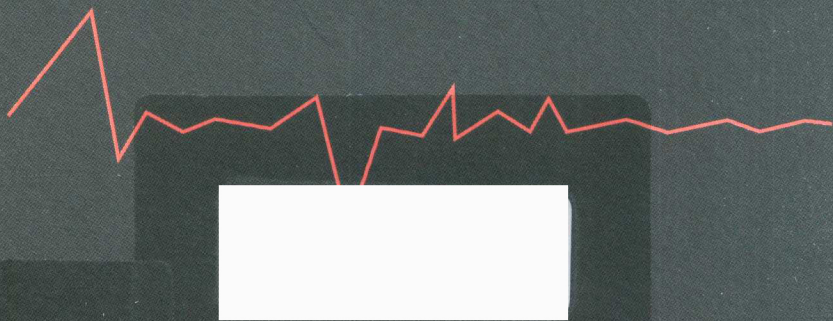


你的人生 还可以再 抢救一下



陈虹羽
HongYu
Chen
作品

How To
Save
Your Life

你的人生 还可以再 抢救一下

陈虹羽
作品



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

图书在版编目 (C I P) 数据

你的人生还可以再抢救一下 / 陈虹羽著. -- 南京 :
江苏凤凰文艺出版社, 2017
ISBN 978-7-5399-9654-7

I. ①你… II. ①陈… III. ①散文集-中国-当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第226351号

-
- 书 名 你的人生还可以再抢救一下
作 者 陈虹羽
出版 统 筹 黄小初 沈沁颖
选题 策 划 北京记忆坊文化
责任 编 辑 姚 丽
特约 编 辑 单诗杰
责任 监 制 刘 巍 江伟明
版 式 设 计 gemini_jennifer
封 面 设 计 金腓工作室
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 环球东方(北京)印务有限公司
开 本 787×1092毫米 1/32
字 数 125千字
印 张 8
版 次 2017年3月第1版, 2017年3月第1次印刷
标 准 书 号 ISBN 978-7-5399-9654-7
定 价 32.00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

/ 自序：我为什么要写“负能量” / 007

/ **第一辑 梦想只是失败者的挡箭牌** / 011

逆袭这种事想想就算了 / 012

是咸鱼就别翻身了 / 020

自己都养不活还谈什么梦想啊 / 027

重来一遍的人生会更好吗 / 037

本本分分当个合格的屌丝吧 / 044

/ **第二辑 事实就是如此令人伤感** / 053

失而复得并不存在 / 054

唾手可得毁掉欢愉 / 061

人生无处不狼狽 / 070

最好的都只存在于想象 / 079

我们是如何成为傀儡的 / 087

/ **第三辑 生活里总有很多无奈** / 097

要是没有拖延症我的拖延症早好了 / 098

成年人没有愤怒的权利 / 105

拉低档次的竞争者 / 113

好好走路踩到屎怎么办 / 120

为什么不愁吃穿的我们仍然很穷 / 128

长得丑就是一种缺点啊 / 135

／ 第四辑 社交冷漠症患者的焦虑 / 143

有些关系靠钱维系比较容易 / 144

不熟的人干吗一起吃饭 / 152

清高是清高者的墓志铭 / 159

世上哪有什么感同身受 / 168

／ 第五辑 不是所有感情都值得歌颂 / 177

痴情只能感动自己啊朋友 / 178

不合时宜也算爱吗 / 189

总会渐行渐远的友情 / 195

老同学到底是种什么关系 / 202

追星的爱是种什么爱 / 211

／ 第六辑 不想当暴露软肋的弱者，又讨厌虚张声势地逞强 / 221

没有万人疼就别玻璃心 / 222

八十分的生活就够了 / 232

其实装逼也挺辛苦的 / 239

做一个有底气的人 / 247

你的人生 还可以再 抢救一下

陈虹羽
作品

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

/ 自序：我为什么要写“负能量” / 007

/ 第一辑 梦想只是失败者的挡箭牌 / 011

逆袭这种事想想就算了 / 012

是咸鱼就别翻身了 / 020

自己都养不活还谈什么梦想啊 / 027

重来一遍的人生就会更好吗 / 037

本本分分当个合格的屌丝吧 / 044

/ 第二辑 事实就是如此令人伤感 / 053

失而复得并不存在 / 054

唾手可得毁掉欢愉 / 061

人生无处不狼狈 / 070

最好的都只存在于想象 / 079

我们是如何成为傀儡的 / 087

/ 第三辑 生活里总有很多无奈 / 097

要是没有拖延症我的拖延症早好了 / 098

成年人没有愤怒的权利 / 105

拉低档次的竞争者 / 113

好好走路踩到屎怎么办 / 120

为什么不愁吃穿的我们仍然很穷 / 128

长得丑就是一种缺点啊 / 135

/ 第四辑 社交冷漠症患者的焦虑 / 143

有些关系靠钱维系比较容易 / 144

不熟的人干吗一起吃饭 / 152

清高是清高者的墓志铭 / 159

世上哪有什么感同身受 / 168

/ 第五辑 不是所有感情都值得歌颂 / 177

痴情只能感动自己啊朋友 / 178

不合时宜也算爱吗 / 189

总会渐行渐远的友情 / 195

老同学到底是种什么关系 / 202

追星的爱是种什么爱 / 211

/ 第六辑 不想当暴露软肋的弱者，又讨厌虚张声势地逞强 / 221

没有万人疼就别玻璃心 / 222

八十分的生活就够了 / 232

其实装逼也挺辛苦的 / 239

做一个有底气的人 / 247

看清这个世界，然后爱它。

自序：

我为什么要写“负能量”

朋友问，你为什么不用鸡汤呢，鸡汤多火啊？

朋友问，你知不知道一个负能量爆棚的人，是很招人讨厌的呀？

朋友问，读者都爱看粉饰太平的东西，你瞎说什么大实话？道理我都懂，但却做不到。有些鸡汤有毒，我想反驳。

鸡汤总说，苦难是人生的财富。我想说，苦难是个狗屁的财富，它就是坨狗屎，能躲多远躲多远好吗。实在运气差遇到了，只能自认倒霉，甩都甩不掉，我当它是个毛的财富啊。

鸡汤总说，坚持下去一定会成功。我想说，如果所有坚持都能成功，世界上就不会有失败了。这种话，只是连坚持都做不到的失败者自欺欺人的安慰好吗。这个世界，坚持也可能是一种一条道走到黑啊。

鸡汤总说，外表不那么重要，重要的是内心。我想说，长得丑就是不如长得美啊。为什么我们都承认每个人天生智力不平等，有人聪明有人笨，就是不愿意承认人人天生长相不平等呢？比别人丑就只能比别人付出更多啊，和比别人笨就要付出更多是一个

道理，有什么好抱怨的？

……

好像戾气太重？

其实也还好。

罗曼·罗兰说，看清这个世界，然后爱它。

我想表达的也差不多是这个意思。

我不歌颂世界多美好，但即便这个世界是如此，我还是打算努力活下去。

在这本书里，你能看到被拆穿的人生、残忍的真相、冷酷的现实和一些伤怀的感悟。我并不觉得它们是那种令人厌恶的负能量。想象一下：一事无成，工作找不到、研究生考不上、没有拿得出手的技能的年轻人，好吃懒做，愤世嫉俗，并不觉得自己差劲而只是认为自己没有机会，成天抱怨连连，这才叫人人避而远之的负能量。

怎么说呢，我不过是戳破一些美丽的泡沫，但我并未让大家堕落。而是希望泡沫破灭后，大家能更理智、更冷静地面对一切。

这就是我写“负能量”的意义。

最初是应《萌芽》杂志编辑的邀请，在它们的微信公众号里开设了“负能量”专栏。因为发表于网络，想着也不太容易被熟

人看到，因此刚开始写时尖酸刻薄，又拿了很多身边的同学、熟人举例。

没想到居然辗转让那些人看到了……

免不了被“友尽”。

所以在整理这批稿件时，我基本每篇都重写了一遍。删掉了一些过于尖锐的说辞，尽量温和地表达主题。同时把一些事例也嫁接了，比如发生在小 A 身上的说成是小 B 身上，发生在同学身上的说成是同事身上。

万望熟人看到不要对号入座。

又及，刚开始写这些“负能量”时很随性，完全没想过它们会受到那么多读者的喜欢，甚至有机会结集出版。

感谢编辑，感谢所有一直支持我的读者。

哪怕我这么“负能量”，这么不可爱。

谢谢你们。

再及，希望那些负面的情绪最终都会过去。

希望我们每个人，都可以平和、聪慧、从容地生活。

陈虹羽

2016年6月

How to save your life / part 1

第一辑

“

梦想只是失败者的挡箭牌

”



逆袭这种事 想想就算了

01

每次看那种讲一个怂小子突然获得了某种能力，然后风光无限地逆袭了的故事，都爽到炸裂。

《王牌特工》里，曾经被人欺凌、一事无成的叛逆少年，居然被特工局选中，又被资深的老特工垂青，一番培养后成为了王牌特工，以往的颓废一去不复返，不仅完成了惊险的任务，还能从容地将那伙以前一直看扁自己的恶棍教训了一顿。

《海扁王》里，被大多同学无视的中二少年，因怀揣着超级英雄梦，自己置办了一身行头，在几次见义勇为却被暴打后，竟结识了真正的高手，从此如愿以偿与恶势力抗衡，成为青少年们的偶像，追上了女神。