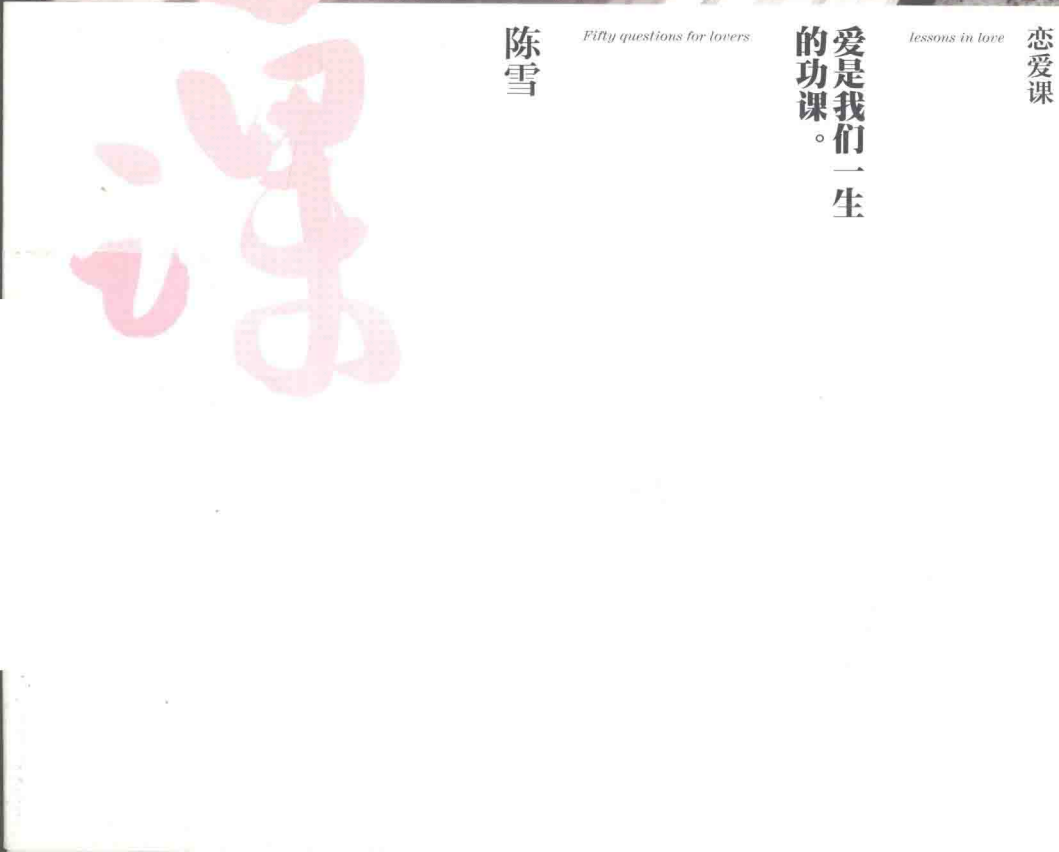


理想国

9787548210001



陈雪

Fifty questions for lovers

爱是我们一生
的功课。

lessons in love

恋爱课

恋

爱



陈雪



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

恋爱课 / 陈雪著. —桂林: 广西师范大学出版社, 2015.6

ISBN 978-7-5495-6619-8

I. ①恋… II. ①陈… III. ①散文集 - 中国 - 当代

IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第089181号

广西师范大学出版社出版发行

桂林市中华路22号 邮政编码: 541001

网址: www.bbtpress.com

出 版 人: 何林夏

全国新华书店经销

发行热线: 010-64284815

山东鸿君杰文化发展有限公司

开本: 1230mm×880mm 1/32

印张: 8.125 字数: 100千字

2015年6月第1版 2015年6月第1次印刷

定价: 35.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

恋

爱

课

lessons in love

陈雪



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社

目 录

005 / 辑 一

- 007 / 关于“安定”
- 011 / 关于“自我”
- 012 / 关于“心动”
- 014 / 关于“原谅”
- 018 / 关于“相处” I
- 025 / 关于“相处” II
- 030 / 关于“陪伴” I
- 034 / 关于“陪伴” II
- 039 / 关于“陪伴” III
- 042 / 关于“暧昧”
- 047 / 关于“隐私”
- 052 / 关于“平淡”
- 055 / 关于“不安”
- 059 / 关于“前女友”
- 064 / 关于“猜疑”

071 / 辑 二

- 073 / 关于“理解” I
- 078 / 关于“理解” II
- 081 / 关于“体谅”
- 085 / 关于“计较”
- 088 / 关于“期望”
- 092 / 关于“磨合”
- 096 / 关于“要求”
- 099 / 关于“强者”
- 102 / 关于“坦诚”
- 106 / 关于“对话”
- 110 / 关于“知己”
- 114 / 关于“无常”
- 118 / 关于“恐惧”
- 121 / 关于“争吵”
- 126 / 关于“安慰”
- 131 / 关于“讨好”
- 135 / 关于“险境”
- 140 / 关于“占有”

147 / 辑 三

149 / 关于“离开”

153 / 关于“遗忘”

157 / 关于“变心”

160 / 关于“活着”

163 / 关于“承诺”

169 / 关于“分手” I

174 / 关于“分手” II

180 / 关于“分手” III

185 / 关于“放手”

188 / 关于“艰难”

192 / 关于“再相遇”

196 / 关于“背叛”与“谎言”

205 / 关于“选择”

208 / 关于“伤害”

213 / 关于“结束”

217 / 关于“失去”

220 / 关于“不能没有你”

225 / 关于“友谊”

229 / 关于“释怀”

235 / 私语集

237 / “同居”

239 / “恋人”

241 / “亲密”

242 / “孤独”

244 / “有时”

246 / “坚持”

247 / “冷战”

249 / “成长”

251 / “付出”

253 / “结束”

255 / “等待”



辑

一

“如果我不了解爱，了解其他一切又有何用？”

——维勒贝克《情色度假村》

“我想和你生活在一起。我觉得到此为止够了，我们到现在不幸得够久了，太久了。之后我们会生病、不良于行、死亡，但我相信我们会在一起会快乐，直到最后，至少我想试一试。我想我爱你。”

——维勒贝克《无爱繁殖》



关于“安定”

年轻时真是无法想象未来自己会变成什么样，活得那么仓促，仿佛没有任何喘息的时间可以静下来，认真地，审慎地，做一个决定。

那时我内心有巨大的空洞，我渴望一次又一次令人忘我的恋爱忘却自己的空洞，当时我非常没有自信，妄想透过“被爱”来得到自信，等到被爱的时候，却又矛盾地，首先是感觉到窒息，接着为了挣脱窒息，于是背叛、脱逃，因为这样的行为，看着爱我的人变得疯狂、痛苦、愤怒，我非但没有得到自信，反而对自己感到更厌恶，你好像知道自己并不是那样恶的人，但为何做出来的事却都带来伤害。奇怪的是，因为身上带着伤口，我吸引的也都是有创伤的人，我们的爱无法互相疗愈，即便在恋爱初期，我们是多么天真单纯地以为“可以做到”，我记得一开始是爱的，而最后却只能逃走。

那时，还没有能力理解，一段爱情关系的启动，除了爱的感受，还需要一连串的考验，必须一关一关地推进，而中途会有多少阻

碍，甚至，在发现无法同行时，还是可以用协议的方式，尽可能减少伤害，和平地解除关系。那时，总以为遇上一个人，必然要糊里糊涂栽进去，毫无道理地热爱，甚至疯狂迷恋，强烈如火的感情才叫做爱。那时，我还没办法好好地爱，似乎只是透过看见别人的深陷，感受到自己“可能是美好的”，也透过自己的深陷，感受到“我可能有能力去爱”。

恋爱时你会感到自己变得美丽，充满魅力，这世上有人待你这么好，自己必然是有价值的，甚至沾沾自喜，变得娇纵，好像那份娇纵也是要为没有自信的自己增添信心，要为自己根本还不了解，甚至也无法相信的爱情增加筹码，无论是我，或对方，都把爱情进行得“没有对方不行”，却又因为这份紧迫，导致自己承受不住而逃走。

仿佛什么都来不及，要赶快，赶快。一直在企望，追求一份不一样的生活，迎接的都是重蹈覆辙。

你说他背叛你已经三次了，你一次一次宽容，终于走到绝境，而他还是离开了你。

我多想对你说，没关系的，放下他，找回自己的生活。现在会很痛苦，会感到心被撕裂，价值被破坏，仿佛存在这世间的理由完全失去了，你会感到挫折，觉得自己一定不好，不配被爱，

你无想象接下来的生命该怎么走，没有他的人生，不情愿活。

我在想，“他”或许也就像是当年那个只能靠着“背叛”来解决生命问题的我，他或许在进入稳定关系之前，还需要生命里大幅度地探勘，他还要经历自责、内疚、懊悔、欢快、得意、茫然、失落，还要在爱情里经过一次又一次看似无望却有意义的折磨，正如你一样，尽管你是那个被留下来的人，感觉就像是被遗弃，但，或许这也是强迫你离开安全舒适的处境，将自己丢进荒野，重新学习求生，并且在孤独里认识自己的机会。

人要走到可以从容地选择，并对自己的选择坚持不懈，进入所谓的“安定期”，需要的其实就是这一段打造自己，寻觅自己，养成自己的过程，无论你是背叛的这个，或是被遗弃的那位，爱情就是用这样激烈的方式，叫我们认清，不能依靠爱情，必须找到自信，学会爱人，真正能够独立，于是你能不被“孤独寂寞”所媚惑，你不会逃进爱人怀里寻求肯定，你不会患得患失，那才是你有机会好好谈一场可以克服两个完全不同的人之间的差异、所进行的“长时间的爱情关系”。

我不知道自己是如何安定下来了，我想我只是终于知道不要逃，静定下来，面对一切困难，面对自己，无论多么不堪的自己，无论曾有多么难以告人的过去，真诚地面对，勇敢地担负，并且

除了爱情之外，充实自己的生命，看见世界的辽阔，我想，我就是从这艰难的学习中找到了一点点自信，并从而可以安定下来，坚持想要的生活。

关于“自我”

你在每一段爱情里精疲力竭，后来终于发现问题并不总在对方的负心。所有爱情的问题都是“自我”的问题。

一旦恋爱你就看不见自己，眼中只有爱人，世界围绕着他打转，能做的做了，没能力做的也勉强做了，你以为这样他会快乐，而他快乐你就会快乐。你以为爱情应该“相互扶持”，却不知道你自己的行为叫做“单方面付出”……因为在付出的行为里，你才能感到安心，一旦爱情出错，人生全盘毁灭。

是该停止这样的循环，独立去解开自己人生问题的时候了，你對自己說，該從哪兒開始呢？你問自己：“我的人生究竟出了什麼差錯？我自己究竟想要怎樣的人生？我能如何為自己付出？除了戀愛，我真正熱愛的事物是什麼？如何在愛情里，還能保有自我？……”

靜夜里，你忍耐着不傳短信給他，卻写下了成年之後第一篇日記。

关于“心动”

尽情地去爱，去爱那你原本爱上的部分，那最初使你心动的刹那，某一个难以言喻的瞬间，可能是某一个姿势、表情、眼神、动作、一句话、一个傻气的举动……

就用这个支撑起所有爱情的核心吧，那最初的一眼是不会错的，其他都是相处的技巧了。

技巧可以学习，关系可以磨合，唯有最初使你心动的那个原因是学不来的，你可能会幻灭，可能会失望，但也有可能那其实就是这个人最珍贵的特质，你在第一眼已经辨认出来，后来才被现实生活的种种消磨损耗。

很有可能你最初爱上的特质，其中也包含了许多后来你慢慢会不爱的缺点。

但如果那个使你心动的特质还存在，这个人还是那个人，那么就一起把被磨损的部分打亮，学习理解人的不完美、相处的困难、人生的孤独。

是啊，相爱的人依然是孤独的，爱情无法使你避免人生的困

难，爱只是使你看见它，然后孤独地去面对，因为爱不是灵药，爱是即使在孤独中依然可以付出力量，“爱”是：我珍爱你的脆弱孤独，你的别扭，你的生硬，你的艰难，爱是正因为我知道我可以穿透那些硬壳看见最脆弱的你，那无意间暴露在我眼前的，使我想要细心爱怜。爱也可以让我穿透我自己坚硬的外壳，愿意承认受伤。

爱是两个人都主动地想要改变自己，使自己更懂得去爱，于是没有一方在抱怨。

对不起，或许我也不知道爱是什么，但我知道爱不是什么，爱不是需要，爱不是依赖，爱不是抱怨，爱不是要求，当一切都困难得无法继续时，可以反过来想着：“我有在爱你吗？”“我依然爱你吗？”“我这样做是在爱吗？”

只问自己。

只回答自己。

你会有答案。

因为最重要的也就是这样，谢谢你让我感受爱，谢谢你让我学习与人亲密，谢谢你曾经或往后还会有有的陪伴，但愿我真的爱到你了，但愿我能使你感到幸福。

关于“原谅”

你说，与他分手过了许久，已经与别人恋爱了，幸福生活里你偶尔仍会噩梦，梦里，你独自回到那个小镇，循着旧路似在寻找什么，忽然一扇门开，你攀上楼梯，一级一级，来到那学生公寓的三楼，拿着手中钥匙开门，钥匙不合，但门却开了。

门后是那样的学生世界，凌乱的房屋，两张书桌并列，两张单人床并成双人床，屋里到处挂有女孩子气的衣裙，你走逛着，并不知道为何自己来到此地，继续走着走着，突然脑中清晰一念头，“这是他与她的住处啊”，你羞愧又懊恼地夺门而出，楼梯长得像无止尽，终于打开大门，天光涌进眼中，几乎令你目盲……

现实里的你，一次也没见过他们相处的样子，而那空白的画面却成为梦里烧灼不去的场景，无人在场的羞辱，自己像是个闯入者。

对于当初发生的事，你其实什么都不知道。你所知的仅仅