

都教授爱情笔记

如果没有爱，故事怎么会有幸福快乐的结局呢？

来自星星的 幸福心理学

사랑할 것 같았죠
사랑할 수 밖에 없죠
내 눈에
내 맘 그 안에
그댄 별처럼 빛나니까

별에서 온
그대

金鱼姬 / 编著

来自星星的幸福心理学

별에서온
그대

金鱼姬 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

来自星星的幸福心理学 / 金鱼姬编著. -- 北京 :
企业管理出版社, 2014.4

ISBN 978-7-5164-0765-3

I. ①来… II. ①金… III. ①幸福—通俗读物 IV.
①B82-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第058922号

书 名: 来自星星的幸福心理学

作 者: 金鱼姬

责任编辑: 姜 锋

书 号: ISBN 978-7-5164-0765-3

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路17号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 总编室 68701719 发行部 68467871 编辑部 68701408

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 北京时捷印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 170×240毫米 16开本 15.25印张 195千字

版 次: 2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷

定 价: 35.00元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

你的爱来自哪颗星

Which Star does Your Love Come From



1609年8月25日，一个掉落到朝鲜大地的外星人——

404年间，一如他第一次来到地球的时候，以年轻而又俊美的外貌就那样生活着：鹰的视力，狼的听觉，有着惊人的移动速度，一瞬间就能看到不远的将来将要发生的事……带着迄今4个世纪的秘密，他独自在首尔这都市的天空下生活。然后，他邂逅了那个冒冒失失的、缺乏生活常识的美丽女明星。

荒诞不经的故事，却充满了异常浪漫且动人心弦的“生命感”。

爱情是一种无法言说的东西。它的魔力巨大，能够让亿万观剧的地球人相信：在一个“守身如玉”的外星人和一个“在女神和女神经病之间自由转换”的地球剩

女之间，爱可以如常发生。

为什么呢？

不仅仅是因为男女主角集人类美德于一身——他，有才、多金、英俊、沉稳、千年不老、心存秘密、博览群书、心理学家；而她呢，白痴、单纯、坦然、美若天仙、品位不凡、大度无邪、国民女神……这么多的溢美之词加起来，不若说两个人各自熟谙各自和对方“星球”的语言。

很多年以前，大约是地球纪元的1992年，一位美国的心理学博士 John Gray曾在他影响深远的著作《男人来自火星 女人来自金星》（Men Are from Mars, Women Are from Venus）中说：“在男人和女人之间，存在一场永恒的对话——男人不可能100%地了解女人，女人也不可能100%地了解男人。那么，如何升至人生快乐的巅峰？这主要取决于你对伴侣的认识。你对他（她）认识有多深，你们的爱情就有多深。”在这百分百“不可能完全了解”的定论中，获得百分百完满的爱情，都敏俊和千颂伊做到了……

星星撞击般火光四射的爱情，不仅需要你了解自己星球的语言，还要掌握对方星球的语言。这就是爱情得以永恒的真谛，也是“幸福心理学”的基础。

一场卓越的爱情，能够挖掘出男女个体的所有潜能，能够有效地利用两个人所有的背景资源，能够达到超越自我和圆满自我的境界。无论人们怎样看待爱与婚姻，都应承认一个共同点，那就是：没有人希望用爱来领略人生的烦恼。每个人都希望和心爱的人，驾着爱之舟驶向幸福的彼岸。

爱是一种智慧；而幸福，其实是一部心理学。

每一个人，无论来自哪颗星星，都是在爱中，不断破碎，又逐次聚拢、弥合、恢复，慢慢成长。就像都教授所钟爱的那本书——《爱德华的奇异之旅》所言：

它被重新黏合、清理和刨光，
穿上了高雅的套装，
被放在高高的展示架上，
却再也不属于布莱斯。
在橱窗里，
每一个娃娃都希望能够遇见一个爱它的主人

.....

001 你的爱来自哪颗星

Part 1 像星星一样

005 地球人把这种事情叫做“命运”

009 美貌是女人的武器

013 “漂亮就行”

017 地球女可以拥有的气场

023 品位无关名牌

028 为了爱情，读书吧

Part 2 来自星星的你

034 嫁人就嫁“都教授”

039 学会拒绝“绿头苍蝇的礼物”

043 拥有400年财富的男人

048 “没有爱情，故事怎么以幸福结尾”

- 052 拥有爱情的智慧
- 058 我爱的人 VS 爱我的人
- 061 逃离完美主义男人

Part 3 My Destiny 我的命运

- 068 等他追你
- 072 他有多爱你?
- 076 聪明女人作公主，不作女皇
- 080 学会宠爱自己
- 083 表达内心最真实的愿望
- 087 一不小心就成为“女神”
- 091 大龄“地球女”的爱情处方

Part 4 “猴子依恋实验”

- 098 爱吃糖的小狗
- 103 学做一只猎物
- 108 千女神的“15秒眼神”
- 111 向猫学习
- 115 狡猾的狐狸
- 119 像不曾受过伤害一样去爱
- 124 恋爱狩猎规则

Part 5 Marry You 嫁给你……

- 133 真的准备好结婚了吗？
- 138 如果觉得合适就结婚吧
- 141 幸福女人的嫁人经验
- 147 幸福的婚姻需要什么？
- 152 无论女神还是地摊货，保持自我
- 156 爱情中的“Do It”和“Not Do It”
- 159 嫉妒会把你拉进泥潭

Part 6 爱情的“积极心理学”

- 164 外星人也是“人”
- 168 “解语花”变“毒舌”
- 172 I Love You Just
- 174 男人像小孩，有时候也需要哄
- 177 在男人霸道时，女人应该变得狡猾
- 182 洞察和掌握他的心
- 187 赞美他

Part 7 你的所有瞬间

- 192 炸鸡和啤酒，送礼物给自己
- 195 初雪时节要享受生活

- 199 像今天一样的眼泪
203 你是他的港湾
207 争吵是生活的小皱纹
214 给他一个自己的岛
220 沐浴在爱河中
222 “我想要，一起慢慢变老”

226 The end 约定

来自星星的幸福心理学

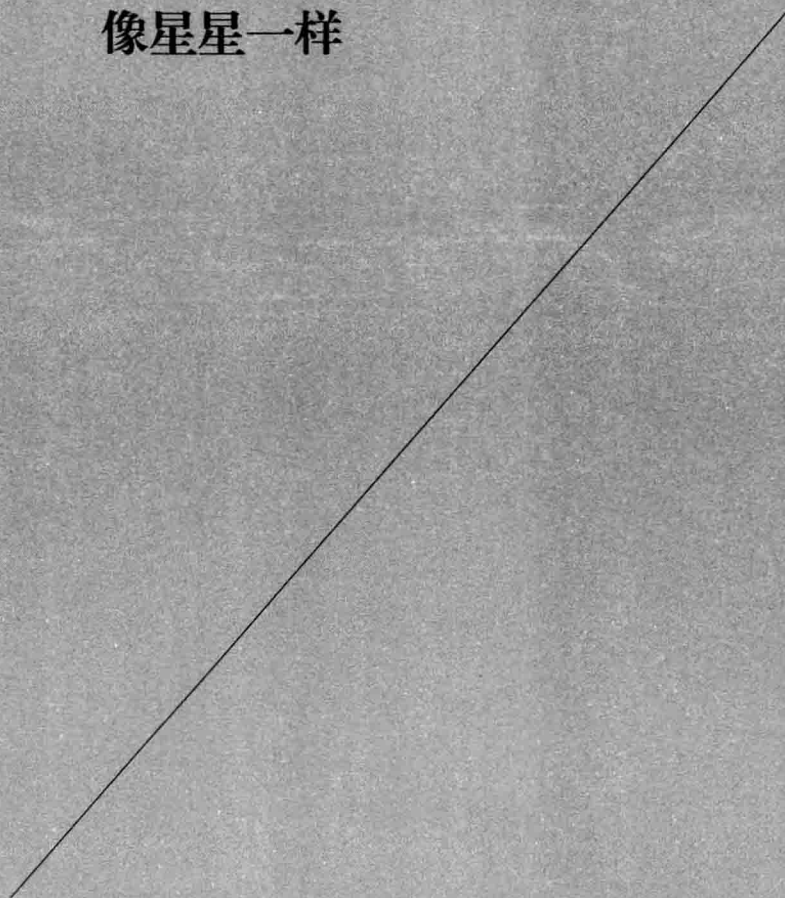
별에서 온
그대

金龟姬 编著

 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

Part 1

像星星一样



教授的“晚节不保”，主要是因为他遇到了一位魅力四射的“地球女”。

她时而鬼马搞笑，时而深情催泪，“在女神和女神经病之间自由转换”。她的穿衣打扮在现实中掀起时尚旋风，她更是“炸鸡和啤酒”产业发达的幕后推手。

她呆萌，却不呆板；

她霸气，却不霸道；

她娇憨，却不故作……

巴尔扎克曾经说过：“一个能思想的女人，才真是一个力量无边的人。”一个人所拥有的内在神韵可以使姿色平庸的女人楚楚动人，使外在的美具有勾人心魄的力量。

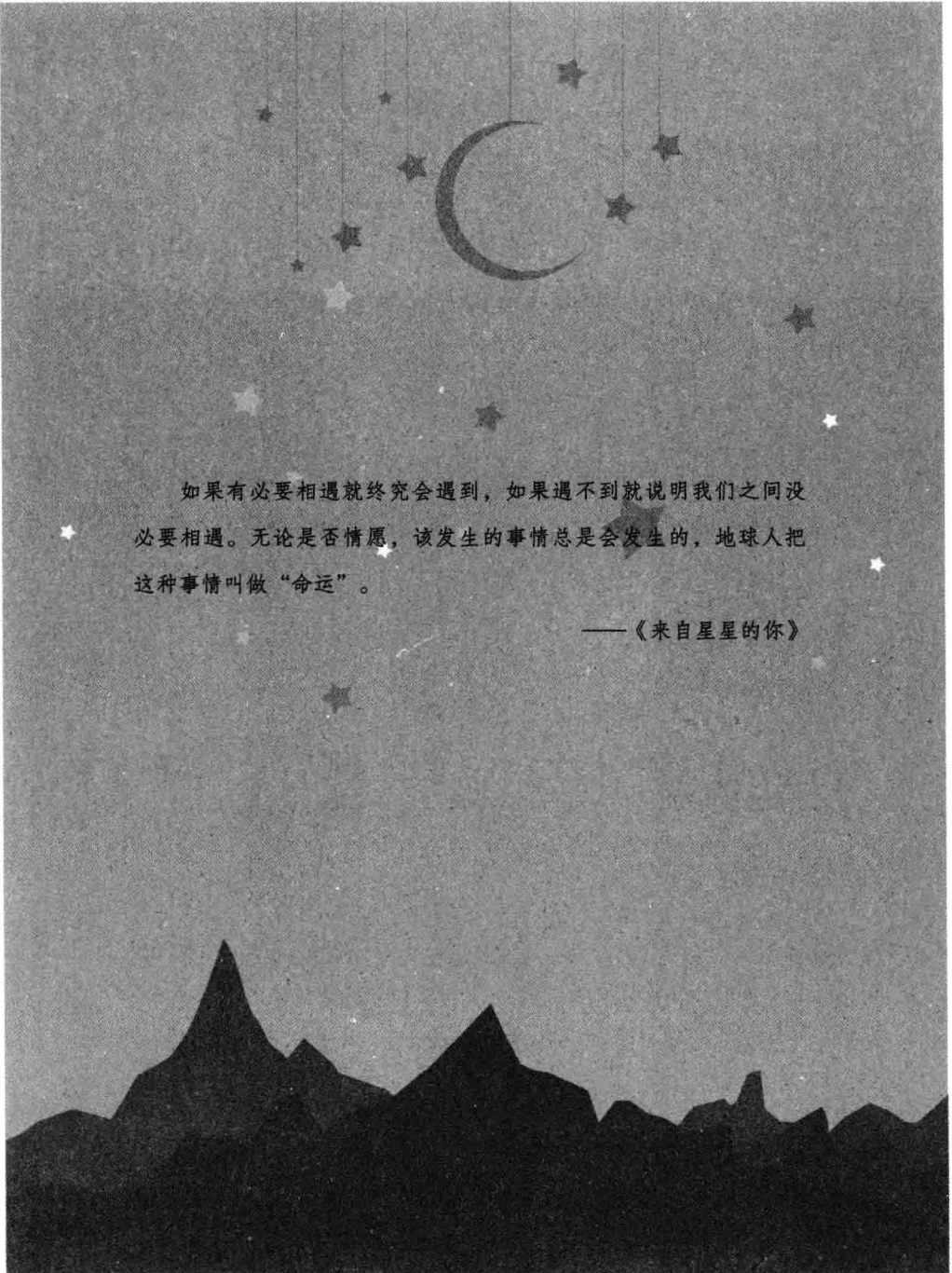
男人爱什么样的女人？

好女人最主要的条件是能够表现出独立自我的女性。在这类女性身上，既有传统女性的美，也有一种力量、权威和积极。这类女性坚强、果断，又不失女人味。

——她深知爱情不是女人生命的全部，她不会是被爱情困住的金丝鸟。

——她有极强的“保鲜”能力，岁月与生活的琐碎无法在她的心灵烙下痕迹，不经意间流露的未泯童心令人莞尔。

——在任何情况下她都不会伤害自己，情场失意、事业受阻只会带给她短暂的失意低落，她不会因此类原因堕落或放纵。

A black and white illustration of a night sky. A large crescent moon is positioned in the upper center. Several stars of varying sizes are scattered across the sky; some are simple dots, while others are five-pointed stars. Some stars appear to be hanging from thin vertical lines. At the bottom of the image, there is a dark silhouette of a mountain range with several peaks of different heights.

如果有必要相遇就终究会遇到，如果遇不到就说明我们之间没必要相遇。无论是否情愿，该发生的事情总是会发生的，地球人把这种事情叫做“命运”。

——《来自星星的你》

地球人把这种事情叫做“命运”

都教授爱情笔记



罗曼·罗兰说过：“你爱他时，他并不爱你；他爱你时，你又不一定爱他；你和他深深地相爱了，未必能在一起；在一起时，又未必能相依到老。”



在这个不讲“迷信”的年代，“缘分”依旧是婚姻中的重要词汇。按照传统的观点，女人的婚姻就是命运的安排。上天注定的缘分、父母的意愿、媒人的介绍，总是成为女人轻易把自己交托出去的借口。

我们都知道，没有哪个女孩想嫁给一个一无是处的男人。但奇怪的是，很多女孩对择偶的条件都装作漠不关心，有的女孩甚至认为考虑男人的条件会让她们产生罪恶感。就像我们总是能听到已婚的女人说“我做梦都没有想到会嫁给这个人”一样，很多女孩并不是没有能力和命运

抗争，而是没有自我意识，轻易地就接受了命运的安排，即使这个安排让她们觉得与自己既定的目标有偏差，或者相反。

爱情故事：校花Susie

Susie是大学里的校花，条件优越的她希望自己能嫁给一个经济实力和能力都不错的男人。但是，命运让她遇到了一个对她有好感的男人。他普普通通，薪水不高。Susie觉得和他交往总比没有恋人好，所以就开始约会了。随着见面次数的增多，两人之间慢慢产生了感情。

“没错，条件也不是那么重要，我的幸福才是最重要的。钱财是身外之物，爱情最大。再说了，只要两个人一起共同努力，一定可以得到幸福的。”

就这样，Susie草率地嫁给了一个平庸的男人，从此与自己理想中的生活完全背离。5年后，Susie终于忍受不了贫寒、无趣、无望的生活而结束了自己的婚姻。但此时的Susie已经被生活的压力和庸俗的丈夫改变得面目全非，再不是当年那个人见人爱的美丽女孩了。

生活上，有很多女孩和Susie一样，抱着得过且过的态度，轻易地将婚姻交给命运。正是这种“大无畏”的态度，让无数女孩跳进了火坑。无论是成功的婚姻还是失败的婚姻，都将会改写你一生的命运。一次失败的婚姻可以把一个男人磨炼得成熟而更加有魅力，但是却能把一个女人折磨得面目全非，永远失去最初的光鲜和美丽。

爱情故事：嫁给缘分的Linda

Dora在大学的时候有一个很要好的蜜友Linda，回想起当年两个人的同窗生活，Dora不禁感慨良多。那时候，她和Linda合租了一间靠海

边的小屋子，两个人同睡在一张大床上，经常一起躺在沙滩上喝着红酒、设想人生。花样年华的两个人都对未来充满了期待。但Linda的一段错误的恋情却让她与Dora的人生有了天壤之别。

Dora怎么也没有想到，Linda会结交了一位大她13岁的男朋友。而且，那个“大男人”既没有出众的外表，也没有较高的文化修养，只是一个普通得不能再普通的海边渔民。

其实，像Dora和Linda这样学旅游管理的女生，总是很“抢手”的，但Linda却不听别人劝阻，固执地认为真爱来了。Linda对Dora说：“我们相识是命中注定的——那是在一个有着落日余晖的晚上，我在海边散步，他从对面走来，目不转睛地盯着我，我也盯着他，那一瞬间，我就觉得好熟悉、好亲切。现在，我更确定了他就是我的缘分！”

更让Dora想不到的是，Linda还不理智地做出傻事：大学还没毕业就怀孕了，不顾家人反对，悄悄和他领了结婚证，连一个简单的婚礼都没办，就这样黯然地消失在同学们的视线里。

就在前不久，Dora终于再次得到了关于Linda的消息：她婚后生了一个女儿，和丈夫的生活一直很困难，她为这个家庭付出了太多太多，但终究没能改变命运的走向——丈夫在外面有了别的女人，她无法原谅他，于是离婚了。女儿由外婆来照顾，Linda只身回到家乡，在酒店里打工，每天都在深深想念着女儿。

知道了这一切以后，Dora心里不禁一阵酸楚。如果Linda没有嫁给那个与她并不相配的男人，也许她也会在一家不错的企业做管理工作，有着自己宽敞的办公室和一份让人羡慕的收入；或许也已经嫁人，做一位幸福的全职太太……但现在这些都只能是“如果”而已。

歌德说：婚姻虽不是我们的全部，但却是我们生活的重要组成部分。婚姻直接影响并决定着我們后半生的走势。出身、父母，这都是已定的命运，我们无法选择。但是，我们有权利选择后半生的幸福