

西方
畅销书

[德] 米夏埃尔·马利 著
孙常敏 孙汇祺 译

献给爱侣和夫妻们

**The 5
lies of
Love and Marriage**

爱情与婚姻的

5大谎言

上海社会科学院出版社

[德] 米夏埃尔·马利 著
孙常敏 孙汇祺 译

献给爱侣和夫妻们

爱情与婚姻的

大谎言

The 5
lies of
Love and Marriage

上海社会科学院出版社

图书在版编目(CIP)数据

爱情与婚姻的5大谎言/(德)马利著;孙常敏,孙
汇祺译. —上海:上海社会科学院出版社,2004
ISBN 7-80681-403-5

I. 爱... II. ①马... ②孙... ③孙... III. 婚姻-通
俗读物 IV. C913.13-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 017867 号

Title of the original German edition:

Author: Michael Mary

Title: 5 Lügen, die Liebe betreffend

Copyright © 2001 by Hoffmann und Campe Verlag GmbH, Hamburg,
Germany. All rights reserved.

Chinese language edition arranged through HERCULES Business &
Culture Development GmbH, Germany

爱情与婚姻的5大谎言

作 者:[德]米夏埃尔·马利

译 者:孙常敏 孙汇祺

责任编辑:杨 国

封面设计:王培琴

出版发行:上海社会科学院出版社

(上海淮海中路 622 弄 7 号 电话 63875741 邮编 200020)

(<http://www.sassp.com> E-mail:sassp@online.sh.cn)

经 销:新华书店

照 排:南京展望文化发展有限公司

印 刷:上海颀辉印刷厂

开 本:890×1240 毫米 1/32 开

印 张:6.5

插 页:2

字 数:144 千字

版 次:2004 年 7 月第 1 版 2004 年 7 月第 1 次印刷

印 数:0001—6000

ISBN 7-80681-403-5/G·100

定价:18.00 元

版权贸易合同登记号:图字:09-2003-182 号

版权所有 翻印必究

出版说明



作者米夏埃尔·马利是德国一位从事婚姻和个人咨询工作的学者。他在本书中讲述的主要内容是：渴望“长久永存的爱情”，保持“充满情趣的性生活”，充满“不断高涨的激情”，“对惟一‘真正伴侣’的永恒追求”，这是许多人对爱情与婚姻的理想。然而，许多夫妻迟早都会亲身体验到，性激情在他们的夫妻关系中会逐渐淡化下来，甚至彻底消失。尽管如此，上述的理想婚姻观和夫妻观还是一如既往地长盛不衰，这就与实际情况之间存在着某种矛盾。而一些心理学家、科学家和神学家则不约而同地将这种现象认作是婚姻的失败，并将失败的责任归咎于夫妻们本人。他们在“夫妻关系协调”或“创造性生活”的概念下提出了许许多多的解决办法。而正是这些不切合实际的指导和建议，误导了夫妻们，使他们的夫妻关系受到了伤害。作者将这些专家的指导、建议

和一些错误观念归纳为“爱情与婚姻的五大谎言”，并帮助人们如何去发现和识别这些谎言。他相信，夫妻之间激情的减退不仅是十分正常的过程，而且也是夫妻长期关系的一种健康发展。为此他呼吁，夫妻们要保持冷静和宽容的态度，这样他们才能在性欲与爱情之间的矛盾中继续平稳地生活下去。

爱情与婚姻的关系存在于人类各种社会形式中，其存在的某些问题也不分社会形式、地域、种族而具有共同性。我们认为，本书所指出的“爱情与婚姻的五大谎言”，在我们的实际生活中也会不同程度地存在着。将本书介绍给广大读者的初衷，便是希望能为夫妻、爱侣们带来一些有益的启示和帮助。另外，本书毕竟是以西方爱情、婚姻生活观念和社会现实为背景而写的，在某些方面难免与我们的观念和看法存在一定的距离，希望并相信读者们会有分析地阅读此书。

前言 ◀

在当今社会，夫妻双方经常生活在一种不安全、充满怀疑或有罪的感觉之中。夫妻的共同生活因为不堪某些过分的需求和难以捉摸的期盼的重负而苟延残喘，这些需求与期盼正是在夫妻长期的共同生活中常常被同性生活联系在一起。

造成这种不堪忍受局面的，是夫妻相互关系中理当的或可能的情况与实际存在的情况之间存在着某种矛盾。在夫妻双方对相互关系的期望和“专家”的信誓旦旦同夫妻面对的现实可能性之间，始终有着一个极大的缺口。

夫妻们为了弥合这样一个缺口而采取的行动是完全一样的——他们既不会去考虑有关夫妻相互关系的那些传统理想，也不会去考虑任何新的理想。因此，可以证明的是，夫妻关系的种种理想基本上就是关于夫妻生活关系、性行为 and 爱情的谎言。所以，我就把这些谎言称作爱情的五大谎言。

这些爱情谎言是千真万确的谎言，即使它们始终包含着某些真理的片段。这就是所制造

出来的谎言能够得到广泛传播的原因,而真理的火花在于,夫妻双方相互怀疑,同时还会产生负罪感。

但怀疑和过错为那些宣称要创造理想的、符合时代精神的夫妻关系的“专家们”提供了土壤。正如我将要描述的那样,这些专家承诺会找到解决任何问题的办法。而从某种程度上说,实际上正是他们参与制造了这些问题,或者甚至是他们使这些问题更趋复杂化。

认识具有不同表现方式的爱情五大谎言,这不仅对于夫妻双方个人,而且对于夫妻双方的关系都会产生一种如释重负的作用。这种自由是必不可少的,以便夫妻双方能够放心地以一种适合和可能只适合于他(她)们的共同生活形式继续生活下去。

米夏埃尔·马利

于 2001 年 1 月

1 前言

1 导论

5 夫妻关系的现状

6 对夫妻关系的要求

7 夫妻关系的现实性

9 夫妻关系的浪漫化与性爱化

11 谎言制造者

13 专家的利益所在

15 爱情五大谎言一瞥

19 时代变化中的夫妻关系与性行为

21 文化和历史的影响

25 中世纪与市民社会

31 当今的婚姻关系

34 谎言之一：夫妻共同生活的谎言

34 两种夫妻关系——两种任务

38 现代夫妻关系理想的悲哀

41 性行为、夫妻关系和仁慈的上帝

58 作为夫妻关系协调者的心理学家

71 对性行为的重新解释——性学家的工作

80 结合与欲望——一对矛盾

86 具有独立本质的夫妻关系

89 保护夫妻的生活关系

93 性爱化与病态化

95 夫妻关系及其评价

97 性行为和夫妻关系的真实性

99 谎言之二：爱情的谎言

101 只有这样“一种”爱情吗？

104 爱情的表现形式

108 性行为的涉及范围

120 治疗对夫妻生活关系的危害

130 谎言之三：拯救的谎言

130 浪漫主义爱情

136 媒体的谎言

143 谎言之四：技巧的谎言

143 激情的技巧

152 性秘密的终结

155 “密教”——行家的性技巧

158 性行为会终结吗？

160 谎言之五：伴侣的谎言

166 永葆欲望的谎言

169 满足与受挫的谎言

172 矛盾的生活

175 矛盾的道路与定位

- 181 性行为的未来
- 183 作者个人的看法
-
- 186 注释
-
- 195 参考文献

导 论 ◀◀

构成本书的基础是：
除了详细和丰富的专业文献资料和我作为夫妻生活顾问而多年积累起来的工作经验之外，我还同许多夫妻以及夫妻问题专家进



行过无数次的交谈和采访。另外，我还就这一主题利用了新闻媒体的作用。因此，还请读者们允许我在开场白中描述一下我从中得到的个人印象。

夫 妻

下述三点内容是我同夫妻们交谈时反复提到的，而且令我非常惊讶：

第一点：人们对性生活和夫妻关系这样一个复合命题抱有极大的兴趣。在我出版的所有其他著作中，似乎没有一本书中的采访对象对这一话题产生如此大的兴趣和动心。

第二点：夫妻当着对方的面坦诚谈论其相互关系，就像在谈论性行为这个话题时一样，时常会存在着某种羞怯感。

第三点：夫妻在共同生活中因双方抱有许多清规戒律而受到

负罪感和自我怀疑的折磨。

正是鉴于这种明显的不安全感的缘故,大多数夫妻宁愿选择面对面的交谈。在访谈一些夫妻时,起先我可以同时询问一起在场的几对夫妻,但过了几天以后,当我再一次分别询问他们时,就出现了令人惊异的差别。例如,如果在共同交谈中,性生活被认为是“好”或“相当满意”的,那么在个别交谈中,这些同样的夫妻就会给出截然相反的答案,明显偏离了原先正面的积极评价。然后,他表示对性生活越来越感到乏味,而她承认只是在清晨的时候才会和他做爱。因此,夫妻之间因为羞于承认某事,或出于害怕相互伤害或分手,而向对方(和自己)胡乱编造做爱的体会,这似乎是习以为常的事。

调 查

对这个主题调查结果证实了一些让人惊讶的事实。虽然,我以前读过不少有关夫妻关系与性行为的心理学书籍,但是迄今为止,我几乎还没有研究过关于夫妻关系与性行为历史发展方面的信息。这使我发现了一些根本错误与历史辉煌,同时也让我了解到一些无意的错误信息以及有意的谎言,而如今的夫妻关系正是受到了这些谎言的欺骗。除此之外,我还发现了一些科学认识,这些科学的认识在对现实的夫妻关系问题咨询中几乎没有引起人们的重视,因为这些认识跟人们的普遍看法具有明显的矛盾和相悖之处。

这些调查研究的结果被引用到了本书的各个章节之中,它们有助于读者把握一些历史事实,并进一步理解夫妻关系和性行为

的动力。

专 家

与“专家”，尤其与从事心理咨询的心理学家们的交谈令我感到惊奇不已。让人不可理解的是，许多这样的专家居然都将自己的咨询计划建立在一种理想化的和脱离现实的基础之上。不少专家似乎过于偏爱自己的观点，并为自己所提出的思想与理论所陶醉。

所以，比如他们幻想这个时代会造就一些自由的、成熟的或无障碍的夫妻，这些夫妻由于拥有内在的自由、成熟与稳重，所以他们没有理由去寻找夫妻关系之外的性行为。也就是说，他们只会向受到束缚与制约的共同生活告别，然后去实现自身保持夫妻关系的愿望。

尽管这样的观念无论在现实的社会中还是在夫妻的共同生活中都找不到切实的证据，尽管一个无拘无束的配偶是一种思维的产物，在现实生活中压根儿就不存在一个不受约束的人，尽管永远也无法证实内心自由与性关系之间存在一种强制性联系，但是这些专家还认为他们自己的观念和幻想是研究的结果，是有科学依据的，也是可以付诸实施的。

专家们给人留下的印象是，好像他们的想法对所有的夫妻都是实用的。可实际上，他们的思想却扩大了夫妻共同生活中现实与需求之间的鸿沟。这样反而增加了夫妻们的痛苦，因为这些夫妻经过专家的调教现在已经相信，失败是必定无疑的。

心理学家在兜售他们的理想与观念时与神学家与神甫们并

没有多少不同之处，神学家和神甫们虽然否认夫妻之间存在浪漫的爱情，但后来却也把夫妻比作“一个躯体”，想用浪漫的和美化的爱情来引诱上帝。我对这些神学家及其命题也会论及。

媒 体

一篇有点儿让人伤感的文章描述了媒体在推销夫妻关系与性爱这个话题方面所做的尝试。记者们因为面临必须拿出“新闻”的压力而在编辑部忙得不可开交。因此，他们对现实和事实的兴趣远不如他们对社会事件性头号新闻，对引导公众倾向和对提供建议的兴趣。

正是夫妻、专家与媒体在夫妻关系与性爱这个生活领域中形成了一个杂乱无章的混合体，所以才促成了有关夫妻共同生活的一种思想意识，这种思想意识忽视了大多数人的需求与机会，所以从某种程度上说，它对夫妻相互关系来说更多的是弊大于利。

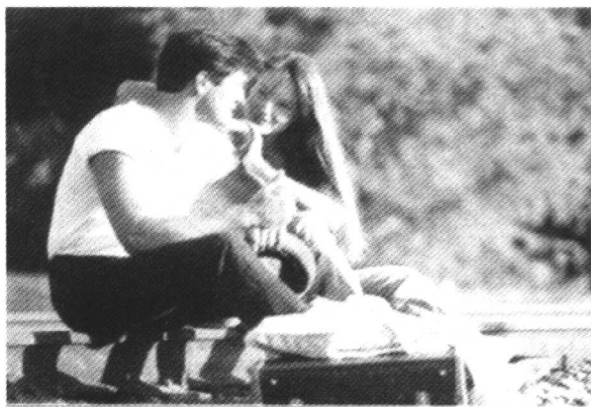
在这几年里，我一直研究性爱与爱情的谎言，因而在这一过程中，我成功地掌握了几乎是每一种这样的信息，这些信息将有助于消除人们的思想混乱，并对夫妻关系产生一种和谐和轻松的作用，同时还有助于保持夫妻之间的长久关系。

性爱、爱情与夫妻关系是一个非常紧张、令人兴奋和富有成效的命题范畴。我希望所有的读者通过阅读本书也会产生类似的紧张、兴奋、认知与自由，它就如交谈对象、讨论参与者和我在讨论这个复合命题时所亲身体验的那样。

夫妻关系的现状 ◀◀

在本书一开头,我就想即刻说明:我对所有的夫妻能有相互和谐的性爱而感到由衷的高兴,我祝愿他们白头偕老,身体健康!

我想特别祝贺一些夫妻:他们在多年的共同生活以后不仅还能品味性行为,而且互相体验到了良好的、满足的与充满快乐的性生活。的确有这样的一些夫妻。



我很乐意能够遇见那样一对让人羡慕和向往的夫妻,他们在经历了数年或十年之久的共同关系之后,在做爱时不仅有“犹如第一次”那样体验,而且“一次比一次”更加完美,“一年比一年”更加强烈。

读者您是否会像我一样怀疑,有没有这样的一对夫妻?您认为这是不是一种过分的理想?如果我们对爱情专家们寄予厚望,那么无论如何都免不了会产生一种超越现实的期望。

对夫妻关系的要求

夫妻一旦识破了爱情秘密,就能够获得一种所谓永恒的、无所不包的爱情。前不久在报纸上刊发的一篇题为“持久的爱情秘密”的记者报道就是这样说的。请允许我引用这篇文章中的一些话,因为它以范例的方式对现代的夫妻关系提出了要求。那么究竟什么才是永恒爱情的秘密呢?

首先,按照美国心理学家亚当·杰克逊的看法,含情脉脉就属于永恒爱情的秘密。不尊重伴侣,爱情是不能存活的,爱情必须抛弃一切条件,只有这样,爱情才可能存在。抚摸与温情表示爱情,公开表白是一对夫妻结合的纽带。谁要恋爱、谁就必须学会放手。此外,爱情还需要忠诚不渝。激情必定能一再点燃爱的火焰,坚信不疑是爱的基础。^①

这一席话初听上去似乎非常悦耳动听,并且完全让人明白易懂的。“是的,就是这样的”,我们想发疯似的呼喊:“我们寻找和需要的正是这样的爱情!”又有谁会对此提出异议呢?

再仔细一读,才觉得这篇文章并没有什么特别的意义。无非就是可以这样来解释下述矛盾:先是要求抛弃所有的条件,然后又列出了一系列的其他条件,比如尊重、温情、开诚布公、忠诚和激情,等等。光期待不附带条件,这本身就已经是一种条件,甚至