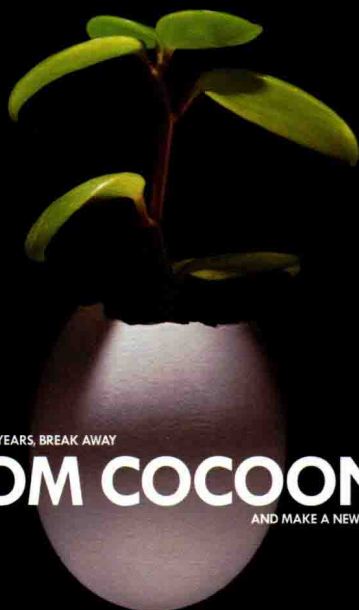


在自己的岁月里 破茧而生

艾攸攸 著

只要你不放弃对美好的追求，在经过岁月的磨砺之后，
每个人都能拥有一对闪闪发光的翅膀，
在自己的岁月里破茧成蝶。



IN YOUR OWN YEARS, BREAK AWAY

FROM COCOON

AND MAKE A NEW LIFE

华语励志新偶像
片刻网签约作者

片刻网、十点读书
思想聚焦等知名
公众号力推作者

民主与建设出版社

课外借

在自己的岁月里 破茧而生

艾依收 著



GD 02296838

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

在自己的岁月里破茧而生 / 艾攸攸著. -- 北京 :
民主与建设出版社, 2017.6

ISBN 978-7-5139-1587-8

I . ①在… II . ①艾… III . ①人生哲学 - 通俗读物
IV . ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 124625 号

© 民主与建设出版社, 2017

在自己的岁月里破茧而生

ZAIZIJIDESUIYUELIPOJIANERSHENG

出 版 人	许久文
著 者	艾攸攸
责任编辑	刘树民
封面设计	仙境书品
出版发行	民主与建设出版社有限责任公司
电 话	(010) 59417747 59419778
社 址	北京市海淀区西三环中路 10 号望海楼 E 座 7 层
邮 编	100142
印 刷	北京彩虹伟业印刷有限公司
版 次	2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷
开 本	880 mm × 1230 mm 1/32
印 张	9
字 数	180 千字
书 号	ISBN 978-7-5139-1587-8
定 价	38.00 元

注 : 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。



我庆幸我没有在 24 岁死去

01

24 岁，我依旧不相信本命年挂红能避邪躲灾这事儿，即使我妈说我 12 岁那年由于没有穿红色内衣而险遭车祸，我也依然没有在今年有所忌讳。

24 岁，我工作两年，同时期读研的朋友也陆续走入社会，我们微信群里聊天的内容也开始从讨论美食、旅游、新书慢慢越来越多地变成吐槽老板、吐槽同事、吐槽无趣的职场。

24 岁，我遇到一个 30 岁、天天被我叫“老人家”的人，告诉我：

“年轻，不管多浮躁，做点自己喜欢的事却是没有错的。”

谁都有点不靠谱的梦想，哪怕这年头梦想越来越 low、越来越不值钱。我想自己写点东西，能感动自己就行的文字；也想创立一本能承担自己理念的杂志，哪怕如今杂志阅读已经江河日下；还想有一天能成为一个作家，被出版社邀约出书，而不是自费的。

就是这么点可能永远实现不了的梦想，能让我在生活的低谷里说上一句“去他的”，然后把那些食之无味、弃之可惜的人与事给丢掉。

24 岁，我并不是一无所有，却常常想把一切都抛弃，重新来过。并且，我确实做出了一些割裂：我与纠缠不休的房东撕破了脸，我换掉了每日枯燥乏味的工作，我花光所有的积蓄，买了一套我爱的、日式风格的沙发、床和大大的书柜。

这种割裂就像我要与我厌恶的生活划清界限，也是与那个日日重复而越来越世故的自我划清界限。

02

罗曼·罗兰说：“大半的人在 20 岁或 30 岁时就死了。一过这个年龄，他们只变了自己的影子……”这种死亡是慢性的，无

声无息地掐紧了你的脖颈，窒息的感觉会一直持续很久。

与我同龄的或是年长几岁的年轻人，我们一边埋怨着“工作一个月，就像熬了十年”，一边慷慨赴死。有的人学会了阿谀奉承，为了工资卡上的数字和领导纠缠不清；有的人屈服于所谓的平淡安稳的生活，结婚生娃，将自己的全部心力投注到那个小小的生命，从而逃避另外世界的纷争。

这都是我身边已发生及正在发生的事情，但依旧有一些人，无论好死与赖活，他们依旧在这个大染缸里扑腾、沉淀，继而寻找。

记得大学办杂志的时候，为了一个专题，我们经常在寝室里熬夜讨论到凌晨，然后第二天一早就拿着列好的采访提纲联系采访对象、写稿子、找图、排版。我记得曾经因为杂志的一个专题被毙而与学校领导在办公室里大声地争执，从一本杂志应该展示的精神吵到一个学校的管理制度，最终我没有保住那个专题，但是我犹记得我当时站直的脊背、丝毫不输的气场，一直撑到走出办公室，回到三楼的杂志社，我才放肆大哭。

那时我的理想主义，那时我的勇敢与决绝，如今依旧在我的热血里沸腾。

24岁，我想象过死亡，但我还无法与这个世界说再见，哪怕这个世界有太多丑恶与阴暗的一面，哪怕有太多的无法认同，但还有许多未完成的事情，在我的心里蠢蠢欲动。

03

我曾经有一次离家出走的经历。青春期的时候，与父母每日每夜无休止地争执，为一碗夹生的米饭、为一道做不出的题，每一件小事都在推着我思考自己想要的到底是什么。在一次争吵过后，我带着用一年时间存上的六百块，离家出走到旁边省份的一座小城市。

我犹记得我把那封“别离信”偷偷放在小院的凳子上、推门而出的那个刹那。我头也不回地向前跑啊，我还不知道自己要坐哪趟车，但只顾着跑啊，义无反顾地冲向新的生活。

我坐火车辗转到那座城市，路上想了想，还是给我妈报了个平安，但依旧恶狠狠地说：“我会告诉你我在哪儿，但你不能追来，你要是来，我就去别的地方。”

我在那座完全陌生的小城市生活了三日，出走也变成了一个人的旅行。我游遍了这座小城周边的河流山川，哪怕每天只能吃上一碗米粉，依旧把钱都节省出来留作路费。我故意学着那里的方言和拉车的老师傅搭话：“到前头一中门口就照（行）了哈。”最终回到家的时候，身上只剩下七角钱。

我一直对这段经历引以为傲，也许是为了自己那份亡命天涯

的勇敢。后来每次我妈在我耳边念叨“人这一生，图个安稳”的时候，我就会大声地唱：“原谅我一生不羁爱自由。”然后提起这段经历来证明自己的“爱自由”。

只是过了很久之后，我才知道，我妈当时已经坐车到了那座城市，为了不引起我过激的反应，一直不曾出现。

也许，有人站在自己的身后，才会做什么事情都是无惧的。

我和朋友说，我们这代年轻人如今的焦虑，是这个时代的焦虑。而朋友说，不是，所有人在这个年纪的焦虑，都有一种



有人站在自己的身后，才会做什么事情都是无惧的。

共性：无论是 20 世纪 70 年代、80 年代、90 年代，二十几岁的时光都是如此的震荡与艰辛，而这，却又是一生中最旺盛和最灿烂的日子。

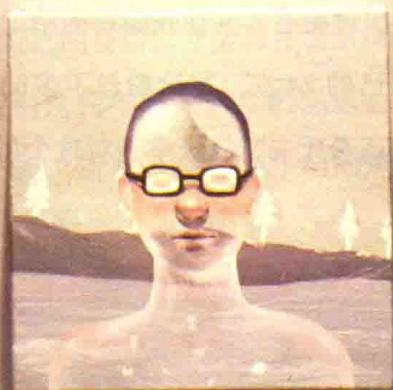
24 岁，是一个轮回。割舍掉生命中不堪的重负，我觉得我又退化为一个婴儿，就像诗中所写的：“我正含着一颗咸乳头，斜视秋阳，热浪掠过胎毛，并让我隐秘的胎记微微战栗。”

写给我自己的 24 岁，写给粉丝不多的片语，我庆幸我所认同的那个自我还未死去，我庆幸还对这个世界保有最初的新奇与善意。

我庆幸我所认同的那个自我还未死去，
我庆幸还对这个世界保有最初的新奇与善意。



二十几岁的时光都是如此的震荡与艰辛，而这，
却又是一生中最旺盛和最灿烂的日子。



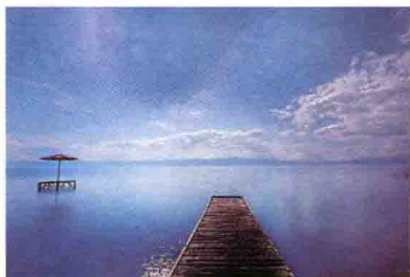
目 录



辑一

我多想青春是只不死鸟

002	自由是你不再执着于内心的反自由
013	市列珠玑日，千金竞繁华
020	不如以梦作茧
030	别让数字绑架了你
038	晚来天欲雪，鸡汤还有吗？
047	我多想青春是只不死鸟



054

在不安的水里，安静地听

060

一生是簌簌一梦，我们游于其中

070

真相只有一个

辑二

不缠绵也许是离别的最好方式

078

请别用你的“规矩”评判我的对错

085

平生意气抵不过天凉好个秋

092

我们该有一个机会，学一学“不听话”

098

不缠绵也许是离别的最好方式

106

对方不想理你并扔给你一张“严肃脸”

112

“为我好”有时候是变坏的第一步



辑三

最动人时光，正是地老天荒

120 一觉醒来你们怎么都结婚了
 129 最动人时光，正是地老天荒
 135 如果爱情换了一张脸
 141 你不能总是停留在前任的树荫里
 154 我妈是天外的一朵云
 161 我受到了金镶玉的一万点暴击

辑四

你都谦卑到尘埃里了，还让别人如何尊重你

168 你都谦卑到尘埃里了，还让别人如何尊重你
 175 职场不相信眼泪



- 183 让你恼怒的不是工资低，而是多劳不多得
- 190 不善社交，真的就过不好这一生吗？
- 198 迷茫？没事儿走两步吧！

辑五

人生终归是一场独行

- 208 为什么我们不能活得更精致
- 214 嗯，我喜欢你的白衬衫
- 221 离开，并不是旅行的意义
- 230 你是否也向往诗意的生活
- 238 人生终归是一场独行
- 245 虚度时光是一件奢侈而幸福的事情
- 254 不如我们重新开始
- 264 我们要理直气壮地活着



辑一

我多想青春是只不死鸟

自由是你不再执着于内心的反自由

01 ///

我们总是希望能多了解一些跟自由有关的事情。

比如自由撰稿人的生活，比如自由行背包客的故事，比如高呼着“自由无价”的游行队伍。

在生活织就的巨网中，我们感到不自由的状态居多。像是西川有诗：“我实在搞不懂网与生活，究竟有何区别？”生活对人有着方方面面的约束，而我们一直在渴望打破约束以获得自由。

年轻的我们都经历过青春的叛逆期，不愿意再遵从父母的管束，不愿意被他们的思想牢牢限制着自己。我们开始有了自我意识的萌发和觉醒，于是我们成为世界的“反叛者”，与父母争吵，