

# 《来得及》

## 图书基本信息

书名：《来得及》

13位ISBN编号：9787535672418

出版时间：2015-7

作者：何炅

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](http://www.tushu111.com)

# 《来得及》

## 内容概要

《来得及》，跨越年龄的不老偶像“何炅”，首度讲述青春记忆、私享人生感悟  
在大学，他疲于奔命于央视的节目主持、撰稿录影、学生会工作、阿拉伯语的辛苦学习……  
毕业多年，他遗憾年轻时没有一个可以随时倾诉的朋友，他不爱讲心事的习惯还在，虽然他早已习惯了“自我排毒”，也在慢慢学习说心事……  
在快乐大本营，主持的同伴来来往往，他像这个舞台上的一颗恒星，每一次有人离去，只会让他更有斗志……  
主演《暗恋桃花源》，他说他学会了“打开耳朵去演戏”，以及“站在最后一排看自己”……  
每次离家，他都会拉着妈妈的手说“我爱你”，因为他懂得，趁来得及，要好好爱，要珍惜所有相处时光中的好与坏，因为他们是最无条件爱自己的人……  
身处颜值爆表的综艺舞台环境中，他一直坚信，真正的美只会源于内心的爱和纯净……  
快乐家族（谢娜、李维嘉、杜海涛、吴昕）、李宇春、孙俪等，他的朋友圈总带给他感动……

……  
他说：

年轻时的自己还是要的太多了，什么都想做好。但是，疲于奔命的慌乱可能也是青春期的普遍状态，因为不是特别确定自己到底要去哪里，很多事情都处在一个努力尝试、努力做好的阶段。一定要经历之后才知道到底收获了什么，才知道如何选择。  
人生中那些看起来似乎毫不费力的好机遇，其实都是经过了漫长的努力和等待的。坚持好每一个当下，梦想就会如约而至。

《来得及》，何炅与黄磊、刘瑜、蔡康永、林夕、好妹妹乐队、等人坦诚对谈，分享更多青春私体验。

有一种遗憾，是重新给我时间和勇气，一定回去完成的，就是：把一段感情处理得更成熟，尽量拖延它垂危的寿命，那时太洒脱了。洒脱其实不用太早。——林夕

以前的自己总是在找寻自己向往的生活，直到有一天，发现放下一切去享受音乐，走上两个人两把吉他的音乐之旅时，真的有一种“狂”的意味。——好妹妹乐队

理想中的青春，应该是有勇气保持孤独吧。青春期里所能犯下的所有的错误，好像都是因为不甘寂寞。

——刘瑜

我做过的最狂野的事情就是有勇气去不苟且地活着。——黄磊

理想的青春：和自己缠绵，和世界吵架，对死亡摸来摸去，对爱情吐口水。——蔡康永

《来得及》，更多当红作家，十二、午歌、里则林、周宏翔……相约此书，共同讲述青春故事。

青春从未因经历雨季而褪色，我们走着，在向上生长着的虬枝条叶里，仍珍藏着最晶莹的水滴。——午歌

每一个经历过深重的孤独脆弱的孩子才会懂，假装坚强，并不能让你走出去，只有当你肯承认自己不坚强的时候，才是你最坚强勇敢的时候。——十二

而那些灿烂的日子，像夏花一样，猛然爆发了一季，芳香四溢，万紫千红，却又突然消失不见，快得让你措手不及。——里则林

我曾经盼望这世界如同一个宏大的战场，喊声震天，我大马金刀，驰骋荒野，恍惚间占城为王；可到最后不过一兵一卒，拖着脚，随成千上万的人裹入滚滚洪流。——烟波人长安

我们小时候爱一个人，总是不计后果，长大后爱一个人却总是思前想后。时间和成长让感情考量得更多，却承载得更少。——子矜

你的人生是你自己的，你有权利选择，便有义务独自承受一切。——陈亚豪

既然是注定的怀念，就无需用力铭记，因为你总会不经意地拾起。会心一笑，再感叹咫尺天涯。

——关熙潮

……

#九段何老师的青春记忆与感悟#

人生永远没有最晚的开始，一切都来得及。——何炅

## 《来得及》

跨越年龄的不老偶像，十年人生积淀，写就时间之书。

十年，你看见，从主持人到歌手、演员，再到导演，他不断刷新人生的可能。

十年，你看不见，他从不痴心妄想，永远默默坚持，有迷茫有遗憾，梦想最终如约而至。

舞台之下，人群之中，时间之外

何炅首度讲述那些年你看不见的故事，在每一个细节里，袒露属于他的青春秘密。

我们关于人生的困惑无非囿于时间，囿于种种“来不及”。

而关于时间，40岁的他已然给出最好的答案：人生永远没有最晚的开始，一切都“来得及”。

#七个关于青春的诗意问答#

更有多位艺文界大咖加入，畅聊分享私人青春体验：

何炅与黄磊、刘瑜、蔡康永、林夕、韩松落、好妹妹乐队等人的“青春”主题对谈，分享更多青春感悟。

青春是什么？它会不会消失？它带来了哪些珍贵记忆，又带来哪些遗憾？它存在的意义是什么？曾经的青春梦想去哪儿了？

不同时代，不同行业，他们的回答或犀利或婉转，或深情或理性。

你，会如何回答这些问题？

#十二篇当红作家的青春书写#

当红作家十二、午歌、烟波人长安、关熙潮、里则林等，书写青春故事。

那些青春记忆里的场景，那个明媚澄亮的夏天，那几个无法忘却的人，那样必经的成长和困惑，那些年走过的路，那些再也没有结局的故事……

他们将之淘洗出记忆，呈于纸上。十二个人，十二种不同的青春风姿，在时间和空间的交错中，用文字搭建出十二个跟青春血脉相连的故事。

你，是不是也这样成长过？

# 《来得及》

## 作者简介

何炅  
著名主持人，歌手，导演。

## 书籍目录

序：来得及/何炅

### Chapter 1

毕业

最美好的毕业季/何炅

洒脱其实，不用太早/何炅&林夕

千百万个夏天/里则林

那一年我毕业/烟波人长安

留言板：有关毕业，你印象最深的画面是什么呢？

### Chapter 2

爱

趁来得及，好好爱/何炅

天各一方，互道晚安/何炅&张嘉佳

梅子和阿畅/子矜

那些青春记忆里的大雨/午歌

留言板：最好的爱是什么？

### Chapter 3

梦想

坚持好每一个当下，梦想就会如约而至/何炅

带着音乐，翻山越岭/何炅&好妹妹

用一朵花开的时间/王硕

你又会为谁停下/陈亚豪

留言板：你的梦想去哪了？它实现了吗？

### Chapter 4

成长

翻过山丘，又见山丘/何炅

没有一件了不起的事情，是你自己一个人完成的/何炅

保持孤独，匹配梦想/何炅&刘瑜

人生是一台剧本，你是自己的导演/彭宇

成长就是承认自己的不坚强/十二

留言板：什么时候突然觉得自己长大了？

### Chapter 5

朋友

朋友圈和微信群/何炅

表面平静，内心狂野/何炅&黄磊

六年好近，你们好远/关熙潮

留言板：朋友是一辈子的事吗？

### Chapter 6

迷茫

打听耳朵，倾听世界/何炅

和自己缠绵，和世界吵架/何炅&蔡康永

我们能去哪儿/周宏翔

故事没有开始，也不会结束/颜桥

留言板：青春的你，有没有迷茫着什么？

### Chapter 7

青春

那些有颜的年轻人/何炅

永远年轻，内心纯净/何炅&韩松落

## 《来得及》

每个人的青春里都有一段弯路/张际星  
留言板：青春是什么？

# 《来得及》

精彩短评

1、封面显得很写意，外面还有层磨砂封皮，封皮上面用绿色的文字写着“来得及”旁边有很多很多的“来不及”还有小黑字写着“人生没有最晚的开始”，拿到手有种精致朦胧的感觉（虽然是何老师的照片，但还是很棒）。里面还夹了一些《栀子花开》的剧照，果断造势的书。收到之后就迫不及待的读了起来，不到2个小时就读完了。这是一本大家的散文合集。里面有何灵回忆大学的文字。有很多其他作家关于青春的解读。当然少不了《栀子花开》电影的导演王朔和出品人彭宇回忆的文字。大家都从学生时期的青葱岁月写到了现在。里面甚至还有一些名人采访，林夕，黄磊，蔡康永等等。穿插在大家的文字中间居然没有显得突兀，里面有大家对青春的看法，有自己的理解，何灵的发问都很不错。在每一章节的结束还有很多人的留言写在留言板上，一条一条的，如果排版能再好好设计设计，相信会更加有感觉。整本书都穿插着《栀子花开》的剧照，男主角李易峰，女主角张慧雯，还有电影中的大家等，让我们在文字滋养心灵的同时还能养养眼睛，还是不错的体验。这本书不能说完全是电影衍生品，里面的有些内容还是很让人有共鸣，能带来思考，比如其中何灵的一篇就描写道一位母亲与长期不回家偶尔回到家的孩子的一段对话，很生动的再现了我们生活中大家都能遇到的场景，也写出了母亲对孩子深切的爱。确实是那样，让我想要多回家看看妈妈，对妈妈更好一些。当然《栀子花开》在这里本身就是青春的代名词。所以全书最多的就是给你讲青春这件事，不同时代的人对青春的诠释。大多数人把青春定义到了大学这个阶段。也习惯性的把大学的毕业当成青春的结束。而且还有很多的故事都写到了毕业分别这件事。我们的青春中充满了冲动，爱情，学习，分别，好像少了这些我们的青春就不在了。每章都有一篇是何灵访谈，分享了不同青春体验，而大家的回答都是大胆的有勇气的做事，一个字概括青春：“狂”。读完很是热血。是的，我们是青春的，因为我们的心依然年轻，不管我们生理上多少岁。我们依然对新鲜的事物充满了好奇，依然觉得世界那么大，我们想出去走走。最后何灵说：人生永远没有最晚的开始，一切都“来得及”。此书最赞的其实是封面设计，来得及和来不及的对比很有新意。很多人喜欢说的来不及了，这本书就告诉你众多来不及的声音也淹没不了来得及的信念。及时不看内容，这本书讲了什么也知道个八九了。所以说，喜欢《栀子花开》的此书必入手，这是粉丝的觉悟；想回忆青春的，拿来翻翻也不错；正当青春又活力四射的还是等等再看吧。青春还是自己体验为好，不能走别人的老路。

2、年轻时的自己还是要的太多了，什么都想做好。但是，疲于奔命的慌乱可能也是青春期的一种普遍状态，因为不是特别确定自己到底要去哪里，很多事情都处在一个努力尝试、努力做好的阶段。一定要经历之后才知道到底收获了什么，才知道如何选择。[1] 人生中那些看起来似乎毫不费力的好机遇，其实都是经过了漫长的努力和等待的。坚持好每一个当下，梦想就会如约而至。[1]

3、书评の来得及——你是清风雨露，你是青春年少拿到《来得及》的几天前刚刚去看了何老师执导的电影《栀子花开》，而这本书不是电影写真集，也不是剧本集，是和《栀子花开》电影有关的，也分享了一个永不消退热度的命题——青春。还是想写一下何老师，因为意义重大无法忽略而过。可能看到这里很多人会说“一个综艺主持人有什么好意义重大的”，但不可否认的是，他的节目是陪伴我长大的。从少儿频道的《聪明屋》，再到芒果台的《快乐大本营》。感谢他带给观众，带给我的难以言说的好。可他给我的影响远不止主持身份。他在圈内的人缘极好，是因为他很会照顾人，熟悉的陌生的都好。他是一位歌手，虽然传唱的歌曲只有《栀子花开》一首，但不管是歌手，作家亦或是其他的创作者，可能心中都抱着“作品不求多，只求让人印象深刻的一个就够了”的想法他也做到了。他还是一位老师，哪怕前段时间不好的传闻让他辞去这个职位，可他写的“永远是北外人”还是打动了很多人。为什么会有那么多人喜欢他？这个问题可能有说不清的答案，但正是这些答案，让我相信他也会是一位好导演，让我愿意去电影院赴一场栀子花开的约定，让我愿意去购买这本《来得及》去阅读他的青春。是他的认真，他的坚持，他的兢兢业业让他能做好每一件事，实现每一个梦想，打动每一个喜欢他的人。这本书也一如他的态度作得很认真。外封选用了硫酸纸，无数个“来不及”里特别用绿色标明“来得及”，创意地传递了“青春来得及”的观念，内封是帅气的何老师，封底还摘录了一些书中的语句。最让我们惊喜的莫过于书中的内容。全书一共分成了7个部分，选择了青春时讨论最多的7个话题，恰好也是《栀子花开》电影的7个元素，每一个部分何老师都有撰文写自己的青春或是拍摄的过程，还有和文艺大咖的对谈，策划人和一些作家的小文章，甚至安排了留言板收集了7个问题的答案。我第一个阅读的部分是留言板，每个人对于问题的答案都是不同的，但编辑组还是挑选了最有代表性的回答，或许会让读者产生些许共鸣的同时再一次思考自己的青春。（不过有发现有一



些回答者好像是固定的？）而作家们的青春故事，感觉路径是相同，感受也是相同，或许是因为青春的模样就是在一个圈子里兜兜转转，总能让人产生共鸣，就好像里泽林的《千百万个夏天》在开篇写到的那样，千百万个夏天的相遇，千百万个夏天的离别，只是经历的人不一样，故事都是相同的。不过好像这本书邀请的男作者比较多，而男作者里少有直男癌，所以他们的故事都是基情满满（喂……）

4、我觉得高中生会喜欢，因为他们正青春。20年前，我是一个高一的学生，而今年正在和闺蜜准备为我们的20周年搞个大庆。所以，这样充满青春气息的文字其实我是完全读不来了，只有其间何灵的文章都一字字看了下来。每个年纪都有他会喜欢的东西，文字是这样，生活更是这样。我其实是这几年才活明白点儿的，不再自怨自艾，而是觉得要只争朝夕。何灵说，一切都来得及，因为你们还年轻。我周身会有一些整日紧锁愁眉的少男少女，他们总会对我抱怨说生命无趣，我让他们出去跑去跳去唱歌去学习一样与学习无关的东西，可是最终，他们还是懒洋洋地赖在沙发或者床上摆弄着手机。我仿佛看到了曾经的自己。我一直在后悔自己没有把握自己最好的年龄，我的自怨自艾让我完全浪费了青春。但是，哪个年龄不是最美好的年龄呢？只要你还存在，那么这个时间就是最好的。无论你是豆蔻还是青春甚至如我这般奔四，只要你愿意，一切就都来得及。一切都来得及改变，前提是你愿意。我确实浪费了三十年青春，但我庆幸自己终于开了窍。我甚至找到了一样让自己永远不感疲倦的兴趣，而有了兴趣的生活竟然可以变得如此有趣和轻松。生命从来不缺乏拐点，你只管向前走，但是，你要清楚自己的方向，唯有如此，你才能不会在每一个岔路口彷徨。跟随你的心，问问自己究竟想要怎样的生活，然后迈开大步走就是了。我想，这就是《来得及》所要传达的意思。《来得及》或者也是缅怀青春的一本书，它里面有关于青春的每一个主题词，有那些青春偶像的访谈和年轻作者的青春文字，它是为《栀子花开》而来。所以，它有着最鲜明的“青春”标签，只是这标签，只要你愿意，无论你多少岁，你都可以把它戴在身上。因为，一切都来得及！

5、确实是非常不错的一本书，值得一读。相信不同的年龄段下，不同的心态下读他的时候，感觉是完全不同，也可能是当下的自己读过后感触来的极度特别，看着看着有想笑、想哭……整本书分为六个部分：毕业-爱-梦想-成长-朋友-迷茫。每一个部门有何灵自己写的文章，也有邀请其他作家写的文章。可是整个主题，至于整个风格都是相似的，可以说都是同道中人吧。只要你还活着，只要你愿意去想并去做，一切都还来得及。摘录：1.坚持好每一个当下，梦想就会如约而至。2.所有的运气不过是一直在努力的结果。3.这个世界上没有任何一个了不起的事情是一个人完成的。4.我们拒绝配合别人的行为，拒绝倾听别人的想法，拒绝理解别人的意思，常常是因为我们不够自信。我们害怕在谈话中、合作中被别人带离自己设定的路线，害怕被别人改变，害怕会因为别人而妥协然后折损了自己。但是，真正自信的人，是干预去听别人的想法。

6、我想很多时候，我们拒绝配合别人的行动，拒绝倾听别人的想法，拒绝理解别人的意思，常常是因为我们不够自信。我们害怕在谈话中、合作中被别人带离自己设定的路线，害怕被别人改变，害怕会因为别人而妥协然后折损了自己。但是，真正自信的人，是敢于去听别人的想法的。他会将别人发表的想法消化，然后促成更有效的沟通，也能在交流中发现自己的不足，从别人身上收获自己缺失和忽视的部分，从而成为一个更好的自己。打开自己的耳朵，不急着去诉说，而是用心去倾听别人情感的流动和语言的表达，从而找到最契合的交流脉络，做一个真正勇敢自信的人。

7、文/李小丢从欧洲回来之后其实状态一直不是太好，之前欠了一堆稿子，计划要提前完成却拖拖拉拉，结果总是在Deadline前抓狂彻夜赶稿，每天都听着鸡叫在天亮说晚安，形成了一个悲惨的circle。在朋友圈里抱怨说此时心情差到想做奇行种去街上吃人，朋友善意的提醒我：“捂好后颈”、“外面有墙”、“注意一米六的死鱼眼。”不由得心情大好。虽然事情很多，但是只要决心去做，总会一件一件完成。说句很鸡汤的话，人生也是如此，你想要的，只要你去争取，或早或晚，你总会得到。不要嘲笑自己的梦想，就算它现在看起来很无稽、很荒诞。1993年，北外阿拉伯语系有19岁的男孩子，正在上大二，如果让他用一个词来形容那时候的状态，应该是“迷茫”。阿拉伯语的学习越来越辛苦，语法的难度升级了，他感到有些吃力；他还是个非常不好看、非常不起眼的小孩，个头不高，戴着眼镜，也不会打扮，在班上纯属是路人甲。人们都说长得好看的人才青春，果然不是风云人物的他连恋爱都没有谈到过。眼看其他颜值高的同学有了各种各样的机会，中学时代就开始主持广播电台节目的他不由得暗暗着急。如果当时有人告诉他，别着急，一年以后你就没时间想这些没用的了，你会被中央电视台的金龟子刘纯燕邀约去做少儿节目的主持人，连台本都让你去写；毕业之后你会留在这个你喜欢的学校里，成为一名阿拉伯语系的老师；98年你会去湖南卫视主持一个叫做《快乐大本营

》的综艺节目，从此这个节目将屹立综艺界十几年不倒的金字招牌；三十岁的你会作为新人发唱片，一首非主打的《栀子花开》会传唱至今，被每一届的毕业生所喜欢；四十岁的你将成为新人导演，拍摄你的第一部电影《栀子花开》，讲述一群年轻人将自己的梦想慢慢变成现实的故事，就像你一样...那她一定会认为这个人疯了。但是二十二年后的今天，这些都实现了，而且还有更多的可能即将去做去实现。我想你猜到了，这个当年迷茫的路人甲，名叫何灵。今年何灵出了一本新书，名字就叫做《来得及》，里面装载着他和他的好友对青春的回忆和认知。我经常接到各种豆邮和私信，大部分来自九零后的在校大学生，他们的问题保持了惊人的一致：“我之前没有好好读书/上课/实习/学英语...所以现在很迷茫，觉得未来没有出路，不知道自己该干什么。我现在想要改变人生是不是太晚了。”同学们，你们这样刺激一个老阿姨真的好吗？随便找个网络上的陌生人来请教这种问题算是对自己负责任的态度吗？这里有一个高考数学34分的学渣，一个大学四年打了三年游戏的颓废女屌丝，一个大学毕业之后连四线城市公务员都考不上的loser，你们觉得她的人生是不是比你们糟糕多了，简直可以用一败涂地来形容？可是她也没有寻死觅活啊，她还是厚颜无耻兴高采烈地继续生活下去了。她25岁才找到自己人生中第一份工作，三个月实习期还没过，Boss就通知她转正之后升任主管；一年之后她跳槽甲方，薪水翻了一番；再一年之后她开始捡起荒废已久的笔杆子开始写作，两年半写了三百多篇书评，差不多叫得出名字的纸媒的书评版都上过了一圈；十个月前她马上就满三十岁了，却感觉遇上了写作的瓶颈期，于是开始转型，她尝试了心灵鸡汤、八卦情感、时尚文化等等不同的领域，其间没少被骂被鄙视被攻击.....但是也写出了差不多十篇被各营销号疯狂转发，动辄点击率超过10W+的热文，拿到了好几个杂志和网站的专栏。对，你们都知道，这个人就是我。我肯定不是一个值得学习的人物范例，甚至可以说我的人生就是充满变数也充满失败的一生。但是幸好有一点，我从来不觉得太晚了来不及了，该变就变，人生就像发型一样，不合适就变变，看腻歪了就变变，哪有那么多瞻前顾后畏首畏尾的，一味地抱怨却什么都不去做才是真的来不及。最重要的是找到自己喜欢的事情，然后愉快地为之奋斗一生，那就足够了。如果要让何灵来回答这个问题，他会告诉你：“青春，是做什么都来得及的感觉。手里握着青春，就感觉还有大把的时间、大把的资本可以挥洒。只要不轻易放弃自己想要做的事情、想要见的人、想要实现的梦想、想要赚的钱、想要去玩的地方.....那一切就都来得及。”那么如果青春不在了呢？是不是我们就要对“梦想”二字嗤之以鼻，觉得一切都注定了已经无法改变，只好得过且过了？那要看你如何看待“青春”二字。何灵问林夕，林夕说：“我不曾觉得自己青春不再——如果是心境上的年轻，还有太多的事情想做，尽管会感觉到毕加索说的‘活跃的思想被困在衰弱的躯体。’但是我依然会好奇、会冲动、会沉迷、会犯傻，泪点依然偏低。”何灵问刘瑜，刘瑜说：“经常觉得自己青春期刚开始，正好到了力量和梦想开始匹配的时候——不过这好像是中年的定义？”何灵问张嘉佳，张嘉佳说：“青春还在我心里，在我的指尖，麻麻的，痒痒的。我觉得青春有两种，一种生理上的，它会跟每个人都有个阶段的相随；还有一种就是它转化成了文艺的气质。所以，可能对我来讲青春还在吧。”所以何灵说，“青春是一种常态，它关乎内心。青春的意义取决于你如何度过你的人生，或者说，你觉得你还很青春，你都来得及，那才是原装正版的青春。”无论何时，无论是二十岁、三十岁、或者五十岁、六十岁，只要你心中仍有想去的地方，想要做的事，就不用在意此刻镜子中的你究竟有几条皱纹或者几根白发，立刻出发，一切都来得及。就像三十岁才拿“最佳新人奖”的歌坛新人何灵，和四十岁才准备拿“最佳新人导演奖”的新导演何灵一样。人生永远没有最晚的开始，不要低估自己对“梦想”的执着，更不要剥夺自己对明天的期许。卡夫卡说过：“你还年轻，不相信明天的青年就是对自己的背叛。”请相信明天，相信自己。

8、我花了两个晚上的时间看完了很老实的新书，来得及，在此之前，我看书，很少有想要持之以恒写书评的打算。一开始买这本书主要是因为对何老师的欣赏，听许多人讲何老师是个特别有才华的人，我自己在看过他的那几期节目后，也深觉如此，于是产生了一种想要了解他内心世界的好奇心。来得及很明显是何老师想要表明的中心，什么是来不及的，也许只要内心青春就永远青春着，到现在还清楚记得看栀子花开时，宣传海报上写着一排小小的字“我们正青春”。也可能是我一开始对何老师的期望过高，以至于我一翻开书看到里面各种各样的作者写的文章的时候，我的心如大杂烩一般复杂，不，不仅仅是心，这本书就是一锅大杂烩，什么辅料都有，好的坏的，出名的，不出名的，比比皆是。心里原本以为整本书都是何老师亲自撰写的，最后却来了一个巨大的落差，每个版块只有第一篇和第二篇是何老师写的，加上何老师的注重隐私，并没有过多的去描述内心，不失望，是不可能的。总的来看这本书，出版的性质跟韩寒的《告白和告别》有点像，都是在书里收录了自己执导的首部电影的全过程，某种意义上讲，这两本都可以算是一本电影解析书。书分七个部分，依次顺序为毕业

，爱，梦想，成长，朋友，迷茫，青春。最后一个类别青春其实可以涵盖之前的六个小类别，都是每个人青春中都会拥有和遇到的。除了这几个主题居然和老师还在每个版块，都插入了对大咖，例如张嘉佳、蔡康永、刘瑜的微采访以及微博网友留言版，内容算是相当丰富，就像我之前所提到的，如同一锅大杂烩，但到底是众人的智慧结晶，因此也会有戳中内心的部分。而整本书里面最戳中我内心的一句话是：如果说爱情是灯，那么友情就是影子，当灯灭了，你会发现你的周围都是影子。这是对“朋友”这个词特别生动的定义，而这的确也是生活中的我们的现状——最后剩下的都是朋友。爱情可能若即若离，然而友情却始终在你身旁支撑着你，鼓励着你，这么多年，若非朋友，今天，我不会是这样快乐的我。一年级，我内向自闭，整日在自己的座位上做着自己的梦，说着自己的话，是朋友好多年鼓励支持不放弃，让我的自闭性格有所改变，让我从过去一个安静的女子变成了逗比。初中，在我最困难最丢脸的时候，朋友义无反顾的拉着我的手从灼人的目光中走过。高中，在我一无所有的时候，她们就那么安安静静坐在我的身旁，不安慰，不劝解，就那么一整天。所以，如今，我常常会在清晨做一个噩梦醒来之后，突然的扬起嘴角温暖的笑，因为只要一想到他们，我就觉得特别安心和满足，人生来得特别值。就像昨天下午和前天晚上，朋友似乎知道我近来手头紧的事，一个叫我出去吃晚饭，另一个又在发了一条想吃方便面的泡面的朋友圈后，自作主张的给我买了八连包快递过来。还不忘顺带提醒一句，泡面多吃不好，下次还是吃点有营养的。我的心一下子就如冬日的温泉一般，潺潺涌动。我想此时心若有声，一定还在“布鲁布鲁”的冒泡。

9、《来得及》应该算是一本电影的衍生品，不论是为电影造势也罢，或是为了借名气出本合集也罢，至少这本书希望能让读者读到一些关于青春的文字，回忆青春，更好地成长。这本书的确是一本策划出来的书籍，分为7个章节，每个章节都何灵自己的文字，有与名人的Q&A，也有一些其他知名或是没那么知名人写得文字，围绕一个话题，展开自己的见解，而每个章节都穿插着《栀子花开》中的人物剧照，因为他们年轻，因为他们是青春的代表，因为这是一本有关青春话题的书……我没有去看过《栀子花开》这部电影，说实话，自《致青春》后，有关青春话题的电影便如雨后春笋般出现在人们的视野中，不知道为何，泛滥的有点不着边际，而打着青春的名号，又似乎看不出青春的印记，自此，我再也不看青春题材的电影，而把自己的那段青春锁在内心深处。有时候我也会想，我的青春在哪里？那些写在书中的人物都充满了故事，或是努力前行，或是放任不羁，或是幸运出彩……何灵在书里写李晟、写李易峰，说用七年的时间来等待，终于等到了属于自己的机会，然而光光靠等待就能等到机会吗？中间的辛酸或许我们无从知道，不过我想，只有自己积攒了能力方能抓住机会。回头看看自己，故事很平凡，那段美好的光阴似乎被偷走了一般，没有任何可以为之回忆的，留下的知识读书时候没能好好把握的悔恨。早上听广播的时候听到这么一句话：“所有现在流下的眼泪都是以前不努力付出的汗水。”幸运的人会在青春的时候就明白自己想要什么，就像书中彭宇写得那样，只是一次偶然的机会他发现电视台的人到某个饭店吃饭只需要签单而不需要付钱，那时候他不懂得协议，只懂得这样很酷，于是，开始追寻了他的梦想，去电视台工作！就好比一句流行的话说：“只有失去了才更懂得珍惜。”而人往往在没有经历过失去的痛苦，很难会去品味珍惜的甜头。这就是人生。这本书与其说是让人忆青春，不如说是希望每个正在青春岁月的人好好地活在当下，能够好好地享受，能够好好地利用，能够好好地珍惜！

10、文/友竹看了何老师的《来得及》，顺便回忆了下看似过去没多久，其实已然远去的青春岁月。那些整天喊着“青春只是一种心态，与年龄无关”的家伙们，真的是受够你们啦！但是何老师除外，因为他真的逆生长了。这逆生长可不单指长相，还有心态、性格之类。大部分人所谓的青春时代都是充满锐气的，可何老师不这样，他说从前的自己待人处事是圆润(何老师竟然不说圆滑，差评!)的。而今到了40岁以后，却慢慢感受到了自己的锐度——不再那么没原则地做老好人了，他开始懂得管理、试着对别人提要求。因为妈妈那句话很有道理：没有一件了不起的事情，是你一个人完成的。所谓团结力量大，不信还真不行。一直认为青春就是迷茫、惊慌却又无力摆脱这类感觉的代名词，翻开这本书看看，好像除何老师拥有一段异常充实的青春外，绝大部分人的青春时代都是在全力对抗那段岁月中度过的。彭宇在《云中鹤，地上狗》里说，“他们只是处在少年人特有的一段混沌时光中，只是迷茫……不知道他们的明天在哪里。而我，就是他们中的一个”。这是一种坦诚剖析自己苦逼青春的友好态度，所以整本书读下来，对彭宇的文字印象特别深刻。至于那些年近不惑还时时宣称自己离青春不远的人，大概是不愿给人看到他们当年的郁闷和彷徨吧。毕竟在大众眼里向来以正面示人的帅哥级人物想要始终延续他们充满正能量的一面，就跟娱乐圈那些所谓的不老女神一样，大家都在想方设法保持最好的姿态。至于用什么方式去保持，别人不了解也不会去刻意关注。但让人怀疑的是，到底有

## 《来得及》

多少人能像彭宇所说的“云中鹤”那样，在善意的关注里自然而然得到了温暖？至少就身边的所见所闻来说，大部分人都是彭宇口中“曾经像狗一样奔跑，去撕咬、去抢食，从而获得渴望的温暖”的。十二说，成长就是承认自己的不坚强。她在文章里向我们讲述了关于高考和毕业失恋的故事，而故事的主人公就是她本人。十二的文字再次提醒我们，有些事情，若不是亲身经历，你不但无法感同身受，还会觉得无法理解。为什么说“肯承认自己不坚强”才能让你真正坚强勇敢？因为那是青春年少者的巨大通病——用骄傲假装自己不在意。张际星说，每个人的青春里都有一段弯路。是的，手握青春的我们无论是挥霍自己的时光还是父母的金钱，最后的结果都只能是悔恨和懊恼。但是犯过错之后，就只能停留在后悔阶段了吗？她的总结是要正视自己的错误，积极面对问题，并全力解决。还是那句话：修正错误、追逐梦想，任何时候都来得及。真心喜欢那些敢于正视自己的惨烈青春，又决不放弃梦想的作者和文章；同时深深鄙视那些无病呻吟和跟风谈梦想的空洞、消极文字。

11、“青春就是在每一个当下，都能抬头，仰望天空，念念不忘自己的梦。”最喜欢书中的这么一句，很简单，却深入人心。一书中描绘了不仅仅是何老师还有很多友人的青春梦想和青春故事，有的离我们的生活很远，有的却近在咫尺，通过一本书，看到了不一样的名人们。看过了《栀子花开》这部电影，再来看这本书，交相辉映，更活灵活现了，好像电影中几个人物穿梭于书本中，为大家讲述着一个个的故事。每一个人的青春里都有一段弯路，走的时候很艰难，但走过了回头看，绝对是财富。

## 章节试读

### 1、《来得及》的笔记-序

没想到开完会第二个星期，他们说已经找了九个年轻的编剧来北京写剧本了。

### 2、《来得及》的笔记-第7页

那时候，我们还在宿舍里做了一个挂历，在毕业前的一个月贴在门背后，宿舍里的成员每天轮流在上面写一段话。我们宿舍里的六个人，在那个挂历上记录下了最后一个月的心情。比如：“今天最后一天考口语，我好紧张。”“苗，今晚一起睡。”……可惜的是，后来这个挂历下落不明了，肯定没丢，就是想不起来谁最后收的，收到哪里去了。这样的一份记忆，就真的存在记忆里了。也许青春就是这个样子，记住一些，忘掉一些，保留一些，丢掉一些，但所有最珍贵的，一直都会在心里。就像那个挂历，不知道在哪个角落，但毕业那年的心情，却一直被放在心里随时够得到的地方。

### 3、《来得及》的笔记-第153页

我是那年复读班的班长

### 4、《来得及》的笔记-第55页

趁来得及，要好好爱

### 5、《来得及》的笔记-第111页

他说：“成长的道路上，总会有人快有人慢，，今天我不离开他，日后他也会离开我。”

你悲伤为何再也找不到为你停下的人，可你又还会再为谁心甘情愿地停下？

终于懂得，人的成长注定是一场孤独的旅途。我们都要学会一个人度过生命里的每个寒冬，不奢求别人，不依赖别人，自己来温暖自己，自己来治愈自己，自己来给自己力量和勇气。我们都一样，要学会承受人生必然的孤独与无助，挺过去，才能看见美好和繁华。

可现在的我不会再奢求，我只会告诉自己，即便一个人，也要像一支队伍一样去战斗。长大后的你，已不再需要很多人停下脚步来陪伴你，你终要学会自己来陪伴自己

成长的速度，总会有人快有人慢我们无法找到和自己完全同频率的人，便也很难遇到一个能陪你走一生的人。

每个人的成长，无人可以代偿。

不是清高，也不是孤傲，只是厌倦了所有的依靠。

你不能再需要旁人的帮助和施舍，也不必再抱怨他人的冷漠与离去。前方的荆棘要由你自己来踏平，所有的伤痛要由你自己来承受……

后来的我时常告诉自己：“从不依靠，从不寻找，非常沉默，非常骄傲。”

### 6、《来得及》的笔记-第11页

## 《来得及》

人是无时无刻不在成长的，我们也许会告别年少青葱，但不等于告别了成长。人一辈子都要保持一个学习的状态，每一个小小的领悟，每一次愿望的达成，都是会让我们变得更加强大的成长过程。

### 7、《来得及》的笔记-第61页

要有多美，多少才华附体，多少物质与精神额度，才能有足够的勇气去爱，有足够的胆量承担不被爱。

### 8、《来得及》的笔记-第16页

毕业的时候，其实是千百万个夏天的故事。千百万个不同的人，千百万个不同的夏天，相同的只是告别。

我从第一天上学就在等待毕业，虽然这么说比较消极，显得很没正能量，但我确实用十几个夏天，在等一个终于能告别的夏天。告别考试，告别不断推着眼睛的老师，告别沉默不语的教学楼和围着铁栏的校门，告别枯燥烦闷的学生时代。我以前想象这天的时候，觉得自己会激动到裸奔三十里路。后来，一年又一年，一次又一次的告别，让我觉得，告别其实不是一件激动到能令人裸奔三十里的事情。

### 9、《来得及》的笔记-第132页

妈妈有一句话就是：“对别人好，比对自己好重要。哪怕是从自私的角度想，你也要多对别人好。”

我曾经问她：“对别人好为什么还是从自私的角度解释？”

她说：“因为你对别人好，别人就会对你好。你自己好，只有你一个人对自己好，可是如果你对别人好，就会有很多人对你好，而且很多人身上有你自己身上没有的优点和能量。”

### 10、《来得及》的笔记-扉页

人生永远没有最晚的开始

### 11、《来得及》的笔记-第65页

女生之间的情谊就是这样，闹别扭是因为“我把你当我的好朋友”，吃醋是因为“我觉得我对你好，所以你也应该对我好一点”，和好是因为“没有你我都不知道该和谁逛街、和谁说小秘密了”。

### 12、《来得及》的笔记-第14页

我不曾觉得自己青春不再——如果是心境上的年轻，因为我依然会好奇，会冲动，会沉迷，会犯傻，泪点依然偏低。

### 13、《来得及》的笔记-第131页

生气暴怒是很年轻态的事情，而自己圆场却又是成年人会做的事情。

### 14、《来得及》的笔记-第77页

那是生命最好的时光，那是青春里最大的一场大雨。

### 15、《来得及》的笔记-第39页

## 《来得及》

我拿出手机看了一眼，凌晨十二点十分。十分钟前，我们刚刚变成自由身，赎金是四年的学费。

### 16、《来得及》的笔记-第92页

如果仅仅是想趁着风光正盛，从一个平台跳到另一个平台，这完全就是在走捷径，这种方式一定没有好结果。

我不同意这种说法，相反，我认为我们在整件事情的起伏升落的过程中，已经经历了最有价值、最丰富的部分。在每一次落地的时候，必然是满载收获的。人的体量肯定是不一样的，我们会变得更加厚重饱满。

### 17、《来得及》的笔记-第80页

最好的爱，就像一物降一物，刚刚好彼此都能镇住对方。

但凡各独立，必然最登对。

### 18、《来得及》的笔记-第21页

如果你总是逃课的话，就会像我一样，动不动就58分、59分，然后补考十一科，还时不时地要去求老师让你考试。

### 19、《来得及》的笔记-第205页

打开自己的耳朵，不急着去诉说，而是用心去倾听别人情感的流动和语言的表达，从而找到最契合的交流脉络。做一个真正勇敢自信的人。

### 20、《来得及》的笔记-第9页

我有那么多好的学习机会，也遇到很多给我机会的人，就算偶尔有一点小小的心事或者坏情绪，也是不足以给外人看的。在我的生活被分割成各种不同部分的大学生涯里，学校里是一个何灵，电视台里是一个何灵，父母面前又是一个何灵。我在尽力做好每一个我的同时，的确不知道可以跟谁来彻底分享我的内心。

### 21、《来得及》的笔记-第128页

但是，我是一名主持人，也是一名主控现场的工作人员，我得找到最好的方式去圆场，这是我作为主持人的责任。而且在我用这样一种方式去弥补失误的时候，大家并不会觉得太突兀，他们只会觉得情有可原。那次处理，得到了众人的好评。

### 22、《来得及》的笔记-第58页

张嘉佳：有一次被问到，你能不能做到微笑地面对伤害过你的人？  
——我特么又不是神经病，为什么要微笑地面对伤害过我的人呢？我现在能做到的，是微笑地面对被伤害过的自己。有些礼物，收下了，就没办法还了。伤害也一样，发生过的，永远停在那里。

### 23、《来得及》的笔记-第18页

## 《来得及》

我从车上下下来，一脚踏在了水坑里，然后撑开一把巨大的雨伞，跟着一位因为我不是师妹而显得非常冷漠的师兄去学部报道。

### 24、《来得及》的笔记-第11页

人是无时无刻不在成长的，我们也许会告别年少青葱，但不等于告别了成长。人一辈子都要保持一个学习的状态，每一个小小的领悟，每一次愿望的达成，都是会让我们变得更加强大的成长过程。而每一次的成长，都是人生中一个最美好的毕业季。

### 25、《来得及》的笔记-第69页

我们小时候爱一个人，总是不计后果，长大后爱一个人却总是思前想后。时间和成长让感情考量得更多，却承载得更少。逐渐长大的我们渐渐忙起来，有了事业、友情以及独立的空间和生活，只是当初那种稚嫩和冲动、那种奋不顾身和不假思索，都显得如此的夺目，如此的不可重来。

### 26、《来得及》的笔记-第14页

何灵：你认为长大最大的代价是什么？

林夕：经验，沦为探索冒险的包袱。本来会让人淋漓痛快的感触便麻木。

### 27、《来得及》的笔记-第25页

可是如今一别，再没有了寒假暑假

### 28、《来得及》的笔记-序

只要你坚持，实现梦想永远来得及。

### 29、《来得及》的笔记-第123页

跨年晚会最大的技术难度就在于倒数跨年，要准确、兴奋，还要气氛热烈。而台上的主持人无法直接看到倒数的秒数，一般要由一个人来和导播对接，从而把握舞台上的倒数节奏。



# 《来得及》

## 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](http://www.tushu111.com)