

A white rabbit figurine with long ears, wearing a red sleeveless dress, sits on a white windowsill. Behind it is a window with a wooden frame, showing a dark interior with some plants. To the left of the rabbit, there are some dried leaves and branches. To the right, a red circular sticker contains white text.

致生命
中曾经
爱过的人

一个人怕
孤独
／
两个人怕
辜负

安宁
／著

爱，是世间
你我牵手同行的唯一理由。

送给曾经爱过、痛过、哭过、笑过的自己。

一个人怕孤独
两个人怕辜负

安宇 著



百花洲文艺出版社

BAIHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

一个人怕孤独 两个人怕辜负 / 安宁著. -- 南昌 :
百花洲文艺出版社, 2014. 12
ISBN 978-7-5500-1161-8

I. ①一… II. ①安… 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 281006 号

一个人怕孤独 两个人怕辜负

安宁 著

出 版 人	姚雪雪
责任编辑	刘 云
封面设计	门乃婷工作室
出版发行	百花洲文艺出版社
社 址	南昌市红谷滩世贸路 898 号博能中心 A 座 9 楼
邮 编	330038
经 销	全国新华书店
印 刷	北京市燕鑫印刷有限公司
开 本	880mm×1230mm 1/32
印 张	8.5
版 次	2015 年 2 月第 1 版第 1 次印刷
字 数	160 千字
书 号	ISBN 978-7-5500-1161-8
定 价	32.00 元

赣版权登字 05-2014-308
版权所有, 侵权必究

网址 <http://www.bhzwpy.com>

图书若有印张错误, 影响阅读, 可向承印厂联系调换。

序言 永远没有完美无缺的人生， 可以让我们安放爱情

曾经一个人孤独地行走在路上，渴望有人携手同行；曾经与某个人一起去看风景，却总是惴惴不安。

世界上的爱情，总是活在矛盾之中，想要深爱，却又怕被人辜负，于是后退，于是生惧。于是，所有相爱的人，都成了曾经的深爱。

那些同行的时光，在很多年以后，也从未变淡了印痕，就像一小块红色的胎记，是从爱情开始的那一刻，就注定了的生命的印记。

或许有些爱情，就是这样注定了将成为我们心底的伤痛。当初相爱的时候，从未想过有一天它会离开。可是最后，它还是走了，义无反顾，不带丝毫的留恋。那个说过要爱你如生命的人，那个恰好来拯救你孤独的人，怎么就忽然从同行的路上，消失掉了，让你心里留下那么茫然的一个缺口，无论用什么东西，都始终无法填满。

三十岁以前，每次牵手一个人，都好像一只扑火的飞蛾，尽管知道会燃烧成灰烬，可依然痴迷于爱情带来的狂热与忧伤。三十岁以后，人生渐趋平静，如一条抵达开阔平原的河流，在月光下悄无声息地向前，并没有掀起爱情波浪的欲望。假若喜欢一个人，那么，风景一样远远地欣赏，或者只是聊一会儿天，说说天气之类的闲话，将内心的秘密彼此分享一下，也已经觉得非常

美好。而理想中的爱情，也未必一定要有完美的结局。只要能够在相爱的时候，内心柔软、饱满，成为自己希望的模样；只要将一颗心，完全地沉浸到那一泓微波荡漾的爱情的湖水中去，那么，即便是两个人注定了无法相守，也不会绝望到有天地毁灭一样的痛苦。

我不知这是不是叫作成熟，可以静观一切情感的变动，却并不觉得难过。知晓世事变幻不定，爱情的舟楫沉浮其中，也大多不知终途；所以便如舞台下的观众，安静注视爱情的来去，而不会太过疯狂或伤悲。同行之时，懂得珍惜；离去之际，微笑告别，且忘记所有的伤痛，只记取最明媚的点滴。所以我更喜欢自己当下的面容，不悲不喜，从容面对时光的流逝，与一段爱情的终结。即便被人伤害，也不会怨怒，只是将这一程，放下，尔后继续前行，去欣赏那更为开阔的风景。

能够做到一个人不惧孤独，两个人不怕辜负，才是一生中真正的修行。而能践行者，大约都是阅遍千山万水之人，是波澜壮阔后的沉静如水，是百转千回后的宽容豁达，是历经疼痛与伤害，却依然能笑着对那个辜负了自己的人，道一句：谢谢你曾那么深爱我。

始于一个人孤单的等待，终于地久天长的厮守。能够坚持将这完整的旅程走完的爱人，未必是完美的，但却一定是真正懂爱的。知道爱情不易，能有人用温暖的手，驱走你的孤独，即便是有被辜负的波折，但那爱情的舟楫，还是在人生的汪洋大海中，一路向前。

所以我依然相信爱情，相信那些在风雨中，以爱情的姿态，牵手向前的爱人。我也依然感激，感激那个辜负过的人，给过我一程如此明媚的深爱时光。

世界这么大，人生这么长，总会有
这么一个人，让你想要温柔相待。



目 录

Contents

1 一个人的孤单，两个人的等待

世界这么大，人生这么长，总会有这么一个人，
让你想要温柔相待。

牵手走过的美丽 | 004

做你影子很多年 | 009

途中爱的味道 | 012

爱情的时代症候 | 016

谁惊扰了那段最美的时光 | 019

爱，在指望中要喜乐 | 023

繁花开满两岸光阴 | 026

暗恋的结束 | 030

只是一杯茶水的温度 | 034

瞥见一段爱情的忧伤 | 037

平凡的爱，满满的幸福 | 040

2 转身遇见你，笑颜如花

谢谢你一直守护在我身后，让我一转身就能看见你。

时光只解催人老，不信多情 | 046

是谁忘记爱情的芳香 | 050

等待秘密花开 | 054

谢谢你渡我抵达真爱 | 058

他们的爱，与外人无关 | 062

恰好遇到你 | 065

穿越光华靠近你 | 068

不要让我等得太久 | 072

爱的养与痒 | 076

3 原来你曾这样爱过我

我们总在最不懂爱情的年代，遇见最美好的爱情。

丢弃在铁轨上的爱与柔软时光 | 082

你喜欢的，我不喜欢 | 086

如果能像戏里一样团圆 | 089

似曾相识，却已经年 | 093

恋上彼此，恰好路过 | 096

感动不是感情 | 100

求爱事件 | 104

慢走，不送 | 107

万人签名的浪漫，而今不屑 | 110

爱在最深处 | 113

4 如果爱情从来不辜负

不曾辜负，只是离开，但爱情只要一方不在，
便不再完美。

爱的裂纹你看不到 | 120

不能同甘，怎能共苦 | 123

掌心纹 | 126

那是因为醉了 | 130

不过一颗阻爱齿 | 134

你的残汤剩水，我的美味佳肴 | 138

一段世俗的爱恋 | 142

婚姻，无关风月 | 145

无人会怜你的爱 | 148

离去是永久的告别 | 152

男人的冷漠 | 155

忽然厌弃 | 158

谁先将爱踩脚下 | 162

辩得过你，辩不过爱情 | 166

5 依然愿意爱你如初见

一生一世的爱，便是那你我初见时的美丽——始终如一。

渡你到那繁花盛开的彼岸 | 172

曲终人散，各自上路 | 176

有些秘密，我不想知道 | 180

终于后悔离开你 | 184

最怕痴情 | 188

放手给你心的自由 | 192

步步为营，优雅行走 | 195

如果爱情不见光 | 198

人生中不合算的那场买卖 | 202

曾经这样自卑地爱过你 | 206

深深恋过，他却不知 | 211

爱的必修课 | 215

6 牵手走过许多年

爱就是这样，一路上互相搀扶，直到我们睁不开眼睛，
走不动路，还有一个人愿意拉着你去大街上晒晒太阳。

牵手走过，便是爱情 | 222

不弃不离，彼此珍惜 | 226

那个夏日的裙子 | 230

缺陷，让他们完美 | 234

一辈子的完美 | 238

尘世里的地久天长 | 241

只要一间有爱情的阁楼 | 244

爱在最低处蓬生 | 247

你是我小小的女孩 | 251

爱的眼睛如此明亮 | 255

走了十年去爱你 | 259

1

一个人的孤单，
两个人的等待

你一个人孤单地站在寂寥的站台上，翘首等待即将赶来爱你的那个人。一切都未发生，一切都正美好。犹如一朵夏日清晨等待绽放的花朵，在微醺的晨曦中，浸润着露珠，饱蘸着甜蜜，安静守候远方的风，忽然间抵达，荡起动人的波纹。而那个爱你的人，他也一定风尘仆仆地站在你即将抵达的下一个路口。



牵手走过的美丽

世上最美好的爱情，大约都在途中。

她与他是 在一场戏里相遇的。那是许多年前的冬天，艺校毕业的她，在北京了无着落，只好转战在各个剧组，与一大群北漂的年轻人，为了每月的房费和饭费，争抢群众演员的角色。她因为容貌姣好，便常有饰演一些丫鬟女侍之类的机会。而他，亦是常在剧组混的，演起路人甲、匪兵乙来，也算得心应手。彼此便这样慢慢地熟悉，有招群众演员的机会，他常第一个就跑去告诉她。那一年的北京特别冷，但因为有了他的这份情谊，这个城市，在她的心里，便瞬间变得温暖柔和起来。

他常年在剧组里混，习惯了吃泡面喝冷水的生活，也因为身体结实，所以尽管每日需要在几个地方奔波，也并不觉得多么疲惫。只是她，天生羸弱，所以一场风雪袭来，便一下子病倒。他要为她请假，但剧组却不同意，说不能为了她一个小丫环，就错过一场绝好的雪景。她挣扎着赶去拍摄的外景地，换上单薄的戏

两个人的等待，
一个人的孤单，

服，就瑟瑟发抖地等着导演开拍。是一场丫鬟因为一句话惹怒了太太，被打耳光的戏。起初因为假打，她脸上的神情总是无法达到导演的要求。后来导演急了，便命令真打耳光。她知道为了艺术，许多演员付出的比这还要艰辛，所以便默默忍下了。只是这次饰演太太的演员却又貌合神离，打了两次都无法让导演满意。她的头，因为发烧，已是晕得厉害，她自知如果再来一次，怕会跌倒在地，爬不起来。那一刻的她，突然觉得感伤，不知道这样为了几百块钱奔跑的生活何时才会结束，而那向往的做主角的未来，又何时才会到来？正暗自神伤，他突然走过来，对着饰演太太的演员鞠一个躬，尔后低声说：“麻烦您这次一定演过，且打得尽量轻一些好不好？”演员有些傲慢地瞥他一眼，道：“打的是她，疼得也是她，你操什么心？群众演员不就是靠这个来挣钱的么？”他的脸，倏地红了。一旁的她，以为他受了讽刺，心内不平，欲要冲动行事，便过来阻止，却是听他极清晰地吐出一句：“打的是她，可疼的是我，而且，是你不会明白的心疼。”

这一句，自此便让她，在这个繁华但却冰冷的城市，有了依靠般地觉得安心。尽管住的依然是阴暗潮湿的地下室，吃的依然是滋味索然的白水泡面，回去的路，也还是一辆叮当作响的自行车。可是，因为有了他，一切便如那被春风吹过的一池水，清澈、澄明，且有了无限生机。他学着用竹篾和蜡烛，做古装片里的灯盏，尔后挂满她的房间。他说，有了这些明亮的灯盏，她的心，在暗淡的地下室里，便不会觉得凄清。每天晚上，他送她回来，总是要帮她把满室的灯，一盏盏地都点亮了，才会在跳跃闪烁的

火花里放心地离去。原本已是吃厌了的泡面，因为两个人头抵着头争抢的这份快乐，也变得如那丰盛美味的佳肴。每天拍戏完了，他骑着自己叮当作响的“宝马”，载着她，在下班的人群里，鱼一样自由地穿梭。时不时地，便会有人朝风驰电掣的他们惊呼。她略带歉疚地朝路人笑笑，便温柔地倚在他的后背上，微闭起双眼，听耳边的风声，携着含苞怒放的幸福，冲过来了。

她以为会一直这样走下去，就像她与他，唯一一次在镜头里同时出现的一场戏：两个人回望一眼被炸毁的家园，便义无反顾地，牵手继续前行。可是生活还是像那无人修剪的花树，主干之外，生出更多芜杂的枝杈，亦开出愈加妖冶的花朵。她的聪慧，很快引起一家影视公司的注意，让她前去签约。她犹豫了许久，最终还是去了。那时他正拿着两个人的资料，推销员一样地在各个剧组间找寻机会；听到她要签约的消息，他的心里有一瞬间的空茫，但随即就笑说：

“我们的春天，终于要来了。”

她的生活，自此果真像那春天的植物，一场丰盈的雨水，便哗一下将绿色漫山遍野地铺陈开来。尽管依然是演一些可有可无的配角，可是，一份稳定的工作，慢慢积聚的人脉，越来越多的机会，还是让她心内喜悦，且在他的面前，有了一丝自己都没有觉察到的骄傲。她无须再为争抢一个连台词都没有的婢女的角色而四处求人，又被人挑拣橘子一样地推来攘去。她也无须为了赶时间，匆忙地买了泡面来吃。甚至她可以像那些工作体面的白领，下了班不急着回家，而是约三五好友，去喝咖啡，或是逛街。她