

# 《其实没那么爱他》

## 图书基本信息

书名：《其实没那么爱他》

13位ISBN编号：9787539995300

出版时间：2016-12

作者：[美] 丽姿·塔西露（Liz Tuccillo）

页数：304

译者：高璇

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《其实你没那么爱他》

## 内容概要

在纽约市一个清新凉爽的早晨，38岁的单身出版宣传员朱莉，接到好友乔治娅一通歇斯底里的电话。两个礼拜前，乔治娅的丈夫为一个森巴老师离她而去，在乔治娅的压迫与请求下，朱莉不得不帮助这个自暴自弃的好朋友，把单身的朋友一个一个找来，要为乔治娅举办一场女人的狂欢派对。出乎意料地，那一夜晚，却帮助她自己觉醒。Julie恍然大悟，这群单身女生朋友之中，没有一个真正享受单身。

爱丽丝，原本是一位机智、聪明、专业，也很性感的法律援助律师，就在几天前毅然决然辞职了，决心以「约会」为新的「全职工作」。塞丽娜，每天忙碌的工作，到了最后才了解到，她不是选择单身，而是压根没有时间寻觅伴侣。而露比，这个曲线美好又富有同理心的善良女人，正为着她那死去的猫哀伤了好几个月。

朱莉厌倦了在曼哈顿的单身生活，决心启程进到世界，去了解世界各地的女性如何面对这个「可怕的现象」。从巴黎到里约热内卢；从悉尼到峇里岛；从北京到孟买，再到雷克雅维克。朱莉旅行世界，坠入爱河、心碎，也拥抱了世界。

# 《其实没那么爱他》

## 作者简介

丽姿·塔西露Liz Tuccillo

作者、编剧、导演、演员。

电影&畅销书《他其实没有那么喜欢你》共同作者，曾任《欲望城市》编剧，《其实没那么爱他》原名《单身指南》改编电影于2016年2月搬上大银幕！故事讲述了在纽约生活的一组人互不相干、但又相互交织的情感经历，与新线以前推出的《他其实没有那么喜欢你》（He's Just Not That Into You）和《情人节》（Valentine's Day）比较类似，不过时间跨度比较大，有十年之久。

畅销书《他其实没有那么喜欢你》曾是全世界最热话题书！两个月内狂销120万册！《纽约时报》畅销书排行榜第1名！亚马逊畅销书排行榜第1名。

# 《其实没那么爱他》

## 书籍目录

### 规则一

女人有自己的圈子，才有长久的幸运

就算有人生伴侣你也会孤单，当你失去了伴侣，朋友便会将你的孤独变成狂欢。

### 规则二

当你清楚自己是谁，就不怕别人怎么说你

癫狂只会让你难堪，看清自己，看清事态的女人更淡定。

### 规则三

女人勇敢的后果就是瞩目耀眼

静心地感受内心真正想要的，不去抗拒，不做后悔的事。

### 规则四

不念过去，不畏将来

放下已经不被善待的半个人生，勇敢活出未来

### 规则五

要有一双火眼晶晶分清性和爱

内心的欲望需要释放，只是你要找到爱的人

### 规则六

情逢敌手，见招拆招

三十六计，七十二变，想用哪招用哪招

### 规则七

即使绝望，也不掩饰

感情不过就是在绝望和奇迹中互换，要么爱了，要么不爱，不用刻意掩藏。

### 规则八

你只是“小女生”，给自己软弱的机会

别伪装成汉子一样强迫自己坚强，请记住自己只是个姑娘

### 规则九

女人的责任感是生命的延续

女人的责任感不仅让自己的生命得到延续，也让他人的生命得到升华

### 规则十

失去爱情，并不意味着失去了爱

亲情、友情、承受孤独也都是你美好生活的组成

### 规则十一

享受每个独身自立的时刻

有任何情感交集的时刻，那个你独身自立的瞬间，转瞬即逝。

## 《其实你没那么爱他》

### 精彩短评

- 1、起初是经过朋友推荐这本书看到封面挺吸引人，让我遐想这本书的爱情到底是如何？是不是这个爱情故事给男主角带来我所不知道的事，特别好奇！  
读完这本书，发现这本书跟我起初预料的不一样，让我读起来有不一样的收获~~女主角朱莉是宣传出版书籍的工作者，讲述了朱莉起初因为朋友爱情失败事情到后来周游世界，去不同的地方，看到和接触不同的故事，并且是如何的过属于自己作为女性该有独立自强的生活，直到后来她还是那么乐观，正能量，积极向上，并且相信所有都会有奇迹的美好愿望！  
读着这本书，我回忆起以前，想到以前我单身的时光，都说时间是能检验一段爱情的唯一方法，其实在我看来时间还是安汤，每个人生命中都会有遇到下一个人来填补那段缺失，每个人都知道爱情只是生活的一部分，顾此就会失，不要太紧紧抓牢，女人还是要轻松一些最好。
- 2、一本让我对爱情观开启另一种看法，外国人对爱情的方式果然就是不同，值得学习的地方很多。  
独立的女人更美丽！还要再看的书
- 3、挺不错的
- 4、当看到书的封面写着美剧《欲望都市》金牌编剧作品，我就迫不及待要看了。  
作者以笔下主角朱莉，和她四个同是剩女的闺蜜，五种鲜明个性不同的经历，去分享她们的爱情故事。同时，朱莉又以她的环球之旅，带我们游历纽约、巴黎、罗马、里约热内卢、悉尼、巴厘岛、北京等地，感受当地单身女性不同的爱情观。
- 5、看到书名，想到了一部电影
- 6、看的透彻也许才会说出这样的话
- 7、Liz Tuccillo以她一贯高潮迭起、幽默、让人产生共鸣的语调铺陈。《其实你没那么爱他》要激起每一个勇敢心灵内心的冒险瘾子。重新拥抱自由、爱，与自己。
- 8、爱情，如人饮水冷暖自知
- 9、你所以为的爱，并没有那么爱
- 10、也许只是时间久了是一种习惯罢了；也许放不下的只是那个执着的自己，并不是爱本身。也许你没那么爱他
- 11、真正爱的应该是自己
- 12、感情的世界，又脆弱又强大，又残酷又温暖。
- 13、就爱看这种风格的书
- 14、喜欢这本书的最初理由就是这本书的名字，可是到手后又因为出差迟迟未读，回来后就静下心来，看是不是说明和自己想的一样！最初的喜欢完全是自己内心总是觉得自己的另一伴很重要，没有了他不知道如何是好，当然这种情况下往往会爱得多的一方也是委屈最多的一方！往往不敢想象失去了对方自己的生活会不会一团糟，自己会不会失去了方向！可是从这本书看来，人不应该把所有的经历都集中在一个人身上，更不能把对方认为是自己的全世界，每个人都应该有自己的空间，有自己的思想！不要害怕单身了而去和不在爱的人凑合一辈子，单身也可以过得很精彩！孤独并不可怕，我们应该学会享受孤独，这样才能宠辱不惊！单身的女人不应该是邋遢的，让人侧目的，应该是单身后享受的开始，好好宠爱自己，做自己想做的事，做自己一直没有时间做的事！把单身也过的精彩！
- 15、书里错别字太多，而且并没有给我带来新的东西。整本书很混乱，人物心理描写莫名其妙，剧情转折很生硬。看到一半，真想不看了算了.....
- 16、爱他 爱自己。
- 17、选材新颖，5个35+的单身女人，在追求爱情的道路上不断尝试，不断碰壁，最终在冰岛重新放过去，勇敢追求自己真正想要的人生。书中第一人称的朱莉，在巴黎、罗马、巴厘岛、巴西、中国、印度等国家采访不同的单身女人，了解她们对婚姻对单身的看法，很有趣。
- 18、首先适合大龄单身女性，其次书中有些内容适合已婚已育的女性
- 19、总以为会有一个人是自己的一切，然后遇到了就惰性的依靠着。其实你没那么爱他只是自己的依赖借口吧！完成独立的自我，在世界上找到自己的路，也许才是最美的人生！
- 20、要拥抱世界
- 21、这是一场妙趣横生的阅读盛宴，作者以一针见血的现实和爆棚的幽默感将不可能变为可能，跳出固定的思维模式，重建女性独立思考，自我觉醒的意识，诚挚地表达出对爱、独立和自由的追求，使

## 《其实你没那么爱他》

你爱上故事里的每一个角色。

22、我喜欢的是你喜欢我的样子，不喜欢我了那你去你妈的吧 始终相信精灵和奇迹

23、【送书活动】免费送全新纸质书，数量有限，送完即止；有兴趣的朋友可以豆邮我了解！豆邮时请注明书名

24、只是为了爱去爱他吗？

25、都是三天前，都是五星级...水军死全家。

26、爱的世界，如人饮水，冷暖自知

27、你要知道，你爱她的同时，她也爱你

28、其实你没有那么爱他，你更爱自己

29、把女性对于爱和自由 以及追求独立的那种感情写的美妙，身为单身的女性，这本书也让我产生了很多共鸣 都市女性值得一看

30、挺好看的一本书，最爱的还是应该是自己。

31、挺好看的故事

32、更要爱自己

33、很有意思

34、被how to be single吸引 可以不看 不咋的

35、其实你没那么爱他，人生而孤独，你要坚强。

36、大龄单身女性自救指南。

37、内心的饱满远大于周遭的声音。

38、好书，值得一读

39、看完了，开篇描写了下开放性婚姻，节奏很快，后面的描述有些疲软，整体来讲写的是全世界的单身女性对婚姻及单身生活的看法，以及对此作者的一些感悟，所以，你愿意为了找一个一生挚爱，你的期望是多少，你又愿意为此去付出多少？愿我们都能变成更好的自己。

40、期待，其实没那么简单！

41、看过电影了，深刻，有共鸣。恋爱也许理性。

42、不错，值得一读！

43、其实你没有那么爱他，适合女孩子好好读一读

44、这就是一部理性看待单身的生活宝典

45、很有意思的一本书 在五个主角身上都能看到自己的影子 可能我们每个单身女生都是这样的吧？会穿梭于各个角落只为撞见那个对的人；时而怀抱希望时而又认定自己会孤独终老；为了能迎接未来的他拼命地成为更好的自己；每当遇见一个有好感的人便会期待他就是自己的真命天子。但同时，我们又热爱着自由，不愿意被束缚，但是我相信，总有一天，有个人会出现，他不会折断我自由的翅膀，而是会在此之上洒满太阳的光辉。

46、因为一场派对，朱莉顿悟了，跑遍了巴黎、罗马、澳洲、印度、北京，只是为了寻找自我，在旅途中，她遇到各种不一样的男男女女，通过他们的故事，朱莉满满的意识到自己丢掉了什么，找回了自我，寻找到了属于她的爱情。让我们不得不反思一下自我的状态。怎么样去爱一个人，怎么样来爱自己。

47、不念过去，不畏将来；放下已经不被善待的半个人生，勇敢活出未来！

48、我从来不相信爱情是生命的全部，所以我一直不能理解那些在爱情中死去活来的，好像她们的世界，她们的生活中就只有爱情，时时刻刻地围绕着爱情，围绕着另一个他生活，甚至为了对方盲目的改变自己，直到把自己改的面目全非，改到对方再也不爱你了，你的世界就此崩塌了，然后，你，迷茫了，世界之大，何去何从？这本书就是帮自己，尤其是帮女性朋友在自己还处在单身状态时，如何理性地去正确对待自己，对待爱情，就像作者所说：我们必须像罗马人一样热情地去爱自己，充满欢乐、热情与自信，像骄傲自尊的法国女人一样爱自己..... 每个人对待爱情的观念不一样，有的是单身女性的典范，她们的生活有趣、充实、自然，但不能排除仍然有在爱情的空隙中得过且过。我们，也应该正确认清自己的爱情观，在爱情到来之前，好好爱自己，独立的生活，骄傲的生活

49、一个人，也可以过的很好。

## 《其实你没那么爱他》

### 精彩书评

1、上大学的时候深夜里不睡觉看了一部当时特别火的电影《他只是没那么喜欢你》，一边看一边自嘲，女生在爱情里还是处于不利的地位。刚开始特别心疼cici，仿佛在她身上看到了自己，但是故事的结局还是可以的。没有想到有一天会读到《其实你没那么爱他》，第一反应就是这个作者和那部影片有什么关系，然后就发现原来是一个作者。只是看问题的角度有一点点变化，不过最终归宿我觉得还是为我们女性好。这本书讲了几个女人的爱恨情仇，我很佩服爱丽丝，这几个女人中也最喜欢她，很爱她的个性，也总觉得自己和她很像。看了她们几个的故事，觉得其实有的时候我们因为一些原因和丈夫离婚，和男朋友争吵闹分手，为非是想得到更多的关心，更多的爱，可是有的时候就是事与愿违，就像是乔治娅，如果她没有把戴尔为她做的所有的事情当作理所应该，那么他们也不至于走到离婚的那一步。婚姻中更多的是需要彼此互相尊重。虽然最后他们离婚，但是我觉得离了婚的她也没有什么损失，得到了好几位朋友，所以我想说失去了婚姻爱情也并不是失去了爱人的能力。爱丽丝是个特别仗义的姑娘。不止是恋爱，对待工作或者陌生人她都可以拔刀相助。相处了五年的男朋友突然有一天说不想结婚，而分手的原因竟然是因为不能够承诺，我只想说哪个姑娘的青春好像不会结束，她的青春难道就该浪费在人渣身上吗？一个女人从三十三岁陪你到三十八岁即使不是最美好的年纪也是繁花开到最美的时候吧，唯一值得庆幸的是爱丽丝这个人敢爱敢恨，她敢于和过去说再见，而且她知道自己想要什么，这样的女孩子丢掉的并不是一份不合格的爱情，而是一段早该舍弃的包袱。我最喜欢她的一句话“你知道，无心插柳柳成荫，说不定在你最不经意的时候，在你最不期待的时候，你就遇到了那个他”。这是一种境界，更是一种人生观，我很喜欢她。塞丽娜是印度教学生，她相信静归万物，但是我觉得这个刚开始有些“作”，说不喜欢单身派对，说不吃肉，只吃素，可是最后往往是相反，她很享受被爱的感觉，我觉得一个女人如果在一段感情里会有这种想法，真的是挺危险的。单身其实也并没有什么不好，就像她们几个，不用带孩子不用看老公男朋友脸色，可以在酒吧肆意的按照自己的想法玩，可以和不同的男人约会，可以晚上不用准时回家。最重要的是单身能够让你清楚认识到你自己想要什么。露比其实挺可爱的，因为猫咪去世，闹得跟自己家人不在一样，可以看出她是个很重感情的孩子。一点心机也没有，但是也是一个小花痴，特别单纯。而朱莉，我最喜欢她妈妈的一句话“把幸福不需要男人的训诫视作珍宝，我可以做想做的事情，成为想成为的人，不需要通过男人实现”。现在很对人谈恋爱或者结婚都会特别的现实，而且一般都是看一个人的经济能力，把自己的幸福交付于一个男人的经济情况，我不觉得这些东西可以引以为傲，现在是新时代不是旧社会，男女是平等。所以，很多时候你会发现，其实你和你的男朋友或者之前的男朋友相处的时候，你更多的时候可以发现，你不是真的爱他，如果你自己和自己进行一次深层次的对话你会发现有男朋友和没有男朋友是没有差距的。把自己关在一个小屋子，拿一张白纸，一根笔，开始在这张纸上列出你想要的，然后一一排除最后只剩下一个，在这个过程中你或许会哭，会因为做选择而纠结，但是最后你只会选择出一个，所以那个所谓的男朋友或者老公，我觉得这个答案肯定不是你最后留下来的。看这本书的时候，我本就一直坚信我不会随便将就一份感情，看完之后更加让我对单身有了重新认识。有的时候你失去一个男朋友或者老公，你失去的只是一个人，而不是爱人的能力，而且你根本不会知道如果一份是一份错的感情，那你根本想不到以后你的世界会有多少色彩缤纷的事情出现。所以这本书，真的特别值得看看。

2、“你有多爱一个人？”“很爱！”“很爱是多爱？”“我觉得我失去他我会很难过，我不知道生活里还有什么事情是值得我开心的。”“那么他如果真的要离开你呢？”“我会挽留他，我会求他！”“但是你真的必须要离开你了吗？”“我.....”女人们总是容易陷入一段感情，很投入很投入，把这段感情和这段感情的对象代入到生活中的点点滴滴里面去，想着自己再不是一个人生活，而是两个人。逛超市的时候，习惯也买一些对方喜欢的食物储存在家；想着把自己的房间装饰的更加温馨一点，让生活的地方更像一个家；逛街或者网购的时候，会去逛逛男装，给自己买东西还要深思熟虑，但是给对方买东西却毫不犹豫；当别人说起哪部电影不错，哪家餐厅不错的时候，你第一时间想的就是和他一起去试一试；你尽量把周末所有的时间都腾出来，等着他来安排；你慢慢改变自己的习惯，然后发现自己的喜好和他越来越像.....所以，当你已经习惯把所有都寄托到那个人身上的时候，他却说他不要再参与你的生活了。我知道，那一刻，你肯定很绝望，你无法适应那段没有寄托的生活，但是你必须接受。因为只有你接受了，你才会发现，其实你是可以接受的。可以自己一个人去旅行，去吃好吃的，你可以做很多很丰富的事情让自己过得更好。但是，很多人也同

## 《其实你没那么爱他》

样会说，其实我单身一个人，我也不快乐。为什么呢？因为太过期待了，有了太多的期待才会无法更好地维护一段感情。因为你把得失看得太重。小说、电影、电视剧，里面的女主往往都是傻傻付出那种，但是要做一个真正幸福的女人，在爱情里你也必须是要聪明的。你要知道，这个人总是可能会有离开你的理由，你也许无法根除这些理由，那么你能制造更多让他不能离开的理由，当然，在你认真付出的同时，你也必须了解到，你可以接受这个人离开你。你可以温柔体贴，但是你不能一味附和，你要有自己的社交圈子，自己的事业，自己的朋友，你们需要有一个空间是对放不了解的，充满好奇的。你可以爱他，但是你不能迷失自己。你要给他充分的自由，没有人喜欢被束缚住，即使是爱人也一样，他也需要有一些无伤大雅的玩笑，那么久随便他去吧，不要总是斤斤计较。还有，最重要的一点，千万不要要求他爱你。一个男人爱不爱你，其实你比谁都清楚。不要委屈自己求他爱你，因为爱是求不来的，也许你放下所有求来的只是他的一时心软而已，你终究抓不住他的。其实你真的可以生活的很好，一个人或者一群人，而不仅仅只是两个人。我希望做一个很认真爱，但是也可以认真失去的人。最好的爱情观，大概是做好了白头到老的打算，但是也做好了你随时要走的准备。



# 《其实你没那么爱他》

## 章节试读

### 1、《其实你没那么爱他》的笔记-第67页

朱莉的世界之旅还在进行中，遇到各种各样观念想法不同的人，让朱莉也慢慢开始变化着，慢慢开始爱自己

### 2、《其实你没那么爱他》的笔记-第15页

就算有人生伴侣你也会孤单，当你失去了伴侣，朋友便会将你的孤独变成狂欢。

### 3、《其实你没那么爱他》的笔记-第218页

“你们以为世界上的时间都属于你们吗？你们以为为了无牵挂的生活真的那么好玩吗？你们以为你们还有很多选择吗？但事实上并不是这样的！你们不会永远让男人簇拥着，宠爱着：你们不会永远这样年轻！你们也会变老，你们会更加清楚自己想要什么。你们现在不愿意找一个踏实稳重的男人安定下来，但你们到时再看看，最终还会有多少男人可以让你们跳来跳去。到时你们不只是单身，面临的还有不能有自己的孩子！”

### 4、《其实你没那么爱他》的笔记-第77页

接着，我们火速开往公寓，经过古罗马圆形竞技场。我很震撼：这些结构都没有围墙、大门或者玻璃墙保护。它们毫不设防地立在那里，默默地等候我们为它如痴如醉，接受一些涂鸦艺术家的、恐怖分子的、蓄意或者无意的一切破坏。我心想，如果非要这么死，也死得爽了。接着我抱紧了托马斯，试着品味罗马的辉煌。

### 5、《其实你没那么爱他》的笔记-第148页

他们是个活泼的爱尔兰乐队，很快舞池里就装满了喝醉了的白人跳上跳下。

### 6、《其实你没那么爱他》的笔记-第273页

### 7、《其实你没那么爱他》的笔记-第83页

随后跟托马斯吃饭的时候，我内心久久难平。那些女人--那些担心、热情、嫉妒、喜怒无常的女人--让我感到自己内心是如此干涸，在情感方面是那么无能。一个人要怎样才能相信爱呢？你怎么能不管不顾过去二十年中的所见所闻？我怎么会突然相信这些强大的情绪只不过是一些荷尔蒙的作用和幻想呢？我怎么会突然相信浪漫的爱情是真实的，切实存在的，而且还会很享受？我开始担心自己开始像一本活指南，一边想着，一边走进了一家位于圣彼得广场的小餐馆。托马斯已经在吧台那边了，握着一杯红酒。

### 8、《其实你没那么爱他》的笔记-第56页

“其实，如果你能记得，就是在你快要醒来的那一刻，并保证你有没有换气--就好像假装自己在睡觉，但其实已经醒过来了--这时候你会听到自己打鼾。”

我貌似就听到过，那时候还觉得是好神奇的一件事，自己听见自己的呼噜声。

## 《其实你没那么爱他》

### 9、《其实你没那么爱他》的笔记-第241页

亲情、友情、承受孤独也都是你美好生活的组成。

### 10、《其实你没那么爱他》的笔记-第186页

所以此时此刻，在去北京的途中，我感觉自己有些伤天害理，这事儿甚至有点肮脏，让人胆战心惊，心生恐慌如期而至。就在我上飞机前，我服用了一整片镇定催眠药，但飞机飞入云层后，我的胸开始有种抽搐的感觉。托马斯是在努力帮我摆脱这种恐慌感，还会仅仅让自己从其“家务事中逃脱出来，对此我很不确定——但他决定在去北京的旅途中做我的助理研究员。他听到我和坎迪斯通电话后，可能有点觉得我并没有把工作做足，于是便开始向我灌输他的所知所学。

### 11、《其实你没那么爱他》的笔记-第117页

我的问题是，我们这么想是有多伤心？一方面，不计其数的电影和爱情歌曲，还有我们自己的经验常常告诉我们，没有了爱，生命就是一个悲剧，这是可以想到的最糟糕的命运。另一方面，有人说我们的生活不需要男人，说我们是无可取代的人中龙凤。到底是哪个？如果我们众里寻他却一无所获，到底是一个悲剧，还是泥古非今、反对女权主义的井底之见、或者还是我们高估了爱情？也许不是被高估了，而是过于简单化了。也许我们不应该以再看那些电影、听那些音乐，让我们觉得坠入爱河、从此过上了幸福美满的生活，就像嚼口香糖一样不足为奇。他们应该告诉我们，真爱更像是中彩票。很多人一“赌”为快，但实际上中大奖的也是凤毛麟角。这取决于你关注哪个研究，美国有高达43%到51%的婚姻以离婚告终。事实上，普通美国人一过七十岁，就更倾向于独身生活。

### 12、《其实你没那么爱他》的笔记-第30页

我知道我厌倦了这一切。我厌倦了各种派对狂欢、服装衣饰、日程安排、车来车往、手机电话、喝酒聚餐；我厌倦了我的工作；我厌倦了，做的事情并非所爱，却无动于衷；其实，我厌倦了美国，厌倦了那些放荡不羁与得过且过。我停滞不前，筋疲力尽。

### 13、《其实你没那么爱他》的笔记-第85页

为了一个女人，勒伦佐宁愿把自己扔出窗户，或者假装这么做。这不是疯了？古往今来，为了爱情，世上有战火硝烟、王国覆灭，就连唱过的歌、写下的诗都源于爱情。在历史上，这些都是真实的，就是这种感觉。而在此时此刻，托马斯坐在勒伦佐身上，过来帮助他，很难去想托马斯有什么不完美的地方。我也很难不对他产生希望、欲望和设想。他无所畏惧，风趣幽默，毫不犹豫地安慰他心碎的哥们。他也可以像后卫球员一样把他制服在地上，他是一个好朋友，也是一个真正实现自我的人。

### 14、《其实你没那么爱他》的笔记-第47页

人们脱了鞋走进石庙，在肃穆的气氛中，人们开始严肃起来。

### 15、《其实你没那么爱他》的笔记-第30页

就在这时我灵机一动。我想跟更多的单身女性聊天；我想跟全世界的单身女性聊天。我想知道是否有人过着比我们更精彩的单身生活。其实我读完了自己买过的所有的指南类书籍，真是令人啼笑皆非——我还在寻求指南。

### 16、《其实你没那么爱他》的笔记-第97页

## 《其实你没那么爱他》

食物送上来了，是干肉、洋葱，还有一些像沙子的东西。

### 17、《其实你没那么爱他》的笔记-第33页

静心地感受内心真正想要的，不去抗拒，不做后悔的事。

### 18、《其实你没那么爱他》的笔记-塞丽娜是怎么单身的

塞丽娜是印度教学生。她相信静归万物。她追求臻于完美的生活，即便她已经单身四年。她认为这是完美的表现，而在她看来自己做得还不够。话又说回来，作为一个本身都没有充分实现理想生活的人，又怎能真正意义上成为别人的伴侣？

所以塞丽娜很努力。她是如此卖力，以至于把自己变成了迷宫一样的存在。我可怜那些男人，他们想要进入她离奇曲折的走廊，却走进了死胡同——节食、冥想计划、新时代研修会、瑜伽班、维生素养生、蒸馏水需求。她如果再这么努力下去，就会把自己孤立起来

### 19、《其实你没那么爱他》的笔记-第153页

感情不过就是在绝望和奇迹中互换，要么爱了，要么不爱，不用刻意掩藏。

### 20、《其实你没那么爱他》的笔记-第270页

### 21、《其实你没那么爱他》的笔记-第93页

所以我们就这样来到沙滩上，在我们住的酒店的马路对面。乔治娅穿着她的邦德套装泳装，我穿着男士冲浪裤，比基尼上身，滑雪裤，还有派克大衣。开玩笑，我还在今天早晨的枪战中慢慢恢复，其实是购物大狂欢。我们静静的躺着，听到三个女人用葡萄牙语说笑。我闭上眼睛，听不同的噪音。一个声音低沉，一个轻声细语，还有一个有些女孩子气。低沉的那个正在讲故事，其他两个女人说着笑着。我睁开眼睛，侧躺着看她们。讲故事的那个女人皮肤晒黑了，年轻又可爱，又高又黑，她的身体是缟玛瑙的颜色，美丽照人，她的另外两个朋友也一样漂亮。其中一个留着一头红色卷发，落在肩后，还有一个头发漆黑，留着可爱的短波波头。看起来她们还不到三十岁，穿着极小的吊带式比基尼。乔治娅站了起来，看到我在看她们。

### 22、《其实你没那么爱他》的笔记-第21页

那么问题来了，要负责让大家尽兴，现在这个时候，无论之前发生过什么，风险都越来越高。

### 23、《其实你没那么爱他》的笔记-第205页

别伪装成汉子一样强迫自己坚强，请记住自己只是个姑娘。

### 24、《其实你没那么爱他》的笔记-我是怎么单身的

“你找不到对象是因为你要求太高。”每当说到这个话题，爱丽丝总会这么说我。可问题是，我怎么没见她去嫁给第七大道与十二街街角水果摊的帅小伙，她不是对他挺有好感吗？她这么说是因为

## 《其实你没那么爱他》

我拒绝在网上约会。要是在过去，网上约会并不是什么光彩的事情，一旦承认则后果不堪设想。我倒是挺怀念那段时光。而现在，就算单身也不去网上交友，只是因为还没那么着急。网上交友如今被看作底线，是测试你可以为爱付出多少的石蕊试纸，就好像你的另一半必须、一定以及肯定会骑着白马在网上出现。他就在那儿等着你，如果你不花上1500个小时，喝上39杯咖啡、432杯饮料，吃上47顿饭去见他——只因你没那么想，活该你孤独终老。

### 25、《其实你没那么爱他》的笔记-第83页

过了一会，西西莉问：“朱莉，难道真的没有一个男人让你生气到想扇他耳光吗？”我低头看着我的卡布奇诺，说：“没有。”她们都同情地望着我，我抬头回望她们甚是羡慕。“那么你没有爱过。”丽娜说。

这段话为“爱之深，恨之切”做了生动的解释。估计狠狠爱过的人中十有八九会有过扇对方耳光的冲动吧。

### 26、《其实你没那么爱他》的笔记-第65页

乔治娅将视线移开窗户，沿着街道继续走着，努力保持着自己的骄傲，保持着自尊和尊严。她又走了两个街区，就开始哭了。她本以为对他大喊大叫会让自己感觉好一些，至少前五分钟是这样的。而她的单身生活才刚刚开始，无论自己怎么想，都还有许多需要学习的地方。

### 27、《其实你没那么爱他》的笔记-第130页

爱和不爱只是一个相对概念，即便没那么爱他，但于万千人海中挑中他，也说明他是人海中你当时最欣赏的那一个。要么爱，要么滚蛋，要么改造，道理很简单嘛。

### 28、《其实你没那么爱他》的笔记-看完了

因为一场派对，朱莉顿悟了，跑遍了巴黎、罗马、澳洲、印度、北京，只是为了寻找自我，在旅途中，她遇到各种不一样的男男女女，通过他们的故事，朱莉满满的意识到自己丢掉了什么，找回了自我，寻找到了属于她的爱情。让我们不得不反思一下自我的状态。

### 29、《其实你没那么爱他》的笔记-第10页

### 30、《其实你没那么爱他》的笔记-第50页

出乎意料地，那一夜晚，却帮助她自己觉醒。Julie恍然大悟，这群单身女生朋友之中，没有一个真正享受单身。

什么时候，我们才能不为单身贴上什么标签，单身就是状态，一种很自然的状态。这也是现在我们最害怕的，莫名就被贴上不知名的标签。

### 31、《其实你没那么爱他》的笔记-第38页

优雅的帕特里斯设法跟我解释：“朱莉，你得理解，不是我们冷血无情；我们有感情。我们用心去爱，我们遍体鳞伤，我们失落难过，但我们从小被教导必须有自己的尊严与骄傲，这是最重要的。”

## 《其实你没那么爱他》

这不仅仅是法国女人有的骄傲和尊严，更应该是当今中国女人（或者年轻女孩儿）应该必备的品质！

### 32、《其实你没那么爱他》的笔记-第110页

我不知道她们现在的日子如何，也不想去想象她们的日子该有多艰难，但我知道此时此刻，她们在庆祝。她们就像红白相间的孔雀，在所有人面前昂首阔步，欢呼雀跃。她们为自己骄傲，为自己的社区和歌曲感到骄傲和自豪。

### 33、《其实你没那么爱他》的笔记-第9页

我在新泽西州长大，离我梦想的城市只有一桥之隔，或者只有一个隧道的距离。我搬到纽约是想当个作家，之后再当个纪录片制作人，为此我还去学人类学，还想要不要搬去非洲研究马赛人，或者其他濒临灭绝的部落。我对我们这一物种特别着迷，总想试着报道一下。

### 34、《其实你没那么爱他》的笔记-规则八 你只是“小女生”，给自己软弱的机会

有时候很困惑，女汉子被评价为太彪悍，小女生被评价为玻璃心，女人要活得自在，真是不容易的事，这中间的度量和门槛难得把握。该柔弱的时候难得柔弱，该坚强的伤春悲秋，恐怕大部分皆是如此吧。不过话又说回来，谁活着又是容易的呢？哪一个，不是劫后余生。

### 35、《其实你没那么爱他》的笔记-第10页

刚拿到书，开始看没多久。翻译得很不错，文笔颖利。看得不是特别多。内容蛮精彩的，等我多看一些再来继续作写笔记。

### 36、《其实你没那么爱他》的笔记-第7页

“忙起来啊，做有趣的事情。我在哈德逊河划独木舟，在切尔西码头攀岩，在家得宝学习木作，对了，你可以和我一起去，我做了个超赞的储物柜，我在想要不要去南街海港报名参加帆船培训班，忙着做自己感兴趣的事情，这样我就会忘了其实我是在找对象。因为我不想看起来那么绝望，那是我最不想要的。”

### 37、《其实你没那么爱他》的笔记-第291页

我认为我们必须爱自己，就像一头母狮子保护她的幼崽一样，像我们随时都会被那些让自己感觉不好的暴徒袭击一样去保护自己。我认为我们必须像罗马人一样热情地爱自己，充满欢乐、热情与自信。

### 38、《其实你没那么爱他》的笔记-第59页

我想尽快结束这个话题。我是一个女人，住在美国的一个大城市里，看电视也看电影，所以，是的，我恨我的身体。我知道这样是多么不对，老生常谈，没有女人味，无精打彩，就是这样。但是我忍不住。我知道自己并不肥胖，体型是令人骄傲的6号，但是我必须承认我没有男朋友的原因就是我的脂肪和我粗壮的大腿。女人皆疯狂，算了，还是别提了。

### 39、《其实你没那么爱他》的笔记-第139页

如果你告诉女人，她们要做的就是爱自己、保持乐观，这样，爱就会找上门来。你不觉得这样有点不负责任吗？如果她们住的地方住的地方没有男人怎么办？如果他们年老色衰又超重怎么办？她

## 《其实你没那么爱他》

们要做的就是爱自己，充满自信与喜悦，这样别人就会爱上她们？真的？你能保证？我们可不可以在我们八十岁的时候打电话给你，告诉你到底是怎么回事？如果你是错误的，我们可以来揍你？

### 40、《其实你没那么爱他》的笔记-第156页

此时，若是你看到某个好久不见的老朋友，这种情况或许会经常发生，你会感觉有些胆怯，不知道该期待些什么，我想在那一秒，你见到他们的时候，你会觉得他们是你的全部。你会清晰地感受到自己对那个人的感觉，感受到你们在一起的每一分每一秒都如白驹过隙。在行李认领处，我瞥了一眼墙上的表，已经是午夜时分，一大群疲惫的旅客正等待着他们的包裹，一大拨司机在四处张望着，期待着能接上一单。

### 41、《其实你没那么爱他》的笔记-第85页

为了一个女人，勒伦佐宁愿把自己扔出窗户，或者假装这么做，这不是疯了吗？古往今来，为了爱情，世上有战火硝烟，王国覆灭，就连唱过的歌，写下的诗都源于爱情。在历史上，这些都是真实的，就是这种感觉。而在此时此刻，托马斯坐在勒伦佐身上，过来帮助他，很难去想托马斯有什么不完美的地方。我也很难不对他产生希望、欲望和设想。他无所畏惧、风趣幽默，毫不犹豫的安慰他心碎的哥们。她也可以像后卫球员一样把他制服在地上。她是一个好朋友，也是一个真正实现自我的人。

### 42、《其实你没那么爱他》的笔记-塞丽娜是怎么单身的

实事求是，塞丽娜说得也有道理。我晚上出去，一心想找到会爱我一辈子的男人。我每周出去两三次，哦，坚持了十五年。我认识了不少，也去约会，但事实很清楚，直到今天，我的生命之书里还从未出现过“真命天子”。在那些数不清的夜晚里，我从未遇到我的理想男人，明晚也不例外。

我知道，我们出去也不光是为了艳遇，我们是出去玩，庆祝单身，庆祝青春（至少还没那么老）与活力，庆祝生活在世界上这么好的城市。有趣的是，当你真的遇上什么人、开始约会，要做的第一件事就是宅，一起蜷缩在家里的沙发上。而跟一群朋友一起出去就不一样，要的就是那么有趣。

所以对于塞丽娜的话，我无力反驳。因为“出去玩”这一想法本身就是有瑕疵的。所以我只好继续央求道：“我们不是出去见帅哥，我们就只是出去而已。我们要让乔治娅出去散散心。不要闷在屋子里，出去吃吃饭，喝喝酒，聊聊天，开怀大笑。有时候会有意想不到的收获，大多数时候，只是空手而归。但有时候出去就是为了出去。出去碰碰运气，本身也很有趣。”

### 43、《其实你没那么爱他》的笔记-第57页

在法国

景色美极了。我迈出出租车，看到穿着体面，富有魅力的男男女女下了出租车，或是一路小跑，奔向巴黎歌剧院。走上歌剧院的楼梯，我转身去看夜景。巴黎，不知有多少人都沉醉在你面前，也许是有些老生常谈，可我也沉醉了。能旅行是种让人难以置信的天赋，这话不假。这些巨型的钢铁机械能够将我们举上天空；虽然它本身看起来是如此不可能。但是要是是有时间和金钱，就可以充分利用它，多么令人激动啊！来到另一个城市是多么让人激动——每一个场景，每种味道独具异域风情。巴黎，纵然先前很多次见到它，我却仍然感到陌生。那些咖啡厅，面包，奶酪，还有那些面颊红润，有着灰色胡须的男人——很有味道。整座城市闻起来古老而又朴实，欧洲人，我喜欢。

## 《其实你没那么爱他》

### 44、《其实你没那么爱他》的笔记-第19页

而现在，尽兴的关键，当然了，就是得有一群有意思的朋友。现在我跟你透漏一下我们的在列嘉宾：乔治娅，一位精神将近崩溃的新单女性；露比，一位刚刚失去挚爱猫咪的女青年；塞丽娜，非乳制，不含小麦的神一般的存在；爱丽丝，上天保佑她吧，虽说她还在失恋的胃溃疡中摸爬滚打，却是我挺过这一难关的唯一指望。

### 45、《其实你没那么爱他》的笔记-第57页

景色美极了，我们迈出出租车，看到穿着体面、富有魅力的男男女女下了出租车，或是一路小跑，奔向巴黎歌剧院。

### 46、《其实你没那么爱他》的笔记-爱情就像一块创口贴

爱情是人生必修课。我们总在寻找爱情，寻找那个可以共度一生的人。寻找的过程会受伤，痛苦、难过，受伤后再寻找一个把伤口填补上。所以，爱情就像一块创口贴。其实我们寻找爱情，是因为害怕孤单吧？找一个志同道合的伴，只是排解孤独，烦恼和忧愁。如果我们足够独立，一个人也能活得很精彩！

不要为了别人眼中的自己而活，找到自己本来的样子，就会找到一个喜欢你本来样子的人。身为出版宣传员的朱莉为了寻找单身的答案和朋友们跑遍了世界各地。不管是为了单身而单身还是被迫单身。我们都应该对生活 and 爱情抱有希望。也许爱情就是在不经意间到来的。

### 47、《其实你没那么爱他》的笔记-第82页

我没有直接问，你需要做的就是问她们，他们是怎么认识的，那么你立马就可以从她们的表情上知道答案。

### 48、《其实你没那么爱他》的笔记-第98页

现在我知道，自己只是和极小的一部分里约女人说话，但是她们似乎都同意一点：里约的男人逊毙了，她们不想承诺，也不需要承诺，因为她们转眼就能碰见清一色的比基尼美女，敢问谁又适合我，谁需要安定下来呢？他们是永远的单身汉。或者，就算有一天他们安定下来，也会去偷吃。并不是所有的男人都是这样，我只是转述她们的话。

# 《其实没那么爱他》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)