

「家庭」经典系列丛书

解除爱 的烦恼

(第二版)

——“谈心亭”集粹

家庭杂志社 编
中山大学出版社

月发行量近
400万份的
《家庭》杂志精粹

- ◆ 人生
- ◆ 爱情
- ◆ 婚姻
- ◆ 家庭

中山大学出版社

「家庭」经典系列丛书

解除爱 的烦恼

(第二版)



——“谈心亭”集粹

家庭杂志社 编
中山大学出版社

中山大学出版社

版权所有 翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

解除爱的烦恼/家庭杂志社,中山大学出版社编.—2版.—广州:中山大学出版社,1999.6

(《家庭》经典系列丛书/家庭杂志社,中山大学出版社编)

ISBN 7-306-01327-0

I. 解…

II. ①家… ②中…

III. ①恋爱心理学 ②家庭问题

IV. C913.1

中山大学出版社出版发行

(地址:广州市新港西路135号 邮编:510275)

电话:020-84111998、84037215)

广东省新华书店经销

广东省番禺市市桥印刷厂印刷

(地址:广东番禺市市桥环城西路201号 邮编:511400 电话:020-84881937)

850毫米×1168毫米 32开本 14.75印张 380千字

1999年6月第2版 1999年6月第2次印刷

定价:20.00元

本书如发现有因印装质量问题影响阅读,请与承印厂联系调换

出版者的话

怀着憧憬，怀着希望，更怀着自信，我们步入了1997年。

1997年，对于即将收回香港的祖国，是不同寻常的年份；对于植根于南国的《家庭》杂志，也有着非同寻常的意义：今年，是这本杂志的十五华诞。

15年前，当《家庭》从杂志之苑幼苗初露的时候，还不是这么地引人瞩目。15年后，《家庭》早已成为杂志之苑盛开的奇葩。这是家庭杂志社的同仁，怀着对广大读者的热爱，带着强烈的事业心，坚持为社会服务、为读者服务的方向，用汗水，用心血，用精神，浇灌出来的。《家庭》已成为国内发行量最大、最具有社会影响的杂志之一；无数的读者，从《家庭》杂志中，获得了教益，尝到了快乐，理解了生活，体味了人生；《家庭》已成为众多的家庭生活中不可缺少的朋友。

可以这么说，《家庭》总与家庭在一起；《家庭》与家庭心贴心；《家庭》人与千千万万个家庭一起，营造了一座洋溢着健康、科学、文明气息的宏伟的《家庭》大厦。

中山大学出版社对家庭杂志社的成就深感钦佩。在《家庭》十五华诞之际，我们得到杂志社的慨允，从《家庭》百花园中采撷了一束美丽的花朵，编成这套

“《家庭》经典系列丛书”，以申燕贺，以飨读者。本丛书立足《家庭》的特色，以《家庭》杂志最受读者欢迎的栏目为基础，从这些栏目中精选出优秀文章，分册出版。

新岁最美好，前景更辉煌。我们衷心地祝愿独一无二的《家庭》和数不胜数的家庭蒸蒸日上，兴旺发达！热切地期望“《家庭》经典系列丛书”能为广大的读者朋友带来知识，带来欢乐，带来希望！

中山大学出版社

1997年1月

序

◎岑 桑

15年前，广东省妇女联合会的负责同志召开过一个座谈会，邀请文化界的一些朋友参加，听取大家对拟议中的将《广东妇女》杂志易名为《家庭》的意见。记得朋友们对这份杂志的易名和改版设想都甚感兴趣。当时在座的秦牧同志对新刊名十分赞赏，说它显得亲切、大方，不受地域局限，而且使各个阶层和各种年龄段的男、女、老、少都成了这份杂志的读者对象，因此易名是一个很有眼光的决策。他还说这一改，使得这份地方性的杂志有了办成全国性期刊的可能。

眨眼间，15个年头匆匆而过了，一直关心和爱护《家庭》杂志的秦牧同志已经作古，而他的预见和期待却早已成为事实。《家庭》杂志创刊以后，大受读者欢迎，越办越好，一纸风行，最初几年的销售量以近乎几何级数的规模递增，其后仍逐年不断增长，目前每月平均发行250万份，每期读者近2000万人。对于报刊来说，这可以说是个“天文数字”了！

对于《家庭》杂志这近乎奇迹的庞大印数，社会上一直流传着一种议论，说什么这份杂志之所以大行其道，归功于改了个迎合大众的刊名。这说法当属大谬！“家庭”无疑要比“广东妇女”更有利于推广，然而仅凭改一个刊名来扭转乾坤，世上有这样便宜的事情吗？《家庭》杂志的成功，应该说99%是靠杂志社全体

工作人员的协同努力所取得的。杂志社里有不少我的老朋友，我深知他们为办好这份杂志如何殚精竭虑。他们往往为组织好或写好一篇重点稿子而不惜四处奔波，山野边塞、穷乡僻壤以至监狱牢房，都留下过他们的足迹。这种敬业精神，常令我肃然起敬。这个杂志社的编辑群体的特色一是专注，二是敏锐，三是勤快，四是锲而不舍。他们确实为自己从事的工作倾注了心血，专心致志地为办好这份杂志而废寝忘食。对于事业的执着使他们勤于思考，善于从纷繁的社会生活中捕捉为大众所热切关心的重要题材和热点话题，然后以异乎寻常的效率和锲而不舍的精神，使之体现在图文并茂的杂志上。因此这份杂志一直以贴近时代、贴近生活的风格，呈现在千百万读者跟前。人人都可以从中感受到时代氛围、社会风尚、人间冷暖，并且从那许许多多与每一个家庭都息息相关的议论、倾诉、资讯和知识中，感受到关怀，聆听到规劝，接受到引导。《家庭》杂志显然是以它的一副可亲的面孔和灼热的心肠，赢得了广大读者的热爱和信赖的。15年来，它不知丰富了多少家庭成员的精神生活，也不知吻缝过多少家庭成员的心灵创伤。它真不愧是我国社会主义精神文明建设的一块清新美丽的园地。它成为广东期刊“十佳”的首席，并两次得到全国社会科学类期刊的一等奖，可谓名至实归。

15年，好长的一段岁月！《家庭》杂志至今已出版180期。当然不能说它的每一篇作品和文章都是上乘之作，都令读者爱不释手，但是可以说它们大都具有相当的可读性。据了解，杂志社曾分别于1993年和1994年两次向读者广泛发出问卷，了解读者对《家庭》杂志可读性的评价；反馈回来的信息是：绝大多数读者都认为《家庭》杂志的内容有七八成是可读性较强的。这是一个很了不起的评价了！杂志社为了让读者便于阅读，与中山大学出版社合作，特地从《家庭》180期丰厚的积累中，选出少数精品，分别汇编成《男人与女人》、《我爱我的家》和《托起明天的

太阳》等多本，辑成“《家庭》经典系列丛书”。《男人与女人》、《我爱我的家》，顾名思义，都是关于婚姻、恋爱、家庭的篇章；《托起明天的太阳》则是关于教育子女的经验之谈，很有现实意义。其余各本书对各个年龄层次的家庭成员的价值观念、审美情趣、伦理道德和生活方式等方面，都有直接的或间接的健康导向作用，是我们当前迫切需要的家庭精神文明建设的好教材。

我国正处于伟大变革的历史转型期。在建立社会主义市场经济新体制的今天，现代家庭正面临着各种各样的急剧变化，每一个家庭都不可避免地出现许多先前难以意料的新课题，这都需要我们运用各种手段和方式，去加以引导和解决，借以从总体上将家庭精神文明建设推上一个更高的层次，在全社会有效地形成一个有利于改革开放和经济建设的思想道德环境。在这方面，《家庭》杂志无疑已长期做过大量有益的工作了。“《家庭》经典系列丛书”的出版，集中地体现了这份有口皆碑的期刊的风貌和品味。预料它们将会如同备受欢迎的良朋益友，被恭恭敬敬地请进千家万户，为各家各户的精神文明建设作出积极贡献。

1997年1月15日

目 录

·人生篇·

- (3) 做女人难，也不难
- (5) 独身如何
- (8) 走不走出象牙塔
- (11) 人生充满烦恼
- (13) 姑娘，莫为个子矮而悲伤
- (14) 不漂亮的姑娘，无须悲哀消沉
- (16) 姑娘长得丑，怎么办
- (18) 答一位为美貌而苦恼的少女
- (20) 对一个美貌姑娘的答复
- (23) 妙龄姑娘受冷落
- (24) 青春姑娘难题多
- (25) 姑娘怎样培养迷人的气质
- (26) 打扮的十大禁忌
- (28) 戴金佩银说爱美
- (31) 女性怎样才算外柔内刚
- (33) 妹妹你大胆地往前走
- (35) 少女爱幻想不是心理变态
- (36) 对异性产生好奇心并非罪过
- (39) 克制性冲动做个好学生

- (41) 大学并非世外桃源
- (43) 快乐在你心中
- (44) 净土在你心中
- (46) 愿你活上三百岁——答一位想自杀者
- (48) 当命运的主人，重新安排生活
- (50) 明天会更好
- (53) 淡化金钱意识
- (55) 忘掉过去的岁月，赶上时代的潮流
- (58) 下岗女工，踏出你的路
- (60) 下岗女工该怎么办
- (62) 致一位戒了毒的姑娘
- (64) 患过精神病的人要有勇气当生活的强者
- (65) 浪子回头金不换
- (66) 生活向你招手
- (69) 要知识还是要金钱
- (71) 拿出勇气来拒烟
- (72) 珍惜机遇
- (73) 姑娘，回头是岸
- (75) 一个来自农村的大学生的烦恼
- (77) 不向贫困低头
- (79) 一个成绩平平的高中生的烦恼
- (82) 是金子哪儿都闪光
- (83) 高价生的烦恼
- (86) 我害怕见人
- (88) 我们都不是神仙
- (90) 给一位心理老化的年轻姑娘
- (92) 初出茅庐，挫折难免

- (93) 如何避免争执，消除怨恨
- (95) 令人烦恼的外号
- (96) 开玩笑应掌握分寸
- (99) 给一个多愁善感的女孩
- (100) 做自己的主人不被谣言压垮
- (102) 做一个新型的商人
- (104) 把自己交给社会，生活便不会枯燥乏味
- (105) 女学生碰上流氓班主任怎么办
- (107) 不要害怕这个有权的色狼
- (109) 姑娘，莫用肉体来作晋升的阶梯
- (110) 姑娘，不可把人生当游戏
- (112) 卸下包袱，抬起头来生活
- (113) 已经失身，不能再失志
- (115) 外来女工要学会保护自己

·爱情篇·

- (121) 姑娘怎样摆脱爱慕者的纠缠
- (122) 莫将父亲角色与配偶角色相混同
- (124) 我为什么恨女人
- (125) 残疾人怎样才能觅到真情
- (127) 愿阳光照着您
- (129) 爱上一位残疾姑娘，该怎么办
- (131) 深圳打工妹爱情何处觅
- (132) 走自己的路
- (134) 如何得到姑娘的爱
- (135) 城乡联姻须面对什么现实
- (137) 农家子与将军女也能结良缘

- (139) 高干子弟与平民子弟结合能幸福吗
- (141) 他比你小四个月，不应成为爱情障碍
- (142) 找个子高过自己的妻子，合适吗
- (144) 姑娘嫁“孝儿”有顾虑
- (145) 好好珍惜友情吧
- (147) 相思的痛苦折磨得他要发狂
- (149) 恋爱需要有自我的空间
- (151) 怎样对待报刊上的征婚
- (152) 有坚实生活基础，爱才能有所附丽
- (154) 巧妙拒绝男友的过分亲热行动
- (156) 理想的爱情要靠自己创造
- (157) 恋爱不成情义在，要对姑娘负责任
- (159) 莫为单相思抛弃未婚夫
- (160) 旧情人无权干预你的新生活
- (162) 明知爱错了人却又难割情丝，怎么办
- (163) 男朋友的爸爸爱不得
- (165) 小保姆暗恋男主人
- (166) 姑娘，科长的约会还是拒绝为好
- (167) 一个女大学生的失恋痛苦
- (169) 快快离开这只色狼
- (171) 愿爱情纯洁美丽
- (174) 与其若即若离，不如速战速决
- (176) 这位失身而不失人格的姑娘值得敬重
- (178) 婚前如何了解对象的性能力

·婚姻篇·

- (183) 结婚绝不是爱情、事业的坟墓

- (184) 用心智修筑爱巢
- (186) 日记要不要给妻子看
- (188) 可否追问妻子的隐私
- (190) 先结婚后恋爱也会有幸福
- (193) 试着改变你自己
- (195) 如何与忙碌的丈夫沟通感情
- (197) 当领导的丈夫迷恋麻将怎么办
- (198) 跳出“妻管严”的囚笼
- (200) 婚后为何感觉爱人不如旧日恋人
- (202) 如何看待家庭内部“女尊男卑”的现象
- (204) 夫妻消费观不同，还是可以相容的
- (208) 物质有价亲情无价
- (209) 丈夫“不顾媳妇只顾娘”怎么办
- (211) 无端试探妻子，惹出一场风波
- (213) 理解和体贴是加深夫妻感情的催化剂
- (214) 妻子对跳舞诸多限制
- (216) 人到中年迷上舞场，妻子不满怎么办
- (218) 佳宁不愿意只指责你的妻子
- (219) 丈夫不懂女人心理怎么办
- (221) 夫妻间都“心有灵犀一点通”吗
- (223) 用温柔软化丈夫硬心肠
- (224) 如何对待有过失但已改正的配偶
- (226) 挽救迷途丈夫，别忘了给他留面子
- (228) 没有性爱的婚姻是苍白的
- (231) 长期分居的夫妻合居在一起后
- (233) 答一位性生活不满足的妻子
- (234) 了解性差异，促进性和谐

- (237) 妻子性冷淡，要耐心找出原因
- (239) 丈夫性无能，我该怎么办
- (240) 一方不孕导致不和
- (241) 夫妻一方不想要孩子怎么办
- (242) 不理智的思念，不客观的对比
- (244) 妻子对婚前爱慕过的人旧情复燃怎么办
- (246) 怀疑丈夫不忠，自己也心猿意马对吗
- (248) 要抗争，不要听从命运的摆布
- (250) 丈夫酒后露异心，妻子应冷静对待
- (252) 赶紧中止这种不理智的报复行为
- (254) 愿你摆脱苦恼，重获幸福
- (256) 用充实的生活克制自己无益的欲望
- (257) 拆散两个家，牵动六个人，慎行
- (260) 妻子生活作风不正派，怎么办
- (261) 一时放纵作茧自缚
- (263) 赶紧中断不正常的义兄妹关系
- (264) 婚姻不是儿戏
- (266) 放纵一时，悔恨终生
- (268) 弥补婚姻的裂痕
- (271) 解铃还需系铃人
- (272) 丈夫搭上小保姆
- (273) 婚外情——危险的游戏
- (275) 丈夫外出打工，娇妻委身他人
- (276) 该割断哪根藕
- (277) 能同时拥有妻子与情人之爱吗
- (279) 愿你们顺利渡过婚后“危险期”
- (281) 结婚半年，争吵不断，怎么办

- (284) 理解从来不是现成的
- (285) 架也懒得吵的婚姻并不好
- (287) 此刻需要男子汉的豁达
- (290) 怎样和啰嗦的妻子相处
- (292) 幸福握在自己手中
- (296) 宽容营造一片春
- (299) 老夫少妻型婚姻和谐秘诀
- (300) 相爱要百折不挠
- (303) 走出失落的梦境
- (305) 己所欲，先施于人
- (306) 死爱不如活爱
- (308) 学会尊重丈夫
- (310) 帮助丈夫走向成熟
- (312) 塑造一个甜蜜的丈夫
- (313) 新婚的欣喜与困惑
- (314) 真爱不是烈性酒
- (315) 宽容有度
- (317) 妻子挣钱多，丈夫受歧视
- (319) 丈夫不愿给钱怎么办
- (320) 来自农村的丈夫，如何与城市妻子协调
- (322) 还他男子汉的尊严
- (324) 一个想当“现代陈世美”的人的苦恼
- (326) 爱妻去日本后要求离婚
- (328) 同结过婚的人相爱会吃亏吗
- (329) 偏见不足为据，主意应自己拿
- (331) 爱的权利人人平等
- (333) 一个佳宁难作裁判的家庭问题

- (335) 破旧观念，建新家庭
- (336) 再婚？不再婚
- (339) 离婚以后以朋友相处是文明行为
- (341) 老年父母离婚太荒唐吗
- (343) 敬人父母如敬自身父母
- (345) 新婚妻子忌讳前妻遗像怎么办
- (347) 合法再婚受到亲人阻挠怎么办
- (349) 爱妻不理财怎么办
- (350) 本着爱心去努力，再婚后的苦恼定能消除

·家庭篇·

- (355) 让父母理解你，你也要理解父母
- (356) 世上只有妈妈好
- (359) 母亲也需要女儿的理解
- (362) 解除警戒，体谅后娘
- (364) 爸爸和我隔层膜怎么办
- (366) 给儿子更多的信任和理解
- (367) 夫妻房事被孩子看见怎么办
- (369) 写给一位发现父母房事的小姑娘
- (371) 乖儿子不再听话
- (373) 女儿抽烟急煞父母
- (375) 独生爱女不断偷钱，怎么办
- (377) 面对孩子的早恋，该怎么办
- (378) 你女儿病根不在胖而在心灵空虚
- (380) 女儿当秘书，父母忧虑多
- (381) 父母不让看电视怎么办
- (383) 假期想去旅游，父母百般反对，怎么办

- (386) 要跟“新读书无用论”抗争
- (388) 年轻少女不宜多出入歌厅
- (389) 警惕色狼侵犯你的女儿
- (391) 回家吧，李娜
- (395) 赵璨同学致李娜同学的信
- (396) 小李娜回家啦
- (398) 孩子人身权利受国法保护
- (399) 我想有个好爸爸
- (402) 向无情爸爸要钱
- (403) 爹妈不知法，女儿进虎口
- (405) 儿女乖巧可化父母干戈
- (407) 单亲家庭孩子的烦恼
- (408) 愿你们母子之爱长存
- (409) 父亲有了外遇怎么办
- (411) 该不该把父亲与人私通的事告诉妈妈
- (413) 恨透了爸爸
- (414) 家有逆子
- (416) 心理一移位，心情应舒畅
- (418) 想要家爱你，你就要爱家
- (420) 晚年生活不必受制于子孙
- (422) 愿我们的老人像孔雀般美丽
- (423) 平凡人生细咀嚼
- (426) 让灾难充实你的人生
- (429) 做个体谅嫂子的好小姑
- (430) 闲言碎语且当耳边风
- (432) “倒插门”女婿的苦恼
- (434) 我和婆婆谁是谁非