

A black and white photograph of a woman with dark hair, wearing a white dress with a dark patterned bodice. She is sitting and holding a small white flower in her hands, looking down at it with a gentle expression. The background is a soft, out-of-focus grey.

释爱

Love

心怡◎著

真实世界里
的.3.3个情感故事

中国华侨出版社

释爱 Love

心怡◎著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

释爱——心怡著——北京：中国华侨出版社，2006.5.30

ISBN 7-80222-141-2/G · 126

释爱——真实世界里的33个情感故事

作 者：	心怡
排 版：	北京市红枫文化传播有限公司
出 版：	中国华侨出版社
印 刷：	北京市天下明印刷有限公司
经 销：	全国各地新华书店
开 本：	889毫米×1230毫米 大32开 9印张 226千字
版 次：	2006年6月第1版 2006年6月第1次印刷
印 数：	3000册
标准书号：	ISBN 7-80222-141-2/G · 126
定 价：	32.00元

(版权所有翻版必究)

别人的故事

《大庆晚报》副总编辑 王菲

一本厚厚的文字摆在我面前。

清新、雅致的文字。这里面的很大一部分是经过我的手签发出去的。可是现在，当它们成了这么厚厚的一叠，成群结队地出现在我面前时，我却有些不知所措了。

这看似清新雅致的文字呀，它的里面是一颗颗受伤的心和一道道滴血的伤口哇！事实上，我虽然签了它们的准生证，但是它们的诞生对于它们的主人——故事的主人公——究竟意味着什么，我至今都不是很清楚。

有人说，说出来，意味着一种释放它。释放了，也就放下了；

有人说，说出来，意味着又一次的翻检伤口，意味着又一次的伤害。

果是如此，那么他们为什么还要说呢？隐私与公开是相对的，却不是对立的，这里面究竟是一种什么样的关系，该是社会学者与心理学者研究的课题吧。

设立“情感实录”专版，我是倡导者之一，最初的想法大概是想让读者有个表达心声的地方，以达成报纸与读者的互动，拉近报纸与读者之间的距离。但是在历任主持人的努力下，它的影响已经超出了我们当初的预想，成为《大庆晚报》一个著名的栏目，《大庆晚报》这个大品牌下的一个子品牌。

与朋友吃饭的时候，常听他们聊起“情感实录”里的某个故



序言

事、某个人、某段话。我很惊讶，在这个浮躁的时代，居然还有人这么细致认真地读报？“是的，‘情感实录’我每期必看。”有朋友如是说。我不曾见过所有这些来访者中的任何一个人，更不曾听到过他们那泣血的诉说，但当我审读这些文字的时候，仿佛那伤口、那血痕，已然在心上、在身上，让人痛入骨髓，痛彻心扉，这该归功于心怡那令读者感同身受的文学感染力吧！

说到心怡，与我却是“相当”有缘。在她呀呀学语的时候，我便是曾经带过她玩儿的大哥哥，在她当晚报记者的时候，我们又有幸编到一个采访组里（那时我是《科学生活报》的记者），我当初无照驾驶兼无师自通地开着单位的微型面包车，左摇右晃地拉着她在采访的路上行驶，采访毕还得送她到医院（当时她正在病中）。后来，我到了《大庆晚报》编辑部，我们又成了工作中的上下级，直到现在。

当年的美女已经修炼得含蓄沉稳，那支笔也修炼得越发细腻如丝，直触到人的灵魂深处，直让读者的心里颤巍巍、荡悠悠，总有那么一刻的失魂落魄、怅然若失。

虽然看的、写的都别人的故事，却能在每个读者的心里引起那么一丝丝的共鸣与共振，我想，这也许就是这个栏目与这本书作者共同的成功吧。

有位哲人说过，当今时代，重要的不是把事情做对，而是做对的事情。

我想对于心怡来说，她就是找到了对的岗位，做了对的事情。
是为序。

2006年3月14日晚于办公室



诠释情爱的 “理论高手”

中国人民解放军总医院医学博士后 **王炎焱**

“释爱”——诠释人间情爱，“心怡”——令人心旷神怡。

这书名、这笔名，尽显晓滨之才情。

此才女为我高中时的闺中密友，我们在一间宿舍里度过了青春时代最美好的时光。

那时的她是一个见花流泪、望月伤情的女孩儿，终日沉迷于诗词歌赋和中外名著中。丰厚的文学积淀滋养了她的灵性，更为她日后成为一名优秀的情感栏目主持人打下了坚实的基础。

高中毕业后，我们虽然选择了不同的人生道路，但联系却更为密切。为出此书，晓滨多次赴京，与北京优秀的设计师反复斟酌出书事宜，常至深夜。归来后，仍不肯休息，字斟句酌，几易其稿，严谨认真、力求完美之风一如当年。

我有幸在此书出版之前便拜读全文，其文笔之流畅，论理之深刻，令我不禁对其刮目相看。她早已不再是学生时代那个清纯温婉的女孩儿，而是一位成熟、睿智、豁达、淡泊的知性女人。



说其淡泊，是因其成名后依然平和低调，从不张扬。最令我感动的是她对故土的热爱。以其才情、以其成就，北京的朋友多次力劝她到首都发展，她却淡然一笑，说大庆才是她情之所系，她对那片土地和土地上的人民怀有深切的感恩之情。

笔下叹零丁，书中解幽明。若问谁人妒，此女最才情。

而今，《释爱》的出版，是她多年笔耕不辍的丰硕成果，更是她回报读者厚爱的珍贵礼物。在此，作为她的同学与挚友，对此书的出版表示由衷的祝贺。

2006年3月29日晚于北京

尘俗世界中的天使

——写在心怡的《释爱》即将出版之际

北京重构心理咨询中心负责人 子茉

人们谈得最多的问题往往是他们最糊涂的问题，这话我想不起是哪一位古希腊先哲说的了。但我知道现在人们谈得最多的是情感话题。在中国林林总总的或纸质或立体或虚拟的媒体上，有太多的情感栏目制造了太多的缠绵悱恻，也制造了太多的眼球效应。我们从这一系列的“太多”的故事中认领了自己，更体悟了他人。

心怡深居东北边城一隅，她的身上有着东北女孩疏阔爽朗的性情，也有着细腻委婉的心迹。从她笔下的情感故事里，我可以清晰地触摸到富有地域特色的白山黑水间男男女女的情感脉络，这使我手难释卷。捧读挚友的书稿，我仿佛进入了一个爱笑歌哭的活生生的人的情感世界，我的内心变得更柔软，更富有弹性，仿佛经受了一场洗礼……

《释爱》是心怡多年主持《大庆晚报》情感实录栏目以来第一次结集出版的作品，作为她的好友，我义不容辞地承担了校检的任务。一次次品读心怡的书稿，作为曾经的同行，我感慨颇多：心怡是大庆晚报的“名记”，作为一张地方报纸的主持人，她担负着繁重的采写编辑工作，说句实话，大多数新闻记者的作品也就是

“速成品”而已。但心怡对于文章结构的把握与遣词造句的功力却令我折服。采访情感故事的主人公，受访人多为情所困，叙事难免枝枝蔓蔓，主次不分，而故事主人公的生活场景的频繁转换琐碎得令人生厌，然而这些被心怡处理得层次分明、熨贴流畅，这是很见功夫的。此外，在编校中类似如何使用大“做”、小“作”这样让人头痛的细节，她也表现出了作为一个“老记”的功力。我常常一边校，一边夸，心怡那厢也着实受用，虽然连加夜班面有菜色，但笑靥如花却是开不败的事实。

据说读书有两个层次，先是阅读，然后是解读。我阅读心怡的文字，解读心怡的人——生活中的心怡热情爽直开朗乐观，绝对是一个不受情感困扰的阳光女性，然而她又是如何进入那许多痴男怨女的内心世界，安抚那些愁肠百结的伤感与无助呢？

记得从前，我想像中的天堂应该是一个光明而清凉的世界，云团翻卷，如同人世间开放的最盛大的花朵。可是有人告诉我，“真实”的天堂其实是黑暗的，然而天使是光明的，无论她走到哪里，都会用自己的光明照亮别人，天堂因此才变得光明——心怡就是天使，她用自己的光明洞彻了那些在暗夜中无所皈依的哭泣的心灵，她用爱慰藉了千千万万的读者。

随着心怡书稿的付梓，北京又迎来了玉兰花开的早春三月。身处这繁花似锦、落英缤纷的花树雪海之间，造物主给了我们更深刻的体悟——爱是丰盛的分享，不是强求，也不是赐予。

读了心怡的《释爱》，这是我想说的最后一句话。



目

录

序言 别人的故事 王菲 /1

寄语 诠释爱的“理论高手” 王炎炎/3

尘俗世界中的天使 子茉 /5

初恋的纸鹤不会飞 /1

初恋是一次爱的预演，让人们在磕磕绊绊中告别懵懂。

面对已婚男人 残酷即仁慈 /7

接受还是拒绝？这是摆在许多女性面前的难题。

同性之恋 在另类欲望中看云卷云舒 /15

你承认也好，否认也罢，同性恋作为社会一个特殊的群体，真真切切地生活在我们身边。

何时才能走出生命的冬季 /23

人如同大自然的其他植物一样，会经历生命的不同季节。每个人都渴望在草木葱茏的春季和鲜花烂漫的夏季多驻留一段时间。

一场与无形对手的爱情决斗 /31

对手有形并不可怕，对手无形才令人恐惧。

为了尊严 我冲出了冷漠的围城 /37

是什么力量能够让一个女人在面对痛苦时依然淡定自若地作出选择？惟有尊严。

青梅竹马的初恋绝唱 /43

如果说初恋是一份至真至纯的情怀，那么青梅竹马的恋情便是人世间最美丽动人的情感绝唱。

释爱

Love

目录

婚姻是梦想与现实的拉锯战 /51

当一个人无法挣脱现实的羁绊时，就必须学会生存的哲学，一如豪猪。

梦醒后是寂寞烟花 /59

爱情有时候像等公交车，真正想坐的那一辆怎么也等不到，所以人们常常会搭错车，像是一场存心的恶作剧。

想带你走进爱的天堂 /67

爱一个人就是让一个不懂爱的人领悟了爱与被爱的含义，但人们却往往总是等到错过后才去后悔，等到失去后才想挽回。

如烟的幸福是漫长的守望 /79

梦想与现实就像两幕同时上演的对台戏，错位的爱带给人常常是无奈与忧伤。

不再让你的纯真碰触我不安的灵魂 /87

尘缘似水，往事如烟。年轻人那颗悸动的心往往会磨灭了往日情怀。只有当一切都成为前尘旧事时，当自己深爱的人从眼前消失时，才发现自己已经错得那么多。

没有泪的夜晚是天堂 /95

岁月的风，总是吹散如梦的人生；尘世的雨，总是浇透苦痛的心。

人生最难以抚平的便是失去亲人的痛苦，它会随着时光的流逝日久弥深。

今生注定错过你 /103

一个冲动的决定，终结了一段痴心的恋情，留下了永远的伤痛。这大概就是冲动的惩罚吧。

永远等待你的归期 /111

往事如风，回忆如雪，风雪却无法冰冻如火的爱恋。烟花会灭，笙歌会歇，永远不散不灭的是如诗的情结。

爱上他是一场劫难 /121

关于爱情，能够弄懂的没有几人。关于婚姻，能够说清的



更是很少。很多人都曾经忘情地追逐过所谓的真爱，却忘记去辨别它的真伪。

蒙尘的纯情是无字的信笺 / 129

“永远幸福”是每个人对生活的期望，它就像一条用珠子串起的长链，让人们将追求进行到底。

独立于流言蜚语中 / 139

“单身贵族”可谓是所有“贵族”当中最“贫穷”的一族，因为他们常常“穷”得除了梦想便一无所有了。

泪眼问花花不语 / 147

在爱情的世界里，最大的悲哀是不知道自己究竟应当珍视什么。

踏一段冬日小径 觅半生春日暖阳 / 157

一切逝去的情怀都会被岁月冲入光阴的长河中，悠悠往事或喜或悲都只能成为永远的追忆。

在寂寞中等待爱火被点燃 / 165

也许很多人听过那个耳熟能详的老故事：有一个人浪迹天涯，坚持要找一个最完美的人结婚。终于，他找到了。可是，他仍然没有结婚。因为那个最完美的人说，她也正在寻找心目中最完美的人。

旧情在梦里花落中老去 / 173

很喜欢一种提法：半生人生。是呀，人生哪里会有那么多的圆满？正是因为存在缺憾，人生才有了太多值得回味的东西。

爱是心情天空中的阳光 / 183

爱是人类永恒的话题，构成爱的首要成分是欣赏，其次是感动，再次是克己，最重要的就是奉献。

只做令你心醉的红颜 / 193

所谓红颜，就是那个喜欢静静地站在不远处欣赏着你，只希望永远保持着这种适当的距离，与你在人生旅程并肩前行的女人。她的智慧与温婉有如涓涓细流，默默滋润着你的心田。



目录

让昨天的故事在心屏上播放 /201

缘来如水去如梦，万千柔情谁与共。欲将片刻化永恒，怎奈痴心竟成空。

不愿辜负这美丽的相遇 /209

爱情就是寻觅，就是等待着今生注定的那次相遇。

不敢触碰的往事 /215

生活中存在着太多的不确定。有一天，当你发现一切誓言都变得若隐若现，一切苦痛都变得似有似无，才发觉昨日的灿烂春光已经不再，就连落霞的余晖都已经消逝。

婚姻重新洗牌的代价 /223

日复一日，时间在人们不经意的瞬间悄然流逝，留给我们的只是镜中那日渐老去的容颜和回首往事时的心痛感觉。

你是我心中极致的风景 /229

有时，正是因为太想爱，反而变得不会爱；正是因为害怕失去，反而丢掉了爱的艺术。

给心灵一个飞翔的天空 /239

现代人有时过于注重物质而忽略了精神上的感受，这就是为什么人们的生活质量在提高，精神上的愉悦反而减少的主要原因。

一转身就是一辈子的错过 /245

人生如戏，造物弄人。越是相知相恋，越易擦肩而过。

那过往的情注定尘埃落定 /253

尽管同性之恋是灰色的，但是依然有一些人无法摆脱那种灰色诱惑。

宽容的心容不下太多的谎言 /261

人到中年时，能够遇到一个令你倾心的人很不容易，如同买彩票一样，中大奖的概率很低。

欲望游戏也有规则 蔡天然 /269



初恋的纸鹤不会飞

初恋是一次爱的预演，
让人们在磕磕绊绊中告别懵懂。
初恋是一次特殊的经历，
让人们在分分合合中领悟了爱的真谛。



约访时间：2003年6月5日

13:00 - 15:20

受访人档案：

露诗，女，26岁，本科学历，新闻工作者

许多人在初恋时，因为不懂得爱情而受伤，露诗便是如此。四年过去了，她已经渐渐淡忘了初恋中的许多细枝末节。于是，她感慨地说，时间真是治疗一切伤痛的良药，曾经刻骨铭心的初恋已成过去，现实的幸福生活让她明白初恋，原来是一次爱情的演习。

我是家中最小的孩子，家里人都疼我。哥哥和二姐先后考上了大学，他们对我的影响很大，我一心扑在学习上，把考大学当成人生的目标。

1995年，我与好友颖考上了同一所大学，我们聚在一起快乐得一塌糊涂。一天，我正在宿舍整理行李时，颖来了，说有两个老乡来看我们。我匆匆下了楼，看到两个男同学站在楼下，其中一个就是民。他个子不高，但挺幽默，笑起来挺阳光的。

国庆节大家一起回家时，民为大家买票。在火车上，民遇到了一个农村亲戚，他帮那人拎包，丝毫没有不好意思，这些都给我留下了极好的印象。

随着见面次数的增加，我觉得民是个聪明而深沉的男孩子，于是对民有了一种异样的感情。我以为民也会喜欢我，后来却发现他喜欢上了别的女孩。那天，我整整哭了一夜。颖说：“你干脆找他问清楚吧。”第二天一大早，一向矜持的我真去找他了。民告诉我，他的确喜欢那个女孩子，但他们不一定会在一起。寒假里我听说那个女孩另有所爱，开始替民不值。再开学，有一位男同学约我看电影，向我表明心意。我心里感觉异常酸楚，因为我知道自己仍在牵挂着民。



一天，一位高中同学来学校看我，说是民的亲戚。于是，在他的撮合下，我与民开始交往。

1996年3月19日，在一条小径上，民把胳膊放在我的肩上，见我抖得厉害，便问我：“你冷吗？”我微笑着摇头。回到宿舍后，我竟然一夜未睡，以为幸福来到身边，再也不会远离了。

后来我发现民很忧郁，仿佛总有许多不开心的事。他的姑姑在学校当老师，她不希望民在大学里交女朋友。有一次他鼓足勇气说了我们的事，他姑却不看好我们的感情。同学们也说我们不般配，我的个子很高，身材也不错，而他个子不高，可我就是喜欢他。

农历十一月初二是民的生日，我送了他一千只亲手叠的纸鹤，他感动得半天说不出话来。还有一次在大雪天里，我逼着民承诺会一辈子陪我看雪……

大二时，民由于成绩不佳，觉得将来分不到大庆，便对我冷淡起来。他告诉我，一个男人如果不能给一个女人稳定的生活，他就不配拥有这个女人。星期六晚上的约会被他取消了，我常常一个人在宿舍里空等着他。后来我哭着对他说：“咱们分手吧。”民也哭了，哭声中带着无助，他答应了我，把本来只是想吓吓他的我逼进了死角。从此，民成了我的好朋友。

炎热的夏天，我的心经受着痛苦的煎熬。一天，我忍不住去找他，却发现这么做只能令他更瞧不起自己，一下子灰了心，差一点儿选择离开这个世界。颖哭着说：“你怎么这么傻呀！”可我就是疯狂地想他，终日以泪洗面。

以后，我和民之间的关系变得十分微妙，既像好友，又如恋人。后来，我们决定再度和好，可不久，又会因为一些莫名其妙的原因分手。经历几分几合后，两个人都感觉身心疲惫。

民从不把爱情放在第一位，即使是关系最好的时候，我们也没





一起在学校食堂里吃过一顿饭。我们的爱情是候鸟式的，每周六才能在一起看电影。有时候想分手吧，却舍不得从前的美好，毕竟有过相守时的温馨，总觉得一定会回到最初的时光。

毕业后我来到了大庆，住在哥哥家中。民那时在大庆实习，我却没有接到他打来的一个电话。当我给民打电话时，得知他已经回到学校了。后来我回到学校看民，他冷淡了许多，我知道一切都结束了。

第二天，我留给他一封信后，回到了大庆，没想到他的电话追了过来，说有好多话要对我讲。后来他又打过一次电话给我，再后来我们就没有联系了。

1998年10月，我到让区一家电脑公司找工作，至今我和强都庆幸那天那天我推开了那扇通向幸福的门。在那里，我认识了痴迷电脑的强。

那时的我身穿一件红色夹克衫，一头长发。后来，强承认对我是一见钟情。

强长得很帅气，由于会画画，身上有一种特别飘逸的气质。他每天和我一起下班去公交车站。渐渐地，我们谈到了各自的感情。我说天下的男人都一样，都把事业放在第一位，感情的保鲜期不会超过一年，爱情不过如此云云。强默默地听我发着牢骚，很少表态。一次，我说想选择一个追我多年我却没有任何感觉的男孩子，强说只有找一个自己喜欢的人才能幸福。我感受到了强的感情，却不敢面对。不久，强竟一夜不睡为我折了一千只纸鹤，第二天眼睛红红却又轻描淡写地说：“我折的纸鹤嘴巴都特尖。”

一个月后，我离开了电脑公司，来到东风新村工作。强常常来看我，给我讲他的理想与抱负，说有一天会自己开一家电脑公司。我特别相信他的能力，却不敢正视他的感情，我怕再给自己带来新的伤害。因为我比他大一岁，我告诉自己，强是我弟弟。

后来，强开了一家软件店，每天都打电话告诉我销售情况，我

