

单身 恋习题

BEING
SINGLE

大A 旷文涛/著

一个人不寂寞
寂寞是走在不爱自己的人
身边的时候

大A 作品
mississ



单身 恋习题

大A 旷文涛/著

3



自序

爱一个人，出自于本能

我一直是个对什么都可有可无的人。没有什么物质欲望，给我再多，所要的还是有限。没有非得到不可的成就，有几分本事过几分日子，把平安度日当做太平盛世。

后来才知道，我不是高明到随遇而安，而是我行我素。因此，在爱情里面，我就是目中无人：其他事情都与我无关，只看得到被爱着的那个人。注定是一场接着一场的悲剧。

像是新生儿般得到喜爱，无预警被遗弃。期望着被收留，失望之后拉拔自己长大。

我的骄傲无可救药。于是书写，抒发着写。孜孜矻矻，孜孜不倦。

原来，比较敏感热情的人，在爱情里面就是要不断练习。练习平衡感，不要老是爱别人比自己多。练习无论如何无可奈何，也要良心完整。给不了幸福，也要给祝福。

原来，即使有些事情忘记不了，也没有什么事情过去不了。

给粉丝：谢谢你们，使我知道不是只有我在努力，将爱情进行到底。

给朋友：谢谢你们，随时接住得意和失败的我。

给你们：负欠你的，愿你在别处都得到。

给过去的自己：不要担心。我已经平安而健康地长大。

给我的父母：谢谢你们为我上的第一课——没有回报前，就先去爱。爱一个人，出自于本能，而不是责任和义务。

一个人也很好

你喜欢的自由不是来自于你想做什么就可以做，
而是你不再需要指望另一个人。你学会自给自足。

A.1

自序

A.1

一个人也很好

1. 一个人也很好 /003
2. 单身的原因 /007
3. 不结婚的好女人 /011
4. 不结婚好吗 /016
5. 30岁 /020
6. 30岁又怎样 /025
7. 我的女朋友们 /028
8. 习惯一个人 /032
9. 有未来的感情 /036
10. 非黑即白 /039

目录 CONTENTS

A.2

很伤心了以后

1. 很伤心了以后 /045
2. 那些失去的日子 /050
3. 关于伤害 /055
4. 害怕 /059
5. 新陈代谢 /063
6. 身体都知道 /067
7. 安全感 /071
8. 喜欢，在一起 /075
9. 还是好朋友 /079
10. 朋友的朋友 /084
11. 还是会寂寞 /088
12. 祝你幸福 /091

A.3

那些男人教我的事

1. 那些男人教我的事 /097
 2. 彼得潘男孩 /101
 3. 再看看先生 /104
 4. 大魔王 /107
 5. AIDEN vs. BIG /111
 6. 旧情人 /116
 7. 风筝先生 /121
 8. 我的男朋友们 /124
 9. 好男人 /129
 10. 前女友 /133
-

A.4

不方便的爱情

1. 我们没有在一起 /139
2. 不只是朋友 /142
3. 我不是她 /146
4. 不方便的爱情 /150
5. 远距离恋爱 /153
6. 马拉松的恋爱 /157
7. 第三者 /161
8. 姐弟恋 /167
9. 一夜情 /171
10. 一起在一起 /175
11. 简单的爱情 /179

A.5

再见的运气

1. 再见的运气 /185
2. 台北的爱情 /188
3. 旅行的意义 /192
4. 还没有遇见的你 /197

目录 CONTENTS

A.6

自己的故事

1. 自己的故事 /203
2. 给过去的自己 /206
3. 给现在的自己 /209

一个人也很好



你不再是个不能自处的人，开始习惯一个人的生活。

以前的你怕被冷落，所以一直恋爱。你可以接受男朋友不在身边，可是不喜欢心里没有人。你是个好强的人，很多话都不会对朋友说，你只想跟一个人说。你迷路了，打给他。你出门找不到衣服穿，打给他。你不知道要说什么，打给他问他在干吗，有没有想讲的话。

过了 25 岁以后，你的空窗期越来越长。追过你的男人，一个接着一个结婚。30 岁之后，你的单身状态从现在进行式成为不变的现在式。那些结婚的男人，一个又一个有了小孩。

朋友的聚会，开始有了婴儿的哭闹声。你的好姐妹，以前拿LV包包，现在换成了可以装尿布的妈咪包。

你一开始不能接受，怎么会到现在还是一个人。就像是一直被看好的学生，高考竟然失常落榜。你会寂寞、会着急，会在男性友人说你已经是熟女、败犬、没有行情这些话的时候不高兴。与其说是生气不如说是沮丧。因为你比他们都清楚，要承受更多还没有结婚的压力。

所幸，因为你经过一场如同灾难一般的失恋，好像逃出升天。于是知道了平安就是福气，没有痛苦就应该快乐。你不用再靠喝酒才能睡着，不再害怕睡着以后会做什么梦就是侥幸。

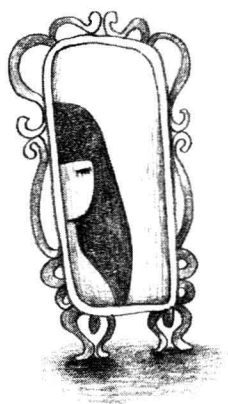
因为不想再那么狼狈，你开始宠自己。然后你发现，不用空出周末等一个人，你可以定期做脸部保养。你终于开始减肥，因为不再需要为了延长在一起的时间而吃很多晚餐和夜宵。你终于能够放心地和朋友们出去，一起学瑜伽、法文，看音乐剧和独立制片的电影，不再担心有人无聊，不需

要看手机有没有未接来电。

相恋的时候，你喜欢对方。现在的你终于可以最喜欢自己。你以前做什么事情都为对方着想，现在你比爱过的任何一个男人，都更疼自己。每个人都喜欢自由，你喜欢的自由不是来自于你想做什么就可以做，而是你不再需要指望另一个人。你学会自给自足。

于是你不再急着谈恋爱。你想得很清楚。如果一个人对自己，都比不上朋友对自己的好，那就不要了。不要让朋友担心，他们为你担过多少次心，没有道理对他们这么不公平。如果你跟一个人在一起，没有比你单身的时候更开心，那就不要了。没有必要每一次谈恋爱，都搞得像是悲剧。没有人同情自溺的人。

你还是想恋爱，想要遇到一个人，让你在爱里还是可以做你自己。不要再有那么多隐藏的情绪，不要老是担心原本的自己会不讨喜。一个人很好，两个人也很好。重要的是，下一次你会记得，自己有多好。



相恋的时候，你喜欢对方。
现在的你终于可以，最喜欢自己。

单身的原因



你发现，年纪越大，越是很难和另外一个人在一起。

原因不是因为条件。你还是有很多人喜欢，和年华正茂的时候一样。你活得比以前更好，开始能喝出红酒的不同。你不再像年轻的时候一样任性，动不动就发脾气。你把自己当成在投资的艺术品，运动、保养、化妆，让你看不出来年纪。

也不是因为对爱情死心。你去参加朋友的婚礼，想到新人好不容易走到这里，你总会红了眼睛。你经过前男友租过的房子，想起你们一起在宜家买的家具。朋友们要帮你介绍对象，你会精心打扮后出席。

你却一直都单身。每年站在生日蛋糕前，都希望身边有另外一个人一起许愿。一些客气的场面，有人来搭讪的场合，没有人相信你是单身。他们给了一个省事的结论：你太挑了，希望你降低标准。你在心里面笑：所以是其他人都不挑？

可是你自己知道，为什么不能好好谈一场恋爱。就是因为，你太清楚自己是怎样的一块料，所以不能再轻而易举地把自己交出去。就像是，有一天你发现跌倒以后的伤口，会开始留下疤痕，你走路不再大步跨出去。

因为，你惯性太强、记性太好。你认识一个人很简单，忘记一个人很困难。你曾经心满意足地闭上眼睛，让你爱的人带你去任何地方，最后差点回不来。所以不能再失去方向感。

于是你就变得胆小了。以前你喜欢男生有幽默感，现在你在乎安全感。以前你打电话找不到人就拼命地打，现在你发了短信没有回应，睡觉前就关机。以前你最感兴趣的话题

是对方的过去，现在你先关心这是不是一份有未来的感情。

所以，周末的晚上，你宁愿和一群朋友喝酒，也不问约会对象今天有没有空。你早就已经下班，还在公司观察朋友的 MSN 和 Facebook 动态。你安慰自己，有朋友也很好，一个人生活也很好。你忘记了当另外一个人女朋友的感觉，忘记了被带出去的时候，要怎么介绍自己。

只是，你不是做了决定要单身，就像你也没有计划过要用哪一只手写字。不过是既然如此那就适应。你想要有人一起去旅行，一起去看让你哭哭啼啼的电影。你想和那样的人说自己准备好了，只是没有勇气，只是请对方多点耐心。你想说不再需要太多惊喜，在心里等的是一份相依为命的感情，抬起头来相视而笑，安心地生活，如此而已。



以前你喜欢男生有幽默感，
现在你在乎安全感。