

韩梅梅
著

我 该 怎 样 爱 你，

How to love you dear.



先 生



北方联合出版传媒（集团）股份有限公司
万卷出版公司

PART 1 谢谢你， 我自己

Thank you, Myself.

003 眼界与胆识，这两样东西特别重要

没有胆识的女人，永远生活在自己的幻想和蒙昧的世界。

006 天生简单

她们对世界充满感恩。深知一杯白开水的深意和美好。

008 什么时期，做什么事情

我们总是错觉时间绵长。而事实是，不知从哪天开始，你会感到越来越疲惫。



012 一个平凡而丰盛的女子

她是一个，有着丰盛心灵的人。

014 与其爱抱怨，不如去寻找

请尽量去做每一件会让你快乐的小事情。

018 不要去做别人需要你成为的那个人

所谓的成熟，其实就是知道自己是谁，自己能做什么。

021 有气场的女人

气场是独属于一个人的，别人模仿不来。

024 优雅到老

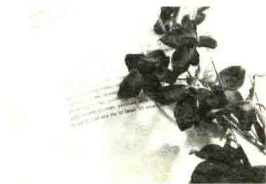
她身上，带着一种幸福感，工作、家庭、生活，都是简单的，样样都是它本来应该的面目。

029 让人记住你，而不是记住你穿了什么

浑身名牌，不等于会穿。

032 疼惜你自己

女人，永远不要放弃关爱自己。



034 成熟的女人，理性地让自己活好

成熟的女人开朗，快乐，会主动安排自己的生活。

036 感同身受

“感同身受”，让我们走得更近！

038 这样的女人不成熟

欢迎对号入座。

042 不要刻意去做豪放女

男人会愿意和豪放女喝酒，交朋友，寻求一些刺激。

044 笑比哭好

告诉你一个真相吧！尽管女人楚楚可怜、梨花带雨的样子很可爱。但是，他们还是喜欢和快乐洒脱的女人在一起。

048 即便确定他永远爱你，也要经常打扮自己

女人花一点时间来让自己美丽，还是会让男人动容的。

052 再舍不得，也会老去

谁让你变深刻？谁能替你作答？

054 为了爱情，瘦下来

或者，就只是为了自己。

056 善待眼前人

因为太被爱了，所以不懂得珍惜别人的爱。

058 神经大条一点好吗？女人。

你能不能不要那么敏感？

061 在没有他之前，你不也过着平静生活吗？

你感觉他和你在一起快乐吗？

064 珍惜那不多的，一个人的时间

在人群中，即使你做得再好，也会有人反对和不喜欢。

066 只遗憾，不埋怨

她放过了他，也放过了自己。

068 他真的在乎你多胖吗？

如果他爱你，他一定是希望你把身体健康放在第一位的。



071 好怕闹情绪

情绪，是无法控制的。
但它能被管理。

074 祝福

内心的善意

080 让过客过去

人的一生，会遇见太多的人，你
要感谢他们带给你的所有感受。

084 看清了，请走开

这个世界上，真正美好的感情，
不是由妥协组成的。

088 那些前任教给我的事

在你没伤够之前，是无法全身而
退的。

092 分手以后

没有不舍，也没有不甘。

094 男女纯友谊

我们见证彼此的成长，和生活的
变化。
即便有了各自的另一半，仍然是
很好的朋友。



PART 2 温暖

Fall in love,easily &freely. 又无负担的相爱

101 如果你喜欢一个男人，要
相信自己配得上他

一个内心不相信自己的女人，即
便建立了恋爱关系，也会在这段
关系中，处于不平等状态。

103 女人不要做怨妇
抱怨总是在不知不觉中开始的。

108 男人害怕悲情女人
生活已经够辛苦了，为什么还要
折腾不休？



110 女孩，别犯傻

你到底想怎样？

112 本就不应该爱到尘埃里

他反而会觉得生活缺少点什么，
于是从这个缺口里望出去，他总
想寻找点什么。

115 曾经我也是大龄剩女

你心里要十分确信，但是，总会
有人，就喜欢这样的你。

122 你要相信，你的勇敢，有
可能换来一场奇遇

说出来，至少不遗憾。

128 对爱情越渴望的女人，越
得不到爱

寻求一份真爱，其实你需要做
的，只是一切举止发自内心。

130 “好老公”什么时候来？

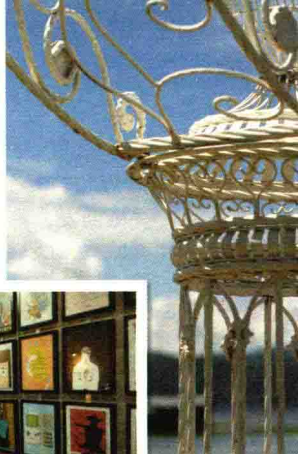
在你找好老公的同时，他其实也
在寻找你。

134 找一个正能量的人来爱

是的，找爱人，应该找阳光的，
快乐的，积极向上的。

136 珍惜那个为你捡起头发丝
的男人

他一定爱惜着她，保护着她，包
容着她。



138 孩子般单纯地爱着

不然，你会被他一点点地压倒，
困住，最终失去美好的世界。

140 追求一份深沉的爱

理想的爱人，不会让你为他而改
变，让你永远做自己。

144 我所理解的爱情就是：

两个人，没那么多事儿
地一起生活下去

你要想过好日子，自己就要是一
个开心的人。自带安全感。

149 乐观积极的态度，可以传
染给他

男人更喜欢和乐观大气的女人一
起。

151 言传身教，让他对你好

如果你有什么需求，一定要清楚
地说出来。

153 先做朋友，再做爱人
真正伟大的友谊是经得起考验的。爱情，却脆弱无比。

156 喋喋不休让他脾气变大
其实，我知道你是为我好，但我就是受不了你明明白明，明明白明。

159 他变了，好正常！
你要和自己的失望作战。

161 不信任，是因为害怕
“分手不可怕”这个念头，是治你不信任的良药。

164 如果他告诉你在忙，那是真的在忙，不要想多了
不要总为小事纠结

167 妒忌他的过去，等于毁掉了你们的现在
如果你想要幸福，就不能太介意。

171 老哄你，我累了
不要动不动提分手。

173 别人的恋爱模式，不一定适合你
轻松舒服，就是最好的模式。

176 越害怕失去，越容易失去
情深不寿。

178 不要夸大自己的委屈和愤怒
以退为进，聪明之选。

181 有些话，一说出口，就再也收不回来
有些工作的意义和成就，不是用收入来衡量的。

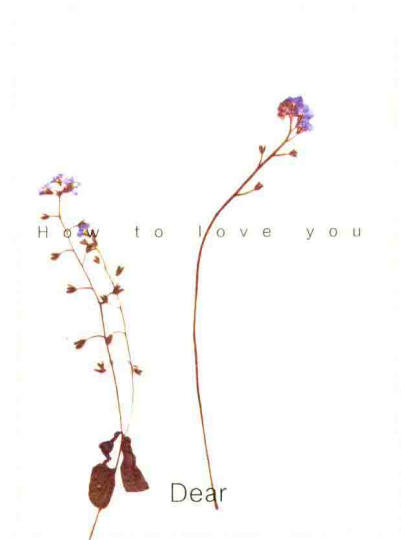
184 不要认为你要什么，他“应该要知道”
怨妇是怎样产生的。

185 与你们的问题和平共存
世界上没有完美的伴侣。
也没有完美的关系。

187 对称的爱
对称的人，你再怎么作，他都有办法来应付你。

190 各自的满足
你是你，我是我。





192 你喜欢看他吃醋？

也许女人天生喜欢戏剧性的恋爱，但是，如果你爱他，就不要折腾他。

195 拥抱不是越多越好

你自己感觉好得甜蜜，陶醉得不行，哪里知道他正有苦难言？

197 很高兴为你服务

有时候，他不是变懒了。他就是想被服务一下而已。

199 玩够了就回来

男人，就像长不大的孩子。永远有一颗贪玩的，充满好奇的，不安定的心。

202 爱情定律20条

女人哭，只在刚开始有用。

204 不要怕遇见坏男人，坏男人是好女人的大学

世界上，真的有那么多针对你的坏男人吗？

209 男人的自尊心

为什么要把自己的喜恶标准强加给他呢？

212 小题大做

太爱他是一回事，过度要求他则是另一回事。

215 他的心里话

我有很多坏毛病，请你包容。我也会接受你的不完美。

217 你的宽容，还有我温暖的包容

宽恕，就是将不愉快的事情，尽早忘掉，清除掉。不留一点阴影在心上。

220 遇见这样的男人

遇见他以后，你突然失去了再去寻找其他男人的欲望。你心甘情愿地对他一心一意。

222 他会喜欢这样的你

不要为小事抓狂。

224 他不知道怎么做，就直接要求

把想说的说出来。



226 别让他为了满足你，而违背心愿生活

当你想批评他的时候，请记住，他是另一个人，不是属于你的。

228 去探寻他过去的感情，是自讨苦吃

“每个人，都有一段悲伤，想遗忘，却欲盖弥彰。”

230 当他烦躁时
在他的那几天，保持安静。

235 不会表达的男人，不一定没有爱

不要总是问：你到底爱不爱我？

237 没有他，也能安然入睡
偶尔分开，享受一个人的时间。

238 收起你的夺命连环CALL
两人相处，轻松最重要。

240 爱情不能大过天
淡然一些，自立一些。

242 对他的朋友好
不要对他说：“又去见你那帮狐朋狗友了！”

244 能说到一起，才能过到一起

其实，最美的承诺是：让你跟我永远有话说。

246 自从有了你
这一切，全变了。



231 不要让不愉快的，在心里停留太久

多大点事儿啊！

233 “有我呢！”
相互扶持，就没那么艰难。





PART 1

谢谢你，
我自己

Thank you, Myself.

Thank you,
myself.



How to love you

眼界与胆识，
这两样东西特别重要

dear.



没有胆识的女人，
永远生活在自己的
幻想和蒙昧的世界。

如果此时此刻，要你谈一谈对生命，对自我，对情感的态度，你会怎么说呢？

五年前你所向往的一种生活，现在是不是已经过上？

经过了年轻时的蒙昧岁月，我渐渐懂得了，对女人来说，有两样东西，特别重要：

眼界和胆识。

有眼界的女人和没有眼界的女人的区别就是：没有眼界的女人永远在看自己，看自己脸上是不是又长痘痘了？又胖了半斤？今天是不是漂亮？有眼界的女人，早就知道了，青春易逝，她早已不为此苦恼，她知道如何修炼内心来抵抗。

有胆识的女人和没有胆识的女人的区别是——那些看起来是遥远的人生，有胆识的女人，把它变成了真！而没有胆识的女人，永远生活在自己的幻想和蒙昧的世界。

眼界宽了，你会有自己的能力和胆识。你会清楚知道自己要什么。

有眼界的女人，基本上没有太多崇拜的明星名人，她有欣赏的对象，但不会狂热地追逐。

有眼界的女人，用出发去体会世界有多大，有多美。

有眼界的女人一定会花时间来看看书。

我身边的女人们，看书太少，一味上网，甚至连报纸都很少看。

相同的时间，是用来看肥皂剧，刷微博，还是用来看书，或者地理杂志，你如何取舍？

在男人眼里，大多数女人缺乏独立思考和判断能力。常看书的女人知识丰富，谈吐不俗，让人刮目相看。

但是她做这一切，不是为了得到他的认可。是为了自己。

胆识，是修炼出来的。是一点一滴积累起来的。

先是对生活的认知，然后是思考，然后是大胆地迈进。遇到各种问题，用成熟的，智慧的方式去解决。

遇到的困难险阻越多，得到的修炼越多。到后来，不管遇到什么问题，都比较容易得到解决。



what period, what to do.

天生简单

dear.



她们对世界充满感恩。

深知一杯白开水的深意和美好。

不只是男人，其实连女人，也喜欢那种容易满足，天性快乐的女孩子。

这样的女孩子，一般对物质的需求不高。欲求低到，只要看见阳光，就已经开心了！

她们性情简单，精力充沛，心情晴朗，懂得享受生活。

喜欢自己的工作，每天高高兴兴去上班，回到家里很少抱怨工作和同事。

有很多不为名利的爱好，热心投入，只是享受它们的乐趣。

奉行“吃亏是福”的人生态度，从不斤斤计较。

似乎没有特别讨厌的人，以一颗善良的心去对待身边的每一个人。

不管住的是大房子还是小房间，不管是买房还是租房，都用心布置自己的家。哪怕只是用水栽培一棵翠绿植物。

充满乐观与希望。

哪怕只有一套漂亮衣服，也能每次都穿出新感觉。

看见雨水打湿树叶，就会感到喜悦。

会记得身边亲人朋友的生日，会主动送上别致用心的小礼物。

从不头脑发热地乱购物。

很少胡吃海喝。

从不用奢侈品。但舍得花一大笔钱买一个相机学摄影。

经常参加一些不花钱但很有意义的活动，比如，看画展，参加作家见面会。

她们对世界充满感恩。

深知一杯白开水的深意和美好。

在乎别人多过于在乎自己。

神经大条，很少对什么事情感到失望。更很少羡慕嫉妒恨。

跟这样的女孩子交往，就算你忘记了她的生日，她也不会介意，因为对她来说，活过的每一天，都意义非凡。

她也并不是没有郁闷的时候，但是她不希望把郁闷传染给别人，所以，那个时候，她更愿意一个人待着。但这样的时刻，会很快过去。

这样的女孩，你煮碗面条给她吃，她也会跟你带她去吃法式大餐一样开心的。



How to love you

什 么 时 期，

我们总是错觉时间绵长。 做 什 么 事 情
而事实是，不知从哪天开始，
你会感到越来越疲惫。

dear.

有一天在飞机上等起飞，听旁边一位大姐打电话，嗓门很大：

“我跟你说明啊，别纠结了，早点结吧，不然离婚都赶不上好时候了，早结早离！”

这话听完，我立马对大姐投过去敬佩的眼神。

早些年，咋没人这么对我说呢？

过了30岁之后，我也经常这样劝身边的朋友：

时间从来不等待任何人，所以，该干吗干吗去吧！

什么时期，做什么事情。

该好好学习的时候，要好好学习。

该多谈恋爱的时候，要多谈恋爱。

该出门流浪的时候，就去流浪。

该奋斗的时候，就奋斗。

该矜持矜持。该奔放弃放。

该结婚结婚。该生娃生娃。

不同的时期，有不同的精彩，应该都要抓住了。

总有人，在该学习的时候去恋爱。在事业上升期的时候，轻率辞职去旅行流浪。在想要旅行的时候，被工作拖累，在合适的那个人来的时候，总想着再等等看有没有更好的。在该要娃的时候，选择了放弃，等后来年纪大了，再想生，困难多了。

这样的人生，有时候就像搭公车，这一趟车错过了，就可能一