# 人活着，别亏待自己！（此文无价）

来源：说说网 作者：说说网 更新时间：2023-09-14

*文/说说网杨绛先生说，在这个物欲横流的世界上，人生一世，实在是够苦的。匆匆人生，我们活着，一定要好好善待自己，不要亏待自己，不要为难自己，自己过得好，才是真的好。人活着，不要让自己活得那么痛苦，要学会*

文/说说网

杨绛先生说，在这个物欲横流的世界上，人生一世，实在是够苦的。

匆匆人生，我们活着，一定要好好善待自己，不要亏待自己，不要为难自己，自己过得好，才是真的好。

人活着，不要让自己活得那么痛苦，要学会看淡一切，放下苦恼，别让自己活得那么累，心态好，人生才会好。

有一句话说，“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃？”

烦恼天天有，不想自然无。

人这辈子，凡事看开一些，不要过于焦虑，懂得顺其自然，一切随缘，原谅别人，放过自己，解脱自己的心，放松心情，怎么开心怎么过，不要太在意别人的看法，懂得遵循自己的内心，放下执着，放下执念，才能远离苦乐，幸福才能自然来敲门。

01、别亏待自己，好好取悦自己。

你是不是总是在迎合别人而让自己很心累呢？

你是不是总是在讨好被人而让自己很委屈呢？

你是不是总是在为别人着想而一直苦了自己呢？

但往往就是，你对别人付出了那么多，掏心掏肺，别人却不以为然，不把你的好当回事，也不懂得珍惜你，甚至还是看不起你，只会消耗你的善良和老实，只会对你得寸进尺，肆意压榨你。

别傻了，你要学会看清一些人，不值得你付出的人，就不要再去讨好了，不要为了消耗你的人而浪费自己的时间，不要为了不懂感恩和珍惜你的人而委屈你自己。

你要学会为自己着想，懂得取悦自己，不要亏待自己，让自己开心一些，活得舒心一些，放下别人对你的目光，降低对别人的期待，好好做自己，顾好自己的生活，过好自己的日子，至于别人喜不喜欢你，一点都不重要。

02、别亏待自己，要好好善待自己。

(www.taiks.com)

人生苦短，不要跟自己过不去，要爱自己的身体，善待自己的身体，照顾好自己的心情，才是不亏待自己。

很多人平日里不懂得照顾自己的身体，忙于工作，不按时吃饭，不注意休息，等到身体出现了问题后才懂得珍惜，等知道自己已经病入膏肓了才后悔莫及。

看《去有风的地方》中的陈南星，她才二三十岁，非常年轻，而且为人又好，工作也不错，但是就是亏待了自己，没有照顾好自己的身体，长期下去才出现了问题，得了癌症，不久就去世了。

陈南星跟许红豆约好去旅游，却终究都去不成，因为她们一次次因为工作而放弃了，最后她去世了，就成为了遗憾。

所以说，人生短暂，变化无常，我们不能亏待自己，有想去的地方就去玩，有想见的人就抓紧机会见，不要等以后，来日不是放长，想吃什么就买给自己，千万别亏待了自己。

03、别亏待自己，懂得为自己而活。

想起五十几岁的苏敏，她人到中年，熬过了各种苦，也把孩子养大成家了，才敢于结束自己不幸福的婚姻，才勇敢地踏出家门，去实现自己的梦想，从此为自己而活。

苏敏在家里其实受到了很多委屈，为了孩子一直忍着，丈夫不疼爱，冷漠，让她一个人在这个家里承受了很多，最后她考了驾照，慢慢存钱，才有了起步的资金，让自己出去游玩，从而也找到了真正属于自己的人生。

亦舒曾说：“人生短短数十载，最要紧的是满足自己，而不是讨好他人。”

在这个世界上，我们活着不是为了那些不喜欢你的人，也不是为了去迎合别人而委屈自己。

我们不要太在意别人的评价，尽管做自己，太在乎别人的感受就会苦了你自己。

不亏待自己，才是人生最大的意义。

正如狄更斯所说：“选择好自己的路，不管别人的流言蜚语，最重要的是，做最好的自己。”

不管到了哪个阶段，我们都要为自己而活，忠于自己的内心，去做自己喜欢的事情，敢于为自己的人生做主，不要困住自己，不要挥霍光阴，能够令自己开心的事情，就是在享受时光，就是生命最美的样子。

这辈子，爱自己，为自己而活，不要亏待自己，才是人生最大的清醒。

-end-

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com