



眷尔
主编



分手吧， 我会 更爱我自己

女孩一辈子最应该学会的一件事

当你曾经深爱的人弃你而去之后，你仍然能活得精彩，
那才叫真本事！

中国华侨出版社

眷尔
作品



**分手吧，
我会
更爱我自己**

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

分手吧,我会更爱我自己 / 眷尔主编.—北京:
中国华侨出版社, 2015.9

ISBN 978-7-5113-5659-8

I. ①分… II. ①眷… III. ①情感—通俗读物
IV. ①B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第221493 号

分手吧,我会更爱我自己

主 编 / 眷 尔

责任编辑 / 文 蕾

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 670 毫米×960 毫米 1/16 印张/16 字数/223 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2016 年 5 月第 1 版 2016 年 5 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-5659-8

定 价 / 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编:100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010)64443056 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com



我想，或许每个人对一份真挚的感情都呵护备至，那些美好的回忆深入骨髓，那些不堪的分手深埋尘埃，我们不忍在分手后去想“我到底做错了什么”或者“为什么他要和我分手”这一系列的问题。

很多人说失恋就失恋呗，有什么大不了的，你失去了一棵树，可是你获得了整片森林。于是每次遇到失恋你都会这么说。

可是你不知道陷入失恋之中的苦啊，你总是说得云淡风轻，说后面的下家一定比这一家的好，你自然不知道失恋带给人的是什么样的感觉。

那种尴尬、孤独、被抛弃、极端无奈、怨恨、后悔、忌妒以及无处发泄的谴责等，在心里千丝万缕、翻江倒海……

书中共有 24 对恋人，却有着 24 个分手故事，你能看见一切真实的分手原因和分手过程，有人甩门，有人自卑，有人祝福，有人落泪……

分手的时候，你觉得你的整个世界都不再那么亮丽多彩，你开始堕落、开始惩罚自己，你觉得上天对你太不公平，把你的爱都抹杀掉了。

可是宝贝们，没有人可以伤害你，除了你自己。

从另一个角度来讲，你只不过是放弃了一些不那么爱你的人，至少，也是不值得你那么爱的人，失恋虽然痛苦，因为对方伤了你。

但我们换种理解，不如说是求你自己放了自己，别在失恋深渊里苦苦纠缠了！

而我愿你秉承一颗清澈澄明的心，在嘈杂的社会生活中，安安静静地坐下，让这 24 个故事贯穿你的神经，充斥你的细胞，让这 24 对恋人走入你的生活，融合你的精神世界，你会发现，世界那么大，人活在世间的时间那么短，一晃匆匆数年，何苦要在失恋上大做文章。

当你看完这本书，我想你会明白这个道理，而你也会将你的伤害减轻到最低。

而你若是觉得这 24 个分手故事还不够，我这里还有无数个，只为那些你因爱失眠或不失眠的夜晚。

我已为你斟上茶，将故事轻绕出口。

你准备好了吗？



分手吧， 我会更爱我自己

目录

c o n t e n t s

第一章

分手吧，我要做回我自己

鲜花跑车，他说我可以做个富太太 JOLLY / 003

我真的一点不胖，可他总希望我减肥 葛家阿桥 / 010

我需要他时常陪着我，他却总说我太任性 白蔷薇 / 018

眷尔的治愈小语：找寻迷失的自我 / 026

第二章

分手吧，我的个性在哪里

郁郁寡欢，这是他后来评价我的话 周黄玉 / 033

人云亦云，他不想永远和我谈办公室恋情 桃酒千盏 / 042

生活平淡无味，他说我活成了提线木偶 苏宜蒙 / 051

眷尔的治愈小语：找回失去的个性 / 059

我会更爱自己
分手吧，



第三章

分手吧，我学会了自我独立

远距离恋爱，和哭泣说晚安 孙玮 / 065

他说，不是因为不爱我 心有林夕 / 073

我来到这个世界不是为了成为他的孤独祭品 傅佳洁 / 081

眷尔的治愈小语：战胜孤独的自我 / 090

第四章

分手吧，我才没有一文不值

婚姻是女人的归宿还是女人的坟墓 吃肉惹 / 097

他总说会给我美好婚姻，但却毫无行动 阿凉 / 105

隐婚的背后 嘉宝鱼 / 113

眷尔的治愈小语：经营婚姻，延续爱情 / 121



第五章

分手吧，我的刺不是针对你

我怀疑男友背后捣鬼，他暴脾气对我伤害 诗顾 / 131

他竟然看别的女孩，还拿我和别人比较 水似锦 / 138

脑补了小说剧情，两人于是分崩离析 华子 / 145

眷尔的治愈小语：褒义地运用完美主义 / 153

第六章

分手吧，我比你更爱自己

他觉得我吃饭的时候一点儿都不淑女 蓝雾 / 159

他说这世界看脸 借千秋 / 168

我们相爱的原因 许烁 / 176

眷尔的治愈小语：改变自己 / 184

我会更爱自己
分手吧，



第七章

分手吧，阅读使我更美丽

我酷爱打游戏，可他却对游戏不屑一顾 简小姐 / 189

自残只是智商不够，还是多读书少睡觉 凌晏 / 197

我的爱人是博士，但他却一直介意我的学历 小若 / 205

眷尔的治愈小语：提升内涵 / 213

第八章

分手吧，理财让我成富婆

我们很相爱，却只能过苦日子 贾煜 / 219

他说我是个信用卡高消费的女人 葛鸣 / 227

喝咖啡还是大碗茶，不能任我随意选 爱伦金 / 235

眷尔的治愈小语：理财生活 / 242

第一章

分手吧，
我要做回我自己

鲜花跑车，他说我可以做个富太太

JOLLY



女主角：庄曼

男主角：宋城

分手原因：物质生活迷失自己

夜色四合，城市的喧嚣和霓虹也在此刻寂静下来。庄曼正独自驱车行驶在环城高速公路上，车窗外吹过一阵又一阵凛冽的寒风。深夜电台里是温情暖心的情感话题，她再也忍不住了，一瞬间，泪水便如洪水猛兽般从眼眶里喷涌出来，她看不清前方的路，也记不起来时的路，此刻的庄曼，就像一个无家可归的旅人。

她也不知道这是和宋城的第几次争吵了，因为这段时间，他们争吵得太频繁。每一次她都渴望着可以从后视镜里看到宋城追来的身影，可每一次她的希望都落空。宋城早已摸清她的脾性，他知道，不管庄曼跑多远，最后还是乖乖回来的，甚至都不用自己勾手指，她就会回到他身边。

是啊，庄曼在心里凄楚地想，她能跑到哪儿去呢？在这个偌大繁华的城市里，她孤苦无依、四处漂泊，没有亲人，连朋友都很少，她甚至不知道今

分手吧，
我会更爱我自己

004

晚自己可以住在哪里？就连现在自己开的车，也是宋城给自己的，离开他，注定溃不成军。

她猛地停下来，双手抚在方向盘上，在无边无际的黑夜里，声嘶力竭地哭泣，这一刻，或许只有天空才能懂得她的悲伤。

然后，便用纸巾将泪水拭干，努力地咧嘴笑了笑，掉转车头，驶回宋城家的方向。

她回忆起四年以前认识宋城的时候，那年自己刚刚大学毕业。工作并不好找，每日都在外奔波忙碌，投简历、参加面试，如同千千万万应届毕业的大学生一样，挣扎在这个不算熟悉的城市中，很长一段时间，庄曼的经济来源为零。

还是得生存，还是得填饱肚子，还是得交房租、交水电费，生活就是这样，琐碎而庸俗。庄曼和几个女生合租在拥挤的房子里，外边高高的楼层挡住了她们的阳光，屋里潮湿而又寒冷，她想为自己添一条毛毯，还有自己那双鞋，已经寒碜得几近穷酸了，就算为了工作面试，也得为自己买双鞋了。

她拿着几个月餐厅兼职赚来的钱来到了一家商场，在琳琅满目的陈列架上，她看上了一双黑色的圆头高跟单鞋。那双鞋静静地躺在货架的第二层，相比旁边一大排色彩缤纷、闪闪亮亮的鞋子，它就像一位优雅成熟的女士，不急也不躁、不悲也不喜，等待着真正欣赏它的人带它离开。

庄曼走过去，小心翼翼地拿着那双鞋，很久，都不舍得放下。直到柜台小姐过来微笑地提醒她：“客人，要是喜欢可以试一下，我们鞋子最近做活动，现在买很合适呢。”

她不好意思地抬起头，小声地询问：“那可以打几折？”

柜台小姐依旧是职业性的微笑，道：“8折，您还是先试一下吧，我们店只有这一双了。”

她也不再推辞，心里想着，只要是在自己能够承受的范围内，今天一定要将它带走，她太喜欢它了。女人天生对鞋子就有一种别样的情怀，因为好的鞋子可以带自己走向幸福的方向。

果然，就像灰姑娘的水晶鞋一样，那双鞋子穿在她的脚上刚刚合适，仿佛就是为庄曼定做的一样。她穿着它款款走到镜子面前，有种置身于云端的错觉。

“真的很适合您呢。”柜台小姐也开始称赞。

她决定带它走，至少在她知道价格之前，她真的是决定带它走的。可当柜台小姐用机械的声音报出那个天价时，她的心就揪到了一块，太贵了。没有办法，只好怯生生地又将它放回到原处，重新穿上自己破旧可笑的鞋子。

就在她起身准备离去的时候，柜台小姐却走了过来，手里拎着已经打包好的鞋子，堆着笑容，说道：“这位女士，您的鞋子那边那位先生已经结账了，请您带走。”

先生？庄曼的心里冒出一个巨大的问号，她的目光顺着柜员所指的方向，便看到了那样一个人。他像是从光芒中走出来的一样，高而挺拔的个子，浓密的眉毛下是一双明亮深邃的眼睛，薄而性感的嘴唇轻轻向上扬，随意地穿着一件灰色毛衣和藏蓝色裤子，双手插在裤兜里，正细致地在男鞋的货架上挑选着。

她走过去，将手里的鞋子递给他：“谢谢你的好意，不过我不能接受，这太贵重了。”

他浅浅地笑了笑，露出好看的下颚：“你好，我叫宋城，这双鞋子很适合你，不要再推辞了，你就应该是它的主人。”

后来的一切似乎都顺其自然，她和宋城开始了交往。然而宋城对于她来说，却是极其捉摸不定、无法掌控的，他很少带她去见朋友、家人，也常常好多天不跟她联系，他还有着众多关系说不清道不明的女性友人……

尽管他无法做到像普通男朋友那样坚守和陪伴，可至少，他给了庄曼丰富的物质生活。

物质生活，这恐怕是当下，庄曼最需要的。

她想起他带着她离开那个城中村的时候，她安静地坐在他的车里，飞扬的尘土一去不回，她终于远离了那片颓败嘈杂的出租房，远离了那里的破旧和不堪，远离了那些贫穷和卑微，正驶向一个光鲜亮丽的新世界。

“以后住在这里吧，别再回去那个地方了。”宋城带她来到了一个环境舒适宜人的小区，递给她一串钥匙，“这是房子的，这是车子的。”

“车子？”庄曼有些不可思议。

“嗯，我给你买了辆车，在楼下停车场。”宋城的声音听起来不咸不淡。

庄曼的日子看起来安逸而舒适，她不必再为生活愁苦，不必再节省下平日的开支以用来支付房租和水电费，不必再一身穷酸地逛商场，不必再遇到自己心仪的衣服鞋子时踌躇半天还舍不得买，渐渐地，她在宋城给予的鲜花豪车下，再也不愿走出来。

她明白，这些东西，都是自己奋斗十年甚至几十年也无法拥有的。他为她建造了一个华美的梦境，她也甘愿在此沉沦。

然而，夜幕降临时，独自面对偌大空旷的房间时，她却那么希望有一个人能陪着她，在她无助脆弱的时候，在她寂寞无处遁形的时候。

有一次庄曼生病，连续好几天的感冒咳嗽，整个人有气无力的。

她打电话给宋城：“我生病了，你可以来陪陪我吗？”

电话那头的宋城听完后沉默了片刻，最后淡淡表示道：“我很忙，我让医生过来给你看看。”

而后的几天，他也始终没有出现过，过了很久，他才又打了个电话给庄曼，也只是简单寒暄了几句，便又匆匆挂掉电话。

那一刻，她的心如锋刀切割一般地疼，泪水也涌出来浸透了床单，她这才发现，这些疼，不是金钱物质能够抚平的，唯有温暖长情的陪伴才会使它们消散。

她开始向宋城要求，她对他说：“宋城，你可以多陪陪我吗？”

宋城的脸在灯光下变得严峻起来，他的声音很漠然：“庄曼，你要得太多了，我能给你的，已经给你了，除此之外，你也不要奢求。”

奢求？难道这是自己的奢求吗？庄曼凄凄然，说道：“难道我在你眼中，只是用钱就可以打发的乞丐吗？”

“难道不是吗？你跟我在一起不就是为了过得好一点吗？”宋城给自己倒了杯桃子味的伏特加，自顾地在沙发上喝起来，“庄曼，我们各取所需，我不会亏待你，你也别想禁锢我的自由，懂了吗？”

此时的庄曼，就像暴露在人前的一个小丑。宋城的话使她哑口无言，她甚至连争辩的立场都没有，她除了仓皇地逃离这个让她无法呼吸的地方，她没有任何选择。

她连外套都没拿，就像个罪犯一样逃开了。一个人在深夜的街头奔跑，泪水模糊了她的双眼，很久，她才回过头，可是，看不到宋城追过来的身影。

绝望感，是一种巨大的、漫无边际的感觉，就像黑夜一样包围着她，熙熙攘攘的人群里，竟然没有一个她认识的人，她真的，无处可去。

想到这里，她凄怆地笑了笑，是啊，能去哪里？这城市那么大，人那么

多，竟然没有一处是能去躲藏的地方。

她只得擦干自己的眼泪，又回到宋城那里。她真的就像个乞丐一样，乞求他的收留。

宋城依旧高傲地坐在沙发上，手中还摇曳起酒杯，他抬起头瞅了瞅被冻得瑟瑟发抖的庄曼：“既然知道自己会回来，一开始就不应该任性地跑走。”

庄曼再一次沉默。

夜越来越黑，庄曼开着车离开了宋城住的地方。她又一次逃了出来，又一次像个流浪狗一样回去。

她之所以又跟他争吵，是因为这次宋城居然堂而皇之地将别的女人带回家里，她忍受不了这样的屈辱，只得愤然离开。

她甚至在想，这一次，只要宋城追出来，她就会继续跟他在一起，可是，车子开了很久，她也没从后视镜里看到他的身影。

现在，又轮到自己向他举白旗，认输的时候了，她在心里苦笑。

这时候，前面路口的红灯亮了起来，她将车子停在人行道的前方。她从车窗外望过去，看到街边一家夜市还开着张。男人正热气腾腾地在锅里炒着红烧茄子，女人在一旁给他擦汗，昏黄的灯光下，是他们憔悴的面容，然而憔悴的面容下却洋溢起幸福的微笑。

生活的艰苦和穷困，并没有使得他们的爱情风雨飘摇，相反地，他们彼此将对方的手紧紧握住，一次次地跨过每一个坎儿，翻过每一座山，蹚过每一条河。

男人微笑着看向旁边的女人，一脸虔诚、真挚。

看到这里，庄曼的心里柔软起来，像有涓涓细流淌过，滋润了她每一处干涸的皮肤。对照着自己的处境，庄曼暗暗下定决心，她再也不会让自己被