



众流沧海 | 心智馆

[德] 克里斯蒂娜·科勒 / 著 高玉 / 译

异床族

两地分居的爱情是异床族的权宜之计还是永不落幕的生活模式？他们如何保持亲密关系？



吉林出版集团有限责任公司

异床族

【德】克里斯蒂娜·科勒 / 著 高玉 / 译



吉林出版集团有限责任公司

First published as "Liebe auf Distanz" by Christine Koller .
© mvg Verlag, FinanzBuch Verlag GmbH, Munich, Germany. www.mvg-verlag.de
All rights reserved.

吉林省版权局著作权合同登记 图字：07-2010-2930号

图书在版编目(CIP)数据

异床族 / (德) 科勒著 ; 高玉译. — 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2011.1
(众流沧海心智馆)
书名原文: Liebe auf Distanz
ISBN 978-7-5463-4519-2

I. ①异… II. ①科… ②高… III. ①生活方式—研究 IV. ①C913.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第247320号

异床族

作 者 [德]克里斯蒂娜·科勒
译 者 高 玉
出 品 人 周殿富
创 意 吉林出版集团·北京汉阅传播
策划编辑 安 忭
责任编辑 宋 春 奚春玲
特约编辑 刘 晨
装帧设计 SDDoffice.com
开 本 880mm×1230mm 1/32
印 张 8.5
版 次 2011年1月第1版
印 次 2011年1月第1次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司
发 行 北京吉版图书有限责任公司
地 址 北京市宣武区椿树园15-18号底商A222号
邮 编 100052
电 话 总编办: 010-63103398
发行部: 010-59443533
网 址 <http://www.jlpg-bj.com/>
印 刷 北京振兴华印刷有限公司

ISBN 978-7-5463-4519-2

定价: 25.00元

版权所有 侵权必究

投稿热线: 010-58480099

目录

引言 / 1

爱情中，快乐幸福与问题担忧相伴相生 / 3

“分开同居”的爱情趋势 / 9

文字游戏：围绕异地恋爱的定义 / 11

著名爱情候鸟 / 15

动物界也有这种著名现象？ / 19

新个人主义还是干脆就是自私自利？ / 21

灵活的工作地点

——乌托邦还是现实？ / 26

奔波的优缺点：一些实例 / 31

是什么让这种爱情模式如此受欢迎？ / 35

新单身者（Solo），但是还能拥有恋情

——拥有一个令人欣慰的背后支持者 / 38

太让人兴奋了：同时身处法国和德国 / 42

距离消除了我对靠得太近的担忧和焦虑 / 47

我们并不总是在一起 / 52

“我可以做我想做的” / 58

“性爱撩人” / 62

“我要自由我要宅” / 67

更自主，更多发现自我的机会 / 77

不用为情侣负责 / 82

我是完全自由的 / 88

坏处得经营管理 / 92

“带孩子与自由的矛盾” / 97

“很多有趣的现象” / 104

有意识地倾听情侣的心声 / 109

丰富的二人生活 / 114

对自我发展有利 / 118

分居两地加固了我们的关系 / 122

远距离爱情的负面影响 / 129

“没有清晨的爱情” / 132

担心：接下来会变成什么样？ / 137

“缺少日常家庭温暖” / 143

问题：伴侣关系的理想化 / 148

“性交后忧郁症” / 152

来自上司的心理压力 / 156
只是去斯图加特做客 / 163
告别时上演的悲剧 / 167
“没有人可以依靠” / 176
两个平行且分离的世界 / 181
对生活质量感到失望 / 186
猜忌和担忧长期存在 / 193
关键：随心所欲地支配自由 / 197
迈克尔幻影 / 202
问题：背叛和寂寞 / 209
“异地恋给我们带来了财政赤字” / 213
思念的痛苦让我内心憔悴 / 218
周末充满了压力 / 223

远距离爱情将会长久持续还是只是“暂时的两人生活”？ / 227

近距离爱情真的更快乐吗？ / 229
为什么半单身半情侣模式失败了？怎样才能使它长期具有吸引力？ / 232
挑战距离 / 244
养孩子和分居同时存在——可行吗？ / 248
远距离爱情：权宜之计还是永不落幕的生活模式？ / 250
到底有没有异地分居性格？ / 253
幸福地谈远距离恋爱的十条建议 / 257

引言

爱情中， 快乐幸福与问题担忧相伴相生

很典型的一个情况就是，尽管拥有爱情，但非周末时床上那另一边却夜复一夜地空着。这就是异地恋爱的写照。几乎人人都知道这种爱情模式，甚至还曾短暂地体验过这一模式，也深知这种生活苦甜相间的镜头：再次聚首让人兴高采烈，二人生活丰富多彩，电话聊天充满浓情蜜语，但是也有被孤单侵袭时，被猜忌攻击时，被绝望包围时：这种爱情生活到底行不行，会不会成功？尽管如此，这种模式却有了越来越多的追随者。如今，已经有五分之一到四分之一的伴侣们过着这种分居生活，这种生活模式出现差不多三十年了，过这种生活的伴侣年龄基本上在三十岁左右。

以前，为了养家糊口，开拓新的销售市场，开发新的领地，商人、水手、贸易旅行者或者外交人员不得不定期离开妻

子儿女外出。众所周知的德国先驱应该是诗界泰斗约翰·沃尔夫冈·冯·歌德。公爵经常派遣他出差，或者他也会自己主动申请去前线，如此一来，他经常与爱人克里斯蒂安娜·符尔迪乌斯一别就是几个月。

通过妇女解放运动，女人们已不再把自己局限于传统的“3K”中——即Kirche（教堂），Kinder（孩子），Kochen（厨房），从此之后，远距离爱情进入了蓬勃发展的时代。当鸳鸯谱大多都由丈夫的老板来点时，那些受教育程度越来越高的妇女们已不愿意待在家里做后盾，而是想出来做一番事业。就像未来发展趋势专家和汉堡—伦敦爱情候鸟马蒂亚斯·霍克茨说的那样，以实现自我和发现自我为中心的“我决定我的生活”的态度会成为现代社会的主流。新奥秘心理学的口号也证明了这一点，它宣扬“做你自己”，“你的需要万岁”，“你的梦想万岁”以及自我成长，某种程度上，它在唤醒积极的自我主义来发现满足感和个人生活中的幸福感。

这种存在着的与追求着的新自由，同样也是对理想中的爱情模式的改革。取代夫妻融合成一个“我们”的传统理念的是：现代夫妻推崇拥有共同的目标，尽管在生活中也有“我们”，但是对于每个人来说，也有自己的“我”。

远距离爱情就是这一逻辑的产物。它给予情侣双方灵活的自由空间，使他们能够无拘无束地按照自己职业上的雄心壮志

向前冲，同时又充分享受这一过程。这种现象的时代东风包括不断变幻的越来越国际化的劳动力市场，以及技术和交通方面的革新：一方面，长途通话以及电子邮件或者在线网页聊天使情侣们的交流更加便捷廉价，另一方面拼车、火车月票或者低价航空公司的便宜机票，都对远距离爱情起到了鼓舞作用。它们使远在伦敦、巴黎以及纽约的情侣们能够负担得起路费。地球变成了一个村庄，情侣之间的距离看起来就只有一步之遥。

尽管可以很快到达对方那里，但是所有的当事人却不停提出同一个棘手的问题：这样到底可行还是不可行？这种小问题并不是短暂存在。并非如此，它时不时地出现在一些敏感时刻。经常会有好心的朋友、父母或者熟人不无冒犯地说：“长期谈异地恋根本不行”，“纯属浪费时间”，“这种爱情带来的压力，最终会导致爱情丧失殆尽”，他们说的几乎都是一些晦气话。真的是这样吗？难道长期来说只有没有距离障碍的近距离爱情才行得通吗？

有时我也会碰到这样的问题。爱情危机导致我不只是在慕尼黑生活。每隔一周的周四或者周五我都会搭乘柏林航空、德意志航空、赫伯罗特航空的航班飞到马略卡岛我的爱人那里。在他回到德国之前，即我们一起去一个小岛上度假沐浴阳光之前，我们在施瓦宾共同生活了五年。知道他的这个想法后，我的兴奋无以言表。但是这次——在我断然拒绝了他提出的让我

移居意大利、澳大利亚或者阿莫尔湖的想法后——我就再也无法成功地拒绝他的提议了。我的伴侣很坚定，想紧紧拴住我，所以我必须跟着一起去。很快，我们就在艺术家聚集的小城德亚（位于西班牙）找到了一块庄园，那里将成为我们下一个家。但是只去了一次后我就胆怯退缩了，回到慕尼黑后，我立马就为自己租了一个小公寓。

我不能也不想走得太远，毕竟我在慕尼黑做记者做得挺好。我很喜欢这份工作，而在马略卡岛却会不知不觉地就放慢了生活节奏。所以，我们就开始了候鸟爱情。起初很兴奋：要组织安排航班、高速火车、出租车、交际以及办公室的一切，在这个过程中总是能够发现很多新鲜事物。最终我们的足迹遍布帕耳马岛上的所有迷人海湾、全景道路、野味养生餐馆和街道上的庆典活动。冬天时，我能够结结巴巴地用西班牙语跟加油站的工作人员交流，也完全能够用西班牙语解决购买太阳镜、睫毛膏、止汗剂和其他物品的问题了，而刚来这里时，我要在摆放这些商品的架子前面逗留好长时间。

“工作日”在第二家乡度过对于我来说已经习以为常，然而在此期间有个问题却不断涌现：这样下去行得通还是行不通？我也试图寻找答案。我采访了心理学家、社会学家、职业专家、爱情研究者以及相关人士，就是想知道：到底有没有永远的远距离爱情？要孩子的需求会不会在这种模式的生活中搁

浅？是不是每个人都适合谈异地恋？或者有没有一种“异地恋性格”？同时，我也想通过和那些异地恋的爱情“候鸟”们和心理专家交流，寻求解决方法和自我帮助建议，知道是哪些原因导致了分手。总之：关注下文中“注意事项”的内容，能为这种两个人的分居奠定稳定的基石，而这种远距离爱情对于其中很多人来说只是过渡形式。那些自信、宽容、时刻准备好就出现的问题进行交流的人，可以将这段感情成功地经营很长一段时间！

最后，我自己的经历也能证明，我五年的分居生活，尽管平衡得很好，也并不是一直充满甜蜜。和每一段感情一样，猜忌思想总是困扰着我。同时有两个家要打理，单是水管问题已经够让我受不了了，更别提填满孤单的时间、生气地讨论生活目标、没有安全感带来的沮丧以及2001年金融危机年我出现的个人金融危机了。另一方面，这种爱情让我能够在慕尼黑和西班牙两地生活，周末过得丰富多彩，工作日的晚上可以写作度过，也可以读书、见朋友或做高强度的运动。我获取了很多新知识，也能更亲密地跟我的伴侣在一起。我们能更有意识地更成熟地相处。有时我也很吃惊，两个人在两个国家之间达到这样一种分离而又平衡的状态是如此容易。是否有一天我们会天天在一起吃饭睡觉呢？目前，来回奔波就意味着让人兴奋同时又丰富多彩的经历！

“分开同居”的爱情趋势

文字游戏：围绕异地恋爱的定义

几年前提到“异地恋爱”这个名词时，迪尔克·施罗德就表示，这是一个多么模棱两可的字眼啊。年轻艺术家们在他们的在线平台www.textgalerie.de上，用诗歌、视频、舞台背景、图片和小说对此作了最详尽的解释。施罗德回顾说：“尽管如此，却只有50%的人看好他们自己的爱情。其他人表示，两人之间有语言障碍，同时存在空间距离，两人的世界渐行渐远。”

如果把这种关系套用在尽管在一起实际上却是分开的两个人身上，大概就可以用Living apart together (LAT)来定义了，即分居共过，这是第一个表达有伴侣同时又单身的名词。和查理斯·格尔美一起为1973年上演的荷兰电影《弗兰克和夏娃——分居共过》改编剧本时，这个词给制片人皮姆·德·拉·帕拉留下了深刻的印象。荷兰女科学家希斯·J.