

《三爱书》

图书基本信息

书名：《三爱书》

13位ISBN编号：9787540703394

10位ISBN编号：7540703393

出版时间：1989二印

出版社：漓江出版社

作者：远藤周作,福永武彦,龟井胜一郎

页数：354

译者：穆利琴

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.tushu000.com

《三爱书》

内容概要

《三爱书》——《爱的钥匙》、《爱的尝试》、《爱的色彩》，是日本当代著名作家远藤周作、福永武彦、龟井胜一郎关于性和爱情的文艺随笔。书中以世界文学名著和日常生活习见的故事为例，探幽发微、敏锐透彻地剖析恋爱中的男女心理及生理的差异、恋爱的智慧、艺术和道德、性爱在文学作品中的反映等等，并对恋爱、性爱中的困惑提出了处理的建议。三部作品结构精致，涉笔广博，娓娓道来，生动有趣，切近生活，赋有魅力，坦诚直率而不流于粗俗，细微详尽而不失于猥亵。在当时的日本青年中广受欢迎。

《三爱书》

精彩短评

- 1、只把远藤写的读了，恋爱小常识啊，还行吧。可是，关于女人生孩子神马的那些理论，不能赞同啊！我就是不喜欢小孩，也不想生！
- 2、很惊讶这本书竟然几乎没几个人读过，而且关于内容的介绍信息在这里竟然是看不到的。其实这本书并非远藤周作一人所作，所谓“三爱书”，实际上是三位日本作家各自对“爱情”的本质进行反思后的作品合集。而且并非文学创作，更像是人生体验的总结。思想深度与诚意都远超当下那些情感导师不知多少倍，可惜竟然罕有读者。电子版是可以在网上搜到的。力荐！
- 3、文字有隔膜感。
- 4、有人打两星实在是不思议.难道是封面党么.
- 5、比较冷门小众的书，但值得一看，确实解答了不少男女性别差异在情感思维上的问题，尤其教给了我们不少恋爱中的智慧，追溯本源，从生理和情感不同的方面并结合名家名作的故事，教会我们什么是爱 and 如何更好地去爱，我想将来很适合留给自己的孩子们
- 6、前两部分跟弗洛姆的理论很接近。最后一部分是文学中的爱情分析。值得一读。
- 7、所谓看了三行就受不了的读物.....
- 8、豆瓣上公允的评价只看到一个，其余皆是妄言。好书一本，深入浅出，拥有最真切又很深刻的內容。
- 9、远藤周作教你谈恋爱。都没啥意思的文章

1、这篇评论其实是13年写的。刚刚豆瓣提醒因违规被删，也许是因为我在文末附上了电子版的下载地址。那么我把下载地址删掉，内容重发一遍吧。很久以前写的，现在其实很多想法已经改变了，但作为一个记录，还是保留原文。——发布时间 2013-01-23 00:18

因为搜索远藤周作的作品集，偶然留意到这本书，本以为是他的小说，下载后却发现是一本关于爱的沉思录。对于这本书，很难直接的去评价是否算得上“好”。作为一本并不成熟也不够细致的译作合集，我无意于对其给予过高的赞誉，再加上是三位文学家思想的合集，每个人的着眼点和论述过程都有很大差异，更是无法进行综合评判。但是书中的确有些非常独到的见解，从论述的深度到文采，都远胜当下泛滥的情感指南。只是遗憾在豆瓣并没有多少人留意到它。所以还是简单的在这里做一点介绍吧，希望能给留意到这本书的人带来一些参考。书中所述的内容，除去龟井胜一郎的部分更接近于文学评论，鉴于知识有限我无法理解之外，远藤周作和福永武彦的部分我都很喜欢。简单的归纳他们各自的思想脉络，远藤其实是在对“热情”与“爱”的概念进行澄清，而福永则是在阐明“爱”与“孤独”相伴相生的必然事实。远藤周作的部分读起来语言比较平实，前后段落也会有总结衔接，形式上像是授课内容的整理，因此思路也比较清晰。我个人尤其喜欢的是他所引述的那些文学作品。其中最具启发性的是他对《西哈诺》和《窄门》的分析。当下这个时代，我们大多数时候听到的是对爱情不够纯粹、不够持久的抱怨，于是很容易将彼此遥望默默守护一生的模式，当成完美爱情的典范。如果直接阅读《西哈诺》和《窄门》的故事，恐怕我也同样会被其中的执着和隐忍所感动。西哈诺将自己挚爱的霍克桑拱手让于克里斯坚，甚至不惜为克里斯坚代笔给霍克桑写情书，似乎是通过极度的自我克制，完全无保留的爱人和朋友做出牺牲。然而在明知克里斯坚并非真正适合霍克桑，而霍克桑又逐渐意识到自己对她的爱时，仍然选择了维持无话不谈的朋友身份，则不得不让人对他的这种退守感到困惑。可能在这种情况下，大多数人会倾向于将原因归结为西哈诺对自己形象的自卑，以及对朋友与爱人关系的顾忌，但远藤周作的深刻则在于，他指出了这种自卑的心理，其实不太可能真的发生在有深邃思想的西哈诺身上。更可能的解释是，他清楚的知道，恋爱的不坚毅、脆弱和虚无，会随着距离的接近而变得越发明显，而如果他将自己所爱的人置于可望而不可即的地方，为之不断地感到苦恼、不安、嫉妒，那么热情就会因为痛苦绵延不绝的刺激，避免最终的泯灭。因此这种表面上的隐忍和牺牲，归根到底仍是一种理想主义的“圣洁”的冷酷。是由于缺乏勇气，以及不懂得真正的爱与热情的差异，而将热情当成了爱情的全部。仅仅由于热情可能逐渐消失，便认为爱情也必然消失，忽略了在热情之外，爱情中的双方还可以一同努力去缔造经得住时间考验和生活消磨的爱。所谓聪明反被聪明误，也就是如西哈诺这样的吧。而《窄门》的故事，则是对另一种理想主义爱情的反思。主人公热洛姆一直极度欣赏他的表妹阿莉莎，将之奉为心目中完美女性的典范，然而这种过高的评价也带来了过度的期待，以至使阿莉莎感受到了巨大的压力，让她不敢去接收热洛姆过于热切的爱。最后热洛姆的期待，甚至导致了阿莉莎在逃避的远行中走向死亡。而这时充满幻想的热洛姆却仍然没有意识到，阿莉莎的死，恰恰是来自于自己施加的压力超越了普通人的承受能力，使她不堪重负。当然这其中也有阿莉莎的问题，她太过于逞能，勉强自己竭尽全力不使热洛姆失望。使自己成为圣徒的同时，也耗尽了生命力。《窄门》与《西哈诺》的相似之处在于，爱情的悲剧都来自于主人公对爱情“幻灭”的畏惧。只是《窄门》中他们为了摆脱“幻灭”，采取的是一种用力过度的方式，而在《西哈诺》中，则走向了另一个极端，变成了拒绝尝试，放弃争取。他们的初衷无疑都没有恶意，过程中也没有刻意为之的伤害，表面上看，都是在追求美好与纯洁，然而这种道义上要被赞赏的行为，却最终导致了一种爱的“无能”。所谓的“无能”，并不是说主人公没有知识，缺乏道德，逃避责任，而是说他们没有能力意识到“爱”是一种持续不断的成长，以为最初阶段产生的热情就是爱本身，以为热情的退却就意味着爱情的终结。可实际上，热情退却才是爱真正开始发展，逐渐变得充盈深沉的时候。也就是说，没有可以完成的爱，只有不断去接近完整的爱。福永武彦的部分相对来讲，写的比较散文化一些，没有足够清楚地脉络，但其中也有翻译不够流畅的原因。不过他对“爱”与“孤独”的观点，仍是可以清楚的总结的。福永认为，“孤独”不可能因“爱”而消失，在感受上，“爱”与“孤独”的体验是相对的，但是这种相对，并非对立。事实上“爱”之中同样包含着“孤独”，甚至“孤独”还有可能因“爱”而变得更加强烈。试图通过“爱”来治愈“孤独”是不可能的，只能说，有“爱”存在的“孤独”，要好过没有“爱”的“孤独”。因此在同样涉及到“幻灭”的概念时，他与远藤周作观点类似，认为不应因为“孤独”在热情退却后的浮现，以及“孤独”的不可避免，就认为“爱”必然幻灭。因为

《三爱书》

治愈孤独本就不是爱能做的，爱实际上是在提供一种动力，使内在世界从孤独的状态中向外迸发，可以让一个人的内心更充实，或者换句话说，使人更懂得如何处置孤独，如何不被孤独所伤害或者伤及他人。福永在他的叙述中，穿插了一些小说作为例子，单纯作为文学来看，也是短篇小说的精品。很值得仔细品味。在我的总结中难免会有些细节的疏漏，还是要回到他的小说本身去体验，才更能真切地感受到日常生活中这些问题是以何种方式表现。以上算是对这本书中我最感兴趣的部分的一个总结，此外还有很多观点在这里来不及一一提及。由于这本书的写作时间大概是在日本二战后的五六十年代，距现在已经半个世纪了，作为对当时青年人的爱情指导，如今再看，难免在有些方面有时代的局限。可是就像聆听我们父母辈的建议，并非所有的观点都不符合今日的现实，更多的事情是不会随着时代改变的，那些永恒的困扰，始终根植于人的本性之中，超越时代和文化。书中那些如今读来仍心有戚戚的段落，恐怕正是他们人生感悟中真正永恒的精华，如此才能经得住时间的筛选，不会让我们感到疏离。所以我觉得，与其花时间去读那些市面上流行的情感之南，不如静下心来读一读几十年前那些思想者们的人生感悟，可以是心理学，可以是文学，当然，也可以是这样一本很难定义的小书。也许它并不精致深刻，但它有足够的诚意和实在的表述。——可以理解豆瓣出于版权保护而删掉这篇评论，但出版社不再版的确在阻碍优质内容的传播，两害相权取其轻，我仍然认为提供电子版是对的。

章节试读

1、《三爱书》的笔记-第319页

……之月》和谢野铁干的《恋人之歌》和与谢野铁干

页327：武者小路实笃和千家元磨

2、《三爱书》的笔记-第68页

“你要成为更坚强的、更能率引我的那种人”——年轻的女性不断地对恋人提出这种要求。因为任何女性都非常想要自己的恋人比其他男性强，是英雄，在精神上坚毅。纵然那种要求没有用语言表达出来，但男青年从她的表情或眼神里敏锐地感觉到时又该怎么办呢？首先，拼命逞强，做出一副自己完全能率引对方的样子。但是，不久，某一天隐匿在心中的不安会安然抬头。（我无论如何也不能继续这种事了，我太勉强了）。他开始感到倦怠，觉得恋人的存在似乎成了一种负荷。再也不能忍受这种自欺欺人了，要把赤裸裸的自己暴露给对方。于是，女性方面便会被幻灭和失望攫住。“不可靠啊，好像不能令我放心。”这种心理的过程，是年轻的恋人们必然要经历的。我刚才讲到的这个姑娘和A君的情形就是踏上了这种路途，必然将导致最坏的结果。

第一、作为女性的你们不要对自己的恋人提出过于苛刻的要求。作为女性的心情，总想在对方身上发现“完善而稳定的男人”的身影，那是没法子的。所谓完善而稳定的男人是指已不能再进步或变化的男人。比如：中年男子的魅力的确给你们带来了沉着的自信和安定感。但他却缺乏年轻人所具有的未完善的魅力。

对年轻的恋人请用掷骰子的心情爱他吧！请不要把完善的男人偶像强加于他，而是他苦恼吧！确实，现在的他也许还不稳定，不能依靠。但十年、十五年后，他又将如何变化呢？请愉快地等待吧！他将怎样变化与你今天的爱的方法有着密切的关系。泪流满面

3、《三爱书》的笔记-第224页

在古希腊，同性恋好像也是被视作颓废而受到禁止的，但作为柏拉图恋爱论的当然结局，也不见得就不合理。完全错啦，古希腊男同非常普遍，也有认为雅典的民主有同性恋的功劳。

4、《三爱书》的笔记-第1页

以下部分为笔记总结，只是如实梳理作者观点，并不完全代表本人完全认同。

一 爱的生理

1.1古希腊：《达夫尼斯与克罗埃》，青春期因无知与无邪而舒畅明媚，淳朴无邪的性。原因：自然之子。

1.2基督教，佛教：肉体是迷惑人的圈套。力量、痛苦。从牧歌的世界走向悲剧世界。

《莫伊拉》对性的长期压抑导致走向危险的极端。对性的憎恶，导致对肉体甚至生命的毁坏伤害。

莫里亚克的小说，肉体欢愉后的空虚，两个缺点：一，没有持续力，二，一经反复，易于厌倦。

1.3关于肉欲的强弱：恋爱的阶段身体的奉献是否恰当？

男性受本能和心情的影响，几乎无意识的想知道女性被自己征服到何种程度，因此急切地征服欲变成了想尽快占有对方的肉欲。而女性大都把那种自私的男性的征服欲误解为对自己的执着的爱情。

肉体的欢愉，其自身是可悲的。因为经历过后，会永远留在人的心里，甚至整个生命中。尤其对于女性而言，会导致在作判断时的脆弱和怯懦。因此献出自己之前，应有足够的信心保持精神上的坚毅和自由。

单靠热情和诚实，恋爱绝不会美好地成长，要使恋爱结出硕果，必须要有智慧。

1.4肉欲的深度和不可思议性

征服欲-占有欲-肉欲

支配欲与被支配欲

身心的占有与被占有

但占有欲在本能上是无止境的，肉欲满足后，是无法更进一步导致的寂寞和空虚。

1.5男性和肉欲

1.5.1男性在青春时代与女性相比，是不得不与情欲战斗的种族。

1.5.2男性的性欲没有爱情也能产生，而女性本能和先天的条件都决定了更倾向于对感受到精神爱情的男性有性欲。

1.5.3男性为肉欲苦恼比女性更强烈，但女性比男性更易因肉欲改变命运

因此，男女同权在肉欲这一点上是绝对没有的。

1.6女性眼中的性

年轻女性的纯洁产生于精神和肉欲的爱的一致性。

原因：肉体关系中女性的痛苦感和劣等感。

对命运的影响不是一时的。自我防卫的本能。

优势和安慰：可以从性的世界升华到母性。

二 恋爱中的男性心理和女性心理

2.1对纯爱之美的疑问——《西哈诺》

疑问一：为何让出自己的爱？

疑问二：为何将自己爱的人托付给并不值得爱的人？

2.2猜想：西哈诺熟知恋爱中热情的不坚毅、脆弱和虚无，因此让霍克桑和克里斯坚结婚。

热情与爱的差异：

之一：热情的不坚毅、脆弱、虚无。热情是谁都能具有的状态，无需努力和忍耐，是本能的内心作用。而爱未必是谁都能具有的，有时要抑制本能，或靠意志、忍耐和努力，毫不显眼地与日俱增地创造出和爱自己的人的幸福的行为。

之二：热情会由于苦恼而燃烧。不安、痛苦、嫉妒反而加强了迷恋，煽起热情之火。

西哈诺的选择：将她置于可望而不可即的地方，为她而不断地感到苦恼、不安、嫉妒，热情就不会泯灭。

西哈诺的错误：过分的强调了热情，而忘记了那种爱的缔造。

2.3过于陶醉的悲剧——《窄门》

司汤达《恋爱论》：结晶作用 对爱的对象行为举止的偏爱，美化对方。过强会导致恋爱的危机

纪德《窄门》：过分的美化对方，以至对方无法摘下自己脸上罩着的超越实际的面具。自不量力

结晶作用过于持久，过于重复时，导致不安。——凄惨的爱之绝路。

2.4不陶醉于恋爱的女性

莫里亚克《苔蕾丝·德斯盖鲁》：无情之眼，因此不会产生结晶作用。

结论：掌握重心，如行于钢丝之上。

2.5热情与爱情 P57

“恋爱与爱相比，不过是为了爱而准备的热情而已。换言之，你们决不能把在恋爱中思慕对方的那种心情认为是爱。恋爱中激烈的心跳、痛苦、烦恼不是爱，不过是热情而已。爱，不是那种炽烈的火焰般的东西。爱是极为朴实，极为静谧的。”

热情是谁都能持有的感情，而爱不是谁都能有的。

三 男性研究

3.1 苦恼的芦苇——二十多岁男性的恋爱

战后的一代人在本质上与战前和战中的并无不同，只是机会和刺激较之前更多更强烈，因此仅仅是在数量上更多了。

战前和战中成长的一代会有战争导致的疲惫感，战后并无。

战后派的苦恼：

第一，没有清楚的把握住理想的恋爱和理想女性的偶像。对于怎么去爱，还没有信心。

第二，他们的根基是理想主义型。自不量力与反抗。

3.2 男性向恋人所要求的

女性在恋人中追求那种率引自己的男性，但年轻男性都无法应承那种要求。

建议：

第一，作为女性不要对自己的恋人提出过于苛刻的要求。“完善而稳重的男人”是不可能实现的，是指已不再能进步或变化的男人。他将怎样变化与你爱他的方式有密切的关系。

第二，年轻的恋人们最好能在恋爱中不断地制定两个人能够达到的某个目标。比如某种工作，或某项技能。建立两个人共同朝着一个目标前进的连带感，品尝未完善向完善发展的喜悦。

3.3 诱惑与道德

卡扎诺巴与唐璜：

卡扎诺巴：易获得的女人，分离不带来伤害

唐璜：不轻易屈服，被抛弃后充满愤恨

唐璜在寻找满足肉欲之外的东西。因此伤害的不是她们的肉体，而是心。

结论：“理想的爱，不是在对方中发现的，而是应该和对方一起共同创造的。爱的成熟需要经受人生的考验，而唐璜仅有热情没有爱，此即是诱惑者的失败。”

3.4 把生命投赌于金钱的男人

理由：

之一，男性首先承担赚钱养家的责任。

之二，金钱成为衡量男人才能、生活力、力量、身份、社会地位的尺子。有时幸福也需要金钱的保障。

金钱欲也意味着野心或对幸福的憧憬，征服欲或不相信人等其它要素。对金钱的吝啬有时是因为金钱之外，缺乏其他更为真实的安心感的支柱。也许隐藏着生存于现代社会中的内心的寂寞。

3.5 男子的虚荣

追求虚荣与有虚荣心的差异：

追求虚荣：为面子勉强自己，承担本无法做到的事。孩子气。把不符合自己身份的东西到处散发。可能是有利于众人的，为他人服务的。

虚荣心：向他人显示自己的社会地位或物质优越感。虚荣心扎根于非常自私的个人利己主义。

男性的虚荣：逞强，想给人以好感的服侍精神。男性心里总有未成熟的、幼稚的、非现实的东西。

建议：请对他的虚荣付之一笑，不要伤害他的自尊心，可以按时他，将逞强好胜转变成轻松愉快的心情。

四 爱的艺术

4.1 艺术是需要的

恋爱破裂与其说是因为恋人们的意志薄弱，或是对方不诚实等理由，莫如说多数情况是由于当事人的笨拙。

对迷恋的反思：

第一，“我是不是真的恋上了他，是不是在为恋而恋？”

为恋而恋，会丧失冷静的思考他的性格、兴趣以及对事物的看法是否与自己一致。

第二，“我可以重新考虑”

避免把嫉妒与恋爱混同。

4.2 约会的礼仪

“一点一点拿出来”

男性的本能：对未知事物的征服感和好奇心。他的热情来自于你的未知。以及不知道你的心倾向于他的程度。

女性本能：不惜献我的母性精神，可能反而使自己处于被动。

注意事项：

第一，不要让他承担所有的约会费用。

第二，关于他的工作和生活方面的事，请耐心听。

第三，请不要在他面前表现自己的嫉妒心。

4.3约会的经济学

世界上大部分的男性，每次约会时，其实总在考虑身上带的钱。请体谅他的苦衷。

方式一，定好比率平摊。

方式二，用礼物来解决。

4.4关于幻灭

男性对女性的幻灭：

第一，满不在乎地不按时赴约

第二，莫名的感伤

第三，过分的称赞其他男性

第四，过分的嫉妒其他女性

第五，装腔作势的试探

4.5热情、倦怠、不安

诸事不可能一帆风顺。恋爱甜美中必然伴随着不安和苦恼。

但正是因为有了不安和苦恼，恋爱才得以继续，并伴随着内心陶醉般的快乐。

原因：

无论多么欢悦幸福，人马上就会习惯。而一旦习惯，幸福就会褪色。当彼此都觉得无聊时，便是怠惰期。难以相见有时反而没有厌倦的余地。不安会使彼此更迷恋。

欢悦与痛苦，只是处于不同的局势。

4.6痛苦的周围

嫉妒，痛苦，可能反而产生迷恋。甚至更易燃起热情。

反思：

第一，你的迷恋可能只是因为你感受到痛苦。

第二，爱和被苦恼煽起的热情是不同的。真正的爱，是由信赖取代不信，由两人共同协作取代不安而创造。

4.7四种恋爱公式

之一，恋爱的痛苦来自恋爱具有的矛盾

之二，知道了恋爱痛苦的实质，就不要痛苦至极

之三，恋爱破裂后，相信时间的流逝吧

之四，热情的艺术与爱的艺术的差异

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.tushu000.com