

你会嫁给谁，早就命中注定了？

一个朋友问，嫁给谁，是命中注定的吗？

我说，其实，你自己想成为什么样的人，最后选择要和谁在一起，甚至和谁结婚，都是你自己的选择的。你种下了因，最后才有的果。

涂磊说过一句话：爱你可以爱到骨头里，但爱你不能低到尘埃里。”

有太多的姑娘在爱情里迷失了自我。即便那个男人一无所有，忽冷忽热，没有上进心，甚至不忠，这些姑娘依然要往火坑里跳，一边四处寻求帮助，想脱离苦海，却一边在自己给自己编造的美梦里，不肯醒来。

你把自己的身段放的这么低，那就永远无法找到那个愿意平视你的男人。

你越是懦弱，越是要放低自己，那个你予取予求的人，就越是吃定了你。

然而，你对感情是什么样的态度，你所拥有的感情就是什么品质。

你要懂得，好的感情让你活得更更有尊严，坏的感情让你丢失自我。感情，是为了能活出更好的自己，而你，不能把这么好的自己，全部损耗在一段坏的感情里。

杨绛这样描述夫妻关系：夫妻该是终身的朋友，夫妻间最重要的是朋友关系，即使不是知

心的朋友。

至少也该是能做伴侣的朋友或互相尊重的伴侣。

情人而非朋友的关系是不能持久的。夫妻而不够朋友，只好分手。”

所以，在感情里，没有一个对等的心理关系，是无法长久的，甚至是无痛苦痛苦的。

你要记得，低到尘埃里的爱情，是开不出花的。

你越是卑微，就越是被轻贱。

你不是生来卑微，你本就自带皇冠，何必舍弃光芒。

姑娘，想要找一个尊重你的男人，就要先有自尊。

爱人七分足矣，剩下三分爱自己。

没有什么比靠自己更踏实的了。

之前在微博上看到一件真人真事：

姑娘是211大学毕业的，本来是要自己出去闯一闯，但是这个时候认识了现在的老公，他让这个姑娘留下来。

他开了一家小公司，收益还可以，劝姑娘在家享福。于是姑娘婚后就做起全职太太。

结果，不出三年，公司倒闭了，他欠了一屁股的债，颓废不振。姑娘本已下定决心要陪丈夫走出难关，就去和丈夫讲道理，让他振作，没想到，男人却说她是靠自己养活，是寄生虫。

很多人说，她的悲剧，是她丈夫的错，但是，她自己又何尝没错呢？

余秋雨的《借我一生》中，写过一句话：

人生的路，靠自己一步步走去。真正能保护你的，是你自己的人格选择和文化选择。那么反过来，真正能伤害你的，也是一样，自己的选择。”

其实，不论是否嫁给这个男人，这位姑娘都可以自食其力，但是最终还是想法太天真了。

年轻时候贪图安逸，最终都会在日后偿还。自己扔掉了生存武器，就别怨别人无法全力保护你。

自己手里没有筹码和自救的本领，生活得一定不那么坦然，因为你不知道哪一天靠山会倒，而自己，还没有本事，回到拼搏的起点，重新出发。

就像路遥写的那样：“靠自己生活，灵魂都是安宁的。”

你越是想安逸，以后就越是过得辛苦，从身体，到内心。

姑娘，想要找一个真正疼爱你的男人，就要先学会靠自己。

越努力，会越幸运。靠自己，才不怕输。

有些人珠光宝气，依然没有真正的富贵相，因为心穷。

有些人浓妆艳抹，依然没有针对的美艳感，因为心卑。

亦舒在《圆舞》里这样描述她

心目中的淑女：

真正有气质的淑女，从不炫耀她所拥有的一切，她不告诉人她读过什么书，去过什么地方，有多少件衣服，买过什么珠宝，因为她没有自卑感。”

一个真正的“美人”，她的美一定刻在骨子里，谈吐里，内涵里。

；腹有诗书气自华”，肚里有才华的人，谈吐，素养，都会透着有学识的自信。

一个去过很多地方的人，懂得思考旅途意义的人，即便不提及自己去过哪儿，他的眼界都已经不一样了。

内在美养外在美，而外在再美，都没法养内在。

董卿说：“你的气质，来自于你走过的路，读过的书。”

一个负能，不自信的女人，要怎么找到一个乐观积极，还自信向上的终生伴侣呢？

与其等对方同情你的悲怆，不如从自己开始改变，人与人之间会互相影响，会恶性循环，也会互相促进。

姑娘，想要找一个懂得欣赏你的男人，就要有从容和自信。

少攀比，少妒恨，少猜忌，少悲伤。

多读书，多出游，多赚钱，多微笑。

其实，世上本没有“命中注定”一说。

那是幸福的人，为美好生活添

了一笔神秘色彩。

也是受伤的人，为自己找的自我安慰。

我虽然无法断定，你一生都会遇到良人。

但是，努力成为更好的人，一定会更大的几率遇到更好的人，努力自我提升的人，真正爱惜自己羽翼的人，脱离了谁，都能活得自在，不是吗？

就如《那些回不去的年少时光》里的那句话一样：

路要怎么走，只有自己能决定，这世上如果不自爱，没有人会爱你。”

不管你处在什么环境，都别忘了做好自我管理。

不论你现在如何，都永远不停止让自己变得越好越好。

只有自尊，才会吸引尊重你的人。

只有自强，才会吸引珍惜你的人。

只有自信，才会吸引欣赏你的人。

只有自爱，才会吸引爱惜你的人。

美好如你，与其相信“命中注定”，不如学会“逆天改命”。



女人到了30岁反而活开了

前一阵，明星分手事件频出，之前是阚清子纪凌尘，更早些是倪妮井柏然，而我注意到，这几位女明星都是1988年出生，今年刚好30岁。

缘分起起伏伏，爱过即是圆满，分手本身并没有什么好评论的，我只是被30岁这个年龄触动了：

女人的30岁，真的是人生一个特别重要的分水岭。

我和我很多朋友，都是在30岁这一年离职转行的；有很多单身姑娘，28岁焦虑得不行，30岁反而不慌了。

很多女人在30岁后反而活开了，不再对这个世界抱有幻想，不再被别人的价值观念束缚，不再等着被谁拯救。

而是火力全开地打碎和重建，召唤全部勇气和能量做最真实的自己。

01
30岁前，

对稳定工作和婚姻的想法都是虚妄

我自己出生在一个特别传统的家庭。

从小女孩时期开始，我对人生最美好的想象，就是有一份稳定工作，30岁前结婚，生两个可爱的孩子。

有时候，所谓的“幸福”，想象一幅画面就够了。

很可惜，30岁时我不仅没有实现想象中的“幸福”，还做了一个大胆的决定，离开央企，放弃学了十几年的专业，转换到新的职业跑道，从零开始。

把自己过去十几年的积累清零，不是一个谈笑间可以做出的决定。

刚辞职那段时间，我也经历了漫长的“黑暗期”。

一方面是外界的压力，另一方面是自我质疑，每天都在天人交战。

说不痛苦，那是假的。

可我清楚地知道，我回不去了。

斩断了所有的退路，只能逼着自己不断地成长和进步，一方

面打开视野提升认知，另一方面修炼核心技能。

就像一条鱼，深深地潜入到海底，暗无天日的黑暗，只能自己扛过去。

我的一个朋友，几年前离婚了，一个人搬到遥远的国度，在新的地方，找工作，租房子，建立新的社交圈和生活次序。

那一年，她也刚好30岁。

说不痛苦，那也是假的。

她说离婚后，最怕面对的就是父母，他们的担忧让她觉得更难受，而且有很深的愧疚和自责感。

只能选择逃离。

她的前夫我也认识，他们从大学时就在一起，以为经历了“从校园到婚纱”的浪漫童话，却敌不过物是人非的现实齟齬。

她说，一开始也不想面对，不愿意打破“完美”的假象。

可是，一个人被婚姻消耗还是滋养，都是写在脸上的。

她发现镜子里的自己越来越丑，怨气和委屈用再贵的粉底都盖不住。

为什么很多人在30岁时，做出人生重大改变？

因为对时间和精力有了提襟见肘的感觉，再也没有大把的时间可以浪费、铺垫了，你的人生已经正式开场。

也因为经历了一些世事无常，开始明白所谓的稳定和圆满都是假象。

你是不是真的快乐和满足，你骗不了自己。

站在这个时间节点，多数人开始思考自己真正想要的是什么，想为以后做个决断。

就像苏岑说的，“青春的追逐，不过是暂时的游戏。30岁后，命运终于要你为自己负责。”

02
30岁是个坎，

是破执的过程，也是重建的过程

我的很多朋友都坦诚地说，25-30岁是最焦虑的，“三十而立”就像一个小鞭子一样，在身后不停地抽打着你。

看到别人买房子了，你算算

自己的收入和存款，就算不吃不喝也很难在短期内够一套公寓的首付。

看到别人结婚了，你算算自己在几年内遇到爱情的几率很小，又不会为了结婚凑合着走进婚姻，所以担心自己会不会真的孤独终老了。

30岁是个坎，因为多数人无法完全超脱原生文化的影响，更别说很多贩卖焦虑的媒体火上浇油，“你的同龄人正在抛弃你”。

我27、8岁的那两年，也特别焦虑。

前几天还在VIP群里跟读者自嘲说，那个时候一天可以见三个相亲男。

真的几乎每天下班后不是在相亲，就是在去相亲的路上。

我也抱怨过，为什么感情这条路我走得这么坎坷？

我的一个女读者说，她是老师，一直很想辞职创业，但是不敢。

因为她还没有结婚，因为老师这个职业比较容易被男人认可。

我特别能理解。我也很想像鸡汤文里写的那样，告诉你去潇洒地生活，想做什么就去做啊，不要在乎那么多。

可是现实告诉我，不是这样的。

没有人可以不计后果地去生活，作为普通人，我们还是去权衡利弊得失。

我相信这样的反复纠结与困惑，大多数女生都有过。

我也深刻地思考过，30岁焦虑的到底是什么？是传统的原生文化的束缚吗？是刻在基因里的生育焦虑吗？

可能都有。

可能还有我们对成功的狭隘定义，以及对完美和圆满，不切实际的执念。

30岁是个破执的过程，也是个重建的过程。

如果你不想被世俗推着往前走，必然要付出比别人更多的代价。

你必须找到坚实的自我。

我55岁，刚刚离婚，想和所有人提个醒

爱自己，才是终生浪漫的开始，靠自己，才是终生安全感的来源。

我们小区有个蒋婆婆，人缘特别好，见谁都是一副笑脸。

但实际上，她的日子过得有多苦，或许只有她自己知道。

她是一个很正能量，很有修养的人，轻易不愿意把自己的负面情绪展现给他人，以免别人因为她而不开心。

我搬来这么久，从来没有见过她对生活有一丝抱怨。

我之所以会说她吃过很多苦，是因为她上个月刚刚离婚。

55岁的年纪，很多人听到以后，第一反应就是，一大把年纪了，还折腾什么呢？离婚以后还会有人要吗？

其实这些人犯了一个本质上的错误。

女人离婚，只是因为她对一个男人和一段婚姻失望透顶，跟离婚以后有没有男人要并没有直接的关系。

再说了，女人活着，也不是为了非得被男人要的。

蒋婆婆离婚也是如此，她的前夫是个鬼，脾气暴躁，动不动就打她。

他们结婚这么多年，没有见他有什么正经的工作，全家的日常开销，全部都靠蒋婆婆开的那家早餐店。

年轻的时候，蒋婆婆心想，为了孩子，自己把能吞的委屈都吞下吧。

可是现在孩子大了，自己已经为了那个男人委屈了几十年，也该为自己活一把了。

于是，她决定离婚，不听任何人劝。否则这一生，就这么憋屈地过完了，不值。

我跟蒋婆婆关系很好，一来因为我跟她女儿年龄相当，二来因为我由衷地喜欢她的处世态度。

每次跟她聊天，我都能学到很多东西，觉得自己成长了很多。

她常常跟我说，女人这一辈子，不能活得太狭隘了。

结婚以后为了男人活，有了孩子以后就为孩子活，男人的心走了，孩子大了，再不为自己活，那这一生可不就等于白活。

我深以为然，写情感文那么久，我见过无数在婚姻里受尽委屈的女人。

她们活着，大都不是为了自己。

但实际上，一个女人在为家庭全心全意付出的时候，她就已经输了。

因为一段好的婚姻关系，是需要平衡的，一方不计回报地付出，另一方没有底线的索取，关系一旦失衡，迟早会出现问题。

婚姻是一本书，读懂以后才能真的幸福。

在读懂之前，每个女人都带着对婚姻的向往和期待，她们很天真，很懵懂，以为自己嫁给了自己喜欢的人，就可以幸福一辈子。

男人要记住，不要以为这样的女人很傻，一旦她不傻了，你就失去她了。

所有女人都是如此，一定要记住上面的这三条建议，好好经营自己的婚姻，更要好好经营自己。

结婚以后的你，不只是别人的妻子，孩子的母亲，你更是你自己。

记住，爱自己，才是终生浪漫的开始，靠自己，才是终生安全感的来源。

