



爱 不爱 都有病

BOOK
艾莉
BY
著

爱情留给我们的伤痕
如同生理上的病痛
大可不必刻意遮掩
回避
我们要学会的是
如何跟他们和平共处过日子
继续勇敢、认真地爱下去

Love

爱、不爱
都有病

—— 艾莉 著

长江出版传媒

长江文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

爱、不爱都有病 / 艾莉著. -- 武汉 : 长江文艺出版社, 2015.4
ISBN 978-7-5354-5839-1

I. ①爱… II. ①艾… III. ①爱情—通俗读物 IV.
①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 096183 号

本著作物经厦门墨客知识产权代理有限公司代理, 由大雁文化事业股份有限公司 启动文化事业部授权长江文艺出版社有限公司在中国大陆出版、发行中文简体字版本。

责任编辑: 高 娟

责任校对: 陈 琪

封面设计: 壹 诺

责任印制: 左 怡 邱 莉

出版:  长江出版传媒  长江文艺出版社

地址: 武汉市雄楚大街 268 号 邮编: 430070

发行: 长江文艺出版社

电话: 027—87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷: 湖北新华印务有限公司

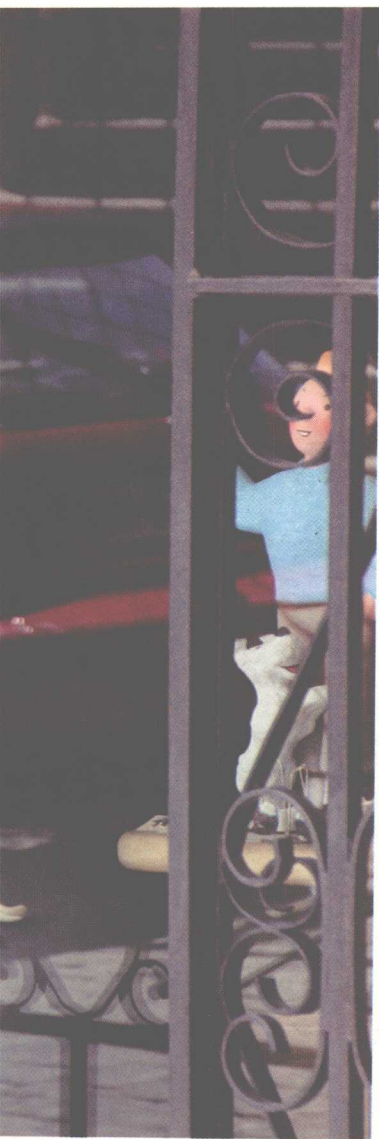
开本: 880 毫米×1280 毫米 1/32 印张: 8.375
版次: 2015 年 4 月第 1 版 2015 年 4 月第 1 次印刷
字数: 147 千字

定价: 32.00 元

版权所有, 盗版必究(举报电话: 027—87679308 87679310)

(图书出现印装问题, 本社负责调换)





暧昧成瘾症

暧昧有时是为了观察双方的适合度，
有时是为了存够把那双手牵起来的勇气。

暧昧让人上瘾的地方在于：

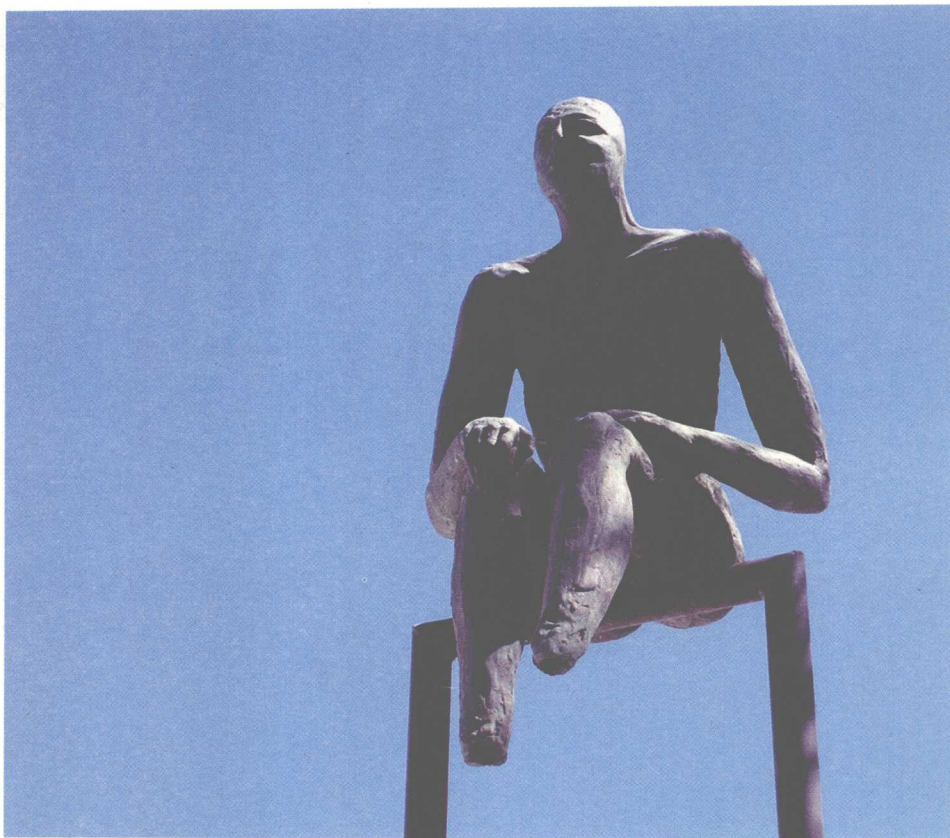
可以拥有恋爱的甜度，却不必负担恋爱的重量。

孤单不耐症

就算明白生来死去的时候，我们都只是孤孤单单的一个。

但是，因为曾经有过不是一个人的时候，所以当又回到一个人时，日子会变得特别难过，而一个人的状态就变得再也难以忍耐。





假性健忘症

健忘有时候不是真的忘记，

是我们存心借力使力，让“时间”成为借口带走一些曾经。

被无意或刻意遗忘的那些曾经，原来都好好地躺在它们原本该在的地方。

安安静静、不吵不闹，等待哪天再被记起。



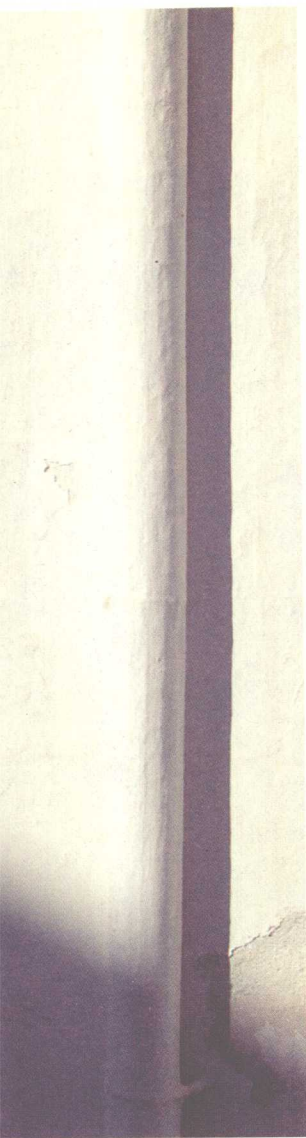
安全感短少

安全感是一种无法量化的心理状态，
天生短少的人只知道不够、只知道拼命去要，
却不懂得怎么样喊停，
不懂得苦苦相逼只会把爱逼上绝路。

失爱妄想症

爱人稍微地一些些不够专注就引起惊天动地的恐慌与妄想，
他不再爱我了、他要离开我了。
爱人动辄得咎，只好僵在原地、按兵不动。





幸福焦虑症

就算是已经很幸福的现在，

还是需要练习。

练习让自己习惯幸福、

让自己懂得珍惜幸福，

不把拥有的幸福当作理所当然的存在。



分离忧郁症

距离或时间造成的分离难免带来难以释怀的忧郁，
只能靠爱人的耐心一点一点慢慢化解。



疑心病过盛

到底是不相信自己，
还是不相信他？
到底是不相信爱情，
还是不相信你们的爱情？



小心眼肥大

光用“因为太在乎”来解释一切的无理取闹，应该是不够的。
适时适量的小心眼是感情的催化剂，
学会拿捏进退才是聪明的情人。



爱能退化症

总是觉得少了一些什么，总是没有办法动心，
其实就是时候未到，其实就是因为还没遇到那个人。
其实也是太久没爱了，慢慢地就忘了怎么去爱一个人。

小燕姊的话

张小燕



怡君小姐跟我共事超过十六年以上，从飞碟电台开播时我就把她从电视界挖到广播界，来帮陶子、佼佼、Ruby 等大牌做节目。听过她广播的人，我不知道在你们想象中，她是一个什么样的女人？

如果写这本书叫《爱、不爱都有病》，那她就是个——“病人”。

虽然她会说：“喔……这些爱都来自广播的听友们。”但是我仍然觉得她是一个病人，“爱”这个病，她病得很久，爱得很苦，虽然也有甜蜜，不过有时也爱得不确定……

古人说“久病成良医”，她终于把她的爱做了一个最有建设性的事，就是写了这本书，告诉天下有“爱”这种病的人，来分享经验，找到解药。

艾莉，我的好友

陶晶莹



艾莉是我姊妹淘网站的驻站作家，也是我认识了十六年的好友。她写的两性文章往往是网站里面点阅人数最多的。或许有人好奇，她哪来这么多的故事，这么多的观点？

人生啊，人生。

如果一个人的人生平平顺顺，那真的白活了；如果一个人的爱情真如古老的小说《蓝与黑》所言：“一生只爱一个人，是幸福的。”那又何其乏味与不幸？因为，那样不过是被一个人宠爱着、豢养着，享受久了挺无聊，无聊久了就不叫享受的。

是的，很幸运地，艾莉的情路并不平顺，甚至不是用坎坷两字可以形容。

在经历了几次八点档般的离奇爱情事件后，她受了伤，却也得了道；她既能从爱情战火中自愈，必也能从战场上习得一身功夫。

这些文字，淬炼自艾莉曾经的心痛和眼泪；后来，她战胜了，活过来了，于是能更成熟、冷静、淡定地分析爱情关系里的每一个细节、每一种气味。

很开心能看到她的心血集结成册，只能说，这些年，辛苦你了，艾莉，我的朋友。