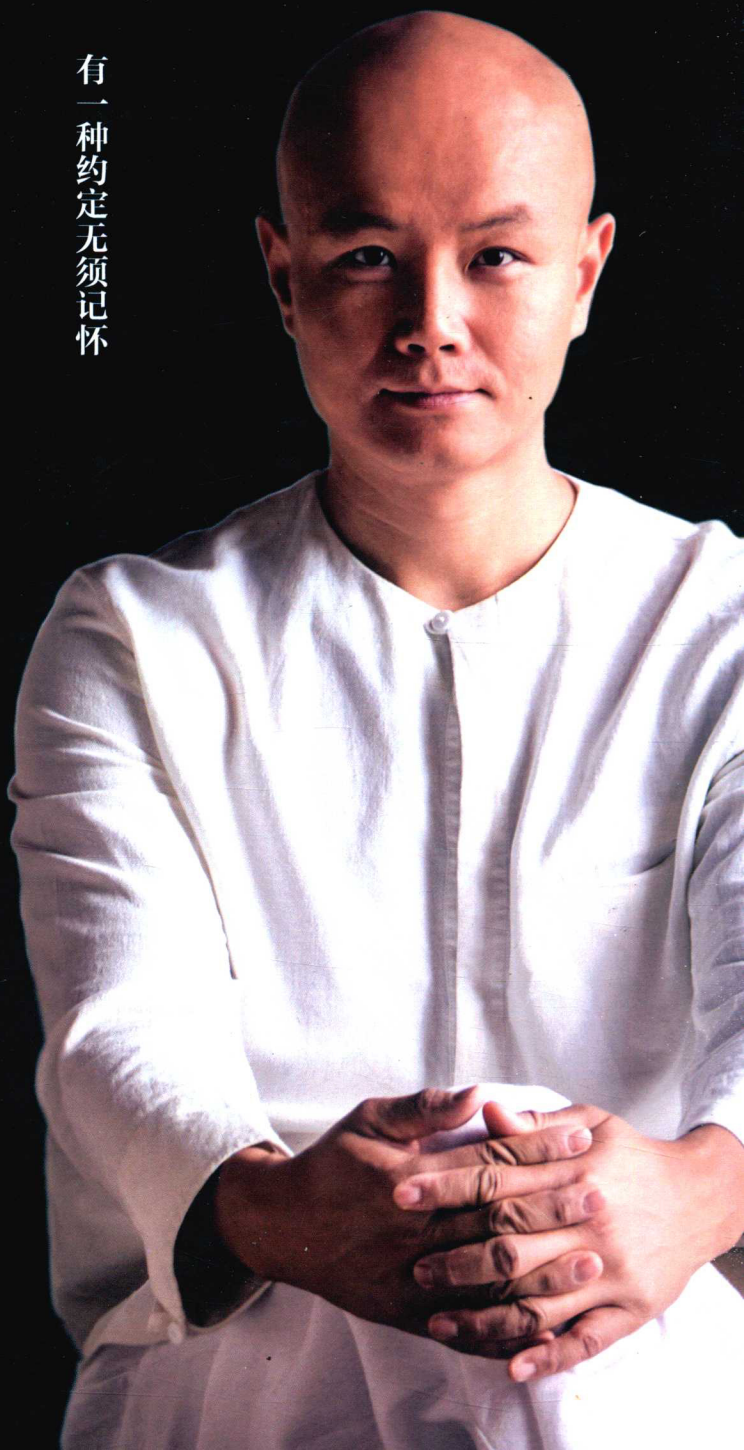


有一种约定无须记怀

乐嘉性格色彩 情感随笔

乐
嘉
著



有一种约定无须记怀

乐嘉性格色彩 情感随笔

乐
嘉
著

图书在版编目 (CIP) 数据

有一种约定无须记怀：乐嘉性格色彩情感随笔 / 乐嘉著. — 杭州：浙江文艺出版社，2020.1

ISBN 978-7-5339-5859-6

I. ①有… II. ①乐… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2019) 第221669号

责任编辑 金荣良

特约编辑 苑浩泰

装帧设计 鹏飞艺术

有一种约定无须记怀：乐嘉性格色彩情感随笔

乐嘉 著

出版 浙江文艺出版社

地址 杭州市体育场路347号

邮编 310006

网址 www.zjwycbs.cn

经销 浙江省新华书店集团有限公司

制版 鹏飞艺术

印刷 北京天恒嘉业印刷有限公司

开本 960毫米×640毫米 1/16

字数 108千字

印张 12

印数 00001—10000

版次 2020年1月第1版 2020年1月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5339-5859-6

定价 35.80元

版权所有 违者必究

(如有印、装质量问题，请寄承印单位调换)

团购电话：0571-85064309

不谈甜蜜，
只谈痛苦

这部书稿改好的那天，我发了条微博庆祝，原话是：“写书写到身残志坚，终告一段落。从武夷山写到死亡谷，从马桶上写到土炕上，原本是整理以前的专栏，不想，写着写着写多了。虽然这个世上再没有比写书更苦更伤男人命根的活儿了，但略感自豪的是，这里头说的事道的理，我知道，到玄子玄孙那辈也还能用。”其实真相并没我描述的那么苦，因为处理本书文字的过程还算是件有趣的事儿，这使得肉体的苦痛变成精神的享受，感觉并不那么困难。

出于对本书杀伤力指数的好奇，我完成书稿后，专门花了一个月把身旁各种类型的小白鼠悉数调动起来试读，品种包括惯性

离婚者、恋爱白纸者、七年之痒者、貌合神离者、为人父母者、丁克不婚者、新婚宴尔者。为了使得书中的道理得到更广泛的验证，这群人涵盖了大叔和萝莉、熟女和小清新、女神和宅男……我诱惑他们从书中的各专题里选出读后最有共鸣的文字并吐露心声，当有相当多的小白鼠告诉我读后像吃了“便秘灵”，突然身心通明，那一刻，我伸了个超级懒腰，舒了口大气，知道这些文字终可见人了。

这本书，体裁用的是我喜欢的随笔，信马由缰，不拘长短，有话则说，无话则停。对于不同的问题，切入角度有所不同。有些文章，明确列出解决问题的具体方法，也就是性格色彩的钻石法则，比如《推动男人的火候》；有些文章，侧重读心，展示如何真正站在别人的角度看问题，读懂对方隐秘的内心，比如《爱是什么玩意儿》；有些文章，为了让初学者一看就懂，明确地把四种不同性格的不同反应全列上，这样就可通过横向对比迅速了解性格色彩，比如《和我一起老死丽江》。事实上，我见的人越多，听到的故事越多，越清楚地知道，世人的问题无外乎红蓝黄绿。

这本书，绝不可能解决你在情感中遇见的所有问题，而且也许书中某些问题和你终此一生都不会有交集。如果你的确每个问题都碰到，只能说你的人生是多么悲催，当然你该恭喜自己人生

是多么丰富。

这本书，不谈卿卿我我的甜蜜，只谈风花雪月的苦难。不管你的苦难是来自对方的怀疑、误会、发疯、猜忌、跟踪、控制、沉默、冷淡、自我、变心、对抗、暴力，还是第三者的介入、父母的插手，本书都有涉猎。唯有苦难总是伴随着你我的成长，人生有一次苦难很正常，经常有新的苦难也很正常，但如果你总在同一种苦难中栽跟头，就自作孽，不可活了。我希望这本书能帮你打开看人的另一个角度，让你探清更深邃的人心与人性。假设本书中能有一篇文章让你寻找到当前大惑的解决之道，于你，善哉，于我，足矣。

每个人都会因自己的爱心生苦恼，所以，在你关心国家大事和关注普世大爱的同时，请你也认真关心下自己的爱！关心你是否明白你爱的人到底在想些什么，关心你一直以来爱的方式是否正确，关心你爱的人是否真的接受了你努力给出的爱。如果你从未认真检视过这些问题，就在此刻，开始。

乐嘉

某年某月某日 于大理



猜不透的男女.....	001
◆ 偷看手机的女人.....	002
监控你的男人.....	012
定心丸.....	026
过把瘾就死.....	035
◆ 一起还房贷.....	036
和我一起老死丽江.....	042
爱是什么玩意儿.....	048

男人的火候	055
◆ 消费男色注意事项	056
好女孩，坏女孩	070
推动男人的火候	078
 有一种爱很难	087
◆ 有一种爱很难	088
强爱之下，岂有完卵	103
最亲的人，最真的话	110
 擦肩而过	115
◆ 折腾和体验	116
其实你就是在逃避	122
你怎么可以不爱我	129
有一种约定无须记怀	138
 跋 谈谈情，说说色	145
附录：乐嘉性格色彩说明	150

猜不透的男女

很多人都经历过这样的场景：两人明明相爱，也有强烈的愿望比翼双飞，却都期望对方先说出那句决定终身的话，谁都不肯先上前一步。事实上，只要捅破那层纸，万事圆满立地成佛，可惜世上最远也最近的距离，始终无法跨越。



偷看手机的女人

不管你看或不看，偷看手机并不能阻止你不喜欢的事情发生。
“聪明的女人不问过去，宽容的女人不问现在，豁达的女人不问将来。”对于不同性格的男人，如何走进他们的心，与他们相爱一生，他日另起一书阐述。偷看手机无疑是下下策。

收到一封信，来信者是位年轻的妻子，两年前她查看老公手机，发现一堆诸如“我好想你”“宝贝吃饭了没有”之类的暧昧短信，有来有往。那一瞬，她的心都凉了。一场大闹之后，老公答应同对方断绝来往，也真的做到了。两年来，她时刻怀揣着不安，不时想起这些短信，它们仿佛潜伏在暗夜的幽灵，并未真正消失，

随时都会卷土重来。两天前，她随手又拿起老公的手机翻看，又看到更让人手脚冰凉的内容，对方说了无数色欲缠身的话，老公只回了句“到家了，不方便说，回头联系你”。她偷偷找人打了老公的话费单，近一个月，他每天和这个号码通话，每次通话都超过一小时。证据确凿，追问之下，老公坦承已有了外遇，还说外遇对象如何如何主动，撩人性感，火力实在太猛，所以他才管不住自己的小鸡鸡。痛苦的妻子不知如何是好，写信给我求救。

从来信者的性格判断，她应是典型的红色性格。这位红色的妻子，起初偷看老公短信，是按捺不住好奇，看到不该有的东西时，马上发作，宣泄情绪，但红色心软，很快原谅了对方，却没去深究这个现象发生的背后原因。当短信再度袭来，她陷入更加严重的情绪化，迷茫无边。

其实，红色妻子的问题在于，她忍不住要看，却又无力承担最坏的结果。在她参加了性格色彩基础课程后，深入了解了自己的性格，学会用积极的方式影响老公，两人皆大欢喜。

◆ 偷看丈夫手机的妻子的性格及心态

红色

四种性格类型中，最容易干出偷看另一半的短信、微信或其

他聊天消息的人是红色性格。即使在对方没有出轨迹象时，红色也常会出于好玩和好奇的心态而去看看，“好奇害死猫”说的就是典型红色。当婚姻生活趋于平淡时，天性不甘平淡的红色会弄点事情出来搞一搞闹一闹，让生活变得有点刺激。有些红色，也会偷偷地用另一半的账号登录社交软件，模仿本人跟另一半的通讯录上自己怀疑的某些人聊上几句，除了看看他有没有不轨，也体验下换个角色跟人对话的趣味感。有些红色会当着伴侣的面说“手机拿过来给我看看”，其实是一种撒娇，目的是从对方的妥协中感受对方对自己的在乎。不幸的是，对于所有的出轨事件和疑似出轨事件，承受力最弱的也是红色。

一位自认为与老公处于“连体婴”状态的红女给我来信说：

虽然不知道你能不能读到，我想和你分享一点关于信任的个人看法。

你说，如果两个人完全没有私人空间，会很难相处，我不赞同。我想说，这完全取决于个人的观念，不能一概而论。有些男人很在意自己的私人空间，表面上在意的是自由，其实是因为相互无法完全理解。在这样的状态下，而要求另一方完全凭感觉去信任，是不现实的。我能理解这个社会有很多人在这么做，是因为不得不妥协。很多女人痛苦于无法进入对方的世界，又不得不

给他空间、迁就他。如果两个人相互理解，有同样的世界观和行为方式，就不会出现信任问题。当男人要求隐私的时候，99%他所想要隐藏的内容都是怕自己的女人看到的。

简单地说，男人如果要求私人空间，女人如果很想去查对方的手机，这种关系本身就已经是失败的了。这个世界诱惑那么多，女人的安全感是从男人的行动来的，当你不介意把手机放在她手上的时候，她才会踏踏实实把心放在你手上。

PS：我的情况可能很极端。我和老公在一起4年了，两个人对彼此没有任何秘密。同一个问题，你问他跟问我可以得到同样的答案，所以手机换着用也没有关系。他就是我，我就是他。

这位自认为“很极端”的红女在人生中听到的故事可能不多，其实，这里有两种可能：一种是她老公和她一样是天真单纯的人，他们幸福美好地生活着；另一种可能是她老公比她段位高许多，可以不被她抓到任何把柄。这种处于完全信任放心状态的红女，一旦发现老公有一外遇，晴天霹雳将导致她心态崩溃。

蓝色

换成蓝色，一般情况下不会去侵犯另一半的隐私，因为蓝色

自己对于隐私也非常注重，甚至会养成删手机短信和销毁私人信件的习惯。在这点上，和很多红色的做法不一样。我认识的很多红色，有时明明知道保留着那些私密信息可能会有无限麻烦，但还是觉得把耳鬓厮磨之语和勾起欲念之图删掉，太过可惜，最终不幸毁于自己的侥幸心理。所以说，要想做贼，还是要学蓝色，手脚要干净，别弄出什么把柄，偷鱼别弄出腥味。

如果蓝色要看另一半的短信，那势必是她已经开始察觉到异动了，只要她的怀疑还没有消除，一次看不到，第二次还会再看。一旦发现有暧昧短信，她不会马上质问对方，而是冷眼旁观。当蓝色决定向另一半摊牌时，她已经握有足够的证据，并且已经反复考虑衡量过说出这件事对方会有什么样的反应，甚至连下三步该怎么做都已想好了。

黄色

黄色女性强势果断，以目标为导向。她们很清楚自己要什么。好比希拉里，面对老公的出轨，再怎么痛苦，仍旧理性地选择了让婚姻继续，并维持和老公的政治同盟。她没有像红色那样控制不住情绪，对媒体说不该说的话。对外，她始终控制着自己，永远保持优雅和得体的公众形象，唯有基于对后果的充分认识和内心足够坚毅，才有可能做到。

朋友中有位黄色女性，当她发现老公有外遇时，先通过各种渠道搜集了足够的证据，但并未摊牌。用她的话说，当她刚发现苗头时，内心确有不妥，但当证据都攥在手里时，反而踏实了，因为事件的发展和结果已在她掌控之中。“为了女儿，我不会离婚。如果将来他提出离婚，我可以把证据拿出来，让全世界都知道是他犯了错，争取我应得的权益；也让女儿知道，是她爹的错，让女儿向着我。”

黄色查与不查，取决于她的目标是什么。如果目标是维和维稳，则她能忍辱负重；但如果她认为跟这个男人的婚姻已经不重要了，则会采取更加直接利落的做法，快刀斩乱麻，了断便是。

一位性格色彩授证咨询师遇到了这样一个黄色性格的来访者：

叶子在南方一个经济较发达的中型城市某公司任副总，几番辗转找到了我，说是近来睡不好，老失眠。在心理咨询里面，失眠本身不算心理问题，隐藏在失眠背后的原因，则有着巨大意义。随后，叶子开始了她漫长的讲述。于是一个黄色性格的叶子和她那绿色性格的老公A君的故事开始渐渐清晰起来。

黄色的叶子很强势，她可以一个人带孩子，上学、看病、买教辅……在整个生活领域里面，罕见A君的踪影。叶子开始慢

慢觉得老公是可有可无的，婚姻也是可有可无的，所以更加专注于自己事业上的发展。而 A 君长期在一个当地的中学教书，十年如一日，没有变化，这在黄色的叶子眼中，是不求上进的表现。A 君渐渐感到在生活中的虚无感，此时正好当年的初恋情人找上门，要和他重归于好，甚至一度以自杀来威胁 A 君。A 君由于性格软弱，束手就擒。

叶子从不查老公的手机，因为她认为“你不可能再找到一个像我这么好的女人”。偶然一次看到手机短信，发现迹象后，开始调用一切关系，从市公安局的朋友那里，拿到了老公的开房记录、通话记录以及 QQ 聊天记录。一时间证据确凿，仿佛一场大战就要爆发，但她却按兵不动。因为叶子是个理性的女人，她深知为了这件事闹得家宅不宁，对自己没有任何好处。并且，她反复问自己到底要不要这个老公。

经过咨询，叶子了解自己的性格，也理解了老公的性格，她不再觉得老公是可有可无的，而是能真正欣赏绿色老公身上的优点。于是她发挥黄色性格的优势，找到小三摊牌谈判，摆事实讲道理，小三被她的镇定给震慑了。与此同时，绿色老公越来越感觉到自己离不开这个自信坚定的老婆。经过长时间的拉锯战，叶子赢回了老公的心。

黄色在情感中最大的优势是毫不情绪化，最大的问题是太理性。黄色女人不会也不屑于为了一条短信、一个眼神折腾，但正因如此，她们的男人从她们身上得不到“做男人”的感觉，只能被迫向外寻找这种感觉。好在她们不缺目标不缺方法，也不缺少坚持，把婚姻当事业来经营，如果真能善用性格色彩，懂得对方在想什么，所有的付出终会有回报。

绿色

最后来说说绿色。绿色女性从不看老公的短信，她们是那么平和、无所谓和安于现状，几乎没有什么事情在她们的字典里是天大的事。她们不会主动怀疑老公出轨，即使闺蜜告诉她们：“哎，你知道吗，昨天我看见你老公跟另一个女人逛百货商场。”她们也会无动于衷地说：“噢，是吗？可能他是在陪客户吧。”绿色不想给自己没事添堵，平添麻烦。这种性格最大的坏处是可能让他们的老公觉得太平淡，生活毫无变化和激情；最大的好处是会让伴侣因此而感到婚姻是那么稳定，的确是踏踏实实过日子的最佳拍档。从另外一个角度来讲，伴侣在外动静搞得太大后，最能宽容和不计较的也是绿色。