

# 恋爱课



[恋爱课 下载链接1](#)

著者:陈雪

出版者:广西师范大学出版社

出版时间:2015-6

装帧:平装

isbn:9787549566198

本书是台湾著名小说家陈雪关于爱情的五十堂关键课。陈雪梳理爱情与关系的复杂与多变，以自身丰富的情感试炼和体验，用强大的爱的力量和信念，倾吐爱的内核与真谛。

“但愿我们通过或长或短的相遇，可以更理解自己。”

“在经历了许多许多之后，我喜爱清晨、黄昏，喜爱公园里衣着朴实的人们，喜爱对面人家院子里掉落的果实，喜爱一日踏实工作之后的休息，我喜爱坚实深远的爱，但我更期待自己有能力去迎接这样的爱。”

“爱并不应允幸福，也无法因为被爱得到保证，爱是原原本本回到自己身上，使你眼睛透亮。你问自己，在这个人身边能否使你有勇气清楚看待自己，这个人能否使你不屈从，不顺应，不自欺，但也不畏惧去改变？爱是否让你坚强，而不是更加娇弱或自卑？爱

不像吗啡能止住孤独的痛苦，爱不是需要，爱是在你变得坚强之后，才能自然流泻的，是一股力量。”

本书在台湾深受青年男女追捧，一印再印，被奉为不可多得的“恋爱宝典”。

“这书讲的不只是恋爱，讲的是人类的各种‘爱’”。——骆以军

“我好喜欢这本书，但我没有那么大的雄心，我不是一个哲学家，我提供的是一个小说家对于生活和人性的思考，以小说家的笔进行哲学思考。”——陈雪

## 作者介绍：

陈雪，1970年生。台湾著名小说家，作品受到侯孝贤、朱天文、梁文道、马家辉、止庵等两岸三地文化名人的一致推崇。早期以写作前卫辛辣而广受讨论，备受文坛瞩目，此后不断拓展创作维度，作品呈现出丰富的样貌，独具一种悲悯而感人的气息。同时，她也是《中国时报》开卷十大好书奖、台湾文学奖长篇小说金典奖、台北书展大奖小说类年度之书、金鼎奖等各大文学奖项获得者。

著有《台妹时光》、《人妻日记》、《迷宫中的恋人》、《附魔者》、《她睡着时他最爱她》、《无人知晓的我》、《天使热爱的生活》、《只爱陌生人》、《陈春天》、《恶女书》、《蝴蝶》、《桥上的孩子》、《爱上爵士乐女孩》、《恶魔的女儿》、《爱情酒店》、《鬼手》等。部分作品获得财团法人国家文化艺术基金会写作计划补助，并被翻译成英文与日文等。

## 目录：辑一

关于“安定”	
关于“自我”	
关于“心动”	
关于“原谅”	
关于“相处”	I
关于“相处”	II
关于“陪伴”	I
关于“陪伴”	II
关于“陪伴”	III
关于“暧昧”	
关于“隐私”	
关于“平淡”	
关于“不安”	
关于“前女友”	
关于“猜疑”	

辑二	
关于“理解”	I
关于“理解”	II
关于“体谅”	
关于“计较”	
关于“期望”	
关于“磨合”	
关于“要求”	
关于“强者”	
关于“坦诚”	
关于“对话”	
关于“知己”	

关于 “无常”  
关于 “恐惧”  
关于 “争吵”  
关于 “安慰”  
关于 “讨好”  
关于 “险境”  
关于 “占有”  
辑三  
关于 “离开”  
关于 “遗忘”  
关于 “变心”  
关于 “活着”  
关于 “承诺”  
关于 “分手” I  
关于 “分手” II  
关于 “分手” III  
关于 “放手”  
关于 “艰难”  
关于 “再相遇”  
关于 “背叛” 与 “谎言”  
关于 “选择”  
关于 “伤害”  
关于 “结束”  
关于 “失去”  
关于 “不能没有你”  
关于 “友谊”  
关于 “释怀”  
私语集  
“同居”  
“恋人”  
“亲密”  
“孤独”  
“有时”  
“坚持”  
“冷战”  
“成长”  
“付出”  
“结束”  
“等待”  
· · · · · (收起)

[恋爱课](#) [下载链接1](#)

标签

爱情

情感

陈雪

恋爱

随笔

女性

台湾

台湾文学

评论

非常非常推荐。不是以算计如何恋爱才能成功的书，而是真正把心平稳端正放下来找我们自己的问题，毕竟我们能控制的只有自己。里面相当多的状况和心情都是我曾经深切感受到的，这本书给了我正视自己的可能性。也让我真的了一个方向来重新学习面对别人。非常非常推荐。

---

如无经验，看了白看。如不实践，看了白看。何况这种书如同悬丝诊脉，与你那独特的经验，不一定有什么关系

---

其实很舍不得标记这本书，感觉再读多少遍都不过分。有很多状况，是我知道自己本身就已出现，或者终究难以避免，因而已经想要预先反思和修习的东西。即使永远修不到最好的境界、找不到最适的方法，这本书也让我知道，那样的爱，那样的自我要求，是一个永远不错的、应该去的方向。

---

无病呻吟，冲着理想国的厂牌凑到买的，失败

没搞错吧四星？这玩意也能出版只能说市场太糟糕尽是空虚的半文盲。

就像学生时代在上课，明明老师絮絮叨叨无聊得可以，还是坚持到下课。

学习建立和维护亲密关系。不过，鸡汤暖人心，实践出真知。

浓缩鸡汤，这么一大碗还真是有点招架不住。

不算文学作品，恋爱说明书。祝你渡过苦海，终于懂得。

叫《失恋课》可能更恰当，适合失恋的人看。作者都已经45岁了啊，非常坦诚，文字也不错。【人心有些地方原先是不存在的，要进入受苦之后才会出现。你比过去更完整了。】总结起来还是那几点：乐观、自信、爱。

迫不及待地看完了这本书，渴望从中习得一些关于恋爱的道理，书中有许多金玉良言，可以对我的积郁成疾进行近似排毒的治疗。关于放手的部分，看了又看，试图将它铭记于心，在自己又犯念旧的毛病时要及时拿出来灭火。爱是我们一生的功课，而我还未修得学分，然而，并不会放弃。

听了一席的演讲后去买的，声音很小女孩，心思很细腻的感觉。

略有点心灵鸡汤的感觉。其实没有人能够教你怎样去爱，任何两个人的相处之道，最后都要化作个人的修行。

不太好看。

用实战经验熬成的心灵鸡汤，经验比道理有价值。

不太喜欢这样空泛，没有实例也没太多精彩的指导性文字。

愿你可以更辽阔、更真挚、更有力；愿你走过地狱，找到求生的方式，重新站起来……也愿你被这个世界温柔相待。

读来心静，随之思考体会。

出乎意料的好看。学会如何爱，会比爱的目的，让你收获更多。

好一般啊

[恋爱课 下载链接1](#)

## 书评

我真的需要去经历那些“错误”的方式，无论是用在自己，还是被使用的自己。到后来终会发现其实生活也好，爱情也好，它有着属于自己的一种模式，它有共性，也有独一无二，只是每个人不同的演绎，最终决定安定下来的，正是相爱着的我们。当爱情充满整个身体，独立属于我自己的...

当爱情充满整个身体，独立属于我自己的部分慢慢“隐藏”起来。当爱没有那么浓烈的时候，我感觉到了失落，我的生活要破碎了，我的世界要崩塌了，而我似乎要死了。放弃自尊而去挽回逝去的爱情，是我无法原谅自己曾说的再见，不肯承认结局早就在自己的预想里。当一切停下来，我...

“当一切来临时，你真的准备好了吗？” “好的事情，你配吗？”

“不好的事情，你能接受吗？” 一、从这时候开始

近期阅读《恋爱课》时，突然想起这段在某次争吵后收到的让自己顿悟的话。

亲切，嗯，我是说当我看这本书时，仿佛是感受到了这几年自己的恋爱心情历程。

从那个唯...

像是朋友之间絮絮叨叨的聊天，坦陈往事，一起去翻看检视在爱情这件事情里面种种曲折折的心事和遭遇。爱情的根本是给彼此自由，而不是依赖要求贪恋与约束。那些细细密密爬上心头的难过与脆弱，要告诉自己，在爱情这门功课里面的自己还是一个没学好的学生，还要继续好好学习。 ...

偶然看到，平时不会买这种类似指南教程的书，因为某APP首页推荐，就买了。

这本书内容上，基本属于说理，也就是讲道理，可是陈雪却很高明，道理故事缓缓道来，波澜不惊，让你去安心的倾听她。

谈过几次恋爱，认为这本书讲述的技巧比较实用，以前没有注意过。同时，这本书，不仅...

这两天悄悄看一位小美女谈恋爱，十九的年纪，就已经很会恋爱了，让我心里充满羡慕。

我谈过一些无疾而终的恋爱，往往时间很短，自己很无力。久而久之，对自己很没信心。

我对新恋情充满向往，但内心总是不安，害怕爱人，也害怕被爱。

这本“恋爱鸡汤”，很多废话，但也有一些值...

上高中时，我们除了完成课本内容，课下还要做大量习题。书上罗列的公式结论讲解的

当下容易理解，但下课铃一响，自己再回头温习时却往往不知所云。这时候可以翻出《

黄冈密卷》或者《启东中学》，做上几道设计精良的题，宛如老师手把手带领着，慢

慢体悟理论应用的魔力。现在回...

[恋爱课 下载链接1](#)