

爱一再出错，错在哪里？

错在人们一直没有搞懂，爱是给，而不是得；

爱不是出于需求，而是分享；

不是出于匮乏，而是出于丰富。



Where Does My Love Go Wrong?  
错在哪里

何权峰  
著

现代出版社

图字：01-2005-3996

图书在版编目(CIP)数据

爱错在哪里？ / 何权峰著. ——北京：现代出版社，

2005

ISBN 7-80188-578-3

I.爱… II.何… III.个人-修养成 IV.B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 086580 号

---

作 者	何权峰
责任编辑	张俊国
出版发行	现代出版社
地 址	北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码	100011
电 话	010-64267325 010-64240483(兼传真)
电子邮箱	xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷	北京彩云龙印刷有限公司
开 本	1/32 787×1092
印 张	5.125
版 次	2005 年 11 月第 1 版 2005 年 11 月第 1 次印刷
印 数	1-4000 册
书 号	ISBN 7-80188-578-3
定 价	12.00 元

---

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载




# 愛，

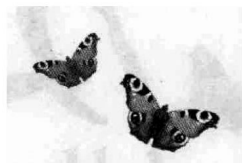
# 錯在哪里？

Where Does My Love Go Wrong?

何权峰◆著

 现代出版社





**Where Does My Love Go Wrong?**



爱已然消逝,那一切美好不再,季节已变,我俩之间已经没有春天;花落水流,芬芳不再,该是曲终人散的时候了……

为什么爱走到最后总是这样?你不禁问:爱,到底错在哪里?

爱并没有错,亲爱的,你错爱了,那是因为你以为的爱,并不是爱。有千千万万的人活在自以为是爱人的谬见之中,他们认为自己在爱,但这哪是爱,这不过是“自以为是”罢了!

许多人只是看见一张漂亮的脸蛋,一个姣好的身材,或是一份包装精美的礼物,就认为:“天啊!我恋爱了!”你以为爱是什么?是脸蛋、是身材、是礼物?这跟爱有何关系?过一阵子你就会明白,同样的脸、同样的身材,即使包装得再精美,你迟早都会厌烦的。你所谓的爱只不过是脑袋在发烧,等烧退之后,热情消退,你将发现光靠高挺的鼻子、丰满的胸部是无法填补内心的空洞的。

或许你并不是那么肤浅,你说,你会爱上他那是因为他很有内涵,很有才华,很有气质,很温柔,他对你非常体贴,对你、对你的家人很好,他真的很特别……你说,你爱的是那个人的特质,而不是那个人的外表。我





# 爱，错在哪里？

Where Does My Love Go Wrong?

同意，你确实比较有深度，但我不想欺骗你，你的爱仍是肤浅的。

如果你是因为对方拥有的东西而去爱，你就不是爱他们，你爱的是那个特质；我要告诉你，爱那些特质并不是件什么了不起的事，你爱的只是那些你没有的或是你想得到的，明白吗？如果你是因为对方对你好而爱，那你爱的并不是那个人，你爱的其实是你自己。当对方不再对你好，你也就不爱，甚至由爱生恨，这怎么能算爱呢？

去看看人们的爱。因为你爱他，所以你就对他有所期待；你期待他永不变心、期待能天长地久；你期待他完美、期待他完全属于你；你期待他能改变、变得跟你期待的一样……假如你将这些都当成是爱的话，爱当然会一再出错，因为你的爱不是真正的爱，那只是包装而已，它们看起来很相像，这即是问题所在。

每一个人每一本书都在谈爱，但爱却逐渐在消逝，人们一再地错失爱，为什么？因为一直以来大家都没有搞懂——爱，错在哪里？



## 第一章 有没有?!

你到底爱不爱我?	012
问题所在	013
两个乞丐	015
为何失望	017
那是好事	018
爱就不是爱了	019
爱他,因为爱自己	020
爱的报酬	022
为了满足自我	023
会痛的就不是爱	025
执着	027
其实你也变了	028
别太当真	030
变心	031
你负担不起的	032
承诺能信吗?	033
分手真相	034
为爱所苦	035
不平衡	036
只要你过得比我好	037





Where Does My Love Go Wrong?



# 爱, 错在哪里?

曾经爱过	038
要求太多	039
忘不了	040
该分就分	041
爱恨交加	042

## 第二章 能不能?!

重获自由	046
真正的拥有	048
放不下	050
放手	052
空	054
推毁对方	056
糖衣	058
你属于我	059
逃	061
一旦变坏	062
贤妻	063
不信任	065
貌合神离	067
一无所有	068
挤在花苞里	070






求自己	071
我不能没有你	072
比较生忌妒	074
吃醋	075
值得爱	076
刚好配你	077
有一得必有一失	079
缺点是优点的延续	081
仇人	083
没有对错	084

### 第三章 肯不肯?!

只要他改变	088
为他好?	089
何必有你	090
你还是你	091
除非他改变	093
不值得	094
梦已成空	095
错把喜欢当作爱	097
从你先做起	099
天长地久	101





# 爱, 错在哪里?

Where Does My Love Go Wrong?



全然的爱	102
用心接受	103
挑毛病	104
你想什么	105
被需要	106
自由自在	107
争吵	109
无私无我	111
自我	113
个性不合	114
人都死了	115
求助	117
支配	118
对的方式	120
爱过就好	121

## 第四章 会不会?!

先给我温暖	124
一无所求	125
先亲几只青蛙	127
多一点勇气	129



夫妻	131
该嫁谁	133
已经结婚了	134
更大的空洞	135
理所当然	136
变丑	137
不如陌生人	139
无法沟通	141
爱唠叨	143
耳聋	144
成见	145
基于好意	147
规则	149
相处难	150
不切实际	152
不结婚	154
学会独立	155
别人比你重要	156
错的永远是你	157
错在哪里?	158
内心世界	159
真相	160





101 姜夫  
201 姜夫  
401 姜夫  
601 姜夫



# 第一章 有没有?!

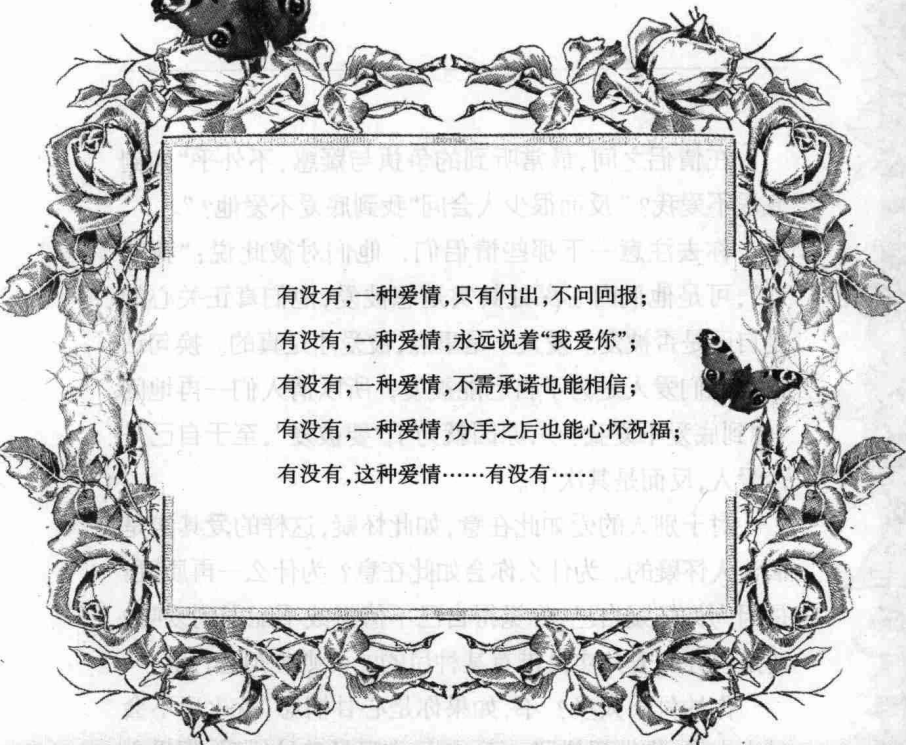
Love





里聊齐静

非爱不爱



有没有，一种爱情，只有付出，不问回报；

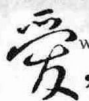
有没有，一种爱情，永远说着“我爱你”；

有没有，一种爱情，不需承诺也能相信；

有没有，一种爱情，分手之后也能心怀祝福；

有没有，这种爱情……有没有……





Where Does My Love Go Wrong?

## 爱，错在哪里？



### 你到底爱不爱我？

当你说“我爱你”，内心想的其实是被爱，真正关心的也是被爱

在情侣之间，最常听到的争执与疑惑，不外乎“你到底爱不爱我？”反而很少人会问“我到底爱不爱他？”。

你去注意一下那些情侣们，他们对彼此说：“我爱你”，可是他们内心深处其实是想被爱，他们真正关心的是自己是否被爱。爱人不是重点，被爱才是真的。换句话说，他们爱人是为了自己能被爱，所以情人们一再地问“你到底爱不爱我？”，原因就为了“要被爱”，至于自己是否爱人，反而是其次了。

对于别人的爱如此在意，如此怀疑，这样的爱其实是很让人怀疑的。为什么你会如此在意？为什么一再质疑？是因为你怀疑自己，你觉得自己不值得或不配得到爱吗？还是说你的爱其实是带有某种目的？否则你担心什么？

你怕付出太多？不，如果你是心甘情愿，就永远不会付出太多；你怕爱错了？不，如果你只是单纯的爱，那爱永远都没有错。

想拥有爱，不是去求得爱，而是要去爱人。对，要去爱，而不是去怀疑他的爱，那他一定会更爱你。



## 问题所在

我们用爱作包装，  
但里面装的不是礼物，是期待、是回报

---

每一位恋爱中的人都认为：“我付出了爱，但对方却辜负了我。”而另一个人也这么说。那问题到底出在哪里？

原因就出在我们爱一个人，我们就期待他有所回报，回报总是被期待着，虽然我们用爱做包装，但里面装的不是礼物，是期待、是回报；当一方没有达到“预期”的回报时，问题就来了。这也就是为什么情侣和伴侣们常对彼此发牢骚：“你不够爱我！”如果你去衡量别人回报给你的爱，你将永远觉得不够，觉得别人亏欠你，因为衡量的本身就不是出自爱。

这世界原本充满着爱，先生爱太太、太太也爱先生、父母爱子女、子女也爱父母，爱一直都在，每个人都关心着所爱的人，但奇怪的是，为什么被爱的人却没有因此过得更幸福？为什么家庭与婚姻的不幸反而越来越多？

大家彼此都在关爱，但这个世界却充满着怨恨。一定有什么地方弄错了，否则怎么会这样？问题到底错在哪里？

难道不该有爱吗？不，当然不是。爱并没有错，错的是



# 爱，错在哪里？

Where Does My Love Go Wrong?

你的爱是带有目的的，你的关爱包含了太多的期待，这即是问题所在。



## 两个乞丐

在你不需要另外一个人的时候，  
真爱才发生

---

爱最大的问题，就是每个人都在寻找爱，但大家最欠缺的就是爱。

只要你需要别人爱你，你就是一个欠缺爱的人；需求越多，表示你的爱就越少。而如果你的心中欠缺爱，对方也欠缺爱，他也想从你这边得到爱，两个乞丐向对方乞讨爱，结果会怎么样？

谁也得不到什么，对吗？所以在爱的里面，人们感到受伤、挫败、气愤，每个人都觉得受骗，事实上，并没有人欺骗你，打从一开始你就是自己骗自己，两个乞丐互相乞讨，怎么可能要到什么？

在你不需要另一个人的时候，真爱才发生。也就是说，在你完全满足于自己，不必依赖别人，爱才有可能发生。假若你对别人有需求，你只会去占有、控制、剥削，你无法爱。

想得到爱，自己就必须先有爱，这是一个基本的法则，只有拥有爱的人才能够爱，你只能给予你有的，不是吗？