

忧伤  
的情欲

周国平

ZHOU  
GUOPING

最细致地感知爱与美的相遇

欢乐的回忆夹着忧伤  
痛苦的追念掺着甜蜜

生于这世上  
没有一样感情不是千疮百孔……

北京联合出版公司

## 图书在版编目 (CIP) 数据

忧伤的情欲 / 周国平著. —北京: 北京联合出版公司, 2012. 12  
ISBN 978-7-5502-1264-0

I. ①忧… II. ①周… III. ①散文集—中国—当代 ②新诗—诗集—中国—当代 IV. ①I217.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 310274 号

## 忧伤的情欲

出品人: 王笑东  
出版统筹: 新华先锋  
责任编辑: 王巍  
封面设计: 孙丽莉  
版式设计: 王艾迪  
责任校对: 张科

---

北京联合出版公司出版

(北京市朝阳区安华西里一区 13 号楼 2 层 100011)

北京鹏润伟业印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数 163 千字 620 毫米 × 889 毫米 1/16 14.5 印张

2013 年 6 月第 1 版 2013 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-1264-0

定价: 36.00 元

---

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容  
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本社图书销售中心联系调换。

010-88876682

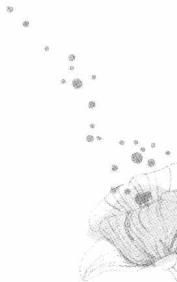


北航

C1652774

幸福是难的。也许，潜藏在真正的爱情背后的是深沉的忧伤，潜藏在现代式的寻欢作乐背后的是空虚。两相比较，前者无限高于后者。

——周国平



# 目录

## ● 上篇 说爱

- 我爱故我在 /3
- 爱是什么 /5
- 相遇是一种缘 /8
- 爱是一种能力 /11
- 爱和被爱 /13
- 爱与孤独 /15
- 两种孤独 /18
- 大爱和小爱 /21
- 及时表达你的爱 /25
- 爱情不风流 /27
- 爱情的质量 /30
- 爱情的容量 /32
- 性的神秘和伟大 /35
- 欣赏另一半 /37
- 永久的联盟 /40
- 性与爱的悖论 /42
- 爱情能否专一 /45
- 性爱与道德 /48
- 性爱中的嫉妒 /50
- 性爱中的幻想 /53
- 性爱心理学 /56
- 性爱现象 /58
- 女性是永恒的象征 /60
- 女性的智慧 /64



- 68/ 女性的魅力
- 71/ 我眼中的好女人
  - 75/ 我看女性美
  - 78/ 女性心理
  - 80/ 男人与色情
  - 84/ 两性比较
  - 87/ 两性之间
- 90/ 结婚是神圣的命名
  - 92/ 婚姻是难事
- 95/ 婚姻中没有天堂
  - 98/ 婚姻的质量
- 100/ 婚姻中的爱情
  - 103/ 爱的距离
- 106/ 宽松的婚姻
- 110/ 夫妻间的隐私
  - 112/ 珍惜便是缘
  - 113/ 伴侣之情
  - 116/ 家
- 119/ 养育小生命
- 122/ 摇篮是家的核心
  - 125/ 亲子之爱
- 129/ 孩子的世界
- 133/ 怎样做父母

*contents*

# 目录

## 下篇 忧伤的情欲

静中的图像 /141

合欢 /142

等待 /143

传说 /144

路 /145

晨月 /146

暂别 /147

林间 /148

心绪 /149

春天 /150

即兴 /151

一切终将消逝 /152

愿望 /153

印象 /154

安娜 /155

生命之岛 /156

塔与河 /157

明陵 /158

落叶 /159

秋园 /160



- 161/ 冬日  
162/ 民歌  
163/ 黄昏的桃园  
164/ 杂忆  
165/ 海边  
166/ 失眠的时候  
167/ 落日  
168/ 告别  
169/ 坦白  
170/ 爱情的遗体  
171/ 色与空  
171/ 疯子和孩子  
172/ 美  
173/ 时代  
174/ 夜思  
175/ 要走你就走吧  
176/ 幻影  
177/ 沉落的目光  
178/ 孤独  
179/ 旅客和我

# 目录

- 雾 /181
- 回乡 /182
- 列车上的沉思 /183
- 哑谜 /184
- 冬天的太阳 /185
- 乔答摩 /186
- 不安静的夜 /187
- 结尾 /190
- 梦游者 /191
- 往事 /192
- 夜游 /193
- 守护 /194
- 间隔 /195
- 吻 /196
- 迟到者 /197
- 从什么时候起 /198
- 圣诞 /199
- 节日之夜 /200
- 太阳岛 /200
- 陌生的城市 /201





202/ 事故
203/ 生命
204/ 醒
205/ 渴
206/ 一天
207/ 石阶
208/ 片刻
209/ 嫉妒与宽容
210/ 诗人
211/ 清醒的人
212/ 柔
212/ 阵雨
213/ 梦
214/ 树与木头
215/ 给 L. Y.
216/ 死
217/ 软弱
218/ 走出深刻
219/ 女儿
220/ 四月
221/ 孤儿

上  
篇

# 说 爱

爱是你的宿命  
你的禁忌 你的不治之症  
一旦发作了  
吗啡又有何用



## 我爱故我在 <<<

一切终将黯淡，唯有被爱的目光镀过金的日子在岁月的深谷里永远闪着光芒。

心与心之间的距离是最近的，也是最远的。到世上来一趟，为不多的几颗心灵所吸引，所陶醉，来不及满足，也来不及厌倦，又匆匆离去，把一点迷惘留在世上。

爱的价值在于它自身，而不在于它的结果。结果可能不幸，可能幸福，但永远不会最不幸和最幸福。在爱的过程中间，才会有“最”的体验和想象。

“生命的意义在于爱。”“不，生命的意义问题是无解的，爱的好处就是使人对这个问题不求甚解。”

大自然提供的只是素材，唯有爱才能把这素材创造出完美的作品。

正是通过亲情、性爱、友爱等等这些最具体的爱，我们才不断地建立和丰富了与世界的联系。深深地爱一个人，你借此所建立的不只是与这个人的联系，而且也是与整个人生的联系。一个从来不曾深爱过的人与人生的联系也是十分薄弱的，他在这个世界上生活，但他会感觉到自己只是一个局外人。爱的经历决定了人生内涵的广度和深度，一个人的爱的经历越是深刻和丰富，他就越是深入和充分地活了一场。

如果说爱的经历丰富了人生，那么，爱的体验则丰富了心灵。不管爱的经历是否顺利，所得到的体验对于心灵都是宝贵的收入。因为爱，我们才有了观察人性和事物的浓厚兴趣。因为挫折，我们的观察便被引向了深邃的思考。一个人历尽挫折而仍葆爱心，正证明了他在精神上足够富有，所以输得起。

人们常说，爱情使人丧失自我。但还有相反的情形：爱情使人发现自我。在爱人面前，谁不是突然惊喜地发现，他自己原来还有这么多平时疏忽的好东西？他渴望把自己最好的东西献给爱人，于是他寻找，他果然找到了。呈献的愿望导致了发现。没有呈献的愿望，也许一辈子发现不了。

相思不只是苦，苦中也有甜。心里惦着一个人，并且知道那个人心里也惦着自己，岂不比无人可惦记好得多？人是应该有所牵挂的，情感的牵挂使我们与人生有了紧密的联系。那些号称一无牵挂的人其实最可悲，他们活得轻飘而空虚。

我突然感到这样忧伤。我思念着爱我或怨我的男人和女人，

我又想到总有一天他们连同他们的爱和怨都不再存在，如此触动我心绪的这小小的情感天地不再存在，我自己也不再存在。我突然感到这样忧伤……

## 爱是什么 <<<

爱是一份伴随着付出的关切，我们往往最爱我们倾注了最多心血的对象。

爱是耐心，是等待意义在时间中慢慢生成。

爱，就是在这一世寻找那个仿佛在前世失散的亲人，就是在人世间寻找那个最亲的亲人。

哪怕有情人终成眷属，那陪伴着轮回转世的爱人也永在互相的寻找之中，在互相的寻找之中方有永恒的爱情。

爱一个人，就是心疼一个人。爱得深了，潜在的父性或母性必然会参加进来。只是迷恋，并不心疼，这样的爱还只停留在感官上，没有深入到心窝里，往往不能持久。

爱就是心疼。可以喜欢许多人，但真正心疼的只有一个。

爱，就是没有理由的心疼和不设前提的宽容。

爱就是对被爱者怀着一些莫须有的哀怜，做一些不必要的事情：怕她（他）冻着饿着，担心她遇到意外，好好地突然想到她有朝一日死了怎么办，轻轻地抚摸她好像她是病人又是易损的瓷器。爱就是做被爱者的保护人的冲动，尽管在旁人看来这种保护毫无必要。

不论男女，真爱的时候必定温柔。爱一个人，就是疼她，怜她，宠她，所以有“疼爱”、“怜爱”、“宠爱”之说。疼她，因为你认为她在受苦。怜她，因为你觉得她弱小。宠她，因为她这么信赖地把自己托付给你。女人对男人也一样。再幸运的女人也有受苦的时候，再强大的男人也有弱小的时候，所以温柔的呵护总有其理由和机会。

有爱便有牵挂，而且牵挂得似乎毫无理由，近乎神经过敏。你在大风中行走，无端地便担心爱人的屋宇是否坚固。你在睡梦中惊醒，莫名地便忧虑爱人的旅途是否平安。哪怕爱人比你强韧，你总放不下心，因为在你眼中她（他）永远比你甚至比一切世人脆弱，你自以为比世人也比她自己更了解她，唯有你洞察那强韧外表掩盖下的脆弱。

爱本质上是一种指向弱小者的感情，在爱中，占优势的是提供保护的冲动，而非寻求依靠的需要。如果以寻求强大的靠山为

鹤的，那么，正因为再强的强者也有弱的时候和方面，使这种结合一开始就隐藏着破裂的必然性。

人们说爱，总是提出种种条件，埋怨遇不到符合这些条件的值得爱的对象。也许有一天遇到了，但爱仍未出现。那一个城市非常美，我在那里旅游时曾心旷神怡，但离开后并没有梦魂牵绕。那一个女人非常美，我邂逅她时几乎一见钟情，但错过了并没有日思夜想。人们举着条件去找爱，但爱并不存在于各种条件的哪怕最完美的组合之中。

爱不是对象，爱是关系，是你在对象身上付出的时间和心血。你培育的园林没有皇家花园美，但你爱的是你的园林而不是皇家花园。你相濡以沫的女人没有女明星美，但你爱的是你的女人而不是女明星。也许你愿意用你的园林换皇家花园，用你的女人换女明星，但那时候支配你的不是爱，而是欲望。

爱的给予既不是谦卑的奉献，也不是傲慢的施舍，它是出于内在的丰盈的自然而然的流溢，因而是超越于道德和功利的考虑的。尼采说得好：“凡出于爱心所为，皆与善恶无关。”爱心如同光源，爱者的幸福就在于光照万物。爱心又如同甘泉，爱者的幸福就在于泽被大地。丰盈的爱心使人像神一样博大，所以，《圣经》里说：“神就是爱。”

爱是给予，对于爱者来说，这给予是必需，是内在丰盈的流溢，是一种大满足。温柔也是一种能量，如果得不到释放，便会造成内伤，甚至转化为粗暴和冷酷。好的爱情能使双方的这种能量获得最佳释放，这便是爱情中的幸福境界。



“爱就是奉献”——如果除去这句话可能具有的说教意味，便的确是真理，准确地揭示了爱这种情感的本质。爱是一种奉献的激情，爱一个人，就会遏制不住地想为她（他）做些什么，想使她（他）快乐，而且是绝对不求回报的。爱者的快乐就在这奉献之中，在他所创造的被爱者的快乐之中。最明显的例子是父母对幼崽的爱，推而广之，一切真爱均应如此。可以用这个标准去衡量男女之恋中真爱所占的比重，剩下的就只是情欲罢了。

爱是一种了解的渴望，爱一个人，就会不由自主地想了解她（他）的一切，把她所经历和感受的一切当做最珍贵的财富接受过来，精心保护。如果你和一个异性发生了很亲密的关系，但你并没有这种了解的渴望，那么，我敢断定你并不爱她，你们之间只是又一段风流因缘罢了。

## 相遇是一种缘 <<

人与人的相遇，是人生的基本境遇。爱情，一对男女原本素不相识，忽然生死相依，成了一家人，这是相遇。亲情，一个生命投胎到一个人家，把一对男女认作父母，这是相遇。友情，两个独立灵魂之间的共鸣和相知，这是相遇。