

愿你 历尽沧桑，
依旧 温暖善良

欣欣慢
著

天津出版传媒集团

天津人民出版社

愿你 历尽沧桑，
依旧 温暖善良



欣欣慢
◎ 著

天津出版传媒集团

 天津人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

愿你历尽沧桑, 依旧温暖善良 / 欣欣慢著. -- 天津:
天津人民出版社, 2018.8

ISBN 978-7-201-13869-5

I. ①愿… II. ①欣… III. ①随笔—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第161676号

愿你历尽沧桑, 依旧温暖善良

YUAN NI LI JIN CANG SANG, YI JIU WEN NUAN SHAN LIANG

出 版 天津人民出版社

出 版 人 黄 沛

地 址 天津市和平区西康路 35 号康岳大厦

邮政编码 300051

邮购电话 (022) 23332469

网 址 <http://www.tjrmcbs.com>

电子邮箱 tjrmcbs@126.com

责任编辑 赵 艺

特邀编辑 李 羚

制版印刷 三河市金元印装有限公司

经 销 新华书店

开 本 880 × 1230 毫米 1/32

印 张 9.5

字 数 150 千字

版次印次 2018 年 8 月第 1 版 2018 年 8 月第 1 次印刷

定 价 39.80 元

版权所有 侵权必究

目 录

C o n t e n t s

One / 对不起， 我们没那么熟

- 003 生命太重要，切莫太认真
- 009 对不起，我们没那么熟
- 015 什么样的人，才是真正的朋友
- 020 你可能误解了“高情商”
- 027 一个人的坚强，两个人的脆弱
- 033 远离心中没有爱的人
- 040 增强自我修复能力，是一生的必修课
- 046 不给别人希望，才是最大的善良
- 051 比“我爱你”更甜蜜的三个字

Two / 人生没有如果， 只有结果和后果

- 059 你离成功只差了一个早起
- 067 勇敢行动，是减少恐惧的唯一办法
- 071 如何成为一个很厉害的人？

- 076 没做出任何成绩前，就不要炫耀你的努力
- 082 人生没有捷径，只能跟困难死磕
- 088 有一种成长，叫学会承受委屈
- 093 允许不完美，是通往成功的捷径
- 098 实力，才是一切
- 102 职场，是女人的竞技场

Three / 有所行动， 才是爱

- 111 真诚，才是谈恋爱最大的“套路”
- 117 信任，胜过一万句情话
- 123 爱不爱，吵一架就知道了
- 129 有所运行，才是爱
- 134 你所拥有的，便是最好的
- 140 我爱你，可我不想等你了
- 145 拼命对一个人好换不来爱情
- 151 异地恋，到底要不要在一起？
- 156 有多少爱，就有多少包容
- 162 女生在什么时候比较容易感动？
- 168 你对待前任的样子真丑

Four

真正的高贵， 在于超越过去的自己

- 175 真正的高贵，在于超越过去的自己
- 180 不失恋，不足以谈人生
- 185 姑娘，别做单恋的傻瓜
- 191 不要等到被抛弃后，才想到独立
- 194 放手，是放过别人，更是放过自己
- 200 分手后，还能和前任复合吗？
- 206 千万别恋上这种“暖男”
- 213 请给自己一次华丽转身的机会
- 218 等一个不爱你的人，就像在机场等一艘船
- 223 男人不是提款机，也需要“充值”
- 228 爱情的死穴，你一定要知道

Five

对的时间 做对的事

- 237 你不是慢热，你只是没有遇见对的人
- 243 结婚有什么了不起，幸福才是本事
- 249 女人，你为什么结婚？

- 255 谁说比自己小的男人不能嫁?
- 261 两个人在一起, 性格相似好还是性格互补好?
- 268 女人这么做, 很容易毁掉一个家庭
- 275 二婚, 也可以很幸福
- 281 婚姻里的“傲娇”是种病, 得治
- 287 爱笑的女人最美
- 293 男人的气度永远胜于高度

— ONE —

对不起，
我们没那么熟

///

生活中总有些人，嘴上总说，是别人想多了，想复杂了。

可是，我能说，是你替自己想多了，替别人想少了吧？

生命太重要，切莫太认真

01

初看这个题目，你会不会以为我写错了？

我们只有一次人生，而生命如此短暂，怎么可以不认真呢？

不，没有，事实上我没有写错。

Life is too important to be taken seriously.（生命太重要，切莫太认真。）

这是 19 世纪英国剧作家王尔德的一句名言。

这句话一直警醒我，特别是在我为生活琐事所累，心情难以平复时，告诉自己不要拘泥于小事。

王尔德是聪慧睿智的，而我们很多普通人就未必有这般见识了。

多少人，因为一次失恋或离婚而一蹶不振，陷在感情的泥潭里无法自拔，甚至轻生。抑或走向情感的另一个极端，因爱生恨。

前一段时间，在上海就发生过这样一件事情。

一名男子，因为喜欢一个女生，就直接跑到女生的办公室送玫瑰花。结果，女生没有接受他的爱意，在转身走向自己的办公桌时，该男子拿出长长的匕首，朝女生腹部连捅几刀。

因多个脏器被捅破，女生在送往医院的途中，失血过多，不幸身亡。

本来是一场爱恋，不承想，却葬送了所爱之人的生命，而自己也被锒铛入狱。

但凡尊重生命、有点理智的人，都不会做出这等让人心惊胆战的事。

爱情只是生命的一部分，并不是全部。我们需要认真对待爱情，但也要尊重生命。

那种得不到就毁之的心理，错误地理解了爱情，也着实让人害怕。

我们不妨欣赏一下作家张小娴对于爱情的态度：

爱情里最棒的心态就是，我的一切付出都是心甘情愿的，我对

此绝口不提。你若投桃报李，我会十分感激；你若无动于衷，我也不会灰心丧气。直到有一天我不愿再这般爱你，那就让我们一别两宽，各生欢喜。

03

面对爱情的不顺意，会失去理智的不只是普通人。

假如生活欺骗了你，不要悲伤，不要心急！忧郁的日子里需要镇静：相信吧，快乐的日子将会来临！心儿永远向往着未来，现在却常是忧郁。一切都是瞬息，一切都将会过去；而那过去了的，就会成为亲切的怀恋。

还记得这首诗吗？俄国诗人普希金的《假如生活欺骗了你》。

然而，他并没有如他的诗中所写的那般镇静。

被普希金揭露过的沙皇专制的卫道士们极其憎恶普希金，于是他们就买通了法国军官丹特士去向普希金的老婆求爱。

普希金的老婆貌美如花，给他生了四个孩子。他们都是他的挚爱之人。

有人给普希金写匿名信，对他进行各种侮辱。他终于被激怒了，为了尊严，他不顾朋友和妻子的劝说，决定与丹特士决斗。

当时在俄国决斗是被禁止的，但沙皇并没有阻止普希金。激怒他、除掉他正中沙皇下怀。

普希金没有意识到他面对的不只是一个情敌，而且是整个黑暗

的沙皇政府。他更没有意识到，无论结果如何，等待他的都是一个陷阱。

最终在这场决斗中普希金受了重伤，不治身亡，年仅 38 岁。俄国文坛上一颗巨星就此陨落。

04

听别人的故事，过自己的人生。

现实生活中的我们，在遇到事情的时候，一样不淡定。

多少人因为别人一句不经意的话而耿耿于怀，轻则破坏了一天的好心情，重则让理智的天平失去平衡，葬送了自己和他人的生命以及前程。

曾经为众人关注的上海复旦大学投毒事件、清华大学朱令事件，等等，起因无非人际关系不和，或有利益冲突等鸡毛蒜皮的小事，但因为一方过于认真计较，便在心里种下了仇恨的种子。

我们扼腕叹息，但于事无补。

05

人生啊，走着走着，你会发现，很多曾经在意的事，过后想来真是不值得一提。而那一刻的你却在为此劳神费力，真是幼稚。

幼时的我，特别在乎得失。那时学校喜欢排名，有时 0.5 分可能就差了一个或几个名次。所以，老师的一次误判也会让我难过很

久，又不好意思因为这 0.5 分去跟老师辩解。

偶尔一次考试失利也会让自己无法斗志昂扬，自信消失殆尽。

有一次数学考试，我们几个女生都没有考好，放学后几个人趴在桌子上哭得稀里哗啦。事隔多年，班主任老师还记得当时的那一幕。

现在想来，那种考试算什么呢？有时间哭，不如擦干眼泪分析分析原因，下次重新考好。

不要说这种小考，就算高考，失败又如何？虽说高考是人生的分水岭，但人生的路还很长，拥有生命，好好活着，谁说人生不能重来？看到有人为此轻生，实在让人痛惜不已。

06

认真是一种生活态度，但过于认真便成了较真，你将无法迈过自己设置的那道坎。

考驾照的时候，有一个科目是倒桩，我还没有上车，心就怦怦直跳，上车后手就开始发抖。好在平时练得好，倒桩顺利通过。

可是在小路考 S 弯的时候，我依然很紧张，结果，S 弯挂了。可奇怪的是，当听到电脑里语音提示“您本次考试不合格”时，我整个人马上放松下来，心跳恢复正常，手也不抖了，非常平静地将车开到了终点。

第二次补考时，我调整了心态，就一次性通过了。

经历过那么多场考试，这种考试算什么呢？可就是因为过于

认真、过于在乎，反而让自己心态失衡，无法正常发挥。

人生有无数次考试或考验，如果你纠结于那无足轻重的 0.5 分、纠结于别人一句不经意的话、纠结于一场感情的失意，你将会在自设的心灵旋涡里挣扎，痛苦不堪，甚至让生命失去光彩。选择放下，反而会让你更轻松自如，走得更远。

想不开、放不下的时候，请对自己说：生命太重要，切莫太认真。

对不起，我们没那么熟

01

刚来上海不久的时候，认识一个房东。夫妻两口子，人都很好，很热心。

可是搬进去不到一周，她先生发短信给我，向我借一千块钱，有急用，并让我不要告诉他老婆，怕有家庭矛盾。

看到短信我很为难，几万没有，一千总是有的吧。一千没有，几百总是有的吧。不借的话不是打别人的脸吗？抬头不见低头见的。

正当我想答应他的时候，我跟同事随口说了房东要跟我借钱的

事儿。同事诧异地说：“你不是刚搬进去吗？你跟他很熟吗？为什么不能让他老婆知道？他老婆不知道，那你以后这钱怎么要回来？”

同事一连串的疑问让我清醒了。是的，我们真的没那么熟啊！

后来，我不得不找了个借口搪塞过去。跟他老婆熟悉后我才知道，房东喜欢打麻将，经常输钱，跟认识的人都借遍了。他老婆还叮嘱我，如果他向我借，千万不要借，他没有钱还的。

我唏嘘不已。并未提及他曾跟我借钱的事。

02

曾经在一个同行的群里认识一个自己创业的男人。因为是同行，所以平时聊的自然公司业务方面的事。后来，互加了QQ。熟悉了一段时间后，他说哪天见面聊聊。我同意了。

一天下班后，他便打车来到我们约好的咖啡馆。闲谈中，他跟我讲述了他的创业史，还有他的梦想。说起当年创业都是跟朋友赊账买原料、借钱租办公室等经历，他很感激朋友对他的信任，也表达了对公司目前经营状况的担忧。听别人的创业史也好，梦想也罢，对我的人生都是一种激励，一种学习。

虽然只有一面之缘，但以后的日子里他几乎每天给我发信息，跟我说工作上的事，或者谈谈生活，甚至说一些特别体贴的话。一度