

谁动了我的爱情

雷华锋/著



失去了爱情并不可怕，最可怕的是你丢失了敢爱的勇气。如果在爱情面前丢失了自我，终有一日，我们都将沦为爱情的奴隶。

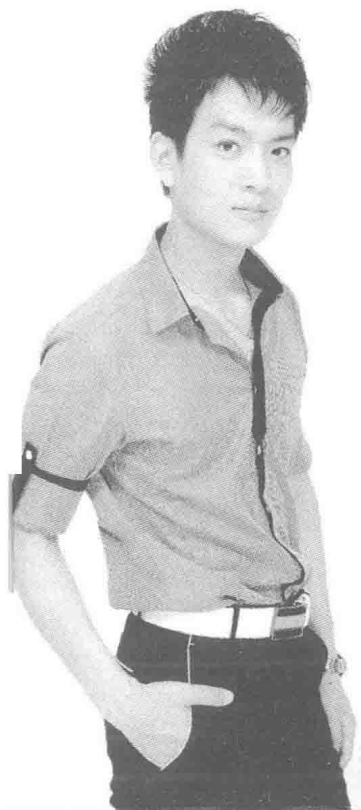
爱情最好的结局是，要么，两个人都拥有主导权，要么，都没有主导权。完美的爱情，只有两个相爱的人，在平等的基础上才能共同驾驭。

天津出版传媒集团

百花文艺出版社

谁动了我的爱情

雷华锋/著



失去了爱情并不可怕，最可怕的是你丢失了敢爱的勇气。如果在爱情面前丢失了自我，终有一日，我们都将沦为爱情的奴隶。

爱情最好的结局是，要么，两个人都拥有主导权，要么，都没有主导权。完美的爱情，只有两个相爱的人，在平等的基础上才能共同驾驭。

天津出版传媒集团

百花文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

谁动了我的爱情 / 雷华锋著. — 天津: 百花文艺出版社, 2014. 7

ISBN 978 - 7 - 5306 - 6444 - 5

I. ①谁… II. ①雷… III. ①散文集 - 中国 - 当代
IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 136483 号

责任编辑: 孙嘉镇

装帧设计: 博克思文化

出版人: 李华敏

出版发行: 百花文艺出版社

地址: 天津市和平区西康路 35 号 邮编: 300051

电话传真: +86 - 22 - 23332651 (发行部)

+86 - 22 - 23332656 (总编室)

+86 - 22 - 23332478 (邮购部)

主页: [http: // www. bhpubl. com. cn](http://www.bhpubl.com.cn)

印刷: 北京洲际印刷有限责任公司

开本: 880 × 1230 毫米 1/32

字数: 266 千字

印张: 8

版次: 2014 年 7 月第 1 版

印次: 2014 年 7 月第 1 次印刷

定价: 28.00 元



得到的时候也在失去

有读者问过我：“是不是任何事情都有因果？是不是所有的事情都有正反两面？”

是的，凡事都有两面。你在思念某个人的时候，在某个不经意的角落，一定会有另一个人在为你心碎。你爱上了一个不爱你的人时，同样有个你不爱的人深爱着你。我们在付出的同时，也在无形地收获，我们在得到的同时，也在失去某些东西，你不知道，那是因为还未察觉而已。

朋友曾经不解地问过我：“你笑起来真的很迷人，为什么每天都能笑容灿烂？”

笑容灿烂并不一定快乐，有可能朋友只是看到了一个假象的我。为什么会笑？我孩提时不会这样的，因为有人宠着，所以会任性，开心的时候会笑，不高兴的时候会沉默。后来，不知道从什么时候开始，我觉得要改变一下自己，步入社会，意味着已经过了任性骄纵的年纪。曾经自以为是，我却失去了许多机会；在有意识的改变中，我已经无意识地成了另一个真实的自己，好像没有以前的稚嫩，好像没有了眼泪，好像没有了解决不了的问题。

于是，我会笑着告诉所有人：“开心和不开心都是要过日子的，如果要选择，为什么不选择开心地过日子呢？”

很多时候就是这样，一旦时间久了，某些曾经以为很难养成的习性，就成了自然而然的习惯或事情。纵使不再是曾经的自己，也还是另一个最真实的全新的自己，我们失去了曾经，却拥有现在，没有了过去，却还拥有未来。

我们都是中得到享受快乐，在失去中温习坚强。只是，我们在得到某些成功之前，却为之付出了诸多艰辛和努力；在失去中，我们曾悲戚无助，却给了我们坚持的理由，还有步入成熟的信念。

到了一定年纪，我们都会探讨自己或者某个人的成就，这成就，并非以金钱作为衡量标准，而是在我们一生中，善待过多少人？负过多少人？有多少人在怀念你？又有多少人还在憎恨你？商界人士的账簿，记录收入与支出，两数相减，便是赢利。而一个人的人生账簿，应该是记录爱与被爱，成功与失败，双数相加，方为成就。这个成就，永远都是在得到与失去中衡量的。

我们都是生活在自己的圈子里，很多年都未曾知道，自己到底是不是曾经的那个自己，时间给了我们成熟，却让我们迷失了最真的自我，甚至连对自己的了解度都变得如此陌生。

我们爱上了某个人，并且为他努力地改变自己，辛苦地付出，最终博得了他的爱。但是，当爱上之后却发现，为他改变了许多，现在的我，连自己都感觉到陌生。随着我们在这条路上越走越远，我们甚至都不敢相信，自己的生活全然会以另一个人为中心。那一刻，你突然觉醒：“我怎么能够允许这样的事情发生？”

我们得到了爱情和婚姻，却失去了自我。

很小的时候，很羡慕大人能够做自己想做的事情，于是，我们希望自己快点长大。多年以后，长大了，却发现丢失了童年的无忧无虑；单身时，很是艳羡恋人们的浪漫甜蜜。后来，恋爱了，却发现自己竟然还丢弃不了那份对单身时自由的怀念。很多事物，没有得到时总觉得美好，得到之后才开始了悟：我们在得到某些自己想要的东西的同时，也在无形中失去我们今后必然会怀念的人和事。



爱到只剩下回忆

- ❖ 那时的爱或喜欢，已不再重要 · 003
- ❖ 时间与爱情，旧爱与新欢 · 005
- ❖ 爱情的回忆 · 007
- ❖ 相遇与不再相遇 · 009
- ❖ 思念的滋味 · 011
- ❖ 时间会给你答案 · 013
- ❖ 爱情，平淡才是真 · 015
- ❖ 寂寞的爱恋 · 017
- ❖ 时间是多情的 · 019
- ❖ 女人的眼泪 · 021
- ❖ 爱到只剩下回忆 · 023
- ❖ 谁会在乎你 · 025
- ❖ 选择离别得了殇伤 · 027
- ❖ 有缘无分的爱 · 029
- ❖ 用“昵称”给爱情保鲜 · 031
- ❖ 撒娇，让爱情变得更美 · 033
- ❖ 有种爱恋叫离开 · 035
- ❖ 迷失自我 · 037
- ❖ 无名指的承诺 · 039
- ❖ 让分手变得快乐 · 041
- ❖ 上瘾还是恋旧 · 043
- ❖ 为爱坚持 · 045
- ❖ 学会做个小女人 · 047
- ❖ 谁来给你暖被窝 · 049
- ❖ 有种真爱叫付出 · 051
- ❖ 曾经的回忆 · 053
- ❖ 因爱而放手 · 055
- ❖ 为爱情守候寂寞 · 057
- ❖ 甜蜜的记忆最难忘 · 059
- ❖ 在爱情中变得成熟 · 061



目

录

Contents

2

爱情里的谎言

- ♥ 现实爱情，吃软还是吃硬 · 065
- ♥ 我对幸福的定义 · 067
- ♥ 难以启齿的爱恋 · 069
- ♥ 让希望爱上你 · 071
- ♥ 爱情储备 · 073
- ♥ 一见钟情的爱情不靠谱 · 075
- ♥ 有一种爱叫作无奈 · 077
- ♥ 原谅与不原谅 · 079
- ♥ 爱情的沦陷 · 081
- ♥ 失恋后的疗伤 · 083
- ♥ 漂亮的女友 · 085
- ♥ 谎言背后的真相 · 087
- ♥ 恋爱付出要有个底线 · 089
- ♥ 爱情里的谎言 · 091
- ♥ 男人，别以爱的名义啃女人 · 093
- ♥ 你的爱情成功吗？ · 095
- ♥ 爱情不是游戏 · 097
- ♥ 时间流逝告诉你的真相 · 099
- ♥ 说话的艺术 · 101
- ♥ 欠下的情债 · 103
- ♥ 幸福是爱情的承诺 · 105
- ♥ 欺骗女人情感的男人 · 107
- ♥ 相敬如宾未必就幸福 · 109
- ♥ 占有欲很可怕 · 111
- ♥ 平淡与幸福有关 · 113
- ♥ 中了爱情的毒 · 115
- ♥ 最爱的人未必能携手终生 · 117
- ♥ 耐不住寂寞的爱情 · 119
- ♥ 真心换真爱不靠谱 · 121
- ♥ 在爱情面前高贵点 · 123

婚姻是爱情的坟墓

- ♥ 女人不是天生的巫婆 · 127
- ♥ 爱你才吃醋 · 129
- ♥ 婚姻终究会有瑕疵 · 131
- ♥ 有爱的婚姻才是真幸福 · 133
- ♥ 平淡也是种幸福 · 135
- ♥ 今晚吃什么 · 137
- ♥ 久违的昵称 · 139
- ♥ 别拿老婆去比较 · 141
- ♥ 离婚，没什么大不了 · 143
- ♥ 迷人的朴实爱情 · 145
- ♥ 我眼中的婚姻 · 147
- ♥ 婚后邂逅艳遇 · 149
- ♥ 讲爱的家庭最幸福 · 151
- ♥ 不下流的色男人 · 153
- ♥ 吃醋证明我爱你 · 155
- ♥ 经营爱情前先经营好自己 · 157
- ♥ 有种幸福叫争吵 · 159
- ♥ 这就是老公 · 161
- ♥ 鱼水之恋故事二则 · 163
- ♥ 随时随地聊天的人 · 165
- ♥ 婚姻是爱情的坟墓 · 167
- ♥ 爱美女更爱老婆 · 169
- ♥ 有深度的男人 · 171
- ♥ 先恋爱再结婚 · 173
- ♥ 老公不是皇帝，老婆并非女佣 · 175
- ♥ 婚姻有时与爱无关 · 177
- ♥ 想出家的男人 · 179
- ♥ 离婚后，好好爱自己 · 181
- ♥ 爱情的生命，婚姻的长度 · 183
- ♥ 结婚需要一个理由 · 185



爱情合适就好

- 💞 对某人的依赖 · 189
- 💞 爱情的天长地久 · 191
- 💞 恋上一个人之后 · 193
- 💞 一碗白面条的爱情 · 195
- 💞 选男友还是选老公 · 197
- 💞 爱情，要懂得放弃 · 199
- 💞 相爱也要讲义气 · 201
- 💞 单恋之爱 · 203
- 💞 快乐的爱情 · 205
- 💞 爱的阻碍 · 207
- 💞 简单的幸福 · 209
- 💞 爱情，原来如此 · 211
- 💞 有人爱着是幸福的 · 213
- 💞 爱情里的一相情愿 · 215
- 💞 找个好男人 · 217
- 💞 信任多一点，问题少一些 · 219
- 💞 女人说：“我想嫁给你！” · 221
- 💞 爱情不能相守时，分手也是种爱 · 223
- 💞 一相情愿的爱情 · 225
- 💞 爱情合适就好 · 227
- 💞 有生命的爱情 · 229
- 💞 爱情像什么 · 231
- 💞 宽容的爱情会更美 · 233
- 💞 爱情里没有谁对谁错 · 235
- 💞 勇敢的恋爱 · 237
- 💞 这就是爱情 · 239
- 💞 爱情，给你幸福给你危险 · 241
- 💞 滋润爱情 · 243
- 💞 邂逅你爱的人之后 · 245
- 💞 有情不必终老，暗香浮动恰好 · 247



>>> 爱到只剩下回忆 <<<

我的生命，有你来过，那时的季节，
很美、很纯。后来，你悄悄地带走了我的
爱，所有的曾经，都沦为了记忆。在那时
的青春，在那时的梦里……

那时的爱或喜欢，已不再重要

喜欢并不一定就是爱他，但如果你爱他，必然是先喜欢上他的。

情窦初开的岁月，我们或许会很关注学校里的某个人，很想和她上去说上几句话，很想能够坐在她的座位另一侧。情窦初开的年纪，你迷茫于爱与喜欢的边缘，因为没有经历过，所以，不知道什么是喜欢，什么是爱。

后来，时光的流逝，让你在一次次的经历中，逐渐知道了什么是喜欢，什么是爱情。对于某个人的好感，你开始分辨出了对他的感觉是爱还是喜欢。

你感觉和他在一起的时候很开心，但是你不会考虑到你们之间会否有未来；你感觉自己跟他在一起永远都是快乐的，当你们好久不见，你会突然想起他。喜欢，只是纯粹的好感，一种浅浅的依恋。与爱相比还是有很大差距的。当你跟他在一起的时候，尽管会莫名的失落，但你却常常憧憬着与他的未来；尽管你会常常因为他流泪，可是当你们好久不见，你会天天想着他，这种对他又爱又恨的感觉始终纠缠着你，让你不知所措，恍如成了一只迷途的羔羊。

当你成熟了一点儿，遇到了一个让你微微心动的人，两人在一起相处了很久，你也一直觉得他很好，很优秀，可自己却从未想过要嫁给他，即便是他误以为你爱上了他，而后他会主动说出“我并不爱你哦”，你听后，定会翻然大笑，不会有一丝伤心；偏偏在一个无意的时间段里，邂逅了另外一个人，没有怎么相处过，脑海中却一直出现他的身影，当你看到他与另外一个女孩相处时，你的心有些隐隐的触动，那种感伤远比伤口撒盐般痛苦。



只是，即便他不是爱你的，你也感觉爱他的感觉很快乐，尽管这种快乐是独自的忧伤。

在这个世界里，考验爱情的事与物太多了，当我们年纪越来越年的时候，原本肯定能分清爱与喜欢的你，又开始犯迷糊，经常会错把喜欢当作爱。

年轻一点儿的时候，你的择偶标准很明确：找一个自己爱的和爱自己的人相爱，即便是找不到，也不会迁就自己的情感。只是，在茫茫人海中，爱上另一个人的概率很低；两个人能够互相相爱，概率就更低了。

在等待中，你尝尽了心灰意冷的滋味，渐渐地开始把对爱的神圣要求放低，心想：“找不到一个爱自己的人，那就找个自己爱的吧。”于是，你开始在漫漫人海中寻找，找到了，却并不如意。你爱他，他不爱你的感觉很难受。你开始吃不消，对爱情再次放低了要求：“实在不行，那就找个爱自己的吧，总比自己付出要好。”这个人在某个不经意的时刻出现在你的生命中，只是，当你尽情地享受他给予的无私爱情时，却感觉是如此的难以消受，犹如他成了上一段感情的你，你成了上一段感情中的旧爱。

年纪已经不起折腾，但年纪的增长和所经历的情感，让你开始在成熟中蜕变，对人开始变得宽容，对爱情开始了新的认识。有些事情，真的不是努力就可以做到的，尤其是爱情。在这个世界上，没有谁非谁不可。失去了他，只要你愿意，仍然是可以快乐的。没有了爱情，你仍然拥有亲情和友情，这何尝不如爱情值得你去珍惜？

后来，你结婚了，不管是你爱他多一点，还是他爱你多一点，已经不再是你衡量爱的标准。两个人能够相扶终老、不离不弃才是考验长久爱情的关键。

回想起年轻时曾经爱过的人，或者曾经喜欢过的人，你会惊讶地发现，那种感觉很美，但它已经激不起你心中的涟漪，它们始终只是你情感经历中的一道风景。有身边的这个人陪着你，曾经的喜欢和曾经的爱，都已经显得不再重要。

时间与爱情，旧爱与新欢

时间会让我忘记旧爱？能让我从旧情中走出来吗？

这几乎是所有失恋男女，特别是刚刚分手的人问得最多的问题。

是的，时间会让你淡忘爱情，淡忘旧爱。如果还有新欢，你的淡忘速度会更快。

爱一个人的时候，你们会忘记时间的存在；而不爱一个人的时候，时间又是愈合伤口最好的良药，只是，这伤口是需要慢慢治愈，急不得。

当然，你可以以最短的时间忘却旧爱，但前提条件是，你必须得以最快的速度寻觅到新欢。只是，感情这事并非你想拥有爱情就能让你马上邂逅心动的人。缘分未到，期待终究是会落空。所以，在等待缘分到来的那个空余时间段，终究难逃回忆的束缚。

时间是个无所不能的“两面派”，它能化身恶魔，消耗殆尽你的青春和爱情；又能变为天使，赐予你爱情和磨灭不掉的记忆。

是不是很多次的午夜梦回，在你毫无预想到的时刻，会忽然想起曾经爱慕过、错失过的那个人？那种感觉曾经令我辗转反侧，深深铭刻，但是在时间大神面前，一切悲伤还是被冲淡了，只余下惆怅之情。

长久的时间医治了创伤，淡漠了当初那股热情，一年，两年，以至于如今十年……可是某一天忽然发现，原来曾经以为刻骨铭心的伤痕，也并不是一如想像中那样深刻，但那个人，那些



话语，那些一段一段的情景闪回，终究还是挥之不去，成为了你一生最重要的回忆。

过去的一切，错失的爱情，都是我们一生最珍贵的东西，是真正属于你自己的，谁又能转个身就可以将一切的错失颓败一笔勾销？在追忆中自省，才会让你变得更加成熟、真诚。

深爱，是长留于心底的，即使已过去很多年，在你以为已经忘记的时候，回忆会忽然纷至沓来。即使你已有所淡忘，但你淡忘的并不是那个人、那段爱情，我们所淡忘的只是那些哀伤的回忆，那些伤痛。而长久留于心底的，已全是关于那个人的美好。

时光蹉跎，在你离开旧爱某年某月某个时刻，当你邂逅了某个人，从相识到相恋，恍如又步入前段感情的轨迹，只是相处的人不同，相遇的时间不同，相识的地点不同罢了。

你以为这个人和这个时间段会带你走出旧情的阴影。但是，时光荏苒，新欢也是对你疼爱，你却总感觉他不如旧爱，没有那种感觉。于是，你怀疑自己还是深爱着旧爱，还是对他放不下，始终忘却不了。

为什么会这样？

那是因为你和新欢相处的时间不够长，又或者，新欢不够好。

旧爱给了你一段感情，想要忘却这段感情，就得有段更刻骨铭心的感情来替代；想要忘记旧爱，就得找个比他更爱你的人来替换。当你全身心投入到新一段恋情中，与相爱的人长时间相处时，你已经没有多余的时间和空间去想旧爱。

又于某年某月的某一天，你与新欢漫步在某个似曾相识的路口，老天作弄般地让你遇到了旧爱，你突然想起：原来这条路曾经走过，留下过你一段曾经的记忆，难怪那么熟悉！

此时，与旧爱再相逢的你，突然感觉有些不可思议，原来我已经在不知不觉中把他淡忘了。内心坦然了许多，不再觉得尴尬和难过，幸福地向他介绍正搂着你细腰的他：

“这是我的男朋友。”

爱情的回忆

回忆是什么味道？不同的经历味道大不相同。

回想童年时的无忧，回忆多了层对时间无情流逝的感慨。

回想青少年时代的懵懂暗恋，回忆多了层对过去的眷恋。

回想起与旧情人的点点滴滴，回忆里或许会有丝丝酸涩。

一对分手一年之久的男女，还在纠缠着某些事情。女方隔三差五地会给男人电话：“把欠我的钱还给我。”

开始男人还偶尔接电话，最后赖着钱不还，连电话也不接了，住的地方也搬了。女人找不到男人的新地址，无奈之下，女人只能给他不停地发信息，每次只有两个字：

“还钱！”

钱是女人辛苦挣来的，既然两人已经不在一起，还钱天经地义。花女人钱的男人确实不值得同情。爱情一旦与钱扯上关系，是很难分清谁对谁错。两人相处甜蜜时，什么都可以不计较，我的可以是你的，两人可以分享一些原本属于各自的东西，但当感情一旦破裂，大家便会据理力争，是我的，我要拿回来；是共同的，也需要分清楚有多少是自己的，绝对不能让对方占自己一点儿便宜。

当爱情不再，想要回属于自己的东西，并不是因为东西的珍贵，而是对方的可恶。

没有结果的爱情，注定是要分手的，当这段爱情封藏心底多年之后，再翻阅出来，回忆起来总归是有个味道，只是这个味道是酸的，不是吃醋品出来的味道，而是食物发霉的酸味，闻起来都是难以接受的。



回忆是需要长久的时间来作铺垫的，而时间会让你了解爱情，它能够证明爱情，也能够把爱推翻。回忆爱情原本是甜蜜的，只是当爱情遭受彼此的诋毁与厌倦遗弃时，关于这段爱情的回忆，注定是悲伤的。都说时间是治愈情伤最好的良药，但对于被爱情伤过的伤痛是不能被时间完全愈合的。如果时间不可以令你忘记那些不该记住的人，我们失去的岁月又有什么意义？

分手当时，固然伤心，但每一个经历过分手的人，如果回想起当天伤心欲绝的情景，也不禁会笑自己太傻：“我现在不是活得好好的吗？”才觉得当初自己是如何的幼稚与犯傻。

爱情终结时，不要再苦苦逼迫对方留下来，也不必追问任何不爱的理由。对方执意分手，就让爱随风而逝。毕竟，爱情不是游戏，不是只有输和赢，有时候，保留一段彼此间的甜蜜回忆，也是一种爱情的赐予、情感的赢得。

与爱情无关的回忆，内心深处总会要释然些，一旦回忆与爱情相关，总会揪出深藏心底许久的过眼烟云，或苦或涩的思念在心底蠢蠢欲动。尽管这段记忆已经封藏多年，一旦回想，依旧还是恍如昨日，感觉如此的真实。只是，多年之后的自己，是成熟了，抑或想通了，再次揪出往事时，似乎坦然了许多。

消失的爱情，消逝的回忆虽然还是苦的，但终究是有甜蜜、温馨的味道点缀。