

《年轻不怕一无所有，你知道自己终健

图书基本信息

书名：《年轻不怕一无所有，你知道自己终将闪耀》

13位ISBN编号：9787550278571

出版时间：2016-8-1

作者：汤木

页数：224

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

《年轻不怕一无所有，你知道自己终健》

内容概要

1.现象级励志畅销书作家汤木，重新出发，写给努力奋斗却依然年轻困惑的你。他的书连续3年稳居各大畅销排行榜，以更贴近年轻人的方式，书写他们的勇气与迷茫，生活与热爱。

2.也许你刚刚毕业，走出校门，迷茫无助，一无所有，毕业意味着失业。也许你在做一份自己不喜欢的工作，为了生活不得不忍气吞声，混沌度日。也许你刚刚失去一份爱情，却无力追回。也许你都不敢接父母的电话，怕忍不住流泪。汤木说，世界并非是宿命的，有什么样的内心，就会从这样的内心长出什么样的故事。年轻到成熟，一无所有到事业成功，看似简单却需要有超级强大的内心来度过这段岁月，但是过去了就是闪闪发光的前程。不认输，才会赢。

人都要经过一段没有人理解，没有人帮助的孤独时期，年轻却懵懂，有勇气但没有经验，好像所有付出都没有回报，甚至开始怀疑，这么努力是为什么呢。但是，我们都知道，量变到质变需要长期的大量的累计，没有这些看似没有回报的付出，没有在孤独岁月里咬牙前进的勇气，人生终将一无所成。汤木曾说，一定要让未来的你感谢现在拼命的自己，未来的你闪闪发光，那些闪耀的成就都来自现在一无所有，却不肯放弃的自己。趁年轻不辜负，不虚度。唯有不辜负，方能归初心。

《年轻不怕一无所有，你知道自己终健

作者简介

汤木，现象级励志畅销书作家，他的文字温暖励志，书写了这一代年轻人心中的爱与怕，让千万迷茫困惑的年轻人从中受益。他先后出版了《将来的你，一定会感谢现在拼命的自己》《你受的苦，总有一天会照亮你未来的路》等畅销书，好评如潮，亚洲天团EXO成员张艺兴感动阅读。

《年轻不怕一无所有，你知道自己终健》

精彩短评

- 1、人生百科全书
- 2、文字中也有生发的力量
- 3、喜欢汤木的书 一如既往地给人力量
- 4、失意的时候，读这本书真的很给人力量。书的手感也很好，特别赞。
- 5、汤木新书 依然非常励志 人生还是离不开正能量的
- 6、11.02 【十一月第一周读物】汤木这本与时俱进现代式的新鸡汤我打满分，内容生动有趣，贴和实际引发共鸣，对比上一本这本书作者用心了。
- 7、年轻就不怕从头再来~
- 8、喜欢文中提到的“断舍离理论。”断=对于那些自己不需要的东西不买、不收；
舍=处理掉堆放在家里的没用的东西；
离=远离物质的诱惑，放弃对物品的执着，让自己处于宽敞舒适、自由自在的空间。
- 9、处在二十几岁的年纪是最尴尬的，没有很高的工资，租着廉价的房子。但最可贵的也是这种不管不顾的一腔孤勇吧。因为年轻时一无所有，所有才更要努力让自己闪耀。

- 1、常常听到很多刚毕业的大学生就业的时候说自己初入社会，一无所有，买房买车什么的都买不起，很多还埋怨自己的父母没有给自己一些好的条件云云。而对于年轻的恋人们来说，到了谈婚论嫁的时候，男方往往会碰到女方的父母的一些物质要求，但是对于刚入职不久的人来说还是难以承受，例如要买房买车给嫁妆等等，弄得结婚就和卖女儿一样，往往有些恋人因为男方的家庭情况不好而导致夭折，对于年轻人来说，一开始就有比较好的物质基础是不切实际的（当然这里就不讨论富二代官二代等特殊情况）。这本由汤木编写的《年轻不怕一无所有，你知道自己终将闪耀》就给还正年轻的我们，还一无所有的我们以信心。在作者的笔下，我们可以从书中的六个章节里面看到在爱情，亲情以及自己的事业上作者是如何给我们提供建议的。这些文字相当煽情例如Part1里面的“爱别人之前，先爱自己”里面对于爱情和友情，作者给我们的建议是：“爱别人之前，留一点点爱给自己，这是自尊，是自信，是两个自由的灵魂平等对话的基础”。这样的道理可以说每个人都知道，但是在实际的情感处理中往往又忽略了这一点，尤其是爱情上。在本书的五十二篇文章中，作者给我们各方面都做了相应的建议，但是也请注意这本书不是心灵鸡汤，虽然有些文章类似于鸡汤文，但是总的来说本书是值得我们在迷茫徘徊时一读的。最后以书中扉页插图中的一句话结尾，当然这也是我自己的愿望：“关于亲情，要把爱和正能量传给下一代，不要把爱变成负担，所有的困难都要家人一起面对”。
- 2、——《年轻不怕一无所有 你知道自己终将闪耀》励志的故事读了许多，《年轻不怕一无所有 你知道自己终将闪耀》是其中闪闪亮的一本，因为这里面讲述了许多让人奋进的名人故事，像陶碧华坚持做辣椒，只做辣椒，在将企业做大做强上，始终守住本心，只做辣椒；比如诸橙，比如勃朗宁等等。里面有许多故事，包括小标题都是以前看过而非常爆热的名句。甚至这些经典励志句子，只需牢牢记住一二，再在生活工作中运用于坚持，你就会受用终身。很显然，说了这么多，看了这么多，最终都是要回归于我们自己，了解自我，修炼一颗强大内心的自我，从此风雨无惧。这本书，让我重温了当年读各种励志的书的热情，也唤醒了再次奋勇前进的激情。梦想很美好，现实很骨感，当我们让梦想照进现实，在孤独的时候，仍不忘自我淬炼鼓励时，相信不论结果，过程便已让自己愉心充满喜悦。用艾瑞克·温纳在《洪福地域》的一句话作结吧，“我始终相信幸福就在角落，而窍门就是找到正确的角落”。——愿我们早日找到自我，找到自信幸福，找到闪闪发亮的自在人生。
- 3、《年轻不怕一无所有，你知道自己终将闪耀》书籍分为六个部分：爱别人之前，要爱自己；有种就按自己的想法过一生；不忘初心，方得始终；人生不苟且，还有诗和远方；耐得住寂寞，受得住繁华；我们的征途是星辰和大海。不同侧面展示显示生活和精进的我们应该正确走的路。什么是梦想？是有一个梦每天都在想吗？不是的只有那些我们为之付出和奋斗的梦才是梦想。那么很多人说我有梦想不过还在第一阶段，为啥我们为自己的梦付不出行动力呢？在做之前给了自己太多的不可能实现，在做的过程中，心障给我们设下了太多的全套，总感觉自己掉进一个无底洞，不能走出来之后我们就真的不能走出来了。对是先有上帝还是先有人？有这样一种认识。第一因为我们觉得（认为）人是上帝创造的所以，是先有上帝之后才有人。第二：上帝是人供奉起来的神，所以是先有人之后才有神。其实回归本质都是“人”，觉得活着认为都是无从考据的，人的心智和想法决定了着一些。这本书从不同的角度，来解剖繁华不如理想中那般顺利的生活，很贴切。让你在青春，迷途之后看到一盏灯，有希望和力量前行。
- 4、记得高考失利之后，我很长一段时间不知所措，即便读了自考，因为走读，所以并没有把自己当成学生，似乎学习只是为了打发剩下的时光，当然更没有拼的劲头，特别是参加几次考试之后，竟然又有挂科，当时对自己简直失望透顶。那时不知道自己今后会有怎样的生活，也不知道自己的未来究竟会是怎么样的，苦恼，彷徨，沮丧，甚至有些颓废，觉得自己这一辈子恐怕不会有闪耀的机会了，直到误打误撞走进一个陌生的企业，一个令自己有些恐慌的企业，这个企业唯一吸引我的就是有一帮兴趣爱好相同的朋友，是他们治愈了我那时的忧郁和无奈，也是在他们的鼓励下，抓住了一次又一次属于我的机遇，直到现在。我想对现在的年轻人说，其实你还年轻，你不用恐慌任何事，只要你勇敢地往前走，总会找到属于你的天地，而且大有作为。当我读完汤木著的《年轻不怕一无所有，你知道自己终将闪耀》时，其实我最想与年轻人分享的就是：趁年轻，拼一次。汤木这本书是写给努力奋斗的年轻人，写他们的勇气与迷茫，写他们的生活与热爱。如刚刚毕业的学生，走出校门，却一下子失去了方向，再也没有了家人的呵护，再也没有了师长的唠叨，羽翼丰满了却不知道飞往何方。如你勉强找到一份自己不喜欢的工作，只是为了生活所迫，在那个令你厌倦的环境里，你不得不忍气吞

《年轻不怕一无所有，你知道自己终健》

声，混沌度日，其实你哪里知道，是金子总会发光的。如你刚刚失去一份纯真的爱情，那是你的初恋，是你觉得最美好的恋情，可惜因为一次小摩擦，就被无情棒杀，无论你怎么努力，都无力挽回。如你曾信誓旦旦，对父母放出豪言，不混出个人样来，绝不回还，可现实已经将你打击的体无完肤，你甚至都不敢接父母的电话，怕忍不住流泪，这就是现实。年轻，注定会遇到太多的挫折，每当在你对未来充满希望时，一盆冷水将你浇个透心凉。汤木说，世界并非是宿命的，有什么样的内心，就会从这样的内心长出什么样的故事。年轻到成熟，一无所有到事业有成，看似简单却需要有超级强大的内心来度过这段岁月，一旦过去了就是闪闪发光的前程。不认输，才会赢。最近读了很多这样励志的书，我觉得年轻人用这样的鸡汤文来激励自己不是没有道理的。年轻时大多有两种状态存在，要么混沌迷茫，要么奋起直追。而大多数年轻人在没有人给予引导的情况下，都要经历这段迷茫的日子，不清楚自己究竟该往哪里走，该如何淬炼自己，该如何寻找到适合自己的人生坐标。在学校时有太多的梦想，当梦想照进现实时，才会发现，实现梦想并不会一帆风顺的，需要你有强大的内心。在这样一段没有人理解，没有人帮助你的时期，你有方向，但没有经验，你的付出不会获得丝毫回报，甚至你开始怀疑自己的人生注定是失败的，这个时候，有这样一本书送到你面前，鼓励你在孤独的岁月里要有咬牙前行的勇气，或许，你的人生不会耀眼绽放，但总有一天，当你回首来时路，你会漠然一笑，因为你是幸福的。汤木曾说，一定要让未来的你感谢现在拼命的自己，未来的你闪闪发光，那些闪耀的成就都来自现在一无所有，却不肯放弃的自己。趁年轻不辜负，不虚度。唯有不辜负，方能归初心。确实如此，并非每一个人都能耀眼夺目。但是，在人生的舞台上，并没有失败者，所谓失败，只不过是给自己定了一个无法实现的目标。其实，如果你将目标重新调整一下，或许你就会成为别人眼中的成功者。从刚开始工作时无助而迷茫的青春，一步一步走到现在，我才发现，其实我最初的选择是正确的，我现在从事的工作是我自己喜欢的，而且我能在工作中找到人生的方向，甚至我会为自己所获得的小荣誉而窃喜。我注定不会成为什么大咖，在我生活的小圈子里，我只能做到一直努力地前行着，每天都是充实的，都是快乐的，这样的生活，即便我老了，我也不不会为此感到失落。年轻时，你有机会失败，也有机会重新起航，不要担心，拼一次，或许你能收获更多的幸福。

5、年轻是一把双刃剑，我们年轻，敢于尝试，我们年轻，少不更事，经常会迷茫，会迷失方向，不知道自己真的想要什么。走着走着，忘了初心。本文作者汤木，用温暖、细腻的文字，润物细无声的讲述了迷茫中的年轻人所遇到的问题，关于爱情、亲情、生活态度、生活方式、梦想、处事态度、人生观、价值观等等，文中总会找到你当下的处境。关于爱情，作者的观点是寻求一种平衡，在爱他之前，先爱自己，势均力敌的感情才是最好的状态。这一点我也很有感触，爱情很甜蜜，但是经不住每天的柴米油盐的摧残。没有人是愿意一直付出的，即使很爱很爱，但那是 unhealthy 的关系，一旦付出方失去平衡，觉得委屈，那么就很有可能土崩瓦解。因为接受方已经习惯了你的付出，觉得都是理所当然。所以门当户对，势均力敌，在感情生活中，彼此之间有适当的空间是很有必要的，这样的感情才会长久。每个人都不要为另外一个人卑微的活着。无须取悦，也无须俯就。文中让我感触比较深的是关于“断舍离”，我本身是一个特别邋遢，又特别念旧的人，什么东西都舍不得扔，但也不会给他们很好的分类，作者讲述了日本杂物管理咨询师山下英子提出的人生整理观念，让我受益匪浅。所谓“断舍离”就是通过整理物品了解自己，整理心中的混沌，让人生变得舒适的行动技术。断=对于那些自己不需要的东西不买、不收；舍=处理掉堆放在家里的没用的东西；离=远离物质的诱惑，放弃对物品的执着，让自己处于宽敞舒适、自由自在的空间。我就是这样一个，不喜欢整理的人，衣服脱完随处一扔，每周只打扫一次房间，但是也不是很喜欢干，应付而已。有些事情就是这样，说起来容易，做起来难。我也知道让家里变得干净整洁，会让人心情愉悦，但是需要我投入时间和经历去收拾和整理分类。我就是这样的纠结体，也知道这样做是对的，但是就是迟迟的拖延不去干。缺少行动力和执行力，所以没有成功。远的理想和梦想我先不去考虑，现阶段把“断舍离”做好，我想对我来说，就会很有成就感。改掉邋遢拖延的坏毛病，不断完善自己，所以说活在当下是最主要的，把眼前的事情做好，不要好高骛远。

6、《年轻不怕一无所有，你知道自己终将闪耀》写给努力奋斗，却依然年轻困惑的你。对于奔三的人儿来说我不算年轻，但依旧困惑，某日与朋友走在中大校园，看着一群群朝气蓬勃、青春洋溢的稚嫩的学生们，我越发迷茫，自己当初的梦想、初心都被碌碌无为磨灭，静下心来竟不知自己想要什么？虽不年轻，我依旧有颗努力奋斗的心，虽困惑，我仍蹒跚前行；《年轻》这本书给正在困惑期的我引导，书中观点说新颖，并未必，但汤木又给人一个新的视角，有时困惑的你，只需别人指点，如有醍醐灌顶之势。对我触动较大的几个观点，爱别人之前先学会爱自己，这个观点，近期读的几本书中均

《年轻不怕一无所有，你知道自己终健

有，“吐槽”它俗，我不会，仅此一个观点，奠定我对本书的喜爱，如果你自己都不爱自己、珍惜自己，怎么又能要求不相干的人喜欢你呢，所以对自己好点，学会从各个方面爱自己，发现自己的美。除了自己，没有人需要为你的人生负责，所以别让你的梦想成为一场梦。这句话犀利，你要逃避吗？你要抱怨别人左右你的人生，你的命运，为什么自己的人生不自己掌握呢，与其抱怨，不如自己掌控，你的人生，你做主，做自己的王，不负将来。不要把最坏的态度留给最亲的人，多数人都会犯的错误，我们对身边同事、朋友、陌生人都会客客气气，生怕惹他人不高兴，却会对自己亲密家人给予冷脸，坏脾气，总把最坏的态度给我们最亲的人，为什么？因为家人会包容我们，理解我们，你会说有时是对他们撒娇，想得到他们更多安慰关注，其实不然，亲人会不和你计较，这样就是可以吗？自己扪心自问下。愿我们与这个世界彼此温柔相待，都说世界如此险恶，你要内心强大，在强大内心时，别忘记柔暖部分，学会与这个复杂社会和解。最后送自己一句话，不忘初心，方得始终。努力奋斗不分年龄，当你感到困惑焦虑时，就该为自己充电了，当你觉得才华撑不起野心时，那就努力提升自己吧！即使现在一无所有，只要你努力拼搏，你想要的未来就在不远处！

章节试读

1、《年轻不怕一无所有，你知道自己终将闪耀》的笔记-第176页

近来心情一直不太稳定，有时候的难过也是自己无法控制的，所以就闲来无事拿起这本鸡汤文重新打造一下自己的价值观。

虽然说有的时候毒鸡汤似乎更有效，什么再怎么读书你还是难看的、别人都在努力你还有资格睡觉~等等诸如此类，但人需要被温暖，而这本书便是这样的一碗鸡汤，在你想不通很多道理的时候，帮你理清你坚持下去的理由，正理由。

其实这些道理你都懂，可是你特别会遗忘；这就是你虽然知道很多道理却依然过不好这一生的原因。偶尔花一些时间，捡起这些小确幸，也是人生旅途中的休息站。

我特别喜欢里面的一句话，“i am alone, but not lonely”，很符合我现在的状态。虽然独身一人在浩瀚的大海中航行，前路没有灯塔，只有心中的执念，可我并不感觉到孤单，因为我知道虽然漆黑一片，但伸手似乎就可以触碰到希望的轮廓，我现在没有触碰到，只是因为我没有伸手而已。这种欺骗的感觉，不就是心理作用的原动力吗？

中午时分，和朋友一起吃饭聊天。说起男女朋友之间配不配的问题，如果是以前的我一定会觉得嗯，是自己配不上他~但现在只想说哪有什么配不配，只有合适不合适的区别，我那么好，怎可能是因为我配不上，如果一定有，那一定是他配不上我~

小姐，你是不可能赢的！
我输得起！

小姐，请问，你死过吗？
我活过！

《年轻不怕一无所有，你知道自己终健

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