

还好是你

成为我的不舍

你的余生， 与我有关

夕言

著

一本可以
听的枕边书



时光有限，请别荒凉了岁月 ——
愿你记得那些年的路，我陪你走过

自媒体人小北倾情作序

林熙 · 甘北 · 李月亮 联袂推荐



化学工业出版社 | 全国百佳图书出版单位

你的余生， 与我有关

夕言 - 著



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

你的余生, 与我有关 / 夕言著. — 北京: 化学工业出版社, 2018.10 (2019.1 重印)

ISBN 978-7-122-33024-6

I . ①你… II . ①夕… III . ①长篇小说—中国—当代
IV . ① I247.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 214034 号

责任编辑: 龙 婧 龚风光
责任校对: 王素芹

装帧设计: 今亮后声 HOPESOUND
pankourage@163.com

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011)
印 装: 北京新华印刷有限公司

880mm × 1230mm 1/32 印张 8¹/₂ 字数 150千字 2019年1月北京第1版第2次印刷

购书咨询: 010-64518888 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 39.80元

版权所有 违者必究

幸运的女孩，一直在路上

文/小北

人生有些相逢，很偶然，但也很奇妙，这个世界上，气场相投的人，总会兜兜转转过后，最终在一起。

认识夕言，是在8年前。2010年，我还在上大学，是半岛网络电台的台长。夕言作为一名资深电台主播，来到半岛，做了自己的专栏。

其实那时候我们的接触并不多，因为我们都在不同的城市，但我对朋友的定义其实很简单，兴趣相投、三观一致就可以，我和夕言就是这样。

后来，因为种种原因，我们都慢慢淡出了半岛，我做我的自媒体，开我的公司，偶尔在朋友圈看到夕言做着公务员的工作，也在做着自己的自媒体，每天弹琴、泡咖啡、写文章、练瑜伽、旅行……我总是觉得，她活出了我最想要的样子。

我觉得一个女孩子对自己最好的经营，就是学会宠爱自己，学会保护自己，因为这样才能有资格、有能力、有自信去爱别人。

这样的女孩，才是真的强大。

所以2018年初，我决定开始做新项目，那么多自媒体人，我第一时间就想到了夕言。

我给她打电话，花了半小时介绍了新项目，并且发出了邀请，希望她加入我的团队，和我一起二次创业。

她是个不拖泥带水的姑娘，准备了几天的就果断加入。我后来问她，当初的我，没有团队，什么都没有，为什么就愿意和我一起做。她说，她相信我，相信小北，相信这么多年的缘分。

记得在做新项目的过程中，我们要分享一批情感课程，有一节课叫《那些被宠上天的人都是怎样给别人提供情绪价值的》，我第一时间就把夕言定成了主讲人，因为这节课实在是太适合她。

我听过、写过无数的感情故事，在我看来，这世上最好的幸福就是你永远都拥有任性的资格，而夕言，就一直都有这样的资格。

从我认识她到现在，我发现她无论想要做什么，身边的人都会无条件地支持，就算有些事情看起来有点疯狂，但只要她开心，她身边的人就很开心。

我一直在想，到底是什么样的魔力，才能让这个女孩活得这么洒脱。

后来，随着接触越来越多，我发现这个女孩身上有一种从容、坚韧却又温和、柔软的气质。这样的她，无论遇到任何问题，都能耐心地解决，也总是能够在困境里披荆斩棘，走出属于自己的路，更是不会因为别人的质疑而轻言放弃。

我觉得，一个女孩，心理强大比什么都重要，因为这是她潇洒游走这个世界的底气，也是她在所有关系里掌握主动权的实力。

记得我出第一本书的时候，夕言问过我，怎样可以去出版自己的

书，我们聊了很多。那天，夕言给我讲了她对于自己第一本书的规划。

精心打磨每一篇文章，把它们全部录制成节目，还要配上自己画的插画，让这本书好看、好听，成为一本最好的枕边书，陪伴每个孤独的心灵度过一小段美好的时光。

我清楚地记得，夕言说这些的时候，眼睛里闪烁着好看的光芒，那是一种对未来充满自信的期望。

所以她告诉我自己要出书了，让我帮她写序的时候，我就问她，实现了吗？她很开心地说，实现了。

我真的迫不及待想要看看，这一本她花了那么久策划的书到底是什么样的。你呢，是不是也一样在期待？

很荣幸可以在这里为夕言写序，我们都是不服输的姑娘，我们都不愿将就着过一天，更不愿意敷衍着度一秒。我们都想要努力工作，赚钱养活梦想，我们都希望可以坦然地张开双臂去迎接属于自己的未来。

我想，我们还有很多很多的路要一起走，还有很多很多的故事要一起讲述。所以，希望到夕言的第十本书，第一百本书，我依然可以为她写下序言，告诉你们那些年我们一起经历的笑与泪。

努力的姑娘，一直在路上，我们都是努力的姑娘，越努力越幸运，全世界的幸运，都给你。

时光有限，请别荒凉了岁月

我的年龄，对很多人来说是个谜。大概只有跟了我很多年的老粉丝，才能准确说出我的年龄，可他们也都在感叹，为什么我这些年都没有什么变化。

很多时候，听见别人这样夸我，我挺开心的，因为这是对我这些年经历的一个肯定，至少时间证明了我走过的每一步路都没什么大错。

对，没有大错，而不是没有错，这个世界上，不可能有人不犯错。

我也经常犯错的，我任性，我刁蛮，我有时候特别的自我。可我身边的人都说我温柔，说我会为他人着想，是个特别温暖的人。

我想，不是我们的认知出现了偏差，而是我们都用真心，换来了真心。

兜兜转转这么多年，我很庆幸，还有很多人留在身边，虽然世事残酷，但还是有很多美好萦绕在心间。

所以在做这本书的时候，我想的一直都是你们最喜欢我什么，我能给你们什么。我要求把这本书做成可以听的书，我坚持要自己画插画，我想在宣传期去每一个有你的城市，因为我知道，你们的支持，是我这么多年越来越好的希望所在。

说到出书这件事，其实对我来说还是挺意外的，最起码十年前的我，从未想过会有这一天。

十年前的我，是众人眼里的幸运女孩，家庭条件好，自身条件也不差，学业、工作一帆风顺。

大概就是因为这样，所以我活得一直都挺潇洒的，做事随心所欲，对世界上的一切充满了好奇。当然，这样的我，也没什么常性。

这些年我做了好多事情，学画画、练瑜伽、学唱歌、弹钢琴、旅行、谈恋爱、坚持播音……我始终觉得，能让我快乐的，就是对的，而我也不觉得这世界上有什么是我得不到的。

现在想想，那时候的自己，还真是幼稚和自大得可笑。可我知道，那种没心没肺的快乐，是一种失去了就再也回不来的底气。

2016年对我来说，是特别艰难的一年，最爱我的爸爸，那个说要宠我一辈子，不让我受到任何伤害的男人，突然间离开了我。

这种打击，是毁灭性的，以至于那个时候，我麻木到都不知道流泪。我感觉，命运的大手在推着我向前走，不容我有一点反抗的机会。

人的成长，真的不是由年龄所决定的，而是由心态，也就是在这一刻，我才真的成熟起来，才开始真的知道自己想要什么。

于是，从那时候起，我养成了早上五点半起床写文章、录音的习惯，也是从那个时候开始，我每天写文章，就算去旅行，都没有停止过。

很多人问我累不累，我总是笑笑说，不累。是啊，我真的不累，因为我知道，这样的生活，也许放在十年前我不想要，但它最适合现阶段

的我。

因为就像那句话说的，强者不是没有眼泪，而是含着泪在奔跑。当你的内心有不可逾越的伤痛时，什么都不想地往前跑，才是涅槃重生唯一的方法和途径。

这本书，写满了我的心路历程，也写满了我对这个世界的爱。感谢这两三年的时间里一直爱我、保护我、关心我，让我时常觉得温暖的人，每当我沮丧时，你们都给了我源源不断的力量。

现在的我，虽然和从前那个“佛系”的我有所不同，但我很开心的是，我的初心依然没变，我对这个世界依然充满着求知和好奇。

我愿意每天花一点点时间去读书、去写作、去录音、去听听你们在说什么，我愿意每天花一点点时间去学习更多的知识，去倾听大自然的声音，让自己变得更好，我愿意花一年、两年、三年去做一本最好的书给你们。

时光有限，请别荒凉了岁月，努力热情地生活，不管将要经历什么。

我相信我们走过的每一条路，都会带我们到达想要的远方，不管现在有多蜿蜒曲折。

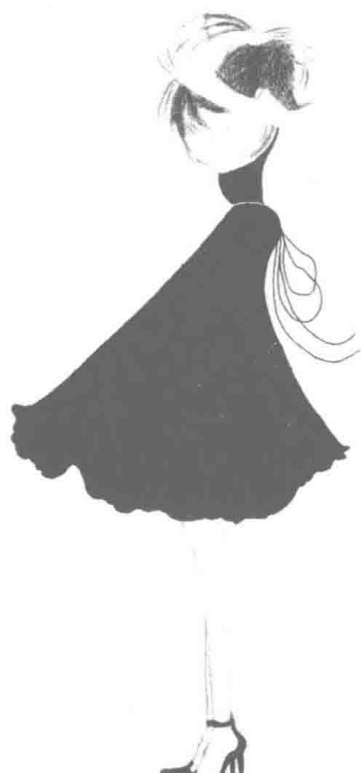
我相信我们遇见的每一个人，都是上天的安排，不管他陪我们走了一程还是一生。

我相信我们看过的每一个故事、每一部电影和听过的每一首歌，都会在日后融进我们的骨血，在某一日，迸发出耀眼的光芒。

我相信我们经历过的每一个伤痛，都会是未来成功时金光闪闪的

勋章。

只要你不曾放弃，你就一定会成功；只要你不曾倒下，你就一定会前行；只要你不曾绝望，你就一定会看到希望；只要你一直向前，你就能到达想要的远方。



越长大越孤单，越长大越不安。

人生大概就是一场越走越孤独的

旅程，我们慢慢长大，学着忍住眼泪，

学会什么都不说，学会变得虚伪，

学会隐藏真实的自己。



第一章 · 遇见你是我的幸运，失去你是我的命运

- 002 其实，他没有那么喜欢你
- 008 遇见你是我的幸运，错过你是我的命运
- 037 我终于还是弄丢了 you，像孩子弄丢了心爱的玩具
- 044 我会记得你，然后爱别人
- 049 我是你拿一颗糖就能收买的姑娘，
也是你用十座金山也换不回的女人
- 055 嫁给一个人穷心不穷的男人
- 060 不是你的，就别去碰
- 065 爱情里最让人悲伤的事情，就是女孩永远比男孩成熟得快
- 070 “怎么办，只过了十分钟，我就想和她道歉了”
- 075 为什么越来越多的人不愿再发朋友圈了？
- 

- 082 只有你也迁就过了别人，才知道迁就一个人有多苦
- 088 这十种孤独，你经历过吗？
- 095 越不被重视的那一个，越想付出得更多
- 100 一无所有，就是奋斗的理由
- 107 撕掉标签，才能活出自我
- 112 请在爱情里拥有可以全身而退的能力
- 117 你的那些“没我不行”都是自以为是而已
- 123 来日方长不过是痛苦的懊悔，不负今日才是最好的珍惜
- 128 三十岁了，怎样生活才是最好地活？
- 135 “我好怕你离去，但又做不到珍惜”



- 142 真爱，不是看着顺眼就可以
- 147 从一个男人等你的态度上，就能看出他爱不爱你
- 152 压死感情的最后一根稻草，就是连架都懒得再吵
- 157 先长大，再结婚
- 164 细节打败爱情，真心成就未来
- 170 我想和你过有仪式感的生活
- 175 低质量的婚姻，不如高质量的单身
- 184 不是他不行，而是你不让
- 189 别轻易试探爱情，所有的失望都是自讨苦吃
- 195 爱你的人，只关心你吃饱了没

- 202 做个聪明又舒服的中性女人
- 208 做别人的公主容易，做自己的豪门很难
- 213 越没有安全感的姑娘，越容易被人伤害
- 219 有两样东西，不是给得越多越好
- 224 一个女人的最高品位，就是她选择的这个男人
- 230 我喜欢的不是你，而是那个因为喜欢你变得格外努力的自己
- 236 每个人分手后都会经历“没什么”和“为什么”
- 241 每个女人身上，都有猫性
- 246 不管大女人还是小女人，知道自己要什么就会很幸福
- 251 不要让爱你的人等太久



第一章。

遇见你是我的幸运

×

失去你是我的命运

其实， 他没那么喜欢你



1

在我们爱上一个人的时候，就会产生一种错觉，觉得他一定是爱我的。

比如暗恋的时候，我们会告诉自己：“他一定是爱我的，你看，今天他都冲我笑了。”

比如暧昧的时候，我们会告诉自己：“他一定是爱我的，不然，他怎么会对我和对别人不一样！”

比如恋爱的时候，我们会告诉自己：“他一定是爱我的，因为他实在是对我太好了。”

比如分手的时候，我们会告诉自己：“他还是爱着我的，所以他一定会回来找我！”

这些自言自语，不知道在说给谁听，好像是一种莫名的自信，但实际上就是一种想要掩饰没有安全感的自卑。

说这些话的人很明白，一个人爱不爱你，根本不需要这样絮叨着确定。