

不要冷落了心里有你的人

1. 今天在公众号后台看到这样一条留言：“那个曾每天都花很长时间陪我，和我聊天、逗我开心的人，我好想你。”

挺扎心的，如果曾有人很认真很用力地对你好，你却没有好好在意，等到失去了，才发现这是一辈子的遗憾。

每个人这一生会遇到很多很多人，可心里有你的，愿意真心对你好的，真的很少、很难得，如果遇上了，一定不要冷落了他，因为有些转身，就是咫尺天涯。

不懂珍惜的时候错过了，现在再怎么后悔，一切也回不到当初了。

所以，如果爱，就请深深爱；如果不爱，就轻轻放开，一别两宽，各自安好。

2. 前些天，朋友问我：“你说如

果一个人每天工作也挺忙的，却总是主动找话题和你聊天，制造机会想跟你一起吃饭，是什么意思？”

我说：“那在这个人心里，你的位置一定很特殊，至少不仅仅只是普通朋友。”

舍得为你花钱的人也许很多，但舍得为你花时间的人，很少，钱没了可以再赚，但是时间没了就再也无法弥补。

每个人的时间都是很宝贵的，每个人都有自己要忙的事情，而若是有人愿意把时间拿来陪你，那说明你在他，一定很重要。

她又问我：“那要是个人经常不回复你的消息，空了和你聊聊天，可有时候突然就好几天都不理你，甚至还看到他点赞了共同好友的朋友圈，那又是什么意思呢？”

我说：“那这个人一定没有把

你看得很重要，就像一个可有可无的玩具，寂寞的时候打发时间，有了新的猎物就把你丢到一旁，这样的人，及早远离。”

听过很多仗着喜欢就肆无忌惮伤害的事情，可到最后，当一个人失望攒够了就离开了，而那个曾被宠爱的人，再怎么懊恼，也无法让那个人再回头了。

暖一颗心需要很久，可伤一颗心，只需要一瞬。

一次次放下尊严去讨好一个人，任谁都会累，而这世间最宝贵的，就是真心和感情，金山银山也换不来，滔天权贵也争不来。

爱和付出是免费的，但不是廉价的，如果真的不喜欢，就不要拖着，更别白白消耗那份真心。

感情里最怕的就是当断不断，最后反受其乱，不要践踏别人的真心，尊重而体面，对谁都好。

3.

记得有位听众对我讲，她不想让爸妈看到自己在朋友圈里发的一些内容，就设置了朋友圈不对他们可见，她以为爸妈都不太会玩儿微信，肯定也不会注意到这个小细节。

没想到第二天她就收到妈妈的电话，很着急地说自己看不到她的朋友圈了，是不是哪里出问题了。

她说：“当时我一下子就不知道说什么好了，心里特别特别的后悔，爸妈是世界上最爱我，对我最好、最无私的人，我却还……唉，想想自己有时候为了那个不喜欢自己的人纠结伤情，却总是忽视最爱我的人的想法，真的特别特别后悔。”

人生就像一场无法回头的单程车，这一路上我们会不断地和一些人遇见又别离，父母在，人生尚有来处，父母去，人生只剩归

途。所以，再忙也别忘了和家人联系，常回家看看，让他们知道你的近况，重视不在嘴上，要在实际行动中体现出来。

4.

爱情、亲情、友情都是如此，真心换真心，真情换真情，感情才能长久，关系才能稳固。同样的，若是你心里有谁，也千万不要白白消耗旁人的珍惜和欢喜，一定要好好珍惜。

不要在乎你的人感受漠视和冷淡，不要冷落了心里有你的人，要记得，心凉了，就再也难暖回了。

余生，愿你所爱之人，也同样真诚待你，愿你所有深情，都不会被辜负，愿我们，都被感情温柔以待。

晚安。超过八分，要留下两分爱自己。

最好的感情，人远心不远

席慕容曾说：“我们置身在极高的两座山脊上，遥遥的彼此不能相望，却能听见你温柔的声音传来”

跨过山海，越过人群，而我的心，始终与你紧紧相连。

最好的感情，不是朝夕相处，不是寸步不离，而是人远心不远。

1.

亲人之间：相互思念，亲情暖暖刚刚好。

虽相隔千里，却能清晰的“看见”家中的情形，正如杜甫在《月夜》所写：

遥怜小儿女，未解忆长安。香雾云鬟湿，清辉玉臂寒。”

苏轼的《水调歌头》中写道：“但愿人长久，千里共婵娟。”

不管子女身在何方求学、工作，父母都心中牵挂是否吃饱穿暖；不论父母与自己间隔多远，父母有需要，子女立刻回到身边。

时空的距离不仅不会使感情疏远，反而加深了他们心中的亲情，在他们心中，有距也便成了无距。

2.

朋友之间：相交淡淡，友情厚重刚刚好。

诗人王勃在《送杜少府之任

蜀州》中的“海内存知己，天涯若比邻”恰好与“咫尺天涯”形成强烈的对比，正说明了友情可以穿越时空的距离。

真正的友情，是精神上的相契相合，无论多久不联系，友谊也不会改变。

诗人郑少谷与王子衡相距千里，素未谋面，却彼此倾慕，互相赠答。

郑少谷曾有诗赞王子衡：“海内谈诗王子衡，春风坐遍鲁诸生。”

后来郑少谷死了，王子衡惊闻噩耗，哀伤至极，他不顾千里奔波，特地赶到福建，为他办理丧事，宽慰亲属。

这种淡淡的交往最长久，因为他们不追求外表的浮华，而在乎内心的感受。

3.

伴侣之间：保持距离，爱意满满刚刚好。

适当的距离是我们表达爱的最佳方式。

胡兰成与张爱玲虽分离两地，不得时时相见，却写下无比缠绵的情书：

梦醒来，我身在忘川，立在属于我的那块三生石旁，三生石上

只有爱玲的名字，可是我看不到爱玲你在哪儿，原是今生今世已惘然，山河岁月空惆怅，而我，终究是要等着你的。”

泰戈尔的诗《世界上最远的距离》中这样写：

世上最远的距离，不是生与死的距离，而是我站在你面前，你不知道我爱你。

因为爱恋，在诗人心中，世上最远的距离居然不是“生与死的距离”，而是我和你虽然面对面，心却不能相通的距离！

距离使人体念思念的意味深长，距离使一种情感蓄在心中，使一种思念穿越时空，萦绕心间。

4.

天涯遥远，挡不住彼此的思念；时空虚幻，隔不断心灵的挂牵。

生活忙碌，有人致电关心；四季冷暖，有人叮嘱加衣。

真正的感情，是精神有处寄托，心灵有方归宿；真正的感情，是委屈可以倾诉，欢笑可以共享。

真正的感情，不因时间的流逝而淡忘；真正的感情，不因距离的远近而遥远。

真正的感情，人远心不远，情深意更浓！

好的婚姻里，没有原谅，只有算了

爱不是海誓山盟，而是一种相处习惯；是男人愿意了解女孩变成女人过程中的种种不易，以最大的善意满足她们细腻的情感与琐碎的要求。

知米从事婚姻心理咨询工作已经10年，最近二胎生了女儿。

我问她，老大是儿子，老二是女儿，作为婚姻老中医，对孩子未来的择偶，有什么建议？

教男孩在婚姻里窝囊一点，教女孩找个窝囊夫当老公。”她毫不犹豫地说。

我以为她在开玩笑，没想到第二天，她特意又发语音跟我解释。

这些年，知米看到过太多不幸的婚姻，深深感到母亲是家庭的灵魂，但父亲才是家庭的工程师。

一个家庭好不好，能不能长久，是否可以培养出优秀的孩子，要看父亲的格局。

知米说：“在家庭里，女性承担的繁琐事务较多，因此更容易陷于低迷和自我怀疑的情绪，男性的宽容、忍让就显得格外重要。

一个男人给太太最好的爱，是你无论在外面多能干，回家尽量窝囊一点，不争对错，宽容大度，通情达理。”

在《为何家会影响我的一生》一书里，美国医学博士亨利·马西和内森·塞恩伯格追踪了76个孩子，从出生到30岁，发现一生中最为重要的影响，来自于父母和家庭。

婚姻幸福的家庭，通常有一个模式：是以母亲的意志为主，但父亲的作用更为巨大。

母亲教会孩子怎样生活，父亲则教孩子如何处理自己与他人、与世界的关系。

有些男人觉得，如果我在家里宽容，会显得在子女面前没地位，事实恰恰相反。

搜狗CEO王小川接受《十三邀》采访，坦言父母对自己的影响巨大。

王小川的母亲是挑剔型人格，从小给他很大的压力，促使他在压力中成为更优秀的自己，而他的父亲温和宽容，内心深处，存着对家人的忍让。

他小时候觉得父亲窝囊，跟妈妈一起欺负他，长大后却越来越崇拜和敬佩自己的父亲。

当王小川把父亲在家庭生活中表现出来的宽容大度称为巨大的美德，并以向父亲学习为荣的时

候，连我们冷静的许知远老师都被感动了。

无论想结婚还是不想结婚，人们对于美好两性关系的向往是共通的。

人的一生中，无论身份地位如何，终究要与相爱的人发生勾连。在一起的日子，是快乐、幸福还是无奈、痛苦，决定人的自我评价。

好的情感关系，使人自信；不好的情感关系，让人自卑。

所以，永远不要把自己在情感关系中的努力，视为对他人的付出。要知道一段和谐美好的情感关系中，受益最大的永远是自己。

《平如美棠》是我最喜欢的书之一，也经常去买这本书送给朋友。

平如和美棠，这对相恋60年，痴情一辈子的老人的故事，总能让在鸡零狗碎的生活琐事里沉浮挣扎的我，得到一些慰藉和启发。

平如美棠的结婚照

文革的时候，平如下放农村22年，美棠抚养5个孩子长大成人。

美棠脾气不好，平如对她百依百顺，有时候连儿女们都看不过眼，觉得父亲太宠母亲，母亲有时候发脾气根本没道理嘛。

但平如看得开，他说：对于男人，没有什么面子不面子的，过日子还是里子更重要，只要一家人和和气气。

书里有个细节。

美棠病重，要吃杏花楼的马蹄蛋糕，平如骑单车往返40分钟，买回来蛋糕，美棠却又不吃了。

彼时的平如已经86岁，子女责怪他不应该那么晚骑车出门，明知道美棠已经病得糊涂。

平如说：“可我总是不能习惯，她嘱咐我的事，我竟不能依她。”

这句话每次看完，都眼睛一酸。

原来，爱不是海誓山盟，而是一种相处习惯；是男人愿意了解女孩变成女人过程中的种种不易，以最大的善意满足她们细腻的情感与琐碎的要求。

智慧大气的男人是相似的，小肚鸡肠的男人却各有各的心思。

对于那些经常挑剔太太的丈夫，平如说他们“有理，但无情”，而家，恰恰是讲情不讲理的地方，谁做家务少，谁呆在家里时间少，谁的脾气就要好。

