

Forum: [鬼話連篇](#)

Topic: 40歲來臨前，給你7點建議

Subject: 40歲來臨前，給你7點建議

發表者: angel6868

2020-05-13 21:32:52

良叔已經過了40，仿佛一瞬間的事，人生已經步入下半場。

除了百感交集，作為過來人，也想給年輕的你提幾點建議，全是實話，希望對迷茫的你，有點啟發。

1

這六‘i能很俗，但是錢真的很重要，這點我不避諱。

縱觀我身邊的人，很多悲劇幾乎毫不例外和缺錢有關。

人到中年，你就知道要花錢的地方有多少，這不僅關乎生活質量，更關乎你是否擁有一顆豁達的心。

當別人家的小孩，出國擴展嗅 A上興趣班，你卻囊中羞澀，只能叮囑孩子要好好學習，爭取改變命運；

當老婆的衣服都來自各種地攤或者淘寶山寨，想要一套正宗的化妝品，都力不從心時，你只能寬慰她一切都會好起來的。

這種場景下，你的心情真能豁達？

你可能會說，何必攀比呢？

其實還真不是這樣，讓家人過得好，是一種能力，到了中年，你還不具備時，天天都會自我審判，那種苦痛才是真正要命的。

所以，請放下一切扯淡的事，把精力聚焦在讓自己富有這件事上，而且你必須承認一個真相：

大多數人都不可能脫離物質談幸福。

你我都是大多數人，所以，咱們都難逃這個法則。

那意味著，有了物質保證，你才能對討厭的人說滾開；

有了財富積累，你才能在厭倦工作時，體面地退出；

卡上有了足夠的餘額，你才能在一個晴朗的午後，坐在星巴克遮陽傘下，心平氣和地讀一本珊瑚漁恁K

而這一切，毫無疑問都是有成本的。

2

我不是撒狗糧，而是到了中年你就會明白，愛人就是最後的港灣。

當你涉世多年，定會見到很多醜惡嘴臉，經歷太多人心叵測，品嘗種種爾虞我詐

你會發現，幾乎無處訴說這種蒼涼和無奈，願意坐下來安靜聽你訴說，又能理解這種訴說的，只有你的愛人。

從某種層面上講，所謂夫妻，不僅僅是一種契約，一種身份，一種愛情的皈依，一種家庭的組建，更是一種共生關係。

那意味著，在這種關係下，精神可以相互攙扶，情感可以相互存放，即使兩人相對無言，也能體會那份共同的篤定。

所以，人到中年，最大的不幸就是婚姻的不幸，你混了大半輩子，竟然連一個願意聽你真心話的人都留不住，還有什麼比這更悲哀的呢？

因此，無論你年齡幾何，都要學會經營自己的婚姻，是經營，而不是簡單的活著。

那意味著，要經常澆水、施肥、除草，雖然略有瑣碎，但是，當你進入人生下半場，你就能感受到巨大的回報。

3

從一個毛頭小伙，過渡到一個父親，我花了很長時間來適應。

太太生產那天，當護士抱出一個小怪物，讓我抱抱時，我的第一反應竟是躲開。

因為那時的我，還沒做好當爹的準備。

那小怪物也很難纏，整夜整夜地哭個不停，不能離開父母的懷抱。

而我則煩的一比，甚至訓練他不哭才抱的條件反射，最後他幾乎哭的暈死過去。

但是孩子他媽，卻始終是一種懷柔政策，毫無抵抗地回響“抱抱”需求。

而且，她最終用一句話說服了我：

孩子很快會長大，到時你想抱，他也不會讓你抱了。

是呀，不就抱抱嘛，多大點事兒啊，於是我也開始經常抱抱。

直到前兩天，兒子已經11歲了，在樓下遇到他放學回來，想給他一個常規擁抱。

然而，他緊張地指了指身邊的同學，很輕巧地躲開，正如我第一次見他時的反應

終於太太的說法靈驗了，沒想到這一天這之晒N來了。

不過還好，我已經擁有了很多關於“抱抱”的回憶，也為這一天的來臨做好了準備。

吳曉波曾講過一個企業家朋友的故事，2001年的時候，他把企業賣給了外國人，套現十幾億人民幣。

那時候手上有十多億現金的中國人，沒幾個。

所以他算一個特成左濼H。

有一年吳曉波和那企業家去美國旅行，過海關時，前面一個美國人抱起自己的小孩給入境官看，看到這一幕時，那個企業家突然間痊y滿面。

他對吳曉波說，自己有兩個孩子，但卻想不起來他們在五六歲時，長什麼樣了，因為他從來沒有抱過他們。

男人是理性的動物，尤其是年輕時的我們，喜歡剛烈，排斥柔情，多數人對“抱抱”天生無感。

我卻想奉勸你，有時間就多抱抱孩子，畢竟那承載著一段特殊的日子，一旦錯過，只會留下無法填補的空白。

4

人到40後，大家會有一個共同的感受：焦慮和煩悶。

你可能會說，現在的年輕人也是這樣啊。

其實還是有些區別的，年輕人擁有更多的時間和機會，因此也可以對未來賦予更豐富的遐想。

而中年人呢？連這種遐想也被剝奪了。

作家馮唐曾接受一次訪談，說到中年危機，他說根源在於“確定感”：

人到中年，你已經知道自己多少斤兩，哪些事你能幹，哪些事你一輩子幹不了，這種時候，你還有什麼興奮點？

中年的殘酷就在於此：在希望渺茫中負重前行。

而此時的中青年人，精力和身體都在走下坡路，而負擔和煩惱卻是步步緊逼，如果不懂得合理釋放壓力，整個精神世界很容易在瞬間坍塌。

如果有一個愛好，就會好很多。

在煩悶之時，總有一個精神避難所，不至於完全陷入無法自拔的漩渦之中。

就像良叔喜歡打球，無論遇到再煩惱的事，無論世界再自私的灰暗，只要有機會下場打球，最起碼在那幾個小時裡，心情都會清爽暢快，世界也變得色彩斑斕。

所以，我也有一個猜想，那些自尋短見的中年人，是否是因為缺少一個愛好？

以至於，在狂風暴雨中，找不到一個暫時停靠的港灣。否則，如此美好的世界，怎會捨得不辭而別？

5

如果你到了40歲，還有幾個好友，會是一件非常幸運的事。

首先，和朋友交往本身是一件快樂的事。

從猿猴時代，大家就通過相互梳理毛髮，建立感情，尋找樂趣。

所以，社交本身就是一件樂事，不要帶上什麼尼Q的帽子。

其次，朋友可以給你一些建議和幫助。

人到中年後，會遇到很多難以處理的問題，如果身邊有幾個不錯的朋友，在你六神無主時也可以幫你拿拿主意，給你提供一些建議，甚至直接給予一些幫助，眼前的路馬上會豁然開朗。

最後，能尋找一種平衡感。

人為什麼會焦慮？很多時候是因為感覺別人比你強，大家都把你用在身後時，你就會異常焦慮。

良叔朋友種類繁多，但我發現，無論事業如何大，收入如何多，其實到了中年，大家面臨的煩惱都是一樣多的。

那些威風凜凜的人，或者腰纏萬貫的人，其實背後也是一堆纏繞的破事，天天也是煩的一比。

當你知道，大家差不多都一個德行時，心裡多少也會舒服一些，你看這就是交友的另一種幸福。

當然，交友並不是不加選擇，恰恰相反，你要遠離那些不能自食其力，或者搬弄是非的人。

總之，人到中年後，朋友不在多，而在於精。

6

別誤會，這不是逼你去學習一些技能，讀專業的書籍，這在某個階段很重要，但卻不是我想說的重點。

我想突出的重點是：持續在嬾炊之鍼倮祧紺C

首先，嬾狀0直通想像力的大門。

我一直有個遺憾，一部好的小說或文學作品，一旦被拍成電影或電視劇，哪怕拍的再好，也無法還原孃狙防癩禪蝗C

原因很簡單，因為一旦變成影視，無論主角，還是場景，或者道具，都變成了具體而成型的東西，你的想像力，就此附著在這些具體的東西上，而失去延伸的力量。

而孃物o不一樣，那些文字可以讓你天馬行空，展開無邊的想像空間，甚至這空間都是為你專門定製，它只存在你的意識形態之中。

所以，就像那句名言：一萬本《飄》就有一萬個斯嘉麗。

孃狗u正的樂趣就在於此。

其次，孃狀0思想精進的捷徑。

但凡是深奧一點的思想，一定是抽象的，這也意味著很難通過畫面完美呈現，只能通過文字元號去展示。

如果不去孃炕A你便失去一次和優秀思想碰撞的機會。

每一本經典書籍的作者，都是當代最優秀的智者，而這些經典，濃縮了他們的思想精華，你在孃疚L程中，就如同和作者在交談，很難再找到其他方式，來實現這種思想精進。

這個過程中的智識成長及知識獲取，都是一種穩定、持久、高級的快樂源，將會推動你到達中年時，成為一個篤定理性的中年人。

7

講個故事：

北極熊被公認為是最強悍的幾種哺乳動物之一。

在零下40度的低溫，北極熊能連續奔跑40多分鐘，在冰水混合物中游泳15分鐘，連續20天不進食，厚厚的皮毛能抵禦所有的刀和矛——這仃j悍的動物，愛斯基摩人如何對付它？

北極熊有一個缺點：嗜血。

愛斯基摩獵人會殺死一隻小海陸A放血塗抹在刀刃上，然後倒立在桶中。

讓血漫過刀尖一點，血桶放在外面，凍成了冰塊。一個獵熊神器就此誕生。

北極熊看到鮮血，急忙用舌頭去舔。當上面的血舔完後，舌頭也凍僵了。露出的刀刃，會將北極熊的舌頭劃開一個小傷口。

但此時北極熊凍僵的舌頭卻感覺不到痛，直到傷口越來越深，北極熊最終因為失血過多而倒下。

是的，最後北極熊舔的都是自己的血

此時，一邊守候的愛斯基摩人便會跳出來，殺死北極熊。

我想用這個故事做一個隱喻：人在年輕時，都會被光鮮TITLE，被高額的工資，耀眼的仕途所迷惑，正如那刀尖上的鮮血。

為此，我們孤注一擲，拚命舔舐，豈不知，事後需要加倍償還。

前段時間，一位大學同學突發心臟病，離開了我們。

發病的前一天，他還加班到夜裡2點。

我不敢妄言，工作壓力是導致病發的根本原因，但你要說一點關聯都沒有，我也是斷然不信的。

那位同學的壓力，大家有目共睹，幾乎很少休息，不是出差，就是加班，身體和精神狀態都很差。

身邊這種情況頻繁發生，讓人不得不擔憂。

中國真正的商業化，也就僅僅二十年，就算是一個人的職業生涯，也沒走完一個完整的周期。

因此，我們更容易看到拚命帶來的收益，卻暫時看不到由此帶來的代價。

但也正因為如此，不得不提個醒，這世界沒有任何一樣東西，是值得拿健康來交換的。

如果說，決定人生上半場的，是機遇、能力和智力，那尹M定人生下半場的，只剩下一樣東西：那就是健康。

可惜的是，有些人無法進入下半場

8

最後，總結一下吧，人到中年，才知道，最重要的是平衡。

物質、家人、精神、友情、健康

如同拋向空中的幾個球，你要像個優秀的小丑，爭取不讓一個掉在地上。

加油吧，各位小丑。