

谢芷兰 / 著

Xie zhi lan
works



靠谁

没有人能陪你一辈子，也没有人能帮你一辈子，自己的事情自己解决。

也不如



不必与他人相比，不断超越自我就好，活出自己的风格和热度。

靠自己

Rely on
who is
not on
their own

告别拖延依赖的习惯，回归自立自强的生活。
相信自己能行，梦想就不会遥远。



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局





靠谁 也不如 靠自己

Rely on who is
not on
their own

谢芷兰 / 著
Xie zhi lan
works



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

靠谁也不如靠自己 / 谢芷兰著. — 北京: 北京时代
华文书局, 2016.10
ISBN 978-7-5699-0719-3

I. ①靠… II. ①谢… III. ①随笔—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 233036 号

靠谁也不如靠自己

著 者 | 谢芷兰

出 版 人 | 杨红卫

选题策划 | 胡俊生

责任编辑 | 胡俊生 周连杰

装帧设计 | 仙 境

责任印制 | 刘 银

出版发行 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>
北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>
北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼
邮编: 100011 电话: 010-64267120 64267397

印 制 三河市祥达印刷包装有限公司 0316-3656589
(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 880mm×1270mm 1/32

印 张 | 7.5

字 数 | 151 千字

版 次 | 2016 年 10 月第 1 版 2016 年 10 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-0719-3

定 价 | 32.80 元

版权所有, 侵权必究

一序言

靠谁也不如

靠自己

一个人在经历了许许多多的风雨，见识了数也数不清的不平现实后，会变得越来越成熟，他会慢慢悟出一个道理——在这个光怪陆离、蝇营狗苟的社会中生存发展，靠谁也不如靠自己！靠父母，父母能力有限；靠朋友，朋友还有自己的事；唯有靠自己！

说说我的闺蜜C吧！典型的湖南妹子，娇小的身材，乌黑的长发，写得一手好文，做得一手好菜，可谓才艺俱佳的女子。七年前，C从北京的一所高校毕业。当时，北京的房价一个劲儿地上涨，租房的价格也让人觉得难以承受，多少同学羡慕C，说她太幸福了，毕业就有一个好去处——男友是北京人，在市区有一套房子。如此，C自然就不用当漂泊的蚁族。她想都没想，毕业那天，直接从宿舍带着行李搬进了男友家。

要找一份心仪的工作，着实不易，尤其像C这种刚毕业没有任

何经验的新人。男友是一家俱乐部的主管，月收入不菲，看着稚嫩而暂无独立能力的C，总是有意无意地流露出一种优越感，甚至有点居高临下的气势。现在想想，也许是男人的自尊在作怪，但那种姿态还是会让人感到不舒服。

C是个辣妹子，任性跋扈，两个人在一起后，经常因为一点儿小事争吵，谁也不肯让谁。终于，在一个下着雨的夜里，C大声地冲他嚷嚷，男友一气之下，竟然脱口而出：滚。从未受过如此屈辱的C，拎起包就跑了出去。

她一边哭，一边跑，雨水和眼泪混在一起。街头的行人很少，开车的人更不会在意这个陌生的女孩在淋雨，在哭泣，在寻找去处。是啊，能去哪儿呢？C在这个城市举目无亲，我问过她当时为何不给我打电话？她淡淡地说：“我不想让任何人看见自己狼狈的样子。”她想起父母，哭得更辛酸。最后，她走进一家酒店，在那里住了下来。

那一宿，C彻夜未眠。

她反思自己怎么会落到这步田地？因为男友的关系，她毕业后就过上了“有房有车”的日子，别人说的北漂艰辛、租房难受，她浑然不觉。可现在，她终于体会到了，也终于明白，在今天以前所“拥有”的东西太不真实，甚至与自己无关。白天还在客厅里看着电影，看他发来的短信说“这么热的天，别去面试了，我能养活你”，可才几个钟头呢？自己就变成了无处可去的人。

C一度被幸福冲昏头脑，在淋了这一场大雨后，彻底清醒。她终

于明白：人无论到何时，都要经济独立，都要有自己的生活。

第二天，她开始四处找房子。就像许多刚毕业的女孩一样，她找到了一间几平方米的隔断间。之后，她到男友家收拾好行李，直接搬了过去。接下来，她投简历、参加面试，四处奔波。好在，她也算是一个有能力的女孩，很快就被一家厨具公司录用了。

做销售不是一件容易的事，对产品不熟悉，对客户的心思琢磨不透，甚至还会遇到故意刁难自己的人。可是，想想那个雨夜发生的一切，再大的委屈她都咬着牙吞下去了。期间，男友打电话给她道歉，让她别再任性，哄她搬回去住，她都没答应。但她原谅了男友，他们的感情一如从前，可男友过去对他的那份傲气，似乎少了许多。

刚毕业时，C想起工作的事就心有余悸，怕自己应付不了复杂的人际关系，怕不知如何处理客户的纠缠……可现在，她觉得工作是一件开心的事，至少可以证明自己的价值，还能随意支配自己的钱，给自己租一个不会被人赶走的“家”，更能在人与人的交往中看到从前不知的人情冷暖。

渐渐地，C的工作越来越顺利，工资也开始翻倍。她变得自信了，偶尔跟男友吃饭，还会大方地埋单，留下一个潇洒的身影。她依然会光顾男友的家，却不在那里留宿。有一天，她打电话跟我说，她打算按揭贷款买房子了，她说再小也是自己的家。

恰好，家里有亲戚专门做单身公寓式的房产销售，就是我们常说的1室0厅，但有单独的卫生间和厨房，面积也就30多平方米。

对C而言，这配置完全够用了。她付了最少比例的首付，还款期限定的是30年，这样平均到每个月的压力会小一些。

买房的事，她没跟男友提。直到房子下来，请男友到家里来做客，男友才得知。她像主人一样热情招待了男友，却不允许他留宿。是的，这是她的家，她有权利决定这一切。那一刻的她，充满自信和骄傲。从此以后，无论和谁在一起，只要在这个房间里，就不会再有人对她说“滚”，她也不会再流落街头，栉风沐雨。

男友问她：“为什么想起买房了？”她笑着对他说：“我嫁，或者不嫁你，我就在那里，不悲不喜；你娶，或者不娶我，房子就在那里，不离不弃。”

三年前，我参加了C的婚礼。婚宴后，她跟我说：“当我从婚姻的角度打量我和他的关系时，我觉得这是最好的时候。我们可以一起分享快乐，在一方情绪不好或两人状态都不好的时候，可以各自关起门，冷静处理。此时的我们，才是真正平等，并相互尊重的。”

我打心眼里佩服C，至少在处理情感的问题时，她能够从某一件事中发掘出深层次的原因，并积极努力地去扭转局势。身为一名新时代的女性，活在这个时代，多少人跟我讲：“不要那么辛苦，不要那么拼，男人征服世界，女人征服男人就行了。”我只是笑笑，没有反问和质疑，因为我知道，有些事情唯有自己亲身经历过，抑或亲眼目睹过才能彻悟。

工作是一个人安身立命、生存于世的途径，也是人生幸福的保

障。无论男女，都应该有养活自己的能力。就算在婚姻中，自己工作的女人，也更容易与丈夫找到共同语言，有平等的地位和权利。

我希望的生活，是自己不用依靠任何人的支援，也不用受谁的制约，喜欢的衣服自己掏钱买，出去旅行不用担忧透支家用；我向往的明天，是有奋斗的目标，有足够的信心掌控生活，就像电视剧《离婚律师》里所言：“我认真做人，努力工作，为的就是当站在我爱的人身边，不管他富甲一方，还是一无所有，我都可以伸开双手坦然拥抱他。他富有我不用觉得自己高攀，他贫穷我们也不至于落魄。用积极的态度，过不完美的人生。”

目 录

CONTENTS

Chapter 1 你必须非常努力，才能看起来毫不费力 1

这个世界上，从来就没有从天而降的幸运，幸运背后的种种艰辛、泪水、汗水，旁人不会知道，也未必会理解，个中滋味只有自己才懂。当你羡慕他人的光芒时，试着问问他们都经历了什么。

不逼自己一把，怎么知道不行	3
你必须非常努力，才能看起来毫不费力	7
越是没有人爱，越要爱自己	11
全力以赴去做一件事，目标会越来越近	15
再小的梦想也值得灌溉	19
在不慌不忙中坚强	23
没有卑微的工作，只有卑微的态度	27
人生是一场马拉松，不要停下来	31
承认差距，差距会慢慢变小	34

Chapter 2 心若不绝望，一切都会好起来

37

没有什么事情是过不去的，也没有永远灰暗阴霾的日子，只要生活还在继续，只要还有一颗不麻木的心，一切都会好起来。

人生需要一场心灵的越狱	39
在心里种下一轮太阳	42
心若不绝望，一切都会好起来	46
无论黑夜多长，明天总会到来	51
成长是一次灵魂孤独的旅行	55
什么样的女人最有安全感	61
不绝望，人生总会峰回路转	65
心情好不好，完全在自己	69
特别礼物带来的特别体验	73
把寂寞踩在脚下	77

Chapter 3 生活不快乐，你可以制造快乐 81

生活就像万花筒，异彩纷呈，有快乐幸福，也有失意痛苦。只是，人生不可能一帆风顺，遇到不开心的事情，就告诉自己：或许有人比我更加艰难，我所受的那点痛，和他们比并不算什么。

生活不快乐，你可以制造快乐 83

谁都有不如意的地方，要想得开 86

打开快乐的源泉，让快乐流出来 91

梦想在路上，温暖在家里 95

生活是面镜子，你笑，它也笑 99

绝症可怕，绝望更可怕 104

走出阴影，才能重见天日 108

无路可走时，要懂得掉头 113

暗夜里最能看到明亮的星星 116

不要停下来，好运就在前方 121

在苦难中成长，在伤痛中收获幸福 126

与不完美的人过完美的生活 130

Chapter 4 若不能承受一个人的缺点，请远离他 133

所有的虚荣都来自于自卑，所有的自卑都来自于懦弱。有时人们嘴里振振有词是因为心中满是疑虑，站在光线下，总会有影子。实事求是，阳光普照，遮遮掩掩，迷失方向。

取悦换不来爱情	135
不争，也会有你的世界	138
若不能承受一个人的缺点，请远离他	143
咖啡店里的三个女孩	147
有些爱不需要说出	151
守住自己的底线	156
站在光线下，总会有影子	161
不完美的开始，未必没有完美的结局	165
离开城市，也可以实现梦想	169
每天进步一点点	174

Chapter 5 好的爱情，就是两个人可以共同成长 179

好的爱情不只是两个人共同买房买车，还要共同成长，一方不会以爱的理由放弃自己的生活，也不会以爱的理由霸占另一方的生活，而是相互关爱，分享生活。

错过的爱人难以做朋友	181
给予让相爱的人靠得更近	187
爱情来了，你配得上更好	192
如何找到你的 Mr. Right	197
不断进步的两个人，才能走到一起	202
爱情就是他心里有你	206
平平淡淡陪你到老	209
爱情来了又去，去了又来	213
房子不是爱情的全部	216
握不住的感情，要及时放手	221

C h a p t e r 1

你必须非常努力，才能看起来毫不费力

这个世界上，从来就没有从天而降的幸运，幸运背后的种种艰辛、泪水、汗水，旁人不会知道，也未必会理解，个中滋味只有自己才懂。当你羡慕他人的光芒时，试着问问他们都经历了什么。

不逼自己一把，怎么知道不行

漆黑的影院里，仿佛一个人的包场，影片《致我们终将逝去的青春》中陈孝正与张开的经典话语点亮了整部戏。幕布上的结尾并没有让 R 散场离去，那句“连他自己都不相信自己可以拥有，所以注定得不到”的话一遍遍回响在耳边，经历过的人才会懂。

多年前，也是这样一个夜晚，R 漫无目的地走在人群中，哭得像个傻瓜。我觉得很抱歉，在一个男生如此狼狈的时候，与他在街头相遇。我只能看着他，不能给予任何的安慰，我知道，也没有人可以安慰当时的他。

相恋三年的女友，就像是挥别路人一样跟他说了再见。分手的前一刻，他还在畅想着未来，暗下决心要努力工作，许她一个看得见的未来。可这番话还没来得及说，就直接憋死在心里，那种回血的疼痛感，让 R 难以忍受。

那时的 R，刚从南方的某所高校毕业，孤身一人来到北京，周围一个朋友都没有。他是新人，在公司里是不起眼的菜鸟，什么都不会，都得从头学起。他给销售主管打杂，竖着耳朵听对方交代的每件

事，生怕遗漏了什么，中途出点差错，着实有点步步惊心的感觉。

读大学时，R 是寝室里懒得出名的主儿，可工作后他却变得异常勤快。每天早上他第一个来公司，晚上最后一个离开，为的是能多做点事、学点东西，免得被人看扁，踩在脚下。工作的第一个月，R 掉了 10 斤肉，整个人都变了样。

R 拿到手的工资只有 3000 块，房租花掉 800，水电费、电话费、网费要花掉 200，吃喝要花掉 1500，虽然没吃什么好东西，最后剩下的只有 500 块钱，如果赶上有哥们儿过生日，或是买两件便宜衣服，还得透支一下。想到这儿，他也苦笑了：怪不得女友要分手，就这样子，一束玫瑰都买不起，一顿西餐都吃不起，更别说带人去小资或是 shopping 了。

钱，R 从来都不放在心上的东西，此刻却像闪亮亮的钻石，吸引着他的目光。

是啊，我身边有许多跟 R 一样的人，他们在陌生的城市里漂泊着，这里有他们的爱情，有他们的理想。他们租住在狭小的房间里，省吃俭用，努力打拼，一两年后工资涨了一两千，可那房价又翻了几倍，怎么折腾也够不着它的高度。

没有理想的生活不可怕，反正就是过一天算一天。真正可怕的是心里有理想，生活有追求，可怎么努力到头来都觉得是镜花水月，这种滋味是最失落的。毫无疑问，那时的 R 就陷在了这个坑里，痛苦地挣扎着。