

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

图书基本信息

书名：《在不安的世界里，不慌不忙地坚强》

13位ISBN编号：9787547036813

出版时间：2015-8-1

作者：谢姣姣

页数：288

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

内容概要

《在不安的世界里，不慌不忙地坚强》是一本写给千万年轻人的人生成长之书。豆瓣网最励志、最温暖的作者谢姣姣触及灵魂的人生感悟。世界让我遍体鳞伤，但伤口长出的却是飞翔的翅膀。

《在不安的世界里，不慌不忙地坚强》内含数十篇原创励志作品，十几万字的生活感悟，告诉读者：如果此刻你正值青春，请让你的每一分钟都过得有意义；让你今天所做的一点点，都成为未来的铺垫；让每一次播种，都作为收获前必须的耕耘。你以为漫长而充裕的青春，其实，正是另一场争分夺秒的倒计时。

读者的口碑就是最好的推荐，《生活就是一种坚持，因为你的悲伤无人问津》《去还没有路的地方，才能留下你的足迹》《当我们在讨论跑步，我们在讨论什么》《人生的答案，只能由你自己给出》《没有人能帮你走完你自己的路》《真正的特立独行是成为你自己》《全世界都能否定你，但无法打败你》《我们无法每次都对，只需对一次就够了》等大批文章被网友点赞无数，大批推荐，每一天，都有人被谢姣姣的文字所触动，人生充满正能量。

编辑推荐：

豆瓣网最励志、最温暖的作者谢姣姣睽别18个月，2015年推出最新励志大作！《在不安的世界里，不慌不忙地坚强》是一本写给千万年轻人的人生成长之书。

《在不安的世界里，不慌不忙地坚强》是畅销励志书作家汤木全力推荐的书，并认为《在不安的世界里，不慌不忙地坚强》是一本媲美《将来的你，一定会感谢现在拼命的自己》的励志书！

世界让我遍体鳞伤，但伤口长出的确实翅膀。在《在不安的世界里，不慌不忙地坚强》中，谢姣姣再次用自己温暖而内敛的文字，教会你如何在不安的世界里，让自己内心强大，如何收获内心的幸福。多篇文章被励志网站集体转载，无数网友点赞。

推荐阅读：《将来的你，一定会感谢现在拼命的自己》《纵有万般心碎，也要笑得甜美》《你的努力，终将成就无可替代的自己》

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

作者简介

谢姣姣，毕业于中山大学，后成为自由作家，给国内多家权威媒体撰稿，专注城市心理治愈领域，豆瓣网上的一位大红人，被誉为豆瓣网最温暖、最励志的女子。著有《纵有万般心碎，也要笑得甜美》《别急，你要的岁月都会给你》等作品。

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

书籍目录

第一章

知晓为何而活，方可承担生活

一个人知道为何而活，方可承担任何一种生活

002

原来笨蛋真的可以赢世界

007

让你现世安稳的，是心中那点不灭的热爱

014

在变化中，生活才成了期待的样子

019

生活就是一种坚持，因为你的悲伤无人问津

024

去还没有路的地方，才能留下你的足迹

030

当我们在谈论跑步，我们在谈论什么

035

人苦难的规模总是相对的

041

人要有接受人生无法一帆风顺的能力

047

克制，在于想要的是怎样的生活

052

第二章

接纳自己，是治愈开始的第一步

欢庆生活，投身生活，爱你的命运

058

接纳自己，是治愈开始的第一步

062

我们逃避不了逃避带来的后果

068

人生的答案，只能由你自己给出

073

鱼和熊掌不可兼得，但可分清主次

079

不要害怕，恐惧也有边界

084

成长的速度决定一切

089

心之所向是你变得勇敢的源头

095

没有人能帮你走完你自己的路

100

决定人生的，一个是命运，一个是因果

105

第三章

每个人都有他的路，每条路都是正确的

学会给自己一个拥抱

112

真正的特立独行是成为你自己

118

每个人都有他的路，每条路都是正确的

123

人生需要留白，才能看到别样的风景

128

你的生活是悲是喜由你自己决定

134

好运气就是非常非常的努力

139

心若无栖，总是流浪

144

只有平庸的个人，没有平凡的人生

149

你当然可以跟别人不一样

155

你坚持下来了，这就是你的资本

161

如果爱自己，至少有一个人会高兴

166

第四章

世界是一只刺猬，要保持适当的距离

没有任何企图值得以自我的沉沦作为代价

172

落魄也有不同的方式

177

世界是一只刺猬，要保持适当的距离

184

很多沟通未曾发生，只存在于人们的想象

189

人可以坚持，但不可以偏执

195

全世界都能否定你，却无法打败你

200

重要的不是事物本身，而是你的体验和选择

205

真正能改变我们的，是自己的觉悟

210

什么时候光最亮？是四周都是黑暗的时候

215

你能找到一件无私的善行吗？

220

第五章

真正让人所向披靡的是：爱

剥掉这一层层使感官迟钝的世俗的老茧

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

228

每一朵玫瑰都有刺，每个人都有另一面

233

伤害可以原谅，但不能被遗忘

238

错的无法变成对的，但可以变得珍贵

243

所有的爱都是有安全边界的

249

我们无法每次都对，只需对一次就够了

254

最痛苦的不是离别，而是没有好好告别

259

真正让人所向披靡的是：爱

264

我们最终都长成了父母的模样

269

安全感，是有足够的信心建立正确的联系

275

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

精彩短评

- 1、自己的三儿必须满意~
- 2、非常不错，正能量满满的
- 3、如果此刻你正值青春，请让你的每一分钟都过得有意义；让你今天所做的一点点，都成为未来的铺垫；让每一次播种，都作为收获前必须的耕耘。你以为漫长而充裕的青春，其实，正是另一场争分夺秒的倒计时。
- 4、一个人知道为何而活，方可承担任何一种生活
- 5、淡定地面对慌张是我们需要修炼的一门课程，特别是处于大城市中的我们

1、亲爱的，这本写给你的书，断断续续、修修改改已有一年的时间，源于你小姨对我的触动。我的大姨和姨夫，也就是你的姨婆和姨丈一家一直以来都是众人羡慕的对象，有受人尊敬的职业，收入丰厚，家庭美满，而你的小姨也属于那种“别人家的孩子”，在咱们这儿办过一次颇受好评的画展，考上心仪的国内排名前10的高校，就连长相都属于上等，集万千宠爱于一身。然而就在入学前，你的小姨选择了自杀，我也是在她快出院的时候才知道的，之后她便陷入了长时间的抑郁，不得不推迟入学。没有想到？我们都一样。“我觉得活着没啥意思。”她这样解释自己的行为。“不是一时冲动。”“你这还没意思啊，你不知道有多少人羡慕你啊？而且你也得为大姨和姨夫想想，他们得多伤心？”“你不懂”。她说，淡淡的，好像在谈论陌生人。“那是你们的想法，跟我无关。我真的觉得没劲儿。”也是那时，我第一次深刻的意识到，一个人的成长，真的跟家庭背景没有太大的关系。它跟家里有没有钱没有关系，跟父母有没有文化没有关系，甚至跟父母的性格都没有必然的关系。我不知道她是因为受了伤，还是受了刺激一时想不通，或者是其他不为人所知的原因变得这么悲观消极，或者真的只是觉得“没意思”。但我知道她一定不够爱自己，也不懂得尊重生命。生活的本质是一样的，只是有人把没意思过成有意思，有人却把没意思过成活不成。这件事让我决定要写一本认真的书，写给我的孩子也就是你看的书。我的父母也就是你的外公外婆也许没有身居高位，也许没有把我生的肤白貌美，也无法给我提供太多的机会，甚至都不擅表达，但是他们对我尽全力的爱护和引导，潜移默化中教会了我很多，才使得我成为了现在还算是不错的样子。但是，我知道，现在的社会环境已经变了。等到你来临时，我应该无法像你的外公外婆陪伴我一样长时间的陪伴你，我也怕自己会在生活和现实的打磨下渐渐变成一个不喜欢的自己。而等你长大，你可能不得不面对各种各样令人眼花缭乱的生活方式和选择，与其到时茫然无措，我想，不如趁早把我的一点心得感受分享给你，也分享给我自己吧。你要记得：哪怕生活看起来再长、再复杂，让人们幸福的根本其实都是一样的。凡事“求诸己”：尊重生命，尊重自然，懂得与自己相处，懂得与世界相处。一、尊重生命2005年的时候，有一部震动全球的法国纪录片叫做《帝企鹅日记》，希望你长大的时候，还能放给你看。它由洛积·昆彻执导及编剧，描绘了处于南极洲的帝企鹅为了生存和繁衍而进行的艰苦旅程。生命如此不易，所以必须珍惜。因为你的存在不仅对你自己很重要，对你的亲人、朋友、甚至陌生人、整个宇宙都意义非凡。短短人生几十载，还不得不面临各种各样的危机和挑战，一场疫病、一次意外、别人的谋害、突如其来的重病……生命随时可能陨灭，再也没有选择的机会。你必须承认生命的脆弱，才能真正爱护它。有一件事我必须提前告诉你：每个人都会死。我希望你早早的了解这一点，并且接受它。因为我自己对死亡的理解来的过于突然而猛烈，几乎毫无招架之力，无论是心理上的还是现实准备上的。天灾人祸，很多时候，人生根本不会给你时间让你从容面对。我能够帮你的，也不过是尽可能早的让你认识到死亡的意义。虽然说人固有一死，但小的时候死亡离我很远。只是过了20岁，生活一下子就充斥了各种生离死别。那之后，我参加过两次葬礼，也在医院看到过一个个生命的逝去，前一刻还同你谈笑风生，下一刻就不知魂归何方，那是对一个大家庭判了死刑。但是在当时的场合下，它就好像再正常不过的事，明明白白的告诉你：这才是生活的常态，活着只是一种侥幸。多么残酷，因为太过真实。我希望告诉你这样一个事实：我和你的父亲都会死去。可能是因为生病被一点点消耗掉，也可能是天灾人祸毫无征兆的离开，比如一场车祸，比如心怀不轨的人的谋害……很大可能，我们不得不留你一个人在这世上继续挣扎，如果运气好，你那时已经成亲生子至少有所依托。没有人能预料变化何时发生，又以怎样的方式发生。这些都是我们没有办法控制的，但你可以控制如何面对它。你要做好准备，要接受这个事实。当然，这不是为了让你生活在时刻的担心恐惧中，而是让你懂得生命的脆弱，学会爱你身边的人，学会如何好好的告别，学会勇于并且善于表达爱。如果事情真的发生了，也希望你能继续好好的活着，因为只有你活着，我们才能通过你的想念和回忆继续活着。况且，我们总有一天会再次相遇。如果可能，我希望在合适的时候，带你去墓地看一看，带你在医院停一停。只有这样，你才会更加懂得生命是多么难得，又是多么沉重。它所代表的意义，或许终其一生我们也无法完全明白。死亡可能发生在任何一个人身上，我们只能尽力不留有遗憾。“像明天就要死去一般生活。”你的选择会明智得多。同时，尊重一个生命，最好的方式是了解它的历史。你了解一个人越多，你同她的联系就越紧密，你就越能理解她，你也就能越包容。我对这点的觉悟都已经迟了，我很后悔。像我的外公外婆都曾经历过鬼子上门、食不果腹啃树皮的岁月，小的时候听过就忘了，长大了没时间听他们讲了，等到我现在想去听时，他们的记忆却已模糊而我也于心不忍他们再去回忆一次了。所以，你以

后一定要学会倾听，并且是用心的听，每个人都是一本厚厚的书，很多时候，我们看到的只是封面。老一辈受的罪、吃得苦，拥有过的单纯和美好，你或许一生都无法再体会了，但是通过历史，你会更富同理心。我这一代经过非典、遇过地震、吃过苏丹红，也有过暴动……没有一个生命是轻易的。但就像你看到的，生命脆弱却伟大，它处在无处不在的风险之中，却依然顽强的散发着自身的光辉。所有的生命都是平等的，不分贵贱，无关出身、性别、种族……脱去这些社会赋予的外衣，每一个生命都值得我们的肯定。

二、尊重自然“网瘾”在我高中时曾一度成为社会热点话题，随着计算机和网络的兴起，很多年轻人一头扎进去，因为缺乏足够的自控力和及时的引导，沉溺其中，生活的全部都集中在一个小小的屏幕前。我的一个邻居哥哥也没有幸免新时代的洗礼。就在高三的上学期，他开始不去学校，也不回家，躲在昏暗的网吧里一个偏僻的小角落，在自己的世界里厮杀。只要你看他一眼，就能明确的感受到他的亢奋。眼睛瞪得大大的，满是血丝，却一点都不浑浊，甚至在发着光。脸上倒是一片灰败，到激烈处青筋暴起，对外面的情况一无所知，不知白天黑夜轮转，似乎将世界隔绝在外。他已经几天没有睡过觉了，却不知疲倦，我想如果你拿手电筒的光照进他的眼睛，他也不会有任何反应。阿姨和叔叔，也就是他的父母也不是没有尝试劝解他，只是他似乎完全听不见他们的话，实在逼急了，一句怒喝，“闭嘴！”震的人一愣，那眼神分明是看仇人的眼神。父母又不能来硬的，便只能随着他，每天送饭保持他的基本生理维持。可是，事情并没有好转。某一天，在父母又一次送饭时，他突然爆发了，嘴里大喊着，“杀，杀，杀……”，一边抄起身下的椅子就要砸过去，所幸被旁边反应迅速的人拦住了，才避免了一场悲剧。后来，这个哥哥被父母带回家了。之后便没有见过他们了，听说是回到老家，在一处郊区休养，再后来听说是好了。在信息时代带给我们极大的便利和创新能力的同时，它也正在制造一个独立的平行世界，很多人就此迷失，他们或者根本分不清现实和虚幻，或者直接将虚幻现实化，结局都不太好。其实，不光在网络世界，所有人造的环境，呆久了都会觉得压抑。而当你面对这种压抑置之不理时，你会渐渐习惯它、适应它，直到被它同化，变得机械而疏离。人造的东西总是缺少一种生命的质感，无法与人类产生共鸣，只会剥夺人们的生机。不管是高楼大厦，还是霓虹机器，亦或是电脑网络……本质上都是隔绝，它缺乏联想，没有生命力。呆久了，不光会弱化人们的肢体和劳动能力，还会削弱人内心对“真、善、美”的天然追求，造成人与人之间交流和共情能力的缺失。记得，在我小的时候，冬天的风还很冷，雪还很大，手一抓就是一大团。那时的水还很清，可以洗衣游泳抓虾。那时的草还很绿，车轮草、紫花丁、蒲公英……成片蔓延。那时的山岗上，入目都是大自然的颜色。那时的人心很简单，一顿暖暖的饭，家人健康，鸡毛琐事。那时的日子过得很慢，很悠长，炊烟袅袅，牛羊缓行。现在却完全不复此番光景了。田间劳动有机器代替，家长里短有手机、电脑代替，家务活有电器代替，出行有各种交通工具代替……你完全可以不用动一下手脚，就获得自己的所需：你只用赚钱就好了。谁还愿意满头大汗的辛苦劳动？谁还愿意浪费时间深入自然？不得不说，人是被自己发明的东西养懒了。可是，我常常在想，在你的成长过程中，如果脚从来没有踏过泥土，手从来没有摸过溪水，耳从来没有听过鸟鸣，眼从来没有看过绿树，身体从来没有感受过清风拂过，你如何会懂得劳动和自然的乐趣？简直让人无法容忍！你还没有选择和决定的权利，就已经被剥夺了这个世界留给你的最宝贵和最美丽的遗产了。要知道，这种乐趣本应该是无可替代的，因为它们本身是没有任何附加条件和功利色彩的。蓝天白云不用你付费，绿树鲜花不用你购买，各种动物不用你买票，自然的美景毫不吝啬的铺开在你的面前，一切都是免费的，这是最原始也最无私的馈赠。可是，若你从来没有体验过这些，我怎么敢相信你会成为一个同样无私且美好的人呢？我不确定等你长大的时候，是否连现有不多的自然都不存在了？我也不确定你是否还有下田劳动接触自然的机会。毕竟，小时候的我，生活在外婆家，入眼的全都是自然，不论是屋内还是屋外，而它现在却都已经成稀缺景象了。就像工艺价值在主流社会的缺席，我们习惯了一切都明码标价，反而忽略了最宝贵的东西。工业化毁掉的不仅是一方绿草地，一处清河流，而是整个人类最淳朴的内在和自我文明的见证。试问，缺少了审美，缺少了真实，缺少了善意，如何建立一个完整的人格？为了避免这种缺失，我能做的，也只是尽可能多的带你去到留存的地方观光旅游，给你提供足够的条件去经历感受，能觉悟多少，则只能靠你自己了。毕竟相处的时间有限，但你总得懂得如何尊重它。说到底，尊重自然就是尊重劳动，尊重美。你会感受到造物主的神奇，赞美生命的奇迹。其实，你现在正在使用的很多工具都是自然给我们的启发。火箭升空利用的是水母、墨鱼反冲原理；科学家研究青蛙的眼睛，发明了电子蛙眼；美国空军通过毒蛇的“热眼”功能，研究开发出了微型热传感器……此种例子，数不胜数，更不用提有多少流芳百世的艺术作品都源于此。自然曾经养育了，并且正在继续养育着我们，却毫无所求。这种胸怀，如果你能够领略一二，便足够受益终生了。如果你的眼睛开过花，你的耳

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

朵奏过森林的乐章，你的世界曾无限辽远又壮美，我无法想象你还会有多大的痛苦。它当然也会危机四伏，只是它的威胁本身也是它伟大的一部分，因为它从不赶尽杀绝，只是为了维持更大的平衡，这何尝不是一种自我奉献。如果你愿意，你完全可以不依赖任何外物，单单自然就可以让你的心充实而快乐，纯粹的，不需要理由的，源于生命的召唤和渴望。或许，只有见识过自然的伟大，你才会懂得感恩。只有懂得尊重自然的人，才会真正懂得生活吧。不为这世界肮脏的一面所累，变得慈悲和宽容。说到底，你需要的不是一个繁复华丽的社会，不过是一处休养身心的伊甸园。就像你不需要追逐功名利禄，只要过得开心自在就可以了，而这恰恰是现在的社会最难做到的。但我相信你一定可以。三、与自我/世界相处之道在迄今为止二十几年的生涯里，如果说我对这个世界有了什么明确的认知，那就是：世界永远跟你想的不一样。你必须学会如何同它相处，顺应世界发展趋势的同时，坚守自己的底线。外界无法给你任何衡量的尺度，你只能在不断的摸爬滚打中建立自己的一套衡量标准。每个人的生活中都会有很多个性化的问题，你不可能奢望旁人、书本告诉你所有的答案，问题永远比已知的答案更多，你只能自己探索。更重要的是，别人的观点很大可能并不适用于你。你会发现，对于同一件事，能听到很多相左甚至对立的声音，“人定胜天”“尽人事听天命”；“你要坚持”“学会放下”……它会让人心生迷惑，同时摇摆不定，生活在水深火热中。说到底，这都是别人的生活经验，“失之毫厘差以千里”，你必须聆听自己的心，相信自己，因为你无法用别人的标杆衡量自己，你只能靠自己的标尺丈量自己的人生。就像我如何爱你，也不可能把所有你可能遇到的问题都罗列出来，并给出解决方案一样。经验有时并不可靠，我只能让你明白那些通用的、美好的品质，并将它转化为你自己内心的力量。更多时候，你会发现，你的底线变得摇摇欲坠，因为这个世界总是这么蛮不讲理，根本没有道理可言。它不像你想的那样非黑即白、泾渭分明，甚至会让人无措。一不小心，自己就踏入了灰色地带。两难，将是你经常遇到的状况。在年少的时候，我曾经深爱过一个人，当时甚至觉得除了他我再也无法爱上其他人。然而在关系还未确定前，就无意中发现他是有妇之夫。当时是什么感觉呢？日月无光、晴天霹雳都不足以形容，因为心死了是没有感觉的。他的苦苦哀求和诚意表态也曾令我动摇，一段名存实亡的婚姻，原本就是将就的结合在遇到真爱的时候羸弱的不堪一击，他说他愿意为了我离婚。可是，我最终还是拒绝了。建立在伤害之上的爱情是无法圆满的。然而，类似的情况还有很多，理智还是情感？两难之下，怎么选都是错，也就意味着怎么选都是可理解的。高速行驶的汽车上，突然冒出来的男人，是牺牲他一个人，还是刹车转弯整车人都有可能丧命？作为一个掌握专业技能的人，有人用亲人的性命威胁你干违法的事情甚至事关人命，你是选择保护家人还是坚守底线？不论如何选，都要背负心灵的负罪，可能永远无法再得到安宁。明明，不是你主动生事端，麻烦却总是不期而至。生活从来不是容易的。没有什么绝对公平的。你要接受这一点，原谅自己，也原谅别人。也许你永远无法改变过去了，但至少你可以放大未来，用爱和希望的阳光驱散内心的阴影和黑暗。永远不要说“我没有办法”，因为，“there is always another way”。改变你的行为，或者改变你的态度，学会如何保护自己。到此为止了吗？不，这个世界的考验还未结束。那些有缘由或者毫无来源的憎恨、恶意和伤害，因为爆炸案被无辜殃及，你凭借实力晋升而引发的嫉妒和打压……你觉得如此不甘，那么委屈，一桩桩一件件，世界总是不乏恶意，你甚至觉得人们的道德败坏到无可救药的地步而心生绝望。可是我希望你能够有自保的力量，活着才有转机。盲目的对抗是愚蠢的，如何把自我的理想建筑在现实的要求之上才是真正的智慧。同时，各种让你觉得毁三观的信息，很多人的做法、想法都与你的理念不一致甚至背道而驰，你不必认同，但要尊重，我们都有弱点，要学会同与自己不同的存在相处。一定不要站在所谓的“道德制高点”上，天然觉得‘爱’是好的，‘同情’是好的。因为，‘善’不能强加于人的，强加的结果是普遍虚伪。当你发现，你想要的跟这个世界要求你的或许不一样，这种时候你要有勇气改变自己的偏执，要有信心坚持自己的底线。所以，我希望你能够从这喧闹烦扰的世间抽离一下下，不用媚俗，更不必悲观。尤其是网络科技的发展，一切都在变化，世界一方面比以往任何时候都更加透明，因为一点风水草动都会以最快的速度被放大；一方面它又比以往任何时候都更虚假，因为任何人都可以在网络世界成为另一个人。这种身份和认知上的错位有时会让人非常不安，因为一不小心，你就发现自己被远远的甩在了时代的身后，或者你以为熟悉的人不过是一串代码而已。你会觉得不安，但是只有你停止依附，你才真正开始成熟。无论如何，你要找到一个同这世界和解的途径。我希望你能成为水一般的人，包容、变通而又自由。哪怕世界不像你想象的那么好，但是也不会那么糟。我喜欢你有抵御风险的能力，但不必时时挂心，因为你的眼要看向这世界美好的一面，你的大脑要思考这世界有价值的一面，你的心要感受这世界温暖的一面。就我的个人经验来说，找到一个爱好，投入它，享受它，将会非常有帮助。不论是画画，写作，钢琴，书法…

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

...都可以成为专属于你的栖息所，让自己真正沉静下来。当然，重要的是你自己的方式，只要有效且无害，就是最好的方式。虽然说，只要活着，就会有不开心。可是只要活下去，快乐的事情总会到来。总之，你一定会遇到难题，一定会有无力和矛盾的时候，不要怕，只要你的选择是基于以上四点，我都会支持你。我知道，要做到这些，也许很难，也许让人心生沮丧，也许会面临自我认知和外界偏见的挑战，但是，重要的不是你面对何种现实，而是你的态度。我相信你做得到的，因为人类本质上都有追求“真善美”的天赋。以包容的态度接纳并喜欢自己和这个世界吧，生活会教会你你所需要的一切。我们都与这世界隔着一片海，这里充满了未知、陷阱和危险，同样也充满了生命、阳光和美景，你必须凭借自己的力量泅渡，才有可能达到幸福的彼岸。那给我们勇气和力量的，是爱和信仰。当你懂得了爱和信仰，你才会真正懂得怯懦、恐惧、享乐、功利等等情感存在的理由，你才会接纳苦难、变化、时间、死亡等等真实具有的意义，你才能真正做到克制、专注、自省、独立而富有责任。人活一生，值得爱的东西有很多。对你自己的爱，对跟你有牵绊的人的爱，对这个世界的爱。这种爱，会帮你度过很多难关，会给你很多信心，也会让你不论身处何种境地都过得还不错。当然，我会非常鼓励你学好数学和艺术。前者会帮助你理解你身处的世界，让你能够更加理智和客观的去看待事物，从整个系统和更大的格局出发，而不至于陷入短暂情绪的漩涡；后者则包括书籍、电影、绘画.....，它不仅为你提供现实之外的栖息所，还能帮助你更好的理解生命、理解他人，让你变得悲悯、宽容，从而感悟到真正的道德。只有理性和感性兼具，才是一个完整的人格。你也会接纳，没有人能护你一世安稳，你所期待的一切都由你自身生发。但如果你能做到尊重生命、尊重自然、学会同自己相处、学会同世界相处，我也就放心了，你至少会活得笃定自在，真正成为一个有教养的人。成为你自己吧！因为这将不光是你的成功，也是我的成功了。至于你的小姨，一年之后，也就是这本书完结的时候，已经得到治愈。虽然最初的处境看起来艰难万分，但是她终究还是挺了过来。这，就是希望所在吧。（小红旗：如果你觉得此书无用，那么恭喜你，你正在过最好的生活。你一定不曾受伤，也不曾见过不幸，你一定生活的自由、幸福且快乐！）

《在不安的世界里，不慌不忙地肌

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com