

L'Aventure amoureuse De l'amour naissant à l'amour durable

走，到爱情去！

爱情是个地方，地图你有没有？

小清新与重口味都爱看的爱情魔法教材

[加] 让-弗朗索瓦·韦齐纳◎著 张蓉蓉◎译



史上最受欢迎的恋爱心理学家

教你用法式的冒险精神冒险精神冒险精神

谈一场全乎终生恋爱终生恋爱终生恋爱



走，到爱情去！

爱情是个地方，地图你有没有？



小清新与重口味都爱看的爱情魔法教材

L'Aventure amoureuse
De l'amour naissant à l'amour durable

[加] 让-弗朗索瓦·韦齐纳 著 张蓉蓉 译

图书在版编目 (C I P) 数据

走,到爱情去! : 爱情是个地方,地图你有没有?
/(加)韦齐纳著;张蓉蓉译.--南京:江苏人民出版社,2012.1

ISBN 978-7-214-07896-4

I. ①走… II. ①韦… ②张… III. ①爱情—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 005390 号

L' Aventure amoureuse: De l'amour naissant à l'amour durable

by Jean-François Vé zina

Copyright © 2008 by Jean-François Vé zina.

This edition arranged with LES ÉDITIONS DE L'HOMME, Canada,
and jia-xi books co., ltd, Taiwan..

Simplified Chinese edition copyright:

2011 © Shang Shu Culture Media Co.,Ltd

c/o JIANGSU PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

All rights reserved.

江苏省版权局著作权合同登记: 图字 10-2011-500

书 名	走,到爱情去!
著 者	[加] 让-弗朗索瓦·韦齐纳
译 者	张蓉蓉
责任编辑	刘 焱
特约编辑	李春燕
出版发行	凤凰出版传媒集团 凤凰出版传媒股份有限公司 江苏人民出版社
集团地址	南京市湖南路1号A楼,邮编:210009
集团网址	http://www.ppm.cn
出版社地址	南京市湖南路1号A楼,邮编:210009
出版社网址	http://www.book-wind.com http://jsrmcbs.tmall.com
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	三河市杨庄双菱印刷厂
开 本	700毫米×1000毫米 1/16
印 张	13
字 数	82千字
版 次	2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷
标准书号	ISBN 978-7-214-07896-4
定 价	28.00元

(江苏人民出版社图书凡印装错误可向本社调换)

献给伊萨贝尔 (Isabelle)
是她让我走出了感情的牢笼。

献给弗洛伦斯 (Florence)
是这个娇小而勇敢的宇航员，
带着我们一起去探寻那爱情的永生境地。

正是长期的相处让我们了解彼此是否属于对方。

——塞德里克·克拉皮斯 (Cédrik Clapisch)

《俄罗斯玩偶》(Les poupées russes)





前言 001

引言 005

第一章 爱情萌生之城

Les terres de l'Amour-naissant

爱意横生的友谊半岛 012

出发时的意乱情迷 013

巧合的灯塔 015

“我们”的文化 018

多巴胺河 020

性爱和创造的海滩 021

爱情萌生之城中的诺言 022

爱情萌生之城中的革命 023

这场旅行中雷同的动力 024

第二章 琐事谷

La vallée du Quotidien

厌烦漠地 028

高压和挑战群山	031
嬉戏小道	033
情感的理智指南针	035
催产湖和角色流沙	036
愿望天空	039
幻境	041
爱情中的怀旧	042
山谷之外.....	043

第三章 附属岛

L'Île de la Dépendance

引人入胜的情感公园	048
漫步于附属岛上	049
“前”阴霾舰艇	050
妒忌暗礁丛	052
第三期混沌浪潮	054
情侣间巧合介入者	054
梦寐以求的爱情岛	055
附属岛上的裂变危机	058
关系中的影积云	060
一份求同存异的宽容	061
无望爱情的深渊	063
给我们打开一扇最广阔天地大门的人	064
继续前行	065

第四章 权力游戏丛林

L'ajungle des Jeux-de-pouvoir

为复兴城而战	069
可回收的责难	070
对性爱的全权没收	072
性走私	074
情侣们中途的停站休息	076
价值观之争	077
财政经济之争	079
著名的一管牙膏之争	080
权力游戏丛林的北颠：鄙视和背叛	082
L' ONU 和夫妻	085
走进复兴城，走向尊重区	086

第五章 尊重区

L'aire de Respect

行至自我尊重区	092
尊重别人区的必经之路	093
相互尊重区，请多花点时间	094
神圣的爱情	095
英雄的抉择	097
崇拜	098
情人滩和秘密花园	099
情欲的浪潮	100
异性之井	101
“我们”的文化指引着我们继续前进	102

第六章 信任平原区

Les plaines de Confiance

信任平原上的沟通之桥	105
设身处地为对方着想	109
没有蜡的桥	110
禁忌区	111
兴奋和恐惧	112
接受别人	114
守护卫兵	115
嬉戏小道和寂静丛林	116
信仰瀑布	117

第七章 共同目标山

Le mont des Buts-communs

攀登共同目标山	120
一起期待更加美好的未来	122
远观未来	124
共享同样的价值取向	125
共同目标的行程算上自己一份 ..	126
薪火相传	127
开始同行同乐	127

第八章 永恒爱情之城

L'Amour-durable

爱情历险的最终结局	131
-----------------	-----

情侣间的民主	132
需求议会	134
爱的积极政体	135
自由领地和探索领地	136
征服爱情奴役	137
爱情帝国的崩塌	138
友谊群岛	139
罪行的牢房	140
相遇的艺术	142
一起定居在这片爱的新大陆里 ..	145

第九章 总结 147

Conciusion

第十章 实用指南 150

Guide pratique

练习 1 爱情萌生之城地图	151
练习 2 琐事谷和嬉戏小道地图 ..	155
练习 3 愿望天空地图	159
练习 4 附属岛地图	163
练习 5 梦寐以求的爱情岛地图 ..	168
练习 6 权利游戏丛林地图	172
练习 7 尊重区地图	176
练习 8 信任平原区地图	180
练习 9 共同目标山地图	184
练习 10 你的爱情历程	188

建议影片	191
<i>Suggestions de films</i>	
致谢	193
<i>Remerciements</i>	
联系方式	197
<i>Contact</i>	

前言

Avant-propos

爱情，她是否并非“某种东西”，更确切地说，是“某个地方”¹？曾经，我们努力探究这地球上任何一处美丽的景致，游历江河湖海，踏足大部分岛屿，于是，我们充满了大自然赋予的力量，至此，进化过后的我们开始踏上大陆。可是爱情大陆上的我们，所涉猎的又都是些怎样的神秘地区呢？

由于没有坐标的指示，没有灯塔的引导，这样的历险带给我们的，和从前航海家们探索未知海洋时，所感受的不安与惊慌，是那样的如出一辙。根据《小罗贝尔》(*Le Petit Robert*)词典的解释，“关系”²这个词的诸多意思中，其中一项正是：一个游者或探索者的游记。正如《新大陆中的基督徒的关系》(*Les relations des Jésuites au Nouveau Monde*)一书所呈现的那样，所有的关系都是因一颗游历、探索的心而紧密相连的。

作为一名心理医生，我有点像一名灯塔的守护者，见证了这一事实：许许多多的男女探险家们怀着远大的梦想，去探索那遥远的未知领域，可是在爱情这一海域，他们却往往要栽跟头。所以在这里，我想和你们分享一下在这陌生的“爱情新大陆”里，

1. 这是魁北克小说家雷尚·杜莎尔蒙 (Réjean Ducharme) 的说法。

2. 这个词的英文对应词汇“relationship”或者“friendship”很是有意思，这两个词让我们联想到关系或友谊的一次旅行或是一次“ship”航行。

我们应有的勇气和面对彼此关系我们必须具备的创造力。为了这一目的，我将会把我在实际生活中见到的一对——阿丽亚娜 (Ariane) 和文森特 (Vincent)——的爱情经历浓缩、分解成爱情历险的各个阶段，展现在你们面前。在每章之前，我会先附着一些我对这段探险的个人见解，而在文章末尾，你还可以用图示练习的方式，自己去探索自己所身处的爱情境地。

在这本书里面，我不会使用我之前的论文¹里面的那种纯理论的论证方式进行说理。而且我也没有任何雄心试图去解释，爱情到底是什么。我们总是在试图用一个理论去解释一件事情，却常常丢失了事物真正的含义和范畴。再言之，尽管我们说男人来自火星，女人来自金星，可不管是谁，最终都得去寻觅一个能永存彼此关系的爱的圣地……

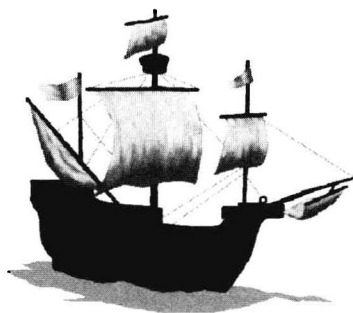
和某些流行的精神领袖不同，我不会试图去“修复”一对已经出现感情危机的情侣的关系。我不相信我自己拥有能使他们幸福，抑或至少拥有一些能让他们自保的法术。相反，我为你提供的将只是一次旅行，或者说是一条道路，它无拘无束亦不可含带任何杂物。为更好地展示这条道路，我会借助于一些地理图片来再现爱情大陆上的不同领域。

我总是对古老的地图没有任何抵抗力，它们总能唤起我去远行探险的欲望。又有谁没有梦想过从亚拉巴马州或是纽约州这里开始，去探索那未知的新大陆呢？而这里为你呈现的地图，将会是你理想的实践对象，它会给你的爱情征程赋予一份全新的意义。

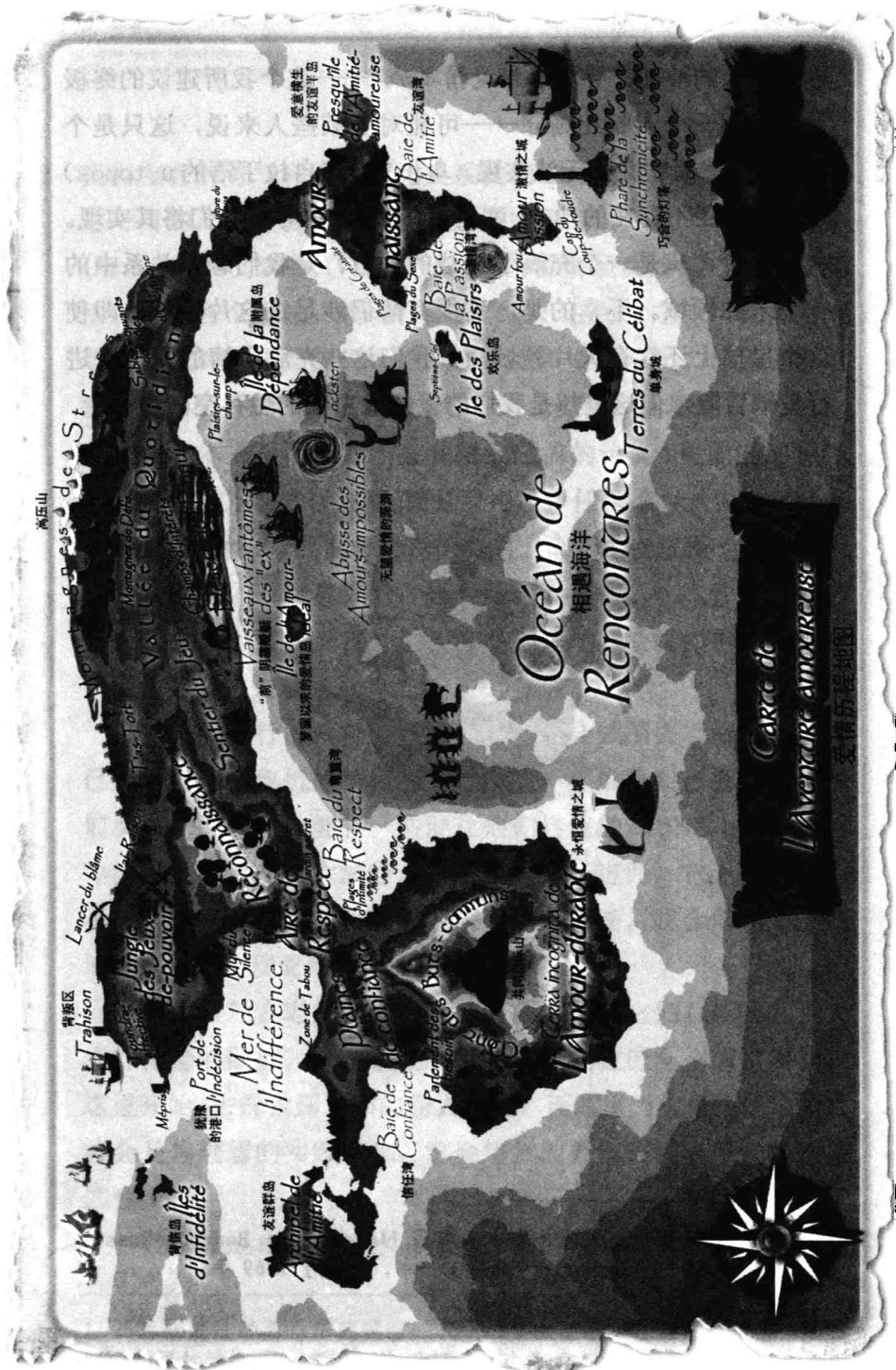
我真诚地相信，这本书能给今天的情侣们，重新带来那份

1. 为总结爱情的各个不同过程，我查阅了这些书目，你可以在附录看到它们的详细情况。

再次探险的冲动。寻求永恒爱情之城¹——这个我所建议的终极目标，和一个人长相厮守——可能对于某些人来说，这只是个乌托邦，然而它并非无法实现。乌托邦（来自拉丁语的 u-topos）是指一个还不存在的地方，可是它却激励、引导着我们将其实现。永恒爱情之城是一个充满了挑战的地方，是我们恋爱关系中的一个未知领域。不幸的是，甚少有情侣涉足过这片领域。即使这个星球上还存有大片领域，供我们这些充满激情的人们去进行爱情冒险，但这里却是我们的爱情最主要的生存空间……



1. 这个术语引至雅克·德·布本-布塞 (Jacques de Bourbon-Busset) 的《永恒爱情》(*L'amour durable*) 一书，出版于1969年。





引言 *Introduction*

如果我们这些旅客，也如当初横渡大洋到达彼岸新大陆的那些第一批探险者一样，去探索新的大陆的话，此刻我们的梦想一定是最疯狂的，而我们内心的忧虑也一定是最深沉的。好些人臆想理想的彼岸，应该是个所有人的需求都能得到满足的地方；可是也有些人，因惧怕大海，连离开岸滩的勇气都没有；还有一些人，因为曾经的经历深受伤害，而不愿再返回这片冒险家的乐园；甚至还有一些极端怀疑论者，对于这片新大陆是否存在都不予信任……

可是对于那些想去探索爱情大陆的人来说，了解如下地理概况，将是非常有用的：

首先，这儿会有一片相遇海洋，在这之上，商品贸易繁荣兴旺，好些人高速行驶在这片海洋上，意图寻求那片未知领域。

单身城周围有四个大的领域，它们分别相对对应了爱情从相遇到永恒四个阶段：

1. 爱情萌生之城和激情之城；
2. 琐事谷，其中有厌烦漠地和高压山；
3. 复兴城和它残酷的权力游戏丛林；
4. 永恒爱情之城，这里耸立着共同目标山。

这些地方就是爱情经历中的几个主要阶段，其中涵盖了认识的交融，与现实相比的巨大差距，彼此间的矛盾对立，对于彼此差异的理性认识，以及最终的两个独立个性的生物之间永恒而真实的联系。

可是我们会在什么时候，又是怎样才能步入爱情这片领地呢？诚然，欢乐岛上的经历，对于我们来说，什么时候想拥有都没有问题，可是真正的爱情历程，却是始于我们真的想开始一段新的生活之时。只有我们真正准备放下过去的生活，就像第一批移民离开自己的祖国和家庭，移居新大陆时，必须具备那份毅力，我们才能涉足爱情萌生之城。而在这里，相遇，造就了恋爱双方的这个联系，这个团体。从此以后，双方就将以这样的团体，历尽千辛万险，最后定居在一处富饶而安宁的家园里。

如今，虽然我们说爱情是定居于永恒爱情之城的，可是现实生活中，75%的恋爱关系都止于权力游戏丛林或是附属岛。而且我还注意到，这一切就如同新大陆上的第一批开拓者们所营造的那份热情的氛围，在我们那过去的文化中所产生的共鸣一样，昙花一现。我们毫不奇怪，年轻的女孩子们，逃离了专制母亲的那个古老的童年国度，尽管怀揣着探索新世界的梦想，可依旧又会将自己置身于一个恐怖且毫无同情心的、独裁者的氛围之中（如附属岛和权力游戏丛林）。

驶往永恒爱情之城的历程，绝不会一帆风顺，这一路暗礁林立，荆棘横生。以下是我在这本书里面将要叙述的主要内容：

1. 穿过琐事谷，走进了厌烦漠地和高压山，其间，我们会徘徊在嬉戏小道之上。