

苦难不是人生的挫折，
而是人生的存折！

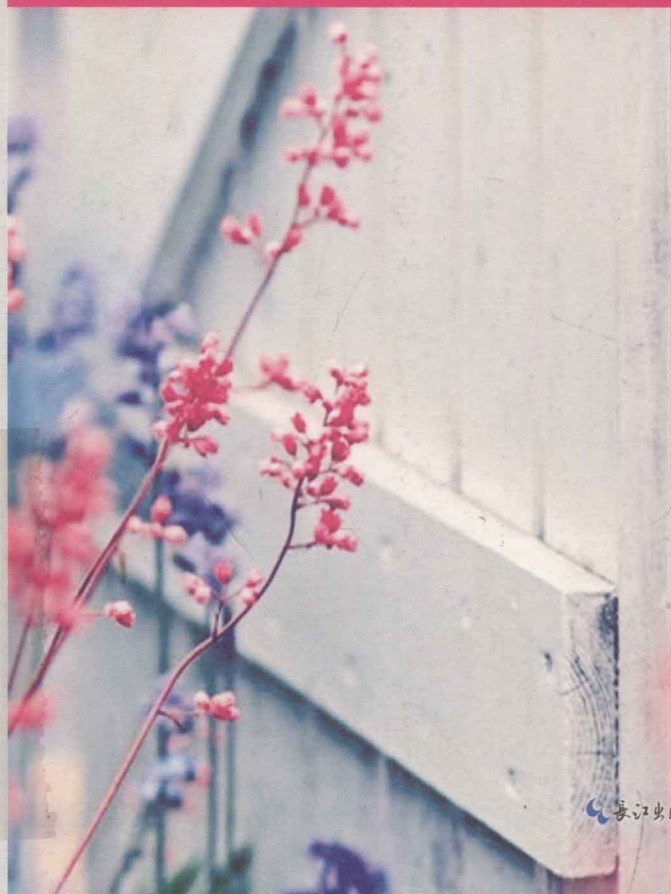
辜负是浪漫的蹉跎

怕只怕，我配不上自己所受的苦……

黄 桐◎著



乌云的背后一定有阳光，再痛苦的事情里面一定藏有宝藏，
只要愿意像剥洋葱一样移除苦难的表象，我们将会发现，
苦难往往不是灾难，反而是我们生命中最珍贵的礼物。



辜负是浪漫的蹉跎

黄桐◎著



长江文艺出版社



长江文艺出版社

新出图证(鄂)字 03 号

图书在版编目(CIP)数据

辜负是浪漫的蹉跎 / 黄桐 著

武汉: 长江文艺出版社, 2013.8

(完全治愈系)

ISBN 978—7—5354—6638—9

I. 辜… II. 黄… III. 散文集—中国—当代 IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 136918 号

著作权合同登记号 图字: 17—2012—014

本书经由松果体智慧整合行销有限公司正式授权, 同意经由长江文艺出版社出版中文简体字版本。非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

责任编辑: 毛 娟

责任校对: 陈 琪

封面设计: 力志文化

责任印制: 左 怡 邱 莉

出版:



地址: 武汉市雄楚大街 268 号

邮编: 430070

发行: 长江文艺出版社

电话: 027—87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷: 翔铃印刷有限公司

开本: 700 毫米×1000 毫米 1/16

印张: 13.625

版次: 2013 年 8 月第 1 版

2013 年 8 月第 1 次印刷

定价: 29.80 元

版权所有, 盗版必究(举报电话: 027—87679308 87679310)

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

目录

作者序 人生就像炸酱面，有咸有辣才是真滋味！ /005

LESSON 1

没有人能逼你活在苦难之中，除了你自己。 /009

你也可以成为创造奇迹的人 /010

欲望愈低的人，就是苦难愈少的人 /014

向苦难说声感谢 /018

如果苦难无法逆转，那又何需花时间感叹？ /022

艰苦的时候，让幽默感来帮助你 /026

既然挫折无法避免，何不乐观以对？ /030

LESSON 2

苦难不是人生的挫折，而是人生的存折。 /035

人生就像茶叶蛋，有裂痕才会入味 /036

面对失败的态度，决定你将来的成功 /040

等待机会的种子	/044
先学会“舍”，才能够“得”	/048
无法复制的成功法则	/052
苦难，往往是成功的起点	/056
遇见生命中最棒的苦难	/060

LESSON 3

超越苦难最好的方式，就是成为它的一部分。 /065

真假小提琴	/066
如果不能成为蝴蝶，那就做一只快乐的蚯蚓	/070
为什么中了头奖还不开心？	/074
摧毁快乐最迅速的方式，就是和别人比较	/078
天堂其实一直在身边	/082
不懂得如何停止的人，也不会懂得如何前进	/086

LESSON 4

碳墨如果没有经过高压，永远不会变成钻石。 /091

用冷静的时间，换取胜利的空间	/092
在绝望中看到希望	/096
爱的另一种方式	/100
清洁工的眼泪	/104
“多说话”不如“说好话”	/108
被“点死穴”的傻子	/112
变强的代价	/116

LESSON 5

每一个苦难，都是逼你成长的生命导师。 /121

违逆你的人，往往是你生命中的贵人 /122

不听话的小男孩 /126

算算你的爱情成本 /130

谁能借我五块钱？ /134

如果此路不通，那就换一条路吧 /138

何需苛责我们所爱的人？ /142

谁在电话那一头？ /146

分一点时间，给最重要的人 /150

LESSON 6

你不能逃避苦难，你只能学习放下它。 /155

何苦为难自己 /156

放弃，也是一门学问 /160

让自己成为“人才”，而不是“人力” /164

鼓励是最好的训练方式 /168

善意是人生的最佳投资 /172

爱的印章 /176

为什么冲动最害人？ /180

LESSON 7

苦难也许是人生的低潮，却是智慧的高峰。 /185

成功，有时候需要放手一搏的勇气 /186

最大的障碍，其实是你的心 /190

给别人台阶下，就是给自己台阶下 /194

多说一句话的艺术 /198

鸭子究竟有几条腿？ /202

三个人的岛屿 /206

不会飞的老鹰 /210

目录

作者序 人生就像炸酱面，有咸有辣才是真滋味！ /005

LESSON 1

没有人能逼你活在苦难之中，除了你自己。 /009

你也可以成为创造奇迹的人 /010

欲望愈低的人，就是苦难愈少的人 /014

向苦难说声感谢 /018

如果苦难无法逆转，那又何需花时间感叹？ /022

艰苦的时候，让幽默感来帮助你 /026

既然挫折无法避免，何不乐观以对？ /030

LESSON 2

苦难不是人生的挫折，而是人生的存折。 /035

人生就像茶叶蛋，有裂痕才会入味 /036

面对失败的态度，决定你将来的成功 /040

等待机会的种子	/044
先学会“舍”，才能够“得”	/048
无法复制的成功法则	/052
苦难，往往是成功的起点	/056
遇见生命中最棒的苦难	/060

LESSON 3

超越苦难最好的方式，就是成为它的一部分。 /065

真假小提琴	/066
如果不能成为蝴蝶，那就做一只快乐的蚯蚓	/070
为什么中了头奖还不开心？	/074
摧毁快乐最迅速的方式，就是和别人比较	/078
天堂其实一直在身边	/082
不懂得如何停止的人，也不会懂得如何前进	/086

LESSON 4

碳墨如果没有经过高压，永远不会变成钻石。 /091

用冷静的时间，换取胜利的空间	/092
在绝望中看到希望	/096
爱的另一种方式	/100
清洁工的眼泪	/104
“多说话”不如“说好话”	/108
被“点死穴”的傻子	/112
变强的代价	/116

LESSON 5

每一个苦难，都是逼你成长的生命导师。 /121

违逆你的人，往往是你生命中的贵人 /122

不听话的小男孩 /126

算算你的爱情成本 /130

谁能借我五块钱？ /134

如果此路不通，那就换一条路吧 /138

何需苛责我们所爱的人？ /142

谁在电话那一头？ /146

分一点时间，给最重要的人 /150

LESSON 6

你不能逃避苦难，你只能学习放下它。 /155

何苦为难自己 /156

放弃，也是一门学问 /160

让自己成为“人才”，而不是“人力” /164

鼓励是最好的训练方式 /168

善意是人生的最佳投资 /172

爱的印章 /176

为什么冲动最害人？ /180

LESSON 7

苦难也许是人生的低潮，却是智慧的高峰。 /185

成功，有时候需要放手一搏的勇气 /186

最大的障碍，其实是你的心 /190

给别人台阶下，就是给自己台阶下 /194

多说一句话的艺术 /198

鸭子究竟有几条腿？ /202

三个人的岛屿 /206

不会飞的老鹰 /210

作者序

人生就像炸酱面，有咸有辣才是真滋味！

回想起来，那应该是我人生中颇为艰辛的一段时光吧。

那时候我不过二十多岁，刚从大学毕业不久。当时身体出了状况，整个人瘦得不成人形，三天两头要到医院报到；交往多年的男友没有给予我期待中的支持，不但跟我最好的朋友谈起恋爱，争执的时候还打了我一拳——最惨的是，后来我才发现户头里少得可怜的存款竟被他提领一空……以为自己已经惨到了谷底，但更“精彩”的还在后头。我任职工作的公司濒临倒闭，连续几个月发不出薪水，最穷的时候，不夸张，摸摸口袋里只剩七块钱，而那是我仅存的财产……

那时候的我，觉得自己有太多理由值得忧郁沮丧，值得食不下咽，值得辗转难眠……

当时，我去找一个年纪比我大上许多的朋友诉苦，她耐心地花了几个小时，听我一把鼻涕、一把眼泪地埋怨，还好好地安慰了我一番。接着她突然告诉我：前几个月，她们公司进行健康检查，她发觉自己得了癌症。刹那间我仿佛被打了一巴掌，脸上热辣辣的，非常羞愧。与她生命攸关的难题相比，我的感情不顺、经济压力，仿佛瞬间变得微不足道了！

可是，我从她的脸上，却看不到一点担忧、一点难过。她

说，刚得知自己生病的消息时，也在家痛哭了好几天，但后来她想通了。她这么譬喻：人生有如春夏秋冬四季，当寒冬来临时，我们可以穿着短袖、短裤，一边打冷颤，一边诅咒天气，甚至可以自暴自弃地躺在雪地上冻死自己，但是，季节不可能因此而变得温暖；或者，我们也可以穿上暖和的大衣，生起一盆炉火，想办法让自己适应季节，以等待春暖花开的时候来临。后来，事实证明，这场大病改变了她的人生。她勇敢地接受了治疗，稳定住病情，因为深刻体会到生命是如此珍贵，她加入了志工组织，时常利用工作余暇，到偏远地区服务奉献。

是的，当我们的人生面临无法逆转的低潮时，我们只有两个选择——第一个选择，是继续唉声叹气，自暴自弃；第二个选择，是坦然接受苦难，让苦难化为滋养生命的春泥，让自己得以从苦难中新生。

回到我自己的故事：事隔多年，现在回想起来，我真是感谢当年男友离开了我，否则我不会有机会遇到更适合自己的人；我真是幸运曾经体验过贫穷，这让我改掉了以往浪费的坏习惯；我尤其感谢那个发不出薪水的老板，如果那家公司没有倒闭，现在的我，很可能还是一个上班族，而不会在因缘际会下写作、出书呢。

电影《阿甘正传》里有一句名言：“人生就像一盒巧克力，你永远不会知道下一颗是什么滋味。”但我觉得人生更像一碗炸酱面——单吃炸酱，太咸；光吃辣椒，太辣；只吃白面条，没有什么滋味——唯有把所有东西搅拌在一起，才会融合成最美

味、最丰富的人生！

听过一句很有意思的话：“苦难不是人生的挫折，而是人生的存折！”也许，身陷苦难的你，觉得自己仿佛活在地狱之中，但请相信，熬过了这些考验之后，你将会以崭新的面貌新生，如同破茧而出的彩蝶；等到那天来临的时候，当你再回顾过去曾感觉难以承受的磨难，会讶异自己竟能如此云淡风清，甚至谈笑风生；而你也将发自内心地对曾经遭逢过的苦难，说一声“感谢”！只要我们再多一点点忍耐，再多一点点耐心，就能看到人生中的苦难发生“化学变化”，如同醇酒一般，越陈越香！

当年我选择拥抱苦难，我从它身上学到七件事，让我走出人生低潮，我做得到，相信你也一定可以。衷心地祝福大家，都能步出生命的幽谷，寻回自在、快乐的自己！

黄桐

于台北



LESSON 1

没有人能逼你活在苦难之中，除了你自己。



你也可以成为创造奇迹的人

聪明人都明白这样一个道理，
帮助自己的唯一方法，就是帮助别人。

——美国作家埃尔伯特·哈伯德

某家公司有一个传统，每年圣诞夜都会举办晚会，并举行抽奖。抽奖的规矩是这样的：每个员工都会缴交十元美金作为基金，全公司共有三百人，换句话说共能募集到三千美金，而被抽中的幸运儿，就可以将这些钱全抱回家。

抽奖当天，办公室洋溢着热闹的气氛，每个人纷纷在纸条上写下自己的名字，投进抽奖箱中。

但是，一个年轻男子下笔时却犹豫了。因为他想到，公司的清