

愿你不为世界所累 活得更像自己

鲁西西 著

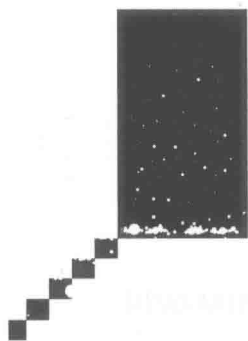


我们终此一生
就是要摆脱别人的期待
找到真正的自己



愿你不为世界所累 活得更像自己

鲁西西 著



图书在版编目(CIP)数据

愿你不为世界所累,活得更像自己 / 鲁西西著. —

成都:四川人民出版社,2019.3

ISBN 978-7-220-11226-3

I. ①愿… II. ①鲁… 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(2019)第019878号

YUANNIBUWEISHIJIESUOLEI, HUODEGENGXIANGLIJI

愿你不为世界所累,活得更像自己

著 者
出版策划
出版统筹
责任编辑
装帧制造

鲁西西
李东旭
禹成豪
李真真
木 一

出版发行
网 址
E-mail
印 刷
成品尺寸
印 张
字 数
版 次
印 次
书 号
定 价

四川人民出版社(成都槐树街2号)
<http://www.scpph.com>
scrmcbs@sina.com
三河市春园印刷有限公司
146mm×210mm
8
90千字
2019年3月第1版
2019年3月第1次
978-7-220-11226-3
42.80元

Part 1 虽然30，但仍17

002 / 有自知之明，是一个人聪明的起点

006 / 你的人生，不应该被别人的批评影响

010 / 你不可能一直对，也不可能一直错

014 / 虽然30，但仍17

019 / 你做过爱自己的事情吗？

023 / 有些岁月，只能靠你自己熬过

027 / 在乏味的工作中发现存在的意义

Part 2 人生不应只有因为所以，还要有即使仍然

036 / 尽量选择一份乘法式的工作

043 / 这世界上的所有失败都有意义

048 / 在骂声中成长

052 / 为未来修一条偷懒的管道

057 / 你要学会拆解你的梦想

062 / 你没有进步，可能不是因为没有天赋

068 / 你可能会为这些事后悔

072 / 人生不止是为了赚钱

Part 3 那些三十已死，七十才葬的人

080 / 为什么相亲如此伤人？

084 / 有多少白头偕老，不过是同归于尽

088 / 你花了那么多钱，别让自己变讨厌

092 / 抱歉，真的没有人会爱这样的你

097 / 我爸在马路边捡到两万块……

103 / 过度节约，就是在挥霍生命

108 / 如何避免自己成为一个“杠精”？

Part 4 世界复杂，但依然有应对方法

114 / 你需要获得的送礼物技能

120 / 赞美是种技术活

126 / 情商高的人对别人要求比较低

130 / 讨厌一个人不必说出来

134 / 如何让别人成为你命中的贵人？

Part 5 先理解自己，才有办法了解世界

140 / 你喜欢，倒不如我喜欢

144 / 先搞定自己的情绪，才有办法搞定别人

149 / 怕欠人情是人际关系的硬伤

154 / 让别人无法拒绝你，只要做到这一点

160 / 我们还没那么熟

165 / 为何别人一见如故，而你却总在尬聊？

169 / 我认识的聪明人都是这么说话的

176 / 这是沟通中最重要的事

Part 6 和喜欢你的人在一起

182 / 真正的善良，会让你也想做个善良的人

186 / 所有离开的人都不值得等待

190 / 我交朋友是不讲“底线”的

194 / 朋友之间是论功过的

199 / 请记得这世界温柔待你的样子

203 / 鼓起勇气，和拖累你的人说再见

208 / 我只想交朋友，不想当人脉

Part 7 努力不是为了超越别人，只为成为更好的自己

214 / 油腻的反义词是天真

219 / 天赋真的重要吗？

225 / 像用对待金钱那样来对待时间

229 / 既不盲目反对，也不轻易被说服

234 / 阅读能让你看清这个世界的本质

240 / 工作能让你看清自己

245 / 如果我不快乐，还怕什么让你失望？

Part 1

虽然30, 但仍17

有自知之明，是一个人聪明的起点

有个男生，各方面条件都还好，就是人长得有些丑。自从大学毕业，就没交过女朋友。周围的亲朋好友给他介绍对象，每回不是对方看不上他，就是他没看上对方。好不容易有个女生相中了他，别人就建议他先处处看，他的反应就像是有人要把他这朵鲜花硬插在牛粪上，故意侮辱他似的。

他以为自己条件优越，常在人前自诩帅哥，在择偶上开出远高于自身水准的要求，非白富美不娶。令旁人听了哭笑不得，却又不好意思一巴掌打醒他：你自己长什么样，心里没点儿数吗？

我曾在一个电视选秀节目中看到一名参加海选的选手，唱得鬼哭狼嚎，引得在场观众哄堂大笑。评委问他：谁叫你来参

加海选的？选手回答：我朋友建议我来的。评委说：他不是你的朋友，真正的朋友是不会叫你来出丑的。

这两件事让我意识到，其实大多数人并没有想象中那样了解自己。就像有些人看不见自己长得丑，有些人听不出自己五音不全。我们可能对自身有着各种各样的误读。

我自己也有类似的经历，有一年我要离开家乡去外地出差半年。我的好朋友来送别，临行的时候她给我一个忠告：以后在外面，你不要太自我了。我听了很惊讶，第一次被好友直言不讳地提醒缺点，我才意识到原来我是那样的人，而此前我竟全然未觉。

有时候我们会高估自己，觉得自己中上之姿、冰雪聪明、人品极佳。

有时候我们又低估自己，觉得自己平庸无为、面目可憎、一无是处。

一个人聪明的起点，是有自知之明。对自身有正确和客观的评估，在这个基础之上，才能正确看待世界，并在各种选择中做出正确的决定。

那么，我们要怎样认识自己呢？可以试试以下几种方法：

- 做一个表格，列出自己平时有哪些兴趣爱好，最喜欢做什么，最喜欢看什么书，最喜欢哪些知名人物，最喜欢说什么话。

- 列出自己最不喜欢的事、人物、行为。

- 总结一下自己哪些方面常被别人表扬？别人通常会如何表扬你？在哪些方面你常被别人批评？别人通常是怎样批评你的？

- 审视一下自己身边的朋友，看看都是些怎样的人。物以类聚，人以群分，我们和要好的朋友之间一定有很多共同和相似之处。

- 原生家庭的影响让我们和父母之间可能存在很多相似之处。总结一下你父母的优缺点，思考自己该如何避开同样的缺点。

- 也总结一下我们的敌人和对手。因为有句话说得好，看一个人的底牌，就看他的朋友；看一个人的身价，就看他的敌人。我们的敌人都是些什么人，某种程度上，我们就会是什么人。

- 参考一下你面试或相亲的成功率，以及对方对你的评价。

- 参考别人给你介绍过的那些相亲对象的水准。也许你觉得Ta配不上你，但在介绍人眼中，你们是可以配到一块儿的。

- 直接问熟悉的朋友自己是个怎样的人。做这样的调查，可能不一定准确。因为问一个懒惰的朋友，他大概会觉得你很勤劳。问一个比较笨的朋友，他会觉得你很聪明。所以，应该尽量选择问那些和自己相对持平的，或者比自己稍微优秀的

人，看看你在他们眼中有哪些优点与不足。

· 每个没有借过钱的人都有一种误会，觉得自己人缘很好。这到底是不是真的，你只要向周围的朋友借一次钱就知道了。金钱不仅是对双方友谊的考验，更是对自己身价的考验。能从别人那里借到多少钱，某种程度上取决于别人对你人品、信用、价值、能力的综合评估。

· 以旁观者的视角来看自己，如果你是一个女孩，你可以设想一下：假如自己是一个男人，愿不愿意娶你这样的女人，为什么？假如你是个员工，可以设想一下：如果自己是一个公司的老板，愿不愿意招你这样的员工，为什么？

自从我在网络上写作以来，经常会遇到网友向我咨询感情方面的问题，明明是个人的选择的问题，却通过三言两语的描述，来让陌生人帮自己判断。这样的本末倒置，其实是因为太不了解自己。

只有了解自己，我们才能知道，什么对我们来说是最重要的。找到了你最珍视的东西，以此延伸，我们就能知道哪条路最适合自己，需要找什么样的工作，找什么样的人结婚，自己可以努力到什么程度，有哪些弱点和短板。然后才能找到自己找不到好工作，或赚不到钱的原因。

人生三重境界——见自己，见天地，见众生。

你的人生，不应该被别人的批评影响

混迹网络这么多年，忽然发现有的人的报复心实在是太强了。有些人，你明明没有对他做过什么，但不知道为什么，他们就深深地恨上了你。

比如有一天，我在整理电子邮箱里的私信。因为我的邮箱里每天都会收到十几封、几十封信，所以我常常来不及回复，之后一忙就忘了。因此每隔一段时间，我的邮箱里就会积累下成千上万封未读的信，所以有空我就去清理一下。在清理过程中，觉得有必要回复的就顺便回复一下。

其中有一个网友，他第一封私信写得诚恳有礼，说他就职于一家互联网公司，常常看我的文章，希望得到我的联系方式。我就回复了，向他表示感谢，附上联系方式。结果，他再

回信过来的时候，却把我骂了一顿：你这么久才回，你这样做有意思吗？我看了之后，连忙道歉：邮箱我不一定每天都看，回复迟了，不好意思，打扰了！

这件事写出来，不是为了指责那个网友。我只是觉得，过于敏感的性格，可能在现实生活中常常会不开心，因为太需要维护自己的自尊，太容易对别人的行为进行过度解读，也太在意别人对自己的看法，很容易导致草木皆兵。因此，也不难理解，对于这样的人来说，对方的没回信或晚回信，也会使他们觉得受到了某种怠慢和侮辱，从而引发愤怒和不快的情绪。

其实这是没有必要的，我也在知乎或公众号里给别人发过消息，别人没回的情况时常发生，但我觉得很正常。

别人没回复，可能只是他的个人原因——太忙或者私信太多。我们没必要多心，脑补别人是不是有意针对自己。因为对方未必有心力去衡量陌生人值不值得认真对待。就算对方确实是有意针对你，故意用这样的态度来让你难受，那你更要表现出不在意，不能让对方得逞。

有一个网友复仇心更重，有一天我在想法中和别人谈论人畜无害的话题，结果他跑来质问我：怎么哪儿哪儿都能看到，你能不能离我远一点儿？

这个网友我压根就不认识，从来没有和他交流过。不知道

他哪儿来的恨意。我没有回复他。另一个网友实在看不下去了，就帮我回了句：你怎么这样，人家哪里招你了。

他说：我就是看她不顺眼，她就是一个写手，她写的故事都是编的。我以后不仅看到她一次“踩”她一次，而且我还要发动我的大学同学一起来“踩”她（赞、踩：论坛上网友对作者文章的一种或赞同或反对的投票方式）。

这叫我哭笑不得，且不说他有没有必要因为自己毫无依据的判断来仇恨我——我也不担心他是否能发动大学同学一起来“踩”我——我只是有些替他的前途担心，一个大学生把所有热情用来关注、抨击网上那些看不顺眼的陌生人，肯定是用错地方了。

大家的时间用在哪里，是能看得见的。网上有个段子：你是砍柴（学习）的，我是放羊（写作）的。你不好好砍柴（学习），一天到晚盯着我放羊（写作）是不是出了什么纰漏。我的羊是吃饱了（我的文章写好了），你的柴呢？

所以那位网友号召同学一起来“踩”我的打击方式效率太低了，你“踩”我的次数再多也拦不住愿意赞我的人。报复我最好的办法是努力学习、赚钱，要是能有一天把网站买下来，对我的文章进行限流，不管发表什么，都只有我自己一个人看到，我才会怕。

不过，一个人的事业能做到那种程度，其眼界和境界早就大不相同，绝对不会惦记着这种鸡毛蒜皮的事。反过来说，喜

欢因为鸡毛蒜皮的事和陌生人在网上“大打出手”的人，事业根本不会做到那种程度。

前几天谈到原谅这个话题。我回复网友：我小时候，也常被一些同学欺负、排挤。当时非常难过。但是，长大以后，她们会如何看待这些事，心里会不会有一点儿愧疚，我一点儿也不关心，我的人生需要自己努力，不会因为别人对自己的态度、想法而受到影响。

这种事时过境迁也就算了。不是原谅了，不是看开了，不是放过别人了，而是学会了用自己的方式表达。有时候恨一个人，未尝不是件好事，如果使用得当，它会给你带来能量。有个网友说：高中的时候，人丑，家贫，还不会打扮，向班草告白被他当众拒绝和羞辱。后来她憋着一口气，努力考上名牌大学，毕业后又进了大公司，收入颇丰，学会了化妆和服饰穿搭，逐渐蜕变成一个大美女。后来一次同学聚会上，她看到班草已沦为肠肥脑满的凡夫俗子，想想自己身边每个追求者都比他强上十倍，就觉得很爽！

所以，真正让你云淡风轻的释怀方式，不是你用尽全力去恨他、骂他、打他，去与他互相侮辱和伤害，去和他纠缠。而是你头也不回地大步向前走，有朝一日不经意间回首：你已在云端，他还在地上。

你不可能一直对，也不可能一直错

很多年前，在我们老家，进口柠檬一个卖8元，在一个肉包才5毛钱的年代，这是很贵的价格了。有一天我奢侈了一把，买了一个柠檬。我像吃桔子那样把它剥了皮，但当我把好不容易剥好的一瓣柠檬放入口中后，那强烈的酸涩感把我刺激得面容扭曲。天啊，这么漂亮的水果居然这么难吃，我有一种上当受骗的感觉，当场将手中剩下的柠檬扔进了垃圾桶。

前几年，第一次买牛油果，我在水果店挑选的时候，以为那些看上去绿绿的，捏上去硬梆梆的牛油果是好的，而那些看起来发黑发蔫，捏上去软软的牛油果是坏的。于是我买了好几个绿色的、硬梆梆的牛油果，回家用削皮刀削了半天，当我满怀期待地咬了一口后，心里顿时大失所望：这是什么玩意儿