

许政芳◎著

把最好的自己 留在最好的时光里

Inspirational essays

最有文艺范儿的**励志随笔**
最**唯美**的生活日记

Wonderful

别说未来是在骗别人，沉湎过去是在骗自己。

温暖且自持的生活，

珍惜当下，不乱于心，不困于情。

如此，安好。

每个角落，都有故事发生。

这些故事仿佛发生在昨天，可能明天还会发生。

但，这又有什么关系呢？

只要你用一颗不浮躁的心温柔相待，就总能感受到温暖……

中国华侨出版社

013068373

把最好的自己

许政芳◎著

留在最好的时光里

Inspirational essays

最有文艺范儿的励志随笔

最唯美的生活日记

B821-49
811



北航

C1676063

中国华侨出版社

B821-49
811

878830810

图书在版编目(CIP)数据

把最好的自己留在最好的时光里 / 许政芳著. — 北京: 中国华侨出版社,
2013. 8

ISBN 978-7-5113-3824-2

I. ①把… II. ①许… 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(2013)第175823号

• 把最好的自己留在最好的时光里

著 者 / 许政芳

责任编辑 / 文 箏

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787毫米×1092毫米 1/16 印张 / 14.5 字数 / 220千

印 刷 / 北京毅峰迅捷印刷有限公司

版 次 / 2013年9月第1版 2013年9月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-3824-2

定 价 / 32.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成大厦3层 邮 编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 传真: (010) 64439708

发行部: (010) 64443051

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

序

Preface

我在一个宿舍的门前站了很久

之后悄悄地走了

我想我还没有找到敲门的理由

后来

有人从窗口伸出头来

说他等得太久

心都磨碎了

现在他不等了

于是

还未曾进去就已经走出

哎

我那段夭折的恋情

我总是自觉不自觉地想起当年的种种，青春岁月里的惆怅、烦躁、焦虑、忧伤，那时的疯狂和冒着傻气的一言一行，如今都成了我生命中最美的回忆。有时候，我会拖着这个不上不下的年纪发呆，不知道自己应该算是哪一拨儿的。说自己是青年？好像有点装嫩，那应该是十年前的事。说自己是中年？又觉得有点委屈，那应该是十年后的事。

我时常为了这个问题搜肠刮肚地寻找各种证据，但结果总是让我不知所措，那些证据一会儿证明我是个青年，一会儿又证明我已经是中年……我竟然让这样一个无聊的问题搞得抓狂，看来，想要“青春”或者想要“不青春”没有那么容易。

那么，你呢？你也会感到身心疲惫吧，也会有无法承受的压力吧，也有无法释

怀的往事吧，也有不能化解的怨恨吧……那就对了，因为青春还有另一个名字，叫作“疼痛”。十几年前，我还一直认为人生最快乐的时光是小时候，因为那时安稳无忧，衣食住行全然不用自己操心，只要到了吃饭的时候知道回家便万事大吉。去了两次“海底世界”，觉得那时的自己不过是生活在水族箱里，有稳定的光源，有适当的温度，有和我一起生活的亲人，每天固定的时间都能吃上饱饭……

但这种安逸的代价是厚厚的玻璃，虽然可以四处张望，但终究是被禁锢。别人看我，也不过是欣赏一只海洋生物来回游动的身子或是它的样子，至于它究竟在想什么，别人才懒得想呢。

在我走向工作岗位后，那块厚厚的玻璃缸早已被打碎，我可以接触到鱼缸外面的世界。但我同样要付出很大的代价——没有了固定的光亮，没有了合适的水温，没有了现成的食物，也没有了家人的陪伴……现在只剩我自己一个人。于是，焦躁、困惑、迷茫、不安就像决堤的洪水一样，一股脑地涌来，几次要把我呛死。

没错，当一个人慢慢长大，就意味着他要独自面对生活的一切，其间的酸甜苦辣常常没有一个人能够理解，甚至找不到人来聆听。

我也一样，所以我终于安心坐下来，要将那些自己经历过的迷惘和美好一一陈列出来。我不奢望这些芝麻绿豆的事最后能变成一本多么受人追捧的书籍，也不想自作聪明地传授给大家成功的秘诀，或者描绘一些有用无用的所谓取胜的方法来祸害大家的神经。我只是希望那些小小的经历，能够让每一个读过它的人愿意敞开心扉说说自己的青春，有空了听听他人的岁月，让最美时光里的自己多一份释然。

仅此而已。

事实上，青春岁月有孤独相随是好的，如此你才有机会认识自己；常常被人误解也是好的，如此你才能看清谁是狐朋谁是狗友；没有光明也是好的，如此你便学会了走出黑暗……所以，人生并非不过如此，生命原本可以更好。

我总记得电影《本杰明·巴顿奇事》中有这么一句台词：“人生从不嫌太年轻或者太老，一切都刚刚好。”正是呢，万古乾坤，帝王将相各有他们精彩的脚本、耀目的台词，但我们却只能把握此时此刻的舞台，在自己的表演区域移动我们的脚步，吟诵我们的词句，紧扣剧情，分毫不差。别以为这样很累、很难过，因为我和你，你和他，他和我，都一样。我们都在期盼未来，挣脱过去，也在当下使劲。

是的，把最好的自己留在最好的时光里，不早也不晚，一切都刚刚好。

目录

把最好的自己留在最好的时光里

Part1 从一些反思开始

第一章 我现在快乐吗 /003

我们到底想要什么 /004

谁是狂风里的包装袋 /006

第二章 生命的意义 /009

从一段往事说起 /010

人生什么都不是 /012

命与认命 /015

第三章 世界末日的谎言 /017

末日预言的真相 /018

我们为什么害怕 /020

第四章 世间最珍贵的东西 /023

子在川上曰 /024

远方不远 /026

第五章 生命只在一呼一吸间 /029

一个小品和一个故事 /030

生命其实是些个碎片 /033

第六章 假如人生只是萤火虫的尾巴 /035

假如人生只是萤火虫的尾巴 /036

第七章 问而不答的趣事 /039

一条让我迷茫的小狗 /040

中奖 /041

鸡尾酒会 /042

广告 /044

Part2 疗愈昨天的伤

- 第八章 今天的我如何面对昨天的伤 /047
- 父后七日 /048
 - 神奇的终结者 /051
 - 皆因绳未断 /053
 - 不再委屈自己 /056
- 第九章 春走了，还有下一场花开 /059
- 这有什么好伤心的 /060
 - 此何遽不为福乎 /063
 - 春走了，还有下一场花开 /066
 - 每一种伤痛都会送你一份礼物 /070
- 第十章 不能跳舞就弹琴吧 /073
- 不能跳舞就弹琴吧 /074
 - 你是现在的你，不是过去的你 /077
 - 山不转水转 /080
 - 这样和那样的想法 /083
- 第十一章 残缺之前，找到今天的美 /085
- 残梦 /086
 - 感谢小坤 /089
 - 我就是我，是颜色不一样的烟火 /092
 - 别当自己是狗便便 /096
- 第十二章 早一点放生自己 /099
- 给自己一个假期 /100
 - 体验一下退休生活 /103
 - 摘下头上的“帽子” /106
 - 让人生成为随笔 /109
 - 扔掉多余的东西 /112
- 第十三章 抓住你的“微幸福” /115
- 幸福很难吗 /116
 - 暖暖的午后听一首老歌 /119

躲在家里的小幸福	/123
穷并快乐着	/126
烤面包时最幸福	/129

Part3 把最好的自己留在最好的时光里

第十四章 如果你已错过太阳，千万别再错过星星 /133

相中了就买，看上了就追 /134

公公的遗憾 /136

赶紧找啊 /138

第十五章 孤独，要在最好的时光 /141

孤独是件好事 /142

满街的寂寞谁来捡 /145

798的咖啡 /148

第十六章 闪亮的外表是真实自我的倒影 /151

表里果然会如一 /152

我要变得pretty /154

巴尔扎克与海燕妈 /157

最是那一抹淡香 /160

第十七章 拾起生活中的小小祥和 /163

回忆 /164

忙里偷闲的乐趣 /166

每天都有百合花 /169

老公的日志 /172

第十八章 梦想，不止说说而已 /175

现在，你是几点钟 /176

都是白痴的问题 /178

像南瓜一样工作 /180

上当的年卡 /182

第十九章 不能浪漫一生，也要浪漫一时 /185

还能浪漫的时候，请浪漫 /186

她写给她老公的信	/189
爱上泡沫偶像剧	/192
第二十章 从今天起再也不生病	/195
身体发肤，受之父母	/196
心情好最重要	/198
好好睡一觉	/201
一顿火锅引发的思考	/204
亚健康与健康有多远	/206
第二十一章 把每一秒都当成一辈子来过	/209
规划是句鬼话	/210
我们，在行走之间，且行且惜	/213
人就这一辈子	/216
这一秒和下一秒总是不一样	/218

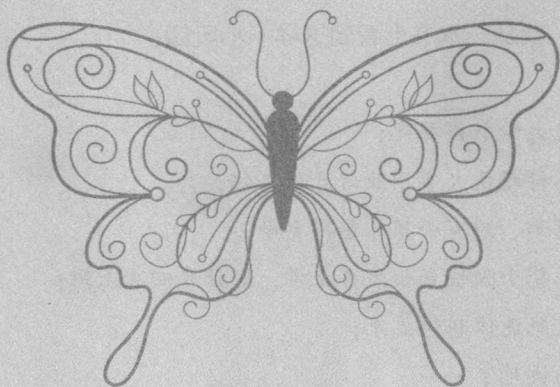
后记

明白	/220
----	------



Part 1

从一些反思开始



第一章 我现在快乐吗

总觉得“快乐”并不是如它本身所描述的那样，反而是一个忧伤的字眼，因为每次看到或是听到这两个字，总会莫名其妙地、不由自主地在心里画个问号——我快乐吗？是啊，我快乐吗？

我们到底想要什么

就在前几天，我从一本书上看到这样一小段话：

起初，我想进大学想得快要死；
随后，我巴不得赶快大学毕业好开始工作；
接着，我想结婚、想有小孩又想得要命；
再来，我又巴望小孩快点长大去上学，好让我回去上班；
之后，我每天想退休想得快要死；
现在，我真的快死了……
忽然间，我明白了，我一直忘了真正去活。

这样的情境就如同为我量身打造的一样，贴切得简直是天衣无缝。唯一不同的是，我现在还没有“真的快死了”，我还活得好好的，能吃能睡，也能工作赚几个钱，但我也正和这位作者一样盼望退休盼望得要死。

细细想来，大概正是这些“盼望”才让我对快乐两个字没有太多的体会，我总是期待着明天的好事快点发生。那么，这些期待又意味着什么呢，真的是对明天的美好憧憬吗？这是真正地对生活充满希望吗？

我想这不是。

这大概只是对现状的不满。这种状态的人绝不止我一个。作为现代人，我们总是被渐快的时间、渐满的空间弄得个个都“鸭梨山大”，现实的凝重常常让我们喘不过气来。但是，如果以其他人的眼光来看我们，我们又常常是被羡慕的，房子、车子都有了，健康状况也不错，有自己的工作，即便尚且还不能

“骄奢淫逸”，但也不用为生计发愁。可是，很多人，也包括我自己就是常常找不到快乐的感觉。

这样看来，我们的确有必要好好思考一下了——有什么东西是你觉得必须拥有才会快乐的？你确定在你拥有它们之后就一定会快乐吗？

如果你对这个问题能够有非常明确的回答，比如你现在最想要一辆外形别致的小跑车，而且确定自己在得到了它之后就会非常快乐。那么这是好事，从今天起停止空想，努力赚钱，这个愿望不难实现，而且完全来得及。

假如你没有明确的答案，那么我正和我一样，只是需要调整一下自己的心态，其他的什么都不需要。而太多的时候，我们大多数人都受困于一个不健康的习惯，或者心理，那就是“混沌”。你若不信，尽可以想一想，上一次去旅行时看到那些小花是什么样子？它的花瓣有几个？花蕊是什么颜色？

我是有的，且不止于这些，现在回想过去的岁月，竟然没有哪一段是格外的清晰。比如上学时，就没有好好学习，那时的日子也不知都用来干了什么；后来工作，那份工作不太喜欢，所以不曾用心，那几年的时间也不知用来干了什么……很多这样的片段，总觉得有很多事情当时应该却最终没有做。就连现在也依然好不到哪去，总是顺着时间糊里糊涂地往前走，眼光却不看着眼前，只着意于未来，等未来成了“现在”，又觉得那时什么也没做。

如此循环往复，生活被一个个模糊的碎片包围，哪里还能快乐？

如果我们让生活的每一个片段都变得真实起来，哪怕不是那么精彩，想来快乐也应该会多一点。

其实，生活的片段就像一页被撕碎的写满字的纸张，在每一个碎片里或是无尽的喜悦，或是深沉的伤恸，但不变的是，当你全心全意于你所处的那一时、那一事、那个当下，你便能体验到一个深具意义、绝不枉费的快乐的刹那。

那么现在呢？你是在心无旁骛地读着这些句子，还是分了神盘算着晚饭要吃点什么呢？你是不是好像在读书，而心里却还在想着昨天买的彩票，或者在等待着某个人会突然打电话给你？

省省吧！我们都别再将时间浪费在心不在焉上，与其问自己“我为什么在这里”，还不如问问自己“我真的在这里吗”，是不是？

谁是狂风里的包装袋

春天的天气也是变幻无常，早晨起来时外面虽然雾霾严重，但总还算得上是个平静的天气，想不到中午时分竟然刮起了大风，吹得落地窗外面的护栏都跟着吱吱作响。

窗户外面更是一番热闹的景象，行人都低着头，或是顶风而走，或是侧着脸躲避着大风；楼下的停车场已经让沙尘覆盖了一层，汽车们都显得有些灰头土脸；垃圾桶摇摇晃晃，旁边的垃圾也被风吹到了一些角落，动弹不得；还有那些梧桐树，如同母亲一样用自己的手臂死命拽着自己的梧桐子，不让它们被风吹走……当然，这些都没有给我太多的感触，反倒是一只包装袋结结实实地飞进了我的思想里。

那不过是一只普通得不能再普通的超市里的包装袋而已，被风吹着飞上了天空。

我眼看着这个包装袋从地上凭空而起，然后飞过我所在的三楼，接着飞过了对面的八楼。那只包装袋在风里辗转腾挪，看起来舞姿翩翩，但仔细观察，却发现这辗转腾挪里也有很多被动的成分，如同后面有一柄长矛，你若不飞就捅你一下，然后这包装袋就扭曲着不断向高处飞去。直到最后，竟然看不见它的踪影，不知道是不是被风送到了外太空。

我们又何尝不像这风里的包装袋呢？

从一开始，就被莫名地推到某个位置，然后在他人羡慕的或鄙夷的眼光中扭曲着自己一步一步向上努力着，并且无法停下来。一旦停下来，自己就会觉得不堪忍受，仿佛自己退化了一样。

这就好比吸毒一样，总是需要越来越多的剂量，才能达到兴奋效果，最

后总有那么一天，再也离不开它。在我们之中，一定有很多人已经步上了这条路。我们买了房子、车子，我们投身工作，一步步爬上了成功的阶梯，我们让孩子享受到我们不曾有过的一切……我们的确得到了很多想要的东西，也许是财富、也许是地位、也许是完美的家庭，甚至我们感觉已经实现了自己的价值……但是在某一个不想起床的早晨，又有些怀疑，是不是什么地方出了差错？这一路上，我们拿出所有的精力来换得财富、成功以及价值，但是，我们似乎并不快乐。

更加令人惊悚的是，在这个过程中，我们的生命已悄然飞逝了。我们总是会在周末感叹：奇怪，一个星期又过完了；会在新年时说：怎么一年又不见了；也会在某一个对镜的时刻，赫然发现自己已经30岁、40岁，甚至更老了，但却怎么也想不起来，那些时间是怎么流逝的！

我也总是纠结于此，纵然我的的确确完成了许多梦想：有了属于自己的干净、宽敞的房子，这是任何一个小时候玩伴都没有的；可以开车去这儿去那儿，不必汗渍渍地挤公交或地铁；有能力带妈妈四处游玩，那是从前她拉扯我的时候绝对负担不起的；我还找到了一个即使我咧嘴笑时牙上还粘着韭菜花都会爱我的男人；还可以送我的孩子去昂贵的幼儿园，让他接受更好的教育。然而除了这些，那个可怕的事实总是鬼魅地跟着我——这些都不是我要的快乐，而是满意。

不过在我的印象中，那种扎扎实实的快乐也是有的，比如：

中学时参加学校的演讲后，一位同学在放学后和我分享他的感触，我觉得很快乐；

大学时参加计算机二级考试，原以为没考过，结果分数下来竟然得了60分，让我快乐得够呛；

生完孩子，坐了一个月的月子后，第一次走出家门时，我也感到快乐无比；

还有，前两天我整理衣橱，发现了一个吊带裙子，想起去年夏天穿着它照相时摆出各种姿势，我也很快乐……

可惜，这些总是一个一个小点，我的，也可以说是我们的，时间绝大部分都不是这种状态，而是不断被迫地努力，然后得到一个满意或不满意的结

果。所以，快乐大概应该是无忧无虑才好，任何被驱赶着前进的人都没有办法得到更多的快乐。

那么，这样说来，我们或许应该放轻松一点，若你能够现在就放下一些负累，快乐可能就在眼前。