

祝想吃的 都梦到

只有人生这个梦，可以真由自己掌握

林特特 著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD.

只有人生这个梦，可以自由自己掌握

祝想吃的 都梦到

林特特
著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD

图书在版编目 (CIP) 数据

祝想吃的都梦到 / 林特特著. —南京: 江苏凤凰
文艺出版社, 2018.1

ISBN 978-7-5594-1413-7

I. ①祝… II. ①林… III. ①情绪-自我控制-通俗
读物 IV. ①B842.6-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第290325号

书 名 祝想吃的都梦到

著 者 林特特

责任编辑 孙金荣

策划编辑 孙小野

特约编辑 王 琳

责任校对 郭慧红

封面设计 赵 博

内文插图 瑞瑞君

出版发行 江苏凤凰文艺出版社

出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jswenyi.com>

印 刷 三河市嵩川印刷有限公司

开 本 880毫米×1230毫米 1/32

印 张 9

字 数 177千字

版 次 2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5594-1413-7

定 价 39.80元

(江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

Contents

目 录

Chapter One

做自己 情绪的 主人

别把时间浪费在情绪上 / 002

给我一罐巧克力糖 / 007

坏脾气妞进化记 / 014

远离让你感到自卑的人 / 020

每天告诉自己一遍，我是幸运儿 / 026

你手中的西窗 / 034

一张“艺术人生”的高脚凳 / 040

上帝来信 / 045



Chapter Two

将时间 用到极致

一周一点爱恋 / 052

谁在安排你的生活 / 056

最忙的人 / 063

去哪里找一张安静的书桌 / 067

生过孩子的女人赢在哪里 / 072

Chapter Three

为自己的 情感解锁

靠得住的浪漫 / 078

最爱 / 082

像成年人那样爱 / 087

当优秀成为一种惯性 / 095

告别 / 100

谢谢你出现在我的生命里 / 109



Chapter Four

握住一片
自己的
天空

生一场拉响身体警报的病，是福气 / 116

如何变成一个美人儿 / 123

计步惊心 / 130

片刻逃离 / 136

用生命聊天 / 143

那些踮起脚尖的人 / 150

晓黎的三张桌子 / 155

如果你只有三分钟热度 / 160

Chapter Five

你就是 自己的梦

三十岁，你就完了吗 / 166

在喜欢的事上做第一名 / 172

还记得年少时的挫折吗 / 180

给自己变个魔术 / 189

后来，我们都成了亦舒女郎 / 198

志向远大的啃老族 / 219

多亏有了一个假想敌 / 228

Chapter Six

理想的 生活 在自己手中

夏天的事儿：一个季节的秩序 / 234

旅游的癖好 / 239

我尝过那拉提的五百种滋味 / 242

巴音布鲁克印象 / 252

祝想吃的都梦到 / 257

Chapter One

做自己情绪的主人



别 把 时 间 浪 费 在 情 绪 上

一次活动，提问环节，有位大学生抢过话筒。

她问台上的我：“如果回到十年前，你最想告诉那时自己的话是什么？”

我也拿起话筒。

沉吟一会儿，我说：“标准答案是‘早点儿买房’。”

现场爆发出一阵笑声，但我没说完——

“可十年前的我应届毕业生，即便有买房的意识，也没有足够的收入，所以，如果我能回到十年前，给那时的自己一句忠告，一定是‘别把时间浪费在情绪上’。”

笑声渐渐止住，阶梯教室一片肃静。

我对着一排排年轻的面孔，如对着十年前的自己，回顾。

十年前，我研究生毕业，在北京做一份出版社编辑的工作。

看似体面，实则压抑，老牌国企的暮气，如单位的长廊一样，每天下午四点，唯一的光源只有走廊尽头的一扇窗，灰尘在阳光下舞蹈，红木地板铺上同色地毯，阴郁、深沉，而在这之上的人们闲聊着，都在等待下班、等待退休。

努力策划的选题总也不过，不过的原因通常有两种——

市场上已有的，我们在重复，不能做。

市场上没有的，未经验证，也不能做。

初出茅庐的锐气在几次碰壁后，消失得近乎于无。

杂务很多，成果很少，办公室里的年轻人们常常着急忙慌地完成领导一时兴起下达的命令后，面面相觑，不知道明天要做什么，而未来又在哪里。

我还记得，每天晚上回家的抱怨。

说是家，其实是我和校友张合租的小屋。

刚工作的我们都有怨气，一说起工作就忍不住叹气，好几次我们都流泪了，但又互相羡慕——

我羡慕张在电视台做编导，做自己喜欢的项目。

张羡慕我有编制，电视台迟迟拖延她的相关待遇，令她气馁。

更多时候，我们不发一言，各玩各的电脑，张看电影，我泡论坛，愁眉苦脸，焦虑着，度过一夜又一夜。

最焦虑时，我不断刷新招聘网站，看看有无合适我的工作可以换。但其实所做的都是徒劳，我和单位签了五年死约，作为解决户口的代价。

最焦虑时，我不断研究有关法律条令，想知道如果违约，我需要赔付多少，研究明白也就绝望了，那代价实在是初入社会的我难以承担的。

最焦虑时，在外地做驻站记者的男朋友回来看我，我免不了扑在他怀里痛哭一场。

最初是安慰，而后是不耐烦，在假期结束前，他终于疑惑地问我：“你与其在这哭哭泣泣，为什么不干点实在的事儿？比如，你从前在学校时写了那么多文章，现在呢？”

是啊，读书时，我在各式BBS上写连载故事，曾每天写五千字，最多的一天写了一万二，连这个男朋友都是从粉丝变成恋人的。

现在呢？

男朋友又回驻地了。

毕业两年后，我才重新拿起笔，把长吁短叹的时间用来写作。

一夜又一夜。

写作之路抛开辛苦，算是异常顺利。

我很快在一家报纸开设专栏，继而在各式期刊上看见自己的名字，甚至等我终于可以换工作时，还去了其中的一家。

在这之后，心情也好多了，工作碰壁、觉得人生没有希望时，我就打开办公桌的抽屉，看样刊样报上自己的名字，鼓励自己，“你还是有优点的”。

我后来才发现，其实心情也没有必要不好，那些在本单位没有办法做的选题，只要认真、努力地准备，用别的方式在别的单位也能开展。

到后来，我成为一个热爱出版的人。

唉，我浪费了两年时间啊。

“现在看来，那些抱怨、焦虑、抑郁、一夜一夜的互相吐槽是最没有用的，”我追悔莫及，“其实我这十年等于八年。如果能回到十年前，我不会把时间浪费在情绪上。节省那些横冲直撞、唉声叹气的日子，去做改变，行动得越早，相信我的今天会越好。”

台下的学生们鼓起掌。

掌声稍歇，刚才提问的学生又站起来了。

“可是，有时真的很难过啊，坏情绪堆积时，如何排遣呢？

我们又不是木头人。”

我笑了。

“遇到问题就去解决，不知道怎么解决，就去阅读，去写，去运动，做一切可能做的事儿，找一张白纸，把能想到的、马上能操作的列出来，一一实现，就是不能让自己闲着，做才能改变，抱怨和哭都不能。”

那一刻，好像十年前的自己真的又出现在自己面前。

祝她好运。

给 我 一 罐
巧 克 力 糖

—

一个周末的下午，我接到一通电话。

在此之前，我靠在沙发上，腿上搁着本小说，热茶离手十公分，阳光明媚，岁月静好。

来电打破了这一切。

对方是位熟人，她的声音尖锐，语气不容置辩。她来质问的事儿听起来可笑——一个项目，我们曾共同竞争过；之后，我动了场小手术，自动退场；现在，项目进入第二季，甲方通知她不用继续跟进，她理所当然地认为是因为我的介入。

“你真卑鄙！”挂断电话前，她愤愤道。

自始至终，我都没机会插嘴，我忙着在她激动的表达中拼凑事件的经过。

说实话，如果不是她告诉我，我根本不知道项目还有第二季，更不知道，她与此项目绝缘。

等我反应过来，拨电话过去，她已经关机。

我再发消息，对话框内弹出一条淡灰的字条，显示我已被对方屏蔽。

委屈、愤懑、感觉莫名其妙。

我气得在房间里来回踱步，小说被扔在地上，同时被扔的还有沙发靠枕。

一个美好的下午，就此报销。

等我绕了几圈，绕回沙发前，看见茶几上有一罐糖，我大力拧开盖子，抓起其中的一颗，撕破糖纸，塞进嘴里，咬牙切齿地嚼，瞬间，平静了。

糖，没有任何特别。

只是在大力咀嚼下，硬的糖衣里流出软的巧克力浆液，在舌

尖铺开，有点儿凉，让我的口腔极速降温。

我忽然想起，这罐糖还是我过年时买的年货，今天才吃第一颗。

“好吧，以此纪念，新年以来，我第一次生气。”

“可我为什么要生气？为别人的过错买单？别人发神经，我就为此头昏脑涨、心悸、浪费时间？”

我看看糖罐的包装，“八十颗”，再看看日历，新年过了十八天。

我握着糖罐，暗暗发誓——

“今年，我生气的配额就是八十次。发一次火吃一颗糖，发完就得忍耐；如果没用完配额，就自我奖励，立此存照。”

再想想刚才发生的事儿，我竟笑了——

“为一个莫名其妙的人，我已用掉一份配额，不是更莫名其妙？”

我决定，不生气了。

二

那罐糖，被我放在房间最显著的位置，一年。

说来奇怪，自从计数起，我便小心使用配额。

一个员工，入职十天，消失了。

几天后，他微信我：“觉得在老家，做微商更有前途，不如一别两宽，各生欢喜。”

那是半夜，我被手机的提示音惊醒。我怒从心来：不靠谱的人怎么这么多？又感到惭愧：为什么面试时，我竟判断他是靠谱的？

黑暗里，我披衣起床，摸索糖罐，酝酿着严厉批评的措辞。

“为不靠谱的人大半夜吃颗糖，值得吗？”就要撕开糖纸，我却悬崖勒马，“该咋办咋办，明天再办，对我来说，这也是个教训。”

我竟单纯因为怕胖，节制了怒气和表达欲，第二天醒来，感觉好像并没有什么值得生气，除了继续招聘，无须烦恼其他事。

悬崖勒马的经历不止这一次。

一日，丈夫打游戏至凌晨三点半，久唤无效，我打算好好发一场火。

糖纸已经撕开，拳头已经捏白，想想还是不值得——为任何人半夜吃颗糖都不值得，于是，我走过去，把糖挤进他的嘴里，也算是一种报复，而他惊恐莫名，完全对此摸不着头绪，吃完糖，就洗洗睡了。