

一部谈情说爱的经典 一条人生幸福的隧道

演绎爱情

那天★著

恋人的智商通常为
希望 不是现实
梦想 不是幸福
理想 不是精彩
只有知己知彼 从容淡定
才有可能驾驭着自己的爱情之舟
驶到幸福彼岸

新华出版社

一部谈情说爱的经典 一条人生幸福的隧道

演绎爱情

那天*著

恋人的智商通常为零
希望 不是现实
梦想 不是幸福
理想 不是精彩
只有知己知彼 从容淡定
才有可能驾驭着自己的爱情之舟
驶到幸福彼岸

新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

演绎爱情/那天著.——北京: 新华出版社, 2007.12

ISBN 978-7-5011-8208-4

I. 演… II. 那… III. 爱情—通俗读物 IV. C913.1--49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第187296号

演绎爱情

策划指导: 要力石

责任编辑: 曲晓敏

封面设计: 兆远书装

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路8号

网 址: <http://www.xinhupub.com>
<http://press.xinhuanet.com>

邮 编: 100040

照 排: 北京枫之杨企业策划有限公司

印 刷: 北京春雨印刷有限公司

开 本: 720mm x 960mm 1/16

印 张: 14.5

字 数: 180千字

版 次: 2008年1月第一版

印 次: 2008年1月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5011-8208-4

定 价: 28.80元

本社购书热线: (010) 63077122 中国新闻书店电话: (010) 2838225

图书如有印装问题, 请与印刷厂联系调换。电话: (010) 51652567

目 录

序 /1

爱情宣言 /5

第一章 爱情咏叹调 /9

——没有爱情的人生是荒凉的人生，和一个不爱的人生活在一起是人生的荒凉！我们可以没有钱，却不能没有爱！你正在唱或将要唱响的是哪一曲？

第一曲：遇到的爱情 /12

—— 一见钟情、相见恨晚的精彩

第二曲：培养的爱情 /15

——各取所需、退而求其次的凑合

第三曲：错位的爱情 /19

—— 委曲求全、阴差阳错的无奈

第二章 谁最适合你 /23

——适合自己的就是最好的。最美好的爱情首先是从两个人的赏心悦目和相互欣赏开始的，而这一切都需要双方的素质和水平。

第一节 通情达理却难如人意 /24

——谁都有自己的“情”和“理”

第二节 爱情幸福的基础条件 /26

——“缘分”是条件相当和素质相近

第三节 众里寻她（他） /33

——有志者事竟成

第三章 爱情的境界 /37

——弥久常新、永远都激动人心的课题。大家都生活在自认为正确的思维状态和思想意识里，都想改造对方以适应自己，爱情也不例外。

第一境界：水乳交融的情爱境界 /39

——爱和被爱，人人都需要

第二境界：生死相依的恩爱境界 /47

——把自己交给对方是最大的幸福

第三境界：惊心动魄的心灵相爱境界 /51

——如诗如画的爱情幸福隧道

第四章 谁是你的老公 /57

——（女士篇）千挑万选，都只为一生幸福。你的幸福将因对方而改变。可是人海茫茫，到哪里去找他？

第一节 未知的老公人选 /58

——人海茫茫，他在哪里？

第二节 选择老公的标准 /62

——老公的水平就是妻子的幸福

第三节 对爱情幸福有致命影响的男人 /71

——说不定他会让你痛苦一辈子

第四节 老公之研究 /79

——看他是否已经“开悟”

第五章 谁是你的妻子 /81

——（男士篇）是缘分或是冤家，都将影响你一生。准确的选择比什么都重要。可是茫茫人海，她在哪里？

第一节 困惑的妻子人选 /82

——人海茫茫，她在哪里？

第二节 选择妻子的标准 /84

——妻子的素质决定了男人的生活质量

第三节 对爱情幸福有致命影响的女人 /92

——她可能会让你感觉到“还是一个人好”

第四节 妻子之研究 /98

——看她是否“开窍”

第六章 幸福爱情的组合模式 /103

——茫茫人海中，如何去选择自己最需要的那个人？漫漫人生路，怎样才能实现最精彩的组合？据说，每个人都有一个最心仪的人选，但却不知道在哪里？

第一节 心灵深处中的梦想 /104

——希望能够有一个心仪的对方

第二节 理想的共振型 /106

——共同的理想与追求使双方一见钟情

第三节 幸福的融入型 /109

——把自己完全融入对方的情感之中

第四节 温馨的默契型 /112

——彼此想什么，对方全都明白

第五节 迷人的爱情境界/114

——生死两相依、春风荡漾时

第七章 领悟爱情真谛 /119

——为了幸福，我们应该努力。读懂一个人的内心世界和了解一个人的全部内容，并不是一件容易的事情。很多爱情伴侣一辈子都没有读懂对方。

第一节 爱情的三个阶段 /120

——不同时期具有不同的精彩

第二节 情感需求时期 /122

——青春伊始，亟须爱和被爱

第三节 素质需求时期 /128

——一旦登堂入室，爱情就要素质来支撑

第四节 爱情升华时期 /133

——升华中的爱情更精彩

第五节 无奈的幸福补救 /135

——退一步海阔天空

第八章 爱情的自我诊断 /141

——爱情名言：“恋人的智商为零”。希望，不是现实；梦想，不

是幸福；理想，不是精彩。只有知己知彼，从容淡定，才有可能驾驭着自己的爱情之舟驶到幸福彼岸。

第一节 真心相爱 /142

——是否真爱，随时都可以知道

第二节 走出爱情误区 /148

——有误区就有悲剧

第九章 永远不要说“再见” /157

——即使分手情意仍在。人生是一个未知的过程，爱情则是一条不知深浅的河。曾经沧桑的恋人和爱人是我們一生中最好的朋友。

第一节 错位的爱情 /159

——明日黄花、美梦成空

第二节 错位的爱情现象 /161

——不堪回首、青春已逝

第三节 无奈的分手 /166

——但愿你比我更精彩

第四节 不能只为自己活着 /173

——照顾好自己，关心好别人

第五节 结果不必是伤痛 /176

——人走茶凉总关情

第十章 打造人格魅力 /179

——驾驭爱情是能力。享受爱情更是能力。人格魅力便是诸多能力中最具出奇制胜效果的能力。并不是随便两个人在一起就可以产生爱情，幸福精彩一生的。

第一节 最是令人欣赏时 /182

——女士的魅力在于柔雅兼备

第二节 最是被人崇敬时 /193

——男士的魅力在于刚柔相济

第十一章 改造对方 /199

——改造比放弃重要。爱情最大的遗憾是我们在心甘情愿中为自己做出的错误决定，好端端地影响了自己一生的幸福。

第一节 让理想点燃希望 /202

——没有理想的人生是一碗白开水

第二节 可怜不是爱情 /205

——可怜之人必有可恨之处

第三节 原谅是一种境界 /207

——世上没有尽善尽美之人

第四节 学会放弃 /210

——无奈中的最后选择

第五节 独立自由 /213

——永远的幸福之路

后 记 /215



序

像不能拒绝人生一样，我们无法拒绝爱情，因为爱情是我们人生中的核心部分和精彩内容。谁都想拥有更多的幸福和快乐，但真正得到的又是那么少，因为幸运之神总是那么吝啬。

爱情是一门以情感为核心的复杂学问，一门高深的人体生命科学。轻而易举地获得幸福的爱情，只是人们的一种美好想象。

初涉爱情时，谁都觉得自己是最幸福的。一旦登堂入室之后，又时常感觉不到幸福，甚至怀疑自己选错了人。

爱情是人类文明发展进化的自然现象。没有爱情，便没有人类的今天，所以，无论怎样认识爱情的价值，也无论你怎么理解爱情的意义，爱情都在如火如荼地燃烧着每个人的希望。

可是，生活中的你、我、他，常常迷茫得不知道爱情在哪里，究竟是酸甜还是苦辣？为什么茫茫人海，竟找不到自己心仪的那一位？茫茫然！怅怅然！

很多时候，我们带着美好的愿望走近爱情，但最终结果又常常不能如愿。青春如流水飞逝，爱情却遥远得像梦，只给我们希望，不给我们现实。



有时，我们不知道自己适合谁，也不知道谁适合自己，只知道现在的这个人并不适合自己。好不容易换了一个人选，还是不适合。放弃吧，缺乏勇气，前进吧，没有动力。一天天日升月落，没有新的希望，更缺少愉快和开心。你梦想着天上能够突然掉下个“林妹妹”、“宝哥哥”，而现实中的失望和孤独却又总是离不开你。

有时，你喜欢的人在你感觉良好的状态下突然和你挥手再见，不容你思考，也不容你改变。你骤然间蒙受了晴天霹雳般的打击，只有面对苍天喟然长叹。也许，你曾经喜欢的人已经和别人成双成对，你只好泪洒无声，黯然悲伤，你满怀激情地希望对方再次出现，可是再也不见其踪影。

更多的时候，生活对我们非常苛刻，即使遇到了理想的爱情，我们也没有能力将爱情之舟驾驭到幸福的彼岸。这时，爱情常常表现得伤痕累累、百孔千疮，甚至是带着令人匪夷所思的光怪陆离令我们啼笑皆非。最后，我们只有在无奈中承受着每一天的寂寞和无聊。

爱情是什么？《现代汉语词典》解释为：男女相爱的感情。这似乎很简单，可是，有谁能够真正进入其中，备享那迷人的芬芳与欢乐？又有谁能够置身事外，完全摆脱爱情的烦恼与苦涩？有人说，爱情像冬日的阳光，沙漠里的甘泉，给人温暖和甜美。有人说，爱情就像一片美丽的云，一阵风儿就能将它吹散。也有人说，爱情就像模特身上那件漂亮的衣，人家穿着耀眼而美丽，穿在自己身上就成了滑稽剧的小丑。还有人说，爱情像流星一样一划而过，留给我们的只有几许惆怅、无奈和淡淡的回忆。更有人说，爱情是一杯烈酒，可以让人失去理智。其实，爱情原本就是个五味瓶，装满了苦辣酸甜咸。古往今来，文人们积累了丰富的人生体验，研究了大量的生活资料，抽象提炼成作品，用来阐释爱情，探索爱情真谛。无论诗、词、曲、赋，还是小说、戏剧，爱情都太绝对了，从《牡丹亭》到《红楼梦》，从“关关雎





鸠，在河之洲”到“两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮”……哪里离得了“爱情”二字？

获得爱情不难，可要使爱情幸福美满却不是一件容易的事情。莫名其妙走进的人常常不能如愿，或以失败而告终，却不知道问题出在什么地方。

爱情本来是可以幸福的，但最重要的问题是，我们如何避免因为无知在心甘情愿中做出的、自以为聪明的错误选择。本书异常精炼地分析和概括了人们关于爱情的心理活动、行为表现等，并透过现象揭示事物的本质，给人以启迪与警示，可使读者懂得如何去把握和驾驭爱情，少走许多弯路。

六年前，本书的作者给上大学的女儿写了一篇《谁最适合你》的文章，里面列举了谈朋友的五个必要条件。不料想她带回学校，同学好友传看后，立刻引起了“轰动”效应。本书初稿经多位青年朋友读后，他们感觉茅塞顿开，恍然明白，自己原来走了那么多的弯路。也有中年朋友看了懊悔不已，感慨万千，可惜已经无法挽回逝去的青春岁月和火一样的激情，只好在自己那错位的状态中无奈地打发着惆怅的岁月。还有老年人看过，如梦方醒，喟然长叹，可是已经被自己当初的无知耽误了一生。

每个人都在演绎着属于自己也属于社会的爱情故事，故事中饱含着喜怒哀乐和悲欢离合。这故事我们常常不知道从哪里开始，也不知道在哪里结束；更不知道在什么时候开花，在什么时候结果。尽管如此，我们还是充满信心地迎着每一个黎明的到来，期待着每一个梦想的实现，希望世上每一个人都能够得到最幸福的爱情，但愿每个人的生活都能够充满阳光。

文京(博士)

2008.1于古城



爱情宣言

人间情之美莫过于爱情。她像蓝天一样深邃，像白云一样迷人，像长江黄河一样令人神思遐想和激动不已。爱情又像一首悠扬的诗，让人永远回味那醉人的韵律；又像小溪潺潺，日夜流淌在我们的心间，滋润着我们的每一根神经。

爱情是世界上最美好的感情，爱情生活是所有人生中最精彩的组成部分。她可以把人生演绎得精彩绝伦；也可以把人生折腾得一塌糊涂。成功的爱情可以使一个人感到人生的无比幸福和美好，将人生的价值放大无数倍；失败的爱情则可能使一个人心灰意冷，一败涂地，再也找不到生活的滋味，甚至从此完全改变人生的轨道。

没有爱情的人生是不完美的。这样的人生必然会有许多人生的苍白和乏味、惆怅和寂寞。爱情如诗如画，如歌如曲，似高山流水，像金戈铁马，可以感天动地，将人生的理想和事业推向辉煌。

找到自己激动对方也激动的那个人就是真幸福。遇到自己愿意奉献对方也愿意奉献的那个人就是真爱情。如果双方都是为了自己的需要而爱，那幸福就大打折扣。最幸福的爱情是从欣赏开始的。这样的爱情会有一种归宿的





感觉，爱情一旦找到归宿的感觉，就会美妙无比，似甘露琼浆，醍醐灌顶；又如电闪雷鸣，似狂风暴雨，令人尽尝淋漓尽致的酣畅；又像置身于鲜花遍地、琼浆玉液的圣境，永远也品尝不够那醉人的仙果。

可惜，这样美好的爱情实在太少了。即使得到了也常常是非常的短暂，也许你刚刚找到感觉对方就消失了，徒然给自己的人生留下无限憧憬和辛酸。

可是，你还是想得到这样的爱情。哪怕只有一天，也觉得胜过一生的平凡。

爱情是什么？爱情是美酒，可以让你如痴如醉，如狂如癫；爱情美丽时如天仙，令人心旌摇荡，如临瑶池；丑恶时又似魔鬼，令人毛骨悚然，退避三舍，摸不着东南西北，不知道应该前进还是后退，甚至再也不敢涉足其中。

无论我们觉得爱情多么幸福，又总是包含着不尽如人意的遗憾，这样或那样的遗憾。她有时像天上的彩虹，让我们精神振奋，情绪激昂；有时又像路边的尘土，让我们百无聊赖，一筹莫展，丝毫也感觉不到她的美好。

得到美好的爱情难，把握和维持美好的爱情更难。也许你很有运气，并没有出现这样的尴尬，一下遇到了自己的心仪之人，从此爱情之火熊熊燃烧，美轮美奂，美不胜收。你顿时感到天地都明亮了起来，连星星都在放光。

可是，这样美好的感觉没有持续多久，忽然间改变了滋味。你百思不得其解。如果再有点不能容忍的分歧，爱情就不再是幸福的滋味，而成为无聊和烦恼。这时，过来人会告诉你：“这就是生活！”

你完全迷茫了。多少年甚至一辈子你都搞不明白，人类美好的爱情为什么就是这般模样！

生活常常给我们很多精彩，同时也给我们很多难题。很多时候，尽管我们竭尽全力，还是找不到最好的感觉。他/她是什么模样？在什么地方？叫什么名字？我们根本无从知道。茫茫人海中来来找去，也不知道浪费了多少时





间和精力，人更换了一个又一个，最后还是找不到最心仪的那个人，只好和一个不情愿的人带着遗憾登堂入室。这时你忽然发现，自己原来根本不爱他/她。自己先前制定的择人标准都是错误的。顿时，你的心情受到了极大的震撼，甚至是打击。你无法接受这样的现实，更不能将心底的爱情之火熄灭，可是“生米已经煮成熟饭”，不想吃也得吃，不想咽还得咽，如果不是后来的精彩发现，你一定会认为：你用百倍的努力来改变对方获得美好感觉，结果却是徒劳无益。你越追求，幸福反而离你越远。

科学家说，请你忘掉情人之间“爱到永远！”那句肉麻的誓言吧，对于大多数人来说，真正的爱情最多只能保持18~30个月。此后，两人要么分道扬镳，要么过上波澜不惊的夫妻生活。美国康奈尔大学教授辛·哈赞在著名诊断心理学家多罗瑟·劳的协助下，用两年时间调查了37种不同文化背景的5000对夫妻，并进行了医学测试后得出了上述结论。她的这一观点对传统的浪漫思想提出了挑战。

辛·哈赞说：有证据证明，爱情是大脑中分泌的三种化学物质多巴胺、苯乙胺和催产素决定的。时间长了，即使是最容易对异性产生激动情绪的人也会对这三种化学物质产生‘抗体’，大约两年左右之后，不管你最初的爱情多么甜蜜与浪漫，火热的爱情也会趋于平静，再也找不到最初的那些汹涌的激情。此后，男女双方要么分手，要么心平气和地一起过日子，成为习惯。

事实上，当我们处于恋爱的时候，由于最初的激动和新鲜，常常让我们看不见“庐山真面目”，一头扎进爱情的漩涡，如浴春风，如饮甘霖，爱情的双方都有一种强烈“得到”的渴望。激情、理想、欲望将我们的青春燃烧，双方恨不得化为一个人。于是，恋爱走向爱情。

“篱笆墙”里的夫妻，因为有了距离，爱情激素的持续分泌，远远满足不了我们的强烈需要，自然也就少了心跳和激动，再加上鸡毛蒜皮锅碗瓢盆



的生活琐事，爱情的幸福滋味越来越淡，甚至被生活完全取代。这时，我们才会意识到，应该选择什么样的人才能够最幸福。

恋爱时期，无论怎样努力都不能够将一个人全面了解。对方是否适合自己，自己是否适合对方，只有当爱情升华到婚姻之后才能够知道。任何海誓山盟甚至是情投意合都没有用处，最初的美好会朝相反的方向去发展，给爱情双方带来沉痛的伤害，也是常见之事。最后你可能宁可独身一人，也不想再走进那爱情的“沼泽地”。

幸福的爱情可以给一个人的事业成功带来无穷动力，对健康更是一味无价良药；不幸的爱情则像一副毒药，严重地摧残我们的身心健康，甚至是毁灭性的打击。细心地把握爱情，充分地享受爱情，实在是我们人生的重要课题。愿你能够一路走进爱情的幸福殿堂，把爱情之火燃烧给最有价值的人，不要因为当初的迷茫一脚踏进无底深渊，用年轻时的无知导致一辈子的痛苦。

