

遇见懂爱的自己

王珣♥著

100个幸福的理由



我希望，
能给你幸福，
能成为你的幸福。
你是我的幸福，
我是你的四叶草。

ness 100 reasons of happiness. 100 reasons of happiness. 100 reasons of happiness.

团结出版社

正在引发『寻找幸福』的热潮。

这本书

满怀希望——努力付出——学会了爱——收获幸福

刘若英 大S 张德芬 星云大师
诠释幸福真谛

与200位博友面对面倾心交流
100个关于幸福的温暖答案
360°全方位捕捉幸福瞬间

asons of happiness. 100 reasons of happiness. 100 reasons of happiness.

国内超人气女性情感博客
『芙蓉树下』温暖心灵的励志新作



芙蓉树下

王珣 FU RONG SHU XIA WANG XUN



100个幸福 的理由

团结出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

遇见懂爱的自己 : 100 个幸福的理由/王珣著. —北京: 团结出版社, 2011. 1

ISBN 978 - 7 - 5126 - 0303 - 5

I. ①遇… II. ①王… III. ①女性 - 人生哲学 - 通俗读物

IV. ①B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 242668 号

出 版: 团结出版社

(北京市东城区东皇城根南街 84 号 邮编: 100006)

电 话: (010) 65228880 65244790

网 址: www.tjpress.com

E-mail: 65244790@163.com

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京大运河印刷有限责任公司

开 本: 880 × 1230 毫米 1/32 开

字 数: 130 千字

版 次: 2011 年 1 月第 1 版

印 次: 2011 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5126 - 0303 - 5/B. 121

定 价: 25.00 元

(如果有印装差错, 请与本社联系)



自序

很喜欢“妩媚”这个词，用来形容女人美好可爱的姿态。女人可以不美，但不可以不媚，少了这样的姿态，女人的生活就几乎被辜负了大半，又何来多少发自内心的快乐，不再舍得离开幸福？而所谓风情，也就是指女人生出的那些妩媚的心境。在那里，世界博大宽广，生活美好平静，情感温暖缠绵，琐碎的日子里也深藏着让我们感动的点点滴滴。己心妩媚，则世间妩媚，这样的女人，即便独自跳着芭蕾，相信天地也会为之倾倒。

很多女人终其一生都在执著地寻找真爱，却唯独忽略了我们内心的欢愉才是获得真爱的希望和源泉。一直认为，爱情是一场等待中的遇见。如果你迟迟不能快乐地上路，哪来的邂逅，又让哪个人看到你最美丽的轮廓？凡是幸福的女人，都是有着生活信念的，能够做到真正的经济独立和情感独立，然后优雅老去，与爱情无关，与男人无关，与年龄也无关。亲爱的，就住在那红尘的边上吧，一边是烟火人间，让我们无限地执著与眷恋，一边是清雅时空给我们无尽的婀娜与恬淡。女人，与其痛苦相爱，或是凄惶守望，不如在这般妩媚的心境中优雅地老去，而顺路收获的

一定就是幸福了。

繁华喧嚣的城市，其实是最冷清寂寞的。如果没有人可以相互取暖，那我们总要给自己一个理由，让自己暖暖身体。经历世俗的磨砺与风雨的时候，内心却可以永远有一片纯洁平静的水域，鸥鸟划过，云淡风轻，供我们休憩，供我们遐想，供我们陶冶性情，洗去灵魂的疲惫风尘。我们活着的日子很短很短，却要死去很长很长的时间，所以每个人都对这红尘里的短暂人生无限流连。于是，我也把爱情、婚姻、宽容、希望、勇气一写再写，因为它们才是生命最本质的温暖，也是生活给予的奖赏，辜负了是自己的悲哀。也在此向喜欢阅读的女子致以我的敬意，当书中的文字变成你的快乐时，它才会具备现实的意义。

与其说诅咒黑暗，不如自己点燃灯火。当我们的的心灵可以散发出光明和温暖的时候，那你的眼里将不再有天黑；当我们的的心境可以妩媚出欢愉和滋润的时候，那你的情里将不再有寒冷。而这一切又都是我们手中的丹青，有时候只需轻轻几笔，淡淡地加以笔墨，那繁华上就有了我们幸福的绽放，那寂寞里就有了我们浮动的暗香。

己心妩媚，则世间妩媚。心境不一样了，你才会发现，原来沧海桑田才是最神奇美妙的风景，原来童话故事都来自于生活的丰富演绎。振翅飞越沧海，勇敢穿越桑田，当我们终于抵达人生的彼岸时，妩媚就成了摇曳在风中的一种坚守。然后，请深深地感激，在自己曾经的旅途中，那些开过的花，发生的事，邂逅的人……

——王珣





第三章 幸福就像狗尾巴/63

别以为没钱的就是好男人 65

当鲜花插在了牛粪上 67

坏男人也有他最爱的女人 70

会“闹”的女人最幸福 73

拒绝做贤妻良母 76

女人为爱疯狂要趁早 79

女人应该感谢男人的决绝 82

喜新厌旧是女人的优点 85

想嫁人的女子别买车 88

第四章 好命女人，成熟比成功重要/91

单身女人一样过得精彩 93

女人走向成熟的十个标志 95

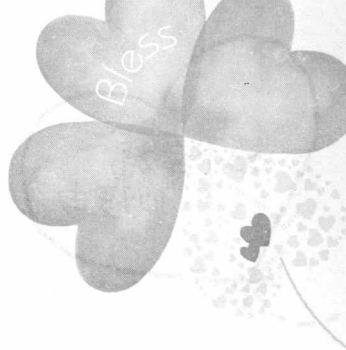
如何排解婚姻内的寂寞 97

写给女人的五个情感答疑 100

精致女人的修炼秘籍 103

有资本的女人才有资格拜金 106

智慧女人必知的二十句金玉良言 110



第五章 女性优势，赢得人心的法宝/113

女人和男人相处的快乐法则 115

小心嫉妒那支暗箭 119

做不成“杜拉拉”也别成“橡皮人” 122

女人撒娇不成也别撒泼 124

包，是女人的另一种风情 126

第六章 情商改变女人的一生/129

恋爱男女的吵架公约 131

女人最不能承受的一件事 134

破译男人的十个爱情密码 137

为什么帅哥娶的不是美女 140

现代爱情的十二条新规则 143

幸福的男女是一对欢喜冤家 145

眼里不揉沙的爱情 147

把爱变成一种好习惯 150

如何面对婚姻中的情伤 152

男人比女人更想有个家 155

给你的男人三次机会 159

这三件事不是男人的错 162



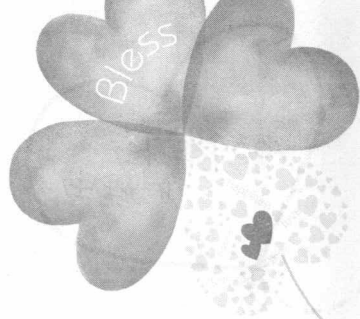
100个幸福
的理由

第七章 婚姻真相，一场爱的双人舞/165

- “70后”的婚恋在荡秋千 167
- 爱到转身时 171
- 和婆婆站在同一个战壕里 174
- 还婚姻一个真面目 178
- 婚姻是限量版的爱情 181
- 结婚后的男人比女人更宽容 184
- 离婚的男人像只流浪狗 187
- 失意的男人别趴下 191
- 幸福，就是留住那个人 195
- 幸福的女人是男人的左手 198
- 在婚姻里读懂爱情 201
- 丈夫为何物 203
- 有些伤害，只说三天 207

第八章 闭一只眼看男人/211

- 扔掉男人廉价的感情 213
- 多情男人是路上的桃花 216
- 工作中的男人最迷人 218
- 看钱识男人 221
- 忙碌的“小男人”最可怕 224
- 没有担当的男人是一摊泥 227
- 男人不能说的秘密 229
- 男人看不见自己的愚蠢 232
- 优秀的男人不一定爱你 234
- 有一种男人是矛盾体 237



第九章 出走，寻找下一站幸福/239

旅途中的陌生人 241

两个人的江湖 245

山楂树之恋 248

西湖边的传说 251

用整个生命去开花 253

阅尽千帆 256

第十章 败犬女王，活出全新的自己/259

大龄女性对爱情最没免疫力 261

单身男女中正在流行一种“病” 264

《非诚勿扰》揭示婚恋残酷真相 267

女人要学会独自面对生活 271

随时做好放手的准备 274

深情难抵伤害 278

失爱期的女人不要忘记爱自己 280

100个幸福的理由

第十一章 懂爱的女人，活在幸福的当下/283

在青春里飞扬过的爱情 285

女人二十，最重要的是选择 287

女人三十，真正的美丽才刚刚开始 290

三十五岁是女人的分水岭 293

四十岁的女人最有魅力 296

爱是一枚沧海遗珠 299

好爱情VS坏爱情 301

爱，隐藏在幸福背后 303

美丽的女人不要在爱情里哭 305

智慧女人懂得善待自己 308

Bless

每天一个幸福的理由

第一章

h
a
p
p
y

01

女人其实有无数个理由能让自己幸福，

学着每天为自己找一个，

把爱变成一种好习惯，

幸福才会舍不得离开。

我们在此相遇，

或淡淡一笑擦身而过，

或牵手相伴浪迹天涯。

从前的一切，

轮回到现在都是过眼云烟，

现在的我们可以从容与优雅地笑着满地黄花，

在风雨里执著勇敢地等待天亮……

Love

每天一个幸福的
理由



今天的北京大风降温，寒冷裹着冬天的凛冽呼啸而至。一时间落叶纷纷，尘土飞扬，一片萧瑟，恍如失魂落魄的行人。街上的人们都行色匆匆，紧紧地捂着嘴巴，裹着衣服围巾，最烦心的是女人们的头发，在狂风中再没了平日里美丽的模样。

原本是个糟糕的下午，走在大风里，不过阳光正好，看满大街的行人慌乱躲避，我忽然想起了一句歌词：“谁把你的长发盘起，谁为你做的嫁衣？谁看了我给你写的信，谁把它丢在风里……”当年初恋的那个小帅哥早已不知去向，而现在的我也已经有了自己最好的生活。于是，昂起头迎风微笑，今天的我是这般的幸福。

生活的真实或许会使很多人的心渐渐薄凉，而情感的真相也一直在残酷危险的边缘游走。向左走，还是向右走，最终都是自己的选择，无法去抱怨生活的不公或是情感的背叛。面对选择时的懦弱和逃避，才是造成接连不幸和阴霾难散的原因。其实生活一直是公平的，情感一直是温暖的，只是你丧失了勇气 and 希望，所以才会总是觉得自己不幸福。活得不幸福的人多半都有着一样的状态，抱怨充斥着琐碎和烦恼的生活，伤心痛苦纠缠着自己的

心灵。但深究下去，不幸福的理由实际上不过是些无病呻吟，别人越是安慰还越是觉得自己亏大了或是倒霉透顶。如今，晒不幸福也成了一种时尚，因为这样的人缺少感知幸福和拥有幸福的能力，开始时或许还只是矫情，演变到最后就真的变成了最不幸福的一类人。

不幸福，几乎已经成了很多人生活的常态，钱多钱少的，有家没家的，爱来爱去的，人来人往的。为什么你总是过得不快乐、不如意？难道就不能找出一个让自己每天幸福的理由吗？幸福这件事情，说小不小，要温暖，要爱心，要勇气，要坚持，要追求，要努力，要付出，要得到，有时候甚至还要天时地利人和；可说大却又不大，一个眼神、一段回忆、一抹微笑、一通电话、一行文字，或许都能使我们在瞬间就感觉到了幸福的味道，收获满满的快乐。生活和生存，学业和事业，爱人和被爱，每一天我们都在重复着同样的事情。快乐和不快乐我们都是一样地过，可如果你能拥有一个幸福的理由，从而淡去了种种烦恼和寂寞，远离了种种伤害和痛苦，那幸福就会常伴在你生活左右。

亲爱的，每天都为自己找一个幸福的理由吧，哪怕只是为了某一天能在这样的风里，和初恋擦肩相遇，让他看到一个没有老去的你，一个依旧荡漾着微笑的你。记得有人说过，路人甲也会是幸福的……

没有什么伤会比情伤更重了，那是一种对心灵的刺痛，所以一伤一个准，一个比一个深，却又让人在爱里百般难舍，在恨里千种不堪，在回忆里万般萦绕。情感上受了伤是无药可医的，只能自己慢慢地养，即便是已经奄奄一息了，也得硬撑着。这样的伤不会死，只会痛，痛到想死，不过请只绝望一小会儿，然后就要接着挣扎。哪怕因此生生剥落了身上所有的鳞片，也不能停止挣扎，因为只有这样才能看到希望。

爱，其实是需要适可而止的。不论你处在什么样的状态里，爱自己太多都免不了变得自私冷漠，而爱别人太多又免不了变得卑微渺小，结果都是失去爱。没有爱，就没有伤了，可谁又能戒掉爱？那比戒毒还难。就算你看破红尘，小院青灯下就不曾飘回一丝往昔的云烟吗？也许我们能够从此不谈爱情，可内心深处总会留有一方角落不能触碰，而那里永远柔软。我们因为有了丰富的情感世界才被称之为人类，也得以享受到因爱而带来的温暖缠绵。只是，有爱的地方就会有伤，这是怎样的一种难过？又有多少人走不出来？只须看看如此繁华却寂寞的城市灯火，就知道有多少颗心在这样的夜色里伤到不能问，痛到不能说。

当我们爱上一个人的时候，就从心底开出了一朵花，接受阳光雨露的呵护，也绽放着最美丽的情怀，妩媚着这个世界。于是，生活也由此五彩缤纷，即便阴霾连天也有人为你挡风御寒，这是爱的美好。可爱情里的永远有多远？不过是爱有多久就有多远。爱，会走走停停，与你生离死别，与你缘聚缘散，与你千回百转，这便是爱的残酷。我们爱的那个人会变，相拥和转身之际，可能就已经陌生成不再是从前；我们自己也会变，爱与不爱之间，可能都已经回不到昨天。爱走了或伤了，我们心底的那朵花，也就凋谢了，于是一切都面目全非，风景变成了废墟。或许是突然地跌进风里，连哭泣都没有人听见；或许是不甘地在枝间飞舞，连怨恨都是如此的哀怨；或许只是悄然地一瓣瓣飘落，连眼泪都是如此的冰冷。决绝，有时候也是一种美丽，为何要在枝头等到叶儿也落尽？

只是，花谢了花还会再开，不要忘记心灵就是爱的沃土。失去了一段爱，经历了一次伤，不过是那一朵花谢了，而我们的心灵还拥有四季的斗转星移，循环更替。情感重伤后，不论你是选择放弃还是坚守，都是一轮新的开始。要先养好自己的伤才能真正地坚强面对，在废墟上重建精神家园。你当然需要足够的时间，这其中还会有和眼泪的纠缠，和痛苦的碰撞。先摆正自己的心，再去看别人，再去看曾经坎坷的情路，也许已经烟消云散，也许已经了无痕迹。

在情感重伤里一朵花谢了，就要坚持着开出另一朵花。那适可而止的爱里保存着我们生命的尊严与勇气，任何时候，都能够支撑我们绽放的幸福。

“男人都不是好东西。”如果不是人品有问题的话，男人的缺点和毛病都是可以随着年龄的增长而改变的，特别是在一些好女人的爱里。男人和女人的好与坏都是相互的，有多少坏男人也就一定有多少坏女人。说这种话的人自己首先就已经失去了做好女人的根本，那你觉得你还能得到好男人的爱与珍惜吗？

“嫁个有钱男人就会有幸福。”就算你削尖了脑袋，用足了心思，成功嫁给了有钱男人，可你之后就会发现，婚姻里的很多问题都是用钱无法解决的。而且幸福的指数和钱的多寡不成正比，不幸的指数却会随着钱的增加而增加。再说，目的不纯的情感关系是长久不了的，但如果能忍的话，你或许能做一个长久的有钱的“怨妇”。

“出名要趁早。”其实我们的一生都在不断地成长，在这个过程中每个年龄段都会有惊喜和忧伤，成功和失败。过早地追逐名利，甚至拔苗助长，也必定会失去一些最本质的快乐。现实生活中不乏一些早早成名的例子，但更多的只是昙花一现，时间逝去，就再也找不到原先的辉煌。

“房子比男人更重要。”加上如今“独立”好像已不是女人的