

每个人都有自己的人生感悟，每个人彻骨反思后都有为自己的过往总结。  
你是否也曾问过自己：我为什么活着，我活着是为了什么？  
似曾相识的生活经历，感同身受的人生感悟，只为答案。



# 每个人都是 哲学家

章晶 ◎著

没有解决不了的问题，只有解决不完的问题

# 每个哲学家 都很累

Every man is a philosopher,  
and every philosopher is tired.

影响你  
未来二十年的  
谋生关键

学校没教  
但你一定要看的  
实用生存指南

群言出版社  
QUNYAN PRESS

# 每个人都是 哲学家

章晶◎著

没有解决不了的问题，只有解决不完的问题

# 每个哲学家 都很累

 群言出版社  
QUNYAN PRESS

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

每个人都是哲学家, 每个哲学家都很累 / 章晶著

. -- 北京: 群言出版社, 2015.7

ISBN 978-7-80256-778-8

I. ①每… II. ①章… 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 (2015) 第 133843 号

---

责任编辑: 侯莹 李群

封面设计: 天之赋

出版发行: 群言出版社

社址: 北京市东城区东厂胡同北巷1号 (100006)

网址: [www.qypublish.com](http://www.qypublish.com)

自营网店: <http://qycbs.shop.kongfz.com> (孔夫子旧书网)  
<http://www.qypublish.com> (官方网店)

电子信箱: [qunyancbs@126.com](mailto:qunyancbs@126.com)

总编室: 010-65265404 65267783

编辑部: 010-65138815 65262436 65276609

发行部: 010-65263345 65263836

市场部: 010-65220236 65265832 (读者服务)

经销: 全国新华书店

法律顾问: 北京市君泰律师事务所

印刷: 三河市祥达印刷包装有限公司

版次: 2015年8月第1版 2015年8月第1次印刷

开本: 787mm × 1092mm 1/16

印张: 16

字数: 300千字

书号: ISBN 978-7-80256-778-8

定价: 32.80 元



【版权所有, 侵权必究】

## 引言

无论生命的道路上多么忙碌，不妨忙里抽闲让自己停一停、静静心，回头看看最初的起点，向前望望最终的归宿，然后带着一个从容的自己，走上漫漫的人生道路。

——于丹

人生是一个多元方程式，生存是一元，发展是二元，梦想是三元……每一元解的过程都很累，可能需要你付出异常艰辛的努力。

生存很累。你满怀希望和信心踏入社会，却发现自己只有背影没有背景，只能在几份差不多的工作中挑选一份，每个月拿着微薄的收入，除去房租、饭费、交通费以及其他日常开销，兜里所剩无几，卡里从未超过五位数。这才明白，原来在现代社会生存仍然是一件不容易的事情。

房价一路上涨，工资依然原地踏步，结婚买房子要么啃老，要么当半辈子房奴；汽车便宜了，可排队摇号你等得起吗？地沟油、三聚氰胺走了，塑料药丸来了，食品隐患让我们提心吊胆……

发展很累。一年中你可能会换5家甚至更多家公司，跳槽的过程被你郑重其事地称为不断完善职业技能和专业技术的过程，可是当你站在一个更大的平台上明确地应聘一个同行业主管类的职位时，才发现自己“样样通，样样松”。原来并不是心有多

大舞台就有多大，你有多少斤两只能吃多少饭。

中专毕业满心欢喜，以为国家给分配工作，孰料遇上教改，要求“自力更生”，金豆豆变成了玻璃球；本科毕业了自以为很牛，可是应聘的时候才发现企业招聘人员的眼光高了，挑了，本科成为过去式，研究生成了香饽饽；好不容易熬到研究生毕业，对方嫌你年龄大，没经验，看看那些初中就辍学的人，混得风生水起，再也hold不住了……

梦想很累。告别年迈的父母，踏上南下或北上的列车，只身一人，追逐梦想。感冒了，没人照顾，没钱了，开水就馒头，梦碎了，重头再来……可是到头来有多少人知道梦想是什么！理想很丰满，现实很骨感，你一天24小时围着工作转，也未必能有成绩，受重用、获升迁。

过得比“月光”还穷，活得比“劳模”还累，梦想原来是什么还是什么，现实原是怎样还是怎样。别人开奥迪车，用迪奥牌，你却只能上超市买包奥利奥；别人买别墅，住山庄，你却只能和中介磨破嘴皮，住进廉租房；你怨天尤人怪政府，到头一场空……

生存难，发展累，梦想远，有时候忽然心灰意冷，自己看似像哲学家一样解答着人生的重要课题，可你却是一个很累的哲学家。然而不这样，你也没有其他办法。原来哲学家虽然生得伟大，活得也很憋屈。

你在自己的思想中偏安一隅，可是现实并不像你期望的那样，有时候很纠结，这也错那也错事事都错；有时候很沉重，自以为真理性的东西忽然被别人颠覆，不知道何去何从；有时候很死板，是什么就是什么，不懂得变通；有时候很较真，总要弄明白先有鸡还是先有蛋，到头来越来越乱。

《武林外传》中有一句经典台词：“生活如此美好，我却如此暴躁，不好不好。”的确如此，多一分淡然，少一分欲望；多一分宽容，少一分嫉妒；多一分理解，少一分争执；多一分自我，少一分纠结；开开心心就好，世事豁达你才可以持续发展。

本书向读者传达了一种人生理念，不必像哲学家活得那样累：生活不必愁，工作不必忧，爱情不必争，为了理想向前冲，只要你放开心胸，像阿甘一样“二”，像阿Q一样“Q”，容得下别人，纳得下自我，你就会发现，“累死”悄然溜走，“乐活”不请自来。

# 目 录

---

## CONTENTS

### 生得伟大，活得憋屈

——你为什么活得像哲学家一样累？

1. 理想很丰满，现实很骨感 .....	2
2. 每个人都是梦想家.....	6
3. 玻璃窗前的苍蝇.....	10
4. 不受欲望奴役，不被疲劳打败 .....	14
5. 不为芝麻大的事儿计较.....	19
6. 与其杞人忧天，不如坦然面对 .....	23
7. 因为没钱，没有安全感 .....	27
8. “变态”的攀比心理要不得 .....	31

### 做正版的自己，不做盗版的别人

——你还在像哲学家那样纠结吗？

1. 像阿基米德一样自信 .....	36
2. 你走你的过街天桥，我走我的地下通道 .....	40
3. 你需要适当地表现自己.....	45
4. 坦然接受别人比自己强.....	49
5. 哥不是“软柿子”，你想捏就捏 .....	53
6. 不羡慕别人，也不贬低自己 .....	57
7. 不是“富二代”，但可以“富内在” .....	61
8. 断臂的维纳斯，缺憾也是一种美 .....	66

## 想做“奴隶”而不得，只有生存没有生活 ——为何哲学家累着却依然穷困潦倒？

1. 比“月光”更穷，比“劳模”更忙 ..... 72
2. 左肩挎着爱马仕，右手拿着iPad挤地铁 ..... 76
3. 今天，你“丁克”了吗？ ..... 80
4. 孩子尚小，父母已老 ..... 85
5. 新生“宅居士” ..... 89
6. 沦为房奴那一刻，觉得累也值得 ..... 94

## “围城”内外，爱与不爱都成负累 ——哲学家的浪漫爱情为什么都成苦情？

1. 长得帅不能当卡刷 ..... 100
2. 只有一颗陪你到老的心 ..... 105
3. 爱情快餐不是你想吃就能吃 ..... 110
4. 结婚，你不止是嫁给一个人 ..... 115
5. “细节打败爱情” ..... 120
6. 婚姻不能承受之重 ..... 124
7. 没人牵手，我就揣兜里 ..... 129



## 别打扰哥，哥只是个传说

——哲学家不食人间烟火累了谁？

1. 我只不过撒了个小谎，就骗过了你和全世界 ..... 134
2. 哲学家的“面子”不值一毛钱 ..... 137
3. “我只是把自己做好” ..... 141
4. 放下恩怨，你才能走得更远 ..... 145
5. 你很牛×，为何在百度上搜不到你 ..... 149
6. 每个较真的哲学家都“死”得很惨 ..... 153
7. 神仙也知道顾及他人的感受 ..... 157
8. 懂得低头，学会与现实和解 ..... 162

## 心表示“鸭梨”很大，只因该放下的放不下

——每个哲学家的心都千疮百孔

1. 他虽“二”，可收获却不少 ..... 168
2. 不念过去，不畏将来 ..... 172
3. “我的胸部又大了” ..... 177
4. 她包包上的LV，拼音读“驴” ..... 181
5. 幸与不幸，自己做主 ..... 185
6. 不用发脾气，别人也知道你年轻 ..... 189
7. 你需要修一颗平常心 ..... 195

## 换一种活法，从“累死”到“乐活” ——别再向哲学家那样无病乱呻吟

1. 青春是一只壁虎..... 200
2. 开心了就笑，不开心了就过会儿再笑..... 204
3. 绳子可以用来上吊，也可以用来攀岩..... 208
4. 生活如此美好，有吃有喝有电脑..... 211
5. 最穷无非讨饭，不死总会出头..... 216

## 要么在劳累中沉沦，要么在苦难中奋起 ——哲学家也有春天

1. 活着就是为了做有意义的事..... 222
2. 我要努力实现梦想，以弥补小时候吹过的牛..... 226
3. 我有一筐的愿望，却等不到一颗流星..... 230
4. 人家有背景，咱有的是背影..... 234
5. 只要心还愿攀登，就没有到不了的高度..... 240



Chapter

# 1

## 生得伟大，活得憋屈 ——你为什么活得像哲学家一样累？

人生在世，不必计算有多少事等着你去做。  
累了、乏了，让心靠岸，歇一歇，停一停，权当  
是给自己鼓气加油了。然后再轻装上阵，也许你  
会走得更快，更远。

## 1. 理想很丰满，现实很骨感

相信80后、90后中的每个人在小学的时候都写过作文——《我的理想》。写的最多的也就是想成为教师、科学家、工程师或医生，这些在当时看来最伟大的职业。其实几年级的小学生未必理解其中的真正含义，只是觉得这样的理想符合主旋律，也会赢得老师和父母的赞扬。

写起来很简单，可是真正用自己毕生精力去追求的，又有几个呢？工作之后才发现，理想很丰满，现实很骨感。不是有了美好的憧憬再将其变为现实，而是现实摆在面前了，才去回味儿时残存的一丝丝理想。

工作后发现，学生时代的“三好学生”未必就比顽皮捣蛋、成绩不好的“差等生”混得好，这时我们得出了这样一个结论：情商强于智商，人脉比学历重要，权力胜过能力。有能力，不一定就有权力，但是有权力，就可以驱使能力。《武林外传》里面有

句很经典的台词：“我上面有人。”说的就是这个道理。

遭遇这样的现实后，有些人便开始怨愤，觉得社会对自己很不公平，觉得自己怀才不遇，产生了羡慕嫉妒恨的心理。终于有一天，你抓住了一个能够“同流合污”的机会，你那不堪一击的价值观和人生观，在和权力与金钱的角逐中，立刻消失得无影无踪。这时回过头来想想，当初的自己不过是“吃不到葡萄说葡萄酸”罢了，等到葡萄真正地放到嘴里时，有几个人还能想起当年的理想和信仰？

理想之所以美好，是因为它是人们向往的一种人生境界，而现实却是我们不得不面对的一种结果。理想与现实是有差距的。要想实现理想，脱离不了人与人，人与社会，以及自己与自己的关系。而很多人在谈理想的时候，往往忽略前两种关系，认为自己付出就可以了，一旦发现前两种关系的重要性，便陷入了迷茫。

这时候你需要放弃一些东西，也就是要让自己适应社会，而不是改变社会。

近几年掀起了一股“留学热”，越来越多的中国学生选择出国“镀金”，以便回来找个更好的工作，但是回国后能够找到自己理想的工作和待遇的人并不多。

小雨在2011年7月毕业于美国一所知名大学，之后便开始了回国找工作的生涯。经过半年多的努力，终于找到了一个负责留学咨询的工作。当别人问起他回国后的求职感受时，他只说了一个词——沮丧。

首先是小雨从事的工作与留学时所学的专业几乎没有关系，他在美国学的是经济管理，而目前主要从事的是留学咨询和文案

策划方面的工作。况且薪资与他的理想也是相去甚远，月薪也才3000元。除此之外，他还发现“海归”的经历有时候根本帮不了他，很多民营企业主觉得自己公司的岗位根本用不着“海归”，而且从海外回国的人在薪资方面要求比较高，所以他们会直接将其投递的简历Pass。

“出国前，家人都觉得留学背景对回国后找工作有很多好处，但是没想到理想与现实的差距这么大。我在美国待了4年，除了奖学金和打工的一些收入，总共花费差不多有60万元，而按照现在的薪资，至少要工作十年以上才能收回留学时的成本。”对于自己目前的现状，小雨表现出些许的无奈。

其实，制约这些“海归”不好就业的一个重要因素，是他们大多对就业的城市和企业比较挑剔，都会选择大城市和大型企业，无形中便加剧了竞争程度。

所以，最好的办法就是要不断地充实自己，这样才能找到理想的工作，刘林在这方面就做得很好。

现年25岁的刘林，回国的时间还不到半年，但是他已经被上海、广东等几家公司看中，而且待遇颇丰，之所以一直没能定下来，是因为刘林的意愿与父母的期许没能达成统一。现在他准备进入金融界，而且目前有五家银行向他发出了邀请，他正在选择中。

那么，刘林为什么这么幸运，当别人在各类招聘会现场穿梭时，他却能被几家企业同时看中？

“任何机会都是留给有准备的人。”刘林一语道破“天机”。他在加拿大拿到了本科和研究生的学位，而且在校期间年

年都拿奖学金，可见他的成绩是多么优秀。入校的第二年，刘林便开始担任学生会主席，主要负责帮助华人新生解决一些生活上的困难，协助大使馆搞一些庆祝活动等。他的领导能力、组织能力以及沟通能力就是在这期间锻炼出来的。

在校期间，刘林还利用寒暑假的时间做了很多兼职工作。这些经验的积累都是他成功就业的砝码。

“理想很丰满，现实很骨感”这是现代人经常挂在嘴边的经典语句，很多人都在理想与现实中徘徊、挣扎。

中国大哲学家孔子年轻时想从政，但对政坛的黑暗没有足够的认识，一心只想实现自己的理想，没有考虑到各方面的困难，最后只能黯然离开。孔子后来周游列国，历尽沧桑，回国后便不再涉足政坛，而是一心扑在教育上。

孔子到了晚年才看清理想与现实的关系，才明白他应该从事的是教育，而不是政事，他教育出来的弟子不断地将他的思想传播出去，从而影响了更多的人。

所以要想实现自己的理想，首先要转变思想，行动起来，不要一味地依赖别人或是千方百计地想着改变别人。其次，做任何事要考虑行动的可行性。如果你的计划可行性不高，或严重脱离现实，那么就会造成非常混乱的局面。最后，一定要和身边的人和同行业的人搞好关系，建立起强大的人脉，这样你的成功也就指日可待。

总之，你要认清理想与现实的大概路径，这样才能保证你的方向是准确的，理想才会越来越近。

## 2. 每个人都是梦想家

微博里，一个博友用随笔的形式，简单朴素地叙述了一年  
前，他来北京参加艺考培训的一段经历。他写到：“看着‘北京  
广播学院’的牌子，突然感到梦想是如此神圣，却又触手可及。  
我决定要在这里创造出一片属于自己的天地。”

一年后，他的演员梦醒了，带着一个失落的结果，去了北方  
的一个小城市。在那个鲜为人知的小地方，交了女朋友，工作、  
生活，过着平淡而温馨的日子，比起在北京的生活，少了一份为  
梦想而拼搏的激情。过于平淡的生活，总会让他忍不住想起在北  
京的那段时光，那时虽然艰苦，他却没有半点悔恨。正像他自己  
所说，那些珍贵的记忆虽然已经成为陈年往事，可不管什么时候  
想起来，心中都会感到无比地温暖欣慰。

其实，现实生活中有很多这样的年轻人，曾经为梦想写下种  
种铿锵有力的誓言。他们坚信有付出就必定会有回报，最终却因  
为现实的残酷，粉碎了自己的梦想，开始另一段平凡的生活。



每个人都是伟大的梦想家，都有着远大的抱负，但是生活不会像文字那样感性，它现实得让人应接不暇，且无法逃避。如果每个人都能实现梦想的话，这个世界就会变得混乱无章。如果每个人都能轻而易举地打拼出属于自己的天下，那么又有谁会为别人打工？一个人总不能做完所有的工作，还需要员工吧。

大多数人都在平淡的生活中，为了生计而四处奔波，对于他们而言，梦想简直是奢望。只有少数人才能实现自己的梦想，这个概率也就是百分之零点几。

在当今社会，每个人的梦想，不管大小远近，都有醒来的可能。关键是梦醒后你的态度，你是一蹶不振，从此自暴自弃，还是重新振作，另谋出路。

电影《谷子与鲻鱼》里面的主人公贝吉，是个法国移民者，他离婚后独自住在一家小旅馆，生活虽不富裕，却很充实。不幸的是，他因年迈而失业。为了给儿女打算，贝吉便有了将旧船造成餐厅的想法。他的前妻、儿女都给了他有力的支持与帮助，即使有来自政府和同业者的重重阻力，他这个计划仍然进行得非常顺利，就等着试营业的那天了。

可惜，在这个身不由己的社会中，有时候付出未必就会有回报，梦想未必就一定会实现。贝吉的餐厅终于等到了试营业，当地的权贵也都来捧场，这为餐厅生意以后的火爆奠定了基础。他的亲朋好友都心甘情愿地为这家餐厅张罗着一切。可是就在关键时刻，贝吉的大儿子悄然离去，而且将餐厅的招牌菜“古斯古斯”的重要配料——米饭——也带走了。

试营业陷入了尴尬的困境，客人们此时等得有点不耐烦了。