
图书在版编目(CIP)数据
爱我,不要背叛我(俄)季莉娅·叶尼克耶娃著,谢云才、
王磊、王峰译 哈尔滨:黑龙江人民出版社,2005.11
I. 爱... II. ①季...②王...③王... III. 婚姻—
心理学—通俗读物 IV. 712.25/41

I. 爱... II. ①谢...②王...③王... III. 婚姻—
心理学—通俗读物 IV. 712.25/41

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第 145660 号

责任编辑:刘海滨 曲晓鸣
封面设计:李欣
版式设计:李梅

爱我,不要背叛我

季莉娅·叶尼克耶娃著 王磊、王峰译

(俄)季莉娅·叶尼克耶娃 著

谢云才 王磊 王峰 译

出版发行 黑龙江人民出版社
通讯地址 哈尔滨市南岗区宣庆小区 5 号楼
邮 编 150001
网 址 黑龙江人民出版社 电子邮箱:hljpress@163.com
印 刷 哈尔滨太平洋彩印有限公司
经 销 全国各地新华书店
开 本 787 毫米×1092 毫米 1/32 印张 7.5
字 数 150 千字
版 次 2005 年 11 月第 1 版 2005 年 11 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 7-207-05466-9

定价:15.00 元

(如发现本书有印制质量问题,印刷厂负责调换)

爱我,不要背叛我

[俄]季莉娅·叶尼克耶娃 著

谢云才 王 磊 王 峰 译

黑龙江人民出版社

目 录

作者自序	轱
一对夫妻——三个人	轱
男人的天性	轱
小测试：信任，但不要轻信	轱
男人“风流”怎么办？	轱
嫉妒之心——罪恶之源	轱
小测试：您有嫉妒心吗？	轱
背叛的权利夫妻平等	轱
妻子忠贞的十个原因	轱
丈夫体贴，妻子温顺	轱
是性格乖戾还是举止轻浮？	轱
忠于妻子——迫于无奈	轱
家花没有野花香	轱
妻子不忠——丈夫之过	轱
寂寞女人更容易动情	轱
意外收获	轱
婚姻格言	轱
疗养院艳遇	轱

aiwo buyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo buyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我



aiwo benyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo benyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我

- 小测试 您有过“疗养院艳遇”吗？ 轶29
如实相告还是秘而不宣？ 轶87
背叛者的自我辩护 轶100
女人之间存在真正的友谊吗？ 轶141
亲密女友——危险之人 轶177
未能守口如瓶 轶184
没忘记意味着不原谅 轶111
性欲旺盛的女人 轶117
爱恨交加 欲罢不能 轶125
性欲过盛 轶131
丈夫还是别人的好 轶137
职业情探 轶141
猜疑者的悲哀 轶148
弄巧成拙 轶153
小测试 我猜疑说明我爱你 轶158
猜疑是猛兽 轶161
诱使对方背叛 轶163
“风流”的代价 轶170
痛苦比爱情更甜蜜 轶175
你偷情 我帮忙 轶181
一夜情 轶186
婚外情与血光之灾 轶196
爱我 不要背叛我 轶207
给“风流”爱好者的一点忠告 轶215



aiwo bnyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo bnyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我



作者自序

经常有一些欲不痛生的女人到我这儿来寻求帮助：她们的丈夫在外边寻花问柳，恣意纵欲。男女两人的结合本应是为了一起分担痛苦、共享快乐，彼此成为对方的另一半，白头偕老，共度人生。夫妻之间忠贞坦诚乃天经地义，爱情的本质理应如此。

妻子一旦意识到丈夫变了心，心灵会遭受重大的打击，这种打击对妻子来说是双重的。首先，妻子将丈夫的不忠视为一种背叛，她忠于他，爱他，为他生儿育女，为他守护炉火，而他……！其次，不忠是对女人的一种侮辱，这意味着她已经丧失了女性的魅力！

男人对不忠行为却不以为然。不，他们只是对自己的不忠放任自流而已！如果妻子背叛他，那么，即使再温顺的丈夫也会变得凶神恶煞，暴跳如雷。

男人武断地认为，他们可以寻欢作乐，女人绝对不行！从古至今，男人们一直对此喋喋不休，声称男人寻欢作乐的天性与生俱来，男人的欲望就是拥有尽可能多的女人。这纯粹是一派胡言。

任何地方都没有这样的条文，更没有在法律上赋予男人如此的权利，无论是《圣经》、《治家格言》还是《俄罗斯宪法》。



aiwo buyao beipanwo
aiwo, buyao beipanwo
aiwo buyao beipanwo

爱我，
不要背叛我

虽然有不少男人相信，女人与男人一样也经常红杏出墙，但是，统计数据却与男人的这种想法大相径庭：有不忠行为的妻子远远少于丈夫。

有很多女人，即使丈夫经常在外偷香窃玉，她们也绝不背叛自己的丈夫。除丈夫以外，她们决不会跟其他任何男人躺在一张床上，这是不可能的！她们绝不会这么做！她们认为，不忠是一种不检之举，不齿之行，正派女人不应该这么做。

然而，尊敬的男士们却打着所谓“男人权利”的旗号背叛妻子……

本书讲述夫妻之间的不忠行为。或许，本书的读者有人会对此不以为然，也可能有人原谅自己的另一半，因为一时失足并非不赦之罪。我衷心希望，读过书中笑话而忍俊不禁的人们，能够变得心情豁然，受益匪浅。



aiwo buyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo buyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我



一对夫妻——三个人

夫妻间的不忠行为已经成为当今一种相当普遍的现象。猿-源岁这一年龄段被认为是“最危险”的阶段，而猿-猿岁是夫妻同床异梦的高峰期。据统计，婚姻生活的第源年最有可能出现背叛行为。当然，这也并非绝对，这一时间段也有可能提前到来。

近几十年来，婚姻制度本身已经发生巨大变化。不久前，不按宗教仪式举行的婚礼还很罕见，而现在婚前同居现象已经屡见不鲜了。

“安娜，我太爱你了！嫁给我，做我的妻子吧！”

“很遗憾，让你失望了，上个星期我已经答应要嫁给巴维尔啦。”

“原来如此，那么下个星期呢？”

现在的年轻人，经常还没有结婚就同居在一起，以检验两人在感情和生理上是否合适。这时，女人通常认为自己已经结婚了，而男人则觉得自己还是自由之身。他们并不认为，对其他女人暗送秋波便是喜新厌旧，风流成性。可是，不管双方是否登记，背叛感情都是在游戏爱情。

现在有一种所谓的“开放式婚姻”变得很时髦：夫妻双



aiwolonyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwolonyao
beipanwo

爱我， 不要背叛我

方事先约定，两人生活在同一屋檐下，但彼此互不干涉对方的私生活。

事实上，这种所谓“开放式婚姻”就是将夫妻背叛合法化。

夫妻声称：“咱们最好互不干涉双方的私生活。”实际上是在告诉对方：“咱们都有权利背叛对方。”

爱情越自由，男女关系就越复杂。

通常，在这种婚外性生活随便的家庭中，夫妻间的感情早已冷淡，或者其中一方坚持维护自己“合法背叛”的权利，并建议对方同意这种“开放式婚姻”的生活，而另一方只好委曲求全，自认倒霉。

经常是这种情形，“开放式婚姻”中的一方（通常是丈夫）热衷于在外拈花惹草，而另一方尽管也有婚外性生活的“权利”，但对此并不积极主动。

丈夫在感情上背叛了她，但食欲并未改变。

有些人认为背叛指的是丈夫（妻子）爱上了别人。然而，如果这只是婚外性生活的话，并不足以被认为是背叛。

现在的女人在任何方面都不想逊色于男人，在夫妻感情上同样如此。值得注意的是，早期女权主义者所提出的论题之一就是：为什么丈夫可以背叛妻子，而妻子就不可以红杏出墙呢？

情人与妻子的区别在于：前者对做爱从来不找借口推脱。

尽管女人跟男人平等了，但是在对待婚姻的态度上，要比男人严肃得多。一项调查数据显示，有 75% 的丈夫背叛



妻子,相反,只有 **圆缘** ~ **圆缘** 的已婚女人对丈夫不忠。心理学家希诺夫得出的数据是: **迂圆缘** 的丈夫对妻子不忠,而有外遇的妻子则为 **源缘**。

男人的逻辑:如果我回家时,妻子迟迟不开门,这就说明她的情人躲了起来。

女人的逻辑:如果丈夫回家时,我迟迟不开门,说明我把情人藏起来了……但是藏在哪儿呢?

对这些数据进行评价需要考虑到一些附加条件。社会学和心理学研究所得出的结论综合了各种因素,其中包括被调查者的社会层次、居住地点(城市还是农村)以及所在地的规模(大城市中夫妻不忠的比率要高一些)。

此外,女性在这一问题上有所隐瞒,即使是不记名调查,也可能没有反映出全部事实。

根据社会学家扎伊采夫的调查数据, **缘缘** 的男人承认他们的情人是已婚妇女。这样推算,背叛自己丈夫的已婚女性至少占 **缘缘**。如果采用最公认的调查数据,有 **圆缘** ~ **圆缘** 的妻子对丈夫不忠。这就说明,每个已婚女人应该有两个情人!或者女方尽管未按宗教仪式举行婚礼,但承认自己已婚,或者仅仅希望别人将她当作已婚女人。

男性同样如此。**苑缘** 的女人说,她们的情人是已婚男人。如果变心的男人所占比例为 **苑缘**,说明单身和离婚男人所占比率为 **缘缘**。

我们不必在这些统计数据上自寻烦恼了。显而易见,很多男人破坏了由“月下老人”所缔结的婚姻,而且可能比预想的更多。

如果我们的男士继续女性化(就是说具有更多的“女

aiwo banyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo banyao
beipanwo

爱我,
不要背叛我



aiwolonyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwolonyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我

性”特点)而女人变得更独立,这就不排除随着时间的推移,不忠妻子和变心丈夫之间的比率有可能趋向平衡。

一天,“男人俱乐部”的一名会员惊奇地发现俱乐部里有很多女人,便询问俱乐部的主席:

“我们这里怎么有这么多的女人?”

“董事会决定,允许会员的妻子一个月来俱乐部一次。”

“这不公平!我还没结婚哩。下次我也可以把我的女朋友带来吗?”

主席想了想,回答说:

“我认为可以,但她必须是我们俱乐部某个会员的妻子。”



男人的天性

“跟你说,昨天有个男人给我打电话说,说如果我不停止同他老婆来往,他就拧断我的脖子。”

“那就别跟他老婆来往了嘛。”

“可是他并没说,谁是他的妻子呀。”

有这样一种说法,男人变心与否取决于其血液中性激素的浓度。如果浓度低,丈夫就不会变心,反之,浓度高的男人会时常惦记着寻花问柳,勾搭其他女人。很难说这是是否属实,因为没有在男性身上做过这方面的试验。

没有什么比别人的妻子更廉价,也没有什么比别人的妻子更珍贵。

那些仍然忠诚于妻子的丈夫,之所以这样并非因为道德高尚,也不是由于感情深厚,而是担心自己心有余而力不足。与妻子的性生活已经驾轻就熟,不想再去冒险落入有损颜面的尴尬境地。

任何一个性功能正常的男人,只要遇到机会都不会轻易放弃。只有那些害怕婚外情的男人才不会乱搞女人。

性心理有障碍的人不可能到处拈花惹草。

如果排除那些有问题的男人(在心理和性功能方面)以及爱情专一的人(顺便说一句,这种人也是让任何一位性心

aiwo buniyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo buniyao
beipanwo

爱我,
不要背叛我



aiwo longyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo longyao
beipanwo

爱我， 不要背叛我

理学家警觉的人) ,有理由认为男人天性喜欢寻花问柳。

借用一则著名的笑话(“如果女人有头脑 ,她就会有情人 !”) ,可以这么说 如果男人性功能正常 ,那么他曾经、正在或者即将拥有婚外性生活的经验。

即便家庭生活一直和谐幸福 ,同样也无法保证丈夫永远对妻子忠诚。

如果你能遇到一个忠诚的丈夫——应该让他签字画押。

作为一个深爱妻子的忠诚丈夫 ,假如遇到下列情景该怎么办呢 妻子不在身边 ,而他正与一位性感迷人的女性独处 ,她的微笑甜蜜诱人 ,桌上放着香槟酒 ,房间里回荡着柔曼的音乐 ,灯光昏暗……总之 ,诱发产生暧昧关系的条件完全具备 ,而且他相信妻子对此一定一无所知。我认为 ,没有一个妻子会相信 ,她的丈夫在这种情况下还会无动于衷 ,如果他的腰部以下健康正常。

没有别人的妻子 ,只有陌生人的老婆。

风流韵事一般都由男人挑起。如果男人遇到一位魅力十足的女人 ,他极有可能马上就拜倒在对方的石榴裙下。总体上说 ,大多数男人的性欲要比女人的性欲强烈。

女人的激情不会一触即发 ,女人的性欲较之男人往来得慢些。女人可能会表现出自己的好感 ,对男人大献殷勤予以鼓励 ,但关键角色还是男人。所以 ,男人往往更加积极主动 ,更经常背叛妻子。

“你喜欢穿什么衣服睡觉 ?睡衣还是背心 ?”

“靴子。”

“为什么呢 ?”



“因为经常需要从窗户跳出去。”

男人有很多理由晚回家,比如,有事到朋友那儿、朋友请喝酒、跟朋友去酒吧、修理汽车、忙于工作、出席宴会或其他某些急事、踢了一场足球、上司交给了一些临时工作等等。如果妻子想验证丈夫所言是否真实,那么,同丈夫“团结一致”的任何一个朋友都会为不忠的丈夫提供“不在场”的证据。“不错,正是如此。”朋友信誓旦旦地说,“我们‘确实’整个晚上都在喝酒(在体育场看球、在钓鱼、在车库修车)哩。”

“你的裤子上怎么有根长头发呢?”妻子问丈夫。

“可能是在电车里沾上的……”

“这不是你女秘书的吧?”

“胡说,我跟她从来都是脱裤子的。”

许多不忠的丈夫并不认为婚外情会影响夫妻间的感情,他们往往希望家庭和情人一个都不能少。即使与妻子的感情出了问题,丈夫也不急于离婚而迎娶那个情人。

经常出现这种情形,由于有了外遇,丈夫甚至不再计较妻子的暴躁脾气。让老婆在家吵闹吧,反正他还有个寻找安慰的栖身之处。

副教授的妻子和女友在聊天。

“我丈夫总共还没当上几个月的副教授,却像个教授似的心不在焉!”

“就是嘛!”女友答腔道,“昨天散步的时候,我还一直在提醒他,你才是他的妻子,而不是我。”

aiwo bnyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo bnyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我



aiwolonyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwolonyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我

小测试：信任，但不要轻信

此项测试是为女性设计的。请您在所给的选项中选一个答案，然后计算得分。

圆慧会上，您的丈夫与一位娇柔妩媚的女宾非常暧昧地在聊天，而且毫不掩饰对她的喜欢。此时您会怎么做呢？

圆慧如果丈夫毫不掩饰地向这位女宾大献殷勤，您会毫不拘束地参与他们的谈话，以便使局势在您的掌控之中；

圆慧的心情非常平静，并且一如既往地镇静自若，因为您信任自己的丈夫。丈夫很喜欢她，是因为她的确很有魅力。

圆慧早已义愤填膺，怒火中烧，但在大庭广众之下竭力克制自己，装做若无其事的样子。您在心里暗自说道：回家再好好教训这个混蛋，让他今后再也不敢向女人献媚。

圆慧的丈夫几乎经常不在家，因为“他工作很忙”。每当您打算和他一起去做客或者去看电影时，他总是公务缠身，再不就是临时有会或是参加酒会。您对此的态度是：

圆慧认为，真正的男人应该忙于事业，这很正常。这是他生活和工作的目的，所以您很有分寸，从不追问他到底去了哪里，和谁在一起，特别是在不合时宜的时候从不过问。



aiwo buyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo buyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我



月您丈夫工作出色,因此您很放心。他整天忙于工作,并没有引起您的丝毫怀疑。没有办法,男人就应该做个“挣钱的机器”。

悦您对他经常不在家感到非常不满,为此经常与他吵架。您特别不满的是,他从不带您一起出席宴会或聚会。

猜您丈夫准备出差一段时间,您的反应是:

粤您要求他每天晚上给您打电话,并且通报他在外面都做了什么,跟什么人见了面,以及如何打发空闲时间。

月您夫刚一出门,您马上就忘了他。您很高兴终于有机会可以不用再给他洗衣做饭了,您不打算白白浪费这段宝贵时间。利用这段时间您要好好休息一下,尽情放松一下自己,做一些自己喜欢的事情。

悦您一种不祥的预感缠绕着您。您往他的单位打电话,想知道他和谁一起出差。当您知道他的女秘书和几个年轻女同事与他同行时,您立刻抛开所有的事情,随后赶去,以便将丈夫“当场捉奸”。

源您的丈夫是一位极具魅力的男人。您知道女人都非常喜欢他。

粤您为此感到很自豪,幸福之感溢于言表,因为他选择了您作为生活伴侣。

月您确信,你们是非常般配的一对。并非他选择了您,而是您选择了他,这是顺理成章的事儿。

悦您不喜欢其他女人窥视您的丈夫。每当别的女人向您的丈夫卖弄风情,您都会感到恼羞成怒:“她怎么胆敢对别人的丈夫搔首弄姿,嗲声嗲气!”

缘有人给您丈夫寄来了一封信。信封上的字体明显是



aiwolonyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwolonyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我

女人的笔迹。您的反应是：

粤把信转交给丈夫，并等待他当面把信拆开。您非常想知道，这是谁写的信，信的内容是什么。您期待丈夫自己如实说来。

月您认为这不过是一封广告信件而已。

悦您迫不及待地想知道寄信者是谁，禁不住诱惑马上将信拆开。您想弄清楚，这是否是一封私人信件。

远您打算结婚。您非常想从意中人的口中听到：

粤爱我，我把一切都交付给了你！从今以后我会一生忠实你，我爱你，别的女人在我眼里根本就不存在。”

月我爱您不应该是一种负担。最重要的是——我们彼此感觉良好，彼此能从爱情中获得满足。”

悦我爱你简直发了狂。如果你背叛了我，我就杀了你。”

苑有人向您求婚，您也没加反对，您知道他是您的“梦中情人”。您几乎同意嫁给他了，可是忽然听说您的意中人已经结过三次婚了。您的反应是：

粤这个消息对您来说如同晴天霹雳。您认为自己绝不能成为这个无可救药的寻花问柳家伙的第四个伴侣。您暗自思忖：“他可能是个爱情骗子吧？”

月您看来，过去之事无需再追究。他只不过是爱前妻罢了，他爱的是您。您也会爱他，他永远也不会抛弃您。

悦您曾有过别的女人，每当想起这一点，您真想杀了他。您立刻与他断绝了一切关系。以后在街上遇见他时，您主动避而远之。



aiwo buyao
beipanwo
aiwo, buyaobeipanwo
aiwo buyao
beipanwo

爱我，
不要背叛我



【测试结果】

如果答案中 月占多数：

您完全没有嫉妒心，在这方面丝毫不存在疑心。您完全信任自己的丈夫。然而不要忘了一条金科玉律：“信任，但不要轻信。”如果您过分信任他，将来您的家庭生活可能会天崩地裂。最好您对此一无所知，您也不想知道这一切，但是您这种态度的后果可能是对丈夫漠不关心。您一定要提高警惕，您可能会失去他哩！男人本来就应该意识到女人对他很重要。所以，即使您并没有猜忌丈夫，也要佯装一副对他有所猜忌的样子，让他意识到，他的任何出轨行为早在您的掌控之中。

如果答案中 粤占多数：

您与大多数正常女性一样，具有适度的嫉妒心。您确实在感情上依恋自己的丈夫，您爱他，了解他。你们彼此感情融洽，情投意合。您认为，没有适度猜疑的爱情是不复存在的。猜疑——这是爱的证明。但是要尽量将其控制在一定的范围内，因为这种平衡很容易受到破坏。尽量避免让这种猜疑充斥您的内心。

如果答案中 悦占多数：

您的嫉妒心过于强烈。这无论对您本人，还是对您丈夫都是一件令人备感痛苦的事情。如果的是因为性交而染上性病。

奇让她刮目相看。阿列克谢耶维奇精力充沛、业务熟练、充满自信，与她那个轻浮的丈夫截然不同。尽管列娜竭力装做若无其事，但是阿列克谢耶维奇还是觉察到：他的机会来了。他经常找借口来到她的办公室，于是两个人谈天

