

其实你拥有一切，什么都不缺

Qi shi ni
yong you yi qie
shen me dou bu que

五堂人生的必修课
翻转生活中的迷思

慕容若兮
MAIRONGRUOXI
著

不自寻不必要的烦恼，

学会减少、放手、遗忘。

青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE



其实你拥有一切,什么都不缺

Qí shí nǐ yōng yǒu yī qiè
shén me dōu bù quē

慕容若兮 著

五堂人生的必修课 翻转生活中的迷思

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

其实你拥有一切, 什么都不缺 / 慕容若兮著. — 青
岛: 青岛出版社, 2016. 5

ISBN 978-7-5552-3713-6

I. ①其… II. ①慕… 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051699号

书 名 其实你拥有一切, 什么都不缺

著 者 慕容若兮

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5月第1版 2016年5月第1次印刷

开 本 32开(880mm×1230mm)

印 张 8

字 数 100千

书 号 ISBN 978-7-5552-3713-6

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

其 实 你 拥 有 一 切 ， 什 么 都 不 缺

目 录

c o n t e n t

001

关于生活



About life

053

关于欲望



About desire

其 实 你 拥 有 一 切 ， 什 么 都 不 缺

101

关于物质



About matter

143

关于感情



About feelings

217

关于内心



About heart

后记 ... 249

其 实 你 拥 有 一 切 ， 什 么 都 不 缺

关于生活



About life

别人的朋友圈

/ 1 /

国庆节的时候我做了一个囊肿手术，因为没有拆线，便没有出门旅行。躺在病床上的人是最无聊的，于是翻看微信朋友圈就成了我每日必做的功课。这个假期，老张去了泰国，老王去了云南，老李去了张家界，朋友圈里千奇百怪晒风景，别出心裁秀恩爱。

没出门的大云来看我，见我刷朋友圈，忍不住开口道：“真羡慕那些有钱有人又有时间出去玩的人。”

大云是我为数不多的几个从初中开始交往到现在的朋友，她为人实在又善良，唯一的缺点是有点爱钻牛角尖儿。她点开我们一个共同朋友的微信相册，这个假期

朋友和老公、儿子一起去了海南，蓝天白云，大海沙滩，一家三口笑容满满，甜蜜可人。

“看看人家这日子，这才叫生活。哪里像我，没钱也没人陪！”大云自嘲地笑笑。

我低头看着照片上这个女子灿烂的笑容。可是谁又能想到，就在她准备出门玩的前几天，她和老公还因为行程问题大吵了一架，老公一怒之下给了她一巴掌。她跑到我家跟我哭诉，我也很是心疼。她说自己结婚六年，和老公的关系一天不如一天，两个人经常发生争执，稍有不如意，就是拳打脚踢。现在，她的精神近乎崩溃，身体也出了问题，就连在睡梦里，两个人都在吵架，甚至会梦到自己用棍子把老公狠狠地揍了一顿。

然而，她的这些痛苦，却不为人知。

在当今的社交媒体上，每个人都在积极热情地向别人展现自己生活积极向上的一面。与此相反，那些不愉快、不顺心以及黑暗的一面，人们却用委曲求全和遮遮掩掩的方式隐藏。似乎只有这样，人们才能证明自己生活得多么幸福，多么值得他人艳羡。

虽然每个人都知道这样不好，但是每个人几乎都在这样做。用老话说，这就是“打肿脸充胖子”。

当你打开形形色色的社交软件，浏览朋友们的信息时，是不是总会心里难受？凭什么自己的生活不如意，

而他们却这样幸福呢？

每当这个时候，你是不是总是愤愤不平，原本的好心情也变坏了呢？

/ 2 /

我家先生有一个同学，房子跟我们买到了同一个小区。他们结婚那天我们都去了，女方家里很有钱，送了几十万的汽车。我们私下都在说，这小子可真有福，一下子省了买车钱，媳妇家再陪送点嫁妆钱，这小日子，一下子就甩了我们老远。

度蜜月俩人去了巴厘岛，看他发的照片都是美景美食加美女，更有各种秀恩爱。我在家里跟先生聊天，也忍不住酸溜溜：“看人家，这么浪漫，还在沙滩上摆蜡烛，当年你对我可没有这么用心。”

先生伸手把页面给我关上：“这才到哪里，真正过日子哪里有这样的，每天都这么激情，还不得把人累死！你呀，还是洗洗睡吧！”

再后来也常见他们二人同进同出，可是渐渐地，我们就只看见女的一个人开车上下班，而他却骑上了他结婚前骑的小电动车。

直到有一天，他提着酒来我们家吃饭。酒过三巡，

人微醉，我问他怎么不开车上下班了。他将手里的筷子重重一放，眼圈微红着跟我说：“嫂子，人家看不起咱啊！那车，是人家娘家给闺女买的代步车，跟咱半毛钱关系都没有！兄弟我连把钥匙都没有，想开车还得看她心情好不好！我这心里，憋屈啊！”

他一番哭诉，让我和先生面面相觑。

再后来，便听到了他离婚的消息，我们唏嘘不已。

我们最常做的事情，就是把别人的幸福放大，放大到往往会忽视其背后的那些苦难，所以认为别人的生活怎么看都是幸福的；在看待自己的生活时，我们总喜欢缩小自己的幸福，放大自己的烦恼，所以我们对自己的生活总有太多的不满。

/ 3 /

虎妈给我打电话的时候，我正撅着屁股蹲在树下陪六姑娘观察蚂蚁搬家。

虎妈说亲子中心最近开设了一个与逻辑思维有关的课外辅导班，呼唤我和她一起带孩子报名听课。我低头看了看才三岁的小屁孩，想象着逻辑思维这个复杂的词语，想来想去，觉得这个词怎么也扣不到她的头上。见我犹豫，虎妈索性问了地址杀过来。

二十多分钟后，虎妈出现在我们娘儿俩面前，二话不说，就把那大屏手机塞到我手里：“看看人家的孩子！逻辑思维有多重要，多重要！”

虎妈的朋友圈简直就是一个小型亲子教育基地，里面的照片都是某某孩子通过什么什么教育获得了什么什么奖，感谢什么什么培训锻炼了孩子什么什么思维，一张张照片看得我目瞪口呆。虎妈伸过头顺手点开其中一个好友，照片上的女子怀抱孩子，手拿奖杯，一脸灿烂。

“这个是虎子的同学，他就是通过逻辑思维训练，获得了这个奖项！啧啧，怎么样，要不要一起去听听课？不要让孩子输在起跑线上啊！”虎妈一脸期待地望着我。

我摇摇头，指指正在拿树枝戳蚂蚁洞的六姑娘说：

“我小时候，我妈常拿我和大表姐比较，表姐考了多少多少分，表姐怎样怎样。我特别讨厌这种比较，因为每个孩子都是独一无二的。你只看到了照片上的荣誉，又怎么会知道孩子是不是真正快乐呢？小孩子的天性就是玩，何必要在他们最快乐的童年里给他们添加这么多枷锁呢？我不去！”

其实我还想说：你何必活在别人的朋友圈里呢？

自从有了朋友圈，这种社交平台仿佛就成了神一样

的存在。我们通过和别人晒出来的东西对比，活在别人生活的世界里，也很在意别人如何看待自己。像虎妈这样，别人做什么自己就一定要做什么，别人拥有什么自己就一定要拥有什么的，大有人在。

我们总是盲目跟风，追求与他人一样的经历，希望自己能变得跟他人一样。然而，很多人却不知道，我们花了那么多时间在别人身上，最终的结果只能是失去了自我。

/ 4 /

周末的时候，我跟两个好友去逛商场给孩子们买衣服。不知道是不是抠门的思想作怪，自从有了网购，我就再也看不上商场里那些高价的童装了。我总觉得就是件衣服，孩子身体长得快，没必要白白浪费钱。可是同去的小月并不赞同我的想法，我们陪她在几个童装专柜前逛来逛去，最后敲定了一条299元的牛仔裤。

我低头看了看自己身上这条在某宝上买的100多块钱的牛仔裤，又看了看那条给两岁小屁孩穿的牛仔裤，真心觉得不值。

结账的时候，导购小姐亲切地问小月：“您是刷卡还是现金？”

小月想了想：“刷卡！”随即从包里掏出卡包，一张张翻起来。我伸过头去，好家伙，各大银行的信用卡俱全。

同去的燕子也忍不住多看了几眼小月的卡包，低声对我说：“真是有钱人啊！”

回到家，我翻了翻六月的衣橱，愣是没翻出一条超过100块钱的裤子，于是在微信上忍不住跟燕子吐槽：

“是不是我对六月太抠门了？看看人家孩子穿的，再看看我姑娘的，怎么感觉这么寒酸呢？”

燕子在那头笑话我：“被刺激着了啊！一个人一个活法，你做好自己就行了，想这么多干吗。”

我莞尔一笑。

知道小月出事是两个月以后的事了，因为透支信用卡过度，小月欠下了近百万的账款。为了还信用卡，她又借了高利贷，结果利滚利，反而让雪球越滚越大。她老公知道后，一怒之下和她离了婚，孩子跟了爸爸。为了还账，小月娘家只得卖了房子帮她把窟窿堵上。听到这个消息，我的眼前浮现出那天她拿出那些信用卡的情景。

世间诸事，皆有因果。

我和燕子去看小月的时候，她早已不是那个曾经充满活力和自信的女子了，我从她如同枯井般的眼睛里看

到了深深的懊悔。

回来的路上，燕子让我去看看小月自从结婚后发的朋友圈，看完后才发现，小月真正的改变是从她拥有第一件奢侈品开始的。那是一款爱马仕的包包，她在朋友圈发了自己提包的照片，然后写了这么一句话：女人一定要让自己过上有品质的生活。再往后看，相册里都是琳琅满目的名品，老公和孩子身上都是各种名牌，家装电器也是进口大牌的。我突然想到，她不过是一名普通的白领，老公是一名普通的职员，双方父母也是普通老百姓，是什么让她拥有了如此强大的财力和胆量呢？

大概，应该是信用卡和填不满的欲望！

燕子说，小月的儿子上的幼儿园是贵族式的，通过家长活动，小月和几个妈妈加了好友，从别人的朋友圈里，小月看到了自己与别人的差距。同样是孩子，为什么别人的孩子可以穿名牌，出入豪车接送，坐飞机到各地度假旅行，自己的孩子却不能拥有这些呢？过度的攀比让她昏了头，她透支了自己所有的信用卡，每次想要收手时，却发现自己已经在这个怪圈里无法自拔。

我们无法选择自己的出身，也无法选择自己的父母，甚至无法选择自己会长成什么样子。但是我们可以选择自己的工作，可以选择自己的朋友，也可以选择自己的另一半。朋友圈里最近总是流行这样一句话：圈子

不同，请勿相融。我们都有自己的一片天地，何必非要挤进与自己毫不相干的圈子呢？

照片上光鲜亮丽，就真的光鲜亮丽吗？那些透支而来的财富，就真的属于自己吗？其实，找对自己的位置，找准自己的方向，在这个物欲横流的社会里坚守自己的初心，才是真正的高贵！

/ 5 /

叶子姑娘人长得很一般，属于丢在人群里一眼挑不出来的那种，可她却是个有钱人。

我们俩的交情始于一次交通事故，她骑着一辆雅马哈电动车撞上了我的自行车。叶子姑娘很不好意思地跟我道歉，我们交换了联系方式，一来二去，我们俩就成了朋友。加上她微信后我才知道，原来这厮是个名副其实的有钱人，不过，也是一个与众不同的有钱人。

她买菜会讲价，出门会骑电动车，买洗发水也会货比三家，甚至买双袜子都要去批发商城。她父母经营一家铸铁工厂，老公也在里面工作，说白了就是家族企业，家里本来是想让她去自家工厂做财务，但是她愣是不愿意。她住在一栋三层小别墅，家里有好几辆车，甚至有自己的健身房。你以为她是米虫？大错特错！她是

某211大学毕业的高材生，是我们这里一家著名企业的财务总监，属于拿年薪的那种人。

我一直以为这种人应该是生活在电视剧里的，可是没想到在现实生活中还真有。穿上套装和高跟鞋，她是写字楼里的女总监。脱下这些，她就是日常生活中的平凡女子，爱做饭，爱臭美，还抠门。

说起她的抠门，我都怀疑她小时候有过一段悲惨人生。吃火锅的时候，她总是默不作声地把剩下的菜打包，把调料打包，甚至带走剩下的几张餐巾纸。

我笑她小气，她却笑笑跟我说：“你是不是觉得有钱人就得大口吃肉大口喝酒，肆意挥霍，视钱财如粪土？”

我说：“难道不是？”

她一边开车一般跟我说：“你们都被电视剧带坏了，天上没有掉馅饼的事，财富也不会凭空而来。你不知道，我其实挺羡慕你的，因为你不用操那么多心。可我们不行，几千人的公司，我们要是不用心，就会有很多人吃不上饭，没有工资拿。不是所有有钱人都特别逍遥。我这个星期回家看我爸，他为了周转贷款的事，头发都快白透了。其实我挺心疼他的，你想，他要是一个普通的小老头，这个时候也应该退休回家，含饴弄孙了。可是他不行啊，他还得为工厂里大大小小的事忙

碌，真是人前显贵，人后受罪！”

她说这些话的时候，我真想把小月喊过来听听。财富这个东西，从来都不会轻易得到的，那些有钱人的背后，是你看不见的忙碌和辛苦。你看到的是别人晒在朋友圈里充满阳光的日子，可是你却没有看到照片背后的那些汗水和泪水。只有真正付出过，才懂得财富来之不易。

抠门的叶子姑娘，依旧爱骑着电动车到处溜达。而出手阔气的小月，衣橱里全是名牌。我们常常会通过别人的外在形象来判断一个人，却往往会在相处之后惊讶地发现，原来他并没有看上去那么光鲜亮丽。我们常常会羡慕一个人很有钱，但是经常会在深交之后明白，原来有钱人也会羡慕其他人。

说白了，在这个社会上，谁的生活都不容易。外表光鲜的富豪，或许正饱受健康问题的困扰；美丽漂亮的姑娘，或许正为工作烦恼；开着宝马、戴着名表的人未必真正幸福，而骑着自行车一路狂奔的人未必不幸福。

每个人都有自己的烦恼，都会被生活所考验，都会被心里的欲望和需求淹没。你所看到的，仅仅是他们发到社交媒体上的生活，而那些生活，并不真正属于他们。所以，对于别人的朋友圈，大可不必太羡慕。

夜深人静的时候，刷刷朋友圈，看着那些光鲜亮