

《爱恨书》

图书基本信息

书名：《爱恨书》

13位ISBN编号：9787542640468

10位ISBN编号：7542640461

出版时间：2012-12

出版社：上海三联书店

作者：粲然

页数：230

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

《爱恨书》

内容概要

《爱恨书》由作者在天涯社区的名博“ 黎销书 ” 结集而成，主题涉及两性情感、职场感悟、个人成长等，文字洗练飘逸、别具一格，文学性、可读性兼具。全书还配有台湾插画名家艾雷迪的15幅彩色插画，文图兼备。

《爱恨书》

作者简介

粲然，曾出版小说《季节盛大》、《你的一切像海难》、童话集《你是世上最好的妈妈》。为《南方都市报》、《申江服务导报》、《女报》等十余家媒体撰写专栏。李敬泽曾在《南方周末》评论其《季节盛大》：“具有‘奇观性’的灿烂炫目的小说，介于魔界和人界之间。”

书籍目录

控诉书

七宗罪

一宗罪：关键时刻，男人通常不会说：“你别走”

/离家出走有多难

二宗罪：许多男人都不会在必要时，说出“你好美”这句台词

/寻找完美的脸

三宗罪：不解风情是大多数男人的通病

/《金瓶梅》研讨班

/风情不解三国杀

/制服不是利器

/倒挂金钩是个重体力活

/谨防女苍井空迷

四宗罪：许多男人从未为结婚做好准备

/我家日历上的大日子：存钱日！

/哪里都有“守望者”

/单位倒闭走投无路时

/这生活没法过了

五宗罪：在人前表现自己的颐指气使——是男人们的心理病

/骇人听闻的家暴

/斯德哥尔摩综合症

六宗罪：他们的性历史，许多和纯爱根本无关

/邮差爱敲两次门

七宗罪：最可恶的，是无论你怎么说，他都想走自己认定的人生路

/谁在人生中为你百折不挠

/找一个共同的城邦

/说说猫，说说分手

执爱信

首先，你要保持最不要脸的自信，坚信自己是最美最好的

/克利奥帕特然

其次，要搞定你的职场，免得后院起火

/

职场最重马屁学

/

要擅长制造高层绯闻

/OL小姐的AV灵感

/

要做才女也要做花瓶

/

职场要提倡分党结派

/

混职场要变相诚实

/

老板新鲜人的第一课

/

策马西风王精睛

/

说不迷信是骗你的

《爱恨书》

/

我的助理史

/

商战中的怪力乱神

/

生意场上的“表情经”

再次，对万事万物抱有好奇心，哪怕是屎尿屁

/

追求长发女生不可不知道的秘密

/

和屁有关的爱情理念

给自己完整而安全的独处时间

/独居女性安全必读

/喜欢做的事

/哪怕只有做饭那么短的时光

不管受到什么打击，都要敢于大声说

/“我喜欢性！”

/给我打打分吧

要爱你爸爸妈妈、你的好朋友、宠物，以及一切让你觉得心有余力的美好之物

/我和我的小善良

/彼得黎永镇永无乡

任何时候，你都有权喜欢别的男人

/欢迎眺望乞力马扎罗和黎然

/不安于室的法术

/对他怀抱人鱼之爱

给自己的爱找一个形而上的思想基础，相信感情是高尚的

/豢养自闭儿

/一个童话

/遇见来自未来的人

最后，请你用一切方式、一切力量援助自己心中来之不易的爱

/你仿佛黑夜，沉默无语，繁星满天

/在万物中你脱颖而出

/在所有人事已非的景物中我最喜欢：你

《爱恨书》

精彩短评

《爱恨书》

精彩书评

章节试读

1、《爱恨书》的笔记-第1页

粲然：喜欢钱！热爱名利！喜欢谄媚、喜欢分党结派、喜欢AV片、喜欢嚎哭、喜欢骚扰猴子
猴子：像一颗巨大的含羞草。倨傲、寡言、喜欢抽粲然、面对粲然骚扰坐怀不乱。
阿离：超长发，有一颗八卦之心
白小刺：假男友
小小：白白肉肉的好友。粲然想吃掉的女子
小菊：报社同事
孟美静：报社同事
王精晴：商场同事
陈神棍：商场对手
大包子头头：上司
美女主播：同事
阿周：同事
小善良：粲然收养的宠物，一条鳝鱼
土摩托：粲然假象爱慕对象
李大人：粲然假象爱慕对象

2、《爱恨书》的笔记-第183页

因为害怕孤单，只好敞开身体，就像饥饿的人站在午夜的自动售货机前，掏出钞票，换得食物。

3、《爱恨书》的笔记-第1页

執愛信

首先，你要保持最不要臉的自信，堅信自己是最美最好的

其次，搞定你的職場免得後院起火

再次，對萬事萬物抱有好奇心，哪怕是屎尿屁

給自己完整而安全的獨處時間
哪怕只有做飯那麼短的時光

不管受到什麼打擊，都要敢於大聲說
我喜歡性
給我打打分吧

要愛你的爸爸媽媽，你的好朋友，寵物，以及一切讓你覺得心有餘力的美好之物

任何時候，你都有權喜歡別的男人

給自己的愛找一個形而上的思想基礎，相信感情是高尚的

最後，請你用一切方式，一切力量援助自己心中來之不易的愛

《爱恨书》

你彷彿黑夜，沉默無語，繁星滿天
在所有人非的景物中我最喜歡：你

4、《爱恨书》的笔记-第219页

《圣经》有个创举，它提到一个人，他叫约伯。

此人“完全正直，敬畏神，远离恶事”，然而由于天意捉弄，他“失去所有牲畜，仆婢儿女，接著全身长毒疮，沦落在炉灰中”。

这种人，我以前叫他们“容易受难的好人”。

年事渐长，我越来越容易把这些人，从芸芸众生中分辨出来。

但凡社会啦老天啦特权阶级啦发威，他们总是第一拨遭难的。

他们有许多容易辨别的特质，最重要的是，毫无心机、顺服、无力、对巨大的苦难毫无想象空间与应对能力。

当我们想找出一大堆理由，证明他们受苦有理时，都不得不承认，他们的品行毫无亏损。

猴子，就是这样的人。

而我，我热爱名利，喜欢谄媚、分党结派和AV片。

我好喜欢钱哇！

但是，在最内心深处。这些人对我有着致命的吸附力。

这些年，如果说我开始形成自己的道德底线，那底线就是——不能伤害这样的人，所有的儿童，和“约伯”。

不，我说的不是同情。

“小然缺乏同情”，这是我师姐苏七七说过的话，我也毫不愧疚地接受了这样的评论。

我不同情他们。

就像我从没同情过以前举债为生的猴子，和现在在某些城市居无定所的我一样。

绝不同情。

我只是最喜欢此刻被猴子牵着手，走上岔路的那个我。

或者，偶尔在放弃希望，认为一切无可改变的时候，带着孩童式的英雄气概，想：

起码我有幸与他们并肩而立，

在天灾、人祸、或者任何一个南霸天一拳将他们轻易压倒的时候，

我还在积蓄力量，准备最后一跃而起，
把一口反击的唾液吐在对方的脸上。

5、《爱恨书》的笔记-第65页

世界上很多情绪容不得仔细谋划，否则往往味同嚼蜡。

6、《爱恨书》的笔记-

你可以选择走，这会使一切显得像游戏
也可以选择留下了，一切就会周而复始

7、《爱恨书》的笔记-第1页

爱人像飞翔，被爱像乘客

吴苏媚

本来不打算再给粲然写什么了，因为上两篇已经把我的话都掏空了。可是每当想到这句“爱人像飞翔，被爱像乘客”，就又想写些什么。否则对不起这本这么好的书。

这句“爱人像飞翔被爱像乘客”，非常粲然，一听就是她这种人才会写出来的。她像个精灵般的女巫，骑着扫帚在天空中飞来飞去，还不停地呼号着好爽啊！太带劲了啊！爱人就幸福啊！

粲然是一个爱起来不计得失的姑娘。她把爱情的那些世俗观点都七七八八地颠覆了，比如爱一个人要有所保留啊，不要吓到对方啊，不要对男人太好了，不要两地分居啊……

如果她去做杂志的测试题，测试这样的爱情要不要继续，我想每个试题都要教育她斩立决的。可是，粲然就是抱着这样的一段恋情，收编了猴子，走到了花开圆满的时光。这样，也可以！她的爱情真的挺惨的啊，当初穷得够可以的啊，两个人混在京城连买电的钱都没有了。其实粲然出生在非常幸福的家庭，那种绝对中产的家庭，父母知书达理，颇有家底。这样的好人家出来的女孩子，都是内心光明的，从小娇生惯养，几乎不知道世事险恶的。

也就是说，从小泡着蜜糖长大的女孩子，要么踏入社会被人渣骗财骗色，一朝被绳咬十年怕井绳。要么就是遇到同样好人家出来的男孩子，继续被人呵护地活下去。

粲然是个异类。她自己变成了一个强烈的发光体，在爱情的艰苦里，越来越打拼成为了一个要去勇敢拥抱全世界的女孩子。她不是一下子就变成这样的。她是一点点地打磨她自己，不断地成为更好的钟怡音。

十年前，她是可爱活泼的女大学生，她宿舍阳台外面能够看到很高很大的树，同房的妹子叫艳红，这些都甚为普通。如果没有这么充沛却又自如的爱，那么每个人都是很普通的。是那种发自内心想要对别人好的感情，使她眼神明亮，精心无限。

过了几年，我突然发现，所有我认识的也认识她的人，竟然没有一个人讲她坏话的。好像所有认识她的人，都被神经兮兮的她感染得也有些“神经兮兮”的——神经兮兮的意思就是，特别容易高兴起来。比如陈黎，比如孟静，比如白小刺。人与人之间的磁场是互动的，如果我与这些人相处，大概是相坐无话，寒暄天气。可是她却挖出了这些人内心的调皮心性，比如小白说，他俩一起去逛成人用品商店，粲然跟老板侃侃而谈各种用品的功能，把老板都谈震了——人才啊！

她就是那种无论谈什么淫秽事物时都能够保持着纯真眼神的女人，没有闪躲，也没有怯意，兴高采烈地迎接每件事情最好的那一部分。

她特别想要跟别人分享她的拥有，想要对别人好，不断地给别人拉各种皮条。像她这样的人，即

《爱恨书》

使在复杂的职场人际关系里，也能把老板、同事当成朋友，真心对待的。

她真正动人起来，我想是爱上猴子之后。在此之前，她还有些青春少女的骄傲。可是爱上自闭儿猴子之后，她像把整个自己都忘掉了一样。

她和猴子是完全相反的两种人。一静一动，一内一外，一冷一热。完全这种脾性完全不一样的人，也可以幸福地成为一对。

我想要把这本爱恨书推荐给你们所有人，并不是想要帮她站台，让她多卖几本。这种书托的理由其实挺没意思的。我想说的是，这本书真的很迷人，因为它描绘了一段了不起的爱情。这样的爱情，对于很多在情路上充满迷惘的姑娘，都有借鉴价值。是不是我爱错了人？为什么他对我不好？我要不要继续下去？穷成这样，将来怎么办？他有责任心吗？他真的爱我吗？为什么只有我一个人在付出？

连菜场小贩、理发店小妹都在讥笑的爱情，真的还有存在的必要吗？这个永远在打游戏机的男人，真的能够共度一生吗？

我想，看了这本爱恨书后，也许你会稍微明白一些——有时候，并不是我们爱错了人，而是我们自己没有足够的爱的能力和爱的勇气，去引导出对方的爱。

非常困难。我想每个人看完书的人，都会觉得，这样的爱情，真的很困难。对方好像是木头人呢。要敲很多次门，他才会惊动一下。

以前，我对粲然和猴子的爱情并不是很了解，她不是那种会认真诉苦的人，她是会用戏剧化的夸张手法，让她的悲伤变得很好笑。比如她说，猴子跟她谈未来就是谈未来一起还债。哈，这真是太好笑了啊。写在天涯，会被人骂包子的啊！

对啊，这样的爱情，如果写在网上，肯定已经在字里行间被射成了筛子。因为正常人看来，这完全不值得，完全没有营养，完全没有体现女人在爱情里的地位——你低成这样，你都成什么了啊你——也许就低成了，伏地魔？

粲然是那种有能力把受伤啊、难过啊、困窘啊都变成生活中的喜剧的人，我想原因是她并不在意自己所受的委屈吧，她爱得那么忘乎所以，热烈奔放，简直是活生生把猴子逼到了死角里颤抖去了。

过了好几年后，我才惊讶地回醒过来，原来这样的爱情里，猴子和粲然一样了不起呢。尤其是看着爱恨书的时候，我想，猴子真的很棒呢！当然了，如果粲然不是这么努力地坚持地爱到了如今，也许很多人都不能意识到猴子有多好。他的好，闷声不响，满含沉默。沉默的好，是非常有境界的。

比如说，他没有被爱情的压力压到崩溃，没有像《东京爱情故事》里，永尾完治对赤名莉香所说的：“要背负起莉香的未来，对我来说太重了。”

混蛋，每当我想起这样的故事来，都替莉香感到难过。太爱一个人，对方未必有承受的能力。甚至会觉得你好烦。时刻要惦记着保持距离的爱情，真是好麻烦啊。在爱情里，总是得记得冷暖适宜，进退合理，真的也很麻烦。如果能够不管不顾、非常任性地、没有技巧地、狂热地去爱一个人，却不被他所讨厌，真的很棒啊！大概像我这样想的女人，也有不少吧。女人总是比男人有爱的能力，而大部分男人都是会被吓走。

猴子好样的，他站住了。他在一份疯狂的爱情面前，没有被龙卷风和海啸所惊到，可能最初也有吧，但他习惯了，并且从这样的台风里面，领悟到了真正有价值的东西。近似于透明的，永远的信任。

猴子用沉默平衡了小然过于猛烈的爱。

我曾经怀疑过猴子是否有勇气看完粲然写的那么多的情书。原来他真的，并且很多遍，然后还认真地用出版它的方式，来回谢这份沉甸甸的爱。

我喜欢他们这样的故事。在这个有着温暖阳光的冬日，想着猴子和粲然的爱情，我想，希望更多的人看到《爱恨书》。你们看，这样乱七八糟的爱，这样颠三倒四的爱，这样不顾一切地爱，未必不能爱出花好月圆。这样的爱情，也能带来米尼，甚至将来的米妹。

不要再问爱情值得不值得，不要再功利之心去衡量你的爱，也不要妄想改变你的爱人。如实地去爱，如实的意思就是，爱他本来的样子，而不要去雕琢他，一点点地改变成你想要的样子。

如实地去爱，如果你爱得足够耐心，足够温暖，你会吻醒一个睡着的王子。

《爱恨书》

谨以此文，愿粲然和猴子、米尼像童话一样生活在一起。

8、《爱恨书》的笔记-第137页

9、《爱恨书》的笔记-第68页

那种顿失习惯的巨大的孤寂感一波波如巨浪朝前，你稍失勇气，就会被吞没。

10、《爱恨书》的笔记-第1页

粲然与猴子

11、《爱恨书》的笔记-第195页

任何东西，无论爱情、志向、自由或者其他，绝不能是心血来潮之物，而必须是合乎逻辑的结果，必须与周围日益发展的社会相协调。俗世之物，凡是符合需要的，才是合理的。

12、《爱恨书》的笔记-第68页

『那种顿失习惯的巨大的孤寂感一波波如巨浪朝前，你稍失勇气，就会被吞没。』

13、《爱恨书》的笔记-第1页

找亮点。：D

14、《爱恨书》的笔记-第45页

这个社会着急造就它所需要的人，但并不培养人性。

15、《爱恨书》的笔记-第126页

幼年听说、穿越岁月累计至今的相信，是信仰；用来对抗人生中所有吉凶的工具——尤其当它们实效时——就斥之为迷信。

《爱恨书》

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