

廖康强
编著

一本成功驾驭婚恋情感的手册

男人爱不爱你，女人心里特有数；
女人爱不爱你，男人心里特没数。

没有人在与心爱的人亲吻时会想到分手；
没有人在握紧爱人的手时会想到离婚。

很多人在婚恋失败后，都会认为是对方的错。
很多人在婚恋中犯了错，却还不知不悟……



婚恋中 男人不能犯的 100个错误

朝华出版社

婚恋中男人不能犯的 100 个错误

很多人在婚恋搞砸了以后，都认为是对方的错误。把自己的不幸归罪于“没有缘分”、“遇人不淑”、“命运不好”。可是从来没有想过如何帮助对方改正这些错误。现在我想告诉你的是，她之所以能够成为你的妻子，她身上就一定有很多你欣赏的优点。由于她也是凡夫俗子，她不可能不犯错误，如果你想成为一名称职的丈夫，你一定要学会帮助你的妻子发现问题，并且立即帮助她改正这些错误。

江东和梁英在中学时便是同班。梁英很漂亮，白白的皮肤，大大的眼睛。江东也很潇洒，宽宽的肩膀，棱角分明的脸庞。不过，年少羞涩的他们却从没说过一句话。每当他们相遇时，都匆匆地看对方一眼，然后装作若无其事地擦肩而过。有一次，当他偷偷地向她望去时，发现了她瞬间躲避的目光和微红的脸，他的心被轻轻撞了一下。高中毕业，他和她报考了同一所大学。

第 1 节：想爱却不敢说出口

第 2 节：情陷爱情“错觉”

第 3 节：邀请对方时表现得过于绵软

第 4 节：给女孩留下糟糕的第一印象

第 5 节：用伪装来获得爱情

第 6 节：约会时过于紧张

第 7 节：约会时谈吐失当

第 8 节：恋爱时急于求成

第 9 节：用错误的方式拒绝

第 10 节：错误的分手方式

第 11 节：因为自卑不敢去爱

第 12 节：失去理智的嫉妒

第 13 节：脚踏几条船

第 14 节：狗熊掰玉米

第 15 节：误会女友的“身体暗示”

第 16 节：不敢主动亲昵

第 17 节：贬低恋人的亲友

第 18 节：有了爱情丢了亲情

第 19 节：女孩的心事猜不透

第 20 节：只相信一见钟情

第 21 节：不懂女人心

第 22 节：爱得密不透风

第 23 节：用金钱来衡量爱情

第 24 节：求爱不成的疯狂

第 25 节：失恋后陷入绝望

第 26 节：只要努力就一定追得到

第 27 节：爱上已婚女人

赵鹏和女友已经相恋 5 年了，两人的感情一直很好。女友给了赵鹏结婚的暗示，甚至双方父母也已经见过面。然而在这种万事俱备、只欠东风的情况下，赵鹏却迟迟不肯开口做出婚姻的承诺。“我不是玩弄感情，也不是不愿对感情负责。”在与朋友聊天时，赵鹏

这样说。事实上，赵 鹏对女友一直很忠诚。“只是，我向往自由自在的生活，我一想到结婚就感到害怕，甚至整 夜整夜地睡不着觉。”赵鹏这样解释自己迟迟不肯结婚的原因。而从赵鹏萎靡的精神状况来 看，他的确是在为结婚这一人生大事而困扰。

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 第 28 节：害怕失去自由而拒绝婚姻 | 第 29 节：距离不是爱情的障碍 |
| 第 30 节：“迷信”思想作祟 | 第 31 节：为“利益”结婚 |
| 第 32 节：拖泥带水的爱情 | 第 33 节：为报恩而选择婚姻 |
| 第 34 节：结婚仅仅因为外在吸引 | 第 35 节：无谓的“处女”情结 |
| 第 36 节：不顾原则地讨好恋人 | 第 37 节：好马不吃回头草 |
| 第 38 节：弄巧成拙的求婚方式 | 第 39 节：填补爱情“空白”仓促结婚 |
| 第 40 节：忽视生活习惯的差异 | 第 41 节：只谈恋爱不结婚 |
| 第 42 节：婚姻是一种拖累 | 第 43 节：老婆一定要是最好的 |
| 第 44 节：忽视婚前体检 | |

王明在一家跨国公司工作。刚结婚的那几年，他经常与妻子散步谈心。可自从被提升为部门 经理后，由于职位升迁和应酬增多，回家的时间越来越少，也越来越晚。家对于他来说更像 是一个旅馆，每日打拼回来，只想倒头大睡。他和妻子沟通的时间也越来越少。好几次，妻子想跟他说点什么事情，他也懒得听。有时他 想和妻子说点事，还没说上两句就因观点不一致开始争吵。时间一长，夫妻双方都觉得没话 可说，虽然生活在一个屋檐下，可是彼此感觉很陌生，工作上、感情上的事都不愿意向对方倾诉。

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 第 45 节：忙于事业冷淡爱人 | 第 46 节：在家庭中不愿做出让步 |
| 第 47 节：以被动的方式来表达不满 | 第 48 节：禁止妻子与异性交往 |
| 第 49 节：把工作中的不快带回家 | 第 50 节：不愿倾听妻子的唠叨 |

江东和梁英在中学时便是同班。梁英很漂亮，白白的皮肤，大大的眼睛。江东也很潇洒，宽宽的肩膀，棱角分明的脸庞。不过，年少羞涩的他们却从没说过一句话。每当他们相遇时，都匆匆地看对方一眼，然后装作若无其事地擦肩而过。有一次，当他偷偷地向她望去时，发现了她瞬间躲避的目光和微红的脸，他的心被轻轻撞了一下。高中毕业，他和她报考了同一所大学。

第一章恋爱时男人最可能犯的 27 个错误

第 1 节：想爱却不敢说出口

场景再现

江东和梁英在中学时便是同班。梁英很漂亮，白白的皮肤，大大的眼睛。江东也很潇洒，宽宽的肩膀，棱角分明的脸庞。不过，年少羞涩的他们却从没说过一句话。每当他们相遇时，都匆匆地看对方一眼，然后装作若无其事地擦肩而过。有一次，当他偷偷地向她望去时，发现了她瞬间躲避的目光和微红的脸，他的心被轻轻撞了一下。

高中毕业，他和她报考了同一所大学。

江东曾几次鼓起勇气想对她说出心中的感觉，但他始终没有做，而是把他们每次相遇时的细节和激动都写在日记里。大学四年，他们就这样一直保持着似曾相识却又陌生的距离。

毕业后，他们各自走向自己的工作岗位，再也没有遇见过。六年过去了，江东在家里人的催促下，结婚了。因为心里埋藏着初恋，日子虽然过得也还算好，但总觉得生活中少了些什么。

在一次高中同学的聚会上，江东与梁英重逢了。聚会在热烈的气氛中进行着，同学把酒言欢，不知不觉都喝得有点多了。就在那一夜，江东终于对梁英表白了，而让他没想到的是，其实这么多年，梁英也一直在深爱着他。

深度诠释

生活中常会发生这样的情况：一个男孩和一个女孩相互默默地喜欢着对方。他们从路上的偶遇，到每天的相伴，最后是相约。男孩始终没有说出“我爱你”这三个字，他以为时间还长着呢。可是有一天，半路杀出一个勇敢的男孩，他对女孩说：我爱你。于是，每天陪伴在女孩身边的，就换成了那个勇敢的男孩。男孩很失落，但只能看着他们的背影暗自神伤。

幸福其实把握在自己的手中，但生活中有许多男孩，虽然明知道爱情来了，却因为有这样或那样的顾虑，而在感情上过于自我保护，从而错失了许多良机。仔细分析一下，男孩想爱却不敢说出口的原因，大致有以下几点：

①过分羞涩。人们都说女孩子羞涩，其实男孩的羞涩并不亚于女孩。生活中经常看到女孩落落大方，而男孩涨红了脸的情况。男孩的羞涩心理妨碍了爱情的步伐，给女孩造成了

被拒绝的假象。

②过分自卑。有些男孩因为自身条件的制约，例如个子不够高，长相不够英俊等，在 心爱的人面前常常感到极度自卑，因此不敢把“爱”字说出口。其实，相对于外形条件而言，女孩更为青睐男孩的勇敢与智慧。

③过分自尊。有些男孩自尊心极强，即使深爱着某一个女孩，也因为担心被拒绝，不敢把爱说出口。

爱与被爱是一种很美妙的感觉，没有爱情的人生是不完美的。作为男孩，更应该主动去追求和享受爱。

有这样一个故事：一场突如其来的大地震，摧毁了很多建筑，也把一对男女隔绝在一个角落。他们共同处在死亡的威胁中。女人有些绝望了，她对男人说：“看来我们是出不去了。在死之前我要告诉你一个秘密。”男人问：“什么秘密？”女人哽咽着：“你知道吗？我一直爱着你！”男人愣住了：“你说什么？你一直爱着我？”女人说：“对，两年多了，我一直爱着你。”男人的眼圈红了：“那你怎么不早说？我也一直在爱着你！”女人也愣住了：“你也一直爱着我？那你为什么不告诉我？”男人说：“你的条件比我要好很多，我哪敢向你求爱。”女人说：“我不敢向你表白，是因为我不漂亮，我觉得自己配不上你。”男人问：“如果我们今天不被困在这里，你会告诉我你爱我吗？”女人说：“不会，我只会默默地等待。”女人又问男人：“如果我不说出来，你会告诉我你爱我吗？”男人同样地说：“不会，我也只会默默地等待。”后来，他们都被救了出来。再后来，他们举行了婚礼。

故事中的男人和女人因为地震成就了婚姻，但这种机会可遇不可求，现实生活中很多曾经彼此爱恋的人错过了难得的缘分，其原因就在于不肯主动开口向对方表白。爱一个人，就要及时表达，“该出手时就出手”。虽然有可能会冒点风险，但不至于错过机会。

迷津指点

爱情不可以等待。爱了就应该大胆表白。宁可让爱的梦幻在表白中破碎，也不要让爱在等待中化成泡影。

这世界上最遥远的距离不是天涯海角，也不是生与死，而是停留在我曾爱过你，却没敢告诉你。在可以言爱的时候就大胆地告诉对方吧，别让自己错过了一生的最爱。

智慧金言

和其他强烈的感情一样，爱情自然而然地需要反应，需要以某种形式表露出来，例如写信，等等。

——【保加利亚】瓦西列夫

第2节：情陷爱情“错觉”

场景再现

赵伟是一位性格开朗活泼的小伙子，许多人都喜欢跟他聊家常、开玩笑。在他常接触的人当中，有位姑娘非常活跃而健谈，俩人常常在一块儿谈得很投机。时间久了，赵伟以为这就是“爱情”，于是就告诉别人说某某爱上了自己。当这位姑娘听到别人的议论后，感到莫名其妙，而且非常生气，因为她根本就没有爱这小伙子的意思。

后来，这位姑娘和赵伟断绝了往来，两人连朋友都做不成了。

深度诠释

到了青春期，无论是男孩还是女孩，都会有对异性好奇和向往的心理，在性心理方面就往往有可能被对异性的好奇和神秘感所左右，甚至会想入非非。这一时期，很容易发生“爱情错觉”。所谓“爱情错觉”就是某人自以为别人爱上自己的主观感觉。产生这种“爱情错觉”的人常常是自己爱上了对方，于是想象对方也一定在爱自己。

俗话说“人以群分”，有些异性朋友和你在性格、兴趣、爱好等方面有着某些共同点，有共同的话题，容易接近，时间久了就发展成了一种友谊。这种友谊可能是发展爱情的前提，但友情与爱情完全不是一回事。可能她对你有这种友谊，对其他人也有这种友谊。如果你以为这就是爱情的表示，可能引起不该有的误会，甚至还可能将初露的一丝爱情给扼杀了。

有些女孩子天性热情奔放，与所有的男孩子都能打成一片。她可能喜欢和你交朋友，但并不是在爱你，如果把她的友情当做爱情，那就大错特错了。

女孩子情绪时有波动，也许，某一天她的心情特别好，很想和全世界的人一起分享喜悦，她会向你，向她所遇见的一切人温柔地、灿烂地微笑，结果是把你弄得神魂颠倒，要命的是你还不知道她干吗要笑……

更为可怕的是，有些人对对方的一些行为产生误解，误以为是对自己的好感，又不好去询问对方的本意，而武断地相信自己的感觉正确。明明对方只是匆匆一瞥，却感觉是“含情脉脉”。即使在对方明白地表示拒绝以后，也不愿意接受这个结果，自说自话地把“NO”当“YES”。

在和异性接触时不要过分相信自己的“感觉”，不要以为某个异性对自己比对别人亲热些、合得来些就是爱上自己。要全面谨慎地观察判断，或旁敲侧击，或托人打听，一定要将事情弄清楚，根据真实的信息做出正确的判断。

迷津指点

观察对方的行为来鉴别自己是否陷入爱情“错觉”：

- ①被自己解读为爱意的表示是否反复出现。
- ②那样的表露是否直接和爱情有关。

③在对待他人时，她是否也同样有那样的表示。

想明白以后，不管答案如何，都要理智地接受！

智慧金言

单恋既能触发人的感情，也会给人带来创伤，使人自卑和失望。

——【保加利亚】瓦西列夫

第3节：邀请对方时表现得过于绵软

场景再现

小伟一表人才、相貌堂堂且性格开朗大方，可是一直没有女人缘。好多次，他遇到中意的女孩子有心想邀请她聊聊天，却总是被对方婉言谢绝。为此他很苦恼，终日不乐。

小伟向好友小刚说了自己的苦恼。小刚问他是如何邀请女孩的，小伟告诉他：“我很客气地问：‘要不要去世界公园？’有时问：‘要不要去看场电影？’”

小刚听了，哈哈大笑，说他：“难怪你在爱情上束手无策，你这种邀请方式太没有男子汉味了！”

深度诠释

邀请女孩时，用这种“要不要去”的询问句，看上去好像是尊重对方，实际上是男性没有果断决定心理的脆弱表现。女孩会认为他有一种依赖别人做决定的非男子汉心理，并且会认为他不适合做伴侣。

女性的内心都有一种被男子保护的渴望，期望从被保护中获得安全感，即使是女强人也不例外。女人找人生伴侣，是想找到一个可以让她停靠的结实的肩膀。有没有安全感或办事待物时有没有果断决定的能力，是女人选择自己的另一半时一定会考虑到的。在女人看来，那些做出错误决定的男人，也比那些不愿做决定的男人更值得去爱。

另外，女性之所以难以拒绝“强硬派的男性”，主要是因为她以“因为对方太过执著，只好依着他”来回避责任。要想约会邀请成功，男性便要了解女性这种心理，并且经常显示出“男性要负起下决定的责任”的姿态。

有些时候，当你向女孩第一次发出约会邀请时，即使女孩内心想赴约，她也有可能拒绝，其实，她很想让你再度提出邀请。女性这样做的原因多半出于“自命清高”、“持女性温柔”或“故意摆出高姿态”。她们认为，如果自己轻快答应男子的邀请，会被对方看不起，认为她太轻率。而且，她们会认为放弃追求或畏缩不前的男人不算是真正的男人。

成功的约会，首先要心平气和，主动和心仪的女孩接近，真诚地发出约会邀请，然后要善于观察女孩子的各种反应，看出女孩子的真实想法。即使遭受拒绝也不要气馁，找个机

会再“进攻”。要记住，锲而不舍才是成功的关键。

迷津指点

用肯定的口气邀请对方，例如：“我们一起去看电影吧！”或者“我们一块儿到康乐中心玩吧！”

当对方拒绝了你的约会邀请时，多找出几个理由为自己开脱，这样就能放下被拒绝的包袱。

智慧金言

爱让懦夫变得大胆，却让勇士变成懦夫。

——【英】莎士比亚

第4节：给女孩留下糟糕的第一印象

场景再现

秋明是一家IT公司的高级工程师，事业有成，人也长得帅气，但因为忙于工作，所以一直没有恋爱。朋友给他介绍了一个在医院工作的女孩，据介绍人说女孩长得很漂亮，对秋明的条件也很是满意。

在见面之前，两人先在网上聊了一段时间，彼此也很能聊得来，于是秋明邀请女孩共进晚餐。女孩很爽快地同意了。

经过一番精心准备，秋明和女孩在一家餐馆见面了。晚餐进展得非常顺利，会见在愉快的气氛中进行着。可接下来秋明的表现却令女孩感到很生气：秋明的目光一直死盯着女孩的胸部。女孩觉得秋明的人品有问题，吃过饭后，立刻提出结束这次约会。

几天后，介绍人见到秋明，抱怨他道：“你怎么在和女孩子第一次约会时就死盯着对方的胸部看呢？”

秋明感到有些莫名其妙，他说：“那天我出门时太慌张了，本想把眼镜摘了换成隐形的可是忘了，所以看得不太清楚。女孩的衬衫上好像破了一个洞，不知道她是不是没发现。”

介绍人一听，才明白过来是怎么回事。原来，约会那天，女孩胸前有一个肉色的布料胸花，秋明因为没有戴眼镜，误以为是女孩身上的衬衫破了一个洞，所以才多看了几眼。

深度诠释

尽管真诚爱情的获得，并不完全取决于第一印象，但是如果双方第一次见面，给对方留下的印象很差，以后彼此就可能不再交往；第一印象好，心有好感，以后双方就愿意接

触。

对于谈恋爱的两个人来说，第一印象的作用十分重要。因为第一印象不好，会使一些本来很优秀的男孩错失白雪公主的垂青，这是十分令人遗憾的。

约会时最重要的是，能让女孩看起来很得体，这样才能更拉近两个人的距离。虽然说男孩子不需要做过度的打扮，但是一副邋里邋遢、不够整洁的形象，肯定不会引起女孩子的任何好感。男孩子最好打扮得老成点，而不要打扮成那种“阳光男孩”的样子，例如背着一个背包去和女生约会。那只会让女孩感觉到你童心未泯，还不想面对自己年龄应该承担的社会责任，因此对你的感觉会大大扣分。

男人的装扮还要符合自己的性格，例如个性很随性的男人就不适合绑手绑脚的装扮，同样个性很拘谨的男人硬要去追赶时尚潮流，就会显得不伦不类。一种保险的方法是装扮得隆重点为好，一方面能显示出对这次约会的重视，另一方面也能展现出自己在这个社会上生存的气势和优势，而这一点，就是吸引女孩子的关键所在。年轻女孩子可以在约会时穿着牛仔裤、T恤衫，但男人却不能这样，因为这样给对方的感觉是“他可能在社会上混得不太好”，而兴趣大减。

选择约会的服装时，质量是关键。在财力允许的范围内，如果你买了最好的衣服，那么穿上它们的时候总会感觉最佳。西装、衬衫、领带是约会时比较保险的着装，如果一定要穿休闲服的话，要选择质地优良的面料。

发型以自然的短发最好，如果一定要留长发的话，一定要干净，不要让头皮屑破坏了你的形象。在约会的时候，不要在发型上大做文章，例如，有些男人会在头上抹上油，或者用太多定型液，搞得油头粉面，会让人感觉很不自然，也很没有安全感。女孩会觉得，这个男人这么专注打扮，一定不会有打拼赚钱的干劲。

在约会时最好把墨镜摘下来，让人看到你的眼睛。与人说话时，墨镜不是酷的表现，留给人的只能是负面的印象。千万不要双臂交叉地站在对方面前，否则会让女性感到受冷落、威胁。

出门之前最好照下镜子整理一下仪容，千万别把自己搞得灰头土脸。男人往往不注意清理鼻毛，其实这一个小细节却是女孩子最在意的地方，外露的鼻毛会给她留下不干净的印象。

把手洗干净，特别是指甲，不管是剪短还是留长，都不能脏。很多男人都会忽略了指甲的清洁，举手投足之间，很容易让女生有恶心的感觉，更别说什么好印象了。有一位男人，应约与一位漂亮女孩共进午餐。男人为了表示风度，亲切地夹放在较远的食物给女孩，然而，却让这位眼尖的女孩子发现他不仅留着未修饰的长指甲，指缝间还藏污纳垢，这位女孩最后只好回绝了美食。当然，这段交往也无疾而终了。

最好不要把手机挂在裤子上，这会让女孩感觉很差，好像你是随时在等电话。更不要在身上挂一大堆不值钱的配件，例如钥匙、小刀一类的东西，在你走起路来叮当作响，只会降低你的身价，令女孩失望。

在选择鞋时，以舒适、干净为宜，不一定要把鞋擦得太亮，那样会让女孩关注你的鞋而忽视了你的头脑，也没必要去买一双中看不中用的新鞋来折磨自己的双脚。可以选择穿一双轻便的休闲鞋，既舒适又美观。不要穿球鞋去约会，这会让女孩感觉很没诚意，也很不尊

重这个约会。当然，如果你和约会的女孩都是学生，穿着球鞋去约会就不会引起对方的反感。

此外，男孩应注意约会时的礼仪。在第一次约会时，男孩应准时赴约，以表示诚意，如遇意外迟到，一定要把理由说充分。彼此寒暄后落座，神情要大方，过分拘谨或调侃都会令对方不适。目光随对方言语在她脸上、身上稍做停留，直勾勾和贼溜溜都让人难受。约会的时间最好由女方来掌握，结束也由女方提出，如果男方有事需要先走，可直接说出来，但需要郑重地表达歉意。

迷津指点

在出门之前对照下面这份表，先自我检查一下，如果答案都是“否”，就可以放心地去约会了。

仪容仪表自检表

是否

头发

凌乱不堪，没有好好梳理

有头皮屑

眼睛充血、疲倦困顿

鼻子鼻毛露在外面

胡子没刮干净

口腔

有异味

牙缝里有食品碎屑

耳朵有耳屎

胸卡歪斜，没戴正

西装

背部不干净，有头皮屑

颜色花哨

皱巴巴的，没有熨烫平整

西裤不能盖住皮鞋

衣服和裤子的口袋鼓鼓囊囊

衬衫

衬衫露在西裤外面

领口和袖口肮脏

领带肮脏、破损或歪斜松弛

皮鞋

与西装不搭配

鞋后跟磨损严重

袜子与皮鞋不是同一色系

智慧金言

整理外表的目的在于让对方看出你是哪一种类型的人。

——【日本】原一平

第 5 节：用伪装来获得爱情

场景再现

汪真暗恋上了某大学的女研究生小芳。小芳长得端庄、清秀，正是汪真喜欢的那种类型。汪真便托小芳的“师娘”当红娘，并且事先从小芳的同学那里打听到了小芳的一些爱好。

在与小芳第一次正式见面时，汪真便柔情地吟诵起徐志摩的名诗：“轻轻的我走了，正如我轻轻的来。我轻轻的招手，作别西边的云彩。”

小芳是徐志摩的崇拜者，于是，两人很快就相恋了。

交往一段时间后，小芳发现，汪真除了会这四句诗外，徐志摩其他作品一概不知，就连这首《再别康桥》，也仅背得出这开头四句，剩下的 6 小节 24 句再也背不出了。这时，小芳才知道，原来这是汪真在见面前准备好的“台词”。

小芳建议汪真多读一些文学作品，想让小伙子在文学的熏陶下情趣变得高雅些。但是，她失望了，汪真只热衷于如何赚钱，对诗歌一点兴趣都没有。不久，汪真连那四句诗也忘得干干净净。

后来，小芳和汪真还是分手了。

深度诠释

除非你能一辈子伪装，否则，最好在恋爱时展露出真实的自我。

当一个男人喜欢上一个女人时，自然想给她留下一个美好的印象。希望她喜欢你，对你印象深刻，希望她认为你聪明、大方、有才华、精力充沛，以及具有一些你认为最重要的品质。在第一次相遇时，男女双方都希望展现自己最好的一面，都会竭力把自己的缺点隐藏起来，展现一个并不真实的自我。男人会试图表现得比真实的自己更有能力和更具安全感；而女人则希望表现得更和蔼可亲，更具包容性和随机应变。男人会在成就、财富和经历上给人错误印象；女人则不是表现出比实际更性感，就是相反——装出比真实的自己要清纯得多的样子。

各种各样的介绍恋爱技巧的书中也这样教育男人，让女人爱上自己的方法就是尽量不要表现出真实的自己，要尽量成为女人眼中最好的男人。但这种伪装带来的代价是，你伪装

成他人时，便开始失去自我，使真正的自己渐渐消失在假面具之下。即使因为这种虚假的形象，让

你暂时能“抓住”女人的心，让她爱上你。然而可悲的是，此时女人爱上的不是真正的你，充其量只是你的幻影罢了。如果你想留住她的爱，就必须维持这个幻影，这意味着你得继续扮演那个不是你的角色。而你的伪装不但会伤害自己，也会伤害别人。因为真正的你迟早会原形毕露，这时你的恋人会因为感到自己受骗而愤怒。

如果你这一辈子都在扮演别人，那么，你已经在扮演别人的过程中迷失了真正的自己，而且让自己成为赝品，忐忑不安地活着，你不可能过得很如意。

每个人都期望在婚恋中得到真爱，这是人的需求。人不可能十全十美，不完美和有缺点也正是你独特个性的一部分。当你坦然说出自己的缺点和错误时，会让女人明白，你不是一个只想让他印象深刻的肤浅之人，而是有深度且诚实看待、爽快承认自己短处的人。

迷津指点

如果你想拥有一段健康的感情，而且希望能被对方接纳，就必须收起你的“公众自我”形象，冒险表现出真实的自己。不仅要表现出“最好的一面”，也应该在恋人面前自然表现出你“不好的一面”和“不太好的一面”。

智慧金言

爱，信任一切，决不欺骗。爱，盼望一切，决不沦亡。爱，无求于一己之利，奋勇直前。
——【奥地利】祁克果

第6节：约会时过于紧张

场景再现

经人介绍，王华认识了一个女孩。他对这个女孩很有好感，于是提出要单独和她约会吃饭的要求。

可是，在吃饭时，王华显得心情紧张，失去了往日与朋友在一起时的那种谈笑风生的劲头，甚至说话有点语无伦次、口不择言，所以场面显得很尴尬。彼此进行了一些简单得不能再简单的对话后便匆匆分手。过后，他一脸沮丧，满肚子怨气。

深度诠释

人们都说女人害羞，其实很多时候，男人比女人更害羞。例如，在结婚典礼上，我们常常看到女人大大方方，而男人总显出不太好意思。

在异性面前，男人比女人更容易害羞，这其中有些心理奥秘。男人常常考虑的是：别人会怎么看我？她会怎么看我？而女人往往比较容易进入自我中心的感情世界，陶醉于其中，在喜悦或悲伤时能够忘掉周围的一切。例如，当一对情侣去见朋友时，女人常常是一脸得意的神色，向别人夸耀自己已经名花有主了，她的喜悦会直接地表现出来，不加掩饰；而男人则不然，他会猜测他人会不会认为自己的女友不够好，会不会认为自己的表现不佳。男人的喜悦被这种忧虑所代替，表现出来的就是莫名其妙的“不好意思”。

当男人极力想使女人对自己有好感时，也会表现出害羞。尤其是当女人注意他们的时候，他们就会慌乱地以为自己有什么让人笑话的地方，于是不免露出羞色。

有些男人在向心仪的姑娘表白爱恋之情时，会觉得脸红心跳，语无伦次。这主要是他们担心“万一被她拒绝，那多不好意思”，所以很多男人在女人面前就产生了“与其被拒绝不如闷在心里”的畸形心理。

在约会前，男人应该对自己的羞涩和紧张有正确的认识。害羞本身并不是缺点，适当的害羞还可以映衬出男人的“深度”和“魅力”。但是，男人在约会时应更多地显示出自信来，表现得落落大方，否则就会被误认为性格孤僻、不合群。

如果实在十分紧张，就把这次见面看成是最后一次见面，去掉伪装，露出本性，这样比紧张窘迫的表现要好。有一个小伙子，在亲友介绍下，去一个女孩家“相亲”。他在衣着上精心准备，因为个子不高，所以还特意借了一双内置高跟鞋。谁知进门后，却被告知要脱鞋。一下子他就“矮”了几分。女孩在淡雅中透出清丽，小伙子自然满意，但女孩表现得不冷不热。小伙子想，也许这是最后一次相见了。于是，索性摆脱约束，一如平时，谈笑自如，说到高兴时，还手舞足蹈。出门穿鞋时，女孩发现了“高跟”，笑了笑，小伙子却窘迫至极。但是，想不到女孩主动约他，并说：真实的你和刻意装扮的你迥然不同，若要相伴长久，需要袒露真实——而这需要勇气。后来，小伙子最终把女孩娶回了家。

迷津指点

在开始的几次约会时，最好选择双方都熟悉的地点为宜。合理的距离、方便的交通都是男方该为女方想到的，这样即是礼貌也可以显示自己的体贴。

如果感觉到自己会出现“口不择言”的紧张场面，那最好将约会的地点选在幽雅的古典音乐会、高亢激动的演唱会或者快节奏、能激发情绪的体育比赛现场上，让两人共同体验一种的情绪活动。这种约会方式可以减少因心情紧张而冷落对方，环境调动很容易自然而然地把握话题，甚至还能有新的突破。

智慧金言

初期的爱情只需要极少的养料！只需彼此见到，走过的时候轻轻碰一下，心中就会涌出一股幻想的力量，创造出她的爱情。一点极无聊的小事就能使人销魂荡魄。

——【法】罗曼·罗兰

第 7 节：约会时谈吐失当

场景再现

张伟是一个白领精英，平时工作很忙，一直没顾得上谈恋爱。很快就到了 35 岁“高龄”了，还是孤身一人。眼看着身边的朋友一个个都已走进了婚姻的“围墙”，想想自己也该有所行动了。

于是，张伟开始了相亲行动。

经同事介绍，张伟和一个女孩认识了。看得出来，女孩子对张伟的感觉很不错，张伟也挺喜欢她。

第二天，女孩主动约张伟去逛街，两人边走边聊。

张伟：“你觉得我怎么样？”

“还行，挺好的。”

张伟不想浪费时间，他很想知道女孩对自己的看法。

“你在哪里工作？”

“在一家金融公司。”

.....

简单交流以后，张伟开始罗列自己的种种优点，在哪里上班，在哪里买的房子，房子面积多大，开什么样的车，每月薪水有多少.....

女孩沉默不语，看上去已经有一些不高兴了。但张伟并没有就此罢休，在说完自己的优点后，又开始罗列自己对未来妻子的要求，诸如温柔善良、身材匀称、善解人意、学识丰富、财政独立、既时尚前卫又有传统美德之类.....

女孩依然沉默不语，脸色更加难看。

张伟并没有注意到女孩的脸色，他问女孩：“你平时工作忙吗？以后会不会没有时间照顾家庭呀？”

女孩冷冷地说：“你找女朋友，就是为了照顾家庭？你是在找免费佣人啊？”然后，转身跳上一辆出租车，走了。

深度诠释

一些男人自身条件很不错，有一张不俗的面孔，有一份不错的收入，可是在与女孩约会时，却常常因为谈吐失当，而一直徘徊在爱情的大门外。例如，有些男人相信沉默是金，但这种相对无言的气氛只会让女生产生窒息的感觉；有些男人滔滔不绝地谈论自己的伟大工作和远大抱负，让女生感到是在聆听神的教诲；有些男人会不厌其烦地询问女生各种问题，甚至连祖宗八代都要彻查清楚，那架势就像是在审讯犯人，只会惹女生生气；有些男人则是骄傲地像一只公鸡，令女生想要呕吐。这些男人有可能本性并非如此，只是由于情绪紧张没话找话而已，纯属无心之过，却让自己的形象大打折扣。

男人在面对约会时，最需要把握的两个原则是：“体贴”和“尊重”。了解对方是需要时间的，不要想着在第一次约会时就把所有的问题都问清楚，那样的话，给女生的感觉是你的约会纯粹是为了“成家”而进行的，因此会觉得没有得到尊重。想想看，如果一个女生一开始就把你的薪水多少、住房在哪里、股票有多少、开什么车都问个明明白白，你的感觉也自然好不到哪里去。

最初的约会切忌太过坦白直接，在双方还不了解的情况下，就把自己完全地、赤裸裸地开诚布公，只会把对方吓跑。同样，你也不要想着在一开始就把对方剥得赤裸裸的看个明明白白。相反，多放点心思在女孩子的身上，帮她拉一下椅子，注意一下洗手间的位置，主动给女生提供一些帮助，会让对方感到温暖。

在约会时最好说一些体谅女孩子的话，例如她喜欢做什么事，喜欢吃什么，交往些什么样的朋友等。不要一味沉默，也不要喋喋不休。很多西方电影中男女约会都会谈到天气，但这是在中国，最好还是停止谈论天气有多好，那会让女孩觉得你实在是一个烦味透顶的人。也不要一味谈论自己的工作，这会让女孩觉得很不耐烦。

有些人喜欢在听到别人说什么时，就迫不及待地忙着附和：“其实我也遇到过这种事情……”虽然一些人际交往的书上说这样利于找到双方的“共同点”，容易拉近双方的关系，但这纯粹是误导。如果你在约会时真这样随口附和的话，只会让女孩子感到滑稽可笑，而且觉得你很虚伪。正确的做法是把焦点放到对方身上，例如你可以问对方：“是吗？那你当时一定很难过吧，毕竟……”这会让对方感到很贴心。

迷津指点

最好事先准备点话题，否则，如果让场面冷下来，再有涵养的女孩也会觉得你无趣。

女孩子喜欢学识丰富、生活经验丰富的男孩，所以在约会的时候，男生要努力把自己这方面的长处表现出来。

在最初的几次约会中，对女方的提问要短，切不可过问隐私，诸如身高、体重、工资、存折、收藏地点等都是不可涉及的话题。工作可以谈，但也别太深入，因为这不是在论文答辩，不要让人家烦闷致死。

智慧金言

爱情使人变傻：情话是一堆傻话，情书是傻话连篇，情人则是一个个小傻瓜。

——何怀宏

第8节：恋爱时急于求成

场景再现

王昭是一家大型国企的总工程师，经朋友介绍，他认识了在市邮政局工作的江花。两人见面后，彼此感觉都不错，便顺理成章地谈起了恋爱。

交往一个月后，由于江花的工作开始忙了，有时甚至周六周日都要上班，与王昭约会的时间少了。王昭认为是江花对自己有些冷淡了，而自己对江花的好感与日俱增，很害怕失去这份恋情。

在与朋友聊天时，有朋友给王昭出了个主意，让他和江花“生米煮成熟饭”，这样就可以把江花“套牢”了。

这天晚上，王昭去江花家，正好江花一个人在家。两人聊了一会儿天后，王昭便走过去亲吻江花。尽管江花使劲挣扎，但王昭不为所动，甚至撩起她的衣服，欲强行发生性关系。情急之下的江花狠狠地咬了王昭的嘴唇。王昭疼得松开手，一嘴鲜血地跑出去了。

深度诠释

虽然现在流行“闪婚”，但并不是所有的女孩子都能适应。很多女孩子，特别是没有谈过恋爱的女孩子，还没有做好谈恋爱准备的女孩子，要她们一下子就接受一个原本不熟的男孩子，那真是非常困难的。因此，在大多数情况下，恋爱是一个“慢热”的过程，不能急于求成。

有一个男人，人长得帅气，工作很认真负责，工作单位也好，按说找个女朋友是不成问题的。然而，在失恋一两次之后，变得非常急躁，一旦有人给他介绍女朋友，约会之后，便急于求成，主动地说：“我没意见，就看你的态度啦。”于是，又吹；再谈，再吹，成了“恶性循环”……

如果说婚姻是结局，那么恋爱便是过程，没有恋爱的努力，不会有婚姻的牢固，没有恋爱的了解，不会有婚姻的幸福。

这种急于求成的恋爱会给双方太多的压力，就像赶场一样，第一天认识，第二天牵手，第三天拥抱，第四天亲吻，第五天就上床了……尽管身体的距离缩小了，但是心和心的距离没有拉得更近，甚至也许在分离的时候，只感觉像做了一场梦。

如果双方是因为在某些压力之下不得不结合在一起，那么这段婚姻也会充满压力。即使你们每天生活在一起，也会依然感到孤单和寂寞，因为你们没有彼此了解，没有真正爱着对方。

所以，在与女孩开始交往时，最好先从信任感的建立开始，不要在一开始就采取猛烈的攻势。每一个举动都指向“你要不要跟我在一起”，不要着急地想要营造出种种浪漫，把女孩子一下子带入一个暧昧的氛围。殊不知，这种没有信任和了解的情况下制造出来的浪漫像演戏，只会成为笑话，一点都感动不了别人，也感动不了自己。别急着趁着暗夜牵手、亲吻、拥抱……那样太快了，这会把才刚准备好想要认识的感觉吓跑，把你的对象吓跑。

俄国伟大诗人普希金说过，在恋爱中“你不会冷淡，你就别想得到别人的爱”。在最初的认识过程中，不要着急想把“生米作成熟饭”，即使是自己很满意的人，也要用理智控制自己的感情，把握好恋爱的速度。

迷津指点

从朋友开始做起，从朋友般的聊天开始，让彼此放松心情，好一步一步地认识彼此。

不要给彼此压力，不要急着传递这种信息给对方：“我渴望恋情，请让我们开始恋爱吧。”一起去做一些日常生活的事情，让自己自然而然地成为对方日常生活的一部分，变成不可或缺的氧气。

和心仪的对象在一起时，不一定要浪漫，但一定要快乐。

智慧金言

在我看来，真正的爱情是表现在恋人对他的偶像采取含蓄、谦恭甚至羞涩的态度，而绝不是表现在随意流露热情和过早的亲昵。

——【德】马克思

第9节：用错误的方式拒绝

场景再现

江伟是某厂的技术骨干，英俊潇洒，聪明有才干，深深地吸引着姑娘们的心。一天，厂里的一名女孩大胆向他表白爱慕之心，并写了一封火辣辣的情书。他并不喜欢这个女孩，甚至有些反感。对于女孩的表白，他生硬地拒绝了，并且在办公室把姑娘写给他的那封情书公之于众。

受此羞辱的姑娘伤心欲绝，回家后便服毒自杀，幸亏抢救及时，才免于一死。江伟这时才懊悔不已。单位领导知道此事后，严肃地批评了他：“你有拒绝的权利，但没有侮辱求爱者的权利。对于求爱者，你可以不喜欢，不爱慕，但不能肆意挖苦、讽刺、嘲笑、辱骂人家，这也是恋爱道德。”

深度诠释

歌德曾有一句名言：“哪个青年男子不善钟情，哪个妙龄女郎不善怀春？”人值青春年华，总要恋爱、觅偶，这是人之常情。在男女双方恋爱开始之前，总有一个追求与被追求的问题，不是对方向自己求爱，就是自己向对方求爱，总有一方先发出求爱的信息。

求爱是打开爱情大门，通往幸福玫瑰园的第一步。每个未婚青年，都有权利向自己所喜欢爱慕的人求爱，同时，自己也有被追求、被求爱的可能。

在求爱者的队伍中，既有自己喜爱的人，也会有自己不喜欢的，甚至讨厌的人。当自己不爱的人前来求爱时，当然可以拒绝对方的求爱，那是你个人的自由，别人应该尊重你的选择，任何人（包括痛苦的求爱者）都无可指责、干涉。同时，求爱是青年人正当的爱的

权利，并不是什么见不得人的行为，因此，作为被追求者，你没有权利辱骂求爱者，侮辱求爱者的人格。

对待自己不爱的人，当然不能哄骗，不能违心地接受对方的求爱，应该明确地拒绝，让对方了解你的态度。拒绝对方时应真诚、友善、婉转，使对方容易接受，任何挖苦、辱骂都是对求爱者的损害和侮辱，都是极不道德的。比较好的方法是，不论自己如何讨厌对方，一旦对方向你求爱，都要很有礼貌地先说声“谢谢”，然后再婉转地拒绝对方。

拒绝他人对自己的求爱，还要注意为对方保密，不向他人扩散。当年，著名数学家陈景润拒绝了众多的姑娘求爱后，便将她们的求爱情书烧毁，他说：“这些姑娘以后还要恋爱、结婚，我一定为她们保密，扩散出去会对她们有影响。”

侮辱求爱者，是一种不讲恋爱道德的表现，不论对人对自己都没有好处。有的求爱者受到嘲弄、侮辱后，恼羞成怒，进行报复；也有的因求爱者被侮辱，其他人也以此为戒，不敢再向他抛出求爱的彩球，这势必妨碍他选择佳偶。

如果干了蠢事，侮辱了自己不爱的求爱者，应主动向对方赔礼道歉，承认错误，求得对方的谅解。如果本人不愿出面，也可以通过书信进行认真的、诚挚地检讨，不能让被自己伤害的那颗心继续流血，要用同志间的友情去温暖，去治愈。

迷津指点

求爱是求爱者美好感情的流露，是人世间一种美的行为。因此，作为求爱对象，应理解求爱者的心意，尊重对方的感情。虽然你不喜欢对方，甚至有可能讨厌她，可她仍是把你当作自己的维纳斯来爱慕，视作理想佳偶来追求的。这是对自己的信任、尊重和热爱，并非恶意。自己要尊重求爱者这种美好情意，以礼相待，以诚相待。

智慧金言

爱情是魔鬼，是烈火，是天堂，是地狱，那里有欢乐，有痛苦，也有苦涩的忏悔。

——【法】巴恩菲尔德

第 10 节：错误的分手方式

场景再现

很多年以后，林炎还在为当年与初恋女友的那次极其失败的分手仪式而懊悔不已。

林炎大学毕业后，认识了同单位的文芳。交往几个月后，林炎感觉到两个人不合适，但文芳对自己十分体贴、迁就，因此他一直没有把“分手”这两个字说出口。

这天是林炎的生日，文芳邀请林炎晚上去她宿舍，并且非常严肃地和林炎说，晚上无论有什么重要的事情都要推掉去赴约。林炎决定当晚即公布分手的决定。

晚上，当文芳开门的时候，林炎在门外就拉住她想把自己让进门的手，低着头匆忙说出了“分手”的话。可当他说完后，肠子都要悔青了。因为林炎看到女友宿舍里有一个大大的生日蛋糕，还有一群参加他的生日聚会的朋友。

看到文芳悲伤得有些扭曲的脸，还有室内文芳特意准备的生日宴会，林炎意识到自己选择的时机是多么荒唐了。

深度诠释

“恰当的分手方式就和恰当的恋爱方式一样重要。”一位心理医生曾这样告诫那些年轻人。恰当的分手方式不但会使你更快地恢复过来，还能加强你的自觉性，使你在投入下一段恋情时表现得比这次更好。

作为提出分手的一方，无论从感情还是道义的角度，都有必要选择一种合适的分手方式，帮助曾经相爱的双方化解矛盾、摆脱困境，调节好心态，尽量避免给对方施加更多的痛苦。即使有时候可能会表现得虚伪，也不能因此就嫌麻烦。想想看：曾经相爱了一场，这也是你给对方最后的善意，就当是做事善始善终，也是对两个人的交代吧。

在选择分手方式时，有以下几个原则是需要好好把握的：

①当断则断。如果你对于分手已经拿定主意，请千万别由于对方的挽留而表现出迟疑和优柔的神情，任何表现均会被对方理解成尚有幻想可能，那样的折磨有失厚道，亦会给自己带来隐患。所谓“当断不断，反受其乱”。

②不要在分手时再制造更多的痛苦。大多数情况下，分手的迹象在最后的抉择之前就已经出现了。你也许会在一瞬间坠入恋情，但不和谐却是逐渐形成的，因此在分手之前不可避免会有一段藕断丝连的时间。在这段时间里，你的愤怒与失望也许会与日俱增。但无论怎样，在分手时你都要努力不让自己的情绪失控，保持有礼有节，温柔但却坚决地分手，避免使分手成为不快的记忆。多肯定对方在关系存续期间对自己的关照，不要把一段美好的关系最终以仇恨和谩骂作为结尾。

当你做出分手的决定后，有责任仔细选择谈话的方式及场合。不必再去指责她不能令你快乐，可以强调你眼下的感觉，如“我已经厌倦了我俩的关系”或是“我的兴趣已经转移了。”

不要想着把事情理出头绪，这种努力往往是不成功的。恋人之间总有一些扯不清的纠结，越想弄清楚，反而越理越乱。

③控制你的报复欲。即使你认为自己遭到了不公平的对待，也没必要在分手的时候进行发泄。无论你怎么辱骂他都无法浇灭你心中的怒火。因此，你要更好地控制自己的情绪。相反，假如你是对方愤怒的目标，你就该努力回避攻击。

关于逝去恋情的回忆总是有苦亦有甜的，但是最后分手的场景将会留下持久的印象。在爱情的最后时刻投入你的体谅，如同你在最初投入的热情，分手便有可能成为一种甜蜜的忧伤。要知道分手不只是关闭一扇门，它同时也为你开启了另一扇通往未来的爱情之门。

迷津指点

可以用以下几种方法提出分手：

①面谈。这是大部分情侣分手时所采取的方式。选择一个合适的地点，尽量选个公共场所，而避免选在偏僻的地方或对方家里。如果对方是个性格刚烈、脾气火爆的人，最好不要使用此招。

②书信。此方法虽常被对方认为是薄情之举，不够男子汉，但其好处是有更大的缓和余地，措辞也能更冷静、得体。心肠较软，但已经有分手之心的人可以使用，免得在面谈时被女友的“一哭二闹三上吊”要挟弄得连连求饶。内容不要过长，也不用展示文采，适可而止，说清楚就行了。千万别把分手信变成对对方的批判稿，更不要在信中对自己大加歌颂。

③托中间人转陈。如果当初是经人介绍的情侣，因中介人对双方的了解，在这个悲哀的时刻容易借熟人身份对其进行开导和安慰。

智慧金言

当你的创伤开始平复终于可以平静地倾听与交谈时，把事情的原委剖析清楚有可能对你大有裨益，至少它会使你学会如何更好地去爱。

——【美】鲍尼·杰奎逊

第 11 节：因为自卑不敢去爱

场景再现

吴叶是一家公司的销售员，高中毕业时没考上大学，只能在公司里当销售员。眼看着别人步步高升、频频跳槽，心里很不是滋味。

由于事业上不能取得大的成就，加上自己个子长得不高，体魄也不够强壮，至今还没有女朋友。曾经有人为他介绍过几个对象，都因为自己条件不够优越而告吹。他很自卑，甚至悲观到对恋爱、婚姻已失去了信心：“像我这样的人，恐怕一辈子都不可能有女朋友了。”

后来，在工作中，吴叶认识了一个来自上海的女孩小英。两人经常在一起聊天，都很开心。吴叶感到自己的条件很差，总觉得配不上这位“上海小姐”，一直没有勇气表露自己的爱意。

为了在事业上有所作为，吴叶离开了原来的公司，借钱开了一家餐馆。由于经营得法，吴叶的生意做得很红火，两年后，在全市开了五家连锁店。这时，吴叶认为自己事业上有了成绩，各方面条件都有所改善，于是向小英发出了求爱信。结果等到的是一本厚厚的日记本和一张薄薄的信纸。日记本记载了小英三年来苦苦等待的心迹，而信纸上只有一行字：我已结婚了。

深度诠释

自卑是恋爱中男女双方都可能产生的一种心理。心理学认为，自卑是由于自感不如别人而产生的一种情绪体验。有自卑心理的人往往处事、交往、学习、工作等方面都从“低人一等”这一角度出发，缺乏自信。

有自卑心理往往会夸大自己的各项“缺陷”。如认为自己在生理上有某些缺陷，大至身有残疾，小到单眼皮低鼻梁，甚至身高体重都可以成为自卑的理由；或认为自己外在条件有缺陷，诸如职业类型、家庭条件、住房环境、工资收入、经济状况等；或认为自身境况不理想，如学历不高、籍贯不称心、户口在外地、性格太内向……甚至有人把父母没文化、兄弟姐妹多等都视为自身的“缺陷”。应该看到，有些缺陷是客观存在的，有些则是捕风捉影、无中生有，有的并非是缺陷，只是由于社会偏见造成。

因为自卑，所以不能实事求是、恰如其分地评价自己和他人，常常是“长他人志气，灭自己威风”。对追求的对象总是“仰视”，全是优点、长处，连一个哈欠也是优美的“咏叹调”；而对自己总是“俯视”，事事不如人。这样在比较中难免会产生自卑心理了。其实，人生中很多事情是相当无奈的，大可不必因此打击自己的信心。例如，一直没有人爱你并不代表你条件不好，只是那个与你志同道合的对象还没有在恰当的场合出现而已。

有了自卑心理，在遇到心仪的异性时，不敢表白自己的心迹，长期徘徊在爱河的岸边。即使已与异性建立恋爱关系，也不敢理直气壮地与爱侣平等相待。这样，理想的爱情会姗姗来迟，或者失之交臂，已经获得的爱也会得而复失，风去云散。

正视自己的优缺点。“尺有所短、寸有所长”，每个人都有自己的长处、短处。你不妨把自己的长处和短处详细列出来，特别是自己的优点。一条不漏地展示出来，以赞赏的眼光看它们，这样就可以驱除自卑、树立自信。同时，对自己的缺陷，要进行恰当的分析与归纳。对于那些可以改变的要努力改变，对于那些通过努力也无法改变的天生不足，应当安然接受，并建立代偿机制，发挥其他方面的特长，以求弥补。

对自己的恋爱能力要充满信心，恋人之间对对方魅力的感受本身具有一定的主观偏爱成分，只要你某些方面征服了对方，是完全可以获得对方的爱慕的。

迷津指点

发现并选择适合你自己的社交场合，积极参加你所喜爱的社交活动，使这些活动成为结交异性朋友的愉快途径。

轻松地与异性建立联系，自然地提出进一步交往的要求，如果确定不合适的话，优雅地退出。

智慧金言

没有一场深刻的恋爱，人生等于虚度一样。

第 12 节：失去理智的嫉妒

场景再现

李伟与女友是某高校三年级同班同学，两人正在热恋之中。他们上晚自习时总是坐在一起，谁先到教室就在邻桌放上一本书，晚来的那人总是悄悄地坐下，两人会心地笑笑，便继续夜读。可以说天天如此。

后来，女友报名参加了学校话剧团的活动。因为要参加排练，所以总要晚 1—2 个小时后才能来教室自习。有时排练任务紧的话，晚上就不能来了。开始的时候，李伟也没说什么，但后来他渐渐地开始起疑，猜测话剧团是否有一位“他”在等候。联想到女友平时谈起话剧团活动的情况时那种喜形于色的神态，便断定她已见异思迁。于是，连连盘问，有时还悄悄地跟随着去排练场所“侦察”，甚至还请话剧团一名成员充当“侦探”。

她的任何解释都无济于事，两人都因此而痛苦不堪。终于有一天，她对他说：“我受不了你的行为，这是对我人格的不尊重！我们没有必要再在一起了，我们分手吧！”

深度诠释

嫉妒是由于自己的需要得不到满足而进行的一种不良情绪的发泄，是一种企图缩小和消除彼此差距、实现人际关系和心理状态平衡的手段。嫉妒心理如果表现在恋爱中就是一种容不得恋人心目中有其他异性的任何地位，也容不得恋人与其他异性交往的心理倾向。

恋人之间有一些嫉妒心理应当说是很自然的，也是一种正常现象。它产生于爱情的排他性，是由爱而生的一种心理状态。如果恋人之间大方到一点嫉妒心理也没有，那只能说明爱得不深，或者根本没有爱。俗话说，“爱情是一座独木桥”，它只容纳一个人走过去。西班牙剧作家卡尔隆在他的代表作《被迷惑的灵魂》中说：“没有醋意的爱情等于没有灵魂的躯壳。”这个“醋意”就是嫉妒心。

但是，嫉妒如果不能用理智约束，便很容易走入极端，使爱情陷入误区。这种嫉妒发生在恋爱关系确定后直至婚后的整个过程中。一般有三种情况：一种是追前性嫉妒，嫉妒对方从前的恋人，有一种期望对方身上从未有过其他异性追求痕迹的苛求，一旦察觉对方曾经有过恋人，便顿生醋意，甚至中断两人的恋爱关系；另一种是现时性嫉妒，即发现对方现在正与其他异性来往而产生的嫉妒心理，常常表现为责问、监视、盯梢对方，阻止对方与任何异性交往，甚至不惜用暴力来对待对方；还有一种是防范性嫉妒，即唯恐对方与其他异性发生恋情而产生的嫉妒心理。

失去理智的嫉妒对爱情的危害极大。由于嫉妒而产生猜疑，疑神生暗鬼，结果疑点化为“事实”，毁了爱情。更可怕的是，一些人由于嫉妒而产生敌意。爱有多深，恨就有多切，最极端的结果是把自己的恋人置于死地，或把嫉妒的对象彻底毁灭。结果是触犯法律，既

伤害了他人，也毁灭了自己。

迷津指点

对恋人表现出一点点嫉妒，让对方知道你是多么的在乎她。但要把嫉妒控制在适当的范围，不能走入极端，伤了对方的感情。

树立爱情中的平等观念。恋爱双方是完全平等的，应当相互尊重，相互信任。如果每个人都尊重对方的人格与自由，相信对方对自己的爱，那么嫉妒自然就找不到立身之地了。

智慧金言

在我们所有的感情中，最令人迷惑与神魂颠倒的，就是爱情与嫉妒。

——【法】卢梭

第 13 节：脚踏几条船

场景再现

苏河长相英俊，身边有不少女孩子。在一次同学聚会上，苏河认识了小文，小文聪明又漂亮，身边有一大群追逐者。不过，小文对爱情很严肃。苏河费了很多心思才把小文追到手。但苏河并没有因为有了女朋友就收心养性，他继续和其他女孩来往，有些还有很亲密的关系。

和小文恋爱两年，准备谈婚论嫁了。一次，小文在街上偶然发现苏河与另一个女孩相依而行。从两人的神态、动作上，小文什么都知道了，顿时泪流满面。第二天，小文质问苏河。苏河没有否认，理由是“多找几个女朋友，可以给自己留条后路”。小文扭头就走，两年间所有的爱，也从此拗断。苏河想了很多办法想让小文回到自己身边，但都没有成功。

小文后来对身边的人说：“和他这种不负责任的男人在一起，不会有长久幸福的。”

深度诠释

在爱情中游戏人生，实质上也在戏弄自己。想品尝“玩世不恭”的自由，最后只能得到痛苦的结局。

爱情是两性间以情爱和性爱为基础的纯洁而崇高的感情。一方面，人有独自占有所爱对象的欲望，就这一点来说，人类的爱情是“自私”的，排他的。另一方面，爱情是将全部身心倾注于所爱对象，甚至愿为爱情奉献自己的所有一切，就这一点来说，爱情是“无私”的，是献身于对方的。只有这两层意义相互融合统一的时候，爱情才是完整的，才是真正令人神往的。

不少人并不完全理解，只想自己“自私”、“排他”，不允许有其他人与自己所爱的人交往，而又要求对方“无私奉献”，宽容自己与异性朋友的交往。这样的爱情自然是畸形的，甚至是病态的。

真正的爱情是婚姻的前奏，是期望终身相伴的行为，因此，爱情贵在忠诚。对爱情必须有专一与执著的投入，付出真心，幸福才不会擦肩而过。

在水面上行船，不会平坦如平地，不同船的摇摆频率也不会完全相同，所以，脚踏几条船，随时都会有掉下水的可能。再说，一个人只有两只脚，踏在好几条船上，比杂技演出还要高难，不如把脚收回来，踏在一条船上，才能稳稳的。

迷津指点

承诺是相互的，从来都不会有单方面的忠诚。男人的忠诚，换来的是女人的死心塌地；男人的不忠，只会换来女人不顾一切地选择离开。

智慧金言

我只有一项诺言可以遵守，只有一颗心可给人，那项诺言是为您而守的，那颗心是您的。
——【法】大仲马

第 14 节：狗熊掰玉米

场景再现

张力 46 岁了，仍然在婚姻外徘徊。从 22 岁开始第一次恋爱，到现在已经有了 24 年的恋爱经历，共谈了 26 个女朋友，但每次都以张力的主动提出分手而告终。

张力的个人条件不错，在电力局工作，身高 185 米，长相英俊，按说找个对象不是难事，而且张力自认并不挑剔。“我只是运气不好，找的女朋友一个比一个不靠谱”，张力这样解释自己一直没结婚的原因。

可是了解张力的朋友们却不这样认为，他们这样说：“他每个女朋友都多少有些固定的模式，而他当初选择的理由又各有不同：这次的瘦了，下次的就得丰满点；这次的举止不够文雅，下次的就得得体点；这次的过于开朗了，下次就得忧郁点。总之，一个跟多个比，越比越找不到头绪，到头来，再也没人敢应他有关‘给我介绍个女朋友’的提议了……”

深度诠释

很多时候，人愈是摇摆不定，愈是深陷难拔。就像有人吃着简单的菜肴仍能心满意足，有人四面八方地张罗、挑剔，希望各种美味都能兼得，但往往得到的却是患得患失。

我们都听过“狗熊掰玉米”的故事。

很多人在嘲笑狗熊的同时，却没发现其实自己也在犯类似的错误。他们总是拿不同的女人进行比较，试图找出一个最好的，并美其名曰：货比三家。甚至有不少父母也会用这一技巧说服热恋中的人要保持清醒的头脑，不要错过条件更优秀的女孩。

一个在工作上努力多年的工程师，终于达成自己事业的初步目标——晋升为公司经理，原本计划和相交十多年的女友结婚，但他此刻反悔了。

“我想再看看有没有条件更好的女人。”他私下对朋友这么说，并且逐渐疏远原来的女朋友，径自展开新阶段的爱情“选择”。历经和公司的女同事、朋友介绍的老师、美术馆解说员的交往，后来又和网上认识的女子相恋，这位事业小有成就的经理换过一个又一个，他发现每个女人都各有特色，但似乎也都各有缺点。他心里更加迷惘了，究竟什么样的女人才是他最佳的选择？回想当初和原本的女友从一见钟情直到爱情长跑十多年，那段期间他们专注于彼此的心，压根没为这样的问题苦恼过。

在购物时，货比三家不失为一种精明的技巧。可惜找对象不是购物！在经过N轮比较后，你可以回到最初经过的商店购买，因此买东西可以大胆地比较；可是找对象不行，你在经过N次比较后，终于发现其中的某一个女孩最好，可是你想要回头再和她重修旧好时，对方可能早已名花有主。

心理学家研究发现，人们常倾向于粉饰以往的回忆：那些美好的东西越来越多地被保留，形成了与现状强烈的对比效果。比较的结果大多使人感到对当下的失望和对以往更多的留恋，这也是人们为什么常常感叹“世风日下”、“人心不古”的原因。恋爱中的心理也是如此，比较的次数越多，越容易看到现在恋人的缺陷和不足，成功的希望越渺茫，心中对“或许今后能遇到更好的”想法越强烈。

尤其是一些耳朵根子很软的人，他们很容易受别人言论的影响。当把女友带回家时，如果有旁观者给予闲言碎语的评价，他们马上心猿意马起来。这种缺乏主见对于追求幸福也是相当大的障碍。

迷津指点

恋爱多少次锁定对象比较合适呢？答案是：次数越少越好！

合理认识自我，“知道自己有几斤几两”，将择偶的条件调整到恰如其分、可以实现的水平。

建立良性的择偶观念，在恋爱中真诚、公平地对待他人的感情，不进行无谓的比较，使自己陷入困扰。

智慧金言

如果忘却自己而爱别人，将会获得安静、幸福和高尚。

——【俄】列夫·托尔斯泰

第 15 节：误会女友的“身体暗示”

场景再现

吴江是一名工程师，经人介绍，同一名女孩认识了。两人可谓一见钟情，很快就开始了恋爱。

中秋节晚上，吴江和女友在一起赏月。吴江是一个风趣幽默的人，为逗女友开心，一连讲了好几个笑话，女友笑得直不起腰来，甚至把头埋进了他的怀里，用手捶他。

女友温热的身体接触让吴江有些情不自禁，在他看来，这是女友“投怀送抱”的暗示。吴江顺势把女友搂在怀里，动情地吻她，并且开始解她的衣扣。可让吴江没有料到的是，刚才还满面春风的女友突然脸色大变，狠狠地推开吴江，骂了一句“你有病呀”，转身便跑了，只剩下吴江一个人怔怔地站在那里。

几天后，吴江收到了女友的分手短信，而分手的理由是他太轻浮了，不值得继续交往。

深度诠释

女人喜欢用身体的接触来表达自己的善意和亲密。我们知道，小孩子都喜欢依偎在大人身边撒娇，这是动物属性的表现。随着年龄的增长，人在理性上逐渐成熟，动物的原始习性就逐渐退化，隐藏到理性后面。当女人羞于或不善于用语言来表达自己的感情时，她就习惯用身体接触这种最原始也是最直截了当的方法作为传达自己感情的手段。从这个意义上说，女人和小孩子比男人更具动物性。男人和男人之间直来直去，坦荡无私，他们很少用动作来表示亲近感。

从心理学的角度看，女子较重感情，思考问题也是凭感觉的，而且她们的感官比男性更敏锐，尤其是触觉。所以，女人更习惯于用触觉的感受来替代语言的表达。

每个人都有个心理防御空间，一旦其他人侵入，就会引起他们的紧张、警戒和反抗。越是熟悉的人，彼此之间距离越近，身体之间的间隔也就越小。例如，正常的夫妻之间、父母和子女之间的关系最为亲密，所以他们之间的心理距离能缩小为零，即产生肉体间的紧密接触。

因此，如果你的女伴在走路时，总是喜欢亲密地挽着你的手，或是触碰你的身体，说明她和你的心理距离已大大缩短，她不在乎你侵入她的“势力范围”。女人一旦在心理上接受了与男人的亲密关系，就会渴望对方表现出一些亲密行为，如牵手、揽肩、抚摸头发、依偎、拥抱等。有时这仅是一些单纯的情感愿望，而非肉欲要求。女人对这些细小动作的在意和念念不忘，实际上证明了她对爱人的在意。她会很谨慎地把握身体接触的分寸，当她靠着你时，她会觉得信任、可靠、安全和温暖，她对这种感觉的需要比“性”更重要，更有满足感。

有的男人不理解女人这种表达亲近的方式，当女友的身体紧贴着他的时候，便心花怒放，误以为她对自己有肉体上的欲望。其实女人触碰男人的身体，并不完全是要进行肉体上的

接触，更多是来自精神上、心理上的亲近感，她或许只是以此向你表示好感 和亲近罢了，仅此而已，切莫想入非非。

迷津指点

在和女友约会时，不仅要用耳朵听她说些什么，还要用眼睛看她做什么。只有这样，才能更 准确地洞察到她心里的真实意图。

男人也要学会用手指来表达爱意（这与性无关）。如经常习惯性或自然地抚摸女友，这种温 馨的举动无言地传递这样的信息：“我爱你，我理解你。”这种温情能增进你们彼此的感情 。

两人因趣闻同时发笑时，或女孩以淘气表现自己的可爱之处时，可以用指尖轻点她的额头 ，或轻捏她的鼻头，配合宠爱的眼神，冒充兄长而顺势获得她的好感。

智慧金言

坦白的爱情自有它的预感，知道爱能生爱。

——【法】巴尔扎克

第 16 节：不敢主动亲昵

场景再现

交往一段时间后，李刚和女友的感情一直在升温，他觉得和女友的关系应该要更进 一步。

在一次约会中，李刚对女友说：“我可以亲你吗？”

女友没说话，害羞地把头低了下来。

李刚又说：“你可以让我亲一下吗？”

女友还是没出声，头更低了，脸上泛起了红晕。

李刚有些生气了，说：“你哑巴啊？”

女友腾地站起来，生气地说：“你死人啊！只知道说，不知道行动呀！”

深度诠释

情场上男人最笨的一句话就是：“我可以吻你吗？”如果女孩说：“可以。”那就显得太 不 矜持。她只能够选择说：“不可以”或者默不作声。男人想吻女人，应该吻了再说，不必 征求她的同意。在童话中，睡美人睡着的时候，王子就吻了她，当然没有征求睡美人的意见 。他一吻，睡美人就醒了，没有控告他性骚扰，而是爱上了他。

未得到女孩同意就吻她，顶多挨一记耳光，但是也有可能得到一个拥抱。然而，在吻之前先询问女孩，肯定什么都得不到。女孩一定会在心里骂他是个蠢材。

不只吻她不用问，男人在恋爱中任何进一步亲昵的举动都不需要女孩说同意。例如男人想留在她家里过夜，也不必问：“今天晚上，我可不可以留下来？”你只要通过观察，就可以知道什么情况下应该留下，什么情况下应该走。

和男人一样，女孩子也需要得到异性的爱抚和刺激，也一样有情感和性的需要，但是她不能突破自己的羞怯心。如果一个男人一句话也不问，就这样吻了，他就帮助女孩子突破了羞怯的障碍，帮助女孩子做了她想做而不敢做的事情。

流行漫画家朱德庸的漫画中有这样一个故事。女孩子说：“我们必须结束这种不正常的交往。”男人委屈地说：“不正常？天呀！每次约会一到晚上10点我就送你回家。交往半年别说接吻，就连牵手也没有牵过呀！”女孩子回答说：“对呀，你说这种交往正常吗？”女孩子的心理，让“正常的”男人感到很不理解。

女孩子喜欢男性采用不宣而吻的方式，这是一种很浪漫的感觉，像在圣诞节打开盒子，发现了一个自己没有想到的礼物。在女孩看来，一个敢于这样做的男性是勇敢而有男子气的，而那些过于小心谨慎的男孩却被视为胆小懦弱。

当然，你不能贸然地去吻一个女孩子。虽然在吻之前不用问她，但一定要观察，看自己是不是会被她喜欢。如果你在双方还没有建立起好感之前，就贸然吻她，只会引起她的愤怒，会被认为是性骚扰的无耻行为，甚至可能导致关系的终结。

因此，在恋爱中，最重要的是要唤起她的爱恋之情。在你的爱情攻势下，你们的心灵一步步接近，这时，你会从她的眼神中感受到她对你的感情在加温。当加温到一定程度时，你就要果断出击，勇敢地吻她。一旦她接受了你的吻，你也就得到了她的心。

迷津指点

有些事情，男人是不必征求女人同意的，例如：“我可不可以打电话给你？”“我可不可以再找你？”“我可不可以拉着你的手？”“我可不可以吻你？”“今天晚上，我可不可以留下来？”

女人有时说的话，男人不要相信。例如，女人哭着说：“我以后不想再见到你，你给我滚！”不一定是真的要你滚；你搂抱着她，她推开你说：“你放手！你不要再碰我！”你不一定要真的放手；女人说：“我不想再听到你的声音！”其实她可能会很期待接到你的电话；女人说：“我们分手吧，以后也不要在一起了。”说这一句话的时候，看似决绝，其实可能是在等着你去说些好听的话。

要留意女孩的“放电信号”。如果女孩有下列的躯体语言，就表示她可能在期待你的亲昵：

- ①频繁以公共场合不常见的怪异手势拨弄头发。
- ②常一脸深情地凝望你却不说话。
- ③上牙咬住下唇角，或下牙咬住上嘴唇，咬住就不撒口。
- ④为了凸显身材挺直上身。

⑤左右轻轻晃动小腿。

如果不能完全确定女方的态度，可以先做一些试探，如在过马路、进出大门、上下汽车、人流拥挤、空间狭窄等情况下，将手稳重地托住她的后腰，如果她没有推开你或左右摇摆挣脱，基本上这个动作就算已被接受，可以开始更亲昵的动作了。

智慧金言

不该吻而大胆去吻的人可被原谅，可以接吻而畏怯不敢吻者，不可饶恕。

——【英】劳伦斯

第 17 节：贬低恋人的亲友

场景再现

周末，刘莉应邀参加一个朋友聚会。正好男友李伟这天也休息，于是两人一起去了。在聚会上，刘莉玩得很开心。

在回家的路上，刘莉还沉浸在聚会的喜悦中，两人的谈话也很自然地围绕着那些朋友展开了。

刘莉问：“你觉得我的朋友们怎么样？”

李伟一边开车，一边说：“没什么感觉，还行吧。那个小青也是你同学吧，怎么那么张扬。”

“那有什么不好，现在这样的人才吃得开。”刘莉不以为然地说。

“但她有些过分了，让人觉得她很轻浮。”

“注意你的用词！”刘莉的态度激烈起来，“你怎么可以这么说我的朋友？”

“我说的是实话嘛，难道你不觉得吗？”李伟也火了。

“你怎么能这样说，她是我朋友，我们的关系一直都挺好。”刘莉表达着自己的不满。

“我又不是说你，我只见过她一次，我只是说我的感觉，有什么不对？”

“你这人怎么这样？别以为你的那些朋友我都喜欢，还有你家里人，尤其是你二哥，天天来要钱。”刘莉把战线进一步拉开。

“他是有困难才来借钱，我上学时还借过他不少钱呢！”李伟已经被激怒了。

刘莉也有些窝火，两个人都余怒未消，回到家以后还是谁也不理谁。

深度诠释

成语说“爱屋及乌”，在恋爱中，除了尊重和关爱女友以外，还要学会尊重她的亲友。你尊重他们，女友会认为你尊重她；你不尊重他们，即使与女友无关，她也会认为你不够尊重她，不够爱她。因此，在你的女友说她父母或亲戚的某些缺点时，你千万不可随声附

和。即使她喋喋不休地指责，那也毕竟是她的父母或亲戚。如果你真的傻到去和她一起指责，后果只能是女友把所有的愤怒都发到你的身上。

人都是生活在社会中的，总要有各种各样的社会关系和千丝万缕的感情。家人和朋友是一个 人生活中不可缺少的一部分，是她的支持系统，影响着她的喜怒哀乐。因此，两个人的爱情 也不可能隔离在双方的家庭之外。为了让你们的爱情减少一些阻力，你有必要与恋人的家 人搞好关系。

作为恋爱中的人来说，要理解体谅恋人的家人，尤其是恋人父母的心理和感情。子女的婚姻 问题是老人最关心的大事，出于对子女的关心爱护之情，他们都希望自己的子女有美满幸福的 婚姻，因此在对子女对象的选择上有时过于苛刻，这是不难理解的。

对于老人挑出来的缺点毛病，只要正确，自己就要努力克服、改正，并经常在老人面前好好 表 现自己。在老人面前要表现出尊重和谦虚，一个尊重老人、懂得礼貌、又聪明能干的小伙子 是会受到欢迎的。

如果是因为老人对你不了解，感到陌生而冷落你，那你就要通过各种适当的方式，尽量在他 们面前表现自己，使他们能充分了解你。

当然，取悦恋人的父母，也不能丧失原则地去乞求。例如当你的恋人的父母无理地挑剔你，或嫌你的职业低下，或嫌你的家庭卑微，或嫌你生性刚直不会溜须拍马等，你不必为了迎合他们的庸俗心理而去改变自己的性格恰恰是优点的地方。相反，应该同你的恋人一起去 做老人的工作，用你的真诚去打动他们。

迷津指点

尊重你的恋人，也要尊重对方的家人和朋友。这样，对方也会给予你的家人和朋友同样的尊 重。

智慧金言

人受到震动有种种不同：有的是在脊椎骨上；有的是在神经上；有的是在道德感受上；而最 强烈的、最持久的则是在个人尊严上。

——【英】约翰·高尔斯华绥

第 18 节：有了爱情丢了亲情

场景再现

在与女友热恋后，江伟就搬到外面和女友过起了同居生活，当时他对家人说：“别 再管我了，我已找到了属于我的港湾。”就这样过了好几年，连年节也没回家看看，反倒是经常去看 望女友的父母。

一年夏季，一趟旅行意外夺走了江伟双亲的性命。江伟是家里唯一的孩子，当他接到警方通知，突然像是被闪电击中，冰封已久的亲情瞬间从心底流泻出来。他当下丢开手边的工作，急着赶往出事地点想见双亲最后一面。但不幸的是，父母在车祸当场便已亡故，等他到了出事现场，面对两具冰冷的尸体，禁不住号啕痛哭。很久一段时间他都走不出这丧亲的阴霾，更深的痛苦是，他不解自己过去那段日子，怎么会傻到以为有了爱情，自己就能割舍掉父母亲情，以至于一点孝心也未曾尽过。

深度诠释

孩提时，父母是我们的天、我们的地，是所有幸福的来源。可是，这一切在那个原本陌生的人出现以后都改变了。她闯进你的心扉，爱情来了，你激动狂喜，整天思绪飞到窗外。你每天几乎都在做着和爱情有关的事情，发信息，打电话，约会，做什么都想着她，甚至睡觉可能都不放过。这时的亲情显得渺小，不重要。回家除了吃饭，睡觉，你可能很少会跟家人交流。就是在外面家人给打个电话，也许接起来都显得那么的不耐烦。

而此刻，父母的脸上没有你期待的笑容和兴奋，他们反而变得格外严肃、谨慎，可能定下门禁时间要求你遵守，一会儿问这个、一会儿又问那个，对你的女友提出了很多在你看来纯属“挑剔”的意见，还暗中注意每一封寄给你的信件和礼物。这时候，很多人开始讨厌起自己的父母。于是，我们看到了身边有很多人自诩爱情至上，因为爱情而冲淡了亲情，因为爱人而疏远了亲人。

可是，不要那么轻率地为爱情就疏远亲情，血浓于水的亲密关系一生一世都不会改变。父母并不是真的要与你作对，也许就行为上看来很像，但这只是因为他们担心你受到伤害，因为他们在年轻时也曾误打误撞受过情伤。

在上学时曾经看过这样一个故事：乡下小村庄的偏僻小屋里住着一对母子，母亲生怕遭窃总是一到晚上便在门把上连锁三道锁，儿子则厌恶了枯燥的乡村生活，想去看看外面世界的精彩。某天清晨，儿子趁母亲睡觉时偷偷离家出走了。

可惜这世界不如他想象的精彩，在遍体鳞伤后，他才领悟到自己的过错，也更加思念母爱的温暖。十年后，他终于拖着受伤的心与狼狈的身躯，回到了故乡。

他回到家时已是深夜，微弱的灯光透过门缝渗透出来。他轻轻敲了敲门，却突然有种不祥的预感。他扭开门时吓了一跳。“好奇怪，母亲之前从来不曾忘记把门锁上的。”母亲瘦弱的身躯蜷曲在床上，以令人心疼的模样睡着了。

“妈……妈……”听到儿子的哭泣声，母亲睁开了眼睛，一语不发地搂住儿子疲惫的肩膀。在母亲怀里哭了很久之后，儿子突然好奇问道：“妈，今天你怎么没有锁门，有人闯进来怎么办？”母亲回答说：“不只是今天而已，我怕你晚上突然回来进不了家门，所以十年来门从没锁过。”

母亲十年如一日，在等待着儿子回来。

要知道，亲情和爱情永远不能等量，父母是你一辈子最值得信任的人。对一个人来说，爱情不能没有，也要好好珍惜，但不要因为爱情浪费了太多我们不应该浪费和失去的东西。

当然，父母的心中也会有些许的“自私”。“独占心”是人性上很难克服的一点，父母

不舍得从此和这个外人来分享你的心、你的爱，他们害怕你从此忽略他们，所以他们常以一种挑剔的眼光来看待你的恋人，甚至会做出一些控制对方的行为，对她提出很多意见和批评。这一点就像有些单亲的孩子不愿离异的父母再婚一样。为此他们会不好好吃饭，不乖乖念书，或是干脆离家不回来。他们的行为看来很幼稚，伤害自己也伤害了父母，但是他们的本意只是想留住父母的爱，担心父母有了新伴侣后就冷落了他。

这就是人性，做儿女的不能不体谅。你要做的是，在拥有爱情时，尽量让父母的感受舒服一点，因为你仍爱他们。

迷津指点

当你终日如痴如醉地沉浸在与爱人的缠绵中时，请转过头，你的身后有默默注视你的家人，请对他们说：“我永远爱你！”

智慧金言

如果一个人把生活兴趣全部建立在爱情那样暴风雨般的感情冲动上，那是会令人失望的。

——【波兰】居里夫人

第 19 节：女孩的心事猜不透

场景再现

小秋和小王是同事也是恋人，两人称得上郎才女貌，是大家眼里最艳羡的一对。大家都认为两人会很快走入婚姻，但没想到才几个月，他们就分道扬镳了。

很多人都想不通，现在年轻人的爱情究竟怎么啦？小秋对别人说起他们之间的事，说他太不了解自己，根本不知道自己到底想要什么，想过一种怎样的生活。

可小王却有另一番解释：“她要什么，我能做到的，都会想办法满足的。可她总喜欢给人打哑谜，让人猜猜猜的，不嫌累啊，两个人在一起需要沟通的，你不说我怎么知道你究竟想要什么。”

原来如此！

深度诠释

“女人心，海底针。”这是很多男人的感叹。事实上也确实如此，没有几个女人愿意老老实实在恋人面前说出自己心里所想，有时候还会把心思藏得很深，但这不能成为男人不去了解女人的借口。有些大男子主义十足的人，总认为自己永远是对的，而往往将女人的

想法视作愚昧而不加理睬，把和女人沟通看做是麻烦和浪费时间的事。这种男人想要收获好的爱情，只能是痴心妄想了。

女人都有些矜持，所以会故意隐藏自己的心事，但仍希望自己的恋人能够去耐心探索，恰到好处地知道自己的心思，并为此心思服务。如果男人真的爱这个女人的话，就应该仔细去倾听、去挖掘女人内心的世界，从每一点细微处着手。不懂恋人的心思，男人为爱情付出的努力只能是费力不讨好。

其实了解女人的心事并不难，重要的是男人是不是花了心思。一般来说，只要做到以下几点就好了。

①学会倾听。女人都期望自己的男人可以倾听自己，理解自己。女人希望在自己说话时男人能够用心听，她把这当成一种尊重的表现。在遇到问题的时候，男人通常表现得比较理性，他们会选择交谈的对象，一起研究问题，辨明是非，再去想解决的办法。而女人却不同，她在心情不好时会大声嚷嚷，泪流满面，说的话一句比一句狠，直到感觉心里舒畅为止。其实，这时女人的发脾气只是为了发泄，她不会去想这样做到底能解决什么。她发泄完了，事情也很可能就过去了。所以男人在这个时候，最应该做的就是安静的倾听，而不去发表任何的言论。这个时候，男人千万别去试图打断他，跟她讲道理，那只能是旧的问题没有解决又带出新的问题来。

②经常表现出关心。在看到女人忙碌的时候，你一定要问上一句：“要不要帮忙？”她也许不会真的需要你去帮忙，但这种问候让她感觉到被关心，心情会很舒畅。在一些重要的日子（如相识周年、生日等），记得送上一件小礼物，她不会在乎礼物值多少钱，她在乎的只是被重视的感觉。在任何时候都不要女友面前称赞另一个女人有多好、多漂亮，即使当女友指着某一位光鲜靓丽的女郎说看她身材多好的时候，也不要随口附和，你只需要专注地看着女友，赞一声：“在我心中你是最好的。”她即使心里明白你说的不一定是真话，但也会非常满足。

③回答问题时要小心。很多时候女人在潜意识里都会把自己当成是孩子，天真、撒娇、任性、受宠都是她作为孩子的种种特权，所以男人千万不要认为自己的女友“很懂事”。当女友跟你闹了点小矛盾时说：“分手吧。”你千万别把这话当真，她之所以说出这样的话，只是想要得到安慰，你最应该做的是用坚定的语气回答：“我爱你！我不能没有你！”当女人早上梳洗打扮换好衣服后，在镜子前面照了又照，总是表现出不满意，很可能还会询问你：“这样打扮合适吗？这样搭配衣服会不会显得比较胖？……”女人在询问时往往只是问问而已，或只是想听到一句夸赞的话，并不需要“是”或“不是”的回答。所以，你可以夸赞她的眼光和身材，或者是转移话题。千万别停留在这个问题上陪她探讨，那样很容易招来是非！

男人们不要把“女人心，海底针”当作不想去了解女人的借口。女人的心思虽细腻，但并不难猜，只要用心就可以。其实女人很容易取悦，很多时候，女人想要的只是一个形式上的东西。一句真诚的问候，一件微不足道的小礼物，一声真心的赞美，都会让她感动连连。

女人很容易满足，心思也很简单，只要男人在平时的生活中对她多一分爱意，多一分体贴，多一分细心，那么就可以理解她的需要了。

迷津指点

任何时候不要对向你倾诉的女人表现出不耐烦，也不要和她讲道理。要知道，女人之所以对你倾诉，是因为相信你、依赖你。

必要的时候，做出一些亲昵的举动，这样她会感觉到你的关爱，并且更加信任你。

智慧金言

不得语，暗相思，两心之外无人知。

——白居易

第 20 节：只相信一见钟情

场景再现

王兴大学毕业后应聘到北京一家国有企业，由于王兴天资聪敏，精明强干，加上工作努力，5年后便被提为公司的经理。在公司，王兴也成为少女们竞相追求的目标，但王兴没有一个看上眼的，用他的话说就是：“见了面没有感觉。”

在一次朋友的聚会上，王兴认识了徐莉莉。徐莉莉是一个南方女孩，大学毕业后来到北京，在一家银行上班。王兴从第一眼看见徐莉莉起，顿觉相见恨晚，觉得徐莉莉哪儿都好，甚至可以用“完美”来形容。

此后几天，徐莉莉的一颦一笑经常浮现在王兴眼前。平时不善于和女孩打交道的王兴，拨打了徐莉莉的电话号码，徐莉莉也挺爽快答应再次见面……

王兴和徐莉莉正式开始交往，他对徐莉莉的感觉很好，两人很快就发生了性关系。王兴觉得自己是全天下最幸福的人。在徐莉莉的要求下，交往一个月后，两人举行了婚礼。结婚后的王兴和徐莉莉甜甜蜜蜜。可刚出蜜月，徐莉莉像变了个人似的，她时常以陪客户为名不回家，有时还夜不归宿。开始时，王兴觉得倒也正常，自己也是生意中人，明白应酬是不可避免，但时间一长不免心生疑虑。

有一次，徐莉莉又像往常一样对王兴说去陪客户，王兴装作漠不关心的样子点了点头。徐莉莉前脚出了家门，王兴后脚便跟了出去。他发现一个男人和徐莉莉手挽着手、有说有笑地进了一家酒店。当怒不可遏的王兴推开房间的门时，看到的一幕让他惊呆了：妻子和那个男人赤身裸体地抱在一起。

而徐莉莉此时也说出了事情真相：在与王兴见面之前，她已和他人有染，并且已经怀孕，只是为了给小孩上户口，才决定和王兴结婚。

深度诠释

一见钟情是如何产生的呢？

每个人的潜意识里都会有一个理想中的“爱人”。这个爱人的形象并不是一生下来就有的，而是随着年岁的增长，很多异性的支离破碎的外在美、气质美的形象，一点点地将这张图描画具体。年龄越大，这张图就越清晰。

每个人的心里都会有一个“爱人”，只是懵懵懂懂中不一定知道它的存在。当有一天，你遇到这么一个人，她的身高、体形、眼神、发式、肤色、举止乃至服饰符合你理想中的“爱人”中一项或几项。这时，你便完全被她吸引住了，你会心跳加快、手心出汗、脸色潮红、激情荡漾……在刹那间觉得她就是你朝思暮想的情人！

一见钟情是非理性的，甚至是不讲道理的。但是，她就是有一股魔力，一下子能吸引住你，能让你神魂颠倒。当然，我们不能因为“一见钟情”的“非理性”便断言它是“洪水猛兽”。一见钟情的爱情，无论在历史上，还是在文学作品中，都随处可见：黑格尔四十岁时一下子看中了玛丽，向她求婚，玛丽欣然答应，经过挫折，终成夫妇；戴高乐第一次遇到叶风·汪杜洛小姐便爱上了她，两人共同度过了五十年的美好岁月；卓文君隔帘看到温文尔雅的司马相如，夜间逃出深堂大院，与司马相如一同私奔成都，结为夫妻；郁达夫初见王映霞，一见如故，激动异常，后来成婚……当然，文学作品中的“一见钟情”就更多了。

但是，一见钟情也有不足之处。正因为它建立在强烈的兴奋的基础上，会抑制认识的客观性，这就包含了一种危险性。“一白遮百丑”，某一处的优点（譬如外貌），就会遮盖其余的缺点，使人们无法客观地、公正地、全面地衡量和评价对方，陷入片面性。据统计，“一见钟情”式的婚姻成功率只有10%左右。如果因为一见钟情便匆忙决定婚姻大事，是不可取的。

我们知道，两性之爱的特点之一是直觉性，而决定爱情成功与否，除了起始条件的有无，更重要的是感情的深浅，而“一见钟情”只是爱情起始的一种形式，它并不能决定它的未来。而决定爱情未来的是什么呢？是你们两个人在恋爱相处过程中建立起的和谐的感情。

在“一见”之后，还需要“二见”、“三见”……在以后的相处中，努力地去了解对方的性格、兴趣、爱好、感受以及工作和学习情况等，同时，也向对方展示自己的内心世界，只有敞开心扉，两个人才有可能建立起信任感、知己感，在此基础上，进一步加深彼此的了解和心灵的沟通，有相知、相爱的基石，爱情才不会成为空中楼阁，自然也就可靠啦！

迷津指点

要真正了解一个人，必须全面、彻底、深入，切不可被一时的表面现象弄花了眼，以致上当受骗。

多相处一段时间以后再决定，虽然不够“激情”，但总比后悔一世要强。

智慧金言

恋爱是戴着眼镜看东西，会把黄铜看成金子，贫穷看成富有，眼睛里的斑点看成珍珠。
——【西班牙】塞万提斯

第 21 节：不懂女人心

场景再现

江鹏很喜欢同单位的小青姑娘，经常去找她，也很想接近她，但由于他天性胆怯、寡言，一直没有勇气向她求爱。小青很喜欢江鹏的诚实，对他也很有好感，有心捅破那层窗户纸，但一直没找到机会。

一个月牙儿当空的夜晚，万籁俱寂，江鹏和小青在小河边的柳树下坐着。为了打破僵局，小青想法子要给江鹏一个亲近自己的机会。

小青：“有人说，男人手臂的长度等于女人的腰围。你相信不？”

江鹏：“真的吗？”

“当然是真的啦！”

“那我去找根绳子来比比看。”

“谁要你找绳子！”小青生气地责怪。

“你不是要量腰围吗？”江鹏不解地问。

深度诠释

一方热血沸腾，爱心大动，另一方却木讷笨拙，毫无知觉，这是生活中常见的现象。如果女孩向你示爱，却引不起你的注意，可能会贻误时机，终生遗憾。那么，该如何正确判断对方是否真的已经爱上了你呢？如果对方出现以下这些行为，则表明对方可能已经爱上你了：

①她对你的情况表现出极大的关心。例如，询问你的工作学习，关心你的生活。她对你的家庭、亲友、同事的情况也表示出兴趣，经常自觉不自觉地向你了解这些情况。对于一些无法直接向你问及的情况，她会从你的朋友那里旁敲侧击。例如，你最近有没有过往甚密的女友？你对她的评价如何？

②你们之间的一些琐碎事，或者你随口说的连你自己也忘了的话，她却还记得。因为对方爱你，所以和你在一起时神经就处于高度兴奋的状态。而人在兴奋时记忆力最强，对事物的印象也最深刻。你的穿着打扮、言谈举止都会印入对方的脑海，经久不灭。

③她经常有意和你在一起，并且总有一定的理由，这些理由听起来有时甚至完全不成立。她的兴趣，爱好也渐渐和你趋于一致，即便还有些距离，也肯委屈自己来迎合你兴趣。

④即使你的衣着外表很普通，举止也不高贵，她仍然常常有意无意地夸奖你。道理很简单，“情人眼里出西施”嘛。

⑤她愿意将你介绍给家人、亲友和同学认识，有意请你到家里做客和在其社交圈中亮相，

对于你们交往所引起的舆论则不予理睬。她这样做的目的，一方面是想让你走进她的生活社交圈，另一方面也想听听别人对你的评价。

⑥你与某一异性接近，显得有些过于亲密时，她便显露出嫉妒心。或是向你表示不满，或是攻击和你接触的异性。即便她性格比较内向，也会表现出一种失落感。

⑦她会主动送一些你需要的、你喜欢的东西作礼物，你若坚持不受，她明显失望。她总在找机会帮助你，哪怕是投你所好。

⑧如果你做错了什么事，她会焦躁不安，甚至在和你谈话时，也显出不耐烦的表情。因为她深爱着你，才会关心你如同关心自己，才会对你犯的错误耿耿于怀，表露不安。有时顾虑到你的自尊和其他因素，她不好直接向你讲明，但会自然而然地便流露出焦躁、不耐烦的神情。

迷津指点

如果一个人心中燃烧着爱情的火焰，眼睛里就会流露出爱的信息，行动上就会发射出爱的信号。“身无彩凤双飞翼，心有灵犀一点通”，只要你用心，便能捕捉到这些爱的信息！

智慧金言

恋爱是对异性美所产生出来的一种心理上的燃烧的感情。

——【英】萧伯纳

第 22 节：爱得密不透风

场景再现

自从见了赵薇以后，沈宾就喜欢上了这个清纯靓丽的女孩，随即发起了猛烈的攻势。终于工夫不负有心人，赵薇答应了他的追求。此后，沈宾对赵薇关心有加。

从周一到周五，每天早上，沈宾都会准时在赵薇家门口等她，然后送她上班；一到下班时间，沈宾都会准时到赵薇单位门口等她，然后送她回家。周六、周日则会全天陪伴，风雨无阻。这样还不算，每天到吃饭时要关心赵薇是不是好好吃饭、到睡觉要关心赵薇有没有失眠……

很多人都很羡慕赵薇。赵薇在一开始时也觉得沈宾对自己关爱有加，并且很是感动。可一段时间后，赵薇有种窒息和想逃离的感觉。一天，赵薇因工作出了点小错误，心情不好，便对沈宾说自己心烦，想一个人静静，不让沈宾下班后来接她了。但是沈宾不听，仍然准时出现在单位门口，直到把她安全送进家门。

到家后，赵薇洗完澡后准备躺床上休息一会，这时电话就打来了，是沈宾。赵薇告诉沈宾自己现在很累，想要休息。沈宾说：“那你睡吧，一会儿记得起来吃点东西。”然后挂

了电话。

赵薇刚睡一会儿，手机又响了，是沈宾：“吃饭了吗”

“我不饿，但是很困，你不用管我了，忙你的事情吧。”赵薇有些不耐烦了，挂断电话后就 把手机关了。可是她已经睡不着了，只是蒙着被子大脑一片空白地躺着。

“丁零零……”家里的座机响了。

赵薇掀开被子冲出卧室，拿起了电话，还是沈宾。

“沈宾，你烦不烦，说了多少遍了，我想安静一会！你非要把我逼疯是不是？”赵薇觉得自 己要崩溃了，“咣”的一声把电话挂了，并且把电话线也拔了。

第二天早上，赵薇刚开门，又照例看到了在那站着的沈宾，赵薇简直要晕倒了。

深度诠释

女人需要关心，需要疼爱，但这种关心和疼爱绝对不能成为一种压力，也不能成为烦恼。

有些男人就有了这样的一个逻辑：纠缠不休是因为爱你；限制你与朋友聚会是因为爱你；检查你的手机是因为爱你。这些男人以“爱”的名义把女 人围得密不透风并且肆意伤害，并且妄想这样的“爱”就是女人的幸福，而要求女人心甘情 愿地接受这样的“爱”。

对于身边的恋人，男人是应该呵护备至，但是这种呵护也是有度的。要知道，凡事物极必反 。当男人将自己的女人置于一个密不透风的环境中时，给女人的感觉只能是苦闷。女人也需 要自由，她们完全愿意并且可以做好很多事情。在这些事情当中，她们体味着忧愁和烦恼 ，并享受着自己的幸福和快乐。当关心成为两个人在一起的羁绊时，关心就会成为一种负担 。从你的关心中，女人得到的不是幸福，而是伤害。

有些男人也很困惑，如果对女人热情点吧，会说你不求上进，如果不热情吧，又会被说成不 体 贴。于是他们便会发出孔夫子式的感叹：“唯女子和小人难养也。”实际上，这里有一个度 的问题。女人对爱情和婚姻有一种渴望：要距离不要疏离。爱情就像用手去捧沙子，需要捧 在手上，但不能握得太紧，因为握得越紧漏得越多。任何人都不愿意受到爱情的束缚，对方 渴望你真诚的关怀，但你形影相随的亲密会让对方透不过气。

爱情不是自私的占有。真正的关心应该让对方既温暖又轻松自在。那种每时每刻都紧盯着不放 的“关心”，其实是一种占有欲，只会让对方觉得受到束缚。这种极端的爱情很容易把 自己的情感画地为牢，徒增生活的苦恼。如果这种情况长期得不到改善的话，女人最终的决 定一定是“逃跑”。

迷津指点

男人应该做远远看护女人的月光，而不是阻挡女人的墙。

男人应成为女人世界的中心，但绝不能成为她世界的全部，别以关心及爱的名义把她围得密 不透风，给她一个空间，让她既能感觉到你的关怀体贴，又能呼吸到新鲜空气。

智慧金言

婚姻是两心相印，相忍相让的结合。

——【法】罗曼·罗兰

第 23 节：用金钱来衡量爱情

场景再现

自从谈恋爱以来，海阔几乎每天都给女友阿蓉打电话，而且总是出其不意地带给她很多惊喜。他们一起出去吃饭，每次都是海阔抢着付账。阿蓉过意不去，便偷偷地买礼物送给他。每次收到女友的礼物，海阔都很开心。

海阔英俊潇洒，事业有成，有房有车，又将阿蓉呵护得像个公主，上下班车接车送，晚上拉着她满城转悠，四处搜寻美味小吃。偶尔，阿蓉单位有事，海阔的电话每隔半小时就会响起，他的牵挂让她暖心。那段时间，阿蓉的眉眼里全是幸福的微笑。海阔也为成功俘获美人芳心而颇感得意。

有一天，海阔要加班，阿蓉特意做了饭给他送去。海阔吃饭的时候，阿蓉闲着没事，便打开电脑玩游戏。无意间，她看见他的电脑桌面上有一个“恋爱细则”的文件夹，便好奇地打开：

3月5日，与阿蓉初识，晚餐花费100元；3月13日，逛动物园花费150元；3月15日，给阿蓉买花60元；3月18日，阿蓉送我打火机80元……

海阔的账记得太细了，每一个细节，甚至15元钱的矿泉水都没有落下，最后显示：海阔花费76834元，阿蓉花费20616元，两人之间差额是56218元。

“看不出，你还挺有心的。”阿蓉有些不是滋味地说。

海阔得意地笑，“事实胜于雄辩，看出来了吧，我爱你爱得深，你爱我爱得浅。以后，你要对我好一点啊，那也是可以换算成金额的。”

阿蓉愕然，“在你的心里，爱情难道是用钱来衡量的吗？”海阔断然否定，“金钱买不到爱情，但它可以让人看清楚两人之间的差距。阿蓉，我对你的爱是不打折扣的，我为你付出的再多也无怨无悔，只要你一直爱我一个人，就足够了。”

“如果有一天，我不再爱你了呢？”阿蓉紧盯着他的眼睛。

“既然你的爱收回了，那我也收回我的爱。”海阔干脆地说。

阿蓉黯然，原来，他的爱是有条件的。

第二天一大早，阿蓉从银行里取出56218元给海阔汇了过去，发信息给海阔说：“你的深情我担不起。”

深度诠释

金钱与爱情，各有各的用途，钱可以防寒饱肚，爱可以滋养心灵。如果手头紧张，两人

同甘 共苦，携手挣钱；感情出现危机，两人同心协力，修补情感。这样说来，其实金钱与爱情原本是两回事，就该分开来思考。然而在这物质泛滥、情感缺失的年代，很多人 喜欢把爱情以金钱、数字来计算。爱一个人爱到不用直觉、不用柔情、不用真心，而是拿着 尺去量，拿着电子计算器去算。原本爱一个人的初衷，最后变成了和他斤斤计较。这时的 爱情也已经掺杂了太多其他成分，变得面目全非了。

爱情原本与金钱无关，而金钱也毫无能力去保证爱情。用金钱来衡量爱情，顶多也只是衡量 出一颗欲求物质的心。很多人在婚前为各种各样的爱情“保证品”而忙碌，鲜花、钻戒、珍 饈、嫁妆与聘金……多少人为此焦头烂额。可是，有了这些物质，就能保证爱情天长地久了 吗？更多的情况是，这些东西打着爱情幌子的华丽包装，将爱情给物质化了，反而把谈感情 变成 了谈条件。接下来情感的发展，随着物质的增多而浓郁，因着物质条件的削减而转淡，甚至 在感情无法继续下去时，彼此还计算着“补偿品”而对簿公堂。看看多少情感的决裂，不都 是因为情感以外的东西在作祟吗？

人在爱情中之所以会有痛苦，很大一部分的原因是因为有了“非分”之想。对物质的欲望无 穷无尽，永远不知满足，很容易便将爱情变成了好高骛远、滋生痛苦感受的温床。而有些出 身迥异却真心相爱的人，他们不在乎别人重视的金钱、权力和任何虚荣的形式，只在乎简简单 单的爱情，互相扶持，彼此相信，坚强地凝聚在一起，最终开创出属于自己的幸福的人生。

富足、幸福是一种感受，难以衡量。若是去衡量，就是陷入了欲望的黑洞，永远也量不 尽， 无法满足。一个懂得珍惜的人，可以在任何一种境况中把生活过得像天堂；反之，不 够 洒脱，不能知足的人，无论什么时候，都会把生活过得像地狱。在爱情中，放弃对钱的 过度 关注，才能看到钱以外的事情，想想看，两个人胼手胝足建立的家园，那该有何等温馨！ 因为有纯真的爱情，生活是多么轻盈自在！

迷津指点

金钱任何时候都不能作为爱的资本和筹码。在投入恋爱时，问自己的内心：“如果剥除了物 质的考虑，我真的还深爱她吗？”

用智慧去放下过多的欲望。只有欲望愈少的人，才愈容易看清楚自己拥有什么，而好好 加以 爱惜。

爱情并非向对方索取和计较，而是留意对方的每一分付出，以及两人之间每一闪小小的 火花 与默契。即使看似小小的欢欣，经过细细地品味后，也会变成莫大的快慰。

智慧金言

被人爱和爱别人是同样的幸福，而且一旦得到它，就够受用一辈子。

——【俄】列·托尔斯泰

第 24 节：求爱不成的疯狂

场景再现

22 岁的男大学生李刚爱上了同班女生小谭。他多次向小谭表示好感，都被拒绝了。李刚并不就此罢休。一天晚上，李刚揣着事先准备好的菜刀，在教学楼内找到小谭。当求爱再次遭到拒绝后，竟拿出菜刀逼住她的脖子相威胁。

接到报案的民警迅速赶到现场，及时制止了李刚的疯狂行为。因涉嫌犯罪，李刚被刑事拘留。

深度诠释

虽然在人们心目中似乎女人比男人更“痴情”，但实际上男人更容易成为“单相思”的主动一方，这是因为男性的“性幻想”往往比女性更为大胆狂放。我们常可在网上或报纸上看到这样的事情：一位 20 来岁的小伙子，手捧 100 多支鲜艳玫瑰，在门外足足站了 3 个多小时，为的只是想与暗恋已久的女孩见一面。

然而，感情毕竟不是一厢情愿的事。何况，感情是复杂、微妙的，它的建立不可能像泡方便面那么快。于是，一些怀着对感情的急切渴望的男人，很容易陷入单相思的苦恼，导致一系列的伤害。

一般来说，“单相思”并不会对社会造成严重危害。统计显示，由于“单相思”导致的暴力少之又少。有些“单相思”还可能在无意中促成了失恋一方的成才。如拜伦、济慈、莱蒙托夫、瓦特、契诃夫、莫泊桑等人在年轻时都曾有过“单相思”的经历，而正是失恋后的悲伤、沮丧和绝望，促成了他们发愤图强，最终成了名人。

问题是，有些人陷入单相思后，沉湎于幻想，却又不善于自我控制，甚至会出现变态心理，患上“钟情妄想”的精神疾病。“钟情妄想”是精神障碍的一种，其症状表现为：病人自认为某人已经爱上自己了，这个人可以是病人的同学、同事，也可以是不熟悉的人，有的甚至是完全不存在的人。病人一旦自认为某人爱上自己之后，便会从某人的一举一动中推测或判断对方对自己的爱意。虽然周围人包括亲人和朋友一再证实某人没有和他谈恋爱的意思，病人却认为大家是在有意阻挠这桩美事，甚至认为有人在故意迫害自己……

单相思者总是一厢情愿，全然不顾对方的感受，虽然不能算是犯了什么大罪，但一旦单相思者不能正确疏导自己的情感，表现出一些非理性的极端行为（男性更容易以进攻性手段来表现），就容易给被“单相思”的一方带来伤害，也会令自己陷入万劫不复的苦恼。

迷津指点

认识到“强扭的瓜不甜”，爱情是不能强求的，更不能去乞求。

一旦陷入单相思的苦海中，就应设法转移自己的注意力，寻找新的情感依托，以此淡化

单相思的痛苦。如参加一些集体活动等，设法将自己从爱的沉溺中摆脱出来。

如果单相思者出现某些精神障碍，应立即到医院精神科进行治疗，及时、正确的治疗会取得满意的疗效。

智慧金言

对男人来说，失恋可能会带来某些痛苦，它伤害脆弱者的心灵，毁掉幸运者的前途；但倘若他是个有活力的人，他的苦恼就可在各种事务的忙碌中得到解脱。

——【美】华·欧文

第 25 节：失恋后陷入绝望

场景再现

邱刚怎么也想不明白，相恋三年的女友竟然提出了分手。此后一段时间，邱刚的心情糟透了，痛苦、失落、愤怒、自卑等各种情绪交织在一起，压得他有点喘不过气来。他不知这一段时间是怎么过来的，面对昔日令人心醉的小屋，他的心整天都在啼哭。

对未来，邱刚陷入了深深的绝望，甚至有一种生不如死的感觉。他也知道，这样下去肯定会崩溃的，可他实在难以走出失恋的深谷。

深度诠释

对于每个珍视感情的人来说，失恋对心灵造成的伤害（尤其是对初恋者）都是巨大的。一般而言，失恋者首先面临的是巨大的痛苦、极度的自卑、失落与迷茫以及说不出的愤怒。若长期下去，因心理长期处于痛苦失落的失衡状态中，必然导致沮丧、抑郁、精神分裂与精神失常等心理问题和疾病的产生。有的人在失恋后，认为自己的一切都是毫无价值的，犹如一堆废物被对方随手抛进了垃圾桶，甚至会因为这种自我价值的丧失感而导致自杀行为。

还有一些人会在失恋后激起攻击性行为。据报道，有一位男子因失恋而对原来的女友怀恨在心，终于有一天持利斧将女友杀死在办公室里。一位女子因失恋而想报复男友，便拿了一瓶浓硫酸泼在那人脸上，使其严重毁容。这些都是失恋后的攻击性行为的表现。一般来说，有自恋型人格、偏执性人格等不良人格倾向的人容易以攻击性行为发泄失恋后的痛苦。

还有一些人可能患上较严重的忧郁症。女孩可能会大哭一场后茶饭不思，神情恍惚；男孩子则可能沉默不语，酗酒，外出漫无目的地游逛。有些甚至因失恋对整个社会产生仇恨心理从而采取迁怒于社会的报复手段。

由于失恋的痛苦对人的精神会产生较大的打击，所以，失恋者应该学会自我心理调节，

及时走出失恋的心理阴影。

①敢于面对失恋的现实。许多失恋者不敢面对失恋的现实与未来，结果陷入越痛苦越思念、越思念越痛苦的怪圈中而不能自拔。对此，失恋者应勇敢地面对失恋的事实，坚强地承受失恋所带来的伤害，避免让自己在回忆中生活。

②积极转移注意力与情绪。积极面对失恋，转移注意力与情绪，及时减轻或消除因失恋所带来的痛苦与失落。如有意识地不去回忆过去，拿走或消除一些常常令人见物思人的东西，改变自身所在的生活环境。也可以找知心朋友谈心倾诉。如果有较好的异性朋友，找其倾诉，效果更佳。将全部身心投入到事业上，也是转移注意力、消除痛苦与迷茫的较好方法。

③减轻心理压力，加强自我调控力。失恋者应加强心理品质的修养，积极减轻心理压力。如有意识地控制自己波动不安的情绪；积极参加体育锻炼，增加生理上的受挫力；克制因对方抛弃自己而产生的愤怒，反思对方抛弃自己的原因，分析自身的优劣势，将眼光放远些；尤其要消除我得不到、别人也别想得到他（她）的危险想法，以免酿成悲剧。

④重新规划生活与未来。认真地分析一下自己失恋的原因，分析自身的优劣势，为自己下一步生活树立自信心。尽量改变以前与恋人相处的环境与习惯，然后重新制订生活与工作计划。

失恋没什么大不了的，是恋爱中常有的事。失恋有时也是一种幸运。如果你在以后找到一个与你真心相爱的人时，你就可以回过头来，对岁月说：我感谢那次失恋！

迷津指点

当不幸失恋时，先冷静分析一下，判断是不是感情真的走到了尽头，这次失恋是什么原因导致的。如果是自己的错误，就去哄哄她，主动承认错误，说她是世界上最美的白雪公主，然后指着熬夜而产生的黑眼圈证明为她彻夜难眠。千万不可以两个人都为了面子，不做任何努力，反而火上浇油，让事情弄得不可收拾，将来后悔莫及。

如果真的是走到了分手的一步，一切都难以挽回，那就尽快从失恋的阴影中走出来，你可以试一试以下的方法：

①“以毒攻毒”，尽情宣泄情感。让泪畅其流，悲尽其哀，让思念和悲伤尽情爆发，恣意去接触那些易触动情绪的物品或情境，直到反应迟缓、感觉麻痹为止。等你想到没什么可想，悲伤也重复了千百次，慢慢你就会麻木到触景也伤不了情了。

②想想她的恶言恶行和薄情寡义，反复洗脑，务必叫自己愈来愈讨厌对方，讨厌到咬牙切齿、倒尽胃口为止。如果这样还不过瘾，你可以找些原本就看她不顺眼或对你很愚忠的朋友，一同举行“斗争大会”，大家轮流批判那个人，把她说成十恶不赦的大坏蛋、人神共诛的大混球，让你好好发泄一下怨气。

③每个哭泣的人，都觉得自己最不幸。因此，去找一些比你更悲惨的个案，以抚平自己心中的不平和不幸。

智慧金言

切莫垂着丧气，即使失去一切，你还握有未来。

——【英】奥斯卡

第 26 节：只要努力就一定追得到

场景再现

谢林涛爱上了同村的志蓉，然而，当他向志蓉表白时，却遭到了志蓉的婉言拒绝。谢林涛并没有就此放弃，很有一股锲而不舍的劲头，“攻势”有增无减，“软”、“硬”兼施，后来发展到当着志蓉的面咬破指头写血书，再就是对着志蓉下跪求爱……几乎什么“戏法”都做过了。

谢林涛的表现让志蓉感到很失望，她直截了当地告诉谢林涛，她和他是根本不可能的。

在各种各样的“尝试”都告失败之后，谢林涛并不气馁，他坚持要百折不回，直到胜利。他开始变本加厉地展开了疯狂追求，最后发展到对志蓉进行跟踪、骚扰。谢林此时的举动已经严重地干扰了志蓉的生活秩序，无奈之下，志蓉选择了报警。

深度诠释

我们从小就被教育，男孩要勇敢，对于心仪的女孩，要敢于主动追求，并且要有百折不挠的勇气。充斥荧屏的电视剧也强化了这种观点，使得很多男人对此深信不疑，认为只要自己对爱情抱有永不放弃的决心，就一定可以得到女孩的芳心。

可是，生活中真是这样吗？答案是否定的！很多人在千辛万苦后，并没有追来想要的爱情。一个男孩追求一个女孩整整半年了，他买了很多首饰给她，给她写了大量的情书，每周送一次玫瑰花，但是，对方始终拒绝他的爱意。一年过去了，她仍然一点儿都不动心。他委屈地向女孩抱怨，为什么这么不近人情？为什么就不懂我的爱？他非常痛苦，一边说着自己的爱多么浪漫和无私，一边表露着对女孩的谴责。但是却不肯去想，对方的拒绝、冷淡、漠然、或者回避，都在表明对方并不爱他。既然不爱，对方又怎么会被你的痴情感动呢？

爱情没有对错，是两个人各自选择和比较的问题。有这样一个故事：

一个男生低声对一位女生说：“小姐，我可以爱你吗？”

“当然可以。”女生大方地点了点头。

男生心花怒放之际，正要作进一步的表示，忽然听到女生柔声娇气地问：“先生，我可以不爱你吗？”

爱情是双方的两厢情愿、心心相印，而不是某一方霸道、自私地逼着另一方接受。爱情的首要前提是尊重对方，包括尊重她对爱情的选择，而不是一方以任何条件来要挟另一方接受。

要想拥有爱情，首先要彼此有“爱”。如果对方并不爱你，你频繁的追求，甚至不惜放弃自己的自尊，只会被对方认为是“骚扰”，带给对方的是失望和烦躁，还有鄙视。如果最初就没有获得的希望，即使你付出再多也收获不到。即使在你使出种种手段后，对方不得已答应了和你在一起，可那毕竟不是爱情，并不代表她接受了你的感情。想想看，整天和一个不爱自己的人在一起，又该是什么种滋味呢？

这些对待爱情持“知其不可而为之”态度的人，往往是极其缺乏自信心、安全感和独立性的人。因为内心害怕失去，所以对情感过度依赖。这种依赖，体现在一种盲目的、不顾现实的，非理性的、极端自私的、不顾对方感受的占有欲。

曾经看过这样的一个故事：

从前有个书生，和未婚妻约好在某年某月某日结婚。到那一天，未婚妻却嫁给了别人。书生受此打击，一病不起。家人用尽各种办法都无能为力，眼看奄奄一息。这时，路过一游方僧人，得知情况，决定点化一下他。

僧人到他床前，从怀里摸出一面镜子叫书生看。

书生看到茫茫大海，一名遇害的女子一丝不挂地躺在海滩上。路过一人，看一眼，摇摇头，走了；又路过一人，将衣服脱下，给女尸盖上，走了；又路过一人，过去，挖个坑，小心翼翼地尸体掩埋了。

疑惑间，画面切换。书生看到自己的未婚妻在洞房花烛夜，被她丈夫掀起盖头。书生不明所以。

僧人解释道：那具海滩上的女尸，就是你未婚妻的前世，你是第2个路过的人，曾给过他一件衣服。她今生和你相恋，只为还你一个情。但是她最终要报答一生一世的人，是最后那个把她掩埋的人，那人就是他现在的丈夫。

书生大悟，“刷”地从床上坐起，病愈！

感情这个东西，是你的就是你的，一切随缘吧。

迷津指点

爱情需要用心去追求，但绝对不能强求，因为强求爱情就是播种灾情。

有时候得不到的东西，放手也是一种幸福快乐。否则，你失去的会更多。

智慧金言

爱情不是花荫下的甜言，不是桃花源中的蜜语，不是轻绵的眼泪，更不是死硬的强迫，爱情是建立在共同的基础上的。

——【英】莎士比亚

第27节：爱上已婚女人

场景再现

段刚是一家时尚杂志社的编辑，大学刚毕业，单身。秀丽是他的同事，已婚，有一个活泼乖巧的女儿和体贴入微的丈夫。由于工作关系，两人经常一起出差，一起吃饭，有时也会一起去看电影。两人很聊得来，刚开始，两人的话题主要是工作的内容，渐渐地，他们之间的关系发生了微妙的变化。

在段刚心中，秀丽有时候像母亲，有时候像恋人，有时候像小妹，她的成熟、性感、多情、温柔让他如痴如醉。终于，在又一次一起出差到外地时，他和她在宾馆里拥抱在了一起。

“你让我很快乐、很开心。”秀丽对段刚说，“如果，我和我的丈夫离婚，你会娶我吗？”他一听这话，把她搂得更紧了，像在表决心一样说：“会的，会的，我会一辈子对你好，对你的女儿我也会像对待自己的孩子一样。”

段刚见过秀丽的丈夫，个子很高，彬彬有礼；也见过她的女儿，像个小超女。他对她说：“你真幸福。”她回答：“旁人能够看到的所谓幸福不是幸福。”

此后，两人经常利用各种机会进行幽会，她很少在他的面前提及她的丈夫和女儿，总是一遍遍对他说，她十分珍惜和他在一起的分分秒秒。其实，段刚也有过挣扎和煎熬，最终，他说服了自己，对自己说，一定要给她一生的幸福。

段刚不再顾及旁人的眼光，很高调地表露自己和秀丽的关系。可是，让他难以理解的是，她竟开始退缩和回避，然后，又一次次请求他原谅。似乎为了补偿，她给他买衣服、手机，似乎在他身上花钱，她特别高兴。他一次次问她爱自己吗，她点头；问她愿意离婚和他结婚吗，她也点头。可是，却再不会有下文。

终于有一天，段刚忍无可忍，他要她必须给出一个明确的答案，他不愿意让这种不明不白的关系再继续。她哭了。她说为什么就不能保持这样的关系呢？她说和他在一起，她感到幸福、感到快乐，她愿意为他付出一切，可是，就是不能给他油盐酱醋。他苦求这是为什么，她说，她和自己的丈夫是真实的生活，和他是一个美丽的童话。

深度诠释

很多人都有认为，男人可以把性和爱分开，男人更愿意过“家里红旗不倒，外面彩旗飘飘”的生活，而女人则不同，一旦爱上一个人，就会不顾一切地离婚，然后嫁给这个“第三者”。然而，很多调查的结果表明，很多女人之所以有婚外情，或者是为了寻找自我，证明自己并不是那么差劲；或者是想在自己的家庭生活之外，寻求一些情感与性爱方面的补充；也有的女人是为了报复丈夫的不忠和冷漠，赌气去体验多重的性爱。但不管出于哪一种原因，女人都不愿意更换一个新的丈夫。

从本质上来说，已婚女人的婚外情与已婚男人的婚外情其实是一样的，只是人内心深处对情感的探险，是对自身价值或魅力的一种试探，或者说是吃饱了主食之后对零食的一时嘴馋。

对于这些女人来说，和自己的丈夫是真实的生活，和婚外情人是一个美丽的童话。婚外情如童话般美丽，也如童话般虚幻，唯有婚姻是真实的。而那些开展婚外情的女人，最终还是会回到他们的真实生活中，回归到她们的婚姻里。

迷津指点

已婚女人的婚外情和已婚男人的婚外情本质是一样的。如果你未婚，千万不要相信已婚男人或者已婚女人会给你一段婚姻。

智慧金言

从仇恨到爱，到最疯狂的爱，中间只隔着一根头发。

——【俄】陀思妥耶夫斯基

第二章男人在结婚前最可能犯的 17 个错误

第 28 节：害怕失去自由而拒绝婚姻

场景再现

赵鹏和女友已经相恋 5 年了，两人的感情一直很好。女友给了赵鹏结婚的暗示，甚至双方父母也已经见过面。然而在这种万事俱备、只欠东风的情况下，赵鹏却迟迟不肯开口做出婚姻的承诺。

“我不是玩弄感情，也不是不愿对感情负责。”在与朋友聊天时，赵鹏这样说。事实上，赵鹏对女友一直很忠诚。“只是，我向往自由自在的生活，我一想到结婚就感到害怕，甚至整夜整夜地睡不着觉。”赵鹏这样解释自己迟迟不肯结婚的原因。而从赵鹏萎靡的精神状况来看，他确实是在为结婚这一人生大事而困扰。

深度诠释

“恐婚症”似乎正在不断偷袭现代男女。著名影星朱莉亚·罗伯茨主演了一部名为《落跑新娘》的电影，可现实上，不只有“逃婚新娘”，“逃婚新郎”也不少。对婚姻的恐惧使得一些人徘徊在婚姻之外，迟迟不敢进入。

很多男人恐婚是因为害怕失去自由。他们怕被老婆孩子套牢，怕婚姻毁了现有的快乐。他们认为谈恋爱的感觉很好很轻松，他们对婚姻持观望态度，不肯把幸福的赌注押在未来的配偶身上。

“放大”了生活的压力也是男性患上“恐婚症”的重要“病源”。他们对自己能不能承担起家庭重担的能力持怀疑态度。他们在考虑过婚后的经济责任、家务负担、爱人的忠诚等之后，对婚姻显得诚惶诚恐。正因如此，很多男人宁肯采取其他方式和女朋友在一起，却绝不谈婚论嫁。

在男人心目中，婚后自己就是一家之主，要承担一家人的生活，而且他有责任让家人过上好生活。正因为如此，面对结婚这一人生的重要转变，以及未来生活来自于金钱的压力，他会有意无意地不断地给自己施压。而在筹办婚礼的过程中，眼看着钱花得像流水一样，他们就会对未来产生恐惧。这种心理障碍，表现出来的通常就是性情的改变，进而影响到生理机能，有些还会出现失眠等症状。

独生子女的父母们也是婚姻恐惧症的“催生剂”。在父母的“羽翼”下，独生子女们一直以来都是心安理得地接受别人的关怀，却不愿意照顾别人和承担一些责任。当他们想到建立一个家庭需要夫妻共同承担责任和义务，还要处理好与另一方家人的关系时，就会产生一种焦虑和紧张的情绪。这种社会氛围使他们感到一种无形的压力。对婚后生活的过多考虑在面临婚姻时的表现形式就是对结婚的恐惧和逃避，很多人因此推迟结婚，甚至宁愿独身，也不愿意“受罪”。

是否选择婚姻是一个人的自由，只是要提醒那些徘徊在婚姻外的人们，你不愿放弃单身的自由自在、无拘无束，当然也享受不到婚姻带来的种种好处。况且，只要用心经营，婚姻不一定就真是爱情的坟墓。例如，害怕一成不变，你可以变着法让婚姻生活多些情趣；你想离家远行，爱人陪在你身边可以消除你旅途的孤独和疲劳……成熟而理智地看待婚姻，更有利于你做出正确的选择。

迷津指点

为避免婚后的经济压力过大，你可以与未婚妻好好沟通，给两人的婚礼和将来的生活一个准确的定位，量入为出。

寻求未婚妻和家人的帮助，及时予以心理疏导。

参加婚前培训，学习各种婚姻的技巧，如何解决冲突，如何预防一方控制另一方的自由等。这有利于你成熟而理智地看待问题。

智慧金言

爱情，是一根魔杖，能把最无聊的生活也点化成黄金。

——【英】劳伦斯

第 29 节：距离不是爱情的障碍

场景再现

江伟是一名技术人员，在北京的一家外企上班。两年以前公司新来了一个大学毕业生小花，就坐在他的对面，自然两个人谈话就比较多。小花的开朗、活泼都深深地吸引他，一种从未有过的感觉涌上心头。他也从小花的话语中体会到她对自己有好感，心里也是甜丝丝的。

两个年轻人就这样走到了一起，开始了他们的恋爱。半年以后，江伟被公司派到国外去工作。离别时，两个人都有点难舍难分。

分开后，江伟有很长一段时间感到非常失落，两人的电话越来越少。两年后，当江伟再回到北京时，小花已经离开了原来的公司。在电话里，小花告诉江伟，她已经有了男朋友，并且准备结婚了。

深度诠释

短时间的距离会产生美，长的距离却会制造分裂。

无论现代通讯设备如何完善，距离仍是爱情的障碍。距离越远，爱情的存活率越低。在现实中，有太多的恋人因为距离远而分手。在大学中谈了多年轰轰烈烈的恋爱，经过多次海誓山盟，但在临近毕业分配时，不得不忍痛分手；两个各处异地的恩爱夫妻，在多年后发现一方或双方竟发生了外遇，不得不分道扬镳……

与男人不同，女人更愿意尽快稳定下来。如果男友不在身边，女人很容易因为距离远了对对方的生活产生怀疑，就会感到害怕，心里的不安定就增加了。而且，如果当女人无论是失望还是狂喜时，都无法握着男友的手，感受男友的力量与信任，她的落寞与伤感可想而知。这时，如果有一个男人去关心她，和她朝夕相处，难保她不会“日久生情”。“空间”的距离往往成了爱情的绊脚石。

这种近水楼台先得月的例子在生活中举不胜举。两个各处异地的夫妻有一方或双方发生外遇时，外遇十有八九是出现在变心人身边的人！

很多人在相爱时不顾一切，认为距离不是的爱情障碍，这是把爱情看得太坚固太不可动摇了，甚至以为世上没有任何事物能阻碍爱情的产生和延续。可是爱情其实很脆弱，并没有我们想象的那么坚强与浪漫！爱在经过万难之后也许会变得更加坚定；但也可能因为挫折而走向失败……两个相爱的人因为距离遥远而只能两两相望，最后剩下望眼欲穿，累了，倦了，跑了，逃了……

有人说：距离不是能产生美吗？那只是从美学的角度来判断的，我们不是审美家，更不是画家，我们只是凡人，普通而又需要爱。遥远的距离，那是现实中的感情里万万要不得的。遥远的距离，只会让男女出轨，男人经不起窗外风景的诱惑，女人耐不住夜晚的寂寞，他想寻找刺激，她想寻找关爱，他想享受她的无尽温柔，她想被他拥抱在温暖的怀里……遥远的距离，只会让感觉忽冷忽热，若近若离，你永远无法找到安全感。你时时刻刻都在担心爱被风吹走，爱被雨淋走，爱被雪冰冻，爱被太阳晒干了……

迷津指点

不要拿距离来考验你们的爱情！如果你很爱你的女友，就要千方百计调 往一起。只有这样，才能终成眷属。否则，很容易让他人“近水楼台先得月”，使你的爱情 成为“水中月，镜中花”。

智慧金言

相爱而不能相见的人们，有千百种虚幻而真实的东西来骗走离愁别恨。

——【法】雨果

第 30 节：“迷信”思想作祟

场景再现

经朋友介绍，胡涛认识了朱花，两人很谈得来。胡涛和朱花都是从安徽来北京的打工者，身在异地他乡的两个年轻人很快坠入了情网。年底，两人决定回家把婚事办了。

可是，当胡涛把朱花领回家时，遭到了胡涛母亲的反对。胡涛母亲认为朱花贤淑能干，是个过日子的人，但她对朱花的容貌不太满意。胡涛从母亲嘴里得知，当地有个迷信说法叫“女人颧骨高，杀夫不用刀”，母亲担心娶了朱花后自己的儿子会惨遭厄运。胡涛也相信了这种说法，向朱花提出了分手。

深度诠释

中国老百姓被传统封建迷信思想束缚了几千年，直至今今天，各种迷信思想在很多人的脑海里仍是根深蒂固。而且封建迷信思想影响的不只是老年人，更有大批的中青年人。例如“寡妇年”不宜结婚，“羊年”不宜生孩子……种种迷信思想在悄无声息地影响着人们的生活，以致人们根本不做考虑，就盲目地奉为“金科玉律”。

例如，有一位女孩到婚介中心登记资料，在备注栏里明确写着“1971 年、1974 年、1977 年出生的，属虎、属猪，属蛇的免谈”。原来，这位女孩是 1980 年出生的，属猴。她的观点是：好多命相书中说属猴的与属虎、猪、蛇的相冲。于是，她决定舍弃这 3 种年龄的男士，哪怕再优秀，都不能接受。

而一位男孩说，他家是北方的，在北方素有“属羊的女孩命不好，坎坷，克夫”一说，因此，他不会去考虑属羊的女孩的。

为避免犯忌讳，听信一些毫无科学根据的言论，这种心情是可以理解的，但是任意夸大其作用，把它看成是决定婚姻成败的关键，这在本质上是错误的，甚至可能酿成悲剧。据

某报载，有算命先生为一对夫妻算命，预言“你们夫妻缘分已尽，不离婚的话，7年里你们夫妻就要死掉一个人”，丈夫信以为真，坚持要与妻子离婚。任凭妻子百般恳求，还是无法挽留丈夫，他最后选择了离家出走。

因为算命先生的一句话，一个好端端的家庭就这样拆散了，封建迷信真是害死人不偿命。

迷津指点

学习科学文化知识，用知识武装我们的头脑，进而驱除我们的封建迷信思想。

智慧金言

信巫不信医者不治。

——扁鹊

第31节：为“利益”结婚

场景再现

李刚是L市审计局的一名职员，有一个相恋三年的女朋友，正准备结婚。可这时，局长将自己的侄女介绍给李刚，并且承诺提升他为副局长。局长的侄女十分钟情这位小伙子，又是请他跳舞，又是请他喝茶，而且在一个春风沉醉的晚上，把饮酒过量的他拉进了一家宾馆……李刚一来贪图那个副局长的职位，二来想到那天晚上“欠”了她。于是，“拗断”了与原先恋人的关系，与局长的侄女结婚了。

婚后才发现，局长的侄女性格乖舛，脾气异常暴躁。李刚这时才感到苦不堪言。

深度诠释

当今社会，不仅是女人把傍大款当成“迅速致富”的快捷方式，也有不少男人把婚姻作为交易的筹码。他们把婚姻当成了一种变相的权色交易或钱色交易，他们认为婚姻与两个人的感情、性格、爱好都没有任何关系，而是一场谈判桌上赤裸裸的谈判。而“爱情”，仅仅是为使这一谈判顺利进行的“幌子”而已。

能找到一个对自己事业上有帮助的妻子当然是再好不过的事了，但问题在于，一些人把这作为婚姻的全部，这样的婚姻无疑是危险的。“天下没有免费的午餐”，容易得到的往往付出也大。事业是可以成就的，成就事业必然经受一些磨难，以牺牲尊严和幸福为代价来获取所谓的“事业”，并不值得。

用爱情来谋求利益，是许多人的心头美梦。把物质欲求寄托在爱情身上，抱持着想依靠爱情实现“一步登天”的梦想，看似很美，其实暗藏危机。这种交易只会增加你的不安全

感，你品尝到的更多的是失望和伤害。你希望从对方那儿得到什么，无形中你便被她所掌控。当她愿意给你些什么你才能欢乐，她要不肯给你便感到亏空时，你便成了她饥渴的奴隶。你用痛苦的期待换取由别人决定的喜悦，这样自欺欺人、有目的的爱实在太累了。

在婚姻中，感情始终是最根本的基础。脱离了这个基础的婚姻，无论外表有多么华丽，都是不甚幸福的。这样的婚姻也是不坚固的，随时面临着崩溃的危险。

当婚姻完全变成一种交易时，这无疑是爱情的悲哀，同时是人类自己的悲哀。

迷津指点

爱情没有交易，有交易的爱长不了！在进入婚姻之前，你可以考虑“利益”，但更重要的是你要认真去思考你和未来妻子之间是否有真爱！

现实生活的苦要用努力去克服，爱情的甜美则以欢喜的心去领受，好好分清楚条理，保持自己的一片真心，爱情才能散发出隽永迷人的芳香。

智慧金言

没有爱的生活不是生活，而是生存。

——【前苏联】高尔基

第 32 节：拖泥带水的爱情

场景再现

肖光是一所大学的青年教师，英俊潇洒，很受女孩子的喜欢。宋丽是肖光班上的一个女学生，是一个外地的女孩子，家庭条件较差。肖光经常给宋丽一些物质上的帮助，并鼓励她好好学习，但这完全是出于一种教师对学生的关爱，并没有其他的目的。

渐渐的，宋丽爱上了肖光，并且向他表白了自己的爱。肖光不忍心拒绝她，便要求她好好学习。同时，对于宋丽的青春靓丽，他也有一点点心动。因此，当宋丽扑到他怀里时，他没有拒绝，甚至吻了她。这让宋丽产生了一种误会，她认为肖光是爱自己的。

此后的日子，两人也有约会，但肖光一直把握住分寸，没有迈出那一步。肖光很想向宋丽说出自己并不爱她，但每次看到宋丽眼睛里的浓浓爱意，始终没能说出口。

后来有一天，肖光遇见了一个心仪的女孩，女孩也很喜欢肖光，两人开始了约会。交往一段时间，两人开始谈婚论嫁了。而肖光仍然一直与宋丽保持那种若即若离的关系。一次偶然的机会，女孩知道了肖光与宋丽的关系，便与肖光坚决断绝了来往。而宋丽在知道肖光喜欢上了别的女孩后，也大骂肖光是个感情骗子。

深度诠释

分手并不可怕，可怕的是该分手的时候却不分手。藕断丝连不会带来任何快感，更多的是痛苦，就好像剥落了一半的指甲。

不爱了也不是什么该杀头的罪。爱情本就没有理由，可以在今天爱得不能自拔，也可能明天就已经感觉不再。真正信仰爱情的人应该要特别看清这一点，不需要钻牛角尖。

如果已经不爱对方了，就坦率地分手吧。每天面对一个不爱的人多么痛苦！而且延长这种单方爱情的寿命，也不能使得对方活得更快乐一点。更何况，延续错误的事情，并不能使得它变成正确的事情。拖延着的错误，绝对到达不了幸福。

分手最忌讳逃避问题。有些懦弱的男人在打算放弃一段感情时，既不说分手，也不说不爱了，总是找一些奇奇怪怪的理由来推托，例如，工作压力太大，家庭负担太大……还有些甚至用得了某种不治之症（如忧郁症、癌症等）来提出分手，这种理由是最残酷无情的！想想那个可怜的被甩的姑娘，既要承受分手的痛苦，又始终都挂念着对方的病情，多残忍。而这种男人逃避不负责任的做法，也会让自己成为笑柄。

有些极端自私的男人，一方面寻找自己想要的爱情，另一方面又不愿意拒绝主动投怀送抱的女孩。同时，还会用一些所谓的“怕伤害对方”来为自己的做法寻找心安理得的借口。这是一种非常危险的做法，如果不能及时中止，继续下去很容易让人把握不住自己，有可能会把自己和对方都烧坏。

该分手的时候，要勇于接受分手的事实。不管你是还爱着那个人，还是已经不再爱那个人，为了自己好，一定要做出明确的决定，不要让时间一直停留在两个人都痛苦的那个时候。

如果还不是真的想分手，就不要把分手老是挂在嘴边。要知道，每一次说分手的时候，对对方来说都是一次绝望、一个伤害，于是原本兴致勃勃要和你共度一生的热情，就在一次又一次的否定之后冷却掉了。所以，最好不要因为一时情绪化就说分手，而要在想好了以后才说分手，而且要分就要分的决坚。

男女的感情问题，不能含含糊糊，爱就是爱，不爱就是不爱。为人为己着想，都该干脆利落，态度明朗，不要拖泥带水。

迷津指点

如果不爱，就要干脆地分手。至于分手的方式，可以选择让感情自然冷却下来，也可以面对面地提出。分手要坚决果断，不让对方心存幻想，但也不要恶语相向，免得伤害感情激化矛盾。

智慧金言

青年男女的恋爱，事先应要求严谨，事后应相互宽忍。

——【法】福楼拜

第 33 节：为报恩而选择婚姻

场景再现

文龙是 L 市审计局的一名公务员，在当地算得上是一个明星，外表俊朗，能歌善舞，篮球也打得很好，性格开朗，喜欢参加市里举办的各类活动，颇受女生欢迎。可让众多女生妒忌的是，文龙偏偏和个头矮胖、容貌平常的方芳走到了一起。

答案只有文龙自己知道，因为方芳对他有恩。

有一次文龙的父亲不小心摔了一跤，最后竟半身不遂。而此时文龙正被单位派往上海学习 2 个月，对这一切全然不知，培训结束后才知道，是方芳一直在照看他父亲。得到这一消息，文龙既焦急又感动，问方芳为何要这样做。方芳的回答让文龙惊讶了半天，方芳说她一直很 喜欢他。

从这次后，文龙和方芳走到了一起。相处半年后，文龙和方芳结婚了。

婚后，无论从哪方面来说，方芳都是一个合格的妻子，性情温柔，对丈夫体贴，对公公婆婆很孝顺，让文龙的父母都很满意。可是，令文龙很沮丧的是，他对妻子总是爱不起来，甚至 没有想要肌肤之亲的欲望。

婚后，面对妻子的主动和热情，文龙总是以种种理由推托。他对妻子感到很内疚，觉得自己 在伤害她，后悔不该草率走入婚姻。

深度诠释

即使是一个自己不喜欢的人，因为对方有恩于自己，便以身相许，这样的故事虽有感人之处，却没有一点可取之处。婚姻中最重要的是双方坦诚相待，如果你口口声声说“爱”，实际上只是感激，如果你不爱她，却要给她婚姻，其结果，只能是害人害己。何苦呢？

婚姻是选择爱人而不是选择恩人，表达感激的方式有很多种，但是却不应是婚姻。

一个男人，仅仅因为女人有恩于他便对她产生了所谓的“爱恋”，这是很愚蠢的行为。同样，一个女人，如果因为自己有恩于男人就幻想对方会对自己产生“爱恋”，也是一种很愚蠢的想法。女人常常会因为感激男人的帮助而以身相许，甚至一个自己原来并不喜欢的男人于己有恩，也会由感激生爱，情愿用一生来报答他。但男人很少真正爱上对自己有恩的女人，他们认为欠女人的感情债是一个沉重的负担，影响到自己的自尊心。所以，女人为男人付出太多并不能成为要求男人等量回报的理由，也许适得其反。

当然，如果由于受人恩惠而感动，在接下来的交往中产生爱情，这也未尝不是一件好事。这时，结婚的理由就是爱情，而不是感恩了。在结婚之前，一定要问问自己，到底自己是 不是真的爱着对方，而不是因为其他任何原因。要知道，只有真正相爱和相互欣赏，才能 拥有美好的婚姻。

迷津指点

有恩必须要报，但不一定要“以身相许”。结婚要选爱人而不是选好人。

男人对女人是否有爱，男人自己最清楚。问问自己的心灵，摸摸自己的心跳，你需要什么？你了解自己的真实情感吗？了解这些之后，再作决定！毕竟，婚姻不是儿戏，它关系着两个人的未来和幸福。

智慧金言

爱情里面要是掺杂了和爱情本身不相关的顾虑，那就不是真的爱情。

——【英】莎士比亚

第 34 节：结婚仅仅因为外在吸引

场景再现

虽然知道红艳不是个传统意义上的好女孩，但是郑利还是如痴如醉地迷上了她。红艳人长得很漂亮，身材性感，毕业于名牌大学，还弹得一手好钢琴。但她在感情上很开放，有很多男朋友，尤其擅长调情，能把各种各样的男人迷得团团转。

郑利自然被红艳迷得魂不守舍，下决心一定要把红艳娶回家。知道了他的决定，朋友们都劝他，说红艳这人太浮，做朋友还可以，做老婆就差了一点。郑利父母也不同意这门婚事，觉得红艳靠不住。但郑利坚持自己的决定。“女人嘛，只要一结婚，以后再有了孩子，家庭的责任感自然而然就有了，再说，她爱我，肯定会为我改变的。”郑利这么对朋友们说。

在郑利向红艳求婚的时候，红艳十分高兴，对郑利说她最近就想结婚玩玩呢，感觉很新奇。郑利听了这样的话有一点不舒服，但也没太在意！

结婚后，红艳似乎真的改变了，每天都兴致勃勃地做饭。晚上郑利回家的时候，一看到红艳做好饭守在饭桌前的样子，就激动得直想喊“万岁”。只可惜好景不长，仅仅半个月后，红艳开始厌倦了这种生活，家里的卫生不想搞了，饭菜更是懒得动手，常常吵着说真烦闷。看到这种情况，郑利就劝红艳多出去转转，见见以前的朋友，不过一定要早点回家。红艳一听可高兴坏了，赶紧出去玩去了。刚开始还好，红艳还能晚上9点以前就回来，渐渐地，红艳开始夜不归宿了，一连几天都不回家，电话也不给郑利打一个。

郑利这可急了，一个朋友告诉他红艳总在某个酒吧出现，郑利急忙赶过去，找到了红艳，但当时的情景却是红艳坐在一个男人的腿上，两人在十分亲昵地喝酒。

郑利气急了，把红艳叫出来，给了她一个巴掌，问她为什么这么做。

红艳满不在乎地说：“我的自由啊，我不能找个人逗逗乐啊！”

郑利愤怒地说：“可是你已经结婚了，你已经是我的老婆了呀！”

红艳居然还是一脸的满不在乎：“是你的老婆怎么了呀，我自己快乐就行了。你要是不

高兴，你也可以去找一个啊，我肯定不怪你。你是个男人，气量怎么这么小？”

看着红艳那张精致的脸，郑利忽然感到一阵恶心。沉默了一会儿，郑利平静地说：“你去找你的自由吧。我们离婚。”

深度诠释

两个人的好感首先来源于外在的吸引，这是人类的自然本能，能给我们带来无可抗拒的诱惑和无比美妙的感受。但美好的爱情仅仅有外在吸引显然是不够的，需要比外表吸引、生理需要更丰富的内涵，它和人们的理想、志趣、道德观、价值观等是分不开的。仅有身体或外表的吸引而没有内在心灵的融合，这种关系充其量只是暂时性的生理需要。

真正的爱情不仅促使两个人要在一起生活，更会激励两个人一起创造新生活，共同承担起婚姻所赋予双方的责任。如果爱情不是建立在双方内在吸引的基础上，是经不住时间考验的，无论是结婚还是不结婚，这样的“爱情”都不会长久。

可惜我们很多人都搞不清与对方的关系是生理上的吸引还是真正的爱情，误以为身体上的亲密接触就是“爱”的表现。

如果我们在婚前误将外在的吸引当做是“爱情”，婚姻就会加速“爱情”的结束。因为婚姻将像一个沉重的包袱，加重夫妻关系的负担，使维系松散、脆弱关系的纽带很快面临崩溃。随着婚后时间的延续和面临的现实生活，爱情的“热度”会很快降温，于是我们抱怨“婚姻是爱情的坟墓”！

迷津指点

真正的爱情应当是生理与精神共同需要的结合。在选择配偶时，应将对方个性的要求看得比外表和其他条件更重要，因为幸福长久的婚姻不仅是生理上的吸引，更需要双方心灵上的沟通和精神上的分享。

智慧金言

恋爱除了给人在心理上的积极作用外，还可因男女双方情感上的交流及相互关怀而打破人与人的孤独和疏远感。

——【奥地利】弗洛伊德

第 35 节：无谓的“处女”情结

场景再现

汪洋和吴丽在三年前开始恋爱。吴丽是一个很单纯的女孩，虽然身边的朋友有很多都在

“婚前同居”，但吴丽坚守最后一道防线，要把最美好的时刻留到“洞房花烛夜”。

新婚那天，两人有了“最美好的时刻”，但是吴丽并没有见红。虽然吴丽反复说“没有对不起你”，但汪洋仍然不相信，他怀疑吴丽不是处女，并一直追问她和谁有过“那种关系”。新婚第一夜，两人在很不愉快的气氛中度过。

此后，虽然吴丽努力对汪洋好，并且还主动提出去医院做检查。但汪洋并不相信。此后，两人的争吵不断，而且在争吵中，汪洋总会说出一些诸如“破鞋”、“贱货”、“烂人”之类的话，让吴丽很伤心。

半年后，吴丽提出了离婚。

深度诠释

男人都渴望成为所爱的女人的第一个男人，也就是所谓的“处女情结”。这种对处女的过分推崇是男性社会的产物。旧时中国的男人和女人行夫妇之礼后，只有第二日将女人的落红呈给家人才能是皆大欢喜，女人才会正式被家族所接受，一旦稍有偏差，女人则会被视为不忠逐回娘家，而娘家的人也会视之为奇耻大辱而觉得无法见人。

其实，处女膜只是一层薄薄的膜，男人之所以会对这样的一层薄膜顶礼膜拜，是因其自私的心理在作祟。大凡男人都有一种占有欲，女人的处女膜会被他们视为这个女人只属于自己，而并没有被其他男人捷足先登，只有这样他们的心理才会平衡，才会善待这个只属于自己的女人。

从心理上来分析，对处女膜的过分紧张也因为在男人的内心世界隐藏着一种深深的不安全感，即他们担心若对方不是处女，便有可能深受以往性体验的影响，深深打上昔日男友性习惯的烙印，并在性方面会过于成熟。再强大的男人也会有对性缺乏自信的时候，因此总担心在性方面被女友同她以前的男友做比较，男人便会在心里产生“也许她以前同比我更行的男人相爱过”或“她会不会觉得我很笨”之类的杂念。如果某一次失败了，男人的颜面将丧失殆尽。而如果对方是处女，即使某一次失败了，也无关紧要，因为用不着担心自己会被同她以前的男友相比，随便一个诸如“今晚有点累了”或“稍微喝多了一点”之类的借口，就可以搪塞过去。

正因为这种不安，男人对自己女友的过去纠缠不休，总以为女人是易于被以往的性经验所俘虏的生物。然而，对女人来说，最重要的莫过于“现在”这一时刻。只要现在一切平安无事，和谐愉快，过去的事情都可以被遗忘掉。

男人如此执拗于过去，还有一个重要原因，即男人容易以自己的心理为依据来推测女人的心理，从而陷入自我折磨的怪圈。男人们固执地认为，只要女人过去与自己曾经有过和谐的性关系，那么，不管分手了多少年，再次相会后，对方一定会继续接纳自己的。因此，男人担心女友与以前的那位男人相逢后，会重新投入他的怀抱。

其实，同男人相比，女人可算是现实主义者。如果她们对目前的伴侣感到满意，便不会对过去念念不忘。即使再次遇到曾经与之发生过关系的男人，她们也不准备重新接纳他们。而且，对自以为是的男人重新提出的性要求，会感到强烈的厌恶感和屈辱感。这一点，以男人的感觉是很难理解的。所以，男人很容易过分在意女友的过去，并为此感到难以名状。

的嫉妒。因此，所谓男人的处女情结，实际上跟男人们脆弱敏感的神经不无关系，它是那些不成熟的、自我意识强烈的男人们一厢情愿的想法。

迷津指点

当发现恋人已经失过身时，你要做的是冷静审度，一方面审度一下恋人的各方面是否符合自己的要求，另一方面审度一下自己同恋人的爱情是否纯洁。如果审度的结论是肯定的，那么，就不应因其失过身而改变对她的态度，你们的爱情完全可以继续健康发展。

智慧金言

爱，本来就是对爱的对象的全部接受，即包括爱对方的身体或心理或才能等各方面的缺陷，爱是没有附加条件的。

——陈祖芬

第 36 节：不顾原则地讨好恋人

场景再现

吴勇是上海一家船运公司的职员，一个偶然的机会认识了来自北京的艳红。两人颇有好感，聊得很投机，颇有相见恨晚之意。艳红自称是北京一位将军的女儿，父母均在加拿大，自己在北京“做生意”。

吴勇十分倾慕艳红的容貌，全身心地沉浸在浪漫的热恋之中。他对艳红百依百顺，言听计从。

艳红开口说想在北京买一套房子，吴勇便利用自己的职务之便从公司套出 6 万美金，并且乘飞机亲自将钱交到在北京的恋人手中。

艳红来到上海，吴勇为表达自己的爱慕之情，又套出 2 万美金。

一次又一次，两人相恋的 10 个月里，吴勇采取伪造凭证、假冒签名的手法，套取公司美金 21 万元、人民币 194 万元，合计折合人民币 200 多万元。

最终，吴勇的行为被公司发现了。吴勇也被关进了监狱。这时吴勇才从办案人员的口中得知，艳红根本就不是什么将军的女儿，只是歌厅的一个小姐而已。而且，这个艳红早在 18 岁就结了婚，有一个 6 岁的儿子，并且是一个香港商人的长期情人。

深度诠释

有很多人被恋爱冲昏了头脑，在最短的时间里就将自己完完全全地交给对方，为自己的生活留下了无穷的后患。

女性在恋爱时大多抱有较重的戒备心理。她们显得冷静，常以审慎的态度来观察对方是否出自诚意并打探对方个人、家庭的底细，唯恐上当受骗。而男性在恋爱的初期虽然也十

分警惕 那些水性 杨花、朝三暮四的女性，但一旦陷入情网，常常对对方没有什么怀疑，尤其在热恋时更是 如此。

有人说，爱情是一贴令人无法抗拒的春药，明知它可能是毒药，却又无反顾地要去尝尝，于是就像飞蛾扑火般地奋不顾身，虽然悲壮得令人感动，但很愚蠢。在恋爱中需要热情，但也 需要保持一份清醒。热恋中对将来的发展趋势也往往不加考虑，根本无视社会舆论、外 界影响，头脑中冥思苦想、梦牵魂绕的全是恋人、恋情，一切兴趣都集中到恋人、恋情中来 。到这种程度，理智的闸门往往挡不住汹涌奔腾的感情洪流。一旦遇人不淑，那吃亏的只能 是自己了。

小时候我们听爷爷奶奶、幼儿园老师讲爱情故事，比如白雪公主、灰姑娘等，其中总是充满了善良和美好，我们从来没有想到过爱情中还会有欺骗。可是，我们不是生活在童话和理想 的世界里，残酷的现实可能会把我们对爱情的向往砸得粉碎。面对如此纷繁的世界，即使在熊 熊大火般燃烧的热恋中，也是需要保持一份清醒的，不能仅仅把眼前的快乐作为判断幸福的 唯一标准，更不能只顾着情感而忽略了法律和责任。

迷津指点

我们不能以一种猜忌怀疑的态度来投入恋爱，那样你可能永远也不会拥有爱你的人，但这也 并不意味着你就不需要最基本的防卫意识。

如果有一天付出真爱，却发现是一场骗局，你也不要因此灰心，认为这个世界上没有爱情了 。我们需要成长，真爱还在，只是还没有出现。

智慧金言

爱情犹如洞庭湖里的水波，你要不控制，它会淹没你跟你的一切，你的志向、事业、精力甚 至生命。

——【前苏联】菲·纳谢德金

第 37 节：好马不吃回头草

场景再现

女友江丽喜欢过平静的生活，对赵江经常出差、经常加班的生活颇有怨言。而赵江则抱怨江 丽没有上进心，只追求安逸和享乐。

在两人交往 2 年后，赵江提出了分手。

分手后，赵江的事业得到了更大的发展，他也交往了一些女孩子，但总是找不到恋爱的感觉 。那些女孩子似乎更多的是看中他的地位，而不是他的人，他越来越怀念和江丽在一起那种 单纯的爱情，他认为那才是真爱。

到圣诞节，赵江突然特别想念江丽。于是就打了个电话给她，问她过得好不好。

在电话里听到江丽的声音，他觉得特别亲切，就装作随意地问她：“什么时候请我喝喜酒呀？应该很快了吧！”没想到她的回答是：“哪有的事，一个人在家看碟呢！”

赵江忽然觉得很高兴，他想两人应该还有机会，他想马上去找她。但是，在临出门时，他犹豫了：曾经那么坚决地提出分手，曾经那么深深地伤害过她，她会原谅自己吗？俗话说“好马不吃回头草”，如果她拒绝了我，我的面子该如何搁？

他终于没有下楼，而是一个人躲在屋里喝酒。

深度诠释

好马不吃回头草，这话听上去颇有些侠客气概。只是世上所有的个性都是有代价的，“不吃回头草”能让当事者面子好看，但却有可能葬送了一生的幸福，留下终生的遗憾，这种代价是否太大用爱情换气概很不值！所以，如果还爱着对方的话，就自顾自地回头吧。别和自己过不去，也别去信守什么“好马”的诺言。要知道寻寻觅觅，好的不一定在前头，可能就 在你的蓦然回首中。

不吃“回头草”的不一定就是好马，吃“回头草”的也不能断定就不是好马。“回头草”在情感方面有很多难以取代的优势，例如，因为双方曾接触了解过，有很深的感情基础，相处起来会更默契。爱情是自己的事，如果两人还具备走到一起来的条件，那就应该轻轻松松地 去恋爱，把“吃回头草”当成一次崭新的开始。

著名主持人鲁豫就是一个聪明人，想当初她和初恋情人在一起，因为不满意他的幼稚与其分手，后来双双组建了家庭。不幸的是婚后不久鲁豫就和丈夫离异了，再遇到初恋情人时，发觉 都不自觉地受到对方的吸引，重新有了热烈的感情，于是又走在了一起。敢吃“回头草”，鲁豫找到了真正的幸福。

当然，并不是所有的“回头草”都能吃。有些人在分手时风度欠佳，重聚后却异常亲热，这时就要睁大眼睛看清楚一点了。更可怕的是他已有了新的女友，对你却有“喜新不厌旧”之嫌，如果那样，劝你转身就跑，千万别犹豫，否则难免会经历“复合——分手”的轮回。在经过一段时间的沉淀后，吃“回头草”绝非简单的“回到从前”，而是两人重新审视对方的优缺点、学会欣赏和包容后做出的再爱一次的决定。

好马不吃回头草，好草不怕回头吃！经过比较后再吃回头草，那草绝对是嚼着舒服、咽得舒心。

迷津指点

当你回过头来重新审视那段已经远去的感情时，觉得没有什么能比得上它的珍贵，那么，就毫不犹豫地回过头来，对她说：“如果可以，我还想牵你的手。”

如果你依旧爱她，就勇敢地承认当初是你伤害了她，是你的错，请她原谅你，再给你一次机会。

另外，在吃“回头草”之前，最好先对这棵“回头草”的现状有所了解，毕竟你们分开

已经 有一段时间了。

智慧金言

爱情属于火凤凰一类，它在自己点燃的火焰中自焚，然后从那旧情灰烬中，依然滋生出心中 新的凤凰。

——【英】格雷维尔

第 38 节：弄巧成拙的求婚方式

场景再现

王一新准备向交往已久的谭秋姣求婚，于是在周末下午约谭秋姣去大安森林公园。那天刚好 遇 到谭秋姣喜欢的某流行歌星在公园里举办“以歌会友”的活动，于是他们便兴致勃勃地前去 听歌。

“大雨过后，霓虹的世界，半片土司，冷掉的咖啡，热闹的街……除了爱你还能爱谁。你留 下的世界已支离破碎。我可以无所谓，只要你觉得不后悔……”

台上的歌手热情地唱着，王一新也想起了今天的重要任务，于是轻轻拉起了谭秋姣的手：“秋姣，我想，你是不是愿意……”

“什么？你说什么？我听不到！哇！听现场唱的效果果然不一样！”

于是，王一新又再次大声说：“秋姣，我们什么时候结婚？”

“你疯啦？在这种时候开玩笑，快听歌，好好听。”

“我在跟你说正经事，你却这个样子，算了，算了。”

深度诠释

每个人都期盼能拥有一个快乐美满的婚姻，那份幸福的感觉，绝对比中彩更令人兴奋。不过，要想能和心爱的人共缔良缘，就必须经过“求婚”这道手续，也就是有一方先开口，而另 一方答应了，这桩美事才算大功告成。

求婚要想成功，最重要的是需要有“爱”，除此之外，还需要一些技巧。如果用错误的方式 求爱，即使对方已对你心有所属，也不见得一定可以成功，甚至求婚不成反弄巧成拙，搞得 彼此都很不愉快，那就冤枉了。

有个笑话是这样的：

一对情侣在一次舞会上认识，相约见了几次面，彼此感觉还不错。有天，男子突然拉起女 友的手说：“你是天上的月亮，地上的清泉。没有你，我无法活下去。我是真心诚意地向你 求婚，做我的妻子吧，亲爱的娜娜。”

女子惊叫着：“我不是娜娜，我叫玛莎！”这个男孩竟然在求婚时把对方的名字搞错了，

真是愚蠢到家了。

还有一个笑话：

“如果你今天拒绝我的求婚，那么我就去卧轨。”男子说。

“你让我再想一想，反正离今天的末班火车到站时间还早着呢！”女子回答。

用要挟的方法求婚，同样只会引起对方的反感。

此外，像上面场景中的王一新，就是求婚时选错了场合，结果把好端端的求婚闹得不欢而散。

对于女孩来说，生活中恐怕再没有比结婚更需要深思熟虑的事情了。即使她早已经对这个男人有所属，也希望男人对自己的求婚能够出色圆满，她想让此时此刻成为一生的回忆。

用愚蠢的方法求婚，当然不会成功。不过，求婚毕竟只是一种形式，最重要的是双方是否真爱着对方。如果一次求婚没有成功，只要你有恒心毅力，锲而不舍，最后一定能打动对方，有情人终成眷属。

迷津指点

求婚的方式因人而异，你可以根据女友的喜好设计出煽情、浪漫而且有新意的求婚方式。

如果没有想到更好的方法，那就用这种最经典的求婚方式：单膝跪地，取出一只装着戒指的盒子，然后请求女友同意在他的身边度过余生。

智慧金言

你可以说出令人愉悦的话，也可以说出令人恼恨的话，全在于你的语言表达能力。

——【英】狄更斯

第 39 节：填补爱情“空白”仓促结婚

场景再现

海锋与虹从大一时就开始恋爱，两人感情一直很好，打算毕业以后就马上结婚。谁料，毕业没多久，虹便甩了海锋，跟一个大款的儿子在一起了。

海锋很伤心，为了填补感情出现的“空白”，他很快就与另一个女孩恋爱了，然后闪电般地结婚了。

但事实上，海锋一直念念不忘狠心将他抛弃的虹，这种念头有时会不经意地在妻子面前流露出来，这让妻子很不高兴。更过分的是，有一次在与妻子亲热时，海锋竟然喊出了虹的名字，气得妻子当时就把海锋一脚踹到了床下。

海锋向妻子承认，他没忘记从前的恋情，甚至不可能忘记，他心里还有虹的位置。妻子

表示 无法接受，提出了离婚。

深度诠释

说不准什么时候，我们的感情就跑了“偏”、出了“岔”。当一段刻骨铭心的恋情从你身边 滑过，你受伤的心经历了被掏空的感觉，下一步的感情曲线该怎么走？是纠缠在曾经的感情 里越陷越深、逼得自己发疯，还是不分青红皂白随便找个人来填充心里的“空白”？其实， 这二者都不是你治疗心灵之伤的最佳提案。

当相恋多年的女友突然离去，我们会迷茫，不知深埋于心的爱究竟该在哪里停泊，跟着感觉 走的结果，很可能是给自己的伤口撒上一把盐。分手只是从形式上给感情画上了句号，心 灵的句号则需要相当长的时间才能画好，那是真正的忘记。因此，你最应该做的，是适应没 有爱的生活。

很多失恋的人认为，理性地体验似是而非的爱情，总比孤零零的感觉要好。因此，在感情危 机面前勇敢果断地快刀斩乱麻后，便迅速找一个自己不讨厌的女性伙伴来“填空”，吃吃饭 、 送送礼物、泡泡吧或结伴去听音乐会。他们明知自己是在麻醉自己，也要执迷不悟——感情 不胜寂寞，感情需要倾诉。

但是，很多仓促填补感情空白的人最后发现：失恋的伤痛还没愈合，猛然发现“填空”的爱 人 并非所爱；更糟糕的是自己一不留神，让对方陷入情网。当初的失之草率，成就了今天的焦 头烂额。

在失恋的日子，寻找一份新的感情，这是应该的，也是积极的做法。但重要的是，不要让偏 见蒙蔽了双眼，错过本该属于自己的幸福。稳操幸福命运胜券的秘诀其实很简单——学问就 在这空的“填”法上，按兵不动、操之过急、只顾眼前或不知己、不知彼，都有可能让你雪 上加霜。

迷津指点

摘掉你给前任恋人戴上的所有光环，列出自己爱与不爱的N种答案，找出适合他与不适合自 己的多个理由。你会发现：整理这个“清单”的过程，能抚平你受伤的感情、明了内 心的渴 望，顺理成章地接受属于自己的“爱情填空”。

智慧金言

在玫瑰花的充裕的光阴里，爱情是酒；在花瓣凋谢的时候，爱情是饥饿时刻的粮食。
——【印度】泰戈尔

第 40 节：忽视生活习惯的差异

场景再现

江珊是一名在高级写字楼工作的白领，是一个讲究情调的女人，她弹的一手好钢琴，看原版英文小说，衣饰搭配极有品位。在遇到凯丰后，江珊不可救药地爱上了他。

那时凯丰刚刚走出校门，在一个小的软件公司做程序开发，头发乱乱的，总是穿一条牛仔褲，套一件大T恤；而江珊已经在外企工作6年，是高级行政职员，每天妆容精致，西服套裙高跟鞋是她的工作装束。凯丰和江珊的恋爱令所有的人都很意外。很多人都劝江珊，告诉她凯丰和她来自两个世界，不是她能爱的男人。但江珊固执认为这就是爱情，凯丰身上那种落魄的美让她心动。

在所有人诧异的目光里，江珊和凯丰结婚了。婚后的日子没有江珊想象的甜蜜，两人生活习惯的不同让江珊时常有一种窒息感。

凯丰有时候来公司接江珊下班，江珊习惯打车，而凯丰习惯公共汽车。每次被凯丰拉着去挤沙丁鱼罐头一样的公共汽车，江珊的感觉糟糕极了。她的一身时尚装扮总是惹得满车的乘客像观赏动物一样看着她。一次下车时因为后面的人推了她一下，踩着高跟鞋的江珊一下子失去平衡，从车厢里摔到了马路上，裙子被撑破，车里的人发出一些幸灾乐祸般的嘲笑。面对江珊委屈的泪水，凯丰只是一脸的不知所措。

江珊讲究情调，她喜欢在辛苦工作一天后，去一家有轻柔音乐的安静餐厅吃一顿细腻的晚餐；凯丰不习惯在那样的气氛里吃饭，他更愿意去那种人声鼎沸的大排档吃得满嘴流油。几次下来，凯丰拒绝和江珊一起去吃所谓的情调晚餐，而江珊在和凯丰吃了几次夜市大排档后也觉得索然无味。

日子中的点点滴滴就这样折磨着两个原本相爱的人，不同的生活习惯，不同的经济能力都严重影响了他和她的沟通。

一年后，江珊和凯丰友好分手。

深度诠释

在冲动的时候，热恋中的男女很容易就会说出“我们结婚吧”，可是结婚后才发现，婚姻只是无数个等待的夜晚，是对电视遥控器的争夺，是一堆臭袜子和脏盘子……你抱怨，生气，可无济于事，对方并没有因为你的指责而有所改变。

爱情是“此时此地”，事关现在，婚姻是“从此以后”，事关一生。不论是男人还是女人，在结婚之前都应该好好想一想，你爱不爱对方的那种生活？婚姻不只是有爱情那么简单，而是要以后两个人长期地在一起生活。这一点，在婚前就要有所准备，因为结婚并不会使个人习惯或个性发生太大的变化。结婚前解决不了的事情，不要指望婚姻能够解决。同样，结婚前已经形成的许多习惯或一直以来就有的个性，虽然可能会随着时间的推移在不知不觉中发生改变，但不会因为婚姻而推翻。

有情感专家提倡，夫妻一定要门当户对。这话是有道理的。当然，这里所说的门当户对并不是传统意义上的政治等级、经济贫富的相当，不是那种简单的要求如果一方家里有百

万存款，另一方家里存款不能少于 80 万，而是说从生活习惯到思维方式，都来不得太大的冲突。

日常生活中，恰恰是那些鸡毛蒜皮的小事反映出来的生活习惯的差异，成为夫妻关系中最难逾越的一道心理鸿沟，妨碍着双方最终的接纳、亲近、融洽。很多失败的婚姻，经常以“感情不和”、“性格不合”、“缺少共同语言”、“性生活失谐”等为理由。然而，最深层次的问题是“门不当户不对”，而这一点往往被当事者忽视了。

一对受过高等教育的年轻夫妻去办理协议离婚，双方陈述的离婚理由都很简单：生活方式和行为习惯相差太远，谁也改变不了谁。妻子流露出这样的委屈：自从怀孕以来，婆家没提供过一顿可口的饭菜。身为教授和律师的公公婆婆也很委屈：老两口自己经常忙得顾不上正常吃饭，见儿媳回来赶忙送上罐头、熟肉什么的。丈夫也有一番“对等”的苦衷：周末陪妻子回娘家，哥儿们又是猜拳劝酒，又是云山雾罩地胡侃，颇令这位谦谦君子反感。用他的话说，这种“小市民习气”令他无法忍受。

两个相爱的人若来自不同的文化背景和生活境遇，也已经形成了各自的一些生活方式、价值观念和行为取向，虽然在婚后可以在某种程度上淡化彼此的差异，但要想彻底的改变，几乎是妄想。

所以，“门当户对”看上去很世俗，却对婚姻的和谐有着无法回避的震撼力量，或者构建婚姻，或者毁灭感情。而这么重要的因素，恰恰是婚前的男女最容易忽视，或者是不屑的。

迷津指点

我们无法找到一个和自己的生活习惯完全一样的人，而每个人都有优点和缺点，所以也不要奢望能拥有完美的爱人。在选择伴侣时，要看看你接受一个人的上限和下限是什么。如果在这个范围之内而恰好你又喜欢对方，那么接受；如果不在这个范围之内，而你又恰好不喜欢，那么就放弃；如果在这个范围之内，而你又弄不清楚自己的情感，那就交往一段时间再取舍吧。

结婚，其实就是选择一种生活，不妨勾画一下未来的生活吧，并问自己：这是自己想要的吗？

智慧金言

爱情可以使一个人从错误、胡闹和无能中发现乐趣。

——【印度】泰戈尔

第 41 节：只谈恋爱不结婚

场景再现

金泽是北京一家银行的财务主管，有着相恋 7 年的女友，生活得还算幸福美满。但后来竟发现女友背着 he 有了外遇，一气之下，金泽和女友分手了。

此后，金泽不再相信感情，他疯狂地投入工作，并且时常更换同居女友，发誓不结婚。在金泽看来，所谓天长地久的爱情只是童话里的故事，这种无束缚的同居生活反而更有滋有味。

深度诠释

近年来人们发现，越来越多的都市人已经过了适婚年龄，但选择了迟迟不跨入婚姻这道门槛，而这群人中又以“白领”居多。日益增多的不婚现象俨然已成为一道都市风景，一种盛行于全国的流行病。

选择不婚的理由五花八门，有些人是因为曾经在感情中受过伤，不再相信爱情，于是便选择了“只谈恋爱不结婚”的同居生活，而更多的是为了解决生理需要，而不是为了爱情。可是，曾经遇到过背叛自己的女人，并不代表所有女人都是视感情为游戏的。

有些人选择“不婚”是因为害怕婚后柴米油盐酱醋茶的琐碎生活，认为一旦结婚就没有了浪漫，“浪漫的婚姻不稳定，稳定的婚姻不浪漫”。其实，浪漫更多的是一种感觉，只要用心去营造和体会，让人怦然心动的事情还是会萦绕在你身边。只要有心，即使是在锅碗瓢盆、柴米油盐等与浪漫格格不入的琐碎小事中，也完全可以时不时地制造一些浪漫来与你的爱侣 共同分享，这恐怕要比独自享用更加回味悠长。有爱的两个人一起吵架，一起慢慢老去，也可以是最浪漫的事。婚姻虽然很实际，但是绝对不拒绝浪漫。有的人选择不婚是不愿看到对方不修边幅、放屁不雅的样子，认为这会搅乱自己的好心情。这也是没有道理可言的。撒尿、拉屎够俗的了吧，难道你为了保持自己的好心情就拒绝做这些事，让自己羽化成仙么？

婚与不婚，都是各有各的好，各有各的累。只是，恋爱久了，很可能忘记了为什么恋爱，就像一个人走得太远，忘记了为什么出发一样。

迷津指点

婚姻确实有很多不确定的因素：红杏出墙、夫妻性格不合等，但是，这些并不是拒绝结婚的理由。中国有句成语叫“因噎废食”，我们会因为鱼刺有可能卡着喉咙就拒绝吃鱼吗？

多借鉴幸福家庭的婚姻经营经验，多吸取婚姻失败者的教训，婚姻就会幸福美满。中国还有一个成语叫“事在人为”，关键看你怎么做了。

智慧金言

生命因为付出了爱情而更为富足。

——【印度】泰戈尔

第 42 节：婚姻是一种拖累

场景再现

大学毕业后，王海便发誓要奋斗出一番事业来。王海认为婚姻会成为自己前进路上的拖累，因此一直不愿谈个人大事，每当父母催促时，便以没有时间为借口百般推诿。大学毕业好多年了，王海依然孤身一人，成为“剩男”大军中的一员。

经过几年的努力，王海成了公司的中层管理者。可是，身边的朋友一个个走进了婚姻，王海显得更加落寞。有一段时间，他似乎进入一种职业疲惫状态，做什么都提不起精神，觉得一切都毫无意义。这时，好友给王海提出建议：不如踏踏实实找一位女友，把自己的婚姻大事办了。

经他人介绍，王海认识了电台的小芳。小芳也是忙于事业耽误了终身大事。两人一拍即合，情投意合。终于，一对“剩男剩女”走进了婚姻殿堂。

婚后，王海在享受家庭甜蜜的同时，也恢复了工作的激情。

深度诠释

曾经在《读者》上看过一篇这样的文章，阅后颇受启发。文章的大意是说，一位经济学博士过了多年的单身生活，感到厌倦，于是想要结婚，但又担忧婚姻会给自己带来不利的影响，于是，按照经济学关于成本与收益的原则，他列了份清单。

先算收益，包括两个人贷款供房、两个人赚钱养家、遇事有人商量、下班回家有人做晚餐、下雨有人给自己送伞、病了有人陪着去医院、出差外地有人在家照看猫咪……

然后再计算成本，包括不能随意带女人回家、不能送朋友贵重礼物、不能自己做决定、下班后不能回家太晚或不回家、家里至少要准备两把伞、如果她病了你也要陪她去医院、出差外地回家前千万不能忘了买礼物……

这位博士这样一算，结果发现，收益和成本相等。每一条收益，都需要等量的成本。博士有些不知所措。他想了又想，决定遵照风险定律，在收益相等的情况下，选择另一种未体验过的。不久，博士结婚了。

结婚 10 年后，博士已成了两个孩子的父亲，事业上也是硕果累累，成了著名的经济学家。在回忆自己结婚前对于婚姻中成本与收益的计算时，他发现自己错了，因为在计算成本和收益的时候，没有把感情计算进去。

俗话说，每个成功男人的背后一定有一个贤惠的女人在支持着。马克思的妻子燕妮不但是能干的家庭主妇，还是马克思的得力助手和秘书。她是马克思著作的第一位读者，而且

还对许多重大事件和理论问题提出了许多很有见地的意见，为马克思的理论研究带来了不少有益的启迪。《共产党宣言》现存的手稿中，就有几行字出自她的手笔。马克思的许多字迹难辨的文稿，都是由燕妮整理誊清的。她还凭着自己的丰富知识，帮助丈夫校对清样，代写信件，把这些琐碎而又艰巨的工作，处理得井然有序，让马克思有了更多的时间和精力从事他的著述和革命活动。

人们常说：“女人是伟大的。”这不仅在于她们自身的伟大，还在于，她们是男人前进的动力。女人至少在以下4个方面能帮助男人前进：

①激励。每个男人都需要被激励，如果能获得自己喜欢的那个女人的鼓励，男人也会变得自信很多，在任何困难的情况下都能不断向前。

②潜能开发。女人是男人精神力量的源泉之一，是男人潜能的催化剂和兴奋剂。在遇到心仪的女人以后，男人要展示他的强大，要不遗余力地证明自己，因此他会努力开发自己的潜力，即使屡次碰壁，碰得头破血流，他也在所不惜。

③心理安抚。女人是一本好书，让男人读不完，永不枯竭。她们能排解男人的烦恼，宣泄男人的郁闷，使男人轻装上阵。她们是男人最忠实的听众，也是男人最好的心理医生。

④生理动力。生理需要是人最根本的需求。女人的柔情最能激发男人的肾上腺素，使他的胸怀更为洒脱，心灵更加开放。这世界要是没有女人，男人们就会失去方向，就会像无头苍蝇，四处乱窜，女人使世界有了秩序，使男人知道规矩。

这样看来，结婚不是男人事业的拖累，而是男人事业的“加油站”。

迷津指点

结婚不仅是社会稳定的需要，也是个人幸福和事业成功的需要。

智慧金言

两颗动了爱情的心，对人生，对幸福，对自己都抱着无穷的信心，都抱着无尽的希望。

——【法】罗曼·罗兰

第43节：老婆一定要是最好的

场景再现

江泽是上海某大学一名教授，仪表堂堂，文才口才都有一手，前途一片光明。唯一苦恼的就是佳偶难觅。从二十多岁开始，他就开始寻觅心上人。他一心想找一个世上仅有、天下无双的绝代佳人，所以，尽管朋友谈了不少，其中不乏相当漂亮、温柔的姑娘，但都有始无终，因为他总在想：“也许还有更好的……”

直到退休时，他仍在苦苦寻找那最好的。

深度诠释

婚姻的抉择真谛是：“弱水三千，只取一瓢饮。”眼前即可掌握的小小幸福，大过未来不可测、不可知的机缘。明知可能会有更好的人出现，但是此时此地此生，我就是选择了你。

寻寻觅觅，挑挑拣拣，选择恋人是一门大学问，却也可能是无止无尽的等待。恋人们心底始终有一个疑惑，那就是没有人能确定自己。究竟是否选择到了最好的对象。身边总是会有其他的人游走徘徊，你不住地疑惑，眼前这个好不好？下一个恋人是否会更好？而你的恋人四面环敌，被和这个人比较，又被和那个人比较。

当然，对于恋爱对象，适度地去作选择，是保障自己，但若是反复地比较，反而会昏了自己的头。一个不断在比较权衡的人，是很难下决定的。没有决定，便无法品尝到深入的美，也无法过一天平静的日子。

当一个人喜欢另一个人时，往往不是因为她最好、最漂亮、最有钱、最能干……而是因为她是现在最适合的人。即使有更好的人出现，仍然不会改变。这辈子，有了你，我就满足；现在我接受了你，以后你会怎样，我会如何，也都认了。这就是选择的真谛。

你可以继续千挑万选，继续等待前世冤家，等自己更有钱、更有智慧、更懂得看人时才结婚，但是生命只有一次。曾经有个哲学家，让他的弟子到一块麦田寻找最沉的那株麦穗，弟子每找到一株麦穗，觉得够结实了，转念一想，应该会有更重的。如此这般，他找完了一片麦田，最后却两手空空，没有收获任何一株麦穗。一味寻找最好的，只会换来最后的两手空空。我们不妨做这样的选择题——在50岁时与最理想的人结婚，在30岁时与次好的、甚至只是还可以的人结婚，你会如何选择？这两者之间极重要的差异，不是完满与有缺陷的距离，而是50岁与30岁之间，整整20年的岁月成本。

有这样一个故事：有一个人浪迹天涯，坚持要找一个最完美的人结婚。终于，皇天不负苦心人，他找到了。可是，他仍然没有结成婚。因为，那个最完美的人告诉他，她也正在寻找心目中最完美的人啊。

迷津指点

和对方一起成熟、一起老去，就是一种幸福。对方是不是最好的，根本不重要；外面是不是有更好的，也根本不重要。不浪费生命，不蹉跎时间，这便是婚姻的美妙。

婚姻不是条件的比较，而是选择的艺术。而如何选择，得由你自己决定，由你主动去发现。

智慧金言

人人都有缺点，谈恋爱的男女双方都如此。问题不在于找一个全无缺点的对象，而是要找一个双方缺点都能各自认识、各自承认、能够改的愿意逐渐改、同时能彼此包容的伴侣。
——傅雷

第 44 节：忽视婚前体检

场景再现

大勇是一个老实憨厚的小伙子，经媒人介绍后，认识了小荷。相处了一年后，彼此感觉很好，便打算择日结婚。

在恋爱期间，大勇和小荷虽有亲密举动，但是小荷却严守底线，坚持要将自己在新婚夜交给丈夫。大勇认为自己找到了人品极好的人生伴侣，于是给小荷家 5 万多元的彩礼后，商定了结婚的日子。大勇觉得自己和小荷都很健康，为了省点钱，便没有去医院进行婚检。

终于，结婚的日子到了，风光的婚礼仪式后，大勇等到了洞房花烛的幸福时刻。当大勇抱起如喝醉般全身幸福的妻子时，他发现自己无论如何也不能与小荷合为一体，最后实在不行只好分开，搞得一夜都没睡觉。第二天晚上的情景犹如新婚之夜的翻版。

夫妻俩决定前往医院查个究竟。检查结果显示，小荷的处女膜比正常女性坚硬、厚实，且阴道本身长度极短。医生告诉大勇，小荷虽然具有女性的一般性征、性欲和正常的女性心理状态，但没有性生活能力。

大勇这时才懊悔万分，恨自己当初为什么不进行婚前检查。

深度诠释

结婚不仅是爱情的高潮，也在生望方面掀开了新的一页。婚后夫妻要朝夕相处，生儿育女，过上快乐浪漫的家庭生活，这需要一定的身体条件。因此，准备结婚的男女双方应当进行婚前检查。有些人对婚前检查缺乏认识或怕羞，这是不正确的。婚前检查对男女青年的健康、婚后健康的夫妻生活及优生优育有着重要的作用，是减少遗传性疾病，避免把生理缺陷和不健康因素传给后代的关键，是实现后代优生的重要措施。

对于将要进入婚姻的男女双方来说，婚前检查至少有几方面的好处：

①有利于身体健康。婚前通过全面系统的身体检查，可以对自己的身体状况有个科学的了解，也可以发现是否患有不适宜立即结婚的疾病，如急性肝炎、活动性肺结核等，若有可待疾病痊愈后再结婚。

②可以发现生殖器官的异常。有的女性生殖器官发育异常，如处女膜闭锁、阴道横膈，先天性无阴道等，这都会影响性生活。如果贸然结婚，会给双方带来痛苦，使家庭笼罩上阴影，甚至使婚姻关系破裂。如果能在婚前及时发现这类生殖器官异常，通过作手术治疗后再结婚，便不会影响性生活和双方的感情。

③有利于优生。通过家族史的调查和身体检查、可以发现遗传病和遗传缺陷方面的问题，医生会对生育进行必要的指导，避免遗传病儿或畸形儿出现。

④有利于计划生育。如果新婚夫妇不愿意过早地把时间和精力花费在孩子和家务上，可以通过婚前检查和咨询，了解新婚避孕方法、什么时候怀孕适宜等知识。同时，医生还会帮助男女双方了解性的知识，过好婚后的性生活，使夫妻关系和谐美满。

迷津指点

为了自己及后代的健康、婚后的幸福，准备结婚的男女双方应主动接受婚前检查。

不必对婚前检查存在害羞心理，因为医生会对当事人的隐私保守秘密，接受检查的当事人大可不必紧张。

智慧金言

幸福的首要条件在于健康。

——【美】柯蒂斯

第三章男人在婚后与妻子 相处时最可能犯的 38 个错误

第 45 节：忙于事业冷淡爱人

场景再现

王明在一家跨国公司工作。刚结婚的那几年，他经常与妻子散步谈心。可自从被提升为部门经理后，由于职位升迁和应酬增多，回家的时间越来越少，也越来越晚。家对于他来说更像是一个旅馆，每日打拼回来，只想倒头大睡。

他和妻子沟通的时间也越来越少。好几次，妻子想跟他说点什么事情，他也懒得听。有时他想和妻子说点事，还没说上两句就因观点不一致开始争吵。时间一长，夫妻双方都觉得没话可说，虽然生活在一个屋檐下，可是彼此感觉很陌生，工作上、感情上的事都不愿意向对方倾诉。

深度诠释

男人习惯在事业上实现自己的价值，女人则多是在家庭中。对于朋友，女人结婚后会越来越疏远，只剩一两个知己，男人则重义气，爱面子，甚至有“朋友如手足，老婆如衣服”之说。男女之间这种价值观的差异，也经常成为家庭矛盾的来源。

事业型的人总是忙个不停，没有节假日，没有休息，永远将工作放在第一位，令配偶和家人感到被冷落。这些人也会因为与妻子相处时间少而心存愧疚，但总是想等到工作告一段落再去好好陪家人。可等到有一天真的想去了解对方、和对方沟通的时候，才发现对方已不能理解自己的想法，沟通起来也比较困难。日子一久，彼此之间就提不起说话的兴趣，共同话题也逐渐减少了，于是婚姻犹如一潭死水。

更为严重的是，这些人没有认识到自己的错误，他们满肚子的委屈：“我经常回家很晚，因为公司的应酬太多。我的妻子曾抱怨过，说她一个人在家很孤独，但我的确是因为工作离不开呀。我有时回到家很累，脾气不好，但她应该理解呀！我这样辛辛苦苦地工作挣钱，还不全是为了她……”

可静下心来仔细想想，工作、事业固然重要，但当它与夫妻感情发生冲突时，哪一个更重要呢？当你将精力和身心全放在工作上时，尽管你可以说是为了妻子，但你了解妻子的真正需要是什么吗？如果你爱她、关心她，就应该了解她的需要，并尽全力去满足她的需要。

《射雕英雄传》第三十一回中，郭靖对黄蓉说：“我宁可一点武功也没有，只要你平平安安。”郭靖憨头憨脑，笨嘴笨舌，一点也不像一个爱情至上主义者，黄蓉听了这句话才知道，他心中分量最重的，根本不是什么“降龙十八掌”，而是他的蓉儿。人在江湖，武功是安身立命的根本，但郭靖懂得最基本的道理：人要武功是为了保护自己和自己的爱人。如果不以这个“平安”为目的，任何武功都会失去存在的意义。现在的丈夫们却经常忽略这一点。很多人为了事业打拼、应酬的初衷是为了给家人更好的生活，可愿望还没实现，却失去了原有的幸福。天平倾斜了却不自知，有些顾此失彼。

男人自有男人的世界，一个没有事业心的男人是不完整的，但妻子和家庭也是你世界中不可或缺的一部分，好丈夫不会让妻子独自留守的。妻子不是房间里的家具，放在那里就算了，她需要交流、尊重和体贴，需要丈夫的重视。

而且，婚姻美满与否不仅会影响到你的事业，还会影响到你的健康。最新研究显示，婚姻不美满的男女，不论是在家庭或是在工作上，整天都会觉得压力大，这会影响到工作的效率。婚姻问题会延伸至工作场所，工作中的问题也会迁延到家庭生活之中。这种紧张状态持续一段时间，就可能引发严重的健康问题，如血压会增高，心脏病发作与猝死的风险也会增加。

事业很重要，但是不能以放弃家庭的幸福为代价，也不要以“为家庭努力工作”为借口。婚姻犹如事业，也需要小心经营。如果你真是为了这个家，到头来家庭却破裂了，那么事业再成功也无法感到幸福。

迷津指点

其实，兼顾事业和爱人并不难。例如，你可以在加班很晚后，去蛋糕店给妻子买上她最近常提起想吃的蛋糕，让她知道你并没有忽略她；你也可以在工作间隙发些浪漫的短信，告诉她在你心中她是多么的重要……

总之，只要你有心，就一定能做到！

智慧金言

爱情是不按逻辑发展的，所以必须时时注意它的变化。爱更不是永恒的，所以必须不断

地追求。

——柏杨

第 46 节：在家庭中不愿做出让步

场景再现

婚后第二年，吴华和宋英在北京郊区买下了一套新房。结束了租房的日子，小两口很开心。但没想到因为新房装修，引爆了小两口之间的全面战争。

妻子宋英出生在城市，喜欢浪漫和幻想；丈夫吴华在农村长大，重视实用性和功能性。两个人的审美观截然不同。宋英喜欢富丽堂皇的装饰柜、华丽的吊灯、豪华的吊顶，最好还能在家里装一个富有小资情调的吧台。在她看来，家应该是个富有情调的地方。吴华的想法却不同：这些都是中看不中用的玩意。最好能来一个大背投电视，一套高级音响，多气派。有亲朋好友来家里一看，会觉得自己混得不错。宋英气得大骂吴华是农民。

两人对于装修的每一个环节、每一个房间的布置的看法都不同，双方不断地争吵。宋英伤心地说：“原来你在婚前对我好都是假的，连装修个家都不愿意听我的。”而吴华也气愤地说：“原来你在婚前的温柔全是装出来的，现在才暴露出你的泼妇本性。”

深度诠释

两个人的个性有差异，这很正常。正所谓“人心不同，各如其面”，即使个性极为相似的人也会有所不同。在恋爱期间，男人为了追求心仪的女孩，往往会不自觉地对自己加以约束，努力迎合对方的“自我”满足和需要，寻求共性，获取好感。陷入情网的女人也往往会忽略自己与恋人不同的地方，甚至忽略恋人个性的弱点。

结婚之后，梦寐以求的爱人已经得到，男人也不再如婚前那样约束自己，个人的特点尤其是弱点会一览无余地展现在对方的面前，女人也对男人的弱点看得越来越清楚，因此矛盾便产生了。

其实家庭中的很多事，无所谓对错。正如吴华和宋英的装修观念一样，都有道理，只要喜欢就行，也不能简单地要求丈夫就应该对妻子做出让步。但是，就一般家庭来说，男人在外的时间更多一些，女人待在家中的时间要更多一些，从这一点来说，丈夫应该更多地考虑妻子的感受。何况，男人做出一些退让，就能拥有家庭的幸福，何乐而不为呢？

夫妻间的差异总是存在，就像出门时你喜欢向左走，她喜欢向右走；你喜欢吃面条，而她喜欢吃馒头一样，如果双方都各持己见，势必会引发争论，就算不影响“安定团结”的大局面，也会为夫妻关系埋下隐患。丈夫如果能在这些小事上做出适当的让步，而不是去斤斤计较“为什么先让步的是我而不是她”，就能换来家庭的和睦，何乐而不为呢

老李家一直和和睦睦。结婚十几年来，他们几乎不争不吵，就连脸都没红过。同事们非常羡慕他们，纷纷向他讨教治家良方。

“其实没什么良方，”老李不好意思地说，“可能是因为我们之间分工明确吧，家里的小事由她决定，大事则由我说了算。谁也不干涉谁，所以也吵不起来。”

“真有你的。那你说说看，你妻子都决定什么小事”

同事深表佩服。

“比如我们家吃什么菜，买什么家具，到哪儿去旅游之类的事。”老李接着说。

“那你决定什么大事”

“像男足何时能捧得世界杯，美国何时能捉住本·拉登，巴以何时能够和解之类的事……”

虽然上面说的只是个笑话，但是丈夫如果能有一个良好的心态，在小事上装装糊涂，睁一只眼闭一只眼，给妻子充分的决定权，这并不会因此而损失多少，反而表现了丈夫的气度和睿智，收获了幸福。更多的时候，妻子在意的不是一件具体的事该怎么处理，而是丈夫对她的态度，一旦她确定了你是尊重她、在意她之后，她自然不会再处处与你为难，而是顾及你的想法和喜好，主动征求你意见，暂时的“委曲求全”可以换来更巩固的“一家之主”的地位，又能做个妻子心目中的好丈夫，此等好事，岂能不为？

迷津指点

以一种宽容的姿态，听从妻子的建议，既省力又省心。你还可以趁机提一些小要求，例如抽几包高档香烟，喝上几瓶酒，这些平时妻子不可能答应的事，现在则很可能会不假思索地答应。

在妻子的提议上，做一些小修改。既能满足妻子的要求，又不致与自己的想象差得太远。

与妻子协商，双方都做一些退让。例如装修时，可以在家中划分地盘，阳台、卧室、厨卫听妻子的，客厅、书房听丈夫的。不同的风格和平共处，婚姻也在彼此的退让中变得更甜蜜。

最理想的做法是把下面的话写在心里：

- ①老婆永远是对的。
- ②如果老婆错了，一定是我看错了。
- ③如果我没有看错，一定是我的想法错了。
- ④如果我没有想错，只要她不认错，她就没错。
- ⑤如果她不认错，我还说她错，那就是我的错。
- ⑥如果她认错了，请参照第①条。

智慧金言

真正爱的人没有什么爱得多爱得少的，他是把自己整个儿都给他所爱的人的。

——【法】罗曼·罗兰

第 47 节：以被动的方式来表达不满

场景再现

江明结婚后，妻子赵丽把他照顾得无微不至。即使周末出去玩，赵丽都会事先把行程安排好，精心挑选好江明穿的衣服，买好吃的食物。开始，江明觉得很幸福。可一段时间后，他开始有点不适应了。

看到妻子忙前忙后，江明不忍心告诉妻子他不开心，便采取了一种消极被动的方式。对家庭中的事情，他都任由妻子去安排，既不说好，也不说不好。即使妻子问他意见，他也消极应付。

直到有一天，他无意中听到妻子向朋友抱怨：“我和老公结婚快 10 年了。10 年来，他做他的事，我做我的事，像是两条道上跑的车。因为车跑得近，以前还不时有个碰撞，但近几年来车开得熟了，碰撞没有了，火花也擦不出来了。我曾主动与他亲热，但他没有反应。我现在也没有心劲了，实在忍不住了就关在屋子里自己大哭一场，老公对此也无动于衷。”

江明这时才意识到自己的行为已经伤害了妻子，想起妻子对自己的种种关爱，他深感自责。

深度诠释

女性都比较喜欢安排事情，这或许与母性有关。但是男性不喜欢被安排，更喜欢被依赖的感觉。在妻子把所有事情都安排得妥妥帖帖以后，丈夫一方面心安理得地享受成果，一方面又觉得妻子不信任和不需要自己。而且，和女性相比，男性一般不善于告诉别人自己的感受和需要，害怕别人认为自己无能或失败。为了安全和避免争吵，他们常常将自己封闭起来，选择一种被动的方式来表达心中的不满。他们可能在心里说：“既然你都安排好了，还要我干什么？”行动上的表现是“为了避免你来安排我，最好我们俩各干各的”。于是家庭中经常上演妻子热情、丈夫冷淡的局面。

做丈夫为自己的被动洋洋得意，心里在想：“这样多好，少了多少争吵。”他并没有意识到妻子的不满，直到有一天，当忍无可忍的妻子也选择了冷淡的时候，问题的严重性才摆在他的面前。

男人的被动不但没有使问题得到解决，反而使双方越来越有距离，就像“两条道上跑的车”，表面上看起来合作得挺和谐，其实内部因为缺乏检修，已无力行驶，面临随时罢工的危险。

婚姻是使人成长的最好学校，学会了解对方在情感上的需要并积极地去满足对方，这一点很重要。在婚姻中，男人应从以自我为中心的心态中走出来，不能总是要求别人来满足你的需要，而要学会自控、学会合作、学会给予。

迷津指点

感激妻子为你所做的一切，对她做得好的地方给予肯定。如果你有什么不满意的地方，将你的感受坦诚地告诉他，敞开心扉有利于建立起良好的沟通和亲密关系。

在单独处理某些家务时，虚心向妻子请教，把事情处理好，以行动让妻子放心。这样，在下一次需要处理类似事情时，妻子就不会再像以前那样“婆婆妈妈”了。

智慧金言

激情是使航船扬帆的骤风，有时也使它沉没，但没有风船就不能前进。

——【法】伏尔泰

第 48 节：禁止妻子与异性交往

场景再现

刘莉原来是学校的校花，朱基使出浑身解数才娶得美人归。本以为这下可以安心了，但是没想到，婚后刘莉的身边还是有很多男性朋友，并且看上去关系还不错。

这让朱基很不舒服，觉得你既然已经嫁给我，就不应该和别的男士有来往。而刘莉的解释是，他们只是我的普通朋友，我爱的是你，选择了你，嫁给了你，但是我也要有我自己的朋友。

虽然没有发现妻子有什么出轨的迹象，但朱基还是不放心的，他开始暗中监视妻子的行动，并且威胁那些与妻子交往的男人不要打错主意。

刘莉很不满丈夫的做法，提出离婚。

深度诠释

女人和男人结了婚，并不代表没有了自己的生活，她仍然可以有自己朋友，这其中也包括异性朋友，这是正常的事情。如果婚后只能和丈夫一个异性交往，将是一件乏味的事情。爱是拥有而不是占有。

再恩爱的夫妻，在相处的时候也应该适当保留自己的空间，并尊重对方的个性空间。这是爱情的缓冲地带，也是爱情可以长久的动力源泉。

爱情具有排他性，但并不等于排斥友情，排斥对方同任何异性的往来。鲁迅先生曾一针见血地指出：“见一封信，疑心是情书了；闻一声哭，以为是怀春了；只要男人来访，就是情夫了；为什么上公园呢？是赴密约的。”这样的人，实际上是对爱情没有真正理解。

有些人疑神疑鬼，总喜欢翻看妻子的手机，如果发现有陌生电话或男人发来的短信，就

喜欢冷言冷语地数落。这只会让妻子觉得丈夫在“监视”自己的行动，侵犯了自己个人的隐私，是完全不信任自己的行为。为此，夫妻关系也必然步入“低谷”。

很多男人也知道禁止妻子与异性交往或总在疑神疑鬼的做法是不对的，可就是明知故犯，其根源应该还是对对方的不信任，也有可能是出于对自己的不自信。想想看，如果不信任对方或不自信，那么这段感情还有什么可以凭借？

即使两个人非常相爱，生活中也不见得就只剩下爱情这一件事。婚姻不是枷锁，也不是安全阀，如果你真的爱她，不妨多给对方一点空间。每个人都有各自的兴趣爱好和社交圈子，总有无法相交的部分。交友广，爱好多，恰恰是有活力的表现，而这些活动也可以润滑和平衡两性关系。过分的控制只会让爱人窒息，适当收回自己的感情，给双方一点喘息的空间也许会更好。要知道，适当地放松才能更好地“控制”。

迷津指点

消除爱情中的自私观念。爱情的排他性并不等于爱人是自己的私有财产，不能断绝爱人与其他异性的交往。人际交往在现代社会越来越广泛，也越来越成为生活的必需，事实上，要阻止恋人与其他异性的交往也是不可能的。一般来讲，爱情中“私有制”成分越高，越会产生各种各样的嫉妒心理和嫉妒行为。

智慧金言

我所要求的爱与自由，取决于我给予他人的爱和自由。

——【美】雷蒙德·史温

第 49 节：把工作中的不快带回家

场景再现

王新心情好的时候是全世界最好的丈夫、最好的爸爸。但是，只要工作压力一大，或者和同事、上司出现人际关系的矛盾时，他回家后都会黑着脸，寻隙生事。很小的事都会使他暴跳如雷。骂人、砸东西，整个人仿佛变了样，让人害怕，妻子和儿子都被吓得发抖。

每次发怒失常之后，王新都很后悔，向妻子、儿子赔礼，允诺不会再犯。但是下次同样的一幕还会上演。

深度诠释

人在职场，总会遇到些不如意的事，很多人会在下班后把工作中的种种不快情绪带回家，

有时因一点小事引发了一场争吵。这样很不好，在单位不开心，回到家里又闹情绪，结果两个地方都有“火药味”。其实，家是最温暖的地方，千万别让不良情绪破坏了家的和谐。

26岁的赵刚在一家汽车销售公司上班。一次，由于同事的工作失误，他也连带着受到了主管的严厉批评，为此，他觉得心里窝火。下班后赵刚黑着脸去幼儿园接了女儿挤公共汽车。人还没上去，司机就关门，门把他的左胳膊给夹住了。疼是不怎么疼，只是觉得司机的工作态度未免太恶劣。为此，他和司机争执起来。

赵刚下车后，孩子闹着要他抱，他憋不住大吼一声：“爸爸累，自己走！”孩子惊异地盯着她，一脸要哭的样子。

回到家，一肚子不高兴的赵刚灰头土脸地进门，妻子正在上网玩游戏，一句问候的话都没有，他又不由得生起气来。赵刚说自己要用电脑，将妻子狠狠数落了一顿后，一把抢过了电脑。两人很快开始横眉竖眼，大吵起来。

赵刚受了主管的批评，导致他情绪不好，心情十分不畅快，结果无辜的女儿倒了霉、妻子倒了霉。

美国女作家托尼·莫里森少年时代家境贫困。她从12岁开始，每天放学后，都要到一个富人家里打几个小时的零工。一天，她因工作的事向父亲发了几句牢骚。父亲听后对她说：“听着，你并不在那儿生活。你生活在这儿，在家里，和你的亲人在一起。在那里你只管干活就行了，然后拿着钱回家来。”从父亲的这番话中，她领悟到了人生的四条经验：一、无论什么样的工作都要做好，不是为你的老板，而是为你自己；二、把握你自己的工作，而不让工作把握你；三、你真正的生活是和你的家人在一起；四、你与你所做的工作是两码事，你该是谁就是谁。

从那以后，莫里森又为形形色色的人工作过：有的很聪明，有的很愚蠢，有的心胸宽广，有的小肚鸡肠。但她从未再抱怨过。

每个人都有自己的心理空间，不顾及别人的感受，一味宣泄自己的情绪，只会令人避之唯恐不及。即使回到家中，也要考虑家中其他人的感受，不能只顾自己的痛快，把烦恼传染给家人，这是不可取的。妻子和你一样，奔波于繁忙的工作中，周旋于复杂的人际交往中，已经身心疲惫，又怎能忍受你没来由的怒火呢？何况，你在外面所受的委屈，并不是妻子的过错，所以妻子也没有义务来担当你的“出气筒”。

工作是工作，家庭是家庭，把工作上的情绪带回家里，无来由地对家人一通暴怒，除加重口舌之争和矛盾激化外，别无他用。

迷津指点

任何人都会有情绪低落的时候，每当这时，一是要有点忍耐和克制精神，二是要学会情绪转移。不要把不良情绪带回家，不要将心中怨气发泄在家人身上，不要为一些小事耿耿于怀。

智慧金言

幸福不是被巨大的灾难或者是致命的错误扼杀的，而是被不断重复出现的小错一点点分解掉的。

——【美】欧内斯特

第 50 节：不愿倾听妻子的唠叨

场景再现

丈夫拖着沉重的身子，一脸疲倦地回到家里。

妻：“你今天很累吧？”

夫：“嗯！”

妻：“吃过晚饭了吗？”

夫：“吃了！”

妻：“都吃了些什么，还饿不？”

夫：“不饿！”

妻：“明天准备怎么安排？”

夫：“还不知道。”

丈夫回到卧室，打开了电视机。妻子还在不停地和丈夫说话，丈夫一边看电视，一边心不在焉地答应着。

妻子有些火了，说：“你是块木头呀，能不能多说几句话。你什么意思呀，是不是烦我了，哼！这么快就给你追到手了，你当然不会珍惜。”

丈夫一听，也不相让，说：“你不知道我工作很累吗？回到家还这么唠叨，一点都不知道体谅我。”

妻子更生气了：“你一回家就拉个驴脸，给谁看啦，你要是烦我就明说，不想一起过就别过了。”

于是，两人开始争吵起来。

深度诠释

生活中，这样的情景经常可以见到：妻子追着老公絮絮叨叨，老公则“惜言如金”，要是逼急了，就抱怨妻子太唠叨、太烦人。

一般来说，男性在婚后有了稳定感，曾经的恋人已经成为妻子，就会忽略对妻子的赞许与交流，甚至认为取悦对方是虚伪、庸俗的。他们回到家来就想享受一下家的宁静、温暖和轻松，不想听妻子唠叨，也不想多说话。女性则不然，婚后的安全感、依赖感使女性更愿意把自己对家庭、对工作等各个方面的感受说出来，说给丈夫听，想得到他的首肯和评价。如果丈夫表示冷淡，不认真听她的诉说，或是敷衍了事，妻子就会不高兴，甚至上纲

上线，认为丈夫不爱她了。

很多男人不明白，为什么妻子在结婚前并不怎么唠叨，可偏偏结婚后就唠叨个没完没了呢？一方面是因为在恋爱时，爱情迷住了女人的眼睛，对男人的缺点视而不见，而且当时觉得自己没有权利指责男友。一旦结婚，角色心态发生变化，缺点便显得十分突出，妻子有权利对丈夫指手画脚，唠叨便无法避免。

另一方面，男人们大多是“婚前做奴隶，婚后做将军”，在结婚之前，为了博得女人的好感，总是百般讨好，对于女人提出的要求，总会很乐意地满足。可是到结婚后，男人们立刻“翻身做主人”了。从奴隶到将军，男人这种地位的转变使得女人大权旁落。女人为了争得往日的“领导权”，便用唠叨弥补自己的失落感。

此外，青春的流逝也让女人备觉伤感和无奈，在生活中、工作中的力不从心的感觉也让她们焦躁，可是这些苦恼都得不到别人的理解，她们面临的只有为事业奋斗的丈夫和处于叛逆期的子女。在这种情况下，她们只有通过不断的唠叨来吸引爱人和孩子的关注。

每个人在生活上遇到什么困难或烦恼的事，都希望能在最亲近的人中得到宣泄和支持，以消除心理上的负担。对于妻子的唠叨，男人其实可以换个角度来想。甜言蜜语是爱的表现，抱怨也是。妻子在抱怨的同时，也许在心里想着你的好，嘴里唠叨，心里却无比爱你。她抱怨你，抛下她去学习，心里却在想你肯上进；抱怨你不解风情，其实是觉得你为人可靠……因为爱，所以唠叨，等到爱受伤了消逝了，便不肯再唠叨了，不值得，也不愿意了。

有趣的是，女性的唠叨对健康有益。美国一项近 20 年的心理学研究发现，唠叨并不是坏事，在某种程度上，能帮助女性提高记忆力并延长寿命。研究人员指出，言语正是提高记忆力、释放心理压力不可或缺的因素，女性爱唠叨是因为她们更乐意与人交流。

国内的心理研究专家也认可这一观点，北京大学老龄问题研究中心的研究员认为，唠叨确实有不少好处。女性总能看到生活的死角和细节，要么催促别人解决，要么自己想办法，总之，这都是对大脑的锻炼，有利于保持大脑的灵活。女人爱唠叨说明她们对生活的敏感性高，动脑子的机会也多。

培根曾说过：“把快乐告诉别人，你的快乐就会加倍；把悲伤告诉别人，你的悲伤就会减半。”而女性唠叨的内容无非也就这两方面。快乐情绪就像加油站，越说越能给身体注入活力；悲伤情绪就像垃圾，及早排泄出去，就会给大脑释放更多的空间，以便记忆。

与爱唠叨的人相反，不唠叨的人往往把很多不顺心的事埋在心里，必然会觉得食不知味、睡不安稳，容易使神经系统功能和脏器功能失调，让疾病“乘虚而入”，如原发性高血压、脑动脉硬化、冠心病、恶性肿瘤等。

这样看来，男性不仅应耐心倾听妻子的唠叨，还应积极参与进来，这样既有益养生，减少疾病的发生，又可增进夫妻的情感，一举两得，何乐而不为呢。

迷津指点

多在家庭生活中安排一些娱乐项目与交流感情的机会，不仅巩固和发展夫妻关系，同时也是对繁忙紧张工作的调剂。

引导妻子与你培养共同的爱好，这样就有了共同话题。比如你喜欢足球，可以把妻子也

培养 成球迷。

给妻子更多的爱，让她处处感受到你在关心她，爱护她，并把她放在一个十分重要的位置上 。

智慧金言

男人是用眼睛来恋爱的，女人却是用耳朵恋爱的。

——【英】奥斯卡·王尔德