

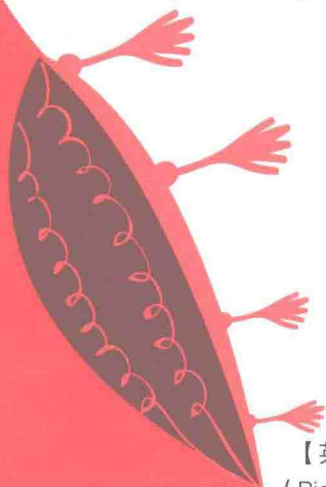
普
华
文
化

爱情中的墨菲定律

关于爱情与婚姻的34个真相

Murphy's laws of love

Why the one you fancy never fancies you



【英】理查德·罗宾逊
(Richard Robinson) / 著
钱峰 / 译

假如你问我该不该结婚，
我会回答你：“无论如何，你都会后悔的。”
——苏格拉底



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

MURPHY'S LAWS OF LOVE
Why the One You Fancy Never Fancies You

爱情中的墨菲定律

——关于爱情与婚姻的 34 个真相

【英】理查德·罗宾逊 (Richard Robinson) / 著
钱峰 / 译

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

爱情中的墨菲定律：关于爱情与婚姻的34个真相 /
(英) 罗宾逊 (Robinson, R.) 著；钱峰译. — 北京：
人民邮电出版社，2016.5
ISBN 978-7-115-42153-1

I. ①爱… II. ①罗… ②钱… III. ①恋爱心理学—
通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第077340号

内 容 提 要

爱情为何时而让人痛苦、自卑、绝望，时而又让人兴奋、甜蜜、坐立不安？为何你爱的人不爱你，而你不爱的人却对你死缠烂打？为何时间会让爱情消逝于无形？

从青春期的懵懂到坠入爱河时的狂热，再到新婚燕尔的如胶似漆以及婚后的平淡生活，这几乎是所有爱情与婚姻不可避免的过程。本书是一本讲述爱的真谛的书，作者用幽默平实的语言和形象的漫画揭示了关于爱情与婚姻的34个真相以及墨菲定律在其中起到的作用。了解这些真相及墨菲定律的作用或许能够帮助你收获幸福、美满的爱情与婚姻。本书适用于大多数人，尽管每个人都认为自己的爱情和婚姻可以作为特例。

无论你是否谈过恋爱，或者正在恋爱并准备结婚，抑或已经结婚，你都需要这本书。

◆ 著 【英】理查德·罗宾逊 (Richard Robinson)

译 钱 峰

责任编辑 庞卫军

执行编辑 刘 珺

责任印制 焦志炜

◆ 人民邮电出版社出版发行

北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

大厂聚鑫印刷有限责任公司印刷

◆ 开本：880×1230 1/32

印张：5.5

2016年5月第1版

字数：100千字

2016年5月河北第1次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2013-7360号

定 价：35.00 元

读者服务热线：(010) 81055656 印装质量热线：(010) 81055316

反盗版热线：(010) 81055315

广告经营许可证：京东工商广字第8052号

前 言

墨菲定律（Murphy's law）是一种心理学效应，由爱德华·墨菲（Edward A. Murphy）提出。它适用于很多事情，尤其对人际关系更为适用。这是由于该定律背后的驱动因素是热情，而人们的爱正是由热情催生的。即使怀着愤怒、带着叹息读完这条定律，你也会获得意想不到的收获。

若事情有可能出错，就一定会出错。

关于爱情和婚姻的墨菲定律几乎都是“消极”的，这一点无需质疑：一切都不那么顺利，没有什么顺心的事情；从来就没有完美的结局；不管你多么美丽和富有，你爱的人不一定爱你，而那些你不爱的人却对你死缠烂打、穷追不舍……所以本

书内容描绘得应该是一个恋爱三角形：我爱你，你爱他，他爱她。

但是，请你不要闷闷不乐，还有一种幸福始终贯穿在墨菲定律中，它迷人而欢快，让人们不愿再争吵下去。就像这首歌唱得一样：

我们终会再见，不知地点，不明时间
但我确信我们终会再见，在阳光明媚的某天
或许我会发信息给你，在下周的某个时间

我们知道自己注定会失败，但出于某种原因，我们不得不一次又一次地让自己面对“敌人”。那么本书讲了什么内容呢？

本书分为两个部分。

第一部分讲述了在认清关于爱情与婚姻的 34 个真相之前，你需要做好哪些准备工作，包括第一章和第二章。第一章的研究对象是“你”，并且想要告诉你，如果你想了解你与“他们”的关系，就必须了解“他们”之前认清你自己，而要认清你自己也没那么容易，我在这一章论述了其中的一个原因，

而这个原因也是本书的核心内容——我们大脑中的镜像神经元既可以反映外部世界，也可以帮助我们建立自我形象。另外，这一章还介绍了影响你的三个因素或者三面镜子：你的家庭、你的朋友和你的基因，我们要看看它们是如何联手把你打造成“你”的。第二章的研究对象是“他们”，讲述了男人和女人之间存在的巨大差异，而且所有的墨菲定律都是建立在他们之间那些简单得不能再简单的争吵之上的。此处的举例尽管你可能并不认同，但是它们确实反映出我们评价世界的方式很有趣。我们都是“差异引擎”，虽然不具备准确衡量的能力，却热衷于将世间万物逐一进行对比。为了让对比更容易，我们将差别放大。比如，当我们区分颜色、种族、性别，甚至是最细微的差别时，我们会把它们在自己的头脑中无限放大。这既不是偏激，也不是病态心理，而只是一种出于实际的考虑。这种“差异引擎”不断演进，让生活越来越复杂。一件事对我们越重要，我们能够发现的差别就越多。

第二部分揭示了关于爱情与婚姻的 34 个真相，这是本书的重点内容，包括第三章到第八章。第三章用动物界最伟大的演员——园丁鸟举例，讨论了人们在求爱过程中上演的所有行为，比如如何通过复制时尚、偷取别人的点子来让未来的伴侣

对自己产生最佳印象。第四章是写给那些还在追求完美伴侣的人的。通常情况下，我们评价伴侣的标准看上去似乎都不那么理智，比如大多数女人选择丈夫时考虑的是他们的房子和车如何，著名作家斯蒂芬·巴特勒·里柯克（Stephen Butler Leacock）也曾说过：“很多男人跟女孩结婚，仅仅是因为他们爱上了女孩的酒窝”，但偶尔，我们择偶的标准也很理性，我们切合实际、心智健全，尽管有时也愿意碰碰运气、有些奇怪的念头。比如研究表明，女性择偶时认为对方要有稳定的经济来源是第二重要的参考因素，因为这对他们未来的孩子很关键。第五章揭示了关于爱情的真相，介绍了与爱情最相关的因素——荷尔蒙，尽管从 35 亿年前人类还未出现时到现在，荷尔蒙一直都是最高统领，但时至今日，我们对它的运作方式仍然不甚了解，主要原因是大多数科学研究都受工业发展的驱使，而工业发展对通过投资去寻找真爱的意义毫无帮助，所以对人类情绪的研究就要从可以获利的工作开始。第六章揭示了关于婚姻的真相。这一章的研究对象是人，尽管他们偶尔表现得像只动物。第七章解释了人为何会移情别恋，为何会在那些再平常不过的流言蜚语、受辱失落、痛苦懊悔中走到婚姻的尽头。第八章解释了人们为何会深陷爱的怪圈，为何会在结束一

段婚姻后迫不及待地再次坐上爱的过山车。

我们再来读一遍这句话：

若事情有可能出错，就一定会出错。

也许大多数时候，我们都是爱情与婚姻的失败者，但任何时候，我们都可以成为学习者。我们不如换句话来鼓励自己吧：

若不能得你所爱，那就尽管去爱你所得吧！

目 录

第一部分

当爱情遇到墨菲定律

第一章 究竟是哪些因素塑造了你 //003

你到底是谁 //003

家庭会在你的身上留下印迹 //007

◇ 没有家庭，你能生活下去吗 //009

朋友间的“规矩”会束缚你 //010

◇ 风俗习惯令朋友群体更加牢靠 //012

认识你自己 //014

◇ 青春期——成长过程中的一个特殊时期 //015

◇自我成熟到为人父母的距离 //018

犯错误的重要性 //021

第二章 男女有别：墨菲定律中的“性别歧视” //023

男女差异标准分布曲线 //023

差异引擎放大了男女之间的差异 //029

雄性激素让男女有了细微的差异 //031

男女之间并无绝对的差异 //033

◇女性也应当掌权 //033

◇男性也有丰富的情感 //035

◇男人和女人，谁先来谁后到 //036

体型差异造成的男女有别 //037

第二部分

爱情与婚姻中的墨菲定律

第三章 求爱时，每个人都是演员 //045

你是情场高手吗 //045

真相 1：模仿是美化自己的捷径 //049

◇世上根本就没有自然这回事儿 //050

◇ 男性的求爱展示 //052

真相 2: 求爱时, 你身上的每个部分都在表演 //053

◇ 如何看穿女人的假装行为 //054

◇ 从长远来看, 男人究竟哪点好 //056

真相 3: 男人不会跟太聪明的女人调情 //058

真相 4: 女性的让步并不代表认输 //059

真相 5: 外貌协会的标准并非一成不变 //061

◇ 要多瘦, 才够瘦 //062

◇ 小麦色皮肤, 要还是不要 //064

好好练习你的演技 //065

第四章 什么样的人才是完美伴侣 //067

人类分析外部世界的三部曲——S.I.N //067

真相 6: 想象会让未知部分变得更美好 //069

真相 7: 如果你一直保持沉默, 人们会将你当成智者 //071

真相 8: 吻过很多只青蛙后才可能吻到王子 //072

真相 9: 长得漂亮不一定善良 //074

真相 10: 聪明 × 美貌 × 可得性 = 0 //076

真相 11: 权力的力量 //077

真相 12: 直觉和情感总是与理智和礼貌相冲突 //079

真相 13: 家庭观念会影响你的择偶观 //080

◇ 为什么近亲通婚行不通 //083

真相 14：冒险的行为并不总是那么酷 //084

第五章 爱情的真相 //087

真相 15：荷尔蒙让恋爱中的人变成了傻子 //088

真相 16：一见钟情只是推进人类进化的一小步 //089

真相 17：倾心只在一瞬间 //091

真相 18：求爱这一过程不可省略，也不能仓促 //093

真相 19：并不是所有人都渴望被关注 //095

真相 20：恋爱需要三思而后行 //097

真相 21：人类在不知不觉中通过信息素相互影响 //099

◇ 为什么人们两情相悦却最终各奔东西 //100

◇ 为什么你爱的人却不爱你 //101

真相 22：荷尔蒙是唤醒爱情、让人们坠入爱河的魔法棒 //104

◇ 荷尔蒙也追求和谐 //104

◇ 极限运动是爱情的最佳替代品 //106

◇ 为什么巧克力与爱情有关 //108

◇ 为什么美食会突然变得无味 //109

◇ 理智与爱情不可兼得 //110

◇ 如何让伴侣更忠诚 //114

真相 23：只有他（她）可以闯入你的禁地 //115

真相 24: 爱情让时间匆匆而过, 时间让爱情消逝于无形 //116

◇与喜欢的人在一起, 时间总是那么短暂 //116

◇时间能够冲淡一切, 包括爱情 //117

第六章 婚姻的真相 //119

真相 25: 婚礼是双方“基因之潭”的第一次相融 //120

真相 26: 婚礼结束后, 真正的生活才刚刚开始 //122

◇一天以后: 面对真实的对方 //122

◇一周以后: 争论不休 //123

◇一个月以后: 双方变回了以前的自己 //124

◇六个月以后: 送礼物须谨慎 //125

◇一年以后: 对家庭生活的不满令人惶恐不安 //126

◇两年以后: 受群体影响, 要好好表现 //127

◇七年以后: 维持婚姻还是离婚 //129

第七章 人为何会移情别恋 //131

真相 27: 澄清谣言与掩耳盗铃没什么区别 //133

◇媒体与不忠行为 //133

◇谣言“一锅炖” //134

◇为“佳肴”添香 //136

真相 28: 嫉妒是爱的另类表达 //137

◇嫉妒衍生出超能力 //139

真相 29：一次不忠会让一切都变得可疑 //141

真相 30：一刀两断并不容易 //142

真相 31：重写“背后的故事”可能只是自欺欺人 //144

真相 32：只有你才能治疗自己的情伤 //145

第八章 深陷爱的怪圈 //147

真相 33：再婚往往是上一段婚姻的重演 //147

真相 34：孩子会让你的生活变得更加丰富多彩 //149

结语 //151

附录 //155

PART 1

第一部分

当爱情遇到墨菲定律

第一章

究竟是哪些因素塑造了你

| 你到底是谁 |

我的眼前有这样一幅画面，这并不是我第一次见到：你正准备冲出房间、摔上房门。

这个人是你吗？是什么让你如此愤怒呢？是谁毁了你的人生？难道是你的父母吗？他们的脾气很暴躁，总是小题大做，还唠唠叨叨、没完没了。难道他们就看不出来你已经长大了，可以自己照顾自己了吗？看在上帝的份儿上，你都已经 15 岁了啊！可他们仍然在你耳边嗡嗡个不停：

“你野营的帐篷桩子都数清楚了吗？你可不想帐篷在遇上暴风雨时被刮走吧？”