

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

图书基本信息

书名：《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》

13位ISBN编号：9787554603396

出版时间：2014-11

作者：夏苏末 著

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

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

内容概要

青春成长励志圣经

40位青春见证者，用他们真实的故事，来讲诉普通人如何在人生谷底时找到自己的定位，重新站起来，然后坚持走下去；如何在瓶颈、绝境的时候，找到一条奇迹之路，来引导自己走出困境。这40个故事，就是我们青春成长最好的见证，见证我们的孤独，见证我们的困惑，见证我们永不灭的希望。我们每个人都可以在其中看到自己，都能在其中得到温暖的慰藉和坚韧的力量。

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

作者简介

她写的故事让你落泪感怀

夏苏末，期刊策划写手，豆瓣文风，擅长挖掘故事，曾发表文字数百万，文字散见于国内知名杂志，文笔跳脱有趣味，见解犀利独到，善于从细微之处发现生活之美，精准的描述和细腻的思维让每个故事都直击心灵深处，让读者感同身受。

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌》

书籍目录

前言：打不垮你的，让你更坚强

PART 1 从最惨的谷底爬起来

01那时的他，也远不如人

02心若向阳，就会看到希望

03不知所措的时候，坚持的就是对的

04孤独是种难能可贵的情怀

05出名要趁早？害了多少人

06没有过不去的坎，只有迷路的心

07请先把自己升级为女神

08你荒废时间时，别人在拼命努力

09和发光的人在一起，你也会变成太阳

10你要配得上你所受的苦

PART 2 豁出一切也要拼出个未来

01现实有多残酷，你就该有多努力

02那一条，少有人走的路

03你的努力有一斤还是八两

04太阳会如约升起

05如果你读懂旅行的意义

06你现在怎样，你的未来就怎样

07动起来，让梦想照进现实

08其实你早该知道

09蜕变太远，不如渐变

10不忘初心，方得始终

PART 3 再坚持一步，幸福就会来

01只有踮起脚尖问，幸福才会回答

02但愿婚前你知道

03有多少人只是在你的世界，路过

04藏在心底的真爱，怎么会难堪

05有一种爱叫成全

06真爱靠天意，不老靠情敌

07不是感情不够好，只是欲望在发烧

08多少好姑娘不懂爱的多巴胺

09绝望在前方，希望在转角

10我愿信其有

PART 4 感谢没有放弃的自己

01去吧，去寻找“真我”

02这些年，我们都忘了爱自己

03过往不恋，未来才来

04时光里的爱情，从未被辜负

05你有任性的能耐就有坚强的本事

06用力过度才会没有幸福

07好的生活真没那么贵

08一切都是最好的安排

09就算是空气，也有选择的自由

10以自己喜欢的方式过一生

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌》

精彩短评

- 1、没有过不去的坎，只有迷路的心
- 2、要不是在火车站实在是没有书看 我不会买这种鸡汤的书的
- 3、我和我的起点相同，我们一同起步，你用的是闲庭看花的速度，倦了累了就放慢一下脚步；我用的是快跑，不跑就被生活的子弹击中眉心的速度。释放的力度不同，我走得比你远，站得比你高，你有什么不服气？
- 4、鸡汤文
- 5、烂书，全书每篇都是一个模板的心灵鸡汤，毫无实用价值
- 6、试读。。不喜欢。。
- 7、心灵鸡汤 无聊的时候可以看而已
- 8、这是一本非常棒的书，里面的故事温暖而感人，是我看过同类书最好的一本。
- 9、坚持就是胜利！
- 10、还可以
- 11、（*@ @*）哇~
- 12、很好
- 13、还好吧，很励志
- 14、还是很喜欢读这种一个一个的小故事的，通过别人的故事联想到自己，最后收获的都是正能量，嗯，正能量up up up
- 15、扛得住，生活就会更加爱你~~好好生活，学会选择，有所为，有所止。
- 16、看别人的故事而已
- 17、很不错的一本书，很精彩
- 18、还可以吧，少许的鸡汤
- 19、喜欢的文字、喜欢的调调、云淡风轻却深刻。。。很多看得见的傲慢，往往滋生于偏见。非得让现实给你一巴掌，才能看清命运的盛情以待。
- 20、略俗
- 21、感觉是心灵鸡汤（心灵毒汤）
- 22、很好的一本书，花月饼买的，值得一看
- 23、挺好的，鸡血虽然不能天天打，但偶尔来一下效果还是不错的，尤其是生活平淡的时候。
- 24、这种身处大城市的喧嚣迷茫，不是应该有本这样的书吗
- 25、没有热血时看看，振奋振奋。时刻充满热血
- 26、简短的故事，让我相信爱情还是不再相信爱情
- 27、真实的故事，真实的生活
- 28、即使是鸡汤，当故事读读也不错。就当给心灵滋润滋润了。
- 29、电子
- 30、这个书有40个故事，每个都是篇值得思考的文章，作者很用心，这本书是个很好的阅读体验
- 31、在骨感的现实面前，没有微不足道的尘埃感，脚步缓慢，心不动摇，才是梦想最永恒的模样
- 32、不推荐
- 33、鸡汤
- 34、书名就挺励志的，小故事很精彩，看完了让人满满正能量啊！话说女神那篇之前是不是朋友圈转过多次的？原来出自这本书，挺惊喜的。
- 35、有点类似心灵鸡汤，但是无聊的时候当故事书看，挺不错的。有些道理写得还不错。
- 36、些许安慰，世界不止你孤独前行
- 37、我居然度忘了。。。
- 38、还不错，这些美文还蛮励志的。
- 39、快速翻完，就是几个零碎的爱情或者职场故事。真的就只能两星了

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

- 40、别人的故事中我总能看到爱和希望，他们用困难和痛苦告诉你，保持乐观，坚持是对生活最好的方式。
- 41、心灵鸡汤似的通篇文章就在说一句话，别放弃
- 42、佩服自己看了一大半，看别人的例子，还不如自己去经历。

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌》

精彩书评

1、生命里总有些物质会改变，有些又一成不变，在强大而残忍的疼痛期，怎样都磨不掉。它就像一只迎风而立的稻草人，也许时间长了，风雨会留下痕迹，但拨开狼藉，露出来的那双眼还是目视前方的。在骨感的现实面前，没有微不足道的尘埃感，脚步缓慢，心不动摇，才是梦想最永恒的模样。

2、今天天津天气很好，我坐在阳光房里，此刻很舒服地对着电脑敲字。本书讲述了40个励志故事，故事鲜活，其中“不放弃”的人生哲理表达的异常清晰。我可以评价它是一本不错的人生“理论”书。但是从一个处在家庭、事业双迷茫时期的80后的角度来评价，个人感觉此书虽然大道理讲的都不错，但是缺少切实可行的执行方案。其实好多人生道理我们不是不懂，我们不懂的、困惑的是如何去实现它。这本书里印象最深刻的是李安导演的故事。李安在家做主夫6年，却未曾放弃每天看外语片、写剧本。他是在每天坚持着积蓄能量。其实我们谁不懂得每天积蓄能量会对我们大有裨益呢，多少人也曾像李安一样每天积蓄能量，可是最后坚持下来又有几个呢？我们更希望从这些励志书中得到解决的方法，而不是简单的“大道理”。想起了那句话“鸡汤喝再多，变不成腹肌都白瞎”，这本书更像是40碗“鸡汤”，虽大补却不受用啊。下面谈谈自己的一点体验吧一直嚷嚷着要坚持运动，但以往都是三天打鱼两天晒网，而我从2015年1月1日开始打卡每天锻炼15分钟，目前已经坚持了31天，我想写写自己能坚持下来的“小伎俩”，在我看来，这些比大道理牌“鸡汤”有用的多。#创建运动条件反射点#这是在读“*The Delightfully Short Guide to Reading More Books*”时受到的启发：将运动与一天中必做的事情联系起来，建立条件反射。我的条件反射点如下：1. 每天早上一起床就做30下双手碰脚尖的动作，这个动作效果好到我做完就会不自觉地打嗝放屁，说明运动到了腰腹部，之后如厕也顺畅的很。而且不用担心赶着上班时间来不及，我计时过，碰脚尖30下只要1分30秒。2. 每次从洗手间出来都做8个深蹲，并且敲胆经50下。如果让我一次做50个深蹲我想想都放弃了，可是一次只做8个觉得也没什么，不会构成心理负担。愉快地一次做8个，累计下来一天也能做四五十个呢。最初我一次只能做6个，一蹲下去大腿后侧就撕裂般地疼，坚持了一个月，现在没事还超轻松地给自己增加2个。至于敲胆经，频率很快，大概1秒钟2下，从胯骨敲到膝盖差不多就是10下，做5次就是50下了。#运动生活化#这个概念是我从《逆天瘦》这本书上学到的，张婷媗作为家庭主妇，没有大块时间去运动，就在刷牙的时候前后踢腿，吹头发的时候压腿拉筋等等。我也采用了她刷牙时前后踢腿的建议，并且在饭后靠墙站立半小时（后脑勺、肩部、臀部、小腿肚、后脚跟全部贴墙）。如果你受到启发，也可以贴墙站着刷朋友圈、看电视时转转脖子扭扭腰等等。我的困扰#学习化妆#我从2014年10月开始学习化妆，学习途径包括：-参加彩妆课-《Pony四季美妆物语》-《Pony热门美妆全集》-《彩妆维纳斯》-小P老师微博可以说，我都佩服自己在学习彩妆方面的行动力，仅仅1个月之后，日常上班、拍证件照、聚会、旅游都再也不惧了，能够化得美美又自然地出场。可是呢，如果把学习内容换成练习翻译，我就一遍遍地无果而终了。#永远在做外围准备，没做核心工作#学习翻译新技能这件事让我深深痛苦：运动、化妆、美容这类我都能坚持（我差不多每天都会做面膜），做个美女比做个才女对我有更大的吸引力。我给自己定的目标是每天翻译500字，这差不多是1小时能完成的量，可是1月份打卡只完成了5次，反思一下，可以做以下改进：-明确翻译练习材料《英语背诵文选》。由于一开始觉得要从基本功训练，于是选了《翻译的技巧》这本重点训练句型、惯用法的经典大部头，结果打开书就瞌睡。选择经典的文选进行翻译，一是文章有内容生动有趣，二是便于统计学习量。中间遇到不懂的地方再去查知识点，准备以这种方法蚕食“大部头”。-建立翻译条件反射点：每天8-9点列为翻译时间，到点就开始，其他事项不占用这个时间段。-外界强迫：我报名参加了翻译志愿者活动，每周需要翻译一篇文章，属于答应人家不得不翻译，这回想不练习都不行。#结语#奔三的我，工作生活都平平。我只希望，我的2015是特别特别特别努力的一年，坚持做最重要的事情，起码以后想起来没啥后悔的。

3、励志文里有一句话叫“成功都是逼出来的”，在这个崇尚自由和个性解放的时代，我知道抛出这样的论点，过度宣扬所谓的成功学必然会招来板砖无数。但是，无论你身在怎样的环境和高度恐怕都无法否认一点，你也许不会刻意追求成功，而为了爱，为了你所爱和你爱的人，让自己生活得更好，始终是你无法逃避的社会责任，不是吗？网络上红极一时的热帖“当你在荒废时间的时候别人有多拼命”所晒的是成功路上的真人出境。帖子里有段话是这么说的：“时间是最公平的审判者。我和我的起点相同，我们一同起步，你用的是闲庭看花的速度，倦了累了就放慢一下脚步；我用的是快跑，不跑就被生活的子弹击中眉心的速度。释放的力度不同，我走得比你远，站得比你高，你有什么不服气？”所以，让自己活得更好，从自身需求或是社会的价值观来看，没有一点

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

是与学历直接挂钩的。回首看一看你身边的那些成功者，不难发现，他们的年龄和出身各不相同，他们中不乏资历高端的名校生，更多的则是一群无所畏惧从底层一鼓作气攀上高峰的冲锋者。他们的成功并非偶然和运气，也没有跌宕起伏的剧情，成功的必然只有一个简单的勇字。你看，想要收获璀璨的美丽人生，怎样的起点其实真的一点都不重要，重要的是你的内心汹涌着怎样的动力。人生从来不乏机遇，我们缺少的不是对机遇的把握，而是在机遇到来之前，你已经或者准备怎样身体力行去度过这段漫长的时光。如果你有兔子一般迅疾的速度，必会了然，命运的底牌从来没有固定结局，你的人生也不是一早就定下了答案的，悲剧的开始也并不能影响皆大欢喜的结局。

4、文/苏听风最近在朋友圈被一篇文章刷屏，就是周迅的《想想十年后自己》。这篇文章并非新文章，很早前也读过，但在这个时候再次被大家翻出来，想必是因为新年伊始，大家对自己的要走的路都有一些困惑，需要解答的指引。周迅在文章里说，93年的自己在十八岁的时候还是个不懂事的小女孩，对未来没什么想法，直到有一天，她的一位老师来问她对未来是否有什么打算？她说希望十年后，在她28岁的时候，成为最好的女演员同时发表自己的音乐专辑。于是根据这个打算，这位老师帮她计算出在27、26、25、24等这些年该做些什么，有了这样的指引，道路就明晰了。在十年后，周迅后了《那时花开》《大明宫词》发表了音乐专辑《夏天》。这听起来像个神奇的故事，但你我都知道，这是真的。我们现在眼见的周迅走上了自己想走的道路。这个故事看起来神奇，却又真实。十年，三千多个日日夜夜，在这漫长的日子里，我们绝对可以做一切我们想做的事。因为这些事，都会一个力量在支撑着，那就是梦想的这股力量。还有一股不放弃的精神与坚持的心。周迅的故事是千万个实现梦想故事中的一个，她看起来也许离我们太遥远。但夏苏茉的这本《将来的你会感谢现在不放弃的自己》里的40个故事，就像是我们身边的人一样，她们有的来自农村，有的天生平凡，有的长相一般，没有后台。她们各不相同，却又十分想像，那就是对未来的相信，对工作的热情，对爱情的执着，对生活的热爱。以及对梦想的期盼和不放弃的努力。在《不知所措的时候 坚持就是对的》中的莫楠，只身一人来到广州，经历着“磨难”式的找工作，找房子的状态。但在这一切看似沉重的外界在压力下，她并没有屈服。凌晨三点的加班，被上司占便宜的屈辱，被同事排斥的种种世态炎凉都未曾浇灭她心中的对未来想过的生活，要想的工作状态的期盼。上天总是不忍心一再的折磨这么坚韧的人吧。莫楠终于迎来了她的春天。她常说：在不知所措的时候，坚持下去就是对的，坚持下去就会有豁然开朗的时候。”苏茉在这篇文章的后面说：做选择的最终目的就是为了能拥有一个自己的世界，能掌控一切，没有哪里能有更好的生活。因为哪里都会有困难和艰辛，不知所措的时候，就继续坚持吧！往前一步，说不定就是繁华似锦。还有《先把自己升级成女神》的米拉，她长的不漂亮，学习成绩一般。却喜欢上了十分出色的男子，米拉有过自卑，有过难过，但她没有停留在自怜自艾的情绪中。而发奋的学习，努力的变美。一个对爱情有无限向往的姑娘是有着无与伦比魅力的，何况她还这么认真和执着呢。就算最后的爱情没有得到，但是，米拉已经成了自己心中想要成为的样子，女神即是可以通过学习而来的，固然有天生的美貌，但没有后天的修练和完善，怎能有现在的如沐春风。我极喜欢这人故事结尾的一句话：女神和女神神经病的区别在，一个不断完善自己，一个任岁月蹉跎自己。我们当然都知道要做哪一种人了！无数个职场中的莫楠，千百个爱情中的米拉，我坚定地相信，她们都是真实地存在的。她们都是真实地生活着，在我们看不见的地方，而我总能感觉的到，这些努力付出怀揣梦想去坚守的人，都会同顶于一片蓝天下，相互祝福和鼓励前行。这一片的蓝天有一个同的名字，就叫梦想，感谢作者让我们有了相聚的机会。而相聚于此，不管你在哪，让我们一起唱着同一首歌：美梦是个气球，签在手上 向往蓝天，不管高低不曾远离 我视线，梦想是个诺言，记在心上 写在面前，因为相信所以我看得见

5、所有不曾发光的日子，都要坚守自己的执着沐溪2014年的最后一天，看着网页上铺天盖地年终总结式的语言，回想着这一年的得失，一字一句地在微博里写下：她认真活过这一年，接下来的愿望是希望每一天都能点亮自己心中的光，等到年老的时候，再回顾，可以骄傲地对自己说，多好啊，认真活过这一辈子。于我而言，得与失并没有那么重要，我最害怕的就是在做某件事情上没有认真地对待，从而导致草草收场，想得的没得到，又白白浪费掉了时间。所以，在决定做一件事情之前，我都会问问自己，想要从中收获什么，为什么要去做，能不能做好，哪怕是一件很小的事情。当一个人已经到必须自己埋单的年龄，就要学会理清一切，而不能把日子过得一团糟，还沾沾自喜于自我的真性情。你要明白，对于20岁的你甚为可爱的事件，到了25岁，也许在旁人眼中就是一种虚假的装扮，什么样的年龄做什么样的事情，怀揣什么样的梦想，然后带着这个梦想去决定走什么样的路，这都是自我价值观的体现。而在做这个追梦的路上，怎样坚守自己不忘初心，考验的则是一个人的耐力。怎样让将

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌》

来的你，感谢现在不放弃的自己，是一种能力，而你要学会的，则是让自己培养这样一份耐力和能力。看这本书的时候，想象的都是从前经历的一些琐事，譬如以前那些灰暗的躲在大马路边哭泣的日子，譬如那些不被别人理解时的难堪和委屈，还有不曾发光的日子里，是怎样自己安慰自己，抱着手臂走下去。站起来，走下去，就这一条道走到底，坚守着你的执着，这样就够了，我总是这么对自己说。夏苏末想要告诉我们的大抵也是这么一个道理，不恢弘，不深刻，因为她知道每一个有梦的人，都会懂得这份执着的意义。她写自己那些闲散的情绪，那么惆怅，那么迷茫，淡淡的像是一棵草，在树荫的一角生长，又会止不住想该怎么长成自己想要的样子。那些似有若无的感觉，时常撩拨着心肺。于是，她看书写字，带着一种寄托式的感伤，直到后来慢慢地找到方向。甚至于收到了知名杂志社的邀请函。年少时的愿望就这样以一种柔韧的姿态呈现在自己面前时，以为会哭，却发现那些情绪早已成了过去式。没有人了解她的热爱，懂得她的坚持，可她自己全部都明白，怎样从一个小小的女孩长成大大的能遮风挡雨的样子。也许正是这些情绪造就了这本书和市面上那些励志书的区别，她带着这个女孩的呓语，更像是一个人在自说自话，谈过往谈青春，励志的外壳下又包裹着一腔文艺柔情的心。于是，读着读着，就在书中读到了自己。那些年，写在日记里的泰戈尔的诗：天空没有留下痕迹，但是鸟儿已经飞过。纵使你不知道又何妨，我已经飞过，翅膀淡淡的，一切都软软的，我把心事刻成语言，说给自己听，倘若你刚好路过，听得懂这份心念，刚好坐下来握手相欢。彼时，也是这般揣着一份执着，一个人慢吞吞不言不语地走着，没有名校的学历来装点自己，没有漂亮的外表来打扮自己，除了一腔热爱，什么都没有。可是，就那么一步一个脚印的走过来了，直到和自己喜欢的工作相逢，直到和这世间美丽的人相逢，直到带着一腔热情继续走，继续写，继续青春。并且告诉自己，除了远方的远，没有什么能阻挡你向前。因为我和她一样相信：世间是最公平的审判者，哪怕我用着闲庭看花般的速度，只要不停下脚步，就总能达到彼岸。所以如你遇见，懂得了她的呓语，记得告诉自己：没有过不起的现在，也没有达不到的将来。

6、典型的心灵鸡汤，在坚持不下去或者一直不顺利的时候看一下，非常非常有感悟。像看故事一样，还是很有收获的。热爱生活不放弃，要有坚定的信念，时刻善待自己。都是青春故事，每个人都有一段多彩的青春，或灰暗，或明丽，或苦涩，或甜蜜，都只是生活的一个阶段。扛过去，熬得住，总归会有柳暗花明。

7、20岁那年，我大学毕业，工作稳定，收入尚可。有一天晚上，我和好友璐璐聚在一起。三杯酒后，她略带羡慕地盯着我说，你真好，毕业之前就定了工作，现在也没什么可担忧的。我这几天跑了多少家公司面试，不是对方看不上我就是我看不上对方，真不知道什么时候是个头。我笑了笑，说，明天我就打算辞职。璐璐一脸不相信，骂了句你有病吧，不屑地撇了撇嘴，没当回事。第二天，我递交辞职申请，开始打包行李准备南下。璐璐去火车站送我的时候，还是一脸不理解的表情，嘱咐我一路小心，送我进了站。第一站定在长沙。到达长沙之前，已经在网上预定好了一个月的短期租房。下车后直奔小吃街，吃遍美味后来到了短租房，开始发简历。因为对薪资没有多高的要求，很顺利，没几天就找到了一个临时代课老师的工作，教英语。在长沙的一个月里，每天除了上课，余下的时间就花在了走遍大街小巷上。认识了几个投缘的朋友，写了几篇不疼不痒的文字，开始准备第二站：武汉。在武汉的时候，我在一家小小的咖啡店打短工。闲暇的时候四处转悠，或者呆在咖啡厅里写故事。店长是个80后的姑娘，原本家里安排了进当地银行工作，但她最终还是说服了家人，开了自己的咖啡店。我们有很多共同话题，彼此也成了小伙伴。临走的时候，她送了我一件自己织的围巾，期盼今后还有再聚的机会。第三站，我启程去了成都，日子已将近冬天。我在成都一家小有情调的书店找了个兼职店员的工作，借住在店长姐姐家里，分担很小的一部分房租。没有暖气，整个城市潮湿而寒冷。后来，我陆陆续续去了更多城市，一个人走过看过一直想看的风景，认识了一群有趣而有爱的朋友，在丽江沐浴春光时，开始怀念北方的一切。再回来的时候已是大半年以后。璐璐去车站接我，盯着我风尘仆仆的脸大声笑着，给了我一个结实的拥抱。年幼的时候，我们都会有各种各样的梦想：想当科学家，想做演员，想上北大，想背上吉他去远方流浪……长大后，我们的梦想开始变成一步步看得见的目标：想找个稳定的工作，想嫁个好男人，想多赚点钱孝顺父母，想在城市里扎根……一年一年，许多事情在悄然改变，许多梦想开始变成叛逆的代名词，我们不能再随心所欲，可以随时抛下一切重新启程。很庆幸，一直以来，生性自由的我没有过早地向生活妥协，而做了很多在别人看来很放肆的决定。每走一步，都要问自己：这是你想要的生活吗？想得到一样东西，就必须放弃另一样；这样的道理很早就懂。值不值得，要问自己。后来，偶尔的机会认识了夏苏末，聊得很投缘，成了朋友。夏的文字云淡风轻，暖暖的如一缕清风自草原来，带着本真的香气，和我的本意不谋而合。许多的故事，都有

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

似曾相识的影子；文字带着柔和的力量，可以静下心来细细体会；像是你我他，像是我们都曾有过的这一切。如她所说，在最美好的年华，以自己喜欢的方式，走过一生。

8、这是一本很适合旅途上看的一本小书，没有什么深刻的内容，都是一些寻常爱情故事，视作软文。里面40篇，很多都和爱情挂上关系，让我这个单身男看起来很是心酸。我得承认这是一本不太适合男生的读物，里面的故事都太过于矫情了，或许女孩子们会很喜欢。因为她们总是期待故事里的爱情，男生相对于来说会更理智一点，或许应该叫做不解风情罢了。每每读到一篇不错的文章，内心也还是会掀起波澜，想起我那灰色的过往和爱情，我不再去想这次恋爱中是谁对谁错，谁好谁坏，一切都不再那么重要，在我心中最重要的莫过于我爱过她，她也爱过我，两情曾相悦，怎奈世俗解风情。也许她是我不能提及的过去，是难以掩饰的伤疤，揭开了依然是疼痛，或为心酸。不谈也罢。书的题目，我是甚是喜欢的，将来的你，会感谢现在不放弃的自己，好在自己依稀还有那么一丁点的梦想，我还没有放弃，就在这恰好的时候，继续坚持下去吧，我想将来的我也会感谢现在的自己，感谢曾经的那个她。人已散，情未了，不知何时苦情消。最近在状态上也一直延续着“性冷淡”的状态，没有了往日的合群。也许朋友也已经察觉了我的不合群，我的故作冷漠，但是只有我自己才明白，我是怎样的心态，我到时候要做一些改变了，少说话还是多办事。毕竟我是不想靠嘴吃饭的。

9、老板总是在我们大呼小叫羡慕别人家的公司有丰厚的bonus和各大洲outing福利的时候，冷冷地扔过来一句“只看到贼吃肉，没看到贼挨打”。这句话，也正是看完《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》，最深刻的感受了。在这么多“将来的你，未来的你”中，夏苏末的，算是最对胃口的一本了。（当然星爷我也很爱你的！！）这里，有40个故事，它们的主人或多或少都经历过一些坎坷。冲破了磨难迎接新生活的故事，是不是听起来又像是老生常谈的鸡汤励志文？似乎并不是的，这本涉及北漂、剩女、裸辞、gap year等热词的书，并未带给我生活多美好的阳光普照之感，却太容易让人回想并反思过去，产生深深的共鸣，庆幸当时那个不放弃的自己。好像“孤独是中难能可贵的情怀”的故事，一个人在异乡住了一年又一年，隔壁合租的房客去了又来，前赴后继地奔向买房、结婚、归乡的道路。尤其是在寂静的夜晚，说不孤独是假的。但这种清明的孤独之感，却好像在下雪天的一个呼气，冷冽却能让人保持清醒，看看前方的路。又好像“请先把自己升级为女神”，有多少（被发了好人卡）的男男女女，能为了心目中的男神女神，修的一身美人骨，习得一身好技艺，改头换面。记得前段时间也有篇类似的文章是说，某个哈韩的胖姑娘，为了追星，学韩语，减脂肪，待到追星的劲头过去后，你见到的就是一个能说流利韩语的苗条姑娘。又有多少追星族，能有她那样的勇气呢？想必，那姑娘现在也感谢当初为追星不断努力不曾放弃的自己吧。古人云逆水行舟不进则退，心似平原走马易放难收。但放到现在这个不断奔腾向前的大环境中，做到前进可不是只要前进这么简单的一件事，是需要2X的速度才能达到呐~除了速度，还要抬头看看方向。正如meiya最近写的“fun”能量日记《那些所谓的努力，其实是你的愚蠢，你的自欺欺人，你的无意义无价值的消耗》中提到的那样“真正努力的人，并不期待短期的巨大回报。他们选择了一个正确的方向，以专注和热情持续地前行。不是苦行僧般的作秀，而是发自内心真正的需求。并且随着时间的推移，成为他们真正的能力。”看吧，到最后，时间才是最公正的审判者。至于那些挫折和苦难嘛，虽然心有戚戚但终究是不怕的。就好像是一块璞玉，定要经过打磨，才会呈现动人的色泽。就像你很难在鲜衣怒马少年时看到从容有度（追求的目标ing）的修为的。（ps.不要为已经做出的决定后悔，挺难的）

10、用了将近一周的时间看完夏苏末的《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》，很励志，让我记起了过去很长一段不愿忆起的时光。将来的我，不知道会不会感谢现在的我，但现在的我，很感谢过去不放弃的自己。孤独也许是每个人的必修课，很显然，高一的时候，这门课我不合格。孤独被我演绎成了孤僻，寂寞的种子在心底滋生发芽，我甚至不记得高一同桌的姓名，长相。我比较慢熟，对周边不熟悉的人事都一副莫不关己的态度。整整一年，我都是独来独往，内心冷漠到我现在都不理解。那时的我浑浑噩噩，像机器人一般。没有朋友的羁绊，我沉寂在书本的世界里，我反复的看四大名著，连《西游记》都认真拜读了一遍。我不止一遍的幻想，会有那么一个人，走向我，拉着我的手向世界问好。后来，我接触到一类书——言情小说。对于一个涉世未深不懂爱情孤独没有朋友的人来说，言情小说足以令其沉溺。如果我遇到的是另一批人，我面临的将是另一种世界。高一的我，心里有一颗向善的种子，只要有点向善的雨露与阳光，种子就会生根发芽茁壮成长。幸运的是，我遇到了真正的朋友。和他们之间建立的深厚的友谊，让我解开了内心的桎梏。一直认为我是最努力的人了。看完《将来的你，会感谢现在不放弃的自》才知道，自己的努力不过如此。40篇温暖积极的故事，40位青春见证者的努力史。皆在告诉我们，现在的无助，迷茫，困惑，都是值得的。这些终会成为我们披荆斩

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

棘所向披靡的利剑。谁的青春不经历迷茫，谁的青春不饱受孤独，谁的青春不面临失败。这本书告诉大家，这个世界，不是只有你在孤独，艰难中前行，会有人懂得你的孤独，会有人陪你颠沛流离。有挫败才有成长。所以，现在不要放弃！2015年1月21日

11、一个人如果对人做事执着过度，他绝对不会太快乐。我们需要的是累了就静下心来，认真地思考下自己想要的到底是什么，什么样的生活对自己才是最有意义的。在行动之前，先理清内心的想法，明确这样做是否会让自己变得更好，只有这样，才能活出潇洒、快乐且永不后悔的人生。毕竟，命运没有明确标注你的人生该如何，如何生活始终是你自己抉择的，不是吗？

12、夏苏末说这本书适合结合音乐一起看，我觉得这本书更适合放在床头，晚上忙完白天的事情，你想好好静一静，或者想好好思考的时候看。那天临时起意，带书上班，等车的时候就开始看，结果本人泪点太低，看得当场哭出来。虽然没有哭声，隐忍着，只好赶紧合上书本，调整情绪，所以想说朋友们如果你很容易被感动，如果你泪点低的话，一定要在家的時候，独处的時候，再看，不然旁人看来，你很莫名其妙。这本书我看了两遍才下笔写评的。作者将本书分成4部分，用40个小故事串成了这本书。4部分分别为：1.从最惨的谷底爬起来，2.豁出一切也要拼出个未来；3.再坚持一步，幸福就会来；4.感谢没有放弃的自己；这4部分我是觉得可以合并为3部分即可，1梦想，2爱情，3坚持；，譬如我觉得“这些年，我们都忘了爱自己”“一切都是最好的安排”等这些应该放在第三部分，可是后来想想又觉得按作者思路也未尝不可，也许在这本书里，于我而言排版已经没那么重要。重要的是我在这些故事里看到了曾经的自己，也为书中他们的坚持而敬佩，而对自己的退缩而感到惭愧。曾经的我也曾南下广州，想要去拼个未来，我如莫楠一样，执意踏上寻找梦想的路，也如萧索一般，自己创业，最后却选择回来老家。我并没有像他们那样坚持，并没有他们如同一名仗义劫囚的侠女般的决心，要么万箭穿心，要么一举成功，我固然有选择，却在最后选择退路。因何退路，这里不便表述，只是不能阻止我们对他们坚持的钦佩。或许我就是缺少坚持的力量，该好好反省的就是这点。而对于爱情，本书也是选了挺多篇，篇幅也占重蛮多的，我想作为女性活在这个世上，特别是感性的女性，真的随时都会和爱情打交道。所以作者告诉我们：女人，“请先把自己升级为女神“，但不要如”多少好姑娘不懂爱的多巴胺“沈佳宜那样，以为爱情必须轰轰烈烈，也不要因为有如”我愿信其有“里面的妈妈那样一直催促而紧张着急，你要相信”过往不恋，未来才来“，要相信”一切都是最好的安排“，你只要负责好好做自己，希望就在转角。当然她也告诉我们”有多少人只是在我们的世界，路过而已，所以我们仍需要继续前行。不要害怕，只要坚持，最终我们是可“以自己喜欢的方式过一生的。书里有很多很温暖的句子，我也列一些和大家共勉。“时间治愈法总是最有疗效，它淡化了心底的伤痕，许人以新生，只是过程太粗暴。它一刀下去将人撕开，剔去骨头然后置换成钢筋一样坚硬有力的东西，承受这样暴力的巨变之后，你的心中迎来了一个新的世界。““师太亦舒说：“很小很小的时候，我们都曾立志，要做一个怎么样怎么样的人，我们都曾天真的认为，只要发愤努力，好好做人，愿望就可以达到。要到很久很久以后才发觉，原来等待着整治我们的，是命运模子。不管我们愿不愿意，便套将上来挤压，终于，我们忍着疼痛在夹缝中奇怪地存活下来，这时，同我们原来的样子，已有很大的出入。人生不进则退，成长岂止是喜怒哀乐几个选项那么简单，迷茫和痛苦更真实而残忍。”愿这本书可以如给我温暖般的给到大家温暖，也希望大家能从这本书收获些许力量。记汐

2015/2/3 PM14:26 于办公室如要转载，请豆油联系本人。

13、一看了书里的那些故事，我脑袋里立马想到一句话：与生活热恋的姑娘。《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》，是由40个故事组成的，在这些一个个鲜活的故事里，这些小人物，他们都有着很相似的一点，那就是，不管遇到什么，都是是生活满满的爱。所以这些与生活热恋的姑娘们，愿你们光芒万丈。我是一个典型的概念控，我会因为一件T恤衫的概念很喜欢就买下来，哪怕这件衣服只是简单款的黑色T恤加上一句英文。例如，我会因为一本书的书名或者是一句文案，打动我，就毫不犹豫地想去买。而《将来的你，一定会感谢现在不放弃的自己》，就是这样一本书，我很喜欢这本书的书名。二生活从不会是一帆风顺，但是，即使这世界怎么糟糕，却依旧很难打倒我们。在这本书的故事里的人，哪怕一些并不完美的爱情和繁琐的生活，但是这些个姑娘都是痛而不悲，哀而不伤，在遇到问题以后，可以爬起来重新来过，像是开启自己的第二人生一样，像女王一样。《你荒废时间时，别人在拼命努力》，在这篇文章中，她说：“你的人生不是一早就定下答案的，悲剧的开始并不能影响皆大欢喜的结局。”所以啊，你是自己人生的谱写者，为什么要把自己写的苦不堪言呢？在《你要配得上你的苦》这篇文章中，苏子涵是一个悲催到让人觉得不可思议的地步。小学六年级时生了病，但是在病还没有好的时候，父母离婚。在初中时，母亲意外离世。高三临毕业，发现自己怀孕。大二

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

那年父亲去世，她辞职打工，曾被男友甩，曾穷到每日三餐都是挂面。但是，“命运对你越残酷，你越要扛得住。”她做到了，最后她了一个Happy Ending!这是她应得的。因为在命运苛责她的时候，她扛住了，没有投降。三记得前几天在微博上看到刘同说的一句话：对坚持最大的鼓励，不是“你可以”，而是多年后说一句“还好你没放弃”。这句话给我的触动很大，而也就在看到这句话的时候，我立马想到了这本书。在追求梦想的路上，每个人都会有因为看不到前路坚持不下去想要放弃的时候，这不是某一个人会遇到的情况，这几乎是所有人都会遇到的通病。但是却有很少的人会实现，并不是这些人够聪明，而是这些人能坚持。所以，想要让将来的自己能够谢谢自己，那么现在就不要选择放弃。周笔畅曾经说过一句话，我很是喜欢：不累，不贵，不付出，没有代价，怎么能叫梦想？太多人都想坐享其成，但是，如果实现梦想那么简单，梦想也就不会那么昂贵了！所以需要坚持不放弃。虽然这话很空，但确实真理。而《现在的你，会感谢现在不放弃的自己》里面的这40个故事，就是这样一些不放弃的故事。他们都在艰难前行。也正是这些故事，让我知道，原来，有这么多人，和我一样，在孤独地前行。四看了书里的故事，我开始想象这个姑娘的样子。我没有见过她，不知道她的模样，但是我想，她一定是一个内心很明媚的姑娘，对生活满满的爱。因为她在前言里说过一句话：也许，生活原本就平淡无味，加什么作料，全看自己的口味。所以我想，夏苏末，应该是一个有着甜品香甜的味道的姑娘，一个会把自己的生活过得有滋有味的明朗少女。看着这一个个与生活热恋的姑娘，我希望最后他们都能光芒万丈，自带光环，成为自己的小太阳。借用狸奴老妖微信公众账号的名字：好姑娘光芒万丈！是的，看，生活多明媚！

14、任何事情都去尝试一下会改变你的一生终于拿到这本《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》，淡蓝色的封面，面朝大海的女孩，是在想什么？是在沉思过往？规划未来？还是让海风来吹散烦恼，或是让海浪拍打声来鼓励自己？本书作者夏苏末，其擅长挖掘故事。本书中共有40位青春见证者。这些事情，就发生在我们身边，可是当其把这些故事讲出来，用其犀利的见解来告诉我们：普通人如何在人生谷底找到自己的目标，如果重新站起来，如何再次坚持着走下去。你会发觉，这些精准的描述、细腻的跳跃思维和一针见血的总结让每个故事都直击心灵深处，让我们感同身受。开篇所示的故事，恐怕现在是人人所知导演李安的故事。从小就喜欢表演，一直到误打误撞的表演了，到后来那个当导演的梦，在他心里，从扎根在那里。在美国的时候，他也迷茫过，徘徊过，曾想过要去学计算机，毕竟这个比较好找工作，也可以养家。可是他的妻子知道，他的梦想，并且他也一直在为梦想努力，于是一句“不要忘记你的梦想”成全了当今的李安。只要坚持梦想，并为之持续努力，厚积薄发，哪怕实现不了梦想，但是总会向梦想更加靠近。成功不在于你想不想，无论梦想有多远，无论梦想有多大，而在于你有没有去做。无论任何时间，无论任何地点，只要开始去做，那就不算晚，也不算早，只算刚刚开始而已。那些只知抱怨怀才不遇，而又不努力改变现状，却期盼成为下一个李安的人，无论过多久，仍然不会有多少作为。只羡慕李安的成功的光环，却没有看到，李安成功前的努力的人，岂会成功。当我们羡慕别人的好身材的时候，是否考虑过，他们是十年如一日的坚持健身，哪怕每天十分钟，日积月累的力量也是很可怕的。羡慕别人不可耻，真正行动起来的人才可爱，坚持下来的人最可怕。常常有人说坚持不下来呀，自己哪里能做到呢，这统统都是借口，如果连尝试的勇气都没有，那谈什么改变呢。你现在的状态，决定了你的未来。现在的各种状态也是之前的状态所造成的。佛说有因有果，之前种的因，导致现在的果，那现在的因，可导致未来的果。想要什么果，那就放弃现在的自己，为成为更好的自己努力吧。时光会带走青春，岁月会留下痕迹，在追逐梦想的道路上，或许会有高人指点，那就抓住机遇，让你一帆风顺；或许会有猎人的陷阱，让你停下来仰望天空，那就坚持坚持再坚持。失败和挫折不是猛兽，并不可怕，可怕是你没有去尝试。只要尝试一下，就算达不到最终梦想，却也让你与之前有所不同，在尝试和改变的过程中，你会收获更多的东西，那些东西会充实你，提高你的能力，改变着你视野。不多不少，四部分，40个小故事，见证了那些平凡的人，他们的孤独，他们的困惑，以及他们永不灭的希望。在这里故事里，或多或少，我们每个人都可以在其中看到自己，能在其中得到温暖的慰藉和坚韧的力量。因为，并不是只有你自己在孤独，并不是只有你在困惑，并不是只有你的梦想难以达到。在芸芸众生里，你只是千千万万人中的一员，青春就是用来成长的，迈开你的脚步，勇敢的去尝试，找不到定位时，就是坚持自己的心声，在绝境时，在摔倒时，重新站起来。梦想是丰满的，现实是骨感的，艰难的青春成长之路，让我们跟随着心中的梦想，勇敢的迈出我们尝试的脚步。小小亮光点：此书开启立体阅读新模式，对于封面的介绍，我很是好奇，细看才知，是每一章都有配乐，拿手机扫一下，就可以欣赏。不得不说，很用心。小小的尝试，就带给我们不同的体验。

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌》

15、20岁那年，我大学毕业，工作稳定，收入尚可。有一天晚上，我和好友璐璐聚在一起。三杯酒后，她略带羡慕地盯着我说，你真好，毕业之前就定了工作，现在也没什么可担忧的。我这几天跑了多少家公司面试，不是对方看不上我就是我看不上对方，真不知道什么时候是个头。我笑了笑，说，明天我就打算辞职。璐璐一脸不相信，骂了句你有病吧，不屑地撇了撇嘴，没当回事。

第二天，我递交辞职申请，开始打包行李准备南下。璐璐去火车站送我的时候，还是一脸不理解的表情，嘱咐我一路小心，送我进了站。第一站定在长沙。到达长沙之前，已经在网上预定好了一个月的短期租房。下车后直奔小吃街，吃遍美味后来到了短租房，开始发简历。因为对薪资没有多高的要求，很顺利，没几天就找到了一个临时代课老师的工作，教英语。在长沙的一个月里，每天除了上课，余下的时间就花在了走遍大街小巷上。认识了几个投缘的朋友，写了几篇不疼不痒的文字，开始准备第二站：武汉。在武汉的时候，我在一家小小的咖啡店打短工。闲暇的时候四处转悠，或者呆在咖啡厅里写故事。店长是个80后的姑娘，原本家里安排了进当地银行工作，但她最终还是说服了家人，开了自己的咖啡店。我们有很多共同话题，彼此也成了小伙伴。临走的时候，她送了我一件自己织的围巾，期盼今后还有再聚的机会。第三站，我启程去了成都，日子已将近冬天。我在成都一家小有情调的书店找了个兼职店员的工作，借住在店长姐姐家里，分担很小的一部分房租。没有暖气，整个城市潮湿而寒冷。后来，我陆陆续续去了更多城市，一个人走过看过一直想看的风景，认识了一群有趣而有爱的朋友，在丽江沐浴春光时，开始怀念北方的一切。

再回来的时候已是大半年以后。璐璐去车站接我，盯着我风尘仆仆的脸大声笑着，给了我一个结实的拥抱。年幼的时候，我们都会有各种各样的梦想：想当科学家，想做演员，想上北大，想背上吉他去远方流浪……长大后，我们的梦想开始变成一步步看得见的目标：想找个稳定的工作，想嫁个好男人，想多赚点钱孝顺父母，想在城市里扎根……一年一年，许多事情在悄然改变，许多梦想开始变成叛逆的代名词，我们不能再随心所欲，可以随时抛下一切重新启程。很庆幸，一直以来，生性自由的我没有过早地向生活妥协，而做了很多在别人看来很放肆的决定。每走一步，都要问自己：这是你想要的生活吗？想得到一样东西，就必须放弃另一样；这样的道理很早就懂。值不值得，要问自己。

后来，偶尔的机会认识了夏苏末，聊得很投缘，成了朋友。夏的文字云淡风轻，暖暖的如一缕清风自草原来，带着本真的香气，和我的本意不谋而合。许多的故事，都有似曾相识的影子；文字带着柔和的力量，可以静下心来细细体会；像是你我他，像是我们都曾有过的。如她所说，在最美好的年华，以自己喜欢的方式，走过一生。

16、因缘巧合，幸得此书，捧书而读，一读，二读，三读之心亦有。感激此书，迷惘之时，指引前方。书从四部分循序渐进，而将读者的心境从低向上提引，第一部分“从最惨的谷底爬起来”，第二部分“豁出一切也要拼出个未来”，第三部分“再坚持一步，幸福就会来”，第四部分“感激没有放弃的自己”。我喜欢这本书，但从构思就让我想起曾经的种种经历。2010年年中我只身前往北京，举目无亲，和亲友挤在一个郊区狭小的几平米的屋子里面，每天上下班来回坐地铁两小时，累得不成人样，从来没有受过这样苦的我，就在一个多月后就产生了坚持不下去的想法，加上又因为自己是穆斯林，吃饭的种种困顿和看不到未来以及没法立足的想法在过了不久后，收拾好行囊，回到家中，年少任性的教训通常就是咎由自取，在家找不到工作，各种碰壁，在家睡了大概大半年，那一段的心情每天几乎可以说是沉重的不知该如何面对明天，但如果心死般的将就一天天混日子，那么也就没有后来的我，冥冥之中，因为自己无法满意自己当时的状态，执意继续投简历，终于在年底有了一份在国企的工作机会，记得当时希望能好好珍惜，无论如何好好地工作。谁知，半年的国企工作生活中，我竟然发现自己无法适应，按部就班的日子，寥寥可数的薪水让我无法适从，当初怀着感激之心的我，多少次在夜里的翻来覆去让我失去了对未来的更多追求，我害怕这就是我的人生，这时之前的心态已经形成且告诉我无论如何该做出个改变，于是继续努力，无论怎样，想活出个自己的人生，于是投向了一份外派国外的工作，2011年10月，我乘上了飞往非洲土地的飞机。非洲的生活精彩无比，从未见到过的世界，原始森林，广袤的绿野，黑人的喜怒哀乐，国外工作的孤寂，快乐等等等等，第一年过去，第二年到来，那时，我的梦想只是想好好在家乡买个房子，这个梦想其实很简单，但又很难，在第二年末，遇到工作瓶颈和莫大的委屈，想要辞职，但现在因为自己的房子的款项未完成交付，自己的这点梦想还未完成，咬着牙也要再继续一年。2014年10月，三年期满，自己的房子已经剩下些许钱支付，觉得应该是要有个新的开始，在学不到东西和无法尊重自己的情况下我选择离开。回国后，发现国内一切物价高，同学们努力的生活着，有的单身，有的结婚，有的孩子也已一二岁，落后的我突然发现自己无所适从，自己曾经的朋友一个个离去，朋友圈已经荡然无存，但值得欢喜的是，我还有自

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

己的一个新窝，说的文艺一点，可是说自己很感激当时没有放弃，坚持了三年，换了个只有100平米的温暖依靠的地方。回到这书中，本以为这本书是一本平淡无奇的心灵鸡汤，但我打开书后，发现作者的用心，几乎每则故事中自己的心得就如同自己亲身经历过一番，将这些正能量通过美妙的文字串起来，让人想起自己的曾经，流着泪，笑着点头，咬着牙，却又大悟真是如此。譬如“P191 每个人都会有身处逆境的时候。职场不顺，学业失败，爱情遇到挫折……每天都能有太多太多让我们沮丧的事情。挫折不可怕，可怕的是我们常常会被如影随形的沮丧感所牵引。以上这样的负能量占据上风，人的理智就会被蒙蔽。”去吧去寻找真我，这一章，是我最喜欢的一章，在现在心境的我，最合适不过。书中的体悟，足以让它如影与你一起同行。多少年后，你会感激这本现在出现在你面前的书。你，一定会。PS 更多的心得，将会在第二次读完，重新修改。第一次的心得竟然是让我想起了自己的曾经，谢谢作者。

17、听说人都有第六感，但我一直认为我有第七感。原因很简单，因为我的感觉超准，所以自喻有第七感。无意间逛豆瓣时，看到夏苏末《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》一书，第七感告诉我这是一本值得拥有的好书，我一向相信我的感觉。当我拿到这本书翻看的时候，再次验证我的感觉是对的。知道这是一本好书，但没想到这是一本让我爱不释手的好书。本书共分四章，每章有十个故事组成，一共有四十个温暖、感人、励志的好故事。每一篇故事不乏动人的句子直抵内心深处最柔弱的地方；又犹如一缕阳光穿透冰冷的心海微暖心房。我喜欢《不知所错的时候，坚持的就是对的》这一节，这一节写的很现实也很无奈。看到莫楠为了一日三餐被性骚扰，挣扎在屈辱、骄傲、原则、自尊中，让我想起许多年前郑智化演唱的《阿飞和他的那个女人》中的一句歌词“活在这个现实的世界，难免要学会放弃一点尊严”。当我们脚踏江湖行走于世，还有多少人多少心能不被凡尘所沾染。面对花花世界名利诱惑，还有多少心能不浮躁。“天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往。”这条千年不变的定律，仿佛今人能跳出的也不多。当我们的身体与我们的灵魂发生了碰撞，我们应该委屈我们的身体还是妥协我们的灵魂？我们不怕迷失方向，而怕我们的心迷失了方向，忘了来时的路。我也喜欢《你荒废时间时，别人在拼命努力》这一节，因为我喜欢励志的文字和正能量的思考。文中有一段话我非常喜欢“时间是最公平的审判者。我和你的起点相同，我们一同起步，你用的是闲庭看花的速度，倦了累了就放慢一下脚步；我用的是快跑，不跑就被生活的子弹击中眉心的速度。释放的力度不同，我走得比你远，站得比你高，你有什么不服气？”是啊，你有什么不服气？许多人的成功都是逼出来的，不一定是其他人在逼你，而是自己在逼自己，逼着自己走向成功。不要看那些成功人士被掌声、鲜花、金钱、闪光灯所包围，他们睡公园长椅时、睡地下桥时，几天吃不饱一顿饭时，你们又在做什么呢？成功其实很简单，你只要每天比别人多付出一点点就足够。一个人的命运取决于每晚八点至十点在做什么！人生从来不乏机遇，我们缺少的不是对机遇的把握，而是在机遇到来之前，你是否已经准备好怎样身体力行去度过这段漫长的时光。坚持固然没错，但还要努力，你今天的努力程度将决定明天的你能走多远。无论何时何地何人，对你何种嘲讽，何种讥笑，你都要永不放弃。因为将来的你，会感谢现在不放弃的自己。

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

章节试读

1、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-特别特别努力的行动力

P041 “懒惰是扼杀灵感的刽子手。每一周，她都要求自己完成不低于十幅的画稿。在没有灵感的大部分时间里，苏瑞会出门找灵感。”——我有过这样的体验：虽然我不知道写什么，但是当我安静地坐在电脑前，尝试开始敲字，灵感慢慢就来了，写出了我自己都惊讶的东西。

P050 “你要把自己包装成一个动人的猎物，才能吸引来好的猎手”——米卡为男神努力把自己变成女神，她是从皮肤和身材入手，而不是从衣服入手。皮肤不好，身材不紧致有形，买再多衣服去遮肉都是白搭。不减肥成功，根本体验不了白富美的快感。

P057 和发光的人在一起久了，你也会变成太阳。很多事，唯有从他人渐行渐远的脚步里才能看清本质。

P084 努力让自己忙起来，不停地阅读，有灵感了就提笔，常常写到深夜倒头就睡，才能忽略见缝插针的挫败感和无助。

经验这东西并不是传授得当就真能运用自如。

P094 你狠努力，但你会发现还有许许多多的人活得比你更努力。

P99 冰心说：“成功的花，人们只惊羨于他现时的美丽，却不知当初它的芽儿，怎样浸透了奋斗的泪泉。”

你现在怎样，你的未来就会怎样。

P101 她不曾为做演员的梦想付出过任何努力，如姜子牙钓鱼一样等待命运的主动召唤。在这十年里，她一直停留在幻想中，后来更是频频回望唯一一次演出的经验，想借此为依靠，坐等机会来临；而D则积极地行动着，为理想努力创造机会。

P122 “谢谢亲爱的你们，尽管是我自己在说，你们在沉默，但是，正是你们沉默的倾听，让我的主持有了意义。”

P130 高晓松“我曾以为艺术这东西是吃饱的人撑得，但其实艺术特别平等。不管你什么阶层，生活怎样，有没有希望，音乐和误导都能抚慰你的心灵，这是我四十岁时才认识到的。”

P161 不老靠情敌

P203 如论你对恋过的人多失望，你都没有理由对爱情这件事失望。爱情字样你的心魄，修复你的伤痕，温暖你的身体，维持你的风骨。

P214 我们从同样的大学毕业，在同一间教室听相同的课，写相同的作业，考同样的试，答同样的题。这漫长距离的背后，不是知识的欠缺，二是自我挑战和迎难而上的勇气的欠缺。

P216 渔民捕捉黄鳝的工具很简单，就是一个竹笼，竹笼开口比较小，肚子比较大，越往下越深。渔民把诱饵放在竹笼里，黄鳝就会被诱饵的气味所吸引，钻进竹笼，然后被紧紧地夹住躯体。因为黄鳝的尾部很敏感，被抓住后，身体便会往前挣扎，越困难越往前挣扎，最终钻进了竹笼里再也出不来。

P217 打高尔夫球“永不抬头，永不发力”？

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

2、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第4页

事实证明，很多看得见的傲慢，往往滋生于偏见。非得让现实给你一巴掌，才能看清命运的盛情以待。

3、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第146页

4、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第45页

你看，这就是剩女的执着：无畏地守护自己的初心，不依赖任何力量，不放弃任何执念，相信自己的抉择

5、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第79页

在你觉得自己最窘迫的时候，只要你坚持着不放弃，每天都积极向上，你也是可以给周围的朋友带来正能量的，而朋友之间的陪伴，更是一种相互依偎着的温暖。可以什么都不说，什么都不做，安静地陪着他们，竟也度过了最难忘的时刻。

6、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第14页

生活也很有人情味，它会看到你的坚持，你的勇敢，然后证明给你看，那些原以为一辈子都走不完的距离，一生都无法脱离的深渊，其实已经被你一步步走到过去里。

7、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第51页

时间是最公平的审判者。我和我的起点相同，我们一同起步，你用的是闲庭看花的速度，倦了累了就放慢一下脚步；我用的是快跑，不跑就被生活的子弹击中眉心的速度。释放的力度不同，我走得比你远，站得比你高，你有什么不服气

8、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第21页

不知所措的时候，坚持下去就是对的，坚持到底你就会豁然开朗了。忘了来时的路，失去了出去的方向

9、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第99页

你现在怎么，你未来就会怎么样。

所以姑娘，该如何做不重要，重要的是，当你想做什么的时候，行动起来就好了。重新定位，别管别人说什么。要怎么做，渴望什么就去做，学习新的知识，迎接新的挑战，这才是你的辣椒酱。

明明有梦可做，却没有为此行动的人，才是生活里的loser。

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

10、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第53页

爱护每一朵玫瑰，并不是得努力把它的刺根除，只能学习如何不被她的刺刺伤。还有，如何不让自己的刺刺伤别人，

植物是带不走的，离开了事宜的土地和空气会很快死去。

但是，人不一样。

人可以因为坚强改变许多，忍受很多。

要么去巴黎，要么去死。

人总会遭遇选择，执着于初心也没什么错。只是有的时候，我们可以在这条路走不通的时试着换个思维，也许前方就是柳暗花明又一村。

我努力就是为了不再幼稚，我对得起自己的心。

变美这件事情更不可能来的毫不费力，它更需要日复一日、不厌其烦的坚持。所以说，美丽是条不归路。

女神和女神经的区别在于，一个不断完善自己，一个任岁月蹉跎自己。想要得到男神，就请先把自己变成女神。

那时候我才知道，原来这个世界上并不是只有我一个人在纠结和痛苦，那些散落在我心底的失落，同样如微尘一般覆在他人心中。

11、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第19页

明明在父母身边可以工作得更好，何必摸爬滚打地挣扎在这钢筋水泥筑的大城市，

当初他羡慕别人的努力，羡慕他人的生活风生水起，羡慕他人年纪轻轻已担大任，羡慕他人一边打工一边旅游的洒脱。现在，又要转身去继续之前嗤之以鼻的生活吗？

挂在嘴上说说的人生，又有什么资格获得想要的生活呢？

12、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第99页

所以，真的不必羡慕。你现在怎样，你的未来就会怎样。时光是怎样爬满了你的肌肤，只有你自己最清楚。站在至高的平台必然付出更多的汗水，是真理。

13、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第66页

就是要这样，只要认定所需要的，感恩生活加在你身论在哪里，只需埋头去努力，剩下的都交给时间

在路上，踉跄着受伤，跌撞着流浪...哪怕就着悲哀啃面包，也别心急火燎；这路障，不是意外，而是为你量身定做的它，以如此形式在呼喊：你只是，还没有找到你会成功的那片领地！

14、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第28页

生命的奇妙之处在于，经受住一场疼痛，心灵就会剥裂出更好的自己。

15、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第73页

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

内心富有，眼睛里才能看到生活的温柔。

16、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第66页

只要认定所需要的，感恩生活加在你身上的，无论在哪里，只需埋头努力，剩下的都交给时间。

17、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第22页

既然悬着了生活的某个方式，你必须自己驱散迷雾，因为没有别人能帮助你。

18、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第179页

在一座城市扎根，尤其是北京这样的陌生城市，过程是缓慢而痛苦的，痛苦很长，快乐很短。很多时候，我觉得坚持不住了，想要逃跑的时候，又很快被它偶尔展现的柔情蛊惑，走不成，又继续重复过往的失意。

我们过着怎样的生活，始终与自己的心态有关。

这个世界，从不乏不期而遇的温暖，也不乏生生不息的怨念。

这漫长距离的背后，不是知识欠缺，而是自我挑战和迎难而上的勇气欠缺。

19、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第4页

生活也很有人情味，它会看到你的坚持，你的勇敢，然后证明给你看，那些原以为一辈子都走不完的距离，一生都无法脱离的深渊，其实已经被你一步步走到过去里

20、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第90页

如果你曾经因为梦想而隔绝世俗，那你必将坠入寂无一人的谷；而引领你从谷底翻身的，也必定是不可言说的世俗。

太阳会如约升起，雾霭会逐渐散去，曾经丢盔弃甲的灰败时光也终能重归平静

乌云还会遮挡烈日，雾霭还会突然而至，发生在我们身上的得：意与失意，对生活来说都是再平常不过的事。

21、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第48页

这世上没有任何一件事可以一劳永逸，倘若你渴望更好的自己，又没有足够的耐心和毅力，你就很难达到理想的状态。

女人到了三十岁，遇见心仪的男人不会再暗恋失眠，她会主动出击。经过岁月的磨炼，她们已然懂得自己需要什么，如何得到所需她们自省，认定活到老美到老是无法无法逃避的社会需求，她们看重自身，而非一味向他人索取

22、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第22页

不知所措的时候，坚持下去就对的

所谓成长，没有谁与你感同身受，它往往滋长于顽强不屈的自助，既然选择了生活的某个方式，你必须自己驱散迷雾，因为没有别人能帮助你。

23、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第9页

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

在骨感的现实面前，没有微不足道的尘埃感，脚步缓慢，心不动摇，才是梦想最永恒的模样。

24、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第55页

我和我的起点相同，我们一同起步，你用的是闲庭看花的速度，倦了累了就放慢一下脚步；我用的是快跑，不跑就被生活的子弹击中眉心的速度。释放的力度不同，我走的比你远，站的比你高，你有什么不服气？

25、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第20页

生活不会永远如我们所愿，只身逃离不会扭转乾坤，纵然头被撞破，血流一身仍得不到好的结果又怎样，至少不会在年老时后悔当初。

所谓成长，没有谁与你感同身受，它往往滋长于顽强不屈的自助，既然选择了生活的某个方式，你必须自己驱散迷雾，因为没有别人能帮助你。

做选择的最终目的就是为能拥有一个自己的世界，能自己掌控一切。没有哪里有更好的生活，因为哪里都会有困难和艰辛，不知所措的时候，就继续坚持吧！往前一步，说不定就是繁花似锦。

26、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第24页

你焦虑，你恐惧，觉得自己脸蛋不美，经济不足，事业不高，你感叹没背景只有背影。于是，你变得越来越没有热情，思想寡味，没内涵只有内伤。拼累了休息一下固然无可厚非，但，你从此就以怕累为借口将自己困在枷锁中，还要青春做什么？！

27、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-如果你读懂旅行的意义

远方与原地，任何一个地点都蕴藏着快乐，这也是旅行之后收获的意义

28、《将来的你，会感谢现在不放弃的自己》的笔记-第85页

生活从来不是励志剧，做任何事情都一样，没有足够地用力，即使努力到八分，你也真的撑不下来
世界那么大，我们和身边的人都在为工作、为美丽、为情爱为了当下的自己，努力作为。它不顶饿，不解渴，甚至还不能获得他人的赞许，却让人甘之如饴。

《将来的你，会感谢现在不放弃的自肌

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