

要快乐 要幸福

There is no Cinderella in the world

一个人能活色生香

两个人也能恒久天长

# 世上没有 灰姑娘

鱼 樵 著

要陪自己从天光乍亮到暮雪白头 你不是灰姑娘 你是自己的女王



Princess carriage



Princess crystal shoes



Princess Crown



青島出版社  
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

There is no Cinderella  
in the world

# 世上没有 灰姑娘

鱼 樵 著



青島出版社  
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 ( C I P ) 数据

世上没有灰姑娘 / 鱼樵著. — 青岛: 青岛出版社,  
2016. 6

ISBN 978-7-5552-3769-3

I. ①世… II. ①鱼… 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079114号

书 名 世上没有灰姑娘  
著 者 鱼 樵  
出版发行 青岛出版社  
社 址 青岛市海尔路182号 (266061)  
本社网址 <http://www.qdpub.com>  
邮购电话 010-85787680-8015 13335059110  
0532-85814750 (传真) 0532-68068026  
责任编辑 那 耘  
选题策划 郑新新  
版式设计 智善天下  
印 刷 三河市南阳印刷有限公司  
出版日期 2016年6月第1版 2016年6月第1次印刷  
开 本 32开 (880mm×1230mm)  
印 张 8  
字 数 100千  
书 号 ISBN 978-7-5552-3769-3  
定 价 35.00元

**编校质量、盗版监督服务电话 4006532017**

青岛版图书售后如发现质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。  
电话: 010-85787680-8015 0532-68068638

# 目 录 c o n t e n t



## 第一章 你并非想象中那样

别把不甘心当成爱	002
笑口常开但别逢人就开	007
花痴是种病，犯起来要人命	012
不倾国不倾城，但明媚始终	017
不管现实如何，梦要一直在	022
强者也可以不强势	027
那么容易退出，还谈什么坚持？	032



## 第二章 一个人也要活色生香

一人食，也有别样滋味	038
爱工作，别爱已婚上司	043
信与不信共赴一隅	048
再好的闺蜜也该保留三个秘密	053
心碎一地也别拿起烟卷	058
吃得苦中苦，不必非做人上人	063
为自己拥有的一切心怀感激	068
安全感是大局已定的笃信	073
幸福在于爱而不计较	078
转身快还是眼泪快？	083
不做第一，只做唯一	088



### 第三章 细节造就女神

你为什么总为同一个痛苦持续悲伤?	094
唯有好书值得溺爱一生	099
金钱要你灭亡，必先使你疯狂	104
略施粉黛，莫要憔悴损	109
你敢不敢甩掉高跟鞋?	114
把自己当作轻奢品	118
情绪归己所有，别被他人掌控	123
世界那么大，你要去看看	128
优雅在于平心静气	133
节制内心是最大的成功	138



#### 第四章 他在或不在，你都是最好的自己

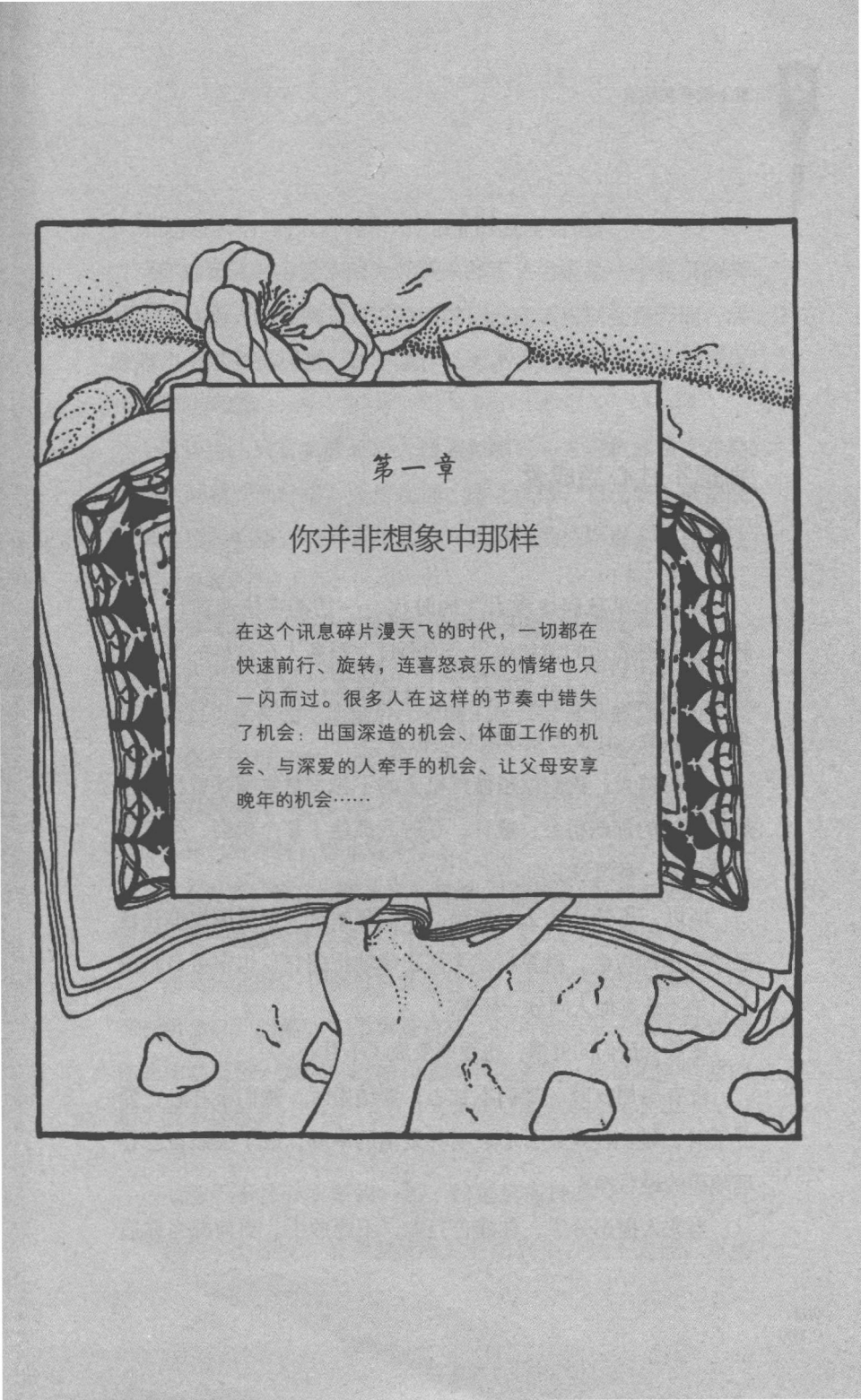
爱情是接受对方而非改变对方	144
不卑不亢地对待工作中的男人	148
你以为人性经得起考验？	153
别过分依赖爱情	157
猜忌是爱情的致命毒药	161
为什么要他们门当户对？	165
在谁面前都不要假装坚强	169
我此刻谢幕，是为参演你的未来	174
男女的不同理解方式	179
为什么你会不敢爱？	183
别因不安定才结婚	188

# 目 录 c o n t e n t

## 第五章 创意是爱的永动机

必走的路和想走的路	194
不讳言真实也不激怒对方的社交艺术	199
有一种好叫你认为对他好	204
不能输的第一印象	209
好心情扮靓外貌	214
你总要有一次感动自己	219
不必为了感情损失美丽	223
猴子想变人，必须砍掉尾巴	228
保护好“口袋里的自由”	233
“忍”字心头一把刀	237
幸福是巧不是多	242





## 第一章

### 你并非想象中那样

在这个讯息碎片漫天飞的时代，一切都在快速前行、旋转，连喜怒哀乐的情绪也只是一闪而过。很多人在这样的节奏中错失了机会：出国深造的机会、体面工作的机会、与深爱的人牵手的机会、让父母安享晚年的机会……



## 别把不甘心当成爱

在这个讯息碎片漫天飞的时代，一切都在快速前行、旋转，连喜怒哀乐的情绪也只一闪而过。很多人在这样的节奏中错过了机会：出国深造的机会、体面工作的机会、与深爱的人牵手的机会、让父母安享晚年的机会……

年龄越大，我们就越懂得机会的不易，常常喟叹曾与自己擦肩而过的那些机会：或许，那时我抓住了那个机会，生活就会是另外一番风景。

所以，不知从什么时候起，我们开始学会紧紧攥住握在自己手心里的机会，就算自己无法正确地把握它，也宁可自己独占，绝不让其他人同分一杯羹。

就像女孩们的爱情，也逐渐变成了不甘心。

没有男朋友时，她们不甘心；要结婚时，她们不甘心；要分手时，她们还是不甘心。有关爱情的举动，成了突破自己心理障碍的最后挣扎。

当恋人提出分手，你痛苦万端，不愿放手。更何况当你追

问原因的时候，对方告诉你：“我们性格不合适。”

你感到莫名其妙，因为你从来都不认为这是一个真正的理由。你认为人的性格是可以调适的，内向者可以变得开朗，活泼者也可以变得深邃。这不是什么大不了的问题，不是触及皮肉的切肤问题。

你认为，只有家庭矛盾、异地相隔、一方出轨才是无法克服的硬问题。而性格，无法捉摸、虚无缥缈，自己尚不清楚究竟算是哪种性格，对方竟指着这深不可测的性格说：“你这性格不适合我。”

你嚷嚷着：“我什么性格？你竟说不适合！”

你认为他是为了摆脱你，才胡编乱造了一个理由。为了不让他得逞，你开始穷追猛打，纠缠不休，你恳求他：“如果我性格不好，我可以改，请你相信我！”

对方却满脸嫌恶，本来可以和平分手的事情，现在却僵在那里，分也分不掉，好也好不了。

怎么办？一切还能重来吗？显然，当时可以就坡下驴的你，现在只能一遍遍地重复着：“我可以改，我可以改……”

你美其名曰：“我想紧紧抓住他，他是我通向幸福生活的唯一机会。”当然，如果真是这样，你不妨再试一试，可如果你的想法是另一套呢？比如：或许我还爱他，但最重要的原因是，我不甘心。

### 1. 基于不甘心所做的一切，都是互相折磨

我的一个朋友，被男友死缠烂打追到手，她不爱他，对男



友不关心不照顾，一副傲娇的小公主架子。可男友提出分手后，她却一改往日态度，哭喊着要他回来，还想出千奇百怪的招数求他收回分手的话，她威胁他说：“你要离开我，我就想办法永远离开这个世界！”

越是如此，男友便越是嫌恶，觉得她小肚鸡肠不可理喻。从高冷女神变成街头泼妇，只需要一句分手便可，这女孩也太没有原则、太不矜持了。

这女孩，典型的不甘心性格，拥有时不加珍惜不予理睬，失去时却挣扎不休。在这种女孩的潜意识中，所有爱她们的，都会永远爱下去，所有得到她们的，都永远不会抛弃她们。

一旦对方提出离开，她们就惊慌失措，与其说是没有防备，不如说她们闹到最后还在质疑对方要分手的真实性。她们根本就不相信他们不爱了。

很多时候，这种女孩哭闹，不是因为要挽回，对她们来说，破镜重圆和鱼死网破是一个概念，她闹，是不想白白失去。在她们看来，总要做点什么对得起感情的付出，也要做点什么惩罚对方的离开，她们心中衡量的，是所谓代价。

可这是何苦呢？折磨别人，折腾自己，就是唯一紧抓不放的理由吗？

没有考上好大学的，如果不甘心，或许会一次又一次复读。每一次她都把自己的目标定得更高，她觉得，只有这样才能对得起前几年的复读。

没有找到好工作的，如果不甘心，或许会一次又一次跳槽。每一次她都认为自己的位置不够好，她要对得起跳槽所浪费的

时间和精力。

“对得起”，为了对得起自己的付出，很多人就想方设法地让自己的“不甘心”变为“甘心”。可是，哪来的那么多“不甘心”？

## 2.不要阻挡对方看更美的风景

多少人离婚的时候怒气冲天，动不动就拿家中的易碎物品出气，好像砸烂了这些爱情的见证才是毁了对方在自己头脑中的印记。

见到对方的时候，恨不得一口唾液喷在对方脸上，淋漓尽致地大喊一声：“滚出去！”这才算是解了气。

即使过不下去，劳燕分飞，也不至于恨对方到如此地步。真正的原因，我想，除了恨，还是不甘心。

离婚？多跌面儿的事儿！在所有人面前宣告离婚，无异于告诉大家她没有爱的能力，她连一个家庭都维持不好。

很多事情本是家庭内部矛盾，一旦离婚，家中所有的丑事都暴露在外人面前。亲朋好友往往还会乱加猜测，众说纷纭。谁愿意把自己的家中丑事和盘托出，成为别人茶余饭后的闲谈？

既然如此，倒不如破罐子破摔。于是，报复前妻的，骚扰前夫的，一次次闹到法院对峙法庭的，这样的事情层出不穷。

何必把两个原本可以安稳生活的人的处境，弄得如此不堪？

对于苦追不到的人和违背意愿的事，我们能否“放一马”？

大学没考好，没关系，大可以考研究生时考取一所理想中的学校。如果没有勇气面对你的大学，你还有什么勇气面对将



来残酷、现实的社会？

工作不够好，没关系，先安下心来做上一阵子，当你学会了足够的知识和技能再跳槽，找到好工作的概率会更大些。

恋人要分手，如果挽留不回，就无须强求。后退一步，和平分手，不要让你成为他更好发展的羁绊，不要耽误他找到更好的爱他的人。放开他，也是放你一条生路。也许，离开他后，你也能看到不一样的风景。

爱人要离婚，如果多年的感情和你们的孩子无法阻止他，就顺其自然吧。他有权利追求自己的幸福，你也一样。

不必摔摔打打，这样只会增加你们之间的怨恨。已经恨了，就此打住吧，不要再给恨意加上一顶有毒的冠冕。

当你转身离开时，你可以满含笑意地对他说一句：“我会逐渐淡出你的视线，因为，我不想阻挡你看更美的风景。”

你再看他时，他一定惊讶得睁大了双眼，感动之情充溢心间。他也许也会报以一笑，轻轻说声：“我不在的日子，你也保重。”

所有的埋怨、恼怒和不解都在这一刻烟消云散，要离开了，就请为彼此保留些美好的回忆吧。最后的这句话，送给你曾经最在乎的他，这，才真正对得起你的付出。

你们各自走上了一条新的道路，心中的爱却丝毫不减。你还记得他曾经对你说的话，因为爱，他才放开了你。

## 笑口常开但别逢人就开

很多人说：爱笑的女生，运气不会太差。这话有道理，但笑口常开是爱笑，不是每时每刻毫不收敛地笑。

爱笑是保持乐观的姿态，是积极向上的生活趋势。但我见过这样的女生，一点脾气也无，随时摆出一副逆来顺受的呵呵笑表情，让人觉得无害的同时，也让人觉得傻和天真。

像偶像剧中的女主角，嘴角堆满笑容，忍耐无极限，常做出善良到自己承受后果的犯傻举动，然后赢得高冷男主的青睐。

现实不是偶像剧，没那么多犯傻之后的英雄救美，傻就是傻，没人愿意跟一个懦弱无脑的女生在一起受折磨。智慧女生，毕竟还是抢手货。她聪明，就懂得经营爱情，懂得制造情调，懂得享受生活，时刻保持神秘感和新鲜感，让身边人不觉得倦怠。

而那些始终如一的堆笑者，则不具备这样的能力，因为她们连自己的表情都学不会管理。



我身边还真有这么一位，她是外系的一名教师，上课一点威严也没有，同学们再怎样举止过分她也不加管束。看着班里炸开花，她唯一能做的，就是在嘈杂的课堂上讲一个根本没人听到的冷笑话，然后她被自己逗笑，兀自笑开来，弯腰捂肚子，肝儿颤。然后同学们的声音就稀落下来，仰头望她，不知道发生了什么。

连她自己也对台下的突然安静感到莫名其妙，可这招就是屡试不爽。

她的笑话实在太冷了，冷到所有人还翘首期盼，故事就戛然而止。比如她说，我今天来的时候竟然没带杯子。然后她顿一下，似乎想要表达什么，可几秒钟过去，她什么也没说，反而笑了。她的笑能一波波袭上，被自己的笑逗笑，接着再笑。

这样的人真神了。

我去旁听过她的课，环境嘈杂不堪，不像课堂。但只要她开始笑，学生就安静下来，我问他们，他们说，是想看她怎样毁坏一个冷笑话的。

他们对她并不尊重，反有几分不可思议和轻度鄙夷，他们说：“小白老师的世界我实在搞不懂，我不喜欢她的课，我甚至怀疑她这大学老师的身份是怎么来的！”

有人已经开始怀疑她的专业性，而且，还给她取了外号“小白老师”，这里面的“白”，是头脑空白的意思。对一个老师来说，这应该算很失败的职业评价了。

作为一名教师，恐怕威严是必须有的，尽管你实在性子温和，不会发怒，也完全可以面无表情凝视不语，这样，还能有



几分威慑力量。

课堂纪律都整理得一团乱麻，还怎么往下授课呢？

### 1.精神放松不可过度

随时随地想笑就笑和不分场合想哭就哭一样，不懂管理情绪的人都是透明人，能被人一眼望见底。

女人想要获得尊重，首先需要懂得管控，而不是不加节制随心所欲。精神可以放松，但一定要行动有素；不需要一丝不苟，但一定要精致灵动。

灵动的女生是什么样的？我也见过。她同样是一名教师，当然不同于小白老师那样，她喜欢随意穿搭，但颇有个人风格。比如一条白色素裙子，脖上挽条淡青色长围巾，右腕搭条细细的檀木手串，整个人看起来异常干净，又显得很灵秀。

小白老师则是一丝不苟的着装，T恤、外搭、裤子、高跟鞋，但是很板正，也混于众人。太多人都这样穿搭，看得多了，连我一个女生都产生视觉疲劳。

白裙子老师不常笑，她总抿紧嘴唇，表情淡然。但是她一笑，台上就光辉四射。在我们看来，她的笑容难得，可遇不可求。

她不常笑，但心态达观。手腕过敏起疹的时候，她会旧年的丝带系在手腕上，不妨碍美的观感，用她自己的话说，这也是她对我们的尊重，她怕丑陋的皮疹让我们看起来不舒服。

有的同学生活困难，白裙子老师心里知道，也并不表达。她从侧面得知对方生活费快用尽，拮据的时候甚至没钱吃饭，