

青年爱情修养

Qingnian Aiqing Xiuyang

侯平安 著



新华出版社

青年爱情修养

Qingnian Aiqing Xiuyang

侯平安 著

新华出版社

图书在版编目(CIP)数据

青年爱情修养/侯平安著. —北京: 新华出版社, 2006.12

ISBN 7-5011-7722-8

I. 青… II. 侯… III. 爱情—青年读物

IV. C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 132715 号

青年爱情修养

责任编辑:徐光 翟福军

装帧设计:梁国华

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>

邮 编:100043

经 销:新华书店

印 刷:山西省农业科学院印刷厂

开 本:850 毫米×1168 毫米 1/32

印 张:11.75

字 数:316 千字

版 次:2006 年 12 月第一版

印 次:2006 年 12 月山西第一次印刷

书 号:ISBN 7-5011-7722-8

定 价:26.00 元

图书如有印装质量问题,请与印刷厂联系调换,电话:(0351)7074032

前 言

古希腊哲学家苏格拉底认为：“人们有了普遍的、一般的认识 and 知识，再去识辨和把握个别的、特殊的行为，就有了明确的方向和深刻的理解；否则行为就会处于盲目的不自觉的状态，而不能达到真正的美德”。（《西方伦理思想史》，中国人民大学出版社 1985 年第一版，第 109 页）在现实生活中，我们经常会做些错事甚至不道德的事，并非出于故意，纯粹是出于好奇和无知。出现恶果悔之晚矣。究其原因，虽有个体不加强伦理道德、文化修养的因素，也有社会教育不到位，各项管理相对滞后的因素。

比如有关性教育的问题，这明明是一个十分普遍而又人人感兴趣的问题，但又人人避而不谈。道德家们敬而远之，教师们唯恐避之不及，父母亲多数羞于启齿。人们几乎认为公开谈论男女性文化是不道德、不文明的事情。年轻人由于好奇心的驱使，只好到那些街头巷尾的地摊“文学”上去寻找，从中得到一些似是而非的知识。在恋爱过程中懂得礼仪习俗规则、伦理道德规范对于一对处于热恋中的男女来说，会有许多好处，会使他们将越轨的程度降低到最低，并会使他们事后主动反省，权衡利弊得失，进一步去主动分析什么是真正的爱情，什么是虚假的爱情。如果礼仪习俗规则、伦理道德规范能在男女（尤其是男女大学生）头脑中占据显著地位，就能使其养成崇尚高贵品质、遵守法纪法规、尊重礼仪规则的习惯。

礼仪规则、伦理道德规范不会在任何人头脑中自发产生，必须依靠宣传教育手段才能完成，靠整个社会力量相互配合，方能显出其效果。

虽然说目前我们无法让所有的青年男女都明智地去爱，最起码通过宣传教育，能使大多数男女青年在热恋中提防那些盗用爱情名义，进行感情欺诈的卑鄙小人。使大多数青年男女知道：爱情

从其纯洁性、崇高性和无私性上讲,是对优秀品德的考验。

进入 21 世纪,高校不断涌现出“爱情新现象”,我们不能视而不见、任其发展,必须积极加强管理,加强引导。从而保证大学生在身、心、智、志诸方面全面健康发展,顺利地度过大学生活,使他们成为中国 21 世纪合格的大学生。为此,我产生了写这本书的愿望,以期能对大学生起到一点引导、疏通、教诲的作用。

此书力求详尽地解释爱是什么,情为何物,什么是爱情,什么是婚姻;力争使大学生更好地把握自己的青春发育与骚动,正确释放心理压力;正确处理学业与爱情、友谊与爱情、婚姻与爱情、金钱与爱情之间的关系;自觉地加强人格、伦理道德修养,做到自修自检、自珍自爱,在洞悉“爱情”的基础上,做驾驭爱情的“主人”。

希望能起到预期之作用。

侯平安

2006 年 8 月于运城学院北苑

目 录

第一章 “爱情”——人世间永恒的主题	1
第一节 “爱”的内涵	2
第二节 “爱”的表现形态	7
第三节 真正意义上的爱	10
第四节 “爱”的复杂性、神秘性	15
第五节 爱情的生理基础和社会基础	22
第六节 “爱情”启迪人生	27
第二章 伟大的爱情造就伟大的人生	35
第一节 爱情的本质	35
第二节 爱情的特征	45
第三节 爱情与性欲、友谊、一般感情的联系和区别	50
第四节 爱情与人生	53
第五节 伟大的爱情造就伟大的人生	58
第三章 爱情感受的性别差异	65
第一节 青春的骚动	65
第二节 青春期男女的生理和心理特征	74
第四章 爱情是真、善、美的和谐统一	89
第一节 爱情的真	92
第二节 爱情的善	99
第三节 爱情的美	107
第五章 爱情是男女之间对等性和专一性的统一	121
第一节 以自己的真爱去赢得异性的青睐	121
第二节 爱情的对等性	127
第三节 爱情的专一性	130
第六章 爱情的伦理道德	140

第一节 恋爱动机	141
第二节 恋爱初期的伦理道德	144
第三节 恋爱中期的伦理道德	155
第四节 恋爱后期的伦理道德	163
第五节 恋爱中止的伦理道德	169
第六节 网恋伦理	173
第七章 爱情价值	179
第一节 爱情价值的二重性	180
第二节 爱情的内在价值和外在价值	190
第八章 大学与大学生	201
第一节 大学精神和大学使命	203
第二节 大学生在校期间的主要任务	206
第三节 把握人成长的重要阶段	212
第九章 大学生的爱情生活	218
第一节 大学生的恋爱动机与标准	218
第二节 当代大学生的贞操观与婚姻发展趋势	227
第三节 大学生的爱情生活对心理结构形成的影响	240
第四节 影响大学生恋爱的因素	244
第五节 和谐爱情的保障	251
第六节 理智对待失恋	257
第十章 理智驾驭感情	270
第一节 树立崇高的人生理想	272
第二节 爱情诚可贵,事业价更高	275
第三节 用理智统帅感情	284
第四节 做爱情的主人	295
第十一章 爱情与婚姻	311
第一节 爱情婚姻观	311
第二节 爱情与婚姻的关系	316
第三节 “试婚”是对爱情婚姻的背叛	326

第十二章 对大学生进行恋爱教育势在必行	334
第一节 大学生恋爱教育的现实性	335
第二节 恋爱教育应注重实效	338
第三节 爱情观教育的系统性	345
寄 语	
——留给我的大学生朋友的肺腑之言	352
后 记	361
参考书目	363

第一章

“爱情”——人世间永恒的主题

人生有伟大的幸福和伟大的创造——爱情。

爱情、婚姻、生儿育女是人的自由的最微妙、最娇嫩、最自豪、最脆弱、最隐秘而又最易受伤害的领域。只有善于聪明、美好和庄重地去爱的人，才是真正美丽和真正自由的。

——苏霍姆林斯基

爱情，是人类跨入文明社会以来就一直存在的社会现象。爱情，这个古老而又常新的话题，永远是世人探讨的一个人生课题。“问世间，情为何物，直教两身相许？”从古到今，有多少人发出过这样的感慨。

爱情作为人类的基本感情之一，历来被人们所关注。爱是什么？情为何物？这看似简单的问题，可又有谁能说得清楚？古往今来，东西纵横，无论是在世界上的哪一个角落，也不管是何种肤色，使用何种语言的人们，都不时地在围绕着男人、女人以及男女之间的爱情，展开着一场旷日持久的探讨。的确，爱情是人类情感中最为复杂的感情。“爱情”两字的全部意义以及它给人生所带来的种种影响，绝不是三言两语所能概括的。迄今为止，人们对“爱情”进行的理论概括已有几百种。人们探讨它的秘密，追求它的真谛。然而，古往今来，由于人们所处的社会地位不同，所生活的社会环境不同以及周围人相互间的影响不同，家庭经济生活状况以及家庭生活环境不同，所经历的人生征途不同，阶级属性不同，所具有的道德观念不同，因而对爱情的认识和体验是不尽相同的，对爱情的理解程度和向往程度也是不尽相同的。

第一节 “爱”的内涵

不管是如何标榜自己超脱或独立的年轻人,内心深处一定都会有一种激情——渴望遇到自己的另一半。而且,越是理想主义者,越渴望找到与自己类似的灵魂,并将自己的生命与之紧密结合,从而实现身心的完美统一。从某种意义上说“寻求一个配偶,也就是在追求一颗理解自己的心灵,它包容在一个不同于我们自己的美丽形态之中”。爱德华·卡彭特在《爱情降临的时代》里曾以优美的笔触描绘过这种渴望:“在这个世界上,应该有这样一个异性:自己的思想应当自然地流入她(他)的脑海里,在两个人的心里,对于生活中所有的快乐、悲伤和其他感受都应当有一种自发的共鸣。也许这就是一颗心灵最值得珍惜的愿望。”

对爱的渴望是我们心灵中最深刻、最基本的需求,所有的人都希望能爱上他人或者被他人所爱。美丽的爱情能够使自己的生命更加充实,更加丰富;可以扩展自己的同情心,也可以激起理解的喜悦,从而更加热爱生命。但是,人类的社会生活又是有规律的,我们都在规律中生活着。有些规律我们已经了解,可还有些规律我们并不了解。生活在人类社会中的,在身体方面几乎都可以自然地成长到性成熟的程度,但在心理方面(尤其是在爱的方面)成长到成熟的阶段却需要我们付出许多的努力。这正像英国哲学家罗素所讲:“爱,如果这个字眼能够得到正确应用的话,并不是指两性间的一切关系,而仅仅是指那种包含着充分的情感关系和那种既是生理又是心理的关系。”(罗素:《婚姻革命》,东方出版社1988年版,第80页)在年轻人眼里,与某人相爱时,似乎这份爱情就自然会天长地久。他们将神秘而复杂的“爱情”,想得像做梦那样甜蜜而简单。但是,如果永恒的爱只是梦想,为何所有的情侣都喜欢海誓山盟?如果永恒的爱不是梦想,那又为何世上总会出现那么多的恩恩怨怨?

一方面说,施爱是机遇,是技巧,被爱是缘分,是运气;另一方面,施爱与被爱全在于人为,在于当事人的一种锲而不舍地追求。它是一种技巧和艺术。诚如蔼理士所说:“恋爱的艺术,就它的最细腻最不着痕迹的表现而论,是一个男子和一个女子在人格方面发生最亲近的协调的结果。”(蔼理士:《性心理学》,三联书店1987年版,第438页)

“爱”并不是一件轻松的事情,爱他人与被他人爱,牵扯到一个更深层次的问题——何谓爱与如何爱的问题,这是人性深处一个深刻的难以解决的矛盾,因为这个矛盾,爱情才会爱恨交加、欲罢不能。

一、爱是奉献

成熟的爱情是在保留自己完整性和独立性的条件下,也就是在保持自己个性的前提下与他人(异性)合二为一。人的爱情是一种积极的力量,这种力量是发自我个体长期积累的对异性的向往情绪的内心感受,是一种生命力量。

爱是行动,是充分运用人的力量,这种力量只有在自由中才能得以发挥,而且永远不会是强制的产物。

爱是一种主动的活动,而不是一种被动的情感;它是“分享”,而不是“迷恋”。恋人主动将自己的生命给予对方,同对方分享自己的快乐、兴趣、理解力、知识等。没有这种生命力也就没有了创造爱情的能力,因此,爱情是对生命以及我们所爱之物的积极的关心,爱的本质是培养与创造。如果一味地期待得到对方的施舍,一味地去分享对方的兴趣、知识、爱好,或者谋求对方分享自己的忧愁和悲伤,是不会得到爱情的。爱情不求回报,它是一种奉献的激情,久久的厮守。

在这里,有必要特别地说明的是,给予的是自己的感情,是自己的知识和才能,是自己的兴趣和爱好,是自己关怀对方、帮助对方的能力,而不是自己的烦恼、欲望和肉体。

二、爱是责任

人只有全面地认识对方,才能充分地尊重对方;也只有充分地尊重对方,才能赢得对方对自己的爱。爱情是“我爱人与我被人爱的统一”,只有我爱(施爱),而唤不起对方对自己的爱(被爱),就不能认为是爱情。成熟的爱情是“我被人爱,因为我爱人”;或者是“我需要你,因为我爱你”;不成熟的爱是“我爱你,因为我需要你”。不负责任的爱,不是真爱,只能是停留在某种不可告人的目的上的虚假的爱。敢于对对方负责、敢于承担由自己应承担的责任的爱,才是真正的爱。爱情不是没有理智的疯狂,不是没有责任的行迹;爱情是双方长久的迷恋、温柔的呵护。

三、爱是能力

“爱是一种能力。”(弗洛姆:《为自己的人》,三联书店 1988 年版,第 231 页)对自己的生活、幸福、成长以及自由的肯定,是以爱的能力为基础的,没有爱的能力,也就没有了自己的完整的幸福和生活。你有没有能力关怀人,尊重人,有无责任心了解人,直接决定着自己的生活的质量。利己者没有爱别人的能力,也就自然得不到别人对自己的爱,自然也就意识不到或者没有了属于自己的幸福和生活。爱是一个奇特的循环过程、一个人扩展自身的过程、一个不断进化的过程。当一个人成功地突破了自身的局限性时,他也就进入了一个更大的存在空间。所以,对自己的生活、幸福、成长以及自由的肯定,是以爱的能力为基础的。由爱而产生的禁令有助于发展爱的能力和培养成熟的性格。

四、爱是纯洁

李大钊说过:“两性相爱,是人生最重要的部分。应该保持他的自由、神圣、纯洁、崇高,不可强制它、侮辱它、污蔑它、压抑它,使它在人间社会丧失了优美的价值。”(《李大钊选集》第 168—169 页)爱是自由给予的,没有任何附加条件。爱不是讨价还价,不为任何事与任何人做交易。爱应对被爱者说:“我喜欢你,因为你就是你——不是因为你将要成为我希望或期待成为的人,而只是因为你就是现在的你。”

五、爱是温柔

爱是温柔的，它排除任何形式的感觉迟钝和蛮横粗暴。稀里糊涂地被人爱，一点儿也不知道对方爱自己什么，或者根本就搞不清楚自己的哪点赢得了对方的爱，就没有被真爱；采取引诱、恫吓，或者屈服于某种思想压力的异性交往，更不是真爱。

六、爱是快乐

爱是令人高兴的，它是快乐的给予者、幸福的创造者，它自身就是善。但这并不是说爱时时与狂喜或欢乐的状态相联系，爱有时也可能产生暂时的没有快乐或不快乐的状态，不过这种不快乐只是短暂的，最终会被快乐所代替。

七、爱是鼓励

爱通过鼓励，可以不断地引发被爱者的新的能力。没有爱，这些能力就不能产生或者根本就不会产生，或者得不到健康的发展。例如，感觉敏锐的能力、热情待人的能力、迅速感知某一情境不断变化的特征的能力、与他人认同的能力、迅速调整自己适应瞬息万变的条件的能力，等等。一直得到爱的人比得不到爱的人更容易获得所有这些能力。

八、爱是感知

爱扩大了被爱者与施爱者的感知能力，使他们对于生活的一切可能的领域越来越敏感。

爱是支持性的。它对被爱者说，他能够依赖那些爱他的人，这些人将永远随时给予他最需要的支持。没有任何疑问，既不是谴责也不是原谅，而是尽力去同情、去理解，他们不会滥用他的信任、不会使他的信仰破灭，他的需要在任何情况下都不会落空。

九、爱是坚定

爱具有坚定性和完整性的统一。它不仅给予被爱者一种安全感，而且也是一门帮助被爱者作出同样反应的学问。爱的坚定性终究能使被爱者彻底明白：谁才是真正爱自己的人，从而作出积极的反应赢得对方的爱，达到相互之爱，使爱构成完整性。

十、爱是需要

“假使在春天没有花,人生没有爱,到底成了个什么世界?”(郭沫若:《女神》)有许多证据表明:爱是每个人生而具有的权利,是最有利于个人发展的必要条件。而且显得只有家庭的温暖气氛才是最好的环境,才能够最充分、最令人满意地提供爱。这种爱是夫妻之爱、家庭之爱,是血脉亲情之爱。

十一、爱是互利

爱的结果是互利的,它对于施爱者和被爱者都有好处。

爱一个人就意味着既爱别人也爱自己。在这种意义上,爱既是自私的最高形式,又是无私的最高表现,是有利于发展自我——个人的自我与他人的自我——的一切行为方式中最好的。“爱情是两个相似的天性在无限感觉中和谐的交融。”(莱蒙托夫:《当代英雄》,转引自《中外名言》第235页)

十二、爱是创造

“爱”使人欢乐舒畅,就好像雨后的太阳;没有太阳,花朵不会开放,没有爱,也就没有幸福的歌唱;爱情激荡着活跃的情绪,它可以使死亡的心复活,它可以使沙漠里有人居住,它可以克服重重艰难险阻,它可以创造出人间奇迹。施爱者积极地参与被爱者的创造性发展,就可以使两人共同获得任何一个人都无法获得的成就。

十三、爱是无畏

“世界上没有什么东西能像爱情那样鼓起年轻人的勇气。”(左拉:《磨房之役》)爱之中没有害怕的成分,也不会给他人造成畏惧。爱以提供保障的方式使人敢于面对一切条件和境遇。因此,爱能消除恐惧,减轻忧虑,使一切粗俗的举动变得柔和并创造出和平的环境。

十四、爱是艺术

作为艺术家的人不断地适应环境的调节措施中,爱是最适合、最好和最有效的措施。“真正的爱情是不能用言语来表达的,行为才是忠心的最好说明。”(莎士比亚:引自《维洛那二绅士》)行为的

表达不是随随便便的，每一个眼神，每一个手足的举动，都要恰到好处。既要表白你的内心涵义，又要显出绅士风度；既要使对方轻松地明白，又要让对方愉快地接受。而且你的不留痕迹的眼神和神秘的手足举动，唯有爱着你的人才能读得懂。

十五、爱是发展

爱的各种不同的要素在不同的时间、对于不同的人来说也会得到不同程度的显现。当有人说“我爱你”时，就是说我与你的关系处于不断发展的过程中。在这一过程中，双方将共同努力建造只能适合于自己的“小小园地”；共同警惕那些不一致的、有害于爱的因素的侵蚀。

无论是对于个人还是对于种族，爱都是具有最高生存价值的行为方式。爱受动机的支配。如果受成长动机支配的爱，不是占有，它能永远享用而不枯竭，它总是日益增长而不消失；而受缺乏动机支配的爱，就像饥饿者在渴求食物一样渴求爱，这种爱一旦获得，这个人就得到了满足。爱并非只是人的本能的一种情爱，它需要正确的引导和自觉的学习。只有了解什么是真正的爱和情，什么是爱情的价值；了解爱情的本质，爱情的特征；才能够正确处理学业与爱情、学业与友谊，才可能取得爱情的完满结局。

第二节 “爱”的表现形态

在爱中以寻找生理满足为主的人，类似于动物；在爱中以寻找安全感为主的人，类似于孩子；在爱中以寻找自尊感为主的人，类似于独裁者；在爱中以寻找自我实现为主的人，类似于神仙。

大千世界，无奇不有；芸芸众生，神态各异。人与人之间的生活环境不同，境遇不同，经历不同，由此决定的人生理想、人生态度、人生价值观念也相差甚远。那么，在爱情、婚姻、家庭方面的表现形式也必将千姿百态。尤其是在具体的“施爱”方面，“爱”的表现形式更会是五花八门。

一、最初之爱

有些人热衷于追求两人初次产生的感情和某种关系在最初阶段形成的情感。这种“最初之爱”也许是某种关系的早期组成因素。它常常是由吸引、兴奋、新鲜、考验、希冀和暂时认可所激发起来的情感。这时，自我得到了满足，感到生活美妙极了！执著于这种感情的人，也许把伴随求婚和风流韵事而来的情感看得比对方本人更为珍贵。“与恋人坠入情网，真是美妙极了！”

这种迷恋在开始的时候，是常见的，也是正常的。但有些人却把这种情感等同于完全的爱。并不知这种情感需要双方的共同培育才能得以实现。但不幸的是，这种情感往往变成掩盖真实个人的面具。在大多数情况下，不断发展的关系都要开始剥去某些面具，全部或部分地展示具有优缺点的真实的个人。这时，一直光彩夺目的幻觉开始破灭了。如果恋人们一直把这种最初的感情看作是成熟的爱，看作是“正确的”，那么，他们现在可能要放弃与对方的这种关系了：“我们不再相爱了。”因为时间长了，自己的感觉消失了。社会上就有那么一些人，像“熊瞎子掰棒子”那样，一个接一个地、一而再再而三地去追求所谓最初的爱，继续着这种令人不解的行动。

如果我们把最初的感情理解为正常的迷恋，那我们就会更加自觉地用现实取代幻觉。最初勃发的感情就会为一种与对方更深的关系所替代，一种人与人之间的迥然不同且更为深厚的感情，就会代替初恋时的情感。

二、依赖之爱

许多人，尤其是首次离开家庭的年轻人，经常需要别人的感情。需要别人，尽管比渴望伴侣还强烈，却也可能是自己无能或不足的表现。依赖爱的主要特征是依附，而不是平等。如果所依赖的人真的具有你所需要的长处，且人家也愿意不断地表现这些长处，使自己感到满足，爱就能长久不衰。如果需要的人的长处并不真的存在，或仅仅是自己想象出来的，那么两人的关系就会破

裂。

深陷于寄生的、依赖之爱的人，只有依赖得到满足，才会认为他们的关系是好的；而如果一个人所欠缺的并不能为另一个人所补偿，他们就会认为他们的关系十分糟糕。在某些情况下，把对方说成是“我的另一半”，就表明依赖之爱达到了高峰。

依赖之爱与最初之爱十分相似，它们都是表面形象之间的、不稳定的关系。在最初之爱里，这种形象是感情；在依赖之爱里，这种形象看似是真实的，其实是面具，而不是完整的人。

三、自我之爱

自我迷恋者总是认为自己是世界上最好的。“爱”这个词，如果用来指自己之外的别的什么人，那就没有什么意义了。自爱的其他特征还有——有意夸大自我的重要性，对他人普遍漠不关心（除非可以为他们所利用）。

四、负债式之爱

在负债式的爱中，人与人的基本感情是“我感激你或者你感激我”。这种关系是一种讨价还价式的关系：“你为我做什么，我也要为你做什么。”

一个合作者现在尽力去讨好你，而紧接着这种讨好的就是：“你为我做……好吗？”你完成了他对你要求的工作，他就“欠你一份情”（如果他最初的讨好是预付性的，那就另当别论）。负债式的爱对当事人来说，可能有很大的支配性和制约性，但作为报偿，它又能使人保留一种美好的记忆，并清楚地知道他们共生产了多少这种“爱”。道德上负责任的行为是由完整的“存货”清单和如数偿还“债务”构成的。而弄错“账单”、偿还不清，则是一种不负责任的行为。讨价还价和制约性则是这一关系的基础。

五、进取性之爱

在进取性之爱的感情中，一个主要的成分是竞争或胜利的意识。对于以这种方式获得爱的人来说，“爱”是由挑战、进攻和取胜刺激起来的。永无休止的竞争是相互关系中主要的特征，也是其