

# 余生很长，姑娘别慌



[余生很长，姑娘别慌 下载链接1](#)

著者:杨祖如

出版者:台海出版社

出版时间:2019-4

装帧:平装

isbn:9787516822364

余华在《活着》中写：没有什么比时间更具有说服力了，因为时间无需通知我们就可以改变一切。时过境迁，任谁都无法逆转。

每一个姑娘都有属于自己的故事，在岁月的长河当中，对爱情不妥协、不放弃，对生活不将就、不低头。孜孜不倦地追求属于自己的一份美好。

书中有故事、有解读、有解决问题的办法和对社会现象的分析等等，让女孩们在看完本书之后学会舍得，学会从容，眼中有光，活成自己想要的模样。

作者介绍:

杨祖如，运动医学硕士。一秒变大猫的狮子女，读书、死宅、爱幻想。知世故而不世故、善自嘲而不嘲人，有很多故事要讲给人听。

## 目录 | 目录 | Contents

不要等，要找 / 001
请保持最好的状态 / 008
多好的自己才配多好的他 / 015
你的不如意，不是因为不漂亮 / 021
只要是对的人，晚一点也没关系 / 029
爱情没有饶恕你，你为什么要放过它 / 037
规划性太强的姑娘，很难觅得真爱 / 043
一辈子不结婚，会怎样 / 048
你无法挽留一个真心想走的人 / 056
男神都属于高情商的女人 / 064
当爱情撞上事业 / 072
蠢姑娘才会用性去建立安全感 / 079
给自己的情路换个方向 / 087
姑娘，你可能真没自己想的那么好 / 095
不要成为让自己都讨厌的人 / 101
根本没有“最合适”的人 / 109
告别错的，才能遇见对的 / 117
不要用别人的错来报复自己 / 123
佛系爱情，不是非你不可 / 130
跟自己相爱，永远不会失恋 / 138
与原生家庭和解，做更好的自己 / 146
相爱容易，相处难 / 155
不爱，与孩子无关 / 162
会说话的人，招人爱 / 168
只要爱情，不要同情 / 175
从现在开始，珍惜眼前人 / 181
你为什么要忘不掉、放不开 / 189
单身，是自由的象征 / 196
靠自己，才能真的快乐 / 204
分手了，就应该老死不相往来 / 212
合适的人，真的没有年龄和距离差 / 220
· · · · · (收起)

[余生很长，姑娘别慌](#) [下载链接1](#)

## 标签

爱情

余生很长

治愈系

治愈

温暖

文学

从容

好书，值得一读

## 评论

难得一锅鸡汤喝完之后没有产生“不适”

---

其实，只看标题和封面就阔以了。

---

相信爱情，活在当下，做最强大的自己

---

任他人如何评头论足，生活终究还是自己的，余生很长，我们都不要慌。道理很多人都懂，奈何做到的人又有几许？

---

全是废话，不适合所有人，无病呻吟，自作多情的一本书，浪费时间。

---

撇开作品精妙的构思，酣畅的文字，以及丰富的思想，从书籍里面能感受到一位青年女性对文字的执着，对生活的热爱！以人为鉴，可以明得失，但愿每人都从别人的故事中找到启发，感悟生命的本原，寻找到生命的真谛，从而提升自我，热爱生活，走出别样人生轨迹！

封面很美，作为外貌协会，我当然要买。结果内容写得也很好，力推！

[余生很长，姑娘别慌 下载链接1](#)

## 书评

一看书名，《余生很长，姑娘别慌》，表面上来看，这个余生体系总是存在延伸不到的远方、触摸不尽的未来，对于姑娘来说，无论是年少的，还是年长的，给人的感觉往往时间是一个放大功效的药方，包治女性情感的“百病”。但药方未必是俱进的、量身定做的，慢慢无穷期，药效解冻...

我们会因为一本有共鸣的小说在一个完美的时空相遇，然后谈天说地，思想碰撞出火花。而这本书需要你得把自己掏空了，使自己置身于她所讲述的故事里，活一遍，才能真正的领悟。

读过很多这些类型的书，倒是这二百三十多页的书，厚实稳重的文字，反而觉得有意思，新鲜。她说了很多...

构思精巧，文笔细腻，金句频出。

每一个小故事都是一面镜子，于千百个角色中，总能找到投射自己影像的那一面；每一段微疗愈都是一部答案之书，评论直捣痛点，但又能给出解决方案，治愈但不鸡汤。每个故事的主角都是一个姑娘，或从容淡定，或妖娆妩媚，或自卑羞怯，或果敢自负...

我已不再是个姑娘。在深夜，依然饶有兴致地啃读《余生很长姑娘别慌》这本书的每一个故事，一遍，又一遍，而且，每每嚼读一遍，有如醍醐灌顶，触及五脏六腑。在这里，我仿佛看到了过去的自己，也能感觉到现在的自己与故事中的他们，偌大的差距……多年前，我就是那个慌过...

阅读《余生很长，姑娘别慌》，有两个层面的收获：

一是从爱情的角度，你可以收获或者说再次收获爱情的温度。《余生很长，姑娘别慌》

用以温柔的文字，现实的情节为我们捕捉爱情的喜怒哀乐，仿佛让爱情之光重现，又或让已经不再恋爱年纪的我们重燃对爱情的那份期待；二是从理性...

18岁，要考上一所名牌大学 28岁，要有房有车有家庭  
38岁，孩子听话成绩好，自己事业有成，年薪能够达到七位数 48岁，58岁，68岁~~  
每个年龄段都有一些世俗约定的“成功”，这就是所谓的标配人生。  
最近我妈张罗着给我表侄相亲找对象——表哥和表嫂特别着急，孩子必须结婚生子...

[余生很长，姑娘别慌](#) [下载链接1](#)