

<<我们心中的怕和爱>>

图书基本信息

书名：<<我们心中的怕和爱>>

13位ISBN编号：9787538738469

10位ISBN编号：7538738460

出版时间：2011-12-22

出版时间：吉林出版集团,时代文艺出版社

作者：水木丁

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;我们心中的怕和爱&gt;&gt;

## 前言

麦田里的西西弗十年前开始写作的时候，一心想成为一个大作家，认为写作嘛，除了小说、诗歌、散文和散文，其他的文字形式简直都是上不了台面的东西。

没想到的是，多年后，我的小说还在路上，倒是和读者往来的书信先结集出版了。

犹记得当初开始给读者写回信的时候，身边的朋友都揶揄我是“知心姐姐”，其实听到这个词儿特别不爽，因为总感觉这是一种管别人家长里短的闲事的形象，和我的大作家理想相去甚远。

但是渐渐地写起来，就改变了想法。

假如一个人读了点儿书，谈了点儿恋爱，在经过此生的路上，稍微懂得了点儿道理，还能写点儿文字，那么这些都是生不带来死不带去的经验，你死了，它就跟你一起死了。

所以舍不得也没意思，不如就把这些说出来，传给别人，如果对他人有用，这个事儿也不错。

至于方式，是小说，还是诗歌……其实倒也无所谓。

日本的文学评论家植村树曾说，这个世界上有两种人。

面对很讨厌、很棘手、谁也不愿意去做的事情的时候，一种人会想，反正总会有人来做，所以不用我来做；而另外一种人则觉得，如果没有人来做，那就由我来做吧。

植村树说，这后一种人就是村上春树小说里的人物。

虽然世界很糟糕，个人的力量微不足道，可是如果没有人把这些事情完成一点，再完成一点，那么它便只有彻底地堕落到深渊里去了。

我不是村上春树的粉丝，但看到这句话的时候，却惊讶地发现自己正是村上春树作品里的人物。

而这一切也不是我自己选择的，只是写着写着，就变成这样了，就像日子过着过着，就变成了这样。

于是有一天，我跋山涉水、历尽磨难地走啊走，突然发现自己站在了悬崖边上，我的左手边是一片金黄的麦田，右手边是一望无际的大海。

我不想从悬崖上跳下去，就此结束我的生命，但也不想回到原来的世界，于是就选择了待在那里，有小孩子跑过来我就拦住他们，把他们送回到安全的世界里去。

也谈不上多高尚吧，只是既然你都已经戳在那里了，总不能就这么眼睁睁地看他们掉下去吧……这种事儿说白了，就是闲着也是无聊，其实真没什么好说的。

很多人喜欢塞林格的《麦田里的守望者》，并以此自拟，而在我看来，塞林格笔下的少年和塞林格本人一样，并没有真正地去做了这些别人不愿意做的事，他只是置身于麦田之外提供了一种设想。

如果他真的去做了，可能会觉得厌烦透顶吧，因为这样的事情，做起来又具体、又琐碎，根本不美好，总是像家务活一样干也干不完。

这脏兮兮的世界，无论怎样都擦不干净，本来内心存有少年时救世的干净清晰的梦想，但最后总是变成西西弗式的烦恼。

于是那本书及时地在青春结束之前结束，并且不可能再有第二本。

因为如果你十几年后再回到悬崖边，发现那个曾经如风的少年还站在那里，满脸皱纹、白发苍苍，也许你不会觉得这是一个很美好的情景……我不是麦田里的守望者，我是麦田里的西西弗，我被命运引领至此、被写作引领至此的时候已经不年轻，觉得这个地方也不错，于是也就接受了这个任务而已。

看读者的来信，给他们回信，并不能让这个世界得到彻底的改变，甚至不能对写信的人给出什么更具体的帮助，但是屋子凌乱，如果不打扫，那么它脏乱的程度就会加重。

有些事，如果没有人来做，就由我来做好了。

麦田里的守望者也会老，最后摧毁他们梦想的不是狂风暴雨，不是电闪雷鸣，也不是内心的激荡，而是日复一日的琐碎、婆妈的生活，无聊的日出日落，大片大片看腻了的麦田风景，以及艳阳下的空虚、质疑和面对这个世界的无力感。

于是一些人出去赚钱，追名逐利，或者干脆连同自己也堕落起来。

他们没有像年轻时候以为的那样，被大人们杀死，他们只是变得更富有，他们只是变成了大人而已。

而另一些人选择留下来，他们变成了我，他们变成了麦田里的西西弗，西西弗永远不会老。

至于那些写信给我的朋友，我从未觉得我的一封回信就能拯救你们的人生。

我读信，我回信，我只是做了命运安排我应该做的事，并且时刻记得，每一个给我写信的你，每一个

## <<我们心中的怕和爱>>

我选择回信的你，每一个读我回信的你，我们都不是随便地遇到另一个人，我们都是经过跋山涉水、漫漫长路才找到彼此。

在我们的人生长河里，这因缘际会的短暂的一瞬，那不是偶然，那是我们的选择。

我希望在这美妙的心灵交会的刹那，足以照亮你转身离去的前路，陪伴你走上一阵子。

当火把熄灭，希望这点点的温暖还能支撑你继续前行，直到找到新的拿火把的人。

至于我，我也许还站在这里，但是请不必挂念，也不必回头，请将我遗忘，只将那刹那的拥抱留在心间吧。

水木丁

## <<我们心中的怕和爱>>

### 内容概要

这是一本回信集子，内容也多是诉说情感遭际、生活烦恼，还有一些对人生价值的探讨。水木丁的回信，敦厚却有风骨。

或三言两语，或长篇累牍，跟你说说生活，说说怎样才能让自己生活得舒坦，怎样能在被别人伤害、不被别人爱的时候还能对自己不离不弃，爱自己，不为难自己。

水木丁的文字有生活中的烟火味，她不是离地三尺教你甩开世俗，更不是手叉双腰做骂醒你状。她双脚踏实地踩在地上，也告诉你，怎样双脚踩地，与生活握手言和地活下去，神清目朗地活下去。

## <<我们心中的怕和爱>>

### 作者简介

水木丁，出生在七十年代，媒体中人，文字中人，生活中人，复杂到一言难尽，简单到不值一提。

<<我们心中的怕和爱>>

书籍目录

小窗，深夜借一股憨劲儿向水木丁表白……

你还年轻，依然美好

好爱情，坏爱情

死了一百万次的猫

爱情这东西我明白，但男人是什么

标准化人生的标准化幸福

恋上一个老男人的前世今生

处女情结也是一种择偶观

被分手不是你的错

什么都有代价

爱是恨的解药

比起真理，他更想要的是你的崇拜

遇上了胡兰成一样的恋人

婚姻可以找，爱情只能等

长情也是一种病

如果我们终将老无所依

爱他如他所是

我们心中的怕和爱

把贞操留给你自己

若不是爱过又把你失去

关于他抛弃你的一千个理由

你看你看爱情的脸

爱是寂寞撒的谎

回一封信之有时选择大于努力

奋不顾身又如何

爱自由，性自由，婚姻不自由

公主病是一种什么病

生命中不能承受之幸福

一个人是一座岛

女作家的幸福问题

经过此生的意义

佛祖之所以牛

女权主义可以是靶子，但不能当饭吃

你的梦想，你卖了几个钱

那些杜拉拉不能教你的事

有时，家人真可怕

小女人，大时代

闺蜜是用来被抛弃的

我们凭什么要自卑

跋：有感情的情感专家

## &lt;&lt;我们心中的怕和爱&gt;&gt;

## 章节摘录

爱他如他所是水木丁姐姐：你好。

我与男朋友分手了，这虽然不是我的初恋，但对我来说却是动情最深最真的一次。

我们分隔两地，异地恋让我觉得比较辛苦，也时常觉得没有未来，但始终坚持，努力经营呵护两人的感情。

我们在一起的时候，感觉非常好，和谐温暖。

只是每每分处异地的时候，我就觉得他被动又冷漠，懒惰又自私。

每次联系几乎都需要我主动，我病重的时候他也等到我联系他之后才来关心我的病情。

他比较吸引女孩，生活作风也不是很检点。

我觉得从他身上感受不到支持和永恒，于是便决定和平分手。

曾经想与他一生一世，想与他有未来，有个家。

可以说第一次感觉到爱也是因为他。

而事情竟然发展得这般无奈，提出分手的是我，可我也真的很难过。

我也时常想，分手的原因究竟是什么？

是因为他的冷漠、被动、自私、暧昧、缺少责任心吗？

是因为两人相处起来的不舒服感的累积质变吗？

是因为真的是不适合吗？

可我真的觉得，感情是可以经营呵护的，既然相爱，那么方式方法时机对了，性格差异大的两人也可以找到一个方法好好走下去……可问题在于，水木丁姐姐，我不再恨他之后，心中对他的爱突然又回来了……觉得只要还能再在一起，我真的可以不计前嫌地好好爱他，信任他，而且会给他多一分理解与默契，多一些包容与关怀。

我无法放下，还想与他相爱，这是一时的错觉吗？

我可以让自己相信缘分奇迹，等待一份未知的可能性吗？

我对此很困惑、迷茫。

水木丁姐姐，我该怎么办？

梦不落——梦不落妹妹：你好。

看了你的信，让我想起很久以前的某一天，我和一个朋友在一起散步，我们聊起各自从前的爱情，朋友就讲起她的某一任男朋友曾经对她说过话，大概意思就是，你虽然脾气这么不好，毛病这么多，但我还可以宽容你，可见我是多么爱你。

朋友说，她当时给这位男友的回答就是，你凭什么宽容我，我为什么非要被你宽容？

这话给我留下的印象很深刻。

现在我看你说起你的男朋友，就觉得好像看到了我这位朋友从前的男朋友，只是你的男朋友可能不像我这位朋友这样表达得一语中的。

但我想，他的心里恐怕也是这样想的。

很多人听到我朋友说的那句话，可能都会觉得这种人怎么这么任性，不知道好歹。

其实，我倒觉得我们不妨换个角度想想看。

一对恋人，在没谈恋爱之前，互相是不认识的，或者只是普通的同学或朋友，各过各的日子，各归各妈教育。

就算平平凡凡的人生，只要是没有妨碍别人，也可以过得开开心心，并不需要别人来挑三拣四。

可是为什么人家一旦和某个人谈上了恋爱，只是因为不符合对方的价值观，就一下子变成了浑身都是缺点的人呢？

从此以后，要么就得按照另外一个人的标准来否定自己，从而改造自己；要么就要靠别人的宽容和忍耐来感恩戴德地生活，那是低人一等的生活，这样的日子，过起来有什么意思又有什么必要呢？

一直以来，我都不太喜欢所谓爱是宽容和忍耐的这种陈词滥调，有时候我听到人们反复这样说，就会觉得人们实在是太自以为是了，才会老是觉得自己的宽容和忍耐一定是什么有价值的东西。

而事实是，这世界上的大多数人，并不是指望着你的宽容活着的。

## <<我们心中的怕和爱>>

没有你的宽容，人家活得也都好好的。

而那些动不动就说自己如何宽容别人的人，有时候潜意识里也不排除是因为想用宽容换取对方的反省、爱或者愧疚等等，如果是这样的话，那么这就更不是爱。

所以，他们总是不明白，为什么自己一味地宽容和忍耐换来的却只是恨和伤害。

那是因为，无论他们自己怎样真诚地认为自己是出于高尚和慈悲的动机，但对方都认为他们是在做感情的交易。

对方需要你的宽容，你的宽容才是无价之宝。

可是，当一个人并不想要你的高高在上的宽容的时候，却被你强行宽容。

那么，你换来的可能不是爱，反倒是恨。

是的，每个人身上总是有优点也有缺点，这话说得诚然不错，但是我一直认为它并不准确。

这种看法有时候会让人把一个人身上的优点和缺点区分来对待，从而轻易地认为，我给你指出缺点，你努力改正它就是了。

这其实是一个误区，其实人常常并不是有优点也有缺点，而是他的优点就是他的缺点本身。

就像这世间万物，都有阴阳两极、正反两面，总是共生共容、成双成对地出现。

优点和缺点，往往是一枚硬币的正反两面，看上去相反，其实根本就是一回事。

就像太阳照到大地上，此岸的白昼，必定是彼岸的黑夜，山间生长的大树，向阳的一面枝繁叶茂，背阴的一面布满青苔。

一个诚实稳重的年轻人，往往就会木讷、缺少情趣。

一个大大咧咧的粗心女孩，通常都性格随和、不计较。

勇敢果断的好汉往往是简单粗暴的人，优柔寡断的人的另一面却可以是细心体贴。

你的男朋友也许很幼稚很自私，但是幼稚和自私的另一面，也许就是有那种纯真个性的魅力，能让这样的男人击败那些老成持重的老男人，获得那么多女孩子的喜爱。

他不是有优点也有缺点，而是他的优点就是他的缺点，这都是他这个人本身。

我们常常在爱上一个人的最初的时候，只看到了他阳光的那一面，然而相处的时间长了，就想拼命地拿刀子剔除掉他的反面。

可是一个人活在世上，怎么可能只要白昼而不要黑夜，怎么可能把大树劈开只要鸟语花香的那一面继续生长？

如果你一定要爱一个人，就请你爱他如他所是。

爱他的赤子之心，也爱他的时而幼稚；爱他成熟稳重，也爱他安静少言。

这种爱只需要懂得，并不需要忍耐，更不是通过那些朋友对他的判断来证明他有多少缺点，多少错误。

这不叫爱，这是开公审大会。

他的那些朋友，如果觉得他不好，也同样可以选择不和他做朋友。

爱情和友情之所以美好，不就是因为它是可以自由选择吗？

要爱，就接受他本来的样子，如果不能接受，那就不要爱。

爱和不爱都没有错，但不要一边嫌弃一边宽容地去爱，不要以爱为理由要求别人性情大变，人生观、价值观都彻底重塑，这样做，最后的结果只能是互相厌弃、互相憎恨。

至于你说你觉得对他的爱重新回来了，也许是你想起了他阳光的一面，这是一方面的原因。

另一方面的原因，也可能是你爱上了在这段关系中的那个宽容的、高尚的自己的形象而已。

人们总是为自己在爱情里投射出来的影子而沉醉，但那往往并不是真实的。

以一种幻象为基础和对方谈恋爱，再重来多少次，结果也是一样的。

## &lt;&lt;我们心中的怕和爱&gt;&gt;

## 后记

有感情的情感专家绿妖/文前几天遇到一个女朋友，聊起繁难家事，最后我说：你给水木丁写封信吧；另一位女朋友，遇到一个无解难题，咨询水木丁，简短问答之后，女友当机立断：我要给你写信。

水木丁吃完午饭回来，她化名换背景的邮件已经出现在邮箱。

一般来说，和尚、星座专家、风水大师，还有情感专家，都是越远越灵。

水木丁打破了这种偏见。

我们认识时，她刚到北京，一个人租房，一个人租辆货车去南城买二手家具，一个人跑来跑去找工作。

但我很少听见她诉苦。

她的精神跟她的金钱观一样爽朗清洁：跟她吃饭永远都是AA。

倾诉，对于她或许就像逼迫别人埋单，或自己抢埋单，那太不爽利。

后来，在这个庞大的城市里，我们一点一点熟悉起来，我们最常约在大望路的现代城，那里有小饭馆，有“光合作用”书店，吃完可以买书，买完书，就可以一圈一圈地绕着现代城散步，聊最近看的书，聊各自的生活。

她有许多生活的智慧，会告诉我：自己置办一套家具，也用不了多少钱。

可是租个空房，房租会便宜很多，而且家具可以用很久。

包括超市快关门的时候去，青菜比菜市场还便宜。

现在我明白，她的生活智慧，都是被生活磨出来的。

就像她身为情感专家的智慧，也是被生活一层层磨出来的，所谓“久病成神医”。

而不诉苦的人，却成为了一名职业的烦恼倾听者，这是一件想一想都觉得有意思的事。

在我国，“情感专家”是一个门槛极低的职业，只要会写汉字，只要有点名气，不管你是诗人、歌手、剃头的还是画画的，都能在报刊上开一个情感信箱，坐堂应诊。

可是一个大男子主义者，很难成为好的情感专家，因为他不懂女人；一个女人，很难成为好的情感专家，如果她只是站在来信的姑娘这边，帮忙痛骂让她们伤心的臭男人；甚至一个好人，也很难成为好的情感专家，就像我的另一个朋友，收到别人的来信，只会笨拙地回复：你写得太好了，我都看哭了……是的，好人只能陪着心碎的写信者一起哭，可是解决问题，他们没办法，不会。

所以我尊重真正的情感专家。

因此，我在不同场合表达过对情感专家界流行的“麻辣烫”风的不满。

如果说，最初的断喝，是为了令人一瞬间顿悟，之后蔓延开终至充斥的就是施虐狂与受虐狂的结合，专家们比着看谁骂得漂亮，以博读者一笑。

这样的风格，说到底，是写信和回信的人都不相信，一封信真能解决问题、情感信箱真的有用。

一封信真能解决问题吗？

情感信箱有用吗？

人真能帮到另一个人吗？

这本书最初的时候，是水木丁在博客上写：你可以给我写信，不保证一定会回。

话说得很冷淡，但也有人写了，得到了回复。

第二个人偶然看到，于是也写了一封……第三个人……它不是一开始就是一个专栏，而只是，两个孤独的人偶尔碰到了一块儿，说了会儿话而已。

渐渐地，我看到她每次的回信，点击率越来越高。

开始有人约她开一个专栏，开始有了稿费。

有越来越多的人给她写信，急切地等着回答。

但其实又没有什么变化：专栏只用写几百字，她仍然回一千多字。

“字儿太少，说不清楚。

”她相信有些问题可以说清楚，有些难题能够解决，一个人，可以帮助到另一个人。

水木丁最早是文学青年，学英语的，写实验小说，语言西式，那时她写的小说我到现在都看不懂。

后来，不知从什么时候起，她仿佛打通了任督两脉，文字的结构仍然是西方语言框架式的严谨，文字

## <<我们心中的怕和爱>>

本身则全然用大白话。

你以为这很容易吗？

有段时间，我约她写时事，写三险一金、写通货膨胀、写财经政策……我们看过不少专家写过这些，把政策解读得没人能看懂，看完还是一头浆糊，不知道跟自己有什么关系。

水木丁不是那样的专家，她像你的亲姐、亲老师一样，恨不能手把手，掰开了揉碎了跟你解释。

我也是直到看到她的文章，才第一次弄明白了诸如三险一金之类的高深政策。

做到这些很难吗？

也就是多替看文章的人想想，别把那些宏观的数据抄来抄去，多查具体资料，自己现实里对这些真懂

。但我没见到第二个专家这样做，她不写了以后，也没见到别人这样写。

她的情感专栏，也是这么写的。

能解决的，她解决。

比如告诉一个纠结于追求梦想，还是听从现实压力的姑娘，“你的爱好，只不过是家居设计而已，又不是要去当德州电锯杀人狂……为什么就会有人认为是心理学就一定会比家居设计有出息呢”；投诉男人的，并不总是得到同仇敌忾的助拳；只是想找找安慰的，她绝不，而是告诉对方，青春、痴情、楚楚可怜、年轻漂亮什么的都没啥了不起，别沉湎，好好读书上进是真；还有一些，真的真的是无法解决，又是那么悲凉的来信，水木丁就说，“活到死的那一天，写到写不出的那一天，爱到不能爱的那一天，仅此而已吧。

痛苦不会教会人什么是生的意义，痛苦只教会人，什么是不用问的问题，仅此而已”。

她有一套结结实实的价值观，在职业上、恋爱上、性爱上，她足够开放，但最终，她的脚落在一个踏踏实实的甚至显得守旧的立足点：“一段婚姻，假如双方不是因为互相奋不顾身地爱着对方才走到一起的，那么在这条漫漫长途路中，如果婚姻真的有可能有什么保证的话，其实就只有最简单的两条：第一，自己做一个好人；第二，嫁一个好人。

”——很老套，是不是？

又回到了三四十年前，我们的妈妈们恋爱时的标准。

同时，她的这一套，跟眼下这个混乱的社会的那一套，却像是恰恰相反——她开放之处，是社会保守的地方；她认为很重要的，却是当下社会认为很不重要的东西。

可是这一套，难道不是一个正常社会应该有的常识吗？

怎么辨认常识？

你服从它，同时感觉光明温暖，就是对的。

而那些扭曲的、屈从的、荒诞的，都是反常识的。

只是我们的时代太幽默，我们已经忘了什么是常识，而常常屈从于荒诞，也因此，才会有那么多的纠结。

前一阵去衡山，跟朋友一起爬主峰祝融峰。

朋友说，祝融是火神，也是持久光明之意。

这个含义，让我有说不出的感动。

衡山上络绎不绝、手捧香盒、穿着绣有“南岳进香”字样衣服的徒步香客，或许也是为了这个“持久光明”而来的吧？

而这本书里，那些写信的人，那些纠结在被人抛弃以及被抛弃后的锥心的恨意里的，纠结于职业、爱情、婚姻、性、自私、黑暗、父母压力、社会压力与自我之间的扭曲的女女男男们，也是为了想得到一点点光明吧？

也许就因为这样，才有那么多的人，需要给她一封一封地写信。

而身为水老师的朋友，我们也真的会在遇到事情时，想：给水木丁写封信吧。

## <<我们心中的怕和爱>>

### 媒体关注与评论

看水木丁的信箱很有意思，你会越看越笃定，你会越看越舒服，越看越安心。

因为水木丁教给我们的哲学是没关系哲学，是的，这很傻很笨很天真，可是没关系，因为这是我们成长的必经之路。

人生不可不看的水木丁，气场强大却依旧温暖包容。

——黄佟佟我们就是我们的问题，我们也是我们的救赎。

如何向内心深处黑暗的自己伸出手去，自己接住自己。

这就是水木丁教我们的事。

——柏邦妮

## <<我们心中的怕和爱>>

### 编辑推荐

《我们心中的怕和爱》编辑推荐：水木丁，人称“疗伤教主”，她的文字具有一股神奇的力量，这种力量从你每一处的末梢神经往筋骨里流窜，安抚了那些躁动的不安。

比较早看到水木丁老师的文章就是她那篇《我们心中的怕和爱》。

她说，“现在的你，就像一个溺水的人，之所以要拼命抓住对方，是因为把对方当成了自己最后的一根救命稻草，本来是有十足把握，唾手可得的，现在却突然丢掉了，于是感觉自己就要沉底儿了，就要拼命抓，不管是用求的也好，承认错误也罢，反正就一定要他先爱你，其他的事儿以后再说，那些无法忽视的差异也可以当做看不到。

但这不是因为爱，而是因为怕。

”类似的怕我也有过，相信，很多姑娘都有过。

写信，是因为有些话只想讲给陌生人听；回信，是因为始终相信一个人可以帮到另一个人。

所以，有了这本书。

<<我们心中的怕和爱>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>