

ADD SOME SALT
TO LOVE

给爱情 加点盐

——好爱情是**算**计出来的

送给天下女孩最好的成人礼

赵格羽 著

与 麦当娜、王菲、张曼玉、小S 一起寻找

“爱情的幸福秘笈”



红袖添香
www.hongxiu.com

倾情打造的年度时尚女性情感力作

著名情感作家

叶倾城

【中国美容时尚报】社长 张晓梅

强力推荐

像[索斯比女人]一样经营自己，几经易手，却不断升值



鹭江出版社

ADD SOME SALT
TO LOVE

给爱情 加点盐

——好爱情是**算计**出来的

送给天下女孩最好的成人礼

赵格羽 著

图书在版编目(CIP)数据

给爱情加点盐: 好爱情是算计出来的/赵格羽著.

—厦门: 鹭江出版社, 2009.9

ISBN 978-7-5459-0128-3

I. 给… II. 赵… III. 爱情—通俗读物 IV. C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第171771号

给爱情加点盐: 好爱情是算计出来的

赵格羽 著

责任编辑 / 王 枫

特约编辑 / 李莉扬

出 版 / 鹭江出版社

地 址 / 厦门市湖明路22号

邮 编 / 361004

电 话 / 0592-5046666 0591-87539330 010-62376499

印 刷 / 北京富生印刷厂

规 格 / 889毫米×1194毫米 1/32

印 张 / 7.75

字 数 / 194千字

印 次 / 2009年11月第1版第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5459-0128-3

定 价 / 22.00元

(如有印装错误, 请寄印刷厂调换或致电鹭江出版社)

“索斯比女人”宣言

· 自序 ·

“爱情是美人鱼在刀尖上跳舞，惨痛但却美丽。”小时候听到的童话里的这句箴言，也是我对爱情最初的理解。长大后才明白：原来这不只是童话里的句子，还是自身最真切的感受。

爱情还是天下女人的死穴。有的女人遇到死穴不堪一击，有的女人化解死穴全盘生机。这世界上有两种女人，一种是将爱情视为毕生的事业，没有野心和私心，将自己的一生奉献给了男人和家庭，甘心做男人背后默默无闻的女人；另一种女人知道自己要什么，明白爱和目标只能选择一个，甚至为了目标放弃爱。也就是说，一种是小女人，她们最大的愿望是从一个男人那里得到幸福；另一种是大女人，她们想要的是能控制自己的命运，成为她自己。

当然这世界上还有一种女人，她叫“索斯比女人”。这是我在第一本小说《一辈子做女人——索斯比女人成长记》里提出的观点。之后，“索斯比女人”成了女性推崇的偶像，并引起了强烈反响。

“面对失恋，她们会说，假使你不再爱我，我也不会难过，我必定能找个更好的归宿。我们要的是爱情，不是爱情载体。我们失去的仅仅是载体，而不是爱情。爱情载体可以变，而爱情永不死。

“她们欣赏Coco chanel，比起美貌，她们更崇拜头脑。她们相信这个世界上有钱有貌的女人很多，而自己是不可复制的唯一。

“她们认为，生为女人，最宝贵的不是容颜和青春，也不是男人的爱和承诺，而是对自己的经营！

“她们就像‘索斯比拍卖行’的拍卖品一样，即使几经易

手，依然存在升值空间；即使青春不再照样美丽依旧，照样有人追，有人疼，有人爱。”

的确，成为索斯比女人，可谓是女人们的梦想。因为这样的女人享受爱情却不会被爱情所伤。或者可以这么说，索斯比女人都是从伤害中走过来的，不同的是，她们修炼领悟并得到了新生。每个女人都渴望新生。

在钢筋水泥的都市里，爱情在现实面前似乎贬了值。距离的阻碍，名利的诱惑，欲望的扭曲……男男女女都变得非常现实，谁都不愿意付出，谁都不愿意跨出那一步，于是，一份纯真的爱情变成了奢侈。每个人的心底都藏着伤痕，脸上戴着面具，成了有故事的人。

这些有故事的人，就成了我这本书的主角。我把这些鲜活的、幸福的、不幸的，甚至血淋淋的故事记录下来，提醒着女人们警惕爱情江湖的险恶。我把这些故事放在新浪和搜狐的博客上，立即引起了网友们的热议，造成了女人捧男人骂的局面。网友们看到我的这些故事后，就问：“格羽，你究竟多大？哪里来这么多感触，这么多故事？”每个人都对我充满了好奇。其实，这些故事都是从生活中来。我的朋友很多，高人很多，很感谢她们信任我并给我讲她们的故事，很感谢她们给了我写作的灵感。

出这本书的目的就是给女孩们敲警钟，但我还是希望女人们永远心存希望。我们仍然得相信爱情，那是我们生存下去的一个理由，也是一个最美的梦想。无法想象一个不再相信爱情的女人会怎样，那一定是怨世的、焦躁的、愤怒的、敌对的。林忆莲在歌中唱道：“女人若没有爱，多可悲，就算是有人听我的歌会流泪，我还是期望有人来追。”可以说道出了天下女人的心声。对于女人来说，有爱才完整。就像印度教义里说的：“真诚热烈地爱，也许会受伤，但那是让你人生完整的唯一方法。”

赵格羽



目录

Contents

- 01 问：我能既拥有美好的爱情又做成一番大事吗？
答：女人呀，爱和目标你只能选其一。/1
- 02 问：我能永远处在恋爱状态吗？
答：爱情，不是太饿，就是太饱。/5
- 03 问：一个很纯情的男人和一个情史丰富的男人，我该选哪一个？
答：不怕你花，就怕你没花过。/10。
- 04 问：这个世界有唯一的爱，有唯一的爱人吗？
答：爱情是唯一的，但是爱人不是唯一的。/14
- 05 问：灰姑娘的故事在现实中存在吗？怎样才能嫁一个有钱人？
答：普通女孩嫁不一般男人，必须有过人之处。/17
- 06 问：为什么剩女越来越多？
答：不做剩女必须学着接受爱情拼图。/20
- 07 问：为什么精英男人越来越少？
答：撬动精英男人你得先是钻石女。/23

问：什么是婚姻？婚姻是“ $1+1=2$ ”吗？

08 答：婚姻是“ $0.5+0.5=1$ ”。/27

问：女人是否真的需要婚姻？

09 答：无需为是否进婚姻这个套伤脑筋。/30

问：是骑驴找马还是一直等待真命天子？

10 答：没有找到中意的马之前，好好善待自己的驴吧。/34

问：该如何戒掉一个不该爱的男人？

11 答：就算是杜冷丁也要戒掉。/37

问：什么时候女人该华丽转身？

12 答：时机决定转身的效果。/41

问：离婚的女人是否难以再幸福？

13 答：勇敢的女人有开钻石矿的男人等着呢。/44

问：怎样识别坏男人？

14 答：按下列法则筛选。/47

问：如何跟坏男人打交道？

15 答：坏男人是最好的老师。/50

问：要不要为了男人放弃梦想？

16 答：不要陷在男人与梦想的矛盾里。/54

问：性在两性关系中的作用有多大？

17 答：幸福女人一定是“性”福的。/57

问：女人征服了男人就征服了世界？

18 答：世界是女人自己同自己的斗争。/61

问：女人越优秀越难嫁？

19 答：你越优秀，越有人要你。/63

问：50岁还有人要是不是胡说八道？

20 答：你越优秀绝对越有人要你（续）。/66

- 问：有心计是好事还是坏事？
21 答：闯江湖的女人必须要有心计。/71
- 问：利用男人该不该？
22 答：不被利用才是最坏的事。/74
- 问：一个男人给你最好的礼物是什么？
23 答：美好的自己才是最好的礼物。/78
- 问：长得不漂亮怎么去争取爱情？
24 答：金童玉女的童话都会破灭的。/81
- 问：爱上一个已婚的男人怎么办？
25 答：进退攻守全是大智慧。/84
- 问：怎样处理和前男友的关系？
26 答：如果不能释然那就做陌生人。/87
- 问：做一只波斯猫还是一头开荒牛？
27 答：选择你的爱，爱你的选择。/90
- 问：怎样成为感情世界的常胜将军，不揪心不痛苦？
28 答：唯有不爱才是感情的王牌。/93
- 问：遇到一个不婚主义的男人怎么办？
29 答：遇到不婚男人就打持久战。/96
- 问：当爱你的人不再爱你的时候怎么办？
30 答：不爱时回忆都是负荷。/100
- 问：什么是女人的终极梦想？
31 答：拥有一个完成自己梦想的孩子。/103
- 问：为什么姐弟恋有花无果？
32 答：姐弟恋从来不是轻松的恋爱。/106
- 问：离婚男人是否该要？
33 答：离过一次婚的男人是香饽饽。/110

- 问：没有他，我该怎么活下去？
34 答：爱情的光芒总会消逝的。/113
- 问：当爱情停不下来的时候怎么办？
35 答：爱情马拉松赢的是耐力。/116
- 问：遇到一个感情受过重创的男人该怎么办？
36 答：除了爱他还是爱他。/119
- 问：找到了好男人就找到了长期饭票？
37 答：唯有感情会在某一时刻归零。/122
- 问：何谓大女人和小女人？
38 答：索斯比女人只有是和不是。/125
- 问：为什么我们的爱情总是胎死腹中？
39 答：搞定男人必须快、准、狠！/128
- 问：现在优秀的男人太少了，看上了一个男人要不要倒追？
40 答：就算动心也要不动声色。/131
- 问：把自己培养成完美女人，是否就能避免他出轨？
41 答：完美敌不过本性。/135
- 问：当他有婚外情我该怎么办？
42 答：做男人他妈也无妨。/139
- 问：身体给还是不给？
43 答：别纠缠在给不给的问题上。/142
- 问：遇到爱情骗子该怎么办？
44 答：追求幸福，远离不靠谱男人。/145
- 问：女人幸福的根源在哪里？
45 答：幸福不是男人给的。/148
- 问：爱情要不要折腾？
46 答：能折腾的人才会幸福。/151

- 问：女人是否要男人为自己花钱？
47 答：不花男人钱的女人是傻子。/154
- 问：为所爱的人迁就牺牲，该如何不失去自我？
48 答：别把社会角色带到家中来。/158
- 问：女人是否也要有白玫瑰和红玫瑰？
49 答：每个女人一生都需要两朵玫瑰。/161
- 问：爱一个人该付出多少？
50 答：爱他不必无条件地付出一切。/165
- 问：我们到底是在和谁谈恋爱？
51 答：女人归根结底是在和自己谈恋爱。/168
- 问：到底谈多少次恋爱才结婚，找多少个男人才够本？
52 答：爱我所爱，让白居易去说吧。/171
- 问：什么是好的爱，什么是坏的爱？
53 答：好的爱情纯粹如琉璃。/174
- 问：爱情是不是要随缘？
54 答：一面争取一面随缘。/177
- 问：爱情是否存在着因果报应？
55 答：爱情总是平衡的。/180
- 问：柔弱真的是强大的武器吗？
56 答：女人永远别逞强。/183
- 问：我要对他坦白自己的情感经历吗？
57 答：永远只说自己谈过两次恋爱。/186
- 问：谎言在爱情中占了多少位置？
58 答：有爱情的地方必定有谎言。/189
- 问：爱情在现实面前算什么？
59 答：女人25岁之前可以不考虑面包。/193

问：我是要和他一起奋斗，还是坐享其成？

60 答：在特殊阶段做最适合的选择。/196

问：当你深爱的男人玩失踪怎么办？

61 答：玩失踪的男人就当已死。/200

问：女人是否真的可以一个人？

62 答：女人60岁结婚也不迟。/203

问：男人是拿来爱的还是拿来理解的？

63 答：爱男人不如理解男人。/207

问：该怎样找到最适合自己的男人？

64 答：无法选择的时候就用排除法。/210

问：胸的size是否决定了幸福的指数？

65 答：无胸搏爱情只是绝望。/213

问：是否红颜都薄命？

66 答：薄命的并非红颜。/217

问：我们该如何面对欲望？

67 答：不要把高贵的生命浪费在低贱的欲望上。/220

问：现在的男人是否靠得住？

68 答：什么都靠不住，只有靠自己。/223

问：成功男人能给女人幸福吗？

69 答：想要幸福别找成功男。/226

问：女人真的是想要幸福吗？

70 答：女人最想要控制权。/230

问：你是不是索斯比女人？

71 答：女人要学会经营自己。/233

问：我们是否要相信爱情？

72 答：没有爱我们什么都不是。/236

问：我能既拥有美好的爱情又做成一番大事吗？

答：女人呀，爱和目标你只能选其一。

从前，有个小女孩在落日余晖里，抬起头问妈妈：“妈妈，我长大后要找一个很爱我的男人，还要做一番大事？”妈妈笑着抚摸孩子的头说：“宝贝，不可能的，你不能两样都要，你只能选择其中一样。”小女孩不明白地问：“为什么？”妈妈笑着说：“你长大后就会明白了。总之，记住，你只能选择和追求一样，爱，或者目标，绝不能二者兼得，否则你两个都得不到。”小女孩似懂非懂地点了点头。

爱，目标，你只能选择一样！这个目标，可以是自己的事业，也可以是某种带着特权的男人，或者说这个男人让你实现目标。多么经典的话。当我把这段话转述给一个朋友时，她非常肯定这句话，也给我讲了一个故事：“我很早就认识央视的主持人阿忆了，那时他还没在央视做主持人，还只是一个普通的上班族。当时阿忆酷爱写作，因

而拥有了很多粉丝。其中有一个女孩子非常喜欢他的文章，不仅收藏了他的每篇文章，还经常给他写信。后来，她成了阿忆的女朋友。渐渐地，阿忆名气大了起来，并被告知要去电视台。这个女孩知道他即将成为知名人士，却很郑重地跟阿忆分手，阿忆很吃惊地问为什么，女孩说，我的梦想就是要嫁给一个爱我的普通人，过着普通且快乐的日子，你即将成为名人，已经不符合我的梦想了。”听到这个故事后，我很佩服这个女孩的决定，能够如此坚持自己所要的爱，并为之放弃常人眼中的光环，实在不容易。

“你看邓文迪多聪明呀！18岁就悟出来了，爱和目标只能选择一个。”朋友说。是的，18岁的时候，她就藏起了本真的自己，毫不犹豫地选择了目标。那个美国男人成了她实现目标的第一个梯子，她得以去美国留学；并通过和他结婚如愿得到了美国绿卡；再后来，她遇到了生命中最重要的男人，于是她开始在传媒帝国中展现出能力和才华。

“就是邓文迪这么聪明的女人，也只能得到一个。”朋友再次强调。是的，像邓文迪这样凤毛麟角的女人，也只能得到一个目标，而不能二者兼得。那么身为普通女人的我们，又怎么能奢望既拥有爱又拥有目标呢？

朋友又继续说道：“这世界上有两种女人，一种是没野心的，什么都不求也没目标，可能碰到一个条件绝佳又爱自己的人，也可能一生平庸度过；还有一种女人，知道自己要什么，然后尽全力争取，或者是爱，或者是目标，但她必须放弃其中一个，只能争取一个，才有可能争取到。在争取的动机下，二者都得到是绝对不可能的。”

与世无争无所求，最后碰到一个条件绝佳又爱自己的男人，这种女人少之又少，前提是她并不觉得这有多难得，因为她本身对此并不渴望。这样的概率小之又小。而在争取下的两者兼得那更是

空想。

一个成功的男人背后往往有一个默默无闻毫不起眼的男人，很少有一个同样强大星光闪耀的女人。一个成功的男人，因为他是世俗意义上的成功，所以他很大一部分时间和精力都得放在外面，而背后的女人，通常得到的是目标，却不是爱。而往往这样的男人，不会去选择同样强大的成功女人，因为他即使一个月回一次家，他也希望家里灯亮着饭是热的有个女人在等着他。这就是成功男人背后女人的心酸，她得到了别人眼中的名分和光环，但却得不到她最想要的体贴和温存。

“那么，爱和目标对于男人来说能否兼得呢？”我问。朋友在电脑那端给我打了这段话：“这是可能的。当男人有了成功的事业之后，他也可能会碰到真正喜欢自己的女人。女人通常都会因为欣赏和崇拜而爱上一个老男人，却没有小男生会因为欣赏和崇拜而爱上一个富婆。”这就是男人和女人际遇的不同。身为女人的我不禁唏嘘，慨叹世界对女人的不公。电脑这头，我觉得手指冰凉。

其实，我们也可乐观一点，爱或者目标，其实你得到一样，就已经很幸运了。在这个世界上还有很多女人什么都没得到呢。她们的爱情不美满，也没实现过什么大抱负，在哀叹中度过一生。如果选择了追求爱，那就脚踏实地做个纯粹为爱付出的女人，因为爱情是你的终极梦想。当然你知道，爱情本来就是变化无常也是最难控制的，所以与其说是你选择了爱，还不如说是爱选择了你。

所以，女人们，爱和目标，你们想好要什么了吗？

记住，不要贪心。

如果选择了目标。

记住，要把爱埋在心底。

我曾经也如同文中的小女孩一样问过相同的问题。但是后来总结出女人最重要的是想清楚自己想要什么，尤其是哪个年龄段该做什么事情，比如学习、工作、恋爱、结婚、生子。爱情和事业的双丰收，对于大多数的女人来说，只能是一种奋斗的目标，好比岸边的灯塔。至于要真正达到，概率小之又小。

所以身为女人就要调整好心态。当你选择了爱情以及家庭的时候，就要学着去承受没有社会价值认同感的遗憾；同时，当你选择了野心勃勃去做一番大事，那么就做好爱情婚姻不尽美满的心理准备。

问：我能永远处在恋爱状态吗？

答：爱情，不是太饿，就是太饱。

我有一个做资本运作的姐姐。三月中旬，她突然发短信给我，说正在环球旅行，当时正在埃及。又过了一周，发短信说正在游阿里山，一个月后，又告诉我已经在肯尼亚的大草原了……

我当时正在忙工作上的一些琐碎的事情。姐姐放下手中所有的工作去环球旅行，自然让我羡慕不已。记得那时，我曾经跟姐姐讲我的困惑：他总是很忙，连陪我看电影都老是放我鸽子。我该怎么办？姐姐回信给我，“亲爱的妹妹，你要相信，这个世界上一定有一个愿意为你放弃一切的男人在等着你。我现在的他要24小时和我在一起。”收到短信的那一刻，我百感交集，我羡慕、嫉妒，同时又怀疑，这个世界上真的有愿意为你放弃一切的男人吗？

终于，姐姐长达三个月的环球旅行结束了。她说要请

我吃饭，并带她的未婚夫给我看。见到姐姐的时候，她穿着黑缎玫瑰色刺绣的裙子，非常具有中国古典气质。“介绍一下，这就是我的未婚夫。”我看过去，果然是一个帅气的法国酷哥，阿玛尼的西装衬得他身材格外的好。

“他真的是上天赐给我的礼物。我们有相同的品味，共同的事业理想，共同的生活追求，甚至我们都喜欢阿玛尼。”姐姐开心地说。

好不容易见到姐姐，我自然少不了八卦，而且我说这次来赴约就是要来跟姐姐取经的。“你们怎么认识的？”

“其实才认识一周，我们就决定一起去旅行结婚……”姐姐说得兴高采烈。可是我感觉到她的未婚夫好像有点不太舒服，也许是跟我不太熟悉吧。他不太爱说话，连姐姐让他讲他们的相识过程他也婉拒了。我并没有太在意。因为太久没有见到姐姐了，大约有半年了吧，所以我和姐姐一直在聊天。因为她的口才极为了得，视野又相当开阔，所以讲起话来滔滔不绝。

正当我听得兴致勃勃的时候，姐姐的未婚夫突然站起来说要去，然后跟另外一个和我一起来的朋友告别。姐姐愣住了：“她们都是我很好的妹妹，吃完饭再走吧。”可是法国酷哥还是坚持要走。姐姐随后追到了走廊。门开着，一起来的朋友看到门廊里，姐姐在和法国酷哥争执什么。我突然觉得失落，甜蜜的恋人也开始吵架了。另外一个朋友走出去拉了下姐姐的手，示意不要吵了。“你不会是同性恋吧？”法国酷哥见了我朋友的这个举动，突然翻脸，然后生气地走了。

姐姐回来快快不快地说：“不好意思，他吃醋了，他觉得我跟你们讲话讲得太多，他受到冷落了。”我多少有些尴尬，爱面子的姐姐，却被我们看到了他们吵架的场面，我也开始难过起来。

“他可能不习惯，毕竟跟我们不熟嘛。”我说。这时，姐姐