



雨桦心灵悟语

值不值得爱

For love

雨桦
著

一念花开，一念花落

那个伤我们最深的男人，有时候，总会带给我们无尽的温暖
爱若离去，浅笑安然，终有一天，我们会找到属于你的一世彼岸

女人最好的成长
是在一段受伤的往事中
学习如何爱男人
如何爱自己

全国百佳图书出版单位
安徽人民出版社
安徽人民出版社

C913.1-49
69

值得 爱



全 国 百 佳 图 书 出 版 单 位
APETURE 时代出版传媒股份有限公司
安 徽 人 民 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

值不值得, 爱 / 雨桦著. -- 合肥: 安徽人民出版社, 2012.12

ISBN 978-7-212-06071-8

I. ①值… II. ①雨… III. ①恋爱心理学—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 299764 号

值 不 值 得 , 爱

作 者 | 雨 桦

出 版 人 | 胡正义

选题策划 | 曾 丽

责任编辑 | 杨迎会 田晓辰

责任校对 | 田晓辰

责任印制 | 范玉洁

营销推广 | 赵 旭

装帧设计 | 程 慧 段文辉

出 版 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽人民出版社 <http://www.ahpeople.com>

合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场 8 楼

邮编: 230071

发 行 | 北京时代华文书局有限公司

北京市东城区安定门外大街 138 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267120 010-64267397

印 刷 | 北京鹏润伟业印刷有限公司 电话: 010-80261198

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 880×1230 1/32

印 张 | 9

字 数 | 189 千字

版 次 | 2013 年 2 月第 1 版 2013 年 2 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-212-06071-8

定 价 | 28.00 元

版权所有 侵权必究



★…那年，杏花微雨，你我初见。你干净的笑容刻在我的心间。

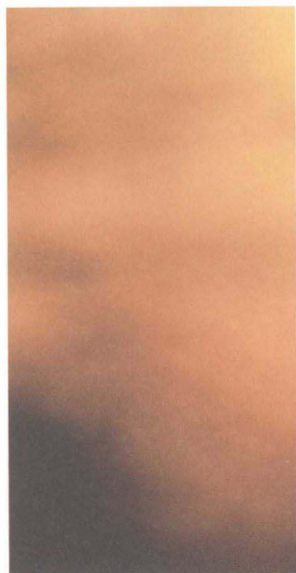


★…我们牵手共结连理，结出幸福的果实，
每天睁开眼，看到阳光和你，便是幸福。



★…我们拥有彼此，触
处似生花。





★…直到生命的尽头，我的心依然如初，
和你坐看日出日落，走过沧海桑田，执子之手，
与子偕老。

目录

contents

01 值不值

别对自己发誓 /003
为什么要那样爱他呢？ /005
情话 & 大麻 /008
欠过的那些爱，你还记得吗？ /010
值不值 /012
何必化妆给他看 /015
根本没有最爱 /017
你是我的八宝粥吗？ /020
有一种讨厌，叫喜欢 /023
情人的结局 /025
高烧不止的情欲 /027
男人最爱的是自己 /030
女人最不爱自己 /032
爱情付费标准 /034
爱情防伪标志 /036
在乎和不在乎 /038
女人要知道的秘密 /039
身体上的事情 /040
期货男人与现货男人 /041
犯傻的时候 /043

02 · 谁是你的一世彼岸

爱自己，没有情敌 /047
男人是用来干这个的 /049
一流的自己和二流的别人 /052
知道他为什么讨厌你吗？ /054
有一种男人，是砒霜 /056
我认识你吗？ /058
情趣用品 /060
你是谁珍珠？ /063
女人和她的旧情人 /065
男人和他的旧情人 /067
爱是做出来的 /070
我需要男人 /072
有一种罪犯叫情劫 /074
为什么要当男人的玩具？ /076
做最真实的自己 /079
黄脸婆的前生都是西施 /081
不该在床上说的话 /083

03·假如，没有遇见你

不是想他，而是想他的情话 /087

当我很老的时候 /090

假如，没有遇见你 /092

那些被我们遗失的想念 /094

再见，旧情人 /096

旧情人的好处 /100

也纯也不纯的友情 /102

两个男友 /104

两个女友 /106

爱的盲目性 /108

了解自己比了解他重要 /111

那些哄你玩的谎言 /114

让男人为你着迷 /116

男女的不同 /118

情欲规则 /120

当男人说分手时 /122

当女人说分手时 /124

04 · 为什么要讨厌自己

- 我想做一次美人 /129
- 如果你多爱我一点 /131
- 祝你再创爱情佳绩 /133
- 为什么要讨厌自己 /136
- 每个人都有遗憾 /139
- 那些舍不得的 /141
- 要是你丢了自己,怎么办? /143
- 情场是条没有终点的赛道 /145
- 情趣儿是最好的魅力 /147
- 你的幸福与谁有关 /150
- 美丽可爱还是可爱美丽? /152
- 与男人过招是个技术活 /154
- 男人的不自信 /156
- 女人与赝品 /158
- 男女游戏规则 /160
- 错位的感觉 /162

05·女人这种动物

- 女人，有别于男人的动物 /165
 - 这样读女人心 /167
 - 这样问女人的年龄 /169
 - 爱是一种习惯 /171
 - 女人二十 /173
 - 女人三十 /175
 - 女人四十 /177
 - 女人的糊涂 /180
 - 女人的苦恼 /182
 - 女人的愚蠢 /184
 - 女人的追求 /186
 - 女人的美 /188
- 女人间的妒忌 /190
- 女人间的友谊 /192
 - 女人的身价 /194
 - 女人的幽默 /196
 - 女人的贞节 /198

06·那些有伤的幸福

哪个才是幸福的自己 /203

撒娇的幸福感 /205

信与不信 /208

妈妈式的女朋友 /210

有些男人，碰不得 /212

给与不给 /214

易求无价宝，难得有心郎 /216

陆游，不是个好情人 /220

如果一个男人背叛我，我不会恨他 /224

主动剩男与被动剩女 /226

女人的感情与男人的感觉 /228

我也会成为她吗？ /230

女人一辈子念念不忘的男人是谁？ /233

卡米拉，爱情的王者 /235

07·为什么要折磨你

- 别在我面前亲热 /241
- 连流氓的资格也不够 /246
- 那些藏起来的心思 /249
- 到底爱过多少人？ /251
- 我不幸福 /253
- 为什么要折磨你 /255
- 男人喜欢你的时候 /258
- 男人不愿意的时候 /260
- 她说不好的时候，你不要说 /262
- 虫子与蝴蝶 /264
- 调情与裸体 /265
- 大叔与父亲是不一样的男人 /267
- 男人的温度 /269
- 男人的原则 /271
- 维生素男人 /273
- 怀念一个叫瓦伦丁的男人 /275

01 值不值

女人谈情时，总会问三个字：值不值？

男人选择女人时，也会问自己三个字：爱不爱？

男人会为一个他认为不值的女人浪费情话。

但不会为她浪费时间和金钱。

别对自己发誓



前男人与后男人，同样是男人。就像苹果与苹果。
不是一棵树上结的果子，味道也千差万别呢。

女人受了伤，很可怜。

尤其是情伤。

男人拍拍屁股走人，既不会为后果负责，也不会给爱了这么久的女人一个说法。女人只有自己疗伤。

在情伤中无法自拔的女人会不止一次地对自己的朋友或闺蜜说：

我以后，再也不会这样爱一个人了。

她没说假话，这一次爱，让她心死，情灭，心灰意冷，万念俱灰，万劫不复。

走不出这样的伤，真的不想再爱一个人了，害怕再爱成这样的结局。

她不明白，他为什么这样狠心？

她给他最好的爱。

他还她最痛的伤。

只是几年以后，你会发现，她身边不但多了一个男人，还多了一个孩子。

她结婚了。一脸幸福的表情。

那幸福——

不是装出来的。

不是表演出来的。

而是生活实实在在的流露，儿女绕膝的欢，老公的体贴。

显然，她背叛了自己的誓言。