

为何爱会伤人



[为何爱会伤人_下载链接1](#)

著者:武志红

出版者:北京联合出版公司

出版时间:2012-12-1

装帧:平装

isbn:9787550209671

真正解决婚恋难题的心理学读本！

为何爱会伤人？

因为我们常常看不清爱情的真相，总是与自己幻想出来的人相爱，而忽略对方的真实存在。我们所歌颂的美好爱情，从心理学的角度看，其实只是爱情的初级阶段而已。

为何爱会伤人？

因为我们无法正视自己的内心，总是把幸福寄托在找到一个正确的人，而从不反思自己的真正需要。其实，大多数的爱情悲剧，都是两个人造成的。

为何爱会伤人？

武志红从心理学的角度，给了我们答案：爱情是一个轮回，在爱情中，我们想重温童年的美好，修正童年的错误。我们在童年所经历的幸与不幸都将在爱情中找回来，童年时与异性父母的关系也决定了我们与爱人的关系。从这个角度说，我们不仅要关注与爱人的关系，也要关注与孩子的关系，因为我们如何对孩子，将决定孩子的爱情结果。

作者介绍:

武志红，既是资深心理咨询师，又是知名的心理专栏作家。

1992年考进北京大学心理学系，2001年获得心理学系临床心理学专业硕士学位，师从国内著名的心理治疗学家钱铭怡教授。2009年成立武志红心理咨询中心，已帮助大量患者恢复健康，重获幸福。

曾主持《广州日报》的“健康·心理”专栏，现为《心理月刊》专栏作家，网络视频节目《跟武志红学心理学》主讲人。

著有《为何越爱越孤独》《为何家会伤人》《解读“疯狂”》《解读绝望》《七个心理寓言》《心灵的七种兵器》《梦知道答案》等，个人作者超百万册。

目录: 序 | 从轮回回到孵化器

PART 1 | 爱情，是一种轮回

1 迷恋：源自幻象的爱

2 一见钟情或是致命诱惑

3 命运=心理的强迫性重复

4 七年之痒：寻找真爱的契机

5 警惕爱情的七个教条

6 最迷人的爱——绝望的爱

7 每一次缘分都是一个功课

PART 2 | 难以避免的爱情战争

8 KIM的拯救情结之真相

9 要激情，还是要安全感

10 没有安全感毁了张柏芝的婚姻

11 支配与服从的双重奏（一）

12 支配与服从的双重奏（二）

13 夫妻吵架：隐秘的权力斗争

14 别拿自己的尺子量对方

15 放下亲密关系中的挡箭牌

16 警惕你身边的隐形攻击

17 慎防亲密关系中的洗脑
18 恋爱，是为父母而谈吗
19 四年没性爱，到底错在谁
PART 3 | 任何选择都有道理
20 谁是你人格的对立面
21 谁是你的第三者
22 我杀死了一个23岁女孩
23 解梦：忠实男友屡有新欢
24 她们为何偏偏做第三者
25 她们为何非杀人犯不嫁
26 要求恋人鼓励我过分吗
27 万里之外的爱
28 依赖与反依赖的双重奏
PART 4 | 阴谋与爱情
29 男人是个什么东西
30 女人是个什么东西
31 女人，破解你的幸福密码
32 重新发现你的父亲
33 发现爱的证明
34 给到手的幸福盖个戳
35 放下爱情的神话
36 将你的心打开
• • • • • ([收起](#))

[为何爱会伤人_下载链接1](#)

标签

心理学

武志红

爱情

心理

成长

为何爱会伤人

婚恋

爱

评论

我不太确定是否应该继续读下去。正如我一直以来对作者的印象，他太执着于弗洛伊德那套理论，执着到近乎武断。童年创伤当然重要，但是否重要到成年后的每一步都是对童年的复制和不断循环？这本书读完会不会反倒形成更可怕的刻板印象？【还是读完了】

我自己的书：)

怎么说呢，作者参考了大量“不要用爱控制我”的理论和例子，例子都很好，但是说到解决办法的话几乎没有，看来作为心理咨询师，这种书就是让你明白一下问题然后去做心理治疗就是了。

过度诠释，无框架理论。

看得我很不耐烦，但其中还是有不少好东西。可能我的感受力太高了吧，里面很多东西我自己已经想到了，而新的东西太少，才不耐烦到几乎10秒钟看一页。

现代男女的择偶模式往往是：女孩找“爸”、男孩找“妈”。究其原因：一是意图延续童年的温暖；二是企图消解童年的痛苦，把父母的影子投射到伴侣身上，意图对其进行改造和报复。这导致忽视了伴侣的真正自我，让亲密关系冲突频发。唯有认清自己的心魔，彻底告别过去，才有可能进入和谐的两性关系。

又是全推给童年的理论，不知道会被多少自私并且爱推卸责任的人拿去质问自己的父母。

身心都健健康康长大真不容易。

弗洛伊德用的有些泛滥了。

很深入，反观自己在每一段感情都是饰演一名终结者的身份，因为我害怕被人抛弃，所以先把人甩走，可是事后特别后悔，但潜意识又特别渴望这种分离的感觉！

没解决书名的问题 全部是成长过程的投射 如果不能重新活一遍就坚强点

关心则乱，大多数人和自己都处不好，怎么去爱人？如果能用一种局外人的心态，认真演戏的专业去爱，也许就会少很多麻烦与痛苦，不过这种真实的虚假一旦被发现，反而会带来更大的伤害吧？

很有启发的一本书，值得一读！

还是很强力推荐的，虽然我一直自省，但是看到这本书还是会突然惊觉，自己的内心有很多潜在伤疤

虽然精神分析那套总是把我们遇到的问题与童年经历联系起来，但对于分析方法来说还是有一定道理，我们只有了解了自己才知道为何我们会变成现在这样。女性总是有被抛弃的焦虑，男性总是有被吞没的焦虑，越想把握自己的感情，其实越是徒劳，我们能做的也就只能是做好自己，尽量不要给他人带来伤害。

有一部分关于弗洛伊德的理论我觉得有点牵强，感觉生搬硬套的像寓言故事……但还是有很多收获的。

787*1092，傻大傻大的开本

倾向弗洛伊德，但我希望看到发展荣格集体潜意识的书

解我许多疑惑。

啊，前两年读武志红觉得他很多地方都说得很有道理，卧槽简直太戳我心！回头再看的话，觉得他的理论，有很大一部分都显得有点武断了，为了写概念而编故事。当然也必须承认，这种写法更有传播度。

[为何爱会伤人_下载链接1](#)

书评

一位名叫贾斯廷·默斯的女子从小就对谋杀故事和杀人犯有一种畸形的爱好，她在自己32岁的时候，终于如愿以偿地嫁给了一名臭名昭著的杀人犯。嫁给杀人犯这个愿望在美国女人中并不少见，《老爸老妈浪漫史》中的Robin也曾经收到过监狱的来信，她的回应是“已经不是十六七的...

我们为什么会痴爱一个人？一个重要的原因是：我们将对方看成了“理想自我”。一个人的现实自我和理想自我差距越大，就越容易产生痴迷行的爱恋。然而，一个人越是迷恋爱人，就越看不见爱人的真实存在，他看见的，其实是他投射到爱人身上的理想自我。也就是，他爱的并不是你，而...

之前读过了《身体知道答案》，不喜欢，但并不影响读武志红的其他书，因为书与书不相同，读完，确证了自己的看法。
喜欢这本书。虽然有过度阐释的部分，但是从中可以学到很多。
人如果能够透过这类书，学会自我解析，对自己的过去、当下的情绪、未来的走向都有清晰的觉知，可...

1,
因为，这个结伴而行的人，必定要让你感觉到默契，他必须懂你，你也必须懂他，你们两个都愿意相互陪伴，能够相互安慰彼此的脆弱。因为，生命中偶然的因素太多，我们柔弱的心灵很容易受伤，很容易破碎，这个时候，一个优秀的异性未必愿意也未必能安慰你的痛苦，而那个懂你的...

心理学是一面“照妖镜”，于我而言。
最近看类似书籍，总时不时想起一个朋友的话：
她说她一度备考心理咨询师时，上过几次培训课。某次课上，老师对她们进行集体催眠，成功地将大部分学员“弄哭”。她说，她对那次催眠太过深刻。因为她看到了曾经不曾看到的自己。她哭得很伤心...

谈了一场算是有点莫名其妙的爱情，开始得莫名其妙，结束也结束得莫名其妙。想起他来至今仍是十分伤神，也搞不清楚自己对他的感情到底是有什么缘由。
希望自己可以自己一次失败的感情中学习些什么，看到这本书顿时眼睛就亮了，这就是我想要看的书。 里面有不少案例，武老师一一...

爱情的正确与否，关键不在于找到“正确”的人，而在于你能否将自己的内心修炼成“正确”的。最初对方一切都是美好，后来说出来的都是争吵，没说出来的又都是误会；我们都以自己沟通的逻辑和相爱的方式去理解对方，自己的嘴里的喜欢只是是试着将对方拉进自己的逻辑，看不到对方...

没有谁愿意被改造，所以，恋人势必和你作斗争，这就造成了种种的婚恋冲突。
意识上，我们都在追求快乐和幸福，并且一定有相应的人生哲学；但潜意识上，我们都在追求自己所习惯的情绪或情感，这是致命的诱惑。
只要是自由恋爱，就要试着不谴责对方，试着从自己身上找答案， ...

读过一遍之后的感觉是，大部分的观点是基于精神分析学派和新精神分析学派的。主要是本我、自我、超我的人格结构；意识与潜意识；自我防御机制。
之前背专业课里佛洛伊德的理论的时候，关于人格结构的描述是：本我主要是生物性本能和冲动，遵循快乐原则；自我是调解本...

爱是怎么回事《为何爱会伤人》

喜欢武志红的书，陆陆续续看过了七八本了，虽然并不是每本都经典，但是让你感觉都很棒，尤其是这一本。

市场上有很多很多关于婚姻和爱情的书，甚至可以说浩如烟海，而且内容都不错，都是经历很丰富，对这个问题进行深入思考的作品，看了...

新单位没有外网。一开始我无比纠结于这件事情，为什么没有外网？怎么可以没有外网？？没有外网我的日子要怎么过？？？在我惊讶愤怒感慨了半个月后，接受了这个现实。没有外网的时候，我可以安静的看看内部文件，可以在脖子累了的时候伸伸懒腰，转转颈椎，可以和同事聊聊天...

《为何爱会伤人》，武志红著，北京联合出版社。

对于所有人而言，恋爱都是童年关系的一次轮回。恋爱关系是我们童年时与父母及其重要亲人的关系模式的再现。轮回的含义是：重温童年的美好，修正童年的错误。

一段完整感情的三个阶段：1+1=1，你我宛如一体。...

刚刚开始看，确实很多观点直直的戳中我的生活，我的感情。分析的很在理，甚至让我觉得害怕。急切的想看遇到这种那种问题究竟要如何处理。

看完后发现，其实很多事情都具有两面性。而且本来家庭，父母对一个人的影响是最大的，所以可以用不那么坚硬和强势的口吻，去解释这些事情...

因为看了武老师的<为何家会伤人>受益非浅，所以又看了武老师的这本书，结果大失所望。这本书观点十分零散，而且大多数事例和之前那本书雷同，来的回的就是说成人现在有问题就是因为幼时和最亲密的人之间的关系有问题，大道理太多，但又没有给什么有效的方法纠正，看得人有些蒙...

前两天几个朋友在一起吃饭的时候争论阅读书籍对实践的指导作用以及实践经验对加深阅读理解的帮助程度。我虽然有过追求自己的女神的经历，但毕竟一直到现在都是单身人士，所以对这本书的理解还是比较肤浅的。是的，我很认同相关实践对加深对书籍的理解很有帮助。朋友中的J君说，...

继《为何家会伤人》后，这是我读的武志红老师第二本书。一样的通俗易懂，关注的问题是爱情的真相。

与很多事情一样，我们会对没有经历的事情心存幻想与好感，经历了之后才知道事情并非设想的那样。爱情，正是光芒四射的所谓最美妙的事情。可书中告诉我们，实际上，

因为我们常常...

我对人为什么会表现出某些行为一直非常有兴趣，并一直想要解决自己身上的一些困局。所有的问题我总是隐隐约约觉得和自身的成长环境脱不了关系。在08-09年的日记中，我写到家风存在着问题：一是外亲内疏，二是“家族诅咒”。所以当时一看到武志红的书《为何家会伤人》，《为何爱...

[为何爱会伤人_下载链接1](#)