

感觉两人看对眼之后，
精准洞察感情的真相，
发现自己看走眼之前，
解答你对相处的疑惑。

我真的 要和他 共度此生吗？

*Am I Going to Share
the Whole Life with Him?*

多思考一次，再坚定一些！
决定交往、结婚、分手前的50个观察题

吴若权 著



中国出版集团



现代出版社

版权登记号：01-2012-9049

图书在版编目(CIP)数据

我真的要和他共度此生吗？ / 吴若权著. —北京：现代出版社，2013.1

ISBN 978-7-5143-1198-3

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第316924号

原书名：《我真的要和他共度此生吗》，作者：吴若权，高宝 2012 年 3 月出版，经吴若权授权现代出版社有限公司出版发行。

本书经北京版权代理有限公司代理授权。

封面设计者：许晋维 内页插图：吴长纯

我真的要和他共度此生吗？

作 者 吴若权
责任编辑 张 霆
出版发行 现代出版社
通讯地址 北京市安定门外安华里504号
邮政编码 100011
电 话 010-64267325 64245264 (传真)
网 址 www.1980xd.com
电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷 北京嘉业印刷厂
开 本 890mm × 1240mm 1/32
印 张 7.375
版 次 2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5143-1198-3
定 价 29.00元

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

我真的 要和他 共度此生吗？

*Am I going to share
the whole life with him?*

吴若权 著



中国出版集团



现代出版社

目录

〈自序〉

放心去爱 vs. 放手离开 006

Viewpoint-01



观察重点→他是否言行合一?

我想和你共度此生 014

下辈子还想跟你在一起 018

山寨版的甜言蜜语 022

电话占卜爱情运 026

忘恩负义才能相爱 030

在样品屋看见爱的真相 034

时间会证明一切 038



Viewpoint-02



观察重点→他是否虚张声势?

从停车看男人的性格 044

付账时的男子气概 048

愈挫愈勇的幸福力 052

乖宝宝没肩膀 056

懒惰男人的优势	060
爱做家事才会幸福	064
衣柜里的秘密	068

Viewpoint-03



观察重点→他是否值得托付?

只能玩、不能嫁的男人	074
会被拐的都是笨男人	078
被人背叛也会上瘾	082
爱不得的小霸王	086
男人就是图个爽	090
藏在热情里的冷血	094
收服浪子的绝招	098



Viewpoint-04



观察重点→她是否温柔依旧?

男人既爱又怕肉食女	104
高等美女的幸福策略	108
立志嫁给有钱人	112

美女为何爱野兽?	116
娶性感美女的压力	120
温柔妹变母老虎	124
败犬变成黄脸婆	128

Viewpoint-05



观察重点→性是否如鱼得水?

观察男人的性能力	134
性爱就像棉花糖	138
做爱像强暴	142
只想做爱, 不愿洗碗	146
把前女友当家人	150
把男人当工具	154
性爱比萨送到家	158



Viewpoint-06



观察重点→心是否承担责任?

掌握爱的主导权	164
小心保管幸福账户	168

别做爱情草莓族	172
恐怖情人的惊魂指数	176
是良伴，还是凉拌？	180
爱得像单身般自由	184
投靠爸妈疗情伤	188
募集人生伴侣的秘诀	192

Viewpoint-07

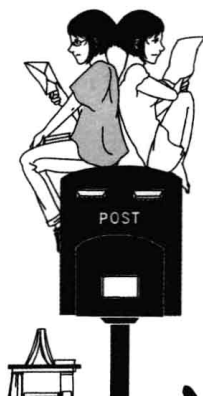


观察重点→爱是否无以为继？

感情逃亡的通关密语	198
为爱失眠的意义	202
当围城变危城	206
好人未必是好情人	210
第三者可恶也可怜	214
绝情背后的深情	218
设定感情的停损点	222

〈后记〉

问号之后的觉醒	227
---------	-----



〈自序〉

放心去爱 vs. 放手离开

付出承诺之前必须多观察、多思考，
才能在互动的过程中走出困惑，
在柳暗花明处与幸福相遇。

十几年来，在我所主持的广播节目中，进行灵性沟通的单元时，常有听众朋友打电话进来问：“我跟他适合吗？”

刚开始的时候，我总是很好奇听众的心态，这不是当事人自己最清楚答案的问题吗，怎会打电话问别人，甚至到处求神问卜？

经验越来越丰富之后，我才知道：无论是刚认识的男女、热恋中的情侣、即将步上红毯的新人、结婚多年的夫妻，都可能会有这样的困惑——我真的要和他共度此生吗？

状况很两极的是：其中有的是忍让到最后，快要走不下去了，希望得到客观的建议就立刻解脱；有的是甜蜜到如胶似漆，等着别人给予临门一脚的肯定与祝福。

你是否曾经：持续付出承诺，却犹豫该不该分手？
在确认我爱他时，没把握他是否也同样爱我？

忙着挑选婚纱时，却跑去算命看相，想要验证彼此的适合度？携手走在相爱的旅途，指尖却传来放手的

念头？

当你反躬自省，却不知道：究竟是感情的变化，教人前后矛盾？还是自己的心像个钟摆，左摇右晃，迟迟定不下来？

我还碰到过另一个很类似的迷惘，也是读者常问的：“我不知道我和他之间，究竟是习惯还是爱？”感慨很深的我，都会以轻松的态度回答：“如果两人之间的互动都是好的习惯，例如：见面时拥抱彼此，每天都会问候对方，睡前在脸颊亲吻……这些动作既是习惯也是爱！”

其实不是喜欢和提问的人抬杠，我知道他会问这个问题，本意并非如此，有可能是他和伴侣之间缺乏好的互动习惯，甚至感情已经消磨殆尽，只剩生活上的依赖，才会有此疑惑。

我试图用比较不同的方式点醒他，经营感情需要从日常生活中培养亲密互动的习惯，才能持续交流彼此的爱意，保持恋情的恒温。

当然也有另一种可能，两人的关系好到羡煞众人了，却还患得患失，就怕过了热恋期，爱神不再眷顾他们。

维持好的习惯与纪律，才能用爱来安顿身心

以上这些相爱的困惑与矛盾，再度凸显“真爱”究竟该以哪一种形式出现或存在的问题。人与人之间的感情会有微妙的冲突，人与神之间的信仰也会有类似的矛盾。

有些人认为感情的最高境界，是彼此犹如笃信宗教般的虔诚，只要坚信不疑，幸福就常驻心中；但是，另一些人即使拥有烧香拜佛的好习惯，也未必是对神有真正的爱戴。

这个发现，来自我对身边亲友的深入观察，很多人烧香拜佛的动作很勤快，但是不见得对宗教真有虔诚的信仰。

这些人不只是年纪较大的长辈，其中不乏年轻的朋友，他们对自己所膜拜的神抱持着半信半疑的态度，纯粹只是为了在碰到挫折或困境时，乞求消灾解厄，以“宁可信其有”“有拜有保佑”的想法姑且拜之，心理上能得到的安定是很有限的。在寺庙佛堂前，态度谦卑恭谨，回到红尘俗世间，就显露傲慢的本性。

几年前，我曾就这个问题请教过圣严法师，为什么有人烧香拜佛却不见得有虔诚的信仰呢？

圣严法师认为，对宗教“半信半疑”的人，很可能是从小看着大人拜，长大后也跟着拜，但本身一直缺乏真正的修行生活，只想得到佛法的利益，却没有在生活中努力地实践佛法。

虽然，观世音菩萨是很慈悲的，愿用一切力量普度众生，无论虔诚信仰或半信半疑，都会得到佛法的护持；但是，对宗教半信半疑的人，碰到生命的重大变故或意外，会感到十分惶恐不安，不知如何安顿身心。而那些通过修行生活而虔诚信仰宗教的人，就比较不会担心和烦恼。

宗教信仰和爱情经营，看似风马牛不相及的两件事，却在“这是习惯，还是爱？”的疑问句里，找到共同的省思。

好的习惯，可以是爱的表现形式之一。但是，除了好的习惯之外，还是要有信赖为基础，否则带着满腹的怀疑或问号，内心很难平静。

深厚的感情基础，
需要双方共同的信任、信心和信念

无论是人与人的相处，还是人与神的关系，应该存

在的是彼此完全的信赖，而不是一厢情愿的依赖。然而，要如何才能建立信赖的基础呢？问得再多、说得再多，都不如从日常生活的实践开始。

但是，光靠“Just do it！（努力去做，就对了！）”还不够！从安顿身心到爱情经营，除了努力去做，还要用对方法，付出承诺之前必须多观察、多思考，才能在互动的过程中走出困惑，在柳暗花明处与幸福相遇。否则，一边付出、一边怀疑，正负两种力量相抵，就失去相爱的能量。就像有人在掏钱买彩券的同时，还抱着一些“我不可能这么好运吧？”的疑惑，幸运就可能在千万分之一的几率中擦肩而过。

深厚的感情基础，需要双方共同的信任、信心和信念。很多伴侣都渴望从日常的互动中，先建立彼此的信任→再培养对感情的信心→然后获得幸福的信念。这样的逻辑固然没有错，但另一种高贵感情的可能，却是由上而下，先拥有幸福的信念→再产生对感情的信心→终于能够拥有对彼此的信任。

当然，这种更形而上的感情模式，并非建立在盲目的信仰上，而是先让自己的心灵能量俱足之后，经由敏

锐的觉察，吸引到对的人出现。只要能够在互动中，通过仔细的观察，就可以知道幸福的答案，是否依然存在彼此心中。

《我真的要和他共度此生吗？》这是我出版的第九十一号作品，针对有情人对感情的困惑而写，提供五十种不同角度的观察与思考，帮助读者回归心灵深处，可以自我解答心中有关相爱的疑问。

就算最后的决定是放手离开，也能不留遗憾。或许，看清彼此不合适的地方，确定无法共度此生，愿意给对方祝福，正是疗愈自己最好的方式。

如果能够通过层层检验，在对所有的困惑释怀之后，可以更加坚定地放心去爱，幸福将更经得起时间的淬炼，带领相爱的两个人去体验更丰富的生命风景。



Am I going to share
the whole life with him?

Viewpoint-01

观察重点

他是否言行合一？

相爱，除了肩靠着肩，听对方说着每一句话，需要在面对着面的时候，看看他眼睛里的画面。持续印证他的付出，究竟是真心还是假意，或许，每一次问自己，答案都不相同。

但是，当爱与不爱的线索，终将渐渐趋于明晰，牵手或放手的决定，就会浮现于你的一念之间。

我想和你共度此生

热恋期说出的每句承诺，都只是甜言蜜语。
当两人经历过磨合期，走过坑坑洼洼，还愿意彼此扶持，这时候说出的承诺，不只有诚意，还有说服力。

惠琳失恋了，坐在我面前哭哭啼啼地诉说着她在感情路上所受的伤。她说，刚开始的时候，并没有把这份感情看得这么重。由于两人的年龄、职业和地点都有些距离，自己对这份感情能否有具体的进展，并没有太大的信心。

她在广告公司创意部门担任文案撰述，对方是航空公司的机长，年龄相差了将近十岁，他大部分时间都在天上飞来飞去，认识半年来，聚少离多，有时候一个月才能见两次面，让她对这份感情始终处于“既期待又怕受伤害”的状态。

直到有一天，他飞到新西兰，落地后有难得的两天假期，他独自在海边晒太阳，享受悠闲的时光，傍晚的时候，他发了一则短信给她，内容只有短短的一句话：“亲爱的，这里的夕阳好美，让我想要跟你共度此生。”

收到短信的那一刻，她的内心充满感动，决定放下理性的栅栏，让压抑很久的浪漫从感情的牢笼里释放。

从此，她毫无保留地付出，死心塌地爱着他。但是，在她正式投入情感没有多久，却发现这段感情出现了第三者，而且居然是个住在香港的女子。他承认那是一次

美丽而迷乱的邂逅，答应会“尽快”处理，但没有提出可以解决三角关系的保证期限。伤心的她，毅然退出。她说：“我很难做到成全他，却也不想毁灭自己。”

爱情里的每一句承诺，最好都不要讲得太早

当我正觉得好可惜喔，毕竟“我想和你共度此生！”是很美的一句话啊，居然没有能够实现的时候，另一位男性朋友以趁火打劫、落井下石的口气批评：“这句话的确很美，但是你们不觉得他讲得太早吗？两个人才刚开始交往，这句话只有‘宣示’的意味，而不是‘承诺’的表示。”

别看这位男性朋友，好像只是伶牙俐齿地爱做口舌之争，其实他的见解相当犀利，的确有道理。共度此生，不只是决心而已，还需要足够的行动力。

并非“我想和你共度此生！”这句话有问题，而是说出这句话的语气和时机。语气，要够坚定，毋庸置疑。时机，拿捏之间，就不容易。

不过，爱情里的每一句承诺，最好都不要讲得太早。刚认识，开始交往，总会有段热恋期，这时候的每句承