

不要慌，慢慢来，是我的，总会有。
我不悲观，也不乐观，只是每天早上睁开眼，迎接全新的一天，一个人努力过下去。



黄桐 / 著

人生总要慢慢熬

The
long journey of life



人生 总要慢慢熬

黄桐（著）



长江出版传媒
长江文艺出版社

新出图证(鄂)字 03 号

图书在版编目(CIP)数据

人生总要慢慢熬 / 黄桐著.

-- 武汉:长江文艺出版社,2013.7

ISBN 978-7-5354-6781-2

I. ①人… II. ①黄… III. ①散文集 - 中国 - 当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第128126号

著作权合同登记号 图字:17-2013-098

本著作物经厦门墨客知识产权代理有限公司代理,由松果体智慧整合行销
有限公司授权,在中国大陆出版、发行中文简体字版本。

监 制:王 平 马志明
责任编辑:吴 双 孟伟伟

策 划:胡 家 刘 萍
封面设计:TEAYA

出版:长江出版传媒
长江文艺出版社

地址:武汉市雄楚大街268号
邮编:430070

发行:长江文艺出版社

北京时代华语图书股份有限公司 (电话:010-83670231)

http://www.cjlap.com

E-mail: cjlap2004@hotmail.com

印刷:北京东方宝隆印刷有限公司

开本:690毫米×980毫米 1/16

印张:16.5

版次:2013年7月第1版

2013年7月第1次印刷

字数:170千字

定价:29.80元

版权所有,盗版必究(举报电话:87679308 87679310)

(图书出现印装问题,本社负责调换)



Contents

作者序	是煎熬让生命的滋味更醇厚	005
 PART1 生命中的种种磨难，是破蛹而出必不可少的剧目		
01	对别人的好，从来不自费	011
02	追求理想的路上走好每一小步	014
03	放弃或坚持，终究只在自己	018
04	有影子的地方，就有光明	022
05	老天不回应你的愿望，是想给你更好的	026
06	不要小看“一句话的力量”	032
07	也许，他有你不知道的苦痛	037
08	将善意给“别人”，“自己”便将减少	040
09	微不足道，也能产生极为动人的效果	044
10	希望社会温暖，那就先付出温暖	048
11	不能改变现实，那就改变自己	051
12	世间所有的不愉快，其实都可大可小	055
13	在意的问题真有这么大吗？	059

目 录



14 要发扬别人的长处，不让别人有机会暴露缺点	063
15 接受生命的考验，让你变强大	067
16 适度“距离”反而让情感加温	073
17 还会“痛”，未尝不是一种幸福！	077
18 打不垮你的，让你更坚强	081
19 看到的未必是真相，别着急下结论	085
20 格局决定我们快乐与否	089

PART 2 逆境就像不加糖的黑巧克力，让人生先苦后甜

01 人生的上坡路	095
02 因为低潮，所以精彩	099
03 重要的不是你“想做什么”，而是你“做了什么”	103
04 让人看见真正的美丽	107
05 择你所爱，爱你所择	111
06 “别人有”不代表“我也要”	115
07 真正的解脱	119
08 通往地狱的道路，往往是由善意铺成的	123



09 人言不可畏，可怕的是我们不勇敢	127
10 简单的事，不必复杂化	132
11 其实不是别人的错	136
12 捕鱼前，先学会潜水	140
13 小小的善意，将会转变成大大的快乐	144
14 如果你无法满意，至少你要能够尽兴	148
15 人生就像画素描	153
16 指责别人之前，谨慎一点	157
17 看着别人，忘了自己	162
18 谁是真正的朋友？	166
19 迷路的人，是因为不记得出发的地方	170
20 八万四千个门	175

PART 3 低潮是谷底反弹的契机，是缔造人生高峰的过渡

01 人生如同河流，曲折才是常态	181
02 幸福，只是一个台阶的距离	185
03 请替我帮助别人	189

目 录



04 规律的力量	193
05 其实没什么好说	197
06 乐观的人，能看见别人的优点	201
07 你的内装好不好？	205
08 旧衬衫能卖多少钱？	209
09 信仰不是名牌商品	212
10 爱的狂风暴雨	216
11 对自己的生命发问	220
12 只知努力，不知变通，更糟糕	224
13 什么才是合宜的应对进退？	228
14 许多问题，其实并没有那么难解	232
15 因为善待自己，所以要求自己	236
16 每次挫折，都是锻炼心志的机会	241
17 你不了解的东西，不表示它是错的	245
18 很多事情不可能“早知道”	249
19 被逼到了绝境，努力向前！	253

作者序

是煎熬让生命的滋味更醇厚

有个巨星殒落了。他生来容貌极为英俊，出道时就备受注目，星途也一路顺遂。可是，他始终不快乐，最后选择走上绝路。

这是好几年之前的新闻了，却让我想了很多。他拥有凡人们渴望的一切——美好的容貌、名声、金钱与权力。可是这些东西，并不足以让他好好地活着。

如果，只是如果。如果他的外貌普通一点，那么他是否不会成为明星，不会遭遇到这么多个人价值的冲击与错乱？那么，他的人生有没有可能全盘改写。

平凡一点，却快乐一点？

有个和我极好的朋友，小时候，一场意外同时夺去了他的父母。亲戚勉强收容了他，但并不爱他。他一路半工半读，高中毕业就去做生意，几次赔光老本。他没有钱、没有学历，甚至没有爱。可是，因为曾经贫穷，他学会该怎么努力；因为很早出社会，他学会了得宜地应对进退，还有极高的EQ；因为知道“没人爱”的滋味，所以他知道该怎么珍惜他身边所有的人……现在的他，是一个很成功的生意人，

而且他很快乐，很有智慧。那种快乐和智慧，总是自然地浮现在他的脸上，闪耀在他的眼神中，浮现在他的言语里，是怎么样也装不来的。

如果，只是如果。如果他的人生一帆风顺，那么，他又会成为一个人什么样的人？我不知道，也很难想象。但可以肯定的是：他一定和现在不一样。

人生中的讽刺，常是这样发生的。老天或许愿意给予我们那些人羡慕、渴求的东西，但那些东西，却有摧毁我们的恐怖力量。老天可能让那些大家避之唯恐不及的不幸发生在我们身上，但最后我们才会发现，正是这些生命的裂痕，成就了现在的我们。

所以，当好事降临，不用得意忘形；当坏事来袭，不必惊慌失措。人生中的“幸”或“不幸”，其实没有一定。

“人们常常用咄咄逼人来掩饰弱点，真正持久的力量存在于忍受中，只有软骨头才急躁粗暴，他们因此丧失了人的尊严。我等待，我观看。恩惠也许来，也许不来。也许这种既平静又不平静的等待就是恩惠的使者，抑或恩惠本身。”这段话始终是我写作很核心的一个概念。

应该是在那本书出版的那阵子，我收到一位读者的来信。她只是一个中学生，却因为课业的压力、家庭的问题而有了轻生的念头。

这封信寄到了编辑部的电子信箱。编辑们很担心，很紧急地跟我

联系，我们的主编也很贴心地在第一时间发简讯鼓励那位读者。

记得我给她的回信，大意是这样写的：我知道你的这些日子一定很难熬，读书也很辛苦。但请不要忘记，中学生涯在你漫长的人生中，其实只有几年。为了这几年的痛苦，牺牲了将来的大好时光，实在很不划算。请你相信，“天下没有白受的苦”，熬过了，就是自己的。这些苦难会成为生命中的养料，滋养到自己身上。

直到前几个月，我才收到了回信。她信上写着，接到我的信很惊讶，也很高兴，一时却不知道该怎么回复。现在，她已经是高中生了，那时候的痛苦果然一眨眼就过去了。

也许你会觉得为了课业压力轻生很傻，但别忘了，无论有多么微不足道，每个人、每个当下的痛，都是真实的。

这封阔别近两年才收到的读者回信，对我、对出版社编辑部而言都是很大的振奋。我写书、出版社出书，都不是多了不起的事，但至少，我们有机会给一些读者小小的安慰，告诉他们：“有我们在这里，你并不孤单。”

我始终感谢老天，能给我这样的机会。

也许，正在看这本书的你，生命已经伤痕累累；也许，你正在跟人生的低潮奋战……

我对那位女学生说的话，也是我想跟所有读者，也是我要告诉自己的话：“熬过去。”

熬的过程，很苦，很累，但“熬”的过程，却也让我们的人生入味，使我们的生命滋味从简单贫乏，变得浑厚丰润，让人回味无穷。

永远不要放弃，痛苦总会过去。熬过了，未来就是属于你的。

谢谢正在看这本书的你，衷心地祝福每一个你。

生命中的种种磨难，
是破蛹而出必不可少的剧目



01 对别人的好，从来不自费

有时候，他人未必会响应你的善意，但你的善意其实不会消失，而会以其他形式，回偿到自己身上。

前阵子因工作关系去了一趟上海，朋友事先警告我，说我预定的那家航空公司服务态度素来不佳，要我有心理准备。我到机场划位时，柜台小姐的脸色确实不太好。

“到哪？”小姐没好气地问。

“到台北，谢谢。”我对她笑了笑。

那小姐看到我笑，愣了一下，接着，她的态度转变了。她的表情变得柔和，动作也不再显得那么不耐烦。

她看了看我预定的班机，抬起头来提醒我，到香港的转机时间太紧了，按照原订行程，我根本不可能来得及，势必会滞留机场一晚。

“我帮你安排搭早一点的飞机，好吗？”

当然好。因为这位小姐，我顺利地回到台湾。如果少了一个笑容，她还会帮我换机吗？我不知道。只是，我的人生中，已经有太多次类似的经验——对别人好一点，自己永远不会吃亏。

常收到读者的来信，告诉我他们用尽最大的努力，以诚恳、踏实、善良待人，却得不到应有的回报，甚至“真心换绝情”。所以，他们这么说：“我再也不要对别人好了。”

其实不是这样的。

我始终相信：对别人的好，从来不会白费。只是它的效果未必立竿见影。有时候，它需要时间的累积；有时候，他人未必会响应你的善意，但你的善意其实不会消失，而会以其他形式，回馈到自己身上。

不要害怕“做一个好人”。身为一个好人的回报，我们看不到就以为它不存在，但是它其实无所不在。

心灵 小语



我们付出的善意，从来不会消失。很多时候，它会以另外的形式，回馈到自己身上。因此，不要害怕“做一个好人”。



不要怕做一个“好人”

02 追求理想的路上走好每一小步

通往理想的道路，往往未必是笔直的康庄大道，而是一条蜿蜒蜿蜒的小径。

女孩从小的梦想就是成为电影编剧，所以她不断地写作，写出一个又一个精彩的故事。她总是幻想，会有那么一天，她写的故事将被拍成电影，跃上大银幕。

可是，直到她离开学校，步入职场，才沮丧地发现，自己成为电影编剧的几率几乎是“零”——她看遍所有招聘信息，就是不见有电影公司刊出“诚征编剧”。

最后，她成为打字行的打字员。现实和梦想相差了十万八千里。她认命了，但也努力地工作。当时，很多出版社会将作者的手稿拿到打字行。

三年后，一位编辑认为她工作细心负责，便将她引荐到一家出版