

DON'T BE AFRAID
OF THE FUTURE

张丽莹
编著

不畏将来 不念过去



南京出版传媒集团
南京出版社

不畏将来 不念过去

DON'T BE AFRAID
OF THE FUTURE

张丽莹
编著

南京出版传媒集团
南京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

不畏将来, 不念过去 / 张丽莹编著. -- 南京: 南京出版社, 2017.4

ISBN 978-7-5533-1729-8

I. ①不… II. ①张… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第 066798 号

书 名: 不畏将来, 不念过去

作 者: 张丽莹

出版发行: 南京出版传媒集团

南京出版社

社 址: 南京市太平门街 53 号

邮 编: 210016

网 址: <http://www.njcs.cn>

电子信箱: njcs1988@163.com

淘宝网: <http://njpress.taobao.com>

天猫网店: <http://njcbcmjts.tmall.com>

联系电话: 025-83283893、83283864 (营销) 025-83112257 (编务)

出 版 人: 朱同芳

出 品 人: 卢海鸣

责任编辑: 方 婧

装帧设计: A BOOK · 萝卜

责任印制: 杨福彬

印 刷: 三河市兴国印务有限公司

开 本: 880 毫米 × 1280 毫米 1/32

印 张: 7.5

字 数: 150 千字

版 次: 2017 年 4 月第 1 版

印 次: 2017 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5533-1729-8

定 价: 32.00 元



淘宝网

天猫网

营销分类: 励志

前言

说起对人生的期许，大抵我们所有人的心愿都是一样的：生活最好“岁月静好，现世安稳”，爱情最好“执子之手，与子偕老”，事业最好“一帆风顺，鹏程万里”……总之，没有苦难，没有波折，没有眼泪，只有暖暖的阳光，甜甜的微笑以及满满的幸福。

然而，人的一生中，总会拥有不堪触碰的伤口，经历不想再回首的往事，那也许是感情上的创伤，也许是事业的低迷，更甚至是命运给予的委屈——这才是人生的真相，谁也逃不过，谁也无法回避。

痛苦？委屈？不甘？愤怒？感到疲累时，想有个肩膀可以依靠；当心受伤时，不由自主想要哭泣；心灰意冷时，但愿长醉不醒……这些反应

不畏将来，不念过去

都是人之常情。

可之后呢？之后是在悲伤的泪海中永远沉溺，还是奋力浮出海面自由呼吸？这就全看各人的选择了。

其实，人生无所谓公平不公平，阳光和风雨，春暖和冬寒，是早在天地形成之初就已注定的自然循环，缺一不可。同样地，如果说曲折是道路的常态，那么苦难就是生活的常态。既然如此，为什么要佝偻着背默默忍受，而不是挺起胸膛迎风飞扬呢？

要知道，面对生命中的所有伤痛与磨难，不论我们是否喜欢，是否愿意，唯有坚强，才能闯出一条生路！

我们不必对“坚强”两个字望而却步，认为那是少数人才具有的异禀天赋，又或者将之视为需要长期锤炼才能形成的能力，事实上，坚强与脆弱，从来就只在一念之间。

因为坚强的力量本来就潜伏在我们的内心，是与生俱来的本能，一旦开启，便会源源不绝。

也许在最初，我们难免会觉得不堪承受，会在很长时间内感到难以释怀，然而，不管是多么糟糕的境遇，只要咬牙挺过去了，再回过头去看，都会觉得没什么大不了。

那时候，我们会感谢所有苦滋味，感谢一切泪与伤，让我的心在历遍辛酸之后，开始了华丽的蜕变。

第一章

独立，就是你的底气

- 没有什么比独立坚强更具魅力 3
- 除了糊口，工作还有更多意义 8
- 即使是父母，也无法始终为我们保驾护航 15
- 对自己狠一点，别让依赖心误了终生 18
- 独立和金钱无关，是心态的问题 24
- 人云亦云是一种病，得治 28
- 我们不是为别人而活 33

第二章

世间多不平，我们要勇敢地活

- 你究竟是要安于眼前的苟且，还是奔向远方 39

- 往俗了说，有人的地方就有纷争 46
- 世界不一定还你以公平 50
- 一时的低谷并非生活的终结 54
- 没有人能永远拿一手好牌 61
- 一切困难其实都是在打磨你的玻璃心 67
- 人生不是直线，每个人都在曲线前进 73
- 给生活定一个格调，剩下的慢慢塑造 78
- 活得太累，也许是因为没有方向 83
- 三思即可，想太多会影响开始的勇气 89
- 勇敢是坚定向前，不是横冲直撞 94

第三章

坚强，其实是一种温柔的智慧

- 坚强不是看来强悍，而是内心坚定 101
- 自信的人才资格说坚强 107
- 真正的彪悍不是瞬间迸发，而是日常储备的力量 114
- 不能改变的时候，学会心甘情愿 119
- 用心理暗示让自己变得更勇敢 124
- 死撑也是一种坚强 128
- 没有不委屈的生活，只有不哭泣的眼睛 135
- 负重太多，又怎能挺起腰杆 141
- 觉得活着是一个悲剧，才是世间最大的悲剧 145
- 忘不了也没关系，只要别反复提起 150

第四章

与他人平和相处，你可以做到

- 善良不是错，该防的也要防 155
- 与人相交，宜淡如水 161
- 掌握了主动权，才不会任人左右 165
- 平常心对待他人的指责 169
- 朋友有很多种，不必把谁急急关在门外 173
- 没有原则的人，活该被人看不起 182
- 将心比心，容忍他人并不困难 188
- 保持你的棱角，但无须时时用来刺人 194
- 过刚易折，学一学以柔克刚 200
- 越是亲近，越要客气 206
- 家人不是情绪垃圾桶，别伤了他们的心 211
- 如果你坚持，往往都能如愿 216
- 岁月静好是自己修来的 220
- 那些平凡的温暖和美好，值得我们去寻找 225

第一章

独立，
就是你的底气



没有什么比独立坚强更具魅力

人生在世，并非每段路都能有人陪伴在身边，纵然有父母、爱人、朋友愿意为我们挡风遮雨，又有谁能保证，当暴风雨突然到来时，那个人就一定能站在身旁？也许，那个人恰好在远方；也许，那个人并没有足够的能力在保全自己的同时成为我们的保护伞；也许……既然人活着，始终是冷暖自知，那么就一定要懂得自爱自强。

有只小蜗牛问妈妈：“妈妈，为什么我们要背着这么重的壳生活？”妈妈说：“因为我们的身体没有骨骼，只能在地上爬，却又爬不快，所以必须要有一个壳来保护自己不受伤害。”小蜗牛又问：“毛毛虫也没有骨骼，也只能爬，可它为什么没有壳？”妈妈说：“毛毛虫有一天会变成美丽的蝴蝶飞上蓝天，蓝天会保护它。”小蜗牛接着问：“蚯蚓也没有骨骼，也是爬着，它也没有壳。”妈妈说：“蚯蚓会钻土，它一般都

生活在土地里，大地会保护它。”小蜗牛突然伤心起来：“为什么我们这么可怜？没有蓝天的保护，也没有大地的保护，只能背上重重的壳。”妈妈笑着说：“正是因为我们没有保护，所以才要自己保护自己。靠谁都没有用，要强大起来，只能靠自己。也只有自己，才是自己的支撑者。”

生活中的确有这样的幸运儿，一直有保护神站在他们的面前，用自己的伟岸身躯成全他们的安稳和幸福。我们可以羡慕他们，但如果我们没有那份幸运，也实在无须怨天尤人，因为我们完全可以成为自己的保护神！

自己走路难道不比被别人搀扶着前行来得更加自由畅快吗？假如总是希冀靠别人的帮助站起来，那么一旦失去这份依仗，就会像丢了壳的蜗牛一样，变得不堪一击。

凯瑟琳·格雷厄姆对这点深信不疑，如果不是她的自信和坚持，恐怕就不会有今天在传媒界首屈一指的《华盛顿邮报》。

《华盛顿邮报》本来是凯瑟琳丈夫的产业，丈夫去世后，凯瑟琳才被迫接手。对于凯瑟琳来说，办报纸完全不在自己的能力范围内，在这之前，她连一份完整的《华盛顿邮报》都没有看过。不管愿不愿意，凯瑟琳都必须走下去，因为《华盛顿邮报》是丈夫的心血。

上任后不久，凯瑟琳就遇到了大麻烦。报社的记者和部门主编都是男人，他们坚毅，富有个性，观点独特，口齿伶

俐，相比之下，凯瑟琳显得迟钝。她没法理解这些男人的想法，就连他们写的文章她都不能完全看懂。有的时候，她感觉自己他们在他们面前显得很傻，根本没法服众。

此外还有一个很大的问题，就是《华盛顿邮报》的销量。在凯瑟琳接手前，《华盛顿邮报》的销量一直不理想，年收入少得可怜。有一次，她跟老友诉苦，说自己是个愚蠢的老板。老友跟她说，销量上不去，证明《华盛顿邮报》有很大的问题，说不定最大的问题就是那些男士专家们写的东西太晦涩难懂。不如这样，你每天都强迫自己看完自己的报纸，凡是看不懂的地方，就叫来写该文章的记者探讨，一直到你懂了为止。

凯瑟琳按照老友的话，每天都跟记者们交流。久而久之，她不仅提高了自己的专业水平，还发现了《华盛顿邮报》的诸多问题。显然，《华盛顿邮报》已经落伍了，那些枯燥的长篇大论根本无法吸引读者。为了解决这个问题，凯瑟琳在内部来了次大换血。她找来当时炙手可热的媒体达人本·布拉德利担任《华盛顿邮报》的总编。布拉德利又召集了一群能追随时代脚步的记者，这些人不是普利策奖的得主，就是圈内数一数二的“麻辣记者”。这个团队成为《华盛顿邮报》的主力，并在短时间内将《华盛顿邮报》的销量提升了15%，年利润是原先的两倍。

1971年，凯瑟琳打算让《华盛顿邮报》在华尔街上市，但股票公司对这位女性领导者始终充满疑虑，没人同意。但凯瑟琳没有放弃，她对《华盛顿邮报》和自己都充满信心。在路演时，她以精彩的演讲陈述了《华盛顿邮报》的优势和前景，成功打动了在场的金融专家。

跟凯瑟琳一样，伊莎贝拉也是位充满自信、独立坚强的女领导，而且她们都是犹太人的后裔。伊莎贝拉在房地产行业炒得火热的时候转行卖起了活动房，当时身边所有人都在反对，认为她这样做很冒险，亏本的概率要大于赢利。但伊莎贝拉始终相信自己的决定，她说：“根据我的调查，活动房屋的市场在逐渐成熟，购买人群越来越多。我知道自己这样做很冒险，也知道会面临什么样的糟糕局面，但我会竭尽所能弥补失误和过错，全力赶上别人的脚步。如果连这点信心都没有，我就不是伊莎贝拉。”

就这样，伊莎贝拉用为数不多的积蓄开始四处找活动房屋制造商。经过无数次的碰壁，终于有一家厂商愿意试着跟她合作，她可以从厂商那里得到一小批免费的产品，如果销量好，就继续签约，如果销售失败，也在她的经济承受能力之内。本来厂商并不看好伊莎贝拉，只是觉得她是个女人，挺不容易，给了点同情分。可谁知道，伊莎贝拉不仅在短时间内就卖光了产品，而且还源源不断接到订单。那一年，她

卖出了超过 100 万美元的活动房。

故事总是轻描淡写，而真实的生活是一天一天走过来的。在丈夫去世之前，凯瑟琳并不需要承担那么多，在失去丈夫后，她又何尝不是受到天塌了一般的打击，悲痛万分呢？只是因为对丈夫的爱以及对丈夫的心血的坚守，才最终成就了不一样的自己。伊莎贝拉也是如此，许许多多令人敬佩的坚强人士同样如此。

心灵悟语

一个独立坚强的人是最具魅力的，这份魅力不仅能成全自己的信心和安全感，也能赢得身边人的信赖和尊重。

除了糊口，工作还有更多意义

每个人心中都有一个梦想，可真正实现了梦想的却是少数人。为何会这样？有人认为是能力的差别，有人认为是意志坚定与否，也有人将原因归结为运气的好坏。的确，种种因素，兼而有之，但其实最重要的一点是认知上的差异：

放弃梦想、妥协于环境的人总是想着“理想很丰满，现实很骨感”，所以就算了吧，以免白费力气；而最终梦想成真的人，无一例外都坚信自己可以凭借努力一步一步向梦想靠近。

以前有这样一个人，他的童年命运多舛，最严重的那次就是患了一场大病，结果命虽保住了，下肢却瘫痪成疾。这对他来说，是个不小的打击。在他中学毕业后，家里人在邮局给他找了一份可以坐着不动的工作，工作相当清闲，几乎没什么事干，更不用提什么工作压力了。工资及各种福利待遇

遇都不错，甚至超过班上许多混得不错的同学。就这样，他在这个岗位上做了三年。

按理说，像他这样一个重残的人，有这样一份安稳有保障的工作，肯定可以十分满足，并一直做下去。再说，他许多身体健康的同学，都还在为谋一份职业而四处奔波呢。但事实并非如此，他讨厌在邮局上班，觉得周围人群的眼光中，流露出的是同情、怜悯，还有不屑。这让他的自尊心一次次被刺伤。后来，父亲知道他想辞职的消息后前去说服他，但他依然坚持自己的意见。

一次偶然的的机会，他发现书的市场不错，于是他毅然辞职开了一间小书店，不过还没半年的时间，因为城市改造房屋拆迁而不得不关门。这件事情后，他并没有放弃，又与人合办了一家小印刷厂，希望可以做大这份小事业。可惜，再一次事与愿违，就在小印刷厂开得如火如荼的时候，合伙人背信弃义，维持了一年多的小印刷厂也宣布倒闭。

这下他总该放弃了吧？不，他没有放弃。尽管有了两次失败的经商经历，他依然渴望成功。为了不让他走错路，他的父母和朋友们纷纷劝他，告诉他作为一个残疾人，有一份正常的工作就非常好了，瞎折腾到最后只会是失败。说得更露骨的是，多少四肢健全的人还被现实碰得头破血流呢，你还是老老实实回邮局上班算了。大家劝说了很久，他却并没有回头的打