



NUHAI DE AIQING MIGONG

在这所爱情迷宫里，我找不到出路。
在爱情的迷宫里游走，出口在哪里，身在其中的人，一定很迷惑。

女孩的^的爱情^{迷宫}

在 爱 情 的 迷 宫 里 游 走

每一个女孩，都需要一个爱神指引，让其摆脱盲目的追求，为其解答关于爱情的种种问题，为其出谋划策去赢得真正的幸福。

苗 雨 / 编著



I Love U

A large, stylized graphic of the words "I Love U" in a bold, sans-serif font. The word "Love" is replaced by a large heart symbol. Two butterflies are perched on the heart. Numerous small hearts are scattered around the main text, creating a romantic and whimsical atmosphere.

NUHAI DE AIQING MIGONG

女孩的爱情迷宫

The title "NUHAI DE AIQING MIGONG" is written in a clean, sans-serif font. Below it, the Chinese title "女孩的爱情迷宫" is rendered in a large, elegant, and highly stylized font. The characters are interconnected with flowing lines, giving it a sense of movement and complexity, which fits the theme of a "maze".

苗 雨 / 编著

图书在版编目(CIP)数据

女孩的爱情迷宫 / 苗雨编著. —北京: 中国画报出版社,
2009.10

ISBN 978-7-80220-599-4

I. 女… II. 苗… III. 长篇小说—中国—当代 IV.
I247.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第176718号

女孩的爱情迷宫

出版人: 田 辉

编 著 者: 苗 雨

责任编辑: 齐丽华

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编100048)

电 话: 010-88417359 (总编室兼传真) 68469781 (发行部)
010-88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: cpph1985@126.com

印 刷: 环球印刷(北京)有限公司

监 印: 敖 晔

经 销: 新华书店

开 本: 16开 (710mm×1000mm)

印 张: 15.5

版 次: 2010年1月第1版第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80220-599-4

定 价: 25.00

前言

罗素说，支撑他人生的三大激情一是对爱情的渴望，二是对知识的追求，三是对人类苦难痛彻肺腑的怜悯。然而，正是有着对爱情的渴望，才免不了许许多多的情感困惑。

在爱情的迷宫里游走，出口在哪里，身在其中的人，一定很迷惑。有的女孩会有这种感受，“喜欢一个人，是不会有痛苦的。爱一个人，也许有绵长的痛苦，但他给我的快乐，也是世上最大的快乐。”爱情是一个永恒的话题。虽经沧海桑田、岁月变迁，但只要人类存在，爱情就不会终止，关于爱情的故事也不会中断。

什么是爱情？简单地说，爱情就是男女相爱的感情。古今中外的哲人、文豪、智者都为此大唱赞歌。莎士比亚说过，爱是亘古长明的灯塔。薄迦丘说，爱是人生中一种积极的因素，是幸福的源泉。雨果说过，人生是花，而爱情是花的蜜。爱情应是纯洁的、无邪的、神圣的，否则就配不上大文学家们的赞颂。

陷入爱情海洋中的男女，真是卿卿我我、难舍难离。有人无心去管工作和学习；有人茶饭不思、夜不能寐；有人失恋后竟失去了生存下去的勇气。这一切都是把爱情当作人生惟一追求的结果。

每个女孩都曾经历过这样的阶段，所谓的“似乎还差那么一点儿”的阶段，当你鼓足勇气想选择对方作为终身伴侣时，内心深处总会有一个小小的声音提醒你，让你找不到可以做出抉择的可靠的答案。

诚然，一个人生活在世间，没有爱情，一般不会特别快乐。但把爱情当成人世第一位的事情，那也不会快乐。因为，爱情还需要一些其他生存条件去支撑。一个人的生命是丰富多彩的，爱情是其中一项重要的内容，如果当成唯一的内容，你的生存定会出现问题。

爱情能使恋人们开出芬芳的事业成就之花；而处理不当耽误了更重要的事业的人，也比皆是。爱情使人们的生存更有意义和有价值，但是，如果没有事业的支撑，爱情之花也会逐渐枯萎，与此同时，也许其他机会也失去了。

在爱情的迷宫里，每一个拐弯，都是你的爱里有我的爱，或是我的爱里有你的爱。处处都是我们的爱！你是不是躲也躲不掉，逃也逃不开？

在迷宫里，我们也许会遇见谁，我们以为有个伴就能一起走出迷宫，如果有一天，另外一个伴消失了，我们一个人，还能继续好好走完迷宫，找到出口吗？

参考这些爱情宝典吧，它几乎囊括了爱情和男人和女孩之间错综复杂关系的每个方面，帮助你轻松逃离爱情迷宫。



指南1：贪慕虚荣是爱情的大敌

虚荣让你的自尊心扭曲了	1
警惕你的虚荣心	3

指南2：别拿寂寞当借口

有时间寂寞吗	5
了解空虚，治疗空虚	8

指南3：爱情，在宽容之树上开花

宽容的爱才能长久	10
人非圣贤，孰能无过	12
女孩，你的忍让可以赢得尊敬	15

星座爱情指南：水瓶座女孩(1.21—2.19)

指南4：爱情的基础是信任

猜疑是爱情的大敌	22
你被猜疑压得喘不过气来了吗	25
嫉妒也需要尊严	28

指南5：挖掘你的致命吸引力

做一个魅力女孩	31
装修自己，拒绝邋遢	34

指南6：做迎风独立的蔷薇

女孩不能过度依赖男人	37
保持自我独立的积极心态	38
爱情和事业的博弈	40

星座爱情指南：双鱼座女孩(2.20—3.20)

 指南7: 给你的爱情加点料

- 美丽源于你的底蕴 46
可爱女孩要学会的东西 48

 指南8: 是不是坏女孩才有人爱

- 不妨做个可爱的“小狐仙” 51
女孩“风骚”也可爱 53

 指南9: 撒娇是女孩天生的武器

- 撒娇本是女孩的天性 55
做个会撒娇的女孩 57

星座爱情指南: 白羊座女孩(3.21-4.20)

 指南10: 气质出众难自弃

- 自信的女孩最美丽 64
做个气质女孩 68

 指南11: 聪明女孩糊涂经

- 聪明的女孩会“装傻” 70
帮恋人保留隐私 72

 指南12: 损他, 不如激他

- 怎样使男人开口说话 75
给他目标, 给他动力 78

星座爱情指南: 金牛座女孩(4.21-5.21)

指南13: 你是他的梦中情人吗

梦中的爱情甜蜜蜜	84
爱情和友情的转化	86
这样的人, 我喜欢	88

指南14: 做浪漫满屋的女主角

浪漫是女孩的致命伤	92
让爱的魔力永存	94

指南15: 用暧昧来吊他的胃口

当暧昧在靠近	97
在擒与纵之间进行爱情演习	98

星座爱情指南: 双子座女孩(5.22-6.21)

指南16: 对初恋说珍重

此情可待成追忆	104
初恋为何失败多	106

指南17: 相亲进行时

今天你相亲了吗	110
相亲约会的禁忌	113

指南18: 将约会进行到底

第一次约会的心理准备	116
约会要把握有度	118

星座爱情指南: 巨蟹座女孩(6.22-7.23)

 指南19: 一眼看透男人

- 男人喜欢在女孩面前耍威风 124
在女孩面前爱炫耀 126
让男人无法摆脱的无聊 127

 指南20: 以柔克刚, 温柔取胜

- 以柔克刚, 水滴石穿 130
刚柔并济, 魅力无穷 131

 指南21: 散发淡淡女人味

- 女人味, 女人缘 133
温情微笑的女孩更迷人 135

星座爱情指南: 狮子座女孩(7.24-8.23)

 指南22: 解析女孩的爱情病

- 过分嫉妒 142
往事, 不如忘掉 144

 指南23: 在爱情中扮演多重身份

- 做他心烦意乱时的酒友 148
红粉知己是最艳的玫瑰 149

 指南24: 军功章上有你的一半

- 做男人事业的坚强后盾 152
聪明的女孩是男人的好谋士 153

星座爱情指南: 处女座女孩(8.24-9.23)

指南25: 你的爱是否过了火

放养的男人才有味	160
爱得过分会成为负担	161
距离产生美	163

指南26: 放飞要挣脱的风筝

牢牢抓住他的小秘密	165
自由是一种境界	167

指南27: 当旧爱回头时

旧爱还是最美	169
放弃他会回头的幻想	171

星座爱情指南: 天秤座女孩(9.24-10.23)

指南28: 吵吵闹闹小冤家

斗嘴你上瘾了吗	178
给责备的话包上糖衣	181

指南29: 唠叨是黄脸婆的典型标识

别做唠叨的话匣子	185
吵架也是一门学问	187

指南30: 收起你的小性子

野蛮女友不刁蛮	191
情感危机中要冷静	193

星座爱情指南: 天蝎座女孩(10.24-11.22)

指南31：广泛撒网，重点捕捞

- 不同类型的男人的结交方法 198
没有不投资的爱情 201

指南32：把自己培养成收钱的匣儿

- 在男人的收入范围内生活 204

指南33：凤求凤的技巧

- 求爱是探险 206
女追男，要靠勇气和智慧 208
倒追男人出绝招 210

星座爱情指南：射手座女孩(11.23-12.21)指南34：坦然面对第三者

- 两树筑巢的鸟得不到快乐 216
怎样防止第三者插足 217

指南35：第三者：泪水多，欢笑少

- 女孩，放过有家的他 220
浪子究竟能否回头 223

指南36：结婚倒计时

- 签好婚姻契约书 226
结婚前请睁大眼睛 228
最后的忠告 230

星座爱情指南：摩羯座女孩(12.22-1.20)

指南1： 贪慕虚荣是爱情的大敌

(虚荣让你的自尊心扭曲了)

爱情迷宫

有些女孩的虚荣心总是十足的，她不甘寂寞，喜欢在别人面前摆谱，故作高雅，以显示自己的不同凡响。其实，她们身上的一切表现都带有浓重的装饰风格和意味。有些女孩永远需要“虚”的东西，一个男人想要讨这样一个浅薄的女儿的欢心，有时候只要一样极便宜的小玩意或者小摆设之类的，就会充分满足她那份虚荣心。

虚荣在很大程度上就等于包装。为了虚荣就得拼命地包装，这样才不会叫别人小瞧了。虚荣心男女都有，但总的说来，女孩的虚荣心比男性强。因此，虚荣心带给女孩的痛苦比男性大。

爱情指路牌

许多男人就有这方面的天赋：讨好女孩。有的女孩往往就吃他这一套。而老实的男人就很委屈了，女孩心里想要什么，但她并不表现出来，那就是对男人的考验了，她会因为一件小事对男人抱怨，老实的男人就很困惑，因为他根本体会不到。于是，男人为了满足女孩的虚荣心，就拼命去赚钱。可她的虚荣心是无止境的。这个倒霉的男人就得一直地忙碌奔波了。

一位刚走入社会的女孩，家境贫寒。为了追求时髦，不惜借钱购买高档衣服，还借钱买了项链、戒指来炫耀自己。周围人对她说，你真有钱，她说是她爸爸、妈妈帮她买的。有一天门口堵满了要债的人，周围的人才明白过来是怎么回事儿。从此，大家都躲着她走。

实际上虚荣心很强的人，为了追求面子，打肿脸充胖子，内心是很空虚的。表面的虚荣与内心深处的心虚总是在斗争着。因此有虚荣心的人，至少受到来自两方面的心灵折磨，一是没有达到目的之前，为自己不尽如人意的现状所折磨；二是达到目的之后，又被唯恐真相露馅而恐惧所折磨。因此她们的心灵总是痛苦的，是没有幸福可言的。

聪明的女孩，绝对有智慧超越这种无聊的虚荣心竞赛游戏，也深知照顾好一家人才是自己幸福的根本。否则，即使穿名牌住豪宅养名狗，身边没有亲人，也是一场空。

我们老祖先自古就有明训，要人各安天命，意思就是说，要我们明白自己身份，过着与自己身份相称的生活，不要太执著于虚名和物质。尤其是女孩，更要懂得“虚名是假，家人才是真的”的道理，如此才算是豁达有智慧的女孩，才能拥有幸福快乐的人生。

很多女孩是身在福中不知福，永远没有把事情看透，永远都想和别人比较。然而，越比较就越会产生心理不平衡。

陈芳毕业后就嫁给了一个小商人。她的丈夫业务不错，在同业中没人能像他那么会赚钱，但陈芳却是牢骚不断。每次同学聚会，大家寒暄完后她就开始抱怨：“唉！我老公是因为没有学历，只会赚钱。”

事实上，会说话的女孩应该对自己的另一半有信心，把话反过来说：“虽然我的他学历不高，但赚钱的功力却是一流的。”然而，陈芳似乎永远不能满足。如果追究原因，应该是她亲戚里有几个硕士毕业的，又在一流大公司任职，所以她总觉得自己脸上无光，还强迫自己的两个儿子无论如何一定要读到硕士以上。目前，她的长子连续两年没考上大学，第三年好不容易才考进一所二流的大学，而老二现在仍在补习准备卷土重来。

事实上，学历是比不上经历的。只要一踏入残酷现实的社会，谁都知道学历只不过是一张唬人的纸，然而，虚荣而无知的女孩却难以了解。

（警惕你的虚荣心）

爱情迷宫

先来看看你是否有以下表现：

追求时髦，喜欢跟别人攀比；担心别人说自己没人要，以恋爱次数多为荣耀。择偶的条件是：相貌堂堂、门当户对、高地位、高职位。操办婚事讲究排场、摆阔，就算负债累累也不在乎。

喜欢别人称赞你的容貌，下很多功夫在“美”字上，以赢得男性的注意、倾慕和追求；喜欢别人夸奖自己的地位，钦慕自己的阔气，津津乐道于自己的社会地位、财富、父母的高官厚爵以及名气大的亲戚和朋友。

工作中爱出风头，在集体活动中，宁可不参与也不愿做配角，如果获得成绩就贪为己有；不埋头苦干，不注重日积月累，只追求一鸣惊人的效果，但事实上能力并不是那么突出；工作并不出色，却渴望得到名不副实的盛誉，哗众取宠，热衷于得到赞扬；以追求名声作为择业的标准，却不考虑自己的能力；当别人取得成绩或在某方面优于自己时，心里不愉快或不甘心……

爱情指路牌

英国文学家培根这样说过：“虚荣心是导致一切罪行发生的因素，而且罪行本身只是虚荣心的表达方式之一。”莫泊桑则通过作品向我们提出警告——《项链》中那个因为虚荣而葬送自己大半辈子幸福的玛蒂尔德是最形象的实例。上面说过，虚荣是一种扭曲的自尊心，是不良的性格。为什么女孩容易产生虚荣心呢？原因有以下两个：

- 女孩的自尊心太强，渴望获得荣誉的心情非常迫切，尤其在意自己在别人心目中的印象，自然也很关心他人的评价。
- 女孩的内心深处潜藏有某种自卑情结。女孩大多对自己的才华和能力缺

乏信心，隐隐地感到自己并不是靠真才实学取得成绩和荣誉的，然而又特别希望满足自己的自尊心，所以常常自欺欺人，以很多外在的、虚的东西来掩饰。

可以这样说，从小到大，人的虚荣心与生俱来。因为每个人都不喜欢自己在任何方面比别人落后，在道德与法律之内的一定限度的虚荣心是可以理解的，可是过分追求，后果就比较严重，小则道德沦丧，大则走向罪恶的深渊。这样强烈的虚荣心，让大家在人生道路上留下太多遗憾和叹息。直到老，你还可能为自己的虚荣心而苦恼。我们所处的时代和社会提供给我们太多的东西，我们得慎重地选择，并且，我们的心灵一定要经受得起考验。个人是社会的一部分，不但承担着实现个人价值的任务，还肩负着不可推卸的社会责任。一个人要明确自己的人生目标和理想，积极地融入社会生活，为自己寻求最好的突破口，做到既不愧对自己，又有利于社会。

的确，人有太强的虚荣心总不是件好事。有人把爱慕虚荣说成是人生第一大悲剧，可见它对人们的危害有多大，它首先就腐蚀了一个人的心灵。为什么我们不去追求实实在在的东西，为什么我们不把握住实实在在的幸福和快乐，而要去追寻那种虚无的东西呢？

劳动创造了这个世界上的一切物质和精神财富。“天上不会掉馅饼”、“没有免费的午餐”等道理是众人皆知的，所以，我们心中不要幻想着不经过努力就唾手可得的财富和荣誉。所有虚浮的荣耀是没有生存基础的，因为它们违背了人类社会的基本准则，它们是逃不掉最终走向死亡的命运的。不仅如此，我们自己也会受到严厉的惩罚，千万不可忘了“图虚名，得实祸”的训诫。只有靠自己的真才实学所获得的荣誉才是牢固的。

指南2: 别拿寂寞当借口

（有时间寂寞吗）

爱情迷宫

你是不是常常会有这种感觉？寂寞挥之不去，叫之也不会来，却在你思想毫无准备的时候悄然而至，侵袭着你的心灵，躲之不及，无法回避，来了，就丝丝缕缕占据着你的心灵，你必须用尽全力去应对。

有时候你虽然独处一室，仍内心充实并不感到孤独；有时候你长期居于热闹的群体中，却因内心空虚，而备感寂寞。寂寞就是这样一种无形的东西。孤独寂寞是一种主观感觉而非一种客观状态。你想跳出寂寞的包围吗？

爱情指路牌

社会心理学家认为孤独寂寞有以下三个特点：

- 它是由社会关系的缺陷造成的；
- 它是不愉快的、苦恼的；
- 它是一种主观感觉而不是一种客观状态。

社会心理学家还指出，孤独寂寞一般有两种类型：

- 其一是情绪性隔绝，指寂寞的人不愿与周围的人来往；
- 其二是社会性隔绝，指寂寞者不具有朋友或亲属的关系网。

寂寞产生的原因多而复杂，比如新环境的不适应，事业上的挫折，缺乏与异性的交往，失去父母的挚爱，恋人感情不和，周围没有朋友等。此外，寂寞的产生，也与人的性格有关。比如有的人情绪易变，常常大起大落，容易得罪别人，从而使

自己陷入一种寂寞的状态；还有的人善于算计，凡事总爱斤斤计较，考虑个人的得失太重，因此造成了人际交往的障碍。

无疑，寂寞是一种人们不愿接受的状态。它给人们带来的是种种消极的情绪体验，如沮丧、无助、抑郁、烦躁、自卑、绝望等。

一位心理学家认为，真正的孤独寂寞，往往产生于那些只有肉体接触，却没有情感和思想交流的夫妇。事实上，不管你是否婚配，也不管你是不是独处，只要你对周围的一切缺乏了解，和你身外世界无法沟通，你就会感到孤独寂寞。

排遣寂寞方法多，我们不要自怨自叹，把自己封闭起来，美好的生活都是自己主动去创造的，要用以下科学的方法进行自我调节：

♥ 用意识来调节

下意识地控制自己情绪的变化。鼓励自己振作精神，让自己始终保持乐观、积极的人生态度，尽量从自己的意识中消除异乡人的概念，从而保持平静而欢愉的心情，最终排除寂寞。

♥ 对症下药

正确认识寂寞产生的原因，寻找战胜寂寞的方法。如果是因为思念亲人或朋友，就马上给他们打个电话或写封信，心情就会开朗。若相隔不远则完全可以走动一下，你的孤独感就会在与他们的相处中消失掉。

♥ 转移注意力

把自己对周围生活敏感的注意力转移到其他事物中去，从而淡化寂寞。如把自己的业余爱好重新捡起来，忘我地投入进去。在那种惬意陶醉的挥洒中放纵激情，赶走孤独。或者是去寻找自己从未经历过的事物，寻找一种新奇的感觉，把心思转移掉。此时新的刺激源与原来的生活模式差异越大，心情转换的可能性就越大，寂寞的消除也就越快。当然，努力钻研业务，忘我地工作更是值得提倡的排遣寂寞的好办法。