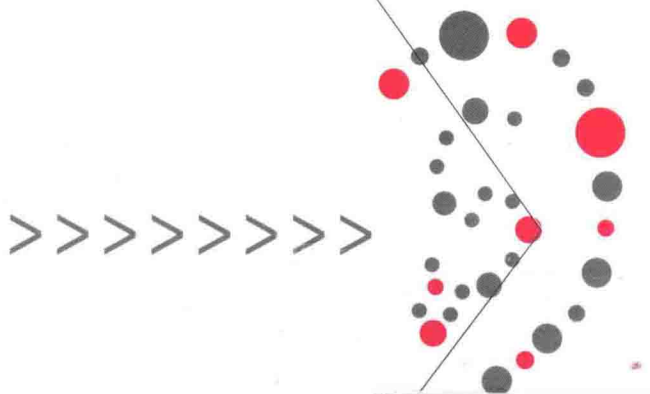


致女孩

最走心的999条微信



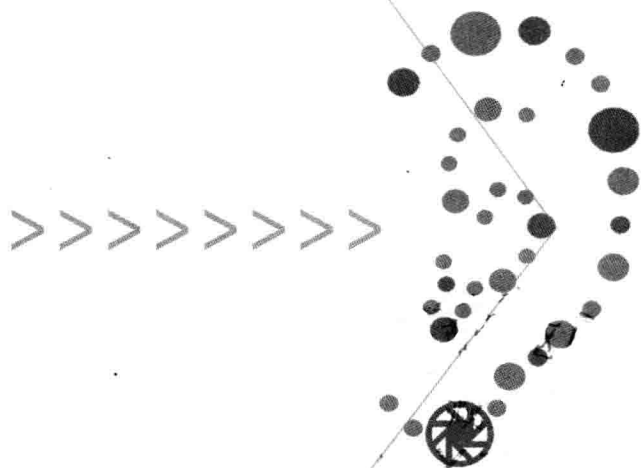
西西密码
XIXIMIMA 编著

心中若无烦恼事
便是人生好时节

@西西密码 · 分享给天下女孩的贴心话

致女孩

最走心的999条微信



西西密码
XIXIMIMA / 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

致女孩：最走心的999条微信 / 西西密码编著. —北京：
企业管理出版社，2014.4

ISBN 978-7-5164-0725-7

I. ①致… II. ①西… III. ①随笔—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第040136号

书 名：致女孩：最走心的999条微信

作 者：西西密码

责任编辑：张 羿

书 号：ISBN 978-7-5164-0725-7

出版发行：企业管理出版社

地 址：北京市海淀区紫竹院南路17号 邮编：100048

网 址：<http://www.emph.cn>

电 话：编辑部 (010) 68453201 发行部 (010) 68701638

电子信箱：80147@sina.cn zhs@emph.cn

印 刷：香河闻泰印刷包装有限公司

经 销：新华书店

规 格：160毫米×230毫米 16开本 14印张 200千字

版 次：2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷

定 价：28.80元

版权所有 翻印必究·印装错误 负责调换

前言

Preface

几个月前，我受邀参加了某心理协会主办的“致女孩的心灵”讲座，同时担任主讲的还有好朋友心理学硕士水钰，还有几个中国心理协会会员、高校心理辅导员……

这次讲座主要是答疑解惑的，是有关女孩心理健康、亲情、友情、爱情等方面的心理学知识，从而让女孩们找到自己的独特魅力，成为独一无二的自己，成就幸福生活。

讲座的大部分内容都在这本书里，可以说这本书，灌注了我对自己女儿的爱，对千千万万个别人家的女儿的爱。

现如今，物质生活富裕了，很多女孩的梳妆台上堆满了瓶瓶罐罐，衣橱里也挂的花花绿绿，更前卫的去垫垫鼻梁、隆隆胸……爱美之心人皆有之，这些都无可厚非，但大多数女孩都知道，这些美仅仅是“树木”离“森林”还远呢！

凡花之娇媚者，多不甚香，一个女孩的美丽，可没那么简单！

《幽梦影》美人者，以花为貌、以鸟为声、以月为神、以柳为态、以玉为骨、以冰雪为肤、以秋水为姿、以诗词为心，所以，想修炼成

一个有独特美丽，被人赏识的美丽女孩，还有许多功夫要下呢！

希望这本书，是你喜欢的一本小品读物；

希望她简短、精炼、充满哲理的话语，能为你红袖添香；

希望她带你找到人间真情；

点亮你的五彩人生——

当你由女孩变成女人，然后渐渐老去，身边不再有童话、残酷的现实到来，那些年少时的梦破碎的时候，心灵却足够丰盈，那些蕴含着温暖、爱、智慧的力量，助你坚韧前行。



幸福	/ 1
爱情	/ 16
健康	/ 39
亲情、友情	/ 65
自由	/ 96
明天	/ 115
闺房抽屉	/ 139
情绪	/ 161
成长	/ 186
岔路口	/ 198
圈子	/ 206
微信后记	/ 218



【第1封微信】幸福不是终点

亲爱的：幸福不是终点，幸福是努力走过的道路，路上遇到的爱与感动，路上遇到的风雨、挫折、痛苦也是因为有了它们，我们才明白了幸福的真谛。



【第2封微信】认真忘记

亲爱的：该醒醒了。你已经做了太多无谓的挣扎、太多荒唐的事情、太多盲目的决定，而错过了太多本来的幸福，太多安静的生活，太多理性的选择。现在开始，请认真把你做过的都忘记，再用心把你错过的都弥补回来。



【第3封微信】幸福在路上

亲爱的：不要去羡慕别人拥有的幸福。你以为你没有的，可能在来的路上；你以为她拥有的，可能在去的途中。



幸

福



【第4封微信】让自己快乐那才是真的

亲爱的：你要更精彩的活，精彩的让别人注视和羡慕，而不只是关注别人的幸福，懂得让自己快乐，那才是真的。做人一定要经得起谎言，受得起敷衍，忍得住欺骗，忘得了诺言，放得下一切，最后用笑来伪装掉下的眼泪。要记住：越是忍住泪水，越会变成幸福的良药。



【第5封微信】心里装一些淡淡的悲伤

亲爱的：心里能装着一些时间带不走的淡淡悲伤，也是一种幸福。



【第6封微信】世上没有坏天气

亲爱的：记住，时刻开心，生命在哪一刻停止，谁也无从知晓，生命无常，快点好好生活，该做的不要等到明日。拿出你彩虹的颜色，生活会五彩缤纷，阳光是甜美的，雨水是清新的，风是温柔的，雪是纯洁的。世上没有坏天气，只有不一样的好天气！



【第7封微信】别相信“永远” 享受当下

亲爱的：别再相信“永远”，享受当下。



【第8封微信】不可以恨这个世界

亲爱的：不可以恨这个世界。因为你那么爱它，它不会让你失望的。



【第9封微信】学会不自卑

亲爱的：相信自己，学会不自卑，相信自己会给自己营造好的生活，学会自己依靠自己，自己的幸福自己打造。



【第10封微信】唱戏看戏

亲爱的：不要把世事看得太重，我们生活在这世界上，都是戏子，台上的演，台下的看，所以，演得时候认真，看得时候就不要太认真。



【第11封微信】不要总是用眼泪去打动去挽留

亲爱的：不要总是用眼泪去打动去挽留，有时候你的眼泪适得其反，微笑，一定要自信地微笑着面对一切。



【第12封微信】可以偶尔

亲爱的：可以偶尔看肥皂剧，但不可成为依赖。可以偶尔披头散发，但要注重场合。可以偶尔骂脏话，但只限在老友面前或者独自一人时，记得说过后要忘掉那种畅快感。



【第13封微信】不要超支

亲爱的：生活上要努力保持收支平衡，所以应该存点钱。在可能的情况下避免负债，如果你能保持收支平衡就能避免各种麻烦。



幸

福



【第14封微信】终极目标

亲爱的：幸福是一种持续时间较长的对生活的满足和感到生活有巨大乐趣并自然而然地希望持续久远的愉快心情。这既是每个人追求的目标，也是整个人类追求的终极目标。



【第15封微信】太自私的女人不会幸福

亲爱的：太自私的女人不会幸福。



【第16封微信】好命女孩都有好心肠

亲爱的：好命女孩都有好心肠。坏女人引人好奇，好女人令人想到“珍藏”。



【第17封微信】理想主义

亲爱的：理想主义的女人往往没有现实的完美结局。



【第18封微信】好心态

亲爱的：那些幸福的男女，皆是靠了“好心态”的恩赐。



【第19封微信】别心思太细

亲爱的：心思太细的人日子总会过得患得患失。



【第20封微信】主动出击

亲爱的：人的一辈子，碰不上几个自己真正喜欢的人。这次退却了，也许这一生就再也没有机会了。世上的幸福最终都是属于主动出击的人的！



【第21封微信】心中希望就有幸福

亲爱的：只要心中有希望存在，就有幸福存在。



【第22封微信】嫉妒是心灵的肿瘤

亲爱的：嫉妒能造成人体内分泌紊乱，为了健康，平常心！平常心！



【第23封微信】吃自己做的饭

亲爱的：经常自己动手做饭吃会比不做饭的人幸福感更强。



【第24封微信】快餐只吃一点

亲爱的：不要长期吃快餐，那会让你变得焦躁、没耐心、轻率、草率，因为，快餐文化已经成为了一种心理暗示。



【第25封微信】你甚美好

亲爱的：请相信美，相信美好，相信你甚美好。是谁说过的，我们是天使降落凡间，我们吹春天的风，淋夏天的雨，所有际遇都是上



幸

福

5



苍最无私的给予，所以我们务必微笑着走过四季。这是一个多么美妙的世界，爱侣缠绵，孩子微笑，老人温和的言语如同蜜糖的气息，没有欺骗，没有别离，没有伤害，只有美的连绵和持续。



【第26封微信】心简单了人就快乐了

亲爱的：我们是浩渺苍穹中一滴水、一粒埃，宠辱不惹红尘，去留难觅踪影。很多时候，我们有着勃勃野心，有着无穷欲壑，总想着身前拥有的多一些，身后留下的多一些。天空再美，鸟儿再痴情，等你飞过了，依旧长空无痕。我们实在不必苛求太多，心简单了，人就快乐了；人简单了，这个世界也就透明了。



【第27封微信】快乐幸福地生活

亲爱的：一路上不管怎么走，我们都会际遇很多人，经历很多事，我们的心也如一个容器，装着那些放不下的人与割不断的事。如果豁达，我们会淡忘伤害和疼痛；如果善良，我们会弃置遗憾和怨恨。我们是要不停向前走的，不能让往事羁绊步履。不管过去怎样，都是过眼云烟，只有快乐幸福地生活，才是对曾经最好的交代。



【第28封微信】走自己正确的道路

亲爱的：不管时代的潮流和社会的风尚怎样，人总可以凭着自己高尚的品质，超脱时代和社会，走自己正确的道路。现在，大家都为了汽车、房子而奔波、追逐、竞争。这就是我们这个时代的特征了。但是也还有不少人，他们不追求这些物质的东西，他们追求理想和真理，得到了内心的自由和安宁。



【第 29 封微信】幸福无需展示

亲爱的：幸福是我们对生活丰足后的感恩，对爱情知足后的陶醉，对精神满足后的舒畅。幸福只是内心的一种感觉，我们不用展示给别人看，在别人眼里，你拥有的未必很幸福；更无须看着别人的幸福，然后来映射自己的苦痛。我们给别人看得多了，或者看别人的多了，我们内心的幸福，就会被一些杂草慢慢地湮没。



【第 30 封微信】幸福是用来感觉的

亲爱的：幸福，是用来感觉的，而不是用来比较的。生活，是用来经营的，而不是用来计较的。感情，是用来维系的，而不是用来考验的。爱人，是用来疼爱的，而不是用来伤害的。金钱，是用来付出的，而不是用来衡量的。谎言，是用来击破的，而不是用来粉饰的。信任，是用来沉淀的，而不是用来挑战的。



【第 31 封微信】幸福可以融化在笑容里

亲爱的：幸福可以融化在笑容里，笑容可以寄身于幸福中。



【第 32 封微信】幸福其实是一种能力

亲爱的：人的欲望越来越大，幸福却永远只有那么多。今天 500 万能带来的快乐，和小时候 5 分钱买根冰棍差不多。物质越来越多，烦恼越来越多，幸福却越来越难找。幸福，其实是一种能力，是一种采集快乐瞬间的能力。



幸

福



【第33封微信】有一种品质它叫自信

亲爱的：有一种品质，它叫自信，它能挺直你的脊梁，就算背负千钧亦不弯腰；它能坚毅你的眼神，哪怕烟雾迷蒙也不迷茫。自信的人即使看不见远方，她心中也有远方的模样；即使看不到希望，但她知道只要努力就会慢慢地靠近梦想。苦痛再多，压力再大，我们都要自信：我们错不了，我们选择的这条人生之路错不了。



【第34封微信】微微一笑是一种素养

亲爱的：被人误解的时候能微微一笑，这是一种素养；受委屈的时候能坦然的一笑，这是一种大度；吃亏的时候能开心的一笑，这是一种豁达；无奈的时候能达观的一笑，这是一种境界；危难的时候能泰然一笑，这是一种大气；被蔑视的时候能平静地一笑，这是一种自信；失恋的时候能轻轻的一笑，这是一种洒脱。



【第35封微信】用幸福的脚印丈量生活

亲爱的：我们总认为生活中有太多的苦，其实只要你认真去咀嚼，甜蜜快乐的花絮也会漫天飞舞；我们总感觉心灵承受着无尽的累，是因为很多时候我们放大了欲望，追逐了过多不属于自己的，或者自己不需要的东西。用单纯的眼看人生，你会少了许多莫名的烦恼；用幸福的脚印丈量生活，你就会步履轻盈而洒脱。



【第36封微信】珍惜即时的拥有

亲爱的：小时候我们拼命想长大，长大后才发现还是渴望无瑕的童年；读书时我们做梦都想工作，工作后才明白最留恋的还是那些走

远的寒窗时光；单身时羡慕别人出双入对，结婚后才懂得单身的自由也是一种无比的幸福我们是一路向前走的，走过了也就错过了，唯有珍惜即时的拥有，生命的记忆里才会少一些悔与恨。



【第37封微信】把开心攥在手心

亲爱的：很多时候，我们的幸福快乐与物质无关，有时只是一种心灵体验，一种精神感受。林子大了，什么鸟都有，不要总在听着别的鸟儿唱着什么歌。在这个世界上，只要有你的生活空间，有你的旋转舞台，有你爱的，有爱你的，那就足够了，不要总跟自己过不去，不要纠结他人的评说，把开心攥在手心，把烦恼抛在身后。



【第38封微信】人生是一本书

亲爱的：如果说，人生是一本书，那遗憾就是一串串省略号，空白之处，蕴含着深刻的哲理！生命赋予我们每一个人都是单程车票，我们活着就有自己的高尚和卑劣，就要享受生命的欢乐和烦恼。生命是上天赐予我们的特别礼物，即使陷入了绝望的泥沼中，也应该握住生命中哪怕一点点儿值得赞美的亮色，从而鼓励自己要挺住，别倒下。只要有一线希望，我们就要坚强的活下去，因为活着就会有希望。



【第39封微信】脚踏实地

亲爱的：“神于天，圣于地”是中国人的人格理想：既有一片理想主义的天空，可以自由翱翔不妥协于现实世界上很多规则与障碍；又有脚踏实地的能力，能够在这个大地上进行行为的拓展。





【第40封微信】快乐很简单

亲爱的：其实快乐是一件非常简单的事，快乐就在每个人的身边，可并不是每一个人都清楚这一点。“只有简单着，才能快乐着。”不奢求华屋美厦，不垂涎山珍海味，不追名逐利，不扮贵人相，过一种简朴素净的生活，才能感受到生活的快乐，一种外在的财富也许不如人、但内心充实富有的生活，这才是自然的生活。有劳有逸，有工作的乐趣，也有与家人共享天伦的温馨、自由活动的闲暇，还用去忙里偷闲吗？“世味淡，不偷闲而闲自来。”



【第41封微信】淡然洒脱

亲爱的：平庸的人总是有一种幸灾乐祸的心理，因为成功者总是给他们强有力的刺激。他们总是希望成功者能够功败垂成，沦为和他们一样的平庸。人生如戏，即使今天你是炙手可热的主角，明天你可能就是一个跑龙套的。可谓是：“平步青云会有时，误杀落地未尝知。”聪明人总是用平常心应对人生中的起起伏伏，这就是一种大智慧，台上台下都能自在坚韧、淡然洒脱。



【第42封微信】可遇不可求的事情

亲爱的：眷恋的人，给不了你承诺，于是你终于明白，幸福是一件多么可遇不可求的事情。可是为何仍要飞蛾扑火，执着一生？也许就如李莫愁时常低吟的那样：问世间情为何物，直教人生死相许。这世界上最复杂的东西，一个人又如何能想得透彻？



【第43封微信】幸福的财富

亲爱的：学会珍惜生活给予你的一切。被爱是幸福的财富，爱人

是快乐是付出。假如他离开了你，微笑着给他祝福，宁愿骄傲的孤单，也不委屈的喜欢。善待自己，宽容他人。责任心、包容心、自信心一个都不能少。



【第44封微信】生活还像一杯红酒

亲爱的：生活还像一杯红酒，热爱生活的人会从中品出无穷无尽的美妙，将它握在手中仔细观察，它的暗红色中有血的感觉，那正是生命的痕迹；抿一口留在口中回味，它的甘甜中有一丝苦涩，如人生一般复杂迷离；喝一口下肚，余香沁人心脾，让人终生受益。



【第45封微信】沉淀悲喜

亲爱的：记忆就像手掌的水，无论你是紧握还是摊开，水都会一点一点流淌干净。很多我们以为一辈子都不会忘记的事情，就在我们念念不忘的日子里，被我们遗忘了。青春是一摊水，无论是摊开还是紧握，都无法从指缝中淌过单薄的年华。牵着你的手，无论是在哪里，我都感觉像是在朝天堂奔跑。年轮的磨损中，沉淀了悲喜，却浮上了一层唤不回的感伤。



【第46封微信】意志的磨刀石

亲爱的：人生难免会和痛苦不期而遇，选择快乐的人不是没有痛苦，而是不会被痛苦所左右。痛苦并不可怕，可怕的是选择背叛自己的内心，成为痛苦的帮凶。要管理好自己的内心，选择忘记不愉快的往事，选择淡化矛盾纠葛，把痛苦当作意志的磨刀石。



幸



【第47封微信】创造人间的奇迹

亲爱的：人生之路不会是一帆风顺的，我们会遇上顺境，也会遇

福

11