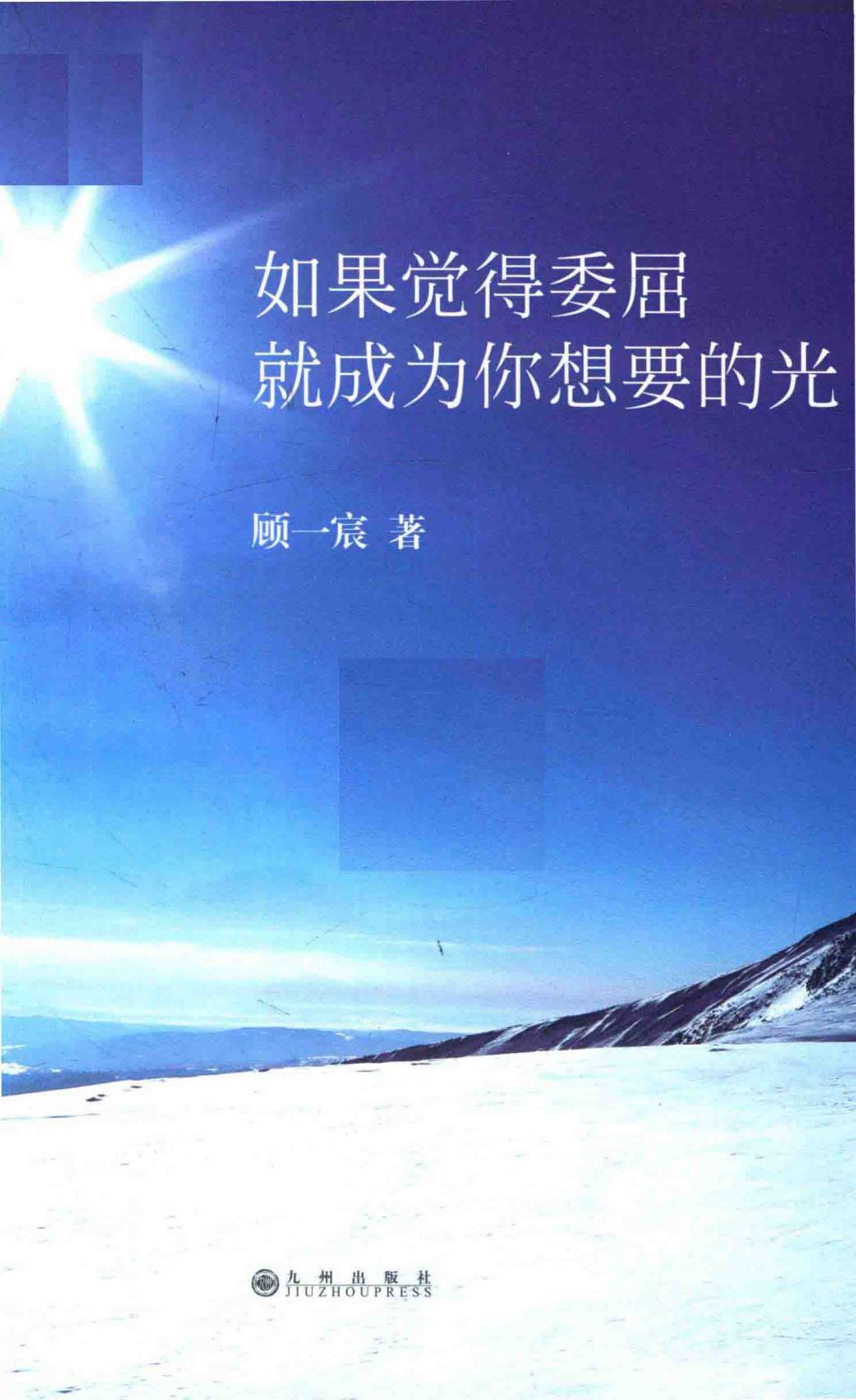


委屈时 成为自己的光 照亮前路和希望

如果觉得委屈 就成为你想要的光

顾一宸 著



如果觉得委屈 就成为你想要的光

顾一宸 著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目（CIP）数据

如果觉得委屈就成为你想要的光 / 顾一宸著. — 北京: 九州出版社, 2016. 12

ISBN 978-7-5108-5007-3

I. ①如… II. ①顾… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字（2017）第013722号

如果觉得委屈就成为你想要的光

作 者 顾一宸 著
出版发行 九州出版社
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号（100037）
发行电话 （010）68992190/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 天津市豪迈印务有限公司
开 本 870毫米×1280毫米 32开
印 张 9.25
字 数 280千字
版 次 2017年3月第1版
印 次 2017年3月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-5007-3
定 价 38.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★







目 录

CONTENTS

二十岁之后 气质才是你最好的妆容	1
你这么爱运动 一定很成功吧	8
听说人越成熟发朋友圈就越少	13
比起有钱和有颜 有趣才是最好的择偶标准	19
不肯放弃的人 运气从来不会太差	27
修养好的人 不会随便让别人等	36
钱是个好东西 我希望你有	43
所谓情商高 就是能理解并照顾别人的感受	52

真正爱你的男人 哪舍得你太懂事	58
世界太小 我还是弄丢了 you	73
你是我只配错过的好姑娘	83
对你挑剔拿你比较的爱人 就别再爱了吧	94
找个能跟你好好说话的人很重要	103
弄丢了 you 才知春风十里都不如你	108
快让开 你自作多情的样子太丑了	122
我会去爱这世上另外的九千九百九十九个你	131

目 录
CONTENTS

追过梦的人都说 梦想会发光	141
你咬牙吃的所有苦 铺成了你未来的路	148
多读书是你开阔眼界走向高贵最便捷的路	155
一言不合就想辞职跳槽 你这样很难成功的	163
二十几岁的你别只顾着迷茫却忘了修行	178
赚钱快些再快些吧 咱爸妈老得太快了	185
没有哪一种爱是你不需要成长就配得上拥有的	195
一起努力赚钱开心花钱才是最高级的浪漫	203

你能不能放下手机 听我说说话	212
从前车马都很慢 一生只够爱一人	220
少在爱情里走神 你们才能相伴一生	228
愿意听你抱怨的人 一定对你爱得深沉	253
别把软弱当善良 你的善良要有点锋芒	261
“高攀”的恋爱 谈过的人才知道有多爽	267
不回应你不爱的人 才是爱情里真正的善良	274
哪有什么天作之合 好的爱情都靠耐心磨合	281

二十岁之后 气质才是你最好的妆容

01

同学小许，高中那会儿在班上叱咤风云，几乎全班男生都被笼罩在她的虎威下，瑟瑟发抖，两股战战，完全不敢与她争锋。她性格粗犷，豪放不羁，整个人透着一股野性，仿佛凶狠的小兽，一言不合就能扑上来咬你一口。女汉子已经不足以形容她了，在我们心里，她就是女霸王。

在那个情窦初开的年纪，又在我们那个僧多粥少的学校，很多女孩子都或多或少地收到过男生们写的情书，唯独小许从来就没有收到过一封。开玩笑，谁敢去捋老虎尾巴呀？

不是说女孩子开朗一点不好，只是小许的性格岂止是开朗，简直就是剽悍：讲荤段子能把我们一帮男生说得面红耳赤，不好意思地低下了头；说话咋咋呼呼的，像个低音炮，站你身边能把你的耳朵轰杀成渣；行为也透着一股邪性，和乡村非主流有得一拼。

几年时光，倏忽而过。大四那年，班长发起了同学聚会，能来的同学都来了，小许是最后一个到场的。在她来之前，我们还调侃过她是否还依旧是草原上最剽悍的那头母狼，看谁不顺眼，就冲上去把谁嗷嗷啃了。结果，她进门的时候，噗噗声不绝于耳，那是我们喝着啤酒都惊得喷出来了，我仿佛还听到了眼镜咣咣破碎的声音。

一身清新淡雅的长裙，一头乌黑顺滑的长发，一抹浅淡安然的微笑，她就这样走进来了。衣着装扮的改变还在其次，更让人吃惊的是，她仿佛换了个人，和以前完全不同了。你要说眼前这个恬静美好的姑娘就是当初那个女霸王小许，打死我，我都不信。

她落座后，我们习惯性地往旁边挪了挪，不敢和她靠太近。我们说话的时候，她侧耳听着，间或点头，示以微笑，也不插话，偶尔说几句，都一语中的，显示出不凡的见识。

班长过来敬酒的时候，和她聊了几句，我第一次发现，不再像曾经那样大声嚷嚷，她的声音原来可以这么清丽，像一枚成熟的果子那样，有点甜，也带着脆。聚会中，有几个同学挑起话头，说到了以前的旧事，提到她就调侃了几句，她也不恼，不动声色的把话题转移开。

后来，我们一群男同学私下再聚的时候，有人说：“哎，以前读高中的时候怎么没发现小许这么好看？那会儿只记得她很凶，聚会那天看她越看越顺眼，我坐她旁边都有点自惭形秽了。”大家

交换了看法，一致认为她变了——着装变了，谈吐变了，性格变了，更重要的是，她变得有气质了。

气质的改变乍看之下不如外貌着装的变化那么明显，但只需要相处一会儿，多说上几句话，你就会发现，气质的改变才是脱胎换骨的蜕变，气质好的人犹如空谷幽兰，清香弥漫，沁人心脾。

02

气质看似虚无缥缈，不可名状，其实，它不仅体现在我们的言行举止，它更是我们每一个人灵魂显露在外的样子。你的气质里，藏着你读过的书，走过的路，经历过的事和爱过的人。

如果你饱读诗书，思想与前贤共舞，克己守礼，举止得体端庄，那么，你自然就有温文尔雅、平和可亲的气质。如果你生活安定，言行能得到别人充分的肯定，那么，你就很容易培养出自信阳光、从容不迫的气质。如果你经历过艰难，饱尝焦虑痛苦，最终战胜了命运加之于你的种种困厄，那么，你就会有沉稳淡然、举重若轻的气质。

我不知道在上大学的这几年里小许经历了什么，导致她发生了这么大的改变，但我可以肯定的一点是，她为了变成现在这美好的模样，一定下了不少苦功。因为气质的养成，不是一朝一夕之功，你得把自己当成一块璞玉，用心去雕琢，去掉那么粗粝的部

分，才能勾勒出最动人的形状。

有的女人，长得很漂亮，一眼看过去十分惊艳，可接触下来，你会发现她宛若一个漂亮的花瓶，其实内里空无一物，粗鄙不堪。而另一些女人，就长得很耐看，初见可能不会让你多么心旌摇曳，但只要多给她一点和你相处的时间，你就会觉得她不仅漂亮，而且美丽，岂止美丽，简直美好。

这些美丽的女人有一个共同的特质，那就是她们都很有气质，也许是从容不迫的气质，也许是柔软善良的气质，总之，她们身上多出了一些什么，让她们从此和别人不再一样了。

就如小许的化茧成蝶一样，气质赋予了她们最美丽的妆容，就连时光都不能浸染侵蚀她们那沉静优雅的气质。

03

有人曾经说过，我们中国，多的是暴发户和土豪，却很少有贵族。土豪和贵族之间究竟差了些什么呢？绝不是金钱，因为有的人哪怕一贫如洗，也会展现出绝世惊艳的翩翩风采。土豪们真正欠缺的，恰好就是那份贵族气质。

曾被誉为大上海最后的贵族小姐的郑念女士，就是名副其实的贵族，她的贵，贵在修养，也贵在心性，更贵在气质。

郑念女士出身于民国时期，幼时家境优渥，曾赴英留学，后来在“文革”期间被抄家、软禁，备受磨难，却始终保持了倔强的尊严和凛然不屈的风骨。在六十三岁高龄离沪赴美后，她还勇敢地扬起人生的第二段征途，写下了不朽的著作《伤害生死劫》。

1989年，《上海生死劫》的中文译者程乃珊在华盛顿遇到了这样的郑念：已经七十四岁的郑念开着一辆白色的日本车，穿着一身藕色胸前有飘带的真丝衬衫和灰色丝质长裤，黑平跟尖头皮鞋，一头银发，精神矍铄，目光明亮敏锐。你真的很难想象，一个饱经风霜的老人会是这个样子。

什么叫真正的优雅和美丽，如何在污秽的尘世保持灵魂的高洁和仪态的高贵，怎样以最柔软又最固执的姿态守着最强硬的底线而绝不迁就，郑念女士给了我们最完美的答案。

她带着优雅而矜持的气质，既有英式贵族的修养，又有东方女人的柔韧，极度清醒，不轻信，不狂热，睿智而从容，如山巍峨，如水清澈。

04

林肯曾经说过，一个人，四十岁以前的脸是父母决定的，但四十岁以后，就应该是由自己决定了。一个人，要为自己四十岁以后的长相负责！

其实，哪里需要到四十岁，二十岁之后，我们就该为自己的长相负责了。长相要分开来看，长得怎么样是天生的，可相由心生，却是我们自己可以决定的。你的内心纯善美好，那么，你的气质也会轻柔温暖，这样的你，又丑得到哪里去呢？

好的气质，犹如珍珠，常常需要在磨难和痛苦中咬牙孕育。耐得住寂寞，受得了非议，经历了起落和悲喜，才终于锤炼出一身的从容淡定、洗尽铅华。

我们想要拥有好的气质，首要的方法就是读书。

毕淑敏说过：“读书的时候，常常会心一笑。那些智慧和精彩，那些英明与穿透，让我们在惊叹的同时拈页展颜。微笑是最好的美容和彩妆，可以传达比所有语言更丰富的善意与温暖。”读书能引发你内心精神结构的震荡和重组，濡养你的身心，让你由内及外，光彩照人。

除了博览群书，好的气质还需要你多走些路，多历些事。

气质的蕴蓄需要阅历来积累。当你在生命里迎来送往了很多，你就会明白，世事无常，难有久伴，你就能学会忍受孤独，拥有了处变不惊、安之若素的气质；当你经历了很多事，爱过人，也被人爱过，辜负过别人，也被别人伤害过，你就更能理解别人的立场和苦衷，通晓人性，洞明世事，拥有了谦逊温和、宽容大度的气质。

二十岁之后的我们，脱离了父母的羽翼，独自走向社会，承担起自己的人生，也开始为自己的长相负责。刀兵相见的整容或涂脂抹粉的化妆，停留在了表面，忽视了内心的修行，终究太过肤浅。

红颜易老，青春短暂，当岁月的刻刀无情的摧残了你我的面容，还有什么能让你保持鲜活的气息，免于苍老呢？唯有气质。气质不会老去，只会在时光和经历的浇灌下蓊郁葱茏，越发出众。

你不能除了美貌之外，一无所有。二十岁之后，气质才是你最好的妆容。