

《未来不迎 过往不恋》

图书基本信息

书名：《未来不迎 过往不恋》

13位ISBN编号：978751432254X

出版时间：2014-5-1

作者：苏辛

页数：264

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.tushu111.com

《未来不迎 过往不恋》

内容概要

编辑推荐

1. 写给独自生活于这世间的你我，给我们真实的力量，让我们“温柔地相信这世界，温暖地去爱”。
2. 现今最受网友喜爱的豆瓣红人苏辛心血之作。苏辛的文字真挚、温暖、透彻，让人感同身受。刚开始在豆瓣发文，即受到众多网友喜爱，《让他停留在想要的姿态里，是一种真实的尊重》《珍惜你身边，那真实的温柔》《联系他之前，忍五分钟》等多篇文章连登豆瓣热门推荐、豆瓣首页推荐，阅读与推荐比高达10:1，在微博、微信、人人等各大网站被迅猛转载，更有许多读者留言“读得潸然泪下”“说到了我的心里”……苏辛从不站在高处自以为是地对人讲道理，而是以温暖的洞察，与我们一起“共度人生的苦，再一起重新发现，生活中真实的温柔和幸福”。
3. 著名作家蔡崇达倾情推荐作序。当红作家蔡崇达，文字俏皮、有趣、宽容、富有洞见。在推荐序中，她写道，“只要你的心是好的，有力量的，好的东西或迟或早，总会为你而来。”这正是《未来不迎 过往不恋》对世间所有独行者的美好祝福。
4. 全四色印刷，精美装帧，100多幅原创暖心文艺彩图，值得珍藏。。

这本书，没准备对任何人指点迷津，只是想要，和你一起共度人生的苦，再一起重新发现，生活中真实的温柔和幸福。

作者苏辛，跟你我一样，是用凡俗方式生活着的普通人。吃过爱情的苦，遭过事业的难，也有或明或暗的原生家庭带来的创伤，也曾身处绝望之境，以为再也看不见阳光。

只是，经历过这些之后，她依然相信——爱和温暖，才是拽着自己向上的力量。

她相信：

活着的每一天，都是“在爱中学习爱”的一天：

学习如何付出爱，如何接受爱，如何延续爱。

如何让身边的人幸福。

最重要的是，不管何时，都不怀疑爱。

哪怕在失去爱的时候，也依然保有对爱的信心。

爱，就落实在我们身边的每一个人身上，生活的每一个细节里。亲人，爱人，朋友，甚至擦肩的路人，都有可能在那么一刹那，给过你真实的、不可替代的善意和温柔。也正是这些细小的善意汇集起来，成为我们存入自己户头的“勇气”。它护着我们心头最重要的一点暖，让我们面对人生重重残忍，不放弃，不绝望，在受伤之后复原，继续爱下去。

《未来不迎 过往不恋》

作者简介

苏辛并不是个毒舌的拆穿者，她洞察人心但从不苟责，穿越苦难而从不声张，文字清淡却愈显醇厚。更醇厚的，是她那颗温暖细腻的心。世事如米而此心如茶，一道茶泡饭，淡到极处，却正是人生的真味。

文风细腻温暖，于平实的笔触中写出“人人心中有，人人笔下无”的深刻感动。读她，像在微微烫人的温泉中泡澡，身心安静，通体透明。她让你痛快地流了泪，之后再幸福地放下心防。

她的文字，让人相信，爱、信任、勇气，这些好东西都决不会消失，因为一切好东西都永远存在，它们只是像冰一样凝结，而有一天会像花一样重开。

书籍目录

A

别害怕，成为你想成为的那个人
生日快乐 亲爱的自己 012
爱自己 是你人生的骨架 018
世界上最肮脏的 莫过于自尊心 023
在最坏的境遇里 做最好的自己 026
生命中的一万个小时 033
父母也是凡人 并非无所不能 040
求仁得仁 又何必怨 048
在爱中学习爱 054
成为真正的天使 059

B

以一棵树的形象，和他站在一起
在被选择之前 先做出你的选择 066
联系他之前 忍五分钟 072
让他用他的方式爱你 077
谁有资格来原谅 082
所有能发生的关系 都要发生 088
因为了解而爱你 093
中断那轮回 098
爱是一朵掌心莲 103
单恋 在孤独中雕刻的时光 108
暗恋：我要谢谢你 赠我空欢喜 113

C

对世界说声，你好
你存在于这世界 对我便是一种安慰 122
你所点燃的温柔光芒从未熄灭 130
致故人：当我们变成彼此青春的见证者 134
我爱你 谢谢你 139
像孩子一样相爱 146
珍惜你身边 那真实的温柔 151
让他停留在他想要的姿态里 是一种真实的尊重 160
热爱工作 也是一种爱情 165
梦想 是接近终极幸福的唯一道路 169
不忘初心 方得始终 174
纠缠如毒蛇 执着如怨鬼 182
这是我要过的人生 188
你不理解的牛 × 看起来都像傻 × 195

D

爱，其实一直不在别处
诗意地生活：凭一滴隐约之甜 202
味道 208
我不在的地方 花朵静静地开 212
蝴蝶飞翔在人行道 215
跳舞有时 孤单有时 220
只可自怡悦 不堪持赠君 225
已经过去的 不要后悔 将要发生的 不要害怕 229

《未来不迎 过往不恋》

就在你所在的地方 生根开花 235

生命极美 因为它必然流逝 240

身体和心 总有一个在路上 248

未来不迎 过往不忘 255

《未来不迎 过往不恋》

精彩短评

- 1、文好，人更好。求送书好么！！
- 2、你指望专科出身的小编能见过多少世面写出多深刻的文章，就请在这本书上浪费时间吧。我对作者没意见，但是温暖真挚是不够的，给读不进去什么书的人一点鸡汤罢了，写作的才华和刻苦，在作者笔下都不曾见到。用心经营网络文章，在小圈子里被人捧臭脚，矫情够了的话，请再长大点儿吧。
- 3、这几天手机坏了，没换手机之前，每天晚上会看几页书，这也算是一件好事。未来不迎，过往不恋这是一个需要学习的过程。
- 4、偶然间看到的这本书，刚看了两章就喜欢上了。马上去买了两本，一本送人，一本收藏。一些简单的道理从作者笔下写出来都会很有意思，很容易产生代入感和认同感。很喜欢
- 5、字里行间都是那么暖心
- 6、14年毕业的时候姐姐送我这书，怎么说呢，不太喜欢这样类型的书吧，当时一个暑假也没看完带到宿舍也然后随手搁了，今天下午刚睡醒正饥渴的时候翻了一遍，怎么说呢，感受跟之前很不一样吧。
- 7、不毒舌也能温暖
- 8、我们总是在这样的过去走来走去，不是徘徊。我们总是在那样的未来望来望去，不是迷茫。不否认，当下的美好更诱人。
- 9、很接地气的事情，就像闺蜜在你耳边絮叨她的故事。讲完，哭完，依旧可以光鲜亮丽的去上班。无乱过去未来，人生还是值得走下去的。
- 10、喜欢，是因为心迹所在
- 11、刚看完 好喜欢这种风格 好多文字刚好触碰到那些点
- 12、大部分男人，其实比女人更清楚自己想要怎样的人。。周末看完，好久没有那么急迫看完一本书的欲望，除此以外。
- 13、陶弘景：“山中何所有，岭上多白云。只可自怡悦，不堪持赠君。”
- 14、翻开封面，”和你一起共度人生的苦再和你一起重新发现生活中真实的温柔和幸福“吃尽了爱情的苦头，而过后，幸福也许不期而至。书中多处关于生活和爱情的真实写照，无法不令人产生共鸣，没有多么的热烈，温暖的字眼却触发人的神经。我们无法选择出身，却可以凭借自己的努力成为想成为的那种人，别害怕.....在之后的一切一切，是什么成就了我，每个人心中都有一个答案。父辈的勤劳与执着，朋友的信任，爱人的相伴.....生活赐予的一切，我们都将感恩。书中给予我的是温暖的正能量。
- 15、爱，就落实在我们身边的每一个人身上，生活的每一个细节里。亲人，爱人，朋友，甚至擦肩的路人，都有可能在那么一刹那，给过你真实的、不可替代的善意和温柔。也正是这些细小的善意汇集起来，成为我们存入自己户头的“勇气”。它护着我们心头最重要的一点暖，让我们面对人生重重残忍，不放弃，不绝望，在受伤之后复原，继续爱下去。
- 16、花近四个小时看完，记着了作者记录下的平凡琐碎的生活，在各自生活中去爱、宠幸、折磨、痛苦、彷徨、的故事。笔触平实，并不是那种一针见血的语言，却也能体会到作者的善良和温暖。走出书城，凉风刮起来了，捂紧衣领，快步回家吧。让过去的let it go，且勇敢的面对未来的路。
- 17、父母跟我们一样，也是凡人，也有自己的优点和局限，也会在人生路上犯错，并且，也被允许犯错。他们不是每件事都能做对的父母，我们也不是每件事都能如他们意的孩子。接受了这一点，我们会真正对自己的生活负责，而经历过的童年创伤，会变成真正的人生滋养。
- 18、致幸福的人

书评—《未来不迎，过往不恋》

很舒服的一本书，拿到手后，会让我眼前一亮！当然！不单单是因为颜色的缘故！最主要是字让人舒服！

书分为四块abcd！我先看了目录~情不自禁就想一整天静静地就把她读完（允许我用她，因为我觉得这本书是以一个“女性”的身份出在你的身边，给你讲关于过去的故事）

书里不单单讲了爱情！还有亲情！友情！

我甚至更加看好书里的亲情和友情！能不能默默的说一下，有几处竟然和我出奇的相似！

我的一个好朋友，她父亲得了白血病，前年去世！其实她父亲的病拖了有八九年！父亲已经被折磨的

《未来不迎 过往不恋》

没有人样！看的人心疼！她特别坚强！从来不说她苦！只有父亲化疗住院的时候会偷偷流眼泪！我就睡在她的对头~可是我什么都不能做！甚至都不能过去牵着她的手！我知道她要的就是痛快的哭一场！把自己白天的坚强都哭完！印象最深

19、书不厚，看的很快，欣赏作者的价值观。

20、某些文章还不错 但是整体上感觉还是更喜欢之前看的不畏将来不念过去

21、最开始是在机场看到，随手拿起，翻了几页就决定要买了，回来就直接上当当网买了，是我看的最快的一本书，也是目前为止睡觉前看的最多页的书~

22、很失望。

23、我爱你，谢谢你。你是我青春的见证者

24、还是对纯鸡汤没有太多的感触啊

25、人生的每一个阶段，都有几位陌生人循着某种不可知的波动而来，跟我一起消磨岁月。有的人失散了，有的人在身边，有的人很少相聚，情谊却从无衰减。总的来说，不管哪段时光，都有荒芜与残忍之处，若不是身边总也有一起探索着这片原野的友人，日子该有多么难过。出生的时候，当时的社会状态、自家门第、父母、先天身体状况、智力状况就是老天发给所有人的一副牌，而且是唯一的一副牌，之后的人生，则是以个性为基础架构、知识构成为基本策略，加上运气等偶然因素，展开的一场战局。这个战局只有一个出路：所有人都会死在时间的脚下，牌局最终灰飞烟灭。结局虽早已注定，战局精不精彩，却还是值得一搏。我们拿到的牌并不算好，也不是玩牌的高手，但我们一直很认真。我想，也许我们要更认真一点，因为牌局随时有可能突然散场，到那时，希望我们别有太多遗憾。

26、非常棒，两年前读，既然忘记了标注

27、怀着你的热爱热爱生活！！！

28、看到的是一个平凡人,会迷茫,会歇斯底里,但是又很坚强温婉的女子,加油

29、通过过往的故事、经历来过好现在的我。未来就无需迎接。未来不迎，过往不恋-苏辛

30、又一本伪清新议论文鸡汤厕所读物

31、基本上 不喜欢

32、未来不迎

33、是随笔类。这是我看的第三本这类书，不知道电子版是不是都有删减，影响了阅读的感受，看完觉得不会去买纸质。

34、温柔地相信这世界，温柔地去爱。

35、虽然已过了看心灵鸡汤的年龄，但还是一口气看完了。喜欢作者娓娓道来的温暖~

36、你好啊，生活

37、这本书刚开始是零零碎碎的读，到后面根本忍不住想快点看完。觉得作者很适合写情感，写得特别细腻，有几处我都看哭了。但是最后面几篇把整本书的给拉低了，总之，不是鸡汤，只是随笔，同时也反观自我。还是要谢谢作者带给我的感动！

38、不管我们追求的是什么，一来，会为得到它而付出代价，二来，在得到之后，必然会看见它的另一面。

39、我也不知道自己为什么要从图书馆借出这本写给女生的鸡汤，唯一的原因只能是有一段时间“未来不迎，过往不恋”成为了我的qq签名吧...在还书日期的最后一天速读完毕，已经不能给这个年纪的我带来太多感悟。

40、谈谈的文字，让人相信温暖，温暖的去面对这个世界，去爱这个世界。

41、过往不念，乐迎未来

42、文笔不错，第一次接触这个作者，但是读起来很舒服。

43、第一本作者签名的书。梦想，不是‘因为这样那样，所以不得不放弃’的东西，而是‘不管这样那样，就是无法放弃’的东西。只可自怡悦，不堪持赠君

44、用了三四个晚上读完，和之前那本练习一个人相比，这本好太多了

45、说实话，觉得一般，尤其是在刚看完十二的书以后，看来我还是喜欢十二那种略犀利的文字。

46、

《未来不迎 过往不恋》

- 47、有太多属于心灵的事情都是无法分享的。那些实现梦想所需做的事，绝大多数都要一个人去干，尤其是在刚起步的时候。
- 48、休闲读物，文笔有功力，情节上没办法吸引我，但是会有很多句子让我有似曾相识的感觉。
- 49、还行。
- 50、看过太多类似鸡汤的书了，整本书不到2个小时翻完了，说实话没大感，只觉得作者还算用心，文字也挺朴实的。

《未来不迎 过往不恋》

精彩书评

章节试读

1、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第19页

有一个现象不知是否有人也与我有同感。人实在是一种极其敏锐的动物，人与人之间的互动，很多时候仅在气息上，双方就有出于直觉的感应，并因此产生下意识的互动。若你意识到自己的漏洞，并为之羞愧且想极力掩盖，那必然会有人下意识地发现你的漏洞并指出它。这也许是人际交往中的墨菲定律。

2、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第47页

把父母从神龛或十字架上放下来吧。那都是我们来自童年的幻象。你会明白，他们跟我们一样，也是凡人，也有自己的优点和局限，也会在人生路上犯错，并且，也被允许犯错。他们不是每件事都能做对的父母，我们也不是每件事都必须如他们意的孩子。接受了这一点，我们会真正对自己的生活负责，而经历过的童年创伤，会变成真正的人生滋养。

3、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第92页

只有真的爱了，才知道爱里不止是温柔，更有残忍的暴烈。爱得越深，越像深入于夏日高温天气导致的暴风雨中。看似柔弱的雨水，可以把人的脸抽痛。爱人们赠与彼此的，不止是外人难以体会的温柔，更有外人不得见的自私、嫉妒、独占欲、控制欲.....诸多性格沉渣，在暴雨中翻起。有人修炼得当，控制得宜，便落得全身而退，有人一味放任，常存幻象，便一再出丑。

4、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第58页

活着的每一天，都是在爱中学习爱的一天：
学习如何付出爱，如何接受爱，如何延续爱。
如何让身边的人幸福。
最重要的是，不管何时，都不怀疑爱。
哪怕在失去爱的时候，也依然保有对爱的信心。

5、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第26页

苦难分为两种，一种来自内心，一种来自境遇。来自内心的苦难，很可能世间无人能逃，越是敏感的心灵越会磨得鲜血淋漓；来自境遇的苦难，一旦降临，世人也无处可逃，只是每个人要面对的，可能本来就不一样多。
苦难值得赞美吗？我想，至少我不愿意赞美它。它就像挡在公路上的巨大坑洞，巨大到你绕无可绕，只能一头栽进去，再慢慢想办法爬出来，有的人甚至就此爬不出来了。这样的事有什么好赞美的呢？只是因为不可避免，所以不能不接受事实，面对它，挺过去。
也许它唯一的价值只在于，逼着你跟你自己更近更紧地贴在一起，短兵相接，无处可逃。

6、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第228页

只可自怡悦 不堪持赠君。苏辛的这段小心情真真是触动了我。多少自己莫名的泪目，郑重其事说出的话，突然的笑，瞬间的心悸，又有谁能踏上同一个节拍。更多的只是顾影自怜 自娱自乐

7、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第47页

父母也是凡人，他们也有属于自己的局限和弱点。也许他们贫穷，也许他们强势而不能理解你，

《未来不迎 过往不恋》

也许他们过于担心你被这个世界伤害，不敢放手让你认识真实的自我。他们能做的，往往就是用自以为最好的方式对你，却不能预料到，到底能为你带来什么。能决定这件事的，是你自己。

每个人的心，才是一座世间独一无二的熔炉，用来熔炼自己，确立独一无二的自我。父母给的一切，都只是原材料。贫穷可令人奋发，也可以令人盗劫；富裕可令人相对自由，也可令人不思进取；无微不至的关爱可令人柔和善良，也可令人软弱跌倒。

是你的选择，成就了最终的自我。

心理学意义上的原生家庭和童年创伤，意义也在于，通过了解它们，来了解真实的自我，接受真实的自我，从而拥有更完善的人格，获得更幸福圆满的人生，绝不是用来给自己解释弱点的借口，更不是洗脱罪名的托词。

8、《未来不迎 过往不恋》的笔记-第81页

这世间真的罕有完美登对的爱——任何一种爱都是。人与人之间的任何关系在带来幸福的同时也是一种羁绊。大部分父母都不是满分父母，大部分恋人也都不是完美恋人。再加上相当一部分人缺乏自省能力，又“只缘身在此山中”，很难意识到自己给予的不是对方想要的，自己的方式不见得是对方喜欢的。

如果，你能确认对方的爱是真的爱，那么，也就接受他用他的方式爱你又何妨。有的时候他让你不爽，让你难过，甚至会让你觉得受伤，但是，若能确认他所做的真的是出于爱，何妨不那么苛求？

《未来不迎 过往不恋》

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.tushu111.com