

谁都会摔跟斗

张岱之◎著

每个人都会摔跟头，
你没有比别人倒霉！

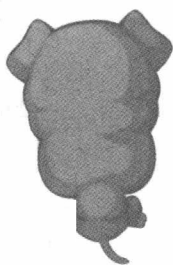
平静面对风雨的
从容迎接挫折的
快速扭转人生的

智慧
勇气
力量



凤凰出版传媒集团
凤凰出版社

谁都会摔跟斗



张岱之◎著

凤凰出版传媒集团
凤凰出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

谁都会摔跟头/张岱之著. —南京: 凤凰出版社,

2010.1

ISBN 978-7-80729-653-9

I. 谁… II. 张… III. 成功心理学—通俗读物 IV.

B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第000231号

书 名 谁都会摔跟头

著 者 张岱之

责任编辑 张延安

设计制作 

出版发行 凤凰出版传媒集团 凤凰出版社

出 品 凤凰出版传媒集团 北京凤凰天下文化发展有限公司

集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

印 刷 北京泽宇印刷有限公司 (北京市怀柔区庙城镇王史山村)

开 本 880×1230毫米 1/32

印 张 8.5

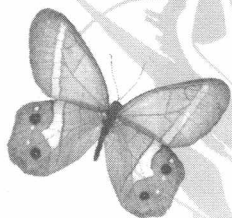
字 数 202千字

版 次 2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-80729-653-9

定 价 19.00元

(凡印装错误可向发行部调换, 联系电话: 010-58572106)



前言

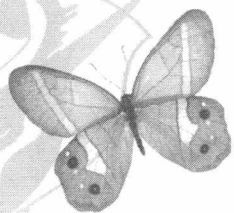
为什么人生有太多的不如意？为什么我的道路这么坎坷？为什么我的事业不成功？为什么我的爱情不如意？为什么我的家庭不和睦？

人生幸福四件事：身体、家庭、事业和感情，坎坷也是一样，很难说不是来自这四件事。

人生的坎坷是很多的，这也是很正常的事情，因为，天有阴晴，月有盈亏，人有祸福，不经历风雨哪能见彩虹，只有把一切坎坷看清楚，看明白，我们的人生才有快乐和幸福。

回忆自己走过的人生路，整体来说是一帆风顺，只要我们把坎坷都当做是吹帆的风，坎坷在我们眼里就是快乐和幸福的前奏曲了。

我们常常因为一时的坎坷和不幸，在低沉中默默承受随之而来的阵痛和苦楚。那时，我们找不到生命可以取暖的驿站，分不清脚步可以前进的方向。泪光中，世界远离我们模糊的视线，命运也拒



绝我们伸出的无助双手。我们迷失在漫漫寒冬的长夜里，蜷缩在黑暗的一角，舔舐还在流血的伤口……

那一瞬间，我们感觉生命是如此的沉重。很多年过去，我们可能会蓦然发现，生命依旧，世界依旧，无边的风雨已随岁月走远。

人生如烛，从点燃的那一天起，我们不知道自己会何时燃尽，不知道会在何时被莫名的来风吹熄。在有限的生命里，我们没有时间惆怅，没有空闲在往事里叹息。我们应该谨记：抬起头，从容前进的脚步，平静面对随时而来的每一次风雨。

用心去感悟人生，用心去谱写美丽的生活，虽然生活总有不如意，虽然道路总是曲折，但是用心去爱一切，一切会更好。

人生的道路曲折、漫长，在人的一生中充满着成功与失败、顺境与逆境、幸福与不幸等矛盾。而人生挫折则是一个人迈向成功的征途中所必须认真对待的一个基本课题。人生的内容是多方面的，因而人生所遇到的不如意也是多方面的。

人生之旅是坎坷的，乐观者，视之为动力；悲观者，视之为阻力。孟子早已有言：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”绊脚石可以阻碍我们前进的步伐，但将其垫脚，却可以让我们看到更多美丽景色。



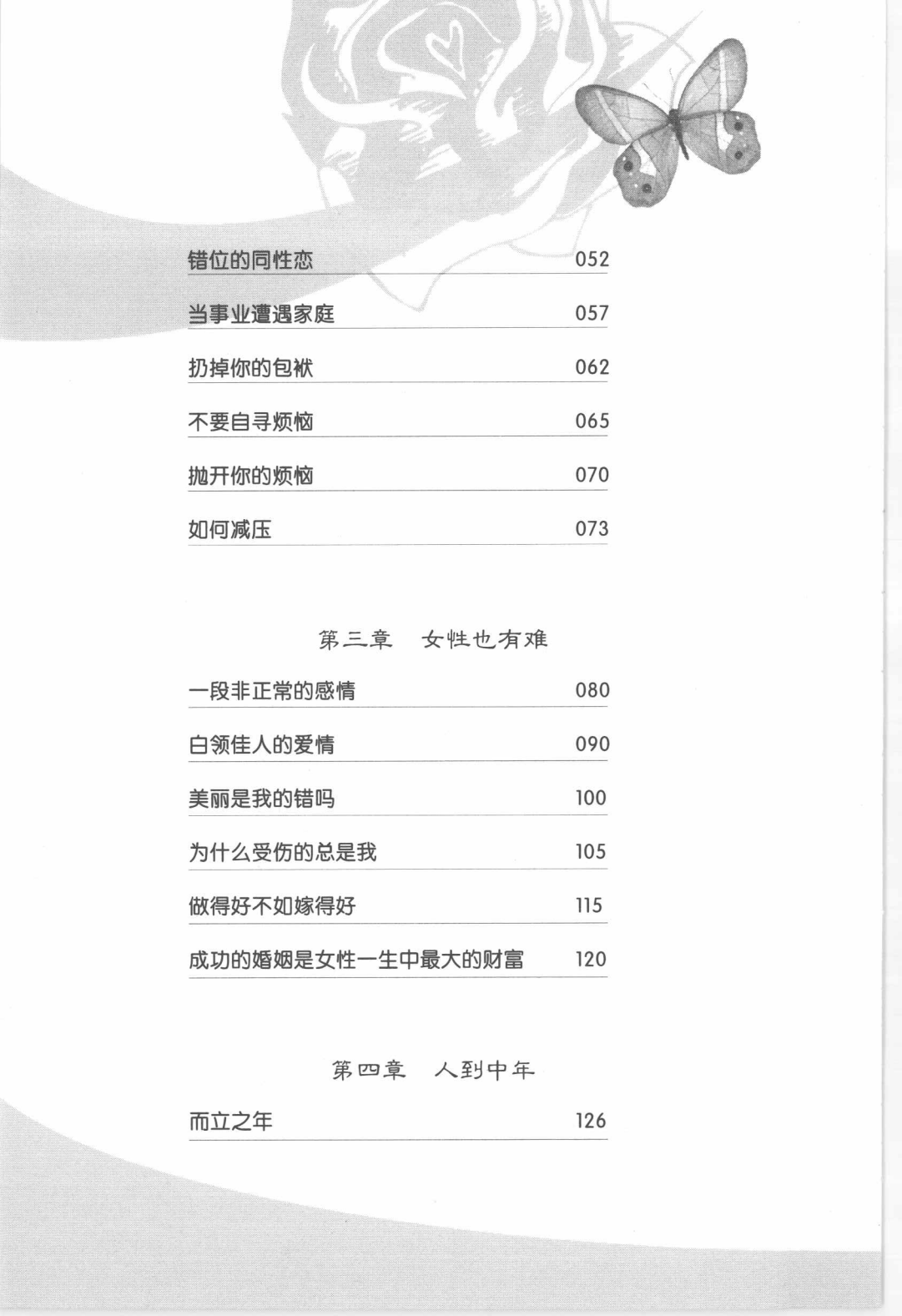
目录

第一章 友谊也会“变质”

最好的朋友伤害你	002
犯下了严重的错误	006
爱上朋友的情人	011
嫉贤妒能的朋友	019
真的不是我的错	024
请再给我一次机会	029

第二章 生活、情感、工作交响曲

压抑的生活	036
讨厌的工作	043
不可避免的“环境”恋情	048



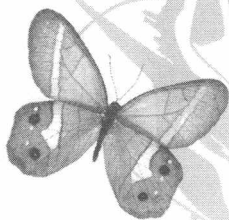
错位的同性恋	052
当事业遭遇家庭	057
扔掉你的包袱	062
不要自寻烦恼	065
抛开你的烦恼	070
如何减压	073

第三章 女性也有难

一段非正常的感情	080
白领佳人的爱情	090
美丽是我的错吗	100
为什么受伤的总是我	105
做得好不如嫁得好	115
成功的婚姻是女性一生中最大的财富	120

第四章 人到中年

而立之年	126
------	-----



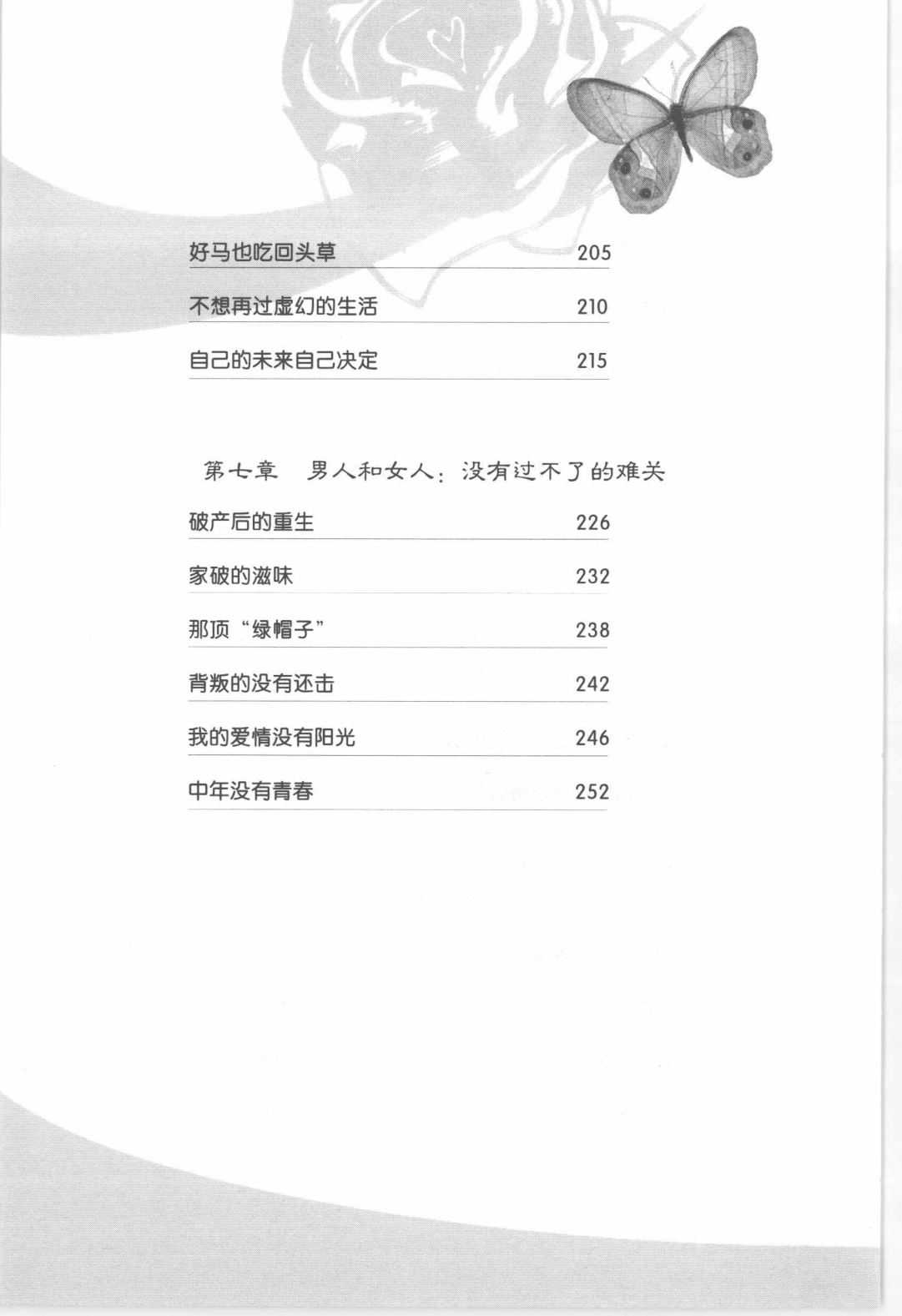
当你不再年轻	132
我真的很累	138
工作，只为了这个家	145

第五章 无奈的离开

他们对我真的很好	150
不合适的“土壤”	154
男人的角色与沉重负担	157
人往高处走	163
工作不是我生命中的全部	166
只有合适的才是最好的	170

第六章 我逃避了

“换”真的很危险	176
合还是分	187
真的决定要放弃了吗	195
悔不当初	200



好马也吃回头草	205
不想再过虚幻的生活	210
自己的未来自己决定	215

第七章 男人和女人：没有过不了的难关

破产后的重生	226
家破的滋味	232
那顶“绿帽子”	238
背叛的没有还击	242
我的爱情没有阳光	246
中年没有青春	252

第一章

友谊也会“变质”

“忠诚”与“不忠诚”是相对而言的，

有时“忠诚”是主动的，而“不忠诚”是被动的，

被动的滋味真的不是很好，尤其是最好的朋友背叛你。

是自愿也好，不是自愿也好，既然事情到了这个地步，

这种结果每个人都不得不去面对。

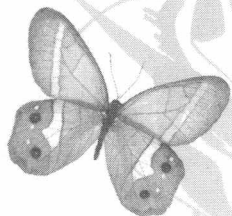


最好的朋友伤害你

谁都希望好朋友可以是一生一世的，谁都不愿意面对朋友背叛自己的事实，特别是最好的朋友。

可是，有一些事情却不是可以以我们的意志为转移的，我们可以保证自己对别人好，却无法保证别人对自己也一样好；自己可以不背叛友情，可是无法保证别人不背叛自己。特别是自己最好的朋友，最知心的朋友，那种伤害是痛彻心扉的，也是一生一世都很难忘记的。

枫儿和茹月的相识是在工作中，枫儿是个刚毕业的学生。以前在学校的时候经常听人说，工作中能找到一个好的姐妹、好的知己



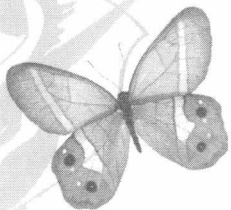
是一件十分困难的事情。恰恰，上天的安排让枫儿和茹月相识并成为好朋友。茹月比枫儿大三岁，在茹月的眼里枫儿只是一个“小毛孩”，而枫儿也就是带着小毛孩的那份纯真的感情，和茹月成为好朋友的。

枫儿是个喜爱文学的女孩，在她写每一篇诗歌或者散文的时候，总是有着茹月的存在，枫儿总是对茹月说：“也许为你，我才能写出这篇篇诗句；也许为你，我才知道什么叫做伤心；也许为你，我才知道什么叫做珍惜感情；也许为你……我不知道还要写出多少个这样的为你，也许是我的诚心与你的贤淑、文气使我们成为好同事、好知己、好朋友、好姐妹！这是我所期望的友情！”

面对枫儿纯真的友情，茹月也对枫儿很好。

不管枫儿做什么事情，茹月总会默默地鼓励与支持，而茹月也总喜欢把自己内心深处的小秘密告诉枫儿。她们住在一起，晚上一聊总会聊到三更半夜。那时，枫儿曾向上天祈祷：一辈子能够拥有这样的好朋友、好姐妹，我已经知足了！那时的枫儿恨不得对全世界的人说：我拥有茹月这位贤淑、文静、懂人心的好朋友！

也许是她们的感情太好了，枫儿不明白书上所说的朋友之间的伤心和相对伤心后的宽容。可是两个人之间避免不了摩擦。一次在公司里和同事聊天，茹月说起了枫儿的一件事。这件事在枫儿看来



是很重要的一件事，她从来没告诉过别人，因为把茹月当成最好的朋友，才在一次谈话中告诉她的，并且还一再告诉枫儿不能告诉别人。可是枫儿没想到的是，茹月会在办公室里当着那么多的同事说这件事。不管茹月是有意还是无意，枫儿都感到受了极大的伤害。她无法再面对昔日的这位最好的朋友。

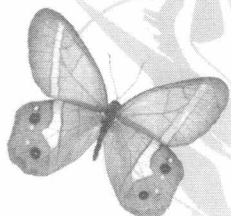
从此，枫儿和茹月形同陌路，天天在同一个办公室里连招呼也不打，枫儿感到心中有说不出的压抑。最后，选择了辞职。

后来，枫儿再也没有和茹月联系过。只是有一次从一个同事那里得知，茹月一直很后悔自己所做的事，她曾不止一次对同事说过，她当时真的不是有心的，她也一直想向枫儿道歉，可是面对枫儿的愤怒，她知道对枫儿的伤害已经是不可挽回的，她也没有勇气再向枫儿道歉了。

一段友情就这样失去了。枫儿也感到很心痛，可是她再也没有办法面对茹月，面对自己曾经最好的朋友。

生活在这个世界上，每一个人都希望有几个真正的好朋友。从古至今，这个美好的期望一直没有因时间而停止过。鲁迅曾说：“人生得一知己足矣！”

或许在以前的社会中，人们很难找到一个人生的知己，否则，鲁迅也不会发出这样的感慨。



可是我们今天又怎样呢？得不到最好的，难道我们就不能退而求其次吗？是的！我们是真的退而求其次，我们已经不再奢望能够得到一个真正的人生知己，只是希望能够有几个好朋友而已。只是几个而已，世界却又在不停地给我们打击——朋友越好，伤害也就越深，伤口也就会越难愈合。

原来不仅是世界在改变，朋友也会变。友谊也不是永远都会处于保鲜期的！



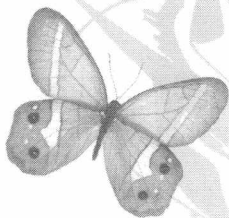
犯下了严重的错误

面对友情，有心或无心的伤害，都会在彼此的心灵留下深深的伤痕，带来一生的悔恨，人生路上也从此失去了一个很好的朋友和知己。

我们一生本来就没有几个相知的朋友，如果因为一件小事而伤害了朋友，割舍了一份相处多年才换来的友情，真的是很不值得。所以，我们一定要以真诚的心去对待友情，相信朋友。有误解时，要给朋友解释的机会，不要武断地妄下结论。

教室里，有两个很好的朋友正在说话：

“小雨，这块橡皮擦是哪里来的？你买的吗？”丽丽说。



“不，不是，是我哥哥送我的，很漂亮吧！”小雨说。

“是吗？可是……”丽丽有些怀疑。

这是丽丽和小雨的谈话，在下课的时候。几天前，丽丽向妈妈要了十元买了一块很漂亮的橡皮擦，并且闻起来有一股淡淡的花香，丽丽特别喜欢它，所以都舍不得用，只是把它放在铅笔盒里。

可是今天早上却突然不见了，丽丽找遍了书桌和地上，但它却毫无踪影。虽然丽丽很懊恼，但也无可奈何，因为她不知道是丢了还是被别人偷走了。

但今天当丽丽看到小雨手里的橡皮擦时，她眼睛为之一亮，“我的橡皮怎么会小雨这里？”

丽丽知道小雨的家境不好，根本不可能舍得买这样的橡皮擦。所以，丽丽也没有继续说下去，而是目不转睛地看着小雨手里的橡皮擦。小雨看丽丽一直盯着橡皮擦，不知道是怎么回事。不过，小雨看丽丽不说话了，她也不再说什么，拿起书看了起来。

这时，丽丽推了推身边的菲菲，使使眼色，菲菲看见了，差点叫起来，她小声问丽丽：“那不是你的橡皮擦吗？怎么……”

“嘘，别说，再确认一下吧！”

“好！”菲菲毫不犹豫地答应了。

“哇，好漂亮哦！借我看看好吗，小雨？”菲菲说。



“没问题！”

“没错，确实和你的一模一样，上面还有我们用小刀刻的刀痕呢！那就是最好的证明！”菲菲说。

“是吗？”丽丽说，“小雨，我发现……那块橡皮擦……那块橡皮擦就是我掉的，而不是你哥哥给你的。”

“不，不是，是哥哥给我的！真的，你可以去问他！”

“他是你哥哥，当然会帮你！”丽丽不屑地想。

“可是，菲菲可以证明，那块橡皮擦是我的！”丽丽说。

“嗯，我看过了，和她的一模一样，小雨，上面还有记号。”菲菲说。

“没有，我没有，是哥哥，是哥哥给我的！”这时，上课的铃声使她们不得不停止谈话。

人总是这样，无论是我们大人，还是十几岁的小孩子，在发现自己已经遗失的东西出现在自己的眼前时，尽管是属于别人的也会认为是自己的。如果对方不承认的话，就会通过其他的方法让更多的人知道那个人拿了或偷了自己的东西。

“哼，偷了就偷了，还不承认，既然有本事做就别害怕承担！”丽丽尖锐地想，“小雨，亏我们还是朝夕相处两年的朋友，我那么信任你！可是你却这样。”放学的时候，丽丽忍不住愤怒，向平时几个