

那时花开

在爱情里遇见 美好的自己



最是那一回头的温柔，
便注定彼此一生相守。

冯志普◎编著

南京出版传媒集团
南京出版社

南京出版传媒集团

南京出版传媒集团

南京出版传媒集团

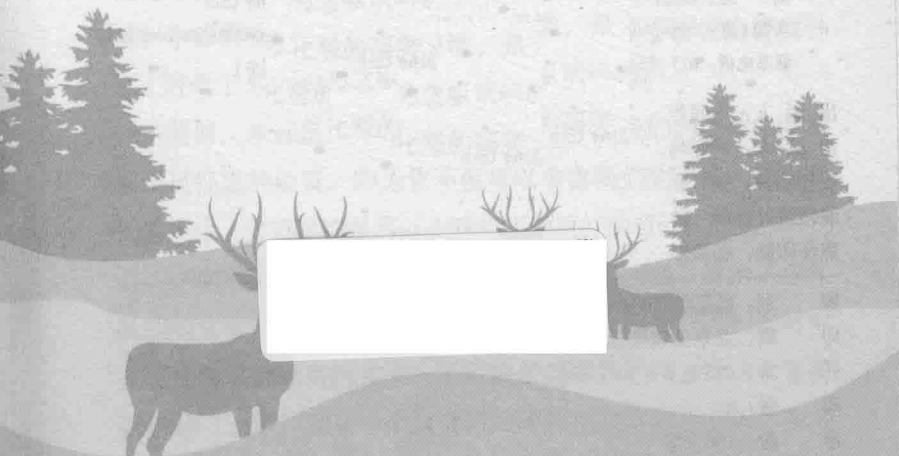
南京出版传媒集团

南京出版传媒集团

南京出版传媒集团

在爱情里遇见 美好的自己

冯志普 编著



南京出版传媒集团

南京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

在爱情里遇见美好的自己 / 冯志普编著. —南京:
南京出版社, 2018.1

ISBN 978-7-5533-2034-2

I. ①在… II. ①冯… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第292843号

书 名: 在爱情里遇见美好的自己

作 者: 冯志普

出版发行: 南京出版传媒集团

南 京 出 版 社

社 址: 南京市太平门街53号

邮 编: 210016

网 址: <http://www.njpbs.cn>

电子信箱: njpbs1988@163.com

天猫1店: <https://njbcmjts.tmall.com/> 天猫2店: <https://nanjingchubanshets.tmall.com/>

联系电话: 025-83283893、83283864 (营销) 025-83112257 (编务)

出 版 人: 朱同芳

出 品 人: 卢海鸣

责任编辑: 金 欣

装帧设计: 何 琳

责任印制: 杨福彬

策 划:  (www.rzbook.com)

印 刷: 北京佳诚信缘彩印有限公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/32

印 张: 4

字 数: 100千字

版 次: 2018年1月第1版

印 次: 2018年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5533-2034-2

定 价: 16.80元

营销分类: 励志

“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝。”

“愿得一人心，白首不相离。”

“一生中有许多相遇/最快乐的相遇是认识了你/一生中有许多过错/最痛心的过错是失去了你……”

爱情，是人世间最美的情愫。古往今来，有多少文人墨客为之纵情吟咏，又有多少痴情男女为情所困、为爱痴狂？梁祝化蝶的凄美，孟姜女哭倒长城的悲壮，白蛇与许仙的千古佳话，牛郎织女银河两端的痴情相望……那一个个凄美的爱情神话，打动了多少人的心，又让多少人憧憬与向往？

爱情，永远是人们乐此不疲的话题，在我们的生命中占据着举足轻重的位置，因为它不但可以丰富我们的生命，璀璨我们的人生，更重要的是可以令我们成为更好的自己！

一家小型超市的售货员，因一场美丽的网恋，重拾了少年时期的文学梦。问其为什么会华丽逆袭，答曰，只因相恋时对方说过喜欢看她写的文字，于是她便选择了坚持，而这一坚持就是8年。8年，她从一个只会写写碎片化文字的小女人，变成小有名气的副刊写手，而那份美丽的爱恋，其实仅仅陪伴了她一个春天，便在一场意外中灰飞烟灭了。而今，每当提及那场网恋，她都满心感激，她说，虽然对方给她的爱情太短，短得

犹如昙花一现，却让她成就了最好的自己！

当然，也并非每一份爱情带给我们的都是美好，有时也会带来伤痛，会让我们的内心充满迷茫，甚至悲伤和绝望，尤其是很多年轻的朋友，在经历过情感的创伤以后，就再也不敢相信爱情了。其实，这并非因为爱情本身不美好，或不再美好了，而是因为我们不懂爱情的经营之道，才使得原本美丽的爱情变得不如人意，甚至面目全非。

每当提起爱情，我们或许首先想到的就是花前月下的浪漫，醉人心田的誓言，卿卿我我的甜蜜，牵手到老的陪伴，却忘了爱情也要食人间烟火，婚姻更离不开柴米油盐，所以，当我们憧憬中的完美爱情与残酷的现实碰撞到一起，不免会让我们对爱情产生怀疑。其实，爱情本身并没有错，错的是我们自己还没有足够的智慧，去经营和驾驭我们的爱情。所谓爱情，是两个凡人因为爱走在了一起，尽管彼此之间有爱，但当不同的习惯、不同的性格、不同的观念、不同的认知发生碰撞时，就难免会有磕磕绊绊，会有矛盾纷争，这时爱情里的双方就需要互相理解和包容了，如若此时两人都不懂得适当的妥协和让步，只知道指责和为难对方，那这份爱情就失去了原有的美好与和谐，变得岌岌可危了，因为你在为难对方的同时，也在为难着你们的爱情，而你如果愿意低头成全对方，岂不是也成全了你的爱情？所以说，遇见爱情，需要缘分，而经营爱情，则需要智慧了。

唯愿天下有情人终成眷属，执子之手，与子偕老！

Part 01

最好的爱情，是让你能做更好的自己 / 1

勇敢面对“不爱”这个事实 / 2

学会爱之前，先学会爱自己 / 5

爱情需要呵护，不应用来考验 / 8

因为不够爱，所以更轻易放弃 / 12

爱情没有回头路 / 15

爱，就别为难对方 / 18

幸福不会在原处等你 / 21

不做爱情的影子 / 25

没有人愿意做备胎 / 29

主动久了，会累的 / 32



Part 02

以爱之名，保养爱情 / 35

爱情，从告白开始 / 36

幸福没有模式 / 40

幸福不是晒给别人看的 / 46

婚姻里，多念念对方的好 / 49



你的好只有我知道 / 52

谁是最宠你的人 / 56

有一种妥协叫作成全 / 59

当自己都不爱自己时 / 62

善待曾经的爱人 / 66

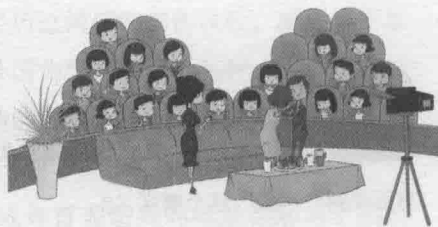
最美的爱情叫作回应 / 69

只因不愿错过你 / 73

我要的幸福很简单 / 76

爱情不是交易 / 79

你若芬芳，蝴蝶自来 / 82



Part 03

时光往复，爱情美好如初 / 85

爱情没有回头路 / 86

寄存一个梦想给未来的你 / 90

初恋是那拾不起的旧梦 / 93

每个人都配得上最好的爱情 / 99

牵了手，便是一辈子 / 103

是谁横在你下一站幸福的路上 / 107

不要在爱情里三心二意 / 110

家是讲爱的地方 / 113

爱情的模样 / 116

妻子的愿望 / 119

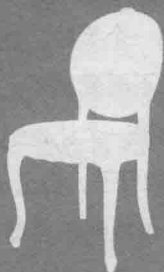




Part 01

最好的爱情，是让你能做更好的自己

有人说，爱一个人不是因为你是谁，而是跟你在一起时我是谁。爱情如甘霖，滋养我们的身心，让我们变成更好的人。爱情，让我们于平淡中窥见了神奇，于凡常中品出了真味，更重要的是，在漫漫人生旅途中，照见了那个内心深处一直想成为的自己。





勇敢面对“不爱”这个事实

她在一次活动中认识了做歌手的他，两人一见钟情，自然而然发展成了一对亲密恋人。

于是，不到一个月的时间，他们便幸福地同居了。他喜欢她的温柔，她喜欢他的体贴，两人情投意合，把日子过得柔情蜜意。

然而，半年后，她发现他变了，不再像以前那样对她柔声细语，而是呼来喝去，而且她为他做的每一件事，好像都不能令他满意。刚开始，她以为是他出去演出太累，心情不好所致，于是，她便加倍对他好。然而，无论她怎样全心全意地对他，他都很难再给她一个笑脸。他对她的冷漠与苛求，令她开始怀疑他是不是已经不再爱她了，可她始终没有勇气问出口，因为，她怕他真会给她一个让她绝望的答案，她是那样的爱他，她无法想象没有他的日子，自己该怎样熬下去。

尽管她是那样小心翼翼地呵护着他们的爱情，但令她最为害怕的事情还是来了！有一天，他向她提出分手，且给出了一



个冠冕堂皇的理由：“我现在没有能力给你好的生活，不忍心让你跟着我受苦，所以，我们还是分手吧。”

听了他的分手理由，她感动万分。原来，他最近之所以对她不好，并非不爱她，而是不忍让她跟着他受苦！其实，她何曾嫌弃过他的贫？只要能够和他在一起，哪怕是吃糠咽菜，哪怕是露宿街头，她都心甘情愿！想到这里，她满含深情地对他说：“有你爱我就足够！只要能和你在一起，再苦再难我都心甘情愿！”

她以为，自己的深情表白能够挽回他的爱，没想到他依然摇头，并又给出一个分手理由：“我没房没车没存款，你的父母也一直反对我们在一起，我不想让你在中间为难，看到你委屈，我会很难过。”她急急解释道：“你放心，我会做通我父母的思想工作，只要你对我好，他们一定会答应我们在一起的。”说完，她满怀期待地望着他。

她天真地以为，只要她扫平了他们爱情路上的一切障碍，他们的爱情便能美好如初。没想到他依然铁了心地要分手：“我是一个有梦想的人，我一定要在音乐的道路上出人头地。可自从我们在一起，我的压力很大，感觉不但失去了自我，前途也变得很渺茫，所以为了我的梦想，也为了你以后的幸福，我们还是好聚好散吧。”说这番话时，他始终看着远方，连瞧都不瞧她一眼。

他的话令她愕然，他的表情更令她心痛。她没有想到，自己全心全意的爱，反倒成了他的负累，而他那一脸决绝的表

情，也终于让她明白了，原来，他找的N个分手理由，其实都是借口，而真正的分手理由，只是不爱了！

看着执意要走的他，她再也没有挽留，因为她知道，当爱已成往事，再多的挽留也是枉然，无非是赔了深情，丢了尊严，与其如此受辱，不如优雅地转身离开。



爱的箴言

如果对方深爱着你，没有任何借口能成为他放弃的理由，如果对方已不爱，任何理由都能成为对方离开的借口。所以说，没有任何障碍可以阻挡得了追逐爱情的脚步，除非，爱已不在！



学会爱之前， 先学会爱自己

3年前，22岁的她同许多追梦人一样，做了激情澎湃的北漂族。

到北京不久，她便凭自己的实力，在一家广告公司站住了脚。在那里，她认识了他，一个刚刚结束了8年恋情的北方男人。当时的他情绪极为低落，也正是他眉目间所流露出的那份忧郁，深深地吸引了她。于是，她总是有意无意地接近他，取悦他。她的热情和怜惜对于一个刚失恋的男人来说，无疑是一副很好的疗伤药。随后，他们自然而然成了一对恋人。

虽然有10岁的年龄差距，但他们却爱得真挚而甜蜜。他总是对她说，如果没有她的出现，他都不知自己应该怎样度过那段难挨的时光，所以在他心里，她就是上天赐给他的爱情天使，他会一辈子守护着她，直到终老。听着他情意绵绵的爱情许诺，她笑而不语，心里却像喝了蜜一样甜。

那段时间，她每天幸福得跟朵花儿似的，走在大马路上都能不由自主地笑出声来，那种感觉好美、好甜。

可这样的幸福并没有持续多久。半年后的一天，他突然提出了分手，理由是前女友回来找他，而他，自然还没有割舍下那段8年的恋情。那一刻，她体会到了什么叫痛彻心扉，看着满脸内疚却语气坚定的他，她知道他们的爱情已经走到了尽头。可她还是不甘心，想用甜蜜的曾经挽回他，而他最终还是给了她一个决绝的背影。看着他的身影渐行渐远，她无力地瘫坐在地上，那一瞬间，她感觉自己就像一个爱情乞丐。

他走了，带走了所有的幸福和快乐，也带走了她的阳光与自信。她每天做得最多的一件事，就是在回忆里重温他们曾经的点点滴滴。记得有一次她开玩笑地问他：“假如给你一个美女和才女，你会做如何选择？”他不假思索地回答：“当然是美女啊，自古英雄爱美人嘛。”每当想到他的这句话，她都有种想哭的感觉，或许这也是他如此决绝的原因吧，如若自己拥有傲人的姿色，他还会离开得如此彻底吗？因此，她总是潜意识地把他离开归咎于自己没有他前女友漂亮。也正因为如此，自从他走后，她每天都在极度颓废和自卑中度过。

一次偶然，她邂逅了一位多年不见的老同学。闲聊之中，她跟同学讲起了自己与他的故事，述说中除了对他的离去耿耿于怀，更多的是处处表露出对自己的不满，比如，自己不够漂亮，不够出色，所以才没有留住他的资本。

朋友静静地听完，没做任何评论，只是用平和的语气给她讲起了自己与妻子的故事。在朋友的叙述里，句句都流露着真情，点滴都洋溢着幸福。她听完，用很羡慕的语气问朋友：



“你老婆一定是个大美女吧？”朋友微微一笑：“不，论容貌，或许她连小美女都算不上。”“那她一定很出色。”她无比笃定地说。朋友依然摇头：“她只是一个寻常小女子，但在我心里，她却是无人能及。”见她满脸疑惑，朋友笑道：“你一定很奇怪吧，知道为什么吗？那是因为爱！当一个人真心爱你，你在对方心里的位置便无人能及。所以说，他的离开并不是因为你不够好，而是因为不够爱。为一个并不爱你的人如此作践自己，你觉得值得吗？一个渴望爱的人，首先应该爱自己，如果连你自己都不爱自己，凭什么要别人来爱你？”

朋友的话让她如梦方醒。原来他的离开，不是因为她不好，而是因为不够爱！或许自始至终，她只是充当了他爱情的备胎。于是，她终于明白，她不应该再为一份失去的缘分自暴自弃，而是应重拾原本阳光而自信的自己，以最美的姿态，去迎接生命中的真爱。



爱的箴言

真正的爱都是从首先学会爱自己开始的，当你真正爱自己的时候，才不会自我迷失，才不会被逝去的爱裹挟，才能真正接纳也许不够完美但是却与众不同的自己。



爱情需要呵护，不应用来考验

在单亲家庭中长大的她从小就缺乏安全感，特别是当第一段感情因对方的背叛而结束后，她内心的不安感更是多了起来，同时，也对爱情产生了质疑。

一年后，她迎来了第二段爱情。那是个各方面都很出色的大男孩儿，对她更是百依百顺、疼爱有加。按理说，有这样一位把自己视如珍宝的男友，她应该感到幸福才对，但事实非然，他对她越好，她的心里就越担忧，总害怕现男友终有一天也会离开自己。于是，她决定考验他一下，看他是否真的爱自己。

那天他去找她。她很认真地问他：“你到底爱不爱我？”他被问得莫名其妙，随后很坚定地回答：“我当然爱你了，否则，怎么会跟你在一起？”没想到她顺手指向窗户：“如果你真的爱我，就从这里跳下去，否则，就说明你并不爱我。”闻听此言，他有些愕然，随后明白了她的用意，他知道她在爱情里受过伤，为了证明自己的爱，更为了能让她安心，他便义无

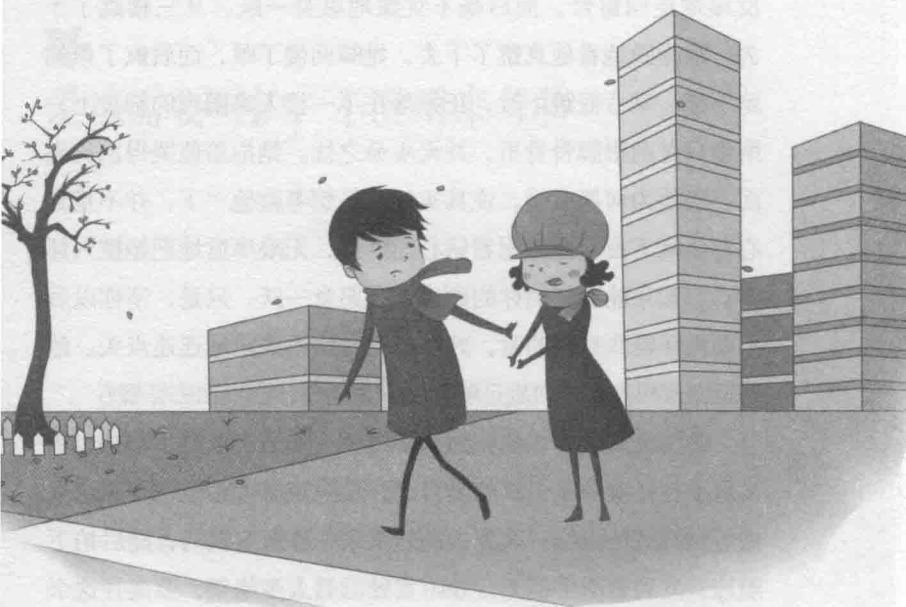


反顾地走向窗台，而后毫不犹豫地纵身一跃，从三楼跳了下去。眼睁睁地看他真跳了下去，她瞬间傻了眼，而后疯了似的跑下楼。幸亏他跳下时，正好落在了一楼人家阳台的棉被上，所幸只是两根脚骨骨折，并无生命之忧。她抱着他哭得泪流满面，怨他为何那么傻，说其实她只是想考验他一下，并不是真心要他跳下去。他强忍着钻心的疼痛，无限疼惜地把她揽入怀中：“如果能够打消你的顾虑，我愿意一跃。只是，请你以后不要再怀疑我对你的爱，好吗？”她泣不成声地连连点头。他甚至愿意用生命去向她证明爱情，她还有什么理由去怀疑？

跳楼风波以后，他们的确幸福了一阵子。可过了不久，她又忍不住怀疑他是否真的爱自己，便决定再考验他一下。这次她想到的方法更绝：她先去药店买来一整瓶安眠药，随后拍下照片，发到他的手机上，并附言她已对人生绝望，要离开这个世界。做完这一切，她便关了手机，睡起了大觉。正在开会的他看到她发来的微信，吓得要死，赶紧拨打了110和120，而后以最快的速度赶回家中。可想而知，这次她让他颜面尽失。当他用自带的钥匙打开门，看到她安然无恙地躺在床上睡觉时，气得愤然离去。而他的离去不但没让她自我反省，反而使她更加怀疑他对自己的爱。

“自杀”事件后，虽然在她的软磨硬泡下，他们再一次和好，可随后她像着了魔一般，再也停不下考验他的脚步，又想出种种方法试探他。最终，忍无可忍的他提出了分手。

直到此时她才意识到，自己的种种考验已经深深地伤害了



他，也击碎了他们之间的爱情。此时此刻，关于他的好，就像过电影儿似的在她脑海里一幕幕闪现，她知道是自己的一再怀疑、一再考验，终于让他在这段爱情里死了心，也终于明白自己的所作所为是多么不应该。于是，她再一次放下身段，诚恳地向他道歉，希望他能够原谅自己，并挽留他们的爱情，希望他不要放手。而面对她的一再道歉和挽留，他心里却再也生不起爱怜和疼惜，他告诉她，如今，这份爱情他再也消受不起，原本他是想用自己的真心帮她走出曾经的阴影，所以无论她怎样无理取闹，他都选择忍受和包容，可他没想到，自己一次次