

最不該揮霍的三樣東西

◎May

1

我有一個朋友在廣告公司工作，加班到凌晨兩三點是生活常態，有時甚至通宵工作。他辦了一張健身卡，但一年只去過三次，幾乎全年無運動。

剛開始，仗著剛入行，身體還挺好。時間久了，只要一熬夜，他第二天就頭暈眼花，甚至有些噁心想吐。更可怕的是有一次他上廁所時，突然腦袋一暈，差點沒站穩摔倒在地上。

幸虧家裡還有其他人，趕緊把他送到醫院。檢查完，醫生說他腦內血管破裂，還好是周邊很細的血管，加上送醫及時才沒釀成大禍。

細看朋友的生活規律，會發現他身上其實有很多年輕人的共性，經常熬夜、壓力太大、幾乎沒有運動……而這樣的後果就是，身體被揮霍得越來越厲害。

這世上，除了生死，都是小事。接下來的日子，希望你能好好保重自己：沒事早點睡，學會給自己減壓，永遠不要放棄運動。正所謂“世界是你的，也是我的，但歸根結底屬於那些身體好的”。

2

我小時候，奶奶常跟我說：“天晴要防下雨”。意思是凡事要有防備。有利時節，要防不利時節；無事時，要做有事的準備。

我們追求高品質的生活，但不是說要揮霍所有的錢去透支生活。

認識一個姑娘，追求所謂的“精緻”生活，什麼都要用最好的。每個月初剛發工資，就把錢全部用來還信用卡。別人可能是“月光”，她是“月欠”——每月的存款都是負數。

有一次，家裡人生病急需用錢，平時大手大腳的她根本沒存下什麼錢。無奈之下只能四處找朋友借，好不容易才勉強湊夠。那次之後，她才發現沒錢的苦才是最大的苦。

天晴要防下雨，有錢要防沒錢。不揮霍金錢，學會理性消費，合理利用你的每一份收入才是王道。

3

你有沒有過這樣的經歷，曾經有一個人特別愛你，但你沒有珍惜。對方對你所有的好，你都當成了理所當然。

可是你忘了，人與人的感情就像拍巴掌。如果一個人總是單方面地付出卻得不到任何回應，巴掌不會響。總有一天他會心涼、絕望，直至離開，並且再不回來。

電影《夏洛特煩惱》的一個情節讓我印象特別深刻。

夏洛坐在沙發上，捧著馬冬梅給他做的茴香麵，遺憾地對馬冬梅說：“我曾經做過一個夢，夢見咱倆結婚了，但日子過得並不幸福。我成天喝大酒惹你生氣，可一到冬天我就犯胃病，你就把手搓熱了給我暖胃。有一次我掉井裡把門牙磕掉了，你就守在旁邊陪著我，一邊陪我，一邊磕瓜子，誰知道，最後你磕出的瓜子仁都是給我吃的……”

電影最後，夏洛發現原先的生活就是一場夢，他心愛的馬冬梅還在身邊。還好，茴香麵也不只是在夢中才能吃得到。

可生活中哪有那麼多重來。很多人、很多事，一旦錯過了就再也不會回來了。

人這顆心，最堅強，也最脆弱。一個人愛你的時候，心是堅強的，可以為你付出一切。同時，心也特別脆弱，一旦你不珍惜，傷了對方的心，他就會慢慢淡出你的世界。

人生海海，我們會遇見無數的人，但有一個愛你的人真的不容易，千萬不要揮霍了他的愛。

人這一輩子，健康、金錢和愛都是頂重要的東西。不能揮霍，也經不起揮霍。當你學會珍惜這三樣東西，你的人生一定不會差到哪裡去。

