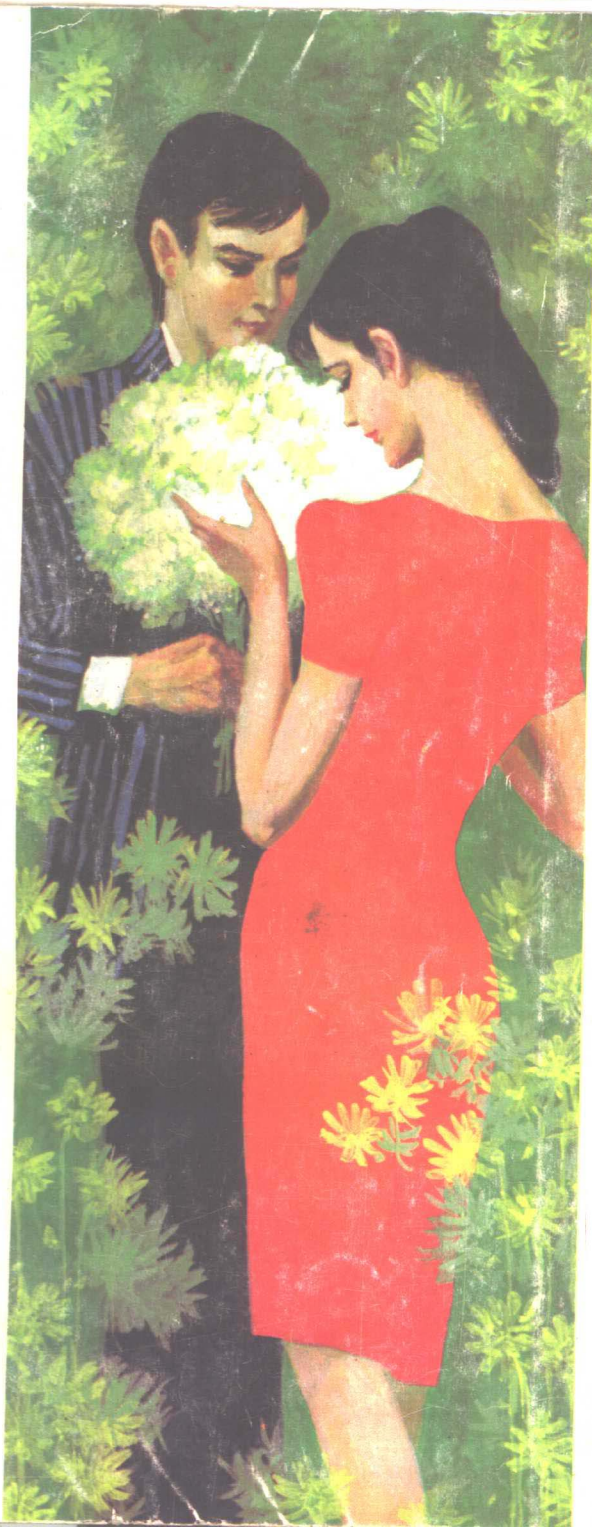


青年爱情生活



金 马 主编

青年爱情生活



青年爱情生活

金 马 主编

浙江科学技术出版社



责任编辑：魏以成

装帧设计：王 晖
彩色插图

青年爱情生活

金 马 主 编

*

浙江科学技术出版社出版

浙江新华印刷厂印刷

浙江省新华书店发行

开本：850×1168 1/32 印张：13 插页 10 字数：320,000

1985年10月 第 一 版

1986年10月 第一次印刷

印数：1—68,900

统一书号：7221·93

定 价：3.40元

目 录

1. 爱的旋律 金 马

珍惜你的青春时代..... 1

青春的发育与爱情的萌动..... 4

纯情、友谊与爱情..... 8

·是两个“半球”儿，但不是两个世界.....10

爱>爱情.....12

身心健美的新概念.....14

当那双奇异的眼睛开始窥视你的心灵.....17

国色天姿与爱的花朵.....19

初恋——最洁丽的伦理情感.....22

你该是“雾里的玫瑰”.....24

“众星拱月”和“门前冷落”的自处.....26

“一见钟情”小议.....28

华灯初上与月夜沉思.....31

理想的伴侣和爱情的理想.....34

真正清醒的痴情者是勇士.....37

爱情的模特儿，请从橱窗里走出来.....39

愿你有一双智慧的眼睛.....41

红豆不爱单相思.....43

鱼雁、青鸟与爱的信息.....46

事业心与爱情追求.....48

“聪明的情感”与爱的和谐.....51

寻觅真挚爱情的坐标	53
明月恋着彩云飞——谈恋人的气质相投	55
人格独立与情感相依	57
初恋的心理调适	60
爱的妒嫉有“两重性”吗	62
“排他”新意	65
磨难——真挚爱情的发酵剂	68
如果爱的是失“贞”者	70
失恋，未必就是不幸	72
合乎道德的爱情选择	74
精于运用爱情的塑造力量	78
只要奋争，生命的素莲终会盛开	80

2. 婚前序曲 鱼 婴

定情——爱情成熟的标志	85
爱的冲击波与理智的堤岸	87
从爱的梦幻走向现实	89
谅解，但决不一味迁就	91
深沉，并非一览无余	93
“角色配合阶段”刍议	96
婚后家庭生活的预演	98
经济预测不可忽视	100
自立生活的心理准备	102
挚友群与未来家庭的情感模型	104
“开放型”与爱的文明	106
旧日温情与移情的艺术	108
信任——幸福爱情的纽带	111
婚前健康检查与心理咨询	113

婚前训练 A、B、C	115
婚姻病理学浅释	119

3. 蜜月诗意

阮芳赋 东方阑珊

蜜月——爱情的新高度与新起点	122
回眸一笑百媚生——谈新娘的体态	124
潇洒隽秀总关情——新郎体态一席谈	126
新婚服饰美小议	128
新婚化妆，使你更美丽	131
发姿、发饰与新婚发型	135
新房的布置与美化	138
婚礼漫议	141
话说古今婚姻迷信	143
会心微笑的幸福瞬间——谈新婚照	145
从巴尔扎克对新郎的要求谈起	147
两性结合的价值观	148
处女膜之谜	151
新婚之夜的性生活	153
新娘在性生活中也要主动	156
温柔之路：新郎在性生活中的责任	158
有好在后与性生活频率	158
谨防“蜜月病”	160
请留下一篇心灵的对话	161
独特的蜜月方式	163
蜜月旅行八要	166
闪光的红烛啊，愿你在两颗心灵中永远燃烧	168

4. 幸福之家 刘达临

当你轻轻推开门扉.....	172
在心理的天平上.....	174
十全十美和九全九美.....	176
爱情的黎明和白天.....	178
配偶头上的“光环”.....	181
生活型和事业型.....	183
爱情大厦的坚固柱石.....	185
双人舞与二重唱.....	187
爱情因素中的同和异.....	189
聊天——夫妻生活的“调味品”.....	192
夫妻对话的艺术.....	194
愿你们是一对“共生星”.....	196
亲密无间与“亲密有间”.....	199
请君留下一席心理空间.....	200
同衾共枕，两情欢愉.....	202
生活，迎接着另一个爱的黎明.....	205
化烦恼为欢快.....	206
家庭的消费艺术.....	208
认识家庭的生命周期.....	211
爱情之源永不枯竭.....	213
用真诚的风吹散疑云.....	215
让谅解常伴身边.....	217
家庭中的风风雨雨.....	220
夫妻争吵与情绪自控.....	222
爱情在烈火中锤炼.....	225

5. 爱的传递 曦 子

爱情结晶的庄严含义.....	228
从做儿女到做父母.....	229
把幸福的基因捧给孩子.....	231
“新优生学”简介.....	234
什么是“积极的”和“消极的”优生学.....	235
“优境学”、“优形学”与优生	238
生育时机的选择.....	239
不育症及其治疗.....	241
掌握孕期保健和科学育儿知识.....	244
“胎教”——精神营养的佳品.....	247
“母职”新释.....	249
为宝宝预备一个“小金库”.....	251
自己怀孕早知道.....	252
最早确定妊娠的新方法.....	255
了解一点胎儿发育知识.....	256
妊娠日记将留下永久的甜蜜.....	259
孕妇的营养.....	261
学会孕期自我监护.....	263
坚持做乳房保健.....	266
如果发生了习惯性流产.....	267
什么情况下应做产前诊断.....	269
孕妇的劳作与运动.....	271
孕妇的衣装要备好.....	272
把爱编织在宝宝装里.....	274
产妇的必需品.....	276
新房需要重新布置.....	278

分娩方式的选择·····	279
不要等待“瓜熟蒂落”·····	281
顺利分娩的诀窍·····	282
当妻子临产时·····	284
你好，小宝贝·····	285
为宝宝造好智慧桥·····	292
“试管婴儿”与生育展望·····	295

6. 巨人情魂·····施伟达

鱼与熊掌兼得·····	289
——马克思与燕妮	
何必非要门当户对·····	303
——恩格斯与玛丽·白恩士	
伟人在家庭里·····	307
——列宁与克鲁普斯卡娅	
植根于并非沃土的爱情之花·····	310
——李大钊与赵纫兰	
风雨如晦 心心相印·····	315
——瞿秋白与杨之华	
忠贞专一 矢志不渝·····	319
——恽代英与沈葆秀	
经过选择以后·····	322
——方志敏与缪敏	
他们的爱情没有缝隙·····	325
——任弼时与陈琼英	
熔理想和爱情于一炉·····	329
——孙中山与宋庆龄	
比翼双飞 风雨同舟·····	333

——廖仲恺与何香凝	
心换着心 携手偕行.....	337
——鲁迅与许广平	
他们没有为爱情而沉醉.....	340
——李四光与许淑彬	
掌握好感情的闸门.....	344
——拉法格与劳拉	
迟开的鲜花同样芳香.....	347
——黑格尔与玛丽	
天涯海角隔不断.....	351
——车尔尼雪夫斯基与奥尔伽	
他们之间並沒有反目.....	354
——爱因斯坦与米列娃	
他们遇到了知音.....	357
——比埃尔·居里与玛丽娅·居里	
始终让爱情占有合适的位置.....	361
——达尔文与爱玛	
用“诚实”铺平了通往“维纳斯”的道路.....	364
——巴斯德与玛丽	

7. 婚姻与法 宋燕妮

失恋，亦要守法.....	368
结婚的必备条件之一：男女双方须完全自愿.....	370
结婚的必备条件之二：男女双方须达到法定年龄.....	372
结婚的必备条件之三：必须符合一夫一妻制.....	374
什么是结婚的禁止条件.....	376
婚姻成立的标志——结婚登记.....	378
违反结婚登记法律程序的后果.....	380

重婚是一种违法行为.....	383
姓名权.....	386
对子女抚养教育的义务.....	388
对未成年子女管教与保护的责任.....	390
子女对父母要瞻养扶助.....	393
谈感情破裂与离婚自由.....	396
双方自愿离婚与一方要求离婚.....	399
离婚对夫妻双方的后果.....	402
离婚对子女的后果.....	405

1. 爱的旋律

· 金 马 ·

珍视你的青春时代

亲爱的朋友，当你打开这部书的时候，首先让我们祝福你乘着振兴中华的罡风，迎来了英姿勃发的青春时代。

青春，是人生的闪光点，青春，是美的绝唱。“他给你的印象是爽直、纯洁、豪华、富丽。他是初升的太阳，他是才发源的长河，他是能燃烧世界也能燃烧自己的一团烈火。他是目射神光，长啸生风的初下山的乳虎，他是奋鬣扬蹄，控制不住的新驹。他也是热情的化身，幻想的源泉，雄心的出发点。他是无穷的无穷，他是希望的希望。”^①

青春，又是生命的底色，人生的序曲。它的色调的优劣，将决定着一个人生活格调的崇高、平庸或卑微；它的主旋律的音质，将为你邀来幸福之鸟的鸣啭，抑或带来心灵燥音的污染，乃至玩物丧志的悲哀。

因此，为了同青年朋友们一起寻觅爱情生活幸福的真谛，就不能不首先寻觅美化青春的轨迹。

也许爱神正在悄悄叩击着你心灵的窗扉；

或许爱神已闯进了你心灵的圣殿；

① 绿漪：《台湾和海外华人女作家作品选》

兴许爱神已激发你心灵中爱的闪电；
甚或爱神已把你的思恋之情推拥上幸福的峰峦。

.....

异性的发现，初开的情窦，恋情的共鸣以至热恋的振憾，常常使纯洁的青春获得种种美的发现：美的生活，美的人生，更美的自我，——美得甚至令人目眩，自恃，好象是得天独厚地登上了人生幸福的塔尖，甚至以怜惜的心情注视着周围的人们。以致使得不少青年朋友笃信这富于青春绚烂色彩的爱情，无疑该是青春优美的底色了。

是这样么？否！

如果说，爱情是伴随着美丽的青春飞来的幸福之鸟，那么，青春的底色，则是那汹涌澎湃于每位青年朋友胸中的心灵之海。

美的心灵之海该有朝阳——远大的共产主义理想。因为只有它，才能荡涤历史的尘埃，为美好的青春照亮前进的方向，为幸福之鸟照亮晶蓝的长空；因为只有这朝阳，凝聚着人类有史以来最深沉、最热烈、最无私、最博大的爱；因为只有朝阳，发射着最坚定、最纯洁、最美艳的理性之光。青春，只有在它的抚照下，才能焕发得更富于朝气；爱情、只有在它的营养下，才能变得更加洁丽，更加壮美。

美的心灵之海该富含营养——共产主义的道德规范和道德理想。因为这营养不仅可以滋补青春的机体，还能和幸福之鸟美化鸣叫的音韵。因为共产主义道德规范体系中，包含着爱情、婚姻和家庭道德，等等。这是道德生活中的特殊方面。从一定意义上来说，共产主义道德是青春和爱情的一种全面的“营养基”，是幸福之鸟伴随人生持久飞翔的基本动力。

青春，还是健美的发端，求知的良机，奋进的时刻，觅爱的春晨。绿色的年华，一刻千金的价值；不容年轻朋友忽视，不容追求幸福的人们懈怠。“年年岁岁花相似，岁岁年年人不同”。在这段

黄金时代，“时间这个东西，也不因吾人爱它贵它而稍稍在人间留恋。”（李大钊语）因此，正确地认识“青春优势”，就具有了十分现实的意义。

有些人习惯地把“年龄优势”和“青春优势”等同起来，这是一种染有时代色彩的误解。君不见有几多岁序当年、躯体雄健的年轻人，却已精神萎靡、意志衰败，何来“青春优势”可言？而有些虽已年近中年，体质平平，由于心年轻，喜进取，却依然生机勃勃，“青春优势”咄咄逼人！这说明“青春优势”不仅包括着“年龄优势”的科学内涵，还包容着时代所赋予它的新的涵义；在人生的历程中，它不仅是生理状态和心理状态的坐标，还是精神状态、智力状态和伦理状态的具体体现。

由此看来，正确地认识和把握“青春优势”，是人生的一项极为重要的奠基工程。同时，善于发挥“青春优势”，对正确处理美化青春与追求爱情的关系，对及时把握求知与择偶的最佳契机，以及完善解决立业、成家的矛盾，都是十分重要的前提和手段。这里至关重要，初入情苑的青年朋友，对于爱情的幸福憧憬和追求，不仅仅要善于运用“青春优势”，而且自始至终地应该把它转化成为一种优化青春、加强青春优势的强大力量。正如赫尔岑所说的：“对于一个青年来说，爱情是作为伟大的因素渗入他们的生活的，但他并不把其他因素都吞噬吮吸掉。他们并不因为爱情而割弃公民精神、艺术、科学的普遍利益；相反，他们还要把爱情的一切鼓舞、爱情的一切火焰带到这些方面去，而反过来，这些世界的广阔和宏伟也渗透到了爱情里。”^①这种不断获得发展、升华的“青春优势”，是青春的骄傲，是成才的摇篮，是觅爱的乳泉，是幸福的先兆。青年朋友们谁能拥有它，谁将更能主动地把握自己的命运，成为生活中的强者，谁将有可能获得更完美意义上的青春和爱情。

① 《赫尔岑论文学》第12—13页。

青春的发育与爱情的萌动

十六世纪，英国大诗翁莎士比亚，曾写过一篇千古不朽的名作，把从婴儿到暮年的人生分为七期。那里面描写了处于人生第五期的强吻狂欢、含泪诉情、谈着恋爱的是青年。我国著名作家高士其以科学的眼光在他的《人生七期》^①一文中，也生动地刻画了青春的风光。他写道：

“到了第五期，就是最宝贵的青年时期了，如春天的花一般，一朵一朵地开出来，红艳可爱。一个个女儿的性格，一个个男子的性格，很奇幻而巧妙地在这一期里长成了。不知不觉地由娇羞的童女，一变而为多色多姿的少女；由顽皮的童男，一变而为英俊有为的青年。”

就这样，他们从不同的角度描绘了青年的特征，说明了青春的发育是同爱情的萌动联系在一起的。

难道圣洁的爱情竟是在青春期性生理发育的基础上（自然也是在随之而发生的性心理发育的基础上）发生的么？

是的。

许多世纪以来，承认爱情的两性生理基础的唯物主义观点，一直受到形形色色的禁欲主义者的谴责和攻击，他们把它看作是“丢人的，对异性的动物欲望”，或者把它斥之为“魔鬼的肉体诱惑”。甚至产生了柏拉图式的爱情，它提倡人们要象“天使一样纯洁”，男女要在“纯粹”的精神享受中云游。耐人寻味的是，俄国文学天才列夫·托尔斯泰也是禁欲主义道德的顽强说教者，他甚至“曾经想写

^① 在《人生七期》中，高士其把从受精到坐胎后的三个月作为第一期，从坐胎三个月至出生为第二期，由出生到两岁为第三期，由三岁至十三、四岁为第四期，进入青年为第五期，中年期为第六期，老年期为第七期。而现代一般把人生分为胎儿期、婴儿期、幼儿期、童年期、青春期、青年期、成年期、老年期，即人生八期。

一部讲述贞洁的爱情的长篇小说，这种爱情不可能转化为肉欲，它倒是防止肉欲的优秀卫士……”。

现代科学关于人类两性关系和爱情伦理的研究已经证明：爱情的由来，源于两性的存在；爱情的动力和内在本质来自男女之间的倾慕和性欲，爱情的生物学基础是延续种属的本能。

那么，青春的发育是谁导演的？

爱情的萌动又是怎样引起的呢？

在亿万年生物进化的基础上，人类又经历了千百万年来的主动自我塑造过程，使它超然脱离了纯生物界，形成了地球物质最高级、最精密的存在方式和运动形式。人体在从出生到谢世的整个过程中，最富于特征性变化的莫过于胎儿和青春发育这两个时期了。如果说，胎儿期重演了从单细胞生物到高级哺乳动物直至人类的全部进化历程，最后终于形成一个人体的雏形；那么，在正常的青春发育期间，人体的全部组织和器官，则将从稚嫩走向成熟，由能力不足趋向功能健全，使人体的遗传生理素质获得最完美的表现。

有趣的是，人体的发育，在八、九岁之前的导演者是内分泌系统，这时不分男女，一律接受两种激素（即垂体生长激素和甲状腺素）的控制。因此，他们的体态除了在出生时就已经由遗传决定的性别器官的差异外，男女的发育无其他差别。但是，到了青春发育期，情况开始发生很大变化，位于脑深处的一个名叫“视丘下”的部位，以主要控制垂体为手段，积极参与了“导演”活动。就这样，在视丘下的一些有关“单位”、垂体以及在垂体所管辖的几种激素^①的巧妙配合而又分工明确的联合导演下，使人体悄然潜入发育的剧变过程之中。这时身高、体重突升猛长，一年可增高八至十厘米，甚至超过十厘米；体重可增加五公斤左右。与此同时，女性

① 包括“垂体生长激素”、“甲状腺素”、“肾上腺皮质激素”和“性腺激素”等。