

清茶

所谓完美，也许从来难觅
人生中的小小遗憾，
才是温暖的意外之喜

LOVE

AN

IMPERFECT

LIFE

王娟娟 / 著

爱上 生命中的 不完美



南京出版传媒集团
南京出版社



发上 生命中的 不完美

王娟娟 / 著

南京出版传媒集团
南京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

爱上生命中的不完美 / 王娟娟著. — 南京: 南京出版社, 2016.8

(清茶)

ISBN 978-7-5533-1456-3

I. ①爱… II. ①王… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第180755号

书 名: 爱上生命中的不完美

作 者: 王娟娟

出版发行: 南京出版传媒集团 南京出版社

社 址: 南京市太平门街53号 邮 编: 210016

网 址: <http://www.njpbs.cn> 电子信箱: njpbs1988@163.com

淘宝网店: <http://njpress.taobao.com> 天猫网店: <http://njbcmjts.tmall.com>

联系电话: 025-83283893、83283864 (营销) 025-83112257 (编务)

出 版 人: 朱同芳

出 品 人: 卢海鸣

责任编辑: 许小彦

责任印制: 杨福彬

策 划:  北京日知图书有限公司

印 刷: 北京艺堂印刷有限公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/32

印 张: 7

字 数: 140千字

版 次: 2016年8月第1版

印 次: 2016年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5533-1456-3

定 价: 28.00元

营销分类: 励志



完美，其实是个伪命题

我们每个人，无论贫穷还是富有，健康抑或疾病，都有着属于自己的幸与不幸。这世上，本不存在毫无瑕疵的人生。

一位作家曾说“上帝从来不对任何人施舍‘最幸福’这三个字，他在所有人的欲望面前设下永恒的距离，公平地给每一个人以局限”。最幸福如是，完美亦然，既然我们每个人都无法冲破生命的局限，那么所谓完美则是一个虚妄的目标，一场徒劳的较量。与其执着于完美，倒不如学习如何在认清现实局限的前提下，积极勇敢的面对生活，然后爱上那个虽不完美，却从不言败，永远乐观努力的自己。

或许那个时候，我们才恍悟，那些生活中的波折与坎坷，遗憾与错失，与其说是命运之神投来的恶意嘲弄，倒不如说是他慷慨而智慧的馈赠。试想，若不是他一次次地在我们面前设置藩篱，埋下陷阱，我们又怎能在跌撞中迅速成长；若不是他在每一次的相聚与别离之间限以日期，我们又怎能珍惜每一份来之不易的感情？

不完美是一种缺憾，是人生的曲线与蜿蜒，可曲线却比直线更美，蜿蜒也让一段路上有了更多栽种花草的空间。

生命中的不完美，才让你我有了更多无限的可能。



Contents 目录



Part 01 苦乐交织，人生也要半糖主义 / 1

- 生命是一场修行 / 2
- 人生加减法，你能做对吗 / 5
- 让缺了一块の圆来告诉你 / 9
- 常想“一二”多多益善 / 12
- 生活这个势利眼，你笑它才对你好 / 15
- 风靡世界前的 1009 次失败 / 17
- 擦肩而过，是另一种意义上的相遇 / 20
- 帝王蛾和布里的三根琴弦 / 25
- 愿你的人生，在遗憾中步步为赢 / 29



Part 02 绊脚石才是人生垫脚石 / 31

- 逆境中“舞出我人生” / 32
- 适时妥协，有何不可 / 35
- 当失败被雕刻成艺术品 / 38
- 摔过跟头，才能铺就锦绣 / 40
- 经历跌跌撞撞，才能越变越强 / 44
- 先苦后甜，助力破茧成蝶 / 46
- 让折磨来得更猛烈些吧 / 48
- 拥抱困境，成就自己 / 52
- 安迪·葛鲁夫的咖啡人生 / 55





Part 03 生活这场戏，悲喜都在心态里 / 59



不做杞人，不忧天 / 60
 很欣慰，我的世界早已满满当当 / 63
 学会“悦己”更快乐 / 65
 自信，一款平价奢侈品 / 67
 平常心一颗，从容过生活 / 72
 五味人生，淡味最浓 / 75
 打败心中的“我不行” / 78
 快时代，更要“慢生活” / 84
 其实，你早把命运握在了手里 / 88
 不要为打翻的牛奶哭泣 / 91
 生活可没空让你“货比三家” / 95
 在快乐里，种桃种李种春风 / 98



Part 04 与其做个守财奴，不如成为“梦想家” / 101

梦想，不仅仅是梦而已 / 102
 约翰的 127 个愿望 / 107
 行动上的“小巨人” / 112
 学习学习再学习，重要的事情说三遍 / 116
 刘德华，另一种意义上的“牌王” / 119
 越挫越勇——陈可辛的逐梦之旅 / 124
 一句话，成就一个作家 / 127
 因为梦想，怎么会有沧桑 / 130
 用智慧获得命运的青睐 / 135
 小事中的大乾坤 / 138





Part 05 你本来就可以更好 / 141

29 天的奉献之旅 / 142

摆正心态，也要摆正位置 / 146

有时候，你需要把自己逼到绝境 / 149

笑傲人生，关键靠“自救” / 154

人生不过四个字——好好活着 / 159

把握每个今天，成就更好的自己 / 164

给自己最好的交代 / 169

“愚儿移山”又何必 / 174

自信这堂课，绝不能挂科 / 178

做个点赞王，为自己鼓掌 / 182



Part 06 做人，最重要的是开心啦 / 187

忘记失去，记得拥有 / 188

读懂不在意，人生大不同 / 193

扫去心灵上的杂草 / 198

人人都爱幽默家 / 202

怒刷“快乐存在值” / 205

难得糊涂才是福 / 208

塔莎奶奶的快乐秘籍 / 210

专心一刻，快乐在握 / 214



·Part 01·

苦乐交织，人生也要半糖主义



咖啡之所以醇厚美味，
是因为苦涩中的那一丝回甘；
彩虹之所以缤纷灿烂，
是因为经过风雨的洗礼。
人生也是一样，甜到极致反而生腻，
留一点苦，留一点缺憾，
才更加丰厚饱满。



生命是一场修行

只要活着，就还有机会。

现实可以颠覆，机会可以改写，生命可以重来。

在这条修行的路上，我们不仅需要正视，更要珍惜。

什么才是人生？这是个太深邃的问题，我们吃饭、穿衣、行走、思考，看似重复着千篇一律的行为，最后却成就了不同的人生。人生的过程，就好像是一种修行，在修行中成长，在修行中磨炼，在修行中认知……遭遇瓶颈和挫折时，有人半路离开，有人冒雨前行，所以，最后有人皈依平凡，有人得道高升，因果使然。

在修行的过程中，如果有一点点苦难，请你珍惜；如果有一点点挫折，请你战胜；如果有一点点无奈，请你宽容；如果有一天天讽刺，请你忍耐……经历了这些，才能修得圆满人生。

在一座没有人的大桥上，有一个人的身影出现在那里。

这个人叫玛丽亚，这一天是她生命里最灰暗的时刻。她站在300米高的大桥上，俯瞰脚下，波涛汹涌，在她心中却没有一丝的恐



惧，她的心寒冷如冰。玛丽亚抚摸着微微隆起的肚子，隐隐传来的一息脉动给了她最后一些温暖，细细如丝的雨打湿了她的头发，顺着脸颊流下来。

玛丽亚肚子里的孩子，没有父亲，又被外公外婆视为耻辱。她对着肚子说：孩子我唯一能做到的也许就是带你逃离这个世界。都怪妈妈不好，不该未婚先孕，又没有魅力拴住你的父亲，你的外公外婆不让我们回家了，他们永远不希望再见到我们，有错的是我，你是那么的无辜，这个世界太冷酷无情。我不知道该怎么样活下去，所以我要带着你一同离开这个世界。

就在玛丽亚独自悲伤之时，她感觉到不远处有一双眼睛望着她。她注意到了他——那双眼睛的主人是个体面清秀的年轻男子，大桥上除了他俩，再没第三个人。相距十多米的他们，彼此心照不宣。来到这里的人，绝不会只是为了看风景。

目光交汇瞬间，玛丽亚证实了自己的想法，那双深蓝眼睛里满是散不去的哀伤，还有一丝关切。

男子慢慢靠近了她，并向她道出自己的心事。玛丽亚的猜测被证实了，他也是一个万念俱灰的人，从小和他青梅竹马的未婚妻在婚礼前几天突遇车祸身亡。

“你比我幸运多了，你失去的只是一个不爱你也不值得你爱的人。而我呢，失去的却是真心相爱的人，永远无法改变。”

“拥有真爱，就没有遗憾。你比我幸运多了！我的生活里只有背叛和抛弃。为了你的未婚妻，让她能够在天堂能安息，你要勇敢

地活下去，不该这样颓废。”

男子说道：“没错，时间可以帮助我，同样也一定会帮助你。任何问题都有解决的办法，你还年轻，前方还有美好的事情等着你……别放弃。”

这对准备抛弃余生的人，既不在乎时间，也不在乎环境。他们聊了很久很久。互相的对话，使他们暂时忘记了彼此的悲伤。他们相互鼓励，甚至还约好要帮助对方走过最黑暗的日子……

奇妙的是两起未遂的自杀演变成一个故事，接下来发生的事就如同剧作家萧伯纳说的：世界上大约有两万人适合做你的伴侣。他们相恋了，并且开始筹备婚礼。这是发生在俄罗斯的真实故事。

绝望放弃的时刻，请你稍等片刻，看看手中的硬币，也许下一秒你的硬币就会反转。生命本是一种修行，每个苦难过后，都会有意想不到的收获。





人生加减法，你能做对吗

数学上有加减法，
人生一样有加减法，
然而人生的加减法，
却蕴含着更多独特的价值与意义，
有时候，加得越多，反而收获得越少。

人生活在世上，要负的责任随着岁月的增加而不断增多，对生活的要求和欲望也在与日俱增。有了车子想要房子，有了两居室想要大别墅，刚摆脱了青菜、萝卜就向鲍鱼、海参进军。我们以为自己的生活越精致越昂贵，人生的质量才会越高，我们才会越快乐。其实不然，我们日渐奢靡的生活和与日俱增的欲望，增加了身体和精神的负荷，获得的越多反而会越沉重。

从前，有一个人感觉生活很沉重，于是便去找一位哲人，希望寻求解脱之道。

哲人没跟他讲什么人生哲理，而是给了他一个篓子让他背在

自己肩上，然后指着一条沙石路对这个人说：“从现在开始，你每走一步就捡一块石头放进篓子里去，走完这条路看看自己会有什么感觉。”

于是，这个人开始按照哲人所说的方法去做，每走一步就捡起一块石头放进背篓里面。当他将整条路走完时，没有任何负重的哲人早就已经在路的尽头等他了。

这时，哲人问他这条路从头走到尾有什么感觉。这个人说：“我感觉越走越沉重。”

“这就是你觉得生活越来越沉重的原因所在。”哲人说：“这条路就像我们的人生。每个人来到这个世界上时，上帝都给了他一个空篓子。在人生的路上，我们每往前走一步，都会贪婪地从这个世界上捡一样东西放进去，贪心的人篓子里的东西当然越放越多，所以才会有越走越累的感觉。”

在人生的旅途上，很多时候，我们认为只要得到自己想要的东西就能拥有快乐。然而，事情的结果却常常事与愿违，我们得到的东西越来越多，快乐反而离我们越来越远；我们的生活越来越精致，身体状况却越来越差。吃惯了鲍鱼、海参的我们不但没有健康起来，反而大病小病不断。这究竟是因为什么？因为我们的身心已经不堪重负，我们所拥有的很多东西并不是我们必需的，有时候扔掉它们反而让我们的身心更轻松。

从前有个富翁，他锦衣玉食、家财万贯，可是过得却并不开心，因为他的身体非常差，经常生病。因为身体不好，富翁总是燕



蓝蓝的天上，
洁白的云飘来飘去，
脚下的田野，
散发着泥土的芬芳，
把长长的信揉进风里，
它零落成尘时，
也带着我的希望。



窝、人参不断，就是为了补回身体的元气，吃的东西也非常讲究，每天早中晚的食物从来都不重样，而且样样都是让自家请来的厨子精工细做而成。为了出门方便，富翁准备了8辆精致的马车和专门的车夫。总之，为了让身体好起来，富翁非常“善待”自己，尽其所能给自己最好的待遇。

可是，尽管如此，富翁的身体并没有任何起色，而且每况愈下。富翁访遍了远近的名医均不见任何效果。

一天，一位精通医术的游僧路过此地，治好了当地不少百姓。富翁听说之后，亲自登门拜访。富翁向游僧说明来意后，游僧看着富翁豪华精致的马车说：“以后马车就不要坐了，出门自己走路就好。一日三餐改为大米、白面、萝卜、白菜，不出百日你的身体就能痊愈。”

富翁虽然将信将疑，但是看游僧如此坚定，于是决定试一试。结果一个月之后，富翁就明显感到自己通体舒畅，三个月之后已经健步如飞了。

很多时候，我们生活得不快乐、不健康，并不是我们拥有的太少而是追求的太多。生活到了一定的程度之后是应该做减法的。生活得越简单，我们的身心才会越轻松，自然也就越健康。我们完全没有必要执着于追求那些看起来很美，却对我们的生命毫无意义的东西。如果我们的饭量是三个面包，那么我们为第四个面包所做的一切努力都是愚蠢的。那第四个面包除了会撑坏我们的胃之外，没有任何的益处。





让缺了一块的圆来告诉你

世间没有绝对的完美，
生命本身就是由一些不完美所组成的。
不要刻意去追求完美，
那只会让你陷入无穷无尽的烦恼之中。
原谅生活中的不完美，
然后抱着积极乐观的心态，
在不完美的生活中成就自己的完美。

从前有一个圆被劈去了一小块，为了找到那缺失的一块，让自己变成一个完美的圆，它不停地滚动。但是，它滚动得很慢，因为它不是一个完美的圆。也正因为如此，它在滚动的同时领略了沿途的美景。春天它在花海中舞蹈，夏天它和着虫鸣歌唱，秋天它在满地的落叶中晒太阳，冬天它在白雪中愉快地滑冰……

有一天，它终于找到了，成了一个完美的圆。它激动得滚动起来，但是，它滚得太快了，也因此错过了花开的季节，忽略了落叶

的美丽……

每个人的人生都是那个缺了一块的圆，正因为它不完美，充满酸甜苦辣，所以才多姿多彩。如果一个人的人生始终一帆风顺，只有欢声笑语，那他的人生还有什么意义呢？

网上曾经流传过这样一段视频：

一个太太在她刚刚去世的老公的追悼会上，当着全体亲友细致地描述着她老公生前在床上是如何“打鼾”和“放屁”的，甚至还当场模仿这些声音。

在视频的开头，司仪说：“李太太，你应该有些话想说。”

这位太太走上台，平静地看着台下来追悼她丈夫的那些亲友，然后说：“在今天这样一个日子，或许我应该说一些赞美他的话，可是那些话已经有很多人说过了。所以，我想和大家说一些他在生活中并不让人愉快的事，希望大家不会介意。”

这样的开场白让台下的亲友都颇感意外，只见她继续说道：

“你们有遇到过早上无法启动汽车引擎的状况吗？”

大家疑惑地看着她，不知道她到底要说什么。让人想不到的是，她居然当场学了一段汽车发动引擎的声音。接着，她轻轻地说：“这就是他，我的老公，在床上打鼾的声音。”

大部分人听后都笑了起来，有些人边笑边皱起眉头：无论如何，在这种场合说这种事都不太合适。

这位太太却自顾自地说下去：“事实上，打鼾只是开始。他，也会……放屁！他放屁放得太大声，还会把自己惊醒！他会惊慌地

