

围城中的自由人

Jamais Seuls Ensemble



夫妻相处是一门艺术，
在婚姻的围城中，每个人都应该是相对的自由人。



中信出版社
CITIC PUBLISHING HOUSE

[法] 雅克·萨洛姆/著

任真 聂晓玲/译

围城中的自由人

Jamais Seuls Ensemble



中信出版社
CITIC PUBLISHING HOUSE

4A905/02

图书在版编目 (CIP) 数据

围城中的自由人 / [法] 萨洛姆著; 任真等译. —北京: 中信出版社, 2003.9

书名原文: Jamais Seuls Ensemble

ISBN 7-80073-926-0

I. 围… II. ①萨… ②任… III. 婚姻—通俗读物 IV. TS976.32-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2003) 第075051号

Jamais Seuls Ensemble

Copyright © 1995 by Les Editions de l'Homme, Canada

Chinese (Simplified Characters Only) Trade Paperback Copyright © 2003 by CITIC Publishing House.

Published by arrangement with Les Editions de L' HOMME. through Michel CLAEYS BOUUAERT

ALL RIGHTS RESERVED.

围城中的自由人

WEICHENG ZHONG DE ZIYOUREN

著 者: [法] 雅克·萨洛姆

译 者: 任 真 聂晓玲

责任编辑: 罗建强

出 版 者: 中信出版社 (北京市朝阳区东外大街亮马河南路14号塔园外交办公大楼 邮编 100600)

经 销 者: 中信联合发行有限公司

承 印 者: 北京忠信诚胶印厂

开 本: 787mm × 1092mm 1/32 印 张: 6.25 字 数: 73 千字

版 次: 2003年9月第1版 印 次: 2003年9月第1次印刷

京权图字: 01-2003-0691

书 号: ISBN 7-80073-926-0/B · 76

定 价: 16.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。服务热线: 010-85322521

E-mail: sales@citicpub.com

010-85322522

•

什么是我们最想要的：

被爱？

不是，

是被选择！

在孤独痛苦的时候，

我们总希望对方能证明他的爱和关心。

这每日的点滴幸福是那么脆弱，
为了让它在每一个人的生命发芽生长，
枝繁叶茂，
它比什么都更需要我们悉心呵护。

相恋相爱的人，
要真正做好准备……
幸福随时会降临！

我们都知道探讨夫妻关系问题是一个微妙的事情，
有点像做显微解剖。

奥古斯特·拿皮尔 (Auguste Napier)

卡赫·维塔克 (Carl Whitaker)

引言

这本书的目的不仅仅是探讨维持长久夫妻关系的难度，而是在对其提出质询的同时，广泛吸取了各种建议和经验，以便人们可以面对并超越在夫妻共同生活道路上遍布的难以回避的障碍和陷阱。

本书可以给那些有实际需求的人提供一些有用的、具体的、实际的和积极的方法，来帮助他们创建一种生动的、有创造性的、坦诚的夫妻关系，并使双方能够分享生活、并肩前进。

要使两个人共同生活并且能够保持自己的个性，是一个永不停止的协同创作过程。这就要求夫妻双方都要想办法主动去接受对方那些切合实际的意愿、欲望及期待……

这种关系不仅仅是彼此之间深刻和实在的感觉，也不仅仅是互相之间依然存在的爱恋，而是两人结成配偶长久地生活在一起。

面对着共同生活中每天都会碰到的各种突发事件，



爱情的强烈和醇美都不足以使两个人在岁月的长河中保持和谐快乐的夫妻关系，并携手共行，白头到老。从相遇到相爱，最终应是由两人关系的质量本身来决定，并由两人自由选择是否要在双方持续稳定的关系之上建立长久的夫妻关系。

今天，每四对夫妻中就有两对因痛苦、不幸或暴力而分手，他们或是因为生活混乱不安而分手，或是因为厌倦和相互难以沟通而分手。因为他们不知道在主动创建并生活在一种互相分享、互相交流和互相补充的夫妻关系的同时，继续保持着完整的自我。

另外，在正式婚姻的配偶关系之外，还存在着各种实际的非正式的共同生活方式，比如长期或短期的同居关系，约会形式的关系等等，我们还需要再列举各种各样正式或普通的配偶及伴侣关系吗？

- 那些不在一起生活却住在同一个屋檐下的各种生活方式。
- 那些害怕彼此离弃的配偶。
- 那些不管相隔多远，彼此总是心心相印的配偶。
- 那些已经分开却还生活在一起的各种微妙的关系。
- 那些因孩子、家具、房产等发生冲突而导致离婚，



却继续保持同居关系的人。

- 也有一些伴侣在分手以后才产生激情和温柔，然后才发现了他们之间未曾有过的和谐。
- 最后，还有那些把粗暴的欲望与强烈的感情相混淆的人，他们直率却粗鲁地毁掉了一段可能发生的美好感情……

我们也问自己：

对你、对我来说，爱情是否总是与痛苦、遗弃、悲伤……相伴，也与欺骗、占有、害怕失去……同行？

爱情对于你我，是否不再是让生活变得更美好和更充实的沃土和海岸？它会是快乐和自我发挥的催化剂吗？它会成为欢乐的源泉吗？

我的爱和你的爱是否会从创造性的分享中、在相互的依赖中互相支撑，变得更丰富？

在一个充满生机的关系中，双方是否都能得到自己想得到的和想要给予的……

本书将围绕以下四个要点来阐述：

- 从相遇到确定关系。



- 建立关系并使之充满活力。
- 在所有的配偶关系中，什么是凝聚力？又是什么力量使两人分裂直至分手？这两种力量怎样相互作用？要知道，所有的配偶关系都是一个活生生的组织，它不仅仅是由欲望、情感或是和伴侣共同生活并建立家庭的愿望相加而成，而是由许多相关事务构成的。
- 怎样保持亲密的关系，融洽地分享共有的空间，并保留各自并不总是可以与人分享的私人空间？

我认为，正是亲密的共有空间和私密的个人空间的有效创立，奠定了和谐的伴侣生活中最坚实的基础。

在本书中，我将进行技术性的阐述并提出个人的思考和认识。引入的一些语录和诗歌，是为了更好地展示我的观点。

我会认出你，
从海藻里，
从你发丝中的盐粒里，
从你手中的草里。
我会认出你，
从我眼睛的深处。
我闭上双眼，
你会牵住我的手。

克劳德·罗依 (Claude Roy)





Jamais
seuls
ensemble

目录

引言 IX

第1章 从相遇到确定关系 1

吸引力 8

感觉 10

恐惧 18

潜意识的选择 21

第2章 建立并经营关系 27

从合到分 34

从差异到比较 48

责任和义务 52

第3章 凝聚力和离心力 71

凝聚力 72

离心力或分解力 95

离心力与凝聚力的力量平衡 114

是采取行动还是用佯装不知、心

照不宣来保持关系 115



金钱在配偶和家庭中 129

第4章 配偶生活就是创建和开发双重私生活 143

拥有一个共同的私生活 146

情感隐私和情感交流 161

个人隐私和自我尊重 163

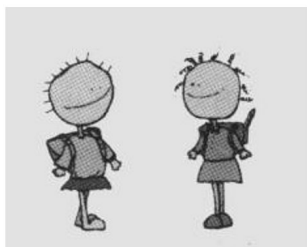
积极面对婚姻关系的结束 166

主动交流的基本规则 173

开放性的结论 179

第1章

从相遇到确定关系





我相信，我们每个人都从内心深处渴望一种属于自己的、深沉的、永恒的、忠贞的、坚不可摧的情感。我们总是试图去寻找、去接近我们的另一半，并想与之紧密结合，或去重新寻找我们缺少的那种内心深处深切渴望的东西。

每个人都有可能在一个机缘巧合的时间和空间里被另一个能理解你、无条件爱你，并可能呵护你终生的人所等待、渴望和梦想。我们大多数人都渴望找到一个能接受我们的爱、我们的关注和我们的存在的伴侣，一个能接受我们爱与被爱的欲望的伴侣。

这种寻觅会因为每个人的经历和性格的不同而表现出不同的主动性或者被动性。

主动寻觅表现为一个人对另一个人的投入，进行的有策略有行动的吸引和引诱的过程。这一过程基本上都是通过替对方做事而显得积极主动、足智多谋而令其受感动。

这样，主动的一方就会表现得很大方或者说很具有奉献精神。为了在两人间建立新的关系，影响对方，进而控制对方，主动的一方会做出很多努力和许诺，这些手段通常具有迷惑性。

以下的表达方式可以见证这一时期的情形：



“你可以完全信赖我。”

“我不在的时候什么也别做。”

“我要为你做所有的事。”

“我永远不离开你……”

被动式寻找则通常表现为：等待、期待、暗示式的要求等。最具象征性的是《睡美人》的故事。

这种情形也会在男人中发生，并不是所有的男人都会采取主动，他们也会像女人一样。或者说所有情感单纯的人都会幻想自己梦中的白马王子或美丽的公主出现在自己面前，唤醒自己，爱自己。

等待的人希望那人出现，来满足他的需求、欲望，甚至来治疗他的伤痛，填补过去的空白。

典型的表达如下面的几种：

“我相信你！”

“我需要你！”

“没有你我简直不能活！”

“没有你我什么也不是……”