



郑沛芳 著

亲爱的， 我们的爱怎么了

WHERE DID OUR LOVE GO



湖北长江出版集团
湖北人民出版社

鄂新登字 01 号
图书在版编目(CIP)数据

亲爱的,我们的爱怎么了/郑沛芳著.
武汉:湖北人民出版社,2010.8

ISBN 978 - 7 - 216 - 06505 - 4

- I. 亲…
- II. 郑…
- III. 情感—通俗读物
- IV. B842.6 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 158846 号

亲爱的,我们的爱怎么了

郑沛芳 著

出版发行: 湖北长江出版集团
湖北人民出版社

地址:武汉市雄楚大街 268 号
邮编:430070

印刷:武汉中远印务有限公司
开本:980 毫米×1280 毫米 1/32
字数:204 千字

经销:湖北省新华书店
印张:8.375
插页:1

版次:2010 年 8 月第 1 版
书号:ISBN 978 - 7 - 216 - 06505 - 4

印次:2010 年 8 月第 1 次印刷
定价:28.00 元

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>

“亲爱的，我们的爱怎么了？”当你心生这个疑问时，你们的爱已经进入危机期……能不能挽回或挽救，就看你们处于哪个阶段，但是往往已经到无力并感到无奈的地步。

此时的爱已经变质、变调、变味，总之一切都不对劲了。曾经是如胶似漆、琴瑟和鸣、喝白开水也甜蜜；现在却相看两厌，话不投机半句多，常常不欢而散。哪怕是分隔两地也不会思念，甚至恨不得他搭飞机摔死算了。

从佳偶变怨偶，都是经历了怎样的过程，才演变成这番局面？

“冰冻三尺非一日之寒”，都是日积月累的矛盾、嫌隙没有及时化解所致。也或许是两边家庭的是非和不满造成，更多的则是因为“相爱容易相处难”。

相处是一门很大的学问，每个人都带着自己家族的遗传基因，具有不同的生活习惯、行为和思维模式等，组织成一个新的家庭或发展新的关系，真是谈何容易。

其实男女交往和相处，不过是与自己幻想中的人物演对手戏。大家在生活中，挑选能够胜任自己剧本中角色的人选。男人这东西是脆弱的，他知道用什么姿态可以唤起“不同”女人的母性，这样当他需要性的时候就能够得到慰藉。然而没有人愿意单方面填补对方的空白，需要他的时候他却总缺席。这样不对等的关系，渐渐会有被掏空的感觉。当主动权在你手上时，你提出放弃便不会有受伤的感觉，反之，则会“很受伤”。如果是喜剧收场，说明彼此都有高明的编导手法，而悲剧下场则是对方不接受你的自编自导自演，有一方罢演所致。现在愿意与女人“计划未来”的男人已经凤毛麟角了，或许是由于对性爱的需求亦随着年龄增长而下降，所以偶尔找来“临时演员”便可以应付。女人的不满则多源于过度美化与幻想

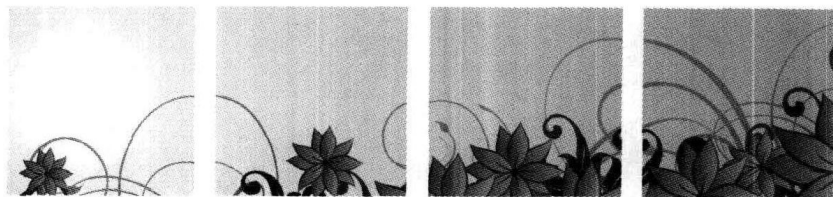
未来的生活，但实际情况却不是按照自己的剧本与模式展现而来。

当情感收放都在你的掌握之中，那么你即具有“解读”人生或“解毒”情绪的能力，同时你就真的从感情的桎梏中解脱，从爱情的魔咒中解除，你不再患得患失。

有人说：女人无论嫁谁都会后悔。那么不要总是埋怨和后悔，要无怨无悔才好，人类能度过几个2012还不知道呢，何苦为难自己和别人，何必太较劲较真？该怎样就怎样，看着办吧。这不是消极反而是积极面对人生的态度。引述我新浪博客中转载的一篇博文“起心动念成天地”中的几句话共勉：

我们生存的世界并不只有一个，这世界有多少人，就有多少世界存在，我活在我的世界里，你活在你的世界里。当你的意念不同，如果你怨恨，你就创造出一个充满忿怒、冲突和黑暗的世界，如果你充满爱，你就创造出一个美好、喜悦和发光的世界。天堂和地狱并不是两个不同的世界，而是两种不同的心态，它们存在你我一念之间。地狱并不是死后才去的地方，地狱就在此时此地。一念恶，天堂变地狱，一念善，地狱变天堂。地狱并不是某个地理上的位置，而是某种心理上的状态。地狱是一种错误的思维方式，是一种负面的言语和行为。而后成为你的人际关系、你的生命经验，成为你的世界。带着什么样的心态，就创造了什么样的世界！

感言：你想让你们的爱待在地狱里吗？即使去不了天堂，至少善待自己，待在人间还是不错的。



~ 目 录 ~

P 001 楔子

卷首语

P 001 选择·错误

女人,你的一生为谁? / 003

女人,你的自信在哪里? / 007

女人,你害怕“三十”大关吗? / 011

你的青春被什么耽误了? / 015

你的爱情天平平衡吗? / 018

你的爱情需要买保险吗? / 020

爱情面前自尊放哪里? / 022

爱与被爱哪个比较幸福? / 024

爱情空虚症 / 026



你是他的猎物吗? / 029

你只选择比自己年长的男人吗? / 031

娶什么德“性”(行)的老婆? / 033

能和这样的他(她)交往吗? / 036

不会开花结果的爱情 / 040

爱得忘了自己 / 042

目送爱情远走 / 044

跟男人学的女人 / 048

你是“即时行乐”之人吗? / 052

性不性由你吗? / 054

单身女郎双人床 / 056

你在感情路上走累了吗? / 059

你喜新厌旧吗? / 061

你相信因果吗? / 063

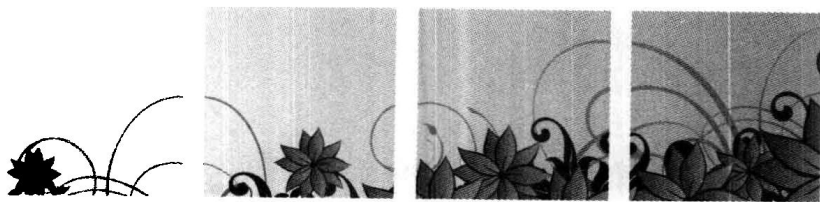
不跟你离婚的男人就有情有义吗? / 065

不要习惯做一个受害者 / 066

P 069 相知·相处

现代男女相处守则 / 071

一半的哲学 / 075



距离的美感 / 077

相处的要件 / 079

爱侣之间的环保观念 / 081

年终情感毒素大清盘 / 084

男女之大不同 / 088

感性与理性的游戏 / 091

好男人 VS 坏男人 / 093

坏男人 VS 骚女人 / 095

搭车的男人 / 098

远离“拳威”男人 / 101

男人的青春也是会被耽误的 / 103

婚后单一性对象做得到吗？ / 107

结婚不同居 / 109

出轨之前想一想 / 110

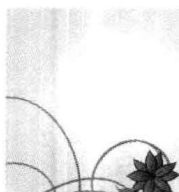
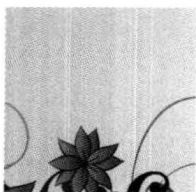
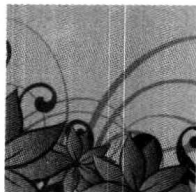
辜负与报复 / 111

三角习题如何解 / 114

如何把握做人做事的分寸 / 116

什么样的人让人敬而远之？ / 119

女人不要认为自己才是对的 / 121



如何摸顺女人的情绪 / 123

守住承诺,守护你 / 127

我们为什么将婚姻进行到底? / 129

P 133 爱·别离

亲爱的,不要对我太有把握 / 135

为什么你不再爱他 / 138

分手的道义 / 140

漂亮地说分手 / 144

节前不分手,只会更孤单 / 146

人生的阶段性烦恼 / 148

过年过节谁人陪? / 151

独处的能力 / 153

现代女性的未来 / 154

择偶二十大条 / 156

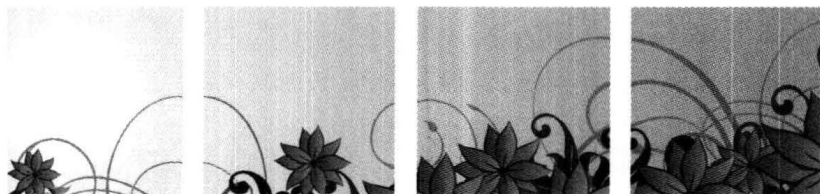
爱他,成全他 / 158

熟悉的陌生人 / 160

不可知的未来及缘分 / 162

等待是为了做更好的准备 / 164

我的生命中本来没有你 / 166



P 169 爱情 A、B、C

你认为是什么原因使你仍然是单身？ / 171

选择伴侣你认为哪方面条件最重要？ / 173

你对爱情的评价是什么？ / 175

你认为“性”重不重要？ / 177

情侣或夫妻有没有通财之义？ / 179

如果碰到“吸金情人”你会如何看待？ / 181

如果你发现他脚踏两条船会怎么办？ / 185

当他说谎时你会怎样？ / 188

如果他出轨,你宁愿他是性交易还是
性外遇？ / 190

当他在工作上遭受挫折你会如何？ / 192

如果他失业你会怎么样？ / 194

如果你的爱人突然要与你分手
你会如何？ / 196

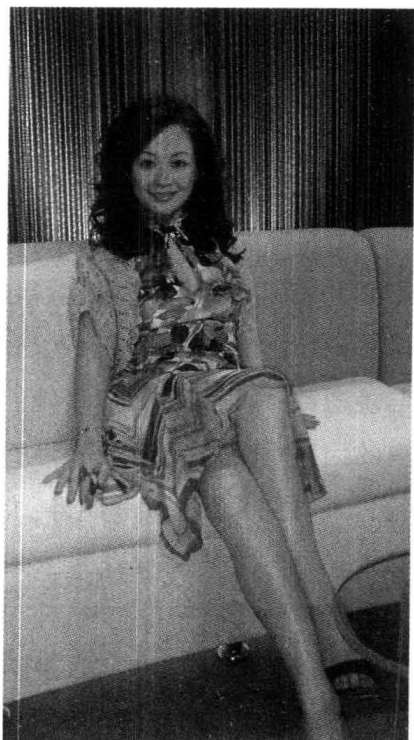
分手后你们的关系如何？ / 198

P 201 沛芳♡语

P 223 沛芳♫语

时光已逝不能回，被耽误的青春怎能不让人慨叹，而这一切往往只是源于一种错误的态度，一个错误的选择……与其抱怨“早知如今，何必当初”，不如行动起来，“亡羊补牢，为时不晚”。

华娱卫视《夜来女人香》工作照



女人,你的一生为谁?

自古以来,传统的观念认为女人的最终归属是家庭,所以女人将一生奉献给家庭是天经地义又理所当然的事。殊不知时代进步,观念也与时俱进。女人因能力、兴趣,分为家庭型、事业型、享乐型。

年轻时可能称不上事业,但是你会为工作早出晚归,或许可说是责任感或为了保住饭碗不得不拼命,其实内心是渴望结婚当家庭主妇,然后退出职场洗手做羹汤,那么骨子里你是家庭型。但是如果你有强烈的竞争欲、好胜心,即使嫁了人也压根不想考虑生儿育女的问题。

题，恨不得嫁的男人可以替女人怀孕，那么你就是事业型。还有就是享乐型，工作敷衍了事，没有上进心、责任心，只想混日子，当了人妻人母，照样将事情丢给保姆，自己只顾美丽时髦、玩牌购物，将自己的青春与金钱挥霍出去。

我想拿两部美剧来比喻，《Desperate Housewives》（《绝望的主妇》）和《Sex and the City》（《欲望都市》），前者中的女主角是几个家庭主妇，后者都是单身职业女性。主妇们和纽约时尚女性们的命运与境遇截然不同，你可以说她们各自精彩，也可以说各有各的沧桑。有的因离婚变成单亲妈妈，为了寻找新伴侣而烦恼，还要绞尽脑汁为抢男人与别的女人明争暗斗；有的个性一丝不苟，表面上家庭和乐，私下却是与丈夫、孩子关系紧张，不被家人认同，优点也变缺点；还有的放弃事业在孩子堆打转，不但找不到成就感，精神也几近崩溃，还要担心老公被勾引；再不就是不愿生小孩怕身材走样，与年轻园丁偷情，贪慕虚荣，当老公事业垮了便想与他划清界线。

简单地说，女人的命运决定于跟了什么样的男人。在古时候更是代表了全部。幸好现代女性还有自己的自主性与收入来源，但是只要结婚，男人还是决定了她一半以上的命运。

即使是单身像《欲望都市》里的几位女主角，她们的命运亦何尝不是被男人捉弄着。女作家因为男友结婚新娘不是她而失恋痛苦，公关公司老板人尽可夫但也只能看得开自我调侃，在画廊工作的女人虽有赡养费但情感路依然寻寻觅觅，律师与收入地位不如自己的男人未婚生子……她们的喜怒哀乐都因谈恋爱的对象而受到牵动，于是即使未婚，男人也至少决定了她们的快乐指数，如果不受情感干扰专心于工作的时间越多，也就是思考男女问题的时间越少，情绪受到的影响便越少，在两性关系中“没有痛苦即是快乐”，在此处得到明证。

综观这两个剧集，女人无论已婚或未婚，都还是以男人为生活中

心,虽然她们看起来那么张扬、大胆谈性、追求想要的情感生活与性生活。你以为她们很潇洒,非也,她们虽阅人无数,但一旦情场失意,同你我没有分别,只是跌倒再爬起来可能快一点而已。

有个真实例子,曾经有位女友是全职的家庭主妇,在繁杂的家务重压下,成为被嫌弃的黄脸婆,老公嫌她在聚会上带不出去,孩子嫌她老土不会打扮,到学校丢他的脸。当朋友聚会大家都在交换名片时,她感到被弃于圈外,没有名片可以拿出来,等于没有被社会认同的头衔。曾经有人主张家庭主妇也应该印名片,但是这是个不会升迁的工作,必要性不大,于是需求性也跟着降低了。最后她痛定思痛,每天早起半小时先打扮自己,才为家人准备早餐,清洁打扫工作请钟点女工代劳,自己就有了时间学习,无论是插花、外语、烹饪、舞蹈……通过学习增长和肯定自己,你的面容透露出的讯息会跟以往不一样。从此她得到家人的赞赏与尊重,不再是不修边幅又肥又丑又唠叨的妇人了。**所以你不能为你婚后的怠惰找借口,最常听到的是“为家庭牺牲奉献”,当女人失去自我,最后将失去一切。**

这么说似乎否定了女人应当牺牲青春、奉献自己于家庭。然而,我们需要明白,光是近五十年,我们便可针对社会结构、情感结构、男人结构三方面来说明时代已变迁。

首先,“社会结构”与以前已经大不相同。从前还是依循着男主外女主内,明确地各自扮演男女的角色,两性分工清楚,合作无间。以前的妇女投身家庭,她不用担心因年老色衰就被冠以性格不合、情感转淡等字句,然后被迫下堂求去。意思即是现在的糟糠妻大多被弃,所以现代女性投入事业相对带给自己安全感,不要将“变数”这把钥匙交给男人。除此之外,现代社会很多男人的工作已经被女性取代,女人已经成为男人的竞争对手,男女亦日趋中性化,现代人需要同时扮演并胜任多重角色。

再则,两性“情感结构”不同。以前媒妁之言,男人对女人存在责

选择·错误



深圳摄影师强子摄

任，有婚姻才能有性行为；现在自由恋爱，两情相悦，爱则合、不爱则分。封建社会赋予男人权利，同时给他照顾女人的使命，社会的舆论具有监督及约束作用。现在情义道义有时比纸张还薄。

最后，“男人的结构”在生理和心理上也与以前不同。从前男尊女卑，男人顶天立地，肩膀能扛得起责任，心理能够承受压力，保护女性更是责无旁贷；现代男性却越来越弱，遇事懦弱、遇强则弱、体能纤弱，女人如何依靠这样的男人？更有甚者，一些变脸高手随时可以翻脸不认人，最后不得不接受这些不争的事实——关于以前的甜言蜜语、信誓旦旦，都不过只是追求的手段罢了。他的戏唱完也落幕了，你还一时醒不过来留在舞台上发呆，找不到人问为什么把你捧在手掌心百般呵护是他，忍心重重将你摔在地上也是他。这时你爬起来还得装得若无其事仪态优雅，千万不能让他知道你受伤了，否则只会换来二度伤害，休想由同情获得爱情，只有看到男人更无情的嘴脸。收放自如是你必修的课程，找人演对手戏不容易，至于能唱多久凭可遇不可求的机缘。

所以女人你一生为谁？除了让自己有谋生能力，老公不能靠、养儿不防老，“自我增值”是唯一的出路。那就是不停地学习，举凡对工作有利或是扩展兴趣爱好的课程，培养独处的能力，不能一个人就发慌，更不能怕寂寞。交往会让自己进步的朋友，包括思想、言谈、举止。“女为悦己者容”亦过时，应该活出自我，作好生活规划，该健身美容、逛街购物就去，不要为了以为遇到世上难得的“帅哥”就改行程，以后你会知道果然是难得的“衰哥”。

女人，你要“工作认真”，因为它能维持你的生计；你要“玩乐认真”，因为它能让你不觉亏待自己；惟有对男人、对情感你不能太过认真，认真只会让你呕心吐血。为自己活好每一天，这世界没有少了谁就活不下去。明天地球照样运转并不是世界末日，太阳照样由东边升起，虫鸣鸟叫好不热闹。

女人,你的自信在哪里?

女人的自信来自几个地方——我年轻我怕谁? 年轻还要加貌美才能当武器,如果身材骄人,像“爱美神飞弹”(女星黎姿的绰号,身材凹凸、性感之意),那更像武器可以将男人束手就擒。但是如果没有以上优势,只好比家世背景,或许可以让男人少奋斗二十年。学历也是锦上添花的好嫁妆,有着高工作职位的女人更能成为事业上的好伙伴。

所以如果你还属于前面年轻貌美加“飞弹族”,可能你在老男人堆里很吃香,但是你的优势虽是你的武器,却会随着岁月渐长而失去。如果你是属于家世背景出身好,那么天生好命一族没话说,男人也不敢随便对你始乱终弃。如果你是后天学历、工作经历一级棒,那么男人也都在你的掌握之中。我想所有女性都想成为最后一种族群吧,因为握有主动权,总比靠外在、处于被男人玩赏的类别强,更何况青春还是有保鲜期的。

那么如果你汇集美貌的外在和智慧的内在,如此双重优势岂不是所向披靡? **女性的魅力在不同阶段有不同彰显,大家可以比谁更耐老,好酒是越陈越香,看谁笑到最后谁才是赢家。**

男人的一生分几个时期,二十岁萌芽期、三十岁勃发期、四十岁茁壮期、五十岁茂盛期、六十岁衰退期。让人泄气的是男人无论四十、五十、甚至六十岁他都想找二十岁的女孩。然而三十岁的男人却有可能处于渐渐成熟阶段,而觉得二十岁的女孩幼稚,无论情感与事业与他同龄或比他稍长的女性更能满足他,但要注意这中间含有一

些功利。怎么说?因为这阶段正值前面提到的勃发期,是奠定日后事业基础的当下,找比他能力经验都不如的,对他一点帮助都没有。这时二十岁女孩就败下阵(欢呼……),但是到了他站稳脚步,进入四十岁茁壮期他又想回头吃吃嫩草,五十岁茂盛期要享受他的成果,六十岁衰退期的男人就更遑论了,因为他需要抓住青春的尾巴。

每个女人的二十岁都会成为历史,如何往前走不会因为年纪渐长而害怕由妹妹变成姐姐最后被叫到阿姨?我们不断“自我增值”,除了曾经提到要不停地学习,还要人脉打开、广结善缘以增加“群众基础”。可能大家会觉得我又不是作家不需要读者、又不是演员不需要观众、又不是歌手不需要粉丝……现在很多行业例如保险业、美容



深圳摄影师三儿摄

