

秋微

作品

# 接纳是 最好的温柔

如果说《莫失莫忘》让你学会铭记的可贵，  
那么这本则是让你懂得接纳的力量！

Acceptance Is The Strongest Gentleness

对生命而言，  
接纳才是最好的温柔。  
不论是接纳一个人的出现，  
还是，  
接纳一个人的从此不见！



江苏文艺出版社  
JIANGSU LITERATURE AND ART  
PUBLISHING HOUSE

# 接纳是 最好的温柔

Acceptance Is The Strongest Gentleness

秋微

——  
作品



江苏文艺出版社  
JIANGSU LITERATURE AND ART  
PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目(CIP)数据

接纳是最好的温柔 / 秋微著. — 南京: 江苏文艺出版社, 2014

ISBN 978-7-5399-7405-7

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第095090号

|         |                                                             |
|---------|-------------------------------------------------------------|
| 书 名     | 接纳是最好的温柔                                                    |
| 著 者     | 秋 微                                                         |
| 责 任 编 辑 | 孙金荣                                                         |
| 特 约 编 辑 | 姜宇佳                                                         |
| 责 任 校 对 | 文艳丽                                                         |
| 封 面 设 计 | 门乃婷工作室                                                      |
| 封 面 插 画 | 陈狐狸                                                         |
| 内 文 设 计 | 张颖颖                                                         |
| 出 版 发 行 | 凤凰出版传媒股份有限公司<br>江苏文艺出版社                                     |
| 出版社地址   | 南京市中央路165号, 邮编: 210009                                      |
| 出版社网址   | <a href="http://www.jswenyi.com">http://www.jswenyi.com</a> |
| 经 销     | 凤凰出版传媒股份有限公司                                                |
| 印 刷     | 北京瑞达方舟印务有限公司                                                |
| 开 本     | 890毫米×1270毫米 1/32                                           |
| 印 张     | 8                                                           |
| 字 数     | 129千字                                                       |
| 版 次     | 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷                                     |
| 标 准 书 号 | ISBN 978-7-5399-7405-7                                      |
| 定 价     | 30.00元                                                      |

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

CONTENTS

---

目录

第一辑 √  
CHAPTER 1 潘驴邓小闲

性感角逐：Deep V VS 白色连衣裙 / 002

打麻将还是看《红楼梦》/ 005

闺密是一种娱乐 / 008

说不完的色与戒 / 017

潘驴邓小闲 / 024

林妹妹的敏感皮肤 / 037

Soulmate 还是 Roommate / 044

鸡肋情人之食色 / 048

尤物打败了猪头 / 052

你我之间只隔着 Cartier / 055

三个人的幸福婚姻 / 060

单程线爱情和多功能婚姻 / 063

无名戒 / 066

男人香 / 069

男用胸罩 / 074

我爱“黑色会” / 077

第二辑  
CHAPTER 2

河东无西施

富豪家的门槛有几道? / 080

女人想“抓”，男人要“捧” / 083

来自新娘的午夜问候：How are you? / 086

午夜缝合的 14 针 / 090

一个不纠结的背影 / 094

结婚以后的 Sleeping-pill / 097

能当情敌的女人都大气 / 101

大多数人的软肋 / 105

在天堂也不过是玩皮球 / 109

情欲的最佳表达方式 / 114

如果卖火柴的小女孩主动一点 / 118

爱自己是一场终身恋情的开始 / 121

冷淡悲 / 124

河东无西施 / 127

有时幽默 / 130

色眼识人：由脸看性格 / 135

受害者的意淫人生 / 137

气息诱惑 PK 视觉享受 / 144

第三辑  
CHAPTER 3

人在囧途

意淫有理 / 148

不如，我们私奔吧！ / 151

触动内心的“Yes”或“No” / 154

一台钢琴的流浪人生 / 157

那条较少人走的路 / 161

给心灵的 New Age 时间 / 165

带一本书去孤岛 / 169

希望来世永不相遇 / 172

吃饭的时候吃饭，睡觉的时候睡觉 / 175

分道扬镳后的语言温度 / 178

立春，出走 / 181

不要忽视情敌写来的警告信 / 185

戴安娜婆婆的那一低头 / 190

一辈子做女孩 / 193

当红茶遇见柠檬 / 196

第四辑  
CHAPTER 4 √ 别跟生活讲道理

女人比男人更容易成功? / 200

那些前男友送的礼物 / 203

绝望滋养成功的女人 / 206

那些“冷妈”教会我们的事 / 210

他看他的球，你逛你的街 / 217

名导眼中的女人们 / 221

真正的说话之道：把你放在心上 / 226

打捞中国式好男人 / 231

忠贞是世俗加在女人身上的假牌坊 / 235

不仗义的婚姻：源氏 VS 贾宝玉 / 238

安全感都是自己给的 / 242

激发潜能的捷径 / 246

第一辑

---

CHAPTER 1

## 潘驴邓小闲

如果我要谈哲学，可以找个哲学家；

如果我想赚钱，可以找理财顾问；

如果我想更多小事被照顾，可以再雇个保姆；

而这个人，我只想跟他谈恋爱。



## 性感角逐：Deep V VS 白色连衣裙

只要你愿意，在寒冷的深冬也可以穿 Deep V——穿什么跟身体本身的资本无关，况且，资本在很多时候跟 cup 的大小其实一点关系也没有，是否能借助 Deep V 表达性感，实在取决于当事人内心的力量。

就如同不论有多少人前仆后继地投入到对胸部尺寸的迷恋中，我们还是看到凯特·莫斯和张曼玉在卓越地以平胸定义性感，对此，谁敢说半个“不”字？

只要你把控好尺度，露与不露就和露出来的形态不再有关系。让我们把目光投向那位德国女总理，我们对她的政绩可能一无所知，但我们大多都看过她在看歌剧时那张身着 Deep V 晚礼服的“艳照”。

于是，她在那一刻博得了很多赞叹，赞叹一样来自她对自己尺度的拿捏。

于是，当我们渐渐了解到即使连尺寸的审美标准都可以由自己来制订时，你换来的结果通常是周围人的一致叹服。

我这并不是在不负责地主张所有女人都把自己弄得剑拔弩张。事实上生活中也不可能有一种方案能适合所有人，这就是为什么性感的形象在不同人的心里有不同的解说，有的是梦露，有的是洛丽塔。

每个女人都应该为自己制订一套专属的性感攻略。

比起内心主动、外表张扬的女人，外表温婉、内心坚定的女人才是女人中的极品。而且，这类女人特别适合东方式的性感审美，以及东方男人对女性的性感诉求。因此，我们常能看到一些长得特别“三好学生”的，似乎永远都不会发育完全的女人，拥有相当多的追随者。

她们表达性感的方式是婉约的。她们的衣柜里永远都有一条白色的棉质连衣裙，她们不受时尚左右，执拗地留着清汤挂面式的发型，最好再配一个齐头帘。她们选择的香水从来都是保守的

暖香型，或散发着代表少女情结的玫瑰类气息。

她们即使内心深处非常嚣张或仗着青春时常堕落一下，也总能把原始的欲望装点成某种格调，俗称“玉女”。

这样的女人往往是男人跟女人都爱的。因为从表面上看起来，她们比较没有攻击性，她们主动的方式是扮演被动、无助，以及表现出对性的无知与洁癖。她们通常都是天生的演技派，懂得如何调动男人喜欢当英雄的狭隘心理和无聊的处女情结，因而出奇制胜。

其实，“被追求”永远只是一种表象，从来都是女人主动出击的结果，只不过，这需要更多的智慧和桥段。懂得适度地保留想象空间，才是性感的最高境界。

## 打麻将还是看《红楼梦》

我喜欢的女作家亦舒说过这样一句话：女人只有两种，一种看《红楼梦》，一种打麻将。我很懊恼自己成为成年女人之后才看到这句话，否则，应当在青春少小的时候就做个决策或了断：一定要成为“打麻将的女人”！

“如果这个世界上真的有所谓的幸福存在的话，它一定是留给那些“打麻将的女人”的。甚至包括我自己——一个非常确定的“看《红楼梦》的女人”，也会游说男性朋友尽量都选择“打麻将的女人”作为伴侣。你问为什么？因为只有选她们，才能让这个世界更加简单并顺利地运行。

是啊，我们已经疲于应对诸多的复杂局面：政治、经济、文化……如果再冒出来更多“看《红楼梦》的女人”，并成为体系，

那场面真将不堪设想。

好吧，不管此刻，女性同胞们，你内心深处对自己的判定是什么，“成为×××”似乎已经是一个成语式的说法。像一部我很期待的电影，叫作《成为简》，“简”是指享誉全球经久不衰的英国女作家简·奥斯汀。还不知道这个电影讲什么，但我已经在质疑，为什么要“成为简”？

简·奥斯汀生平的著作不多，难以用数量取胜，但她不多的作品中显而易见地对情感的教益绵延不绝，至今为各国人民称颂。基本上，她作品的核心，都是让一个女人如何从“看《红楼梦》”类型，逐渐自我教诲，演变成“打麻将”类型。所谓理智与情感大概就是这个意思。显然，在简·奥斯汀的字典里，打麻将是比较理智的生活做派。

然而，作家本人在教诲了别人之后，自己似乎并没有特别醒悟。简·奥斯汀只活到42岁，终身未婚。在那个时代，一个容貌与家世都不差的才女，42岁尚没有结婚，羁绊她的，只可能是她自己不愿意屈服的内心世界吧。想到另一首好听的歌，我喜欢的女艺人莫文蔚唱的《单人房，双人床》。那歌里的情境，和简·奥斯汀其实是一样的——挣扎，挣扎着在与这个世界调性不搭的时

候，到底是要说服自己融入，还是忠于自己孤独着。

是啊，不管时代、地域、文化是怎样的，女人的挣扎永远都是换汤不换药。如若上天不巧给了这女子一颗“看《红楼梦》”的内心，又拣选她来到这个“打麻将”的世界，或许，出路就只有一条——“成为简”，成为一个将纠结和委屈变成文字或任何形态作品的人。也许用这个逻辑，可以解读缘何如今女作家泛滥，或 Blog 有着广泛的拥趸，那底里的助力，恐怕只有当事人自己知道。

一天，在录我的电台节目《城市日记》时，我跟搭档绿妖说：“一个女作家的生活不可能是幸福的。”她是女作家，所以听了很恨。但我一直都忘了告诉她，其实，这句话表达了一种恳切的钦佩和共勉的愿望。

## 闺密是一种娱乐

对于闺密，有一个特别恰当的解释，就是“我们是挚友，我们是天敌”。

女人之间的友谊不是友谊。真正的友谊，其定义中必包含很多“义”的成分在里面，但闺密之间更多的只是娱乐。

如果试着用借喻，就好像奶茶和茶的关系。严格地说，你不能认为奶茶就不是茶，但，如果你是一个懂茶又爱茶的人，在你的意识中，茶有它独到和相当自我的领域，而奶茶绝对不属于此列。或许它的性质更接近于红豆沙、杨枝甘露或任何甜品，但，唯独不是茶。

这一类的比较还有很多，像玻璃球和球，成衣和时装，娱乐和艺术，商业片和文艺片，漫画书和书，啤酒和酒，轻音乐和交

响乐……这没有厚此薄彼，褒奖谁又贬低谁的意思。而是，在乍一看貌似同类的一瞬间，一定要注意，其底里有着严格的性质上的差别。

或者，这样说好了，如果今天的主旨是要颂扬友谊，我们的脑海中首先就会冒出无数高尚、伟大、不朽的词汇，什么肝胆相照、两肋插刀、赴汤蹈火、高山流水……但，所有这些，诚实地说，听起来似乎都跟闺密之情没什么大关系。

再比如，公认的四大名著中，有三部是纯写男人的书，里面尽述了各种情比金坚的友谊。《三国演义》里有刘备和关羽、张飞、赵云；《水浒传》里有那生死与共的105个（不把那三个女的放在此列）；《西游记》里有那最终一起得道的师徒四人。

只有《红楼梦》是女人的主场，前后出场的女人有名有姓的加起来得有百十来号。但，真要仔细想想，在这么多的女人中，有谁和谁的关系是经得起严格考验并能真正称得上是友谊的？还真没有！

闺密的特点是更具戏剧化的效果和娱乐精神的，就像“闺密”这个词一样，它本身就充满了画面感：两个（或两个以上）女性正在眉飞色舞地蜚短流长。



女人们非常享受这种交往形式，粗略地总结一下，闺密的关系大致表现为以下两种：

### 白蛇小青型

奇怪，似乎很多女人天生就是为了当主角而来的，这样的人有异于常人的优越感。优越感有天生的也有后天培养的，表现形式是永远以自己为中心。

这样的女人充斥在我们身边，她们是校花、女班长、女主编、女艺人……有时候想想，形成这种局面也不能全怪这些穿Prada的女人，因为总有另外一种女人簇拥在她们周围。而这些女人则好像天生就是为了当配角才降临到这个世界上的，且不在少数。

通常，她们在初始阶段都对自己没有太多的自信，因而特别需要寻找一个主角型的女人做依傍，她的爱恨情愁在很长时间内都会围绕着她选定的“女主角”，她是她陪伴的对象、倾诉的对象，有时甚至是奴役的对象。

倒也不用为这类人鸣不平，因为交往绝对是出于自愿，在她们之间存在一种与爱情无关的倾慕与仰仗。