

他爱的是玫瑰，而你是蔷薇



[他爱的是玫瑰，而你是蔷薇_下载链接1_](#)

著者:meiya

出版者:中信出版社

出版时间:2014-8-15

装帧:平装

isbn:9787508644974

这是一本写给有职业，有梦想，有恋情，爱生活的女读者看的书，年龄不限，几乎每个人都能从这些个案和叙述中找到自己的影子。它来自网络上最受欢迎的28篇问答，全部发生在陌生人之间，万千网友写给meiya，隐去真实姓名，向她倾诉自己人生中的千疮百孔。看过之后才发现，我们的痛苦并不独一无二，其实，大家都一样，人人都活得五痨七伤，太阳底下无新事。

这些回信是meiya精挑细选出来最具代表性的故事，换个名字，也许那就是你的故事，满眼熟悉的情感和经历，连眼泪和欢笑都显得重复。潜心学习心理咨询多年，meiya渐渐从纯粹的文艺青年转型为理性分析问题的智慧女人，跳出三界之外，再来看那些读者的问题，便多了一分从容和淡然。因此，她的回答总能说到点子上，一针见血，冷静却又不失温暖，从不刻薄也不矫情。这里没有小资情调，拒绝无谓毒舌，一篇篇真实真诚真切的问答，让人从日常琐碎的折磨中，得到安慰，受到启发，心灵或肉体的创伤，最终换来成长。

成长，才是一个女人最好的归宿。

作者介绍:

meiya，80后双子座女生，热爱写作、阅读、跑步、旅行和美食。她独自在城市里孤独奋斗的同时，不忘享受生命。她把美好的生命体验记录下来，也把自己时常会有的压力、焦躁、急迫感和不安全感写下来，引起广大网友的强烈共鸣。她会在早上边跑步边大声哭泣来缓解压力，也会对着镜子说“我爱你呀”来鼓励自己对抗拖延症，她通过写作和阅读来学习认识生活，她活得真实，努力，因此被誉为豆瓣网最温暖、最励志的女子。网友们喜欢跟她倾诉心事，并从她的文字里获得正能量。

目录: 目录

自序:你的痛苦并不独一无二，你的努力也并不苍白虚弱

01爱是付出，是成长，是旅程

是要冷酷到底的真相，还是要温情脉脉的幻象？ 3

断掉自己的后路，不做安全感的奴隶 12

爱是付出，爱是成长，爱是旅程 21

学会放弃就是进步 26

真爱不怕等待 34

02每当孤寂时，先做自己最理想的爱侣

不要因为看到他人的不幸，而放弃自己对幸福的信仰与追求 45

你是一块宝石，值得拥有更好的人生 51

每当孤寂时，先做自己最理想的爱侣 61

什么时候软弱，什么时候就刚强 71

别怕美好的东西消失，咱们先让它存在 77

更多做自己，更多幸福 84

致那些正在受苦，但不放弃的灵魂 94

遥远的灯光给不了你切身的温暖 111

03亲密关系不是相敬如宾，而是水乳交融 121

亲密关系不是相敬如宾，而是水乳交融 121

每个单身的人得看透，找对象是个技术活 133

每个女人身上都有个母亲，每个男人身上都有个男孩 146

小心大叔，他不仅善解人意，更善解人衣 159

活在当下，让占有欲听话 166

我这么好，你为什么这样对我？ 171

04外面没有别人，只有你自己

如果你现在很糟，那就先提高1%的自己吧 183

外面没有别人，只有你自己 190

被生活所迫，还是丧失自我？ 199
不求工作有趣，不望兴趣赚钱 206
不是别人欺负你，而是你不自强 217
像实现了梦想的人那样生活 223
只为清清楚楚的现在奋发图强 229
一懒二拖三不成长的人都一样，搞不定生活，也搞不定对象 235
坚持是一件能够改变灵魂的事 244
· · · · · (收起)

[他爱的是玫瑰，而你是蔷薇_下载链接1](#)

标签

他爱的是玫瑰，而你是蔷薇

meiya

情感

女性

成长

心理学

励志

心理

评论

meiya犹如温和的禅师，缓缓揭开人生伤疤下真正的隐患。满满的干货和思维转换，有些角度真是没想到。不时令我拍案叫好，大呼过瘾。妈妈经过书房，问我为何跪着看书....

这也能出书？

光听书名就不应该翻开的一本书。。。作者自己都没搞清楚状况呢，还在这扮know-it-all

坚持是一件能够改变灵魂的事

这是第一本看不下去。。。硬着头皮略读的书

正如郭敬明这种货色还能堂而皇之的骗钱 这个社会如此 无怪乎谁

不要脸 抄袭还代笔

这里没有小资情调，拒绝无谓毒舌，只有一篇篇真实真诚真切的问答。

腻味的心灵鸡汤

比较像学生时期的作文。。

(⊙o⊙)…我为毛要看这个书呢。挺一般的，就是挺一般。

只能说我太老了。

之前读感觉还不错，读到中段突然有点读不下去。。就像之前还挺喜欢他的，然后就突然有点不喜欢了。。书里的观点比如说外面没有别人，只有自己；不要爱上杀人犯之类的等等都跟武志红的观点很相似，尤其是有的例子居然跟武志红的《为何爱会伤人》里几乎一样。自从有了这个认知以后，就觉得她也不过是个学习了一点心理学的心灵鸡汤煲手吧，然后怎么看都不对了。有了这个认知之后读到的大部分都是书籍摘录，自以为是了，哎。。

并不全是情感问答，作者学识见地都不错。

应该说我不是看这些书的年龄了，却还是爱看着这些年轻人的爱恨情仇故事。从别人的故事里，明白自己的事情，这大概就是看书的意义之一吧。也可以说是更了解他人，更认识自己。看到有那么多的感情纠葛，那么多现在看来一览无余的明白事情，却在那个年龄无比纠结。总归来说，就是爱，却不能以正确的方式去爱。或者，想收获一劳永逸的爱。或者，什么都想要。于是，迷失……

只能说，我不是受众吧大概……看得腻。没读完，也不打算继续读下去了。

一半弃

有种被书名欺骗的感觉。。。

见光死。

读了这本书自己的爱情困惑也有些明朗了，书中内容很赞，meiya姐写得很好。

[他爱的是玫瑰，而你是蔷薇_下载链接1](#)

书评

爱是最大的快乐，也是最大烦恼。
无论是爱的将来时，过去时还是现在时，都能旁生许多虚妄与痛苦，快乐已经那么少，我们却总是因为自己的不成熟产生过多的忧虑。
生活很多时候真的没有那么多对与错，尤其是感情的事，来来去去也就那么几个人，执著或痛苦，还是自己的心态与观...

其实我对情感问答类文章，向来没有什么好感。
我自己也常收到各种求分析求倾听求骂醒的来信，虽然每个人的具体问题不同，归根结底，就是两大类——第一种：道理都明白，就是做不到。
第二种：道理都还不懂，更谈不上做到。我花费...

大概是读书的时候给人当过太多次知心姐姐，自己也经历过一些感情波折的缘故，现在上班之后几乎已经不会太纠结于爱情这档子事了。以至于现在朋友们打电话纠结于自己的感情，我都不太会有耐心来听。总觉着爱情，说起来其实挺简单的，只是人们特别喜欢复杂化，好像不经历风雨，没...

话说我有天在网上读了meiya的一篇热评日志，啧啧称奇之余，禁不住好奇，问候了度娘。结果看到了这样一段meiya的自述：
“能操8门外语，美若天仙，不食人间烟火，优雅高端，柔若无骨，双腿能劈一直线，跑步时帅哥微笑目送至终点！”读罢不禁倒抽一口冷气，狂叹：上天太不公平了...

这本书的第一章，meiya取的章节名是《爱是付出，是成长，是旅程》。看到这一句就想起Louis Vuitton一年前的电视广告，这是Louis Vuitton在中国发布的第一支电视广告，名字叫“What is a journey?”
三年前我写情感问答，常常也讶异于人们怎么会陷入这样一段恋爱。先是从“人非...

文/夏丽柠
读情感类的杂志，比如《知音》或者《爱人》，总有一个栏目叫“情感问答”。就是一帮生活有困惑，人生遇窘境的“智障”男女们晒隐私提问题。这自然就少不了一位人生导师，心灵猎手去答疑解惑。这类人通常叫情感专家。情感专家这种动物，应该与我们不是同类。因为，他...

在北京读书到工作，每当工作一天，累得死去活来，坐公交回住处的时候，就是我最脆弱的时候。特别是在冬天，六点钟下班，北京已经华灯初上，黑黢黢的夜里无数盏灯亮在那里，那么温馨，但却没有一盏灯光是在等着自己的。饥肠辘辘更能加剧自己的情绪化，拥堵的交通和车厢里同样疲...

在豆瓣上关注meiya很久了，也一直在看她发表的日志，看她自己生活的各种变化，再思及自己，就觉得差距有点大。书到手有一阵了，书的封皮很喜欢，内容都是一些网友给她写的牢骚和一些求开导的邮件，每次看meiya的回复邮件，就觉得meiya性子真好呀，居然会耐着性子跟这些同...

后来，我们meiya渐渐成了好朋友，经常在网络上沟通。与很多励志红人不同的是，我几乎见证着meiya从一个广告人慢慢转行，走向了自己喜欢的心理学。在这条路上，她经历过不为人知的辛苦和忍耐，以及很多外人觉得很容易但实际还挺艰难的事情。在第二本书大卖的时候，能为自己的高...

在我最开始上豆瓣这个网站的时候，就知道meiya，常看见署名meiya的日记。那会儿她正准备自由职业，所以那一段时间她的日记，就是关于这方面的。我记得有一篇标题好像叫厨房是治愈系，中间有几段写的很棒，我用Pocket保存了偶尔翻到还会看几眼。后来她出了书，因为看过她的很多...

- 1、罗素有句名言：对爱情的渴望，对知识的追求，对人类苦难不可遏制的同情心。以前我对这句话体会不深，但在一问一答的过程中，我的体会就深了。我看到自己对爱与知识的渴求，看到自己身上的同理心，能够共情他人的特质。
- 2、如何提升自己的安全感：（1）偶尔逃离安全区，在...

第一次知道meiya，是真正玩起豆瓣之后，好友的推荐。之后玩豆瓣，多多少少会有所关注。刚开始打动我的不是她的文字，而是她的经历。同样来自农村，知道一路奋战走过来的不易。同样热爱文字，并且我和她一样做着文字的梦。对于和自己兴趣爱好一样的人，我总是会产生莫名的好感，...

每个人喜欢的类型不同，不必为了他人的爱好刻意改变自己，萝卜青菜各有所爱么。真实的自己难道不值得人爱么？当然，坏习惯还是要改改，什么易躁、易妒、爱猜疑什么的。如果是为自己，那我觉得即使你想从蔷薇变成玫瑰，那我也不反对，怕就怕是为了不值得的人。

记得读的你的一本书《慢慢来，一切都来得及》，然后不知怎么的就爱上你的文字了，一直到现在，《他爱的是玫瑰，而你是蔷薇》这本书刚刚开始卖的时候就买了，送给我很喜欢的一位女孩子，还不知不知道他喜不喜欢，我希望她可以像meiya一样那么热爱生活的女性。

社会中形形色色的人事，功名利欲夹杂其中，无形中我们主动或被动地开始奔跑起来，追名逐利，享受成功，将个人意志的最大化定为目标，让利益和欲望支配自己的社会行为，快节奏的生活成为了都市病，没有人愿意停下来慢一些，也不想停下来，如果自己慢下脚步，就会被别人迎头赶上...

这是一本写给有职业，有梦想，有恋情，爱生活的女读者看的书，年龄不限，几乎每个人都能从这些个案和叙述中找到自己的影子。
就是被这句话吸引了进来，而后发现《他爱的是玫瑰，而你是蔷薇》作者meiya的文字朴实纯粹，接地气，内容不矫情，不毒舌，彻底抛弃小资情调，不作无谓...

认识meiya，是因为我们曾经在一个编辑手里出书，因为题材差不多，因此在一起开签售会。第一次见到meiya，她穿着一身素雅的旗袍，安安静静的坐在休息室的沙发上，我则像一个神经病一样，找急忙慌的冲进来，抢过出版人手里吃了一半的汉堡和喝了一半的可乐，狼吞虎咽的吃起来。我...

[他爱的是玫瑰，而你是蔷薇 下载链接1](#)