

小令君 / 著

20岁的生活方式， 决定30岁的打开方式



湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



博集天卷
CS-BOOKY

20岁的生活方式， 决定30岁的打开方式

小令君 / 著



湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



博集天卷
CS-BOOKY

图书在版编目 (CIP) 数据

20 岁的生活方式, 决定 30 岁的打开方式 / 小令君著. — 长沙: 湖南文艺出版社, 2017.10

ISBN 978-7-5404-8283-1

I . ① 2… II . ① 小… III . ① 人生哲学—青年读物

IV . ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 196359 号

© 中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

上架建议: 畅销·励志

20 SUI DE SHENGHUO FANGSHI, JUEDING 30 SUI DE DAKAI FANGSHI

20 岁的生活方式, 决定 30 岁的打开方式

作 者: 小令君

出 版 人: 曾赛丰

责任编辑: 薛 健 刘诗哲

监 制: 蔡明菲 邢越超

选题策划: 李 荡

特约编辑: 尹 晶

封面设计: 仙 境

版式设计: 张丽娜

营销推广: 李 群 张锦涵 姚长杰

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印 刷: 三河市百盛印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1270mm 1/32

字 数: 240 千字

印 张: 9.75

版 次: 2017 年 10 月第 1 版

印 次: 2017 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-8283-1

定 价: 39.00 元

质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018

序言

Preface

生活从未变得轻松，
你却一点点变得从容

写完整本书后，我觉得我有必要来个读前友情提示，因为这本书可能贯穿着一丝沉郁。相比上一本大家很喜欢的《拼了命，尽了兴》，少了许多自以为是的分享，多了不少自己在这一年多里的反思、质疑和沉淀。

如果要问为什么会有如此我自己理解的质的飞跃，答案你会在后续找到。

这一年多经历了太多的打击和磨难，让我数年积累的自信和自尊那堵墙掉落了不少砖瓦，摇摇欲坠。我开始不断地怀疑自己，而怀疑所得的恍然大悟让一直自诩经历丰富、早熟坚强、打不倒的我不敢再夸夸其谈。

曾经可以笑谈家庭变故和狗血故事，轻松回顾放弃哈佛 offer（录用通知）和轻描淡写放弃千万元收入的工作等所有自己做过的违背常理之事，以过来人的经验分享着工作、旅行、创业、独立、爱情、梦想这些话题的我，一直是所有人眼里的小太阳。这个小太阳看上去永远没什么烦心事，

似乎什么样的困难都难不倒她，又或者她也许挺一帆风顺的吧？

我太习惯于大而化小，小而化了，把有事说成没事，把好难说成没问题。连自己都没来得及回头看一眼身后的血迹斑斑和身上的伤口是否愈合，就逼着自己拖着伤了元气的身子，拿着剑走向更遥远的阵地。

终于在身中数刀后支倒下时，突然遗憾地意识到自己并没有太多资格充当梦想的代言人，因为我连怎么保护自己都没有学会。

但同时也庆幸地发觉自己终于在苦难面前学会了示弱，在示弱的同时才真正开始意识到为何苦难常追随我，我该如何跟它挥手告别。

这是我觉得自己最大的进步。

我知道我们每个人，在每个时期，都会迷茫、困惑、绝望，只不过是程度不同罢了。这没什么好丢人，也没什么好自责的。

我们常常憎恨每天早上挣扎着起床，衣冠楚楚地赶到一个地方，从事着和“意义”“梦想”有着无限曲折因而无限微弱联系的工作，然后过着和一群群陌生人挤在罐头车厢里汗流浹背地回家的乒乓作响的生活，可大多数数人终其一生都是如此过着，是要这么讨厌和抱怨一辈子吗？

我们也常常没有安全感，担心随时随地会被社会这个瞬息万变的爱人甩掉，于是我们每天处心积虑地往脸上抹日霜、夜霜、眼霜、防晒霜，希望保有一些什么、留住一些什么，一直涂到脸上所有毛孔都被堵塞，一直到自己也呼吸不过来。是要这么恐慌而不自信地过一辈子吗？

当然不是的。

日子平常而悠缓，没有多少人过着少年得志、如日中天、挥金如土、指点江山的生活，大多数人的一生，注定是平凡的。

我们努力的目标不是拼命拽着那根随时会断的稻草成为那少之又少的人，而是做个不平庸的人。即使平凡平淡，但是按照自己的心愿过一生，

绝对是不会后悔的旅程。

我在上一本书中说过，我写的每一篇故事都是不去计较成败、不计得失、不计未来、不回头的姿态，里面每一个我都是含着眼泪、咬着牙齿、忍住一切向前走的样子。

我也说过，25岁的我，在过去的几年里，被生活的重锤击倒了很多次，可是受伤了，自己舔好伤口；击倒了，自己再爬起来。生活以为我会像老牛般越锤越安静，可是我却像狮子般，越锤越强大，越懂得反咬一口。我比20岁的时候更生猛。

两年过去了，我依然可以这么说，但是我学会了在不顾一切向前走的时候，转身抱一抱浑身是伤的自己，说声你辛苦了，你可以停下来歇一歇了。我也显然比25岁的时候更生猛，但我懂得了心硬者得世界，而温柔者得神。

生活从未变得轻松，只是你一点点地变得从容。

我偶尔会想，如果我在25岁之前就知道这些该多好。我想我们都会这样遗憾为何不早知道。但本来人活着就是如此的，那些你看似圆满的，都曾跑遍了无数块土地，才郑重其事地来到你面前，摘掉毡帽，放下行李，说声抱歉，久等了，我来晚了。

如今的我，依旧执拗，依旧有梦想，但我变得更懂得梦想的意义了。也许梦想根本不是用来实现的，它是那根支撑着我们在寒风凛冽里，流着泪还要唱歌的骨头。

这一年经常会想起《月亮和六便士》里的故事，查尔斯，那位因麻风病而毁容失明的老人，他说“我必须画画，就像溺水的人必须挣扎”。

如果说他与别人有什么不同，就是他比别人更服从宿命。服从宿命不是软弱，而是更知道自己要什么，过什么，成为什么样的存在。

我始终记得他坐在自己描画的满墙壁画中，聆听波涛汹涌的颜色的场景——金色是高音，黑色是低音，白色是微风，红色是尖叫。

那是梦想带给我的骇然与敬畏。

梦想多么妖冶、多么锋利，人们在惊慌中四处逃窜，逃向功名，或者利禄，或者求功名利禄而不得的怨恨。

满地都是六便士，他却抬头看见了月亮。

我希望，自己也成为不会只顾着埋头赶路，忘了抬头看看天上一直都在的月亮的人。

我希望，我们越来越生猛的同时，越来越温柔地对待自己。

目录

Contents

001 _ 序言：生活从未变得轻松，你却一点点变得从容



二十几岁，你要新陈代谢，更要野蛮生长

- 002 _ 25 岁以后被生活打过的 32 个耳光
- 010 _ 大多数人还谈不上选择你想过的人生
- 014 _ 任何失败都是人本身的无能
- 019 _ 没有人必须给你理由
- 023 _ 大多数人的怀才不遇，都是怀才不足
- 028 _ 先混好职场再谈自己想要的人生
- 034 _ 把兴趣当工作太奢侈，自由职业也不自由
- 039 _ 所谓自由和细水长流
- 044 _ 寒门为什么难出贵子
- 052 _ 有钱人不欠你的
- 057 _ 你离头等舱，只差一颗野心



20 岁的生活方式，决定 30 岁的打开方式

- 066 _ 你是那个吃力不讨好的人吗
- 071 _ 别丢人了，你的努力不值钱
- 075 _ 明白比聪明更重要
- 079 _ 别做拼命勤奋的人
- 084 _ 有些福不值得炫耀，有些苦不值得抱怨
- 089 _ 比智商和努力更重要的，是情商
- 096 _ 主动谈钱的人，才是聪明人
- 102 _ 有时候，请做一个“悲观”的人

Chapter
Three

一个人，活不成一支队伍

- 108 _ 一个人，活不成一支队伍
- 112 _ 心软不是善良
- 118 _ 你委屈的人生会变成毒还是药
- 123 _ 世界那么忙，没空针对你
- 127 _ 别替城市难过
- 134 _ 冷漠才是最大的失望
- 138 _ 我为什么从来不怕父母逼我
- 143 _ 完美永远只是假象，一地鸡毛才是生活常态
- 148 _ 我尝试了几件小事，拯救了很丧的自己

Chapter
Four

你最大的励志，是谁也翻腾不了你的人生

- 156 _ 我不会下来的 / when they go low, you go high
- 161 _ 旁观世界，也要投入世界
- 166 _ 女人最大的励志，是你翻腾不了我的人生
- 171 _ 你可以坚强，但不需要那么坚强
- 175 _ 你不用非得跟过去和解
- 179 _ 关于忍受 & 热闹

Chapter
Five

一辈子很短，和有趣的人一起，做了不起的事

- 184 _ 一辈子很短，只想在喜欢的人那儿安心做个傻瓜
- 189 _ 长大和变老
- 193 _ 趁还来得及，好好爱
- 198 _ 永远不要仗着被爱而成为可怕的人
- 202 _ 最大的本事，就是陪了你一辈子
- 206 _ 面对复杂，保持欢喜
- 210 _ 这世上最不功利的事
- 214 _ 把生活过成一首诗
- 219 _ 什么是真正的优越感
- 224 _ 让别人舒服，才是为自己好
- 228 _ 终有奔走红尘时，莫忘曾经是书生
- 233 _ 谁是因为饿才吃东西呢

Chapter

Six

哪有太晚，只有不为

- 240 _ 我们在焦虑什么
- 244 _ 如何消除焦虑
- 248 _ 最遥远的梦想，不过是最朴素的愿望
- 252 _ 哪有太晚，只有不为
- 256 _ 别问怎么办，你的人生请你自己想办法
- 260 _ 忙不是你一事无成的理由
- 264 _ 哪怕无人在意也要坚持完美主义
- 267 _ 正路过人间
- 270 _ 现在是多么好
- 274 _ 何必等来生
- 278 _ 未来发生的都是礼物

283 _ 后记：等得很苦，但绝不辜负



二十几岁，你要新陈代谢，更要野蛮生长



25 岁以后被生活打过的 32 个耳光

凌晨收到消息提示的时候，才知道原来今天是自己的生日。

稍微诧异了下，往年即使不特别在意也总归期待有那么些人记得自己，而在今天反而异常地平静、踏实、笃定。

28 岁，一个焦虑和尴尬的年纪。没人把你当小孩，但也没人太把你当回事。所有曾经发过的誓言、说过的志向，基本上都是以 30 岁为分界点的。

可是还能在这么短的时间内实现自己的而立心愿吗？很难。

但我依旧感到幸运，幸运地接受改变不了的事实，幸运地发现在尴尬、焦虑、迷茫中走过几年的自己，也算是终于窥见 25 岁之前并不屑于了解的人生真相。

所以这些想说的话，说给那一年站在 25 岁大门口的我听，也说给所有即将 25 岁和曾经 25 岁的人。

愿离开了青春的我们，始终年轻。

工作和人际

1. 很抱歉，这个社会就是不公平

年轻时候的我们，看什么都能看到不公的一面，愤世嫉俗的同时，也为自己的坎坷找一点心理的慰藉。可真的，社会本来就不公平，有人不仅比你美貌英俊，还比你有才华、有财富、有地位、有成就。认清这一点，之后的每一次收获也就成了馈赠。

2. 真心不一定能换回真心

以前的我，觉得信任一定能换来不被辜负，真心可以换来感同身受。在一次次伤心后渐渐明白，在很多人看来，你永远戴了另一张面具。所以，付出过的就付出了，不要太在意。对别人好就好了，不要期待别人的感恩和同等的回馈。

3. 做自己吧，不要在意别人的评价

无论你怀着多大的善意，仍会遭遇恶意；无论你抱有多深的真诚，仍会遭到怀疑；无论你呈现多少柔软，仍要面对刻薄；无论你多么安静地只做你自己，仍会有人按他们的期待要求你；无论你多么勇敢地敞开自己，仍有人虚饰一个他看到的你。

4. 比智商和努力更重要的，是情商

25岁以前，恃才而骄，觉得自己聪明又拼命努力，做什么都一定能做成。25岁之后发现，如果你学不会聪明地做人，学不会控制自己的脾气和冲动，学不会如何给人留下好印象，那么你会进步得非常艰难。

5. 学会不解释

无论是不是受了委屈，都不要着急解释，没有什么比结果更能让人信服的。

6. 努力不是什么值得骄傲的事情

你再努力，没有做出成绩，也不要一脸骄傲地拿出去企图获得人们的认同。别人轻松做成的是你大费周章仍未做到的，那只能更证明你的无能罢了。

7. 没有什么人理所当然要帮你

对所有给予你方便的人表示感谢，因为真的没有人必须帮你。而即使你曾经帮过别人，也别要求别人下一次必须帮你。只有等价的交换，才能得到合理的帮助。

8. 心软不是善良，是没原则没底线

不要做那个能原谅工作纰漏和体谅各种客观原因的人，你的无原则会带来对方的底线不断降低。一旦你发现越来越糟而意识到需要按照正常标准去要求对方，他们反而会觉得是你不可理喻。

9. 工作上交朋友，是一件需要运气和技巧的事

不要难过为什么同事和自己始终隔了层纱，不要郁闷为什么表面友好的同事背地里居然踩了自己一脚，不要对工作上的任何友情抱有过高的期望，可能一点利益就能让你们兵戎相见。

10. 最好的资源永远是势均力敌

如果你不够优秀，你的人脉大多是不值钱的。留个电话加个微信，到