

新苗文化

兩性話題 12

男人

WOMEN WHO STAY WITH
MEN WHO STRAY

出軌真相



黛比·丹 DEBBIE THEN PH.D. © 著

新苗編譯小組 © 譯

男人

WOMEN WHO STAY WITH
MEN WHO STRAY

出軌真相



黛比·丹 DEBBIE THEN PH.D. © 著
新苗編譯小組 © 譯

◆目錄◆

前言



005

第一部 男人不忠的社會基礎

- 1 揭開外遇的真相：誰才是迷途羔羊
 025
- 2 婚姻的兩面：他的和她的
 059
- 3 不忠的丈夫：女人的惡夢
 085
- 4 「只不過是性而已」：社會對男人不忠的寬容
 125
- 5 定時搶匪：其他的女人
 135
- 6 祕密與謊言：發現丈夫的外遇
 151

第二部 面對伴侶的不忠時，要對自己忠實



第三部 婚姻破碎後的嶄新生活

- 7 女人為什麼留在不忠的丈夫身邊 ⇓
1 7 J
- 8 女人如何留在出軌男人的身邊 ⇓
1 9 9
- 9 她們的故事 ⇓
2 3 3
- 10 你應該繼續守著出軌的男人嗎？ ⇓
2 6 1

- 11 婚外情的下場 ⇓
2 8 J
 - 12 最常被問到的外遇問題 ⇓
2 9 9
 - 13 與自己的配偶來一段艷遇 ⇓
3 2 7
 - 14 遠離背叛的威脅：重獲新生 ⇓
3 4 7
- 後記 ⇓
3 6 1



前言

婚姻的二人世界裡，實在容不下第三者。

——黛安娜王妃

我們無法改變風的方向，但是可以調整帆的方向。

——阿諾瑪斯 (Anonymous)

與世界上成千上萬的女人比較起來，第一夫人希拉蕊與戴安娜王妃有何共同點呢？她們兩人都曾飽受輿論大肆報導的煎熬，以及必需承受另一半移情別戀的公開羞辱。

這本書就是在探討這些移情別戀男人身邊的女人，並透露出當一個男人有了外遇，為什麼女人仍然願意留在他的身邊的種種原因。最重要的是探討婚姻中信任所扮演的重要性。就大部分的人來說，擁有不合法的性行為就是不忠，但是若要追究其真正的意義，不忠不僅包括了謊言及欺騙，而且是對一段婚姻的肆意破壞。

是什麼因素讓這些妻子願意留在不忠男人的身邊？這是當今許多女人會遇到的兩難問題。此外，本書也開啟了探討全球性話題的先鋒。

其中有一個最明顯的例子，至今猶存活於媒體報導之外。除非人們與世隔絕，否則很難不知道「拉鍊門案」或是「陸文斯基案」。柯林頓曾經在電視公開承認的確有過一段「不恰當的關係」。無疑的，這是當所有男人被捉姦在床時的臨場反應，也是所有戲劇性例子當中的一個而已。但話說回來，至少到目前為止，希拉蕊夫人仍然決定守著這段婚姻。

在她的犧牲奉獻中，她並不孤獨——也許有人說這是盲目的奉獻，或說這是自我否定的行為——尤其當她很清楚的知道丈夫背叛的事實時。事實上，許多女性就

如同希拉蕊夫人一樣，不管是因為個人、社會或是經濟等各種不同的因素，遇到丈夫外遇，她們最終的決定往往仍是留下來。

一九九八年九月份的《仕女家庭雜誌》(Ladies Home Journal)上，有篇標題為「偉大的美國女性」的文章指出：有百分之四十六的女性願意原諒丈夫的一夜情；另外，百分之四十六的女性則表示相反的意見；假使是由妻子先發現丈夫的外遇，通常不太可能被原諒；只有百分之十的女性願意原諒自己的丈夫長期有外遇對象。

由於外遇和原諒多年來一直未曾真正畫上休止符，因此有關女性為何願意留在不忠丈夫身邊的研究報告也就各種各樣。一九九八年七月份的《時人》(People)雜誌中，刊登了一則有關總統柯林頓和陸文斯基的調查表。有百分之六十的女性認為，希拉蕊夫人應該視柯林頓外遇當時的情形及程度來做決定；有百分之十七的女性認為應該結束這段婚姻關係；有百分之二十一的女性則認為他們可以找到一條解決之道來挽回婚姻。

當許多女性無法正確的說出她們會如何處理婚外情時，《時代雜誌》/CNN在一九九八年八月三十一日一篇名為「面對不忠的真正看法」的報導提到，女性一定很清楚一件事：如果自己的丈夫在耶誕夜前坦承，曾跟一個二十一歲的女孩發生關係，有百分之六十八的女性就不會跟著他去度假！

是否留在不忠的丈夫身邊（而且他將來還可能繼續拈花惹草），或是選擇結束婚姻，諸如此類的問題不斷地困擾著愈來愈多的女性，然而卻沒有一個容易解決的答案。不管遭遇到外遇的女性是第一夫人還是小學一年級的老師，丈夫的不忠都讓她們感受到同樣的痛苦。

一九九五年，BBC全球電視專訪的廣播節目中，戴安娜王妃談到自己與查爾斯王子婚姻的挫折。她說，一段婚姻讓她「絕望得想要工作」。她宣稱是她女性的「直覺」讓她開始懷疑查爾斯王子與卡蜜拉有婚外情的。她透露，查爾斯王子的不忠是「相當具有破壞性」的，她甚至可以「感覺出她的丈夫已經愛上了別人，讓她覺得自己在每一方面都不行，變得無用而且沒有希望，在人生的每條路上處處碰壁」。即使一九九四年查爾斯在個人的電視發表會中坦承自己有外遇，戴安娜王妃都不願意離婚。

如果一個世界上最富有而且最美麗的女人都會被她的丈夫遺棄，那麼其他像我們一樣平凡的女子該怎麼辦？有一個不忠實、行為不檢點、喜歡說謊、欺騙及用情不專的丈夫，是每個女人的最大惡夢。至今，大部分的男人仍不認為通姦是件十惡不赦的事。他們辯稱，和自己妻子以外的女人上床「又怎麼樣？那只是單純的性而已，不是愛」。相反的，對女人來說，不忠卻是件嚴重的事——也是很糟的事。大

部分的女人都不願意與別人分享自己的丈夫。舉例來說，男人和女人都有最害怕聽到的一句話。女人最怕聽到的是她丈夫說：「我有外遇。」對男人來講，最怕聽到的則是：「我要告訴你妻子。」

天底下沒有女人希望自己的另一半出軌，也沒有人可以免於丈夫的背叛所帶來的永久傷害。不管是不是名人，女人若遭遇到丈夫背叛的情形，通常都會閉口不談。曾經有許多女人浪費了太多寶貴的生命，就只是為了找出「丈夫外遇的證據」，或是想盡辦法為了把他從另外一個女人的懷裡贏回來。

其實女性們應該知道，她們根本無法控制另一半的行為。她們唯一能改變的是如何做出明智的決定處理丈夫的不忠。女演員娜塔莉·伍德（Natalie Wood）曾經說過：「唯一能成功改變的男人，只有當他還是個嬰兒時。」

一個男人的背叛，對一個女人原有的自信心、情感的寧靜、身體的健康，以及對世界的一份穩定感和安全感的需求有數不盡的傷害。我相信，沒有女人可以忍受另一個女人與自己的丈夫共枕與做愛。大部分的女人都害怕被拋棄，害怕失去丈夫的愛，更害怕另一半的身心背叛。因此，丈夫的不忠實甚至可以瓦解一個相當能幹女人的自尊。

心理學分析之父佛洛伊德曾提出一個問題：「女人要的是什麼？」她們所擔心

的正是對方的不忠。少之又少的女性會答應嫁給一個和其他女人有性關係的男人，因此，為了讓這段不能公諸於世的婚外情繼續，男人必須說謊。像這樣的瞞騙行為，足以破壞彼此的信任，甚至腐蝕像石頭一樣堅固的婚姻。

有不忠實的他

當男人有了外遇，女人總是會猜測，一定是自己出了問題。她會責怪自己一定是哪裡做得不夠好，她擔心自己不夠漂亮、不夠苗條、不夠有錢、不夠年輕、不夠有成就，總而言之，就是少了某樣東西——而這樣東西正是她丈夫在別的地方可以找到的。

然而，長久以來，男人之所以會有外遇，是因為他覺得這是他與生俱來的權利，與自己對妻子的感覺完全扯不上關係。更有許多男人自負且傲慢的相信，如果他們沒有繼續和別的女人上床，就不是「真正」的男人。在發現自己丈夫有外遇時，不但女人會責怪自己，社會往往也把責任歸咎於她：「為什麼她不能接受男人就是這樣的事實？」社會觀念常常就是如此。

不管我們是否認同不忠的說法，偷情的數據在今日的社會裡確實是高得嚇人。

更令人難過的是，許多女人願意被欺騙——而且還是一再的被欺騙。而社會對於男人的外遇也總是寬容以待，讚揚著那些在承受輕視的眼光及喪失自我的同時，還能不計一切支持丈夫的女人。

外遇是個相當具爭議性的話題，因為它每次總是會引起那麼多人的熱烈討論。縱使在日常生活中我們不難接觸到有關外遇的文章或報導，但是大部分的人卻認為，類似這樣的閒話是應該避諱的，因為這算是偷窺別人性生活隱私的行為。今日婚外情發生的比率似乎越來越高於往日，但是對婚姻本身來說，這卻是一點幫助都沒有。一九九八年八月《時代雜誌》上，「對婚外情的看法」的調查顯示，有百分之六十九的男人與百分之六十的女人知道這就是有人已經犯了通姦罪。雖然事情一再的發生，但並不表示這樣的行為有助於婚姻關係。

許多女人表示，當她們的另一半和別人有了性關係時，她們在身心上都覺得深深受到了傷害。當她們面臨丈夫不忠的事實時，她們就不斷的問自己，並努力著要找出問題的答案。譬如說：「我不是應該繼續和我愛的男人在一起，縱使他一再的欺騙我、背叛我，甚至有可能讓我得到性病？」

很多女人無時無刻都在懷疑自己的丈夫是不是和別人有染。沒有人願意一進房間就開始想像，究竟有多少女人跟自己的丈夫上過床。然而，這卻是許多女人在參



加任何一個社交場合時，必然要面對的狀況。

大多數的女人已發明出一種可以嗅出丈夫和別人調情的雷達。在一個宴會中，當她們看到自己的丈夫正和另一個女人談得起勁時，她們免不了懷疑為什麼他會對那個女子如此殷勤。女人的想像力、直覺和不安的程度會讓她們的情緒起伏不定。通常，她們的猜測都是對的，那火花正被點燃著，而一段婚外情也正處於一觸即發的地步。不管一個女人是不是承認丈夫的不忠，但是她就是「知道」他有了外遇。

有份研究報告指出，當妻子懷疑丈夫有外遇時，她的猜測往往是正確的。很多女人說她們有一種可以「辨識外遇的雷達」，而且可以非常正確無誤的感覺出來。

令人驚訝的是，只要牽扯到男人，女人就會開始對其他女人產生懷疑。我最近在某一宴會中遇見這樣的一個女人，當時我正和一位有趣且充滿吸引力的男人談話。話還說不到幾句，一個女人出現在這位新朋友的旁邊，在注視我之前很快的看了我朋友一眼。她從頭到腳的打量著我，而且在離開時充滿怒意地回頭看了我朋友一眼，才走向吧檯。

我立刻就猜出這個女人一定是我朋友的妻子。她的沈默、悲傷的眼神，和對我手上的結婚戒指不太機靈的一瞥，讓她很快的離開了。我知道她正在打量我是不是她丈夫的外遇對象。根據她對我不友善的舉動來看，我想她的丈夫過去一定曾經在

感情上出過軌。

你的男人被分享

每個女人都會擔心自己的丈夫移情別戀。根據過去發生的許多例子來看，她們需要擔心的不只是丈夫會不會移情別戀，而是外面的那些女人會不會主動來勾引自己的另一半。「好男人不多」的確是事實，因為愈來愈多的女人喜歡借或偷別人的丈夫。

前一陣子，有位資深的《世界雜誌》編輯曾經寫過一本書，她在書中曾鼓勵女人可以「偶爾與有婦之夫上床」。在《最近的表演：每一個處於精華歲月，或將進入黃金時代的女人一本實用又帶半點野性的生存手冊》(The Late Show: A Practical, Semiwild Survival Guide for Every Woman in Her Prime or Approaching It)中，她說：「想想一個男人，也許婚姻已經讓他覺得不快樂，或覺得無趣了……先別急著教訓我。我們談的是短暫的出軌，而不是要真正搶走任何人。」這種言論確實讓很多女人覺得很苦惱，沒有一個女人願意自己的丈夫被另一個女人只為了「調情」給「借」走了。縱使一位六十歲老太太的丈夫有外遇，她也會抓狂的。

珍萊·布朗 (Gurley Brown) 透露：「想像自己的丈夫與別的女人在床上親密，是最自我毀滅式的幸福打擊者，我不相信我可以忍受。」這個上了年紀的「宇宙」女孩慫恿著你照她所說的去做了——但是絕對不是跟她丈夫！

留在他的身邊或是離開

那麼，女人要如何忍受丈夫的移情別戀呢？正確的說，女人要如何留住一段變質的婚姻呢？她們又是如何面對自己丈夫長期外遇的，而且為什麼寧可選擇一個不忠的伴侶，也不願離開呢？在本書中將會探討這些問題。另外，我也會告訴你男人外遇的真相——他們為什麼和如何移情別戀，以及為什麼有那麼多女人願意留在不忠的男人身邊。本書將會探討男人外遇的親密關係，女人如何發現許多女人會因為個人、社會、經濟上的考量而決定留在不忠男人的身邊，還有女人如何用自己的外遇來處理丈夫移情別戀的問題，以及決定留在不忠的男人身邊必需付出的精神代價。

很不幸的，對於許多婚姻來說，外遇所影響的大部分都是單方面的——而且是不太可能改變的情形。通姦的現象在社會上已經是根深柢固了，並不是我們希望它

不存在就可以消失的。如果只想著如何挽回你的男人是沒有意義的，這樣只會使男人繼續他永無止境的外遇。

許許多多女人會選擇留在不忠的丈夫身邊。事實上，如果每遇到一次外遇就分開的話，那麼離婚率勢必有加倍的可能性。老實說，每個男人跟女人多少都會有欣賞的異性，不同的是，有些人會把這份欣賞用行動表現出來，不管自己或是對方已婚與否。在許多的婚姻裡，雖然外遇問題已經變成很普遍的事實，也許你也已經習慣了丈夫外遇的生活模式，但這絕對不是快樂的方式。

吃了還想外帶

許多男人似乎拒絕放棄外遇的機會。他們既要家庭的溫暖，也要另一邊女人給予一點生活上的刺激。他們知道移情別戀對妻子的冒犯與傷害很深，所以他們也試著執行「不要多問」也「不要多說」的政策，或者乾脆更謹慎小心的繼續這段婚外情。縱使大部分的男人都知道，他們的婚外情會造成很多的婚姻問題，也會傷了妻子的心，但是有些男人就是不願意這麼輕易的放棄。在這種情況下，女人必須想清楚，是否能容忍自己的丈夫與另一個女人有親密的行為。英國戴安娜王妃就遇到了

相同的情況。根據倫敦《每日郵報》中有關皇室報導的知名記者，及《戴安娜：不為人知的故事》（Diana: The Untold Story）的共同作者理查·凱（Richard Kay）所言：查爾斯王子曾經告訴戴安娜王妃：「難道你真的希望我成為歷史上第一個沒有情婦的王子嗎？」這種態度使夫妻兩人的關係步入了緊張狀態。

記得我在搜集本書的一些資料的時候，有位男士曾經跟我透露，他知道他的幾次辦公室婚外情確實傷了他妻子的心，但是他也坦承無法控制自己不再跟其他的女人見面。他說，因為有外面的性關係，才能讓他的婚姻穩定又長久。當他的妻子偶然發現他的出軌時，他會努力安撫她的情緒，不讓她有過度被羞辱的感覺。

對於丈夫的出軌，女人有各種不同的反應。有人認命，也有人拒絕接受事實而每天吵架。大部分的人都無法很平靜的面對婚外情的公開，所以男人說謊並且選擇隱瞞，而這接著就造成了女人說不出的憤怒及羞辱。就有一個女性告訴我：「要我承認自己的丈夫與其他女人上床，倒不如叫我一天睡十五個小時還比較容易些。」另外一個女人說，當「我發現家裡的酒從一杯變成一瓶，然後是兩瓶，三瓶，巧克力也突然從一塊變成好幾盒」時，她就知道她的丈夫有了外遇。

外遇問題是個很吸引人的話題，卻很少人願意在公眾場合談論。很少夫妻願意談論外遇問題，好像一談到就有嫌疑和罪名似的。女人對於這個問題更是忌諱，因