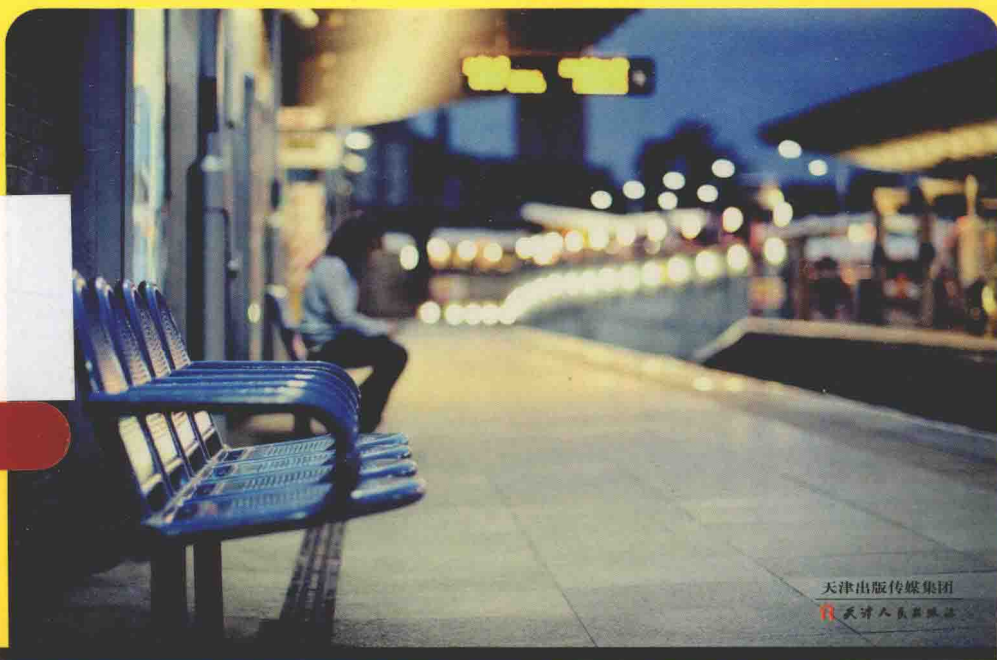


用两天的时间看完这本书，还你一个不纠结、不后悔的自己。

别在该动脑子的時候 动感情

不要让
将来的你讨厌现在
不理智的自己，
不惯着自己的人
总能有好运气。

BIE ZAI GAI DONG NAO ZI
DE SHI HOU
DONG GAN QING



天津出版传媒集团

天津人民出版社

采薇 / 著

别在 该动脑子的時候 动感情

BIE ZAI GAI DONG NAO ZI
DE SHI HOU
DONG GAN QING



天津出版传媒集团

天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

别在该动脑子的时候动感情 / 采薇著. —天津: 天津人民出版社, 2015. 10

ISBN 978-7-201-09700-8

I. ①别… II. ①采… III. ①女性—人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 224061 号

天津人民出版社出版

出版人: 黄 沛

(天津市西康路35号 邮政编码: 300051)

邮购部电话: (022) 23332469

网址: <http://www.tjrmcbs.com>

电子信箱: tjrmcbs@126.com

北京凯达印务有限公司印刷 新华书店经销

2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷

900×1270毫米 32开本 8.25印张

字数: 150千字

定价: 36.00元

目录

contents

Part 1

一个人最大的悲哀，就是不愿意做自己

这个世界，唯一不变的就是改变 / 003

有能力的人，才有选择的自由 / 007

愿意把自己叫醒的人最有勇气 / 012

勇敢做失败的大多数 / 016

人要懂得留一点儿爱自己 / 020

懂得努力，也是一种能力 / 023

没有谁必须成为谁的依靠 / 026

没有人能拒绝热情这种能量 / 029

既然豆腐心，何必刀子嘴 / 033

坏姑娘总会有好报 / 036

没有天赋，你该怎么办 / 039

Part 2

当我们与众不同后，才能谈爱情

为什么她把生活过成这样 / 045

你爱我，我随意 / 048

幸福的婚姻，是谁离了谁都能活得了 / 051

当我们与众不同后，才能谈爱情 / 054

你有资格拥有爱情吗 / 057

宽容人生的每一种可能 / 060

以一种更好的方式去爱下一个人 / 063

爱是不需要理由的，婚姻却需要 / 067

多么坚定的情感，也经不起无谓的消耗 / 070

专情是一门技术活 / 074

那些天崩地裂，总有一天会无关痛痒 / 077

王子，都是活在想象中的 / 080

Part 3

谁也不是谁的谁，动什么也别动感情

身体比心更早明白答案 / 085

无限照顾男人，就会换来幸福吗 / 088

梦想是最有品位的奢侈品 / 092

像男人挑剔女人一样挑剔男人 / 095

扔掉过往，不管曾经爱得有多深 / 098

良心有风险，暧昧需谨慎 / 102

所有的问题，结一次婚就解决了吗 / 106

好日子坏日子，都是自己选的 / 111

没有谁一定要对另一个人负责 / 115

生活虐我千百遍，我待生活如初恋 / 118

在爱中，才能觉知到幸福 / 121

理解生活，就是理解那些琐碎 / 124

Part 4

只有你尽力了，才有资格说运气不好

为了幸福，请和孤独共舞 / 129

把日子过成一首诗 / 133

懂爱的人，不会让深爱的人等太久 / 136

不将就，做更好的自己 / 139

负责的人，首先该对自己的幸福负责 / 142

奋斗的人才懒得报复呢 / 146

不要因为害怕而不敢相爱 / 149

任何时刻，都要有追求幸福的勇气 / 152

遭遇背叛之后，请重新信任爱 / 155

让自己拥有更健康的生活，是每个人一生的事业 / 158

以向死而生的姿态向生而活 / 162

Part 5

别以为世界抛弃了你，其实世界根本没空搭理你

自尊，永远没有妥协那么可爱 / 167

岁月是块完美的橡皮擦 / 171

真诚是一剂医治爱情的良药 / 174

我们总是带着伤微笑前行 / 177

自律，才能得到更多的自由 / 181

下一个路口，也许就会遇见那个人 / 184

离别是一种人生常态 / 187

很多事，失去之后才懂得 / 190

用面和线的姿态生活 / 193

这世界上的爱，只有一对化茧成蝶 / 196

总有一些命运掌握在自己手中 / 199

接受不完美 / 203

有些美好，再也无法重来 / 206

Part 6

靠眼泪无法做到的事，只能靠努力去实现

不是有个肩膀，就可以永远依靠 / 211

不会饿死的秘密 / 215

只要在战斗，就还没输 / 218

靠眼泪无法做到的事，只能靠努力去实现 / 222

人生的弯路你非走不可 / 225

不要随便就看不起别人的付出 / 229

没有一点儿疯狂，生活就不值得过 / 233

以结婚为目的的男人，才是不要流氓的好男人 / 236

趁年轻，何不早点儿进入角色 / 240

学会原谅最亲的人，你才能真正成熟 / 243

每一种人生，都是一场绝佳的风光 / 246

善待琐碎，才算是善待了生活 / 249

后记

想改变，从现在开始 / 253

别 在 该 动 脑 子 的 时 候 动 感 情

PART 1

一个人最大的悲哀，
就是不愿意做自己



好的生命，是有事做，有人爱，有问题可想，有选择的自由。

最可怕的就是，那些比你更有天赋的人，往往还比你努力。

谈一次恋爱是认识自己的快捷方式。

想过幸福的生活，苦苦相爱或苦苦挽留，都不如放下你的控制欲。

有时候，原谅一个人，并不是因为他或者她的解释打动了我们，仅仅是因为我们尚不能承受失去的痛苦。

这个世界，唯一不变的就是改变



去年冬天，我去参加电视台组织的一个活动。离开赛尚早，一起参赛的年轻人陆续聚到一个房间里交谈起来。这本来是一个商业聚会，话题却不知怎的转到了爱情上。

一个一直沉默的哥哥掐灭了手中的烟头，开始讲述自己的故事。

他的父亲离过七次婚，在当地颇为出名。而他恰巧判给了父亲，可以想见，他小时候的生活多么混乱。从来不相信爱情和婚姻的他，以玩世不恭的态度混到二十来岁，结果有一天上天让他遇见了一个中意的女孩。两人很合得来，不过，他当时并不想结婚，那个女孩也不想束缚着他，两个人就这样单纯地相处着。直到有一天，当地卫生局局长的儿子也相中了那个女孩。

“你可以跟他在一起，我不会介意的。”在得知另一个追求者的存在时，他竟鬼使神差地对女孩说了这句话。也许是因为少不更事的轻狂，或者还有莫可名状的自尊——因为那女孩在市里的医院上班，对方许诺，若是她答应这门婚事，便可帮她调整岗位。

“是吗？”女孩反问了一句，再没说话。

第二天，她就离开了这个城市。

他找遍了所有可能的地方也没有找到她，那个没有手机的年代，他们一向靠传呼机互通讯息，但他的呼叫再也没有得到回应。

四年后，他结婚了，有了贤惠的妻子和可爱的儿子。

有一次，他开车去女孩的家乡办事，不经意看见了她在渡口匆匆离去的背影。虽然隔了四年，他仍然一眼就认出了她。他立刻将车子熄火，慌忙地跑了出去，待他奔到渡口时，她的身影已经没入人海。此时渡船汽笛声响起，命运又一次在他们之间拉开了一道鸿沟……

那一刻，他像个孩子一样抱头痛哭。

“从那以后，我再也没有见过她。”他不无遗憾地说。彼时的他已经富甲一方，经过多年的人生历练和生意场上的起伏跌宕，已极

少轻易流露出这样伤感的神情。

这世界上最美丽的爱情，往往都带着伤痕。

世事无常，我们能掌控的事，是那么少。

很少有人能不带着自尊来爱，每个人的自尊都坚硬如磐石、高耸如崖岸。或许正因如此，我们总乐见爱情故事里的男女主角挣扎着迈出自尊的界限，低下孤独而尊贵的头，轻轻说一句：“我爱你”。

电影《失恋33天》里，黄小仙追着前男友飞驰而去的出租车，哭着说：“我要追上这辆车，我要对他说我知道我做错了什么。你不可以原谅我？可不可以再等等我？等等我吧。前路太险恶，世上这么多人，只有你，是给我最多安全感的伴侣。请不要就这么放弃我，请你别放弃我。我不再要那些一击即碎的自尊了，我的自信也全部是空穴来风。我要让你看到，我现在，有多卑微。”

即使知道这是没有用的，她还是用尽全力去追那一辆出租车。

有时候，原谅一个人，并不是因为他或者她的解释打动了我们，仅仅是因为我们尚不能承受失去的痛苦。因为所有人都知道：当你知道了如何让我快乐，也就拥有了让我悲伤的能力。

爱，原本脆弱，需要彼此交出最柔软的情感才能呵护，如同一

个骑士在他即将奔赴战场的时候，对心爱的公主的呢喃。

“你知道吗，你真是一个好强的人，你比我见到的所有的人都要好强——可是你又那么爱哭，每次我看见你的眼泪，”他把手按在胸口的位置，接着说，“我就会觉得，这里很疼。”

可是在爱情里，鲜有人先行示弱。席慕蓉的诗说：“你若是那含泪的射手，我就是那一只决心不再躲闪的白鸟。”当一个人真正下决心去做那只“不再躲闪的白鸟”，甘愿到甚至不顾尊严的时候，就像燃烧着的陨石，义无反顾地奔向大地，而爱，就是地心引力。

《失恋33天》的片尾采访里，有一个女生说：“在等他的这两年里，我错过很多。”

她说着说着，突然哭了。

那一刻，我的眼睛也潮湿了。

世间的真爱伴随着遗憾、伤感和孤独，但依然有人愿意交付一生的等待。可真爱最终也是会消散的，这个世界，唯一不变的就是改变，它不会为谁驻守，也不会为谁停留。

所以当我们还爱着的时候，勇敢爱下去；当我们不得不放手的时候，留一个潇洒的转身，不止为了自尊。

有能力的人，才有选择的自由



好的生命，是有事做，有人爱，有问题可想，有选择的自由。

听过一个古老的故事，讲的就是关于选择：

年轻的亚瑟王被俘虏了。对方比较欣赏他，所以没有立即杀他，说只要亚瑟王能回答对一个难题，就可以让他继续活下去。

这个问题是：女人真正想要的是什么？

这个问题连那些最年长的、最有见识的人都很难回答，何况年轻的亚瑟王？亚瑟王面露难色，但这个问题他无法拒绝回答，于是他答应国王，几天后给出答案，否则自己就付出生命的代价。

亚瑟王在回家的路上，向沿途遇到的每个人征求答案：农妇、妓女、贵妇人、长者……但答案众说纷纭，有人说是美貌，有人

说是爱，也有人说是孩子、幸福或智慧。亚瑟王听了这些答案都不满意。

最后，他遇到一个又老又丑的女巫。女巫说，她清楚这个问题的答案，但他必须先接受她的条件——她要和亚瑟王的侄子兼好朋友，最高贵、最英俊的圆桌武士高文结婚。

听了这个条件，亚瑟王惊讶极了。眼前的女巫驼背、丑陋，衰老到嘴巴里只剩下一颗摇摇欲坠的牙齿，两只手干瘪得像爪子一样，一只眼睛瞎了，说话的声调猥琐不堪，让人难以忍受，浑身还散发出臭水沟般令人作呕的气味……世上不会再有比她更丑陋的怪物了。

亚瑟王拒绝了，他不能强迫他的朋友娶这样的女人，与其让自己毕生背负上沉重的精神包袱，还不如去死。高文却对亚瑟王说：“我同意和女巫结婚，没有比拯救亚瑟王的生命更重要的事了。”

于是心满意足的女巫回答了亚瑟王的问题：“女人真正想要的是主宰自己的命运。”

女巫所说的，的确是一个伟大的真理。亚瑟王向对手送上这个答案后，对手含笑点头，给了亚瑟王永远的自由。

高文和女巫举行婚礼了。婚礼上的气氛冰冷极了，亚瑟王在无法解脱的痛苦中流泪不已；高文照旧彬彬有礼，但脸色苍白；参加