

[韩] 韩东宪 & MICIMPACT
演讲文化公司◎著
王 佳◎译

「青春苦恼洽谈所」——韩国最有人气的演讲会实录
十位韩国名流关于「青春苦恼」的愚谈

青春， 不只是一场 路过



中国文联出版社
CHINA FEDERATION OF LITERATURE AND ART CIRCLES PUBLISHING HOUSE

青春， 不只是一场 路过

『青春苦恼洽谈所』——韩国最有人气的演讲会实录
十位韩国名流关于『青春苦恼』的恳谈

[韩] 韩东宪 & MICIMPACT
演讲文化公司◎著
王 佳◎译

图书在版编目 (CIP) 数据

青春, 不只是一场路过 / 韩国韩东宪&MICIMPACT演讲文化公司著; 王佳译.
— 北京: 中国画报出版社, 2015.6

ISBN 978-7-5146-1118-2

I. ①青… II. ①韩… ②王… III. ①心理学—青年
读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第262086号

"How to break free from the demands of others" by PARK KEON YOUNG

Copyright © 2013 ONE&ONE Content Group

All rights reserved.

Original Korean edition published by ONE&ONE Content Group.

The Simplified Chinese Language edition © 2015 Beijing read product joint culture media Co., Ltd.

The Simplified Chinese translation rights arranged with ONE&ONE Content Group through EntersKorea Co., Ltd., Seoul, Korea.

著作权合同登记图字: 01-2014-8488

出 版 人 : 于九涛

责任编辑: 李 媛

出版发行: 中国画报出版社 (中国北京市海淀区车公庄西路33号 邮编: 100048)

开 本: 16开 (700 × 1000)

印 张: 14.5

字 数: 150千字

版 次: 2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

印 刷: 三河市九洲财鑫印刷有限公司

定 价: 35.00元

总编室 (兼传真): 010-88417359 版权部: 010-88417409 发行部: 010-68469781 010-88417417 (传真)



没有苦恼的青春不是青春

没有苦恼的青春违背了青春的正确定义

没有经历过极度烦恼、没有努力寻找过答案的青春不算是青春。但是，我们慢慢地发现，社会不允许我们的青春充满青春的烦恼。很多人认为有烦恼意味着自己很懦弱、很无能。青春不允许我们有这样的浪漫——看着凌晨的星星，与它们分享自己的烦恼。

但是，假如青春没有经历过烦恼，将会给未来带来更大的混乱与痛苦。就像挨鞭打，早晚都要挨，还是先挨比较好；事故也一样，先发生总比后来发生好；烦恼也一样，在应该有烦恼的时期烦恼才好。

“青春苦恼咨询会”，疲惫青春的憩息地

这是年轻人真挚地分享不能随处诉说的烦恼并得到共鸣的时间，我想青春需要这个时间。即使无法找到明确的答案，相对而视分享自己的私密烦恼，点头表示赞同，感受彼此，就足够了。

将烦恼从暗黑的地方拉到明亮地方那一瞬间，把自己的烦恼与他人分享的瞬间，就能找到自己心中的答案。就这样，疲惫青春的憩息地——“青春苦恼咨询会”诞生了。

青春不是拥有，而是放弃

一般心理咨询以“拥有梦想”“点燃热情”“挑战一下吧”的方式劝导。这样的方式虽然在开始的时候能给人以安慰和鼓励，使人下决心努力去做好某件事，但归根结底并没有给大家指明方向，很快就会使人再次徘徊、漂流。那些劝导确实具有美好的意义和意图，但与此同时，这些启蒙性的名言也使青春变得充满负罪感，使人陷入更深的抑郁之中。一直跟随社会的潮流，不断地努力得到、再得到，最后，虽然得到了，但也使青春陷入更深的烦恼中，这么看来，我认为“这也许不是答案”。

既然如此，不如痛快地放弃，怎么样？放弃因社会偏见产生的“自卑”、因失败产生的“伤痛”、因急于求成产生的“急躁”，留下完全放空的自己，这时我们才能真正地面对烦恼。只有把“自卑”“伤痛”“急躁”等青春的负担扔进垃圾桶，我们才会感到轻松，才能获得新的力量。

在这里，有10位导师与我们一起分享烦恼。这10位导师会针对恐惧、妥协、资格证明、急躁、界限、伤痛、自卑、孤独、懒惰、后悔这“青春需要扔掉的10件东西”做出讲解。他们不是用温柔、甜美的话语去安慰大家，而是给出使人振奋精神的、发人深省的、活生生的现实名言。不要再因执著使自己陷入疲惫了，一起掏空内心感受清凉吧！毫无顾忌地、一次性地、畅快地倒出那些一次都没有说过的和不能对任何人说的烦恼。

因无法预料的未来而感到苦恼、因无法扔掉任何东西而停滞不前、陷入与时代脱节状态下的年轻人，一味地听着安慰的话是无法生存下去的。现在，青春需要的不是花言巧语式的安慰，而是经行动检验过的现实箴言。这些箴言，听的话让人悲伤，不听的话让人痛入骨髓！

韩东宪



前言 没有苦恼的青春不是青春-1



恐惧

害怕？先跑起来再说！ 张恒俊（电影导演）-1



妥协

叛逆的青春 柳载显（文化策划人）-23



资格证明

用实力证明自己 刘秀妍（讲师）-45



急躁

不是所有花都在春天盛开 洪智敏（演员）-71



界限

打破自己制造的界限 朴申英（教育顾问）-91



伤痛

拥抱才会消失 金慧楠（教授）-119



自卑

不是别人给的，而是自己的错觉 金洪信（小说家）-139



孤独

孤独到了什么程度 刘仁静（记者）-159



懒惰

因为没力气形成的病 文耀韩（医生）-181



后悔

机会的另一种表现 金泰元（谷歌职员）-205

后序 扔掉的越多，得到的就越多-222



恐惧

害怕？先跑起来再说！

张恒俊

张恒俊 电影导演、电视剧制作人，毕业于韩国首尔艺术大学戏剧系。本来想读电影系的张恒俊因为误填志愿，阴差阳错地被戏剧系录取了。从戏剧系毕业后，张恒俊恳求电影系教授给自己介绍一份和电影有关的工作。可是，等了很久都没有消息，他并没有因此而放弃，而是固执地一再恳求教授和师母帮助自己。他的执著终于打动了教授。教授给他推荐了一份和电影有关的工作，是电影制作所的一份工作。不幸的是，他的第一份工作只做了5个月，这家电影制作所就倒闭了。失业后，他求一个影视圈的前辈帮他推荐工作。这次，他很幸运，恰好有位FD（Floor Director，现场指导）辞职，他就填补了空缺。因为是团队的新人，他当时做的就是为其他前辈冲咖啡等一些琐碎事务。但每当空闲的时候，他就会在一旁写剧本，他期盼着有一天能成为一名作家。终于，功夫不负有心人，他的剧本入选了，他以电视剧作家的身份出道了，后来一直以影视剧作家的身份发展着自己的事业。3年后，他又跻身于演员行列，出演了自己的第一部戏。

他的作品《朴凤坤离家出走事件》讲述了平凡的主妇们通过欢快的探戈、民谣、恰恰排泄心中的郁闷，满足自己的表现欲的故事。他是张弛、韩智胜等超级喜剧导演唯一想要合作的作家。他的喜剧作品富有人情味儿，把日常生活趣事表现得淋漓尽致。代表作有《点燃打火机》（导演）、《吹吧，春风》（编剧/导演）、《喜欢热情》（演员）、《战争的礼节》（导演）、《肮脏的社会》（导演）、《死因》（Sign）（编剧）。



韩东宪：大家好，我是Micimpact（公司名称）的韩东宪。一年来，我一直在准备“青春苦恼咨询会”，今天它终于与大家见面了。

人生有失必有得。让我们向充满欲望的世界理直气壮地高喊：“放下执著吧！”孔志英作家在《修道院行记》中曾经这样说过：“若想得到金子，先要放弃心中的银子；若想得到钻石，先要放弃历尽艰辛得来的金子；失去亦是得到。但放弃并不是件容易的事，很多人担心放弃以后将变得一无所有。生活在这个时代的人，害怕空虚，所以显得更加执著。”

那么，我们要放弃的是什么？又是什么最让我们难以放弃？我很好奇是什么样的烦恼使青春的心变得如此沉重。为此，Micimpact和Gmarket（韩国网站）联手，针对全国（韩国）1000名年龄在20~29岁之间的青年男女做了问卷调查。调查结果显示，使青春变得沉重的原因有10个，其关键词分别是：恐惧、妥协、资格证明、急躁、界限、伤痛、自卑、孤独、懒惰、后悔。大家都同意吧？下面，我要以每个关键词为主题，为大家具体说明。

这里有个垃圾桶，里面装着什么呢？对，是“恐惧”。“恐惧给自己带来了什么恶劣影响？”我们针对这个问题进行了一次问卷调查，调查结果如下：

- ① 连试都不试就选择放弃：33.93%
- ② 世界上似乎没有比我更差劲儿的人了：30.23%
- ③ 交际疲劳症患者，逃避与人的交流：19.95%

④ 不愿意听任何鼓励自己的话：15.89%

对未来的未知、对现实的不满足的确使人感到恐惧。如果一直这样，我们就只能生活在恐惧中，停滞不前。现在，我们把“青春需要扔掉的10件东西”中的第一件——“恐惧”扔掉吧！

大家一定很好奇，在这一章节中谁会跟我们一起分享恐惧的苦恼？他是电影导演、影视剧演员、综艺节目主持人，是位全能者！他改编、导演、出演过很多影视剧，比如《加油站被袭事件》《喜欢热情》《场面人生》《点燃打火机》《祈祷丰年》《北京饭店》《幽灵》等。他27岁成为影视剧作家，后成为电影导演，他就是热情、爽朗的张恒俊导演。



张恒俊：很高兴见到大家，我是张恒俊。首先，请允许我作一下自我介绍。1969年我出生在韩国大邱，家中有两男一女，我排行老二。我的父母收入丰厚，只偏爱我这个学习成绩很差的二儿子。如果父母没有给我请家庭教师补习功课的话，我想我连高中都考不上。我学习成绩差，没有运动细胞，画画也不好看，对音符啊、节奏啊这些东西更是一窍不通。这就是我，一个毫无特长的人。

可是，我并没有因为自己毫无特长而感到自卑，我在父母的细心呵护下快乐地成长着。但是我的快乐也会因亲戚间的比较而大打折扣。我

的堂兄弟姐妹们要么学习成绩好、要么擅长画画、要么擅长运动，而我却什么都不擅长。从小时候起，我在人群中就只是个旁观者，只能在他们的身旁为他们鼓掌喝彩。跟我同龄的堂兄弟姐妹一共有4个，他们的成绩都很好，都考上了理想的大学，其中有一个以第一名的成绩考入了法律大学，真是羡煞旁人，还有一个成为了医生。不过，这些都跟我无关。我有一个大家族，我特别讨厌小伯父带着亲戚来我家，从他们踏进家门的那一刻开始，我就觉得自己像是从天堂掉进了地狱。小伯父总是发出超高音的笑声，对我说：“俊啊，你这次考了多少名啊？”每次都不等我回答就开始炫耀自己的孩子不仅得了全校第一名，还得了国际大奖。

小伯父总是用看傻瓜的目光看着我，嘴里还念叨着：“哎哟……”

“你现在在做什么？”

“听说还在上学啊。”

“嫂子，俊这样能考上大学吗？”

听起来似乎是在关心我，但厌恶感却从我的五脏六腑里肆意流出。每次亲戚从家里走后，我的愧疚感就会悄然而生。小学6年里我只写过5次作业。是真的，朋友们写作业的时候，我就自己一个人玩儿。在学习成绩普遍优秀的家族里，学习不好的孩子是最孤独的，而我就是那个最孤独的孩子。

那时候，学习成绩差是最令人羞愧、令人耻辱的，每次看到亲戚们我都觉得自己濒临崩溃。还好我的父母很开明，父亲总是在亲戚们离开

恐惧

害怕？先跑起来再说！

后拍着我的肩膀对我说：

“爸爸的学习成绩也很差，不也当了老板吗？成绩差没关系。”

这句话支撑了我的人生。不过，虽然爸爸一直安慰我说“没关系”，但他还是为我请了家庭教师来家里为我补习数学和英语。

但是，在我小学五年级的时候，韩国前总统全斗焕颁布了课后辅导禁止令。这件事对我的影响有多大是你们无法想象的。

“啊，这个总统真是太棒了！”

“太好了，真有魅力，和这个政策一样有魅力。”

我非常激动，以为可以不用学习了。



然而，事情并非如我所愿，我的父母并没有给我喘息的机会，他们



不顾法律规定，给我安排了秘密课后辅导。其实，那时候真的很严。打个比方，假如我的父亲是位公务员，一旦被发现请辅导老师补课，一定会被辞退的。

我曾经对妈妈说：“如果再给我请辅导老师，我就去投诉你们！”妈妈无奈地说：“我怎么教出这样的儿子？”如果用现在的物价衡量，父母每个月要给我花几百万（韩币）的补课费，是相当贵的。

我的课后补习生活是在高中时代结束的，那时候我终于从补课的深渊中挣脱出来了。

1930年，我的父亲出生于坐落在日本大阪的韩国村。因为是韩国人，在日本受到差别对待。14岁的时候，父亲终于回到韩国。但是，那时的父亲得一个人照顾所有的弟弟妹妹。爷爷一个月才回来一次，也只是说一句不着边际的话：“又长大了不少！”父亲是长子，除了要照顾弟弟妹妹，还要冲在事业的最前线。首尔的蚕室中有四分之一是我们家的，我们家族同时也开发富川地区。

有一天，父亲问我想读哪所大学。假如我的成绩好，我一定会在深思熟虑后回答，可我的成绩很差，便敷衍道：“牛津。”爸爸说：“嗯，知道了。还有其他想去的大学吗？就只想去牛津，不想去哈佛？”

后来有一天，一家人坐在一起吃早饭的时候，父亲说：

“老婆，打听一下去高丽大学需要多少钱。”

妈妈说：“俊啊，高丽大学可以吗？”

我说：“嗯。”

不幸的是，从那天以后，我们家破产了，彻底破产了。

家里破产前，我曾有过不着边际的想法。司机叔叔和在家里打工的人特别羡慕我：“你以后要继承父亲的事业，不用为钱烦恼，多好啊！”我也曾对自己的人生没有任何担忧，就那么随意地花钱。家里破产的时候我真的很害怕。啊，我该怎么办？我什么都不会做，我也不可能突然学会。

后来，我选择了“做电影”。我苦思冥想自己在哪方面比别人优秀，最后发现自己“善于说谎”。“善于说谎可以做什么呢？对，可以做电影。”“我要去使人兴奋、哭泣、欢笑的谎言世界。”当时就是那样想的。从那时起，我觉得自己应该成为一名电影导演。

高三时，首尔只有两所学校开设戏剧电影专业，整个韩国也只有4所学校有这个专业而已。可以想象竞争多么激烈。

当时我真的非常畏惧，本来觉得自己找到了方向，可是，要考进去真是太难了，竞争着实激烈。另外，如果读这个专业，就无法学到其他技能，如果不从事电影行业，就找不到其他工作。就像体育部的





人，如果不擅长运动就没有事情可以做。

我因为恐惧而迟迟无法做决定。真的很恐惧。我也想过是不是应该顺着父亲的意思，哪怕找个公司，也要去赚口饭吃。

模拟考试结束后，伙伴崔庆日掏出两张票提议一起去看电影。那部电影实在是太感人了。看完后，我的脑子里一直浮现着一个想法——“啊，我想做那样的事情，很想做。”

“人群中是否有随心所欲的人呢？”

不管怎样，如果四处奔波不是成功的保障，那么，不如做自己想做的事情。如果埋葬青春，不如做自己想做的事情，为想做的事情埋葬青春。我想起一句话——“与其被疾驰而过的乞丐打，不如被自己的朋友打。”

我去找父亲说了自己的想法，作好挨打的准备。

“父亲，我要考戏剧电影专业。”

父亲沉默了一会儿，说：“有想做的事情就好，好吧，去试试吧。”可是，父亲又说：“那是什么专业啊？”

不管怎样，二儿子有“想做的事情”在父亲眼里非常新奇。得到家里的全面支持后，我竟然幸运地考上了首尔艺术大学戏剧系。当时的首尔艺术大学是两年制大学，学校构成非常简单。学校里的人只有3种身份，即教职人员、新生、准毕业生，如果在屋顶开一枪，这3种人中一定会有一种中弹。换句话说，刚进学校大门就要准备出去了。

我从入学开始就觉得害怕，因为第二年就要毕业了。为了能顺利

就业，我到处“拜师学艺”。我不但学习自己的专业课，还去学习电影专业、文学创作专业、剧院专业等其他专业的课程，我从早上8点到晚上11点一直在学校里生活。为了知道我应该学什么，那个专业有什么值得我学习的，我还为自己制作了一张学习时间表。因此，我根本没有时间去散布谎言，也没有时间和朋友出去玩儿。没课的时候，我就去法国和德国文化园的电影资料室翻看资料。我还开始看一些如何写剧本的书籍。

就这样，我毕业了。我戏剧性地、玄玄乎乎地“啪”地掉落在社会里，看见了一直忧虑的汪洋大海。没有船，没有救生衣，没有潜水服，我没有任何一种可以越洋的装备。面对波涛汹涌，我别无选择，只能积极面对。

我开始到电影公司找工作。我一家一家地找，敲了无数次门。我想如果一直找下去，总会找到的。演员的工作也一样，如果一直去找，一定能找到。给他们买2000元（韩币）的橘子，他们吃了橘子后一定会答应请求。那时候我感觉到了人类的怜悯之情，似乎听到了他们的感叹：

“啊，我也那样过，我也有过恐惧感。啊，又是那孩子在敲门啊！原来他不是守株待兔的孩子啊！”我当时当然害怕了，担心对方会大喊，自己会被赶走，可是，如果不试一试怎么知道是否可以呢？

历经波折后，我向电影界迈出了第一步。电影公司倒闭后，我又以FD身份进入电视台，后来成了综艺节目的制作人，又成了电影编剧，最后成了一名电影导演。一目了然吧？