



情感 梦夕之声



梦晓 著

我并不想点燃那片天空，但是我真的希望在你觉得孤单、寂寞的时候，在你觉得暗夜里没有亮光的时候，我能够是一颗还可以有一些光芒的小星星。也许，我们只有共同同行的一小段时光，也许有一天，你会把我当作你生命中永远的一段记忆，甚至遗忘。没关系，只要我们在的那段日子里，相互珍惜、彼此寄许。都市的夜晚，寂寞的人们靠说话来相互取暖。



赠送 30 小时在线听
减压音乐小品 69 首

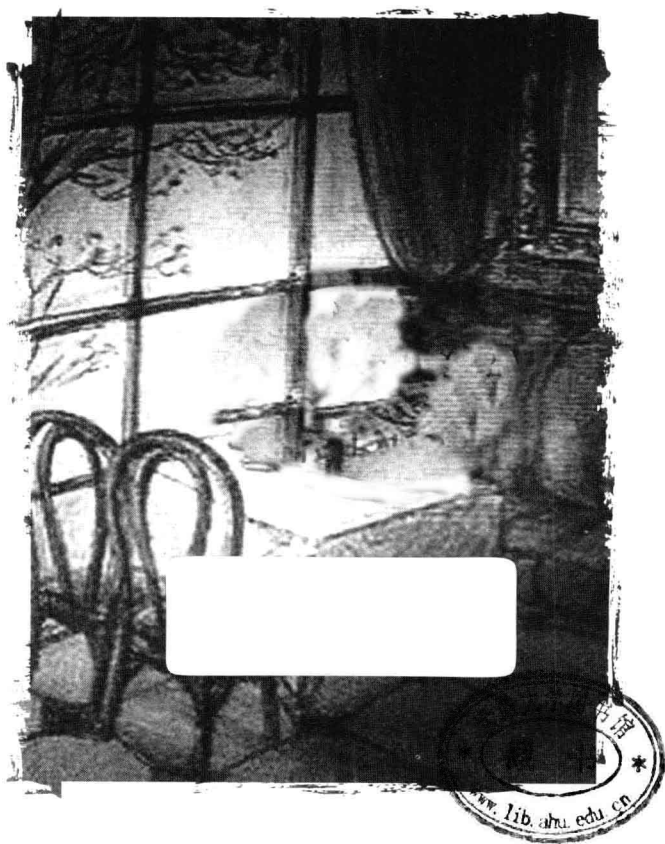
库客提供音乐版权

SMPH
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

SLAV
上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN

情感梦之声

梦晓 著



 **SMMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPPH.CN

 **SLAU**
上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN

图书在版编目 (CIP) 数据

情感梦之声 / 梦晓著 - 上海: 上海音乐出版社, 2013.8

ISBN 978-7-5523-0292-9

I. 情… II. 梦… III. 情感 - 通俗读物 IV. B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 179302 号

库客音乐提供音乐版权

书 名: 情感梦之声

著 者: 梦 晓

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 龚 蓓

音像编辑: 龚 蓓

插 图: 当 当

封面设计: 郑 杰

印务总监: 李霄云

上海音乐出版社、上海文艺音像电子出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路 7 号 邮编: 200020

上海文艺出版 (集团) 有限公司: www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址: www.smph.cn

上海音乐出版社电子信箱: editor_book@smph.cn

上海文艺音像电子出版社邮箱: editor_cd@smph.cn

印刷: 上海市印刷十厂有限公司

开本: 787×1092 1/16 印张: 15 插页: 2 图、文: 240 面

2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5523-0292-9/J · 0243

定价: 50.00 元

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究



关于梦晓

(序)

1994年,上海有一本非常有名的杂志,叫做《海上文坛》。年轻的主持人梦晓,第一次上了那本杂志的封面。

封面上,梦晓在演播室里,头戴耳机,瞪着大眼,身体微微靠前,神态安静专注……20年后,我们几个好姐妹一起陪梦晓过生日,我说起了那个封面,梦晓羞涩地笑了。我喜欢梦晓略带羞涩的笑容,温暖、明亮,还有一点小女生的乖巧。生活中,当她卸掉了制作人、主持人的身份,就是甜美又可爱的女子,这样的干干净净的女子,天生好命,恰恰她惜福、知足、感恩,于是,命运也更加眷顾她,赋予她使命和责任,让她从从容容地挑起一份又一份担子,也让她拥有今天的成就,并且刻进上海这座城市的夜与昼。

有人把梦晓誉为“魔都深夜的耳朵”,因为她是全国最早主持深夜谈话节目的主持人之一,而且现在我们也夜夜如约《梦晓时间》。有人把梦晓赞为“全能丽人”,因为她监制话剧、当专栏作家、做客电视栏目,但

是,她更让人肃然起敬的是她有十几年危机干预和心理咨询的经历,并且现在一直是监狱和强制戒毒所的特邀辅导员……她的真,她的善,她的美,实实在在写进了上海的情与爱。

而我想说,好女人无数,梦晓只有一个。

生活里,梦晓率真、直接。这一定跟她长期做主持人有关,总能在与人交流的第一时间,单刀直入、干净利落、明察秋毫,以最自然和直接的方式示人。以前看她做《相伴到黎明》节目,一晚上接七八个电话,夜深人静,为情所困的人们,希望电波那一头的人,能是自己生命里的最后一根稻草。梦晓举足轻重,或劝慰、或开导,言语点穴,击中要害,却又给对方留有余地,进退自如。这,就是真诚的魅力,将心比心,想人所想。梦晓的主持,凭着真实、真挚、真心,一做就是20年。就在她功成名就的今天,每次进直播间,那份最初的“初心”,“真纯”,从来都在。

一个人的善良,不光光是做人的本色,也能带给周围人力量和快乐。时间是沙漏,什么都能过滤和滴漏,唯有善意、善良、善心,点点滴滴,让人感动。于是,梦晓的善,就理所当然地让她拥有众多忠实的听众和永



远的朋友。

我常常在晚上听她的节目,她的善,穿透在节目的氛围里。记得有一个母亲打来电话,她因为感情,对自己的亲生孩子不闻不问。于是,梦晓就掏心掏肺地劝她为什么不想想孩子!你还是一个母亲吗?你想想孩子长大了会不会因为失去母爱而变得冷漠呢?那一刻,我听着梦晓的苦口婆心,理解她在当了母亲后,更多地把对人世间的悲欢离合融进了节目里,让人分享,也让人理解。

朋友们都说梦晓 20 年不变,容颜依旧灿烂阳光,声音依旧纯粹、明快……好吧,说说她的声音。梦晓的声音识别度很高,她不嗲,也没有气声,甚至没有传统中字正腔圆的播音调,她很平实,很正,又没有居高临下的清高,亲切、质朴,就是梦晓的特色。她能用这样的声音,第一时间令你觉得相信她是可靠的、安全的,她是可以托付的、可以倾诉的、可以放心的。

现在,梦晓的书《情感梦之声》出版了,字里行间,细细品来,是一本中国当下老百姓的情感汇编。我们诉说什么,我们懂得什么,我们困惑什么……理解了百姓的情感,也就理解了这个社会 and 人生。这,也正是梦

情感梦之声

晓坚持下去的勇气吧！

“为什么你的名字叫‘梦晓’呢？”我问。

梦晓笑了。

还是大学时代吧？她想给自己起个笔名，写写文章可以用呢，于是，就“哗哗哗”地翻字典。哦，先翻到了一个“梦”字，不错，接着来……再翻，这次，翻到了一个“晓”字……

“梦晓”，冥冥之中，是一份命运的嘱托，让这个女子肩负一份责任，去打开一扇扇心门，去守住、保护、温暖那些需要关怀的心灵。

在每一个梦的夜晚和早晨，梦晓就这样，始终都在，给你希望和力量。

王丽萍

上海电视家协会副主席、国家一级编剧



目 录

关于梦晓（序）	王丽萍	001
爱不等于迁就		001
爱的能力		003
爱了却不能结婚		005
爱情和友情的冲突		007
爱情女斗士求真爱		009
爱情与亲情		011
爱上有钱男人的困扰		013
不被祝福的爱情		015
不快乐的爱		017
重拾还是放弃		019
等不到的电话		021
丢不掉的旧爱		023
搭档能否成伴侣		025
打破暧昧的担忧		027

情感梦之声

凤凰男和城市女的故事·····	029
该不该囤备胎·····	031
感觉很爱·····	033
闺蜜横刀夺爱·····	035
关于裸婚·····	037
回不去的爱·····	039
好朋友未必会是好伴侣·····	041
好友是小三·····	043
和上司谈恋爱·····	045
婚前发现他的秘密·····	046
婚前要把自己给他吗·····	048
孩子是前男友的·····	050
惑·····	052
姐弟恋·····	054
结婚在即，她突然退缩·····	056
戒烟的承诺·····	058
激情后的冷漠·····	060
“孔雀型”的男友·····	061
恋爱应该经济独立吗·····	063
两地分居的爱·····	065



老公的暧昧关系·····	069
灵与肉的取舍·····	071
冷战过后，如何收场·····	073
浪子回头金不换·····	075
迷失·····	077
没有安全感的关系·····	079
没有结果的纠缠·····	081
明知不爱·····	083
男友很宅·····	085
黏人的男友·····	087
年长不代表成熟·····	089
如何改变他的强势·····	091
如何面对“不拒绝、不接受”·····	093
如何忘记他·····	095
如何为他分担压力·····	097
是不是我贪心·····	099
试离婚试出了真离婚·····	101
闪婚又闪离，我还有爱的资格吗·····	104
收留闺蜜的困惑·····	106
剩女的困惑·····	108

情感梦之声

他背叛我了吗·····	111
他的父母不喜欢我·····	113
他的前女友总来骚扰·····	115
他还爱着前女友·····	117
他会是我的奇迹吗·····	119
他拒绝亲密·····	122
他说我专制·····	124
他是孝子·····	126
他突然对我很好·····	128
他为何言行不一·····	130
他为了婆婆打我·····	132
他心里有没有我·····	135
他因前女友的离婚而中止婚事·····	138
同性之爱·····	139
我不信他·····	144
我不知道·····	146
我曾经犯过错·····	149
我的丈夫没断奶·····	152
我该选谁·····	154
我该追求这个男人吗·····	156



我拒绝了老公的亲近·····	158
我们该分手了吗·····	160
我是爱玩的女生·····	162
我为难在妈妈和丈夫中间·····	164
我要隐私·····	166
无意做“小三”·····	168
无法容忍他的过去·····	172
喜欢上他的好朋友·····	174
信任不是放任·····	176
信任危机·····	178
现实“艳照门”·····	180
希望他主动提出分手·····	183
想要亡羊补牢·····	185
性重要吗·····	188
有必要结婚吗·····	191
要不要向现实低头·····	193
一个贪玩又说谎的男人·····	196
一朝被蛇咬·····	198
遇见“钻石王老五”·····	200
狱中如何维系感情·····	202

情感梦之声

走出高墙前的不安·····	205
真的不能再继续了吗·····	207
追来的“幸福”·····	209
自私和功利·····	211
这是一夜情吗·····	213
这样的幸福要不要·····	214
 附录一 梦之声导师推荐·····	 216
附录二 重新认识音乐的旧友新朋（减压音乐推荐）·····	219
后 记····· 梦晓	225



爱不等于迁就

我的男朋友是个飞行员，很帅，人也不错，我很崇拜他。可能也是因为这个原因，我们相处的时候，总是我迁就他。比如他一休息，我就会丢下手头所有的事情和朋友，赶过去陪他打游戏。有一次，他打篮球时脚受伤了，我买了中药，天天给他烧水泡脚。可当他脚好了，就开始往外面跑，成天和朋友们在一起，完全不在乎我的感受，连我开口问他讨一束花都讨不来。我想过，其实我也有错，错在我太迁就他了，太爱他了，爱得没有了自己，我在变，可是我还是对以后没有信心。



在你的感情里，我看到了四个字：卑颜屈膝。记得《简爱》中有段经典的话语：“不要因为我矮小、不美、贫穷就轻视我，在上帝面前，我们的灵魂是一样的……”而在你的感情中却是你轻视了自己。

情感梦之声

从一开始,你就把自己放在一个卑微的、毫无主心骨的位置上,要知道,任何盲目的讨好、顺从都换不来真心的情感和尊重,很不幸的是,你恰恰不幸这样了。所以,不是你“也有错”,而是根本就是你的错!你错在把情感中的两个人放在了不平等的位置上,你错在以为丧失自我就可以换来爱情,你错在选择了错误的爱的方式,以至于根本无从了解你和他是否合适,这份爱是否值得。

如果对方爱的不是你,而是你给他的这些“好”,那这爱情恐怕就是苦海,我们唯一能做的是:咬牙放弃,回头才是岸。



爱的能力

我是在校研究生，男友和我同岁，已经工作了。他在大学时有个女朋友，谈婚论嫁的时候背叛了他，嫁给一个年龄很大的男人。我想这对他很有影响吧，之后，他一直有点游戏人间的感觉，跟好几个女生交往过，但都不了了之。我们是去年4月在一起的，相处得不错，但他经常在我和朋友面前谈论他的前女友。我可以理解他的心情，但难免不舒服，常拿分手说事。最近我看他的聊天记录，竟然发现他和一个女同事发生了一夜情，一下子感觉闷掉了。

冷静思考我们的感情，我觉得我们对待感情都不成熟。他虽然经历了很多次感情，但仍不懂得怎样去爱一个人。而我，处于一种非常浪漫的想法中，认为爱情就是：唯愿君心似我心，定不负相思意。目前，我们决定分开，但是我还是很爱他，他也爱我。我们还有在一起的可能吗？



我们常看见有人把正常的事情当作悲情来说事儿,比如你信中所说的男友。恋爱选择原本是无可厚非的事情,人家没有选择他结婚,说明他不是人家的最佳选择,这和背叛没有关系,可是他却借此将这作为自己伤怀和堕落的借口:今天不分场合地感怀旧人、明天放纵自己一夜欢情。这些都未免太小儿科了一点,换作是我,也早早地逃离,怎么敢和这样的人终身相依?

你说你们很相爱,可我从你的描述中看不出他爱你的行为举止,我很赞同你的一句话:“他虽然经历了很多次感情,但仍不懂得怎样去爱一个人。”如果一个人有过经历却不会长大,那就要对他爱的能力打个问号,而一个爱的能力有偏失的人是无法在当下给你带来幸福的。

因此,你们之间的问题不是他的这次一夜情,而是他是否具有爱的能力。