

【韩】郭锦珠 著  
许丽 译

# 亲爱的， 我们就是要相爱一生



韩国最权威的心理学家郭锦珠  
教你获得成熟的爱情

最浪漫的事，不是在一起，而是老了还会在一起

关于爱情背后的那些事儿，  
每一个人都应该知道，  
越早越好。

化学工业出版社

【韩】郭锦珠 著  
许丽 译



# 亲爱的， 我们就是要相爱一生



化学工业出版社

· 北京 ·

还有什么比坠入爱河更让人觉得幸福呢？我们都以为，在相爱着的时候，永远都不会感觉到孤独寂寞。但，事实是，在爱情里才是最痛苦最寂寞的。到底，爱情是什么？优点变成了缺点、爱的理由变成了恨的理由……就算陷入互相无法理解的僵局、就算激烈争吵至无力拥抱、就算几经风雨大起大落，但最后我还是想陪在你身边——爱情！庆幸，最终我们还是觉得在一起最美好。

虽然本书作者身为韩国爱情心理学领域最权威的专家，但这既不是一本叙述有关爱情中两性关系的理论书，也不是一本阐述作者自身恋爱论的散文集。单单看一眼这本书的目录，你就会被它吸引。书中收录了许多两性关系的例子，其内容就好像是在讲你自己的故事一般，每个事例读来都能让你从似曾相识的场景中对爱情心理学恍然大悟。并且作者运用了多种写作体裁，如影视体、古典体、小说体、诗词体、歌曲体等，让已经被各种爱情理论书搅得眼花缭乱读者有耳目一新的感觉。

## 图书在版编目(CIP)数据

亲爱的，我们就是要相爱一生 / [韩] 郭锦珠著，许丽译.  
—北京：化学工业出版社，2012. 10  
ISBN 978-7-122-15320-3

I. ①亲… II. ①郭…②许… 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 (2012) 第 213746 号

도대체, 사랑

Copyright©2012 by Kwak Gum Joo.

All rights reserved.

Simplified Chinese copyright©2013 by Chemical Industry Press.

This Simplified Chinese edition was published by arrangement with Sam & Parkers, Co., Ltd. through Agency Liang.

本书中文简体字版由 Sam & Parkers, Co., Ltd. 授权化学工业出版社独家出版发行。未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分，违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号：01-2012-3918

---

责任编辑：王蔚霞  
责任校对：陶燕华

装帧设计：尹琳琳

---

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011）  
印 装：化学工业出版社印刷厂  
880mm×1230mm 1/32 印张 8 字数 142 千字  
2013 年 1 月北京第 1 版第 1 次印刷

---

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899  
网 址：<http://www.cip.com.cn>  
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

---

定 价：29.80 元

版权所有 违者必究

## 前言 / 不曾想过我也写起了关于爱情的故事

相当长的一段时间里，我在学校讲授了一门课程，叫做“彷徨的二十几岁”。所谓教学相长，在授课的同时，我逐步发现了一个事实，那就是：人们对未来的迷茫和对人际关系的恐惧感并不仅仅存在于年轻的二十几岁。那种内心的不安（尤其是对于人际关系处理方面的恐惧感）时常会在人们意想不到的时候和意想不到的地点涌出，让人突然变得慌张起来。而我，作为一个某种程度上已经体验了生命之重的人，也不能抗拒这种心理，内心深处也不断受到它的困扰。而反过来想想，似乎把内心的彷徨限定于某个年龄段的心理现象，说是“二十几岁”的彷徨，这种做法本身就有些可笑。

我专攻的是心理学，由于专业的习惯，平日里遇到任何的问题，头脑中闪现最频繁的语句就是“为什么”。“人们在这种情况下为什么会如此反应呢？”“为什么大部分的人都不能抛却这种习惯呢？”“为什么明明知道对方会受伤，还是要采取这种利己的行动呢？”每当“为什么”被提出之后，我便会进行各种实验，通过分析和研究实验结果找出最接近真实的那个答案。因为这就是我们心理学者所要进行的工作。

我有两个弟弟，父亲是位保守派人士，在这样的家庭环境下长大的我没有经过几次恋爱洗礼就在二十三岁的小小年纪结

了婚。当时在父母的催促和缠磨下进行的相亲，自己心里想着要尽快摆脱保守的父亲，摆脱家里过分保护的阴影，所以仅仅用了三个月的时间恋爱便订婚结婚了。后来生了两个孩子，并且不顾丈夫的反对开始学业，成为了一名教授。

男女之间相爱时的话语和举动，经常遇到的，或者说是我经常遇到的一些情况，针对这些，我并无暇去问为什么。结婚前，我在上大学的时期也有过几段的交往经历，但是现在回想起来，真的是经常吵架。我们为什么而吵架，为什么分手，为什么像那样的经常内心不安而生气，这些真的没有想过。而且，仿佛并不是因为讨厌对方才发生的这些不愉快。

多年前，老公被派遣前往美国乔治华盛顿大学的任期结束，准备返回国内的时候，我跟他说要留在美国继续学习。因为如果我再多待一年后回国的话，只需要再往返韩美几次便可以取得博士学位了。但是老公态度坚决地说“不可以”。当时老公是位威严的检察官，让我独自留下继续学习这件事，在他而言是绝对不可能的。但是我说“今后要一起生活的日子还有几十年……其中的一年哪里有那么长。”

不论我如何地苦苦哀求，老公还是毫不动摇，并开出了一个“优厚”的条件，说一起回到国内后，无论我想学什么，怎么追求自己的学业都会百分百支持。现在回想起来，之所以能够毫不后悔地一路走来完成自己的事业，也许和当初并没有固执到底而听从他的意见有关。虽然我是一个相当固执的人，但是与保守的老公生活在一起，久而久之固执的性情也不得不有

所改变。而原有的那个我和听话的那个我相互融合的过程真的是一条又远又险的路途。

和老公结婚一起生活后，我才开始向自己，向我们提出“为什么”的疑问。他是我所了解的爱人，我所认识的男人，对我来说他是那样重要的一种存在，可是他“为什么”不能够做到我所需要的那样呢？不论老公是在沙发上读书，还是看电视，吃饭，我一刻都不会远离，围在他身边打转，“这个人和我结婚，成了我的老公，可是为什么让我这么孤单呢？结婚之前并没有这样，为什么现在这样地无视我呢？”因为有了这种疑问，我会又哭又闹，最后折磨到自己累了。但是老公对我仿佛什么都不好奇，老是以那样一副面孔一种态度在那个位置，为什么只有我自己这样心焦不安呢？就这样，从恋爱到结婚都闪电般进行的我开始对婚姻生活的各个方面提出“为什么”“为什么”“为什么”的疑问。

但是“为什么”的答案不知在什么时候自然而然地消失了（当然现在仍然会突然冒出来而后突然消失）。正因为这样，渐渐地我开始把注意力从“我们”集中到“郭锦珠”上，而这种转变并没有一个非常特别明显的契机。只是在思考的过程中我有种顿悟。那就是翻来覆去的“为什么”并不能希冀对方给我一个答案，而只能靠自己的力量去寻找。身为女人总是会爱得更多，总是处于不幸的依附状态。这个顿悟对那样的我来说是一个安慰。“是啊，那个人本来就是木讷的，所以才会那样的。”这种不断的理解心理，以及“现在虽然如此，但是总有

一天情况会改变的，他会向我屈服的”复仇心理成为支撑我的两种阿Q精神。靠着这种精神，针对于“爱情”根本实质的疑问，我有信心一点儿一点儿靠自己找寻到答案。

大部分的女人在遇到一个可以作为坚强支柱的男人后，都会付出自己的满腔热情，和那个走向自己的男人陷入深深的爱，并最终步入婚姻的殿堂。可是一旦结婚后，她们又会觉得无聊和失望，对这种和幻想完全不同的婚姻生活感到厌倦，甚至觉得想要重新过一个人的生活。但是真的变成自己一个人的时候，又会因受不了孤独而最终屈服（比如我，高呼着“就像是给了几个月的休假”，兴冲冲提着行李来到纽约之后，却天天坐立不安，被失眠折磨）。对此，我想说，请不要对这一爱情的普遍规律感到绝望，请努力享受那过程中真真切切的爱情之美。

如果有人问我“你对爱情都了解了些什么呢？”我会这样回答：我也和你一样，曾渴望热烈的爱情，然后因为热烈的爱情发生过貌似过分的争吵，后来对自己选择的平淡的爱情感到无聊，现在仍在平淡的爱情和热烈的爱情中间摇摆，不断争吵地生活着。所以说，我并没有比别人更加了解爱情，因为“我也正在恋爱中”，所以想要和你聊的话有很多，并且想向你讲述一些我所认识的人的故事，于是写了这本书。

有人曾这样问过，“郭锦珠竟然写关于爱情的书？”因为之前我一直是用实验结果作为理论性证据讲述一些十分沉重严谨的故事，突然写起关于爱情的书，让一些了解我的人觉得不

可思议。其实我也不曾想过自己会写关于爱情方面的内容。但是，我对自己能够这样做感到很欣慰。虽然在写书的过程中，把自己内心深处的一些想法展现出来并不是那么容易；并且针对爱情这样大一个命题，具体用哪种方式来阐述描绘，这种技术性的问题也给了我很多的苦恼。

苦恼后我得到的最终结论是“就让我坦率地来写吧”。无需夸张和包装的技巧，就拿我和我爱的人的故事，以及我对爱情的心得感悟作为基础，原原本本呈现出来就可以。哪怕只有一个人因为我的故事能够带着微笑或者泪水重新审视自己，能够握住身边人的手，说出“有你真好”这种温暖的话语，那么，我就十分满足了。

把这本书献给我所爱的自己，还有默默无言一直守护在身边的老公。

郭锦珠

2012年

# 目 录

## Part 1/ 我们是如何相爱的？

——爱情中女性的心理

我们之间的是爱情吗？ 002

为什么我总是经历同样的爱情？ 008

长相差很会谈恋爱的女人，长相漂亮谈不好恋爱的女人 014

无论怎样都找不到一个可以爱的男人 020

微笑的女人都美丽 026

男和女初次见面的秘密 033

如果爱他的心也可以控制 038

我的爱情是哪一种（用心理学分析的七种爱情） 042

## Part 2/ 一辈子都无法触摸到的男与女

——从心理学角度分析男和女的差别

男人们为什么总是说“以后再说” 050

爱上有妇之夫的女人和婚外恋的男人 055

男人在身边才会安心的女人 061

如果讨厌欲擒故纵 066

爱上坏男人 073

分手对男人而言更痛苦 079

分分合合中的男女心理 085

### Part 3/ 在一起时想分开，分开时又想在一起

#### ——跨越男女隔阂的恋爱心理学

女人总会不停地问一些没有答案的问题 096

懂得何时分手也是爱 102

相爱的理由也会成为怨恨的理由 108

无论遇到谁依然孤独的女人 114

无论过去还是现在，他都是个普通人 119

我们能相爱到何时 126

当爱再现 131

### Part 4/ 爱情究竟是新的开始，还是人生的坟墓？

#### ——婚前心理，以及婚姻

这个男人更适合做恋人还是老公？ 140

结婚，女人的人生目标，男人的必修课题 146

婚前要不要试着住在一起？ 151

若是结婚与不结婚都是后悔 158

我也想和别的男人一起生活 164

如果他真有了爱的人 170

啊，结婚真是结对了 175

## Part 5/ 别被浪漫的爱情迷昏了头

——更为私密的爱情故事

成为惹人喜爱的女人 182

“我，还不是你的女人” 188

并不是男人多就是幸福 194

何时可以与他发生关系？ 199

性爱是一种对话，而非独白 203

## Part 6/ 爱情，真庆幸有了你

——无论如何，还是在一起最美好

爱情有目标才不会累 210

有时男人也孤单 215

激情消退后的爱情 221

从特别孤独的人生到淡淡孤独的人生 226

爱、人、相爱、活着 231

## 尾声/ 恐怕永远都会讲述爱情的故事 237



## 我们是如何相爱的？

——爱情中女性的心理



“如果在清晨来临之前你知道了我的姓名，我将给你自由。如果你愿意，也可以拿走我的性命。”

——引自歌剧《图兰朵》

## 我们之间的是爱情吗？

有一本很流行的小说，中文版译名叫《爱上浪漫》，是英国小说家阿兰·德波顿创作的爱情小说。这本书中描述了一对男女从互不相识，到相遇、相知、相爱、相憎、分手的过程。这部作品之所以取得了相当大的人气，并不是因为它的文采的斐然或者情节的跌宕起伏，而是因为它是如此生动写实地描写出了恋爱中男女的心理，笔笔入扣，直抵人心。

虽然我非常早就结了婚，并没有过炙热的恋爱，恋爱史短暂平淡，但是现在回想起来，阿兰·德波顿书中所描写的那种情感都是我所经历过的。虽然我漫长的婚姻生活（婚姻生活已经比我自己单身生活的时间更长）带给我安定感和平和感，但那些激动波折的感情仍然藏在某个地方，一直存在着。

我在对人生和爱情还一无所知的情况下，就匆匆结婚了。然后自己对爱情擅自定了很多的规则，强迫对方配合我的规则来行动。因为我把自己放到了极高的位置，觉得对方的行为举止都充满了缺点，所有的事情都必须按照我的规定和要求来，

所以不可避免地争吵不断。一见钟情之后，觉得“这就是所谓真正的爱情”。但是当那一阵的激情过后，对方多少有些小心翼翼并不热情的样子，让我感到自尊心受到了伤害，所有美好的感情变成了厌恶。心里面想当然地认为，既然我爱他要比他爱我多一点，那么理所应当地他必须接受我所有的抱怨。但是面对这样的我，他也曾感到疲倦，忍无可忍地离开，留下我一个人在那里无可奈何地跺脚……在这所有的矛盾和争吵中，分明有爱的情感在作祟。

虽然说我如同一只安静地趴在炉火旁的小猫，没有波澜地恋爱，然后在很小的年纪就结了婚。但是现在回想起来，依稀能感觉到当时内心的波澜起伏。那些记忆如同生命般在呼吸并且不断敲打着我的心胸。

记忆中，每一刻我都在反复地怀疑“这真的就是爱情吗？”“这么痛苦，这么不遂我的心意，这么让人心烦意乱，难道这就是爱情吗？”回答是：是的，这就是爱情，我爱过。为了离开家庭得到希冀中的自由，我通过介绍认识了我的老公，而恰巧感觉让这个男人进入我的生命是个不错的决定，于是我们结了婚。二十三岁。因为是非常小的年纪，我一分钟都不想离开老公的身边，始终如一地跟随在他身边。老公觉得这样的我很可爱，但是我连离开他一分钟都不能够忍受，稍微分开一下就会感觉整个人被掏空一样的孤独。“这是爱吗？这真的是爱吗？他对我，我对他，我们彼此之间是相爱的吗？”曾经每时每刻，我都在苦恼怀疑这些。但是一旦老公

重新出现在面前，我便会跑过去抱住他，深深地感觉到“这就是爱，错不了”。

阿兰·德波顿在书中不断向我们发问：“我们之间算是爱情吗？”而对这个问题，我的回答是：“我们之间是真正的爱情。”有位师妹因为新交了男朋友而一天到晚带着笑容，不久后又因为分手感觉整个世界都抛弃了自己，唉声叹气满面愁容。后来，声称“再也不会相信爱情”的她又遇到了另外一个男孩，能欣赏她的优点，抚平她的创伤，他们最终幸福地走在了一起。看到她的样子，我虽然不能够说我们就是爱，我们的人生就是由爱交织而成，我们的生命是因为爱而完整的，但是我可以这样说，爱是我们人生中最美好的作品。

“跟那个女人的相遇是我人生中的污点。”“当初决定和那个男人交往真的是致命的失误。”说这种话的人有时候不仅仅是否定和自己交往的那个人，甚至还否定了爱情本身。但是他们日后一定会遇到用心相对，帮助自己修复内心伤口的人，然后再一起演绎爱情的故事。随着时间的推移，年龄的增长，终有一天他们会明白的。无论是和谁的相遇都不会是人生的失误，相遇的那段时光也绝不会是人生的污点。那流过的泪水会让我们更加珍惜现在身边的人，让我们至少能够明白自己在恋爱关系中反复出现的失误是什么。让我们能够有更好的恋爱，拥有更完美的爱情和更加幸福的时间。当然，那段关系在我们的记忆中也仅仅留下美好时的样子。

《爱上浪漫》一书中，主人公爱丽丝是现代版的浪漫主义

者，她一直梦想着能有电影里面的浪漫。由于每个人从小各自的生长环境不同，所以会有不同的习惯，并且在极端的情况下人们往往会做出一些让人难以理解的举动。对于这些，二十岁出头的职业女性爱丽丝并没有想过，一门心思只是幻想着绝对浪漫的爱情。她与男友埃里克相亲相爱，热烈而富有激情，然而通过两人之间发生的一系列不愉快的事件，爱丽丝渐渐懂得了：爱情，是不会完全按照想象中那样进行的。

人们在读这本小说的时候，都会不自觉的把自己想成爱丽丝，感受到她由一个不谙世事充满爱情幻想的二十几岁的姑娘，逐渐成长了解成熟爱情真谛的女性。虽然这个过程会伴随着痛苦，但是这些痛苦的成长会让我们避免更大的伤害。因为至少我们心里面清楚地知道：爱情不是按照我们自己单方面画出的轨道行进的。

而对于爱情，我能说些什么呢？打开这本书的开头，我想了很多很多。虽然我是位通过对人的心理进行科学的统计分析从而获取一些知识的心理学者。但是我也只能是通过和您分享我所累积的那些沉淀着微笑或者泪水的故事，长时间反复地去思考才能得到关于爱情的冰山一角的知识。

可是爱情，它将我那杂乱无章的人生连接成一个整体；它弥补了我身上的不足之处；它抚平了我过去的伤口，让我破碎的心重新黏合；它让我那曾经不论孤身一人还是置身人海都感到孤独的心不再迷茫而是充满幸福；让我那焦虑于今天会怎样，明天又会怎样的心找到平静的港湾；对方的眼中只有我一

个，绝对不可以有一丝余光看往别处……很明显，爱情是我们之所以为人的证明，是这个世界上最美好的行为。

阿兰·德波顿向我们所有人抛出一个问题。“我们之间是爱情吗？”对此，我的回答是：“是的，我们之间，是爱情。”