# 人生以快乐为目的

## 爱情以互惠为原则

[双学位版]

吴淡如 著

人生得失无妨，但求自在畅快生活
爱情浓淡有方，互惠互谅才能长久

百家出版社

# 人生以快乐为目的

## 爱情以互惠为原则

[双学位版]

吴淡如 著

百家出版社

**图书在版编目（CIP）数据**

人生以快乐为目的：爱情以互惠为原则/吴淡如著. —上海：百家出版社，2006. 10
ISBN 7-80703-547-1

Ⅰ. 人… Ⅱ. 吴… Ⅲ. 人生哲学—通俗读物
Ⅳ. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2006）第 095638 号

| | |
|---|---|
| **书　　名** | **人生以快乐为目的　爱情以互惠为原则** |
| **著　　者** | 吴淡如 |
| **策　　划** | 阿卡狄亚 |
| **责任编辑** | 邢　群 |
| **封面设计** | 印象迪赛 |
| **出版发行** | 上海文艺出版总社（www. shwenyi. com）<br>百家出版社（上海市茶陵路 175 弄 3 号　200032） |
| **经　　销** | 全国新华书店 |
| **印　　刷** | 山东新华印刷厂临沂厂 |
| **开　　本** | 880×1230　1/32 |
| **印　　张** | 7 |
| **字　　数** | 104 千字 |
| **版　　次** | 2006 年 10 月第 1 版　2006 年 10 月第 1 次印刷 |

ISBN 7-80703-547-1/B·7

**定　　价**　22.00 元

## 〈自序〉

# 快乐还是比什么都重要

《人生以快乐为目的》的第一版至今，已有十年历史。

这本书出版后几年，有个担任中学老师的朋友告诉我一个小故事。他在某个暑期夏令营带活动，想要对莘莘学子强化一下“思想教育”，问同学们：“请问，人生是以什么为目的？”

台下的同学们竟然异口同声的回答：“快乐——”

搞了半天，他才弄清楚，那是我的某一本书的书名。他又好气又好笑地打电话给我，说我教坏了小孩。

我当然也举双手同意，孙中山先生说过“人生以服务为目的”，可是，人生以快乐为目的也不是什么坏教育。如果服务人们让你快乐，那么，你才能真心诚意地服务下去，否则，只会流于形式，变成虚情假意。

任何你觉得让自己生命有意义的事，终究是快乐的。也只有那些带给你精神上快乐的事情，才能经历时间考验，成为人生中不可或缺的部分，让你明白，如此长长久久的付出，毕竟值得。

虽然有些辛苦，但还是快乐的；虽然曾经咬牙忍过痛，但还是快乐的。快乐并不肤浅，快乐并不只是一时耽于逸乐。

每个人会感到快乐的事不一样。而我们有责任，为自己的人生找到一种让自己能够"总是快乐"的事情做。

如果愿意寻找快乐，我们都会发现对自己最有意义的快乐。

而忍受一点点不快乐，或许也是寻找快乐过程中必须承受的折磨。

表面上，现代人已经越来越懂得所谓"享受生活"，很会"找乐子"了，但是，生命中仍然有很多堵像墙一样的障碍物，遮掩了快乐的可能。

就在整理这本书的过程中，我听到一个让我深觉遗憾的故事。

近几年来，回到校园读书是一种流行趋势，各种在职研究所成为上班族再充实的补习班。每个人来念书的动机大不相同，我的一位台大EMBA同学告诉我：他是为了完成爸爸的愿望。

他的父亲在十年前去世了。"我们的父子关系，自从我念高中后就一路往下滑，一直到他去世前，都没有好过。他走了之后，我才




此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

觉得好遗憾。”

他是家中独子，父亲年纪很大了才生他；父亲是公务员，对他期望很高。他念小学时还算符合父亲的期待，没怎么念书，就是班上的第一名，可是念初中时，因为好玩，成绩一路往下滑，爸爸对他越来越失望。他学会用各种方法把成绩单藏起来，不要让爸爸看见。

爸爸在他初三时日日耳提面命，希望他能够考上建国中学。住在台北桃园交界的他，自知投考北联一定会失败，于是选择了报考桃园地区的高中。出乎他自己意料的，他也没考上第一志愿。父亲和他的关系更加恶化。他们住在地处偏僻的公家宿舍里，每天有交通车免费将居民们接送到市区，爸爸不准他一起搭交通车上学，因为“爸爸同事的小孩念的都是建中、北一女，他却穿着二流高中的制服，太丢爸爸的脸”。

求学路上不太平顺的他，经过重考，考上一所还算不错的私立大学。爸爸当然还是不满意。工作后，他很争气，一路做到外商公司的高级主管，负责业务的他年薪相当惊人，可是爸爸在跟别人闲聊时，还是会说自己的儿子没出息。爸爸的年代，有出息的意思，是要考上高考当公务员，或在学校当老师，才是高尚的职业。

几年前，爸爸得了癌症去世了。去世前，他在父亲床边，父亲没有正脸瞧他，而他也只能冷着脸不知该对爸爸说什么。后来他发现

爸爸在自知病情沈重时早已写好遗书，留给妈妈十封信，都在交代妈妈如何“照顾自己”，竟然没有一封提到他的名字，好像对他是否能够照顾妈妈完全绝望似的。这成为他心中的最痛。“虽然父子关系一直都很恶劣，但是，父亲去世时，我才体会到，没有爸爸是多么令人遗憾。”

四十岁后他决定重回校园，考上了台大之后，他把录取通知单烧给父亲，希望他在天之灵，“终于”能够对儿子感到一丝丝满意。

世界上有多少亲情与爱意，是被面子问题阻断的呢?两个人竟然来不及在最后一刻，说出自己心里最想说出的话。也许是爱之深责之切，所以爸爸对他总是板着脸，如芒刺在背的感觉，虽然激励了他往前走，但还是令人遗憾，因为父子间固然有爱，却从未慈眉善目相待，从来没有一起开怀畅笑，也从来不曾“因为你快乐，所以我快乐”。

是的，我至今仍然相信，因为你快乐，所以我快乐，才是没有蒙受人工尘埃污染的爱。

爱，不管是亲情，还是爱情，我想，总还是要以互惠为原则，互给恩惠，互相体谅，才能快乐。

这本书有读者最喜欢的篇章，也有《人生以快乐为目的》和《爱情以互惠为原则》二书的精华。对我来说，是一个里程碑。

十年，享受过许多让我感觉“人生这样活真值得”的快乐时光，回头看来，却也有些路走得实在辛苦，仔细拿评分表评起分来，庆幸的是，可以打正分的事还是比负分的事多——细说来，我所享有的快乐并不完美，但却很丰富，有各种人生的滋味在里头，哈，这就是我要的快乐了。

# 目 录

〈心理测验〉轻松人生Test / 1

辑一 别用等待来规划人生

在生涯规划中，请认清“什么是我可以改变”和“什么是我不能改变”的区别。

可以改变时，请尽力改变；

不能改变时，请心平气和接受。

最幸福的人，不必问人生意义 / 8

输没有逃可耻 / 16

把身份证放在内衣里 / 19

远离颠倒梦想 / 22

最坚强的一家人 / 29

再见，模范生 / 32

给予赞美，先“发”制人 / 38

小上班族赚大钱 / 44

人在闲时，也身不由己 / 47
认命与怨命 / 51
不要害怕新鲜事 / 56
新快乐主义 / 60

## 辑二 聪明恋爱，幸福指日可待

一般人在谈判和处理纠纷时，
IQ和EQ都嫌不足。
如果一定要找亲朋好友诉苦，
请先确定他比你冷静、聪明才行。

礼物君 / 68
爱上不想结婚的人 / 72
心太软 / 76
为爱明知故犯 / 80
曾经拥有就永远不要失去 / 83
爱情中的死皮白赖 / 88
再爱也不能容忍的事 / 92
她当然对她比较好 / 96
找错爱情专家 / 101

你是不会了解的…… / 105

## 辑三 用心对现在的自己负责

叹气追缅过去，是对不起未来。
我爱曾经经过风吹雨打的自己。
没有走的那一条路，
只容遐想，怨悱更何益。

变局人生，何必看回头 / 110
预设困难症候群 / 115
没出息还怪父母 / 123
不必讨好每个人 / 126
害怕自由 / 131
一见如故的理由 / 136
白痴制造盒 / 139
先生请你别再“死缠烂打” / 142
我们心中的鬼红鞋 / 145
被屈解的善意 / 147
多说的一句话 / 150
分开的热情 / 154

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

要到什么时候才足够 / 157

## 辑四 爱情要重质互惠

无论人类文明演化变得何其复杂，
爱的真谛在于互惠、分享。
若不愿意分享，感情会像死水，
绝对出问题。

完美主义的假象 / 162
请不要给我惊喜 / 165
爱给别人看 / 169
爱的大气层 / 174
不爱的直觉 / 178
爱的分享 / 182
女人味与男人胃 / 186
倒霉才找你 / 190
冷漠的刑罚 / 194

〈后记〉啊，亚历山大！ / 197
〈心理测验〉写给你的瓶中信 / 202

# 轻松人生 Test

在开始进行一连串有趣的人生、爱情讨论之前，让我们先轻松一下。

请大家闭起眼睛，深呼吸三次，屏气凝神，平心静气，然后开始做个心理测验吧！

❶想象你是个酷爱大自然的自助旅行家，有一天，你背起行囊，一个人出发，走着走着，你看到一个路标：一边往森

林，一边往草原。你会选择森林，还是草原？

❷走了一段路后，你打算坐下来休息，一坐下来，忽然看到了一种动物，它是？

❸你站起来继续走路，前面有一条河挡住了你的去路，你该怎么办？（提示：跳过去、游泳过去、找桥或小船过去、不过去）

❹过了河，你看到一间房子，它是什么样的房子？（小木屋、别墅、石头房子、糖果屋）

❺天黑了，你进到房子里面，打算在这儿过一夜，你希望房子里有几盏灯？

❻第二天早上，你又上路了，但却在林子里迷了路，这时

你只好找民房问路。你来到一间茅草屋前，门咿呀开了，出来一个老婆婆，请找个四个字以上的形容词，形容一下你潜意识里的老婆婆吧！

（Game Over，请看下面的解答……）

## 解答

❶选择森林的人，喜欢冒险，希望自己的人生不平凡。选择草原的人，希望平平和和过一生，觉得做个平凡人很不错。

❷这种动物的个性就是你的个性，你看到了凶猛动物、可爱动物、笨重动物，还是见不得人的动物呢？（有关动物个性请查索百科全书）

这个测验是我以往演讲前常用的开场白。偷偷告诉你，有人看见了蟑螂（其德行不言可喻），还有人看见恐龙（哈，我想他一定是个古怪的稀有动物或老古板）。

❸答案卖关子，请见本书（预设困难症候群）那一篇。

❹房子代表你的物质欲望。

·**小木屋**——一般人的选择。有吃饱喝足的日子过就可以了！

· **别墅**——觉得金钱很重要，因为有钱才有浪漫可言。

· **石头房子或城堡**——对物质缺乏安全感，会变成很努力赚钱的那种人。

· **糖果屋**——绝对浪漫主义者，在爱情与面包的选择中，很容易变成“有了你，我什么都不要!”还需要现实的洗礼!

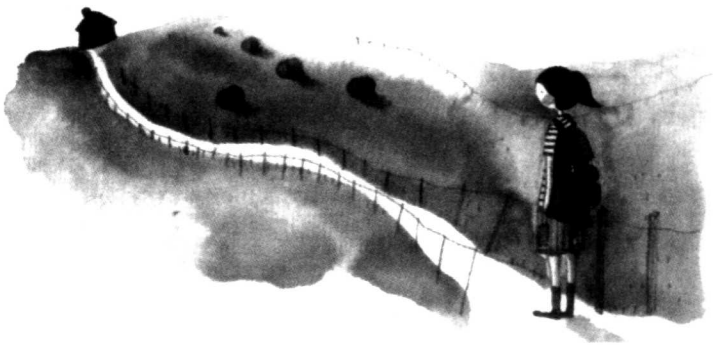
❺灯的盏数和亮度，代表你所需要的 Love!

· **一盏**：一生只爱一个人。

· **二盏**：结婚和恋爱是两回事。

· **三盏——? 盏**：在爱情中常不由自主地三心二意起来。

· **越亮越好**：你是一只噬爱的兽。非看本书《给予赞美，先“发”制人》那一篇不可!



●你的形容词，代表你老的时候的样子？是“慈祥和蔼”，还是“孤独可怕”（请检讨自己讨人厌的地方），还是“弯腰驼背”（请现在开始注意身体健康吧）……还有人告诉我，他看到一个衣衫褴褛、口吐白沫的老乞丐，嘿……

**做完了测验，你感觉如何？让我们往下看更令人轻松的人生学分吧！**



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com