

<<有爱无爱一身轻>>

图书基本信息

书名：<<有爱无爱一身轻>>

13位ISBN编号：9787500686521

10位ISBN编号：7500686528

出版时间：2009-4

出版时间：中国青年出版社

作者：夏景

页数：267

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：<http://www.tushu007.com>

<<有爱无爱一身轻>>

内容概要

这是一本应对2008—2010年中国婚恋震荡危机的人生指导书。

它集中反映了70, 80后人群当下最热门、最聚焦和最棘手的婚姻、恋爱和家庭问题, 分析爱情困惑, 指点婚恋迷津, 解决家庭危机, 指导他们重新认识爱情、婚姻、家庭, 重新了解、理解伴侣与自我, 重新踏上情感路途, 重新寻找与塑造更美好的爱情, 婚姻和人生。

在这本指导书中, 女性专栏作家夏景的情感答问很尖锐——既有对男人“脱光了的批判”, 又有对女人“肆无忌惮的嘲弄”: 既有对“爱情崇拜”神话的肢解, 又有对“婚姻转危为机”的重建; 既鼓励男人坚持, 又劝说女人放弃——劝了半天, 告诉她们: 世界就是如此, 你会疼痛, 不知道什么时候什么地方; 疼痛, 像初夜, 让你成熟。

所以, 不要太任性, 不要太痴缠, 不要太耍赖, 不要太喜怒无常。

劝了半天, 告诉她们, 要爱, 但是, 不要太爱: 有爱, 无爱, 都要一身轻。

这个道理, 女人们都懂, 但谁能做到——包括夏景自己?

因为, 希望和温暖一定是要有的。

所以, 字里言外, 书里书外, 从夏景到被她劝说的女人们, 仍然自觉, 或不自觉地, 有着从女孩儿时就不着边际的痴想, 那就是像刘若英一句歌词所唱的那样 “想要看看你敢不敢, 像你说过的那样爱我?”

”

<<有爱无爱一身轻>>

作者简介

夏景，女性专栏作家，国内多家报刊杂志撰稿人，新浪网女性频道情感热线倾诉主持人，新浪网情感论坛答疑专家。

做过文学月刊的小说编辑、大学老师。

著有长篇小说《同林鸟》《女生十年》、婚恋指导书《有爱无爱一身轻》（均为本社出版），以及随笔集《看好你的手机》、小说集《看看安妮的宝贝》、情感问答《你要婚姻干什么》等。

<<有爱无爱一身轻>>

书籍目录

卷首语：一些早该知道的事情NO.01 爱情没了就不要联系了NO.02 八年，为什么赢不来婚姻NO.03 婚恋也要有“职业精神”NO.04 爱是痛，欲是爽NO.05 不堪熟男的骚扰NO.06 房子、车子、票子和欲望NO.07 命中注定要离婚NO.08 N次外遇后，修行是一种休息NO.09 爱情有杂质，态度可选择NO.10 小男友的利用与被利用NO.11 红杏出墙？
加高加固婚姻这道墙NO.12 唯有客人，才能容己NO.13 要有勇气承担后果NO.14 开心，还是安心NO.15 非正常男女关系NO.16 出轨没有奇门偏方NO.17 家庭式性爱的尴尬NO.18 落架凤凰不如鸡NO.19 饿了还是馋了NO.20 你就是一个鸡肋女NO.21 奋斗？
还是用色情赚期权NO.22 亲爱的小鸽子啊NO.23 该过去的就让它过去吧NO.24 情人漂亮素质差NO.25 越忧郁，越放纵NO.26 生理问题，更不能感情用事NO.27 爱情不是军训NO.28 婚后让“新爱”不断涌现NO.29 学会用节省的风格去爱NO.30 洗黑钱与地下情NO.31 爱情戏，道具怎能挑大梁NO.32 天塌下来有结婚顶着NO.33 吃豆腐者亦被人吃NO.34 分手如断骨，复合如重接NO.35 带性欲回家，为何不可NO.36 我恨贤妻良母NO.37 即便内疚，也很虚伪NO.38 砍价阶段的爱情NO.39 伤心总是难免的NO.40 珍爱生命，远离老少恋NO.41 别以“不是爱情”的名义胡来NO.42 愚忠使人窝囊NO.43 新男治旧伤NO.44 吝啬与虚伪NO.45 木讷的，一样会风流NO.46 关系如农具NO.47 其实只是借口NO.48 每个圣人都有过去NO.49 好马不吃回头草NO.50 一结婚标准就变了NO.51 别拿处女膜当脑膜NO.52 爱情恐怖分子NO.53 钱短情“长”NO.54 山寨版“嘉亨恋”NO.55 梦见旧爱，情何以堪NO.56 男友为什么爱说谎NO.57 输不丢人，怕才丢人NO.58 拿出自己最好的一面NO.59 结婚值不值NO.60 把我们的灵魂献给谁NO.61 AA制婚姻NO.62 爱情如植物，婚姻是花盆NO.63 披着狼皮的羊NO.64 你要婚姻干什么NO.65 惆怅也是一种舒服的感觉NO.66 闭上你的鸟嘴NO.67 民女的湿吻门NO.68 彼此折磨的两颗心NO.69 天上掉下个钱包NO.70 乔舒亚的游戏NO.71 一次只拿一颗糖NO.72 要不要生个金融宝宝

<<有爱无爱一身轻>>

章节摘录

NO.01 爱情没了就不要联系了夏景：一个关于初恋的故事。

他是我的中学同学，清秀、腼腆、可爱、还有点忧郁，让我不能自拔。

上大学后，我们相爱了。

虽然不在一个城市，但也非常热烈。

可一年后，却分了手，是因为彼此性格都比较要强吧，谁也不肯迁就谁。

那个决绝的背影，让我心凉了很多年。

毕业后，我回到老家，当了一名普通的中学教师。

后经人介绍认识了现在的丈夫，一个非常好的男人。

两年后结婚，现在孩子都六岁了。

却突然有了他的消息。

他在上海，生意做得不错。

他的妻子，竟也是我们的同学，他们是什么时候走到一起的，我一点也不知道。

但当他告诉我这个消息时，我的心里，五味杂陈，说不出的滋味。

我们开始联系后，和很多人一样，就再一次地陷入了情感的泥沼。

他不停地对我倾诉相思之苦，我也开始慢慢心动。

直到有一天，他约我一起去附近的一个城市见面。

一切都非常好，我们好象又回到了从前，天真快乐、无忧无虑。

但我心里还是紧张，有所顾虑。

晚上，我坚持要坐夜班车回家。

他很不快，最后一点风度都不要了，说如果只是为了找女人睡觉，花一百块钱，随便找个小姐就可以了，何苦跑这么大老远。

都十二点多了，我去车站还有一段路，他也不肯送我。

我能体谅他的心情，但自己这一关，实在过不去，路上一直不停流泪。

事情本来这样，也就好了。

可我偏不甘心，越想越觉得对不起他，加上的确也很想他，所以又发短信给他。

他也回了信，渐渐又开始联系得紧密起来。

我对他说，暑假我要去上海见一见他。

他说好，又讲让我随意，还说带孩子来玩是最好的。

他的话让我感觉不太好，似乎并不希望和我单独约会。

我有些生气，也更想抓紧他，于是给他的短信和电话，都多了起来。

于是就到了那一天。

晚上我在家里，突然接到了电话。

是他的老婆——我曾经的女同学打来的。

一点寒暄都没有，劈头盖脸就开始骂我。

可以想象那些话有多难听吧，这还不算，她又将站在一边的他叫过来，让他也骂我。

竟真的就听到了他的声音，和他老婆说的那些话一样，真是难听无比。

他说我下贱，做作，淫荡，他的口气，非常无赖下流毫无自尊，和我以前认识的那个人，完全判若两人。

他老婆还嘲笑我说，别自做多情了，这个男人，在外面胡来已经不下十次了。

今天是看在老同学的面子上，才敲我一棒，让我清醒。

我的确是清醒了。

不仅痛悔，心碎，气愤，而且反胃。

人怎么会变成这个样子，我简直无法相信。

衍衍，你好：有个常识，先需要普及，那就是"爱情不成做朋友"。

这只是爱情乌托邦里的神话，现实中并不存在。

<<有爱无爱一身轻>>

尤其是你们这样的老情人，重新联系的目的，基本只有一条：死灰复燃。

万一燃不起来，那还真不如泛泛之交。

"这本来是一件挺美好的事情"（赵忠祥语）——却变得如此不堪，甚至龌龊。

一个曾经清秀、腼腆、可爱，还有点忧郁的男生，在大学毕业十年不到的时间里，就成了一个"WSN"——"猥琐男"，沧海变桑田也不过如此吧！

让我们来猜猜他的心路历程是怎样的：读书时因为不怎么懂得经营感情，所以那场恋爱，多少留下了遗憾和痛楚。

毕业后，又忙成家、事业，还没有那么多闲心回忆过去。

终于，年过三十，小有积蓄，可以喘口气歇歇了。

于是，自然而然地，怀念起了曾经的青葱岁月来。

这个毛病，我们在很多中年人身上，都能看得到。

不管如今多么腐败流氓，还动不动就念叨年轻时如何理想如何干净。

所谓怀念是假，重温是真。

至少，也要让那一段遗憾，变得不再遗憾。

而不遗憾的关键，就是要尽兴。

"尽兴"，"尽兴"这个词你懂吧？

好嘞，我就不多罗嗦了。

总之，他买了大把的焰火，兴致勃勃地，将你约到了郊外，月明星稀、清风徐来，他擦亮了一根火柴，又擦亮了一根火柴，可是焰火滋滋叫，就是不燃。

他着急了，掏出了一块钱一只的打火机，嘭，火苗蹿了出来，可是又灭了！

原来打火机没气了。

这个晚上，他做了很多的准备，可是，没有享受到喷涌华丽的快乐——他何以会不生气！

不顾风度地对你说，还不如花一百块钱找个小小姐，就是在想，老子千里迢迢跑这么远，你竟然不跟我上床，想看笑话吧？

放焰火，放焰火，找个小小姐放鞭炮，不比你来得更方便！

他很失落，说不定心里还充满了对你的鄙视与不屑，认定你是想偷吃又不敢行动的虚伪货色。

但你却不知道，反而以更高的热情，继续倾诉相思之意，他只好顺水推舟，将你留在花名册上。

再做出通情达理、正人君子的模样来，挽回上一次的损失。

哎，世事如此残酷，都是因为爱情没了还联系。

联系之前，早该想通，要么已无丝毫情愫，要么做好半推半就的准备。

他那么远来约你，你欣然前往，自然会让他以为你是在给他机会。

却没想到你如此矫情，上床不肯，回头还敢再撩拨于他。

这把年龄了，谁还有心思玩如此幼稚的游戏？

凡事都要量力而为，情感也是一样，收支不平衡，虚火上升，后果自然堪虞。

他的做法，虽然无赖无聊无情无谊，但谁还没有个恼羞成怒的时候呢，我说。

NO.02八年，为什么赢不来的婚姻夏景：我结婚很早，28岁的时候，发现了丈夫在赌博，数额越赌越大，我们开始不停地吵架。

就在那段失落的日子里，我认识了大我将近10岁的他。

我把他当做了倾诉的对象，道出了了我的苦闷和对前途的迷茫。

他那时是建筑公司负责某工程的小头目，很善解人意，默默地关心我，也照顾我的生意。

他工地上的人都到我这边弄头发，一个月结一次账，每次他都要多给我好些钱。

我很感激他，有什么话也都喜欢和他说。

直到有天晚上，下着很大的雨，打老公的手机怎么也不接，落寞的我不想回家。

这时他来了，看出我的不高兴，邀我一起吃饭，结果一切就自然而然地发生了。

如人们所说的，有一次就会有第二次，有第二次就会有第三次。

确实是这样，我们一发而不可收拾，偷情的感觉填补了我生活的空白，带给了我丈夫所不能给我的那份感觉和激情……就这样我们维持了三年的地下情。

<<有爱无爱一身轻>>

这期间，我丈夫是赌后发誓不赌，发誓之后又赌，我们是好了吵，吵了再好。但和老公的感情怎么都已回不到从前了，我无力去阻止他赌博，也不想再阻止了，最后我提出了离婚。

丈夫不同意，希望我能给他机会。

但我这时所有的心思都在他的身上了，我只想和他在一起。

我选择了离婚，抛下了孩子。

去年他单独搞工程，资金不到位，我把父母和我所有的积蓄都拿出来支持他。

而他每次来看我，走的时候也总是倾其所有将钱留给我。

这样一晃8年，他越来越成功了，可我却感到我们在一起的希望越来越渺茫。

他没有说过他妻子一点儿不好的地方，也没有提过离婚，而我们的感情一直很好。

我等不到了，当初任性种下的苦果也只有我自己慢慢品尝。

一晃，女儿已12岁，成绩不是太好，我知道都是我们做父母的错。

离婚的几年里，前夫曾找过我，要我回头，可我没有答应。

现在前夫再婚了，对女儿不闻不问，女儿就跟着爷爷奶奶过。

我马上就37岁了，属于我的最好年华即将过去。

看看自己已冒出的白发，看看无人渐问的女儿，我知道我错了。

错得离谱，错得不能回头，不想回头，也无法回头。

我该怎么办，是继续等待，还是选择放弃？

每次一跟他说分手的话，他也是整夜整夜睡不着觉。

阳子阳子：法国前总统密特朗，生前风流倜傥。

举行葬礼时，除了他的家人，情妇和两个私生女儿也站在一边，法国民众对此并无大惊小怪。

但很多人不明白的是，他为什么竟和同一个女人保持十几年的外遇关系。

言下之意，作为情人，完全没有必要长时间地坚持一男一女的原则。

谁要坚持，谁的脑袋就被门夹坏了。

其实法国民众的想法，亦能代表很多人对"外遇"的观点。

大部分人的外遇，三年四年，热情就过了。

还有一些人，能坚持个八年九年，但最后多因为不得不考虑婚姻问题、配偶问题、财产问题，或是儿女问题，只好放弃。

中国有句古话："求仁得仁。"

"仅仅从字面理解，就是用世俗的功利标准来衡量——我付出了多少，就应该得到多少。"

是啊，都8年了，为什么还赢不来一场婚姻呢？

因为仁，是只存在于自己内心的东西。

爱情，也是仁之一种，有时候某个男人胜利结婚了，并不是因为他付出太多；有时某个女人一无所有地离开了，但她也可以说，我得到了想要的一切。

在漫长繁复的一生中，没有人可以走得毫无错误，也没人能会回首往事时，毫无遗憾和愧疚。

你可以试着想象一下，如果当初你没有遇见这个男人，也没有离婚，而是和戒不掉赌瘾的丈夫，三天一大打，两天一大吵，那么今天的你，会不会一样心力疲惫，患得患失？

一边自责当初为什么不早点儿离婚，现在已嫁了好人开始了新生活，一边看着小小的女儿，充满歉疚？

不，我并不是说你的家庭生活必然会发生偏差，我的意思是，即便再完美的爱情，也会有这样或那样的缺失和矛盾。

只不过有些人会选择一些正确的方式，比如宽容和体谅等。

或者夫妻感情再不好，也会努力为孩子营造一个温暖的环境，而不是像你那样，一走了之。

如果这个男人，真的离了婚又娶了你，你还会为最初的任性而后悔吗？

不，可能断然不会的，但你也就此失去了一个反省自己、认识生活的机会。

所以，从这些个角度讲，你已是求得仁了。

施比受有福。

<<有爱无爱一身轻>>

一个人在对他人的爱中，会产生出强烈的自我期许和自我暗示。

它们会带给你很多新的变化，你也能感受到许多美好的情愫。

从这个角度讲，你也求得仁了。

他一味掩耳盗铃，不想让麻烦缠身，于是牺牲你的幸福感受和要求。

无论他对你有多么的真心，这真心，也是自私懦弱的。

你对他失望，说明爱情的材质，已有了腐败的迹象。

能认识到这~点，你还是求得仁了。

但是，谁又敢肯定地说，你离开他就是一件好事呢？

正如审美眼光高的人，会比谁都更容易发现丑陋一样。

所谓求仁的本质，往往有着人生的悖论——你的这场外遇，别说8年、18年，坚持28年，就会从人所不齿的绯闻，变成交口称赞的佳话了。

可你，愿意吗？

爱情固然美好，但再美好再漂亮，也是攀沿着世俗生活这根线上开出的花朵。

所以，即便婚外游戏真的很有趣，可只有大人物才能玩儿得好。

对平凡的小人物来说，结婚，才是那道安全线吧。

<<有爱无爱一身轻>>

编辑推荐

《有爱无爱一身轻-80后+70后焦虑的72个热点婚变问题》是中国青年出版社出版，“所爱非人，却执迷不悟！

”新浪网情感诉讼热线主持人、女性专栏作家夏景，继《同林鸟》、《女生十年》、《吻别前夫》后，解答80后+70后最焦虑的72个热点婚恋问题。

聚焦70、80后人群当下最热闹和最棘手的婚姻、恋爱和家庭问题：2009年版中国，婚恋震荡指导书，分析爱情困惑，指点婚恋迷津；解决家庭危机，重建两性伦理。

女人都是海豚型的动物，总在一个地方重复受伤，这个伤口就是爱情；可是，女人受的伤越多，就越风情万种。

“这不单单是你的毛病，很多女人，从20岁到60岁，都有犯的；症状也简单，就一点：所爱非人，却执迷不悟。

”这个时代，为什么会有这么多人，迷失在谈情说爱当中？

为什么当下正在发生的情感婚变故事，女人大多是为了不是自己丈夫的男人而哭泣，或者是为了自己的丈夫和别的女人而哭泣？

难道真的不知道答案在哪里吗？

不，我们这个时代，并不缺乏答案。

我们缺的，是一双看清世间情是何物的眼睛。

夏景这本情感问答和婚姻指导书，便是在婚变潮流中借你一双慧眼，看清当下爱情、婚姻、家庭、两性伦理危机的问题本质。

<<有爱无爱一身轻>>

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:<http://www.tushu007.com>