

《你只是看起来很努力》

图书基本信息

书名：《你只是看起来很努力》

13位ISBN编号：9787505735365

出版时间：2015-7

作者：李尚龙

页数：288

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

《你只是看起来很努力》

内容概要

为什么你一直努力，却还是没有满意的成果？为什么你每天都很忙碌，却始终看不到终点？……你是真的努力了，还是，只是看起来很努力？

本书是中国优质新偶像李尚龙先生写给千万年轻人的成长和成功之书。本书以夯实别致的内容，独特另类的思考，让你在面对学业的压力，青春的迷茫，爱情的复杂中保持无畏无惧的心态，成为最好的自己。

在本书中，作者提到了很多朋友，他们有的因为父母的压力一直待在军校，有的因为和朋友爱上同一个女孩，坚持放弃了自己的爱情。有的人是在孤寂的大山之中的一面之缘，有的是教学课上的数面之交，虽是小角色，却都熠熠发光。因为他们受伤，他们坚强，他们努力，他们有勇气。

这本书的文字，没有无聊的励志。这些故事也许你生活中永远不会碰触，亦或许曾经经历，它会告诉你“只是看起来很努力”的生活状态是可怕的；它会告诉你“再好的朋友也经不起你过分直白”；它还会告诉你不要为讨好别人而为难自己，因为“你以为你在合群，其实你在浪费青春”……

47篇随笔和故事，或让人忍俊不禁，或让人潸然泪下，或让人茅塞顿开，或让人微笑释然，最终汇集成为被《人民日报》盛赞的“改变千万热血青年的思维轨迹”。

《你只是看起来很努力》

作者简介

李尚龙

2008年，以优异成绩考上重点军校。2010年，荣获CCTV“希望英语”英语演讲风采大赛全国季军；2010年同年荣获全军二等功。2011年，纵是万般阻碍也毅然退学，后加入“新东方”。

2015年，他写的文章《你只是看起来很努力》等被《人民日报》刊登，网络转载千万次；他越来越多的文章在微信、微博、知乎等平台被热传，影响着无数怀揣梦想的年轻人；上百家出版方向其伸出橄榄枝，经过6个月的磨合，本书终于问世。

《你只是看起来很努力》

书籍目录

Part 1 梦想和奋斗——你只是看起来很努力

你只是看起来很努力 /
你以为你在合群，你在浪费青春 /
以赚钱为目的的兼职，是最愚蠢的投资 /
最好的休息 /
优秀不够，你是否无可替代 /
这世上一定有人，过着你想要的生活 /
没有一条路是白走的 /
别和负能量的人在一起 /
同事，最熟悉的陌生人 /
莫名我就痛恨你 /
为什么很多人的新年梦想只是梦想 /
都市的冰冷繁华下，需要人心的温暖 /
最好的省钱方法，是赚钱 /
只要你还能去追，就应该不抱怨地前进 /
你总要度过生存期，才能谈生活和梦想 /
祝我们在北京都好 /
24岁，送给生日 /
只是赚钱而已 /

Part 2 爱情和承诺——不后悔，就值得

同桌的你 /
那些擦肩而过的人，是上天最好的安排 /
我想告诉你一些故事，让你继续相信爱情 /
匆匆那年，只要一起全力过，不后悔，就值得了 /
灵魂若无平等交流，感情也就无处可栖了 /
面对面分手 /
如果能够自由恋爱就尽量不要相亲 /
异地恋，如果你肯为对方去减少选择 /
别和太爱的人结婚 /
越被照顾好的人，越矫情 /
所谓感情，就是能有共同话题 /
彪悍的人生不需要解释 /

Part 3 亲情和友情——下次告别，就再用心一些吧

现在的分别，是为了更好的相聚 /
下次告别，就再用心一些吧 /
真心对你好的人，从不会向你证明自己的恩惠 /
致那些自私的朋友 /
再好的朋友，也经不起你过分的直白 /
最好的结局，是我们两个在一起了 /
所谓天生的不足，都和自己有关 /
夜店里的迷茫 /
三只小猪 /
最亲的人，最容易忽略他们的感受 /
爸妈，我已经长大了，放手吧 /
善良的人，运气总是不会太差 /
别纠结，学习形式不重要 /

Part 4 读书——那些毁掉我的

《你只是看起来很努力》

读书能让人富裕，但不一定能变得有钱 /
那些毁掉我的书 /
读《一只特立独行的猪》感 /
Unbroken (《坚不可摧》) /

《你只是看起来很努力》

精彩短评

- 1、果断放弃。马克。
- 2、基本一星，多给一星因为其中有一两篇还挺好，后面的鸡汤实在难以下咽，闻都不愿闻。作者着实格局太小。
- 3、万年鸡血文。
- 4、听过很多道理，却依然过不好这一生
- 5、[已注销] 2016-09-10
给自己补充点儿正能量。有几篇杂文写的很好。真希望大学时候的我，能看见这些文字。不过，现在也不晚。奋斗吧，年轻人。
- 6、有些部分不错，观点也不错。但是也只是当作鸡汤看看了。
- 7、今年看完的第一本书，很多文章看了很有感触，所有的成就都是从行动开始的，不然一切都是空话！
- 8、一般般，感觉其实作者有很牛的地方，只是这种牛写不出来
- 9、真的是心灵鸡汤，很多文字一针见血得说出我们所谓“年轻人”的心声。
- 10、前几片还行，后面谈感情的就一无是处，作者的价值观也有问题，感觉就是个小平民靠自己点小努力稍微成功些，有些狐朋狗友一起胡吃海喝，就觉得自己很成功了不起了。
- 11、写的真的很一般，从鸡汤属性我只能打一分，另外两分是因为喜欢作者上的课，三星么么哒
- 12、龙哥的书还可以一读。
- 13、鸡汤，还是很新鲜的鸡汤。。。文学素养老师列了书单来看的，但是推荐的时候也说了，作者用了初中生理解起来都毫不费力的文字，嗯，反正一言难尽吧
- 14、公交读物
- 15、后半部分鸡肋
- 16、用自己的经历写出来的鸡汤文
- 17、畅销书，但没有想象中好，一般。
- 18、疯狂鸡汤，喝多作呕，看到30页真的真的看不下去了。作呕程度不亚于，吃饭的时候朋友吹嘘，我有一个朋友多厉害多厉害，我有一个亲戚多厉害多厉害。为什么你身边的人这么厉害你却一无是处呢，不，我也厉害着呢~高浓度鸡汤慎读，害人不浅赔我时间。
- 19、2017.01.02
- 20、有毒的鸡汤文
- 21、你要知道，熬鸡汤也是要有尊严的
- 22、读完part1弃。
- 23、鸡汤
- 24、所有鸡汤都在告诉我们如何坚持，却没有人告诉我们如何在错误的道路上绝处逢生。
- 25、被名字戳中，that's all.
- 26、免费的部分草草读完了 鸡汤原来也不能随便喝
- 27、通过讲作者身边的故事来说一些道理，很鸡汤。还是有些话说的比较好的，就是讲故事的太多，能汲取的信息并不多。
- 28、挺有意思的网络热文集选 推荐看看 我现在倒是王小波《一只特立独行的猪》特别感兴趣！
- 29、从这作者来说，是个很有才华的人，从一个业余的角度汇总出一个心灵鸡汤也还是很不错了！
- 30、纯粹就是散文，在这故事。
- 31、通过坐着经历的各种小故事，我们也在思考人生，思考曾经的看似很努力，为什么一直原地踏步，为什么心里会很脆弱，需要鸡汤鸭汤来愈疗自己的内心。
- 32、如果是大一大二看 我可能会给高一点分，但是现在我毕业了，虽然文章一些价值观我同意，但是我很反感作者有种一直给别人灌输他的价值观的感觉。看看他的文章标题就知道，都是很直接的陈述句说他的价值观，好像非得让人去同意。相反如果非要从鸡汤说更喜欢卢思浩的一些文字，
- 33、很棒，有好几则感同身受令人启迪的故事
- 34、很多道理我都懂
- 35、可以给负吗，辣鸡，装逼作者。

《你只是看起来很努力》

- 36、鸡汤文，其中掩盖不了作者的优越感。说不上来自己的感受。勉强读完了，感觉一般般吧。
- 37、偶尔几句敲敲脑门，姑且还算真诚。
- 38、也不完全是鸡汤
- 39、相信我，鸡汤的书籍只看封面就可以了。里面的文章可以读但不要过于相信。不作者的人生简历非常牛逼。阅读评价。#网易蜗牛APP阅读#免费的读一读就好，买书就算了吧。
- 40、
《你只是看起来很努力》给我感觉是，作者知道自己想要什么，又敢于面对生活的选择，这是他先写的好的地方，同时他里面所写的故事，不知道是否真实，但是也的确有些就在我们的身边，感觉还是挺好的一本书吧!
- 41、如果一本书读了后有一点收获就是好书
- 42、只读了part one的部分，不太想看了。书还是有一读的地方，但是，读这本书更多的是了解作者怎么是思考的，是一个什么样的人。不同的人其实是有不同的看法的，带着自己的思考，也许会有所收获。
- 43、食之无味 遂弃之
- 44、有几句振奋内心的就足够撑一段日子。
- 45、看完全书，对其中的几篇记忆尤深。《你以为你在合群，你在浪费青春》、《以赚钱为目的的兼职，是最愚蠢的投资》、《最好的休息》，这三篇文章对我以往的价值观有一定的改变...
- 46、从一个大学生的角度来看，这本书是很有用的，至少我是这样认为的！
- 47、一开始觉得很牛掰，经历吊吊的，看了几本后.....尚龙，你到底有多少个女朋友？
- 48、不喜欢励志文，如果自己不能励志，为什么要看别人的呢。
- 49、哦
- 50、语录重复，都是他人和自己的例子堆砌，抄了几句有触动到我的话，还是感谢作者吧！

《你只是看起来很努力》

精彩书评

《你只是看起来很努力》

章节试读

1、《你只是看起来很努力》的笔记-第107页

生命中任何走来的人，只要她曾经让自己变得更优秀，你就没有爱错人。人生本来就孤独，任何陪过自己走完一段寂寞时光的人，都应该用心感激。

2、《你只是看起来很努力》的笔记-第39页

没有什么路是白走的，没有什么事情是白做的，这些看似无意义的事情，都是成长的基石。在我们的生命中的每个插曲都有着自已该有的意义，所以不要抱怨为什么不早点儿做，更不要后悔要是做了什么就好了。你有后悔、抱怨的时间，不如整装待发前进起来。有时候只有走错了路，才逐渐明白自己要的未来，只有交错了朋友，才逐渐知道什么事患难见真情，只有爱错过人，才逐渐懂得真爱是什么。

3、《你只是看起来很努力》的笔记-第120页

很多故事串起来的一本书，我不知道这些故事里有几分真假，作者并不是我读过的书中最会讲故事的人，但在每一个故事中都有有一些类似我们正在经历的一些事情。会有几个故事很让我感动，比如说关于直白的朋友，关于借钱的朋友，关于父母的以爱之名等等，我都遇到过。努力从来就不是一件盲目的事情，首先最起码你要有个目标，知道自己想要什么想最终达到什么效果，这样的努力或许才更能让自己坚持和实现梦想。

4、《你只是看起来很努力》的笔记-第33页

这世上，真的有人过着你想要的生活，这生活，你也能过，你只需要一点点决心，一点点勇敢，一点点希望和一点点的相信。

5、《你只是看起来很努力》的笔记-第50页

一种是一起共患难的人，一种是一起住的人，才能让人放下戒备。

6、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

不要看到别人做什么好，就去尝试做什么，以内每个人表现给你看的不一定就是全部。很多时候你跑到别人的轨道上了，才发现那个不适合你，看起来光鲜的其实也有属于他们自己的苦逼。看到全部，再谨慎地做选择。

7、《你只是看起来很努力》的笔记-第67页

8、《你只是看起来很努力》的笔记-第33页

缺少勇气，只敢说不敢做

9、《你只是看起来很努力》的笔记-第5页

《你只是看起来很努力》

10、《你只是看起来很努力》的笔记-第136页

我身边见过很多这样的女孩子，她们和我谈过几乎同样的问题：“我和男朋友相爱多年，但是爸妈不同意，所以，我们分手了。其实我也遇到过这样的问题，不过那时候还单身，但我最后选择向父母抗争。我倒不在意别人对我有什么看法，结不结婚关他们什么事，不想为了某些人心里需要把自己草率嫁出去，要是嫁错人，最后看你笑话还是那批人。我觉得只要自己过得开心，单身也挺好的。

11、《你只是看起来很努力》的笔记-第72页

中国有一句古话，思路决定出路，屁股决定脑袋。一个脑袋里面整天只有几角钱的人，想必这辈子不会赚什么大钱；一个只会知道如何省钱的人，也自然而然地失去了如何赚钱的思维。我不是让大家去浪费，可你是否想过，一些过于节省的生活，其实就是浪费：你每天都在争论那几角钱，浪费了精力和时间去读书学习；把隔夜的剩菜热了吃，吃坏肚子去医院花更多钱；你省钱不去体检，检查出大病后不得不住院花费更多。你以为你在省钱，却不知道，真正省钱的方式，是去赚钱，是让自己变得更强大，而不是为了几角钱花自己宝贵的时间去永无休止地争论。那么问题来了，不停地省钱带来的是什么？

12、《你只是看起来很努力》的笔记-第19页

休息不代表一定要睡觉，其实只是换个脑子去工作而已。

13、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

摘：

那些所谓的努力时光，是真的头脑风暴了，还是，只是看起来很努力而已？

思：

每天都觉得自己很努力，可是回过头想想，真的不知道都努力了什么，仿佛什么都没有进展什么都没有改变，一切还是老样子，该不会的还是不会，那些会的也随着时间的流逝而变为不会了。这样的日子真的很恐怖！

改变自己的办法：

1、每天给自己设立目标。2、专业的东西多看几遍，头一天准备好，第二天早起背诵。

2015-9-12从今天开始执行吧。明年的今天一定要参加考试，并一次通过！！！！

14、《你只是看起来很努力》的笔记-第103页

生命中任何走来的人，只要她曾经让自己变得更优秀，你就没有爱错人。人生本来就孤独，任何陪自己走完一段寂寞时光的人，都应该用心感激。

15、《你只是看起来很努力》的笔记-第76页

有些人连追梦的资格都没有。当你发现能够追梦的时候，其实就已经很幸福了。

《你只是看起来很努力》

16、《你只是看起来很努力》的笔记-第46页

17、《你只是看起来很努力》的笔记-第6页

无法选择室友，但是你能决定自己的朋友，无法决定自己的生活圈子，但是你能决定自己的理想境界。

英雄永远是孤独，只有小喽啰才扎堆。

无论如何，那些有点儿成就的人，都不合群；就算表面合群，他们的内心，也总是有着自己的一片世界，他们喜欢静静地思考，并且一直向理想迈进。

18、《你只是看起来很努力》的笔记-第82页

19、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

你只是看起来很努力

打败焦虑的最高方法，就是去做那些让你焦虑的事情

苏格拉底：不自我检验的生活，不值得一过。

优秀不够，你是否无可替代：一是做别人不愿意做的事情，二是把别人都能做好的事情做卓越

耐得住寂寞，才能享受繁华

专才，一技之长

所谓成功学都是假的，所有的成功都是被逼出来的努力才不一定会成功呢

生活，和速度无关，和终点无关，和路程上的风景、和陪你的人、和走路的心情息息相关。

你的另一半，决定着你的高度

关于和父母那些旧观念的矛盾，最好的方式不是改变他们，更不是妥协地变成他们，而是独立地生活、自立地活着，并且尊重他们管你的权利。

彪悍的人生，不需要解释

做人做忌讳的就是背后说别人的不好，永远赞美别人，即使他是敌人，只有这样，你自己才能成为一个值得尊敬的人。关于批评，方面的永远比背后的伟大得多。

书不会让我们暴富，不能让我们出名，但是能让我们内心深处充满着安静

读书是为了让自己充实，充实就是富裕，富裕可以没钱，因为富裕是精神上的。

成功是内心的宁静和和平

读完一本书后，如果觉得是好作品，第二遍才是真正的阅读。

一本书一周内读完。

20、《你只是看起来很努力》的笔记-第93页

21、《你只是看起来很努力》的笔记-第107页

其实并不是不爱了。只是在生气。

22、《你只是看起来很努力》的笔记-第111页

在遇到合适的之前，还是理智的保持单身好，心里的空洞，可以用事业去填补，可以用友情去填

《你只是看起来很努力》

补，可以用梦想去填补，拿不同的男人/女人填补简直是在开玩笑

23、《你只是看起来很努力》的笔记-第28页

所有的成功都是被逼出来的，努力才不一定会成功呢。（但我认为努力不可或缺）

24、《你只是看起来很努力》的笔记-第39页

25、《你只是看起来很努力》的笔记-第9页

纪伯伦说：“你无法同时拥有青春和关于青春的知识；因为青春忙于生计，没有余暇去求知；而知识忙于寻求自我，无法享受生活。”

26、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

我们虽然不了解这个世界，但莫名其妙觉得可以走遍；我们虽然不理解爱情，但是每一次都全力以赴；我们虽然被社会撞得头破血流，但是我们乐观得要死，认定这个世界会因为我們而改变。

没有计划的学习都只是浪费时间，没有目标的努力都只是自己骗自己而已。

苏格拉底曾经说过：不自我检验的生活，不值得一过。

告诉你一句话，在以后的学习、工作中，记得，优秀不够，一定要卓越，一定要无可替代才是最重要的。

而无可替代的方式有两种：一是做别人不愿意做的事情；二是把别人都能做好的事情做卓越。这样的人，才是这个社会真正需要的。

追梦若冷，就要用希望去暖。

当人们努力不想被预测的时候，总是能被预测的。 -- 《石头剪刀布》

27、《你只是看起来很努力》的笔记-第27页

“你好，前面还有多远到山顶啊？”

“爬吧，太在乎终点就失去爬山的意义了。”

其实每段生命，都是在行走，终点什么的不重要，因为都是固定的，唯一不确定的，是行走的方式和路边的风景。

28、《你只是看起来很努力》的笔记-第15页

做到无可替代

29、《你只是看起来很努力》的笔记-第3页

对这个世界来说，没什么果是没有因的，即使现在看不出原因，但也一定是存在的。我们总是纠

《你只是看起来很努力》

结，明明自己看起来很努力，却总是得不到满意的结果。要想知道为什么会变成这样局面，其实跟我们选择方向有很大关系。在没有选择正确选择之前，所有的努力都是浮云。有些人在工作方面总想走捷径，完全不把心思放在自己本职工作上，却一门心思钻研歪门邪道上。

30、《你只是看起来很努力》的笔记-第17页

休息时间是调整生活状态，换个大脑。
在生活中添加一些料，变得不一样，变得多彩一些而已

31、《你只是看起来很努力》的笔记-第107页

多少感情，不是败给了现实，而是败给了交流。
生命中任何走来的人，只要她曾经让自己变得更优秀，你就没有爱错人。人生本来就孤独，任何陪过自己走完一段寂寞时光的人，都应该用心感激。

32、《你只是看起来很努力》的笔记-第17页

很多时候，我们觉得累，打不起精神去做一些事情，我们觉得很困，却在床上睡不着。其实，不是我们老了，而是因为我们没有合理的运用时间。我们的时间如此宝贵，为什么不去规划的用，很多所谓的休息时间，根本不是去蒙头大睡，而是去调整生活状态，换个大脑。睡觉只是众多放松方式的一种，除此之外，我们还有很多方法。

脑子动累了，看看书休息一下，眼睛难受了，听听音乐，坐久了，跑跑步，休息不代表一定要睡觉，只是换个脑子休息工作而已。

33、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

34、《你只是看起来很努力》的笔记-第33页

这世上，真的有人过着你想要的生活，这生活，你也能过，你只需要一点点决心、一点点勇敢、一点点希望和一点点相信。

35、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

你知道，行动这件事，从来不需要等到什么好天气什么好状态，此时此刻就是永远，此时此刻就是一切。

36、《你只是看起来很努力》的笔记-第62页

与其老了感叹这个没做，那个没做，不如感慨这个做成了，自嘲那个做砸了。

37、《你只是看起来很努力》的笔记-第23页

要让自己强大起来，做别人不愿意做的领域，把别人都能做的领域做绝，才能无可替代。

38、《你只是看起来很努力》的笔记-第6页

《你只是看起来很努力》

我忽然明白，来大学学习不是为了合群，而是为了成就自己的梦想，然后找到真正属于自己的群体。

这感觉就像你是一个篮球高手，为什么要在一群学英语好的人中间合群呢？无法选择自己的室友，但是你能决定自己的朋友；

无法决定自己的生活圈子，但是你能决定自己的理想境界。

合到该合的群，寻觅自己要的，无论是理想，还是朋友，才是大学四年该做的。

39、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

无论生活多难，我都不逃避。就算输了，至少我努力过。

真心对你好的人，从不会向你证明自己的恩惠。

不管你是否承认，这世界就是这样冷酷。昨天还说我爱你，今天就形同陌路；昨天还称兄道弟，今天就人走茶凉。而那些在你低谷时仍旧不离不弃的人，时间没有冲淡的人，才值得珍惜一辈子。

At least I tried, At least I did that.

40、《你只是看起来很努力》的笔记-第88页

那些倔强的人，总会告诉自己；无论生活多难，我都不逃避。就算输了，至少我努力过

41、《你只是看起来很努力》的笔记-第51页

42、《你只是看起来很努力》的笔记-第107页

生命中任何走来的人，只要她曾经让自己变得更优秀，你就没爱错人。人生本来就孤独，任何陪过自己走完一段寂寞时光的人，都应该用心感激。

43、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

做不同的事情就是休息！

44、《你只是看起来很努力》的笔记-第11页

犀利的观点 这是一个奋斗的青年 前面几篇 老讲学习的重要性 鄙视赚钱 说吧时间放在学业上面去 初看是成功的书 仔细一看到是一本 贴身的书 篇篇都是鸡血励志啊 不简单 关于小楠又是说 不可惜 路没白走 对人大女学生 却是批评她在意赚钱 不在意学习

45、《你只是看起来很努力》的笔记-第120页

心存遗憾

46、《你只是看起来很努力》的笔记-第39页

《你只是看起来很努力》

47、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

任何没有计划的学习，都只是在做秀而已

48、《你只是看起来很努力》的笔记-第1页

任何没有计划的学习，都只是作秀而已，任何没有走心的努力，都只是看起来很努力

49、《你只是看起来很努力》的笔记-第33页

追梦若冷，就用希望去暖

50、《你只是看起来很努力》的笔记-第21页

优秀不够，就让自己无可替代吧。而无可替代的方式有两种：一是做别人不愿意做的事；二是把别人都能做好的事情做卓越。

《你只是看起来很努力》

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