

# 《爱情练习题》

## 图书基本信息

书名：《爱情练习题》

13位ISBN编号：9787543694354

10位ISBN编号：7543694352

出版时间：2013-6

出版社：青岛出版社

作者：薇薇

页数：240

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《爱情练习题》

## 前言

序谈情说爱，爱的练习从第一本书《分手，没有想象中的痛》到这本最新的《爱情练习题》，在出书之外的时间，我都一直在博客上与网友分享爱的故事。也因为得到了许多人的回应，得知有些文章获得大家的喜爱，对于每一次的书写，我才能更有信心。因为我知道，有更多需要得到爱的肯定的朋友，就像我当初希望能在爱的汪洋中找寻安全上岸的感觉一样。再把时间倒推回几年前初次在网络分享文章的时候，虽然也没什么波折地过了这些年，但我发现，爱的课题永远不变，每个人都需要在爱的世界里演练一道又一道的习题。有时我们需要学习冷静，有时需要在爱人面前坦承自己的软弱不安，但也有可能角色互换，需要一股勇气担负起照顾他的责任；更多时候，我们必须先认清自己、反省自己，才能在爱的课题中清楚知道，相处的每一刻，我们是用什么方式爱着的。我相信每个人爱一个人的感情都是浓烈至极的，就算表面没有澎湃热烈，但内心都是波涛汹涌，而爱的方式有很多种，只要与对方能有默契，其实任何方式都可以完整表现爱。爱的过程中难免会经历风风雨雨，如果两个人都能有同心走下去的信念，无论如何都会苦尽甘来的。这段话不只是说给广大的读者朋友听，包括我自己也是将它认真放在心底，当成座右铭的。我也发现，很多情侣在一起好多年，感情开始稳定，从恋人升华到家人的感觉，彼此都很了解对方的习性，有时候甚至不需要语言，一个眼神、动作，都会知道对方的想法，很顺理成章地于过年过节，拜访彼此的家庭、参加每一场朋友或是家庭聚会，好似双方认定的想法就是这样走一辈子不分手了。但最后却会因故生波，导致分手。其中原因或许每对情侣的状况不尽相同，但我认为最可惜的，就是那些稳定交往了很长时间，却因为觉得感情坚若磐石而忽略了某些小细节，最后导致爱情崩毁的事例，要是早知道、早做防范，这样的憾事就不会发生了，不是吗？有位读者来信问我，她最近与男友分手了，对方的理由含糊不清，害得她完全不知道该怎么处理，本来已经认定应该会结婚，连房子也都开始找了，分手前男友甚至还开车从台北载她回台中，一路上呵护备至，一派甜蜜煞人的模样。短短的时间内有如此大的改变，难道是因为最近半年她忙于写论文没有时间跟他碰面，才导致两个人渐行渐远吗？其实爱情最大的地雷就藏在你以为没问题、疏于防备的时间段内，将爱情包裹在最安全的角落，如果没有做好通风防潮的措施，也是有可能因为日晒变质或湿冷发霉的。每一段枝脉细节都会延伸出未来不可预期的结果，或许很早的时候男友就有些微不对劲，但是你以为稳定的感情不会有问题，因此没有把心力放在这上面。或许就是因为感情稳定才容易拖住彼此对感情的想法，容易认为对方应该懂，毕竟在一起这么多年了；因为交往很久，所以对方一定会理解。当这样的观念层出不穷时，感情就容易被架空。不论是哪种情感，亲情、友情、爱情，都是需要维系和经营的。就像工作一样，你对工作没有热情、不认真，那你想要加薪就不会实现，因为没有不劳而获的事情。感情也是，就算细水长流地交往了很久，还是需要关心和沟通，否则相看两厌，又何必继续呢？维持一段很长的恋爱关系，是需要珍惜的。恋爱长跑久了会如嚼蜡般无味，你应该努力在两个人生活当中制造一些浪漫，千万不要觉得是麻烦。记住，不是稳定就能长久，不是时间就能换来幸福。真正的幸福如果没有经营和维系，是不会走一辈子的。在这本书中，我希望大家能从各个方面来看待爱情的经营。我们往往因为一时疏忽，不小心踩到了雷区，会不会引爆都靠当下处理的智慧。“自省”才能“清醒”地看待感情，对于感情中突发的各种状况也才能“冷静”处理。当你有了这样的智慧时，才能更加“尊重”对方，升级到相知相守的“相处”课题。此外特别值得一提的就是，要有更宽广的心胸，学会提得起、放得下。对那些无法强求的事情与价值观，都要懂得“放下”，如果能做到这一步，我相信你的爱情练习题就能得到圆满的答案。祝福天下有情人终成眷属！我希望你们能有和我一样的运气，继续书写下去。薇薇2012年书写于爱情盛开的夏天

# 《爱情练习题》

## 内容概要

当初在互许诺言的那一刻，谁也没有想过从爱情的世界里逃跑？然而，在相爱的过程中，又有几人能坚守到最后？本书通过忠实陈述爱的真实案例，透过一次又一次爱的经验，来帮助我们完成爱的练习题。本书中，作者从“自省、清醒、冷静、相处、尊重、放下”六个部分来分析，在男女相处的过程中，有时我们需要冷静，有时需要适当的示弱，更多的时候，我们必须先认清自己、反省自己，才能拥有更多的智慧、更大的心胸清楚地明白，在相处的每一刻，我们是用什么方式爱着的……

编辑推荐：

《爱情练习题》是一本温暖又大气的两性书，在台湾一经上市就引来了热议与追捧，长期保持金石堂、诚品、博客来等网站销量前五名。这本书通过对真实故事的描述，为读者讲述了在爱情中需要修习的课题，在爱情中学会“自省”、“清醒”、“冷静”、“相处”、“尊重”和“放下”的艺术，给2300万的男女带来了爱情的正能量。爱的课题永远不变，每个人都要在爱的世界里演练一道又一道课题。为了防止在爱的过程中碰触到对方的地雷，你得一次又一次学习、练习，通过经验，避开争吵和挫折，两人执手，完成这场属于爱的练习题。

# 《爱情练习题》

## 作者简介

薇薇，weisly

曾入围“年度全球华文博客大奖”，年度爆红博主TOP 10！单篇文章点击率最高400,000人次！博客造访人次突破32,000,000！大学毕业后待过营销公司、出版社，一路不断订下目标并且顺利达成。25岁开始经营博客，赚进人生第一桶金；26岁买进人生第一栋房子，年收入成功突破百万；27岁出版人生第一本文字作品，攻占各大排行榜，成绩显著；28岁以两性作家的身份活跃在荧幕前，更成为年度十大博主。

她以“两性文章”与“瘦身宝典”在网络上大受欢迎，各大媒体争相邀约采访。她擅长以感性的文笔，在文中道出两性交往的迷思。目前除了持续在博客书写两性相处文章、与广大网友互动谈心外，也陆续参加了《非关命运》《熟女不满族》《国民女王》《大学生了没》等各大谈话类节目的录制，被称为“治愈系博主”、“新生代的两性教主”、“女王接班人”。

在一次刻骨铭心的失恋后，她发现这世间唯有失恋无法习惯。正因为爱那么深，所以痛才会那么深。但是如果懂爱，当爱走的时候学会如何放下，就能拥有单身的自由，让下次的幸福提早到来。

在爱情的世界里，不只听女人的心事，也懂男人的爱情，她就是 薇薇。

## 书籍目录

序 谈情说爱，爱的练习

### 第1章 自省的艺术

女人三十真的拉警报？

娇滴滴公主病——感情最致命的病毒

爱情万岁，别当拜金女

谁爱蓬头垢面的黄脸婆？

别当“妈宝男”，婚后应该老婆至上

浪漫过头，会让男人倒尽胃口

### 第2章 清醒的艺术

“友达以上、恋人未满”的李大仁

没肩膀的男人并不可靠

看清“放电男”，让你与滥情绝缘

和另一半的好友保持礼貌性的距离

当你的男友对外宣称他“没有女朋友”

分手，就不要再走回头路

### 第3章 冷静的艺术

存在感不是靠抢话建立的

当小三来敲门，别失了正宫元配的沉稳

“分手”两个字，说久了就会成真

摇尾乞怜，不是挽回爱情的最后一招

争吵必有因，千万要有处理的勇气

控制欲太强，是关心还是监禁？

### 第4章 相处的艺术

你要的，并不一定是他想要的

沉默，是感情的隐形杀手

感情可以自由，但不能放纵

请给爱面子的他留一点情面

安静的陪伴，远胜过叮咛说教

不要把负面情绪都抛给另一半

### 第5章 尊重的艺术

自恋的人永远只和自己谈恋爱

信任男友，就别乱打翻醋坛子

当你的性感引来有色的目光……

在性关系中，他开心不等于你开心

别把另一半当作感情的替身

当你从朋友口中听说了你的床上情事

### 第6章 放下的艺术

别拿旧情人的好和现任情人作比较

一句“个性不合”，就能解释一切？

感情共享，但秘密只能独享

做自己，不当爱情的无尾熊

为我好，请用行动来证明

爱情的天平永远是不平等的

爱情不是谍对谍的游戏

## 《爱情练习题》

### 章节摘录

版权页：“友达以上、恋人未满”的李大仁因为一部偶像剧，我的周遭顿时多了一堆“程又青”和“李大仁”，他们都说自己和红粉知己的感情比情人还稳定，但真的是这样吗？这个世界上没有永远的“程又青”与“李大仁”，不要以为男人与女人之间会有纯友谊的存在，那其实都是在爱与不爱之间的障眼法。2012年最红的偶像剧大概就是《我可能不会爱你》吧！这出戏在探讨“初老阶段”的轻熟女程又青如何在感情中游移不定，在完美情人丁力威与交心的知己李大仁间选择。其中程又青和李大仁长达十五年的“纯友谊”最让人津津乐道，一个“草食男”在身边，女生就可以安心，就以为没有侵略性了吗？小宁常常提起身边的一位男性好友D先生，她和D先生有着多年的情谊，而两个人也逐渐发展出一种默契，属于男女间特有的“友情默契”，介于“友达以上、恋人未满”的阶段。而且小宁说，这样的距离刚刚好。直到好友D先生一次失恋后，小宁为了安慰他，特别把D先生约到家里准备陪他彻夜长谈，毕竟以前都是这样的，这次应该也没什么大不了。当天，两个人一起在小宁的小窝中喝酒、互吐心事，结果在酒精的催化下，D先生不知道是借酒壮胆还是丧失理智，小宁可能也醉了，两个人竟然就糊里糊涂地发生了关系。等到隔天两个人都清醒了，才发现不小心跨越了界限。结果就是：两个人的关系变得有点诡异，现在都不知道该怎么看待两个人之间的互动模式了。“我一直知道我们互有好感，但是这么多年的相处，他早已成为我不想失去的重要对象，于是我宁愿保持这样的好友关系，也不愿意破坏这份最简单又亲密的情感。”小宁的真心话道出了她珍惜D先生的缘由。的确，如果友情能够天长地久，那是不是拥有一个朋友胜过谈一段不知道有没有明天的恋爱？朋友之间或多或少存在着一些界限，我们不愿意跨越是出于珍惜这份情感，男女之间保持着友谊比一时的迷恋更重要。这不是错过，而是打从一开始在你心中就这样定位你和他的关系了。我们只是悄悄地、原封不动地继续保持这层关系。这其实没有普遍适用的规章或法则，这种感情和关系，在极少数的案例里是会存在的。而在大部分人的既定印象里，对于男女之间的相处，保持着没有纯友谊的想法。就像以前高中流行的“干妹妹”制度，最后异性好友“干妹妹”往往会变成女朋友。而《我可能不会爱你》的男女主角也一样，如果不是存在着一份吸引力，男主角有可能会对女主角这么好吗？好到没有保留，好到比任何男友都做得更好？我们一面羡慕着女主角，不论发生什么事情都有一个始终站在原地支持她、对她好的异性好友，一面又了解到如果这对好友没有成为恋人，那么偶尔的吸引力只会让两个人在出现新恋情时陷入嫉妒和不平衡。

## 《爱情练习题》

### 媒体关注与评论

这真的是一本好书，读着的时候，想到以前跟初恋吵架的时候，那时候真是幼稚啊，要是能早一点看到这本书，早一点修炼爱情的课题，说不定我现在就结婚了。——莫利 很感动，爱情需要冷静、尊重，这些都是我曾经忘掉的，以后也会注意的，那么，准备好心情，迎接下一份幸福吧。——何夕 细细读过这本书，深觉得作者关于爱情的领悟透彻，爱情就像一场测试，得多多练习才能修成正果。作者提出的自省、清醒、冷静、尊重、相处和放下六大课题，着实让人耳目一新。——弹剑和者谁

# 《爱情练习题》

## 编辑推荐

《爱情练习题》是一本温暖又大气的两性书，在台湾一经上市就引来了热议与追捧，长期保持金石堂、诚品、博客来等网站销量前五名。《爱情练习题》通过对真实故事的描述，为读者讲述了在爱情中需要修习的课题，在爱情中学会“自省”、“清醒”、“冷静”、“相处”、“尊重”和“放下”的艺术，给2300万的男女带来了爱情的正能量。爱的课题永远不变，每个人都要在爱的世界里演练一道又一道课题。为了防止在爱的过程中碰触到对方的地雷，你得一次又一次学习、练习，通过经验，避开争吵和挫折，两人执手，完成这场属于爱的练习题。最具人气女作家薇薇经典力作，累计感动2300万人的情感励志读物，薇薇陪你走过爱的迷惘与悲伤，稳居金石堂、诚品、博客来等各大书店排行榜前5名。



## 《爱情练习题》

### 名人推荐

这真的是一本好书，读着的时候，想到以前跟初恋吵架的时候，那时候真是幼稚啊，要是能早一点看到这本书，早一点修炼爱情的课题，说不定我现在就结婚了。——莫利很感动，爱情需要冷静、尊重，这些都是我曾经忘掉的，以后也会注意的，那么，准备好心情，迎接下一份幸福吧。——何夕细细读过这本书，深觉得作者关于爱情的领悟透彻，爱情就像一场测试，得多多练习才能修成正果。作者提出的自省、清醒、冷静、尊重、相处和放下六大课题，着实让人耳目一新。——弹剑和者谁

## 《爱情练习题》

### 精彩短评

1、挺好看的，台湾版的也看过了~大陆版的也看过了~~很温暖~~~

1、拿到薇薇的这两本新书，《爱情练习题》和《分手，没有想象中的痛》，看着一粉一橘的两色封面，内心很雀跃。作为台版的引进书，这两本有关爱情的两性书在台湾一直卖得的很好，我想其中有一部分是因为作为知名美女博主——薇薇的强大号召力吧。我也一直期待着这本书的引进，看看台湾的爱情专家是如何帮助众人解决爱情问题的，所以当这两本书终于出版时，我也第一时间收入囊中！首先翻开的是粉色的《爱情练习题》，淡淡的粉色让读者的心一下子就进入了作者所营造的那个充满爱的氛围里。书里包含了各种爱情的姿态，比如公主病，拜金女，黄脸婆，妈宝男等等。这些在爱里挣扎的男女们，往往身在爱里难以自省，而薇薇此时就相当于那个清醒的旁观者，为这些男女指明道路，辨别方向。每个人对恋爱的定义，对待爱情的态度都不同，有的人自我，仿佛在这场爱情旅程中只有TA一个主角，其余的人都只是为了衬托TA的配角。有的人却失去自我，在爱情的这场盛宴里甘做奴隶。但无论你是哪种姿态，薇薇都能一针见血的指出问题所在，就像童年时的知心姐姐一般，抚慰为爱困惑的男女们那颗受伤的心。爱情到底该如何进行才能最幸福，我想没有人能给我们一个明确的答案，但是薇薇却能告诉我们在爱中的姿态应该不遗失自己也不忽略他人。这看似简单却难以把握的一个度让这尘世中千千万万的男女都痛并快乐着享受着爱情带来的一些甜蜜与苦难。能够把握好这个原则的人便是一场场爱情战争中的常胜将军，游曳其中姿态优美，而不能把握好这个度的人们往往迷茫而困惑，常常怀疑这到底是不是自己要的那份爱情。很多人在恋爱时都会斤斤计较于谁爱谁比较多，仿佛被爱者便是这场爱情游戏中的胜利者，然而爱情从来都不是一道有正确答案的选择题，所谓的胜利者或许哪天就会摇身一变成为失败者。所以这种无谓的计较除了让你的爱情更加岌岌可危之外并无任何用处。其实无论你是属于那种类型的人，也无论你的那个TA是属于那种类型，在爱里不过都是一个脆弱的孩子，渴望被爱，渴望温暖，那么是不是我们可以像书中所说的一般：“在感情中我们本来就不完美，每一对男女都是带着有缺陷的个性与需要用爱来矫正的缺点，相知相守。”生存已然那么不易，幸福似乎近在咫尺又远在天涯，何不放下那些计较与算计，让浮躁的心沉静下来，以淡淡的姿态迎接生活带来的一切，才会发现其实幸福原来如此简单，爱情原来无处不在。

2、不知何时，爱过变成了一个家喻户晓的词，是个人都说自己爱过。也许长久太难，浮躁的世界里也没多少人知道怎么相处才能长久。只是爱下去这件事情，貌似没有什么人在说，也就无从得知是哪些人还在坚持。世界太浮躁，太物质，太现实，不过也是，不浮躁，怎么叫现实？我只能期盼，有那么一天，碰到那么一个人，相爱着，不急不躁的，慢慢来。继续来说说这书。看过台湾原版，写的很好。爱情总有些求而不得辗转反侧，也总有些人看不开度不过。无论是自省、冷静还是清醒，都是爱情里必备的情绪。通过实例把爱情讲述清楚，也是作者的一大能力。等拿到实书再写长评吧~嘿嘿~

3、知道薇薇还是从台湾综艺节目《大学生了没》中，看到这个知名博主兼美女作家。对于这种从路人开始，慢慢靠文字来吸引大众的博主还是有一定好奇度的，如今她的书也引进了内地，而我买的这本《爱情练习题》就是在台湾卖的很畅销的一本。这本《爱情练习题》用37篇不同的故事讲述了现今社会上存在的各种不同形态的爱情方式，比如“控制欲太强，是关心还是监禁”，“你要的，不一定是他要的”，“信任男友，就别乱打翻醋坛子”，“爱情的天平永远是不平等的”……很多爱情中常见的问题这本书里都会提到，并用薇薇生动的文笔一一加以分析和解决。从文中就能明显看出，薇薇在博客里一定收到各种人的求助信，并加以整理分类。书中所提到的类型很丰富且很全面，很适合在爱情关系中有困惑的人群阅读，因为这本书你一定会找到与你共鸣的话题。同时，这本书不仅仅是单纯的论述分析这些问题，还有真实故事为例，让读者看的更加清楚，共鸣更加强烈。除此之外，这本书的丰富之处还在于这不仅仅是一本励志感情读物，还是一本作者薇薇的旅行影像集，书中有大量美图，让读者在精神上的享受之余还能有视觉上的享受。作为一本暖伤治愈型的读物，薇薇很好的用自身经历以及周围人的经历来鼓励为爱迷茫的女生们走出伤痛，迎接新的人生，两个人的相处之道是有经验可循，而这本《爱情练习题》就是一本分享经验，暖心暖情的好书。

4、期待许久的薇薇的引进书，终于上市了！迅速从网上订购了一本。收到这本桃粉色封面的《爱情练习题》瞬间感受到了浓浓的粉红泡泡，果然这是一本描述爱情百态的散文书，而第一篇便是“女人三十真的拉警报？”书中以作者身边朋友事例为参照物，讲述了一个条件还不错的女人，本来并没有急着谈恋爱，但是一过30岁在身边朋友，亲人的压力草草的开始了一段恋情，最后结果很显然，没有经过深思熟虑的感情必然走向灭亡。难道女人真的一到30岁，便会成为减价商品，不得不亟待出售吗？那么这样的结果是多么可悲，难道女人的光彩难道这有这短短的二十年吗？但就如书中薇薇所说：

## 《爱情练习题》

“一直不老，才恐怖呢！就算老爷爷也可以打扮得很嘻哈，老婆婆也可以穿细肩带啊！所谓‘到死都是十八岁’不是指容貌而是心境！只要你心态年轻，谁也没权力决定你的未来！”因此，最重要的真的不是年龄的变化，而是心境的变化。如果故事中的主人翁，到了30岁，还没有谈恋爱，却在他人的压力下匆匆开启一段恋爱旅程，没有过多的探查，相处，那么这之后的相处比如会问题多多，得不偿失，如若一开始主人公能够坚定自己，并对自己的状态充满信心那么这些问题就不会再有。所以说，很多女人到了三十岁仿佛就是跨过了一道跟年轻说再见的坎一般，开始觉得自己皱纹越来越多，也变得越来越不自信，这些心理的变化才是造就一个女人容貌与状态越来越衰老的原罪。她们总想着我都这么老了，果然皮肤没有以前好了，鱼尾纹都出来了，身材都走样了...这些负面情绪使得一个应该是丰收的年龄变得怨气重重。在感情生活中，结婚或许是重要的，但是选择权是握在自己手里的。如果用“年龄到了就必须结婚”的道理去物色对象，很容易因为看不清选错人。30岁又如何？变老一点儿也不可怕、不可耻！而且我一直认为30岁开始才是女生最美的年纪，认真来说，到了30岁会有不同的感悟，比起以前还莽莽撞撞、没什么想法的自己，30岁的女生会开始思索“我到底要寻求一段怎样的感情？”以及“我想成为怎样的女人？”这样的问题。“30岁是事业的分水岭，爱情也是如此。很多女人在30岁前选择对象的类型和30岁后全然不同，开始清楚自己要的是什么。”我很同意书中这句话。所有正在为30岁这道坎纠结的女人们，其实30岁才是女人们正式盛开的时节，现在的你能同时驾驭工作和爱情，就像含苞待放的女人，自信满满地面对自己，这样的30岁，不是正美好吗？

5、mark一下，有点想看呢.....-----

6、偶然看到这本书。看到的时候，我听着一首可以翻译成《别说爱啦爱是个啥》的韩文歌（当然，它还有个通俗点的名字，叫《轻眠》之类的），窝在一个小小的书店里。我不断地想着那些与爱无关的事情，期盼自己能够把所有关于爱与伤的事件一一遗忘。套用老套的话，“当你真正不再去想的时候，才是真正的遗忘。”——也许不是这么说的？但是那个时候心心念念想要遗忘的自己，是被已经记不清的痛感钝伤了也说不定.....呐，跑题了。爱情。爱情真TM讨厌，它让你恨的牙痒痒，又像五花肉一样想念。后来我想了一想，觉得自己想念的，并不是带给我爱情的那个人，而是那个人带过来的感动，叫爱情的感动。回到书本身。有新意的就是作者将爱情分为几个大模块，而且还把它们称作艺术。想想也对，人生如戏，全靠演技，所有的这些修炼，全都是艺术啊！继续来说文笔，作者文笔老成，自成一派，走温暖路线，很恬淡的文风，看上去没什么，但读过后确实能让人从愤怒中平静下来。最重要的是，它在我最苦逼的时候给我以陪伴和开解。用杂七杂八的，别人的例子，告诉我，这个世界上不只我惨，每个人都或多或少的有些爱情问题和疑虑，这个时候，无论是自己拷问自己的“自省”，还是把火咽下去的“冷静”，或是换位思考的“尊重”.....等等等等（我可以说我不记得了吗.....）都是能让人慢慢变回理智，重新思考两人关系的好技巧。是本好书哦！我希望，你们也有我的好运气，在合适的时间遇到合适的书，然后看开一点，再看开一点。直到可以直面自己的悲惨世界。因为你会发现，这世界太美，时时刻刻为你准备着微笑、欢呼，只等你看它一眼。呐，虽然标题是可惜，但是我一点都不可惜哦！爱情练习题嘛~我做过了，也考过了，如今，就等幸福啦~

7、拜金女，不得不说是个永恒的话题，似乎每本关于爱情的书籍中都不会拉了这类人的存在。而这本刚刚上市的台湾知名博主薇薇的新书《爱情练习题》也不例外。对于拜金女这种人群，评论无一例外的都给予坚定地负面态度。的确，对拜金女而言，感情这个东西并不重要，重要的只是对方是否能给自己带来稳定的经济保障，她们需要的是高档社区，大颗钻石，名牌包包等等，感情中的一件事情都用金钱去等价。而这些拜金女大多都有姣好的容颜，时尚的穿衣品味，甚至有些有着良好的家世，但或许是生计所迫，亦或者是曾经的经历，现实的影响，让她们对物质有着更胜于他人的狂热，这不得不说是生活的遗憾。我很能理解人类对于金钱对于物质的追求，这也是人类往更加文明更加先进时代发展的原动力，但是过分的追求就会失去了在努力获得想要的东西时的那种成就感。尤其是今天我们概念中所提到的拜金女，并不是再靠自己的双手来赚钱，而是寄希望与男方能给她们提供优渥的生活，而自身什么都不做。先不提在一段关系中真挚的感情是否重要，单单这种不劳而获的价值观就是我不能认可的。人这一生无论追求的是怎样的生活，安逸平淡的，刺激惊险的，或者丰富多彩的，但是靠自己的双手头脑生存与这世界上，或许会辛苦，或许会疲惫，但其中获得的成就感，经验都是别人无法给你的。然，拜金女就真的幸福吗？她们依靠的那个男人就真的安全了吗？在那些名牌堆砌的浮华背后就没有心酸与委屈了吗？其实这些不过都是如人饮水冷暖自知，但我想在这里对那些羡慕背着名牌包包，坐着宝马奔驰的女生们说，人这一生短暂如烟火，为何还要苦苦挣扎着做

## 《爱情练习题》

名牌的奴隶。当年“非诚勿扰”那句：宁愿坐在宝马车上哭，也不愿坐在单车后座笑，成为多少人抨击的焦点，但又有多少表面骂着的女生内心其实也默默赞同呢。或许很多人都不在相信这个快餐时代的爱情，因此觉得那还不如找个有钱的，这是一种悲观的观点，或许你还碰见那个mr.right，但是并不代表就没有那个人的存在，如果这个人真的出现，但是你已经在那个只是贪图你美貌的有钱人身边了，结果只能是错过。就像书里说的：“我们对于感情的向往，往往会因为某些因素影响最真实的判断。所以，当你有能力也有机会遇到好对象的时候，别忘了问问自己，内心最渴求的，到底是物质填满生活的空虚假象，还是另一半能给你的最完整的爱？”我们或许不一定能碰到那个TA,但我却依旧期盼在能在对的时候遇见对的人，这之前我将独自傲然于世，享受一个人的罗曼史。

8、想读，<http://search.dangdang.com/?key=%B0%AE%C7%E9%C1%B7%CF%B0%CC%E2> 搜索了一下当当网，感觉书比较便宜，看起来也物有所值的样子。想买一本看看。。。

9、爱情也是需要高考的。通不过开始的，不准谈恋爱！人的一生都需要学习，而爱是永远都没有毕业的一天。我们不说爱过，我们只说爱下去。爱下去，懂得你。避开爱情的雷区。薇薇挺美啊。哇哈哈a听说她之前是个胖妹，减肥减成这样了。我也要减肥。胖子没有春天，胖子容易失恋啊。

10、这本书拿到手后，看到第一章，对其中一篇“娇滴滴公主病——感情最致命的病毒”印象颇深。立马想起曾经看过的一个电视节目《爱情保卫战》里的一集，就是一个男生无法忍受再和患有公主病的女朋友相处下去，选择分手，而这个女朋友却想来电视上挽回。这一集给我留下如此深刻的印象原因是那个女朋友真心很奇葩，绝对是重度公主病患者，比如任何时候都得随叫随到，深夜4,5点打电话谈心，甚至一年要过12个情人节...而那个男友也这样忍受了3年也让我佩服的五体投地，这过的怎么这么像老佛爷身边太监总管的生活啊...这种女生一般都家境优越，父母过度宠爱，所以觉得似乎整个世界都围着她转，宇宙的中心都在她身上，旁边的所有人都必须照顾她安慰她。从表面上看这只是一种不好的习惯，但仔细分析这又何尝不是一种病态的习惯呢。当一个男生遇上了这样的患有“公主病”的女生，一开始可能会觉得这个女生可爱，她的任何吩咐否愿意照办。但时间久了以后呢，男生开始慢慢觉得这个女生麻烦而黏人，那些曾经觉得可爱的小缺点都会放大成影响两人关系的鸿沟，女生也会觉得男生不再爱自己，曾经都可以办到的事情，现在都不愿意去做。公主病型的女生不仅在感情问题上难以长久，在友情中也难以维持一个长久的关系。细想一下，又有哪个朋友能够永远无条件的照顾你，永远忍受你的呼之则来挥之则去。人与人之间的任何关系都是相互的，你在得到的时候也必须付出，能够无条件爱你的也只有自己的父母了吧。随着现在女性独立的意识增强，这种需要好好照顾和呵护的公主们依旧大量存在着，她们以周围人无下限的照顾为自豪，却不知道这样的结果只能是永远依附他人生存。作为一个女性，我们可以娇俏可爱，可以柔若无骨，也可以铮铮傲骨，独立干练，我想这样的女子也会更吸引人吧。对于那些整天装作娃娃音，细声细气，仿佛风一吹就会倒，吃饭一粒粒米吃的“公主们”，我只想说一句：贱人就是矫情！

11、我止不住在想，多年前的那个夏天，你穿过整间屋子望向我的眼，那真是这个世界上最完美的事。我还记得大雨打湿屋檐时的清脆，以及初雪那天瞬亮的白，我记得那些时候，我是同你牵着手。只是后来我迷了路，又只顾着往前走，以至于忘了爱，有多美。我在那些过往的岁月里拼命的按住自己的伤口，执拗的不肯放手。后来我读到这本书，一个台湾的小女生写的。她说爱这个难解的课题，你得练习。我想也是。在受伤中自省、在脆弱中强大，然后学会妥协与坚持的真正含义。如今我终于可以微笑着想念你，我在这段爱情里修行太久，终将毕业。不过还好，我承诺你，不哭，亦不认输。

## 章节试读

### 1、《爱情练习题》的笔记-第56页

很多男女都遇到过这样的状况，曾经遇到情人对外宣称没有男女朋友，不知道当下大家作何反应？这是一种利己的想法，这样说的人有着骑驴找马的心态，出外聚会宣称自己单身，除了维护单身行情，同时又可以享受暧昧游戏带来的快乐。

我曾听过朋友可悲又可笑的例子，她和男友逛街时，男友总是自顾自走在前头，有时女生想揽住他的手，却总是被推开，只回答她“公开场合不好看”，但是遇到漂亮的美眉，男友却会目不转睛盯着人家，一副不把正牌女友放在眼里的样子。就像在你面前，他总是说他喜欢你，然而却从来不带你参加朋友的聚会，好像你和他在一起，就是注定要当个影子情人，没有他的命令，你只能躲在阴暗的地窖里随时等候他的宠幸。

另外一个例子，我要说的是射手座的男生朋友，就姑且叫他射手男吧！他有个交往长达三年的女友，而且还是瞒着大家交往的，至于为什么不让大家知道，身边的好友与女友都有这个疑问，宣布与否，都是射手男的主意，女友只能在放假的时候等射手男的电话短信，告诉她到哪个地方和他会合。在射手男的车上，从来就不曾出现过女友的任何东西，好像他的车从来就没有载过她一样，也因此，射手男的朋友们一直以为他单身多年，条件好、多金又帅气，只是眼光太高，寻常百姓看不上眼。

这个苦情女友在最后一年的总算忍不住抱怨，询问为什么不能主动找射手男，而是必须等候差遣，还要随传随到，没想到射手男回答，他只需要这样的女友，不要约束对方，更不要开口说什么彼此是男女朋友，关系简单一点比较好。

听了这些话之后，女生总算看清事实真相死心离去，因为射手男根本没有把她当作女朋友，纯粹只是想找人陪伴罢了。事后这男生和周围的朋友讲，他单纯觉得这女生条件不够好，因此从来没有将她定位成女友。在之前的单身阶段遇到了她，害怕寂寞才先跟她交往，但其实是在等更好的女生出现，所以这三年中，他还是不停地出去约会，寻找下一次机会。

两人的关系都没有公开，以至于分手就像船过水无痕一般，好似这段关系从来就没发生过。这种男人的心态到底是什么？其实很简单，就是以下几点：

1. 他其实想劈腿：男人觉得你是食之无味、弃之可惜的鸡肋，男人想有人陪伴时，你是最佳的女友，当男人想玩时，你不吵不闹的个性也让男人觉得很放心。当他总是以单身汉的身份出现在朋友圈，那是准备下次的狩猎。亲爱的，你的男人心还不定，因为真正在意你的男人，怎么可能舍得把你当备胎使用？
2. 他不够爱你：每个女人很容易被假象所骗，不承认你是因为你和朋友不够熟，或是他觉得还不到该讲清楚的时机，男人会找各种借口搪塞。然而一个男人不愿承认你是他女友，就是不愿意承认你在他心中的地位，傻女人！你还要这样骗自己，说他有多爱你吗？
3. 他觉得你配不上他：这很现实，当一个男人百般嫌弃你的外表、身材、体型，除了他不够爱你以外，还有一点就是男人觉得自己有优越感，因此在他心目中你还不够完美不够好，所以用种种借口和理由嫌弃你。
4. 其实你是第三者：有些男人其实早已结婚或是有女友，却始终不肯承认，因此当你出现在他的社交圈时，因为他身边早就有伴儿，所以无法承认你的身份。假道德的男人很容易出现这样的状况，不想让身边朋友发现自己劈腿，却仍旧花心地寻找着备胎！

## 《爱情练习题》

5. 你只是暧昧对象：有时候你认定他是你男友，然而男人不一定认定你是他女友，例如你们可能发生关系，但是男人会觉得男欢女爱不一定是交往。男人可以牵手接吻甚至做爱，这些逢场作戏的手段不过就是你情我愿的结果，如果你还傻傻以为男人只是需要时间接受你，我相信你等到天荒地老，也不会得到什么肯定的！

有个女网友曾经写信给我，其实她一直都知道自己的男友爱玩爱偷吃，她傻傻跟在旁边，只希望男友还在她身边就好，她总是这样自我安慰，然而这样的心情持续下去，偶尔也会崩溃！

如果他都没这么喜欢你了，你又何必热脸贴人冷屁股？在这故事中射手男的隐藏女友，后来也遇到一个对她很好的男人，更重要的是，这男人愿意带她去任何场合，愿意大声对大家宣布：“这就是我女朋友！”所以，你需要知道的，并不是男人嘴巴上说有多爱你，或是做爱时会跟你说“宝贝我不能没有你”，最重要的，是他愿意让你走入他的生活圈，只要简单一个行动、简单一句话，让你出现在他的朋友、家人面前，轻轻一句“她是我的女朋友！”，这就代表一切了！

清醒的艺术：不承认你的另一半，就不够资格成为另一半

有些男生喜欢暗藏一手，表面上和你交往稳定，实际上对外宣称单身，和你只是友好关系，这样的男生千万不要留恋，毕竟女生自身也是有行情的，何必选择一个否定自己的男人。更有些男人其实不止一个女友，不能随便对外宣称，否则哪天女友不一样，只会等着被人揭疮疤。这样的男人，还不够你看清真面目吗？

### 2、《爱情练习题》的笔记-第111页

你会随时偷看情人的手机短信吗？还是跟上潮流使用手机的视频通话功能，看看情人到底在哪里？当你用这种无形的制约控制情人的时候，到底留给他的自由空间额度有多少？然而，自由并不是放纵，爱他，也要有所约束而非纵容。

不论你现在是否有另一半，先想一想这个问题：两个人的相处过程中，最重要的是什么？

我相信浮现在你脑袋里的应该有体贴、自由和在乎吧！两人相处久了很多事情都变得理所当然，你会随口问对方几时回家、去哪里、做什么，甚至休假就是要他和你在一起。这些事情都很自然，两人交往就是会自然而然成了制约对方的一条隐形线，但往往也因为自然，所以更容易让对方深感无奈。

我做过一个有趣的心理测验：“你觉得情人对你来说，像赛鸽、风筝还是家狗？”这主要是反映你看待情人及经营感情的态度。如果你选择赛鸽，对待情人的态度就是相信情人，放他飞翔，累了就回来，不爱了就算管也没用；选择风筝，就像喜欢操控风筝一样去操控情人，但如果风势太强劲，风筝断线就再也回不来了；选择家狗的人，管得很严格，紧紧抓住其实对狗不太好，要适时地收和放才是管理情人的态度。

不管这测验准不准，对待情人就像这个测验一样，你都放任的话只会让情人越飞越远；但你管得越严格，也容易让情人反弹。给予自由的确是对感情距离很难拿捏精准的课题，但只要心中清楚，给予自由不一定就代表放纵，给予约束也不一定就是不给喘息的空间。

爱情的约束是需要聪明智慧的，我的一个朋友对待情人，用的是一套把老公当作客户的理论。如果他

## 《爱情练习题》

用管教的方式对客户是不礼貌的，而且你一定不会放任你的客户不管，因为你还得争取下次的收款呢！重点是初一十五每逢节日你一定还会关心客户，但也不会显得太过矫情需要阿谀奉承，所以自然就达成所谓的收与放的适当距离。

而且你会定期打给客户，嘘寒问暖，问候他的小孩或是关心他家的宠物减肥有没有成功，当然另一方面是要建立起良好的友谊。客户需要你的关心，但不会同意你过度打扰；情人也是一样，适度在他眼前出现，在他耳边叮咛，可是不应该完全渗透进他的生活，毕竟他的生活是他自己建立起来的，你闯进去，就是一种打扰。只要想清楚这层关系，你就能够清楚拿捏两个人的距离。

曾看过朋友的例子，有对夫妻结婚后仍然拥有彼此的空间，拥有自己的交友圈，双方尽可能地不限制对方，充分保有自己的私人空间，周遭的朋友听闻，不禁发出惊叹：这样真的是自由吗？大家都在猜这样的自由会不会让他们随意乱来，给予彼此犯错的机会？

其实这个例子的观察总是见仁见智，我们可以说他们夫妻两人非常信任对方，愿意给彼此最大的空间，让他们的心延伸到无限宽广的地方去，没有界限，自然更能让感情走得更长远；而为这种关系提心吊胆的人，或许是不安全感太重，会以为这样的相处模式容易让风筝断了线，一旦飞走，就永远回不来了！

多从放风筝的原理来看待相处吧，随风飞扬的风筝越飞越高，看起来就像拥有了更广的视野，你觉得你是个技艺高超的掌舵者，看到风筝能向往青天，你也感到无比欣慰；有时候你还是得牵扯一下手中的线，以防风筝的方向偏了，只有时时刻刻在收与放之间找到平衡点，你才能再让这只风筝重新回到设定的方向，继续飞往天际。

相处的艺术：不把情人绑在身边

爱一个人，就应该给予适度的自由，啰唆和限制绝对是爱情的隐形杀手，将你的线放长，尺度变宽，偶尔再重新丈量，一缩一放中，达到两人的平衡。别一直抱怨找不到对象，说不定是你一直用错方法呢！

### 3、《爱情练习题》的笔记-第120页

当另一半需要你的关心时，请当一位静静聆听他心事的天使，而非一味说教，以为自己是来拯救他的上帝。

曾有新闻报道过一对令人称羡的老夫妻，97岁的朱溪先生与92岁的老伴朱林瑞香女士，结缡73年来，夫妻感情融洽，很少吵架，即使偶有意见不合斗斗嘴，隔天也是“船过水无痕”，让我注意到的是，谈起两人的相处之道，朱溪紧牵着老伴的手笑说：“我少说两句就没事了！”

相处之道是双方都该好好经营的事情，如果像个爱说教的老师，是会让人很厌烦的。叮咛小事情是贴心，比方天气不好，提醒对方天冷要多带衣服，出门要带伞，等等，这类小叮咛是贴心，然而长期想改变情人的观念，比方像是要他每天先上厕所再洗澡，或者是吃完东西马上把碗盘洗干净，这些小事情其实有时可以睁一只眼闭一只眼，偏偏你要拿来大做文章，就算你讲了一堆大道理，想要改造他，也只会让他格外痛苦，好像家里多了一个训导主任一样。

我在朋友身上曾经看过火爆的场面，两个人从一言不合演变成全武行。朋友长期受到精神与暴力对待，久了她终于隐忍不住起身反抗，但这样只会让两个人的关系变得更僵，一吵起来，家里的锅碗瓢盆、唱片杂志齐飞，有一次差点连鱼缸都没放过。起因只是男人抱怨上司对他百般挑剔，一直指责他的业绩没有增长，老是在公司排最末，而我朋友明明一开始就是好言相劝，后来觉得想让老公振作，开始讲道理，最后连亲戚哪个谁做业务做得很成功都抬出来说，老公开始觉得被嘲笑，好像自己的办事



## 《爱情练习题》

能力不足一样。他们开始误会彼此，偏偏这老公块头大，情绪脾气一来无法接受指责，动手打了我朋友，就此种下夫妻感情破裂的因由。

后来我告诉朋友“一个铜板拍不响”的道理。很多时候，男人脾气上来，需要的可能只是关心的话，而女人却在这时碎念几句，两人就开始爆发冲突。男人在外工作总有不顺心或是想发泄的时候，当他有可能努力熬夜交了报告还被老板退回来，回家向你吐苦水寻求安慰时，只是希望得到一点支持，而女人会搞不清楚状况，还大咧咧发表自己的意见，听在男人耳中，像是被数落一般，任谁也无法忍受，只会适得其反，让男人更受不了而想要逃离。或许他只是想找个人静静听他的心事，抱着他让他感受到温暖，就像女人每次受伤哭泣时，希望情人做的那样。

男人很少会主动表达他的难过与低潮，所以在这当下，两人关心的表达方式很重要。因为一般人既定印象都认为男人的心应该是坚若磐石，他肯向你诉苦，就必定是鼓起很大的勇气，这时候的你，请收回说教的老妈子形象，男人多半是不喜欢被人在耳边啰唆的，对女友当然也是这样。如果你只把说教讲道理的冷冰冰拿出来，而不是用你的真心去听男人受伤的故事，那么男人宁可闷不吭声，将心事隐藏，当两人逐渐有了距离后，感情也很容易有裂缝。

所以，找到彼此最合适的互动模式吧，当你这样做的时候，你会发现，下一次的他会更乐意和你开口自己的情绪！

相处的艺术：不说话也能让他感到温暖

当男人真的和你开口寻求心灵慰藉的时候，必定是退无可退了，因为男人喜欢先隐藏情感，直到无法解决才会选择开口。这时候女人只需要静静当个聆听者，好好让你的男人感受温暖，舍弃所有大道理，让他感受到有人在支持他，这就是最好的关心了。

## 《爱情练习题》

### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)