

热门摘录

相爱是两个人的礼物， 想爱是一个人的武器

文/陶思璇

李永是一个非常聪明、热情、真诚的小伙子，但他的每一次恋爱都以两败俱伤而告终。当他爱上一个姑娘时，他会每天十几次地给她打电话，会在姑娘下班时等在公司大门口，会关心姑娘从吃饭、穿衣服到工作、交友的一切行为。最终，他无所不在的“爱”使姑娘忍无可忍而与他分手。这时候，痛苦绝望的他便会以自杀来要挟。

在大学里有关爱情观的讲座中，很多女大学生会在传条子的时候提出这样的问题：在自己没有相应的心理准备和要求时，对男朋友提出的性要求是否应该予以拒绝？如果拒绝了，是否就会失去这份爱情？

是的，有些女孩子会面临这样的问题，她们的男友总是说：“如果你爱我，就应该满足我。”

这是何等荒谬的言论！这实质上是以“爱”的名义来胁迫对方满足自我欲求。

爱，首先意味着把对方当成独立的人来理解和尊重。尊重对方的感觉，尊重对方的需要，尊重对方的选择，并且在理解和尊重的基础上给予对方适当的关心、爱护和帮助。

生活中，有很多人都明白这些理论。当他们与同事、朋友交往的时候也很明白这一点，然而当他们面对他们最爱的人时，似乎总忘记了这些，或许，人们受中国几千年传统文化的影响太深了，每个人的血脉中都深印着这些耳濡目染得来的影响。在儒家“君君臣臣父父子子”的伦理纲常中，附属的意味是如此强烈，以至于处于强势的一方往往忽略了处于弱势的一方的独立地位和价值，弱势一方对强势一方似乎永远都有“屈从的义务”。这是一种环境造就的“整体无意识”行为。然而，时代发展到了今天，大家只有清楚沉淀在内心深处的这种“无意识”，才能真正区分爱与需要。

把爱与需要混为一谈的人，他们之中多少有一些是因为人格发育不够健康。自身的某些需要由于受后天影响而没有得到充分满足的人，他们的心中往往充满了自卑、自怜。他们内心缺乏安全感，满怀对爱的不信任和怀疑。他们的这

些心理征候表现出来就会形成下列话语：“如果你……我就……”，“你如果不……就是不爱我”，“我这都是为了你”，“你为什么感觉不到我的一片爱意呢？”这类人的口中的“爱”及行动中的“爱”常常蕴涵着“奉献”、“牺牲”的意味。

他们的爱成了控制对方以满足自己各方面需要的最有力武器。他们所“爱”的另一方实质就成为满足他们情感上的需求和印证自我价值实现的最方便的工具。与此同时，对方要求自由空间和选择的权利的要求就对他们产生了极大的威胁，因为这样的要求对他们来说意味着危险，一种自我价值颠覆的危险，一种不获满足的危险。他们面对这种危险时常常会有挫折感和愤怒感，他们认为自己付出的“爱”没有得到回报，他们对爱的另一方充满失望和愤恨。实际上，是他们错判了爱与需要的界定，令自己的爱成为一种“剥夺”的行为。

新书简介

以上文字选自陶思璇的新书《当你真正开始爱自己》，作者知道你其实并不希望找个人骂醒你，你只是需要倾诉，需要爱的能量与成长，你不知道这艰难的爱情与生活问题出在哪里，你不懂得爱自己，你只想让大家都爱你。

太多人告诉你女人要怎样去爱去生活，怎么讨男人喜欢，可那是他们的生活不是你的。你口口声声爱自己，口号喊了那么多年，都是空口白话。当你真正爱自己，你不会觉得那么累、那么苦、那么没有安全感；当你真正爱自己，你不会一年、两年、三年、五年总是一个样，甚至不进反退；当你真正爱自己，你不会得不到别人的爱。

别哭，陶思璇想把所有女性的美好都给你，她要告诉你恋爱的真相，婚姻的秘密，成长的条件，爱的形式，生活的无限可能，然后，她帮助你找到属于你的一条新路，教你用智慧去走用心去看——你真正爱你自己的时候，这世界为你准备的爱和美好才能被你看见。

热书推荐

《喜欢你是寂静的》

“一身诗意千寻瀑，万古人间四月天。”

她是诗人《你是人间的四月天》《谁爱这不息的变幻》等诗篇脍炙人口，流传至今。她是中国第一代女性建筑学家，参与设计中华人民共和国国徽与人民英雄纪念碑。

她就是林徽因，是那时世间最好的女子，被胡适誉为“中国一代才女”。她才貌双全，倾倒尘世，让世间的男子仰慕了一世一生：徐志摩为其离异，梁思成与其伉俪一世，金岳霖为其终身未娶。她是男人的梦想。

在本书中，著名作家王臣依据史料对她的一生进行了客观又诗意的展示与总结，语言华美，情意动人。本书附录《林徽因经典作品集》，收录林徽因最经典的诗歌、散文及

小说。附录林徽因之子梁从诫先生回忆母亲的文章《倏忽人间四月天》，最后附录《林徽因年谱》，全面回顾林徽因寂静绚烂又短暂的一生。

喜欢你是寂静的，仿佛你不在这山河岁月里。林徽因的一生正如聂鲁达所言，是寂静的，恰如一株空谷幽兰，虽历纷飞战火、流言蜚语，我自不言不语悄然盛开在这山河岁月里。



微博热议

#关键要长得好 找个丑媳妇就丑一家#

近日一段视频疯传网络，湖南一位“外貌协会”妈妈在餐厅神理论教育儿子：“找媳妇关键是要长得好，这样的丑妹子妈妈是不会认的！不然一丑丑一家！要是长得好看点，好多事能忍就忍了！”其逻辑之严谨，言语之犀利，让网友们都震惊了！！

@ 肇事事儿：大妈的逻辑也有她的道理，只是过于夸大了美貌的作用。母子争论的重点在子女女友的长

#罗玉凤自称理财能力超王熙凤#



近日，罗玉凤在新浪微博晒出了“美国理财记”，自曝炒股亏损20万，后转战余额宝和信融财富等理财平台，呼吁“屌丝一定要学会理财”。有人支持也有人质疑其在做广告。近日，凤姐发微博称不接收广告，并称“我的理财能力超越王熙凤”。

@ 拾光美人：对凤姐真的是百般佩服！在这个看脸的时代，凤姐不算出众，却一样活得乐观自在，追求自己的梦想，还时不时发一些励志的文。她一点也不屌丝，在我看来大多数人都没有嘲笑她的资格，她活得很伟大很精彩！加油~希望凤姐看到，第一次发这么长的评论~

@ Ze1a：没有丑女人只有懒女人、没有穷女人只有不会理财的傻女人！

@ 久腻 taLullaby：现在不要把钱存在银行，利息太低了。



红墙——中南海的代名词，担任过国家领导保健医生的人，被称作“红墙国医”。

俗话说“人生七十古来稀”，尽管如今活过七十岁的大有人在，但是与中南海红墙内领导人的寿命相比，健康状况仍然有很大的差距。我国领导人

平均寿命一直位居世界前列。

最近，一本全面讲述中南海保健工作者实录的《红墙健康卫士》一书正式出版，书中首次披露了红墙国医赵冠英教授45年为中南海老首长、老领导做医疗保健工作的经验总结，揭秘了老首长、老领导是如何通过培补元气治疗慢性病，防老抗衰，健康长寿。

88岁红墙国医赵冠英解密：

中南海里的长寿秘诀

读过此书的人都会有种恍然大悟的感觉，原来秘传中南海的祛病养生之道是如此的朴素，按照书中的方案调养，就能像红墙内老首长、老领导一样健康长寿！《红墙健康卫士》一书得到了数十位红墙保健医生的全力推荐。

现在，为答谢本报忠实读者，限量赠送《红墙健康卫士》500册，

本报读者可拨打电话400-750-7755申领此书，数量有限，每人限领一本，以报名先后次序为准。

