



所有的不期而遇，都在来的路上
所有的美好，终会如期而至

你想要的， 岁月都会给你

Ning dai

宁待 / 著



随书附赠
心情卡片

你会变成自己喜欢的样子

内心丰盈，自带光芒

你要做的，是在不安的世界里优雅前行

静静地美给世界看



化学工业出版社



你想要的，
岁月都会给你

For you



宁待 著



化学工业出版社

· 北京 ·

35 篇有态度、有力度、有温度的疗愈暖文，涵盖了生活、情场、职场、人生的方方面面，直击二三十岁的人生必定会遭遇的 35 个核心问题。

正面回应“你想要变成什么样的自己？你想要怎样的爱情？你想要过什么样的生活？你想要的未来是什么模样？你无法规避的过去该如何过去？”这五大关键问题。

让你能够安心去生活，去爱，去对待自己按捺不住的焦躁，去存放不安于现状又无可奈何的无力感。既是抚慰，也是鼓励。愿你活得丰盛，爱得坦然。

图书在版编目 (CIP) 数据

你想要的，岁月都会给你 / 宁待著. — 北京：化学工业出版社，2016.11

ISBN 978-7-122-28194-4

I. ①你… II. ①宁… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 235462 号

责任编辑：张曼 龙婧 梁虹 装帧设计：远流书衣
责任校对：战河红

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：北京方嘉彩色印刷有限责任公司
787mm × 1092mm 1/32 印张 8 字数 150 千字
2017 年 1 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 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：32.80 元

版权所有 违者必究

所有的不期而遇都在来的路上，

所有的美好终会如期而至。





没有谁比谁轻松自如，不过是有的人用自己的努力，把当下的每一个难题干掉，不过是在错误中积攒经验，让自己下一次的决定多一点胜算罢了。





被分手了，没关系啊，那是命运给你准备了更好的人；一直单身，也没有关系，那是命运在为你准备更好的人。所以，你要给命运一点时间。







如果说人生就像一篇文章，那么，没有谁能够一口气从头念到尾。
此时着急忙慌的你呀，就当是自己正停在人生的逗点上，不也很好吗？



For You



生命不是用来比较的，而是用来完成的。学会在此过程中成长，而这个过程必然是漫长的，可是不要慌，生命没必要分秒必争，觉得乱的时候，就停下来整理清楚。沉住气，忠于内心，生命才饱满。

前言

好像每个人都很着急。

遇上对的人，着急去爱；感觉不对了，又着急去恨。于是，很多人都仓促地分道扬镳了，等平静了一些日子，才恍然当初脚步匆匆。

未出发之前，对未来踌躇满志；遇挫了，又急着失望。于是，很多梦想都在现实世界里被搁浅了，等过了一段碌碌无为的生活，又陷进了更大的迷茫之中。

其实，你只是怕，怕来不及过上自己想要的生活，怕遇不到真正喜欢的人，怕还没有功成名就就老了。

其实，你只是不安，不安于过去的回忆重重，不安于现状的一事无成，不安于梦想的坍塌，不安于未来的遥不可及……

这时候，请允许我对你说一句：亲爱的，别急，你想要的，



岁月都会给你。

很多时候，或许应该再坦然一些。安全感是看不见、摸不着的，却如空气一样无所不在地环绕着你，深刻地影响着你的一笑一颦、一举一动。如果缺乏安全感，幸福不但会姗姗来迟，且会过门不入。

很多时候，或许应该慢一点。别拿情绪当头绪，静一静，很多东西也就没那么艰难了。

很多时候，或许应该优雅一点。长大注定是一场不安的前行，由不得你宠辱不惊和临危不乱，任凭你如何佯装成熟，任凭你如何笨拙地保护自己，你依旧像极了一只没有安全感的刺猬……但你依旧有时间、有机会、有能力去得到想要的一切，然后不慌不忙地坚强，优雅大方地前行。

生活中没有绝境，一次次的困境都必将是抵不住阳光的噩梦，经不起颠簸的泡影。

找不到坚持下去的理由，那就找一个重新开始的理由。用平静的心对待一切，体验和珍藏人生的一点点滴，把那些看似糟糕的日子，都优雅成值得被小心轻放的时光。

所有的磨炼换来的都是成长，所有的忍耐都将在日后的某一



瞬间全部弥补回来。只要你心里一直小心翼翼地呵护着，包括你的梦想，你想成为的人，以及你想去的地方。

你若决定灿烂，倒影也会美得让人惊叹。

命运没有绝对公平，别担心，也别急，顺应流年，并不断努力。

在经历失去喜欢的人、错失美好的事、得不到想要的快乐之后，你会逐渐发现，你所拥有的不过是此时此刻，你所得到的不过是在第一个站台错失的。





会有这样一天，你会变得内心坚定，没有恐惧，因为你知道：
所有的美好，终会如期而至。

要有在迷茫沮丧的时期，不对自己下结论的能力；在苦楚绝望的时期，不对世界下结论的操守。你要相信，一切都是暂时的，你目前唯一需要做的，就是静静地好给世界看。

愿时光能缓，愿故人不散，愿你惦念的人能和你道晚安，愿你独闯的日子里不觉得孤单。



chapter 1

莫乱，

改变世界不必大刀阔斧，
小碎步也可以光芒万丈，

- 只身独行，却仿佛带着百万雄兵 /002
- 生活只是个提问者，你自己才是答案 /009
- 改变世界不必大刀阔斧，小碎步也可以光芒万丈 /016
- 有能力爱自己，有余力爱别人 /023
- 变成自己喜欢的样子，以自己喜欢的方式过一生 /030
- 怀着善意，去领会时间的意味深长 /037
- 每逢一片漆黑的时候，就当是睡前关了灯 /044

chapter 2

莫慌，

一定有人
在等着遇见你

- 别慌张，谁不是跋山涉水去相爱 /052
- 单身是上天在为你准备更好的人 /059
- 不随便开始，不急着妥协 /065
- 一定有人在等着遇见你 /072
- 把最好的自己，留给对的人 /078
- 世间所有的相遇，都是恰逢其时 /084
- 真正属于你的，永远都不会错过 /090