

《木范情书》

图书基本信息

书名：《木范情书》

13位ISBN编号：9787208099197

10位ISBN编号：7208099197

出版时间：2011-7

出版社：上海人民出版社 图书策划公司：北京世纪文景文化传播公司

作者：木木

页数：290

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

《木范情书》

内容概要

《木范情书：有关爱情的96则问答》是作家木木近年来在《南方人物周刊》《潇湘晨报》情感问答专栏精华中的精华。面对人民群众种种纠结、拧巴、无奈、无厘头的爱情婚姻疑难杂症，木木或抽丝剥茧、或一针见血、或迂回包抄、或畅快淋漓地解剖情感死结，总能在乱糟糟的人生情景剧里找到立足之地，破解之方，几可称为全中国特有范儿、最靠谱的情感咨询，被转载、模仿无数。在咨询情感之余，本书还附带赠送幽默、搞笑、震惊、感动等艺术和娱乐效果。知名作家六六、王小柔，专栏作家韩松落，著名学者易中天喜欢并推荐。

《木范情书》

作者简介

木木，专业的法律工作者，资深的情感专家、足球迷、推理小说爱好者。专栏可见《南方人物周刊》《GQ》《时尚先生》《看天下》《潇湘晨报》等。

从大二时起，木木就开始为比她大的女青年解答“他爱不爱我”、“他年龄比我小怎么办”、“两个人我该选谁”等世纪难题。自专栏《木范情书》问世起，广大有情感困惑的老中青少年们便对其透彻老到的两性情商，幽默热辣的文笔，热烈友好的气氛，以及字里行间体现的豁达人品所俘获，私底下称呼她为“最亲爱的木木”“没有什么不知道热线”和“女连岳”。

书籍目录

男女之间

自我中心的男友\10拿我当一本书快速浏览的女友\13没有上进心的男友\16宅在家的男友\19喜欢跟领导出去应酬的女朋友\22和爱晕倒的前女友一直保持联系的男友\25收入状况不明的男友\28对我说宁缺勿滥的女人\3120岁就具备侦探素质的男友\34主动带套的男人\37女友喜欢不断交流可我喜欢活在自己的世界里\40被生活和有背景的女人绑架的男人\43半年还没想明白要不要吃回头草的男友\45将感情视为人生全部需索无度的女友\48嫌我幼稚却仍然和我暧昧的男友\51对女友怀孕不闻不问的漂亮男友\54亲嘴时笑场的女友\56收入少、爱撒谎，可能还有遗传病的男友\59觉得我不够高而不和我在一起的男友\62年龄差距大的女朋友\65婉转被动不爱给准信儿的男友\67和别的女人在一起后被前女友重新发现价值的男友\70一吵架就疯狂刷卡的女友\73提醒女友出门时携带杜蕾斯的男人\75喜欢住别人家的男友\77再度牵手时令我恶心的女朋友\80打印肯德基优惠券的男人\83心狠手辣的男友\86跟他创业却不肯跟他睡觉的女人\89让女友仰视的男友\91一起旅行不肯给女友买机票的外国男友\94毒死自己的孩子也要和别的男人在一起的女人\97不肯结婚的男友\100和别人闪电结婚令我自尊心破碎的男友\102结婚前一天逃跑的女人\105被拒绝后仍以男友自居的男人\107

围城内外

无性无交流无沟通的婚姻是否应该结束\110我和丈夫世界观人生观存在根本分歧\113事业成功后丈夫对我的态度大逆转\116和德高望重的大学老师结婚后震惊地发现他是人渣\119想给老公找好对象后再离婚\122希望老公找个小三回家做保姆\125没有时间过性生活的人们\127家庭煮夫\130顺从本性还是压抑内心\133有了孩子后被老公嫌弃\136离异后失去信心\139老公发达后为以前拒绝过他的女人而冷落我\142男人是低级洗衣机女人是高级计算机\144老公毅然和小三分手让我觉得他太残忍\147喜欢看A片的老公\150老公和前女友去洗脚\153当婚姻之外有我想要的人\156为了拯救婚姻不幸福的上司我成为小三\159第三者打电话教我怎么约束老公\162

感情生活中的那些人，那些事

妈妈在我身上寄托她未实现的梦\166男友的父亲有流氓气质\169好朋友鼓励我勇敢花光男友的钱\171男友父母要他回小地方生活\174她是我的梦中情人，可她家庭条件很差\177我享受不结婚的男女关系可父母催婚\180买不起房子的男人有资格活在这世界上吗\183我和男友感情深厚，可家人嫌他没出息\186男友父母嫌我不成熟\189死磕到底，还是就坡下驴\192高中都没读完的男人能和女博士交往吗\195我爱上台湾人，可父母反对\198

“情人”是个时髦体面的工种\201

我是谁

我不喜欢自己的性格\206星座决定我成为小三\209怎样追求优秀青年女护士\212怎样忘记一个念念不忘的人\215她是天鹅我只是癞蛤蟆\218我这个忧郁的人\221在十七岁开始成长\224找好你的主旋律\227有些灯光是黑店\230被伤害后念念不忘\233和人上床前想清自己图什么\236仰望星空时请小心一脚踩空\238谈过一次恋爱后再也无法动心\241我想嗅过沿途每一朵花香\244平凡的女人怎样才能找到幸福\247我爱不劳而获的生活\250我分不清爱情和友情\253我在内心惧怕感情\256上大学能改变我的命运吗\259我不想有婚前性行为却因心疼男友而妥协\262怎样消耗人生多余热量\265我只是心有不甘\268我想离开让我衣食无忧的男友去追求真爱\271剩女的压力让我投入已婚男人怀抱\274段正淳们的问题\277为什么他辛辛苦苦追上我之后却又不珍惜\280我为自己不是处女而内疚\283

木木会比别人幸福吗（代跋）\286

《木范情书》

章节摘录

后记

木木会比别人幸福吗（代跋）亲爱的木木：最近才发现你在《南方人物周刊》上的情感问答，很喜欢。在人与人的关系这个最复杂的问题上，似乎你总能一针见血，说到点子上。在看你那么英明睿智、机灵幽默地解答诸多情感困惑之余，我很好奇，你有没有情感困惑？如果也有，你怎么解决自己的困惑呢？在如此多“真理”的武装下，生活中的木木，是否比大多数人幸福？在你回答之前，我的感觉是拥有“真理”犹如买了国库券——损失不大收益不高。顺便问一下，你觉得你的解答真的能帮到提问的人吗？非股民亲爱的阿非：俗话说得好，伟大的心灵总是想到一块儿去了，无论他们有没有去抄底。不但你困惑，我也曾经有过为我英明睿智机灵幽默的解答是否答对了而忧心忡忡的时光，后来我想起美国真人秀《厨房噩梦》，里面那位脾气巨臭的名厨去世界各地给那些经营不善的饭馆儿行医问诊，几个月后他再回访看看它们干得怎么样。然后等他回访的时候，就发现好些个他整顿过的饭馆儿已经纷纷地倒闭了。在观后感中，我写道，“我多么希望那些在我回信之后不幸倒闭了的读者有一天能够告诉我啊！”所以故事基本上是这样的：那些我回过信的读者，有两个给我发来表扬信，有一个怜悯地认为我对爱的理解太浅薄，其他的还没来信告知我他们最终倒闭了还是起死回了生，而且，目前为止还没有人提议凑钱给我刻个“妙手回春”牌匾。通往罗马的路有很多条，有的人开游艇，有的人骑着电动车抵达。在通往爱情的三岔口，我负责指出有一条省汽油、少痛苦、绝不没完没了绕弯儿的路存在，但并不是每个人都愿意走这样一条路。因为每个人有他面对世界、处理问题、折腾自己的方式。在该不该征收燃油税，电动车要不要上牌，没有饱受折磨的爱是不是真爱这些问题上，每个人都相信自己掌握的才是真理。给我写信的读者，他们只是想知道在自己掌握的真理之外，真理是否还有其他版本，我能做的，是向他们提供我那一版。至于你问我掌握的那些国库券一般的“真理”它令人幸福吗，我觉得“真理”的作用不在于让人幸福，它的作用在于让你不混乱。而幸福这事儿并不取决于你生活得多符合逻辑或多混乱，对于不同当事人，清醒和混乱都可以是幸福之源。人生姿态千变万化，幸福的终极评价标准是：你是否肯定你自己的价值取向，你是否接受你自己，你是否热爱你的人生，你是否活出了你的生命，你是否成为了你能够成为的人，如果没有，你是否有勇气重新开始。

《木范情书》

媒体关注与评论

几乎所有的情感作家，都会被奉送“犀利”标签，但木木是少数几个真正配得上这个标签的作家之一。况且人们常把“犀利”与“恶毒”混为一谈，木木却严格守住了“犀利”的底线，没向“恶毒”迈出哪怕一小步。——韩松落木木的文字就像那种长绒毯，很温暖，还有一种痒痒的温柔，偶尔会让人忍不住打个小喷嚏，清醒下，思索下。——王小柔木木发表在《南周》的那些“情书”，我是每期必看。倒也并不为了什么，只不过喜欢而已。——易中天爱情这回事，与其要正确的答案，不如要幽默的解法。我认为，《南周》80%的幽默就在“木范”那半页纸上。——《南方人物周刊》木木是最受普罗大众欢迎的那种专栏作家，老百姓的大事小事，经她那跨界头脑一点拨，就成为字字铿锵的人生金句。——《看天下》

《木范情书》

编辑推荐

《木范情书:有关爱情的96则问答》：全中国最靠谱的情感咨询，盘活你因爱情婚姻疑难问题而停摆的人生。不居高临下，不打骂读者，不卖弄文采，虽然文采好得没法说。直指核心，一针见血，干脆利落，亦庄亦谐，犀利无边。知名作家六六、王小柔，专栏作家韩松落，著名学者易中天喜欢并推荐。

精彩短评

- 1、这世上只有一种勇士，那便是在认清生活真相的情况下依然热爱生活的人。显然，木木值得这样的称赞。幽默犀利的点评，不止适用于情感，也适用于生活。
- 2、喜欢，就是纯粹喜欢！
- 3、相比连岳 木木更柔和点 像牛奶 连岳像烟 突然想到高中在《壹周》上一礼拜一次的我爱问连岳
- 4、睿智的女人，读完有很多帮助。有的给她写信的读者还真是有点脑残，难道爱里的人真都是盲的？
- 5、前面很大部分，别人问的时候我也带着疑问想看木木怎么答，但是看完一遍，也不知道答案是什么。到后面的部分，有几篇看了进去，因为能看出自己的影子。文字形式还是太木木化了，长句，叠加，看起来有点费劲。
- 6、有很多句子都想抄下来 再看一遍！
- 7、作者语言说的恰到好处 书的质量也是很不错的
- 8、拧巴的爱情，需要一针见血
- 9、蛮温暖的小书
- 10、读过已经有一段时间了，也记过木木的一段话，“那些心软的、长情的、恋旧的傻瓜啊，可别上了负心人旧情复燃的当。是有这么一种人的，这山望着那山高，一看这山要成别人的，忙不迭又来破坏人家幸福。他们自私，他们最爱的，永远只有自己。如果这样的旧情你也忘不了，那才是自作孽不可活。”
- 11、在面对选择时，想想什么是不可离开的，才是更重要的，男友或者生活，前女友或者朋友。
- 12、很好，爱情问答，很棒~
- 13、其实果然，情感类还是要在网上读
- 14、我读的情感专栏类书够多了，但还是爱看。其实那些专栏作者的观点也无非就是那么几个，而且很多人也不是不明白，但感情的魅力和痛苦之处就在于，它是一个永不重复的魔方，谁碰到了都刺激又棘手，老套却敏感，让你欲罢不能，欲拒还迎，欲语还休。

虽然我早就说过，爱情是一道判断题，而非选择题。但是如果说到谈婚论嫁，还是逃不了选择的烦恼。而且，就像我们以前考试拿不准答案一样，当不那么容易作出判断的时候，选择的意义在于帮助你至少知道排除哪些是可能错误的选项。这就是木木说的：“‘真理’的作用不在于让人幸福，它的作用在于让你不混乱。”（P288）

所以，我们还是有必要在爱中学会选择。木木对此有过许多忠告与提醒。对于女生，现实生活的男主角，按照某位大人说的，“他们都是被咬过一口的苹果”，不完美，不完整，未完成。“男人各有优缺点，重点是他们是否适合你。……问问你的心，需要什么样的生活，再选择一个能和你一起创造这生活的人。”（P11）而对于男生，则要“珍惜生命，远离那些什么都不缺，你给她什么她都不稀罕的姑娘。如果你只有温暖只有一颗心可以给，那你应该给那些需要温暖、珍惜别人的心的人。”（P14）

“在挑选配偶这个问题上，没人会为你提供一站式服务，一次性满足你所有要求，在某个点，你总得做出艰难决定——三鲜包子和阿司匹林，我更需要哪个。”（P29）在如何作出选择这个问题上，最终还是要靠你自己的判断。（这像不像是一个悖论？）你要做的，是排除七嘴八舌的干扰，相信自己的感觉，看你到底需要什么，到底爱不爱对方。“当你丈夫一身兼具了美德与恶行的时候，你要做的，是决定：哪一件事是重要的。”（P120）“更尊重你自己的需要，把思考爱不爱他放在第一位，把思考他爱你还是只想得到你，放在第二位。”（P282）

只有了解了自己及自己的需求，才能进一步作出判断。木木有许多这样的开导：“人最重要的是实现自己对自己的期望。这样你才不后悔白来一趟。在别人的期望压垮之前，问问自己你的期望是什么。”（P167）“女人最重要的是了解自己，了解自己的需要，知道自己为什么失去贞操，以及懂得和值得的人上床。最重要的是不糊里糊涂地和人上床，糊里糊涂地过一辈子。”（P285）“最终一个

人打算和什么样的人共度余生，取决于她人生最迫切的需求是什么。最需要LV，寻找李嘉诚；最需要心灵的洗涤，寻找余秋雨；最需要历史知识，寻找易中天；最需要爱，那就寻找爱。”（P12）

相对而言，“没有比作选择更容易的事情了，困难的是对你作出的选择负责。”（P246）木木一直强调，“爱情是有负担和责任的”（P194）。这话听着老套、刻板，但却值得仔细想想，“结婚的意义是什么？领养一只宠物，需要它的时候得到它的陪伴，然后有一天心情不好就毅然将它抛弃？还是领养一只宠物就要养它到死，哪怕早已没了情绪？”（P157）所以，“如果你男人怯懦，而你勇敢，那你就拉着他往前走；如果你男人天真勇猛，而你理性睿智，那你就在后边拽着他。因为爱就是负担。”（P146）甚至于，很多情况下，“在作选择的时候，并不存在最好或最坏的选项，只存在你坚持的选项和你放弃的选项。放弃的选项不要再想，将你坚持的选项努力做到最好，让它变成你最好的选项。”（P69）

我觉得，这才是真正的爱的智慧与勇气。

15、所有的纠结和停滞不前，都源于太贪心。

16、简单 犀利 易懂

17、主要是问答，解决实际生活中的实际问题，也很推荐。

18、对于情感问题的答疑解惑大多数都比较中肯

19、咪蒙推荐的。木木是南周的专栏作家。木木的话挺有哲理。爱情也就那么回事吧。

20、人妻钦点必读还附赠实物

21、爱情，让我们相处在一起。相处中我们不断的磨合，不断的吵架，不断的困惑.....

22、难看

23、情感专栏最喜欢连岳，还好，找清自己的位置，放胆去爱。

24、挺温暖的一本书

25、很棒，学习分析的思路！

26、又犀利又幽默，作者似乎总能看到问题的关键，当然还有人本身懦弱自私虚伪，但他又不是批判，就是这么淡定的说，听不听随便你，反正就是这样

27、木木真的是聪明睿智 可爱。

28、深入浅出，针针见血！新新人类的新新见解！

29、如果爱不爱是判断题，那么“我该怎么选择呢”，这就是选项不明的选择题了。木木说，“最终一个人打算和什么样的人共度余生，取决于她人生最迫切的需求是什么。最需要LV，寻找李嘉诚；最需要心灵的洗涤，寻找余秋雨；最需要历史知识，寻找易中天；最需要爱，那就寻找爱。”

当然，问题也没这么简单，人在不同时期，想要的东西也会发生变化，随着自我的不断强大，不满足感和不安全感并非会逐渐消失，而是越来越挑剔。而当穿过现实的枪林弹雨，我们偏偏以为，爱情，是解决这些问题死角的解药。

可是你想要的真是爱情吗？当对身高、收入、房车、所在地、身世、家族遗传病都有要求的同时，你怎么还好意思把「爱情」列为条件之一。

不管是被现实伤害得遍体鳞伤，还是被社会历练成金刚之躯，先想想自己要的是什么，如果把爱情当成得到实惠婚姻的跳板，那就别拿爱情当掩护，双方按规则结合，更省事儿。

否则，不管结果如何，爱情与面包，只要不能平衡，都会觉得委屈。

30、听说内容很好，改天借过来看看

31、就是木木的感觉，犀利，也温情。

32、挺有意思的

33、关于爱情，To be or not to be，这不是一个问题。问题是你知道你到底要的是什么吗？

34、出于同行的本能排斥

35、知心姐姐永远是也只能是站着分析不腰疼的哈，怎么说呢，挺有启发的一本吧。

36、木木的文章。不错！

37、一点儿都不刻薄，我很喜欢这点；但是又一针见血一击即中。

38、情感问题，解答详细备至，不错~

39、作者的文笔很是很犀利的！吼吼~~ 各种故事也蛮有意思的！强烈推荐！

《木范情书》

PS：书拿着也很有爱

40、知心姐姐情感问答

41、以为是情书的范文，其实是情感上遇到困惑的解答，作者用妙趣横生的笔触揭示着，人们在遇到情感问题时多像白纸，什么道德、什么人品、什么学识匀用不上。对于相爱中无力感的人群们多看看吧，也许会让你看到自己的瑕次与美好。

42、书店看了几篇，所以回家决定**当买的。杂书，偷闲时看。

43、木木老师继【亲爱的木木】后又一杂志专栏整理特辑，值得一看~

44、很让人期待的一本书，，语言犀利、精简、幽默，比喻也非常到位，，符合时下很多现实问题，，值得购买！！

45、淡定的知音木阿姨

46、书信的格式是我比较喜欢的，看起来很有感觉

47、回答得很有诚意，温情

48、语言幽默，犀利，很有意思的一本书。

49、终于想明白一个问题，婚姻就是一个抉择，要知道最想要的是什么。势必我们都不完美，都要学会包容。

50、读law的人文字就是犀利。“一个人喜欢什么样的人设定好的、写在他体内的一个程序，很难改写，你说你跟一程序较劲有什么用。”

51、犀利的观点，风趣的语言，与温情的关怀，让阅读的过程轻松愉悦。

52、喜欢木木的文字，她总是干净利落脆的像是我闺蜜一般的告诉你，你特么真傻，或者是告诉你，现在回头还来得及

53、木木很是厉害，很佩服她的洞察力和智慧。

木木的婚姻观比较现实和理性，可是面对感情的“对与错”，我们真的能那么轻易地取舍么？

54、很喜欢木木的文字

55、“真理”的作用不在于让人幸福，其作用在于让你不混乱。生活可能各有千秋，爱情也许大同小异。

56、观点很犀利，很到位。对爱情充满幻想，或者感情遇挫充满绝望，希望人生更加美好，或者喜欢钻牛角的人都可以看看。

57、爱情各种疑难杂症有所见识。也更明白了幸福的标准。

58、一年前拿到这本书，断断续续没有看完。最近又翻出来。没有什么大道理，也没有什么鸡汤。木木对待感情问题那种轻松，诙谐，以及对细节的处理，眼界的开阔却总能治愈你。

如果你没有恋爱，它教你怎么去辨识对的人。

如果你恋爱了，它教你怎么去做对的事。

如果你失恋了，它教你怎么去重新审视过去发生的事。

有人说，喜欢听别人的故事是因为我们打心底知道自己只能活一次，多听一个故事就相当于多了一次人生体验，多活了一次。

重要的是，你还能在别人的故事里找到自己想要的东西。

59、论毒舌还是不加V更犀利些，当沉溺于爱情的女性，冷静客观的跳脱出来时，就会知道有多可怕了。为何世界上大部分情感专家都是女性呢？是因为女性情感更为细腻的关系，男女之间存在着巨大的鸿沟，是因为女性更了解女性的关系么？

60、文字犀利，语言幽默，见解不凡，从一张普通报纸上读过几篇后，就尽快购买了本书，先是如饥似渴的读，再是舍不得读，最后一气儿把后半部分读完。可与男友一起读，交流观点增进了解；可读给妈妈们听，交流观点增进了解；可与同性朋友交流读后感，交流观点增进了解。

61、文章在博客上都看过了，但是书还是一定要买的。

木木老师永远是我的人生导师。

62、我看过的最有意思的情感问答

63、书的内容很好，质量也不错哦

64、木木真的是鬼精灵的才女，这本书让我一看再看！！！

65、很好看，看了很多遍，有些观点能点醒人，语言很幽默，但是也很温情

《木范情书》

- 66、看木木的书从来不用从头开始看起。放在床边，随手一翻。让我精神抖擞。每晚每晚都不想入睡。能这么说吗，当局者迷。木木站得太远了，足以远到宇宙之外，才能洞察得如此清晰。我是俗人，我还活在这个地球上，所以太多事情需要远在宇宙之外的木木指点。还好，世上之事，不过就这些如是。当工具书使，让我生活畅通无阻。噢耶！
- 67、因为喜欢咪蒙，顺便买了这本书。作者很有才气，有些文字值得思考。推荐所有为情所困的人读一读
- 68、一直很喜欢《南方人物周刊》的这个栏目，没想到给出版了，非常喜欢！
- 69、大多问题肤浅又双商着急，但木木的三观倒是很正，文字也有趣
- 70、准备送给朋友。因为觉得太好看了，所以忍不住要和别人分享一下。
- 71、放办公室抽屉喽 以前网上跟着看木范情书在南周的更新 现在再看一遍 会有不一样的体会收获吧
- 72、读完。我该幸运吗。所有的情感问答。似乎我都暂时用不到。不过木木确实是一个很好的知心姐姐
- 73、*抖抖机灵，嘻嘻哈哈，也就过去了.....*
- 74、但是内容很喜欢
- 75、也许可以从中多获得一些对于正在经历的感情领悟。也是蛮早前看的，但是印象不是很深刻，大概只是各个实例的合集而已吧
- 76、“如果你觉得需要爱，只是没有找到，那么我只能说，你要努力去找，但的确，并非人人都能得到她想要的那种爱。你能做的是，试着去感觉自己的需要，试着去允许别人需要你，不要永远保持那么强大，把自己交出去，给自己一些被打动的机会。这机会可能越来越少，但你总要试一试。”
- 77、好多贴近生活的事例，从他们的困惑中解决我们生活当中的矛盾。还是值得一看的。
- 78、虽说不上最靠谱，但诚意足。
- 79、木木好棒~~说理深入浅出幽默风趣打动人心！林子大了，什么菌都有，这书能涨姿势。
- 80、第一次看木木的文章是在《南周》上，喜欢她的风格和文字，读起来有味道，喜欢！
- 81、温馨有爱！是很好的小礼物！
- 82、比《我爱问连岳》更清楚，更实际。更适合女生。
- 当两者作者的宗旨是一样的。都是为了自由、自主、安全的爱。
- 83、有困惑找木木哟~~·
- 84、哈哈，各种无厘头的问题，譬如女博士不能同高中没毕业的恋爱结婚吗？（ ） 我看的很欢乐是不是很不道德
- 85、看南周的时候就是木木的粉，一直盼着出单本~
- 86、做智慧女人
- 87、算是在理吧
- 88、很多问题确实是智商问题。看书的时候，更多的是注意木木的表述中哲学和心理学观点出现的比较多，其实找到了自己在这个世界上的坐标体系，确立三观构架，很多问题也就不言而喻。与其看到两性问题不如说是找到自己，也就有自己的解决方式，求助的太多人还没成为一个独立思考有三观的人。
- 89、希望对我的感情有所帮助
- 90、精妙有趣，但总归还是鸡汤，人要自救！
- 91、朋友推荐,一本有意思的书
看看不错,舒缓心情
- 92、对问题的拿捏很准确，木木的回答准确、得体并且不乏幽默。
- 93、非常棒的一本书，以前我总觉得女作家普遍缺乏点幽默感，但木木告诉我错了。男女间爱来爱去，不爱来不爱去的事，被木木这么一点拨，不知为啥就有了那么些“智慧”的味道。
- 94、全家都喜欢木木，边看边乐
- 95、考研的时候丢了
- 96、以前总喜欢看，这次买来怀旧
- 97、虽然那些来信基本上 我都看过的 但还是毫不犹豫的拿下了

98、连岳讲维护，木木讲内心

99、冲着独眼买的，不过有点失望

100、心理建设。

101、咪大人推荐来看的，应该不会出错。

1、独立思考;该用感情的时候少用脑子;该用脑子的时候少用感情非诚勿扰里，一个女嘉宾说：“我们在爱情里，最大的错误就是该用感情的时候用了脑子，该用脑子的时候用了感情。”木木似乎更习惯于用脑子。没什么好与不好，只是想这样的冷静和理性生活中能有几分。所谓理性，都是发生在感性之前，一旦感性了，理性就都消失不见了。所以我们更倾向于用理性解读感情问题，因为感情中缺少理性，而非只需要理性。不过，能抓住根本分歧，把看似复杂的问题抽象为一道比较大小，或者一道是非判断题，也不失为一种智慧。

2、独眼20110805从开始为《南方人物周刊》的“木范情书”画插图到专栏截止，两年多。每次，我都是编辑之后第二个看到木范情书的人。最初，编辑施雨华提议让我来画插图，大出我意料：我算个写东西的人，画画被朋友说是“浪费个人精力和社会资源”；我不信感情问答能帮到人；我不认识、没见过木木，关于她的所有了解是她的天涯博客“见字如晤”以及他人的描述——她是一个法律工作者、一个足球评论人、一个脑子极为清醒的写作者。我说，好，试试，心里想的是大概不会超过一个月。现在回想起来，不自信的疑虑仍然清晰，反倒是我的插图工作竟难以置信地持续了那么久，更料不到，这个专栏竟然已经暂停了。每次我看到来信的部分，常感到如同被落地雷击中，一头雾水、满心愤懑。这世界似乎没有超出小说故事和电视剧所能表达的范畴，可想到这些事竟然都不是虚构，叫人难受。每一篇提问几乎都是一部大戏的片段甚至是缩写版本：得不到爱的人，爱的人爱别人，爱上别人的爱人，无法在一起，贫穷，理想和现实的差距，要不要买房之后再结婚，我爱的男友我父母不满意，我爱的女人喜欢出去应酬，我害怕我男友流氓似的父亲，我当了别人的小三，我同情小三觉得丈夫残忍，我的丈夫不关心我，我无法忍受我丈夫的小毛病，为什么丈夫出轨我没感觉……说实话，虽然我对陷入苦恼的当事人也有一丝同情，但看到那些信时，仍然会有股冲击波由下至上让我想伸手去呼他们巴掌，可我能说的只有一句话：醒醒！感情出了问题，当事人往往知道泛泛的道理，却没法下决心做出取舍。他们向木木求助，寻找一个可供依靠的肩膀，希望她在作茧自缚、自欺欺人的迷雾中为自己选定一个方向。《木范情书》收集了木木在专栏中的96篇问答——咳，还有我的八张插图——她说的核心道理不难懂，生活需要你认清自己的能力和局限，确定自己想要什么，然后尽力而为。但这样的道理，由她来讲解就变得深入浅出，要比我这种一句话总结更打动人心，更容易理解。相比那些一辈子只谈过一次一见钟情的恋爱或怀着极强的自尊心却无法在生活中真正建立一段情感关系的“爱情专家”，木木的回答，不端着“老师”的架子，不编造那些发生在“我的一个朋友”身上的故事来换取认同，从不用自己的生活来当他人的榜样，甚至你从这些回答中看不出木木现实生活的任何投射，她更是绝不会借贬低他人来映衬自己的聪明，她尽量贴近那些焦急的提问者，体会他们的苦恼，却又能保持清醒，抽离出来，在那些闪动着小火花的言语下面，是想帮人解决问题的责任心。这种认了真的真诚，不容易。我以为，话说得那么机灵、讨人喜欢而不让人觉得腻歪装逼的人实际上并不多。我说这些话，稍显肉麻，但绝不是出于为合作伙伴打包票的赤诚心，而仅仅是有感而发。至今，我和木木，仍然是素昧平生、从未谋面，连邮件都没互通过一封，她没有向专栏编辑要求换一个更成熟的插图师，我已经深感侥幸了。当知道专栏停止的消息，我很遗憾，不单是为几乎每周一次的插图工作是我“无事忙”生活中难得的消遣之一，更因为木木的文章让作为读者的我有所感，时常防备着防备着还是会被她的几句话拨动心弦。所有的情感问题，终极目标无非是对“幸福”执念，求而不得。在木木看来，“幸福的终极评价标准是：你是否肯定你自己的价值取向，你是否接受你自己，你是否热爱你的人生，你是否活出了你的生命，你是否成为了你能够成为的人，如果没有，你是否有勇气重新开始。”而在诉说标准之外，一篇没有收入本书的“木范情书”里，她悄悄地道出了获得幸福的方法——“幸福的秘诀其实非常烂俗：爱你有的、珍惜你有的。”我记下了。|

3、爱的智慧与勇气——《木范情书》读书笔记我读的情感专栏类书够多了，但还是爱看。其实那些专栏作者的观点也无非就是那么几个，而且很多人也不是不明白，但感情的魅力和痛苦之处就在于，它是一个永不重复的魔方，谁碰到了都刺激又棘手，老套却敏感，让你欲罢不能，欲拒还迎，欲语还休。虽然我早就说过，爱情是一道判断题，而非选择题。但是如果说到谈婚论嫁，还是逃不了选择的烦恼。而且，就像我们以前考试拿不准答案一样，当不那么容易作出判断的时候，选择的意义在于帮助你至少知道排除哪些是可能错误的选项。这就是木木说的：“‘真理’的作用不在于让人幸福，它的作用在于让你不混乱。”（P288）所以，我们还是有必要在爱中学会选择。木木对此有过许多忠告与提醒。对于女生，现实生活的男主角，按照某位大人说的，“他们都是被咬过一口的苹果”，不完

满，不完整，未完成。“男人各有优缺点，重点是他们是否适合你。……问问你的心，需要什么样的生活，再选择一个能和你一起创造这生活的人。”（P11）而对于男生，则要“珍惜生命，远离那些什么都不缺，你给她什么她都不稀罕的姑娘。如果你只有温暖只有一颗心可以给，那你应该给那些需要温暖、珍惜别人的心的人。”（P14）“在挑选配偶这个问题上，没人会为你提供一站式服务，一次性满足你所有要求，在某个点，你总得做出艰难决定——三鲜包子和阿司匹林，我更需要哪个。”（P29）在如何作出选择这个问题上，最终还是要靠你自己的判断。（这像不像是一个悖论？）你要做的，是排除七嘴八舌的干扰，相信自己的感觉，看你到底需要什么，到底爱不爱对方。“当你丈夫一身兼具了美德与恶行的时候，你要做的，是决定：哪一件事是重要的。”（P120）“更尊重你自己的需要，把思考爱不爱他放在第一位，把思考他爱你还是只想得到你，放在第二位。”（P282）只有了解了自已及自己的需求，才能进一步作出判断。木木有许多这样的开导：“人最重要的是实现自己对自已的期望。这样你才不后悔白来一趟。在别人的期望压垮之前，问问自己你的期望是什么。”（P167）“女人最重要的是了解自己，了解自己的需要，知道自己为什么失去贞操，以及懂得和值得的人上床。最重要的是不糊里糊涂地和人上床，糊里糊涂地过一辈子。”（P285）“最终一个人打算和什么样的人共度余生，取决于她人生最迫切的需求是什么。最需要LV，寻找李嘉诚；最需要心灵的洗涤，寻找余秋雨；最需要历史知识，寻找易中天；最需要爱，那就寻找爱。”（P12）相对而言，“没有比作选择更容易的事情了，困难的是对你作出的选择负责。”（P246）木木一直强调，“爱情是有负担和责任的”（P194）。这话听着老套、刻板，但却值得仔细想想，“结婚的意义是什么？领养一只宠物，需要它的时候得到它的陪伴，然后有一天心情不好就毅然将它抛弃？还是领养一只宠物就要养它到死，哪怕早已没了情绪？”（P157）所以，“如果你男人怯懦，而你勇敢，那你就拉着他往前走；如果你男人天真勇猛，而你理性睿智，那你就在后边拽着他。因为爱就是负担。”（P146）甚至于，很多情况下，“在作选择的时候，并不存在最好或最坏的选项，只存在你坚持的选项和你放弃的选项。放弃的选项不要再想，将你坚持的选项努力做到最好，让它变成你最好的选项。”（P69）我觉得，这才是真正的爱的智慧与勇气。2012年10月10—18日午后 于绍兴《木范情书：有关爱情的96则问答》，木木著，上海人民出版社2011年7月第1版，26元。推荐指数：。图片来源：豆瓣。推荐篇目：《自我中心的男友》《和爱晕倒的前女友一直保持联系的男友》《当婚姻之外有我想要的人》《男友父母要他回小地方生活》《我爱台湾人，可父母反对》《怎样忘记一个念念不忘的人》《在十七岁开始生长》《找好你的主旋律》《有些灯光是黑店》《我想嗅过沿途每一朵花香》《上大学能改变我的命运吗》《剩女的压力让我投入已婚男人怀抱》

4、很少看口水书看得那么认真。情感咨询全中国泛滥，但我唯独喜欢木木犀利而又不失温暖的文字。不管遇到多么棘手的问题、多么狗血的情况，木木都能见招拆招，从容解答。或抽丝剥茧、或一针见血，她的睿智与幽默，让我不禁暗暗叫好。虽然谈不上醍醐灌顶，受益匪浅，我也不指望看了这书后能对各种情感问题豁然开朗，我觉得看完能有些许思索、有所提醒就好。毕竟爱情这档子事，简单而又复杂，仍然需要我自己好好学习修炼。任重道远啊（ _ ）感情困惑确实是需要有人指点迷津的，但解决感情问题的只能靠自己。其实泛泛的道理我们大多都懂，很多时候缺少的只是能够冷静下来，做出取舍的那份决心。只希望当我以后遇到感情问题时不会再惊慌失措、人仰马翻。好好过自己的日子，好好爱自己，就这样。

5、离开上图，也就只能推送看书了。所以选书也就从浏览变更为豆瓣评分。人生苦短，书海无岸，豆瓣评分8以上属于我的选书范围，似乎更多了一丝理性。而《木范情书》在符合要求的同时，封面设计也愉悦着我的审美。起初我只想稍微看一下开头，因为我想先看完《如何阅读一本书》，以便日后在科学的指导下更好的读书。但是看了一篇就没刹住闸。书籍以书信格式，如青春期的知心姐姐解读学生时代的各种问题一样，此书包揽了时下千奇百怪的爱情困惑。木木有着更加敏锐的洞察力和犀利的思辨力，在纷乱如麻的爱情思路中，另辟蹊径的切开一条血路，让人在阵痛中升出一缕领悟的青烟，在乍暖还轻冷中如沐春意，有了一丝警醒与冷静。在这个愈加开放的世界，人性得到前所未有的解放，而随之而来的却是更多的困惑与畸形。欲望如心魔以一种更加蛊惑人心的方式蔓延出更大的疆域，不动声色的企图逾越道德的底线，幸福也在犹豫不决着自己的抉择，是日益强大的欲望，还是坚贞得有点土气的道德？爱情说，它打算在这场杀人不见血的冷暴力中偃旗息鼓。我决定入伙爱情。

6、当我为情所困的时候，我也想过把我们的故事写成文字，找所谓的爱情专家帮我解答解答……这是人之常情，但是如何回答的有趣，而且有建设性，这是个问题。因为你不光光是在回答一个人的问

题，尖酸刻薄掉书袋还不如将心比心再加点建设性。木木，你做得很好，我要给你一个yes！虽然帮我没一毛钱关系，虽然我可能会帮别人天人交战，但真的很喜欢你的回答，哈哈。有过去的女人没什么可怕的，死心眼的女人才可怕。我的意见是，在把人从过去的水深火热中拯救出来之前，先确定人家是不是想要被你拯救。（P33）——看来我只能去拯救市区里的大龄女青年了……至于报复，自己活得幸福，就是对前女友最好的报复。（P106）——这招可以！So，万一你最想爱的人就是不喜欢你，你也得找机会把爱送出去。难道谁会因为买不到自己最喜欢的洗衣机就坚持一辈子手洗吗？（P217）——太疗伤了。111209下外公家

7、读完了《木范情书》-读者的问题提得太通俗琐碎了，但是木木面对人民群众种种纠结、拧巴、无奈、无厘头的爱情婚姻疑难杂症，木木或抽丝剥茧、或一针见血、或迂回包抄、或畅快淋漓地解剖情感死结，总能在乱糟糟的人生情景剧里找到立足之地，破解之方的回信语言幽默，不乏精辟之辞。恋爱菜鸟，可以看看《木范情书》；感情迷失时，可以《木范情书》；如果你要理论性更加强的，建议读《爱的艺术》by弗洛姆。

8、闲来无事从实习生小妹妹桌上看到这本书，随手翻了几页，一看又是那种极其弱智的情感信箱答疑解惑，立刻嗤之以鼻。这两天闲得蛋疼，又拿起了这本书，竟然被深深吸引，无限感慨这世界的丰富多样性，什么第三者教我怎么约束老公，我为自己不是处女而内疚，还有各种稀奇古怪的好玩问题。话说木木对两性关系的剖析幽默而犀利，让人颇有一语点醒梦中人的感觉。

9、非诚勿扰里，一个女嘉宾说：“我们在爱情里，最大的错误就是该用感情的时候用了脑子，该用脑子的时候用了感情。”木木似乎更习惯于用脑子。没什么好与不好，只是想这样的冷静和理性生活中能有几分。所谓理性，都是发生在感性之前，一旦感性了，理性就都消失不见了。所以我们更倾向于用理性解读感情问题，因为感情中缺少理性，而非只需要理性。不过，能抓住根本分歧，把看似复杂的问题抽象为一道比较大，或者一道是非判断题，也不失为一种智慧。

10、算是口水书吧近些年这种知心姐姐回答感情问题的书还挺多在ipad上看了一些不允许下全本的问题归根结底就那么几种我爱ta ta不爱我ta爱我 我不爱ta我爱ta ta爱我 但是家里不允许萝莉和大叔婚外情其实很多来信的苦恼者心里都明镜的知道自己不应该出轨知道自己当小3不对知道维持一份不爱的感情是没意义的就像减肥论坛里的那种帖子“我又暴食了 亲来骂骂我吧”大家都知道大家都做不到所有人都一样无论你 还是我摘录一些我懂的但又做不到的道理“不要永远保持那么强大 把自己交出去给自己一些被打动的机会”“要强而强势的女人 容易使柔软的男人感到压力坚持自我当然能体现妇女解放运动的精髓但可以爱情是个太极项目有时候表面占尽上风是靠不住的”

11、通常浏览情感咨询问答时，首先搭上眼的是“问”的一方，不由得让你感慨人类生活的丰富性，什么状况的都会施施然而出，大大方方地游荡在你的眼前。如提醒女友出门要携带杜蕾斯、一吵架就疯狂刷卡、第三者打电话教妻子怎么约束老公、“情人”是个时髦的工种等等，真是让人眼晕，不得不说林子大了什么生物和菌类都长出来了。对付这七问八问，是用五郎八卦棍呢，还是排山倒海神功，大约是见仁见智的。而江湖上有一女侠，惯用一小巧的冷兵器，应对这漫天花雨，居然大受普罗大众的欢迎，想来有其妙招在。这一兵器因主人名为木木，可取名小木飞刀，非见血封喉，重在三言两语，解众人纠结之刺痒。《木范情书》是木木“没有什么不知道热线”集锦，有人称赞其“英明睿智机灵幽默”，木木却忧心忡忡于这些“英明睿智机灵幽默的解答”是否答对，后来想开了，爱情的三岔口上，有人愿意往东，有人愿意往西，自己只是“负责指出有一条省汽油、少痛苦、绝不没完没了绕弯儿的路存在”，供大家选择而已。小小的飞刀做不到十全大补，它旋转地飞出去，刺中一个心结，让人警醒一下，或许幡然也未可知，但绝不以大力丸自居。木木显然不是“知心姐姐”一类的善角儿，她经常不客气地劝散不劝和，在她的犀利言语下，也不知有多少座庙被拆掉了；不过，女侠有时一反常态，主张复合，“既然大家都不是好人，不如一块儿凑合着过，两人都没心没肺的，谁也伤害不了谁，和谐社会需要的就是你们这样的爱侣。”这支飞刀掷出去，不仅刺痒解了，身上如果有荨麻疹也得全都吓回去。木木的情感咨询既少痛苦，亦不苟且，她认同永不放弃、笑看风云的生活态度，也负责地指出“犯贱也是一种生活态度”，有些人“只有用犯贱这种方式去爱、去生活，才能深刻感觉到自己是存在的”。有人联系到《天龙八部》中风流自赏的段正淳段王爷，旗下诸多爱侣数十年如一日痴痴等待、和谐共处的情景，木木义正词严地告知金大师：“大师，你想太多了。”毕竟，世间犯贱的人有是有，但并非这样成批量、无限次的；且以男性视角大写特写女性犯贱之情状，未免有意淫嫌疑。木木不仅要应对许多泛化的问题，如爱得深不深、性格差异太大怎么办、如何发现对方含金量、上进or不上进等，还要对付蹊跷之个案，如有人哀诉亲嘴时女友笑场，不知该怎么办，木木慨

然陈辞，“亲嘴是探索爱人身体和灵魂奥妙之旅的重要一站，亲嘴是科学，是技术，是生产力。”我想这也就意味着实践是检验真理的唯一标准，欲达彼岸，请领悟其精神，付诸于现实。还有位从事创意型工作的朋友苦恼于和配偶如一对猫头鹰和布谷鸟，“时间表”不对，难以凑在一起开展和谐的床上运动；木木一边感叹人民群众对其的信任又达到了一个新的高度，一边开导，“灵感来了门板都挡不住，兴致发了哪里都是床，这不是一个创意工作者应该具备的素质吗？”工作固然重要，毕竟也不是生活的全部意义嘛。直线型路线是木木情感咨询思路的要义，不欲语还休，不云遮雾绕，说了绝不白说。非江湖暗器孔雀翎，扔出去火光硝烟乌压压一片，震慑之外带吓人；仅仅是小巧的飞刀一枚，取最短的距离，摒弃弯弯绕，一击即中，却又让人看清楚来路，可哑摸那未必悦耳的声音里有几许合理的成分。木木说自己觉得“真理”的作用不在于让人幸福，其作用在于让你不混乱。这大约是极朴实的坐坛论道，坦诚自己的局限性，远比那些大言绿豆和泥鳅可包治百病的混混们可爱得多。

12、木木的范儿，是犀利、幽默，又假装很含蓄的，顾左右而言他的智慧。之所以说是智慧，就在于，她能言中要害。就像书中大多数来信都在诉说着自己的困惑、不满，还有因为困惑和不满而导致的怀疑。对于其中一个不满男友的来信，木木引用下面一则逸闻。“丘吉尔上世纪三十年代到美国访问后绕道加拿大回国。加拿大记者问他对美国有什么批评，丘吉尔很不满意地说：厕纸太薄，报纸太厚。”「爱情存于现实，而非凭空而生」这种表面的苛刻，其实是一种顾左右而言他的智慧。类似的话，张爱玲说过，卡夫卡也说过。“德国向俄国宣战。——下午游泳。”卡夫卡在1914年4月2日的日记中只写下了这样的两句话。一个真正懦弱的人，是不可能如此坦然地把一场规模浩大的战争与一次纯粹的个体事件相提并论的。那句人生三恨，一恨鲫鱼多刺，二恨海棠无香，三恨红楼未完。真是一扫人生憾事本应遍布的愁云，一下子将“你曾经最遗憾的事是什么？”这种问题，变得简单起来。不知道将这几句话相提并论，有没有对其中一个误读，甚至不敬。但在关于感情的困惑里，大多数时候是因为，我们把爱情当成一个在真空中生长的理想事件，不肯将它与世间万物同等看待，如果在抱怨自己的情感状态的同时，能够看到生活中更美好的，或者更不幸的，也许会理解对方缺点的合理性，和自身魅力的虚假性。「活得真实点儿吧」犀利的情感专家、甚或人生导师，不只是负责开解你的疑惑，指点你的迷津，在这个信息发达的网络时代，“传道授业解惑”的师道传统已不再是我们寻找标杆的主要指标。像大多数看似鞭辟入里的励志文一样，能毫不留情地告诉你真相的那个人，才是让你最觉获益匪浅的。情感信箱也是，不需要指导，不需要安慰，有些人，需要的只是一句借别人之口说出的真相。当然，有的，一句还不够。但姑娘，他不爱你，或者你不爱他，这件事，用五六百字来解释，真的太多了。「要得简单点儿吧」如果爱不爱是判断题，那么“我该怎么选择呢”，这就是选项不明的选择题了。木木说，“最终一个人打算和什么样的人共度余生，取决于她人生最迫切的需求是什么。最需要LV，寻找李嘉诚；最需要心灵的洗涤，寻找余秋雨；最需要历史知识，寻找易中天；最需要爱，那就寻找爱。“当然，问题也没这么简单，人在不同时期，想要的东西也会发生变化，随着自我的不断强大，不满足感和不安全感并非会逐渐消失，而是越来越挑剔。而当穿过现实的枪林弹雨，我们偏偏以为，爱情，是解决这些问题死角的解药。可是你想要的真是爱情吗？当对身高、收入、房车、所在地、身世、家族遗传病都有要求的同时，你怎么还好意思把「爱情」列为条件之一。不管是被现实伤害得遍体鳞伤，还是被社会历练成金刚之躯，先想想自己要的是什么，如果把爱情当成得到实惠婚姻的跳板，那就别拿爱情当掩护，双方按规则结合，更省事儿。否则，不管结果如何，爱情与面包，只要不能平衡，都会觉得委屈。附一则「EX」「好马不吃回头草」这句话，回头草常有，而好马不常有。而且作为一匹没有常遍神农百草的良驹，口味实在也不稳定，品味大多更不敢恭维。当务之急，是让自己变成伯乐，找到适合自己的白马，而不是跟那些垂死的花草赌气。唔，说这些也挺没劲的。但是只要能从恋爱中学到东西，总还是好的。顾左右而言他，又言中，这种智慧不是每个人都能达到。但在爱情里，见仁见智，乐观者看到理想、悲观者看到结局，而勇敢的现实者，大概能看到生活罢。毕竟，当理想和风月都退去时，剩下的只是赤裸的生活。哪里还有这些爱不爱的纠结呢。

章节试读

1、《木范情书》的笔记-更容易或更艰难

婚姻是为了让大家过得更容易，而不是更艰难。

2、《木范情书》的笔记-第19页

只要有一颗骚动的心，宅男也能找到他的女神。。。

3、《木范情书》的笔记-一个好的前女友

对每一个现女友来说，一个好的前女友是再也不联系的前女友。看了我是一个好的前女友 ~ ~ ~

4、《木范情书》的笔记-比较不那么糟糕的一个

寻找并不确定存在的东西，比寻找确定存在的，需要多得多的勇气。

5、《木范情书》的笔记-第225页

岩井俊二说，成长总是孤单而不可告人。孤单，因为只有自己可以依靠；不可告人，因为不相信别人能懂得。所以孤单而不可告人地长大的孩子，是自卑和骄傲的混合体。

6、《木范情书》的笔记-第35页

那么我们为什么要结婚？结婚时为了解决个人生理、心理、社会、财政方面的问题，没人是为了给自己找麻烦而结婚的。要不要跟这人结婚，你得问：他能帮我解决我的心理生理或者财政社会问题吗？还是给我带来更多生理心理上的问题？

7、《木范情书》的笔记-第92页

没人值得你贬低自己，世界上在某个方面比你强的人多得是，在每一个貌似比你强的人面前，你都要挺直你的腰杆，人在学识、见解、英语词汇量方面有差别，但灵魂和灵魂，是平等的。当然，你首先要有灵魂。

8、《木范情书》的笔记-第44页

你知道这世界上有多少男人爱上完全不倾心于自己的女人，随后为之努力、为之奋斗、为之犯贱、为之去做很多惊天地泣鬼神的事情啊！淡然这些励志故事的另一面是：他们当中绝大多数在搞定这个女人后并不幸福。因为一个人为另一个人做了太多的事情之后，他内心深处会对对方、对自己有一种深深的、难以言喻的愤怒感。

大部分人都是可悲的经验主义者，对世界的看法来自于自身有限的经验。

婚姻的风险在于：它有时能帮助你成为你想成为的人，有时阻止你。

你的问题在于，要么这人真有那么棒，要么他只是被你一厢情愿地想象成那么棒，而无论他是不是真那么棒，他对你的仰慕都是一无所知。

《木范情书》

的确人生是要成长的，在不同阶段对过去和未来会有不同的看法，可是如果你的人生只是在不断地否定再否定，却始终没有一个清晰肯定的东西出现，那么你的人生也的确将非常低迷茫，而且悲哀。

选择你认为比较不那么糟糕的一个吧。

爱情的本质是，你没办法孤独地度过一生。

自尊恰恰是知道自己是谁、喜欢自己。……你要保证自己站得住，才不会为认同而迎合、为不被认同而否定自己。

我个人对艺术家的偏见在于：他们对艺术负责，于是就认为自己天然地被免除了对庸常生活的责任。

9、《木范情书》的笔记-第55页

结婚是两个宇宙的战斗，战争过后只剩下一个宇宙，但这个宇宙将有两个中心。这宇宙会比之前的宇宙更宏大更壮丽……一切取决于你们自己。

10、《木范情书》的笔记-第30页

我一个朋友说，我们跟别人交往，是为了从对方那里收听到关于我们自己的消息。所以人是不能自成一国的，你存在的意义，要从别人对你的需要那里得到肯定。但没人真正需要你，因为你自私，你找不到收音机去收听关于自己的消息，你的世界是死的、寂静的、没有生命的。

11、《木范情书》的笔记-不记得

一边读，一边记录了一些有意思的话。

1、人生是一场战斗，在战斗不同阶段我们有不同的敌人。读书的时候要打败其他小朋友才能拿全班第一，毕业以后要打败其他有为青年才能找到体面工作，结婚后要打败其他姑娘才能白头偕老。但生命中你会遇到一些人。他根本不配你为他去打仗，你却为他浪费弹药。

这个男人跟你的人生已经没有关系，如果一个人的责任在于为她的人生打仗，那么我得说，你找到幸福的战场不在这里，需要另外开辟。

另外一个残酷的事实是：我们败得最惨的时候，往往因为我们有爱，爱让人软弱。一个人不爱你的时候，你很难给他致命的伤害。

人的一生要找准目标，要攻击要害，还要节约弹药。

2、你没有妄想症，你就是在时间、寂寞、多管闲事的朋友们的围追堵截下，恐慌了。据动物学家说，被围猎时的恐慌会改变动物的行为方式，导致它们做出一些不理性、不安全、不利于生存的决定。

所以重要的是，不要恐慌。不要慌不择路。乌漆抹黑中如果见到唯一的灯光，要保持警惕：那很可能是家黑店。你要镇定地分析敌我力量对比，知道自己是什么，有什么，要什么，然后再去努力、去突围、去黑暗中摸索真正的光明。

3、《红楼梦》好看，但里面的人物都极端，他不爱我就必定是爱别人，我没了她不如去做和尚，人生不富贵就抄家什么的，太不健康了。中国最可贵的品质是中庸，咱们得看《水浒传》，武松不爱我

《木范情书》

就找西门庆，活不下去了还可以做山贼，条条大路，总有一条通往梁山泊。

4、苏格拉底被处死之前，有机会逃走，但他拒绝了这个机会。他的朋友痛心疾首：他们是在不公正地处死你啊。苏格拉底语重心长说道：难道你希望我被公正地处死吗？

被公正地处死是这个世界上最悲惨的事情，因为连你自己都知道自己罪有应得死有余辜。和这种连自我确信都被剥夺的绝望比起来，被不公正地处死，内心还有些东西没有被摧毁，算是个可以接受的选项。

12、《木范情书》的笔记-六年零一个月

这世界上很少有毫无困难、浑然天成、一见就钟情、一钟情就白头偕老这样美妙的事。每一段感情中都有缺陷和困难等着你。你要么懂得与缺陷和谐共处，要么学习克服困难，要么有勇气从头来过。既然总得选一条路，那你就不要再反复思索这些路上有多少障碍了，而是应该好好想想到底哪一天路能领你走向你要的感情。

13、《木范情书》的笔记-第14页

如果你只有温暖只有一颗心可以给，那你应该给那些需要温暖、珍惜别人的心的的人。

14、《木范情书》的笔记-第200页

如果你觉得需要爱，只是没有找到，那么我只能说，你要努力去找，但的确，并非人人都能得到她想要的那种爱的。你能做的是，试着去感觉自己的需要，试着去允许别人需要你，不要永远保持那么强大，把自己交出去，给自己一些被打动的机会，虽然这机会可能会越来越少，但你总要试试。

所以重要的是，不要恐慌。不要慌不择路。乌漆墨黑中如果见到唯一的灯光，要保持警惕：那很可能是家黑店。你要镇定地分析敌我力量对比，知道自己是什么，有什么，要什么，然后再去努力，去突围，去黑暗中摸索真正的光明。

15、《木范情书》的笔记-第88页

没有俺男人能一次满足你所有愿望，你只能选择满足你最深切渴望的那个。

人生太漫长，我们有生之年不能只做愿意做、希望做、喜欢做的事情，因为天气不好体力不支，我们还需要做很多无聊、应景、计划外的事情。你的问题在于无聊、应景、计划外不是插曲，反而变成主旋律。

婚姻是为了让大家过得更容易，而不是更艰难。

但生命中你还会遇到一些人，他根本不配你为他打仗，你却为他浪费弹药。

一个人不爱你的时候，你很难给他致命伤害。

叔本华：生活和梦是同一本书上的书页，按顺序慢慢去读是生活，浏览这些书页是做梦。

人民群众大抵都是跟一个人的优点结婚，于是常常因为这个人的缺点离婚。如果我们能跟一个人的缺点结婚，那么离婚率将大大降低。

多花时间去想你选的这个人值得你选他的理由，少花时间伤感你没选的那个人他其实也不错的地方。

期望越多，情境变化对人的打击越大；期望不高，学习所得在情境变化时更稳定一些。

岩井俊二：成长总是孤单而不可告人。

如果不能说服你的顾客，至少令他困惑。如果你很难直接说服他最适合他，你还可以试着让他对谁才适合他变得不那么确定。

麦克卢汉：我们侦破犯罪的力量越来越进步，但界定罪恶和美德的能力却降低了。你越来越成熟，识别男人辨明真伪的本事和工作能力一起提高了，同时却失去了被打动的能力。

16、《木范情书》的笔记-第8页

站在犯罪心理学角度，一个含蓄而讲卫生的人，他那断掉一绳又给自己来一绳的情怀，源于他愿意把自己捆着，并在捆绑中回味那引而不发、低徊惆怅的忧郁劲儿。

17、《木范情书》的笔记-第11页

一个忠实于自己口味的人，在吃到不爱吃的苹果之后，会果断走向下一个水果摊；而一个虽不满意该苹果的口感，但想想又觉得它好歹有营养的人，她会天人交战。口感和营养常常不能兼具，而且更悲哀的是它们还不能互相替代……

18、《木范情书》的笔记-第1页

For myself

「选择进入一段有困难的感情之前，你一定要清楚你想要的是什么，能够得到的是什么，然后在未来的某一天，你才不会因为没有得到你根本不可能得到的东西而懊悔，怨愤，不甘心，折磨自己并痛恨你爱过的人。」

19、《木范情书》的笔记-全书摘录

木范情书——木木

我的揣测是：会赚钱和呵护备至这两样宝贵的品质，很少奇迹般地同时出现在一个男人身上，所以你最好不要把它们放在同一个句子里，这会混淆你的诉求，并令你的愿望显得过于天真。

现实生活的男主角，按照某位大人说的，“他们都是被咬过一口的苹果”，不完美，不完整，未完成。

你要自己解答一个问题：我喜欢的人不能满足我，我应该满足于他已有的品质，还是不，我要的东西不可替代无法妥协？

在一次性满足所有的愿望眼看不可能的情况下，你要找到你最需要满足的愿望是哪个。因为最终一个

《木范情书》

人打算和什么样的人共度余生，取决于她人生最迫切的需求是什么。最需要爱，那就寻找爱。

她不费心，你又何必伤神。

男人要想让女人感到安全，要么交出金钱，要么交出灵与肉。你男友不能让你感到安全，要么是他给你的灵魂和肉体的支持不够，要么是他上缴的存款太少。

每个人的路都是自己走出来的，每个人走不通的路也是她亲自堵死的，但问题是如果你绝望地打算堵死所有的路，那你至少得给自己挖个地道吧。

否定一个人一段感情、制造废墟是容易的，你只要看到一个困难之处即可。肯定和建设则是不容易的，从头来过需要漫长投入，结果又并不即时可知，而你在苦难面前撤退的速度如此之快，以至于你连这是最后一条路都没有意识到就决定放弃。

每一段感情中都有缺陷和困难等着你，你要么懂得与缺陷和谐共处，要么学习克服困难，要么有勇气从头来过。既然总得选一条路，那么不要再反复思索这些路上有多少障碍，而是想一想到底哪一条路，能领你走向你要的感情。

重要的是，你要和你的生活方式达成共识，你选择这种方式，因为你爱，你喜欢，你愿意。

在寻求别人认可你的生活方式、你的价值观之前，你自己先得认可。

爱情是个太极项目，有时候表面占尽上风是靠不住的。

一个男人如果被女友问到头上了仍然不肯透露自己的收入情况，要么因为收入少，不愿说，要么因为他收入不错，但总疑心所有打听他收入的女青年都惦记他的钱。如果前者，他配不上你，如果后者，我估计他觉得你配不上他。

现实是：你给不了这女人她想要的。

当然你爱情的转机在于，这个女人在得不到自己想要的东西的时候，她肯不肯退而求其次，接收你塞给她的？所以你首先要了解她对你的态度，如果很显然没戏，留着你不过是想趴在你怀里痛哭她的爱人，那你啥也别想了，赶紧布置撤退；如果还有余地，你就要给她看你能给她的东西，肉体啊灵魂啊情感啊安全啊之类的，你要让她回头是岸弃恶从良，得先给人家看看你确实代表着光明，代表了进步，代表了美丽新世界是不是？至于展示的方式，是直白是含蓄，是一气呵成还是见缝插针，你自己琢磨。

有过去的女人没什么可怕的，死心眼的女人才可怕。我的意见是，在把人从过去的水深火热中拯救出来之前，先确定人家是不是想要被你拯救。

如果还没有成熟到知道幸福不是别人给的，而只能自己去争取和创造的话，那么不要太早去考虑结婚和共度余生的问题，否则只会给大家都带来更多生理和心理问题。

男人说爱你的时候，你就当真的听着，没必要去自寻烦恼想他说的是不是真的，因为你永远不可能从他口中知道答案。在听过他说之后，你要看他怎么做。这世界有多少男人，就有多少种表达爱情的方式，不必一定要符合你的方式才叫爱情。但是，哪怕爱的表达千姿百态，判断一个人是否爱你还是有最基本的标准：他是不是在乎你；爱，自然就在乎；在乎，就愿意拥有、担心失去。

一个人的行为，自我矛盾的地方会有，但更多的是互相呼应、彼此映照。要想知道他爱不爱你，你得多看几个地方。

美好故事里没有这些令人讨厌的细节，但现实生活就是用一些重复、不着边际、没有条理的情节惹我们厌烦。

爱情也一样。热恋是生活的浓缩精华，一切惹人厌烦的小细节都被删除了，那之后才是生活的全本。

《木范情书》

一个人喜欢什么样的人设定好的、写在他体内的一个程序，很难改写，你说你跟一程序较劲有什么用。在等的同时，也别耽误了干别的，修身养性、勤练武功、让自己成为一个更好的人，那你成功的机会没准大些。

对一个纯粹的个人主义者，世间万物无不是为了给他增光添彩才存在的。用张爱玲姐姐的话说：连一座城市的陷落都是为了成全他们不朽的爱情。

群众大抵都是跟一个人的优点结婚，于是常常因为一个人的缺点离婚。我估计如果我们能跟一个人的缺点结婚，那么离婚率将大大降低。所以最好婚前看清对方最严重的缺陷，然后决定是否能与之共存。

事实很明显，你爱慕的人是个对女朋友有严格身高要求的人。你没有达标，但不妨碍他对你有好感，谁会对朋友的相貌、身高、三围提出严格要求呢？谁也没打算跟好朋友生儿育女。所以，他喜欢你，但并不因此就觉得你配得上成为他女朋友。这世界人人都有重大缺陷，你爱他，他的缺陷你看不到或者不计较，他没那么爱你，于是他看到，他计较。你停止过分美化他，看到他的缺陷，也许对你将自己从这爱而不被爱的悲惨情境中拖出来有点帮助。

和年龄差距太大的人谈恋爱，困难之处在于，你们走在人生的不同阶段，有不同的人生目标，她刚刚起航，你已阅尽千帆，她有无穷的精力用来折腾，你却发现人生的真谛在于和谐。

感情，如果能让你有生机，时刻提醒你你是活着的，让你觉得人生分外鲜明，那么哪怕它在喜悦之外额外带来些痛苦，也是值得你再坚持几分钟的。爱情，是一个比单纯的喜悦、比郎情妾意的大结局，复杂得多的系统。你又何必这么着急去简化它？我通常认为在做选择的时候，并不存在最好或最坏的选项，只存在你坚持的选项和你放弃的选项。放弃的选项不要再想，将你坚持的选项努力做到最好，让它变成你最好的选项。

男人还是这个男人，并没有因为被别的女人喜欢上就脱胎换骨成为一个符合你理想的人。那么你从视他为可有可无的替代品，到“越来越想他”，是因为突然爱上他吗？还是你爱的是自己对他的所有权？对于一个男人，没有比他爱的女人认识不到他的价值甚至贬低他的价值更屈辱的了。如果没有其他女人对他的爱你就认识不到男友的价值，我看你就算爱他也有限，那又何必跟一个你就算爱也爱不起劲的男人较劲？

阻碍一个人做他认为对自己最好的事情的，要么因为他内心有情，对伤害别人有所顾虑，要么因为他磨叽，具备最激烈的想法却不具备最基本的行动力。

决定一个男人值不值得你跟他交往的，不是他抠不抠门，而是他把抠下来的钱拿去做什么。

这个世界上真正地纯粹地坚持在每一个领域都一毛不拔的人不多，大部分人只是有着不同的金钱观。一个人不肯在这个地方花钱，往往因为他觉得把钱花在其他地方更值得，所以你要找出抠门男友愿意把钱花在什么地方，才看得出他是个什么样的人，才能决定愿不愿意一个这样的人生活。

爱情这事，除了你自己，没人能给你主持公道。

被人背叛最大痛楚在于，你发现你的感情、你的身体，甚至还有你的梦想，都被别人否定和浪费了。而你的痛处在于，你甚至觉得你的人生都被否定了。将人生快乐掌握在自己手里的秘诀是，你要有一些别人不能帮你否定的东西，或者，你要有不让别人替你否定你自己的勇气。

《木范情书》

请你记住一个真理：女人拒绝你时给出的理由或借口越多越详细，越说明她对你没感觉。

没人值得你贬低自己，世界上在某个地方比你强的人多得是，在每一个貌似比你强的人面前，你都要挺直你的腰杆，人在学识、见解、英语词汇量方面有差别，但灵魂和灵魂，是平等的。当然，你首先要灵魂。

我越来越相信：永不放弃是一种生活态度，笑看风云是一种生活态度，同样，犯贱也是一种生活态度，我不应该歧视这种生活态度的人，因为他们只有用犯贱这种方式去爱、去生活，才能深刻感受到自己是存在的。

离开你不想要的生活只能靠你自己的勇气，而不是靠别人的分析。

你最好记住：既然是买卖，动感情就未免好傻好天真了。

很显然，你要认清的一个事实是：这个男人跟你的人生已经没有关系，如果一个人的责任在于为她的人生打仗，那么我得说，你找到幸福的战场不在这里，需要另外开辟。

另外一个残酷的事实是：我们败得最惨的时候，往往因为我们有爱，爱让人软弱。一个人不爱你的时候，你很难给他致命的伤害。

人的一辈子要找准目标，要攻击要害，还有节约弹药。人生是一场漫长的战争，这场战役并不决定胜负。

记住：以后再也不要跟那些会把你的话当真的人，说一些你说的时候自己都完全不相信的话。这样不会伤害别人，也能保护你自己。

我一位朋友迫于压力结了婚，半年后语重心长地对我说，结婚这事儿就像吃饭，你肚子不饿就不要吃。

很多人都会面对这样的问题：当事情的发展并非我预料中的样子，我可以夺路而逃吗？从个人利益的角度，离开一所沉船是理性的选择，问题是你打算把那个你承诺要爱她一辈子而她居然相信了的人怎么办呢？

你的对老婆洗脑，让他对人生有想法，帮她树立起她也可以重获幸福的信心，达成共识后你俩双双弃船，分头奔着人生第二春而去。

你的底线是什么？

按照我的意见，大多数维持婚姻的决心，与其说是来自对和谐社会的喜爱，或对退休后互相照顾的美好前景的展望，不如说是来自恐惧，对于从头再来的恐惧，对于未知的恐惧，对于婚姻是否皆如此的恐惧。

恐惧的力量在于，它会令你降低底线。我建议你克服恐惧，认真想想这段婚姻对你到底有什么意义。如果它对你的伤害大到让你觉得待在这段婚姻中是虚度人生，那么不要再维持了，对生命的浪费是最大的浪费。

男人喜欢被挑战被刺激，你所有的棱角都没了，对他还有什么挑战性？

当你丈夫一身兼具了美德和恶行的时候，你要做的，是决定：哪一件事是重要的。

决定她认为丈夫最重要品质是什么的，是一个女人的择偶观。这世上很多女人有明确的择偶观并誓死将自己的择偶观坚持到底。

人渣这东西，是遍布各行各业的，你得好好学习看人，不然真让人替你那富裕的经济、安宁的生活捏一把汗啊。

灵感来了门板都挡不住，兴致发了哪里都是床，这不是一份创意工作者应该具备的最基本的素质吗？

《木范情书》

男人很脆弱，不喜欢被人提醒他曾经混得多惨。你可以告诉他你给他时间，但是希望他记得你爱他本人，当然如果他还是愿意选择一个对他本人毫无兴趣、但对他的车子房子票子倒是表现出出色鉴赏力的女人，那么你给他自由。

如果他真的蠢到认为那女的是爱他、欣赏他才和他一起，那么，你要努力让他一无所有地离婚，让他和她再去从零开始共同奋斗吧，无论贫富都愿意在一起，这才是爱的意义。

约束一个人不让他做他想做的事情，你得让他意识到：如果他执迷不悟要这么做，他将失去他不愿意失去的东西。

夫妻生活太漫长了，老公要在意，但不能贴身紧逼，所以，白头到老是一门技术活。

亦舒说，人生头二十年你不能做主，人生的后二十年你有心无力，于是人生真正知道自己要什么，有能力去得到、去享受的，只有中间二十几年。生命短暂，你也得知道什么令你快乐。

总之，把人生浪费在别人为你制造的痛苦中不能自拔，那太可惜了。

我一直觉得一个人最宝贵的品质是热爱生活。真可惜，你不热爱生活。你为什么热爱生活呢？因为你并不是为自己而活着。这不是你的生活，这是你妈妈、你爸爸、你公公婆婆想过上的生活。

你的问题不在于自卑，你的问题在于将别人的期望当成你生活的目标。

人最重要的是实现自己对自己的期望。这样你才不后悔白来一趟。在被别人的期望压垮之前，问问自己你的期望是什么。

每个人的结婚都是一场赌博，只是每个人的赌资、下注对象各有不同。

两个人的感情本来挺简单，一旦有太多自以为有能力指点你人生的人掺和进来，往往就会有杂音，这些七嘴八舌的声音就此让你们的感情出现杂质，产生裂缝，最后崩溃，也不是没可能。如果你因此失去这段感情，别人也没有损失，你的痛苦还是只能自己承担。

所以要相信自己的感觉。你的人生是你自己在过，是苦是甜你自己知道，又何必一定要对比别人的生活，你才知道自己是不是幸福。

人生很多东西都是徒有虚名，你得学会掀开表面看到本质。生活是你自己在过，也只有你自己去决定什么叫活着、愿意怎样活着，并为之一直努力。

条件不好的家庭出来的人，一般会有两种：一种特别自强，一种比较实际。我认为你的梦中情人属于后者。

我觉得你要弄清的不是你现在想不想结婚，而是你需不需要结婚。

事实上并非每个人都需要结婚。为什么要结婚？结婚无非是为了爱、为了钱、为了有个人照顾你、为了让你的后代在安全有保障的环境下生存这四个原因。

总之，如果你感觉不到让你想要跟这人长久待在一起的爱，你也不需要结婚改善经济状况，你相信可以照顾好自己，你更相信根本不要个孩子成为你人生的负担，那么我觉得你完全没必要结婚。

父母要求儿媳一分不差合自己心意是奢求，儿媳要求公婆对自己像春天般温暖那也是想太多了。大家本是陌路人，一开始互相看不惯那是肯定的，重要的是，双方是不是肯讲理，能沟通，懂的让步，热爱双赢。

父母控制儿女的人生走向，最管用的手段是先收买，再控诉。他们向你抛洒情感和物质，然后当你想偏离他们为你设计的人生轨道，他们就控诉，让你内疚、惭愧，觉得自己太不孝了。爱，有时是一种控制。

选择进入一段有困难的感情之前，你一定要清楚你想要的是什么，能够得到的是什么，然后在未来的某一天，你才不会因为没有得到你根本不可能得到的东西而懊悔，怨愤，不甘心，折磨自己并痛恨你

爱过的人。

开放自己有时意味着伤害，可是没人在乎你，把自己保护得再妥帖，又有什么意思呢？

一个正常的女青年，一定会无语问苍天：这人这么热情地请我吃了一顿又一顿，难道不是为了表达爱慕之心，而是为了抒发八卦之情？
要想搞男女关系，无非搞好两个项目：1.正确表达出你想不想；2.准确评估对方要不要。你表达过程失败，对方的信息又接收不到，简直是“怎样错误地操作人际关系”的典范。

这世界上很多我们像宝贝一样收藏着的东西，不用，其实就是废物。比如爱，你不去爱，藏在心底、写在日记里、留在回忆里，就算你情义无价也只能自己消化。
你要花钱，钱才有意义。你要把爱送出去，爱才有价值。
你不能停止想她，因为你想要为她花钱却花不出去。不想她的最好办法是冲出去把钱全砸在她身上。她不要，就捡回来，把这些钱砸到一个想要的人身上。重要的是，把钱花出去。
重要的是，不要恐慌。不要慌不择路。乌漆墨黑中如果见到唯一的灯光，要保持警惕；那很可能是家黑店。你要镇定分析敌我力量对比，知道自己要什么，有什么，要什么，然后再去努力、去突围、去黑暗中摸索真正的光明。

如果你觉得需要爱，只是没有找到，那么我只能说，你要努力去找，但的确，并非人人都能找到她想要的那种爱的。你能做的是，试着去感觉自己的需要，试着去允许别人需要你，不要永远保持那么强大，把自己交出去，给自己一些被打动的机会，虽然这机会可能会越来越少，但你总要试一试。

没有比作选择更容易的事情了，苦难的是对你作出的选择负责。

友情和爱情的区别在于友情是一个松散联盟，双方的关系有清楚的边界，而爱情，是要出让主权的，很难界定边界。
爱情就是想跟她在一起，想霸占她，并被她霸占。他对你没有这种感情。

这世界上每个人都在怕着一些东西：有人怕老板，有人怕老婆，有人怕自己。而你怕的是跟别人建立亲密的关系，你不信任自己之外的任何人，你怕把自己交到别人手上，虽然在你自己手上你也不见得能把自己照顾得多好。
你对建立亲密关系的恐惧感来自你对他人的不信任，你对他人的不信任当然来自你那对自己坚忍、对女儿也绝不温情脉脉的妈妈。
过于害怕被伤害的人，是一个想得不必要的多、看得不必要的远的人，她在结婚之前想到离婚，在出轨之前看到背叛，在花好月圆之际忧愁晴天霹雳。某销售大师说，你要成功，你先要想到成功。而当你脑子充斥的都是可能的失败的场景，那你离失败也不太远了。
不妨热血沸腾一次，不妨把自己交出去一次，没准在那个你喜欢的男人身上，你能找到一个你从来没有拥有过的、令你全心信任、无所顾忌拥抱的妈妈形象呢。

好好学习，多读书，多交朋友，开阔眼界，锻炼生存技能；看到喜欢的姑娘，勇敢地去跟她交朋友；不要因为想象中的失败就不敢去做任何事；最后，永远记住：失败是成功她妈。

有位大师说：只有在第一次见到一个人的时候，你才会认真看他，之后你每次遇见他，都只是在脑子里增添一点细节，为什么？因为大脑是有惰性的，会偷懒，它给一个人画过一次像之后，就会遵从这个印象而不肯费事多琢磨几遍。
在感情这个问题上，你的脑子不仅在偷懒，它简直就是度假去了。
我觉得“他值得你喜欢吗”这个问题更加重要。而这个问题的答案，在你自己手上。

女人最重要的是了解自己，了解自己的需要，知道自己为什么失去贞操，以及懂得和值得的人上床。

最重要的是不糊里糊涂的和人上床，糊里糊涂地过一辈子。

每个人有他面对世界、处理问题、折磨自己的方式。

人生姿态千变万化，幸福的终极评价标准是：你是否肯定你自己的价值取向，你是否接受你自己，你是否热爱你的人生，你是否活出了你的生命，你是否成为了你能够成为的人，如果没有，你是否有勇气重新开始。

20、《木范情书》的笔记-第288页

“幸福的终极评价标准是：你是否肯定你自己的价值取向，你是否接受你自己，你是否热爱你的人生，你是否活出了你的生命，你是否成为了你能够成为的人，如果没有，你是否有勇气重新开始。”

21、《木范情书》的笔记-第26页

你梦中的愿望是很难满足的，因为你追求、渴望和她共度余生的人，她另有计划。因为没能得到一个人就把她神圣化是无聊的。你没能得到她，并非因为她是仙女，只是因为你不爱她。没有比为永远不会回应你的爱的人浪费人生更愚蠢的事了。

每个人只能活一次，如果你珍惜你短暂的人生，请你记住：你的人生就是你每天和谁在一起、过着怎样的日子，而不是你梦想和谁在一起、希望过着怎样的日子。

22、《木范情书》的笔记-第288页

人生姿态千变万化，幸福的终极评价标准是：你是否肯定你自己的价值取向，你是否接受你自己，你是否热爱你的人生，你是否活出了你的生命，你是否成为了你能够成为的人，如果没有，你是否有勇气重新开始。

23、《木范情书》的笔记-当你点背你会责怪谁

人生中不是每一次挫折每一个王八蛋都值得你事后反省、认真分析、总结经验、吸取教训的，有时候你就是踩上了狗屎，你难道还要深深地自责说为什么我就踩上了狗屎呢，是因为我人品有问题？所以，赶紧把这事儿仍脑后去，别把什么事都当作智力题。

《木范情书》

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