



毁掉中国人婚姻的18个问题

卡 玛 著

资深记者四年深入

追踪采访

18对夫妻各自立场

口述实录

务实独到剖析婚姻

问题实质

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目(CIP)数据

毁掉中国人婚姻的 18 个问题 / 卡玛著. —北京 : 中国
青年出版社, 2006

ISBN 7-5006-6800-7

I. 毁... II. 卡... III. 婚姻问题—中国 IV. D669.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 023190 号

*

中国青年出版社出版发行

社址：北京东四 12 条 21 号 邮政编码：100708

网址：www.cyp.com.cn

编辑部电话：(010) 84014085 营销中心电话：(010) 64065904

聚鑫印刷有限公司印刷 新华书店经销

*

700×1000 1/16 14 印张 2 插页 130 千字

2006 年 4 月北京第 1 版 2006 年 6 月河北第 2 次印刷

定价：20.00 元

本图书如有任何印装质量问题, 请与印务中心质检部联系调换

联系电话：(010)84047104

序

陈新欣

几乎是一口气看完了卡玛的新作，觉得其真实、生动、流畅、实用都是近年关于爱情婚姻家庭诸种书籍中非常突出的，让人觉得读来有趣味，有哲理，有智慧，形象深刻，分析理性，对策实在，是一本既睿智又下了一番苦功的务实之作。值得读者尤其是中青年夫妇认真看，反复看。

我在全国妇联多年从事爱情婚姻家庭研究和咨询，其间接触过无数个案，发现每一个人的心灵都像大海一样浩瀚而复杂，亿万来自不同“星球”、具有不同特质的男女在一起生活，创造和养育新的生命，共同走过悲欢离合的人生历程，是一件太奇妙的事，因此也永远有需要破解的谜和话题。卡玛的新作在这方面做了非常大胆、独到、有创见的研究和思考，即使对我这样在这方面见多识广的人也深有启发。

她努力解析问题进而解决问题，而不是站在某一性别立场上批评另一性别，使本来鸡飞狗跳的性别对立扩大化。所以她坚持“兼听则明”的原则，分别听取夫妇双方的看法，用白描的手法记录他们的意见，非常可取。曾经有人提出，咨询者只需要帮助求助的人，不需要听取矛盾双方的看法，看了卡玛的新作，发现夫妇双方对于问题的看法距离之大几乎是南辕北辙。如果只听一人之言，势必导致“偏听偏信”，乃至不能相对公正地判断和提出适当的解决办法，使婚姻“诊断和治疗”出现人为偏差。她能够坚持采访到夫妇两人再作评论，为她能够持客观公正的态度，非常人性化地提出切实可行的分析和对策，

奠定了坚实的基础。

她披露个案，不是企图用所谓暴露隐私或骇人听闻的曲折故事来吸引“眼球”，当事者都是平平实实生活在我们身边的凡人，他们的苦辣酸甜几乎是我们每个人都体味过的，有的是许多人正在经历的困惑，例如婚姻为什么会越来越乏味，离婚是解决问题的办法吗，婚外情为什么非常具有诱惑力，怎样看待幸福，人生怎样度过才是理性和健康的……所以一定能够引起读者的兴趣和共鸣，并且为他们提供解决自己问题的办法和思路。

本书的另外一个特点是实际与理论结合，每个故事都不仅仅限于披露家庭矛盾，而是抛砖引玉，将解析该问题的正确方法用智慧女人的轻声细语娓娓道来，既没有强势女人的张狂，也不是糊涂女人的絮叨，而是入情入理的条分缕析，让无论男人还是女人都听着服气、舒坦，最后她还给你提供点“葵花宝典”式的招数，其中饱含人生智慧的精华和实用性，让你不但明白了道理，还知道如何出招制胜，维系感情和婚姻。这在以往的类似书籍中是鲜见的。

我和卡玛曾经有过多年的联络和合作，她是一位非常勤奋的撰稿人，不仅文笔优美流畅，作品读来往往让人如饮甘泉，而且勤于调查和思考，思想敏锐，文风认真扎实，使她的作品不仅有可读性，而且实事求是地记录了中国现代化过程中人们情感和婚姻等方面的变化，具有社会和历史价值，是她区别于一般“美女作家”的地方。现在她逐渐成长为新一代作家，并且一步一个脚印地进步，我相信她一定会赢得读者的欣赏和欢迎，取得更大的成功。

陈新欣：全国妇联研究所副研究员，中国婚姻家庭研究会理事，中国性学会理事，中国家庭教育学会理事。

1	新婚期的磨合 早知道这样就不结婚了	1
2	两性的平衡 做强女人,也做小女人	13
3	唠叨 真想用针缝上她的嘴	23
4	家务 谁来做家务	33
5	双方家庭的 摩擦 嫁给(娶)一个人,也就 是嫁给(娶)了一个家庭	45
6	工作与婚姻 为什么你总是这样忙	57
7	钱的问题 贫贱夫妻也可以有幸福	69
8	相处的空间 我有一种被侵略的感觉	81
9	吵架 没有一对夫妻是不吵架的	91

10	两地分居 别让距离成为问题	103
11	婚外情 “婚外情”是谁都可能遇到的事	115
12	孩子的问题 你是天使，也是我们 烦恼的开始	127
13	家庭暴力 那一场长达十年的噩梦	139
14	性生活不和谐 我要的“性”福，你不能给	153
15	能共苦不能同甘 带上她一起飞翔	165
16	生活的乏味 婚姻的真实面目是平淡	179
17	破裂的婚姻 给走到尽头的婚姻一条生路	191
18	再婚的问题 有多少真心可以重来	205
	后记 婚姻是自我成长的最好机会	218

1

新婚期的磨合**早知道这样就不结婚了**

朋友聚会，几个还没有嫁人的女朋友纷纷诉说孤家寡人的苦楚，只有小途说：“唉，其实没结婚挺好的，我挺羡慕你们的。”小途的这句话遭到了那几个未婚女青年的围攻：“你当然了，站着说话不腰疼，饱汉不知饿汉饥！”几个已婚的也都说她：“你呀，是身在福中不知福！”

后来的几次聚会小途的先生唐凯也来了，我发现他话里话外也透着对婚姻的失望。我不禁有些诧异了——当年他们谈恋爱时那股甜蜜的劲头是谁都能看到的，可是新婚才一年，怎么彼此间的柔情蜜意就都看不见了？难道他们的婚姻真的出问题了？

我决定和他俩好好聊聊。

家庭档案：

妻子：宋小途，27岁，某广告公司文案。

丈夫：唐凯，28岁，某文化公司演艺部经理。

婚龄1年。

宋小途：没意思，真的没意思，早知道结婚是这个样子，我还结什么婚哪！

蜜月还没过完呢，我就发现唐凯对我的态度有了变化。我记得特别清楚，那一天早上，我们躺在床上说话，我都记不起来说了些什么，反正到后来就是我生气了，其实我也不是真的生气，就是想让他哄哄我，和我说两句好话，以前我们也是这样，只要我生气了，他马上就会想出各种方法哄我，一直哄到我不再生气为止。现在想起来都是一种非常美好的回忆。记得有一次我生气了不理他，他下楼去了，不一会儿我就看见窗户外面飘起了一个气球，气球上面画了一个跪着的小人，旁边写着：求求你，消消气吧！我一看就知道是他，忍不住笑了。还有一次，我们不知道为了什么事情闹别扭，他来我家找我，我也不理他，倒在床上捂着被子睡觉。他特别有意思，跑到厨房里给我做了一碗鸡蛋羹，蛋羹上用红绿相间的青椒丝拼出“对不起”的字样，我看见就乐了。那时候他这些讨人欢心的点子特别多，信手拈来。可是这一次我生气，他很不耐烦地拍了拍我的肩，说：“你怎么又生气啦？别气了，啊？”见我没有反应，他就自己起床，到外面吃早饭去了。当时我心里那种失落啊，真的难以言表。后来只要我生气，他从来不哄我，最后都是我实在憋不住，主动找他说话。

而且我现在发现他有很多的毛病，不讲卫生啊、小气啊、睡觉打呼噜啊什么的，这些无关紧要的毛病我都可以容忍，但是我发现他对我的感情其实也是经不起考验的，我是怎么发现的呢？有一天我在家闲得无聊，就去看了他的MSN，我知道他的密码，所以很容易就上去了，我就发现了他和他的一个女同事的聊天记录。那个女孩子刚失恋，心情不太好，向他倾诉，他就劝那个女孩子，说什么“你和那个男孩子在一起也不见得会幸福”、“你这么优秀，

咱们公司就有很多男人喜欢你，你难道没看见？”“你要注意身体啊”之类的，两个人还叫彼此的昵称，什么“凯子”、“蓓蓓”的。虽说也没有什么特别的，但是我心里特别不舒服，我心想你一个已婚男人和人家女孩子聊这些干嘛？人家失恋关你屁事？当初追我的人很多，我为什么选择他，就是因为我觉得他心地憨厚、靠得住。你知道他以前总是标榜自己“纯洁得像牧师的床单”，可是现在看来，完全不是那么回事，照他和这个女孩子聊天的这架势，人家这是没喜欢他，人家要是喜欢他，他早和人家好了。最可气的是他不但不认错，还质问我：“你有什么权利看我的MSN？”

反正这一年里我们总是吵，很多事情我们都弄不到一起，比如我爱吃素，他爱吃肉，因为我们家基本上都是我做饭嘛，我喜欢炒一些清淡的蔬菜，他也不说不好吃，就是吃一点儿就放下筷子了。我就觉得特别生气：我辛辛苦苦把饭菜做好端到桌上，你不但没有一句好话，还给我脸色看，你喜欢吃肉你为什么不和我说？又不说，但是心里又不高兴，我最讨厌这样“闷葫芦”的男人了。而且我觉得他一点儿都不懂我的心思，有时候我们同事来玩，我当然愿意让别人觉得我们是幸福的，所以有时候我会对他有一些亲昵的小动作，比如拉拉他的手揪揪他的耳朵什么的。他对这样特别反感，每次都很不耐烦地说我：“你干嘛啊你？”搞得我特别尴尬，所以几乎每次我的同事来玩，我们都要大吵一架！

我现在对这种婚姻真的是挺茫然的，一想到还有那么漫长婚姻之路要走，我一点儿信心也没有，我不知道怎么才过了短短的一年，味儿全变了，要是一年前有人对我们的婚姻提出怀疑，我估计我一点儿都听不进去。真是让人感叹。有时候也想，看见苗头不对，赶紧撤吧，乘着现在年轻还来得及寻觅“第二春”。可是总有一些不舍得，毕竟也是结结实实谈了四年多的恋爱，而且我们的

感情基础算是好的，结了婚也不过是这个样子，这让我对婚姻有点害怕了。

唐凯：她说没意思，我还说没意思呢，早知道结婚是这个样子，我说什么也得抱定独身主义！

小途总是说我变了，对她不像谈恋爱的时候好了，可是她怎么也不问问自己变了没有？

我爱的是那个聪明、可爱、大气、脱俗的女孩子，不是现在这个整天斤斤计较、婆婆妈妈的女人。女人总觉得一旦结了婚，就对这个和自己结婚的男人拥有了某种特权，他的一切：吃喝拉撒、花钱交友，都要管。小途就是这样，我常常形容我现在的生活中最重要的内容是：早请示，晚汇报。请同事吃顿饭、参加公司活动或者仅仅是下班后晚归一会儿，我都要打电话告诉她，如果少打一个电话，她能闹上一个晚上。其实我也不是不愿意和她讲我的行踪，问题是如果我告诉她，她八成是不同意。比如有时候我们同事说好下班后去KTV唱歌，我要和她说许多的好话，她才勉强同意，结果那个晚上，她一直不停地打电话催我回家，搞得大家都挺扫兴。后来同事之间有什么活动，大家都不带我玩了：“别找唐凯了，他要回家陪老婆！”让我特别没面子。

我对现在的生活真的有一种窒息的感觉，每天就是公司和家两点一线，我曾经问过小途两个人整天腻在一起烦不烦啊？她说她不烦，还说结了婚两个人就应该腻在一起！我真要疯了！有时候看我们公司里的那些单身的同事，想干嘛就干嘛。有一个哥们儿特逗，上班上得好好的，突然想去看青海湖，当天就去请假，晚上就买了张火车票出发了，说实话我真的是挺羡慕他的。

最让我受不了的是小途现在把钱看得特别重。以前她对金钱

完全没概念，可是结婚以后，她学会了记账、学会了讨价还价、学会了精打细算。说实话我挺不喜欢她这样的，搞得像个家庭妇女似的，至于吗，我们俩的收入都不错，没必要搞成这样，可是小途说我是“不当家不知柴米贵”。她每天都在我耳边说着所谓的什么家庭计划，什么五年之内要将房贷还清啊，准备要孩子啊，要存一笔钱以防天灾人祸，等孩子大了还要换一套大些的房子啊，总之一句话，就是我们要节约、最大程度地节约，然后就管我，什么也不让买。我酷爱音乐，大学的时候就和同学组织过一个乐队，在学校里挺轰动的。婚后我想买一把好一点的电吉他，大概三千多元吧，和她不知说了多少次，她说什么也不同意，说你又不是搞音乐专业的，买那么贵的琴干嘛，买一把一百多元的弹弹玩玩不就得了吗？气得我干脆什么琴也不买了——我不弹琴了行了吧？但是我心里真的挺难过的，我们那个乐队的成员经常约我一起玩，可是我都是找理由推辞了。为什么？因为不好意思——我的琴技已经大不如以前了，这件事情让我特别伤心。

在生活上小途也有许多我无法容忍的缺点。她特别不爱干家务，我举个例子，她说要洗衣服，已经把衣服泡下去了，可是又不想洗了，结果那衣服就在那里泡着，能泡上好几天，衣服都沤烂了，满屋子都是那种臭味！最可恨的是她经常这样！我真是搞不懂：既然你不想洗，你干嘛要泡呢？说她好多次她都不听，有一次气得我把她泡的衣服全扔了！我们家总是乱七八糟的，有时候乱得连个插脚的地方都没有，她也不管，都是我实在看不下去了收拾。说出来别人可能都不相信，她能把卫生巾放在餐桌上，换下的内裤扔得家里到处都是！我觉得她特别不像个女孩子，大大咧咧的，以前觉得她这样挺好的，但是现在特烦她这一点。别的不说，就说家门钥匙，她至少丢过不下五回，丢了就打电话给我，每次我

都得从单位赶回来给她开门，每次都和她说要小心一点，可是下次她还是照丢不误。

有时候我想娶一个老婆回来干嘛呢？难道就是为了找个人来管我？

我觉得现在的生活没有一点儿希望，就是努力挣钱养家，等到完成小途所说的那些家庭计划，估计我也老了，什么也玩不动什么也干不了了。有时候我真的想问她：生活的乐趣在哪里？婚姻的意义又在哪里？如果结婚就是为了把一个重重的壳背在自己的身上，我不知道结婚有什么意思。

不记得是谁说过这样一句话：婚姻没有幸和不幸之分，只有磨得好和磨不好之分。这里所说的“磨”，就是指新婚期夫妻间的“磨合”。的确，能不能磨合得好，直接影响和决定着婚姻的最终结局。

所有即将走进婚姻的情侣都应该有这样一个心理准备：新婚的磨合期是不可避免的，只不过有长或短、激烈或平缓之分。所以不要因为磨合期的疼痛就开始怀疑自己的选择和婚姻本身，同时也要树立信心：当你们一起经历过磨合的疼痛，你们一定会拥有一个更和谐更稳定的婚姻。

只有常态，才能长久

我曾经采访过著名的音乐制作人宋柯，问他何以三十好几了还孑然一身。他说：“我是结过婚的人，不过又离了，现在我对婚姻抱着一种敬而远之的态度，为什么呢？因为我发现女人婚后永远是在抱怨丈夫对自己不够好。她们会说：‘谈恋爱的时候你对我那么好，结婚以后你就变了。’我觉得这些女人都不够聪明。你想想，

谈恋爱的时候，男人是调动全部的能量来讨你的欢心，可是这个时候的男人是非常态的，结婚了，男人自然要放松下来，恢复到常态，女人就觉得受不了了，可是你也不想想，让一个人永远保持着那种求偶时的亢奋状态，其结果只有两个：要么是他累死；如果他不想累死，他就会逃离你。结婚就是过日子，过日子就要在两个人都很放松很舒服的状态下，才可能过得下去，否则这个婚姻肯定长不了。”

宋柯的话堪称精辟，正像他说的那样——聪明的女人，应该是一个懂得让丈夫放松的女人。曾经有这样一个男人，他的妻子漂亮而能干，可是他最终还是与妻子离了婚，娶了一个很普通的女人。别人很不理解。他说：“当初为了追求我的前妻，我追得好辛苦，好不容易和她结婚了，我依然保持着追她时的状态，总想着怎样取悦她，因为我担心她对我不满意，长期这样，我觉得快受不了了。但是在我现在的妻子面前，我活得真实而放松，所以快乐。”可是现实中的很多女人不明白这一点，她们往往对婚姻抱有过高的期望值，会认为：咱俩谈恋爱的时候你就对我那么好，现在咱俩结婚了，你应该对我更好才对啊。于是她们对婚姻感到失望。

事实上不管婚前谈了多久的恋爱，但要真正认识一个人还是在婚后。因为谈恋爱的时候，男女双方都会下意识地不同程度地掩饰自己，都想把自己最好的一面留给对方看。但是婚后，大家都懈怠了下来，那些“狐狸尾巴”都露了出来，妻子发现丈夫不讲卫生、喜欢喝酒，还喜欢看漂亮女人……丈夫发现妻子小心眼、太算计、还会说脏话……彼此间苦心堆积的美好形象慢慢瓦解，于是双方都会对婚姻产生怀疑，怀疑自己是不是找错了人。其实，人无完人，只不过爱情的美好给人的眼睛蒙上了一层美丽的面纱，使得大家都认为自己找到的是天下无双的完美人物，婚后爱情慢慢降温，彼

此的庐山真面目一暴露，心理素质弱一点的还真受不住。可是，当初你既然选择和这个人结婚，那么这个人一定有很多打动你的优点，现在如果你为了这些缺点而放弃这个人和他(她)的那些优点，岂不是太可惜？再说，这个世界上哪有什么完人哪？

不是有这么一句话吗，“婚前要睁大两只眼，婚后要睁一只眼闭一只眼”，还有一句话说：“爱一个人，先从他(她)的缺点爱起。”

婚姻是接受的艺术

婚姻让两个不同成长背景、不同生活习惯、不同思想理念的人生活在一起，在婚姻的初期，双方都会自觉不自觉地想改变对方，让对方变得合自己的心意，这个过程对于双方来说都是极不愉快的，而你最终会发现：这种努力永远是徒劳的。

那该怎么办呢？惟一的办法是：接受。不能改变他(她)不合你心意的地方，那就学会接受他(她)的这些地方，而且要想办法让自己愉快地接受，否则你会觉得这日子没法过了，赶紧离婚得了。关于这一点，著名作家三毛在她的《大胡子与我》一文中有非常精彩的描述：“一起出门去买东西，他这也不肯要，那也不肯买，我起初以为他责任心重，又太客气，后来才发觉，他是宁为玉碎不为瓦全，情愿买一样贵的好东西，也不肯要便宜货。我本想为这事生生气，后来把这种习惯转到他娶太太的事情上去想，倒觉得他是抬举了我，才把我这块好玉捡来了。挑东西都那么嫌东嫌西，娶太太他大概也花了不少心思吧！我到底是贵的，这一想，便眉开眼笑了。”

而这种接受的最高境界是：他(她)的所有不合你心意的地方，都已经渐渐成为了你生活中不可或缺的一部分。就像一对夫妻，妻子总是抱怨丈夫睡觉打呼噜，可是有一天丈夫去世了，妻子

没有了丈夫鼾声的陪伴，再也睡不着觉了。

建立起良好的、适合彼此的相处与沟通模式

有许多夫妻，在婚姻之初对于对方的一些不为自己所接受的语言、行为以及沟通方式没有引起足够的重视，吵一吵闹一闹就完了，当有一天真正意识到这些东西给自己带来伤害，想要纠正对方的时候，发现一切已经形成习惯，想改也改不过来了。对方会说——“我就是随口说的一句话，搞不懂他(她)怎么会气成那个样子”或者“我一直都是这样做的啊，不知道他(她)为什么这一次反应这么激烈”。

在婚姻之初，双方都有一个下意识一再试探的过程，试探的内容包括：他(她)究竟能包容我到什么程度？他(她)的底线在哪里？他(她)最喜欢什么最厌恶什么？我用什么样的方式对他(她)提要求他(她)最容易接受……这个试探的过程，也是一个不断加深了解、建立默契的过程。

举个例子，如果你不喜欢丈夫(妻子)对你说的一些言语，那么在他(她)第一次说这些话的时候，你就要表现出强烈的反感，让他(她)明白：这样的语言是我绝对不能接受的，你这样说了，只可能使事情更坏，使我们的感情变糟。丈夫(妻子)自然就会意识到这样的语言是你的禁忌。相反，如果在他(她)第一次说这些话的时候，你选择了沉默和忍受，那丈夫(妻子)就会以为这些话对你不会造成什么影响，他(她)就会经常说，一直说到终于有一天你再也不堪忍受了，可以想象那时候你的“爆发”有多激烈，对感情和婚姻的杀伤力有多大。也许你很委屈很压抑，但是我要告诉你：出现这样的局面，错在你，而不在他(她)。同样，如果丈夫(妻子)有让你感到幸福的言行，你也要在第一时间把这种幸福感告

诉对方——让对方了解你，知道你的禁忌和期望，知道哪些言行可以强化、哪些言行是必须绝对禁止的，这是你们能够在今后漫长婚姻生活中能否和睦相处的前提。

婚姻生活中最重要的是沟通，建立一个适合彼此的良好的沟通模式也是在婚姻初期最重要的任务。没有人天生就会做一个好妻子和好丈夫，这个角色的完善是需要学习、摸索，需要双方相互帮助的。婚姻生活中，彼此要学会用沟通来解决问题，而不要采取沉默、忍受、冷战等等消极的方式。至于采取怎样的沟通方式能让双方都感觉舒服和自然，每对夫妻都是不一样的，这就需要双方在婚姻初期不断地试探、顽强地磨合，相信每对夫妻都有适合自己的沟通方式，当你找到了这种方式，你也就找到了让婚姻幸福的钥匙。

爱的小技巧



新婚时就应该知道的事

妻子应该知道的：

1. 不在丈夫面前谈论以前男友的优点。
2. 不要在大街上、餐馆里等等一切公众场合对丈夫发脾气。
3. 有时候他喜欢看别的漂亮女人，那是男人的一种本能反应，决不代表他是个花心的人或者他不再爱你。
4. 吵架时尽量少发火多流泪。
5. 撒娇的确实是女人的法宝，但是要适度，且要在合适的地方与时间，否则会让丈夫很烦。
6. 在外人面前给足丈夫面子，是赢得丈夫对你的宠爱的最好办法。

7. 在丈夫向你吹嘘自己的时候，永远不要泼他的凉水，而是要微笑着崇拜地注视着他。
8. 和丈夫一起去餐馆吃饭的时候，明确地说自己要吃什么，不要说“随便”，这会让丈夫头疼。
9. 肯定与鼓励在男人身上所起的作用，永远比否定和抱怨要好。
10. 小事情上可以胡搅蛮缠，大事情上一定要通情达理。

丈夫应该知道的：

1. 新婚之夜，也许并不是你们第一次做爱，但那一夜对于妻子来说还是意义非凡，请不要吝啬你的温柔和赞美，留给妻子一个美好的记忆。
2. 可以挣钱少、可以贪玩、可以懒惰，都没关系，但至少你的嘴巴不能懒，多说甜言蜜语，虽然那毫无用处，但是女人通常都吃这一套。
3. 在外人面前表现出对妻子的爱，会让妻子感到很幸福。
4. 任何时候，当妻子问你：你爱我吗？你要斩钉截铁地回答：爱！
5. 任何时候，当妻子问你：如果我死了，你还会再找人吗？你要深情款款地回答：找谁也没找你好，如果你不在了，我就一个人过，孤独终老。
6. 任何时候，当妻子问你：如果我爱上了别人，你会同意和我离婚吗？你要义愤填膺地回答：我才不会这么便宜你呢，我要找到那个狗男人，打断他的腿！
7. 哄老婆、怕老婆并不是一件丢人的事。
8. 女人注重小事情，你只要在小事上让她高兴了，在大事上