

第八章 寫給妻子的一章

除了極少數例外，本書到此所談及的，都是男人。但是所有我們所談過的，同樣適用於婦女。為了協助那些喝酒的婦女，我們的活動正在增加。證據顯示，如果那些婦女試用我們所提議的，她們的健康，可以如同男人那樣迅速恢復的。

但是，對每一個喝酒的男人來說，還有其他許多人也受到連累：他的妻子，在恐懼中渾身顫抖，唯恐他下一次又是爛醉如泥；他的雙親，眼看著他們的兒子正在毀滅自己。

在我們當中，有不少做妻子的，和親戚朋友，他們的問題已經獲得解決。也有一些人尚未找到一個快樂的解決方法。我們要求戒酒無名會會員的妻子，向那些喝得太多的男人的妻子展開談話。她們所說的，將可適用於每一位與酒癮患者有血親關係的親人，和每一位愛護酒癮患者的人。

身為戒酒無名會會員的妻子，我們希望你們覺得，我們所了解的，或許是很少人所能達到的。我們要分析我們曾做過的許多錯誤。我們要留給你們一種感覺，天下並無不能解決的難題或不能征服的不幸。

毫無疑問的，我們曾走過一條崎嶇的道路。一路上我們忍受了不少傷及自尊、挫折、自憐、誤解與恐懼等遭遇，這些遭遇都不是愉快的體驗。我們被迫進入傷感落淚的可憐境地，也進入怨恨難平的境地。我們有些人從一個極端改變成另一個極端，巴不得有這麼一天，我們所親愛的人會自己重新做人。

我們的忠心，和我們要求丈夫抬起頭來，表現得像別人一樣的心願，導致了各種令人難堪的困境。我們曾經克己犧牲，表現無私。我們說了無數的謊言，用來維護我們的自尊和丈夫的名譽。我們祈禱過，我們乞求過，我們忍耐過。我們曾經猛烈的出擊，我們曾逃避過，我們曾瘋狂過，我們曾受恐怖折磨過，我們曾經尋覓他人的同情。我們曾與其他的男士有過婚外情，以示報復。

多少個夜晚，我們的家庭成為紛亂的戰場。清晨，我們親吻自己所愛的人重歸和好。我們的朋友曾建議與這些醉鬼斷絕往來，而我們也確實這樣做了，但不一會兒又回到家裡懷有希望地等待，總是希望情況能夠好轉。我們的良人曾經隆重起誓，他們永遠不再喝酒了。我

們相信他們，即使其他人都不能相信，或不願意相信他們做得到。然後，在幾天之內，或是幾星期、幾個月之內，他們又再度爛醉。

我們很少在家中招待朋友，從來不知道家庭主人會在何時以何種方式出現。我們只參與少許社交活動，我們幾乎是單獨地生活。一旦應邀出席某些場合，我們的丈夫便偷偷地喝很多酒，往往大殺風景，氣氛全失。另一方面，假如他們一滴不沾，他們自憐的心情也使他們大為掃興。

錢財方面絕無保障，社會地位搖搖欲墜。就算鐵甲車也無法把薪水袋送回家。支票存款有如六月中的雪片，已告消融殆盡。

有時候，還牽涉到其他的女人。一旦發現自己的男人另有外遇，我們怎不傷心欲碎？聽到說她們比我們更了解我們的丈夫，這是多麼的殘酷！

收賬員、警長、憤怒的計程車司機、警察、無業遊民、臭味相投的朋友、甚至有時陪同他們回家的女人等，我們的丈夫還認為我們是這樣的冷漠待客！他們說：「你們是快樂的殺手！」「你們真惱人！」「你們真是太令人掃興了！」。第二天，他們又好了，而我們也不計較，努力忘記它就算了。

我們也極力維持我們的子女對父親的敬愛。我們曾對剛剛蹣跚學步的子女說，他的父親

有病，說他有病，這正是比我們所了解的，更接近於事實。他們責打孩子，踢壞了門板，摔壞了陶瓷器皿，扯斷了鋼琴上的琴鍵。在這樣混亂騷動之中，他們可能曾胡亂出言恐嚇，說要與外面的女人同居，再也不回來了。在失望之餘，我們甚至也喝個酩酊大醉，意料之外的結果是，我們的丈夫似乎喜歡我們也這樣做。

可能到這個時候，我們離婚，帶著子女回到自己的娘家去。然後，我們又被丈夫的父母極力批評我們遺棄家庭。通常我們並不逃離，我們繼續堅持下去。最後，在面臨匱乏困境之中，我們不得不出外工作謀生。

由於飲酒宴樂越見頻繁，我們開始尋求醫藥方面的忠告。至於我們所親愛的人，他身心方面可怕的症候，他那種越來越感到無人生樂趣的懊悔，他的沮喪和自卑心理等的遭遇，這些事情使我們不寒而慄，無所適從。猶如跑滾輪的動物，為了腳踏實地，我們耐心而疲憊的往上爬，每次徒勞無功之後，又精疲力盡地掉下來。我們大多數人已經眼見丈夫踏入末路，奔波於健康中心、瘋人院、醫院、和監獄之間。有時候有痛苦和發狂的尖叫聲和精神錯亂。往往接近死亡的邊緣。

在這些情況下，我們自然錯誤百出。其中有些錯誤是由於對酒癮問題的無知而引起的。有時候，我們模糊的意識到自己在照顧的，乃是有病的人。假如我們能了解酒癮疾病的本

質，我們所表現的行為恐怕會大不相同。

深愛著妻子兒女的男人，怎麼會如此欠缺考慮，如此冷淡無情，如此殘酷兇惡呢？我們想，這樣的人可能沒有愛心。正當我們認為他們是沒有愛心的冷血動物時，他們又重新立志願，重新關心注意我們，使我們大為驚奇。在一段時間內，他們恢復原有那種甜蜜的樣子，但不一會兒，他們又故態復萌，把這一陣子新建立的愛情又一次猛烈地撞擊成細細的碎片了。若問他們為什麼又再度開始喝酒呢？他們會搬出一些無聊的藉口，或是根本就不說任何理由。這真是令人難堪和傷心了。我們嫁給了他們，難道是我們看走了眼嗎？他們喝酒時，簡直是六親不認的陌路人。有時候，他們又是那樣的不易接近，像是在他們的周圍築起一道高高的圍牆似的。

那怕說他們不愛家庭，但怎能這樣盲目對待自己呢？他們的判斷力，他們的常識，乃至於他們的意志力，都到哪裡去了呢？難道他們不知道那杯酒無異於自毀前程嗎？有人向他們指出喝酒的危險，他們也欣然同意了，為什麼馬上又再喝個爛醉呢？

凡擁有酒癮丈夫的女人，他們心中時時刻刻追念著這些問題。我們希望本書已答覆其中一些問題。或許你的丈夫正生活於酗酒的奇異世界裡，每一事物都受到曲解和誇張。你看得出來，其實他本性中較好的一面是愛你的。當然，有所謂人與人之間是不能和諧並存的，可

是幾乎每一個酒癮患者都顯得好像沒有愛意和很魯莽，這通常只是由於他已經受酒精的折磨，才會說出或做出那些可怕的事情。如今，我們當中大多數的男人，都成為比從前更好的丈夫和父親。

姑不論你的酒癮丈夫說些什麼或做些什麼，設法不要譴責他。他只是另一位重病在身而不可理喻的人。可能的話，把他當作肺炎患者來看待。當他使你生氣發怒，請記住他是重病的人。

對於上述情況而言，有一項重要的例外。我們明白，有些人從頭到尾就是存心不良，再大的忍耐也是無濟於事。這種脾性的酒癮患者，可能利用這本書的這一章，如同一枝棍棒，在你頭上亂敲，千萬別讓他這樣得逞。如果你肯定他是這一種人，你可能覺得還是趁早離開為妙。讓他摧毀你和子女們的生命，可以嗎？尤其是只要他肯付出代價，他明明有一條出路去戒酒和停止暴虐行為。

你所應付的難題，通常不外下列四類。

第一類：你的丈夫可能只是一個喝很多酒的人。他可能經常喝酒，或只在某一些場合喝很多酒而已，或許他為了喝酒而花費太多金錢。這也可能使他的身體和神經方面日漸遲鈍，但是他不能體察就是了。有時候，他是你和朋友們感到尷尬的原因。他肯定自己能夠處理喝酒

的問題，認為喝酒對他並無害處，而喝酒是他事業上所需要的。如有人稱他為酒癮患者，他可能會認為是受到侮辱。這個世界上充滿了像他這樣的人。有些人將會節制喝酒，或會完全停止喝酒，而有些人則不會。在那些繼續喝酒的人當中，大多數人在不久之後就變成真正的酒癮患者。

第二類：你的丈夫正表現出缺乏節制能力，那怕他想戒酒，可是竟然欲罷不能。他一喝酒，往往完全失去控制。他承認事情確實如此，但肯定能夠改進。有無你的合作，他已經開始採取一些方法，努力控制酒量，或保持酒不沾唇。或許他正在失去他的朋友。他的事業可能多少受到影響。有時候，他感到憂慮，而且警覺到他無法像其他人一樣喝酒。有時候，他一大清早就開始喝酒，而且整天不斷地喝，以消除過度的神經緊張。在嚴重的喝酒之後，他深感悔恨，然後對你說他想要戒酒了。可是，當他熬過了那一次爛醉之後，他便再一次開始想著，下一次他怎樣能節制自己喝酒了。我們認為這個人已踏入危險的情況。這些是一個真正酒癮患者的特徵。他或許還能夠處理他的各項業務。他尚未毀滅一切。正如我們之間互相訴說的：「他希望他想戒酒。」

第三類：這類丈夫，比上述第二類丈夫的情形更糟的多。雖然曾經好像第二類丈夫的情形，但每況愈下。他的朋友一個個溜走了，他的家庭處於破碎的邊緣，而且他已無法維持工

作上的職位。或許醫生曾來應診，而且往返醫院和瘋人院，那種令人疲憊的循環已開始。他承認無法像別人那樣喝酒，但是他看不到他為什麼會是這樣的。他一直固執己見，認為自己會找出一條可行之道。他也許已達到欲戒不能的地步。他的個案提出了另外許多的問題，我們即設法為你加以回答。對於這種情況，你應仍抱有一份希望。

第四類：你可能擁有一個令你完全失望的丈夫。他被送往一個又一個的機構。他有暴力傾向，或者一喝醉了就顯得十分瘋狂。有時候，他從醫院出來，在回家的路上也喝起酒來。或許他已有酒精中毒所引起的胡言狂語。醫生可能搖頭嘆息，勸你趁早把他送到瘋人院去算了。或許你已經不得不把他送走。這種場景不一定那麼的黯淡。我們許多人的丈夫正是如此病重，但是他們還是康復了。

現在我們再回頭看第一類的丈夫。奇怪的是，他往往是很難搞定的人。他喜愛喝酒，杯中物激起他的想像力。喝酒時，他覺得與朋友們更親近。只要他不過分，或許你也享受和他一起喝酒的樂趣。你們圍著壁爐，邊喝邊談，共同度過許多個良宵。或許你們兩人都喜愛酒會，一致認為沒有酒的宴會是多麼無聊。我們本人也享受過這樣的良宵美景，感到非常愉快。我們都知道酒是交際應酬的潤滑劑。我們有些人，但不是全體，都認為適當的飲酒，有益無害。

成功的第一個原則，是你絕對不應該憤怒。那怕你的丈夫令人無法忍受，而你不得不暫時離開他，但是可能的話，你應該不要心存怨憤的離去。忍耐與良好的脾氣是非常需要的。

我們其次一個想法就是，你絕對不應該告訴他，他必須要做什麼來應付有關他喝酒的事。假如他認為你是一個嘮嘮叨叨或令人掃興的人，你要做得成功而發揮用處的機會等於零。他會以這個做藉口，喝更多酒。他會對你說他被誤解了。這樣可能導致你有多個寂寞的晚上。他可能尋求別人來安慰他，不一定是另一個男人。

要堅持你丈夫的喝酒不致於破壞你與子女或與朋友之間的關係。他們需要你的陪伴與幫助。雖然你的丈夫繼續喝酒，但要擁有一個充實而有作用的生活是可能的。我們認識有些婦女，她們在這些情況之下，無所畏懼，甚至於還愉快地生活。不要把你的心置於改造你的丈夫，不論你是多麼努力地嘗試，你可能做不到。

我們知道，有時候難以遵行這些提議，但是如果你能照著作，你將會免除許多傷心欲碎的苦惱。你的丈夫可能轉而感激你的理性與忍耐。這樣子，便可打下了基礎，友善地談論有關他酒癮的問題。設法使他自已提出話題，在這樣的討論中，你絕對不可以作批評，而要設身處地為他想一想。讓他體察到，你想對他有所幫助，而不是有所批評。

一旦開始進行討論時，你或許可建議他閱讀這本書「戒酒無名會」，或至少閱讀其中有

關酒癮疾病的篇章。告訴他，你一直都憂心得很，雖然這可能是沒有必要的。你認為他應該多了解這個問題，因為每一個人應該清楚明白，喝酒過量可能引起的危險。向他表明，你相信他有能力戒酒或自行節制。對他說你不想掃他的興，而只是要他照顧他自己的健康。這樣子，你將可能引起他對於酒癮問題的關心與興趣。

在他所認識的朋友中，可能還有好幾位酒癮患者。你或許可以建議你們兩人一起去關心他們。喝酒的人樂於幫助其他喝酒的人。你的丈夫可能願意與他們當中某些人談一談。

如果這種方法還不能引起你丈夫的興趣，最好先別談這個主題，但在一次友善的談話之後，通常你的丈夫會自動地回到這個話題上。這個可能要耐心等待，但是值得這樣做。同時，你也許可以設法幫助另一位嚴重喝酒者的妻子。如果你按照這些原則去做，你的丈夫可能戒酒，或是自行節制了。

假設你的丈夫屬於前述第二類的話，你該怎麼辦呢？你應該以適用於前述第一類丈夫所提及的相同原則來實行。但是，在他下一次飲酒作樂以後，問他是否真的想要從此不再喝酒。不要叫他為了你或為了其他人而戒酒，只是問他本人是否「想要」解決喝酒的問題？

他很可能想要。這時候可以讓他閱讀你手上這本書，並告訴他你發現的有關酒癮問題的真相。讓他明白，寫作這本書的原作者們，都是酒癮患者，他們明白酒癮的問題。向他敘述

你曾閱讀過的幾篇有趣的故事。如果你認為他對於精神生活方面不習慣而感到害羞的話，就請他先閱讀關於酒癮疾病的那一篇文章。然後，他可能會有足夠的興趣，繼續閱讀下去。

假如他表現得熱心，你的合作將有極重要的意義。假如他半冷不熱，或認為他不是一個酒癮患者，我們建議你最好不要管他。不要強迫他實行我們的康復計劃。種子已經撒播在他的心田裡面了。他知道有成千上萬的人，像他自己一樣，都已康復過來了。但是，在他喝了酒之後，可別向他提起這些事，因為他可能會發怒。你可能遲早會發現他重新再閱讀這本書。要等到他反覆摔倒的經驗說服他，自己必須採取行動。因為，你越是催迫他，則他的康復時間越拖越長。

假如你的丈夫屬於第三類，你可能生活於幸運之中。由於確信他想要戒酒，你可以喜樂地把這本書帶給他看，好像你發掘了石油那樣高興。他可能不會分享你的熱心，但是他幾乎會閱讀這本書，而且可能立刻去參與這個康復計劃。假如他的反應並不是立刻如此，你也可以不致於等待太久的。再次提醒你，不應該催促他。讓他為自己決定。以愉快的心情陪著他多過幾次的飲酒作樂。只有在他提出問題時，才可同他談到有關他的情況或是這本書。在某些情況下，更好的辦法是由家庭以外的人奉上這本書，他們能要求他採取行動而不致於激起敵視的情緒。假如你的丈夫在其他方面是正常的，在這個階段中你有良好的機會了。

你可能認為，屬於第四類的人，就是沒有希望的，但並不是如此。戒酒無名會許多人以前都像那樣，被眾人所遺棄，注定了要慘敗。想不到這樣的人卻得到顯著和有力的康復。

當然也有例外。有些人深受酒精的損害，竟致無法戒酒。有時候由於其他的毛病，引致酒癮問題更加複雜了。一個好的醫生或一個好的心理治療專家可以告訴你，這些複雜的問題是否嚴重。不論如何，都要設法讓你的丈夫閱讀這本書。他的反應可能很熱心。假如他已經被收留在一個醫療機構，但是他能說服你和你們的醫生相信他說話算話，不妨給他一個機會試用我們的方法，除非醫生認為他的精神情況太不正常或危險。我們具有相當的信心，提出這個建議。多年以來，我們一直接觸過不少被收留在醫療機構的酒癮患者。自從這本書初次出版以來，戒酒無名會已經從各種瘋人院及醫院中，解救了成千上萬的酒癮患者，其中絕大多數人不再走回舊路。上蒼的力量是何其深奧！

或許你也碰過完全相反的情況。也許你的丈夫應該被收留進醫療機構，但卻還逍遙在外。有些人不能或不願意解決酒癮的問題，當他們變成過於危險時，我們認為最好是把他們關起來，當然這樣做還得先請教一位好醫生。這樣的人的妻子和兒女固然受到可怕的痛苦，但還不會比這些人本身所受的痛苦更嚴重。

但是有時候，你必須重新開始生活。我們認識的一些婦女已經這樣做了。假如她們採取

一種精神生活的方式，她們要走的道路會更暢順一些。

假如你的丈夫是一個酗酒的人，你可能擔心別人在想什麼，因而討厭與朋友見面。你越來越內向，認為每一個人都在討論你的家庭情況。你避免談論喝酒的話題，甚至於不願與你的雙親談到這個話題。你不知道該向子女說些什麼。當你的丈夫情況惡劣時，你變成一個全身顫抖的隱士，希望那個電話從來未被發明才好。

我們發現，大多數這些尷尬是不必要有的。你不需要太詳盡地談論你的丈夫，而可以靜靜地讓你的朋友們知道他那種疾病的本質。但是，你一定要小心不能讓你的丈夫受到尷尬或傷害。

當你已經小心翼翼地向這些人解釋他是一個病人，你會形成了一種新的氣氛。隨著同情與了解的增進，你與朋友之間的隔閡將會消失。你不再會難為情，或覺得你必須要為丈夫懦弱的品格而道歉，他可能是很好的人，而絕不是個懦夫。你的新勇氣、良好的氣質、和不再感到難為情，將使你在社會生活方面產生奇蹟。

在與子女相處時，同樣可以應用這類原則。除非他們真正因父親而需要被保護，當他喝酒時與子女們發生爭吵時，最好不要偏袒任一方。要盡量促進互相之間更佳的諒解。如此，每一個有喝酒問題的人，他家中那可怖的緊張氣氛將會鬆弛一些。

你往往覺得有義務告訴你丈夫的僱主和朋友，指出他生病了，而其實那時候他是喝醉了。要盡可能避免回答這些詢問，無論何時，只要可能，讓你的丈夫自行解釋。他們有權利知道他在何處，並知道他正在做什麼，你對他的保護不應該引致你向這些人撒謊。當他不喝酒而心情好的時候，與他討論這個問題。問他假如他再一次陷你於這種情況裡，你應該如何做。但是要小心，對他上一次做過的事，不要怨恨。

還有另一種令人癱瘓的恐懼：你可能害怕你丈夫會失去他的職位。你想的是，你和子女將會遭遇到不名譽和艱難的日子。這種經驗可能降臨於你身上，或許你已經有過好幾次這種經驗。假如再有這種事情發生的話，不妨用新的眼光來看它，或許這會是因禍得福！它可能使你的丈夫想要永遠戒酒了。而現在你知道，只要他願意，他就能夠戒酒。一次又一次證明，這些嚴重的不幸對我們來說，曾經是一種恩惠，因為這些情形開啟了一條路徑，這條路徑通往至發現上蒼的地方。

我們已經在其他地方提過，人一旦生活於精神的層面上，在各方面都會過得更好。如果上蒼能夠解決自古以來有關酒癮問題之謎，祂也能夠解決你的難題。我們做妻子的發現，像其他人一樣，我們受苦是由於驕傲自卑、虛榮、以及所有以自我為中心的人擁有的特徵，而且我們不能完全免於自私和不誠實。我們的丈夫開始在生活中應用這些精神原則時，我們開

始了解自己也這樣做有何好處。

起初，我們有些人不相信我們需要這種幫助。大體言之，我們認為自己都是很好的婦女，假如丈夫戒了酒，我們能夠變得更好。不過，如果說我們好到不需要上蒼，那就是愚妄的想法了。如今，我們設法在我們生活的每一個環節中，實踐這些精神性的原則。一旦我們這樣做，就會發現也能解決我們的難題，隨之而來沒有恐懼、憂慮和傷害的感覺，真是一件奇妙的事情。我們勸你試行我們的康復計劃，因為沒有任何事物能如同徹底改變對丈夫的態度一樣，對他那麼有幫助的，上蒼會向你顯示怎樣能獲得那種徹底改變的態度。假如你能夠的話，和你丈夫攜手同行。

如果你和你的丈夫對喝酒有關的迫切問題，找到一個解決方法，你們當然會感到非常快樂。但是，所有的問題不會立刻得到解決。種子已經開始在新的土壤裡發芽，但是生長只是開始而已。儘管你們有新發現的快樂幸福，難免還會有上下起伏的。許多老問題仍然還在你們的身邊，事實都是這樣的。

你和丈夫的信心與真誠將會受到考驗。這些試鍊應被視為你們受到教育的一部分，因為這樣子你們會學習生活。你們免不了會有錯誤，但是如果你們是認真的，就不會因這些錯誤而潰敗。相反的，你們會把這些錯誤化為你們的本錢。一旦克服了這些困難之後，一個更好

的生活方式將會出現。

你會遇到的障礙包括激憤、傷害的感覺和怨恨等。你的丈夫有時候會不可理喻，而你想要批評他。在家庭中的地平線上興起的一個小黑點，可能變成滿天烏雲而引起雷聲隆隆，大雨傾盆。這些家庭的紛爭非常危險，尤其是對你的丈夫更加有害。你必須常常背負起設法避免這些紛爭，或是加以適當節制的擔子。切勿忘記，對於酒癮患者而言，怨恨乃是一種致命的危害。我們並不是說，每當與丈夫事實上有意見相左時，你一定非同意他不可。只是要特別注意，不要以怨恨或批評的心情而不同意。

你和你的丈夫將會發現，你們處理嚴重的問題，比處理瑣碎的問題更容易。下一次，你和他的討論變得熱烈時，不論是什麼話題，你們兩人都應該榮幸地微笑著說：「這個討論越來越嚴肅了。很抱歉，我覺得擾亂，不如我們遲一些再談這個問題吧。」假如你的丈夫正盡力在精神生活方面的基礎上生活，他會盡力避免衝突或爭論。

你的丈夫知道他虧欠你的不只是保持清醒而已。他想要設法彌補，但是你不可以期望太多。他思想和處事的方式，乃是多年累積而成的習慣。忍耐、寬容、諒解和愛心，就是最佳的標語。你先對他表現了這些美德，然後他也會向你顯示同樣忍耐、寬容、諒解和愛心的。和平共存是一個準則。假如你們雙方都表現出誠意，要改正自己的缺點，也就不需要彼此互

相批評了。

我們女人都帶著一幅理想男人的圖畫，希望擁有心目中的理想丈夫。天下間最自然的事就是感覺到，一旦他酒精的問題獲得解決，他就更加符合你所懷有的理想。問題是，他可能做不到。正像你自已一樣，他現在才開始成長而已，要有耐心。

我們大概會有另一種感覺，就是心中存有一種怨恨，因為愛心與忠信也不能治好我們丈夫的酒癮問題。我們都不願意相信，自己幾年以來努力應付的事，代之以某本書上所描述的，或另一個酒癮患者所實踐的，就能在數星期時間大功告成。在這種情況的時候，我們忘了酒癮原是一種疾病，而我們不可能有任何力量應付。你的丈夫會是第一個說出是你的摯愛和照顧帶他到可以獲得精神生活體驗的地方，若是沒有你，他可能早就粉身碎骨了。當你興起了怨恨的思想時，暫停一下，並珍惜你從上蒼獲得了多少幸福。畢竟，你的家庭已重獲團圓，酒精已不再是個問題了，而你和你的丈夫，正攜手合作，朝著未曾夢想過的未來而努力。

另一個困難是，他給予別人的關心，尤其是關心別的酒癮患者，可能引起你的嫉妒。你一直渴望著他陪伴你，而他卻花費許多時間來幫助別人和他們的家人。你覺得他現在應該屬於你。事實上，他應該努力協助別人，來保持他本人的清醒。有時候，他是那麼有興趣地幫

助他人，竟變得真正疏忽了你。你的家中充滿了陌生人。你可能不喜歡其中某些人。他們的困難使他大為激動，但你的困難他可能視若無睹。如果你指出這一點而又催迫他更加注意你自己的話，將不會有什麼好處。我們發現，如果他熱衷於有關酒癮的工作，而你偏在他的頭上澆冷水，這是一個真正的錯誤。你應該盡可能的與他共同努力一起工作。我們建議你不妨把你的思想，轉向他新酒癮朋友的妻子。她們需要的正是有你這種經驗的婦人，能提供的輔導與愛心。

說真的，可能你和丈夫的生活已經太孤單了，因為喝酒往往使得酒癮患者的妻子陷於孤獨的隔離。因此，你和你的丈夫一樣，可能需要培養一些新的興趣和一個大的目標而生活。假如你和他合作，而不抱怨的話，你將發現他過度的熱心會緩和。你們兩人都會醒覺到對他人一種新的責任感。你和你的丈夫一樣，都應該想到你們能在生活中注入一些什麼，而不是從中能獲取些什麼。無可置疑，如果這樣做，你們的生活一定會更加充實。你們將捨棄舊的生活，而找到一個更好的生活。

或許，你的丈夫會在新的基礎上作出一個令人滿意的開始，但是正當一切事情都美好地進行時，他醉醺醺的回家，使你大為驚慌。如果你因為他真正想要戒酒而感到滿意的話，你就無須恐慌。雖然沒有舊病復發是再好不過，正如我們許多人的丈夫那樣，但在某些情況

下，再度喝酒也不見得是一件壞事。你的丈夫將會立刻觀察到，假如他想要活下去，就必須加倍努力投入於精神上的各種活動。你無須提醒他關於他精神生活方面的不足，他會知道的。鼓勵他振作起來，並詢問他，你能夠怎樣對他更有幫助。

最輕微的恐懼或不耐的跡象，都可能減少你丈夫康復的機會。在他軟弱的時刻，很可能以你不喜歡他吃喝玩樂的朋友作為一個根本不足以為藉口的藉口，而喝起酒來。

我們絕不要嘗試安排一個人的生活，為了要保護他免於誘惑。就算你為了使他免受誘惑，而稍稍地管理他的約會或事務，終會被他發現的。要使他覺得絕對自由，來去自如，這是一點。如果他喝醉了，你不要責備自己。上蒼或許已經除去你丈夫的喝酒問題，或許祂根本尚未除去你丈夫喝酒的問題。如果他的喝酒問題尚未除去，則立刻發覺便更好。於是，你和你丈夫便能夠著力於深入一些基本原理而實行。假如想要防止他再犯，可以把這個難題，以及其他的每一樣事物，都託付於上蒼的手中。

我們了解到，我們已經給你們提供了很多的啟發和忠告。我們可能像是在發表演講一樣。果真如此的話，我們向你們道歉，因為我們自己也不喜歡聽人這樣發表演講。但是，我們所提到的，只是基於經驗，其中有些是痛苦的經驗。我們經過了艱難的途徑才學習到這些事物。所以，我們迫不及待的要你們了解，以便避免這些不必要的困難。

所以，對你們可能很快會加入我們行列的人，我們要說：「祝你們幸運，願上蒼祝福你們。」