

「  
让未来的你  
感谢现在的自己」  
沉心十年」

沈嘉柯  
作品



江苏凤凰文艺出版社  
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND  
ART PUBLISHING CO., LTD.

沈嘉柯  
作品

沉心十年  
让未来的你  
感谢现在的自己

江苏凤凰文艺出版社  
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND  
ART PUBLISHING LTD.

图书在版编目(CIP)数据

沉心十年,让未来的你感谢现在的自己 / 沈嘉柯著

南京:江苏凤凰文艺出版社,2015

ISBN 978-7-5399-8753-8

I. ①沉… II. ①沈… III. ①散文集—中国—当代  
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第227076号

书 名 沉心十年,让未来的你感谢现在的自己  
作 者 沈嘉柯  
出版统筹 黄小初 侯 开  
选题策划 李文峰  
责任编辑 姚 丽  
文字编辑 李文峰  
责任监制 刘 巍 江伟明  
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司  
江苏凤凰文艺出版社  
出版社地址 南京市中央路165号,邮编:210009  
出版社网址 <http://www.jswenyi.com>  
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司  
印 刷 三河市南阳印刷有限公司  
开 本 880×1230毫米 1/32  
字 数 120千字  
印 张 8.5  
版 次 2015年10月第1版,2015年10月第1次印刷  
标准书号 ISBN 978-7-5399-8753-8  
定 价 35.00元

江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换



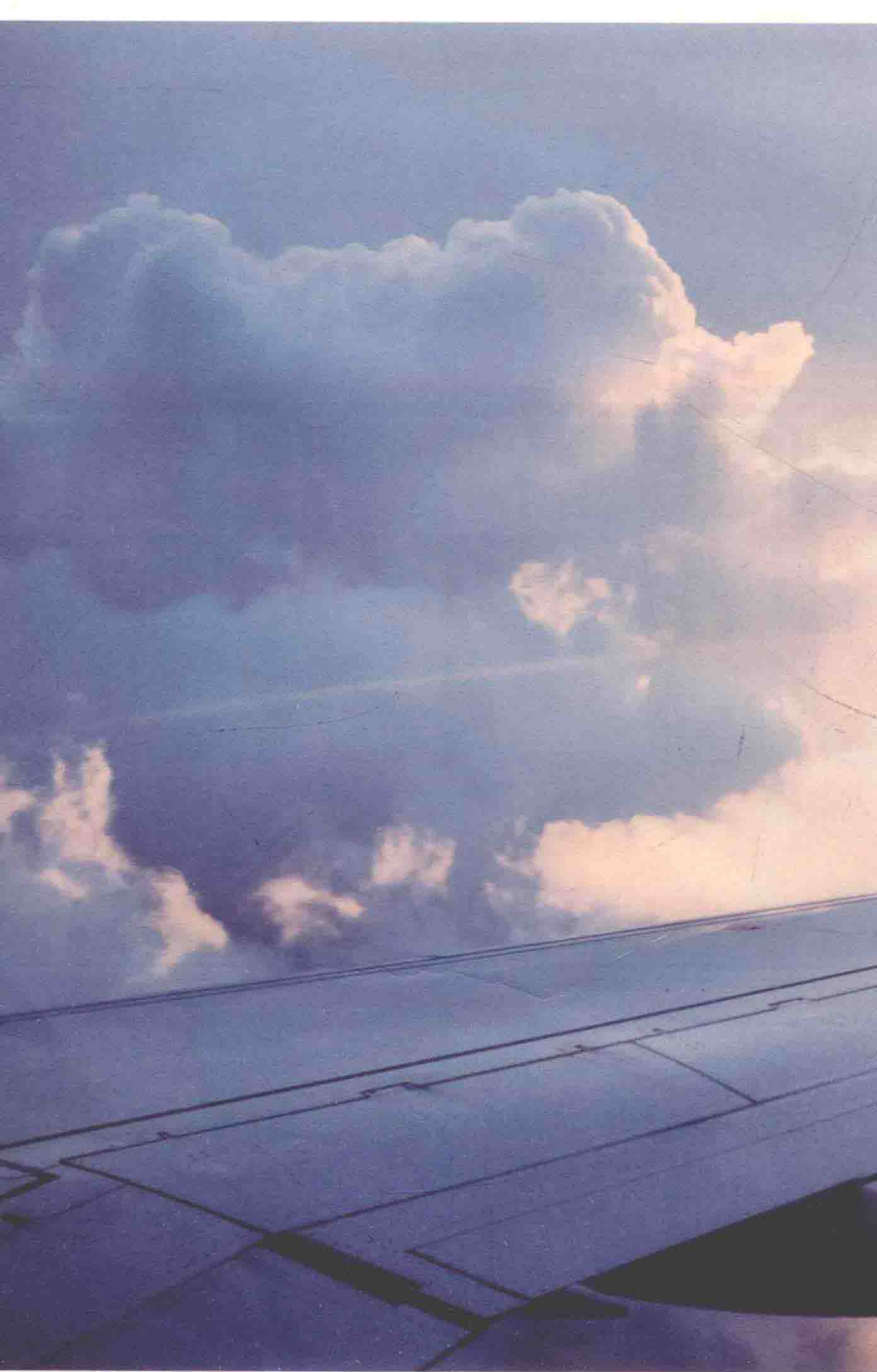
你此刻的付出，决定了你未来成为什么样的人。



哪怕你的出身和阶层很低，你改变不了世界，你还可以改变自己，让自己生活得更好，让你所爱的人，所珍视的事物，更好地存续。让未来的自己，不悔现在的自己。



谁不想做自己喜欢的事？当你从低头忍耐里强大了，你可以  
获得越来越多的能力和自由，去做你喜欢的。先忍耐，攒够  
资本再出头。



曾经我以为我是喜欢旅行，其实，所有的旅行只是让你更想家，  
让你意识到，喜欢和爱的差别。喜欢是喜欢那些优点，而爱和家，  
是你各种挑剔却只想赶回去的地方。





我们在这世上，选择什么就成为什么。你是什么，你便选择什么。人被塑造，也自己塑造自己。做过的事情，涌出的念头，构成了此时此刻的我们，再走向下一步。



在停留下来之前，一个人应该尽可能多地去这个世界，去听人心中最微妙的声音。道路漫长，但你会在刹那之间，抵达你所想抵达的。你我她他，都会殊途同归。



此为试读, 需要完整PDF请访问: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)





成长与真正恋爱最大的原则，便是只有拿一颗完整的心，才能够交换回一颗完整的心。



当一个人老了，活在这个世界上最大的孤独，是仍然渴求爱。



人生一世，我们勤奋用功，四海漂泊，求学入职，各种奋进，  
最终让自己有能力，也有余暇，体会更加珍贵的情义。



沉 心 十 年      让 未 来 的 你      感 谢      现 在 的 自 己

## 序言 十年之后，梦想抵达

### 第一章 改变不了世界，改变自己也很好

十年里你做了什么 / 010

你的心安顿在何处 / 017

十年前扇过的翅膀 / 021

像猪仔一样认真又专业 / 027

人生的窄门与宽门 / 029

像金庸那样热爱学习 / 034

把缺点亮出来，反而更让人信任 / 038

冷静是最优雅的态度 / 040

改变不了世界，改变自己也很好 / 042

谁不想做自己喜欢的事 / 045

怎么跟你的上司提意见 / 048



## 第二章 世界那么大，你想逃到哪儿？

逃跑者之问，要不要出家 / 054

让你爱自己的人 / 060

你心中烦恼的沙子，是将来的珍珠 / 063

幸福没有标准，但有顺序 / 070

不能开花结果的恋爱，是时间未到 / 077

你用完整的心，才能换回另一颗完整的心 / 080

移民不移民，问问你自己的心 / 087

如果你还单身，请先学习交友 / 090

爱的三种教育 / 093

## 第三章 有种人更快抵达梦想

自己想要的，自己去得到 / 100

有种人更快抵达梦想 / 103

要像鹰一样站在风口 / 106

什么样的讲座值得听下去 / 111

有趣的人最受欢迎 / 116

我们这一代的怕和爱 / 119

当我们写作时，我们在想什么 / 122

快乐与不快乐，都是人生的一部分 / 125