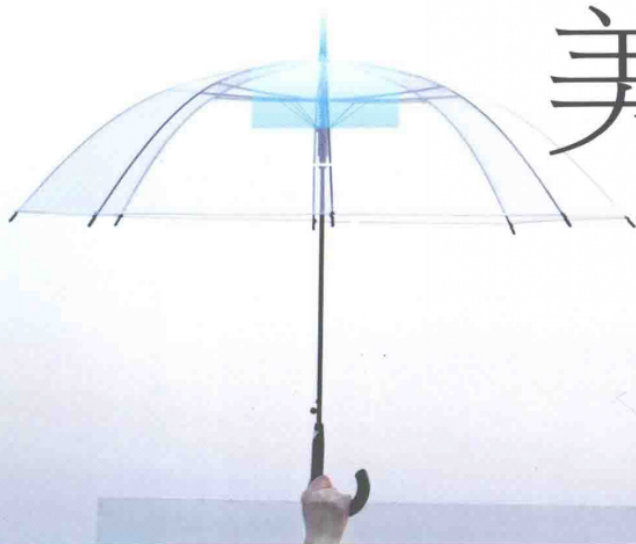


碎碎
著

别让生活 耗尽你的

美好



Don't
use your
beauty up

生活里很多东西都是会破灭的，
但不妨碍我们依旧相信并热爱生活。

你是自己人生的编剧，
何必把剧本写得苦不堪言？
即使生活只是一场无聊的戏，
我们依然要活色生香地演下去。

亲爱的，
愿你过一种永不厌倦的生活。

天津出版传媒集团
天津人民出版社

别让生活 耗尽你的 美好

碎碎
著

图书在版编目 (CIP) 数据

别让生活耗尽你的美好 / 碎碎著. — 天津: 天津人民出版社, 2015. 10

ISBN 978-7-201-09572-1

I. ①别… II. ①碎… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 205314 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 9 印张

字数: 150千字

定价: 35.00 元

别让生活磨灭你的美好

生活总是让我们遍体鳞伤，
但到后来，
那些受伤的地方一定会变成我们最强壮的地方。

目 录

001 和最好的自己不期而遇

041 愿你往后路途，深情不再枉负

089 世界不能满足你所有的幻想，但不妨碍我们热爱它

谁敢说，这样的女人是没有前途的？	003		只要你足够坚强，何惧历经风霜	007
对世界，我愿意永远保持饥饿感	011		每一扇窗里看到的人生都不同	015
在万家灯火中，找到内心的光亮	020		人生的全部意义，不过是一碗面而已	024
我们的此处，正是别人的别处	027		从明天开始，做一个幸福的人	030
成为你自己的拍黄瓜哲学	033		穷人的欢乐有更多的触动与泪水	038

招募一个会谈恋爱的人	043		世间没有那么多一见钟情	047
拜托，你会不会谈恋爱？	050		什么男人才是心目中的好男人	053
从此以后，你睡在我的记忆里	056		你喜欢酷，还是足够的温度	063
想要一个情意无限的爱人	069		请来一个不是放纵的放纵	071
就算欺骗得了别人，却欺骗不了自己的感觉	074		学会让自己什么感觉也没有	077
更好地拥有每一种曾经	080		我们，只能用这种形式相爱吗	083

相忘于江湖，有时是一种慈悲	091		本来想抒情，但生活让我去叙事	094
很小很小的事，会决定一生	098		有你之后，我很难再悲观地对待世界	101
戛然而止的缘，也是缘	104		感受一个更为精妙的自己	106
感恩命运给予的一切	110		文艺女青年这类妈	113
那些青春的疼痛	116		妈老了，成了我的女儿	121

125 所有的颠沛流离，不过是为了成就更好的你

163 没有无聊的生活，只有无聊的生活者

207 就让我跟这世界不一样

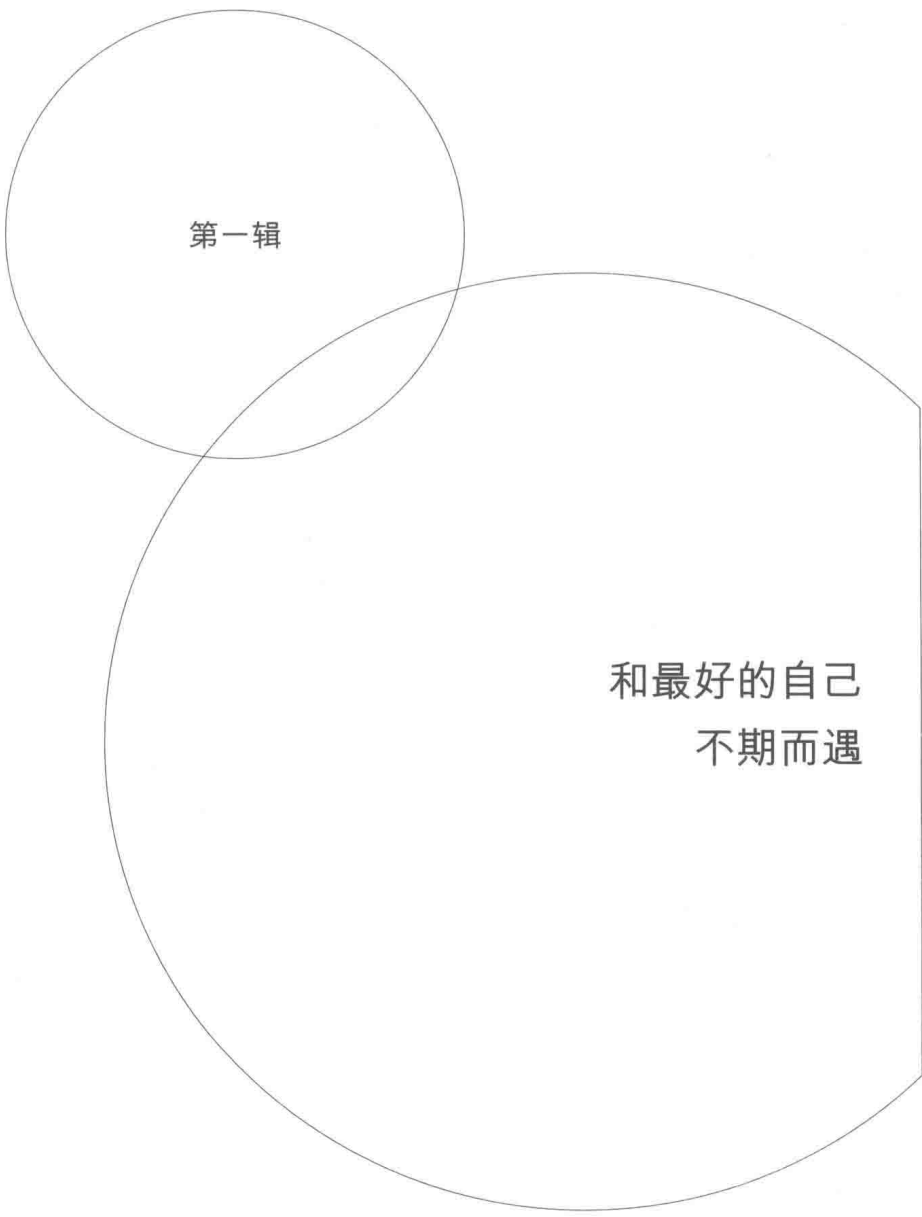
241 亲爱的，愿你过一种永不厌倦的生活

所有的女人都该是美女	127		大女人不拧巴	131
让我们明目张胆地幸福	134		永远把自己当女神	137
有趣是一种能力，有时是勇气	141		最危险的往往最迷人	144
借与不借，都可能从此失去一个朋友	149		节日都不过是一种“出轨”的借口	154
请让我得到最好的结局	156		我在我的角落独自思念	161

谁又能拒绝灵魂相逢的狂喜	165		为了一杯茶，我愿意等	168
人生怎样度过，才是不辜负自己？	173		研究彩票的命运输家	177
适量的白日梦有益身心	181		表现得越多，只说明你遮掩得越多	184
如果你不美丽，请努力可爱	187		在一个新鲜的时空中，感受更真实的自己	191
穿越一个人的空洞与黑暗	196		没有无聊的生活，只有无聊的生活者	199
给予美好，才能获得美好	203		让我在文字中撒点儿野	205

做一个安静的非人类	209		不能承受的生命之朋友圈	212
向前，才是别无选择的姿态	215		不要用放大镜放大自己的哀伤	219
被时代杀死的词语	222		网络的每一个毛孔	225
请不要以真诚的心态认真地装模作样	228		和一只肉粽平起平坐	231
独舞，在一个人的时空	234		25岁的别处，35岁的此处	237

美好的人，总会遇上美好的事	243		身心经得起打量的女人，都是勇者	247
性感，与外形无关	250		快乐是一种精神，幸福是一种美德	253
不向这个世界俯首称臣	255		长得漂亮不如活得漂亮	261
心的强大，才是真正的强大	267		执着于快乐，便不快乐	271
与安静的自己相遇	273		以热爱的姿态走向一切	277



第一辑

和最好的自己
不期而遇

懂得爱自己，是人生第一要义。

不管有没有人爱，

都毫不含糊地宠自己，

对自己不离不弃。

谁敢说，这样的女人是没有前途的？

◎ 人是不可能免俗的，每个人都得有自己的一份日子。

某天在杂志上看到一句话，一个很有名的女人说的：不穿高跟鞋的女人是沒有前途的。

想想自己平日里，不是平跟皮鞋就是运动鞋，灰头土脸的样子。我倒吸一口冷气。

没有前途！怎么办？吓得我放下杂志，直奔商场买了一双高跟鞋：白色，细高跟，镂花，皮革闪着光芒，精致又漂亮。880块钱。对于我来说，它有点儿贵，可是为了前途，也就认了。

穿上高跟鞋，好像找到了袅袅婷婷的感觉。顾盼颦笑之间，好像平添了女人的风情，前途好像正在不远处对我招手窃笑。

第二天穿上高跟鞋出差去外地。是过路车，人又超多，进站口放行的时候，时间已经很紧迫了，大家都一路狂奔。平时穿平跟鞋练就的敏捷身手，此时不灵光了，我拿着行李箱吭哧吭哧地

向前冲，还是落在了队伍的最后头。火车就要开了，我和几个精力不济的人竟然没挤上去。只好又急赤白脸地去火车站旁边的长途汽车站改坐汽车。为赶时间，又是颠颠颠地一路小跑，等到终于坐上车，已觉脚疼难忍。把脚从鞋子里抽出来一看，脚趾头上居然磨出了两个水泡。

看，这就是前途的代价。

后来，又在一本杂志上看到一句话，香奈尔说的，不用香水的女人是沒有前途的。

赶紧又检讨了一下自己。倒是有一瓶香水，伊丽莎白·雅顿的，朋友送的。送了几年了，到现在还有一大瓶没用完，因为总是想不起来用，或者是没什么机会用。

想想看，那什么衣香鬓影、暗香盈袖的，自然撩人。每个女人都想那么极致地女人下去。只是，我每天要穿梭的地方并不是咖啡馆，音乐厅，星级酒店；一个没有车的人，也不可能一出门就把自己塞在车里，把风尘雨雪挡在外面。我要穿行的，是经常狂风大作、尘土飞扬的街道，是拥挤不堪、五味杂陈的公交车，是永远手忙脚乱、书稿成山的办公室，是七荤八素、生猛海鲜的菜市场，是煎熬炒炸、水深火热的厨房——这些地方，好像都没有香水的用武之地。

对我来说，闻到一个男人衬衫上隐约的汗味而不是古龙香水

味，更能让我感觉到他的男子汉气息，顿生贴近之感；一个头发丝上残留有油烟味的女人，比人还未到先飘来香风阵阵的那种，更能让我生出没有距离的亲切感。那都是结结实实生活的味道。而真切的生活味道更能让我感觉踏实，更能在瞬间打动我。

再有一天，又看到一句话，莎拉·杰西卡·帕克说：手袋没有多到让人眼花缭乱的女人是没有前途的。

我狂叫一声：老天，拜托！这么多没有前途的事情，不要再让我看见好不好！想到那几个水泡的代价，我打算按兵不动。我相信接下来肯定会看到这样的话：

没有几十条丝巾的女人是没有前途的。

不戴钻石的女人是没有前途的。

不想住别墅的女人是没有前途的。

.....

真会如此吗？想那居里夫人在获得诺贝尔奖之前，整天忙于实验，无暇他顾，生活异常窘困，连冬天取暖的炉火钱都没有。冬夜里，和丈夫做实验实在冻得受不了时，他们就在屋子里跳舞取暖。这样的生活，她桌子上怎么可能会有香水？

女作家铁凝也说过：“人是不可能免俗的，每个人都得有自己的一份日子……你敢说哪篇巨著形成时，作者的桌面上准没有油盐酱醋？”

她们生命中的大多数日子，一定都与高跟鞋无关，与香水无涉，但是谁敢说，这样的女人是没有前途的？
各有各的前途。

只要你足够坚强，何惧历经风霜

◎ 历经风霜，是每一个想成就自己的人的必经之路。

说起“霜”这个字，脑子里最先涌现的不是自然界的那种霜，而是岁月的风霜，人生中的风刀霜剑，那些寒霜一样考验我们的逆境。“风霜”这个词，也早已偏离它的本意，更多地指向霜的引申义了。

一个饱经风霜的老人，他所经历的时间、故事、际遇，最后化为他脸上的褶皱、眼神里的微光、内心深处的叹息，人生的风霜积淀于他脸上纵横交错的纹路中，再也擦洗不掉。

“霜”这个汉字，音、形与义都极美，是最富有中国意象的汉字之一。

总觉得，雨、雪、霜、露，都莫不是天地之间的交接，是天地交换讯息的一种形式。而霜，似乎是最含蓄，最冷静，最让人警醒，又最令人惆怅和销魂的那一个。想想看，秋末冬初的土地

上，此时气温已降至零度，清晨出门的人嘴里呵出白色的寒气，脚下的草已经变黄，蒙上一层厚厚白霜，更显萧索。

“晨起动征铎，客行悲故乡。鸡声茅店月，人迹板桥霜”的意境，既有天涯羁旅的凄清，也有独自走向远方，走向更大天地的忐忑，饱含悲辛的诗意。

还有，“月落乌啼霜满天，江枫渔火对愁眠”，“回乐峰前沙似雪，受降城外月如霜。不知何处吹芦管，一夜征人尽望乡”……霜，成了人生凄凉、心境寥落的对应物。

就像人生必得经过风霜才能更强大更坚韧一样，经过霜的庄稼，味道也会更好。霜打之后的柿子，格外甜美。霜打之后的萝卜，格外爽脆好吃。一个蜜罐中长大，没有经历过风霜雪雨的人，他的心智一般都不会强大。

也许，在宁静顺遂的环境中长大的人，心里都会有对风霜的渴求。因为那意味着对自我更好的锻造，以及人生品质的提升。

曾为印度王子的释迦牟尼，年轻时的生活应有尽有，何等奢华美满，可是29岁的他在一个午夜决然离开王宫，自我放逐，脱下了华丽的服饰，换上蓑衣，遣散侍从，成为一个修行者。我想，他身为一个锦衣玉食的王子，应该也有对经历人世风霜的渴求。

同样，在毛姆的《月亮与六便士》里也表达了这样的主题。

这是以法国印象派画家保罗·高更的生平为素材的小说，描述了伦敦的一个证券经纪人，因为突然着了艺术的魔，便抛妻弃子，弃绝旁人看来优裕美满的生活，奔赴南太平洋的塔希提岛，把生命的价值全部注入绚烂的画布的故事。

在此后的人生中，贫穷的纠缠、病魔的折磨都没能使他回头，他一直在人生风霜的磨砺中砥砺自己的艺术，拓展自己的人生。

历经风霜，是每一个想成就自己的人的必经之路。面对扑面而来的风霜，只要你足够坚韧，就不会是霜打的茄子——蔫了，而是“霜叶红于二月花”。

所以，我有时会在心里同情现在的那些富二代、官二代的孩子。他们往往骄矜气盛，目空一切，因为一切得来全不费工夫，可是他们也会因此而体验更多的空虚感。

没见过风霜，没经历过自我奋斗的汗水，又何能体验属于自己的成就感与满足感？他们该丧失了多少醉人的人生滋味。

曾在网上看到这么几句话：“人生什么事最使我难过呢？穷困吗？不是。劳累吗？不是。人生最使我难过的是，看到美丽的母亲当了几年母亲以后，有了一张恶狠狠的脸；美丽的主妇当了几年主妇以后，脸上有了严冷的表情。”

这样的人，是把风霜写到了她的脸上，外化到了她的神情