

所谓美好人生，就是接受自己的不完美。

任何事情到了最后都是好的，
如果不好，说明还没到最后。

—— 献给每一个不怕负重前行，
只为岁月静好的人。

米格格

著

不完美也可以很美好

古吴轩出版社

中国·苏州

不完美也可以很美好

米
松

古吴轩出版社

中国·苏州

图书在版编目 (CIP) 数据

不完美也可以很美好 / 米格格著. — 苏州: 古吴轩出版社, 2017.11

ISBN 978-7-5546-0987-3

I. ①不… II. ①米… 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 (2017) 第 217151 号

责任编辑: 蒋丽华

见习编辑: 薛 芳

策 划: 王 猛

装帧设计: 仙境书品

书 名: 不完美也可以很美好

著 者: 米格格

出版发行: 古吴轩出版社

地址: 苏州市十梓街458号

邮编: 215006

Http: //www.guwuxuancbs.com E-mail: gwxcbs@126.com

电话: 0512-65233679

传真: 0512-65220750

出 版 人: 钱经纬

经 销: 新华书店

印 刷: 北京富泰印刷有限责任公司

开 本: 880×1230 1/32

印 张: 8.25

版 次: 2017年11月第1版 第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5546-0987-3

定 价: 36.00元

序言

preface

即便不完美，也要努力地去生活

曾几何时，我是那么畏惧三十岁的到来。

三十岁意味着什么？在我的脑海里，我一度把它当成青春与中年的门槛。似乎跨过了这道坎，我就得跟美丽和青春道别，就得披上沉稳的外衣，戴上谨慎的面具，背上经济的枷锁，开启小心翼翼的生存模式。

可是，当这一天真的到来时，我却比想象中从容得多。

从二十岁到三十岁，十年的光阴，冲刷掉了曼妙飞扬的青春，也冲散了结伴而行的朋友，还错失过爱我的和我爱的人，可

它也在分秒的叠加中，沉淀出了一个愈发真实的我。

我不再紧盯着别人光鲜亮丽的外表，时不时地冒出嫉妒的情绪，为自己的欠缺耿耿于怀，也不再希冀遇到一个无可挑剔的伴侣，对不符想象的示爱者视而不见。

生活的真相提醒我，每个人的生命都被上苍划上了一道缺口，你越不想要它，它越会如影随形。世上几乎所有的事，都不会轻易俯首听命，不会轻易顺从你意。有时就算你花上一辈子的时间，也未必能达到心中所希望的样子。

现在的我，依旧跟完美不沾边，但我学会了不再强求。我接纳了自己微胖的身材，接纳了自己脸上的几颗小雀斑，接纳了自己曾经在情感路上摔过的跟头，接纳了自己偶尔的自私和坏脾气。

可是，不再强求，不意味着对自我没有要求。

身为自由职业者，我要求自己 and 上班族保持一样的作息；为了提高身体的代谢率，我坚持每天慢跑5千米；带着滋养身心、提升自我的心愿，我给自己创造机会读书、旅行……我会不时地提醒自己，不必活在他人的期待里，只需在自律中保持自由，因为生活终究是自己的。

电影《时空恋旅人》里有一句话，这几年一直深深印刻在我心里：“我们生活的每一天，都在穿越时空，我们能做的，就是

尽其所能，珍惜这趟不平凡的旅程。”

二十岁时，我想活给很多人看；三十岁时，我却只想活给自己看。

我不再做无谓的假设，幻想着一切可以重新来过。每个人都只能活在此时此刻，此身此地。活出自己的真性情，接纳自己的好与不好，那便够了。

如果你问我，什么样的人生最美好？我想说——

即使过程不完美，也仍想好好继续。这就是最美好的人生。

目录

contents

第一章 你觉得自己好看，比你真的好看更重要

002 | 如果你是灰姑娘，那么谁来给你穿水晶鞋

007 | 最痛苦的迷失，是不敢面对真实的自己

012 | 我们都该依据自己本来的样子活

017 | 没有奢华的渲染，你仍如宝石般闪亮

021 | 醒来觉得，甚爱那个素颜的自己

026 | 如果你有翅膀，就别怕树枝断裂

032 | 别为了避免结束，便拒绝所有的开始

第二章 再平凡的人，也可以有不平凡的梦

038 | 生活那么难，我为什么还是要拒绝一份安稳的工作

042 | 在生命离场之前，我要彪悍地活下去

047 | 无须讨好世界，且让自己干净舒服地活在人间

052 | 很多时候，你和别人没什么不同

056 | 我们都有权利做生活中的舞者

061 | 世界上最大的谎言就是“你不行”

065 | 不畏成长和改变，才能鲜活地盛开

第三章 错过你，却成就了最好的自己

072 | 你永远等得起一份对的感情

076 | 你给我爱情就好，面包我自己买

081 | 离开你，是我做过的最勇敢的事

085 | 在爱之前，请先做好你自己

091 | 谢谢你曾经的深情款待

096 | 印象中的爱情，往往顶不住那时间

100 | 若爱，请深爱；如弃，请彻底

105 | 爱情不是换一个人就能天荒地老的

第四章 如果你不看低自己，就不会落到尘埃里

114 | 不必害怕明天，路是一步步走出来的

119 | 只要不曾后退，走慢一点又何妨

124 | 最青春的十年过去了，我却不想回头

133 | 人脉有多少价值，取决于你有多少价值

137 | 没有特别幸运，那就先特别努力

141 | 在自己的故事里成为勇者，世界便无路可挡

145 | 把梦想揣心里，靠双脚去探路

第五章 一个人时，要活得像一支队伍

154 | 我已亭亭，无忧亦无惧

158 | 越是孤独，越要吃饱

162 | 谁不是一边流泪，一边成长

167 | 总有一些路，你得一个人走

171 | 你可以虚荣，但记得要靠自己

178 | 独自旅行，遇见未知的自己

182 | 用一颗优雅的心，过烟火日子

第六章 没有很糟糕的生活，只有很糟糕的活法

188 | 你不是懒，是野心太大

193 | 熬过了痛苦，才能得以成长

198 | 你的善良要留给值得的人

203 | 身心若有所依，谁愿颠沛流离

208 | 别在失意的人面前，说你的得意事

213 | 想做好一件事，先放下功利心

218 | 生活需要冲，但更需要缓冲

第七章 疗愈过去的伤痛，过你热爱的生活

226 | 所有的傲慢，都是自卑的补偿

230 | 多少遗憾，都是来不及好好道别

237 | 对你发脾气，是因为我的伤痛未曾治愈

242 | 请允许我做一次你的“母亲”

248 | 我脱下盔甲，用软肋拥抱你

Imperfection
can be wonderful.

第一章

你觉得自己好看，
比你真的好看更重要

不完美
也可以
很美好

如果你是灰姑娘，那么谁来给你穿水晶鞋

“你曾经坐在这里，谈吐得那么阔气，就像是所有幸福都能被预期……”

提到心中的恋人，我总会联想到江美琪早年在歌中唱到的这一句。那画面，真是美到了每个女孩子的心坎里。

每个做公主梦的女孩，都曾憧憬遇到这样一位王子：他见多识广、高大帅气、家境富足、性格温和，能满足你所有的愿望，带你去陌生的城市看陌生的风景，替你做好未来的打算，让你像穿上水晶鞋的灰姑娘一样，从此无忧地戴上皇冠，做他独一无二的王妃。

童话真美，美到让我也如痴如醉。但我终究相信，现实中的灰姑娘，被王子看中的概率往往低到让人绝望！就算他们遇见

了，多半也是擦肩而过——因为两个人的世界没有交集。

姑娘C今年29岁，至今未婚，也未有过恋爱史。她心目中的恋人，一定要成熟、帅气又能干，有自己的事业，经济条件优越，如暖男般细致到能记录她的情绪周期表，像大叔一样手把手教她高尔夫，有老练深沉的处事作风。总之，生活要有情怀，有品位……

然而现实中她所碰到的人，却总是差着点什么。涉世不深、没有家庭背景的男生，基本上都行走在奋斗的路上，鲜有资本去驾驭高品质的生活；细致入微、事业有成、老练深沉的男人，通常也难得有闲情雅致去陪女朋友看世界。

任何一种生活状态，对应的都是一种选择。有选择，就会有得失。真实的世界，少有两全其美。

对一段恋情和婚姻，你不能指望有人把一切东西都准备好，然后静静地等你到来，就像完美先生一样，最后让女主安心地做个全职太太，不用为钱操心，不用为家事烦恼，旅行有人给你做好计划，生了孩子有人负责教养……

生活告诉我，这不过是“玛丽苏”式的爱情小说罢了。真有这样的男人，哪能就轮到平凡的灰姑娘去认识和拥有了？

我的一个男性朋友Z，身高183厘米，姿态挺拔，穿着考

究，热爱旅行，如今正在美国的土地上撒欢。在去美国攻读 PhD（博士学位）之前，他没有恋爱过，但身边追求他的女孩子并不少。顺便说一句，Z 的父亲是个有钱的商人，Z 也算是一个“富二代”，家境自不必说。谈及生活，他自己也承认，没有太大的经济压力，确实让他有了更多的时间和机会去享受生活。

不过，Z 不是那种会让人拉仇恨的人。

我问过他：“当初怎么不去读军校？”

他说：“那样还得靠父母，我想走一条自己的路。”

于是，大学四年，他很拼，最后拿了双学位，去美国读了喜欢的心理学专业。至于系里追他的一些灰姑娘，他是有所顾忌的——身边的人总是不停地提醒他：“你要看清楚，她们究竟是喜欢你，还是你的家境？”

除了那些灰姑娘之外，还有两个和他家境差不多的女孩对他有好感。据我所知，其中一位是 Z 的父亲的挚友的女儿，和他在同一所大学读书，也正准备到美国留学；另一位则是在英国学习音乐的女孩。然而，他最终没有在任何一位追求者中做出选择，他说：“我不知道，等我去了那边（美国），会不会遇到和我一样的人……”

然后，就如他所想的那般，在佛罗里达读书时，他遇到了

一个独立、漂亮、有才华的女孩，并于去年完婚。女孩并未觉得自己像凌霄花一样攀附于他，反倒经常调侃自己的某一条真丝连衣裙是他买不起的……她经济独立，有自己的专长，会做各种花式的面包。

她能遇见王子，因为她本就不是灰姑娘。

杨澜说过：“维系婚姻的纽带不是孩子，不是金钱，而是关于精神的共同成长，在最无助和软弱时候，有他（她）托起你的下巴，扳直你的脊梁，令你坚强，并陪伴你左右，共同承受命运。那时候，你们之间除了爱，还有肝胆相照的义气，不离不弃的默契，以及铭心刻骨的恩情。”

爱，从来都不是单纯的索取和享受，而是共同的成长与进步。

说了这么多，我只是想告诉姑娘们：别把自己当成“玛丽苏”式的女主角，也别指望天上会降下一个兼具各种美好的男人，然后对你一见钟情。除非你足够好，足够有见识，能在任何场合、任何人群中成为闪耀的珍珠。

王子不会总是在大街上闲逛，你总得有进入王国的通行证，才有可能跟王子见上面、拉上手，然后书写梦幻般的爱情故事。

你是什么样的人，就会遇见什么样的人。

当然，遇见只是一个开始，无论跟什么样的人在一起，经营

都是最重要的。我们都应当允许别人有点瑕疵，就像自己也不够完美一样。只要两个人价值观相同，没有太大分歧，然后一起努力奋斗，一起去看看世界，一起去体验生活的变化，一起得到心灵的成长，就可以了。其实，也只有这样的感情，才能禁得住考验，才会更长久。

最痛苦的迷失，是不敢面对真实的自己

你有没有做过这样的梦：

不知何故，你突然赤身裸体地出现在某个地方，那一刻你胆战心惊，充满了羞耻感，无论是否被人看见，都恨不得赶紧逃离，或是找个角落躲藏起来？

Susan有过这样的梦境，而且不止一次。只是一直以来她无法理解，也羞于启齿。直到那天，她无意间读到武志红老师的一番话，瞬间思绪决堤，脑海里像放映电影一般，把诸多零碎的片段拼接起来。

原来，每一件事的发生都是有原因的。梦境中的赤裸与性的关系不大，它的本意是真实的自我。真正试图躲藏和逃避的，不是赤裸的身体，而是潜意识里那个真实的自己，被压抑得太久乃