

袁媛 著

LOVE IS A RAY OF LIGHT

my is a bright, tears is also a smile. In those days without love, memori



爱是一道光

100 photos. 100 poetries. 100 essays. you must have a brave

回望是泪光

VOL.1

爱是一道光 回望是泪光

袁媛 著

In those days full of love, gray is also a ray of light, gloomy is a bright, tears is also a

献给那些有爱的日子

吉林大学出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

爱是一道光, 回望是泪光. 上册 / 袁媛著. —长春: 吉林大学出版社, 2010.1

ISBN 978-7-5601-5255-4

I. ①爱… II. ①袁… III. ①散文—作品集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第240789号

书 名: 爱是一道光, 回望是泪光 (上、下册)

作 者: 袁 媛 著

责任编辑: 张显吉 魏丹丹

策 划: 魏丹丹 袁 媛

视觉监制: 杨丹华

出版发行: 吉林大学出版社

社 址: 长春市明德路421号

邮 编: 130021

发行电话: 0431-88499826

网 址: <http://www.jlup.com.cn>

邮 箱: jlup@mail.jlu.edu.cn

印 刷: 北京天成印务有限责任公司

开 本: 710×1000毫米 1/16

字 数: 200千字

印 张: 21

印 次: 2010年05月第1版, 2010年07月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5601-5255-4

总 定 价: 56.00元



4	自序
10	第一章 时光中的爱情
	你觉得时光为爱带来了什么？
12	A. 爱过每一天，才能实现永远——《明年你还爱我吗？》
14	B. 相遇，不是恨早，就是恨晚——《错的时间，遇到对的人》
16	C. 待时光逝去，才想起那是最好的爱情——《最好的时光》
18	D. 时光让爱变得不像爱了——《什么可以不老》
20	第二章 恋爱心情
	恋爱时，你都有过哪些心情？
22	A. 我有很强的占有欲——《占有欲》
24	B. 爱久了，也会对爱情疲劳——《爱久了，也会厌倦》
26	C. 对恋人总是很容易发脾气——《为什么总要生气？》
28	D. 我想成为被宠爱的孩子——《爱让我安心的成为孩子》
30	第三章 爱的诺言
	你如何看待诺言？
32	A. 承诺的人都遗忘了，听的人还在当真——《我们说好的》
34	B. 诺言，从来只真在瞬间——《飘渺的诺言》
36	C. 叫声宝贝，就是承诺——《叫声宝贝，就是诺言》
38	D. 诺言，只是华丽的谎言——《诺言，不如一个谎言》
40	第四章 女人男人爱情观
	你如何看待恋爱中的女人男人？
42	A. 女人渴望安全感，男人渴望自由——《没有安全感的女人与渴望自由的男人》
44	B. 女人总想要改变男友——《女人渴望改变男人》
46	C. 女人赌男人的未来，男人爱女人的现在——《爱情是不同物种的一场结合》
48	D. 男女都有各自的恋爱技巧——《爱情里那些可爱的伎俩》
50	第五章 青春里的爱
	你为何难忘青春里的爱情？
52	A. 初恋是难以复刻的情感——《什么叫初恋？》
54	B. 那是人生最纯粹的一段感情——《学生时代的爱情》
56	C. 与初恋相伴的，是最美的青春——《不是心疼爱情，而是心疼青春》

58	D. 爱在最自由的年代——《有种自由，只留在一个年代》
60	第六章 爱情原理
	<i>你觉得爱情中存在哪些原理？</i>
62	A. 开始是你喜欢我，后来是我爱上了你——《爱情就是跷跷板的原理》
64	B. 人们总是越爱越懒惰——《日渐松懈的印象管理》
66	C. 得到的幸福，是否要用痛苦偿还？——《幸福与伤痛的零和原则》
68	D. 对待爱情，不能太理想化与极端——《爱情不是0或1》
70	第七章 爱情盲点
	<i>你有没有发现，可以换个角度看爱情？</i>
72	A. 有时候太幸福，也会让人生病——《幸福也是一种病》
74	B. 无需悔恨当初，应该感谢过去——《感谢过去》
76	C. 在重新开始前，也需要一次重新结束——《这一次，让我们重新结束》
78	D. 去爱是种能力，被爱同样也是种能力——《被爱也是一种能力》
80	第八章 女孩，你要懂得
	<i>女孩，恋爱时你都有过哪种心理？</i>
82	A. 你必须宠我让我，因为我是女孩——《忘记那些女孩的特权》
84	B. 我总脾气很差，动不动就想吵架——《别为小事伤感情》
86	C. 有时怀疑，我是否选对了另一半？——《我们配不配？》
88	D. 只是想要一个可以依靠的肩膀——《不要靠错了肩膀》
90	第九章 男孩，你要明白
	<i>男孩，恋爱中你都有过哪些想法？</i>
92	A. 我要找大家关注的女人——《不用恋人增面子》
94	B. 男人不怕承担责任——《别说会对我负责》
96	C. 我是天生的王者，那么闪耀——《你很平凡，是被爱，让你闪耀》
98	D. 女人，有时真是麻烦——《不要忽略你的女人》
100	第十章 爱情的秘密
	<i>你是否懂得这些话真实的含义？</i>
102	A. 我说讨厌你，就是喜欢你——《你是否懂得，这些相反的含义》
104	B. 我说你忙吧，其实是想让你陪我——《你忙吧，我不打扰你了》
106	C. 发信息问：在干嘛？就是：我想你——《被删节的短信》
108	D. “到家给我电话”，就是对你的牵挂——《爱就是为你操心》

110

第十一章 想让你明白

你有哪些想对恋人说的话？

112

A. 真爱，不会输给距离——《异地恋，请深爱》

114

B. 与礼物相比，我更重视你的记得——《你的存在就是礼物》

116

C. 房间无需大，有你才是家——《爱情的房间》

118

D. 真的爱我，就不要离开我——《请你命令我》

120

第十二章 相爱的问题

你问过恋人哪些可爱的问题？

122

A. 告诉我，你有多爱我？——《你有多爱我？》

124

B. 我为什么不会对你表达爱意？——《怎样说爱你？》

126

C. 你会怎样实现我的求婚梦？——《你会怎样向我求婚？》

128

D. 你能不能像爸爸一样爱我？——《能不能像爸爸一样爱我？》

130

第十三章 什么像爱情

你觉得可以把爱情比作什么？

132

A. 爱情就像一本书——《爱情小说》

134

B. 爱情就像英语四六级——《爱情就像四六级》

136

C. 爱情就像KTV里反复唱的歌曲——《在KTV里反复唱的歌曲》

138

D. 失恋就像减肥一样痛苦——《减肥与失恋》

140

第十四章 爱情哲理

你赞同以下哪条爱情哲理？

142

A. 世界变化永恒，感情无一例外——《需要例外》

144

B. 从无到有，从有到无，爱情只是白色——《爱情的白色哲学》

146

C. 空间永远，只会失了永远——《能不能永远？》

148

D. 离开你，只是因为太爱你——《爱像不爱》

150

第十五章 爱情，请回答

爱情中，有哪些问题让你困惑？

152

A. 人是不是不能没有爱情？——《相恋，是两个人的自恋》

154

B. 恋爱时，该不该相信星座？——《哪个星座才是完美情人？》

156

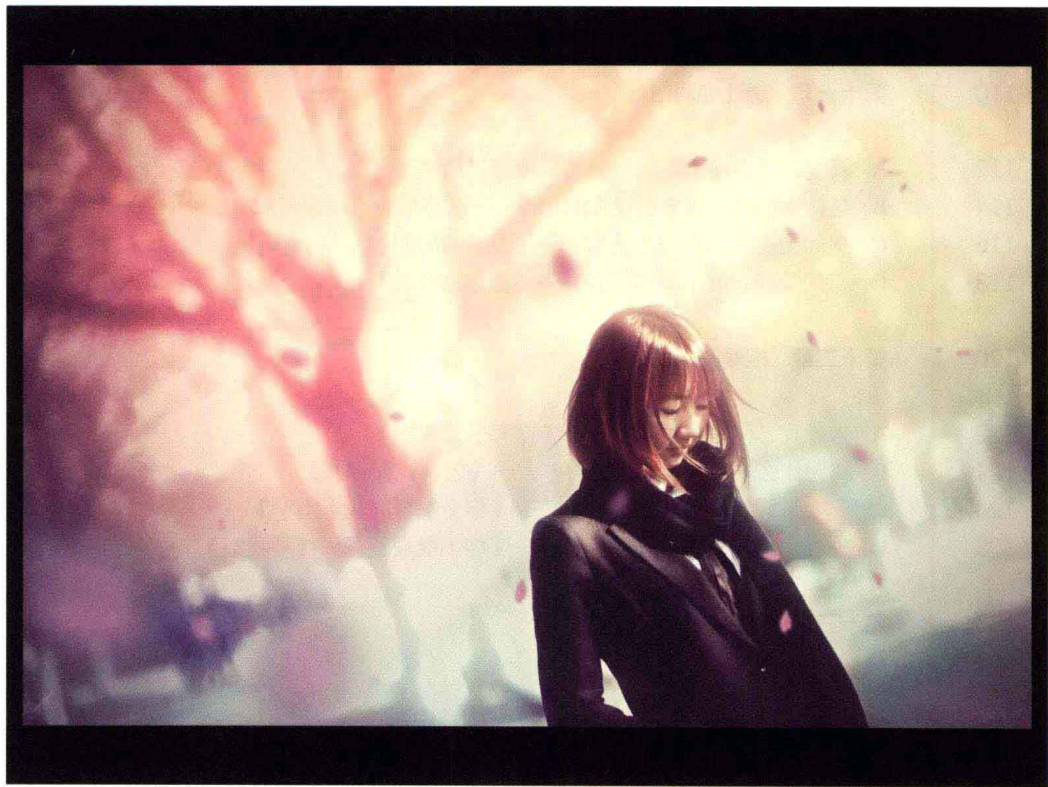
C. 我该选择哪一型的恋人？——《恋人的类型》

158

D. 我为什么总没有安全感？——《得不到的安全感》

160

读者留言——光芒同感



自序

看这本书时，每个人应该都会怀有不一样的心情。

还没来得及去爱的人在憧憬，有过爱又无奈失去爱的人在伤感，告别爱终于释然的人在纪念，幸福依然紧握在手中的人在微笑。

还有一些人是先微笑了起来，却又恍了神……因为自己爱过，却又因曾经以为会永远的，终究没有成为永远。

看这本书时，你有多痛，曾经就一定拥有过——多少与痛感成正比的幸福。当拥有化为承担，也是一种零和。

照片里相拥的人啊，也许不会意识到自己有多么幸福。只有我们这些看照片的人，在一个距离与时光之外，才能在泪光里读懂爱有多美。

当爱要回望的时候，就已经没了永远，原本美好的记忆碎片就会把我们划伤。所以当还拥有爱的时候，就一定要努力，让永远实现。

这些图文中，有你，也有我。有我们在注定里避免不了的失去，也有我们在注定里总会拥有的幸福。

找到了同感，让我们知道：即使在爱，也不是一个人。即使会痛，也不是一个人……

有种幸福感也许还会重复来过，但有种真爱却注定是无可取代。那完完全全容纳某一个人的心情，那是最初，又总是，也必须是最后。

看这些图文的时候你想到了谁？那个珍藏在心中的答案，就是幸福所在。

能够拥有那个答案，即使再独自上路，也不是孤单。

“配字”算是一种全新的文学形式，下面我想谈谈给每幅图片配字的过程。

其实图片只是用来超越的起点，精神永远引领表象。在写看似精短的语言之前，要经历一个抽离于图画表面，深入图画故事中想象的阶段。思想要融于图像，又超然于图像。文字与画面的新组合，才会诞生新美感。

“配字”终究还是一种文学，但更是一种跨领域的文学。艺术间相互综合才能弥补互相局限，才能让美感化为直指人心的灵力。这是文字场景和图片场景，两个不同场景的即时融合。言有尽而意无穷，语言总是能推动画面到达美妙的海滩。视觉看到的真实也是一种局限，用精神之念去中和视觉所见，看到美和爱，就会更加无限。

我将一幅静止的照片，想象成为一部电影的情节与片段，照片只是影片中一个停格的画面。

配字之前所要做的就是，复原——整个影片的故事。想象在这画面之前和之后都发生了什么，然后将前后的情节融入在静止的瞬间。我们就可以看到一种诗意的动态。

每张图片就像是原始的密码，需要用过去和未来之线去连接与解读。

我的配字大体有两种风格，一种是延伸系列，一种是超越系列。

延伸系列的文字，进行的更像是一种照片背后的叙事，这时最需要的就是对细节的想象。

想象在意念的一个房间里，轻轻推门进去，然后看到无处不陈列着古旧泛黄的家具，桌上的旧时钟表还在滴答的温馨节奏里回响，墙上挂的画中少女带有甜美又有深意的微笑。在一封不知寄去哪里未完成的书信旁边，羽毛笔上的墨汁已经干涸凝固。这些细节构成了想象，只需几处细节的勾勒，就揭开了薄雾中整体的轮廓。

所谓的想象力，就是要让沉睡的一切，都能被唤醒。这是一个对你而言，已然全知的世界。

超越系列的配字，也是我更为喜欢的一类。我想要做的是一种对照片本身完全地颠覆。

照片就像舞台上的红色幕布，也许幕布的后面只是凌乱的后台，但这才是事实的真相。力图用我的文字，成为揭开那红色幕帘的力。然后让大家觉醒——所看到的画面，其实只是一种幻象。

其实所有图画的瞬间美，还隐藏着一断绵长流淌的美的历史。语言转而成为核心，图画转而只成为语言的注释。图画本身只给人一种静止的美感，有了语言，凝固的画面才有拥有了一种活泼而

又诗化的生态。

真爱，同样有很多不可见的美，需要用一颗清澈明亮的心，去探寻温馨的漫漫真理。

也许一些朋友有这个疑问，为什么你写的文字有淡淡的伤感呢？不是在描述温暖的爱吗？

其实我正是想用伤感的文字，让大家能释放心中的伤感。无论是在时间中累积的，还是自己一直逃避害怕面对的。总之我们某一根神经上潜伏的伤痛，若是能与一句话完成相通，那么在伤痛抵达文字的同时，伤痛就会有一部分消解。因为伤痛也需要同感，心中的那片伤感若是能被文字唤醒，这得到的释放途径就是一种安慰。

关于写作的最大技巧是什么？我认为是要带着一颗同感他人的心。

要用一颗有温度的心，去悲悯，或去大爱。相信只要能感动自己七分，就至少能感染他人三分。其实这就是字由心生，灵魂感人。只有拥有情感与思想的文字才有可探寻的张力，华丽的文字只是暂时的迷幻，却坠入一场无纵深的空洞。用简单的文字点到为止，却点开了一个黑洞。黑洞里是无限的情感，能让心灵深获慰藉。

关于这本书的名字——《爱是一道光，回望是泪光》。在爱中，我们被爱照耀，没有意识到对这光线有多么的依赖。等到回望时，才会在泪光中怀念。

爱是什么？失去爱的人才能回答。

微笑是什么？哭过的人才能懂得。

光芒是什么？黑暗中的人才能明白。

我们都要在从前受伤的地方学会爱，在从前的任性中学会自控，在从前的偏执里学会包容，更要在从前失去的地方学会珍惜。

如果大家懂得了这些，那么就实现了我写这本书的目的。那就是为了让大家——懂爱。这本书从来就不是写给我自己的，而是写给我们的。

抬头看我们心中漫天繁星，那星星点点的亮光，就是真爱的暗语。

坚信在茫茫宇宙间行走的路线，哪怕只是迈出一小步，也一定要抵达幸福。

看看身边苍茫的世界，无论何时都要相信——

世间即将消失的真爱，仍把握在自己手中！

因为——我们为爱而生……

<谨以此书献给所有爱过、爱着、还在努力去爱、永永远远为爱而生的我们……>

阅读提示

READING TIPS

爱的感谢

THE THANKS FOR LOVE

心理测试题形式的目录，希望大家能选择与自身感受相近的选项，更切身地阅读，更有效地寻找同感与安慰。

每一个选项包含四部分内容：

图片：直观场景的铺陈

配字：解读或超越图片

哲理散文：深化配字，细化同感

LOVE MOTTO：爱情格言，全篇启示

这样层层深化的内文形式，力图将“同感文学”最大化展现。

出这本书的过程确实颇为艰辛，因为集摄影、配字、散文于一体，三者分别有其独立的艺术体系。尤其在原创摄影部分，如何让抽象艺术与具象艺术结合，也是很大的挑战。在此，感谢欧阳嘉华、夏盛、鲍雁洲的摄影指导，感谢所有模特的参与支持，感谢网络上一直支持我的朋友们……因为有你们传递爱的光粒子，才能汇合成一片爱的萤光，最终让爱发光。

感谢模特名单：海韵、郑敏、李春鹏、常雯、张渤欣、刘静、李颖、张可为、万青、苏杭、李超、呼延岳明、朱洽洽、薛昊飞、余又有、梁明昊、孔晨子、惠彤、朱琳、堵帮、霍蕴熙、杨少博、杨志斌、王理。

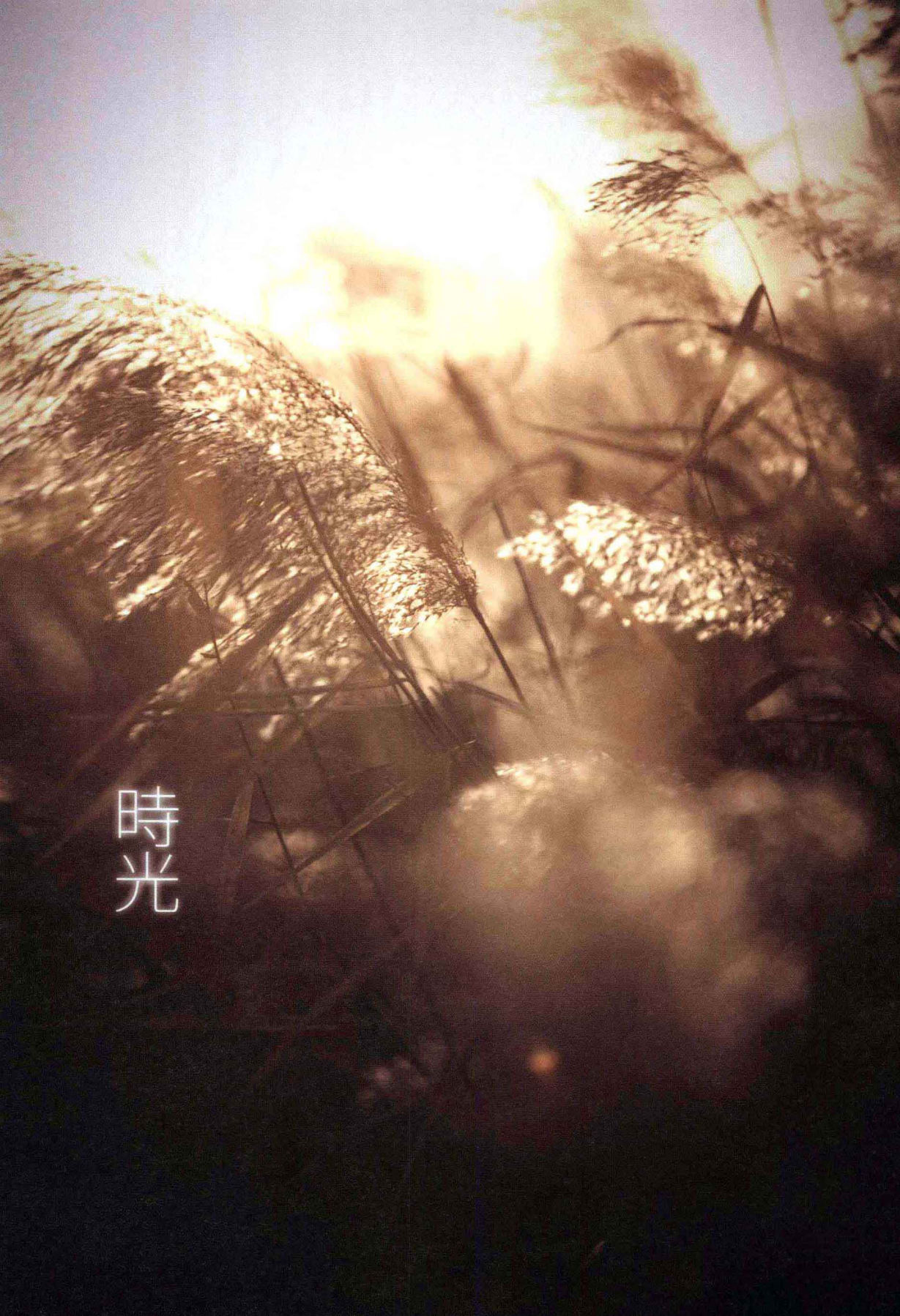


一只蝴蝶在巴西轻拍翅膀
可以导致一个月后德克萨斯州的一场龙卷风

那么我轻轻对着空气说我爱你
是不是也可以让一个月后……

你身边的一阵微风充满爱意？





時光

第一章 时光中的爱情

年轻的时候

以为错过的是一场繁花、一片星光

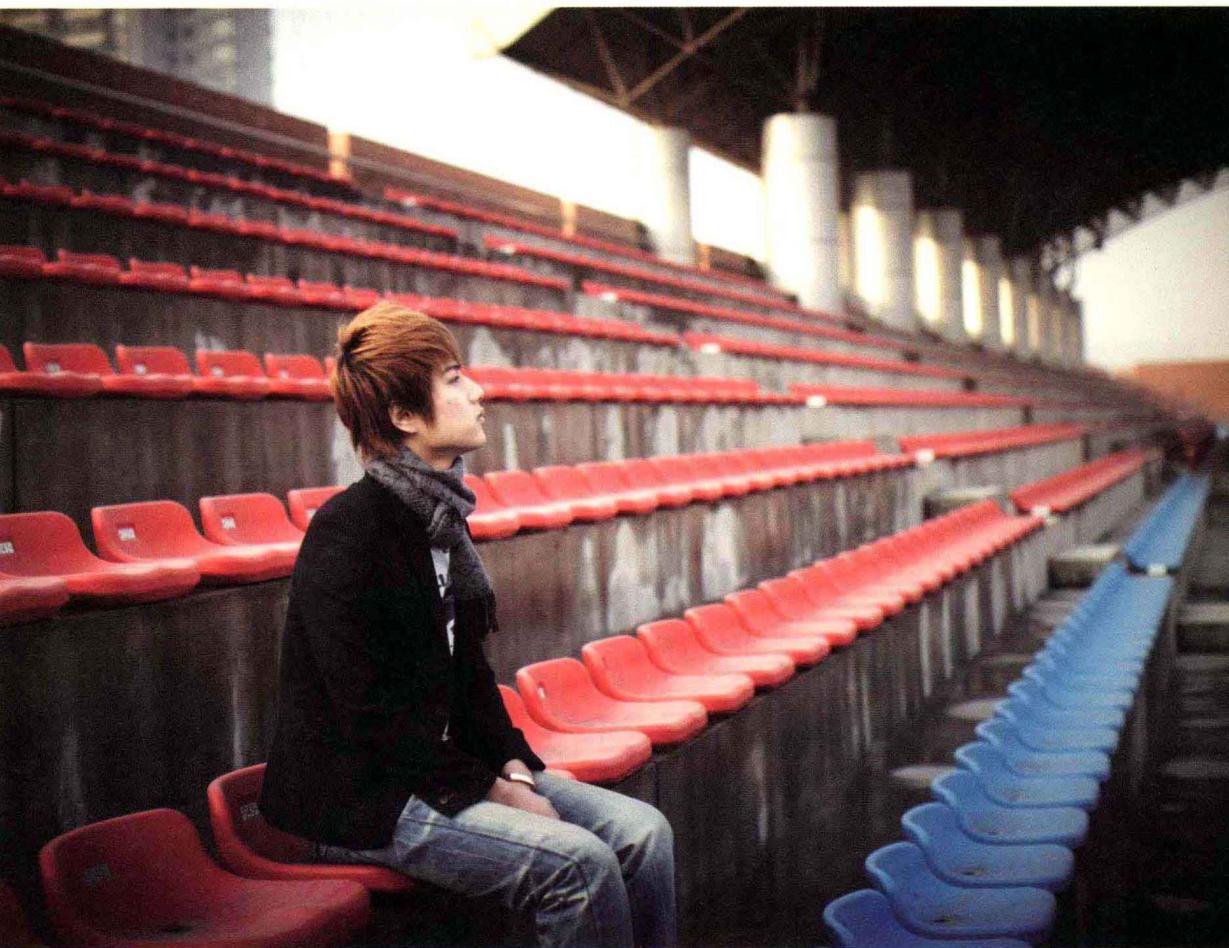
一次夕阳巷口的演出、一个转身遗忘的路人

待到繁花再来、星光重现、歌舞又起、路人重逢时才发现

我们错过的是

那个还敢去爱的时代

A. 明年你还爱我吗？



多少空的座位，曾有情侣坐过
多少恋人以为，每年都能爱过

当今年想问你爱不爱我
才发现你已经悄然离场

终于遗憾为什么——
去年没有问
明年你还爱我吗？

一位歌手做过一件煽情又有创意的事，他提前一年预售了自己演唱会的门票，但仅限情侣购买。一人的价格可以获得两个席位。一张情侣票分男生票和女生票，恋人双方各自保存属于自己的那张票，一年后，两张票合在一起才能生效。

这场演唱会的名字叫做：明年你还爱我吗？

用一张票据制约变幻的感情，原本只是一场游戏。这位歌手或许早已猜到了结局，到了第二年，专设的情侣席位，果然空了好多位子。

我们习惯了去问：“你会不会永远爱我？”我们也习惯了轻易承诺：“我会永远爱你。”

可缩短了约定的期限，只想问：你明年还会不会爱我？只想问：你明天还会不会拉着我的手？只想问：你下一秒是不是还可以在我身边？

我们太年轻、太感性，以为山盟海誓才叫爱情，以为永远实现得那么轻易。

以为在身边的这个人，可以陪我们走到时光荒崖，穿越漫漫的青春寂地。

明年，太短。无数关于未来的甜蜜幻想，足可以支撑起一生那么长。三年后、五年后、七年后、十年后……我们都要在一起，完成很多美好幸福的事情。

可是告别，就是一瞬间的事。感情的生命太过柔软，经不起考验。面对“分手”两个字，即使拥有再深厚的感情根基，也会瞬间轰然崩塌。

我曾经问过你：“明年你还爱我吗？”你那时说：“一年太短，我要爱你一辈子呢。”

可是你说分手只用了两秒。为什么这远比一年更短的时间，就摧毁了我们以为能在一起的一生？

承诺爱的时间不分长短。下一秒、黄昏、夜晚、明天……你还会爱我么？

你挂了电话，你走到转弯，你睁开双眼，都还依然爱我么？

别说你会永远爱我，我只要你——每年这个时候，都依然爱我。

永远就是：微小的一天天，持续的一年年。

承诺时，看不起明年的恋人们，明年来了，花谢花开，你们还在吗？你们是哪一年相爱，又哪一年分开？你们没有一起等到哪一个明年？

青春的岁月里，承诺了那么多永远。真正爱过的，也不过就是那么几年。

朋友问：“你和前女友在一起几年？”回答说：“5年。”

众人感叹：“好长！”其实大家相爱时，都承诺要在一起那么长的几十年，为什么反而会觉得5年很长？或许是因为我们每一个人，谁都未曾有把握做到永远。

不问你会不会永远爱我。

明年，你还爱我么？

LOVE MOTTO 永远、三年、一年……承诺的期限越短，越近在眼前，才越有可能实现。不切实际地承诺海角天边，只会让爱搁浅。实现小诺言，爱过每一天，才能把握永远。

B. 错的时间，遇到对的人



看看表，亲爱的
为什么这么早就出现？
这还不到你的出场时间

我只能远远地看着你
却不敢走近
在错的时间里
我怕先爱上你，之后又错过你