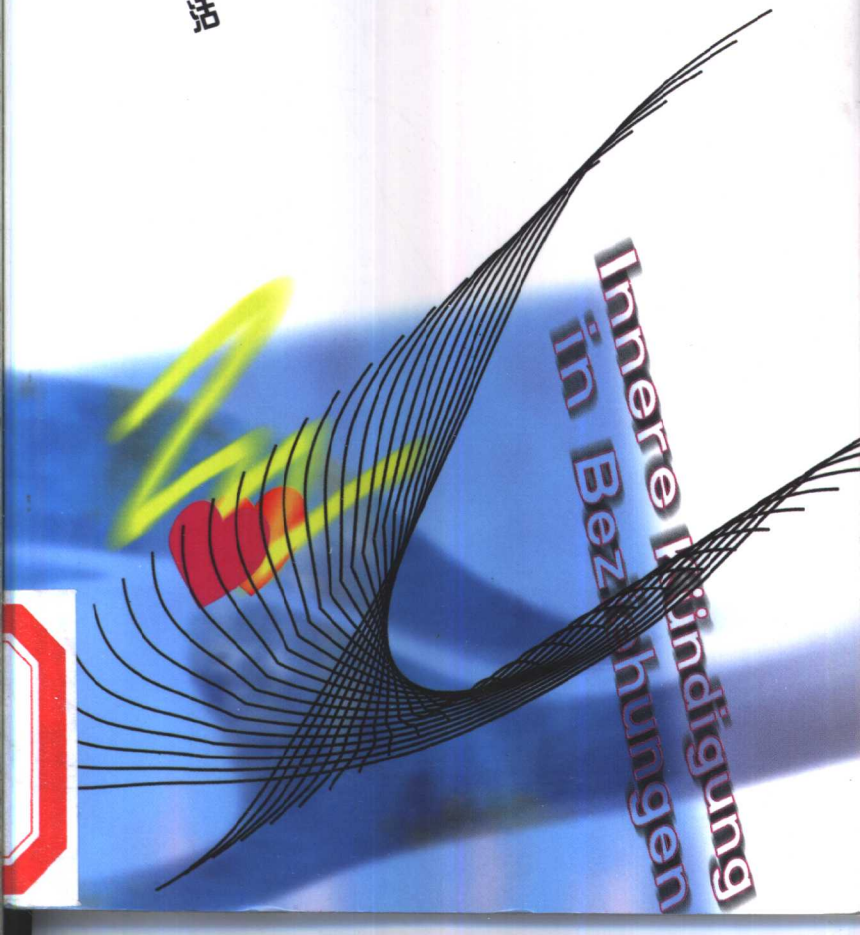
两性关系的内心解约

克雷门斯·冯·鲁克［德］著
温仁百 译

北京出版社

新理性生活



两性关系的内心解约

克雷门斯·冯·鲁克［德］著
温仁百 译

北京出版社

C913/102

图书在版编目（CIP）数据

两性关系的内心解约／（德）陆克著；温仁百译．－北京：北京出版社，2002（新理性生活）
ISBN 7－200－04446－6

Ⅰ．两… Ⅱ．①陆… ②温… Ⅲ．性社会学 Ⅳ．C913.14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 075336 号

Innere Kündigung in Beziehunfen
Clemens von Luck
Wolfong Krüger Verlag GmbH
著作权合同登记号：图字 01－2001－0833
Copyright ©1995 Wolfgang Krüger Verlag, Frankfurt am Main 0btained by HERCULES Business & Culture Development GmbH, Germany
©2002 年中文简体字版，经 Wolfgang Krüger Verlag 授权北京出版社独家出版发行
版权所有　　不得翻印

两性关系的内心解约
LIANGXINGGUANXI DE NEIXINJIEYUE

*
北京出版社出版
（北京北三环中路 6 号）
邮政编码：100011
网　址：www.bph.com.cn
北京出版社出版集团总发行
新华书店经销
北京朝阳北苑印刷厂印刷
*
880×1230　40 开本　5.1 印张　115 000 字
2002 年 3 月第 1 版　2002 年 3 月第 1 次印刷
印数 1－6 000
ISBN 7－200－04446－6/C·72
定价：10.00 元

目　录

第一章　内心日记……001
第二章　从天堂到洗碗池……017
第三章　寻访踪迹或者皮肤何以磨出老茧……029
第四章　工作、无聊和等待退休…047
第五章　仅仅是性格问题吗?……067
第六章　追究责任不是正确的办法 071
第七章　拒绝童话王子 ……083
第八章　男人的沉默……091
第九章　性美满,就一切美满吗?……103
第十章　面子的艺术……109
第十一章　“这由我的同事做”……117
第十二章　内心解约与心理健康……131
第十三章　新的认识……147
第十四章　分手或者其他……153
第十五章　争吵的益处……159
第十六章　个人的检查清单……185
第十七章　社会的帮助……199

第一章 内心日记

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbo

5月6日

今天，我夜里醒来，再也不能入睡。我看着乌尔夫，他在睡梦中重重地呼吸着，就像是张着大口在呼呼地喘气。猛然间，他于我变得那样陌生：他的睡相，他的呼吸，然而，他的面孔仍然是那么熟悉。我对他身体的每个部位都了如指掌，但是，一种隔膜却怎么也挥之不去。一定是发生了什么事情，我虽然还不能明白到底发生了什么，但是，一切都的确发生了变化，不同于以往了。

5月20日

昨天晚上，我们在一家新开的餐馆吃饭。那是一顿久违了的真正温馨的晚餐。乌尔夫向我诉说了他在公司里由于使用新的计算机软件而遇到的困难。事情虽然没有什么意思，甚至有些无聊，但我需要的是，知道他的所思所想。后来美拉妮和托尔斯顿也来了，我们度过了一个非常愉快的晚上。

6月7日

时光如梭。没有什么事情发生。所有闲暇时间里，乌尔夫都在做手工，而且总是那么全神贯注，津津有味（在洗碗时他从不这样）。最近，工作使我心烦难耐。萨碧娜和凯司婷去度假了，所以工作堆积如山。布伦纳先生明知工作很忙，还给两个人同时放假，这是不对的。不错，她俩因为孩子而只能在学校放假时度假。如

果我提出意见，那我就成了没有人情味儿的人了，会遭人唾骂。但是不论怎样，我觉得这事有欠公允。

好在家里一切平安无事。虽然家务事儿几乎总是落到我一个人头上，但是尚可容忍。目前，我只做最紧迫的事情，其他事情能拖就拖，而乌尔夫对此似乎毫无觉察。晚上我们坐在电视机前，沉默相对，然后我先去睡觉，因为我已经疲惫不堪。他继续看他的足球比赛，而我对那却全无兴趣。

6月12日

我一直以为，下面的情形不会发生在我的身上：坐在一个男人的身边而相对无言。然而现在我发现这种事情恰恰在我身上发生了。我们已经共同生活了6年，在这幢房子里也已经共同居住了3年，一切都变得不言而喻，顺理成章，彼此也都心照不宣。我们居住在一起，生活在一起，而且还要长此以往，这是毫无疑问的，因为我的确需要安全感。但难道这就是全部吗？有时我想，重新单独生活会是怎样？

我们已经有4个星期没有共枕同眠。而其中特别之处是，我对这种状况毫无不适之感，甚至，我还庆幸得到了一份安宁。可是，无缘无故就没有性生活怎么说也是不正常的。不过，我所期望从他那里获得的性生活，目前反正也是得不到。

日常生活竟有如此强大的破坏性！我不能再客观地看待乌尔夫。而奇怪的是，他身上那些曾经使我激动不

已的特点依然故我，而且那些烦心的事儿也总会过去。但是我就是不再欣赏乌尔夫的优点，他的幽默，他的热心，他的亲近别人的本事，以及他的诚实可信。所有这些优点都已黯然失色。它们也许依然存在，但都变得那么平平常常，可有可无。

回想以往，一切都不一样。认识乌尔夫的时候，我已经独居 3 年，并且一直在寻找自己生活中的那个男人。诚然，那时有阿弗伦，但我始终明白，他不是我真正的所需。当我碰到乌尔夫时，的确令人心动，我们两个都很有感觉。那真是个美好的时刻呀！我顿时产生了一种奇妙的信任感，感觉到已经相识已久，一见如故。事实印证了我的感觉。我俩都不吃奶酪，他也喜欢喝茶，也不在晚上洗澡而习惯清早冲凉，和我一样，假期里他也能几个小时静躺在沙滩上，我们都喜欢吃，我们有说不完的话儿，其乐融融。至少在那时，我们的性生活美不可言，我们每天都要做爱，而且每次都很新鲜，令人激动不已。他能够完全征服我，有力量而又柔情洋溢。可是你的魔力现在哪里去了，乌尔夫？

这些也许都是鸡毛蒜皮的小事，但对我来说十分重要。那时是多么幸福啊！

6 月 21 日

我想，如此寄希望于乌尔夫是个错误。我只想理想地构筑我们的关系。当初，乌尔夫也非常重视我，遇事都征求我的意见。我感觉到，他为我而感到骄傲，对我

的组织才能欣赏备至。当然也有他不喜欢的事情，比如我的穿着。我以前总偏爱红色，直至他对我说，红色很“野鸡味”。

即使他无恶意，这话也深深地伤害了我。从此，我再也没有穿过红色的衣服。还有我的头发，为了他我留了长发。都是一些小事，但是它们的影响可能远远超出了我的预料。

现在，我感觉他不再看重我和我们的婚姻。如果我向他建议周末安排，他开始还称赞说我出了个非常好的主意，而两天后就把事情忘得一干二净。这类事情的发生越来越频繁。不过老实讲，我也很少征询他的意见，大多数情况都是我行我素。乌尔夫自以为了解我的问题所在，我也知道他的态度，然而他的意见对我已经没有什么帮助，也没有什么影响。如果我把这些都写下来，我会感到绝望。但那是事实！有时，我很想给他读一读我的日记，但我没有勇气，我怕失去。

6月30日

天气令人沮丧。几天来我心情特别不好。该去度假了。

7月2日

或许我应该一个人去，比如到马略尔卡去，那里我很熟悉。阳光、沙滩和俊男（或许还有调情？），令人神往。

7月3日

昨天，我对乌尔夫说了这个建议，而他也只是说了声“可以”，就独自飞往佛罗里达去了。他全然没有因此而受到伤心，也不为此生气，就好像什么都没有发生一样。说来可笑，本来是我自己的主意，而现在反而是我为他的反应而感到失望。我原本期望他会让步，同意到我想去的地方去度假。

今天晚上，我们要请朋友共进晚餐。很高兴又要见到朋友们了。

还是7月3日

聚餐糟糕透了。从我的打扮开始就不顺。为了好看，我特意穿了那件黑色超短裙。可是，当乌尔夫看见时，却满目鄙夷，他觉得超短裙太过轻浮，而我也已经不再是28岁的小姐了。

我把自己关进卫生间，号啕大哭。太伤心了。当初还不如不邀朋友，在家睡觉。但是现在悔之晚矣。我洗了脸，在镜子里仔细地看着自己。不错，我的的确确已经不再28岁了，但也还不至于老到那个地步。或者我穿这样短的裙子确实可笑？我一下子没了主意。太可怕了。

虽然乌尔夫的话让我觉着特别别扭，但我还是固执地穿着那件超短裙。今天晚上只能是个灾难，结果也是如此。为了面子，我装着一切正常。我真该发泄出来，

也好让我们的朋友看看我们的关系，或者准确地说：我们的“没有关系”。况且，乌尔夫也几乎没有和我说一句话，这大家都看在眼里。

饭菜也不成功。面条太软，沙拉味儿太淡。简直糟透了。大家也都早早地离去。这时，我还想跟乌尔夫谈谈，可是他却避重就轻，吞吞吐吐，说是太累了，然后就上床睡觉了。

我在沙发上写东西，周围杯盘狼藉。我再也没有兴趣马上就去收拾，我不想再逆来顺受！我不能再躺到乌尔夫身边去，坚决不能。而一个人我又无法入睡。我的脑海里思绪万千。刚才灌了一杯双份威士忌，我有点儿醉。我感觉糟透了！

我想到我的父母。在我的眼里，他们维持着一个可悲的婚姻。外人看来，他们的生活宁静默契，家里一尘不染，井井有条。然而事实上，他们都有各自完全不同的生活方式，互不相干，关系早已名存实亡。他们所有的事情都要精心安排，就连周末的野餐也要准时一点钟把食品摆上桌。他们几乎从不交谈。只要父亲在家，看电视是固定活动。我经常自问，他们两个为什么生活在一起？他们相互之间已经没有任何关系了呀！或许为了我，他们才没有离婚。我一直暗自告诫，决不要这样的婚姻关系。然而今天我不得不承认，我和乌尔夫的关系，已经与此毫无二致，不知不觉中重蹈了他们的覆辙。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbo

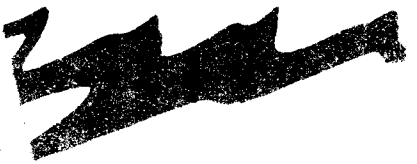
以前的关系基本上也是如此。每当我想积极表现的时候，都会被毫不留情地泼了冷水；每当我敞开心胸时，得到的总是深深的伤害。在与斯特凡一起时就是这样。在他还能征服我的时候，一切相安无事，可是当我开始认真地靠近他的内心世界时，却被冷冷地拒之门外。然后他就再不露面，无缘无故地结束了，不论我做出什么样的努力。我的确认真地追求过他，但结果令人伤透了心。不过我还是解脱了出来，至少保全了一点点尊严。

过去，和乌尔夫也曾经有过类似的情形，例如当初要一起住的时候。事先他多次表示了同样的意愿，可是，当我积极地研究住房广告时，他却说，我们的经济状况不能负担一套新房子。结果，我搬到他那里去住。本来应该大家一起操心布置房间，可他却变得对我冰冷淡漠。我简直是个闯入他的世界的不速之客。我向他说出这种感觉，结果他一口否定——真是个懦夫！

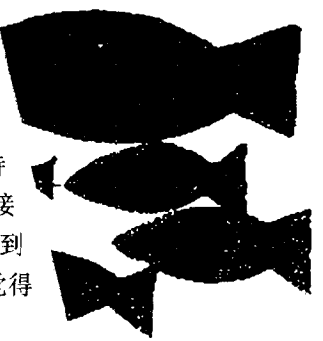
还有去年，他说也不说一声就买下了那辆敞篷宝马轿车。当时我们商定，各自为明年去毛里求斯度四周假攒钱。看着他面对车那样高兴，我不想直说什么，但这件事情使我对他的信任大打折扣。

还有结婚的事，现在想起来，我还是一肚子的火。本来我们的婚礼是已经决定了的事情，而且我也通知了我的父母，但是，他却突然沉默不语，想悄悄地在假期举行婚礼。他说只是不想摆排场。现在，我觉得他压根

就没有认真地对待我。我有时甚至想，他之所以和我结婚，不过是想娶个公务员做老婆，以此来保证自己晚年生活无忧。



总之，每当有事时，每当我真正需要乌尔夫的时候，别想指望他。当初我紧张地忙于毕业考试的时候，他却跑到希腊，一呆就是六个星期。前年我卵巢发炎，卧床不起，而他却坚持要去进修。我父亲去世后，我想接我母亲来住几周，他就闹情绪搬到他朋友拉尔夫那儿去了，因为他觉得在家里不能安静地工作。



乌尔夫自己生病的时候，就希望我母亲般的照顾他，否则，他只想要他的安静。但是，我不是他的清洁工和孵蛋鸡。好啦，我该收笔了，趁着酒劲还没有发作，否则不知会说出什么粗鲁的话来呢。

我期待着去度假，7月20日就要去了。我在卡拉菲古埃拉租了一套可爱的小套房，说不定还会有什么艳遇呢。

7月5日

已经晚上8点半了，乌尔夫还没有回家。我想和他谈谈，谈谈那次聚餐和超短裙的事。但是他不在家。他是不是有女朋友了？我从未想过这事，因为我盲目地信任他。奇怪，这种想法于我竟然不痛不痒。他如果有，那又怎样呢？那只会更清楚地说明我们之间有问题。但是现在我不想深想此事。我忍受不了这样的等待，于是，开车到莫尼卡那里。她是我在乌尔夫之前惟一的女朋友。

7月6日

昨天晚上在莫尼卡那儿比较愉快，我们开诚布公地进行了交谈。我向她倾诉了我的苦衷，她耐心地静听着。这对我是很大的帮助，因为记日记时总也挣脱不出那个圈子。听一听别人对我们的看法，很有裨益。

莫尼卡认为，我不应该一个人跑出来，乌尔夫肯定非常生气。另外，我应该从自我封闭的禁锢中解脱出来，不要总是那么冷漠，以免让外人觉得遭受了什么劫难和难于交往。这使我感到意外，从未想到会给人这样一个印象。莫尼卡还说，我应该重新关心乌尔夫，不然的话，只会使战争升级，我应该把乌尔夫与其他男人进行比较，从中发现他的可爱之处。她如果能和乌尔夫这样的男人生活在一起，那她会感到很幸福。唉，也不奇怪，她那个贝尔恩德实在是太差劲了。

也许她说得有理，但是我对乌尔夫已经够关心的了。我又不是玩偶，他想怎么样就怎么样。

我回家的时候，乌尔夫正躺在床上看书。他只是简单地问我去了哪里，然后又转过脸去。我脱去衣服，躺在他身边，等待着他说点什么或者做点什么。然而他却只顾读他的书，5分钟后关灭了灯。对此，我一方面感到气愤，但另一方面又感到一丝轻松。我还是鼓不起勇气跟他交谈，于是，起身走到厨房，把剩下的一大盘面条热了热。我和乌尔夫的所作所为，确实不是我所想象的夫妻生活。我不知道怎样才能改变这种状况。到底发生了什么？是我变了吗？是他变了？无论如何和过去不一样了，完全不一样了。我们之间没有共同之处可言，而对我来说，关系之中必须存在共同点，否则那完全是一种利用关系。

有其他选择吗？重新一个人生活？躲进小小的独身世界？再到那表演场上瞅瞅，看哪个男人合自己的胃口？其结果只能是遇到第二个乌尔夫或者第二个斯特凡。我们的朋友该怎么办呢？乌尔夫和我只有共同的朋友，朋友们该怎样与我们相处呢？如果我要离婚的话，他们不一定会支持我。

我不想再想下去了，应该能睡着了吧。

7月9日

昨天，我们终于说话了。我做了他最爱吃的柏林煎肝。他回家后闻到菜的香味，就上前吻了我，一个很认

真的吻。渺小的家庭主妇给伟岸的大师以愉悦，从而得到了奖赏。不管他，这是另一个话题。

饭后，我问他怎么啦，还爱不爱我。他说爱，他当然爱我，毫无疑问。我告诉他，我也爱他，但是不能肯定，那是不是真的。当我问他超短裙那件事时，他向我道歉，语气神情是那样轻松。

然后，我又问他，是否有必要一起去度个假，在一个有阳光、海水和沙滩的轻松的环境中，重新真正一起度过一段时间。对此，他先是用奇怪的眼神看我，然后说，他已经计划去佛罗里达，而且现在很难再给我加订一个位子。另外，他觉得我们之间最好保持一定的距离。这本来是我的想法，但现在只能哑巴吃黄连。

不管怎样，这个晚上还是不错的。上床后，我依偎在他的怀里，轻轻的抚摩着。我们做了爱，似乎又有点从前的味道。我感觉好多了。现在我想，事情总会好转，我们正处于一个不好的阶段，但是我们的基础没有问题，闭着眼睛我们也能理解对方，而且他也说爱我。只要他不迷恋他的体育，我就很高兴。有时我梦见我们昨天才相识，乌尔夫使我着迷，一切就像从前。

7月25日

在马略尔卡，我坐在房间的小阳台上，享受着柔静的夜色。一切是这样美好，令人心旷神怡。我在这里已经一个星期了，还没有认识到一个人。看到成对出入的男女，我不禁想起了乌尔夫，而之所以思念他，原因大

概在于我不愿意孤独。去餐厅吃饭也没有什么丢人可笑，况且，我又可以一个人享受时光。现在时间充足，我不知道应该干什么。

本来我想有点艳遇。机会倒是很多，但就是没有男人能真正吸引我。我这是怎么啦？

我有足够的时间思考往事。度假前几天和乌尔夫度过的时光是愉快的，不过总的来说我们之间已经产生很深的隔膜。那个星期三做了爱之后，我们友好相处。然而我们之间的距离清晰可见。他做他的事，我做我的事。我已经两次和莫尼卡在一起，虽然很无聊。我毕竟不是单身，独来独往，为所欲为已是往事了。

7月28日

今天下午，隔壁又开战了。那里住着来自英国的达维德和歌伦。他们大吵起来，我的英语不好，听不大懂，只听见声音很大。现在，两个小时过去了，他俩又一起坐在阳台上共进晚餐，好像什么事情都没有发生。我慢慢地觉得那伟大的爱情其实从不存在。

7月30日

还有4天就回家了，终于要回家了！这次假期并不像我想象的那样。我发现我无法一个人生活。我仔细权衡了与乌尔夫分手的利弊，他虽然不是我的那个梦中男人，但是我恐怕从来就没有遇到过什么梦中男人。我已不再魅力无穷，令全世界的好男人倾倒，更何况好男人

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbo