

# 私恋失调



[私恋失调 下载链接1](#)

著者:倪闻天

出版者:中信出版集团

出版时间:2020-4

装帧:平装

isbn:9787521711974

●渣的真相是什么？少有的男性视角

，抽丝剥茧般分离出爱情中的逃避和卑劣，这是正在发生爱情，不被传统约束，更自由也更理性

承诺、家庭、生儿育女，不如信号满格更能满足安全感；爱情长跑、恋人未满、灵魂伴侣，情感的深浅与时间无关；这是95后00后的爱情，被加速着前进，却迟迟走不到终点，在一种看似轻佻的关系里，我们窥见了爱情的全貌……

### ●你以为的一生只爱一个人，其实是一遍遍地爱上一个人

《从前慢》成了向往，《想见你》是别人的故事，此刻正在发生的是《私恋失调》：争吵，矛盾，猜忌，疯狂，偏执，顽固，自私，占有，背叛……我们身上那些病态的、失调的部分，恰恰决定了爱情的走向。

### ●炽烈的情感+冰凉的现实感，代入感令人觉得自己正站在书里，真实得让你恍惚自己就是剧中人

酣畅和龃龉同在，纠结用戏谑包装，幽默中隐含着忧伤，“这种故事就该活在小说里”“扎心幽默”“语言太棒，一句废话没有”“是心目中好小说的模样”！

### ●剖开了当下的两性关系，让我们从中获得理解和告别

小说讲述了爱情中那些无法面对也根本说不清的事，带我们看清爱情从无到有再到无的整个过程，大量的细节巧思和内心独白，引导我们理解关系中的另一方，并在“放下”这件事情上，最后推你一把

### ●“爱太狡猾，总在对方缺席时最为强烈”青年作家倪闻天首部长篇作品

### ●当爱情悬而未决、当你在深夜里单曲循环时，请打开这本书

---

和程夏冬第一次见面那晚，“我不会爱任何人”这句话，安沉午说了两遍。他排斥感情纠葛，警惕惯常的恋爱关系，过往的惨烈经历让他明白，认真就有伤害。他以为，这次和往常一样，即便生出渴望和想念，哪怕是嫉妒和占有欲，只要他不承认，那就不是爱。

退掉令人羡慕的婚约，从成都移居北京，程夏冬交出了自己所有的安全感，两只箱子里是她最在乎的生活，站在面前的安沉午是她一眼就认定的人。程夏冬以为，当爱情无路可退时，就一定能向前走。

可他们谁也没能守住这些“以为”。

——“我一直以来挺自以为是的，以为一切都是能想明白、说清楚的，以为只上床不恋爱就能万事大吉，以为清晰的计划加上高效的行动可以解决所有难题。现在我不这么以为。现在，我只想要你。”

作者介绍：

倪闻天

毕业于北京大学，取得文学和艺术学双学位。

电影预告片制作人，从事视觉营销工作多年。

现已成立编剧工作室，开发影视项目。

目录：

[私恋失调](#) [下载链接1](#)

标签

爱情

小说

情感

倪闻天

文学

长篇小说

虐恋

2020

评论

很生猛的处女作，自私虚伪的人类是无法心连心的，拉好手就可以。世间爱情都差不多，远了近了爱了忘了累了滚蛋了，像中年人的脂肪，费很大劲甩掉又会马上长出来，  
(`^')`

---

.....冯唐文学啊一个新式流派：油腻子式风流，男女关系性尽则亡。假才华是假伟哥，再多也不行啊。好在微信读书是免费的.....

读这本书的过程，带着一点觉醒的意味，它迫使我面对「爱」的短暂和失调，在身边越来越多出现恐婚抑或离婚的当下，我们需要承认一些残酷的事实，爱有朝暮，却太难朝朝暮暮，尤其是此时此刻。于是，我跟着这本书，进入到一种失衡状态。倒也不算糟。我比较推荐姑娘们来读，如果你想知道爱情中的男性在想些什么，它或许能带来很多解答。

这本书最难得的是作者愿意解剖男性的情爱心理。书里揭示出来的东西很残酷，但这残酷也是生活真相的一种。虽说小说是虚构的，但里面生长的脉络终究是从生活里渗透而来，虚实互生，最是美妙。

安沉午与程夏冬短暂而激烈的爱情，像波兰斯基的电影，又像《过把瘾就死》（爱情没有高低贵贱，讨厌班琪一直强调她超乎世俗的爱）

都年轻过，在书里仿佛看到了几年前作天作地的自己，也第一次换角度看到了几年前难以忍受作天作地的对方。还好，分手了，成长了，再见了

很久没能拿起一本书就能一口气读完，文字流畅，细节充沛，冲突夸张却又合理。女朋友问我是不是男生眼里的女生就是书里描述这样的，我没怎么多想：“是的”。

作为一本长篇处女作，文字干净、节奏干脆，手起刀落下见血不掉泪，脱离了矫情而更接近现实。所以，当我们谈论成年人的爱情，我们到底在谈论什么？认不认真，投入多少，期待什么……太多根植自我的变量让一切关系轻易失衡，成为跷跷板上的游戏。玩得起的话，就永远爱我吧。

好像认识主角们很久了的这种阅读感受。

每次看到程夏冬和安沉午鸡同鸭讲歇斯底里无理取闹的吵架场景我就一目十行的读，于是乎整本书的七成我都一目十行的读了。读的太煎熬了。

尽力了。“男女之间不就那点事儿吗？”

真羡慕这些生活没什么压力整天只想着谈恋爱的年轻人

文字真好，看的过程中总会想起《恋情的终结》，又私心希望它会是这个世代的《独自等待》。

【2020032】读开头时我想称本书为《渣男的成长史》想给两星却又觉得过分。越往后读，却越觉得真实。无论是程夏冬胡搅蛮缠的乱发脾气还是安沉午歇斯底里的爆粗，都让感情越来越淡，在破裂的边缘摇摆。从开头就知道结局一定不够美满，可还是不顾一切，带着侥幸心理觉得可以逃过一劫。两个人明明都互相喜欢，却把对方束缚的越来越紧，却用最冷漠的语言伤害对方。明明就在旁边，却因为没有安全感而互相猜疑，猜疑只要埋下了种子就只会生根发芽，越长越茂。

诚然男主和女主都有点渣和不负责任，但文章所表达的感情和氛围可以渗透在心里，悲伤的感觉在心里久久挥散不去，急迫的心情也像小鼓一样咚咚作响。

如果两个人三观不同就不要相处，不然只会把两人都整得精疲力尽；女人小作怡情，大作伤身；不要使用冷暴力。

全书最大的魔力就是它仅靠荷尔蒙便支撑了整个故事，并且非常有意思！全书每一页都让人感到青春尚在，蠢蠢欲动，这便是一名作者文字特点的标杆吧。不管此作者未来的作品风格如何，但对于首部作品来说有这样的辨识度是可喜可贺的。可以说这是一部年轻又冲动的、费里尼荷尔蒙版的《八部半》。非常喜欢作者直截了当的少年气，年轻的感觉比什么都难能可贵！也很希望作者可以继续写下去，非常期待下一部！

一鼓作气读完了 哭了很多次也笑了更多次还有很多时候的隐隐做痛  
毫无疑问我也曾是程夏冬 折腾过的青春大概才不算作废  
那些傻事可能不会再犯了 那些男孩儿也都不会再相遇了吧

全程被那种男性向的高浓度自恋戳得浑身难受，所有女孩都爱他，唯一不爱的还是个拉拉……再加上语言毫无风格和美感，读着读着忽然冒出“就像我们初次见面”、“所有的光芒都向我涌来”这种歌词，一脸黑线。这个8点几的评分到底是怎么来的？

喜欢女主的勇气和率真，为小说的结局感到遗憾无比，问了老公是不是你们男人都是像文章中这么想我们女人的，他说是的。因为和自己最最最喜欢的人结了婚而庆幸万分，为自己在婚姻生活中的幼稚后悔万分，为老公包容我更多感到感激。世间的爱情都差不多，相爱容易相处难，也告诫自己，不想作死就不要作死。

好久好久没有为爱情难过了……看完心里空空的

搞创作要么情感充沛，要么活得坦白。作者两样都有，羡慕

[私恋失调 下载链接1](#)

## 书评

“爱”被无数次地叫喊出来、嘶吼出来、啜泣出来、自言自语出来，但书的名字终究没有“爱”，只是“恋”。我就释然了。

这是一本很好读的小说，是那种读了想赶紧读完的小说，很多画面都发生在床上，到处散发着青春的蓬勃感。也许是第一页那似曾相识的感觉，让我瞬间回到了二十...

开始看正文前，首先注意到的是目录页的设计，“第一章”清晰可见，到后面逐渐模糊，结尾的“第十一章”，字迹已经几乎淹没在漆黑的底色里。好像一段感情，开始时大张旗鼓班班可考，到后来敛声息语暧昧不明。

恋人们之间那点儿事儿，完全经不起近距离观察，不外乎远了近了爱了烦...

在5月这样燥热的一天中一气呵成读完了此书，在很久没有读过文学小说之后。人性是很复杂的，在场与他者，处于时刻变动的亲密关系更不能被“渣”“痴”等符号化的定语消解掉主体中千般回肠，万种荡气式的不可言说。在我的理解里，爱情始终是某种复杂和深刻的东西，对它的认知和所...

书中人物的行为不可取，但举止背后的深意却值得我们去思考。看似恋爱观混乱，剧情略荒唐，“我的前任和前任是拉拉”，“剪二弟”，“脚踏多条船”等等情节实则揭露

了人性，看过这场闹剧的后劲会让你爱上这本书，书中揭露了很多恋爱中男女会踩的雷。如果它的结局按照圆满走向，...

---

我有时会想，为什么在婚礼上，庄严的宣誓总不会缺席，伴着新人眼中的温情热泪和父母心里的五味杂陈，将整场仪式推向高潮，似乎最重要的，就是对方口中的那一句“我愿意”。

人之所以区别于动物是因为人有着复杂感情，但同时人也保留着作为生物最原始的冲动和欲望，饿了想吃，困...

---

爱，是把双刃剑，能释放温暖人，亦能毁灭人。

人都会经历爱与被爱、单向爱恋、彼此相爱，但真正会爱的又能有几人，  
大多人都在用自己认为的方式爱人。不顾对方需要，那爱是拥抱还是枷锁，  
真的不好说。我很认同，初恋会影响一个人的情感模式，很幸运，不，并不是幸运，

...

---

通俗的说，这是一本言情小说，但书中透过主人公的情感经历像我们诉说的远不止如此，更多的是初入社会的青年对人生对爱情对事业的思考与探索。故事环环相扣，细节之处引人入胜发人深思，文笔老到精准。读完合上书，让人不免回忆和反思自己走过哭过笑过放肆过挥霍过的青春岁月。...

---

读完这部小说还是花费了一些力气的，因为我不止一次感到压抑、窒息、无聊甚至绝望。爱若如此，不如不爱！也许这本小说并不适合我看，不适合心智成熟的成年人看，而只是给那些青春蓬勃、荷尔蒙旺盛的年轻人看的。我不确定作者的年龄和身份，但我确定这不是本很有意义的小说，这...

---

「“波兰斯基有部电影，里面一句台词我一直记着，说：每一段恋情，不管看上去如何和谐，都容纳了悲剧或者闹剧的种子。”」  
近日闲来无聊打发时间在豆瓣看见了一本书《私恋失调》，用了一天多一点的时间看完，我向来是容易把自己代入其中的读者，可是这次却没有也无法带入，恋...

---

我一直以为爱是纯粹的，就像夏日的阳光透过玻璃窗，倾泻在地面上泛着的悸动。然而经历一些事情之后开始迷茫，也可能是成熟吧，看过这本书后发现自己好像寻得了解药

。倒不是书有疗伤的效果。只是他直面了爱里最真实残酷与不堪的一面，直接的鲜血淋漓。即使脱离了现实经济的烦扰...

---

上个月底到五一期间，这本《私恋失调》被收进豆瓣新书速递里。

读过之后，难免让人第一反应认为现在的年轻人都只在想“多读几本书，多寻几次欢”

。“寻欢”，说得很文艺了，说白了，其实就是上床，所以标题应该改成“多读几本书，多上几次床”。肯定有人不待见上述说法，会觉...

---

《私恋失调》再现了也回答了困扰我和我很多女性朋友的一个未解之谜：男生为什么永远也不愿意主动说分手？答案既合情合理又让人觉得好笑。

正如这本书的题目，这是一个失调的爱情故事，也是绝大多数人都经历过的爱情。就算你自以为用尽全力，也不一定可以求得圆满。彻底摧毁一段...

---

[私恋失调 下载链接1](#)