



# 我若不勇敢 谁替我坚强



戈娅 作品

GE YA  
WORKS

关于爱情和婚姻  
良好的结局  
比良好的开端  
更重要

WHAT  
IF I'M NOT BRAVE  
WHO WILL  
TAKE THE COURAGE  
FOR ME

# 我若不勇敢 谁替我坚强

戈 娅 作 品

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

我若不勇敢, 谁替我坚强 / 戈娅著. -- 上海 : 文  
汇出版社, 2015. 6

ISBN 978-7-5496-1433-2

I. ①我… II. ①戈… III. ①爱情—通俗读物 IV.  
①C913. 1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第061671号

## 我若不勇敢, 谁替我坚强

---

出 版 人 / 桂国强

作 者 / 戈 娅

责任编辑 / 戴 铮

封面装帧 / 粉粉猫

出版发行 /  文汇出版社

上海市威海路755号

( 邮政编码200041 )

经 销 / 全国新华书店

印刷装订 / 三河市金泰源印务有限公司

版 次 / 2015年6月第1版

印 次 / 2015年6月第1次印刷

开 本 / 880×1230 1/32

字 数 / 184千字

印 张 / 8

ISBN 978-7-5496-1433-2

定 价: 32.80元

● ● ● 第一辑

如果那些付出和改变，让你变得更好了，那难道不是爱情给你的最棒的馈赠？爱情来过一次，绝对不是像风吹过，只是一场空欢喜。

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 我是一个春天的花朵，就长在一个春天里      | 002 |
| 你还喜欢你自己吗？               | 005 |
| 婚姻里的“用户体验”：你的另一半“好用”吗？  | 007 |
| 你可以活得再孤傲一点              | 010 |
| 爱情来过一次，绝对不是像风吹过，只是一场空欢喜 | 013 |
| 无力感，大概是人活着最大的痛苦吧        | 016 |
| 给那些“开不了口说分手”的人          | 019 |
| 讲真！你信不信算命先生？            | 021 |
| 旁人的笑颜，只是你生活的假面          | 023 |
| 在笼里出生的鸟认为飞翔是一种病         | 026 |

- 029 : 爱并不能解决一切问题，它需要适当的情绪
- 032 : 别再为他心不在焉的暧昧暗暗欢喜
- 034 : 张幼仪 不需要廉价的同情心
- 037 : 爱情拯救不了你的寂寞
- 039 : 我们不能拒绝伤害，但至少可以拒绝受制于伤害
- 041 : 只有眼泪被看到，倔强才有意义
- 043 : 婚姻绝对不是长久的忍耐
- 045 : 允许别人有不再爱我们的权利
- 047 : 青蛙王子是一个荒唐的童话故事
- 049 : 不想活在穹顶之下，至少请假装信任
- 051 : 温柔的力量

## ●●● 第二辑

有时候我们太急于要找我们的完美结局了，我们没有学会怎么去看懂暗示，怎么去区分哪些人想要我们，哪些人不想，怎么去区分哪些人会留下，哪些人会离开。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 他其实没那么喜欢你         | 054 |
| 让我们聊聊“找下家”的“主体资格” | 057 |
| 重口味小白兔 你会被姐姐们整死的！ | 059 |
| 承认自己的不完美，没那么可怕    | 061 |
| 爱错个把人算什么？！        | 063 |
| 听过来人讲经验不如听养生秘方    | 065 |
| 你要“稳妥的”还是“快乐的”活法？ | 067 |
| 你要什么什么就是真理        | 069 |
| 职场里那些“气血两亏”的爱情    | 071 |
| 你要的，是一个好人，还是一个爱人  | 073 |

- 075 : 爱情中的沉没成本
- 077 : 市侩的人不配拥有真心
- 080 : 她的白夜行，你的光芒万丈
- 082 : 穿起你的秋裤说拜拜
- 084 : 80岁也要相信爱情
- 086 : 忠诚 是因为怕麻烦？
- 088 : 做一个眼睛有光的人
- 091 : 这世上什么都可以通过努力争取，独独除了爱情
- 093 : 放过自己吧，给自己一次重生的机会
- 095 : 生活的大刀向男人砍去，生活的钝刀切割着女人
- 097 : 承认自己生而为人的脆弱吧

### ● ● ● 第三辑

时间是个很好的过滤器，它会带走那些不能接受你的任何不完美的人，但是真爱你的人，还是会留下。

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 重拾爱情公信力               | 100 |
| 做正确的事永远不会迟            | 102 |
| 家族伊索 传播的是经验还是偏见？      | 104 |
| 爱情不是一个人的勇敢            | 106 |
| 画个圈圈诅咒前男友             | 108 |
| 那些曾经你爱得要死要活的人，其实也不过如此 | 110 |
| 不要将穷人思维带到爱情里来         | 112 |
| 做一个翠花该做的事             | 114 |
| 成为他的专属心理咨询师           | 116 |
| 嫁女儿父母都想“零存整取”         | 118 |
| 嫁人是嫁给一种可能性            | 120 |

|     |                      |
|-----|----------------------|
| 122 | 关于性的一些无解难题           |
| 126 | 没那么多“意外的收获”          |
| 128 | 结果美好过程才美妙            |
| 130 | 当壁花小姐遇上猪头男           |
| 132 | 一个私奔的 17 岁少年不是姐姐们的必需 |
| 134 | 恨嫁女不能信的情感专家          |
| 136 | 我洞悉天机 我笑而不语          |
| 138 | 谁能在现在买到未来?           |
| 140 | 让自己幸福是为整个社会积福        |
| 143 | EX 控 注定把未来落在身后       |
| 145 | 打不死的火凤凰都有隐形翅膀        |

## ● ● ● 第四辑

人的一生，所有的爱与哀愁，全始于内心，而不系于任何其他。如果心灵不够强大开阔，缺乏控制，负面情绪便会像小河水里鬼魅的水白菜一样，蔓延整个心湖，让它变成一潭死水。

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 你的糟情绪  你被辜负的美丽       | 148 |
| 别太快跟男人睡              | 150 |
| 不要太铺张  安静爱一场         | 152 |
| 孟广美才是前妻们的人生导师        | 154 |
| 舆论杀人，何止阮玲玉           | 157 |
| 永远不要把幸福放在男人那里        | 160 |
| 分手后的言行泄露你的品性         | 163 |
| 以结婚为目的的恋爱才是耍流氓       | 166 |
| 你，还要再信已婚男上司的爱情吗？     | 168 |
| 男人对女人最大的承认不是婚姻  而是爱情 | 170 |

- 172 : 忏悔就像洗大澡  
174 : 早恋的姑娘们看过来  
176 : 你遇上的不过刚好是不太靠谱的一个  
178 : 爱情里最需要的是批评家  
180 : 允许抒情 拒绝矫情  
182 : 爱一个人，不应该是你失去自我的借口  
184 : 谁来烧热你眼睛的黑色？  
187 : 像一汪灵动的水，想不被爱都难  
190 : 嘴上说看淡的人，其实内心都好介意  
192 : 你的安全感来自哪里？  
194 : 一个人的衰，是有道理的

## ● ● ● 第五辑

要知道，如果你不能毫无条件地接受现在平凡的他，其实，也就没有资格享受未来可能更好的他。

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 清贫的爱情不一定更纯粹              | 198 |
| 情场暗礁 躲得好不如玩得转            | 200 |
| 没有保险的男人 只有保险的大脑          | 202 |
| 男人只会为自己爱的人改变             | 204 |
| 怪异的爱也有生态平衡               | 206 |
| 老可爱大叔的假天真和真可怕            | 208 |
| 珍惜“小确幸”的男人才是女人的 Mr.Right | 210 |
| 先模仿他人最后才能找到自己            | 212 |
| 真的勇气是一种纯纯的傻气             | 214 |
| 人缘、女人缘、男人缘，你要哪一个？        | 216 |
| 单恋这件小事                   | 218 |

- 221 : “28 岁疯狂综合征” 你有没有?
- 223 : 也许, 是你不配有爱情
- 226 : 高端大气上档次的情感双修, 你值得拥有
- 228 : 不要在仇富中度过一生
- 230 : 闭嘴吧, 让无声胜有声
- 232 : 欲壑难填的 “丈母娘”, 都曾是欲壑难填的 “女人”
- 234 : 真正的降得住, 是为无而治
- 236 : “闺蜜” 其实是个贬义词?
- 239 : 别把无意义的消耗当作努力
- 241 : 你终究只是个女人, 渴望踏实有结果的爱情
- 243 : 委屈是最无用的情绪

## 第一辑

如果那些付出和改变，让你变得更好了，那难道不是爱情给你的最棒的馈赠？爱情来过一次，绝对不是像风吹过，只是一场空欢喜。

## 我是一个春天的花朵， 就长在一个春天里

看崔健导演的《蓝色骨头》时，我一不留神就包场了。2000 万元的票房目标看来都不大容易啊！

实话说，片里的爱情故事，并没有给我多少感动。因为人在世上活久了，多数时候就是活得一个不得已，所有的完美都是还未戳穿的谎言，反倒是求而不得更显真实。而且我已年过三十，渐渐学会宽以待人，宽以待己，宽以待命。

倒是豆瓣上的一个短评深得我心：“这片最棒的一点是，讲述了每个独立个体的生命体验，而没有用关系去定义人生。”

我觉得很多人，首当其冲的是我自己，时常漠视自己身为一个独立个体的生命体验。

特别是在很年轻的 20 多岁。

那时候，我并不知道我自己要什么，什么又适合我，我的心沉不下来去好好和自己谈谈，更谈不上去跟这世界谈谈。于是，我只能盲目地复制别人的经验，即便别人的经验也并不一定属于自己，

而只是“大家都不懂,但大家都这样”。那时我们急吼吼想要的幸福,真的是幸福吗?还是只是别人眼中的幸福?

所以,回想我的二十几岁,就像看一部滑稽的电影。拿发型来举例吧,我的发型跟着别人变了不知道多少次,长的,半长的,直而长的,直而半长的,卷而长的,卷而半长的,黑的,黄的,深红的……我从来没真正觉得哪一个合我心意,我依仗的只是旁人的观感。那时虚弱到什么地步呢,是连一个超级没水平的发型师我都不敢忤逆,就像那个著名的段子:“顾客,给您剪的这头发怎么样?”“我无所谓,您开心就好。”

身为一个自卑的进城务工女青年,我压抑自己的很多真实的声音,甚至不敢轻易表明自己对食物的态度,我在生活的全方位都害怕和别人不一样。我曾像其他女孩一样,说自己爱吃三文鱼,喜欢甜品并且认真记下了各种蛋糕的名字,但其实呢,我讨厌三文鱼,再好吃的蛋糕我一年吃一次也就够了,我甚至根本就不是一个吃货,虽然说自己吃货可能显得更可爱,大家不都这么干吗?

总之,当我活到现在,可以坦然地面对自己的一切喜好,可以坦诚地表达关于这个世界的看法,可以尽量随自己的心做出我认为应该的选择,我才真的觉得,活着,即便只是活着本身,就已经太爽了。

20多岁的爱情也是一样,好像总是在拧巴着,总觉得全世界都

在跟自己作对，总有那么多的伤春悲秋值得自己不吃不喝一整天，一哭就是一整夜，我们发出感叹的时间，甚至超过了真正相爱的时间，那时我们是《迷失的季节》里热血的作 x：“太可惜，也太可气，我刚刚见到你，你是春天里的花朵，长在秋天里。”

而现在呢，我们的骨头渐渐变成冷静而自由的蓝色，懂得“人活着要痛快加独立才算是有意义”，我们开始渐渐学习接纳，热情得刚刚好，矫情得也刚刚好，世故得刚刚好，天真得也刚刚好。最近我和女朋友聊天时她说：“我喜欢现在的我，我一点都不怀念我的20岁。”对，就是这样，我无比同意，“并不可惜，也并不可气，我就是个春天的花朵，就长在一个春天里”。