

<<重遇20岁的自己>>

图书基本信息

书名：<<重遇20岁的自己>>

13位ISBN编号：9787512601291

10位ISBN编号：7512601298

出版时间：2010-6

出版时间：团结

作者：王珣

页数：309

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：<http://www.tushu007.com>

## <<重遇20岁的自己>>

### 前言

自序芙蓉树下的礼物小时候外婆院子里的芙蓉树，一直在记忆里陪伴温暖着我成长的岁月，那一树粉色的花朵如云霞般在弄堂的深处绽放，是迷人的风景，也是无尽的希望。

蓦然回首，当年那个二十岁的自己依旧站在那里，洋溢着青春的笑颜，美好纯洁得不带一丝阴郁。

一别经年，在现实社会里生活奔波，常常会有很多的困惑。

人情凉薄得让心灵结冰，你不得不一点点暖过；爱情脆弱得让人失落，你不得不一遍遍来过；人性阴暗得让爱退缩到了角落，你不得不一次次挺过。

生活越来越像一场假面舞会，盛大又冷漠，华丽又污浊，热情又虚伪。

有多少人可以只爱它的盛大、华丽和热情，摒弃它的冷漠、污浊和虚伪？

我们想脱俗却又纯粹不了，我们想呐喊却又张不开喉咙，我们想改变却又迈不开第一步。

于是，痛苦遮去了阳光，眼泪淹没了希望，迷途的人很多很多。

只是，总有一些破碎的梦想让我们变得坚强，总有一些逝去的爱情让我们学着柔软，也总有一些走过的人让我们懂得原谅。

勇敢地飞过了沧海，你的心中就藏进了海洋；执著地踏过了桑田，你的情里就开满了黄花。

不要问我有没有，不要问我行不行，去撕碎眼前的阴霾，这只需要勇气；去寻找生活深处的快乐，这只需要用心；去体味情感深处的感动，这只需要坚持。

在“芙蓉树下”写文字，对我来说也是在做一件事，那就是招呼同路的女人，相互勉励，好好生活。

如果它能在你需要的时刻陪伴你一程，就像那会开花的芙蓉树，静静地、暖暖地站在大路边，任风吹雨打春去秋来，永远擎起一片勃勃生机，那么，这也将是我生命里最美好的“礼物”。

谁也拒绝不了长大，我们都要挥挥手与二十岁的自己告别，往前走，继续生活，但却可以永葆二十岁的心，让此后的人生精彩非常。

成长的路上，如果没有付出与失去，没有苦难与感恩，我们是否会知道珍惜？

有人从不知道尊重才是最深刻的爱与关怀，也不知道不离不弃里的大爱无言，遗憾地错过了原本最质朴的情感，让生活也缺失了幸福的华彩。

如果你还没有真正走向那条独自长大的灵魂之旅，就不会拥有能带给你感动的那些人、那些事、那些开过的花、那些平淡却真实的日日年年。

生活中所有的苦乐酸甜，都来自于我们选择了一条怎样的路，当你真正坚持着走过了千山，又微笑着阅尽了千帆，我们中的很多人就又会越变越纯洁，就像二十岁时的自己。

亲爱的，现在终于有机会让我把这“芙蓉树下”的缤纷落英，打包成一份“礼物”，献给所有二十岁和希望永远二十岁的女人们，再让我深深地目送你们走过，一直身心安好……——王珣

## <<重遇20岁的自己>>

### 内容概要

如果重遇20岁的自己，你想对她说什么？

有人会说：“真希望你应该懂这些事，积累幸福的资本！”

也有人会说：“真希望我还能有你如此年轻干净的心境。”

女人20几岁时最美丽，是充满幻想的年龄。

因为青春，所以没有什么不可以；即使失败，也有“年轻”做后盾；失恋，不过是一场重感冒，等烧退了就好；受了伤害，身体与心灵的修复能力也令你吃惊！

谁都想做个常青藤样的女人，即使年华老去，也依然优雅美丽。

我们虽然渐渐远离20岁，但依然可以实现自己重返青春美丽的梦想。

本书邀你共赴回忆之旅，寻回最真的自己，与最宝贵的精神。

在各种保养品、化妆品叫嚣着“岁月不留痕”的时候，我们不妨给心灵来一场“抗氧化”。

20岁不会重来，你可以把握的，是稍纵即逝的每个当下。

## <<重遇20岁的自己>>

### 作者简介

王珣，女，北京，自由撰稿人。

以情感类杂文见长，笔锋睿智犀利又不失细腻温婉。

作品曾刊发于《青年博览》《家庭之友》《女友》《好日子》《37°女人》《女人街》《北京晚报》《广州日报》等等，并一直在《周末报》开有情感专栏“谈谈情说说爱”。

在新浪网的博客“芙蓉树下”，点击量过千万，拥有庞大的女性读者群，是新浪最热门的情感写手之一。

“芙蓉树下”博客地址：<http://blog.sina.com.cn/zixin>

## &lt;&lt;重遇20岁的自己&gt;&gt;

## 书籍目录

自序芙蓉树下的礼物Part 1 回归二十岁，我们都这样长大 我们都要学会自己长大 失恋的女人像条毛毛虫 心怀恐惧而又无所畏惧 心中有爱的女人最美丽Part 2 给自己的心灵加氧，永远活在二十岁 知足的女人最快乐 心情不好就去茶餐厅 有多少女人“蜗居”着自己的心 会有奇遇的女子 等上三天 有所坚持的人生最光鲜 画个句号 那是真的痛苦吗Part 3 因为青春，所以没有什么不可以透过“凤姐”看自己 都市“啃爱族”的苦乐悲欢 “裸婚”不是在做戏给别人看 都成了“奴”还活个什么劲 当“孔雀女”嫁给了“凤凰男”Part 4 优雅地放下，智慧地前行走错也是路 不可不知的真相 这些问题女人应该烂在肚子里 信什么也别信男人在床上说的话 谈感情也要谈钱 幸福之前有些错误必须犯 同居时别把自己当成了老婆 好女不跟男人斗 懂得爱，不纠缠 拒绝救赎的女人 没有安全感的女人没有爱情 如何智慧地和男人调情 存男人不如存钱Part 5 一个人，不要怕一个人，不害怕 学会说“不” 享受独处的时光 有些伤口不能晒 如何从“剩男”、“剩女”中突围 年轻的你急需多见些世面Part 6 二十岁后，经营人脉等于经营未来职场女性的“泛交际花”时代 别和你的上司“潜规则” 婆媳相处的“武林秘籍” 距离就是尊重 警惕身边的有些闺蜜凶猛Part 7 魅力升级，气质就是美丽女人为自己减龄五岁的秘诀 淡妆是一种美丽的礼貌 女人如何穿出自己的品味 爱美的女人该如何“驾驭”长靴 柔软着坚强，精致着美丽 现代女人“败家”由网购开始Part 8 二十几岁，失恋不过是一场重感冒当爱情已走远 面对分手，女人不要怕 走出阴霾，请遗忘 别用有害的方式去挽留男人 成全男人的分手 让伤口开出美丽的花 情感落单时你会找人“填床”吗 给背叛你的男人一个教训 没有人会在原地等你 女人处理情感危机的实用手册 女人报复男人的最佳方式 旧爱，一直都凉薄Part 9 二十岁学会爱，三十岁收获幸福怎样才能让男人对你说真话 做有“味道”的女人 哪些女人会“潜伏”进男人的心里 女人要懂得接受男人的馈赠 给男人一点儿忧伤 动什么也别动男人的手机 如果爱，请温柔对待 你了解男人这种生物吗 把男人当成“药引子” 别去做男人的疗伤天使 别把男人的伪善当成善良 男人的五大“脑残”行为 好男人要爱也要用 亲爱的，他其实没那么爱你 男人都喜欢“狐狸精” 男人的情感真相是以静制动 用理性思维看男人 男人像公共厕所的“小三事件” 把握爱的度量衡Part 10 三十岁之前，有些男人注定是生命中的过客 不要盲目地爱上老男人 “犀利哥”那样的男人能不能爱 离婚男人并不都是抢手货 当你遭遇了“次品男人” “四不”男人在行动 五种男人会成为女人的“杯具” 给自恋的男人画个像 你看，你看，那暧昧的脸 无良男人，让爱情变质Part 11 致未婚姐妹书——我们走在通往幸福的大道上不是公主就别等王子 被爱情和婚姻毁掉的女人 苍蝇喜欢叮有缝的蛋 情感不能互动就别浪费时间 小心你遇见的爱情是“A货” “姐弟恋”的最大好处是什么 美满的婚姻少不了他 婚外情是女人的“垃圾食品” 不和自己的男人AA制 有一种哲学不懂不行 情感江湖之爱情的魔鬼定律 情感江湖之“莫伸手”的魔鬼定律 情感江湖之做老公的魔鬼定律 情感江湖之婚姻的魔鬼定律 情感江湖之做老婆的魔鬼定律Part 12 爱在最美好的时光，爱在拥抱未来幸福是能力 婚姻是一锅粥 好女人才能成为“狐狸精” 那些以爱的名义犯的贱 最好的日子一直是现在

## &lt;&lt;重遇20岁的自己&gt;&gt;

## 章节摘录

Part 1 回归二十岁，我们都这样长大前段日子女友经历婚变，夫妻两人共同生活了十五年却一朝失散。用女友的话说，她没有了丈夫，不仅是爱情成空，而且还像失去了一位亲人，痛不可当。所以女友常常会约我喝茶、吃饭，或是深夜煲电话粥以解心底的困惑忧伤，再后来，她慢慢变得平静，继续工作生活。

昨晚，先生忽然问起女友的现状可好，说是有些日子没听到我们在客厅的一角唠叨了。我笑，每个人都要学会自己长大，然后总要接着向前走，走吧，从此就一路顺风……对于成年人来说，“成长”这个词其实是没有年龄界限的，或许我们很早就已经“长大”，或许我们很晚还在“摸爬”。

教，未必教得会；学，也许学不像。

我们当然可以接受一些他人的经验教训，可那些旁观者里又有几个人能真正地感同身受？

何况，“好了伤疤忘了痛”也是人之本性。

世界很大，精彩的却未必就是一颗颗向往着幸福的灵魂，所以很多人都免不了在生活中经历着坎坷磨砺走过来。

一路上，有的人沉沦，有的人迷路，有的人终日在原地徘徊，有的人却最终学会了自己承担、自己长大，收拾了残局又重整了河山。

我们都希望有一个自己爱又爱自己的人，能陪着我们走一辈子，有商有量，有依有靠，这样才不至于太孤单。

即便爱的代价是有痛有伤，有苦有难，可是爱一辈子本就是件奢侈的事情，陪一辈子里就有了太多的变数。

牵手是暖，放手是悲，几乎每一段感情中，都有人渴望着成长，又想逃避成长的代价，于是伤了别人，自己也残留了遗憾。

女友刚刚走过伤痛，却已经自己消化释怀了所有的过往，笑靥如花里是对自己的重新认识，勇敢坚强里是对爱情的深刻眷恋。

那些年少的痴狂不过是一朵看似不凋零的花，而长大后的从容淡定才是永不言败的自由潇洒，那里会生出力量，让我们接着向前走，为自己的心再找一个家。

在生命里的某些时刻，每个人都或多或少需要独处，而更多的时候我们自己的问题也终究要由自己来解决。

孤单不是迷失的理由，爱情也不是懒惰的温床，你、我、他都应该学会自己长大，然后再去陪别人一程。

你当然可以拒绝这样的成长，但请放开那些你根本就不知道该如何去爱的牵手纠缠。

有些分手并不是爱情的错，只不过是人祸一场，你也许会怨恨某个人，可谁让你当年不可救药地爱上他？

他根本不爱你或是已经不再爱你，所以你才会一疼再疼。

我们的生活总是那么平淡，一颗凡俗的心灵却要看事事无常，历沧桑变幻，可他如果不是浩瀚广博的沧海，你也别做那痴等播种开花的桑田。

很多人恋爱又有很多人分开，他不那么可爱你也没那么失败，他有的是时间走开，你也有的时间重来。

对于一些举步维艰的爱情，对于一些无奈的选择，对于一些错失的过往，放手与遗忘，或许要比忍耐与原谅更实际。

在现实生活中，我们都要学会自己慢慢长大，生活里的那些苦痛挣扎，不过是我们去爱和被爱的代价，说轻不轻，说重不重。

亲爱的，我知道，你一定还有些故事没有讲完，那就算了吧，让它随风而去，或许是为了更好地抵达……失恋的女人像条毛毛虫不论什么原因的失恋，对女人来说都是一场不亚于山崩地裂的灾难，会有好一段暗无天日的时光让你“为伊消得人憔悴”。

不想见人，不想说话，不想做事，就是想哭，白天看不见阳光，夜晚却漫长无边。

## <<重遇20岁的自己>>

终日窝在沙发里动也不愿动，像条毛毛虫，只是有些奄奄一息。

女人的天涯，就是在爱自己的那个男人的心里徜徉，一旦分手，也就等于失去了一个世界，怎能不痛？

想哭就哭吧，没有眼泪的失恋就不叫失恋了，那叫另有所钟。

靠在亲人的肩头轻轻地啜泣，把音乐开到最大，任自己泪雨滂沱，或站在黎明前的窗口默默流泪，至少在哭过以后你会觉得没什么大不了。

戒掉一份爱情就像戒毒一样，你需要有非凡的勇气与毅力。

你或许会不想吃，但千万别因此瘦成了人干；你或许又会很想吃，但千万不能吃成了加菲猫。

亲爱的，因为我们还要去爱与被爱，形象永远很重要。

失恋，会让我们痛苦，也能令我们成长。

有时候不爱了，不是错，不要为此去恨谁，让心在恨里更加沉沦。

也不必为逝去的青春而愤愤不平，那个爱过我们的男人不也曾青春相陪？

或许是错过吧，但谁的一生里不含一点儿这样那样的遗憾呢？

别太在意，别太伤心，这不过是成长的代价。

走过了他，你就离真正的归宿越来越近了。

只是，你也要进入另一番境界，不要辜负了这样沉重的代价才好。

有男人时女人要做花，盛开在琐碎的日子里，温暖又不失窈窕；没有男人时女人就要长成一棵树，勇敢地开满一树的花，坚韧又不失妩媚。

爱情，会在不同的男女之间一直存在，所以失去了这一段，也就意味着要开始下一段了。

时间一天天流逝，失恋的女人终会走出家门，去寻找另一个世界。

阳光很刺眼，她强作镇定地和往常一样工作、学习、喝茶、聊天，只有她自己知道，自己曾经历了一场怎样的天塌地陷。

转眼间，很多事情都过去了，但依旧不能走那一条熟悉的街道，穿那一件他送的衣裳，看那一对恋人在街角紧紧地拥抱。

其实失去了就是失去了，勇敢地接受不能改变的事实，比逃避更有用，比纠缠更实际。

记忆会在时间里变淡，淡到你能够完全坦然。

再后来，女人又会有了昔日的笑靥，甚至比先前的更灿烂。

失恋的阴影终究会烟消云散。

或许已经习惯了一个人的宁静与美好，或许已经有另一个世界给了女人新的天涯。

总之，她们已经准备好再次上路，风雨无阻了。

失恋后的女人就像一条毛毛虫，灰灰的，暗暗的，哪怕是趴在春天的枝头，也会有好一段日子蛰伏，蛰伏成蛹。

然后，就在那一天，羽化成蝶，破茧而出，美丽得让所有人惊艳。

心怀恐惧而又无所畏惧谁没有过纯真年代的万丈豪情？

谁不曾渴望过事业的成功？

谁不曾向往过真挚的爱情？

谁不曾对朋友付出过真情？

谁不曾在婚姻里守望过幸福？

谁不曾在快乐里希望过永远？

可即使豪情得以释放，事业成就辉煌，爱情甜甜蜜蜜，朋友帮助扶持，婚姻幸福美满，那就能永远了吗？

永远有多远？

也许是一生，或者不朽，但只是精神而不是肉体。

也许就到明天，或者更短，但我们还有很多次机会可以重来。

生活里有很多的幸运者，他们经过努力，梦想得以实现，人生价值得以最大限度地发挥。

但也有一些时候，我们可能终其一生也不能抵达希望的顶峰。

我们坚持得很执著，走得很勇敢，做得很努力，但成功和圆满依旧遥遥无期。

## <<重遇20岁的自己>>

这样的人生就不成功吗？

至少我不这样认为。

我们执著于梦想，奋斗的过程里也拥有满满的幸福。

一直认为幸福就在路上，不一定只是成功的喜悦，还可以是那失败时的微笑、扶别人一把时的安心、风雨无阻中的勇敢、乌云消散后的阳光。

有谁说行走就不是快乐？

至少我们还在坚持地前行，而不是只留恋做梦的床。

走，就有希望，也许前面的天空是为你而留，也许奇迹就在路边的石头上开出了花，失败不是成功的母亲，只是成功的阶梯，登上了一层就已经是进一步的成功了。

事实上，我们抱怨成功无望时，大多数情况是自己先做了放弃。

只因为前途漫漫，或者别人的说三道四，某件事情的打击，我们就要停下脚步吗？

也许就是这样的停止让你一生都与成功无缘，而且错过了成长的快乐、奋斗的幸福。

对于一些优秀的品质与良好的习惯，我们可以坚持着不妥协，但要做适当的调整，这样更有利于我们的成功，并且保护我们的心灵不受伤害。

追寻梦想的过程里，最重要的是要拥有能走多远就走多远的勇气与坦然。

什么才是真正的成功？

成功只是梦想的尽头吗？

我的答案是否定的。

其实，成功是一种无憾的人生，是一路上走出来的希望与坚持，是春华秋实里收获的快乐与幸福，是青山绿水城市乡野带给我们的感动与广博，是人与人之间的慈悲与感恩。

我所指的无憾只是相对的无憾，不是绝对的完美。

世间没有完美的人生，谁也不可能没有一点点的缺憾，这是我们在成长的过程中应该经历的沧桑，也只有这样的人生才是丰满与完整的。

某种意义上来说，成功，没有顶点，只有过程。

永远，是一步步走出来的，而且需要勇敢地承担，而不是一句感叹，或是一个要求。

你自己能走多远？

你是否不会轻言放弃？

你是否具有承担永远的勇气？

永远，我的一生就是我的永远，请允许我用一生把你追寻，或用我的一生来照顾你的一生。

这就是我们这些普通人有可能抵达的永远的境界了。

不时地校正一下我们人生的坐标，然后朝着梦想的方向，能走多远就走多远。

事业与爱情，成功与奇迹，快乐与幸福，都在路上。

心中有爱的女人最美丽在一篇文章里看到这样的描述，觉得极精妙，现摘录如下：二十岁的女人像非洲，一半还是旷野，纯纯的；三十至三十五岁的女人像美国，有了成熟的韵味；三十五至四十岁的女人像英国，成熟博学而迷人；四十岁以上的女人像德国，失去了战争却没有失去希望。

我再加上一句：五十岁以上的女人像中国，因为古老而持久芬芳。

呵呵，可爱美丽的女人形象跃然纸上，可爱里透着身心的健康，美丽里闪烁着智慧的华彩。

女人都是向往美丽的，青春还在时，女孩们骄傲得像个公主，吻不到王子就不肯轻易披上嫁衣；红颜老去时，又失落得像那冰封的湖，即使还有热情也冬眠在了湖底。

其实谁都敌不过岁月，在脸上的工夫不如用在心上。

爱，才是我们美丽的源泉，会爱，让美丽这一股清泉永不枯竭。

我们在爱里洗濯性灵，与岁月缠缠绵绵，那不老，也就不只是个神话了。

爱自己，永远没有错，一个连自己都不爱的人又怎么会招人爱呢？

只是，爱自己要是爱到自私与自恋的份儿上，那就更没人爱了。

爱自己不是狭隘地认为只有自己最好、最值得爱，而是在爱自己的基础上培养自己爱的能力，自爱才会自强，自强才会自信，自信才会让你的美丽在举手投足间散开去，内敛却迷人。

会爱自己的女人是这世间的精灵，支撑着爱又发扬着爱。



## <<重遇20岁的自己>>

爱别人，是本能也是责任。

父母、爱人、孩子、朋友，甚至是陌生人，都需要我们去爱，让别人在被爱里体味生命的温暖，我们也在爱的给予里收获生命的感动。

只是，我们还应该学着去爱。

爱，不是占有与征服，而是包容与慈悲，即使爱已随风，也应该宽容与感恩。

爱别人不是为别人活，而是让自己活得更洒脱。

会爱别人的女人是这人间的天使，创造着爱又成全着爱。

女人本如水，柔媚而清冽。

会爱的女人懂得蜿蜒着向前流淌，绕过岩石却磨去了那伤人的棱角，抚过青草却不作无谓的停靠，带走落红却不载那飘零的凄凉。

不经意间，两岸就已春色满园，佳人就已在水一方。

会爱的女人是美丽的，爱让她们从容恬淡，会爱又让她们永远活在了爱里。

缺失了爱，我们的青春只是一张招贴画，成熟就成了高处不胜寒，希望也将脱离现实的轨道，我们都将在年龄的门槛前身不老心却老。

亲爱的，一句会爱里，也许有委屈但不会留遗憾，也许有分离但不会有仇怨，也许有伤害但不会留暗渠，也许有阴霾但终会有晴天。

知足的女人最快乐生活里常常看到一些人要么把自己当老大，要么总觉得谁都欠了自己的，各行各业，各个阶层都有。

以为自己无所不能，尾巴翘到天上去，看不得别人好，听不进一句话，即使在外面不敢叫，回到家也得“窝里横”。

当我们把自信误读为自负，总是和生活过不去的时候，那前途迷惘，身边空空，上不去下不来，就是你命运的基调了。

……

## <<重遇20岁的自己>>

### 媒体关注与评论

所有女人心中都有一个20岁的自己，都想重返年轻的岁月。

我们20岁时，有那么多宝贵的、纯洁的、灵性的精神，可在岁月长河中渐渐流逝忘却。

作者用文字铺就了一条时光长河，让我随流水重返人生最美好的时光，在自己身上搜索永远年轻幸福的答案。

——蝴蝶兰很喜欢你提出的“心灵抗氧化”的概念。

护肤品、化妆品或许能让你的容颜看起来年轻，可无法使你从内到外散发着朝气与精神。

拥有一个年轻健康的心态，才是保持生命活力的最瑰丽的法宝。

你的漂亮优美的文字，清晰完整的思维，特别是深刻透彻的人生体悟，深深吸引了我。

我经常来你的“芙蓉树下”，流连忘返。

——娇娇当年的小女孩已经长大，旧时芙蓉树也早已荡然无存。

欣喜的是记忆还在，芙蓉的美丽依旧。

如今的芙蓉树较之往昔更加茂盛。

做为匆匆过客的我，能有幸得以在此树下小憩一回，舒展疲惫的心灵。

真的得感谢这芙蓉树下的一片绿荫，更永记撑起这片阴凉的植树之人！

——温柔一刀作者的文字，充满了对生活的热爱，对情感善意的关怀，所以得到不同年龄的人的喜爱，这不容易。

欣赏作者的灵性和睿智，祝贺新书出版，一定非买不可。

——淡饭粗茶看你的文章就像接受一次心的洗礼。

朋友有损友和益友之分，你是我们大家的益友。

你为我们营造了一个温暖宽阔且充满情调的美丽的文字世界，给我们以力量和勇气，从容、冷静地面对生活，且心怀美好情感！

——邦特真是惊讶作者的文字，你把“情去不再来”做了深入的剖析，使为情困扰的男男女女醍醐灌顶。

你把人生、情感、欲望、贪念都看得很透彻。

你活得很充实，让所有为情所困的姐妹们都借助你的力量，浴火重生。

谢谢你！

——银河

## <<重遇20岁的自己>>

### 编辑推荐

《重遇20岁的自己》要重新审视自己的20岁，找到最真实的自己，最宝贵的精神和应该坚持的信念，反观现在的生活，获得沉淀的智慧。

《重遇20岁的自己》不仅可以使心灵重返年轻岁月，永远保持年轻朝气的心态，还可以引导20几岁的女性积累幸福的资本，活出最好的自己。

逾1500万访问量！

《重遇20岁的自己》国内超人气女性情感博客“芙蓉树下”首度结集出版！

找回自我的心灵抗氧化之旅！

比《20岁跟对人 30岁做对事》更经典的心灵励志读物！

所有女人心中都有一个20岁的自己，重新站在美好的起点，在自己身上搜索永远年轻幸福的答案！

<<重遇20岁的自己>>

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:<http://www.tushu007.com>