

“

用鲜花铺满 自己心灵的春天

面对赞美，
有时候你也需要小心，
你不需要去迎合它们，
你只需要做真实的自己，
依据自己内心的准则去做事。

{ 越是亲近的人 越需要你的尊重 }

对亲近的人嘲讽毒舌，对陌生的人反而彬彬有礼，是情商低的表现，更是一种病。

——肥肥猫

我们总能听到身边有些人在抱怨，老公怎么怎么不体贴，孩子怎么怎么不听话，父母怎么怎么的固执。

形容出来的每一件事好像都是不能忍受，犯下的都是天大的错误。

在面临对身边的至亲失望的时候，亲爱的朋友，你有没有想过一切都是源于我们没有给到对方足够的尊重？

你有真心尊重家庭里的每一位成员吗？

我想说一些例子。

[语言上的不尊重]

我有一位好朋友。

她父母跟她弟的关系真的可以用水火不容来形容。冰冻三尺非一日之寒，里面有包括她弟没有好好念书，没有好好工作，从小到大就是叫往东就偏要往西等原因，目前更多的原因应该是她弟没有给到她父母一个可以拿得出手告知外人的工作。以至于她的父母会把亲朋好友提问“你儿子现在在做什么工

作呀？”这种心里憋屈发泄在她弟弟身上。

秉承她爷爷的传统思想，她父亲是一个极其固执而且专制的人，对于我朋友多次指出他的教育方法有问题，哪怕是可以列举出来，她爸都可以一口否认，她爸认为他对儿女的教育方法都是正确的。

她母亲虽然是一个极其讲道理的人，但是却也是一个脾气火爆，直肠直肚，无论好听的话还是不好听的话都会对自己孩子直口而出的人。

造成了她弟的叛逆，我从客观角度来说，她父母的责任完全推脱不了。（这也是她亲口而且多次跟我说的）

她弟为了避开父母，即使同住一屋檐下，她爸妈也可以好几天见不到她弟的身影。

她父母对此深深地讨厌她弟，对，是讨厌！我没有用错词。

只要她弟一出现在他们面前，迎来的永远都是喋喋不休的辱骂。对，是辱骂。

他专制而固执的父亲会对她弟说，作为儿女，对这个家的所有事情都没有参与，你到底有没有把这里当家，还是把家里只当作一个供你吃饭睡觉的宾馆？

她直肠直肚的母亲就会说，我怎么就生出你这样的东西，早知道这样，我还不如不要儿子。

我和她弟也有接触，他是一个很好的孩子，爱说爱笑，还非常幽默，朋友也很多。每次需要他帮个什么忙，二话不说就来。我与他沟通后，发现他三观也是非常值得肯定的，有自己的想法和见解，对未来还有一定的打算和计划。

为什么这么好的一个男生，在父母眼里就那么不堪呢。

朋友表示，皆因她的父母从来没有肯定过她弟。

每次她弟提出一些新的想法，例如做生意，她父母总是第一时间就反对，原话就是他这种什么都不懂的人，懂什么做生意。或者家里有事情大家商

量的时候，他弟的意见也是永远在第一时间就会被父母否定。久而久之，形成了她弟弟对家里的事情一概不管不问。

我朋友们也曾试图去改变家里这样的局面，让她弟尽量多出现在父母面前，但是每一次她弟的出现都会引来父母一顿责骂，有时候还会导致好好的一顿饭，一桌子人都会吃得不开心。弟弟终究忍受不了，选择继而逃之。

朋友表示这令她及其烦恼。

她说：“我真的希望我父母，哪怕是那么一点点，也能尊重一下弟弟，尊重一下他的人生选择。”

[行为上的不尊重]

说说我男朋友。

我和他一直都有着很多共同的话题，沟通也是非常舒畅，只是有一点让我们偶尔闹别扭，就是穿衣打扮。他不像很多男生穿衣打扮可以随便一些，而是有自己的追求及见解。

我一直都喜欢那种打扮得休闲随意的男生，例如牛仔裤、T恤、休闲鞋。但偏偏我这个男朋友是一个喜欢穿衣偏“正经”的，喜欢穿休闲西裤，休闲衬衫还有皮鞋，皮鞋还喜欢带点尖头（哪怕到现在其实我也很难接受），这种稍微有点偏“正经”的类型打扮。

我觉得他的打扮根本就不符合我们的年龄，我们应该打扮得年轻、朝气、有阳光气息，那些“正经”的打扮纯属职场人士的专属。

刚开始的时候他也会根据我的喜好，穿着我买的衣服，像所有潮流的年轻小伙那样牛仔裤、T恤、休闲鞋，上街吃饭聚会。

偶尔陪他上街挑衣服的时候，他其实也会问我，我穿这种好不好？我就

会一口否定：不好！他会失落，但是也不曾反抗。

我们也会因为这个问题而偶尔拌嘴，但是从来都不伤大雅。

我以为我们这样很和谐。

可是，我慢慢地发现他穿着我给他买的衣服越来越不好看，不是说衣服买得不好，只是穿上后，从他身上散发出一种很别扭的感觉。

曾经我一度还以为是不是他越来越不好看了，是不是因为跟我在一起时间长了而邋邋随便了，我实在是不喜欢这样的他，看着让我觉得很不舒服。

直到一天，我们在坐电梯，照镜子的时候他无意地跟我说了一句：“我觉得我穿的衣服一点都不好看。”

他那天穿的衣服全部都是我给他买的。

我才认真地反思，不是我买的衣服不好看，是他从心里抵触这些衣服，他从自己的着装上找不到自信。

而且我还剥夺了他打扮自己的机会，强迫他跟着我的思想走。

他因为爱我而选择尊重我去迎合我的喜好，但是我却没有尊重到他的想法。

后来每次去挑选衣服，我都让他挑自己喜欢的，穿着能让自己开心的。

尊重就是一个魔法，它让我又看到了当初那个看起来很顺眼的小伙子。

〔对亲近的人毒舌是种病〕

在这个普教道德礼仪的社会，我相信身边很多人都能做到尊重他人，例如身边的朋友，我们从不会强迫对方去做一件人家并不想去做的事情，因为我们尊重对方的心里想法。

前面我说到我好朋友的弟弟跟父母不和的例子，她的父母都是与我也算

是挺有交情的，有好吃的也不忘叫上我一声。在我的印象里，她的父亲是一个很和蔼可亲，爱说笑的人，每次见到他脸上都是挂着憨憨的笑容的；她的母亲是个很实在的人，如果我身体不舒服，他会做一些好吃的让朋友带给我。

可是对亲戚朋友那么好的一对夫妻，却不能好好地对待自己的儿子。

朋友有时候感慨，如果他们能拿出对待外人一半的好态度去对待弟弟，他们的关系也不至于到今天这样子。

对于朋友或者亲戚以至于陌生人，我们都是有道德的人，因为我们事事处处都会出于尊重，而不会因为别人打翻了一杯茶水，溅到自己的衣服上而生气；也不会因为别人打破了一个自己心爱的杯子而破口大骂，因为那时候我们都知道对方是不小心的，我们会因为对方的真诚道歉而去原谅他。这是我们尊重他人的一种表现。

但是往往面对至亲，我们却做不到尊重。

孩子走了跟自己设想不一致的道路时，会想办法把他拉回来，试图让他走上“正确”的道路，如果孩子不听，就会被绑上叛逆，不孝顺父母，不听话各种罪名。这个时候的你，有尊重了你孩子的想法吗？有尊重了他的人生选择吗？

老公想要玩游戏或者出去跟朋友聚会的时候，夺命连环call，拼死地打，就想他回来陪陪你，他不回还一哭二闹三上吊地闹，这时候的你，有尊重过你老公的私人时间吗？你是不知道即使结了婚也需要私人空间的吗？

老婆每天在家做家务，早上起来做早餐，买菜、洗碗、洗衣、拖地、晾衣服、收拾屋子，午餐、晚餐，照顾孩子，照顾父母，你以为都是一件容易的事情吗？要不还你试试？即使这样还得不到你的尊重，还要埋怨饭菜不好吃，屋子不够干净。

我们对至亲的失望，往往都是来自于自身对他人的不尊重，更可悲的

是，我们从来没有想过他们也需要被尊重。也不知道他们也需要被认可，家庭的悲剧往往因此而来。

请收起你的理所当然，去了解一下那位让你失望的至亲，我相信你肯定是非常爱他才会对他有所期待，但是我们能不能换一种方式去爱，去了解他的内心需求，尊重他的每一个选择和肯定他的行为。

家庭里的尊重就是不要试图去控制他们的行为，给他们自由，给他们意见或者引导，但是对于决定不多加干涉，这才是真的尊重。

{ 将责任和兴趣 平衡起来 }

小时候，总想长大，觉得长大了，就自由了。可以做很多自己想做的事情，买很多自己想买的东西。

可是，真正进入了社会，成为一个所谓的大人的时候，才明白：成人的世界好累呀。我好想回到童年，做回那个无忧无虑的宝宝。

[1]

我最讨厌喝酒了，尤其是不熟悉的人过来劝酒，我就想把杯子里的酒全部灌到他的胃里去。

当然，只是想想。

然而毕业以后做的财务，每一次部门聚会，都会有各种领导，各种推杯交盏，下属向领导挨个敬酒，领导再回来敬你一遍，同事间再过来敬一下，顺便给你添满。

一桌菜还没有怎么吃，整个人已经饱了。

美其名曰：做财务的怎么能不会喝酒呢？咱们董事长就是从财务出身的，酒量可好了。你们某某同事毕业刚工作的时候，那酒量可不是吹的。

我总是在想：这些话我都听腻了，你们怎么还没说腻呢？

记得工作以后第一次部门聚餐的时候，也是那个样子，一群人围在一张

桌子上，吃饭，喝酒，还没吃几口菜，就要站起来举杯，或者被拉过去敬酒。中间的细节已经记不清楚了，只记得大家都喝的晕晕乎乎的，准备回去。

我们先出门的，已经在电梯里面等着了，财务主管和几个后进门的跟领导道完别，走出来。一进电梯门，不知怎么地，财务主管就整个人瘫倒在了地上，没有反应。当时把我们吓坏了。

一个庞大的身躯，几个大男生费了好大力气，才把他挪到酒店客厅的沙发上，让他缓了缓。

那是我第一次见到别人喝成这样，心里不知道什么感受。

后来的聚餐上，依然是这样，一次比一次厉害。我每次看到满满的一杯子液体，明明恶心地想吐，还要收住情绪笑脸相迎将它全部一口气喝下去。即使身边有人因为酒精过敏，被送到了医院，聚会喝酒这种习气从未改变过。

我很不喜欢这样，不喜欢喝酒，不喜欢明明是讨厌的人，却要微笑着寒暄，不喜欢明明很难受，还要强撑着。

但是，我也知道，即使是不喜欢，也要忍下去，不能再凭一时意气用事，毕竟，我们已经过了可以随意任性的年纪。

[2]

几个月前，表哥给我打电话，支支吾吾欲言又止，最后犹豫着说出了事情。

姨父因为突发事件被送到了医院，进行抢救后，要住院治疗。即使是最普通的医院，一天的住院费以及治疗费也得好几千，更别提手术费和其他费用。

表哥家和我们家一样，是普通的农民家庭，父母的收入本来就不多，基本都花在了儿女的读书教育上。他们家去年刚盖了新房，在农村，对于一个刚成年的小伙子，盖新房是很重要的一件事情，因为为了相亲娶媳妇时，不被人

嫌弃，也可以给婚后的子女，一个独立的空间。

盖新房子几乎将他们家的家底全部掏空了，还有一点外债。再出了这事，真的是屋漏偏逢连夜雨。

表哥无奈地跟我说：他才刚毕业，一点积蓄都没有，忽然就出了这事，他整个人都没主意了，真的不知道要怎么办才好。

表哥刚毕业，认识的朋友也大部分都是刚毕业的学生，基本都没什么积蓄。表哥看着自己的银行卡余额，和病床上的父亲，感觉到了空前的绝望和无力感。

看着他无能为力的样子，我也很害怕。

我一直都很愧疚，愧疚父母辛辛苦苦将我养这么大，我却都没能为他们做些什么。每每回家看到父母忙前忙后的样子，就有说不出的心酸。

我多想，赶紧让自己变得强大起来，好让父母可以不用再那么辛苦。

有一个不得不承认的事实：我在一点点长大，父母却在一点点老去。我是真的担心，万一父母有一天身体不适，我连让他们放心去医院的底气，都给不了，那才叫真的不孝。

人们常说，莫欺少年穷。可是少年除了穷，更多的是害怕，因为穷，产生的不可弥补的遗憾。

[3]

电视节目《非诚勿扰》有一期，一个离了两次婚的大叔过来相亲。

大叔很幽默，很自信，长相不赖，也很有趣。

记得那个大叔说：从他年轻时候，到他现在，追他的女孩子不知道有多少，只要他想追的，也一定可以追到。

但是大叔是那种性情中人，不愿意为世俗生活所困扰，喜欢肆意洒脱地生活，说白了，就是想干什么就干什么，说走就走的旅行，说不干就不干的工作。

不愿意被一些事情所羁绊，就想过无拘无束不被人束缚的生活。

大叔有两个孩子，一个被判给了第一任妻子，另外一个孩子在他与第二任妻子离婚后跟着自己生活。

大叔最后没有牵手的原因是：他喜欢打麻将，基本每天都要打，所以如果有人限制他打麻将，这事基本没得商量。

黄澜说：“很难说这样的生活理念有什么问题，每个人都有自己选择喜欢的生活方式的权利。”

可是成年了的生活，需要学会将两件事情学会平衡，那就是我愿意和我应该。我愿意代表着兴趣，我喜欢做什么，我愿意过怎样的生活；我应该代表着责任，我必须要做些什么，付出什么。

小时候的我们天真无烦恼，那是因为有大人在帮我们承担着责任，去呵护我们的童年。

可是当我成年之后，还一味地追求任性，将任性当成可爱，那是长不大的小孩。

我们是时候承担起自己的责任了，而不是再让父辈去为我们承担，我们也该给他们一份安全感了。

[4]

我看过无数个“别再熬夜”了的文章，甚至我自己都会写，让大家早点睡，熬夜的坏处，我都能背出来，然而我还是依然不能早睡，因为还有事情没

有做完。

我也看过无数篇文章：年轻人要把钱花出去，而不是存着。可是我依然守着银行卡里可怜巴巴的工资，一毛都不敢多花，就怕有个万一，给自己留遗憾。

菜姐曾经问过我：真搞不懂，你们到底是为了什么？白天上班，晚上写东西，牺牲了自己的业余时间，累得要死还赚不了什么钱，再把自己的身体搞垮，你们图什么？

说兴趣爱好，不忘初心是真的。但是，还有一大半原因就是迅速让自己变得强大起来，有能力起来，而不是遇到什么事，都束手无策。

虽然这样的生活方式真的有点累，虽然我也不知道前面的光在哪里，但总想着能多做一点就多做一点，能多拼一些就多拼一些，哪怕有一点点的可能性，也想去多改变一些。

我也有自己想去的的地方，想做的事情，想去爬山，想出去玩，想去尝试很多新鲜的事物。但是在做这些的前提下，是要先做好自己本该做好的事情，承担起属于自己的责任。

所谓成年，就是要将责任和兴趣平衡起来，而不是一味地让别人去替你承担责任，去做你应该做的那一部分。

{ 不控制别人 即是尊重别人 }

友人向我寻求安慰，说她实在无法忍受小姑子的唠叨，甚至辗转反侧，夜不能寐。

友人的小姑子因为丈夫有了第三者，婚姻状况堪忧，她小姑子犹豫是继续忍耐还是一走了之，无论哪种决定都是双刃剑，财产分割，女儿的亲情，等等。她小姑子面对这种局面自然要向最亲的人吐露心声，倾诉痛苦，友人可以理解。但是不管换做谁，周而复始地倾听她们感情中那些陈芝麻烂谷子，付出多与少那些恩恩怨怨的车轱辘话的故事，就像倾听祥林嫂叙述她丢了孩子的痛苦一样。友人说她可以给予同情，给予安慰，给予倾听，但是她晚上睡不着都在像放电影一样播放她小姑子的故事，因为不论友人给出什么样的建议，她小姑子都固执地保有着自己的打算。显然，友人说服不了也安慰不了她的小姑子，但是，她小姑子的痛苦已经波及她的正常生活，友人左右不了却要周而复始地倾听她小姑子的絮叨，友人回避不了这样的亲情却要没完没了地为她小姑子的肥皂剧爱情消耗时光，甚至将那故事变成自己生活的一部分，虽然这个故事跟她一点也没有关系。

当然不管是谁，遇到这样的事，都是很痛苦的，都是需要用很长时间去化解、去成长或是摆脱，错可能在哪个无知的第三者，或是在那不着调的迷失了方向的丈夫，也可能在于当妻子的没有好好修炼对于丈夫的吸引力，但是友人作为嫂子是不应该为这段故事花费无畏的时光的。

友人可能过于善良，将她小姑子的事情当成自己的事在殚精竭虑，但是友人又左右不了她小姑子的想法和做法，那么再多的千方百计都是徒劳无益。

友人可能高估了自己的作用，她小姑子只想当她是个倾听者，只想倾诉她内心的焦虑和困惑，证明她的存在感，而并不需要别人来帮助解决，因为她完全可以为自己的行为负责。

每段感情都有每段感情的高山流水与曲高和寡，每段人生都有那时那刻的落花流水和精彩绝伦。

你不需为他人在情感上的错误消耗时光，也不需要浪费精力，想走的即便你耗费时光也挽留不住，不愿走的自然还停留在你身边。

我宽慰友人，希望她能专注自己的生活和工作，而不要为了控制不了、主宰不了、左右不了的亲人的情感问题耗费过多的时光。

果不其然，过了一段时间，我问友人，后来他们怎么样？原来那小三在外面怀了孕，让她小姑子下定决心离婚，再过了段时间，说她小姑子又找了个小几岁的男友，生活得还不错。连友人自己也觉得自己当初真是跟着无谓得瞎操心，害得自己几个晚上没睡着觉。

别再用别人的错误来消耗自己的时光。

不要让别人按自己设想的方向前进，不控制别人即是尊重别人。

一别两宽，各生欢喜。

{ 让你的内心 强大一些 }

我相信，在每个人的成长过程中都会伴随着些许骂声。比如说幼儿园时，因为对待长辈没有礼貌而被父母骂；小学贪玩不写作业被老师骂；初中正值叛逆期常和同学打架被校长骂；高中违反学校发禁偷偷染头发被打分的学姐骂；大学旷课睡懒觉被辅导员骂；上班迟到被人事经理骂。

既然挨骂这种事很普遍，那么我们又是怎样回应的呢？

我来还原三个骂战现场，你可以看看你属于哪一种。

L先生是我的同事，有一次为了赶进度，不小心把给客户公司的合同中漏了一项重要的条款，等到发现时，已经晚了，造成这单交易至少六位数的损失。老板知道后，大发雷霆，摔烂了烟灰缸、踢坏了办公椅，当众骂他是“没用的猪脑子”。我们在一旁都为他捏了把汗，怕他做出什么冲动的东西，可他却安静地低着头，任由老板数落，然后在第二天等老板气消了，主动提出将自己的工资减少两千来弥补错误。

接下来，他更加认真地工作，在拟定合同时不仅反复查看条款，还格外注意每笔交易的细节，再没有犯过类似的错误。而且他最近签署的几笔合同给公司带来了不小的收益，已经被老板提升为业务主管。

Z小姐的故事是我听大学同学讲的。Z小姐很漂亮英语能力又强，在众多求职者中脱颖而出，被应聘为他们部门的行政助理。起初大家合作得很愉快，但不久就出现了问题。我那个同学接到客户电话，说本应该送到的文件没拿

到，同学一想也许是快递路上耽搁了，便好言给客户道歉说再等一天。

谁知过了好几天，对方还是没有收到，同学匆忙赶到快递公司追踪运单号，才发现，快递的地址填错了，竟寄到了另一个客户的手里。同学责问起寄快递的Z小姐，Z小姐却不以为然，辩解说这点小错误没什么。碍于同事一场，我那同学也不好意思深究，只得自己认了倒霉。

后来Z小姐又犯了同样的错误，不过这次，是经理的快递，由于文件相当重要，经理把她叫到办公室一顿臭骂。令人可笑的是，Z小姐非但没有认错，反而指责经理小题大做，态度很不好。结果可想而知了，连试用期都没到，Z小姐就被公司解聘了。

一年前的我还是个职场菜鸟，虽然每天都是竭尽全力完成手上的工作，但有几次还是因为马虎大意，把交给主管的数据核算错误，挨了她的骂。我向来追求完美又脸皮薄，表面上风平浪静，内心却早已翻江倒海，所以挨骂当晚回到家觉得很委屈，小哭了一场。之后上班时遇到主管总躲着走，上交材料也战战兢兢，生怕又错了再次挨骂。

可越是纠结就越容易疏忽，而且犯的错误越来越低级了，不是把发给主管的压缩包忘记放文件，就是把公章盖错了位置。主管的脸色愈发难看，我的心情也更加不好，压抑的情绪经久不散蔓延身心，导致那段时间我抵抗力低常生病，头发掉得厉害，生理期紊乱，喝着医院开来的中药调理身体，可却不知道有什么方法可以调理心情。

如果你是属于L先生那样的人，那么就不用往下看了，我要恭喜你，你已经在这残酷的社会中练就了强大的心理，懂得把错误当作成功的动力，胜不骄傲不败不馁，你的未来一定大有作为。如果你是属于Z小姐那样的人，你也不必往下看了，既然你固守己见，觉得犯点小错误无关紧要，我只能祝福你早日遇到一个“不拘小节”的上司。如果你是属于我这样的人，拥有一颗敏感的玻璃