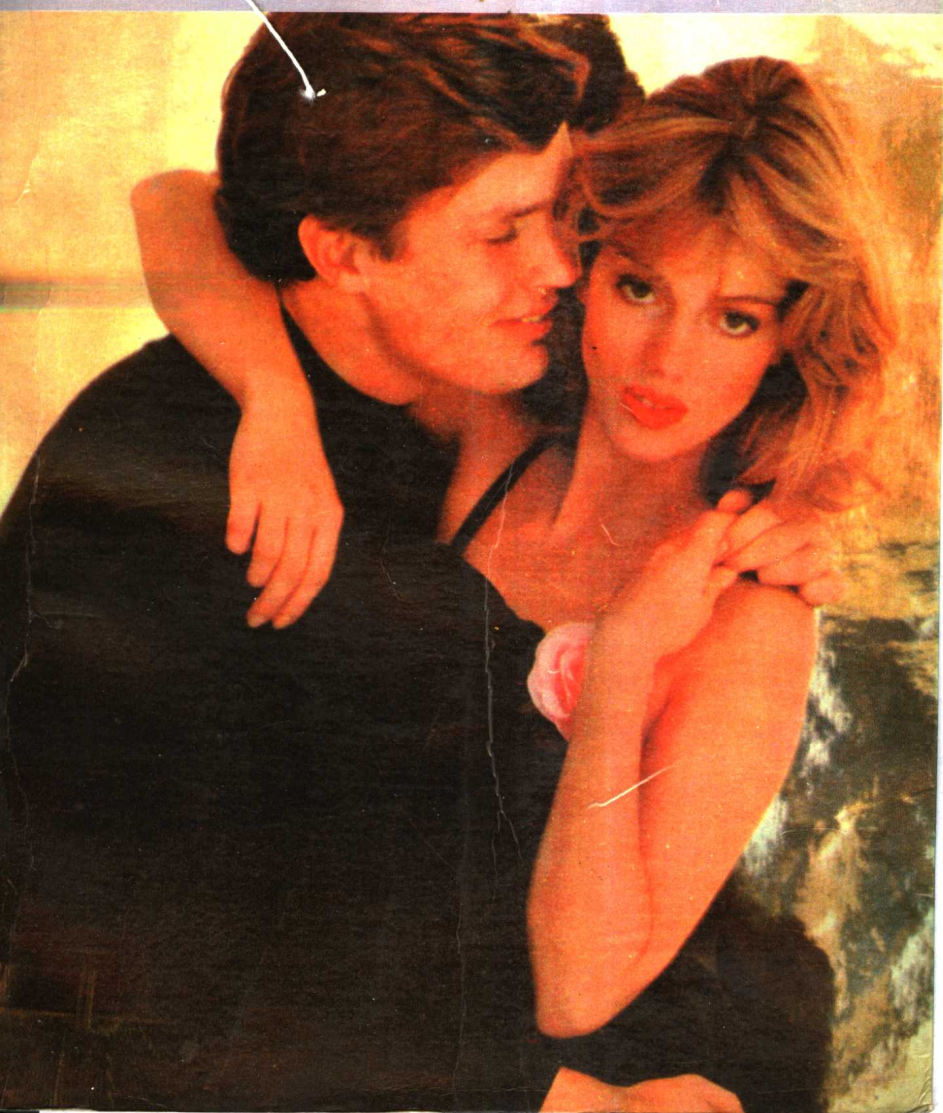


Lianaihunying
DEYISHU

恋爱婚姻的艺术



封面设计：王义钢

恋爱婚姻的艺术

邹凌涛主编

浙江人民出版社出版 浙江新华印刷厂印刷

(杭州武林路 125 号) (杭州环城北路天水桥堍)

浙江省新华书店发行

开本 787×1092 1/32 印张 15.625 插页 1 字数 331000 印数 1-11720

1988 年 12 月第 1 版 1988 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-213-00293-7 / G·51 定价：4.15 元

陈寿灿 邹凌涛

茅 默 吕竺笙

张应抗 黄 寅

田 风 俞国良

编著

目 录

爱意味着……

- (3) 当代恋爱的价值取向
- (6) 爱的深层面反思
- (9) 婚姻中的独立人格
- (12) 如何赢得爱和诗化爱
- (16) 柏拉图式的爱情是否合理?
- (19) 家庭, 婚恋的归宿

初恋的旋律

- (25) 怎样看待朦胧的初恋
- (27) 爱情中的理想与现实
- (30) 注意恋爱中的心理差异
- (32) 怎样洞察姑娘的心
- (36) 用理性审视自己的情感
- (38) 赞美的力量
- (41) 学会等待
- (44) 当你与姑娘恋爱时
- (46) 当你与小伙子恋爱时
- (49) 情场馈赠的学问
- (51) 危险的同情
- (53) 如果你并不爱他 (她)
- (56) 多情却被无情恼

爱情的选择

- (61) 爱情选择的价值定向
- (64) “青梅竹马”
- (66) 同窗共事
- (69) 牵线搭桥



目 录

- (71) “一见钟情”
- (74) 鸿雁传书
- (76) 不打不成交
- (80) 相信自己的感受
- (82) 机遇来自你的创造
- (85) 不可忽视的互补
- (87) 保持人格的独立

花前柳下的学问

- (93) 挣脱错误观念的束缚
- (96) 投石问路的艺术
- (99) 含蓄的魅力
- (101) 求爱也需要勇气
- (104) 怎样发出你的邀请
- (105) 创造“最佳形象”
- (108) “谈”的诀窍
- (110) 选择恰当的交谈形式
- (113) 姑娘的诱人之处
- (115) 注意你的气质
- (117) 不要错过成熟的时机
- (119) 请注意你的心态

热恋中的理智与感情

- (125) 请判定你的爱是否已成熟
- (127) 走进热恋时的沉思
- (130) 不必为性冲动而惶恐不安
- (133) 性放纵必然给热恋蒙上阴影
- (135) 热恋中如何调适性冲动

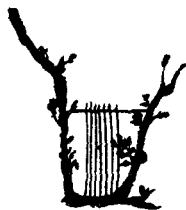


目录

- (138) 羞怯是热恋纯洁的自我保护
- (141) 如何拒绝不期而至的求爱
- (144) 允许你的恋人有自己的秘密
- (147) 热恋中应尽量避免妒忌
- (151) 切忌向自己的恋人发泄怒气
- (154) 让智慧始终伴随着你
- (157) 不要过份沉湎于浪漫的天国之中

热恋中爱的艺术

- (163) 让你的热恋独具特色
- (166) 如何向男友显示魅力
- (168) 学会“自我暴露”
- (170) 男子魅力的最佳表现方式
- (173) 柔情应该是双向的
- (175) 学会用日常语言来沟通爱的感情
- (178) 如何使你的情书充满情趣
- (181) 定情物——如何为热恋增添风采
- (185) 热恋中切忌过多的财物交往
- (188) 当你走进一个新的家庭
- (191) 体察父母对女儿的感情
- (194) 热恋中的亲密“无间”和“有间”
- (197) 当你们不得不暂时分离
- (200) 不要让热恋只剩下热恋
- (203) 热恋中也不应疏远友谊
- (206) 让艺术走进你的热恋
- (209) 使热恋永远新美如画



目录

走出爱情的误区

- (215) 当恋人陷入不愉快的心境
- (218) 如何处理你们之间的争执
- (221) 避免你们之间不愉快的六大建议
- (224) 你怎样理解爱情的“自私”
- (227) 你能忍受爱情中的孤独吗
- (230) 警惕感情枯竭的征兆
- (233) 提防“贵难贱易”心理
- (235) 克服“从众心理”
- (238) 培养“应变能力”
- (240) 切忌“心向易变”
- (242) 勿致“考验逆反”
- (244) 当恋人遭到不幸时
- (247) 绕开“多角恋”之渊
- (249) 勿虑“女比男强”
- (251) “长相知，不相疑”
- (254) “生米煮成熟饭”能否巩固爱情

爱情的波折

- (261) 当家庭阻挠你恋爱时
- (263) 坚持自己的选择
- (266) 当恋人嫌弃你的职业时
- (268) 当你的纯真友谊被误解或诽谤时
- (271) 如何理智地抵御挑拨离间
- (274) 爱人无从买得
- (277) 吝啬与大手大脚
- (279) 帮恋人改掉不良“动力定型”



目 录

- (282) 勿暴躁勿赌气
- (286) 让你的爱情融进对事业的追求
- (290) 如何对待恋人的过错
- (293) 当你的恋人告诉你她曾失过身
- (296) 愿爱的磨难能增进你的爱

面对爱情的悲剧

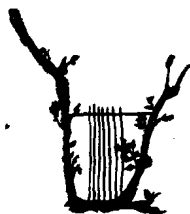
- (303) 对失恋的理性思索
- (309) 失恋心态种种
- (315) 宽容，是失恋者的美德
- (317) 生活，不能没有温情
- (319) 重新肯定自我
- (322) 树立正确的人生态度
- (325) 学会情感的转移
- (329) 谨防“恋爱回归”心理
- (331) 当恋人忘不了旧情时

喜迎良辰美景

- (337) 婚礼，奏响新生活的序曲
- (339) 从浪漫的爱到现实的爱
- (342) 调整自己 适应对方
- (344) 君子之约——新婚夫妇协议
- (346) 洞房里的悄悄话
- (349) 怎样避免婚后失望
- (351) 孕育爱的结晶
- (354) 自立，成熟的标志

夫妻沟通

- (359) 走好夫妻沟通的关键一步

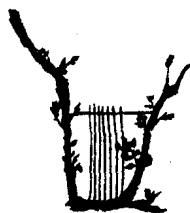


目 录

- (362) 男女有别 各适其所
- (365) 信任是夫妻沟通的良好使者
- (370) 夫妻间的意见沟通
- (373) 情感交流是夫妻关系的生命线
- (376) 夫妻间的经济沟通
- (379) 立足于对方的闪光点
- (382) “投桃报李”式的互酬与互动
- (386) 距离生魅力
- (388) 性欲、性冲动与夫妻恋情
- (391) 夫妻性生活的三个心理要素
- (394) 你是一位好丈夫吗
- (398) 你是一位好妻子吗

夫妻冲突

- (403) 沟通中的四大误区
- (406) 侵蚀夫妻感情的六种毒素
- (409) 诱发争吵的种种导因
- (413) 夫妻关系中的七种破坏因素
- (418) 无法遏制的人为性连锁反应
- (421) 夫妻冲突中的个性因素
- (424) 神经质夫妻作茧自缚
- (428) 夫妻间一层无形的阴影
- (431) 谁是主动的和解者
- (434) 旁观“第三者”清 当局第三者迷
- (437) 由你来首先改变态度和行为
- (441) 缓和夫妻矛盾激化的策略
- (444) 对夫妻冲突结果与后果的反思



目 录

夫妻调适

- (451) 夫妻的透明度与隐私权
- (453) 寻找夫妻感情的“共振点”
- (457) 从夫妻的“温度计”读情绪指数
- (460) 多一点人情 少一点冷漠
- (465) 尿布棚下开始的“战役”
- (467) 躲避夫妻感情的“敏感区”
- (471) 夫妻生活中要有“废话”润滑
- (474) 正视对方的缺点和嗜好
- (477) 锅碗瓢盆交响乐的演奏
- (480) 七彩世界的折光
- (482) 悲剧发生之后的余波
- (485) “大而无当”与不可缺少的原则



爱意味着……

我愿意是树，如果你是树上花，
我愿意是花，如果你是露水；
我愿意是露水，如果你是阳光……
这样我们就能够结合在一起。

而且，姑娘，如果你是天空，
我愿意变成天上的星星；
然而，姑娘，如果你是地狱，
为了在一起我愿意永堕地狱之中。

——裴多菲

当代恋爱的价值取向

花草有枯凋，唯独爱情之树长青；

江河会流尽，唯有爱情之泉永恒。

爱情，男女两性为之陶醉的字眼，自有人类以来，历代被人们不懈地追求、探索；

爱情，男女心灵碰击得到的火种，从远古到今天一直为人们所热情点燃，传颂。

她所凝结的是至真、至善、至美。

当代人生活于一个充满温爱的世界之中，时代的车轮把20世纪带入了五彩缤纷的情感王国。在古老的文明土地上，奏响的是一曲曲现代爱情乐章，恋爱这一悠远地回荡着的神圣而永恒的主题赋有了现时代的崭新意义。

爱情，是人类文明的象征。尽管作为两性结合的基本形式，对男女双方而言，都含有性的意向、性的欲念及其满足的要求，即爱情含有性欲的成分，性爱是构成爱情的重要生理基础。但是，我们还可以从更深的层面上发现爱情的真谛，苏联教育家马卡连柯说：爱情不能单纯地从动物的性的吸引力中培养出来，爱情的“爱”只能从人类的非性欲的素养中产生。随着人类文明的发展，爱情的内涵日益丰富，性爱的格调也日益高尚。爱情已不是一种单纯的性的意向和性的欲念的满足，而更是一种复杂的、圣洁的、崇高的精神活动。理性的结合，成了爱情的象征，爱情在两性自然属性的

基础上得到了升华。从而，爱情成了真、善、美统一的标记，成了道德、情操的试金石，成了净化心灵的洗洁剂。

简言之：既有自然的、本能的属性，又有社会的、超本能的属性，乃是爱情在文明社会所包含的基本内容。

这种爱情，当然会随着社会文明的发展而发展，随着社会条件、生活方式的变化而变化。有如林妹妹爱贾宝玉，朱丽叶爱罗米欧，当代女青年寻找高仓健般性格刚毅的男子汉，……都积淀了各自时代所具有的独特内容。而且，恋爱的内容、方式、节奏、格调都在不断地变更。

这种变化，最集中而明显地表现在支配人们恋爱的动机、需求和选择机制的价值取向的不断变化上。

我们看到：

原始社会，野蛮人的恋爱的价值取向在于纯粹的性爱，形成的是一种动物学意义的恋爱观；封建社会里，恋爱的价值取向侧重于等级、门第、地位，形成的是一种精神动物式的恋爱观；近代，特别是资本主义社会里，恋爱的价值取向转至金钱，形成一种拜金主义的恋爱观，金钱能够买到一切，甚至能够买来爱情。

不可抗拒的历史定律，使得这一切已经或正在成为过去。

当代中国，改革的洪流冲击着社会生活的各个方面，商品经济的发展、价值观念的更新、生活方式的变更，……给人们带来的是一个几乎全新的时空系统。人们欢呼对整个人类而言都具有新颖意义的时代，欢呼新的恋爱价值取向的确立。

改革意味着创新，这种创新，除了一往无前地奋力开拓

以外，还需承受诸种历史的压力。中华民族具有悠久的伦理传统，其心态结构、其行为方式、其价值规范，已作为一种选择定势而影响了每一位炎黄子孙。

因此，当代人恋爱的价值取向至少受到了来自历史和现实的两种力量的双重影响。人们不得不从感情和理智，理想和现实，历史主义和伦理主义的矛盾冲突中寻找答案。

同是现代人，但不同的人却找来了不同的答案。有的人，把恋爱作为追求物质享受和金钱的手段；有的人，把恋爱当作满足名誉和权力欲望的阶梯；也有的人，把恋爱当作是玩弄异性和感情，满足自然欲望的场所；……在无情的现实生活面前，持诸如此类恋爱价值取向的人，都无例外地证实了其人格的丑陋和结局的可悲。

我们并不否认当代人的恋爱价值取向具有多元性。但我们相信，只有和现时代的主旋律相合拍的，才是哲学大师黑格尔所说的“合理的存在”，我们才欢呼它，赞美它，讴歌它！

它是带着理想对现实的抉择，是带着现实对传统的批判。

这种恋爱价值取向：不是排斥对物质享受的追求，而是抛弃物质欲求至上的爱的狭隘；不是根除本能的性爱，而是鞭踏愚昧野蛮的爱的复古；它不以整天守着小恋人为极乐，而是赞赏以对社会、对祖国、对事业、对人生充满炽热感情为基调的博大而开放的爱；不是只在自己的小天地里低吟封建小生产式的爱的牧歌，而是颂扬作为现代人的强者的爱情，人格上完美独立且互相欣赏；不是因为心灵的软弱、渺小而凑在一起逃避孤独、寻求慰藉；……

它不是浪漫的伤感，也不是传统的挽歌，它是一种充满了痛苦的抉择。

然而，当代人，才拥有当代恋爱的价值取向！

青年朋友，让我们一起探索，让我们一起寻求，让我们一起塑造！

爱的深层面反思

大仲马在《红屋骑士》中这样揭示爱的力量：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，它可以使爱人的幻影重新显现。这里所说的显然不是一种本能的力量，虽然包含有本能的原因。而是在爱情的深层面上对人的本质力量的确证，对人格的维持。

首先，从情侣的一方对另一方的需要、欲望、情感变化等的知觉里，自然而然地产生出一种温存感。这种温存感来源于双方渴望战胜与生俱来的分离感和孤独感；来源于双方都参与到那种一瞬间使彼此都不再作为孤立的自我存在；来源于那作为统一体关系中的一部分而存在的实体的行为。这种渴望、这种自我存在、这种实体的行为相交织，形成了一种新的整体、新的磁场、新的生命活力。正是在这种“个性的接近，相互的了解，思想的融洽，人生观的一致”，前提下所发掘出来的动力，才激励人们共同去开辟一个崭新的世界。

其次，爱情的产生，使人获得一种健康的有意义的情感享受。从爱中使人的生命活力得以确证。人们开始对个人作为人而生存的意义有了新的感受和理解，因此能够面对有限

的人生所加诸于个体的种种局限，以及寻求克服这些不足、以完善自我的途径。正是在这个意义上，人们不断地努力创造、努力开拓，为实现自我的人格，确证自我的本质力量而发奋、创造。

第三，爱情充实了人格，完善了自我。从自我意识的扩张开始，进而体验到自我有能力给他人以快乐，最后使双方相统一的关系达到一种新层面的拓展。就象柏拉图所说的：爱情这种两性难解难分的一致，才是人格的完善所必需的。爱对方的目的也是为了实现这一能力，而这种爱还要达到灵魂上的一致性。表现在现实生活中，便是通过理智的人的现实奋斗而使自己的这种内在力量成为向着与全人类命运一致的方向前进。这种内在力量超越了以往的任何努力着的自我，这时已产生出了新的自我。这就是爱所激发出来的创造性。在这个意义上说，爱的优点之一是把个人宇宙化。个体的身上实现了人类的本质。

第四，爱情还表现为一种对自恋的扬弃。这就是在爱的行为中自己把自己献给对方，从中获得极大的快乐。具体说来，在爱的交流中表现为渴求“我能为你做什么？”而不是要求“你该为我做什么？”。这种情侣之间无私的奉献具有独特的心理特征，它不仅象为社会作无私奉献那样基于崇高的思想和信仰，而是基于这种献身本身（这种献身有时是以某种痛苦为代价），它是爱情幸福的象征，是灵魂的净化。这种无私的奉献，无疑是在履行爱的义务。然而它又远远地超越了“义务”的范畴，并进入到审美的领域，成为独具特色的炽热的爱情情感。在这个基础上盛开的爱情之花，其风姿自然格外令人迷醉、感动。