

我有不少别称，诸如“笨女人”

……听上去很伤自尊，

但我却不怪！

因为我经常干一些“没有智力迹象”  
的事情。

比如乱认真，瞎信任，胡尊重，疯怀  
念，穷高兴，傻大方……然后自己呈  
幸福状。

每当我黔驴技穷时，  
每当我理屈词穷时，每当我胳膊腿都  
犯懒时，  
每当我犯了错误想承认又不好意思时

……

我就要赖：

你看我，有智力迹象吗？



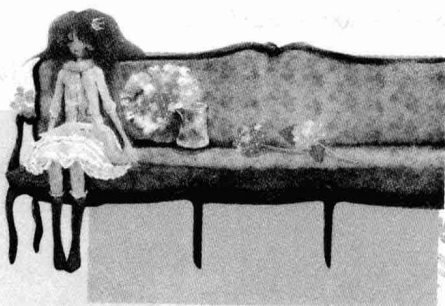
XINGFUHESHENME  
YOUGUAN

## 幸福和什么有关

丑 丁◎著

北京出版集团公司  
北 京 出 版 社

◎幸福丛书◎



XINGFUHESHENME  
YOU GUAN

# 幸福和什么有关

丑 丁◎著

◎幸福丛书◎

北京出版集团公司  
北京出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

幸福和什么有关 / 丑丁著. —北京: 北京出版社,  
2010. 6

(幸福丛书)

ISBN 978 - 7 - 200 - 08285 - 2

I. ①幸… II. ①丑… III. ①幸福—通俗读物 IV.  
①B82 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 110789 号

幸福丛书

幸福和什么有关

XINGFU HE SHENME YOUGUAN

丑 丁 著

\*

北京出版集团公司 出版  
北 京 出 版 社  
(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100120

网 址: [www. bph. com. cn](http://www.bph.com.cn)

北京出版集团公司总发行  
新 华 书 店 经 销  
北京同文印刷有限责任公司印刷

\*

850 × 1320 32 开本 8. 375 印张 242 千字

2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 200 - 08285 - 2

B · 171 定价: 28. 00 元

质量监督电话: 010 - 58572393

## 目 录

### 酸甜山水 / 1

**幸福提醒：**幸福和“不留神”有关。

在一个猪和牛，甚至厕所都是风景的地方，你无须太留神，因为只要睁开眼睛，眼前就是风景，并且，你要是太留神，也给人当景看了。出门在外，很是考验人的心肺，必要的时候，需要没心没肺。比如，无视某些地带。

像狗一样喘气 / 3

牦牛很牛 猪猪很全面 / 6

紫外线无孔不入 / 9

把脚扛到肩膀上 / 12

在西藏如厕 / 15

卓玛是情人 / 19

**酷意亮招：**幸福不能刻意追寻。只要你面对山、水、云、紫外线……甚至是一头猪，不经意地放松所有感官，它们递给你的嬉笑怒骂，都会让你获得酸酸甜甜的愉悦。有了愉悦，幸福离你就不远了。

## 滚烫女人 / 23

**幸福提醒：幸福和“经不起”有关。**

女人除了爱情，对其他事物的意志，薄弱得就像宣纸，一副完全经不住诱惑的样子。她们可以怀着一种滚烫的心情，坚定地毫不犹豫地给某些事物牵着鼻子走。其实，被牵着走可能收获得更多意外。比如，接受某些暗示。

剩饭对女人的暗示——给我一饭盒 / 25

钞票对女人的暗示——想当印钞机 / 28

家庭对女人的暗示——以为得到了全部 / 32

闺友对女人的暗示——如此地迷恋倾诉 / 35

美容对女人的暗示——修理自己 / 37

宠物对女人的暗示——给猫狗当妈 / 39

安全感对女人的暗示——头疼一辈子 / 42

鞋子对女人的暗示——宁鞋负我 我不负鞋 / 45

衣服对女人的暗示——每根汗毛都受到驱使 / 47

饭局对女人的暗示——不忘抹口红 / 50

风景对女人的暗示——和山水眉目传情 / 53

汽车对女人的暗示——奔驰着的色情 / 55

往事对女人的暗示——太把昨天当回事 / 57

细节对女人的暗示——拿什么折磨你 / 59

男上司对女人的暗示——把驱使当殊荣 / 62

**酷意亮招：**在你意志坚毅的时候，幸福是不愿意选择撞墙的。让自己的意志薄弱一些吧，热情滚烫一些吧，对那些有趣的诱惑，放下你的抵触，幸福就跟着你的欲望，不期而至了。

## 麻辣自讽 / 65

**幸福提醒：**幸福和“说反话”有关。

“不”和“要”有时候就是界限不清，甚至很混乱，明明心里是“要”，嘴里出来的却是“不”，即使你的嘴唇被麻辣地失去了知觉。说反话可以叫别人多糊涂一会儿，因此获得的幸福很叫人愉悦。比如，挑衅某些时刻。

我不哭 / 67

我不玩 / 70

我不吃 / 73

我不信 / 76

我不哏 / 79

我不解 / 82

我不忙 / 85

我不倒 / 88

我不坏 / 91

我不急 / 95

我不冤 / 98

我不笑 / 101

我不忘 / 103

我不笨 / 105

**酷意亮招：**你不当真的时候，你会发现，“真”已经乖乖蹲在你跟前了。我们可以用反话混淆自己和别人的视听，使自己在稀里糊涂的时候，陡然感知快乐的叩门。

## 五香老妈 / 109

**幸福提醒：**幸福和“逗你玩”有关。

当一个老人表现得像孩子的时候，那是在逗你玩。要想把一个貌似孩子、但肚子里早已吃下无数斤盐的人给哄听话了，你非得表现出相当的智力迹象才行，否则的话，就不知道是谁逗谁玩了。比如，忽略某些年龄。

老妈飞来了 / 111

老妈不牛了 / 113

老妈查体了 / 115

老妈美容了 / 117

老妈聚赌了 / 119

老妈任性了 / 122

老妈烦透了 / 125

老妈受骗了 / 127

老妈自由了 / 129

**酷意亮招：**当老人举着盐罐罐，跟你拼咸的时候，你的调料罐罐，至少得装满五味以上的调料，那拼出的味道，就不只是咸的了，有可能香气扑鼻而来。

## 醋熘男人 / 131

**幸福提醒：幸福和“扛不住”有关。**

男人再瘦，也要把脸打肿当胖子给人看。他们面对丢职、降薪、背叛时，能够挺起胸膛架起肩膀，显得很有力量。可他们一旦面对唠叨、哭泣、抱怨、骄横时，就扛不住了。比如，放下某些面子。

男人为什么爱女人 / 133

女人为什么恨男人 / 135

男人为什么被两代女人缠着 / 137

女人为什么想给人当兄弟 / 139

男人为什么犯糊涂 / 141

男人为什么脚会晕 / 143

男人那点儿色胆 / 145

为什么要往死里教育男人 / 147

男人的爱情为什么总尴尬 / 150

男人为什么不放松 / 153

男人原本要当英雄 / 156

男人经不住追问 / 159

男人需要生孩子 / 161

男人比女人会撒娇 / 164

男人有权保持沉默 / 167

男人为什么很臭 / 170

**酷意亮招：**男人的问题就是碱性过大，加醋吧！男人端着的架子，是妨碍男人获得更多幸福的最大障碍。该哭的时候哭两声，想熊的时候熊一下，能蹲的时候别站着……闻起来酸了些，但吃进去胃挺舒服。

## 怪味过节 / 173

**幸福提醒：**幸福和“假殷勤”有关。

过节人们很高兴，节日自己也很高兴，人们和节日相互献着殷勤。使劲儿招揽，使劲儿显摆，使劲儿吃喝，使劲儿花钱，生生造出一派幸福的繁荣景象来。殷勤绝对是必要的，即使是假的。比如，造出某些声势。

我的国庆节复杂而又简单的对比 / 175

今天是个好日子 / 177

买棒棒糖去 / 180

三八妇女节女人被调戏 / 182

春节没开玩笑 / 185

情人节阴谋 / 188

圣诞节的老男人 / 190

植树节黄土来埋人 / 192

中秋节的甜腻 / 195

**酷意亮招：**冷眼等待那些接踵而来的节日，是使节日看上去更像节日的最佳态度。因为冷眼等待，你会发现，情人节没有情人的玫瑰，儿童节没有棒棒糖，妇女节女人没有清闲……都是一件可以接受，并且还能意外感受到假殷勤的真幸福。

**奶油健康 / 199**

**幸福提醒：**幸福和“惹不起”有关。

我们的身体总是做一些自由散漫的事情，你心情好的时候，身体可能不领情；你心情不好的时候，身体可能装没看见。只有身体，才可以决定你是不是幸福，惹不起它的时候，我们只好小心地

伺候着，感受着它给你恩赐的满足。比如，嘲弄某些无奈。

颈椎我对你说 / 201

舒服不舒服 / 203

疑似不正常 / 205

除了受累 / 208

把胃留下 / 211

荣辱都惊 / 213

有氧操为什么喘不过气来 / 216

瑜伽为什么和筋过不去 / 218

游泳池里出贫嘴 / 221

不怕烫就去冬泳 / 224

弃车为了徒步 / 226

**酷意亮招：**如果奔着强身健体，或为着某种明确的目的，去劳动我们的筋骨，你多半收获的是无奈。与其累死累活还得无奈，不如一开始就无奈，那你从一开始就有幸福可享了。

## 清淡平民 / 229

**幸福提醒：幸福和“买不起”有关。**

吃不起鲍鱼就喝粥，穿不起名牌就穿旧，用不起高档就不用，玩不起高尔夫就发呆，省钱省力省口水，还省心。满足就能开心，开心才会幸福。比如，轻视某些富有。

休闲就是在家里老实待着 / 231

幸福和没心没肺有关 / 233

用富翁的表情哭穷 / 236

破烂和时髦的亲密关系 / 238

在疯子堆里茁壮成长 / 240

满肚子都是碎牙 / 242

视金钱为金钱 / 245

新疆吃饭大学 / 247

俺充满了激情 / 249

我不是南瓜 / 251

**酷意亮招：**幸福感从来就和囊中羞不羞涩、腰包脸不脸红没关系。你折腾一个南瓜，戏耍一个小球，恣意一顿懒觉，狂捡一回破烂……都不需要腰包鼓鼓。把幸福弄简单些，才会随地可拾。



酸  
甜  
山  
水

*Suan Tian Shan Shui*



**幸福提醒：**幸福和“不留神”有关。

在一个猪和牛，甚至厕所都是风景的地方，你无须太留神，因为只要睁开眼睛，眼前就是风景，并且，你要是太留神，也给人当景看了。出门在外，很是考验人的心肺，必要的时候，需要没心没肺。比如，无视某些地带。

**酷意亮招：**幸福不能刻意追寻。只要你面对山、水、云、紫外线……甚至是一头猪，不经意地放松所有感官，它们递给你的嬉笑怒骂，都会让你获得酸酸甜甜的愉悦。有了愉悦，幸福离你就不远了。





关于高原反应的症状，可以罗列一长串，头疼、胸闷、气短、呕吐，等等，当然，这都是针对人的。在没有体验诸上症状之前，我先目睹了一大堆物品的高原反应，它们先热情地给我演示了一通。

火车一进入可可西里，我的物品袋就显得越来越拥挤，我一路使劲儿地消化它们，可一点儿也不见包包瘪下去。于是，我惊讶地发现，原来它们统统胀袋了，牙膏袋、洗面奶袋、方便面袋、巧克力派袋……只要是软包装袋，都是一副胀得要暴毙的惨模样。

看到它们的惨模样，我不得不想到缺氧以及气压等词。与此同时，我感觉自己的头，以接近剧烈的状态疼起来，太阳穴噌噌噌地狂跳着，一狂跳一剧疼。再一摸，血管一根一根都鼓鼓地鼓胀着。不好！我大惊：它们这是要干吗？它们要爆了？它们要爆了，我不就呜呼了？在此后的旅途中，我开始每分每秒地担心我的血管。

虽然血管一直鼓鼓囊囊地在那儿吓唬我，但火车翻越无人区唐古拉山时，我居然神闲气定，没有吸氧，也没有像传说中狗一样伸着舌头呼吸。如果说这是在火车车厢里没什么值得得意的，但后来，我的双脚真实地踏在米拉山口 5010 米海拔时，我也没手捂胸口呈痛苦状呀。不过，我的确是在强烈克制的情形下，才没有像狗一样喘气。并且，在强作欢笑拍了一张照片，预备将来拿来唬人后，就仓皇而逃了。

身为女人，我很高兴地看到，由于毛细血管的膨胀，我的脸上没了皱纹，这让我在西藏显得比较年轻。当有人问我有没有 30 岁时，年已不惑的我，激动得脑袋大晕，呈剧烈高原反应症状。

其实，不仅仅我和高原反应纠缠不休，不管有没有感觉都神经兮兮的，好像随时准备向高原反应挑战。别人也一样，都神经兮兮的，如果谁有了反常的举动，比如突然大声说了一句话，或者冷不丁唱了一句“青藏高原……”或者失手掉了一件东西，众人就异口同声：高原反应！

我还发现，人在像狗一样喘气的时候，基本上顾不上看风景，自己反而有可能成了别人的风景。想想啊，一个人伸着脖子，瞪着眼睛，吊着舌头，肩膀不断地上下抖动，胸脯子像拉风箱……绝对是风景啊！

在西藏，人们最爱提的问题是：现在海拔多少？

这个“人们”不是西藏的居民，人家西藏人民才没那么大惊小怪，这个“人们”都是游客。其实，实在怪不得人们爱提问题，行走西藏，人总是在海拔 2500 米至 5400 米之间喘气。不知道自己脚下海拔高度时，头疼就是海拔的信号。头一疼，就忍不住赶紧问导游：现在海拔多高啊？头不疼了也要问