

守望

爱情

世界上，有太多的爱聚集于一时的激情，也有太多的爱消散在一时的任性。
爱情不需要预习，却需要前提。守望爱情，守望幸福！

杨楠楠 主编



在爱情已成为奢侈品的浮华都市中，
《守望爱情》将让你
树立现代都市人的爱情观，
铸造现代都市人的幸福生活。
在这个全球化的时代，
我们的消费越来越丰富，
但我们的感情却越来越贫瘠。
《守望爱情》将让你
寻找到感情的归宿，拥抱幸福的人生。

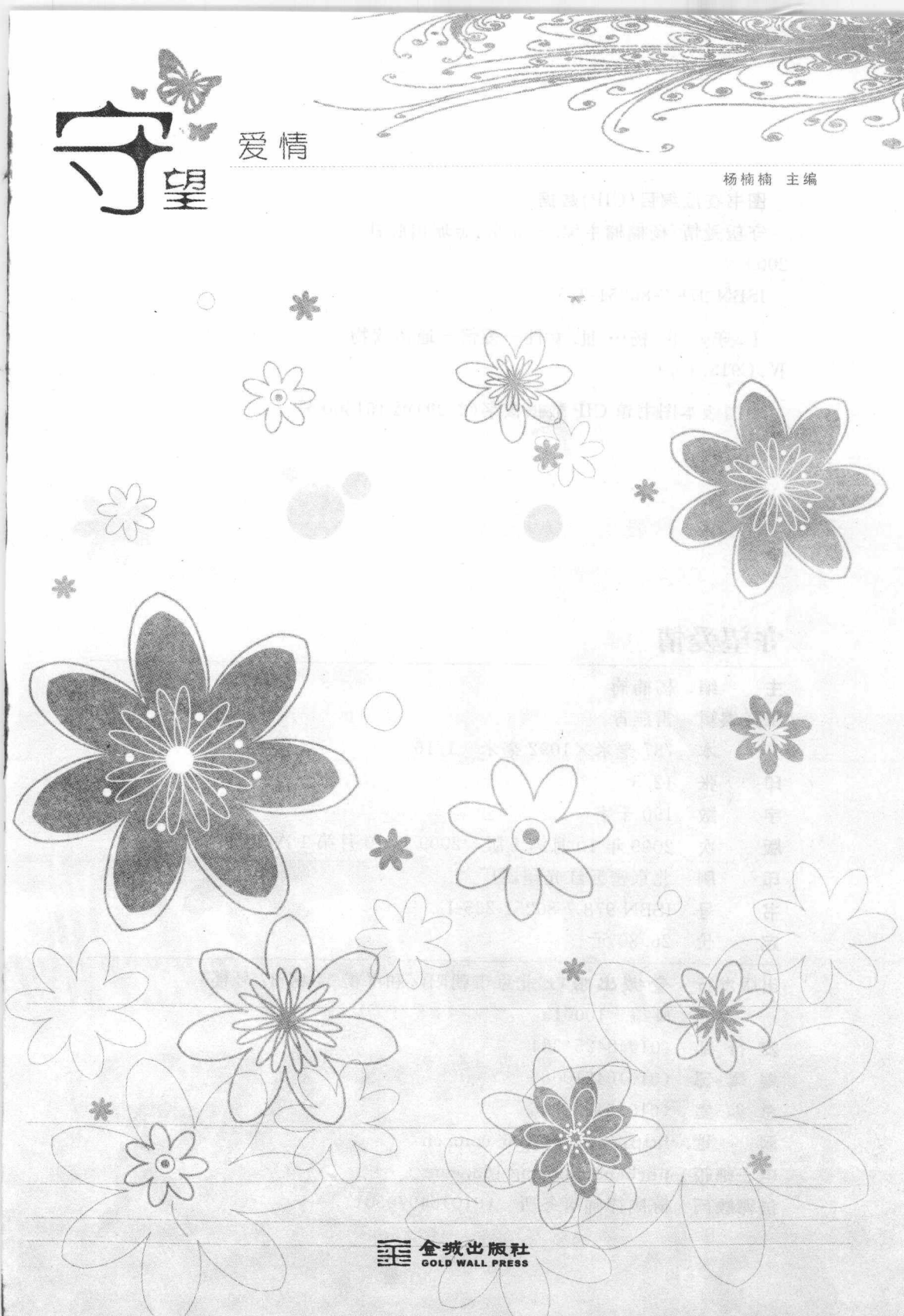


金城出版社
GOLD WALL PRESS



爱情

杨楠楠 主编



图书在版编目(CIP)数据

守望爱情/杨楠楠主编. —北京:金城出版社,

2009.9

ISBN 978-7-80251-235-1

I. 守… II. 杨… III. 女性—爱情—通俗读物

IV. C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 161500 号

守望爱情

主 编 杨楠楠

责任编辑 雷燕青

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 12.5

字 数 190 千字

版 次 2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

印 刷 北京密云红光印刷厂

书 号 ISBN 978-7-80251-235-1

定 价 26.80 元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼

邮编 100013

发 行 部 (010)84254364

编 辑 部 (010)64210080

总 编 室 (010)64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501

前言

这是一本教女人如何恋爱的书。所谓“教”，也许更多的是一种提醒吧。爱情这东西，不是光靠“教”就能懂得的。不管是运气、努力还是经营，都是一件耗时耗力的活。比起这些，更让人心疼的是那些在爱里受尽折磨的女人。

女人这一生，像是走在祭坛上。为了孩子，拿命来“拼”；为了爱人，拿出全部的青春、爱、无尽的精力和奉献。可是自己呢？真不好说，也不可说。真让人心疼。

一位女性朋友结婚时曾这么说：“以后我想生个男孩儿。不是因为喜欢男孩，而是自己知道女人的苦，不想让女儿再受苦。即便我是她的母亲，也无法保护她不受伤害。”可怜天下慈母心啊！话说得伤感，却有一定的道理。

女孩子可能会遭到各种各样的伤害，包括自己知道的、不知道的，能预防的、不能预防的。而爱情，作为一个女人自古以来的“罩门”所在，更是很难说清的一种东西。幸福，则不必说，人生一片光明；不幸福，极有可能让一个如花的女孩枯萎。

我们借着母亲的苦痛，艰难挣扎着来到世上。眼睛从清亮到浑浊，看遍了世事纷争。也许万事皆可从容应对，却独独对这一个“情”字，无法看破。生命的韧性，到了爱情这儿，好像没一点儿免疫力：轻则伤筋动骨，重则灰飞烟灭。一首歌唱得好：“这世道的无常，注定敢爱的人一生伤痛。”

守望爱情

爱情到底是一种什么样的东西,具有这样的杀伤力?如果真有原罪,这是不是神给女人的“惩罚”?如同深藏在身体深处的封印,发作起来就是一场灾难。作为女人,在恋爱之前,是应该知道一些什么的。懂得了,就是对自己的一种保护。在这个全球化的时代,我们的消费越来越丰富,但我们的感情越来越干枯。可是,我们心里却还是渴望着爱情。那就只能穿上“防弹衣”、戴上“防毒面具”谈恋爱了。别让一些不好的东西弄脏了自己,也别被一些无畏的东西所伤害。

男人不再是女人的“圣经”,这也许要归结于社会的力量。我们感谢这种转变,并且要借助这种变动实现自己的爱情理想。在这个情感贫瘠的社会里,提前打好预防针,懂得对症下药,努力固守着爱情吧。虽然辛苦,却能让自己强大和富足起来。这是我们对抗这个世界的一种方式,也是在现实中为心灵垦荒。

守望爱情,守望幸福。

目 录

第一章 女人不再是朵忧伤的花	1
二十几岁女孩该有的美好理想	2
女人应该如何生活	14
女人对待爱情与婚姻的误区	20
女人嫁给多大的男人最合适?	26
第二章 了解爱情	31
荷尔蒙惹的祸?	32
爱情是生命的一次救赎?	39
爱情的本质是“悲剧”	44
爱情是女人的“死穴”	50
第三章 为爱情做准备	56
别让心理阴影困住爱情	58
让“感觉”做主	65
敢爱敢恨敢失败	68
因为爱,所以爱	74
看清楚猎物再出手	79
耍点爱情的“小心眼”	85
“逼婚”有妙招	91



第四章 爱情实战手册	96
第一次约会	98
恋爱初期要遵守的“纪律”	111
如何“吵架”	119
两个世界的爱情	124
“女追男”宝典	130
经验有时候很可怕	140
爱多少合适	145
日久能生情吗？	150
第五章 学会跟爱人相处	156
养成爱的好习惯	158
互相“习惯”	163
正确对待他的红颜知己	170
同居？不同居？	174
结束语	180
附 录	186
关于爱情的测试	186

第一章 女人不再是朵忧伤的花

“女人花摇曳在红尘中/女人花随风轻轻摆动/只盼望有一双温柔手能抚慰我内心的寂寞/我有花一朵花香满枝头谁来真心寻芳踪/花开不多时啊堪折直须折/女人如花花似梦……”

这歌几乎让梅艳芳唱成了绝唱。不知道男人听了作何感想,我们作为一个女人听了,总会多多少少有些感慨。不全是感叹别人的故事,还有点隐约的自怜。

女人的命运,好像一直是单薄和被动的:等着别人赏识、等着别人采摘。非得这样吗?越来越多的漂亮女人,跳出了强悍的男人世界,游刃有余地扮演着各种角色——包括爱情。她们在爱情里更柔软、更丰沛,却丝毫没有楚楚可怜之态。自信、坚强,更有风致。

所以说,女孩子要学会在年轻时培养出一一种坚强的性格,即使面对着“爱情”这根软肋,也应无所畏惧。既不抛弃、不放弃,也不自轻自毁。



爱情来得早还是晚,也许真的要靠天意。但也不能全依赖缘分,缘分能帮助你们相遇,却不能帮助你们相爱。身心都做好接纳爱情的准备,你恋爱的几率将大大增多。既然客观环境不能改变,我们就改变自己的心态,做个快乐的女人,谈场无伤的恋爱吧。

从今天起,做个勇敢聪明的女孩儿。既然是花,就开成怒放的牡丹,招招展展地把年轻和美丽亮出来。学会在爱情中掌握主动权,改变为爱情哭哭啼啼的坏习惯,让忧伤走开,让年轻的爱情成为生活的一项大收益。还记得《浪漫满屋》吗?智恩经常说的一句话,我们也要多用:“GO! GO! 加油!”我们再也不是那朵忧伤的花了!

二十几岁女孩该有的美好理想

一个年轻的女孩儿,有着花样的青春,像一棵舒展的小树,正在阳光下成长着。她应该是美好的:没有杂质,不沾染世俗的烟熏火燎,一切看上去都是说不出的舒服。

二十几岁的女孩应该拥有以下几点:

一、拥有并提升品位

女孩到了二十几岁后,就要开始学着用心地经营自己了,它体现在

自己的外表以及涵养上。每一个女孩都是特别的,都应该有自己独特的品位。可能很多女孩会觉得品位与时尚或奢侈品是挂钩的,其实不是,品位是一个人去观察事物时的态度。同样的东西,在不同人的眼光下会出现不同的版本。物品本身的价值与品位的高低是没有关系的,女孩要用自己的眼光去欣赏一件东西,用高品位去挑选东西。

在某些程度上,一个人的品位与她的气质是相辅相成的。品位是自己独特的味道,其高低取决于一个女孩在日常生活里对新事物的发现。每个女孩都要有自己的品位,一个廉价的饰品只要戴出了属于它的另类气质,也能够体现出自己的品位。

指导小贴士:

1. 平常多看时尚杂志、时装发布会,提升自己对服饰等的欣赏度;
2. 关注电影、电视上的时尚信息,适当地将它们“移植”到自己的生活中来;
3. 多了解美的事物,提高鉴赏能力;
4. “临摹”别人,慢慢发现适合自己的风格。

二、养成看书的好习惯

女孩到了二十几岁后,就已经开始慢慢地接触社会了。在与别人交往的过程中,谈吐与修养是最能征服别人的。一个不喜欢看书的女孩,必然会显得很“空白”,缺少智慧的洗练。没事的时候,去书店逛逛,认真地挑几本可以提升自己的书籍买回家阅读。不管是名著、财经或是励志类,都有值得我们学习的地方。书读得多了,连成线,就成了人



生的路；路走得多了，拆成点，就有了一本本的书。书里有的人生，一本好书，可以充当一个优秀的心灵导师。

喜欢看书的女孩，她身上总沉淀着一种让人耳目一新的优雅气质。所谓腹有诗书气自华，概谓此也。年轻时，人都会浮躁、害怕、迷惑。多读点书，不仅可以答疑解惑，还能让自己平静下来。阅读过的书籍都能成为女孩社交中的资本，它能够教给你很多哲理，会让你学会以一种平和的心态去迎接生活里的痛苦或快乐。

指导小贴士：

- 1.《道德经》——帮你净化心灵。
- 2.《厚黑学》——教你学习另类的“人生法则”。
- 3.《傅雷家书》——领略美妙的文笔和博大的父爱。
- 4.《乱世佳人》——感悟女人顽强的生命意识。
- 5.《恋爱的犀牛》——新时代的爱情《圣经》。
- 6.《桃花扇》——咀嚼带有家国疼痛的时代悲歌。
- 7.《第二性别》——走近女权运动的灯塔式著作。

三、试着发现生活中的美

女孩到了二十几岁后，不宜太过沉溺那些灰暗的小说。它只会让大家与悲伤越贴越近，生活并不是小说里情节的翻版。不要总提醒着自己遇到的不幸，要知道在这个世界上有很多人比你还不幸，只要能够抬头看到阳光就是幸运的。生活，是最立体、最丰富的。只有健康、达观地活着，才能看到更多美好的事物。一朵花的衰败，固然让人伤感，

可是它同时也意味着另一个生命的开始。把心放平，多想、多看一些积极的方面，才是一个年轻女孩子该有的心态。

二十几岁，对一个女人的意义非常重大。在这几年里，女人要完成自己身份、角色的改变，让自己的人生初步成形。不要只看到工作、爱情、世故织成的网，要试着透过它，用另一个视角欣赏网眼之外的世界。

指导小贴士：

1. 咖啡很香；
2. 喧嚣的城市里充斥着人旺盛的、活泼的气息；
3. 橱窗里有一条你心仪已久的裙子；
4. 今天没有迟到；
5. 女上司装作漫不经心地问你：“唇彩从哪里买的？”
6. 男同事今天看着你连续发呆超过五次。

四、跟有思想的人交朋友

女孩到了二十几岁后，就要开始有目的地选择朋友。人脉非常重要，而你选择加入的朋友圈也会对你的人生有着很大的影响。如果你的朋友都是一些积极向上、乐观的人，你也会被他们感染的；如果你的朋友都是悲观主义者，整天只知道抱怨生活却不会脚踏实地地工作，时间久了，你同样会被感染的。人在选择朋友的时候很重要，有时候如果想了解一个人，也可以从他的朋友是什么样的人来了解他的为人。不要随便交朋友，要注意选择跟什么样的人交朋友。

一个好的朋友可以让你的人生有着很大的改变，他会让你变得乐

观。女孩到了二十几岁后,要有选择地多交一些朋友。自私一点也就是说,要多交一些对自己有帮助的朋友,你可以从他们的身上学到东西。但是,想交朋友,你就要对他们付出真诚,不要只是为了想利用他们才与他们交往,没有人是傻子,你对别人好与不好,别人也都清楚地看得到。用自己的真诚与那些有思想的优秀人交朋友吧!

指导小贴士:

1. 不与不孝敬父母的人做朋友;
2. 不与习惯从别人身上找原因的人做朋友;
3. 不与把别人的隐私当成笑话的人做朋友;
4. 不与看不见别人好处的人做朋友;
5. 不与没有自己立场的人做朋友;
6. 不与老是跟你计算成本、回报的人做朋友。

五、远离泡沫偶像剧

女孩到了二十几岁后,就要开始远离那些虚假的偶像剧了。虽然电视里的白马王子与灰姑娘让人很向往,但他们毕竟不是真的存在。那只不过反映了现实生活中情感荒凉的人们,对感情的一种“假想”。为了爱情不要事业的男人、由两个世界中走出却完美结合的“巨大差异性情侣”,请问诸位,我们在现实生活中看到多少? 艺术来源于生活,又高于生活。这个道理,我们要时刻谨记。别把这些泡沫童话当成娱乐消遣,科学研究表明,常看肥皂剧的人会变笨,并且对身体不利。光是那些起起伏伏的人造情绪,就够你受的了。

有的电视或许能给你的爱情带来一点参考价值,但那些用俊男美女造出来的偶像剧,真要少看为妙。到了二十几岁,我们不应该把更多的精力留给它们。

指导小贴士:

1. 实在想看,可以看爱情类电影,它起码“假”得有艺术;
2. 多给自己安排点事干,别让自己有大把的空余时间;
3. “逼”着自己看些有营养的东西,如财经、保养,等等。

六、学会忍耐与宽容

女孩到了二十几岁后,就要慢慢地学会忍耐与宽容了。社会并不是一个任性的地方,该把大小姐脾气收敛一下了。因为有些时候可能就因为你的计较让你失去自尊,成为被人指责的对象。给那些不友好的人善意的微笑,既能够让对方无地自容,也能够给别人留下大度且善解人意的好印象。忍耐并不是懦弱,也不是伤自尊,而是宽容美。请放下理直气壮的坏脾气,在适当的时候让一步,不仅可以体现出你的涵养,而且还会让你成为受人欢迎的女孩。

生活里会遇到很多不公平的事情,也会遇到很多让你无法接受的人。我们没有权利,也没有办法去改变别人。与其愤怒地指责别人,不如怀着理解的心态给对方一个微笑。任何人都不会去伤害一个善良的人。声嘶力竭地与别人争论并不能赢得所谓的自尊,反而让你丢掉自尊。

七、培养健康的心态

女孩到了二十几岁后,就要学会调节自己的心态,以及好好地保护自己的身体。身体是最重要的,相信每个人都知道。但是,当真的开始做时,并不是一件简单的事情。二十几岁的女孩在饮食方面已经应该开始注意了,建议多看一些关于饮食方面的书。任何一个女孩,千万不要为了这样或那样的理由不照顾自己的身体健康,明天有多么的美好,而你总是以一副病态去迎接它,当然不会感觉到它的美好的。

指导小贴士:

1. 想发作前先数三声,告诉自己“1、2、3”之后再做计较;
2. 每天出门前对着镜子给自己一个灿烂的微笑——好心情不是别人给的;
3. 不要去分析别人每一句话、每一个动机,太累;
4. 跟别人说话之前先微笑,传递友好;
5. 经常对自己说:“我可以!”

八、让美貌成为你的资本

女孩到了二十几岁后,就要开始让你的美貌发挥作用了。漂亮的外貌并不是每个女孩都能拥有的,在需要的时候使用一下,可以帮你渡过人生中的很多困境。虽然有时候有人说漂亮的女孩是花瓶,但是花瓶如果摆在了合适的位置,它就是艺术品。女孩的青春美貌也只是短

短的数年,所以要善于利用你的美貌。

但是女孩不能因为有了美貌就陷入自满中,有着美丽的外表又有着内在的智慧才是优秀的女人,请女孩们合理地利用自己的美貌,千万不要因为自己的美貌而让自己沉沦。

指导小贴士:

1. 不要用你的脸去换现金;
2. 不要把你的美貌当成升职或改变命运的敲门砖;
3. 不要相信男人会无休止地为你的年轻漂亮买单;
4. 爱情也许跟美丽有关,但美丽绝对不是决定性因素;
5. “漂亮”不能成为你盛气凌人的理由。

九、离开任何一个男人,你都可以活得很好

女孩到了二十几岁,就要理智地对待自己的情感。很多女孩就是因为某个男人而痛苦消极地活着。感情的事情不是能把握得了的,为什么要为一个男人而让自己陷入不愉快的心情中呢?一个不懂得欣赏你的男人,没有资格让你为他难过、悲伤。每一个女孩的美丽,都只属于那个懂她的男人。某个男人的离开,只能说那个懂你的男人还没有出现。千万不要践踏自己,不要以为委曲求全就能换来一个男人的爱情。男人不是女孩生活的全部,与其让自己陷入到一个无望的爱情中,不如潇洒地转身,充实自己,让自己投入到工作、生活中。不需要他后悔或回头,自己过精彩了,世界会更宽。

指导小贴士：

1. 离开一个不珍惜你的男人之后，更多的优秀男人有了机会；
2. 没有男人，你要好好支配自己的时间：朋友聚会、逛街、学习、工作……
3. 腰板更直，时刻展现你最佳的精神面貌；
4. 拼命工作并努力做得更好。

十、学习理财和投资

这时候，就要开始学会理财了。不要以为自己无法成为富翁就花钱大手大脚的，也不要认为明天有挣不完的钱，而把今天的钱花在不应该花的地方。适当地学习一下理财，多看看财经方面的书或者听听讲座，会对自己的人生规划产生重大影响。不说别的，就是你每月的工资安排，都可以更科学、更有效。你要知道，花钱不是一种简单的女性本能，把钱花在正地方才是一种技能。

指导小贴士：

1. 看看你的卡上有多少钱，够不够应付你一次突发事件，比如生一场重病，如果没有，请捂紧钱包；
2. 如果有点闲钱，认真筹划一下，怎么能让钱生钱；
3. 如果对目前的工作或收入不满意，你有没有其他打算？如果自主创业，需要多少钱？
4. 你该给父母安排一下未来的生活了；
5. 如果你有了准备结婚的男朋友，开始为你们以后的生活安排做