

凤凰卫视“锵锵三人行”最具魅力
的嘉宾主持人

郑沛芳 / 著

沛芳配方、感受沛芳；爱情顾问、美丽沛芳。

e时代青春

Data Younger

——都会女子真情告白

爱，就像黑夜里派来的一颗星星，
可以飞翔，可以承载，
也许我是一个路标，
因有太阳或有风雨的天空看不到星星，
在飘雪的深夜里，在崎岖的森林里，
为迷途的人伫立着，
上面标示，通往爱情。

中国友谊出版公司

www.phoenixtv.com 凤凰网站由郑沛芳主持的“爱情配方”现已开通，欢迎登录。

1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 2680, 26

1. **Introduction**
 2. **Background**
 3. **Methodology**
 4. **Results**
 5. **Conclusion**
 6. **References**
 7. **Appendix**
 8. **Index**
 9. **Table of Contents**
 10. **Figure 1**
 11. **Figure 2**
 12. **Figure 3**
 13. **Figure 4**
 14. **Figure 5**
 15. **Figure 6**
 16. **Figure 7**
 17. **Figure 8**
 18. **Figure 9**
 19. **Figure 10**
 20. **Figure 11**
 21. **Figure 12**
 22. **Figure 13**
 23. **Figure 14**
 24. **Figure 15**
 25. **Figure 16**
 26. **Figure 17**
 27. **Figure 18**
 28. **Figure 19**
 29. **Figure 20**
 30. **Figure 21**
 31. **Figure 22**
 32. **Figure 23**
 33. **Figure 24**
 34. **Figure 25**
 35. **Figure 26**
 36. **Figure 27**
 37. **Figure 28**
 38. **Figure 29**
 39. **Figure 30**
 40. **Figure 31**
 41. **Figure 32**
 42. **Figure 33**
 43. **Figure 34**
 44. **Figure 35**
 45. **Figure 36**
 46. **Figure 37**
 47. **Figure 38**
 48. **Figure 39**
 49. **Figure 40**
 50. **Figure 41**
 51. **Figure 42**
 52. **Figure 43**
 53. **Figure 44**
 54. **Figure 45**
 55. **Figure 46**
 56. **Figure 47**
 57. **Figure 48**
 58. **Figure 49**
 59. **Figure 50**
 60. **Figure 51**
 61. **Figure 52**
 62. **Figure 53**
 63. **Figure 54**
 64. **Figure 55**
 65. **Figure 56**
 66. **Figure 57**
 67. **Figure 58**
 68. **Figure 59**
 69. **Figure 60**
 70. **Figure 61**
 71. **Figure 62**
 72. **Figure 63**
 73. **Figure 64**
 74. **Figure 65**
 75. **Figure 66**
 76. **Figure 67**
 77. **Figure 68**
 78. **Figure 69**
 79. **Figure 70**
 80. **Figure 71**
 81. **Figure 72**
 82. **Figure 73**
 83. **Figure 74**
 84. **Figure 75**
 85. **Figure 76**
 86. **Figure 77**
 87. **Figure 78**
 88. **Figure 79**
 89. **Figure 80**
 90. **Figure 81**
 91. **Figure 82**
 92. **Figure 83**
 93. **Figure 84**
 94. **Figure 85**
 95. **Figure 86**
 96. **Figure 87**
 97. **Figure 88**
 98. **Figure 89**
 99. **Figure 90**
 100. **Figure 91**
 101. **Figure 92**
 102. **Figure 93**
 103. **Figure 94**
 104. **Figure 95**
 105. **Figure 96**
 106. **Figure 97**
 107. **Figure 98**
 108. **Figure 99**
 109. **Figure 100**
 110. **Figure 101**
 111. **Figure 102**
 112. **Figure 103**
 113. **Figure 104**
 114. **Figure 105**
 115. **Figure 106**
 116. **Figure 107**
 117. **Figure 108**
 118. **Figure 109**
 119. **Figure 110**
 120. **Figure 111**
 121. **Figure 112**
 122. **Figure 113**
 123. **Figure 114**
 124. **Figure 115**
 125. **Figure 116**
 126. **Figure 117**
 127. **Figure 118**
 128. **Figure 119**
 129. **Figure 120**
 130. **Figure 121**
 131. **Figure 122**
 132. **Figure 123**
 133. **Figure 124**
 134. **Figure 125**
 135. **Figure 126**
 136. **Figure 127**
 137. **Figure 128**
 138. **Figure 129**
 139. **Figure 130**
 140. **Figure 131**
 141. **Figure 132**
 142. **Figure 133**
 143. **Figure 134**
 144. **Figure 135**
 145. **Figure 136**
 146. **Figure 137**
 147. **Figure 138**
 148. **Figure 139**
 149. **Figure 140**
 150. **Figure 141**
 151. **Figure 142**
 152. **Figure 143**
 153. **Figure 144**
 154. **Figure 145**
 155. **Figure 146**
 156. **Figure 147**
 157. **Figure 148**
 158. **Figure 149**
 159. **Figure 150**
 160. **Figure 151**
 161. **Figure 152**
 162. **Figure 153**
 163. **Figure 154**
 164. **Figure 155**
 165. **Figure 156**
 166. **Figure 157**
 167. **Figure 158**
 168. **Figure 159**
 169. **Figure 160**
 170. **Figure 161**
 171. **Figure 162**
 172. **Figure 163**
 173. **Figure 164**
 174. **Figure 165**
 175. **Figure 166**
 176. **Figure 167**
 177. **Figure 168**
 178. **Figure 169**
 179. **Figure 170**
 180. **Figure 171**
 181. **Figure 172**
 182. **Figure 173**
 183. **Figure 174**
 184. **Figure 175**
 185. **Figure 176**
 186. **Figure 177**
 187. **Figure 178**
 188. **Figure 179**
 189. **Figure 180**
 190. **Figure 181**
 191. **Figure 182**
 192. **Figure 183**
 193. **Figure 184**
 194. **Figure 185**
 195. **Figure 186**
 196. **Figure 187**
 197. **Figure 188**
 198. **Figure 189**
 199. **Figure 190**
 200. **Figure 191**
 201. **Figure 192**
 202. **Figure 193**
 203. **Figure 194**
 204. **Figure 195**
 205. **Figure 196**
 206. **Figure 197**
 207. **Figure 198**
 208. **Figure 199**
 209. **Figure 200**
 210. **Figure 201**
 211. **Figure 202**
 212. **Figure 203**
 213. **Figure 204**
 214. **Figure 205**
 215. **Figure 206**
 216. **Figure 207**
 217. **Figure 208**

[illegible]



【关于作者】

郑沛芳

最具母性爱的“巨蟹座”、执著任性的“O”型脾气，从事过的行业五花八门，曾任职：成衣设计师、金融分析主管、电视编剧、杂志专栏作家、电视广告模特儿、模特儿经纪、卫星电视主持等。

现在又从当朋友们的爱情顾问，再摇身一变成为将陆续面市的《e时代青春》一书的作者。

谈个快乐的恋爱

当爱情不在的时候有气度成全他、祝福他，且看这本由失恋经验编撰的《e时代青春》，希望大家就不用再受到类似的伤害。那么如何“谈个快乐的恋爱”？

1. 能够衡量己力——对方需求揣测模拟
2. 具有判断能力——符合条件适合自己
3. 彼此尽心尽力——为对方着想不犹疑
4. 具有控制能力——情绪稳定礼貌客气
5. 恰当表达能力——付出感情没有压力

在此祝愿大家都拥有足够的爱情智慧，在未来的
人生岁月中，无论是涨跌、起伏都足以应付。





惟一的一次和窦文涛出差，见识了北京的一场雪，特别值得留念。
(98 年底第一次至北京摄于一家餐厅)



浪迹天涯是为了理想，而追求知识还是为了逃避爱情？

(和纽约念书的女友合影)



当时的我就感到有一天我也会如同她身兼二职，如今终于梦想成真。
(洛杉矶的电视主播兼作家合影)





e时代青春

——都会女子真情告白

郑沛芳◎著

爱，就像黑夜里派来的一颗星星，
可以飞翔，可以承载，
也许我是一个路标，
因有太阳或有风雨的天空看不到星星，
在飘雪的深夜里，
在崎岖的森林里，
为迷途的人伫立着，
上面标示，通往爱情。

I 247.5
2962



郑沛芳 2002



中国友谊出版公司

图书在版编目(CIP)数据

e时代青春/郑沛芳著. —北京:中国友谊出版公司,2000
ISBN 7-5057-1657-3

I . e… II . 郑… III . 自传体小说—中国—当代
IV . I247.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 69181 号

书名	e 时代青春
作者	郑沛芳
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店
印刷	北京海淀求实印刷厂
规格	850×1168 毫米 32 开本 12 印张 210 千字
版次	2000 年 9 月第 1 版
印次	2000 年 9 月北京第 1 次印刷
印数	1—30000 册
书号	ISBN 7-5057-1657-3/I·435
定价	25.00 元
地址	北京市朝阳区西坝河南里 17 号楼
邮编	100028 电话(010)64668676

合同登记号:图字 01—2000—2601

自序——谈个快乐的恋爱

大部分能扣人心弦的歌都是失恋歌，而能打动读者的故事也多是悲剧性的题材。老实说，这本书是在我最寂寞、痛苦的时候陆续写下来的。有些是真实感觉的记录，有些则是由别人的经历，经过想像捕捉来的情景。

然而无论这些故事出自何处，我都好像是带领读者开始一个新的恋情，经过一番酸甜苦辣的交往之后，再引导各位由逝去的爱情中走出来。如果已经发生在你的身上，便借此安抚并发泄情绪；如果幸运尚未发生，也可作个参考。

因为工作上需要经验，处理突发事件也需要经验，那么“谈个快乐的恋爱”就更加需要经验，所以我才会着手写这种类型的小说。打从情窦初开的少女时期，没有人告诉我们成长要付出代价，也没有人告诉我们谈恋爱会流泪心碎。

爱情本身没有对错，但是为什么很多恋情都是如此支离破碎？充满许多无奈与痛苦呢？在每个现实生活里的男女



主人翁，背景、思想、教育、环境都不相同，以我过去充当爱情顾问的经验，深刻体会到如何让自己增加爱情智慧，那么即使是失恋，也不同于以往。

因为不光是只会抱怨和妒恨，最重要的是，我们曾经快乐过，那么就不虚此段两情相悦的时光，不是吗？但是我们却常常忘了。

我不讳言曾经遭受的失败与挫折，我想这也是受到台前幕后的朋友喜欢的原因之一，因为看到我不但像照镜子，更有前车之鉴警惕的作用；其实这正是我不吝惜自暴己短的原因，所以我不宣称自己是成功人士，成长的路我是跌跌撞撞走过来的。

人生到了这个地步，虽不得不承认冥冥之中是有很多的定数，但是做个平凡人、拥有平常心、秉持平淡欲，又有多少人能真的悟透与做到兼而享受，并且理解失比得有幸、输比赢有福？强求的人、事、物，往往伴随无法预知的更大痛苦。

当爱情不再的时候有气度成全他、祝福他，且看这本由失恋经验编撰的《e时代青春》，希望大家就不用再受到类似的伤害。那么如何“谈个快乐的恋爱”？

1. 能够衡量己力——对方需求揣测模拟
2. 具有判断能力——符合条件适合自己
3. 彼此尽心尽力——为对方着想不犹豫
4. 具有控制能力——情绪稳定礼貌客气
5. 恰当表达能力——付出感情没有压力

在此祝愿大家都拥有足够的爱情智慧，在未来的
人生岁月中，无论是涨跌、起伏都足以应付。

郑沛芳于香港

第一卷 意乱情迷

自序——谈个快乐的恋爱	3
意乱情迷	11
甘心	27
绝望的笑容	41
爱太难	57
缘尽	69
一个人睡	81
再会了	91
他的女人	101
爱不完	111
可不可以	121
挂念	133

除非……是你	145
再吻我吧	153
假装	167
暗里着迷	185

第二卷 真情难收

你是我的女人	209
真永远	241
忘情水	261
真情难收	279
天意	295
去年烟花特别多	329
如果天有情	347
后序——重整被伤害的心灵	379

卷一

意乱情迷

