

假设我们 活得特别累

砍柴人◎著

冲破人生的冰河，看透才能更好选择



假设我们感觉心无力

假设我们异常的浮躁

假设我们还想晋升几步

当我们正在为生活疲于奔命的时候，生活已经离我们而去

假设我们 活得特别累

砍柴人◎著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

假设我们活得特别累 / 砍柴人著. —北京: 九州出版社, 2013. 3

ISBN 978-7-5108-1996-4

I. ①假… II. ①砍… III. ①心理学—通俗读物
IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第045268号

假设我们活得特别累

作 者 砍柴人 著

出版发行 九州出版社

出 版 人 黄宪华

地 址 北京市西城区阜外大街甲35号 (100037)

发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 三河市华业印装厂

开 本 700毫米×940毫米 16开

印 张 15

字 数 180千字

版 次 2013年4月第1版

印 次 2013年4月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5108-1996-4

定 价 29.80元

★ 版权所有 侵权必究 ★

谨以此书献给如我一样，活在生存之上、生活之下，对未来充满迷茫和困惑，并丧失归属感的人。

——砍柴人

活着是一件非常复杂的事

在这个繁花似锦的社会中，哪个阶层的人活得最累、最难、最复杂、最困惑？肯定不是目不识丁的山野村夫，更不是富甲天下的达官权贵，而是心无所系、身无所居、经常被代表、毫无话语权、活在生存之上生活之下的我们。

身处这个群体中的我们，曾经受过多年的教育，曾经有理想有追求，并为之努力奋斗多年，却因生存的需要、家庭的需要，最后为五斗稻粱背叛自己，与势利的现实社会签下种种丧失尊严的条约。

因为父母在错误的时间做出错误的选择，我们为了偿还他们拖欠人生的债务，不得不与充满谎言与偏见的社会做着各种无规则的游戏。我们不是演员，却天天配合别人演戏；我们不是商人，却终日言不由衷地与各色人等做着不平等的交易。

在毫无公正可言的资源与资本大战中，尽管我们异常地小心谨慎，结果却是满脸炮灰，被动地为别人的奢华一再埋单。

即使我们负责任地一再提示能主宰这个时代的人，他们却从未认真聆听过我们的合理诉求。他们认为，这是允许他们胡作非为的时代，我们连旁观的资格都没有。

因为活着，我们无奈。因为无奈，我们活着。

一

辛苦奋斗多年，我们之所以依然困惑和迷茫，肯定不是因为我们一无所有，更不会因为我们一无是处，而是因为我们比上不足比下有余的尴尬，有钱却一再贬值，有职业却从未稳定。我们讨厌形同鸡肋的当下，却反复掂量，患得患失；渴望简单的生活，却捱不住远离喧嚣的寂寞。

我们经历十几年的打拼，已经成为家庭的核心或公司的骨干。重任在肩，名利难舍，导致我们既不能按角色做事，也不能按本色做人，这使我们的内心时常处于纠结而又矛盾的状态，生活因此变得烦琐而又复杂。

交际圈子固化，事业逐渐停滞，生活陷入瓶颈，这对我们来说，是坏事，更是好事。

说它是坏事，是因为这样的状况会消磨我们的激情，耗费我们的心力，让我们对一切均在意料之中的生活感到前所未有的倦怠。

说它是好事，是因为此刻我们有时间、有能力参悟物质社会，清理内心世界，从而追求真正的幸福和快乐，构建真实、踏实、忠实的生活。

我们改变不了这个世界，只能改变自己。

二

活着这件事，本来不复杂，只是在我们从出生到入世的过程中，我们信任的那些人，给我们的活法附加了很多复杂的概念，因此，简单的生活，就活生生地变得复杂了。

比如，我们的父母、老师、亲戚或朋友，按照社会地位不同，把人分为尊卑贵贱，按照拥有物质的多少，分为穷富贫豪。他们一再对我们强调，散居在地表平面上的人群，其实是以无形的金字塔状存在的。

富人、权要位居这个金字塔的顶端，过着穷奢极欲、纸醉金迷的生活；穷人、贱民挣扎在这个金字塔的底端，过着终日辛苦劳作却只能获得不足养家糊口的蝇头小利。

他们提醒我们，要想爬到这座金字塔的顶端，就必须做出改变，因为性格决定命运，心态决定命运，位置决定命运，成功难，不成功会更难……总之，他们让我们时刻充满欲望，舍命追求。

因此，在我们不了解自己、不了解自己真实需要的时候，却拼命地了解别人、了解别人的生活和需要，并以不向命运低头的名义，或者证明给别人看的想法，力争向上多爬几阶。

三

一个人来到这个物欲横流的世界，也许是一个错误；两个社会底层的人弱弱结合，把生活的困难叠加后，对于他们带到这个世界的孩子来说，也许更是一个错误。

我们当中的很多人，就是这些错误的埋单者，同时也是制造者。

我们没有一个理由来到这个世界上，却有N条理由活下去。我们只知道为谁活着，却不知道为什么活着。为了那些期待的眼神，为了那些百无一用的鼓励，我们自愿选择了负重前行。因为我们相信，只要向上，就是向塔尖靠近。

我们接受十几年的教育，获得了各种各样的证件，吃力地爬上几阶之后才发现，塔尖仍然遥不可及，而自己却透支了精力和体力，还有心力。此刻，我们才意识到，在资源和资本的大战中，人力，最无力。

作为生活战士，伤痕累累的我们，身处战车之上，面对不存在结束的战斗，不禁扪心自问：一个简单的生活，为什么在自己的脚下却变成了战场？

四

生活，本来是一个很简单的概念，就是生下来，活下去。一个人即使不发生意外，一辈子也只有两万多天。不论我们千般珍惜，百般爱护，日子就在那里，只会少，不会多。

我们把简单的生活加上几个字，变成了生下来，舒舒服服地活下去，或者功成名就地活下去，或者欺名盗世地活下去……在活着前面加了N条定语后，活着这件事，想不复杂都难。

至于如何活着，原本是一个人的事，但是从出生那天起，一个人的活法，却成为一家人、一个家族，甚至是一个集团的事。既然我们如何活着不再是自己一个人的事，那么，我们自然而然地把活着视为高性能低用途的跑车。在路口林立、拥堵不堪的都市马路上，性能再好的车，也只是“秀”给别人看的物件。

事实上，我们每个人都在极力地把自己打造成高性能限量版的豪华跑车，目的不是为了自己赶路有多爽，而是为了路人那句充满嫉妒的“靠”。

五

商品经济社会的媒体，习惯把所有人活着的目标归结于功名利禄，还不遗余力地大肆鼓吹，仿佛我们这辈子只有发财和出名两件事可做、能做、必须做。整个社会，衡量一个人活着的价值，只有一把尺子，一个标准。

一旦用一把尺子衡量所有的人，活着对于出生在塔底下的大部分人来说，就是复杂而艰难的事。我们的视而不见挡不住它们的无孔不入。

初入社会时，天真的我们意气风发，豪情万丈，觉得世界上只有自己不想做的事，没有做不成的事。我们刺刀见红般地在社会战场上拼杀之后，才发现自己依然活得低三下四，不三不四，既没有成为英雄，也没有成为鬼雄。在我们寻求改变命

运的过程中，已经被社会改变得血肉模糊，把自己变成连自己都讨厌的人。

我们放弃了自己最初的理想，为了满足别人的需要，违背内心的真实不断地调整、矫正自己，只为与别人发生的交换、交易进行得更顺畅。毫无公平可言的交易和交换，把原本不善于核算成本的我们，逼成一个生活贩子，无所不贩卖，包括灵魂。

六

欲除烦恼先无我，各有因缘莫羡人。这句话我们写在纸上，挂在墙上，一再提醒自己要随缘随意随遇，凡事不要强求。

但是，我们生下来就掉入熟人社会里，比较无时、无处不在。即使我们不想比，但是父母让我们比，孩子老婆逼着我们比。尽管我们不是战士，却只有一条必须战死的命。

既然不是仙，难免有杂念。我们总想成为熟人社会中更好的、更棒的人，所以我们天天绞尽脑汁，苦心经营。别人有的我们没有，我们心存不甘。活着的目的变成了几乎变态的攀比。

在社会金字塔上，我们吃力地爬上几阶后发现，越往上，比的不是能力而是能量，比的是经营而不是贩卖。在那里，我们以前所有的典当和贩卖，都变得一无是处，一文不值。曾经自认为足够努力的我们，此刻才意识到自己活得并不如意。

七

饱经挫败，身心疲惫的我们，突然发现自己似乎什么都不缺，似乎什么都没有。

此时，我们为什么会有如此难以言状的感觉？原因就是，我们认为财富等于财产，快乐就是快感，从而导致我们一直违心地与生活做了多笔失败的交易。

我们一直认为自己无比正确，事实上却一直在错误的时间与错误的人做着错误

的事。我们在生活的舞台上，演过多场看似精彩的戏，却是别人精心编写的剧本；我们扮演过很多看似重要的角色，却不包括真实的自己。

归根结底，我们仅仅是为了五斗稻粱，挖空心思地与并不熟悉的时代苦心相谋。

蓦然回首，我们发现，有一种日子叫鸡肋如是，有一种感觉叫心力交瘁，有一种困惑叫左右为难，有一种行为叫随波逐流，有一种结果叫激情殆尽。

为此，我们整天抱怨社会亏欠自己太多，遗憾的是，社会根本不知道我们是谁。

八

我们之所以会时常感到心累、心无力，是因为我们经常把自己放在坚持和放弃之间，坚持却看不到希望，放弃心有不甘。举棋不定，患得患失。

我们之所以会无比烦恼，就是记忆太好，忘不掉过去，又不敢面对未来。对熟悉的一切早生厌倦，又盘算着从头再来的高昂成本，赌不起，输不起。

我们之所以时常感到郁闷，只是计较太多。别人有的，我们没有，我们不甘；我们有的，别人没有，我们不安。惦记着别人，又怕别人惦记。

如此看来，活着这件事，因为我们的矛盾而变得异常复杂。如果我们简单，一切都简单；如果我们内心安好，便是晴天。

生活，是用来享受的，不是用来难受的。简单、幸福、快乐的生活，并不需要掺杂各种概念，也不需要做出多么了不起的成就。除了家人，这个世界上没有人真正在乎我们是谁。

如果学会放下，我们就有资本选择自己喜欢的工作，和自己喜欢的人在一起，过一份充实、简单、愉悦的生活。

小 结

因为经历，所以懂得。

每一个英雄头顶耀眼光环掩盖的都是累累的伤疤。所谓混得好的，一定有不为人知的痛苦和所要付出的代价；所谓混得不好的，也有属于自己的平静和幸福。

得失孪生，荣辱俱在。怎么混，怎么活，就看我们怎么选择，怎么看待。

有了种种生活经历，我们才会接近生活的本相，找到活着的本真。活着这件事，在我们懂得选择、学会放弃之后，变成一种简单的理解、宽恕、接纳，而不再是盲目的较量、攀比和证明。

生活并不复杂，只是因为我们欲望的叠加而变得面目全非。因为不懂，我们在生活的各个角落里寻找或制造虚伪而短暂的快乐，进而迷失了真实的自我，导致我们越长大越孤单，越长大越不安。

这个社会，不是拳击台，我们不要总是想着KO谁，而是要找到适合自己的“度”。只有这样，在充满诱惑的时代，我们才不会轻易地被那些伪装的向导把心带走。

活着，不是为了较真，更不是为了较劲。无论我们身处金字塔的哪一阶，能向上总是好的，但那不是活着的唯一目的。放弃别人活着的标准，活出属于自己的概念，量力而行，自己感觉好，才是真正的好。

人生需要一次深刻的领悟。只有领悟之后，我们才会明白，做成任何一件事情都不容易，渐渐明白每个人都有难言之处，才会换个角度看问题。因为我们懂得，所以珍惜，所以包容，所以安心与自己、与他人、与社会和睦相处，彼此善待。

砍柴人

2013年3月

目 录

第一章 与其站着围观，不如坐下思考

1. 这是赢在转折点的时代 / 002
2. 读懂这个社会 / 007
3. 接受自己所在的时代 / 011
4. 贵人不一定是好人 / 015
5. 我们必须残忍，才能善良 / 020
6. 每个人都是按自己的需要出牌 / 025
7. 别人能做的，我们未必能做 / 030

第二章 假设我们活得很没劲

1. 我们永远没有自己想象中那么重要 / 036
2. 我们都是“小人物” / 040
3. 我们没那么多观众，别再活得那么累 / 045

4. 过去难以忘却，但一定要放下 / 049
5. 我们不再需要别人做向导 / 053
6. 生活需要完整，而不是完美 / 057
7. 关注自己的需要，忽略别人的眼神 / 062

第三章 假设我们觉得自己很失败

1. 我们为什么会如此愤怒 / 068
2. 谁都是被上帝咬过一口的苹果 / 073
3. 找回渐渐迷失的激情 / 077
4. 社会人，是我们必须扮演的角色 / 082
5. 忽略上半场，专注下半场 / 087
6. 放下，具有恐怖的力量 / 092
7. 让内心因净而静 / 097
8. 人生永远不设限 / 102

第四章 假设我们感觉心无力

1. 看清我们追求的实质 / 108
2. 我们在哪里卡住了自己 / 112
3. 人，有时候并不是人 / 116
4. 不做负面消息的傀儡 / 120
5. 要么全力以赴，要么转身走人 / 125
6. 别人扔来的石头，可能是金子 / 130
7. 违心交换的筹码，会成为日后的地狱 / 134

第五章 假设我们异常的浮躁

1. 生活并不亏欠我们，我们亏欠生活 / 140
2. 身份，会让我们远离真相 / 144
3. 每天让自己接点“地气儿” / 149
4. 能糊涂一点就糊涂一点 / 154
5. 翻脸不如翻身 / 158
6. 随时修改自己的墓志铭 / 162

第六章 假设我们还想晋升几步

1. 不能不服的零规则 / 170
2. 无规则也是一种规则 / 174
3. 任劳任怨，无功 / 178
4. 不做别人保帅的车 / 183
5. 不要被资格和客观条件限制 / 188
6. 在乎的人不明白，明白的人不在乎 / 193

第七章 假设我们还想为金钱而战

1. 正事不一定是正确的事 / 198
2. 我们要做一生的行者 / 202
3. 什么是我们生活中的1 / 207
4. 赚钱无罪，金钱不是万恶的 / 211
5. 用失去换一个奇迹 / 215
6. 朝一个方向努力 / 220

第一章

与其站着围观，不如坐下思考



1. 这是赢在转折点的时代

一个人的一生中，有两个点非常重要：一是起点，二是转折点。

如果我们因为投胎的错误输在起点，因为自身的怠惰输在转折点，那么，我们的一生就注定要平凡甚至平庸。尽管每个人的起点都不是自己选择的，却决定了20年内我们与他人之间存在着天堑般的差距。

有人说，现在就是一个“拼爹”的时代。一个人的本事比天大比地大，都不如有个好爸爸。有好爸，得天下。看上去确实如此。草根的孩子艰苦奋斗10年，也未必能赚够“×二代”某年年底的压岁钱。

假如我们在人生的起点，拥有一个超级给力的爸爸，小时候就不会遭受别人的歧视，就能接受世界上最好的教育，就能轻松地找到前途无量的工作，创业资源也会用之不竭、挥霍不尽。我们既不会为生存忍辱负重，也不会为五斗稻粱放弃追求。只要我们想做事，能做事，就没有做不成的事。因为不但有人把我们扶上马，还能送几程。

我们之所以痛恨“拼爹”的人，是因为我们无爹可拼。我们为此愤愤不平，动辄在网上洋洋万言历数“拼爹”之丑陋，在微博上绞尽脑汁编排段子控诉“拼爹”之不公，以博取千人同情，万人呼应。

我们这样做，仅仅是逞一时口舌之快，结果能改变什么呢？估计除了使更多