

# 《四种爱》

## 图书基本信息

书名：《四种爱》

13位ISBN编号：9787561757086

10位ISBN编号：7561757085

出版时间：2007-12-1

出版社：华东师大出版社

作者：C.S.路易斯

页数：130

译者：汪咏梅

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](http://www.tushu000.com)

# 《四种爱》

## 前言

爱，在我们这个时代，也许比在其他任何时代更甚，已经成为人生最大的支柱，或最后的支柱。但是这个支柱，在我们这个时代，也许比在其他任何时代更甚，又已经变得极其脆弱，一触即溃。难怪许许多多的人会觉得，人生的大厦或者小屋，常常岌岌可危！这种危局，是我们自己造成的——我们常常没能把爱想透，把它看得太简单，或者混同于别的东西；我们常常只用一种爱(例如男女之爱)取代别的爱，眼光变得太狭窄；我们常常对爱过于信赖或近乎崇拜，把它当成了上帝——《圣经》说“上帝就是爱”，但人间的爱并不就是上帝！这就好像一个人把桌子腿当作了房子的支柱，或者以为一根支柱就能撑起整座房子，或者以为有了几根支柱就可以不要地基！这种危局，不是不可以改变的——你手里这本书，就可以帮助一个又一个的人，完成这个巨大的改变！当然，那需要有一点点“正心诚意”，花一点点时间去读读这位大作家的这本小小书，跟着他去看一看各种各样的爱，去想一想各种各样的爱，去体会一下各种各样的爱。真的，C.S.路易斯会帮助我们去想透爱，去看清爱，去体会爱。我们可能经历过许多人的爱、爱过许多人也看过许多人的爱，但也许都只属于一种或两种，C.S.路易斯会让我们懂得好几种真正不同的爱。还有，对同一种爱，他会变换不同的角度去观察、去思考，再用亲切、机智的方式，向我们娓娓道来……他不但谈到了爱的魅力，也谈到了爱的陷阱；他不但谈到了“给予之爱”的危险，也谈到了“需求之爱”的崇高；他充分发掘和赞美了各种爱具有的种种美质，也深刻地揭示和剖析了各种爱具有的种种缺陷。他不像一般人只把爱视为一种上天赐给的礼物，而且提醒人们要由此付出靠近上帝的努力。最重要的是，他指出了人间的爱之不可靠、甚至有沦为魔鬼、毁灭人生的危险，所以，必须有仁爱来加入，必须有圣爱来转变；人类的爱必须有超人间的基礎，必须有超人间的目标——那就是书中所说的“大爱”。所以，我们可以说，C.S.路易斯就像一个老练的人生“建筑师”，他会教你识破某根支柱的钢筋裂痕，洞察某些支柱的强度弱点。他会让你明白人生大厦有多少支柱支撑，明白这些支柱又需要有怎样的地基……我曾在《从岁首到年终》的序言中说，同C.S.路易斯交上一年的朋友，会使你变得更好。现在我要在这里说，好好读读这本小书，会使你拥有更多、更大、更深、更丰富多彩的爱。我又曾为拥有大爱的特蕾莎修女的言论集写过一篇序言。那本书的书名叫《活着就是爱》，我认为应改为《爱才是活着》。因为，特蕾莎嬷嬷用她的生命告诉我们：爱，才是真正的人生，才会真正地生活。然而，那爱必须是仁爱，或圣爱，或大爱。

# 《四种爱》

## 内容概要

本书为刘易斯的散文作品中最脍炙人口的一本，作者文笔之优美、见解之精辟、学养之博大，实在令人佩服。书中深入探讨亲情、友情、爱情、圣爱，为普天下寻爱者不可错过的好书。

# 《四种爱》

## 作者简介

# 《四种爱》

## 书籍目录

中译本序（何光沪）/1
引言/1
物爱/1
情爱/20
友爱/44
爱情/76
仁爱/100
译者后记/125

插图：物爱我这一辈人，小时候大半都因说“爱”（loved）草莓受到过训斥吧。有些人因为英语中有“爱”（love）和“喜欢”（like）这两个动词而自豪，因为法语要表达这两种含义，只能用一个“爱”（aimer）字。但是，法语中也有很多表达方式比我们丰富，实际上，增添这种丰富的还往往是一些来自英语的词汇。大凡说话之人，无论多么古板、虔诚，每天都会说自己“爱”一种食物、一项运动、一项消遣。其实，对事物单纯的喜欢与对人的爱之间有一种连续性。既然“没有最低者，最高者便站立不住”，我们最好从最底层的单纯的喜欢开始；既然“喜欢”一个事物意味着从中获得某种乐趣，我们就必须从乐趣谈起。人们早已发现，乐趣可分为两种：一种先有渴望，没有渴望便无乐趣可言；另一种自身便是乐趣，不需要渴望作铺垫。前者可以拿饮水为例。你若口渴，饮水是一种乐趣，若非常口渴，饮水便是一种极大的乐趣。但是，除了口渴或遵从医嘱外，世界上可能没有人纯粹为了享受喝水的乐趣而喝水。第二种乐趣可以拿不期而遇的香味为例。如早晨散步时，突然闻到从豆田或香豌豆丛中飘来的一阵清香。在闻到这股香味之前，你一无所缺，完全满足。这种乐趣也许巨大，却是未经寻求、额外添加的礼物。为清楚起见，对这两种乐趣，我都只列举了非常简单的例子，现实中当然有很多复杂的情况。在你期待水（也许会以水为满足）时，若有人给你咖啡或啤酒，你就不仅享受到第一种乐趣——解除了口渴，同时也享受到第二种乐趣——美味。上瘾之人则可能将第二种乐趣转变为第一种乐趣。对一个节制的人来说，偶尔的一杯酒就像豆田散发的香味一样，是一种享受，但是，对一个味觉、肠胃早已被酒破坏的酒鬼来说，酒带来的唯一乐趣就是解除难以忍受的渴望。只要还能分辨口味，他就不会太喜欢这种渴望，但是，相对于保持清醒这份痛苦来说，渴望更好。尽管这两种乐趣相互转换、相互交织，其间的区别还是清晰可辨。我们可以分别称之为需求之乐和欣赏之乐。需求之乐与第一章谈到的“需求之爱”之间的相似性是有目共睹的。但是不要忘记，我承认自己曾不得不抑制一种倾向，即想要贬低需求之爱，甚至否认需求之爱是爱。在谈论乐趣时，大多数人可能会产生相反的倾向：我们很容易尽情地颂扬需求之乐，对欣赏之乐却报以不悦。前者是如此地自然（“自然”这个词含义多端，可以用来玩文字游戏）、必不可少，正因为自然，所以无过度之虞；后者则是不必要的，为每一种奢侈、罪恶敞开了大门。对欣赏之乐的害处，你若缺乏认识，可以翻开斯多葛派的著作，在那里，对欣赏之乐的贬抑应有尽有。但是在探讨过程中，我们一定要谨慎，永远不要过早上升到道德的高度，或过早去评价。相对于描述与解释，人们一般更热衷于赞扬和批评，想将每一点区别都变成价值上的区别。所以，这个世界上才会出现那些不可救药的批评家，他们在评论两个诗人时，不按照自己的喜好排序（仿佛诗人是某一奖项的候选人），便无法指出其不同。对乐趣，我们绝不可如此，现实情况太复杂。这点，从欣赏之乐（因为痴迷）一旦变质便以需求之乐告终中，我们就已经得到了提醒。总之，对我们而言，这两种乐趣之所以重要，是因为它们在一定程度上预示着我们的“爱”（真正的“爱”）的特性。一个口渴、将一杯水一饮而尽的人可能说：“啊，刚才我可真地想喝极了！”一个呷了一口酒的酒鬼也可能这样说。早晨散步、路过豌豆花丛的人则更可能说：“这花真香！”品酒师在呷了一口著名的红葡萄酒后，同样也可能说：“这酒真不错！”在涉及需求之乐时，我们往往用过去时态讲述自己，而在涉及欣赏之乐时，则往往用现在时态讲述对象，其中的原因不难理解。莎士比亚在描述一阵专横的情欲得到满足时，曾这样写道：疯狂地追求，一旦满足，又疯狂地仇恨。最单纯、最基本的需求之乐也具有某些类似的特征（当然，只是某些类似）。这些需求之乐一旦满足，虽不招致仇恨，但无疑会以惊人的速度立即消失得无影无踪。割完草，口干舌燥地走进厨房，水龙头和水杯对我们确实很有吸引力，六秒钟之后，这种吸引力便荡然无存。同样，在早餐前与早餐后，油炸食物的气味闻起来也大不相同。如果你允许我举一个最极端的例子，我想问：大多数人难道不曾遇到这样的时刻——（在陌生的小镇）看见一个门上方写有“男厕所”几个字，高兴得几乎吟诗庆贺？欣赏之乐则大为不同。它让我们感到，某个东西不仅实际上满足了我们的感官，还理当得到我们的欣赏。品酒师享受红葡萄酒的程度，与他脚冷时享受温暖的程度不完全相同。他认为，面前的这杯酒值得他全神贯注地去品尝，这样才不枉融入酿造之中的一切传统和工艺，不枉自己这些年对品酒口味的培养。他对酒的态度甚至含有一丝无私的成分。他（不完全是为了自己）希望这酒能够得到妥善保存；即使在弥留之际，再也不能饮酒，但是，一想到这酒被洒或变坏，甚至被（像我这样不辨酒质优劣的乡巴佬）喝掉，他也会感到心惊。路过豌豆花丛的那个人也是如此。他不只是享受花香，他还认为这股清香无论如何都值得享受。倘若路过这簇花丛时，他未曾注意到花香，没有因此而欢欣，他会责备自己感觉麻木、迟钝，觉得这么好的东西浪费在他身上着实可惜。此后很多年，这个

## 《四种爱》

美好的时刻都会留在他的记忆里。如果听说他那天散步路过的那片园子，如今变成了影院、停车场和新修的小马路，他会感到惋惜。从科学的角度说，这两种乐趣无疑都与我们的机体有关。但是，需求之乐主要与人体及它当时的状况有关，除此之外，对于我们便不再有任何意义，也不会引起我们的注意。提供欣赏之乐的事物则让我们觉得（不管这种感觉是否理性），无论如何，我们都有义务去注意、欣赏、赞美它们。那位品酒大师会说：“把这么好的酒放在路易斯面前，简直是罪过！”我们也会问别人：“你怎么可能在路过这片园子时，不注意到它的花香？”但是对需求之乐，我们永远不会有这种想法。我们从不会因为不渴，因而路过井旁时没有喝水，而责备自己或他人。需求之乐如何预示需求之爱是显而易见的。在需求之爱中，我们从自我需要的角度去看爱的对象，正如口渴的人看厨房的水龙头、酒鬼看杜松子酒一样。需求之爱如同需求之乐，随着需要的消失而消失。幸运的是，这并不意味一切以需求之爱开始的感情都是短暂的。需求本身可能是永久的；或会反复出现；需求之爱中可能有其他的爱加入；道德规范（夫妻忠贞、子女孝顺、知恩图报等等）可能会让双方的关系保持一生之久。但是，如果孤立无援，需求一消失，我们就几乎不能期望需求之爱不“转瞬即逝”。正因为如此，世界上才充满了母亲和情妇的抱怨——抱怨成年的孩子冷落她们，抱怨情郎的爱纯属需求，在她们予以满足后便弃之而去。我们对上帝的需求之爱则处于不同的境地，因为我们对上帝的需要无论在此世还是在任何其他世界，都永远不会终结。但是，这种需求的意识却会丧失，于是，这种需求之爱就会逝去。“魔鬼病了，也会变成修士。”有些人一旦脱离了“危险、贫困、患难”，信仰就随之消失。将他们短暂的虔诚描述为虚伪，似乎没有道理。他们为什么不该虔诚？绝望中他们哀号求助，谁处于那样的境地会不虔诚？欣赏之乐所预示的却不那么容易说明。首先，欣赏之乐是整个审美经验的起点。我们不可能在“感官”之乐与“审美”之乐之间划一条界限，界限以下属感官之乐，界限以上属审美之乐。品酒师的经验中已经包含了专注、判断、训练有素的鉴赏力等非感官的因素，音乐家的经验中则仍然包含着感官的因素。闻到花园的芬芳是感官之乐；欣赏整体的乡村风光（或“美”），乃至欣赏山水画家、田园诗人的作品，是审美之乐。二者之间并无分界，只有浑然一体的连续性。





## 《四种爱》

### 编辑推荐

《四种爱》的作者C.S.路易斯会让你明白人生大厦有多少支柱支撑，明白这些支柱又需要有怎样的地基。爱，在我们这个时代，也许比在其他任何时代更甚，已经成为人生最大的支柱，或最后的支柱。但是这个支柱，在我们这个时代，也许比在其他任何时代更甚，又已经变得极其脆弱，一触即溃。这种危局，是我们自己造成的——我们常常没能把爱想透，把它看得太简单，或者混同于别的东西；我们常常只用一种爱（例如男女之爱）取代别的爱，眼光变得太狭窄；我们常常对爱过于信赖或近乎崇拜，把它当成了上帝——《圣经》说“上帝就是爱”，但人间的爱并不就是上帝！这就好像一个人把桌子腿当作了房子的支柱，或者以为一根支柱就能撑起整座房子，或者以为有了几根支柱就可以不要地基！

## 《四种爱》

### 精彩短评

- 1、比想象的写得有意思应看多看几遍对爱的分析是我以前从未接触过的觉得分析的很有道理，尤其对情爱及爱情
- 2、仓促的看完这本书，有的时候是在迷迷糊糊的时候看的，基本是在晚上睡觉前，有那么十几二十分钟然后看书，看书很难静下心来，又多有点干扰，其实很多文字都是眼光浮于字面就这么过去了，还没有理解，但是这位作者真是我非常喜欢的一位作者，虽然看下来，没有什么东西有深刻巨大印象，但是在全书的尾声，叫我知道，我们所有的爱都当服从于大爱才能真正实现，也很难表述清楚，但是已经让我领会一两分，需求之爱、给与之爱、友爱、情爱、仁爱，虽然对书中的内容不能说尽都细看尽都了解，已然能了解作者笔下的这几种爱。这当是力荐的一本好书，可叹华人写不出日次好书，每每阅读都要看翻译的文本，颇为吃力，可叹我英语所学太差，不能阅读原文著作。也有些折扣！
- 3、个别观点尚可，逻辑太弱，宗教味太浓
- 4、爱一旦变成上帝，亦即沦为魔鬼。我一直想写评论，可是发现自己竟然无从下手，真的是非常的懊恼！路易斯对四种爱，其实讲了五种爱，物爱中涉及到了爱国主义，情爱中涉及到有时我们自愿受苦为了体现自己的存在感，其实这一切都是一厢情愿，友爱是因着我们共同的兴趣爱好建立起来，而不受社会背景的影响，爱情纯粹的爱情，仁爱是上帝的爱！
- 5、也就粗略地读了.....现在这种爱的理论完全提不起兴趣= =
- 6、对爱的经典分析！
- 7、清晰的对人世间的爱的洞见。
- 8、男人的洞见真是不一般...
- 9、我们常常没能把爱想透——把爱看得太简单，或混同于他物。我们常常只用男女之爱取代别的爱，眼光太狭窄；我们有时对爱过于信赖，或近乎崇拜，把它当成上帝。
- 10、Friendship那章各种戳心窝 但仁爱部分以我的阅历理解起来就有点费劲... 翻译挺棒的 以后会重读的
- 11、爱的绝境和出路
- 12、情愛 我從最卑微、涉及面最廣的愛談起。對這種愛，人的感受與動物的感受差別似乎最小。但我要隨即補充一句：我並不因此貶低這種愛的價值。人的一切屬性不因與動物相同，價值會提高或降低。當我們罵一個人“簡直就是禽獸”時，我們並不是說他表現了動物的屬性（人人都表現出動物的屬性），而是說他在應當表現出人特有的屬性時，表現了、而且只表現了動物的屬性。（當我們稱他為畜生時，我們通常是指，他的野蠻行為連大多數真正的畜生都不可能做得出，因為它們不夠聰明。）希臘人稱我要講述的這種愛為storge（兩個音節，g發硬音[g]），我在此簡單地稱之為情愛。我的希臘文詞典對storge的解釋是：“愛，尤其是父母對子女的愛”，但同時也指子女對父母的愛。毫無疑問，父母與子女之間的愛是這個詞的核心意思，也是這種愛的最初形式。這種愛在我們的腦海中通常呈現出這樣的一幅畫面：母親為嬰兒哺乳；狗媽媽或貓媽媽身邊圍著一窩幼崽，這些小狗、小貓擠在一起，吱吱亂叫，嗚嗚低鳴，舔毛、呢喃、吮奶，溫暖又舒適，散髮著新生命的氣息。
- 13、爱你，我就是你。我所要的不仅仅是拥抱，而是如光一般的彼此穿透。
- 14、C.S. 路易斯在《四种爱》一书中，指出古今之间的一个差异在于，古人看重友爱而贬低私情，而现代人则视爱情为宗教。甚至，今人对物和动物的爱，也比友爱的分量更重。在路易斯看来，友爱并非本能的自然延伸，但它以个体性为前提，是自由选择的结果，因此而值得为其辩护。没有友爱的社会，更利于独裁。
- 15、Affection那一章真的是很好地解释了家人之间的关系。
- 16、C.S路易斯的书我差不多买了三四本，除了信仰，我觉得作者对生命中的很多命题都有一套哲学的思路，值得慢慢细品。
- 17、太细腻了。体察人性必读。
- 18、“在我们所做的一切事情当中，真正的宽恕应该最为隐蔽，甚至尽可能连自己都不察觉。” All go to the same place; all come from dust, and to dust all return.
- 19、帮助我们划清生活中的界限 帮助我们更好的处理身边的关系 认识从未过去从未认识的上帝agpae的爱
- 20、不爱读，一读又停不下来

## 《四种爱》

21、慈爱，友爱，情爱，仁爱

然而我并没有看懂

宗教意味太浓厚

22、这是本非常好的书，书中的洞见和表述，常常让人兴奋。对爱的阐述，更让人欣喜和赞叹。神竟然把这么奇妙的爱（各样的爱和发源于祂的大爱）给与我们。当我们沉浸，享受爱的美好同时，也让我们知道神才是爱真正的源头。在这个既缺乏爱，有过于崇拜爱的时代，这本书真的是神给我们非常好的礼物。

23、一直在亚马逊买书都很喜欢，就是因为质量保证绝对过得去。包装完全是三层，书页很精美。

24、分析的很透彻

25、娓娓道来！

26、嗯，“如果我的心需要破碎，如果上帝要用爱来破碎我的心，那就让祂破碎好了”

27、失误性选了外研社的双语版本读，中文版翻译不是一般的烂，他日必须重读的良作。

28、1.人类的爱只有在与大爱（即上帝）相似时，才可以称为爱。

2.疯狂地追求，一旦满足，又疯狂地仇恨。

29、书中作者深入浅出，很能引起共鸣，感觉很好！！也可以通过此书了解西方文化：）要是英文原版就完美了

30、男女老少皆宜的一本书。

31、这本书在路上跟了我一个月，今天终于断断续续读完，里面的论述就如Lewis每一本书那样给我带来无穷的震撼。人类的虚伪和自大完全的让人口上称爱却从来不爱，人类用语言搅乱这种无上的语言，却还试图给自己找借口。愿这本书能帮我更加接近我想要得到和给予的爱。哈利路亚，以马内利。

32、准备读纸质版，再刷一遍。

33、虽然很多宗教内容但不影响全书一口气想读完的兴致！爱的定义和诠释目前没看到更好版本。离生活很近的述说方式把爱分类诠释的很好。尤其是物爱友爱。爱情方面有些保守的个人了解目前无法渗透领悟，相信以后仔细咀嚼会知深意。

34、我们是为上帝而造，尘世上的人之所以激起我们的爱，只是因为他们在某方面与上帝相似，彰显出上帝的美、仁慈、爱心、智慧或善。我们的问题不在于爱他们太多，而在于不太明白自己究竟在爱什么。上帝不是要求我们离弃他们，离弃自己如此熟悉、挚爱的人，去爱一个陌生人。将来等我们见到上帝面时，我们会发现自己早已认识他。我们在尘世上经历一切纯真之爱时，上帝始终参与其中，他给了我们这些经历，维持其存在，每时每刻都在其间运行。在这些经历中，凡是真正的爱，即便在尘世，也都主要来自上帝，而不是来自我们，来自我们也只是因为来自上帝。.....爱上帝胜过爱他们，我们爱他们就会胜过现在。

35、给同学买的，她说挺好

36、爱不需要那么复杂，上帝的爱其实很简单，本书有些复杂化了，分类有些牵强，但不失为一本了解上帝爱的书

37、解疑答惑的好书

38、书写得既睿智风趣，又有信仰根基，充满了机智与宽容的善意，可作为对艾柯、昆德拉之流认为上帝不会发笑者的反驳。

39、因没有宗教信仰，除了基督之爱，其他的，都有共鸣。

40、原谅我真的看不懂

41、我们常常只用一种爱取代别的爱，眼光变得狭窄。爱是真正的人生，想透爱、看清爱、体会爱，愿2017年拥有更多、更大、更深、更丰富多彩的爱。：））

42、这本书对于渴望了解爱、渴望获取人生感悟的读者来说绝对是书中佳品啊

43、佩服作者高超洞察力，对四种爱：友爱、情爱、爱情、仁爱的细致描述，让读者更深入理解何为真爱

44、书的脉络很清晰，因为我没有读完，所以如果说错了请见谅。路易斯先说出了神就是爱这样一个真理，然后论述了“爱就是神”是一个对真理的曲解。多少邪恶以爱之名进行，然后在爱就是神这句话的支持下亵渎控告神。然后就是对四种爱的介绍了。

45、复习

46、一本值得你细细品味的书，也许刚开始会觉得艰涩，但是细细地品读，才发现生活中的很多东西

## 《四种爱》

真的如书中所说，那么真实。

- 47、很好的神学著作 温暖人心 逻辑辨析力很强 他有很好的属灵恩赐 不仅是个童话故事作家、哲学家，蒙恩更好的身份是一个通俗的神学家
- 48、清晰，简洁，有力，辩证
- 49、友爱
- 50、这是路易斯经历自身苦难之后的作品。他是一位心胸宽广，情感细腻，非常谦卑的作家。他清晰优美的语言、生动贴切的类比、独特深刻的洞见。常吸引着曾不爱看书的自己。爱会带来愉悦，也会带来伤害，虽如此，却令我们的生活充满了不同的风趣。有爱就会有勇气。在愉悦时保持清醒，在受伤时承担责任。这本书不仅讲述爱的种类，也教会我们如何去爱。爱即完全，如此继续爱。
- 51、是什么原因让我觉得读不下去
- 52、我帮别个买的，我没看，她说很好
- 53、一本好看也有启发的书
- 54、喜欢路易斯的书，但觉得他的书看得算吃力，不知是翻译问题，或是别的原因
- 55、2010，作者的分析哲学功底在此书中展现得淋漓尽致。
- 56、爱一旦成为上帝，立即沦为魔鬼
- 57、高中度过的书
- 58、难懂
- 59、一个人对另一个人说，“什么？你也是？我还以为只有我才是这样呢”，这时，友谊诞生了。
- 60、什么是物爱，情爱，友情，爱情和仁爱。这本书会告诉你爱的美好与其暗藏的黑暗面。
- 61、虽不是全部读懂，但颇有收获。正信。
- 62、挺难懂的。把爱分析得那么清楚，有意义吗？我不信他遇到他老婆前，真的懂爱，哈哈。因为不能体会，所以才能这样分析吧。不过理论体系还是非常好的。
- 63、好像印证了To love another person is to see the face of God.另外现在只有看这种书能一口气两小时看完了……退化啊退化啊
- 64、很多人推薦這本書，我也覺得它的確有許多思想上的閃光點，但解構屬性加持的我有時不太認同作者對一些概念的定義。將愛情作為友情的假想敵時似有些地圖炮之嫌。那麼問題來了：應該怎樣去閱讀一本倫理學著作呢？“愛”的話題是每個人都願意、都認為自己有資格去談論的，但個人經驗與這個命題的界限在哪裡呢？
- 65、基督太基督

# 《四种爱》

精彩书评



## 章节试读

### 1、《四种爱》的笔记-第88页

裸体突出了共同的人性,掩饰了个性,从这个角度说,穿上衣服时,我们才是更真实的自己。

总算找到盟友了,真想用刘易斯的口气问他一句,你看到同样的真相了吗?

始终觉得很多世人眼中的“世俗”“虚伪”,其实才是更全面的自我,卸去面具只能换得原始的轻快感,但不能蒙上眼睛说那赤裸才是你的本质,赤裸的你敢出门面世吗?连面世都不敢,难道本质的你就是如此虚弱的?一切都在乎自己的选择,千万别推给什么社会环境的压力,毕竟人性中也有大成份的社会属性。

### 2、《四种爱》的笔记-第14页

每个国家的真实历史都充满卑劣、甚至可耻的行径。英雄故事若被视为历史的代表,会给人一种错觉,其自身也往往经不起严格的历史考证。

### 3、《四种爱》的笔记-第91页

正如爱情中的性爱并非真正以快乐为目的,爱情也同样不以幸福为目的。我们也许会这样以为,但是在接受考验时,爱情证明的恰恰相反。大家都知道,要想拆散一对恋人,靠竭力证明他们的婚姻不会幸福是徒劳的,这不仅是因为他们不相信,即使相信,他们也不听劝阻。因为在心中有爱时,宁愿与心爱的人分担不幸,也不愿意在其他条件下享受幸福,正是爱情的标志。一对恋人,即便成熟而有经验,知道破碎的心灵最终会愈合,也能够清楚地预见,只要铁下心肠熬过眼下分离的痛苦,往后十年几乎肯定比现在结婚要幸福,他们也依然不肯分离。这一切的权衡算计都不能影响爱情。即便一个人非常清楚地看到,与心爱的人结婚不可能导致幸福,婚姻给他带来的只能是:照顾无法治愈的残疾人,一生穷困潦倒,颠沛流离,含羞忍辱,爱情也始终不犹豫地说:“我宁愿这样也不愿分离,宁愿有她而痛苦,也不愿没她而幸福。只要两颗心在一起,心碎也愿意。”我们内心的声音若不这样说,那就不是爱情的声音。

### 4、《四种爱》的笔记-第104页

#### P37页菲吉特太太的故事

P101上帝开辟人性这座花园,让各种爱在其中生长、开花、结实时,他派我们的意志去进行“修剪”。与这些爱相比,我们的意志干枯又冷漠。倘若上帝的恩典不像雨露、阳光那样降下,意志便达不到它的目的,但是,它的辛勤劳动(在很大程度上,起抑制的作用)是不可或缺的。如果说,这座花园在还是乐园的时候,尚且需要意志的工作,那么今天,当土壤已经酸化,罪恶的毒草似乎长得最为茂盛时,意志需要额外付出多少的努力呢?上天不容,我们不能抱着道学先生和禁欲主义者的心态去工作...

P104所有的人都会逝去,不要将自己的幸福抵押在可能会失去的东西上。你若希望爱能带给你幸福,而非悲痛,就必须将它倾注在那位唯一永远不会逝去的爱人身上。这当然极其明智。不要将货物装在漏水的船只上,不要将太对的钱花在有一天你可能会被赶出去的房屋上。对这种聪明的格言,我的反应比任何人都更加本能。我向来奉行安全谨慎的原则,在一切反对爱的理由当中,“当心!这可能会给你带来痛苦”对我的天性最有吸引力。是的,对我的天性、性格最有吸引力,但不是对我的良心。当我接受这条理由,作出相应的反应时,觉得与基督远隔千里。倘若有什么事我可以确信无疑,那就是,基督的教导绝不是要我天生对安全的投资和有限的责任的喜好。我想,自己身上可能没有什么比这更令他不满的了。谁能想象,一个人会出于谨慎——因为安全性更高——而爱上上帝呢?甚至,有谁

## 《四种爱》

会将这点列为爱的理由呢？你会抱着这种心态去选择妻子、朋友、乃至一条狗吗？早在这样计算之前，一个人就已经远离了爱的世界——一切爱的世界。与这种计算的爱相比，不合律法、宁肯选择爱也不选择幸福的爱情，更像大爱本身。

P105即使我们同意防止伤心是人类最高的智慧，请问：上帝自己预备防范措施了吗？显然没有。基督临终时在十字架上喊道：“我的神，我的神，为什么离弃我？”奥古斯丁提供的方法没有任何出路，其他方法也没有。不存在安全的投资。只要爱，就一定有受伤害的危险，只要爱上一样东西，心就一定会痛苦，还可能破碎。要想确保你的心完好无缺，你就不要爱任何人，甚至不要爱宠物。用各种嗜好和小小的奢侈的享受将心仔细地包裹起来，避免一切感情纠葛，将他严严实实地封闭在自私这副灵枢里。可是，在这副安全、黑暗、没有动静、没有空气的灵枢里，心会改变。它不会破碎，但会变得硬如铁石、麻木不仁、无法拯救。若想避免悲剧，至少避免产生悲剧的危险，唯一可供选择的方案就是进地狱。在天堂以外，唯一彻底摆脱了爱的危险与烦恼的地方就是地狱。……我们不是靠尽量避免爱本身固有的痛苦开趋近上帝，而是通过抛开一切自卫、接受这些痛苦、将这些痛苦献给上帝。如果我们的需要破碎，如果上帝选择通过爱来让心破碎，那就破碎好了。

P106就基督徒的责任而言，问爱谁更多（更爱上帝，还是更爱尘世的爱人？）不是在比较两种情感的强弱。我们问的实际是：面临选择时，你侍奉谁、选择谁、将谁放在首位？你的意志最终顺服于谁？

P114在极其隐秘的深处，以极其微妙的方式，上帝爱我们是因为我们可爱这种想法始终存在。我们是镜子，我们的亮光完全来自照耀我们的太阳。承认这点容易，长期意识到它却几乎不可能。无论多么少，我们自身肯定有一点点亮光吧？我们肯定不完全是受造物吧？上帝的恩典让我们像孩童一样，全然、乐意地接受了自己的需求，为自己完全依靠上帝而快乐，从而摆脱了那种荒谬的、从不彻底承认自己匮乏的需求（甚至需求之爱）。我们变成了“快乐的乞丐”……彻底放弃对自己固有的自由、力量和价值的要求，我们就会得到真正的自由、力量和价值。这些东西真正属于我们，正是因为上帝将他们赋予了我们，而我们也知道（从另一个角度说）它们不“属于我们”。这时候，阿诺道斯才摆脱自己的影子。（注：影子指的是他的自我为中心）

P124要了解那个彻底清楚的世界，你需要请教比我更好的人。

### 5、《四种爱》的笔记-第53页

### 6、《四种爱》的笔记-第38页

显然，母爱的本能（可以说）天生就有产生这种局面的倾向。我们看到，这是一种给予之爱，但这种机遇之爱需要给予，因此需要被人需要。给予的正确目的在于让接受者脱离需要的境地。我们抚养孩子，为的是他们不久能够自食其力；教导他们，为的是他们不久就无须我们的教导。因此，给予之爱肩负着重任，它必须朝着自己的引退努力。我们的目标必须是使自己成为多余。当我们能够说“他们不再需要我了”，那一刻便是对我们的奖赏。但是，母爱的本能仅凭自身无力做到这点。它希望所爱的对象幸福，但不只是幸福，而是惟有自己能够给予的幸福。在母爱的本能引退之前，必须有一种更高层次的爱介入，帮助或驯服这种本能。这种爱希望对象获得幸福，而不计较幸福来源于何处。当然，母爱的本能往往会引退。但是，一旦拒绝引退，那种需要被人需要的贪婪心理，就会要么让对象始终处于需要的境地，要么为其创造假想的需要，以满足自己。因为母爱自认为是给予之爱，因而“无私的”（从某种意义上说，这没错），所以在这样做时，它会更加无情。

L注：太精辟了……转到Anti-parents组一定会引发好多共鸣。中国人所讲的那种“无私”的亲情其实最自私不过。但这不能怪他们；他们自己也不懂得爱啊。

## 《四种爱》

### 7、《四种爱》的笔记-第109页

无论是最幸福的婚姻，还是最真挚的友谊，都不是盲目的。事实上，不应该有什么过程是盲目的，一切都不是体验，该是寻求。

### 8、《四种爱》的笔记-第51页

没有慈爱，友爱、情爱等那些爱也持续不了多久。交朋友与变得温柔亲切是不同的。不过，当你的朋友变成了老朋友，那么关于他的一切，虽然本来都与友爱无关，却变得熟悉起来，并随着熟悉而变得亲切起来。就情爱而言，我能想象到最令人反感的就是，没有这种朴素的慈爱外衣的保护就仓促地去体验。那将是一种令人非常不安的情况，要么太纯洁了，要么太兽性了，要么两者交替；这种对人类来说永远不够伟大也不够渺小。在友爱和情爱中都有那样的时刻，即当欣赏之爱躺下，可以说，蜷缩睡去，仅仅是这种关系（孤独而自由，并非孤独）所带来的轻松平凡包裹我们之时，友情和情爱却有特殊的魅力。无须话语。无须做爱。也许除了拨拨炉火，根本没有其他任何需要。

慈爱的主要部分并非欣赏之爱。慈爱不存在歧视，它可以与最没有希望的人相处地还可以。

慈爱最值得夸耀的独特之处在于，它能把那些非常明显不合适的两个人，甚至他们在一起让人感到很滑稽的两个人结合起来；要不是命运把他们安排到了同一屋檐下或同一个社区，这些人永远不会有任何关系。

慈爱不装腔作势。圣保罗说过，仁爱不张狂。慈爱可以爱没有吸引力的人。上帝和其圣徒爱那些不可爱的人。慈爱不会期望太多，不在意错误，而且在争吵后会轻易地和好如初；因此仁爱恒久忍耐，恩赐而起宽恕他人。慈爱使我们看到了自己笨无法看到的美德。

慈爱包括需求之爱和赠与之爱。

奥维德说：“如果你想被人爱，那就变得可爱一点吧。”

谁没有在做客时遇到家庭饭桌上的尴尬呢？在饭桌上，父亲或母亲粗野地对待已经成年的孩子。如果这种粗野行为被放到任何其他年轻人的身上，早就断绝了关系了。父母教条式地评判那些孩子明白而自己却不懂的事情，粗暴地打断孩子的话，直接了当地反驳孩子、随意取消孩子在意的东西、用侮辱性的语言去说孩子的朋友等等。这一切都不费力地为一下问题提供了答案：为什么他们总是外出呢？为什么他们更喜欢别人的家呢？比起野蛮来说，谁不更喜欢礼貌呢？

慈爱是旧衣服，是毫无防备时刻的放松，如果我们与陌生人相处地话，就会显得没有教养。不过旧衣服是一回事，同一件衬衫穿到发臭则是另一回事。

处于最佳状态的慈爱所表现出的礼貌，更加微妙、敏感而深刻，远非公共场合的礼貌可比。公共场合具有固定的规矩。在家里，你必须拥有那些规矩背后的真实生活，否则就会出现最严重的个人主义。你必须真的不给自己任何偏袒；聚会时，隐藏起这种偏爱就足够了。

当家中粗鲁无礼的人声称可以随意说任何话时，他自己拥有的慈爱非常不健全，或者也许那个时刻完全没有慈爱，而他却会冒称自己拥有美好的随意。这种随意只有最为完满的慈爱才会拥有或者才知道



## 《四种爱》

如何去驾驭。随后，他会根据个人的喜恶或一己私利去恶意地、无情地使用该随意；最理想的情况也不过是很愚蠢地使用这种随意，不讲究任何艺术。他可能一直都心安理得。他知道具有慈爱之情的人之间言语行为具有随意性。他对人很随便，因此他是有慈爱之心的。他憎恨一切，却说是你有缺陷。说他受到了伤害，他被误解了。

家庭中慈爱的作用与国家的自戕式的教育极为相似。在这种教育体制下，有前途的孩子的发展会受到限制。

作为赠予之爱，慈爱同样会被曲解。

一个母亲为了全家鞠躬尽瘁。他们无法阻止她。他们作为懂礼貌的人也不能袖手旁观，只得去帮她。的确，他们总是去帮她，也就是帮她为自己做事，而这些事情，他们本不想让她去做。

母爱的本能，天生就有产生这种局面的倾向。我们认为，这是一种赠予之爱，只是这种爱需要给予，因此也就需要被需要。但是给予的真正目的，在于使接受者达到一种状态，从而不再需要我们的给予了。

我们喂养孩子的目的是使他们很快就可以自己养活自己，我们教育他们是为了使他们很快不再需要我们的教育。因此这种赠予之爱肩负着一项艰巨任务。它的目的是为了使自己能够引退。我们必须努力让自己变得不必要。我们能说“他们不需要我了”那一刻就是我们的回报。

但是这样的本能仅仅依靠天性，无力履行这一规则。母爱的本能渴望其对象能幸福，但不仅仅是这样，而只有他自己才能给予幸福。因此一种更高层次的爱（一种像这样希望对象幸福的爱，不论这幸福是从哪里来的）必须在母爱的本能能否引退之前参与进来，帮助或驯服这种本能。当然，母爱多数时间会引退，但是当它没有引退时，为了满足自己的被需要的贪婪心理，它要么让对象保持需要的状态，要么为他们创造假想的需要来满足它自己。它做这些时会更加无情，因为她认为这是一种赠予之爱，因此认为自己是无私的。

只有感情是不够的。你需要常识，即理性。你需要互让，即你需要公正，当纯粹的慈爱褪色时可以不断激发它，并在慈爱忘记或者藐视爱的艺术时约束它。你需要礼貌。一个不需要掩饰的事实是，这意味着美德。耐心、舍己、谦卑以及那种高于慈爱的爱不断介入，这些可能本身就是美德。这才是整个问题的关键所在。如果我们仅仅依靠慈爱生活，慈爱会在我们身上变质。

罗马诗人曾经说过，我既爱且恨。如果慈爱变成了人类生活中绝对主宰，这些种子就会发芽。爱，一旦成了神，亦即沦为魔鬼。

### 9、《四种爱》的笔记-第43页

- 1、母爱是需求之爱，但它需求的是给予；母爱是给予之爱，但她需要被人需求。
- 2、情爱的标准，对象必须是自己熟悉的。意识到情爱也即意识到它已经开始了一段时日，用“老”来形容情爱，可谓意味深长。
- 3、情爱是最卑微的爱，从不张扬。情爱最主要的不是欣赏之爱，情爱没有等级差别，最没有希望的

## 《四种爱》

人也“不难”成为情爱的对象。奇怪的是，正是这点意味着它最终可能萌生欣赏，倘若没有情爱，欣赏便不可能产生。

4、情爱使我们心胸开阔。当我们说“他独特的”时候，我们就超越了个人的喜好，学会了欣赏善或者智慧本身，而不仅仅是欣赏经过调制、适合我们口味的善或智慧。

5、给予的正确目的在于让接受者脱离需要的境地。因此，给予之爱肩负着重任，它必须朝着自己的隐退努力。我们的目标必须是使自己成为多余。一旦拒绝隐退，那种需要被人需要的贪婪心理，就会要么让对象始终处于需要的境地，要么为其创造假想的需要，以满足自己。

10、《四种爱》的笔记-

11、《四种爱》的笔记-第45页

在所有的爱中，友爱最非天性（这样说，我毫无贬抑之意），最非本能，最非与生俱来，与生命的联系最小，最爱离群索居，最无必要。友爱最不易引起情绪的波动，也不会使语调发生变化，不会加快脉搏的跳动，也不会使你面容改色。友爱从根本上说是个人之间的事，两个人一旦成为朋友，就会从某种程度上一起远离集体。没有爱情便没有生育；没有情爱便没有抚养；但是，没有友爱，我们照样可以生存、长大。从生物学的角度来说，人类不需要友爱。

12、《四种爱》的笔记-第1124页

爱不会扼杀我们，也不会自行消殒。

上帝就是爱。

没有最低者，最高者便站立不住。

一旦区分了相似上的接近和趋向性的接近，我们就会看到二者未必吻合，可能一致，也可能不一致。

爱唯有不再变成上帝，才不再沦为魔鬼。

你若以自然为师，它会将你已定意要学的东西教授给你。换句话说，自然并不施教。……自然对人的唯一命令是：“看，听，注意。”……自然让我认识到什么是荣耀。

在国家事务中采取行动的是统治者，而不是国家。

这个世界上有些女人，我们可以预料很少会有人追求，也有些男人，可能不会有多少朋友，因为他们自身毫无可取之处。然而，几乎人人——丑陋的、愚蠢的、甚至惹人动怒的——都可以成为情爱的对象，在情爱连接的二者之间，不需要有任何明显的般配。

为彼此而造。

几乎人人都期望自己成为情爱的对象。……很多人得到情爱，远远超出了他们的美德。

不可爱之人贪得无厌的要求有时候会落空，这不足为奇。真正令人奇怪的是，这些要求常常得到满足。

欲知其人，与其同住。

## 《四种爱》

每种爱都有自己的爱的艺术。

在他自己的情爱很不健全，甚至在没有任何情爱的时，他窃取了只有健全的情爱才有权运用，或者说，直到如何运用的那些美好的自由。

有人说：“我把人看得越透，就越喜欢动物。”这些人对同伴的需要不能从人类中得到满足，便在动物身上找到慰藉，我建议他们检查一下自己喜欢动物的真正原因。

灵性的指导比医学治疗更为有效。

人人都体验过怨恨的乐趣，若有谁说自己不知道，那他不是在撒谎，便是圣人。

在所有的爱中，有爱最非天性（这样说，我毫无贬抑之意），最非本能，最非与生俱来，与生命的联系最小，最爱离群索居，罪无必要。

我的每位朋友身上都有一些东西，只有另外一位朋友才能将其充分地引发出来，我仅靠自己不足以让他展示全貌，需要有其他的光速来呈现他的方方面面。

啊，来了一位增进我们彼此之爱的人。

只有在两个同类人发现了彼此，不管是克服巨大的困难，用磕磕巴巴的语言，还是以我们今天看来惊人的简练的表达，分享彼此的洞见时，友爱才开始诞生。

“你爱我吗？”的意思就是“你和我看到同样的真相了吗？”或者至少是，“你在意这个真相吗？”

一无所有的人无以与他人分享，足不出户的人不可能拥有旅伴。

每一种文明的宗教都自一小群朋友开始。

友爱既可能造福社会，也可能危及社会。即便造福社会，它具有的生存价值也不及所谓的“文明价值”。用亚里士多德的话来说，它不是有助于社会生存，而是有助于提高社会的生活质量。生存价值和文明价值在有些时期、有些情况下一致，但不是永远如此。

完美的友爱的标志不是危难时有朋友帮助（朋友当然会相助），而是这种帮助对友爱不会产生任何变化。

男人已经学会了成天和各种思想打交道，知道何谓讨论、举例和证明。女人如果仅仅拥有从学校学到的知识，结婚后立即把学校传授的一点“文化”丢得一干二净，只阅读女性杂志，通常的谈话几乎无一例外是叙述，她就不可能真正融入男人圈子。

人既有悲剧的一面，也有喜剧的一面，两性的划分使彼此能从对方身上看到自身不易察觉的滑稽之处，当然也看到自身的可悲之处。

每一份真正的友爱都是一种脱离，甚至反叛。这种反叛可能是严肃的思想家对普遍接受的哗众取宠的观念的反叛，也可能是追求时尚者对公认的理性的反叛；可能是真正的艺术家对流行的粗俗艺术的反叛，也可能是欺世盗名之徒对文明品味的反叛；是好人对社会弊病的反叛，也可能是坏人对社会正义的反叛。

## 《四种爱》

如果我们的上司通过强力，通过鼓吹“集体性”，或通过温和的手段，取缔了私人活动和自由的闲暇时间，从而成功地营造了一个只有伙伴、没有朋友的社会，他们就铲除了一些危险，同时也是我们失去了防止彻底奴役的最有力的武器。

原本高尚、必要的局部性的充耳不闻，演变成傲慢、残忍的全面性的充耳不闻。

如果所有未经历爱情就同床共枕的人都是可鄙的，那么，人人都出自道德败坏的祖先。

性行为的正当与否也有比感情更切实、更明确的评判标准：仁爱或自私、信守或背弃诺言、公正或不公正、顺服或不顺服。

爱情使男人真正想要的不是女人，而是一个具体的女人；爱者渴望的是爱的对象本身，而不是她能给予的快乐。

爱你？我就是你。

人类对性爱的严肃化意境荒谬之至，现在我们最需要的，是对性爱报以老式的哄堂大笑。

无法接受玩笑是件糟糕的事，无法接受上帝开的玩笑更糟糕。

……它的美既悲怆感人又滑稽可笑。

爱情被逼去作出他自身无力兑现的承诺。

在爱情消逝之后，我们必须承担起爱情的工作。

“一切为了爱”这个反叛的口号，实际上是爱的死刑令（只是行刑日期暂且未定）。

一无所缺的上帝用爱创造了纯粹不必要的造物，为的是爱他们，使他们变得完美。

那种认为我们拥有属于自己的东西、能够凭借自己的力量将上帝赋予我们的善保持片刻的错误想法，那种被我们的天性当作最后一件宝物紧抓不放的幻想，让我们始终不得快乐。

在现实生活中，人人都不时地需要（有些人在大多数时候都需要）他人的仁爱，这种爱是大爱本身在他人身上的体现，会去爱不可爱之人。

大爱就这样在我们的本能、欲望和娱乐之中，为自己预备了“肉身”。

左手不应当知道右手所做的手。

在所有自然之爱中，我们都会遇到一些摩擦、挫折，只要不是盲目地以自我为中心，我们就知道，这些摩擦、挫折清楚地表明自然之爱并不“足够”。

在这个世界上，无论你爱一个人爱得多深，如果这种爱不过是自然之爱，（因为这个缘故）你对在永恒世界与他相见甚至不感兴趣。这与你长大后，遇见小学时仅仅因为兴趣和爱好与你相同、似乎成为你莫逆之交的人有何区别？假若没有其他原因，假若彼此并非志同道合，此时的他对你而言就如同陌路。

奥古斯丁说：“你造我们是为了你，我们的心如不安息在你怀中，便不得安宁。”

## 《四种爱》

像我这种想象力远远超过顺服之心的人，注定会受到公正的惩罚。我们能够轻易想象出远远高于自己所至的境界，若将其描述出来，可能会让别人以及自己以为，我们实际上已经达到了那种境界。……要了解那个彻底清楚地世界，你需要去请教比我更好的人。

### 13、《四种爱》的笔记-第27页

所谓的“幸福家庭”有多少真正地存在？更糟糕的是，所有家庭的不幸都是因为缺乏情爱吗？我相信不。不幸的家庭中可能存在情爱，是情爱导致了它的不幸。情爱的一切特性几乎都是双刃的，既可以促进幸福，也可以招致不幸。任其发展，情爱可能会令人生黯淡、堕落。对此，“拆穿家”和反感伤主义者虽然没有道出全部的真相，但他们所说的一切都是事实。

流行艺术用过分甜蜜的歌曲、故作多情的诗歌来表达情爱，所有这些几乎都令人作呕，情爱令人生的黯淡、堕落也许由此可见一斑。这些歌曲、诗歌令人作呕，原因在于他们的欺骗性。情爱只是具备使人幸福（甚至使人达到善）的可能性，它们却将其说成是获得幸福（甚至达到善）的现成秘方。它们从不提示我们需要做什么，言下之意，只要任由情爱倾泻到我们身上，一切就都会如意。

L注：“情爱” (storge) 此处指发自本能的亲情。

### 14、《四种爱》的笔记-第106页

我们不是靠尽量避免爱本身固有的痛苦来趋近上帝，而是通过抛开一切自卫，接受这些痛苦，将这些痛苦献给上帝，来趋近上帝。如果我们的需要破碎，如果上帝选择通过爱来让心破碎，那就破碎好了。

尘世不过一驿，纵门朽牖残，暂栖一宿又有何妨？

### 15、《四种爱》的笔记-第80页

爱情虽为一切快乐之首，却总有视快乐为副产品的架势。

难道是喻示，所有与天父深层的灵性联结，都是在痛苦或快乐与痛苦的颠簸中形成的吗？快乐不该是一种属灵的常态吗？

### 16、《四种爱》的笔记-第5页

需求之乐如何预示着需求之爱是显而易见的。在需求之爱中，我们从自我需要的角度去看爱的对象，如口渴的人看厨房的水龙头、酒鬼看杜松子酒一样。需求之爱会随着需要的消失而消失。幸运的是，这并不意味着一切始于需求之爱的感情都是短暂的。需求本身可能是永久的，或会反复出现；需求之爱中可能有其他的爱加入；道德规范（夫妻忠贞、子女孝顺、知恩图报等等）可能让双方的关系保持一生之久。但是，如果孤立无援，需求一消失，我们就几乎不能期望需求之爱不“转瞬即逝”……我们对上帝的需求之爱处于不同的境地，因为我们对上帝的需要无论在此世还是在任何其他家世界，都永远不会终结。但是，这种需求的意识却会丧失，于是，这种需求之爱就会逝去。“魔鬼病了，也会变成修士。”有些人一旦脱离了“危险、贫困、患难”，信仰就随之消失。将他们短暂的虔诚描述为虚伪，似乎没有道理。他们为什么不该虔诚？绝望中他们哀号求助，谁处于那样的境地会不虔诚？



## 《四种爱》

需求之爱自贫乏中向上帝呼求；给予之爱渴望侍奉上帝，甚至为上帝忍受苦难；欣赏之爱说“我们因为你无上的荣耀称谢你。”对一个女人，需求之爱说“我不能没有她”；给予之爱渴望为她提供安全、舒适和幸福，如果可能，还有富足；欣赏之爱屏声静息、凝神注视，为世上竟存在这样的绝代佳丽而欢欣。即使不能拥有，也不觉得彻底失望；宁肯不能拥有，也不肯未睹芳容。

在此生中，我们除了匮乏，没有一样是永久的。

寻找风景会让你“在风景之间进行比较”，让你“以色彩、比例这几项可怜的新玩意儿为满足”。当你忙于这种区别性、批评性的活动时，你就错失了真正重要的东西——“时令季节的气息”，即一个地方的“灵魂”。-William Wordsworth

属天的团体也是属世的团体，我们对后者的（纯自然的）爱，很容易借用前者超自然的要求，来为自己最卑下的行为辩护。倘若真有人著书论述此话题，那一定是基督教界的彻底忏悔，忏悔在人类的凶残、狡诈中，教会应当独自承担的那份罪责。我们若不公开弃绝自己大部分的过去，就不会赢得“世俗界”的大量视听。他们为什么要听？我们高喊基督之名，干的却是摩洛哥的勾当。

### 17、《四种爱》的笔记-第52页

当两个及两个以上的伙伴发现，他们都拥有别人所没有的某种洞见、兴趣、甚至爱好，而迄今为止，各人都认为这是自己独有的财富（或负担）时，友爱便由纯粹的伙伴关系中产生。其开场白往往是：“什么？你也这样？我还以为只有自己这样呢。”……只有在两个同类人发现了彼此，不管是克服巨大的困难，用磕磕巴巴的语言，还是以我们今天看来惊人的简练的表达，分享彼此的洞见时，友爱才开始诞生。转瞬之间，他们就站到一起，与外界有了天渊之隔。

情侣寻求独处，朋友（不管自己希望与否）则发现自己与外界隔绝，发现自己与集体之间隔着一道屏障。他们愿意减少这种隔绝，最初结交的两个人乐意有第三方加入。

在我们这个时代，友爱也以同样的方式产生。当然，对我们来说，共同的活动以及作为友爱基质的伙伴关系，往往不是狩猎、作战这类的体力活动，而可能是共同的宗教信仰，共同的研究、共同的职业、甚至共同的消遣。凡与我们有这些共同之处的人都是我们的伙伴，但一两位、两三位与我们有其他共同之处的人则成为我们的朋友。正如爱默生所说，在这种爱中，“你爱我吗？”的意思就是“你和我看到同样的真相了吗？”或者至少是，“你在意这个真相吗？”别人不以为然的问题，若有人和我们一样，认为它至关重要，这个人就可能成为我们的朋友。至于这个问题的答案，他不必与我们相同。

### 18、《四种爱》的笔记-第48页

&lt;原文开始&gt;&lt;/原文结束&gt;

### 19、《四种爱》的笔记-第1页

情侣总是谈论彼此的爱情，真正的朋友几乎从不谈彼此的友爱；情侣通常面对面，沉浸在彼此之中，真正的朋友则肩并肩，沉浸在某个共同的兴趣之中。

爱情要求赤裸的身体，友爱要求赤裸的人格！

## 《四种爱》

将朋友连结在一起的那份共同的追求或梦想，并没有让他们沉醉到彼此始终一无所知、不加注意的地步，相反，这种追求或梦想却是他们彼此相爱、彼此了解的媒介。人最了解的是自己的“同伴”，共同的旅程中每一步都在考验他的本质，我们彻底的明白这些考验的含义，因为我们自己也在经历这些考验。因此，随着他一次又一次地战胜考验，我们对他的信赖、尊重和钦佩也逐渐升华成异常坚定、知根知底的欣赏之爱。要了解这一面，你最好与他一起作战、读诗、辩论、祷告。

所有的人都会逝去，不要将自己的幸福抵押在可能会失去的东西上。你若希望爱带给你幸福，而非悲痛，就必须将它倾注在那位唯一永远不会逝去的爱人（上帝）身上。 -

我们是为上帝而造，尘世上的人之所以激起我们的爱，只是因为他们在某方面与上帝相似，彰显出上帝的美、仁慈、爱心、智慧、或善。我们的问题不在于爱他们太多，而在于不太明白自己究竟在爱什么。

在友爱中，“一位看不见的司仪一直在那里工作”。我们彼此为友，不是自己选择了彼此，乃是上帝为我们选择了彼此。 -

### 20、《四种爱》的笔记-第5页

我们从出生开始就是无助的，一旦充分认识到这一点，孤独感就会随之而来

### 21、《四种爱》的笔记-第1页

仁爱：上帝在开辟人性这座花园，让各种爱在其中生长、开花、结实时，他派我们的意志去对其进行“修剪”。与这些爱相比，我们的意志干枯又冷漠。倘若上帝的恩典不像雨露、阳光那样降下，意志便达不到它的目的。但是，它的辛勤劳动（在很大程度上，起抑制作用）是不可或缺。只要爱，就一定有受伤的危险，只要爱上一样东西，心就一定会痛苦，还可能破碎。要想确保你的心完好无缺，你就不要爱任何人，甚至不要爱宠物。在天堂以外，唯一彻底摆脱了爱的危险与烦恼的地方，就是地狱。

我们不是靠尽量避免爱本身固有的痛苦来趋近上帝，而是通过抛开一切自卫，接受这些痛苦，将这些痛苦献给上帝，来趋近上帝。面对选择时，你侍奉谁，选择谁，把谁放在首位？你的意志最终顺服于谁？当最亲近、最心爱的人妨碍了我们去顺服上帝的时候，我们必须拒绝他们，或者不再视他们为最亲近、最心爱的人。（路加14:26 人到我这里来，若不爱我胜过爱自己的父母、妻子……和自己的性命，就不能做我的门徒。）一无所缺的上帝，用爱创造了纯粹不必要的造物，为的是爱他们，使他们变得完美。冒昧地借用生物学的比喻：上帝是位“寄主”，他有益创造了自己的寄生物，让我们可以利用他，“占他的便宜”。这就是爱，是众爱的发明者-----大爱本身的图解。来自上帝的给予之爱，使人能够爱那些本质上不可爱的人。

我们是镜子，我们的亮光完全来自照耀我们的太阳。我们是为上帝而造，尘世上的人之所以激起我们的爱，只是因为他们在某方面与上帝相似，彰显出上帝的美、仁慈、爱心、智慧或善。我们的问题不在于爱他们太多，而在于不太明白自己究竟在爱什么。上帝不是要求我们离弃他们，离弃自己如此熟悉、挚爱的人，去爱一个陌生人。将来等我们见上帝面时，我们会发现自己早已认识他。我们在尘世上经历一切纯真之爱时，上帝始终参与其中，他给了我们这些经历，维持其存在，每时每刻都在其间运行。在这些经历中，凡是真的爱，即便在尘世，也都主要来自上帝，而不是来自我们，来自我们也只是因为来自上帝。· · · 爱上帝胜过爱他们，我们爱他们就会胜过现在。2011/5/10

### 22、《四种爱》的笔记-第74页

### 23、《四种爱》的笔记-第122页

我们是为上帝而造，尘世上的人之所以激起我们的爱，只是因为他们在某方面与上帝相似，彰显了上帝的美、仁慈、爱心、智慧或善。我们的问题不在于爱他们太多，而在于太不明白自己究竟在爱什么...将来等我们见到上帝面时，我们会发现自己早已认识他。我们在尘世上经历一切纯真之爱时，上帝始终参与其中，他给了我们这些经历，维持其存在，每时每刻都在期间运行。在这些经历中，凡是真正的爱，即便在尘世，也都主要来自上帝，而不是来自我们，来自我们也只是因为来自上帝。

### 24、《四种爱》的笔记-第57页

爱情要求赤裸的身体，友爱要求赤裸的人格。

我没有责任成为任何人的朋友，世界上也没有任何和有责任成为我的朋友，友爱中没有任何要求，没有丝毫的必须。

### 25、《四种爱》的笔记-第20页

情爱是一种最没有等差的爱。这种温馨的舒适和相聚的满足，包括了各种各样的对象。

几乎人人——丑陋的、愚蠢的、甚至惹人动怒的——都可以成为情爱的对象，在情爱连接的两之间，不需要有任何明显的般配。情爱甚至跨越了物种的障碍。

尽管如此，情爱也有自己的标准，即，其对象必须是自己所熟悉的。  
情爱包括需求之爱和给予之爱。

情爱常常独立存在，也常常与其他的爱并存，正如杜松子酒本身是一种酒，但也是多种混调酒的主要成分一样。情爱除独立作为一种爱之外，还可以渗入其他的爱，将它们彻底染上自己的色彩名称为它们日复一日发挥作用的媒介。没有它，其它的爱也许持续不了太久。

无论是友谊还是爱情，当欣赏之爱歇息，可以说，蜷身而睡时，唯有情爱的自在和平凡环绕着我们（彼此如独处般自由，却又不觉孤独），这样的时刻确实具有一种独特的魅力。无须交谈，无须做爱，也许除了拨拨炉火，没有任何其他需要。

欣赏之爱不是情爱的基本要素。对那些只凭情爱将我们维系的人，我们通常要在他们离开或去世后，才会称赞他们。我们对他们习以为常。这种习以为常在爱情中无疑是犯了大忌，在情爱中确恰当适宜，符合这种感情舒适、恬静的本性。情爱若被频繁、大肆地张扬出来，便不再是情爱。

但情爱最终可能萌生欣赏。当一个人首次真心的说，“他虽然和我‘不属一类’，但他是个非常好的人，有‘他独特的’好的一面”时，那一刻，对说话者而言是一种解放。我们可能感觉不到解放，可能觉得这不过是对他的宽容和纵容，但实际上，我们已经跨越了一个界限。当我们说“他独特的”时候，我们就超越了个人的喜好，学会了欣赏善或智慧本身，而不仅仅是欣赏经过调制、适合我们口味的善或智慧。

情爱也使我们心胸开阔。在一切的自然之爱中，它最包容、最广博、最不苛求。

阅读兴趣的真正广泛体现在，一个人可以在任何一家旧书店外的廉价书摊上找到自己需要的书籍。与此类似，对人真正广泛的欣赏体现在，能够在自己每天必遇到的形形色色的人身上发现可欣赏之处。根据我的经验，是情爱产生了这种对人的广泛欣赏。它教我们对那些“碰巧在那里的人”首先注意，随后忍让，进而报以微笑，然后喜欢，最后欣赏。

情爱的一切特性几乎都是双刃的，既可以促进幸福，也可以招致不幸。



## 《四种爱》

情爱只是具备使人幸福（甚至使人达到善）的可能性。

无论在情爱上还是恩典上，都不存在权利的问题。我们拥有的不是“期望的权力”，而是“合理的期望”。如果我们和自己熟悉的人基本上属于正常人，我们就可以期望自己能够为他们所爱。但是，我们可能不属于正常人，可能令人无法忍受。果真如此，“天性”就会与我们作对，因为，熟悉既可以产生情爱，也就可以同样自然地产生一种无名的、无法根除的恨恶。与相应的情爱一样，这种恨恶也是无法追忆的久远，始终存在，不引人注目，有时几乎无法察觉。

奥维德说：“若想被人爱，自己要可爱。”这位快乐的老浪子的意思只是：“要想迷住女孩子，自己必须有魅力。”但是，他的座右铭却可以应用到更广泛的领域。

不可爱之人贪得无厌的要求有时候会落空，这不足为奇。真正令人奇怪的是，这些要求常常得到满足。

我们听到很多有关如今的年轻人粗鲁无礼的抱怨。我已经上了年纪，大家也许期望我站在老年人一边，其实在我看来，较之子女对父母的无礼，父母对子女的无礼更甚。

情爱是像旧衣服，随意自在，无须设防；但是，如果与陌生人相处，也表现得这样随意，就显得你没有教养。穿旧衣服是一回事，穿一件衬衫直至发臭是另一回事。

公共礼节和家庭礼节也有区分，但二者的根本原则相同，即“任何人不得唯我独尊。”对这个原则的遵守，越是公共场合，就越固定，或者说，越正式化（有关礼貌行为，是有一套“规定”的）；越是亲密的场合，就越非正式化，但对礼节的要求并不因此减少。相反，情爱在最佳状态下表现出来的礼节，其细腻、敏感、深沉是公共礼节无法媲美的。

如果一个人在家里一向粗鲁无礼，他要求“畅所欲言”时，意思却大不相同。在他自己的情爱很不健全，甚至在没有任何情爱时，他僭取了只有健全的情爱才有权运用，或者说，知道如何运用的那些美好的自由。然后，出于怨恨或自我中心主义，恶意、无情地践踏这些自由；最理想的情况也不过是因为缺乏技巧，愚蠢地滥用这些自由。自始至终，他都可能问心无愧。他知道情爱允许自由，而他正是在利用自由，因此（他得出结论），自己是在表现情爱。因为怨恨一切，他会说是你那方的情爱出了问题，说他受到了伤害，遭到了误解。

于是，他有时候就变得趾高气昂、格外“彬彬有礼”，以此施行报复。其中的含义当然是：“哦，这么说，咱们之间不该是一种亲密的关系，只该像熟人那样啦？我原希望——不过没关系，你请便吧。”

每种爱，几乎每种关系中，都可能存在嫉妒。情爱中的嫉妒与它对老的、熟悉的东西的依赖紧密联系在一起，也与情爱完全或相对不看重欣赏之爱紧密联系在一起。我们不希望那张“熟悉的老面孔”变得更有精神或更美丽，不希望老办法有所改变（哪怕是改进），不希望老玩笑、老兴趣被新奇刺激的事物代替。变化对于情爱是一种威胁。

给予的正确目的在于让接受者脱离需要的境地。因此，给予之爱肩负着责任，它必须朝着自己的引退努力。给予者的目标必须使自己成为多余。当我们能够说“他们不再需要我了”，那一刻便是对我们的奖赏。但是，母爱的本能仅凭自身无力能够做到这点。它希望所爱的对象幸福，但不只是幸福，而是唯有自己能够给予的幸福。在母爱的本能引退之前，必须有一种更高层次的爱介入，帮助或驯服这种本能。

老师若是好老师，就应该不懈地努力，以便有朝一日将学生培养成自己的批评者和对手。

在，并且只有在具备常识、“修养”、彼此忍让的条件下，换句话说，只有在一种远远高于情爱、不同于情爱的事物介入的情况下，情爱才会带来幸福。

### 26、《四种爱》的笔记-第53页

发现彼此行在同一条幽径上的两个人若为异性，他们之间的友爱就极易（可能不出半小时就）发展成爱情。实际上，除非他们不喜欢彼此的外表，或是双方或其中一方已经另有所爱，否则，这样的结果几乎可以肯定迟早会出现。反过来，爱情也可能让情侣之间产生友爱，这不但绝不会抹杀两种爱之间的区别，还会使他们的区别更加明显。如果双方起初只是真正意义上的朋友，逐渐地或忽然之间变成你的恋人，你肯定不希望与第三方分享他的爱情，但对分享友爱却毫无妒意。如果你发现自己所爱的人能够自发地与你的朋友建立真正深厚的友爱，感到不仅我们俩在爱情中连结，我们三五个人还在同一条道上追求，有着共同的憧憬，这对于爱情实在是一个极大的丰富。

友爱和爱情的共存还可以帮助现代人认识到，友爱确实是爱，甚至和爱情一样伟大。假定你很幸运，“爱上了”你的朋友，并与之结婚。再假定有两种未来让你自由选择：“一种是不再为情侣，但永远有共同的追求，追求同一位上帝、同样的美、同样的真理；二为没有共同的追求，但在有生之年，永远保持爱情中的狂喜、激情、新鲜感和强烈的情欲。”请问：你应该选择哪种？作哪种选择你不会后悔。

L按：

友爱不是爱情的必要条件，但没有友爱的爱情一定不会进化成幸福的婚姻——顶多就是琐碎絮叨叨的亲情罢了。可参考《我爱我家》里的大爷大妈。

理想的柏拉图式爱情不是禁欲，而是强调爱的友爱这一方面，以至于性和激情就像一切琐事一样不重要。如果它是一种工具性的手段，比如为了尽婚姻的义务，就和吃喝一样没有什么值得大惊小怪。再美味的食物也不过是卡路里，再美妙的性爱也不过是多吃几粒多巴胺或者定期长跑的效果。（身体的“工具化”）但精神之爱是无法用物理成分代替的。

爱一个人而不求占有TA，这样的爱是最近乎友谊，也最纯粹，无求所以无私。

至于宣称是友谊的炮友……我只能说这属于功能性友谊，跟酒肉朋友、一起飙车吸毒的朋友一个性质。如果是精神上互相吸引完全可以堂堂正正嘛。

最后一段的例子让我想起了纪德的《窄门》：为了防止爱在短暂的时间内流星一样燃烧殆尽，男女主必须保持距离。烧死爱情的代价是保住了友谊。

两个健全和协调的人格之间可以发生长久的爱情，但绝不是建立在本能吸引之上，而是三观、生活道路、人生态度和责任感。共同的ideology或信仰是最好的黏合剂。

### 27、《四种爱》的笔记-第96页

在爱的祭坛上，有什么祭品比一个人的良心代价更高的呢？

幼时曾因为一部武侠片，为光明左使杨逍献心了十几年，今天才有一点发现，可能真正震到我灵魂的那个，是纪姑姑。

# 《四种爱》

## 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](http://www.tushu000.com)