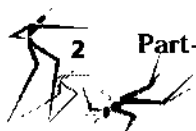


譯者序

讓愛不再沈重

閱讀這本書並不是一件輕鬆的事情，並不是因為它的原版本是英文，而是因為愛本身就是一個沈重的話題，如果再涉及因婚姻破裂而失去孩子監護權的父母的愛，就顯得更加沈重了。而且除了沈重，籠罩在心中的還有傷感。

有一次和一位離了婚的朋友閒聊。她一個人帶著孩子，工作不錯，收入頗豐，走出無愛的婚姻也讓她倍感輕鬆和舒爽，然而另一層陰影卻從此籠罩了她和六歲女兒的生活，揮之不去。那就是在離婚前，女兒的父親因為工作忙，難得回家和女兒見一面，而女兒似乎也不太在意；但現在離婚後，女兒卻常常因無法見到父親而黯然神傷，有時甚至因為電話不通就默默落淚。淚水落在女兒的臉上，刺傷的卻是母親的心。再想一想，那位因沒有得到女兒監護權的父親在每天奔波於生活事業之暇一定也會想到女兒，在逢年過節時更會因無法正常和女兒見面而心焦傷情。這位母親說，她在無奈之下只好同意孩子的父親每周回「家」一次，孩子高興了，但她和前夫又不可避免地要面對許多尷尬和難堪的場面，他們在一起時再也不會像以



2 Part-time Parent

往那樣和諧自然，一切笑臉都帶有某些表演的成份，一切氣氛都是刻意營造出來的。這樣很累，卻又很無奈。我同情朋友，但更同情那位沒有孩子在身邊的父親，因此而聯想到千千萬萬個失去孩子監護權的父母，想到他們失去孩子監護權後的傷感、牽掛和角色錯亂的茫然，想到他們逢年過節的孤獨、和無數個寂寞的夜晚……

既然無愛的婚姻注定走向破裂，那麼就該有一帖良藥讓心靈的傷痕癒合。以往社會輿論多關注含辛茹苦撫養孩子的一方，卻很少去關懷失去孩子的另一方。一本書以其廣博和善解人意的愛心去指引那些因離婚而失去孩子監護權的父母們，告訴他們如何為自己的新角色來定位，如何調整好孩子不在身邊時的心態，如何處理和孩子及前任伴侶的關係，更重要的是如何卸下沉重的記憶和情感包袱，開創屬於自己的新生活。正如美國華盛頓家庭服務中心負責人桑迪·奧森所說的：「這是一本具有廣泛使用價值的書，它為許多失去監護權的父母提供了與眾不同的指引和支持。」

讀完並譯完此書，我沈重的心情似乎有了輕鬆之感，因為從這本書中，我看到西方社會對離婚的正確態度，以及對失去孩子監護權的父母的諒解和關注；同時也深深地感受到人類的成熟，那就是以平常心來看待過去所認為的偏差現象。

讓愛不但普照在每一個完美的家庭，同時也普照在破裂家庭的每一個成員，尤其是那些失去孩子監護權的父母和他們的孩子們。這是我讀此書的感動，也是我翻譯此

書，把它介紹給各位讀者朋友的目的。

李金慧

目錄

譯者序 1

讓愛不再沈重 1

前言 9

第一章 離婚的關鍵問題 11

第二章 錯誤的遊戲 19

約翰的故事 23

安的故事 30

羅恩的故事 33

彼得的故事 38

露絲的故事 41

卡羅爾的故事 46

格雷厄姆的故事 49

哈娜的故事 53

第三章 惡劣的情緒 59

恐懼 61

內疚 62



Part-time Parent

無助	66
權威的喪失	67
對未來的憂慮	68
憤怒	69
被拋棄感	70
孤獨感	73
自我譴責	76
新的家庭 新的生活	78
不停地忙碌	79
不斷前進	80

第四章 局外人 83

朋友們的疑慮：你怎麼能……	84
為了孩子們著想	87
前任伴侶	92
社會輿論	97
法律程序和法律制度	101

第二章 孩子不在身邊的節日 107

真實的耶誕節，演戲一樣的家庭	109
母親節	114
新年夜	116
孩子的生日	117
退回來的郵件	118
了解自己的心	119

第六章 探望 123

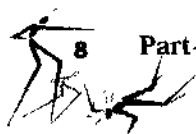
和你的孩子近在咫尺	126
沒有足夠的時間	128
孩子們的想法	130
你的孩子遠在天涯	131
和朋友在一起	133
眼不見為淨	134
讓探望者有回家的感覺	136
莫錯過良機	138
沒有探望	140
關係的改善	141
和父母的疏遠	141
表達我們真實的期望	149
尋找正常的心境	149
對探望者的約束	151
傾聽孩子的心聲	152
再見的時候	155
左右為難	155

第七章 給自己一個準確的定位 161

放棄舊的角色	163
尋找新的角色	165
更加愛自己	168
現在我是誰	170
結語：新的形象，不同的選擇	175

第八章 繼續美好的人生 177

和孩子在一起	178
--------	-----



Part-time Parent

非探望期的聯繫	182
建立新的關係	185
和別人的孩子在一起	187
認識自己真實的能力和需求	189
你的物質生活環境	190
贏得額外的幫助	191
堅持寫日記	192
婚姻法的完善	193
厚待自己	194

前言

在你閱讀本書之前，有一件事我必須鄭重提醒你，這並不是一本有關男權主義、女權主義、或是孩子至上的書，它也不僅僅是一本有關家庭問題的統計報告，它所涉及的無非是一些現實生活中的男男女女以及他們真實的人生。它不是科學和社會學研究報告，而是二十位男人和女人人生經歷的彙集，他們分別居住在加拿大的五個省。他們都是在分居和離婚的時候，喪失了對自己親生骨肉的監護權。

我採訪他們每一個人時，都會提出一個最基本的問題：這一切是為何而起？你們為什麼會離婚？你為什麼會喪失對孩子的監護權？沒有孩子在身邊的最初幾天你是怎麼過的？現在你的生活怎樣？你是怎樣孤身一人度過第一個傳統節日的？對那些同樣喪失監護權的父母，你有什麼要說的話嗎？你是否感到內疚？你瞭解自己現在的身份嗎？你的希望在哪裡……通常情況下都是他們談，然後我整理這些材料。這些材料多半源自於他們對我所提出的問題或談話主題的回答。

我寫這本書的目的是非常簡單和明確的，我想要幫助那些喪失對孩子監護權的父母，讓他們明白自己並不是孤



獨的；同時以那些和他們有著同樣經歷、以及處於同樣境遇的人的有效建議來支持他們。

同時我也希望沒有此類家庭問題的讀者也同樣能感到本書的用途非凡。比如說：律師、牧師、或是那些失去子女監護權的人的朋友，而漸漸長大的孩子也可從本書中體會到為什麼自己的父親或母親會如此對待自己。

採訪通常在被採訪者的家中進行，我邊訪問邊錄音。所有的人表面看來都非常輕鬆自如地談論自己的經歷和感想。他們娓娓而談，滔滔不絕，我完全沒有必要擔心他們沒話可說，相反的，卻常常要擔心錄音帶不夠用。

我並不試圖突顯監護權所引發的問題，而且我也並不為此而感到歉意，這本書描述的僅僅是那些失去孩子監護權的父母們的故事，也是目前我們對於此類問題的思考方向與觀點。至於其他層面的問題就留給其他人去寫吧！

謹將此書獻給書中那些願意揭開自己深深的傷口，讓自己的淚水伴著困惑、恐懼和憤怒一起傾瀉而出的男人和女人們。他們相信我，用真實的故事感染著我，為此我非常感謝他們。

最後需要說明的是：書中所提到的案例，其人名、住址以及某些細節都作了更改，以保障個人的隱私權。

Chapter 1

離婚的關鍵問題

作為一個離婚者，我對生活作過最壞的打算，但我萬萬沒有想過我會失去孩子們。真的，我從來沒有想過。

離婚的最初十三個月，我和孩子們之間的「悠悠繩」斷了；我成了一個沒有兒女的母親。一時間，我感到從未有過的恐懼。我並不害怕孤獨，我知道孤獨對於一個女人來說是一種財富，但我害怕我的孩子們，怕他們幼小的心靈從此籠罩上「他們的母親不再愛他們」的陰影：。在這本書中，你會瞭解到，失去對孩子監護權的父母的經歷，以及由此而引出一連串故事是多麼令人心酸。失去對孩子的監護權不同於孩子死亡，也不同於孩子長大成人，或是孩子結婚、建立自己的家庭，或是外出到另一個城市求學、工作。比起上述的情況，喪失對孩子的監護權更能導致一個人精神上的痛苦。

成千上萬的父母正經歷著沒有孩子在身邊的痛苦，儘管現在的離異者多傾向於共同監護撫養子女；而且研



12 Part-time Parent

究顯示，離異家庭的孩子會更乖巧地同時接納他們的父親和母親。

然而事實表明，共同監護撫養子女顯然是不實際的。

首先，能非常成功地處理好與子女、以及前任伴侶關係的人，一定要能把自己的婚姻生活及作為孩子父母的生活分別處理。此外，父母雙方在孩子未成年期間，必須住得非常近，才能實現共同監護孩子的目的。

許多離婚的人都經歷著非常痛苦的感情折磨，能贏得孩子的監護權則經常被看成是勝利者的驕傲，而失去孩子的一方只能孤獨地、垂頭喪氣地回家去。

那些能為孩子敞開大門、隨時接納孩子的父母越來越多了。儘管離婚的悲傷是可怕的，可對於我來說，失去孩子的悲傷卻給我的生活帶來更大的阻礙，可以說是困難重重。

在女作家布魯斯·費舍的「希望」系列叢書中，有一本書叫作《重建生活—當婚姻關係已經結束》。書中寫道：正處於離婚過程中的人的情感需求，和即將死亡的人的情感需求有相同之處。作者例舉了處於離婚階段的人的某些行為，例如：不承認現實、憤怒、震驚、討價還價、壓抑（包括：自己恨自己、自責、以及失敗感等）。許多人都是從這個過程走過來，並最終承認現實、接受現實，從而正視自己的處境。

我非常贊同她的觀點，而且我也相信，沒有爭取到孩子監護權的父母一定會因為失去孩子而走過一段傷心

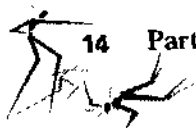
的歷程，因為儘管他們不會和孩子失去聯繫，但他們和孩子的親子關係不可避免地必定會發生某種改變。

在我直接面對自己即將成為一個「兼職」的媽媽，也就是我不能每天和孩子生活在一起，而且失去了孩子的監護權這個現實時，我便到我的律師那裏尋求解決問題的辦法。對我來說，我那時的處境非常糟糕，我將孤身一人生活，沒有絲毫樂趣。我翻閱了律師書架上所有這方面內容的書，試圖從中找到充滿智慧的安慰、以及給我帶來幫助的建議。可惜，那些書幾乎都觀點一致地認為我注定不會和孩子生活在一起，將成為一個孤獨的母親。它們只能為我提供一些關懷中心的資訊，以及如何買幾塊廉價肉的「秘方」。我除了把這些「秘方」和「資訊」丟到垃圾筒之外，又能做什麼呢？

當然我並不否認，單身父母的生活是令人恐懼的，它充滿了孤獨、疲憊、失望、與沮喪。關於這個話題，人們已經聽過許多，尤其是是當今電視情節中那些單身的父母以及他們之間的「戰爭」。

失去監護權的父母不但要承受著心靈的痛苦，更不幸的是，還要承受外界的壓力。這些惡魔一樣的壓力來自朋友們善意的勸說，如：「沒有孩子，你怎麼生活啊？我可不能過這樣的日子。」這些人的觀點代表著社會上的普遍看法。

在《體驗母親》一書中，費麗絲·切斯勒這樣寫道：



14 Part-time Parent

被困在離婚訴訟案中的母親們同時也經常被親戚或朋友們所冷落。她們被人警告成「瘋子」，說她們的行為是「自殺」的行為，甚至告訴她們如果對待問題不採取更積極的做法，她們將喪失再婚的可能性。

儘管失去監護權的母親繼續努力地過她們自己的生活，但仍被認為是「冷酷無情」、或「沒有人性」的，他們常常被其他人視為「低人一等」。她們因為沒有得到監護權而受到其他母親的譴責和唾棄。

我完全相信，失去監護權的父親也同樣面對著社會上某些怪異的目光，但不同的是，他們的壓力比起失去監護權的母親們的壓力更大。對於男人來說，他們更希望維護現狀，從而維護他們的尊嚴；而女人則要面對苦行僧一樣的生活。在離婚和監護權這個問題上，雙方都程度不同地受到了傷害，而這種傷害往往是無形的。雖然在這場離婚的大戰中，沒有真正意義上的勝利者，但比較起來，失去孩子的父母損失就更大了。縱使他們在情感上、法律上、或是經濟上取得了某些勝利，但他或她從此便失去了生活的意義。

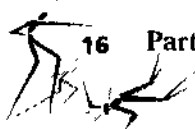
傑奎琳·甘乃迪·歐納西斯曾說過：「如果你沒有撫養好你的孩子，無論如何我都不會認為你做得夠好」。

在許多方面，孩子是我們這個社會的寵兒，而父母的責任就是對他們的要求作出快速的回應。他們為孩子們提供營養，絞盡腦汁地打扮他們，從行為規範訓練到

教導他們如何抵制吸毒和酗酒，父母們可以說做到了無微不至。我們都在培養孩子的道路上艱辛地嘗試著，而結果往往是，我們不是在此時便是在彼時遭到失敗的打擊。雖然市面上不斷有新的育兒書籍教導我們如何教養自己的小孩，但事實上，這些方法不僅可能無助於教育孩子，而且很可能會發生副作用；儘管多數書刊上的「父母必讀」以及育兒專家一再保證自己的方法多麼有效，但誰也無法保證自己在這個方面做得最好。

在我結婚之前，只有兩個朋友對我坦言，照顧孩子（哪怕只是幾歲的孩子）是一件非常麻煩的事，而其他大多數人都謊稱自己很喜歡孩子。我從不敢誇口自己在各個方面都做得很稱職，儘管我的父母、我的孩子、我的朋友甚至於我的丈夫都承認我是一個優秀的母親，可我總是覺得自己應該可以做得更好。離婚的終審判決終於有了結果，我最壞的想法成為事實：我們離婚了，而且我沒有爭取到孩子的監護權。看來這是命運的安排，我只有認命了。

我永遠不會忘記那一天，我的律師打電話告訴我說：「你一定要鎮定。」他還用令人寬慰的語言對我說：「監護權不是一層不變的。」但他的話根本無助於驅除我頭腦中的那個情景，那就是身著黑色長袍的法官擊打著他的槌子，宣判了我的敗訴。這個畫面中的法官一會兒變幻成上帝，一會兒又變幻成現實中的法官。我認為至始至終我都是有理的，我本該以另一種方式來對待這個訴訟案，甚至好心的法官也這樣認為。



對於那些曾和自己未成年的孩子朝夕相處的父母來說，突然有一天屋子裏不再有孩子們歡鬧的身影時，他們那難捱的寂寞和不適應感會油然而生，我當然也不例外。幾周後，一份令人沮喪的報告複印件寄到我這裏來，接到這樣的通知是一件令人難過的事。靜靜地閱讀它，我感到從未有過的孤獨。

在《體驗母親》一書中，一位女人這樣寫道：「女人分娩的過程就是懲罰自己的過程，在這個過程中，一種超越自我的力量主宰著我們。在分娩時我只有一个渴望，那就是懇求上帝永遠都不要拋棄我。這種力量同時也支持著我度過了婚姻破裂的那些歲月，它給了我走出婚姻的勇氣。但不幸的是，它沒有讓我作好充分的心理準備，去過那種不知兒子是死是活的日子。」

沒有一本書能幫助人們準備度過不知自己的孩子是死是活的生活。但這本書或許可以幫助那些正在黑暗的生活中抗爭的人們，幫助他們撐起塌陷的世界。讓我們能透過這本書來相互理解，相互信任，相互鼓勵，相互支持，從而共渡難關。儘管我們不明白整件事的原委，不知道最終如何解決問題，但我們能表明彼此相互關愛的心。

這本書由幾個男人和女人的故事構成，他們都曾生活在痛苦之中，都曾經歷過離開子女的傷心時刻。針對這些事例，本書提出了實際而有效的建議，其中有父母親的自助法則，也有幫助孩子的辦法，更有擔任新父母（繼父或繼母）的自處哲學。

最後我要說的是，失去監護權的日子雖然令人覺得痛苦，但悲傷的日子卻永遠也不可能帶來希望。也就是說，我們看望孩子的時候，要盡可能地向他們展示我們高興的神情，為孩子們的健康而高興，而不是對他們既沒有改善也不可能有改善的現狀而失望。我們要向他們表達我們的愛，我們的關心，並把最美好的時光留給他們。

不管下一次我們什麼時候再能見到孩子，也許是下周，也許是下個月，或許是明年的什麼時候，我們都要讓孩子明白，我們是多麼地愛他們。這一點對許多父母來說都是最為重要的。