



◎ 昭和女子大學教授

白石浩一〔著〕

- 我發現丈夫有外遇……
- 我的妻子紅杏出牆……
- 我想要和對方離婚……
- 對丈夫的不滿……
- 對妻子的不滿……
- 老年的問題……
- 獻給為婚姻生活產生困擾的人，
一劑磨練生活「智慧」的妙方！

人生諮商 · 婚姻生活篇

——獻給為婚姻生活煩惱的人



智慧大學
UNIVERSITY OF WISDOM

人生諮商・結婚生活篇／白石浩一著；智慧大學編譯部譯，

初版。--臺北市：智慧大學，1999 [民88]

面；公分。--(人生諮商叢書；3)

ISBN 957-754 517-3 (平裝)

1. 婚姻

544.3

88004779

人生諮商叢書 ③ 人生諮商・結婚生活篇

NT\$180

白石浩一／著

1999年5月／初版

智慧大學編譯部／譯

總經銷：吳氏圖書有限公司

台北縣中和市中正路788-1號5F

訂書專線(02)3234-0036 * 傳真(02)3234-0037-8

出版者：智慧大學出版有限公司

發行人・翁筠緯 新聞局局版北市業字第1537號

編輯部／台北市文山區萬安街21巷11號3F

總管理處／台北縣深坑鄉萬順寮106號4F (東南工專正對面)

電話(02)2664-2511 * 傳真(02)2662-4655

網址／<http://www.linyu.com.tw>

E-mail /linyu@linyu.com.tw

◎法律顧問：蕭雄淋律師 Printed in TAIWAN ISBN 957-754-517-3

原書名：結婚生活で悩む人のための本

著者：白石浩一 原出版社：社會思想社

KEKKON SEIKATSU DE NAYAMU HITO NO TAME NO HON by Shir-
aishi Koichi

Copyright © 1995 by Shiraishi Koichi

Originally published in Japan by SHAKAI SHISHOSHA, Tokyo

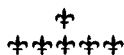
Chinese translation copyright © 1999 by Shin Chan She Publishing Co., Ltd.
through ORION LITERARY AGENCY /Bardon-Chinese Media Agency

●昭和女子大學教授

白石浩一〔著〕

人生諮商 結婚生活篇

——獻給：爲結婚生活而煩惱的人——



編者的話

我個人對心理學一向情有獨鍾，初次拜讀白石老師的作品是在十年前，當時我看到的就是《愛的心理學》，繼之是《男女心理分析》（原題：快樂心理學）、《自我性向測驗》《高中生心理學》等，每部作品都教人爲之着迷，除了馳騁於心理知識的寬廣視野外，我最佩服的是白石老師作品中的用字遣詞。明明是一副長者諄諄教誨的口氣，順手一抓卻又是妙趣橫溢的知心話語，而且俏皮之中，絕不流於輕浮，談諧之中，俯拾皆是人間叮嚀……

一九九七年春，我在東京出差期間，意外發現白石老師又出版一系列的《人生諮商叢書》。從青春、戀愛、結婚、結婚生活、人際關係、心理問題、親子……等一連串，針對從成長到爲人父母之間的種種煩惱與種種困擾，提出解析與排除妙方，



真是令人大喜望外，於是回台北之後，連忙提出中文版的授權要求……

我想這一系列叢書的出版，對我們的社會，將有其正面的意義與影響，也希望
能對面臨可能有某些煩惱的您，提供一些幫助。

謝謝！

林 鬱

一九九八年冬・台北

P
S .

爲了答謝智慧大學的朋友們，
本書最後附有「免費諮商辦法」，歡迎您多加利用！



前言

本書是《白石浩一的人生諮商》系列叢書的第三本。亦即繼第一本《青春篇》、第二本《戀愛・結婚篇》之後的又一著作。至於寫作這一系列叢書的目的，在第一冊與第二冊的前言中已有說明，在此就不贅述了。

大文豪托爾斯泰在《安娜・卡列妮娜》一書中曾這樣寫著——

「幸福的家庭看起來一個樣子，而不幸福的家庭其不幸的樣子各有不同。」

婚姻生活的幸福色彩，大都是屬於同色系的明亮淡彩，而不幸與煩惱的顏色，濃暗卻是各式各樣。妻子對丈夫不滿、丈夫對妻子不滿的理由與內容不勝枚舉，離婚的原因、破鏡的緣故、外遇及紅杏出牆的動機，真是各人有各人的苦水。不幸與煩惱均有其個別特殊的樣式，結果如何呢？

托爾斯泰這麼認為：「每個人面對自己的事情的複雜程度及解決之道的困難程

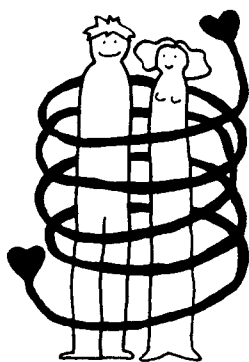


度，皆認為這是自己個人特殊的問題，卻忘了其他人也像自己一樣，每個人都被個人複雜的事情束縛住。」

因此，爲了要正確地解決問題，有必要將個別的特殊案例提升至整體的普遍層次，從大局來衡量事情，接著再回歸至個人。這正是透過文字爲媒介給予忠告及指針的紙上諮商的使命——此爲我的信念。

我以此信念爲基礎，將八十六則一對一的諮商個案化成文字，作爲整體的一種回答。我相信內容不但對正處於婚姻生活中的人具有參考價值，還能夠提供幫助。希望各位讀者都能夠活用本書，期待您從中獲取經營幸福婚姻生活的「智慧」。

人生諮商：結婚生活篇



目次

第一章・丈夫外遇、妻子紅杏出牆……

17

我的丈夫長得英俊，很擔心他會變心拋棄我／18

我覺得丈夫好像有外遇，卻找不到證據／21

丈夫一星期有三、四天直到清晨才回家，是不是有外遇？／23

丈夫說要像一位父親那樣照顧另一個女孩，讓我非常嫉妒／26

丈夫期待著年紀相差有如親子的年輕太太來訪，讓我感到不安／28

丈夫和隔壁的太太越來越親近，再這樣下去怎麼得了／30

我拿出他和別的女人吃飯的照片，他也拿出我和上司共餐的照片／32

丈夫和有夫之婦偷情，令我深受打擊／35

我發現丈夫亂搞男女關係，氣得想要和他離婚，又想帶著孩子一起自殺／37

丈夫亂搞男女關係，我擔心對女兒造成不良影響／40

丈夫迷戀小吃店的老闆娘，甚至不斷地自帳戶中提錢／43

丈夫老和有夫之婦偷情，我真希望他不要再這麼做了／47

我根本沒有在外面亂來，但是妻子一直懷疑我和其他女性有染／49

妻子每天晚上都去卡拉OK店，我真擔心她讓我戴綠帽子／51

妻子好像和公司的男同事有染，我應該問她嗎／53

我責備妻子在外亂搞男女關係，她卻說只要謹守最後一道防線就好了／56

追問妻子因何亂搞男女關係，她卻威脅我要離家出走／58

質問妻子亂搞男女關係，她卻反問如果是真的是否要離婚／60

我確定妻子和人有染，而懷疑一歲的孩子是不是我的／62

只要遇見喜歡的那一型男性，就會想和對方偷情／65

背叛丈夫亂搞男女關係的我，現在已無法回頭／67

丈夫得知我和其他男人有染，我要求離婚，他卻要我和那個男的斷絕往來／69

第二章・我想要離婚

71

花心的丈夫在等著我和他離婚／72

我喜歡溫柔，但他卻很嚴格，所以我們的婚姻瀕臨破滅／74

我無法忍受結婚之後還沒有固定工作的丈夫／76

丈夫結婚之後整個人都變了，現在失業中仍然好玩樂／79

受不了丈夫的浪費，目前分居，但要離婚又好像很難／81

相親結婚的丈夫無法生育，我想要離婚／83

丈夫把我當傭人般看待，我沒有法子再和他一起生活，因此離家出走／85

因為不受公公喜愛轉而憎恨丈夫，我想等到孩子獨立之後就離婚／88

決心和丈夫離婚，但不知贍養費是否夠兩個孩子生活／90

我的丈夫在外面胡來，我想離婚卻沒有能力養育我的小孩／93

離婚之後經濟能力許可，想從前夫身邊把孩子帶回來／95

有人願意出資替我開餐廳，條件是一個禮拜陪他一次／98

丈夫離家出走之後我反省到自己不對，該如何請求他的原諒呢／100

離家出走的丈夫回來了，又被我再次趕出家門／102

離開自己心愛的女性之後，我想和妻子離婚，並且遠離這個傷心的地方／104

離家出走的妻子失去消息，我想和她離婚／107

直到現在——我還不知道妻子離家出走的理由／109

以前的上司誣賴我和他有外遇，使得我們夫妻的感情出現了危機／112

第三章・對丈夫的不滿

.....115

丈夫很任性，一點小事情就會不高興／116

夫妻倆一起加入網球俱樂部，但是丈夫有點孤僻，令我感到困擾／118

丈夫在傳統的家庭中長大，雖然年輕卻很嚴格／120

我厭倦了沒有快樂、沒有爭吵的婚姻生活／123

我很想和丈夫聊天，但是他吃完飯就回到自己的房間／125

我懷孕八個月了，丈夫卻斥責我婚前與其他男性的關係／127

有了孩子之後，丈夫好像要離我而去／129

生意上不得已的往來，卻使丈夫大為吃醋／132

偶然間發現丈夫是同性戀者，讓我受到很大的打擊／135

我想治好丈夫的酒癮／137

丈夫一到休假日就從早喝到晚，真教人傷腦筋／139

丈夫開車上班，但他酒後駕車，令我非常擔心／142

如何能讓丈夫多把心思擺在家庭／144

丈夫夜晚上班導致我們的生活作息不正常，

家人無法享受共處之樂，我也病了／146

丈夫約定三年後將薪水袋交給我，但是至今他仍不交給我／148

丈夫曾戒掉打柏青哥，可是現在又開始玩，使得家計發生困難／151

丈夫的薪水和獎金幾乎都花在購買音響和攝影器材上／153

不斷勸丈夫不要四處借錢亂花，但他就是不聽／155

我反對丈夫認為女人應該以家事為重、工作為副的說法／157

我爲了貼補家計而出外工作，但是丈夫卻要求我將家事做得十分完美／160

我的丈夫希望我先工作，過一段時間再生小孩／162

以前希望我專心當家庭主婦的丈夫，現在卻要我出外工作／164

我希望外出工作以求得經濟的獨立，丈夫卻認爲我高傲／166

我爲了消除緊張而想外出工作，但是丈夫不准我到餐廳工作／169

我所賺的薪水比丈夫多而造成他的不滿／171

第四章・對妻子的不滿……………173

得知妻子在婚前生過小孩，這個打擊令我十分煩惱／174

因爲婆媳問題和宗教問題，造成我們夫妻冷戰／176

妻子是否因爲上班而討厭做家事，令我十分困擾／178

妻子拋下兩個孩子不管，成天熱中於打網球／181

妻子十分愛慕虛榮，花錢如流水／183

我唱卡拉OK，妻子和朋友飲酒作樂，現在回頭還來得及嗎／185



第五章・老年的問題

妻子爲了買房子而外出工作，但我很擔心她去賣春／187
我認爲只要丈夫有固定收入，妻子就沒必要外出工作／190
妻子薪水比我多，社會地位也比我高，我實在難以忍受／192

孩子都獨立了，有人勸我再婚／196

雖然還不到離婚這麼嚴重的地步，但一想到老了之後就感到不安／198

我是個勞力者，不知身體還能支撐多久，擔心老了之後的情形／200

想到漫長黑暗的老年生活就覺得灰心喪氣，不知道有什麼指針／203

孩子都已長大成人，我們夫妻因爲缺乏興趣而暮氣沈沈／205

孩子長大離家獨立，現在只剩下我和丈夫，覺得心情凝重／207

丈夫退休後只做中提琴的兼職演奏，

但是我希望他能多累積些財富爲老後做準備／209

栽培兒女的使命結束後應該可以好好休息，但我是勞碌命，無法不做事／212