

我愿为 你 摆渡红尘

宿雨
著

你的悲伤，
必须佐以浩瀚无边的坚强。
而你的坚强，
必将渡你到最想去的地方。

46篇

有温度、有态度的文章
深夜安抚10,000,000人

1,000,000次

贴心私语治愈千万迷路的人

荔枝FM人气主播 百万公众大号博主
叶上清之宿雨 重磅力作

I would like to tell you

the meaning of life



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING HOUSE

我愿为

你

摆渡红尘

1.

我愿为你
摆渡红尘
我愿为你
摆渡红尘

我愿为你
摆渡红尘
我愿为你
摆渡红尘
我愿为你
摆渡红尘
我愿为你
摆渡红尘

我愿为你
摆渡红尘
我愿为你
摆渡红尘

我愿为你
摆渡红尘

我愿为你
摆渡红尘

我愿为 你 摆渡红尘

宿雨 著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD.

图书在版编目(CIP)数据

我愿为你摆渡红尘 / 宿雨著. —南京: 江苏凤凰文艺出版社, 2018. 4

ISBN 978-7-5594-1254-6

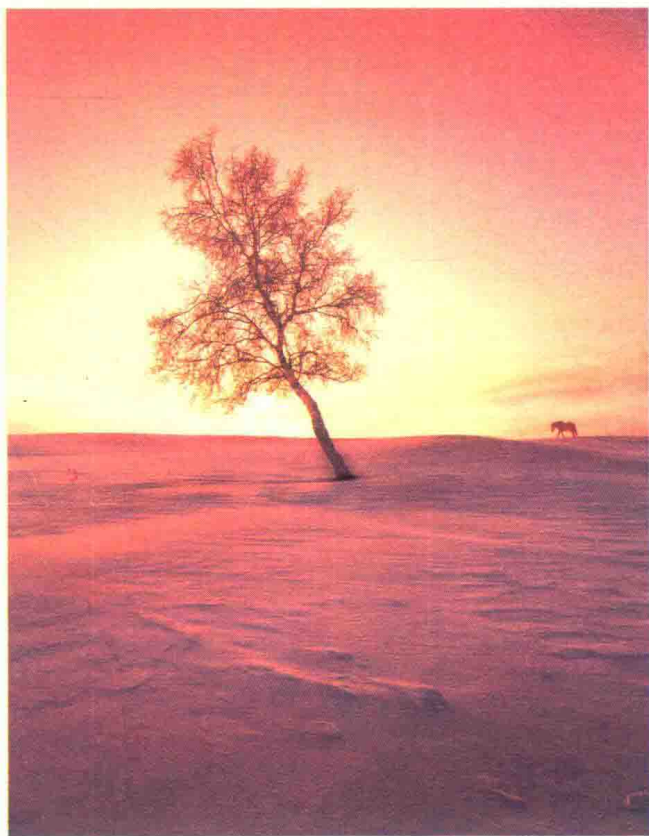
I. ①我… II. ①宿… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第252189号

书 名 我愿为你摆渡红尘
作 者 宿 雨
出版统筹 侯 开
选题策划 李文峰 崔 悦
责任编辑 姚 丽
文字编辑 崔 悦
责任监制 刘 巍 江伟明
出版发行 江苏凤凰文艺出版社
出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.jswenyi.com>
印 刷 三河市航远印刷有限公司
开 本 880毫米×1230毫米 1/32
字 数 150千字
印 张 8.5
版 次 2018年4月第1版, 2018年4月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5594-1254-6
定 价 38.00元

影视版权抢订热线 13911704013

江苏凤凰文艺图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换



你要活得生猛，
对自己凶狠，狠一点，再狠一点，

逼自己成长为参天大树，
替自己遮风挡雨。

我们不需要将爱打造成汹涌澎湃的样子，
更多的是细水长流，

是不分伯仲，
是你向前走一步，

我也跟着进一步。





你要把孤独转化成一种动力，
一种去开疆拓土的信心与勇气，

而不是待在原地无所作为，
让自卑与空洞肆意生长。



你总要靠自己的力量，
坚强地挺过去。
你总要告别那个懦弱的自己，
不沉溺于过去，
不留恋破碎的感情，
收拾好心情重新出发。



想要获取安全感，
就要做到人格独立。

想要人格独立，
你就必须经济独立。



我只有一个一生，不能慷慨赠予我不爱的人。

爱情这道下酒菜

自从在网上开设了情感专栏，我每天都会收到众多女读者的情感倾诉。

曾有一位十九岁的姑娘害羞地问我：“喜欢一个人该不该向对方表白？”她暗恋一个男生很多年，但那个男生只把她当哥们儿看待。她为他逃过课、挂过科、流过泪，还拒绝过两个向她示好的人，却一直没能如愿。

曾有一位二十五岁的姑娘焦虑地问我：“遇到对的人是一种什么样的感觉？”她单身了好多年，一直没遇到心仪的对象，大学毕业后就被父母催促着相亲、结婚，从未品尝过恋爱的滋味。她厌恶模式化的交往，想要一份走心的爱情，却不知如何与异性接触。

曾有一位三十一岁的姑娘绝望地问我：“丈夫背叛了婚姻，我该选择原谅他吗？”她当家庭主妇许多年，已是两个孩子的母亲，没有工作、没有收入来源是她最大的劣势。她一度崩溃到要吃安眠药才能入睡，甚至有轻生的念头。她想摆脱这种困境，却苦于没有办法重拾自我。

这些姑娘都在爱里挣扎，像一只只迷途的海鸥，不知下一秒该飞去何方。

她们扑扇着翅膀，用尽全力飞翔，却不慎失足坠落。

看着她们痛苦难挨的样子，我很想帮她们一把，告诉她们如何与恋人相处、如何正确地经营感情、如何挑选合适的伴侣、如何了解男人的心思、如何让自己活得更好更绚烂……

于是，这本爱情操作指南便诞生了。

这世间最难过的，就是情关。

女人好像一生都为情所困。女人一旦爱上一个人，便会疯狂地、不计后果地付出，以为那样便能换来真心。

其实不然。

伤痛告诉我们：无论你有多爱一个人，都要有所保留地去表达你的爱，用智慧和内涵去为这份爱保鲜，而不是横冲直撞、义无反顾，那样只会让自己摔得鼻青脸肿。

很多时候，伤痛是可以避免的，感情里终究是有出路的。

多数情况下，把自己推入火坑的，不是别人，正是自己。

王尔德说过：爱自己，是终身浪漫的开始。

这本书将带你学会更好地爱自己、成就自己、提升自己，帮助你走出困境；替你理清思路，带你找到解决问题的办法；让你重拾信心，做回那个自信独立的你。

爱情，不过是一道下酒菜，有甘甜，也有辛酸。它注定成不了主食，因为它根本就填不饱肚子。

人生不只有爱情，获取幸福的途径也不只有婚姻这一条路。

实现自我价值，成为一个温暖、谦和、知性、优雅的女子，将会是你终生的财富。

第一章

错过的，都不是对的人

1. 你单身的真正原因 003
2. 谈恋爱，就得找个聊得来的 009
3. 喜欢你的人，再忙都有空 014
4. 那些前任教会我们的东西 020
5. 爱一个人的最好方式 024
6. 我是喜欢你，但也请你走点心 030
7. 任何时候都不要爱他胜过爱自己 034

第二章

失恋不是世界末日

1. 找个愿意陪你说话的人结婚 041
2. 一直等下去，真的会遇到对的人吗？ 046
3. 如果他不爱你了 052
4. 失恋不是世界末日 056
5. 如何正确报复前男友 062
6. 你爱的人为什么不爱你 066
7. 爱一个人，就是甘愿为他去改变 071

第三章

抵制诱惑，拒绝暧昧

- 079 1. 吵架最见人品
- 085 2. “想睡你”和“想娶你”是两码事
- 090 3. “我配不上你”只是一个借口
- 094 4. 暧昧不等同于爱情
- 101 5. 不是他不懂你，而是你太难取悦了
- 108 6. 这世上只有一种男人最值得嫁
- 112 7. 他的冷淡绝不是空穴来风

第四章

自我提升的重要性

- 119 1. 单身是最好的升值期
- 126 2. 姑娘，你不努力挣钱，你想指望谁
- 131 3. 你这么刻薄，难怪没人喜欢你
- 137 4. 二十出头，有件事比谈恋爱更重要
- 142 5. 受欢迎的姑娘，自带撩人属性

第五章

更好的你，会遇见更好的他

1. 为什么你总是遇不到合适的人? 149
2. 鞋要挑舒适的穿，人要挑合适的谈 155
3. 温柔，是俘虏男人的最佳武器 159
4. 女人为什么要经济独立 164
5. 真爱一个人，就不要急于对他太好 171
6. 什么样的男人值得深交 176
7. 他是不是真心喜欢你，其实很好判断 180

第六章

读懂自己，读懂男人

1. 三观不合，不必将就 187
2. 驾驭男人三部曲 192
3. 你跟他适合结婚吗? 198
4. 别成为男人眼里的廉价女人 204
5. 如何让他对你变得主动 209
6. 为什么有些男人在追到你之后会变冷淡 214

第七章

成为一名优质伴侣

- 223 1. 男女相处最忌讳的两个字
- 229 2. 男人只会珍惜一种女人
- 234 3. 为什么姑娘们宁愿单身，也不愿意谈恋爱了
- 239 4. 怎样让他对你死心塌地
- 244 5. 千万别让自己成为“巨婴型伴侣”
- 250 6. 远离那个背叛了你的男人
- 255 后记

错过的，
都不是对的人

第一章