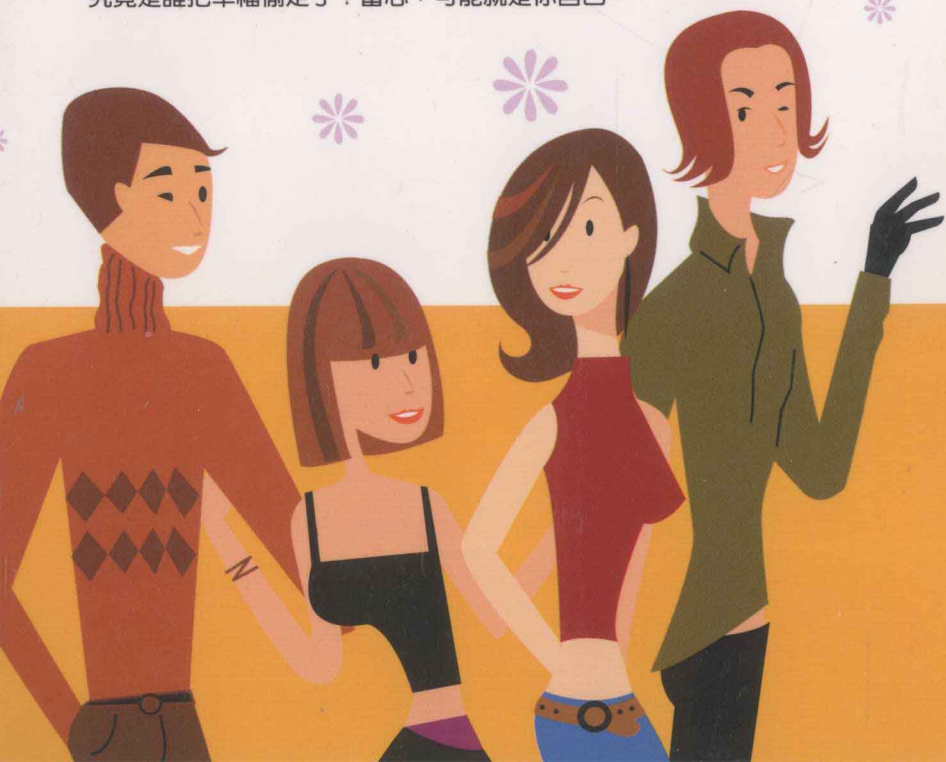


誰把幸福偷走了

——一門兩性必修課

友緣基金會・廖清碧 ◆ 著

人是情感與理性的結合，因愛而結合的兩個人，
卻往往讓不理性的情感及情緒，毀掉手中的幸福。
究竟是誰把幸福偷走了？當心，可能就是你自己。



誰把幸福偷走了

——門兩性必修課

友緣基金會・廖清碧◆著

人是情感與理性的結合，因愛而結合的兩個人，
卻往往讓不理性的情感及情緒，毀掉手中的幸福。
究竟是誰把幸福偷走了？當心，可能就是你自己。



誰把幸福偷走了？／廖清碧 著．--初版．

--〔臺北縣中和市〕：華谷文化，2004

〔民93〕面；公分．--（幸福DNA；2）

ISBN：957-29482-1-0（平裝）

1. 兩性關係 2. 家庭 3. 父母與子女

544.7

93002246

幸福 DNA

誰把幸福偷走了？

廖清碧◎著

作 者：友緣基金會・廖清碧

總 策 劃：劉秋鳳

業 務 部：徐華谷、陳映竹

編 輯 部：黃詩芬

出 版 者：華谷文化有限公司

地 址：中和市景平路268號15樓之5

電 話：(02) 8942-1351 / ~~8942-1332~~

傳 真：(02) 8942-2934

劃撥帳號：19787321 華谷文化有限公司

E-MAIL：walking-culture@umail.hinet.net

總 經 銷：農學股份有限公司

發 行 所：新店市寶橋路235巷6弄6號2樓

電 話：(02) 2917-8022

傳 真：(02) 2915-6275

初 版：2004年2月

定 價：190元

序

廖清碧

幾千年來，人類生活的過程中，留下許多神話、故事、童話。這些故事是當時人們的思想、生活經驗、他們對問題的洞察和解決問題的智慧。其中也包括了當時的人們對於一些自然現象、人的「心」、人與人之間互動所產生的現象。人的本性是好奇的，當人們好奇自然現象與人的關係時，他們就開始研究，並將心得擬人化，再用口傳的方式，傳達給下一代。就這樣，先人的智慧透過「神話」傳達了下來。就像人們無法解釋地球的來源或人際間的複雜性，開天闢地、希臘的奧林匹斯山的神話故事就展開了。神話沒有離開過人的本性，及由人的生活所建構出來的內容。

我們可以說神話就是生活，生活和神話是息息相關、分不開的。每一個

人都在生活，因此每個人也生活在自己的神話裡。生活中有人與人之間的關係（父子、母女、夫妻、婆媳、男女、上下屬……等）；有各種生活的壓力、慾望、以及因各種因素的互動而產生的情緒問題；也有解決這些情緒的各種方法。當人順著人的本性，沒有意識的生活時，就容易走入人性的必然結果，踏上神話之旅。一些神話的隱喻：從小不覺得被母親所愛的女兒們，會特別想和男生有親密的關係，很早就會對男生有興趣，交男朋友，發生性關係，以彌補愛的不滿足，或藉由男性來脫離原生家庭。在人的生活中，處在類似情形的女兒，也會有這樣的傾向，我們常發現這就是許多女性結婚的理由。除非人能意識到自己內在的動向，智慧才會增長，步出宿命的結果，客觀的選擇對自己最有利的人生。

筆者常透過這些先人所留下來的智慧，幫助許多「尋找智慧以解決生活中問題」的人們，找到自己的智慧，使生活過得更舒暢。在此，筆者整合了

二十年來在臨床中所發現的「人」的現象，整理了這些現象和神話的關係，其中有西洋神話、希臘神話和中國神話。希望透過這本書能幫助更多的人，找尋到自己的智慧，使生活能脫離宿命的循環，跳脫出人性的必然結果，拓展新的視野，使心優游於各種人性中，讓心自由飛揚。

廖清碧 於台北·友緣基金會

二〇〇四・二・五

目 錄

序 廖清碧

兩性篇

回歸出生時的完整性

——平等對待兩性大和解

甜蜜期過後的真實生活

同情——愛情？

學會為自己的理想努力

外遇者究竟在追求什麼？

了解自己真正的感覺

1

12

16

19

22

25

28

長不大的男人

女性的成長歷程

什麼是女人真正的幸福？

透過溝通增進夫妻相處品質

兩性的愛有平衡點嗎？

人性中潛藏的狗性

尊重另一半的自由

男人犯的錯別推給女人

至死不渝的情愛

重視自己的存在

懊惱竟在如願以償後

控制性的愛是真愛嗎？

完美的配偶那裡找？

愛情悲劇的省思

實踐能力所及的希望

與自然和諧相處

灶王娘娘回娘家

勇敢面對婚姻問題

鴛鴦心態要不得

化險為夷的秘訣

解決夫妻間的不愉快

家庭篇

母子情結

自古婆媳關係問題多

如何化解婆媳心結？

影響手足之情的關鍵人物

勿因無意識的情緒影響母子關係

母女情結源自主觀占有

母女情結拆解在己

父親的憂慮知多少？

父親為何想丟棄孩子？

有條件的養育之恩

父女關係對女兒的影響

受傷的女兒心如何撫平？

量力而為再付出

勇敢面對生存的困難	139
女兒為何會反抗父親？	142
多為無辜的孩子想想	145
后稷傳統的啟示	148
追求光明的理想	152
別讓孩子迷失在性的世界	156
用愛解決兒女的感情問題	160
萬物重生話春節	164
捨不得女兒出嫁的父親	167
別讓代溝毀了孩子	171
父親身教的重要性	174

序

廖清碧

幾千年來，人類生活的過程中，留下許多神話、故事、童話。這些故事是當時人們的思想、生活經驗、他們對問題的洞察和解決問題的智慧。其中也包括了當時的人們對於一些自然現象、人的「心」、人與人之間互動所產生的現象。人的本性是好奇的，當人們好奇自然現象與人的關係時，他們就開始研究，並將心得擬人化，再用口傳的方式，傳達給下一代。就這樣，先人的智慧透過「神話」傳達了下來。就像人們無法解釋地球的來源或人際間的複雜性，開天闢地、希臘的奧林匹斯山的神話故事就展開了。神話沒有離開過人的本性，及由人的生活所建構出來的內容。

我們可以說神話就是生活，生活和神話是息息相關、分不開的。每一個

人都在生活，因此每個人也生活在自己的神話裡。生活中有人與人之間的關係（父子、母女、夫妻、婆媳、男女、上下屬……等）；有各種生活的壓力、慾望、以及因各種因素的互動而產生的情緒問題；也有解決這些情緒的各種方法。當人順著人的本性，沒有意識的生活時，就容易走入人性的必然結果，踏上神話之旅。一些神話的隱喻：從小不覺得被母親所愛的女兒們，會特別想和男生有親密的關係，很早就會對男生有興趣，交男朋友，發生性關係，以彌補愛的不滿足，或藉由男性來脫離原生家庭。在人的生活中，處在類似情形的女兒，也會有這樣的傾向，我們常發現這就是許多女性結婚的理由。除非人能意識到自己內在的動向，智慧才會增長，步出宿命的結果，客觀的選擇對自己最有利的人生。

筆者常透過這些先人所留下來的智慧，幫助許多「尋找智慧以解決生活中問題」的人們，找到自己的智慧，使生活過得更舒暢。在此，筆者整合了

二十年來在臨床中所發現的「人」的現象，整理了這些現象和神話的關係，其中有西洋神話、希臘神話和中國神話。希望透過這本書能幫助更多的人，找尋到自己的智慧，使生活能脫離宿命的循環，跳脫出人性的必然結果，拓展新的視野，使心優游於各種人性中，讓心自由飛揚。

廖清碧 於台北·友緣基金會

二〇〇四・二・五

目 錄

序 廖清碧

兩性篇

回歸出生時的完整性

——平等對待兩性大和解

甜蜜期過後的真實生活

同情——愛情？

學會為自己的理想努力

外遇者究竟在追求什麼？

了解自己真正的感覺

1

12

16

19

22

25

28

長不大的男人

女性的成長歷程

什麼是女人真正的幸福？

透過溝通增進夫妻相處品質

兩性的愛有平衡點嗎？

人性中潛藏的狗性

尊重另一半的自由

男人犯的錯別推給女人

至死不渝的情愛

重視自己的存在

懊惱竟在如願以償後

控制性的愛是真愛嗎？

62 59 57 54 51 48 45 42 39 36 33 30