

陈水墨◎著

只有回不去的 过往 没有到不了的 明天

上帝只会给你过得去的坎，
再不好过的生活，再难过的坎，
你咬咬牙，也就过去了。
不管遇到了什么烦心事，
都不要自己为难自己，
过了今天，明天自然会来。

你所浪费的今天，
是昨天死去的人奢望的明天；
你所厌恶的现在，
是未来的你回不去的曾经。

中国商业出版社

只有回不去的

过往

没有到不了的

明天

陈水墨◎著



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

只有回不去的过往 没有到不了的明天 / 陈水墨著. —
北京: 中国商业出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5044-8663-9

I. ①只… II. ①陈… 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 (2014) 第 161570 号

责任编辑: 侯燕平

中国商业出版社出版发行

(010-63180647 www.c-cbook.com)

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京航天伟业印刷有限公司印刷

*

880×1230毫米 32开 8.5印张 200千字

2016年4月第1版 2016年4月第1次印刷

定价: 35.00元

★ ★ ★ ★

(如有印装质量问题可更换)

前言

最近一位在商场拼搏多年的前辈忽然得了重病，躺在医院里。我去看他时，他正凝望着窗外。良久，他回头看了我一眼，招招手让我走到他身边，叹了口气说：“我才知道，这城里也有这么美的景色啊，以前忙得像只陀螺，根本来不及欣赏。现在，虽然病了，倒感觉畅快多了。这小小的窗户给了我一个大大的世界：一片灿烂的朝霞，一轮火红的夕阳，一抹飘逸的白云，一缕凉爽的清风……这么美好的东西，可惜，我拥有得太晚了。”看着老人家面露遗憾的神情，我也陷入了沉思。或许，在人生路上，我们走得过于急切了，以至于忽略了生命中真正的幸福。

社会经济的迅猛发展，给我们带来了丰富的物质享受的同时，也给我们带来了精神上的压力。我们在这个烦乱繁杂的世界里随波逐流，浑浑噩噩地带着所剩无几的梦想，为金钱，为名利，为一座没有生命的房子一个未知的恋人而埋头拼搏。因为整天忙忙碌碌，我们来不及听听自己的心声，也无暇了解自己心底最真实的需求。许多人，就这样在马不停蹄的追逐中痛苦地过完了一生。

我见过太多人因为沉重的生活而苦恼。太多人，毕生的追求都是两个字：成功。我们想要拥有一份收入颇高的工作，将其作为终身事业，在最繁华的城市买一套安身立命的房子，购置一辆时下最炫酷的车子，再找一个各方面无可挑剔的爱人，生一个漂亮的孩

子，给他最好的教育，这看起来，就是非常成功的了。当然，这些追求也是非常合理的——这简直是我们的基本需求啊！

然而，在竞争无比激烈的今天，对于没有任何经济基础的我们来讲，这些看似很简单的梦想，却成了遥不可及的幻想。我们想要好的事业，可什么才叫好呢？有人说，驰骋商场，成为金融界叱咤风云的人物，这才算是好事业。而只有拥有这样的好事业，我们才可能拥有好的房子、车子、恋人、孩子……反正，一切都是由经济基础决定的。可是，平凡的我们，怎么可能顺顺利利地拥有这样的事业呢？于是，我们走上了这一条道路：急匆匆地追逐心目中的成功，连喘气的机会也没有。我们的人生因此变成了一场无休止的角逐，我们就在这样一种生存模式下，疲惫不堪地走完了一生。

我想，翻开这本书的你，也许也正处于这样一种状态中，不停地赶路，却无暇享受生活中的一切美好。那么，不妨静下心来，把我赠予你的这些文字细细地读下去，也许，你会在这令人压抑的生活牢狱中找到一个出口。你小心翼翼地走出来后，会发现，微风轻柔，阳光和煦，你恍然大悟：原来生活还有这样一种状态。

这个出口很容易寻找，它不在外面的大千世界中，不在纷扰的人世间，它就在我们心里。在我们快马加鞭地奔向终点时，不妨听听自己的心声，你真正想要的是什么。你蒙着头和所有人一起追名逐利，却不曾想过，这是否能够给你带来幸福。而我想告诉你，在你策马疾驰的同时，你恰好把途中的幸福抛在身后了。我们需要为拥有更有质量的人生而奋斗，但不必这么匆忙，安步当车也是一种别样的生活姿态。

或许你想要成功的愿望太强烈，你不愿让自己缓缓靠近目标，

你有着满腔热血，希望一鼓作气地拥有一切。那么，你完全可以按照自己的意愿去行动。只是，我期望着，你在奋斗的同时，不要将那些近在咫尺的幸福遗落在途中。不妨偶尔停下来歇一歇，享受一下自己奋斗得来的一切，这会让你倍感充实，自信满满。

我让你歇一歇，并非阻挡你朝梦想前进，而是想告诉你，偶尔歇一歇，并不意味着停滞不前，而是整理好自己的行囊，以便更顺利地赶路；偶尔歇一歇也并不是躺在床上蒙着头睡懒觉，而是为了养精蓄锐，更加轻松地到达终点。也许生活真的如你所说，举步维艰，你必须一刻不停地迈脚步，否则就会落后。不过，若是你在艰难行走的同时，偶尔抬头看看路旁的风景，看看与你携手共进的人们，你会瞬间热泪盈眶。你会感到原来生活是如此美好，原来你并不孤独。

有人说，我们每个人都是人生大舞台上的演员。其实，我们何尝不充当着观众的角色呢？人生怎可只有演员，而无观众？我们在尽心竭力演出的同时，还要带着平和的眼光去欣赏别人的表演，欣赏这个大舞台，这才是生活的本真。人生的本源意义并不在于丝毫不懈怠地劳顿终生，而在于悠闲自得地享受生活中的种种幸福。倘若我们只是将短暂的生命抛掷在虚无奔走的途中，我们的人生也会毫无色彩。

慢慢地走，欣赏这个世界，不仅需要外在的生理感官，更需要一份平静安慰的心态，需要细腻而敏锐的眼光，需要能够感知事物美好内在的心灵。只有这样，我们才能够发现生命中千姿百态的美，才能够品味生活醇美的滋味。

我创作本书，并非为空喊励志口号，亦非向大家呈现一部人生

工具书，而是带着一颗诚挚的心，与各位读者一起对生活进行细致的探讨。我希望诸位能够对我主张的这样一种人生状态给予肯定：脚踏实地地追求梦想，畅快淋漓地体验生活，平静安稳地感受幸福。

这是一部献给所有在人生路上永不停歇地奋斗着的普通大众的心灵指南。

目录

第一章 累了，歇一歇再出发

002 / 歇一歇，是为了走得更远

014 / 那些驱使你前进的欲望

020 / 真性情才是最生动的

025 / 我们都在预约幸福

029 / 藏在抽屉中的那些梦

第二章 步步为营，成功不会一蹴而就

034 / 走得快，不如走得稳

042 / 在你的地图上标好前进路线

046 / 借风扬帆，抵达彼岸

052 / 将沉睡的目标唤醒吧

061 / 瞻望还是凝视

第三章 放慢脚步，欣赏沿途的风景

074 / “慢慢走，欣赏啊！”

079 / 恣意品味生活，不亦快哉

083 / 沉醉其中，不必醒来

088 / 爱，是旅途中最美的风景

第四章 不必急切，你总会有路可走

104 / 万物都在流转，你何必固守阵地

112 / 你不勇敢，没人替你坚强

122 / 打开手掌，看看你掌心的指南针

第五章 淡然处世，不要急功近利

134 / 旅途太拥挤，你怎么可能畅行？

139 / 自由地去追逐那些“没用”的东西

144 / 别让你的爱好穿上功利的外衣

150 / 你就是你，何必与人攀比

155 / 这是一场爱情与金钱的厮杀

第六章 别急着赶路，等等你的灵魂

164 / 心若没有栖息的地方，到哪里都是在流浪

173 / 自由放飞你的灵魂吧——致我们的天使

180 / 让你疲惫不堪的，是你自己——致我们的骑士

188 / 停步是为了抚慰心灵，而不是吊唁爱情

第七章 珍惜现在，幸福就在当下

198 / 每一天都是奇迹，每一刻都值得珍惜

207 / 与幸福相对而坐

214 / 幸福本是寻常事

218 / 最好的年龄才刚刚开始呢

223 / 美景若变成飘进眼底沙子，你终会哭泣

第八章 别把最初的梦想遗失在路上

230 / 多年后的那个你，一定会感谢现在拼命努力的自己

238 / 活着，还是独特地活着

244 / 我爱你，更爱独立的自己

250 / 喜欢你拥有的，拥有你喜欢的

255 / 失败不是梦想的“回车键”

只有回不去的过往
没有到不了的明天

Part 1

累了，歇一歇再出发

歇一歇，是为了走得更远

你真的想沦落到“路远马亡”的境地吗？

真不愿意在本书的开篇说这样令人遗憾的事情，然而，这又是一件真实的事情，并且是许多人即将面对，甚至是正在面对的事情。

就在不久前，我接到一位朋友的电话，电话里的声音沉痛无比，她说：“我爸爸得了肝癌，晚期……已经时日无多了！”听到这个消息，我感到无比意外和震惊。因为在我的印象里，这位朋友的父亲是一个特别健壮、风趣幽默的人。难以想象，这位看起来浑身都有使不完的劲儿的叔叔竟然已经奄奄一息地躺在了病床上。

朋友告诉我，他爸爸本身就有慢性肝炎，由于长期操劳，缺乏休息，才导致病情恶化，以至于癌变了。我想起来，朋友以前就经常提到，她的爸爸是一个特别忙碌的人，每天都在外面奔波着，一年难得见他几次。不过，经过数十年的打拼，他们全家也都过上了非常富裕的生活。

朋友经常劝自己已经快步入暮年的父亲放下手中的事业，找个

山青水秀的地方安顿下来，颐养天年。可是他父亲是个在快节奏的生活和工作中奋斗惯了的人，怎么也不肯听，还趁机教训自己的女儿说：“人不能不思进取。‘生命不息，奋斗不止’，你们这些年轻人根本不懂奋斗。”可惜的是，这位在工作上忙活了一辈子的老人家，带着自己未竟的事业躺在了病床上。

我忽然想起以前看过的一篇题为《走累了歇一歇，别太匆匆》的文章，作者的姑丈与我这位朋友的爸爸的经历极其类似，都是一生都投入事业中，最后带着一身疲惫和病痛躺在冰冷的病床上。在感慨人生无常、命途多舛之时，我陡然意识到，人们每天为了取得心中的成功而奋不顾身地前行着，最终却不知道自己是为了什么而前行。就像许多人一样，恨不得一天24个小时都用在事业上，恨不得在一瞬间就从一贫如洗变得腰缠万贯，而到最后，即使他们获得了事业上的成功，也丧失了生活中的幸福。

文章里写道：“姑丈总是来匆匆，去匆匆，匆匆的步伐，匆匆的神色，匆匆地说话……”其实，我们不也是这样吗？我们每天匆匆地起床，匆匆地吃饭，匆匆地乘车去上班，等到一天下来，已经累得没有丝毫精力去为自己的生活做打算了。这样一复一日地忙碌着，我们连自己的亲人都顾不上，更谈不上去领略什么有趣的事物。更要命的是，人们都纷纷效仿那些“大忙人”，好像忙碌就一定意味着成功，只有忙碌才是有价值的，只要闲下来就是“大懒虫”。但是，忙忙碌碌真的就是生命的意义吗？作者的姑丈直到弥留之际，才表现出了对生命的渴望，他说：“其实我是多么舍不得走，多么渴望能够有机会跟以前一样歇下来，同家人团聚，与友人欢叙，尽享天伦之乐，过恬静而闲淡的生活。”当我们挣得了巨大

的财富，却已经来不及享受的时候，我想，我们大概就会与这位作者的姑丈一样，对生命产生莫大的遗憾吧。

生命有舍才有得，虽然未必舍弃多少就能够得到多少，不过，如果将行囊塞得满满的，什么都不愿意舍弃，就一定得不到新的东西。现代人的生活节奏快、压力大，人们一边马不停蹄地赶着路，一边抱怨着“累啊，好累啊”。但是尽管他们疲惫不堪，仍然不愿意停下来梳理梳理心情，保养保养身体。因为大家有太多东西舍不得：舍不得一个月上万的工资，舍不得手里还未完成的项目，舍不得让竞争对手超过自己，舍不得让别人占了便宜，钻了空子……然而，我们为了这些付出了太多，以至于整个生命都让这些事物占尽了。

我们这样不顾一切地冲向所谓的成功，真的值得吗？等到我们付出一切，我们也许真的会达到目标，不过，在终点守候我们的，可能还有疲惫与后悔。有时候，看到都市里人们来去匆匆的身影，我真想对着他们大声喊一句：“别这么匆忙了，你们到底在急什么？停下来歇歇吧！”

歇一歇并不意味着停滞不前，而是整理一下自己的行囊，以便更好地赶路；歇一歇也并不是躺在床上蒙着头睡懒觉，而是为了养精蓄锐，更加顺利地到达终点。

听到我这样说，你也许会拍案而起：“你真是站着说话不腰疼啊，你停下来歇一歇试试看！不知道有多少人正等着你下马，他们好趁虚而入呢。再说了，我还要赡养父母，养育儿女，这些钱，谁给？”的确，只有事业能够帮我们解决这些问题。但是，人就如一辆汽车，行驶一定公里就必须检修，否则，等我们在途中遇到

坎坷时，可能就没有精力去应付了。其实你自己想想，这种永不停歇的忙碌之人，所失去的东西似乎总比得到的更多：没时间陪伴家人，失去了亲情的呵护；无暇去做自己喜欢的事情，失去了生活的乐趣；没有时间进行思考，失去了自我最独特的思想……甚至连健康也会慢慢地远离你。最后，你可能会沦落到“路远马亡”的境地。

停下来，歇一歇吧，你暂时可能会失去一些东西，但是要知道，你又有力气去获得更加长远的利益了，何乐而不为呢？

人生，真的没那么急迫

现代人都在各自的航线上急匆匆地追求着一些东西，没有一刻敢让自己停下来，仿佛所有东西都是稍纵即逝的，必须时刻把握。当然，生命是如此珍贵，我们应该将它的价值延伸至最大。不过，谁说越急切，生命就会越有价值了？细水长流才能永恒而缓和地滋润田地，一下子倾泻而出，只会导致洪水泛滥，成为灾害。

与许多人一样，我也总想在一瞬间实现所有的梦想，然后手忙脚乱地去行动，把自己弄得身心俱疲，最后发现许多想法都无法即刻实现，便慢慢地变得无比焦虑，甚至懈怠下来。令我感到焦虑和慌乱的急切想法太多了，我的英语口语一直没什么进步，以至于我的外国朋友常常笑话我；我正要写一本书，可是到现在还没什么头绪；我多年前学过国画，现在想把爱好捡起来，可是连毛笔都控制不了了，我有许多梦想，可是都来不及实现。我希望让父母住上豪华的别墅，希望自己站在万众瞩目的演讲台上演讲，还希望成为

最伟大的作家，每当想到这些，我的心里就开始无比急躁，我只好逼迫自己马不停蹄地去努力。最终，我的努力并未产生预料中的效果，于是我开始责备自己，开始感到迷茫和不安……

有人拿着计算器“啪啦啪啦”开始按了：“以现在人的身体素质来看，一个人平均可以活75岁，其中，睡觉和吃饭加起来要占用35年，堵车走路要占5年，洗漱打扮要占5年，上网聊天要占5年……生病住院占2年，发呆占1个月，因为暗恋而纠结要占1年，最后，只有7年时间是用来做正事的，这7年时间，完全不够用嘛！”这个答案的确有些残忍，以至于有一段时间我都对它深信不疑，并不断地催促自己：“还在等什么呢？你一点喘气的机会都没有了。”于是，我担心无法完成生命的使命，担心梦想变成空想，担心来不及得到自己想要的东西，生命就这样没了！

就在我为自己的这些想法不能及时实现而心烦意乱的时候，有人给我发邮件咨询道：“我已经25岁了，家里不停地催促我结婚，可是我现在连个男朋友都没有。有时候我恨不得随便在街上拉个男人回家算了。”其实，这样的咨询我听到过很多，以前，我总是告诉她们怎样快速而准确地寻找到一位能够相伴的男士。我手里有着许多不错的法子，来教这些女孩找到一个白马王子。但是，这次我的头脑里忽然萌生出这样的想法：“你真的这么急着结婚吗？连爱情和婚姻都这么匆匆忙忙，这不是太辛苦了吗？”的确，古人说，缘分不可求，遇到才是缘，可是现在的人都手举着标着金钱、地位、相貌等硬件要求的牌子，恨不得立刻就有各方面条件都无可挑剔的人出现在面前，说：“走走走，我们结婚去吧。”我想，正是因为这种急切的心理，导致现在闪婚闪离的现象层出不穷吧。

其实，迟点结婚又有什么关系呢，说不定过两年你就可以遇到更好的呢。想到这里，我忽然豁然开朗，没错啊，那我又干嘛为了那些梦想而急不可待呢？我的英语口语是无法在一瞬间就学好，不过这并不影响我的生活啊；我不可能在一年之内就出一本优秀的著作，这又如何呢？好的作品本来就要靠丰厚的底蕴来作为基础的嘛；我是没有办法很快就学会国画，但是这只是我的爱好，有什么关系呢？我的父母在老家住得挺好的，也许他们还住不惯别墅呢，我也不用急；我每天都在朝着理想迈进，每天都有新的收获，我想，成为一名出色的作家并不难。我告诉自己，一切都可以慢慢地来，生活的底气不就是锱铢积累而来的吗？这样一来，我忽然觉得无比地轻松，觉得以前的焦虑和烦躁完全就是自找的。我终于可以轻装上阵，带着希望重新起航了。

我的一位朋友兴冲冲地告诉我：“我开始学古典舞了，老师说，我三个月就可以学会了。”

“时间这么短，能学好吗？”我有些疑惑不解。

她得意地答道：“是速成班。谁愿意花那么多时间在这样的事情上。”

后来，这位已经过了学舞蹈最佳年龄的朋友，在一个星期之内经历了压腿、抬腿、弓腰等各种魔鬼式训练，快把她折磨得不成人形了，大腿内侧到现在还是淤青的。她终于向我诉苦了：“天哪，我真应该慢慢地学，这种魔鬼式训练方式简直让人吃不消啊。”最后，她只好无奈地放弃了学习古典舞的想法。

走在街上时，总会看到一些培训广告标识牌，“钢琴速成班”、“写作速成班”、“一个月内，让你成为绘画大师”……诸如此类，