

爱呀，幸福女人

腾讯视频大型原创品牌栏目精彩巨献

爱情要谨慎 幸福要勤奋

阿雅对话10大当红女星，首次公开幸福心经

Love

should be careful
Happiness
should be diligent

学会爱，
经营爱，
每个人都是幸福的主角

腾讯视频 著
李恩雅 执笔

Love Happiness

爱呀,幸福女人

腾讯视频大型原创品牌栏目精彩巨献

爱情要谨慎, 幸福要勤奋

阿雅对话10大当红女星,首次公开幸福心经

腾讯视频 著

李恩雅 执笔

Love & Happiness

中国友谊出版公司

图书在版编目 (C I P) 数据

爱情要谨慎, 幸福要勤奋 / 腾讯视频著; 李恩雅执笔. — 北京 : 中国友谊出版公司, 2012. 10
ISBN 978-7-5057-3095-3

I. ①爱… II. ①腾…②李… III. ①爱情—通俗读物②幸福—通俗读物 IV. ①C913.1-49②B82-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第231621号

书名	爱情要谨慎, 幸福要勤奋
作者	腾讯视频
执笔	李恩雅
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	北京时代华语图书股份有限公司 010-83670231
印刷	北京海纳百川旭彩印务有限公司
规格	690×980毫米 16开 14.5印张 140千字
版次	2012年11月第1版
印次	2012年11月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5057-3095-3
定价	35.00元
地址	北京市朝阳区西坝河南里17-1号楼
邮编	100028
电话	(010) 64668676





幸福来的时候，挡都挡不住

姐妹淘聊天的时候，感情生活是我们一定要分享的话题。我们都希望自己可以遇到那个对的人。可是当对的人还没有出现的时候，我们常常会给那个对象开出很多很多的条件。不过像小S，当她遇见她老公Mike的时候，发觉Mike跟她之前心目中那个对的人，条件是完全相反的。所以缘分这件事情真的很难说。也许有的人会像范范一样，历经十年才尘埃落定，有的人则会像大S一样，第一眼看到就知道他是对的人。不管是范范式的爱情长跑，还是大S一样的“一秒定情”，我发觉当那个对的人出现的时候，总会有一些共同的征兆。

比如COCO，Bruce在跟她第一次约会的时候，就说可以把她娶回家。而阿妹，能让她心动的男生一定要让她第一眼就产生好感，有激情有火花出现，才能有后续的发展，所以想让她日久生情非常困难。她会

要求自己的另一半一定要懂她，彼此之间要有话聊，并且不用花费更多的心思去猜对方说的是什么。

我不知道在你的身边是否也有这样的人，跟你有聊不完的话题，像爱人又像朋友。至于我嘛，我今年30出头，是一个轻熟女。你知道到了这个年纪，尤其身边的朋友、好姐妹纷纷结婚，很多朋友见到我都会忍不住问：阿雅，什么时候到你啊，吃你的喜酒。其实要不要结婚这件事情，我还在很仔细地思考，目前我是觉得不结婚也挺好的，而且婚前婚后真的会有很大的差别吗？我不知道。但是大S，就会对恋爱和婚姻有着不同的理解。她会觉得结婚是一件比恋爱更有趣的事情。恋爱就已经很有趣了，可是结婚会有更多的层次，可以朝着跟恋爱不同的地方去发展。燕姿是一个很低调很内敛的人，她对婚姻的理解是，结婚之

前，也许还会有更多的选择，两个人之间存在一定的不确定性，结婚之后，你就是跟这个人了。你会觉得更舒服，因为婚姻就是你为我我为你过程。

感情世界从来都不是一个人的，男生和女生共同努力，才能创造更多的幸福。可是，男生和女生之间会有很大的差异，特别明显的是，男生跟女生的表达方式就很不一样。我们女生难过的时候可以哭、可以流眼泪，可是男生难过的时候，通常要忍住，但这样子反而让男生的言语变得很有分量。女生跟男生的贴心也很不一样，女生可以无微不至地照顾另外一半，可以随时随地地温柔撒娇，而男生通常都是不太表达，但突然他会做一个什么事情，让女生觉得好甜、好贴心。

我记得在访问白百何的时候，她跟羽凡结婚七年，当她提到跟老公的感觉时，那种笑容和甜蜜是完全藏不住的。因为羽凡其实是一个不太爱表达自己情感的男人，可是他会用行动证明对妻子的爱。每次去外地演出，他都会给妻子带一些小礼物，比如指甲油啊、卡通袜子啊，在传统夫妻看来也许是有些幼稚的举动，却让他们这一对小夫妻的感情变得

越来越浓。晓萱也常常说，男朋友会时不时地给她惊喜，会用冬瓜雕成很美的莲花，也会有粘土制成特别的東西送给她……

女人的幸福离不开男人的宠爱，可男人不是傻瓜，一定要确定这个女人是值得他爱的，他才会甘愿倾尽所有去守护。婚姻也不是你想长久就能长久的，一定要有经营的智慧。在访问这些姐妹的时候，最让我感动的是，她们都用自己的聪明和睿智，或者找到了真爱，过着幸福的婚姻生活，或者在娱乐圈十几年的沉浮当中找到了自己。在这纷繁的世界中，我们彼此都不孤单，而是在享受幸福的同时，首先学会了爱自己。

《爱呀，幸福女人》，跟十个幸福的女人约会，倾听十个幸福的故事，而最终我们发现，不管在爱情的故事里是一见钟情还是日久生情，当幸福来临的时候你是挡也挡不住的。不过也不用挡嘛，就好好地幸福吧。

目

CONTENTS

录



小S

有爱，人生才值得

- 如果·爱 /004
- 感情，就是要在乎对方的“感”受和心“情” /008
- 妈妈伟不伟大，跟怀孕无关 /012
- 为什么我不走温情路线 /016
- 做女儿的“妈妈朋友” /019



大S

爱情面前，学会“放手”不如学会“下手”

- 恋爱，无法熟能生巧 /026
- 相信幸福，才能得到幸福 /030
- 结婚比恋爱更有趣 /034
- “女王”是一种姿态，并非真的强势 /037
- 感恩，从素食开始 /041
- 不合理面前，要敢于站出来保护自己 /045



范玮琪

灵魂伴侣是磨出来的

长久的爱情，需要两颗坚定的心 /052

真爱重在经营和培养 /056

为小事吵架的情侣关系更牢靠 /059

“对他好”不如“为他好” /063

“舍弃”会成为婚姻危机的伏笔 /067

用肯定的语言达成自己的目的 /070



孙燕姿

爱情最美好的部分在于依靠

结婚意味着开始，之后的每一天都是一个浪漫 /076

婚姻就是“你为我，我为你”的过程 /080

家庭是幸福的归属地，并且保质期是永远 /084

美满的婚姻不拒绝理想 /087

人生，需要一些留白 /091



梁咏琪

男女关系并非强弱关系

做不了情绪的主人，享受不到生活的美好 /1098

活着，就是要懂得感受和生活 /102

爱，就要爱得起 /106

自信的女人会把金钱看得淡一些 /111

让自己乐观开朗，才会遇到相同的人 /115



张惠妹

爱得自由比爱得深刻更重要

什么都有，只缺寻常 /122

遗憾总是和年轻有关 /126

拼输赢没有意义，好玩才是真道理 /130

第一眼顺眼，才有后续发展 /133

不懂欣赏我不好的男人，就不配拥有我的好 /136



白百合

爱就疯狂，不爱就坚强

婚姻不是让女人“身价”贬值的地方 /142

实践是检验真爱的唯一标准 /146

给爱情保鲜，就是给爱情保险 /149

幸福的女人是被老公疼出来的 /153



李玟

婚前要用情，婚后要用心

没有一个肩膀能代替一双翅膀 /160

当真爱像病毒一样入侵 /164

想要赢得一个人，首先要学会退让 /169

不能因为他是你的后盾，就凡事都把他排到最后 /173



范晓萱

再爱，也不让自己卑微

爱谁都可以，首先爱自己 /180

好的爱情从自己出发 /184

每个人都是孤独的灵魂 /188

叛不叛逆不重要，重要的是我还是一个好人

/193

我要把自己变成别人的光 /197



胡可

好女人要学会角色的转换

爱他，如他所是 /204

男人的心田需要女人的温柔来灌溉 /208

不要所有事都依附男人 /212

爱是一种发声练习 /215



小S

有爱，
人生才值得



她是当年台湾少女组合的No.1，她是《娱乐百分百》里的无厘头主持人。她的朋友五湖四海，她的麻辣语录广为流传。2004年，她与知性主持人蔡康永主持的节目《康熙来了》开启了娱乐新时代，节目收视率不仅红遍港台，更远播内地，成为内地少年的偶像。然而，在她事业高峰的时候，她毅然暂停演艺工作，结婚生女，并不久复出，继续带给人们快乐。她不仅是一个快乐的主持人，更是一个幸福的妻子和妈妈。她是小S（徐熙娣）。



不需要花心思讨好讨厌你的人，多解释反而狼狈，就让他随心所欲地讨厌你吧！花心思讨好你爱的人、爱你的人，值得太多了！

——小S



我承认我是一个变化无常的人，三不五时地擦下狠话说“我绝不”的句子，然后没过多久就改变了自己的立场。身边的人经常会提醒我，你之前不是说过你绝不怎么怎么样吗，我就会打死不认账：“谁讲过那些鬼话啊？”

我记得大概是七八年前，当时我还处于感情空窗期，有一天我妈开车送我去上班，她平常很关注八卦新闻，那段时间恰好有很多女明星未婚生子，她就一路警告我：“徐熙娣，以后你要谈恋爱可以，要结婚生子也可以，但是千万不能未婚生子，我可没那么开明，我是会不认你的。”我就说：“谁要结婚生子啊？谁要未婚先孕啊？我连男朋友都懒得交好不好？”那时候我最讨厌别人跟我聊结婚的话题，觉得婚姻是一件很变态的事情，每天起床后都看到同一个人，还要跟他相守到老，想想都觉得恶心。而且男人一旦有外遇，受伤害的永远是女人，真是搞不懂女人为什么要结婚。而且我最讨厌小孩了，像大S，她不管见到谁家的孩子，都能很自然地亲近，我就不可以，见到孩子，我不知道应该怎样反应，也绝不可能跟他们“和平相处”，所