

我是你命里的劫， 你是我心上的结

苏杭 / 主编

给在爱情里困惑纠缠
并屡屡受挫的人

随书附赠
心情卡片

北京工业大学出版社

在情感的世界里，
遇见的一部分叫作缘分，
另一部分，我们叫它劫数。
有命中注定，就有在劫难逃。



我是你命里的劫，
你是我心上的结

苏杭 / 主编

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

我是你命里的劫，你是我心上的结 / 苏杭主编. —
北京：北京工业大学出版社，2015.7
ISBN 978-7-5639-4357-9

I. ①我… II. ①苏… III. ①情感—通俗读物 IV.
①B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 131380 号

我是你命里的劫，你是我心上的结

主 编：苏 杭

责任编辑：符彩娟

封面设计：远流书衣

出版发行：北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编：100124)

010-67391722 (传真) bgdchs@sina.com

出 版 人：郝 勇

经销单位：全国各地新华书店

承印单位：辽宁美程在线印刷有限公司

开 本：787毫米×1092毫米 1/32

印 张：8

字 数：133 千字

版 次：2015 年 9 月第 1 版

印 次：2015 年 9 月第 1 次印刷

标准书号：ISBN 978-7-5639-4357-9

定 价：32.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题，请寄本社发行部调换 010-67391106)

在情感的世界里，遇见的一部分叫作缘分，
另一部分，我们叫它劫数。有命中注定，就有在劫难逃。

前言

爱情是上天的把戏，人只是这把戏中被安排的那一个而已。

如果你自小缺乏安全感，你可能从一个厚道可靠的人那里感受到爱情；如果你生活内容贫乏，那么你可能会迷恋一个异常活泼的人。你的情结越多，你对他人的依恋和需要就越多，你受到“爱情”控制的可能性就越大，你就越是在爱情中感到不自由，感到容易被伤害、失望、无把握和痛苦。

灵魂需要交流，需要彼此爱抚。这种交流和爱抚超出了男人和女人的界限，而需要站在对方的立场，才能继续。我们滋养对方的需要和满足自身需要变得一样重要。我们更多地怀着探索和好奇的心问“他何以如此”，而不是“他怎么可以这么干（想）呢”。

我们在探索对方的过程中探索我们自身——包括身体和心灵。我们知道，爱情的意义并不是占有对方，爱情的唯一终极目

的是成为一条道路。我们通过这条道路，寻找我们自己。

我们何以爱上这个人而不是他人呢？我们应该好好问问自己这个问题。

爱上一个理性超级强大的人，就可以把自身理性化的一面投射给对方，然后自己安心做个任性、感性的小丫头吗？

爱上一个特别感性的人，是为了投射自己感性的一面给对方，从而避免在自身中被感性淹没吗？

爱上一个特别优秀的人，是否就要把无法实现的完美愿望投射给对方，从而让自己轻松一点呢？

爱上一个崇拜自己的人，我们是否需要依赖此种崇拜来加强自己不坚实的强大感呢？

我们在爱自己感到缺乏的、需要认同的那部分，我们在爱压抑了的“影子自我”。

是的，我们在爱中，开始向我们的影子自我认同，我们在爱中，通过与对方的融合，整合着我们灵魂的面貌。

男人的魅力不在于有多少钱，长得有多帅，而是遇事有多大担当；女人的魅力不在于长得多漂亮，而是有温柔善良的性格和一颗宽容的心。人和人相遇，靠的是一点缘分。人和人相处，靠

的是一点诚意。

女人，永远也不要记恨一个男人，毕竟当初，他曾爱过你，疼过你，给过你幸福。永远不要说这个世界上再也没有好男人了，或许明天，你就会遇到爱你的那个男人，在你眼里，他再坏也是好。

理性的男人寻找特别感性的女人，然后又埋怨她。他不知道那个感性的女人是他内在的一部分，他是在寻找他心中理想的女人，同时又排斥她。

在一次次爱的冲动中，我们经由反省，意识到自己身上确实拥有缺点，同时又站在对方的角度，去体谅对方的问题和错误，继而将爱情进行到底。

爱，变得不再与依赖、强求、占有有关。

爱，只与彼此灵魂的探索有关。

我们在此探索中，彼此依恋；在依恋中，保持着独立和自由。

暂离对方，不会产生焦虑；失去对方，并不会失落自己。

我们在交融的那一刻中，完美合一；我们在分开的那些时光里，依然自在。

目录

| 01 |

女人，请站在男人的立场去理解男人

男人的魅力 002

女人，请站在男人的立场理解男人 005

好女人能够改变男人的一生 008

体谅你的男人，别让爱走上绝路 011

从颜色读男人的心 015

蝴蝶男人和蜜蜂男人 019

其实男人也需要一个依靠 022

请珍惜你身边那个如海的男人 025

“托付心态”是葬送爱情的毒药 030

中年男人，唯心独醉 034

男人如花，馨香一世 038

男人四十是精品 041

我是你命里的劫，你是我心上的结

三十多岁的男人是一道风景 047

写给女人掏心窝子的话 049

男人没了 052

女人，请你一定要记住 055

| 02 |

聪明的女人，不要触碰男人的尊严

聪明的女人，不要触碰男人的尊严 062

最具杀伤力的三种男人 065

品味男人 069

写给婚姻中的女人 074

怎样去爱你的男人 078

你是哪类女人 082

男人完美的程度，得看女人 084

女人的活法 087

世界上只有两种男人 089

浪漫的意义 093

为什么说“男人不坏，女人不爱” 095

| 03 |

男人，请站在女人的位置去理解女人

女人的浪漫，男人要懂得珍惜 100

不要让一个爱你的女人沉默 103

结婚，到底是为了什么 106

把女人惯成神 109

我欣赏的女人：弹性和灵性 114

女人是最容易受伤的 117

男人，不要去骗一个爱你的女人 120

女人味是一首诗，男人要用心品读 122

| 04 |

淡漠，是男人对女人最大的伤害

淡漠，是男人对女人最大的伤害 126

写给将来娶我的那个人 130

- 女人喜欢这样的男人 134
- 妻子，才是男人享受一生的财富 137
- 女人的情绪 142
- 女人美丑，与夫有关 146
- 娶个中等女人，你将拥有一等幸福 148
- 女人最怕遇上洋葱男人 150
- 真正爱你的男人，在你身边吗 153
- 才女和美女 156
- 撕裂女人灵魂的是什么 158
- 为什么女人需要男人的道歉 162

| 05 |

类似爱情的情愫

- 爱不一定要拥有，但拥有了一定要珍惜 166
- 可不可以不暧昧 170
- 暧昧是世界上“最性感”的关系 174
- 愿每个内心荒凉的女人，都有个蓝颜知己 178

愿每个内心苦闷的男人，都有个红颜知己 184

只添香，不添乱的人 189

适可而止，是你爱他最好的方式 191

离暧昧很近，离爱情很远 193

精神世界里最懂自己的人 196

用做朋友的心态做情人 200

| 06 |

爱情老了，就是亲情

爱情里，没有谁会等谁一辈子 204

臣服与征服 207

你是谁，便遇见谁 210

最容易的婚姻，就是失败 212

怜惜——最本质的爱 215

爱情求证 218

爱情不是单纯的买卖 221

爱得过分的女人 224

我是你命里的劫，你是我心上的结

爱情老了，就是亲情 227

婚姻中没有天堂 229

那些我们后来才明白的事 233

爱在当下 237

| 01 |

女人，
请站在男人的
立场去理解男人

世上没有完美的男人，
重要的是学会如何去爱那个属于自己却并不完美的男人，
接受他无伤大雅的“坏”，爱恋他温柔体贴的“好”，
珍惜彼此间美丽的相遇，珍藏浪漫瞬间难忘的感动，
体味相守相依的点滴幸福！

我是你命里的劫，你是我心上的结

男人的魅力，是一种返璞归真的真诚，是一种曾经沧海的宽容，是一种厚积薄发的人生积淀，是一种和睦良善的处世观点，是一种健康爽朗、知书达理的卓尔不群。

男人的魅力

男人的魅力，是一种返璞归真的真诚，是一种曾经沧海的宽容，是一种厚积薄发的人生积淀，是一种和睦良善的处世观点，是一种健康爽朗、知书达理的卓尔不群。

上等男人魅力如酒，醇厚悠长，越喝越有滋味。中等男人魅力如茶，吮吸的是甘香，吐出的是残渣。下等男人魅力如烟，外表往往看上去很美，而内心则败絮其中。

英雄型男人的魅力在于无所畏惧，敢做敢当，以天下为己

任，建功立业，是树中之苍松。做英雄，就义无反顾。英雄是面对挫折的百折不饶，绝不气馁，直至成功。

潇洒型男人的魅力在于无所羁绊，鹤立独行，纵情于山水，淡泊利禄，是树中之秀竹。要潇洒，就形如清风。潇洒到极致，去捕风逐月，浪迹天涯，四海高歌。

沉默但目光专注地看你说话的男人，一定有着丰富的内心世界。这样的魅力男人，有一种让人不易发觉的淡定与从容，身上会有一种致命的磁场引力。这种男人自然而透明，女人会在一种难言的状态中让自己的心随他而颤动，并且回味无穷。

不会在女人面前展示自己的男人是残缺的，犹如孔雀不会开屏。而美好的男女沟通，就是男人最需要表达魅力的时候。而在女人面前，真正有魅力的男人，并不垂涎欲滴，色眼迷离。他们善于把持自己，守住自己的方寸不乱。

成熟的魅力男人，往往非常简单，他们像孩子似的单纯，不是心无机巧，而是知之却不用者。有时所见的披蓑戴笠者是仙风道骨。而西装革履、油头粉面的，不过是那些表面上道貌岸然而实则内心空虚的男人。

好男人必须孝顺父母，出色的男人懂得分清亲情、友情、爱

情的重心。胸怀大度才是男人之美，海纳百川、刚柔相济才更出色。有魅力的男人是宽容的，他的心胸如大海一样宽阔，能容纳风暴的袭击，能承受惊涛的拍打，能经受海浪的洗礼。

要打造魅力的男人，必须把自己投入热烈的社会生活空间中去。对生活中任何美好事物的迷恋会使人的内心变得无比充实，一个出色的男人，内心会时时涌动着对生活的激情，这份对生活的热爱，可以让他适时展现自己的才华，也是男人的魅力所在。

男人的魅力，在女人眼中是一道远山近水的风景，是一座传说里坚固的石拱廊桥，是含蓄的雾里清晨，是深沉的霓虹夜色，是一枝不败的冰雪梅花。

男人的魅力，在于一种风度气韵，而与容貌无关；男人的魅力，在于一种诚实守信，而与权钱无关；男人的魅力，在于人生阅历积淀，气已定神也闲了。

男人魅力的最高境界，应该是人性、人格、人生、思想、才气的自然显现，是胸怀、气质、真、善、美的灵光荡漾。（佚名）