

《生活这件事，再难也别将就》

图书基本信息

书名：《生活这件事，再难也别将就》

13位ISBN编号：9787505736930

出版时间：2016-4

作者：毒药姑娘

页数：256

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

《生活这件事，再难也别将就》

内容概要

当你只接受最好的，才会得到最好的。

当你不将就一切，生活自会厚爱你。

毕业时觉着大城市竞争太残酷，回家找个清闲安逸的工作将就着做，后来同龄人纷纷成功，你只能干看着眼红。

年龄增大迫于结婚压力，遇见个差不多的将就着过，后来你喜欢的人出现，只能与他遗憾地错过。

……
生命中总会有些艰难的时刻，你怕碰壁不想较劲，以妥协换取安逸。然而这种安逸是种假象，它麻痹着你的梦想，让你丧失勇气，直到你过着枯燥乏味的生活，百般挑剔却无法改变，面对着动心的人和事只能选择遗憾地错过，才发现后来的种种困境，都是前期步步将就造成的结果。

《生活这件事，再难也别将就》是毒药姑娘送给你的一本有刺之书，她帮你刺穿虚幻地假象，认清生活的真谛。将就并不意味着从此安稳，那些被你暂时避开的麻烦并非消失，只会延后出现成为你更大的焦虑。而挺住不将就，回过头或许发现，所谓的难，并非如同想象中那样强大到难以战胜。而你离想要的自己，也仅仅是再坚持一步的距离。也正是因为坚持了那一步，让你意识到自己内心的强大和超乎想象的潜力，给生命创造了更多的可能。

《生活这件事，再难也别将就》

作者简介

毒药姑娘，一个混迹在时尚圈、商务圈的神秘星人。从200斤屌丝到知性女神到嫁高富帅，从职场小白到法国某知名奢侈品牌市场高层再到国内某知名视频平台高管。她说，有意低调，无心励志，做的一切只是因为仅有一次的人生，不甘心拱手相让不爱的生活。

2013年以笔名Teresak驻豆瓣写文，原本只为记录生活，却因经历过于励志，文风过于毒辣，为人过于逗比，言辞犀利，人艰必拆，看完让人大呼过瘾从而迅速蹿红。2016年，历时半年打造新书《生活这件事，再难也别将就》重磅上市。

她说，不是鸡汤，就是想告诉你们：既然我都可以，那么你就更加可以。生活不会厚爱你，但你可以成就自己。

《生活这件事，再难也别将就》

书籍目录

"

序

30岁，在时间翻滚中收获的感受

Part1

不要把这个世界让给你讨厌的人

不要把这个世界，让给你讨厌的人，不能让他们肆无忌惮地轻视你，嘲笑你，毫无顾忌地瞎评论你的生活和选择。而你努力的意义，就是为了能有权利做喜欢的自己，能有底气朝着对你指手画脚的人竖起中指，让他们滚远一点点。恶心的人总会不期而遇，而你要做的就是超越他们，变得更强，强大到难以冒犯，强大到可以从容应对这个世界给你的所有挑衅。

一切始于不要脸的，最终都会撕破脸 / 3

交友这件事儿，再饿也不能饥不择食 / 7

我配得上一切，但你可能不行 / 11

每种努力都值得被尊重 / 14

让世界充满恶意的人，请走远不送 / 18

你要知道别人死老婆，永远不等于你自己娶妻 / 21

不是所有规则都值得被尊重 / 24

朋友来了有好酒，敌人来了有木棍 / 29

Part2

活成自己想要的样子，才是幸福的唯一标准

这个世界从来没有人生赢家评论员这个职位设置，而你，可以接受别人的指点，但请拒绝别人的指指点点。你那么努力，不是为了嫁给世俗传说的如意郎君；你那么优秀，不是为了不知名路人的一句肯定，你从不欠别人一段恋爱，也不欠任何人一个孩子，你只是欠自己一个幸福的模样，而评判幸福的唯一标准，就是活成自己想要的样子。

活成自己想要的样子，才是幸福的唯一标准 / 35

我没有义务讨所有人喜欢 / 38

你不将就一切时，生活自然厚爱于你 / 42

谁的青春不卑微 / 45

一个人跳舞 / 49

最初的梦想未必是最后的仪式 / 53

天赋和努力才是原配的CP / 58

所有的妥协终是为梦想开出繁花一片 / 61

只有不努力的屌丝，没有成就不了的逆袭 / 64

Part3

你若不勇敢，软弱给谁看

这个世界从来不相信眼泪，也没人可怜弱者，我们的一生中，所有的勇敢和坚韧，都不是来自别人的给予和馈赠。就算有再多的人爱你，就算有再多的人保护你，当这个世界的艰难点名指姓地找上你，你也唯有自己承担。你若不勇敢，不会有人去替你坚强。

坚持本身就是一件了不起的事 / 75

像奢侈品一样去战斗 / 80

我能对不起的只有自己 / 85

你若盛开，Money自来 / 89

还没到结局，就不要轻易说放弃 / 94

眼泪成诗也成屎 / 98

夜路走多了，总能看见星光 / 103

愿你终能坚韧，抵抗这并不温柔的世界 / 107

Part4

逃离找死的心理舒适区

《生活这件事，再难也别将就》

下定决心要过自己想要的生活，但通常都是在大脑的沟壑里，狂想突破下自己，却始终徘徊在现实的大门口，不忍心走出鸡肋的小世界，只因为习惯了它带来的安全和舒适。想让明天的你，感谢今天的自己，不去逼自己一把，怎么实现？你要想将来舒服，就得现在使劲儿难为自己。当然你可以选择待在舒适区停滞不前，前提是你得接受死得难看。

然而并没什么用的还有看起来很忙 / 113

七年太久，还是只争朝夕吧

——放弃虚无的时间管理计划 / 118

抱怨人生的恐怖分子，你们让诸葛亮情何以堪？ / 122

北上广不缺你一个 / 127

也许让人失望的只是妄想本身 / 131

找死的心理舒适区 / 135

穿Prada的不一定是女神，也有可能是女神经 / 139

别再管你斗不过的人叫“碧池”了 / 144

你所谓的“拖延症”治愈了吗？ / 147

专注炮灰二十年——友情篇 / 151

Part5

缺爱的人，就先别急着恋爱

恋爱从来不是言情小说的范本，除了你爹妈，不会有人愿意无条件爱你。爱情和婚姻只是人类把本能社会化，并不是缺爱的人豪饮爱的有效途径。真正聪明的人，是知道要不懈地完善自我，让自己闪耀夺目，才能终身绑定“优质客户”，而不是低到尘埃里，最终活埋了自己。

嫁个有钱人，然后呢？ / 157

缺爱的人，就先别急着恋爱了 / 160

为什么有些女人只能觅一个极品屌丝老来伴？ / 165

创可贴不能包治爱情百病 / 170

请在爱情里做个精致的利己主义者 / 174

找对象这件事儿，曲高必定和寡 / 178

我比想象中爱你更多 / 181

隔夜茶般的EX们 / 184

是让高帅富滚到碗里来，

还是让自己滚到粪坑里去 / 187

Part6

选择过一场限量版的人生

“限量版”意味着精致、珍贵以及独特！我愿意付出极致的努力，愿意承担因为独特而带来的不被所有人接纳的风险，愿意始终坚持自我，不将就一切，来换取一场限量版的人生。每个生命都只能在这个世界上走一趟，不要做一个价值期短暂、轻易被替代的廉价品牌，努力把自己活成一个限量版，备受尊重，光芒四射，独一无二，无可替代！

你的努力真的不配谈公平 / 195

你随便说，反正你丑 / 200

我选择过限量版的人生 / 204

姑娘，希望你给自己一个棋逢对手的恋人 / 208

封住别人说负能量的嘴，只是因为你怕听实话 / 213

PTSD患者本身才是自己的一记良药 / 218

感谢你，赠予我一生佳期 / 223

"

《生活这件事，再难也别将就》

精彩短评

1、大概我是个没脑子的人，在上大学也懵懵懂懂，一点一点认识这个世界，偶然的关注了作者，从她的书出版，到我读了这本书，作者让我这个胖子努力减肥，让我大步向前的走，让我在迷茫的时候找到方向

2、想读

3、挺不错的

4、好书，不容错过

5、指引我们向前进！

6、彪悍的人生不需要解释

7、很替Teresa开心，出了这本宝贝。出一本书也在我的bucket list上，所以完全能体会实现了小梦想的欣喜和骄傲，所以等不急Teresa赠予签名书，就先买来一睹为快，也算是小小的支持。

Teresa的文字很流畅，也接地气儿。更可贵的是，很多篇幅都说出了很多人的心声，所以看着也尽兴。

《生活这件事，再难也别将就》讲述了Teresa穿梭于不同城市，摸爬滚打后对生活、职场、和感情的感悟。对为生活而困惑纠结的人来说，想必很有启发。每篇文章又由许多Teresa或身边人经历过的小故事穿插起来，非常引人入胜。你会不禁感慨，那个初生牛犊不怕虎的职场菜鸟不就是自己年轻时的缩影吗？那个为情所困，失眠一整夜为渣男痛哭一整夜的人怎么如此似曾相识？

在Teresa的文字里找寻自己吧，然后努力过限量版的人生。

8、看书名知道这肯定是鸡汤，但我觉得更像“麻辣烫”。涵盖了二十到三十岁女人要面临的种种抉择，无论是工作和爱情，作者都在奉劝我们要活得精致，不能将就。懂得很多，但要实践需要更大的勇气。

9、不太明白这么高的分是怎么来的，可能这类书我读的比较多所以读到这本书的时候并没有多大感觉，可能有那么一点点受益吧，也可能这类题材读多了眼光就挑剔了，总之对于刚出社会初入职场的菜鸟们还是推荐读一读的，毕竟每个人经历不一样，只要引发很大感触它就是一本好书！

10、我从来不会把书看几遍，唯独对这本书。最近我又看了一遍。酣畅淋漓啊.....然后就各种推荐...

...

11、对我来说挺有用

12、嗯，自己的孩子再怎么丑也觉得好看~

1、有所坚持才会有所得——读毒药的《生活这件事，再难也别将就》 曹辉 感性的我，容易冲动。譬如因为读一本书而爱上一个人，这种同性的深喜，通过文字滋生的爱，怎么这样美好呢！

阖上这本书时，恰五月伊始的晨，天气大阴，山雨欲来，心却因一本书而绽放。原因不外，东北姑娘毒药的文字，实在太讨人喜，看得笑意盈盈，忍俊不禁，却又在读书的过程里，感同身受地重新梳理了一下自己，一并走过自己。咱东北能出这样的毒药姑娘，看来非但没有以毒害人，还恰似以毒攻毒后的治病救人了，使某些人得到重生。趣哉，毒药！

而立之前的我，倾心于伤感文学，潜意识地奔那条路上走，一并连带着对现实的悲悯，稍有风吹草动，就会满怀怅然，眼里所见，全是生活八面来风后的灰暗与忧伤。情绪影响生活的路向，因此，那些年的我，生活与快乐无缘，我傻呼呼地给自己选择了不幸的人生路，彼时还怨天尤人。今天回想起来，不外是负能量在作祟。年纪渐长，认识到症结所在，懂得避让什么，亲近什么，于是开始青睐阳光。风雨逆境锻炼人有个限度，太过反受其害，生活的糖衣，里面的实质，需要有些花样，一成不变的甜或苦，都无益，而命运的本意正在于此。郑重地戏说：你的心向着什么生长，你就会长成一株你心所向往的植物。毒药的这本书，似乎就是为了告诉我这么个人生感悟。好过心灵鸡汤，有辛辣的味道，刺激一颗钝心靠自己重塑锋棱。颇喜，颇惊，颇慨。

人应首先为自己活，打理好自己，才能更好地去爱别人，这是毒药悟出的人生另一个门道。“人不为己，天诛地灭”不值得提倡，但也不必习惯披着温驯的柔情外衣，以坏掉的瓢儿作救世主状，内心的逼仄隐藏得百孔不入。要是能平日里不做这般夫子圣人状，活出个真实的自己来，以物喜又以己悲，我估计幸福指数会大大增加。

以前，一直想做个人人爱的人，想被人爱，自然要有值得爱的地方，要收起自己的一身刺，磨光自己的棱角，只为了取悦这个并不值得取悦的世界。没想到，如此做低做小，这世界根本不领情，还趁机踩了我几脚，狠狠地。莫如做个开路的先锋，以武力解决人生战场中的所有冲突。枪杆子里面出政权，有时真是真理。胜者为王，败者为寇，这样也许更公平些。感谢毒药，在我意识渐醒的时刻，及时推了我一把，告诉我靠谁才能活得更好。

令我反思的，还有“当人只接受最好的，才会得到最好的。当你不将就一切，生活自会厚爱你”这句毒药对世间迷途客的点醒。你都不肯拯救自己，还指望谁来救赎你？春秋大梦，做到醒不来才是盛大的悲哀。核计了又核计，这些年来，竟是一直在退而求其次，把理想和对人生的期望层层降低，向现实俯首称臣的后果，于生活里愈来愈被动，愈来愈不堪。我为这样的自己而觉虚度时光，为幡然醒悟有些晚而一愣，却不再犹豫，而是投入了从此时起的人生疆场之中，冲锋陷阵，再不肯对命运和自己妥协。不逼自己，可能永远都是个生活的“庸人”或“病人”。更明白，是我不够优秀，命运才不肯把好的给我。因果既知，再不怨天怨地，只怨自己了悟太晚，为成功的储备太少，无端错过那么多花样年华。人自重，他人必重之。“重”的前提，要有分量。你都对自己一再降低人生的门槛，还指望谁来抬高身价？毒药的很多毒舌，都值得深爱。正如她说：仅有一次的人生，无法慷慨赠与不爱的生活。心态一个转念，人生也就处于转角，大有柳暗花明的架势。爱煞毒药姑娘，这个东北妞，用自己的实力挑战命运，得到成功，她的行文中有种嚣张的霸气，亦为我所爱。一个人牛，自然要有牛的资本。你不行，还梦想着谁拿你当祖宗，那你才是无可救药了。想明白了，做真实的自己才是人生在世最舒服的事，前提是不害人。遇事情，就得像毒药这般，愈挫愈勇，跟自己叫板，敢向命运丢白眼，然后，这犯贱的世界，才会对你臣服。你愈驯服如小羊，命运愈凌厉吞噬掉你，连骨头渣滓都不剩。毒药大学时代制服辅导员的一幕，令我笑爆，这丫头，好样的。不给某些人点颜色瞧瞧，以为咱毒药是吃素的不成？想咽下人生的馊饭，臣妾做不到啊。对不仁的人，可以不义。哈，我想，这也是毒药慧黠的小心思。最主要的是，做人应懂得，你想得到他人的重视，请拿出你的实力来。这是个看实力重结果的社会。毒药真可爱，她淋漓地表达了她的人生观和价值观，她的善良有底限，这才是正道。过程再美好，最后你什么都不是，你怪谁瞧你不起呢？不管工作还是爱情，不管生活还是友情，谁都没义务为谁擦眼泪，当出气筒。只有你具备一定的能力，别人才会听你的，服你的，这叫本事。没这技能，还是该干嘛干嘛去的好。2016.5.5《生活这件事，再难也别将就》作者 毒药姑娘 2016.4第1版 187千字8印张B821-49中国友谊出版公司

2、人生仅有一次，生命不可重来，在有限的日子里，我期望也希望世界上的每个生灵都能过好自己短暂的一生，把独特的一生发挥到极致，真正做到来世一趟，活得最纯，爱得最深。把你限量版的人生过到最好才是真。世界太大，诱惑太多，事情太杂，心乱如麻。走着走着就偏离人生轨迹了，过着过着就不再相爱了。理想很丰满，现实太骨感，有时会觉得像走进了沼泽地，深陷泥潭，拔不出来。

《生活这件事，再难也别将就》

上学时挑灯夜读为了踏入社会有个好工作，踏入社会你才知道你不过是茫茫人海中犄角旮旯里最不显眼的那一个，再然后就是步入剩男剩女的行列……就像《篱笆女人与狗》的片尾主题曲一样，生活原本就是一团麻，我们在前行的道路上总是会遇到诸多的困难。如果我们一味妥协，以为这样就能过上安逸的生活，那是不可能的，到最后你的妥协换来的只是它麻痹了你最初的梦想，让你丧失对工作和生活的勇气，每天的日子过得浑浑噩噩，犹如行尸走肉。毒药姑娘的《生活这件事，再难也别将就》，它就像一根百发百中、万箭穿心的尖刀一般，直中心脏，刺穿你虚幻的景象，让你认识到生活的真谛。毒药姑娘会告诉我们对待生活应该如何反击才能过得更好。生活，我们原本就不应该将就，因为一切的将就百分之九十都会注定不幸福，不甘心。就如她所说，将就并不意味着从此安稳，那些被你暂时避开的麻烦并非消失，只会延后出现成为你更大的焦虑。而挺住不将就，回这头来你或许会发现，所谓的难，并非如同想象中的那样强大到难以战胜，而你离想要的自己，也仅仅是再坚持一步的距离。我们努力的意义是什么，是为了自己的梦想，为了能有权利做自己喜欢的事，为了能过更好的生活。因为只有自己强大了，我们才能从容地面对生活中的所有挑战，才能在困难出现时不畏所难。我们那么认真，那么优秀，那么努力，不就是为了活成自己喜欢的模样嘛。这个世界从来都不相信眼泪，更不会相信弱者的眼泪，因为你的眼泪没有人在意，你的软弱没有人关心。有时不逼自己一把，你真的不知道自己有多优秀，想要将来幸福，你就得使劲地为难自己，因为我们对不起的唯有自己。我想要过不将就的生活，但是在有了女儿后，离最初的梦想越来越远，因为我相信了那句话，梦想梦想，只能在梦里想。有了家庭的牵绊，觉得工作安逸就行，能留在女儿和爱人的身边，纵然不求多好的发展我也无所谓。每当在夜深人静时，心底会有一种不甘心跳出来与我对抗，就这样纠结着过了十二年的人生。最近公司通知我做好去南通的准备，我以家庭为由，以女儿小升初需要人照顾，以从来没有离开过爱人身边为由，百般推辞。但是看了毒药姑娘的《生活这件事，再难也别将就》，我知道我到底想过什么样的人生，没有试着踏出去一步，就直接像个乌龟样地往里缩，这不是骨子里的我。外派并不代表放弃家庭，我相信我不在家的日子，女儿和爱人一样能过得很好。有些事情你没有遇到你不会有如此深的感受，只有当这件事发生在你身上时你才能确切体会到毒药姑娘这本书的意义，我也感谢她句句带尖刺的话语，让我看清了我人生的方向，让我打开心结，有勇气面对接下来的挑战。当这个世界的艰难指名道姓地找上你时，你唯有自己承担。你若不勇敢，谁替你坚强。毒药姑娘，你的这句话现在应了我的景，我会坚强的，而且是必须坚强！我想过一场限量版的人生，我也愿意付出最大的努力，愿意承担这一路中所有的艰难困苦，坚持自我，不将就一切。因为我也愿意相信我的不将就给我及我的家庭带来另一种美好，活成我们彼此都最最喜欢的模样，活得精致，活得珍贵，活得独特，活得精彩！

《生活这件事，再难也别将就》

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