

用自己最喜欢的 方式去生活

残小雪 / 著

在现实的冷漠里，没有人会在意你的眼泪，
你能做的就是给生活找个出口，
让自己喘口气。

豆瓣最有态度的生活家
从不停歇找寻生活的另一面

她的文字改变了每一个在深夜里唉声叹气的人



中国言实出版社

用自己最喜欢的 方式去生活



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

用自己最喜欢的方式去生活 / 残小雪著. — 北京 :
中国言实出版社, 2015. 8

ISBN 978-7-5171-1483-3

I. ①用… II. ①残… III. ①长篇小说—中国—当代
IV. ①I247.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第193184号

责任编辑: 陈昌财

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编: 100101

编辑部: 北京市西城区百万庄路甲16号五层

邮 编: 100037

电 话: 64924853(总编室) 64924716(发行部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: yanshicbs@126.com

经 销 新华书店

印 刷 北京毅峰迅捷印刷有限公司

版 次 2015年9月第1版 2015年9月第1次印刷

规 格 880毫米×1230毫米 1/32 9印张

字 数 178千字

定 价 36.00元 ISBN 978-7-5171-1483-3

CHAPTER 1

但愿所有的付出终有偿还 /01

每一步看似惶惑的脚步，迈出前都经历了或长或短的思索。有什么错与对，遗憾和悔恨，是好是坏，都是我们顺理成章的所得。

我的 25 岁，用自己最喜欢的方式去生活 /02

未来未至，好好活着 /10

和梦想有关的才是故乡 /16

眼泪和笑容，都是不一样的成长 /23

关于爱与热爱，卑鄙与情怀 /30

把好梦留给明天 /37

你有生活吗 /43

幸福生活的定义是能和自己喜欢的一切在一起 /56

拿什么喂养饥饿的生活 /63

我有时候会害怕来不及认真地年轻 /70

CHAPTER 2

一个人住的这几年 /77

享受孤独，是很难能可贵的一件事。

学着适应独处，在沉默中更容易找到源源不断的能量供应自身，它不需要依附与索取。在这种力量的供给中，持续的突破与超越，让人能够挖掘出一个更好的自己。

写作与美食，都是最孤独的事 /78

我还是选择留在了这里 /83

一切都才刚刚开始 /89

你好，北京 /98

一个人在北京学到的事 /108

只想告诉你，我每天都回家 /115

一半的我在世界狂奔，一半的我却觉得好累 /122

收集阳光的作用 /129

独居的人都是小怪兽 /137

断？舍？离！ /145

CHAPTER 4

倾听城市的寂静处 /153

当天光大亮，那些幻觉终将远去。整装待发，旅程还在继续。

就算我们愿意沉浸在浮华不切实际的梦里，可前路依旧漫长。

一个人的餐桌 /154

食物与生活，皆应在意犹未尽时放手 /159

健康、事业与爱，从来都是千回百转 /166

我们都是这城市中的微电影 /172

面朝大海，啤酒要开 /178

如果没有明天，该怎么说再见 /187

温暖的油烟味 /194

月巴女旦 /200

CHAPTER 4

看自己想看的风景，才是最好的人生 /207

青春，它信马由缰地来，又不动声色地走，你怎么能够不好好把握。如果谈谈我的梦想和未来，我希望有一天白发苍苍，依旧能像路上偶遇的老太太一样，独自上路，喝冰镇的可乐，看沿途的美景。

他们说，少不入川 /208

一路吃过古城的千年岁月 /215

躲在夏天里的高棉之境 /225

台湾南北，自由东西 /256

后记：迟早要学着取悦自己 /277

CHAPTER 1

但愿

所有的付出

终有偿还



我的 25 岁， 用自己最喜欢的方式去生活

我在过去的很长一段时间里开启了自杀式的加班模式。而这后续带来的，就是起床后的脖子剧痛和每每凌晨时的突然惊醒。

辗转难眠，听手机里的催眠电台、海浪声和树林的沙沙声，可我依旧睁着眼睛等待天亮，再依着生物钟的习惯，昏昏沉沉直到中午。多年来被失眠折磨，这确实是最歇斯底里的一次，早餐喝的小米粥和桌子上摆的薰衣草精油完全丧失了作用。

叮嘱又怎样？加班时的“早点休息”和感冒时的“多喝热水”一样苍白无力。

生活还是自己的，点赞不过是别人无聊时在屏幕上点击出的一个符号。

凌晨末尾的空气里能感受到粒粒分明的水汽，身体还带着

空调的温度，走出写字楼大门迅速被一片潮湿的冰冷包裹。每天下班后习惯了和出租车司机聊会儿天，他们的眼睛遥望着天朦朦亮的远处，惊讶地问我，你是刚刚下班吗？

我能做的表情不过是笑笑说，还好，习惯了。

要接受命运的不公和选择背后的喜与悲，有的人在周末饮酒狂欢购物享乐，有的人工作学习马不停蹄。我们有权力选择不同的形式去充实生活，只是有些看上去五光十色，有些看上去生涩苦楚。

及时享乐与沉默前行，谁都无法定义岁月在结尾给出的回报是否得偿所愿。

我只是想，在还能够决定自己以什么样的速度前进的时候，用尽全力去冲刺到离目的地更近的地方，能够在余下的时间里，放缓步调看一看走过的风景。

可生活又不是旅行，总有一段路，你注定要错过些精彩。可未来的精彩真的比现在放弃的精彩更棒吗？

谁知道呢。

【旅行的意义】

这一年，在假期里我迫切地想要离开北京。对于一个人旅行这件事越发的着迷，在陌生的没有任何陈旧记忆的城市里散步，这种独处形式更容易感知自己。

好奇地东张西望，走遍狭窄的小巷子，品尝寻常店铺里的当地饭食，听当地人使用淳朴的方言闲聊。

记得我在台北的永和豆浆，迎着早晨的阳光坐在陈旧的座位上和西装革履的上班族拼桌吃早餐，学着他们的样子用白色烧饼卷着酥脆的油条；在成都的小面馆里，外带了兔头配着各种面条一起吃，老板的小儿子坐在我的对面玩新买的玩具手枪，衣服蹭的油腻；在西安的小酒吧里，听那个北京来的老板兼歌手幽幽地唱着民谣，我一个人喝了杯浓浓的金汤力，静静地听到半夜。

我们是不是应该在千帆望尽后选择自己愿意驻足的站点。

我们是不是应该在人海汹涌中走过才后知后觉怦然心动。

他们说，是个人就有环游世界的梦想。可有多少人真的迈出了那一步。

自由和漂泊，安稳和束缚，何处才算是归处。

旅行中哪有那么多过目难忘的美景，让人着迷的不过是独自行走的自在和无人打扰的宁静。

记得去年夏天，朋友相邀外出旅行，我各种婉言拒绝，而今年，我几乎把所有的假期都计划了或近或远的目的地。

认真地查看攻略说明，详尽地规划每一天的路线行程，收拾行李，与旺季中的人潮攒动在一起，走向我们想要抵达却从

未抵达的远方。

人总是会变的，或者是他们料定了我确实是会变的。

可最后，依旧是要回到电脑前，麻木地写着冷冰冰的邮件，在困倦的午后冲上一杯速溶咖啡。

【一个人住的这几年】

一个人住的这几年，这几个字看上去就有无限伤感。充满各种动荡的这一年，匆忙地搬家，深夜里我把所有的行李打包寄存到朋友处，拖着两个行李箱临时睡在陌生的酒店里。也有过在南方城市的机场，我穿着高跟鞋从候机厅的这一头跑到另一头，只因没有看到变更登机口的提示。我也曾清晨在各地机场的肯德基或者麦当劳里，匆匆吃一顿早餐，赶最早的航班。

在困境当中别人总会问，那你准备怎么办。似乎我能沉着冷静地回答。

独自踩着椅子一个环一个环地挂窗帘。

独自趴在地上把散落成一摊的长短木条用螺丝刀拼装成一个书架。

独自面对一屋子坏掉的家用电器，打电话找修理工。

独自从药箱里翻出创可贴，处理不小心被刀子割破的手指。

我的答案是，其实我没得选择。

哭过也怨过，可这路是自己选的。

我一个人做丰盛的早餐，周末心血来潮的做法式甜点，晚上散步去看午夜场的电影，吃一人份的爆米花，在健身房挥汗如雨，自己去咖啡店喝热热的拿铁赶一篇新的稿子，靠在宽敞的双人床上背单词或者看肥皂剧，等快递员周末送来大小箱子里的生活用品，下了班的晚上我和有趣的朋友吃好吃的食物。

可是，没有人知道你穿着睡衣没洗脸不化妆的样子，也没有人知道你独自经历过的那些有趣的事。就像在电影《她》里提及的，一闪而过的可笑的可笑的怪念头。

一天我突然想起自己十几岁的时候交过的几个笔友。在周末的补习班上用带香味的信纸写长长的信，把那些微不足道的小心事统统与之分享。然后在经过半个月漫长的等待，期待着同样一封长长的回信。

可我们现在早就忘了彼此的模样，取而代之的是收获越来越多在微信里的一句“在吗”，而隐藏在内心那些呼之欲出的倾诉，只得在某个匆忙的片刻，暗自反刍咀嚼，再艰难下咽。

【时间是怎样划过了我皮肤】

在过去的那些年里，我带着许多执念和欲望像个拼命的蜗牛一样缓慢爬行。而现在却发觉，幸福的源泉是放下。

短暂的困苦和曲折算不了什么，可怕的是，你要用一生去容忍和接受它们的层出不穷，还有眼前那片未知的光明或者黑暗。

如果面对走失的光阴，能有那么几个片段值得你在迟暮时仍然可以眉飞色舞地讲与他人听，一辈子也就不枉过。

一天我和一个朋友逛街，我们试穿心动的连衣裙，在镜子前流连。然后分享起各自第一次站在新光天地门前的心情。她说，那时候还在读大学，和男朋友坐一个多小时的地铁到大望路，出来站在新光天地的那一刻，像是个怕光的小动物一样迅速缩回了地下通道里，她觉得那里是和她无关的世界。

我也回忆起许多年前第一次路过新光天地的样子，感觉那个世界遥远又耀眼，冬天甚至都没有进去暖和一下的勇气。

后来许多年过去了，我们多次约在那附近喝下午茶，在难得空闲的双休日一起去逛街买衣服。

那些光芒都黯淡了。虽然爱马仕的门前，依旧有着拒我们千里之外的气氛。

年轻多么好，我们一起吃不求饱的点心，喝不图醉的酒。悄悄地聊着那些曾经想得到的东西，如今是怎么样的不想要了。那

些年曾经爱过的男人，如今都变成了什么陌生的样子。我们曾发誓要守候一生的梦想，现在被现实碾碎也变成了世俗的果实。

记得看到朋友圈一个朋友从国贸高空上俯拍 CBD 的夜景，她说，要多努力一点，才能在这个城市里待得更久一点。我想说，第一次坐在那家酒吧里，我脑海中出现的句子和她是一样的。可是后来和朋友聚在相同的地方，大家不过是碰着杯，淡淡地聊天，深深地叹气。

只是现在的我常常在疲惫到无法入眠的深夜里思索，我为了留在这里，放弃了什么又得到了什么。我们所经历的那些跌宕起伏又难以描述的困苦和孤寂，茫然无措中的拔节成长，像是在热带森林里的奔跑，从荆棘的缝隙中瞭望远方美景，跋山涉水，不分昼夜。

那片风景，是否值得你倾尽所有的期待和忍痛坚决的舍弃。

【生命多浅未来多远】

在看电影《美食祈祷和恋爱》的时候我一直在想，要有多么大的勇气，才能放弃眼下的一切去环游世界，去修行去寻觅内心所需。

她要离开他去印度的时候，他说，我们每天晚上都吃印度菜，你不要走好不好。

说真的，那句话打动我了。可你我皆知，她要离开他，并

不是因为印度的食物。他是爱她的吧，突然在此变故下，变得手足无措，无助地哀求着。

我们都想突破以往的一成不变，在新的世界里挖掘更好的自己。过去我不断地在试错，不断地跌倒然后爬起来，我毫不犹豫地选择我最喜欢的工作、我最喜欢的生活方式和我最心动的人，争取过的失败，总好过无为的遗憾。

今天我 25 岁了，一生里最好的时间走过了一半。

有时我在攀上山峰时发现那并不是自己曾经想要的高度，陷入一段长久的失落无助中难以自拔。

有时我发觉某一时刻的电光石火，我又远远地望着他就像是我最爱吃又不敢多吃一次的那家餐厅。

这一年那么多人来来回回，最后能坐下来好好吃饭聊天的，不过三三两两。

只是祝愿未来，不要辜负我如今的一切选择。

生日快乐。

未来未至，好好活着



半年过得可真快，好像年初时做的计划还没来得及好好执行，就又耽搁了不少进度。网络上有些人在做上半年的总结，有些人做下半年的计划，翻翻看看，对别人的生活状态时常仰望和羡慕。能把对于生活的期待和目标，走得一步一个脚印，绝非易事。

公司的网络因为换办公室无法正常使用，我和同事一起到隔壁办公楼的星巴克加班。在等领导邮件的时候断了网，到了晚饭的时间，其他桌的客人纷纷离开。我询问工作人员，对方说是时常出现网络故障，不知这是否是新的逐客方式，让我们用几杯咖啡就霸占着桌子开临时会议的人不得不另寻它处。

超大杯的冰拿铁喝到肚子发胀，加上焦急的心情，让晚饭

的兴致烟消云散。满满的都是俗气的工作味儿。

这味道没什么奇怪，也没什么新鲜。这半年，散发的就是这种浓郁的味道，像是不管不顾的百米冲刺，跑到一半却发现终点不见了，带着惯性却又不得不继续下去。

接连一个多月都没有周末，整日加班做着重复的内容，情绪烦躁，凌晨回家直到天亮才朦胧睡着。

要早早起床，挤在早高峰的地铁上穿过大半个北京去上班。日子过成了无法言说的消磨。

一天早晨我照镜子，发现镜子里的自己越来越陌生，严重的黑眼圈，皮肤差到无法直视，脾气暴躁，频繁地发脾气。各处的小疾病陆续出现，你看，身体就这样开始报复我了。

有一天打完电话我就坐在洗手间的马桶上掉眼泪。后来我回忆了很久那到底是出于一种什么样的缘由，称不上是委屈、怨念、疲惫或者是其他什么的，自己也没办法去界定这样的状态。好像那些邪恶阴暗的能量，突然变得无处安放，如同打翻了承载它们的罐子，接二连三地掉落了出来。

一会就没事了，像是什么都没发生一样，高高兴兴地吃了几块曲奇饼干，我和以前一样兴致盎然地一封又一封的回着邮件。

这些出格和失态，我没和任何人提起过。只是现在拿来回望，却能够更清醒理智地面对自己过去的脆弱。

我有时候觉得没办法读懂自己，其实谁都没办法读懂谁。

记得有一整周我几乎都是凌晨才从办公室离开，天气的燥热让人也没了耐心。那段时间新买的裙子躺在衣柜里，每天醒来草草地穿上肥大的T恤衫出门，双肩包里背着笔记本，垂头丧气的样子像个蜗牛。下了班丝毫不觉得困，回家无外乎等待我的也是失眠，有几次索性到尚未打烊的餐厅吃饭，自己或者和朋友一起。

一个人吃夜宵，翻来覆去地看着手机，却没有一篇文章有耐心读下去。只是在等待上餐的时间不做些什么，觉得这空闲时间显得太过无聊，而那些白天冷却下来的令人烦躁的思绪，在安静的时刻又开始蠢蠢欲动。

若是时间赶巧，约上几个也是刚下班的朋友见面却很是沉默，兴致来时，也絮絮叨叨地说毫无逻辑的话，只是不想让嘴巴闲下来，没什么力气和状态去寻找话题，想到什么就讲什么，反正在凌晨的簋街，在那么多胡言乱语的人群中，我算是清醒的一个。

至少，在食物面前，心情难免会变得舒畅一些。有时候喝粥，有时候吃肉，有时候吃面条，都是入口温热充满暖意的食物。

失控的时候，我有过几次暴饮暴食，一直吃到胃痛也不能停止。在无法言说的焦虑面前，觉得自己整个人都空了，在神经脆弱的深夜里，需要一些食物把自己填满，再满一些。