

♥ 爱的秘密 ♥ 性的秘密 ♥ 和谐的秘密

让爱情来敲门

〔德〕库尔特·特佩魏因著 韩燕译



浙江人民出版社

[德] 库尔特·特佩魏因著 韩燕译

让爱情来敲门

浙江人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

让爱情来敲门/(德)特佩魏因著;韩燕译. —杭州:浙江人民出版社, 2005.5
ISBN 7-213-02607-0

浙江省版权局
著作权合同登记章
图字:11-2002-47号

I. 让… II. ①特…②韩… III. 恋爱心理学—通俗读物 IV. C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第022177号

原书名:Die Kunst der Partnerschaft—Das Geheimnis von Liebe, Sexualität und Harmonie

作者:Kurt Tepperwein

原出版社:F.A.Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH

Copyright © 2000 F. A. Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH, München

Obtained by HERCULES Business & Culture Development GmbH, Germany

本书中文简体字版由德国F.A.Herbig Verlagsbuchhandlung授权浙江人民出版社独家出版发行。版权所有,不得翻印复制。

让爱情来敲门

[德] 库尔特·特佩魏因 著 韩 燕 译

浙江人民出版社出版

地址:杭州市体育场路347号

邮编:310006

浙江印刷集团有限公司印刷

开本:880×1230毫米 1/32

字数:12万

印张:7.25

插页:2

2005年5月第1版

2005年5月第1次印刷

ISBN 7-213-02607-0

定价:16.00元

责任编辑 陈巧丽

整体设计 王 坚

封面设计 王 坚

责任校对 张谷年

版权所有 违者必究

[目 录]

引 言 / 1

第一部分 爱的艺术 / 9

相关链接 言论:爱情

第二部分 被爱情擒获 / 27

渴望爱的激风 / 28

遭遇唐璜式的男人 / 33

激情过后…… / 40

相关链接 言论:爱情

第三部分 寻找那个合适的他(她)[上篇] / 45

寻找那个合适的他(她) / 46

热恋也是爱吗? / 49

性能取代爱吗? / 51

爱不会从天而降 / 55

爱的定律 / 59

从热恋到真爱 / 62

相关链接 言论:婚姻

第四部分 寻找那个合适的他(她)[中篇] / 73

调情有益 / 74

求爱 / 88

理想情侣 / 91

第五部分 寻找那个合适的他(她)[下篇] / 99

为什么没有人理解我 / 100



love love love love love

目 录

害怕被拒绝 / 105

我的梦中情人何时到来? / 110

赢得好感 / 116

性行为——试金石+性恐惧 / 119

相关链接 言论:婚姻

第六部分 化解爱的危机 / 133

内心彷徨 / 134

独处 / 141

夫妻关系的危机时刻 / 148

第七部分 男人和女人 丈夫与妻子 / 161

聪明的妻子和成功的丈夫 / 162

男人的典型一生 / 165

女人的典型一生 / 169

为什么我们会有外遇 / 173

相关链接 言论:男人和女人

第八部分 嫉妒是爱情的坟墓 / 185

嫉妒究竟是什么 / 186

嫉妒和爱 / 203

第九部分 为爱情高歌 / 217

结束语:爱——通往自我最快的一条捷径 / 227

引言

许多人都认为：爱情的发生是件偶然的事。如果谁幸运，爱情就会降临到他身边；要是谁运气不佳，爱情就与他擦肩而过了；又或者，他所传达的爱的信息久久得不到回应，一如石沉大海。但无论怎样，自己对此是无能为力的。关于这些看法，我想我不能赞同。如果说，爱情是一种艺术，那么它需要我们掌握与此相关的知识，需要我们为之准备并付诸积极的行动。

在这里，最关键的问题是，大多数人只对自己得到了多少爱感兴趣，他们希望自己首先被爱，却往往忽视如何去展示爱的能力。他们想方设法以更可爱的形象出现在众人面前，比如，女士们把自己打扮得更靓丽——她们化妆，穿上时髦的衣服，洒上迷人的香水；也许，她们还很注重自己是否举止优雅；她们受过教育，有教养，谈吐幽默风趣，还很勤奋地学习





交际……所有这些,都是为了赢得更多异性的青睐。这其中只有很少一部分人在积极准备给予别人更多的爱,并用心学习如何去爱。

或者,许多人还认为,在爱情中没有什么需要学习的,能否获得爱与我所拥有的爱的能力无关,而完全取决于对方,当我遇到了“那个他”时,爱情就自然而然地到来了等等。也许人们忘记了爱情就是付出和收获,而美好的爱情总是以付出开始的。我们的第一次付出往往就是我们留给对方的第一个好印象,但这只是我们的外表,仅凭这一点爱情不会长久。如果我们想真正地去经历爱,去感受爱的过程,接下来我们应该做的,就是立即行动起来去付出更多的爱,因为爱的全部奥秘就在于付出、给予和奉献。

事实正是这样,当我们将自己塑造成为心目中理想伴侣的时候,我们才有可能遇到理想中的“那个他”。只有当深藏于我们内心的“伟大之爱”被发掘,我们才能遇到“伟大之爱”。如果我们的相遇发生在“此”之前,我们就会感到充满痛苦,毫无意义。所有这一切,是因为当我们呼唤出我们的内心之爱后,我们将不再需要爱情华丽的外衣,正如“共鸣定律”所指出的,我们让真爱停留了,并常驻心间。

因此,我想,婚姻生活的全部意义就在于,我们

的“那一位”让我们看到了自己的不足,让我们意识到我们还不那么“健全”,还不是自己心目中的理想伴侣,而两人之间对各种问题的交流和争论会将我们逐步引向那个完美的“自我”,并帮助我们最终实现“自我”。因此,我们完全可以将现在拥有的“这一个”视为最适合于我们的“那一位”,尽管我和他或多或少都不那么完美,但无论我们是否已经意识到,无论我们是否愿意,其实我们已并肩行进在一条通往共同完善的路上。

在这路途中,我们彼此一再地面对自身的“存在状况”(Sosein),我们互相搀扶、踉跄前行,直到每个人都完全塑造成为“他的自我”(er selbst)。此时,我们已经走完了实现“自我”的历程,我们忽然发现自己已经是对方心目中那个理想的“他”(“她”)了,一个充满生机、和谐幸福的婚姻生活亦随之诞生。这时候我们彼此不再需要更多的东西,拥有一切的满足感簇拥着我们,我们生活在自在的真我中,仿佛置身于爱情伊甸园。

可事实上还有一种情况:我们已经从爱侣那儿得到了很多的爱,但我们却没有感到真正的幸福。这是为什么呢?因为要体会到幸福,还需要有敏感的心灵去感受和奉献爱。然而在这寻求爱的过程中我们究竟得到了什么呢?我们会因此变得美丽、有成就、



获得金钱和权力、被爱、被钦佩吗？不，都不是，原因只在于如果我们不去给予和感受爱，我们的心灵就会空虚，灵魂就会枯竭，而幸福就更遥不可及了。

因此，那些终日沉溺于柔情蜜意、卿卿我我、离开了对方就不能生活的夫妻并不是我所指的理想爱侣，理想的夫妻应该彼此心灵相通，对对方没有更多的索取，生活在一种互动完善的美好状态里。

这里有个小故事也许能给我们的思考带来一些答案。有一位先生终其一生都在寻找理想中的情侣，他很富有也很有声望，可是一直单身。耄耋之年时有位记者问老人，你这么多年的寻找是否没有结果？老人说，不，我早就找到了，在我三十岁那年，我遇到了心目中的“她”，可遗憾的是，她也正在寻找心目中最理想的那一位。

也许在我们的周围，有很多人就像这位老人，一直在寻觅爱情电影中所描述的理想伴侣，可是他们从来没有想过，如果我们先将自己塑造成为一个理想伴侣，我们就可以根据“共鸣”原理来吸引住那个“他（她）”。重点不在于找到哪一位，而是要在婚姻生活中做一个恰如其分的人。发掘爱的奥秘，好似你到处寻找的眼镜，其实正戴在自己的头上，你到处寻

找的钥匙圈，却发现握在自己的手中。我们大多数的人一再寻找合适的人，而整件事情的关键却在于自己做个合适的人。因此，很多人在寻找的时候，其实是应该努力学习——学习首先成为那个自己心目中的理想人物。对于这个生活阶段来说，我们现在所拥有的这一位就是我们理想中的“那一位”，你瞧，为了使自己成为我们生活中完美的那一个，他（她）正在全神贯注、孜孜不倦地学习着这篇文章。

在生活中，我们还常会犯下这样的错误，即我们总是在寻找着爱的外在。我们希望被爱，当我们被爱的时候我们常常无意识地渴望得到孩提时代那种母爱的感觉，那时我们被细心照料，内心充满了安全感。我们希望有人能像父母一样地爱我，并且无论我做了什么都认为我做得很好，当我在歧途时，这种爱能指引我，而且能帮助我建立良好的自我形象。他们要永远支持我的独特性。他们应该总是告诉我，无论我做了什么，他们都永远爱我——无论我有多好或有多糟，我们永远不用怀疑他们会不爱我，从前不会现在也不会。也许这种期望可以理解，然而，我们应该明白：我所能收获的爱只能与我们所付出的保持等值。母亲为我们付出的爱是对生活的“预支”，当我们成年的时候，我们应该返还。我们必须明白人生怎么栽种，才能怎么收获。请结束仅关注于自己得到





了多少爱的错误看法吧,让我们行动起来,去付出自己的爱,让我们在爱的交流中感受内心的愉悦,将自己塑造成一个充满了爱心并具有爱的能力的人,只有这样我们的生活才会充实和丰富。但是如果除此之外,我们还得到了更多的爱,那么我想一定是生活赐予我们的额外礼物。

有些人害怕寂寞,感到没有伴侣就没有了生活能力。他们没有信心自己去追寻幸福,总希望与另一个人的共同生活能够排遣内心的孤独寂寞。然而,两个不幸的人在一起,并不能给彼此带来幸福,因为他们终日陷于再次失去对方的恐惧中,正如我们所知,寂寞、惶恐并不是真爱的基础。

一个人如何去爱的能力展示了他(她)心智的成熟与否,虽然有人喜欢将爱情比作美丽的花朵,是在它结成硕果之前人们从生活之树上仓促采摘下来的,但事实上这样的描述却和爱的实质没有什么关系,因为爱的实质是付出和给予。

美国著名作家嘉克琳·苏珊说过:“姑娘要找的新郎总是那种洞悉自己前进道路的人,懂得自己应该如何周围这个小世界和大世界中行动的人。她希望有个男人不仅能决定他自己的前途,也能极大地影响到与他一起生活的女人的前途,并能为实现这一前途而竭尽全力地去奋斗。他如同一个紧握马

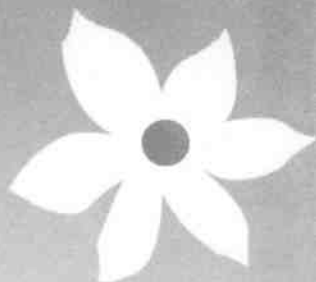
车缰绳的驭手,尽管前进的道路很长,而且铺满了碎石和荆棘,但他都能使坐在身边的姑娘放心。而这一切问题的解答对于一个有见地的姑娘来说并不难,只要在倾心交谈中稍加注意,便唾手可得。”是的,今天的很多女士,她们非常优秀,已经具有了独立的经济能力,在寻找到心目中的爱情之前,她们宁愿选择过着单身的社会生活,甚至宁愿选择自己带着孩子。爱的含金量在今日越来越被珍视,自从爱不再仅仅为了传宗接代以来,人们对这种艺术的要求正变得越来越高。



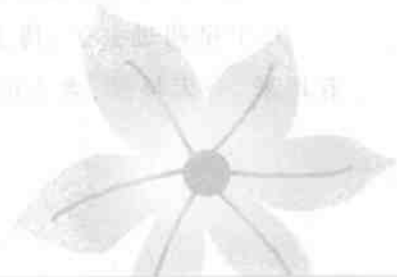
◎ 爱情就是山顶上的那个寂寞小屋，在那儿你只能找到你随身带来的东西……

◎ 爱情童话不知扼杀了多少曾经美满的婚姻生活，它没有教导我们为幸福积极地去付诸行动，却把我们带到了一个坐享幸福的死胡同里……

爱 的 艺 术



第一部分 爱的艺术



人人渴望爱

在书的开头,让我们先来看一个真实的故事。

我认识一个女人,在与她丈夫历尽了劳动、思虑和生活的艰辛、做了五个孩子的母亲之后,成了寡妇;她的内心充满了悲伤,她和他曾经多么相亲相爱,形影不离。他的突然逝世对她的打击太沉重了,她变得十分孤苦。

一次,她来到玛莉约博士那儿,说:“我不相信我将永远看不到他了,因为我不论走到哪里,都能听到他的声音。此刻,他的笑声萦绕在我的耳际,他那饶有风趣的言语无时不回响在我们小小的居室里,他的影像伴随我入梦;我想他,快要疯了!”博士注视着她。她满头银丝,皱纹纵横,至少有七十岁高龄了。博士把她拉到自己跟前,用手轻轻抹去了老人脸上的泪水,说:“夫人,亲爱的,这就是生活,请相信,他会永远活在你的记忆中,同生死,共患难。”老人说:“我常常久久地呆坐在他的书房里,在他的书堆里,伴着他的音容笑貌度着令人陶醉的时光,曙光初露,我抚摸着他的遗像进入了甜美梦乡。”

几个星期过去了,博士一直想再见到她,她却沒有再来。一天早晨,老人的大女儿及其丈夫突然站在



她的面前，泪流满面地对她说：“夫人，我们的母亲去世了。我们发现她安详地坐在先父的书桌前的椅子上永远地去了。她的两眼盯着父亲的遗像，头微微地斜靠在椅背上，就如同父亲去世时一样。”他们说完，就出去了。玛莉约博士关上房门，猛地转身伏在床头上恸哭起来。

是的，我们每一个人都会被这样的爱情感动，也深深地渴望获得这样的幸福。在今天，妻子和丈夫在一起共同生活的时间比以往任何时代都长，他们之间身心的接触和交流也更为密切，我们对高质量爱情的希冀也比以往任何时候都强烈。以往夫妻俩生活在各不相同的两个世界里，他们的共同生活也被限制在一个很短的时期。一百多年前，一桩婚姻的平均寿命仅为十五年，此后，往往就会因为配偶一方的去世而宣告结束。那时，人们每日劳作十二小时，每周工作六天，根本没有休假的概念。人们几乎没有时间去彼此关注。当然，在那时的教育状况和社会环境中夫妻之间也根本不可能拥有自我实现和发展的自由。

人类的婚姻形式是与社会生产力、社会进化水平密切相关的；在原始、落后的生产状况下，人们混杂在一起对付天灾和敌害，与其适应的是群婚杂交；



当畜牧业、农业逐渐发达时,人们从山洞走向木构的巢穴和营造的土房中,进行对偶婚。之后随着农业的进一步发展,手工业的出现,人的自治力增强,家庭缩小,一夫一妻制应运而生。但实际上,婚姻在很长一段时间里就是两个人赖以生存的“生活合作体”,妻子从中得到了依靠和庇护,丈夫也由此拥有了合法的性生活。那时,妇女处于和男子不平等的地位,而且并不是所有的成年人都被允许结婚,未婚同居更是不可想象,在那些年代将性生活和生育联系在一起是一件非常自然的事情。而所有这些观念在最近的几十年里发生了巨大的变化,这些变化迅猛而无序,使人们迷失了生活的方向,而生活节奏的加快,又导致现在的人们很少有时间去学习和调整自己以适应这种变化。

把爱情作为婚姻或者“生活合作体”的基础,这在人类历史上还是近现代的事情。今日,人们对夫妻生活的要求更高,期望值更大,但我们至今还没有机会去学习这方面的相关知识,而更关键的是我们一直认为在夫妻生活中并没有什么要学的。其实,要赢得美满和谐的夫妻生活不是一件简单的事情,我们必须经过学习唤醒爱的意识,激活爱的能力。

有些人认为爱仅仅是一种美好的感情,不相信夫妻生活中除了感情之外还有其他的东西。因此,如