



爱不仅是一种本能、一种需求，更是一种能力、一种创造，一种成就人生的巨大资本。《爱商》从根本上动摇了人们狭隘的爱偏见、日益物化的爱放纵，根治人们心理上的爱无能。

爱商

钱诗金 著

新疆人民出版社



爱不仅是
一种本能、一种需求，更是一种能力、一种创造，一种成就人生的巨大资本。《爱商》从根本上动摇了人们狭隘的爱偏见、日益物化的爱放纵，根治人们心理上的爱无能。

爱商

图书在版编目 (CIP) 数据

爱商/钱诗金编著. —乌鲁木齐: 新疆人民出版社,
2004. 5

ISBN 7 - 228 - 08768 - 2

I. 爱... II. 钱... III. 情感—通俗读物
IV. B842. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 041524 号

责任编辑: 周海松

爱 商 钱诗金 编著

出版发行: 新疆人民出版社

地 址: 乌鲁木齐市解放南路 348 号

邮 编: 830001

印 刷: 北京毕诚彩印厂

版 次: 2004 年 6 月第 1 版

印 次: 2004 年 6 月第 1 次印刷

开 本: 880 × 1230 1/32 印张: 7.25

字 数: 170 千字

ISBN 7 - 228 - 08768 - 2 定价: 16.00 元

《爱商》内容简介

本书提出一个全新的概念——爱商(AQ)。

爱商是一个人生理和心理的情感能力综合指数的检测。

本书告诉读者,视爱为一种本能的认识,只是一种生物性的认知,因为一切生命都有爱的需求,而只有从爱商的新理念来理解,才会领悟爱不仅是一种本能、一种需求,更是一种能力、一种创造。爱商要揭示的正是现代人生中的你我生存所需要的——爱的能力和爱的活力。

本书特别要告诉读者的是,爱商是提升人本体生命质量的重要指值。爱商提出的现实和长远的意义就是从根本上动摇我们传统狭隘的爱偏见,警惕日益物化的爱放纵,根治心理缺陷的爱无能,因此,我们要想使自己在竞争时代中持有优质的生存态势,就必须不断强化自己的爱商操练,提升自己的爱商能力。

目 录

给你一个新理念 / 1

爱商定义 / 2

让爱商引路 / 2

爱商检测 / 4

25条爱律 / 11

爱的解读 / 17

爱是一生的事业 / 18

爱是大学问 / 19

“我本爱人” / 21

请爱坐首席 / 22

痛并热爱着 / 23

爱从良知起步 / 25

走向新境界 / 27

计算爱的代价 / 28

用爱来抚慰 / 30

只要够就好 / 30

爱是无罪的 / 32

为爱低头 / 33

爱的力量不需要原理 / 35

不要去完满你的爱 / 37

包治百病的药 / 38

爱使人长寿 / 39

细节生长爱 / 40

用爱去认定 / 41

让时间作证 / 43

爱的关键词 / 44

目录

爱商守则 / 51

为爱而活 / 52

给生活以爱 / 52

为爱而改变自己 / 54

爱需要储存 / 55

爱在当下 / 56

对爱常盘点 / 57

爱用一生来追求 / 59

铸造真情 / 61

懂得真爱 / 62

爱心互换 / 63

抵达灵魂的爱心 / 63

粒米之爱 / 65

真爱无恨 / 66

真爱要这样做 / 67

真爱是一个承诺 / 68

爱的操练 / 71

爱从哪里来 / 72

如何去爱人 / 75

用心播种爱 / 76

爱要每天经营 / 77

爱的真本事 / 79

爱到八分最相宜 / 81

在爱中成熟 / 82

爱的过程是感恩 / 83

用倍数感受爱 / 85

会爱的女人这样做 / 89

目 录

- 爱的时间交给你 / 91
- 亲情之爱的培训和修养 / 93**
- 父爱托起天地 / 94
- 母爱创造世界 / 95
- 大爱父母心 / 96
- 爱在屎溺中 / 100
- 家中有高堂 / 101
- 最好的孝心表达 / 103
- 亲情是这样打造的 / 104
- 爱情之爱的培训和修养 / 107**
- 爱情源头 / 108
- 爱情四步曲 / 109
- 给你的婚姻之爱定个谱 / 110
- 婚嫁有原则 / 111
- 婚姻的奥妙 / 113
- 爱情面前有雾 / 114
- 一半是挣脱,一半是阻拦 / 116
- 为爱情保鲜 / 117
- 白领夫妇要这样爱 / 123
- 将恩爱进行到底 / 126
- 友情之爱的培训和修养 / 129**
- 友爱定义 / 130
- 交友的好处 / 131
- 给你十把友情锁 / 132
- 友情检测 / 136
- 患难见真情 / 139

目录

己情之爱的培训和修养 / 141

爱自己的理由 / 142

爱自己的菜单调配 / 145

不要为爱丢了自己 / 147

爱自己的细节把握 / 148

爱育摇篮 / 151

热爱孩子 / 152

爱育三原则 / 154

放开搀扶的手 / 157

让小孩把爱分给别人 / 159

爱育其实很简单 / 160

将爱藏起一半 / 161

让爱育终生上课 / 162

爱是成功之母 / 163

生命的最好养料 / 164

爱是成功之母 / 165

天才是这样炼成的 / 166

用爱发现爱 / 167

善解人意一个爱 / 168

用爱打开财富门 / 169

爱的迷茫 / 171

我们的爱怎么了 / 172

速溶的爱情两空空 / 173

爱子太过爱出病 / 174

恐“爱”症 / 176

警惕“爱无力” / 181

猜疑使爱中毒 / 184

目录

生活中的爱并不浪漫 / 188

爱出位的挽救 / 189

施爱和被爱 / 191

奉献爱心 / 192

关爱来自温情 / 193

“我爱你”不是废话 / 195

爱比被爱崇高 / 196

在爱中领略被爱 / 197

共享被爱一个天 / 198

我爱人人 / 201

爱的忠告 / 205

有爱才有一切 / 206

关爱要得法 / 207

让心“在一起” / 210

拔掉恨,长出爱 / 211

爱不要物化 / 212

常留爱的天性 / 213

爱是需要道歉的 / 214

再小的爱也是大的 / 215

让爱成为习惯 / 216

●
给你一个新理念



爱商定义

爱的名字本叫爱,但爱是资源,是力量是幸福的化身,所以爱的名字叫爱商。

爱商(AQ)是对人的生理的和心理的情感产生、运用和发挥的综合能力的概括,也是当下每一个现代人应该特别关注、培养和把握的全新情感生存观念。爱商具体包括爱成长、爱成熟、爱作用、爱需求、爱奉献、爱开发和爱修炼等内容,这些由爱的行为产生的能力才是一个人的爱商能力。

爱商能力是继智商、情商之后又一人生能力的指数,这个概念的提出使人的生存能力检测在智能化、标准化和数字化的进程上又向前迈进了一步。只有在爱商的不断培养的过程中,爱才能成为一种潜质无限的生存能力,才能成为我们最广阔的可开发的资源财富,成为人生各项活动中的—种特别本领。我们应当用爱商这一新的观念来开发和运用爱的生存财富,尤其在这全新的世纪中。

让爱商引路

无论从现实的还是长远的观点出发,爱商的意义都在于洞悉爱的真觉、开发爱的力量、张扬爱的作用和彪炳爱的奇迹。

爱商可以提升我们对爱的追求、对爱的获得和对爱的给予的层次、品位。

爱商可以增强我们对爱的认识、对爱的把握和对爱的呵护的高度、力度。

在爱商的指导下,我们会更深切地领悟到,爱是生命中最美丽的瑰宝——人生最伟大的就是爱,爱是我们生命的支柱。有了爱,沙漠生绿洲,人生不寂寞,生命就有了光。但是否能够拥有真正的爱,却需要爱的智慧。

爱商可以将爱操练成一种机会,操练成人生中对自己也是对他人所要担负的一种机会。

有这样一个故事,甲乙两个同事正在一个商店里购买酒和菜,以便朋友聚会时享用。这时,两个蒙面人出现了。其中的一个站在商店门口观望,另外一个夺走了出纳员手中的钱并冲着甲说:“把你身上的钱也都掏出来!”

这时甲已经被吓得手足无措了。歹徒一面从甲的衣兜里掏钱包,一面用手枪对着甲。看样子,他在抢走甲的全部财物之后要开枪打死甲。

歹徒后来真的开枪了,然而,离甲一步之遥的乙及时冲到了甲的面前,挡住了枪口。他身中两弹,而甲只是耳朵被子弹擦伤。

乙被紧急转移到手术室。医护人员一边为他施行手术,一边派人叫甲填写一张住院单。可是,当时甲怎么也想不起来自己的名字了。

乙被送往特护病房。在他的父母看过他以后,甲要求医生允许甲靠近乙,让甲对他说几句话。

甲握着乙的手哭了起来,甲想对他说出自己无尽的感激,但是已经办不到了,他没有苏醒过来。

突然,甲感觉到他的一个手指在颤动,甲抬起了头,乙醒了,甲赶紧说了声:“谢谢!”他微笑了,手指仍在颤抖。

两天后,乙去世了,甲真想替他死1000次,甲一再告诉自己:我的第二次生命是他给的……

甲永远记得他对自己微笑的情景,甲相信,他是想用手比划着告

诉甲,他的一部分使命是救助甲,而甲的使命则是生存下去,加倍珍惜自己的人生,并努力向他人提供帮助。

爱商将爱变成一种机会,这种机会可以用来成长和进步,而更重要的是,应当用它来把自己的爱给予他人,就像乙所做的那样。

在这个世界上,惟有爱商,才是一种更深切更博大的精神之树。

爱商的意义也使我们迅速地找到打开生活中最根本问题的答案的钥匙,这就是许许多多纷繁缠绕的问题,无论它多么复杂、多么无常,只能用爱去化解。无论人性是优是劣,惟有爱才是令人向往的出口。

爱商的意义还在于提高我们对自身生存意义的认识,如爱的需求或力量一旦死去,人就会成为一个活着的墓穴,苟延残喘的只是一副躯壳。

用爱面对每一天,每一个人,每一件事,心中就不会淤积烦恼,世间纷争也会减少。

天地虽宽,只要用无限量的爱商去启发,力量就会不间断。

让爱商引路——你会春风得意,事业有成。

爱商检测

爱商的检测内容,是一个爱的综合检测,包括自爱、亲爱、情爱和友爱,以下检测题,基本上可以得出你的爱商能力。

1.检测内容之一

请你先做做下面的测试题吧,同意的划出,不同意的越过。

- (1)对自己所爱的人,即使对方有许多毛病,也能坦然接受。AA
- (2)虽然也会说错话,但是并不特别烦恼。BBB

- (3) 容易受到他人的喜怒哀乐的感染。EE
- (4) 每到发工资,首先想到要给父母买点需要的东西。DD
- (5) 一旦决定的事,就自始至终贯彻到底。BB
- (6) 并不讨厌去管人家的闲事。EE
- (7) 由于受环境或他人影响,虽有时无法如愿以偿,但仍觉得自己很幸运。CC
- (8) 只要看到家人的表情或状态就能明白对方的心情。D
- (9) 不如意时,不愿心情不振,因为反而会身心疲惫,因此自己也许是个乐天派。CCC
- (10) 就算对方有魅力,也可以拒绝其委托。BB
- (11) 相当长期交往的亲密朋友有两个以上。EE
- (12) 几乎没有过“我怎么会做出这种事情呢”的状况。AA
- (13) 不管和多么相爱的人在一起,在人前亲热也觉得有排斥感。

BBB

- (14) 认为表白心意,还是直接见面传达最好。AA
- (15) 往往不善于坦率地传达自己的真实情感。B
- (16) 即使自己颇为疲惫,但如果朋友有事商量,也会倾听其诉说。EEE
- (17) 每周总忘不了给家里挂电话。DD
- (18) 面对陌生人,也能毫不紧张地与其交谈。CCC
- (19) 倘若有人过多地提出各种问题,不会告诉他细节。E
- (20) 约会时,对方迟到 30 分钟,心想或许只是因为有事,因此不会立刻生气。BB
- (21) 即使忙碌,也不会忘记别人托办的事。EE
- (22) 和恋人拍照时,即使拍得不好,也感到很高兴。AA
- (23) 当新的游乐园或商店开张时,总是立刻前往。C
- (24) 喜欢和朋友进行比较。AA

(25)经常以“大概”“可能”预测结果并转移行动。BBB

(26)虽然也读占星术,但会马上忘记其内容。CCC

(27)不管周围发生多么突然的事,也不会表现得非常冲动。BB

(28)当无法理解对方的意见时,与其一个人陷入沉思,不如向对方打听刚才是什么意思。EE

(29)有“想要成为这样”的自我形象目标。AAA

(30)目前为止未曾有过“如果那样的话人生就不会是这样”的后悔话。C

(31)不愿意将自己头痛脑热的事告诉家里,怕家里人担忧。DDD

(32)从头到尾听完他人说话再表达意见,不打断别人。E

(33)见到亲友,喜欢倾吐心事。DDD

(34)纵然心情很糟,也不会迁怒于人。BB

(35)即使处境艰难,也乐意去接受。CC

(36)虽然曾有过消极悲观,而其原因自己大抵知道。AAA

(37)不论是恋人或友人,只要所喜欢的对方向你撒娇,就会很开心。EE

(38)对于不愉快的事能立刻忘得一干二净。CC

(39)当家人精神不佳时,会主动问“怎么了”。D

(40)当别人对你说枯燥的事时,不会勉强去听。EEE

(41)对适合自己的服饰搭配有自己的意见。A

(42)对父母的关怀牢记于心。D

(43)一旦有令人相当生气的事时,不会马上找人摆平,而是等心情平静以后再说。BBB

(44)当自己的个性受到爱人指责的时候,不会恼羞成怒,反而会更亲切地接受。AAA

(45)就算有烦恼的事,晚上也会睡得很好。CC

(46)面对朋友的过错,总是及时地指出来,不会发牢骚。E

(47)每逢过节或亲人过生日时,很开心就是想买件礼品来表达。DD

(48)不会介意别人嘲笑自己的失败经验或丑事。C

(49)你去看朋友,朋友却想独自清静,这时你不会感到尴尬。EEE

(50)当爱人心情不好时,你不会决定离开。AAA

(51)不愿意把烦恼带回家去。D

(52)与朋友交往中,即使发生不愉快的事,也不轻易改变对朋友
的看法。E

(53)不是“心动立刻采取行动”的人。B

(54)一回到家里,精神上总感到很轻松。D

(55)认为友爱与情爱是相当地不同。EEE

(56)并不介意心爱的人保留自己的自由。AAA

(57)无论是看到神采奕奕还是灰心沮丧的人,都能振奋精神。C

(58)对于一经受到指责便立即摆出难看脸色的人认为其太幼稚
或不成熟。BBB

(59)很高兴听别人开玩笑,也喜欢把高兴的事说给他人听。CC

(60)认为恋爱中的自己和平常不大一样。A

(61)即使持有和对方不同的意见,倘若当场反驳会弄僵气氛,就
不会这样做。B

(62)和家人共同承担家庭责任。DDD

(63)和伴侣在一起聊天,总喜欢信口开河。A

(64)遇到激动的事,就手舞足蹈不顾及其他的人。B

(65)认为家人的平安和睦是最开心的事。DDD

(66)认为等条件好了才能回报家人。D

(67)觉得对自己的身体状况非常敏感。B

(68)认为求助于是彼此互助的事情。C

(69)不愿意亲人过多地为自己操心。DD

- (70)总认为向心爱的人发火是很平常的事。A
 (71)认为自己拥有许多有趣的朋友。CCC
 (72)有时觉得能做到“用自己的速度做事”并且别人会羡慕。

EEE

- (73)即使相隔遥远,仍渴望与喜欢的人交往。E
 (74)认为在这个世界上总有某些值得留恋的。CCC
 (75)明天不是假日,所以不应该玩通宵。BB

评值方法:

每题后面都有 A 到 E 的英文字母,把自己得到的数值加起来,评定自己的爱商能力数值。

A:认识、运用和巩固爱情的能力

A 为 20 点以上的人,能够正确认识自己的爱情;A 在 19 到 12 点之间,会在迷惑中度过恋爱期,即使不满意也不会下决心分手。A 为 11 点以下,则有口是心非的倾向。

B:认识、运用和创造自己的能力

B 在 20 点以上的人,对自己感情具有极强的控制力,且成熟度比较高;14 点到 19 点的人,不容易控制自己的感情。13 点以下的人,不能控制自己的感情,甚至失去自己的个性或随波逐流。

C:认识、奉献和运用爱的世界的的能力

C 在 21 点以上的,认为世界充满爱,为自己生活在爱的世界里而珍惜人生;13 点到 20 点即使世界充满关爱,又常有人情淡漠的迷茫感觉;12 点以下的则总感到世态炎凉,人心叵测,常有孤独、消极情绪。

D:认识、巩固和运用亲情的能力

D 在 19 点以上的人很重视亲情,并会以最大的关爱密切和强化亲情关系;18 点到 11 点是认为亲情重要,能够尽到自己的努力来维护亲情关系;10 点以下认为家家都有一本难念的经,保持一般的亲情关系就行了。