫉妒吗?	__036
为你的牺牲可以走多远?	__043
老公的上进心与亲情,哪个更重要?	__050
“女比男强”的婚姻	__058
面对分手,情人要自杀	__065
“大罐子”的婚姻乌托邦	__073
婆媳矛盾,能拖就拖	__080
与公婆的冲突,何时风停雨住?	__087

退一步海阔天空	104
重塑丈夫全方位谋略	104
有些家庭暴力需要不断原谅	108
别让悲伤从40岁开始	116
生育,经营婚姻的一部分	122
我是不是过于理想主义?	135
“隐婚”背后的性别问题	143
逼夫成龙还是让他自由成长?	146
一桩婚姻中的两组矛盾	151
婚姻应该受到诅咒吗?	156
婚姻中理性选择的不足	161
男性不能逃避婚姻责任	165

答疑解惑

方刚咨询信箱	177
从男权奴役下解放出来	229
婚姻中的理性成分	232
对情爱日薄的一种反抗	234
观念决定婚姻治疗的效果	237
家务劳动值多少钱?	240
“门当户对”仍然很重要	242

答媒体问

“没个性”的苦闷丈夫们说明了什么?	249
-------------------	-----

中年婚姻如何“保鲜”? __ 253

我们的婚姻,该打多少分? __ 255

婚姻的困境与出路 __ 266



新世纪，经营婚姻的总体策略



21 世纪的婚姻将有哪些变化

1. 结婚年龄普遍推迟，“不婚族”人数增多

如果我们 30 岁还不结婚，包括父母在内没有人会觉得我们已经“太老”；如果我们一生都不结婚，也没有人会对我们指手画脚、说三道四。21 世纪，婚姻将真正成为一种生活方式的选择。

“晚婚”的概念将不复存在。30 岁之后走入婚姻将十分常见，30 岁之前结婚反会被认为“太早”。不婚单身的人数将迅速增多，但绝大多数人视之作为一种无奈选择。需要补充的是，我们这里的预测主要针对城市青年。

2. 同居、试婚等事实上的婚姻形式更为常见

世纪末青年对婚姻的恐惧逐步加剧。我们目睹了太多婚姻的不幸，不再敢轻易选择婚姻。与此同时，我们对自己需要什么样的生活方式将思考得更多，许多人认为，自己并不适应传统婚姻对我们的要求。而且，我们渴望通过事实来检验自己是否适合婚姻，至少是否适合与这个人共塑婚姻。

个人选择的自由将受到普遍尊重。除一夫一妻制的婚姻模式外,试婚、同居等婚姻形式将更为普遍。

3. 配偶双方社会、经济地位,以及年龄、外貌等均不再有模式
“郎才女貌”一向是主流社会的向往与传统婚姻的模式,类似的模式还有:男人比女人学历高、工作条件好、收入多,女人比男人年龄小、身材矮、相貌美,双方家庭背景还要接近……

21 世纪,这些模式将逐渐淡化,最终退出历史。基于感情选择的婚姻将成为唯一被推崇的模式,女比男强、女方年长等,将更为常见。社会竞争与分化,使家庭背景对个人素质的影响力相对下降。

4. 婚姻中双方的关系更为平等

“男主外、女主内”的旧婚姻模式受到颠覆,双方将被要求平等地分担家务,平等地承担经济责任。女人与男人在婚姻中的关系将有望实现真正地平等,婚内暴力行为将受到严惩。

理想的男人较今天更多地参与孩子的抚育,女人家务劳动的价值受到重视。即使不出现某些女性主义者主张的丈夫为家务劳动向妻子付酬的情形,家务劳动的隐形经济利益也将成为社会共识。

婚姻中经济关系的AA制将成为都市职业女性的自主选择。婚前财产公证这一形式本身因为过于造作而将很少有人采取,但其强调经济自立、平等的实质却被保留下来。仍然会有丈夫收入远高于妻子的人群,但这并不会影响职业女性的平等意识。靠老公赚钱养活的女人仍大有人在,但永远不会成为主流社会赞赏的对象。

5. 外遇更为常见,但对婚姻的破坏性却降低,不再是社会热门话题

外遇越来越普遍,但并未成为离婚的主要原因。绝大多数的外遇将成为一种短期行为。外遇往往不是基于对婚姻的不满,

而是成为寻求刺激、激情与补充婚姻不足的手段。平均寿命的延长使我们面对同一个配偶的时间也同样延长，原本并不安分的人类更难于安于婚姻。更多的人接受这样的观点：偶发的外遇即使不能使婚姻更为巩固，也不会使它更为脆弱。

在外遇面前，社会进一步分化成两种针锋相对的力量：一种对外遇持更宽容的姿态；另一种则持更为激进的反对态势，而前者占据社会主流。外遇不再是引人注目的社会话题，而只是一种习以为常的社会存在。

6. 离婚率急骤增高，无过错离婚、良性离婚、协议离婚成为主流

离婚将更为常见。但是，那种打打闹闹、两败俱伤的离婚所占比例将大为降低。

离异双方将尽可能地选择私下协商，即使有无法达成的共识，也总会在第一次开庭时便尽量妥协。

离婚的理由很可能并不具体，而仅仅是由于生活的平淡乏味、配偶双方交流的障碍与相处的疲惫而导致的“无过错离婚”。

孩子将不再成为离婚的障碍，“良性离婚”使离婚家庭的孩子不受伤害成为可能。孩子面对的不是“单亲家庭”，而是“双核心家庭”，他的父母只是不居住在一起，但这绝不意味着他失去了其中任何一方。

女性在离婚关系中的自主性将获得提高，对离婚女性的歧视将不复存在。经济的独立、精神的健全、社会的认同，使离婚后的女人较之 20 世纪更易于开始自己的新生活。



适应新世纪的个人策略

1. 不再视婚姻为人生成败的指标

在 20 世纪，婚姻一度是衡量女人的人生是否成功的最重要

指标。而到了 21 世纪,婚姻仅仅能够用来衡量女人的婚姻,甚至不再是女人进入情爱关系的目的与归宿。我们仍然会对婚姻持有一份执著的向往,但是,婚姻不再成为我们唯一的幸福寄托。

2. 创造独立、自主、自强的人生

女人只有真正做到经济独立,真正在社会生活及个人生活中具备与男人相等的地位,才有可能平静地面对风雨飘摇中的婚姻,甚至有能力拒绝婚姻。

3. 抛弃依赖男人的思想

女性长期以来被灌输了依赖男人的思想,精神上的依赖与生活上的依赖。婚姻被旧式女人视为找到一个“依靠”。21 世纪,女人必须明白:唯一最安全最可靠的“靠山”便是自己。

4. 提高个人生活的技能

女性需要具备面对各种生活处境的能力,能够独自承担生活中的一切挑战。许多通常被定义为男性从事的劳务,女人应该学会自己承担。我们会发现,劳务的性别分工本不存在自然的原因,而完全是社会性别的约定俗成,我们在任何方面都不比男人差。同时,我们也应该充分利用社会化的家务体系。这一切都将使独身生活变得轻松。

5. 社交群落与社交方式多元化

当女性进入广阔的社交网络时,我们便可以从异性或同性朋友那里获得更多温暖的情谊,使我们更有力量面对不稳定的婚姻关系。



婚姻是什么

长期以来,婚姻已经不再是一种选择,而被定义为生命的一个过程。人类将其作为习惯接受的时候,往往不会思考婚姻的本质与意义。我们已经到了重新审视婚姻功能的时候了,这无

疑将有助于我们面对 21 世纪的婚姻关系。

婚姻的功能是：

1. 经济共同体；
2. 性生活对象的固定配置；
3. 人类自身再生过程的配对；
4. 日常生活的互助小组；
5. 群居动物为避免孤独以心理牵挂(又称爱情)将另一个体约束在自己身边的合作体。

认清功能，我们才知道自己是否应该走进婚姻、何时走进婚姻、与何人走进婚姻、走进婚姻时的方式等等。

清子的三个男人

清子 32 岁，在电视台作编导，已婚。在许多人看来，她的婚姻挺浪漫的，读大学的时候在马路上和一个骑车男士撞上了，那个男士在她看来帅呆了，她对他一见钟情，并且很主动地追求这个男士。

当时男士是一个警察。后来，他们相爱结婚，但是婚后不久，清子就有了第一次外遇。清子这次爱上的是她的一个同事，爱得很热烈，很疯狂。她觉得是一种真正的热恋，充满激情。

这时候，清子在婚内肯定是没有激情了，她已经很厌烦这种平淡和乏味的婚姻生活了。处于外遇热恋中的清子便直截了当地对丈夫说：我们离婚吧，我爱上了另一个男人。当时清子的情人还没有结婚，他们曾商量，如果清子离婚了，两人就结婚。

他丈夫和丈夫的家人就去清子的单位，找那个男人理论。因为丈夫是警察，整个人也显得很威武，一番恐吓，清子的情人就退缩了。清子和情人保持着私下的关系，保持了很多年。与此同时，清子对婚姻很不满，一直处于冷战中。

这些年，清子的丈夫既不能确信她仍有外遇，也不能确信她没有外遇，只是双方都不提这件事情，过着平静的婚姻生活。婚

姻之内没有激情,但还是有亲情的,清子自己也承认这一点。

清子和自己的第一个情人,在经历很多年的秘密感情之后,还是分手了。当然,这分手完全是因为两人间的感情日渐疏离。清子的情人也很快结婚了。清子的丈夫也不再做警察,出来做生意了。

清子在和第一个情人分手后不久,便和第二个情人开始了他们的感情生活。第二个情人是个离过婚的,38岁,商人,很讲究穿着打扮。

清子觉得,自己对这个男人一直没有全部地得到,因为这个男人从来没有对她明确说过爱。这个男人还有一个女朋友,两人一直在同居,他和清子每星期见一两次面。清子是因为工作关系和他认识的,他们见面时,也几乎都是在谈工作。男人总是回避晚上见面,回避和她发生性关系,最长的一次四个月没有性生活,最短的一次是半个月没有性生活。见我那天,清子说,他们又已经半个月没有性生活了。

清子说,男人回避晚上见面,因为如果白天见面,就更不可能发生性关系。因为晚上见面可能会提出来到屋里坐一坐呀等等,而白天见面总是匆匆忙忙的,各有各的事。清子有时候觉得很尴尬,因为她向男人主动示爱,男人却回避。

令清子痛苦的是,她拿不准这个男人是不是真的爱她。你要说不爱吧,他会有许多表示,比如清子常喜欢送些衣服给他,作为自己表达爱意的一种方式,而男人会在见她的那天穿出来,令清子觉得心里暖暖的;你要说爱吧,男人对清子从来没有说过爱。

清子有时就直接问这个男人:你爱我吗?男人的回答是:我自己都不知道的事情,你怎么来猜测?

清子对我说,她有时会怀疑是不是因为她自己的原因造成男人的回避。因为有一次,他们在讨论婚姻的问题,谈到“我们