

吴淡如 / 著

WUDANRU
WORKS



往
阳光
多处走

华语世界最贴心的倾诉对象
讲最好的故事给你听

当阴暗降临时，

一有机会，

就往阳光多处走。

还是可以走出一条灿烂温暖的人生路线！

最优美最柔软的心灵之歌

九州出版社
JIUZHOU PRESS

往 阳光 多处走

最优美最柔软的心灵之歌



吴淡如 / 著

WUDANRU
WORKS

图书在版编目(CIP)数据

往阳光多处走 / 吴淡如著. —北京: 九州出版社,
2015. 5
ISBN 978-7-5108-3682-4

I. ①往… II. ①吴… III. ①性社会学—通俗读物
IV. ①C913.14-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第097417号

原书名:《往阳光多处走》, 经吴淡如授权在中国大陆地区独家出版发行。

往阳光多处走

作 者 吴淡如 著
出版发行 九州出版社
出 版 人 黄宪华
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号(100037)
发行电话 (010) 68992190/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 小森印刷(北京)有限公司
开 本 810毫米×1120毫米 32开
印 张 6.25
字 数 100千字
版 次 2015年7月第1版
印 次 2015年7月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-3682-4
定 价 28.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★



【心理游戏】

考验你的向光性——和我一起猜一猜

请先想象，一个对你最重要的朋友，或你最爱的人，把那个人当做以下游戏中的“他”，三秒钟之后，参与我的文字游戏：

1. 如果以下旅行花费的时间和金额是相同的，你想和他一起：

A. 赏樱之旅

- B. 海滩度假
- C. 赏枫之旅
- D. 看雪

解答：你内心中最期待的是……

A. 赏樱之旅——你期待着转变。虽然对自己的状况不满意，但仍斗志昂扬，期待在转变后有一番作为。

B. 海滩度假——你不想改变现有的一切，却好想偷懒一下。环境给你压力很大，你觉得精疲力竭，你该承认自己累了，好好休息一下。

C. 赏枫之旅——目前的状况相当顺利，使你心情平静，只是缺乏刺激和挑战，心情难免沉闷。

D. 看雪——你的心情纷乱，很想沉淀一下，调整人生方向。

2. 如果他只是一个平常的上班族，在你生日的时候，想送你一个礼物，只要你开口，他什么都答应，你会要求他送你：

- A. 几乎等于他所有储蓄的车子或珠宝

B. 相当于他半个月到一个月薪水的名牌皮包

C. 他应该不会为价格皱眉头的实用小家电，或日常生活常用器物

D. 尽量挑个便宜的礼物，或要他请吃顿饭就好

E. 跟他说，只要你爱我就好，我什么都不要

解答：诊断你的爱情病

A. 几乎等于他所有储蓄的车子或珠宝——这么心狠心辣的原因，是因为你受过爱情的伤害，使你不再相信爱情。先想办法治好自己内心的伤痕吧，否则你再怎么谈恋爱都觉空虚。

B. 相当于他半个月到一个月薪水的名牌皮包——你是个重视生活享受的人，你很浪漫，但并不想当贫贱夫妻，因为生活品质还是要靠金钱堆砌。如果他让你觉得未来不会比现在更好，你就很难把恋爱谈下去。

C. 你总是以结婚为目的来谈恋爱。如果你感到将来不可能有结果，你就不想继续投资你的感情。你是个好对象，但绝对不是浪漫的情人。

D. 你还沉浸在梦幻爱情里，爱情至上，是个体贴的伴

侣，你很传统，是个有爱人就不要朋友的人。谈恋爱时，总是为对方着想，但分手时，总怪自己付出太多。

E. 什么都不要的人，最难抵挡花言巧语——你虽说什么都不要，当感情稳定后，却是个最难讨好的情人，对情人的挑剔度异乎常人。他总是不知道该如何取悦你。

3. 什么时候你最想独处，不希望他陪在旁边？

- A. 清早或午夜之后
- B. 购物或赶工作、上网、打电玩时
- C. 旅行时
- D. 我都不喜欢独处，我怕寂寞

解答：你的婚姻适应度

A. 清早或午夜之后——百分之三十。你是个很有创意的人，如果对方能给你空间，你才能安于婚姻。否则，婚姻最终只是一种无聊的束缚。

B. 购物或赶工作、上网、打电玩时——百分之七十。你可以接受婚姻，只要给你一点空档忙里偷闲。

C. 旅行时——百分之十。婚姻是没办法让你安定下来的，因为你是天生的流浪汉。

D. 我都不喜欢独处，我怕寂寞——百分之百。你有“婚姻至上”的观念，因为当单身贵族的你，总会觉得自己很可怜。

4. 如果你有重要的事情要打电话给他，打了三次，他都在通话中，你会：

A. 过些时候再打一通，如果不通，就算了。

B. 打到通为止。

C. 认为他一定有事情瞒着我，或者他故意不接我电话。

解答：你的人际关系会变成危险关系吗？

A. 过些时候再打一通，如果不通，就算了——你是世界和平的维护者。你的宽容大量和粗神经，总是令人安心。

B. 打到通为止——你对感情很专一，专一到容易歇斯底里。伤了别人时，往往自己不知不觉。

C. 认为他一定有事情瞒着我，或者他故意不接我电话——你的任何人际关系总是在相处日久之后被推到悬崖边

缘，猜疑总是瓦解一切信任。

5. 如果你可以选择你的出生环境，你想在什么家庭出生？

- A. 书香世家
- B. 温馨和乐的大家族
- C. 有钱的人家就好
- D. 从小就要学习谋生技能的穷人家

解答：你的人生最感欠缺的是：

- A. 书香世家——学问不够。
- B. 温馨和乐的大家族——积极度不够。
- C. 有钱的人家就好——理财观念太差。
- D. 从小就要学习谋生技能的穷人家——你很有自信，但观念实在不够现代化。总是有人笑你是今之古人，对吗？

6. 如果你和他在一个气氛不错的西餐厅吃饭，餐厅标明全面禁烟，旁边那桌却有一个家伙肆无忌惮地吞云吐雾，你会：

- A. 直接请他不要抽烟。

B. 会以温和的语句直接劝告。但在直接制止他之前，先看看对方好不好惹。

C. 跟服务生或同桌朋友反映，请他代为制止。

D. 暗骂那人没水准，想办法赶快离开。

E. 皱着眉头忍耐下去。

解答：测试你的阳光性格

A. 直接请他不要抽烟——百分之百阳光性格的你真是个正直的人，但太正面了也会有反面效果呢！你总是很急性子，非得在最快时间内解决困难不可，一旦决定了，就很难转弯，但很多事情是欲速则不达，太急反而会有副作用，相信你已经吃过亏了。

B. 在直接制止他之前，先看看对方好不好惹——你的阳光性格很充分。够成熟，了解人情世故，也很贴心。你很会权衡轻重得失，选择一条对自己最好的方向走。但有时过于世故，有时难免势利。

C. 请服务生或朋友代为制止——你的性格兼具阳光和阴柔。你是个聪明人。你懂得借力使力，但有时朋友会对你的

信任度存疑。

D. 暗骂那人没水准，想办法赶快离开——阳光照耀度百分之三十。你是个很懂得明哲保身的人，但由于常回避困难，在自我成长上总是比较迟缓。

E. 皱着眉头忍耐下去——总是让自己隐藏在暗处的你，长处是忍辱负重。但经年累月的忍耐，难免阴阳怪气，一旦火山爆发，连自己也无法控制。

我总想在一本书的前头，以游戏开始邀请你以玩耍的心情来读它。别让此书变成一个自命不凡的作者在自说自话。

这个游戏只是一个邀请你的阶梯而已，并不是这本书的重点。现在，还是言归正传吧！

《往阳光多处走》这本书，是我集合所有美好感受的快乐图书馆，我多么想和你分享：每一个会发光发亮的东西，总有它光芒闪烁的原因和意义。

目 录

【自序】 还是往阳光多处走	001
---------------	-----

① 换个观念变富有

换个观念变富有	008
能够吸收一点就好	012
敲破坏冰箱	016
暴风雨来得正好	019
你想长得像你恨的人吗	022
你会先捡铜板吗	025
片面的人生	028
水中的秘密	031
粗心不是不能改	034

② 看清楚你是谁

你的诚实受过伤了吗	044
高贵的诚实	049
不寂寞的小提琴	052
让我哭笑不得的正面思考	056
正面思考与实际思考	060
面子与尊严	063
太爱面子不是好习惯	068
对赞美的贪婪	071

③ 轻松对待自己

时间是用得完的	076
你应该认命吗	079
接纳现在的自己	082
别拖了，就做吧	085
真的没有时间吗	088
换个方式减压吧	092
为悲观做点事	095
幸福是伪装不来的	099
什么才是帮夫运	103
悬梁刺股不是好方法	107
管他怎么说	111

④ 以动物为师

从猫的角度看成见	116
睡了太久的兔子	120
不要害怕，但永远要小心	123
你是鸭子还是老鹰	126
螃蟹型人格	129
海鸥型的人	133
从鹦鹉身上学到的事	137
审美观的奥秘	142

⑤ 不怕太杰出

聪明的傻瓜	146
总是要勇敢单飞	150
学历有用，但是无关	153
学不会的简单事	156
不学不开心	160
一辈子一次的机会	164
能者不觉多劳	167
才气还须苦力抬	170
你看不见我的辛苦	173
不做“失败主义者”	177
人生是场马拉松	180



【自序】

还是往阳光多处走

“唉，真的活不下去了。真不晓得，你怎么还能这么兴致勃勃地活着？好像什么事情都为难不了你，你有一种企图破除万难的阳光性格……教教我？”

深夜，近来失恋又失业的朋友写mail来诉苦。我知道她只是发发牢骚而已。

这些年，我听到这种感叹的几率，越来越频繁。我一边喝着“蔬菜养生汤”，一边给她回信。忽然想起多年前我第