

A person with a backpack is riding a bicycle on a beach at sunset. The sky is a mix of blue, purple, and orange, with the sun low on the horizon. The person is in silhouette, leaning forward on the handlebars. The ocean waves are visible in the background.

不要
让未来的你
讨厌现在
安逸的自己


邹衍
陈伟◎著


努力创造机会，
坚持缔造成功
人生于忧患，而死于安乐
远离安逸的温床，
到达更好的自己

中国纺织出版社

不要
让未来的你
讨厌现在
安逸的自己

邹衍
陈伟◎著



 中国纺织出版社

内 容 提 要

一个人如果年轻的时候不努力积累人生的资本，也许到了年迈的时候要花费加倍的时光才能尽量弥补。尤其是现代社会生存原本艰难，我们更要未雨绸缪，提前谋划人生。

很多年轻人都以年轻作为人生的资本，殊不知，人生如同白驹过隙，弹指一挥间就悄然远走。哪怕现在年轻的你，也不要随便便就因为贪图安逸，而浪费了本该奋斗和拼搏的岁月。否则有朝一日，你一定会抱怨自己为何年轻的时候不努力，才导致年迈的时候徒伤悲！

图书在版编目 (CIP) 数据

不要让未来的你，讨厌现在安逸的自己 / 邹衍，陈伟著.
—北京：中国纺织出版社，2018.4
ISBN 978-7-5180-4853-3

I. ①邹… II. ①邹… ②陈… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第056733号

责任编辑：闫 星 特约编辑：李 杨 责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010-67004422 传真：010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博http://weibo.com/2119887771

三河市延风印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2018年4月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：13

字数：118千字 定价：36.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换



前 言

人人都羡慕成功者荣耀加身，头顶光环，而且还名利双收，生活也由此上升到更高的档次。甚至有人曾经无数次幻想，假如自己的父亲是某位掌握重权的官员，或者是和马云一样了不起的商人，那么自己的人生又将会怎么样？毋庸置疑，不管是官二代还是富二代，他们一出生的起点甚至比普通人奋斗一生的终点还要高。然而，现实生活告诉我们，很多富二代、官二代甚至包括近些年兴起的星二代，未必从娘胎里就会给自己带来璀璨夺目的人生，他们也有可能因为各种优越的条件，反而陷入懈怠的人生态度中，导致人生来了大反转，一改父母红红火火的势头，反而渐渐地没落了。

常言道，富不过三代，其实就是考虑到孩子们如果出生时环境过于优渥，说不定会导致其萎靡不振，缺乏斗志，也使得人生陷入被动之中。反而是那些穷苦人家的孩子，因为没有什么可以依靠的，所以凡事只能靠自己，也就不得不振奋精神，勇敢无畏地迎着人生走过去。

既然提起马云，就不得不说说马云当初创业的经历。在现代社会，几乎每个年轻人都会网购，也都离不开淘宝和天猫。这都是马云的功劳，让人们足不出户就可以买遍全世界。在享受便捷的网络购物的同时，还有多少人记得马云当初创业的艰难曲折呢？那些羡慕马云的人，梦想着有个爸爸叫马云，要知道马云曾经入不敷出，不得不到路边摆摊，才能坚持下去。在刚刚创办阿里巴巴时，马云经济上非常困难，为了节省开销，他不管去哪里都是

乘坐自带的“11路车”，连打出租都舍不得。有一次，马云带着下属们去采购，因为东西太多，实在拿不动了，他们才在路边站了很久，终于打到一辆起步价最低的夏利。就算多花几块钱坐桑塔纳，马云也是舍不得的。所以朋友们，不要一味地只看到成功人士今日的荣耀和辉煌，而要更多探究他们成功背后的付出和艰辛。哪怕是那些专门搞学术研究的科学家，在科学的道路上也始终点灯夜读、挑灯苦战，在人生最初的积累阶段，他们的字典里从来没有安逸、享受、舒适等字眼。

现代社会，很多年轻人都眼高手低，好高骛远，尤其是很多刚刚走出大学校园的毕业生，更是觉得自己喝了这么多年的墨水，怎么着也算是个人才。殊不知，他们只知道理论知识，而且在知识更新换代速度越来越快的现代社会，他们的理论知识甚至还来不及走出校园就已经过时了。再加上毫无工作的经验，导致他们很难真正适应现代职场的要求。然而，梦想还是要有的，万一实现了呢！只不过我们需要调整好心态，端正工作的态度，在人生中的很多时候都能坚强勇敢，迎难而上。

人，最宝贵的是生命。人生，最宝贵的是青春年华。对于任何人而言，最值得珍惜的从来不是任何形式的财富，而是一去不复返的青春时光。趁着还年轻，趁着还有人人羡慕的资本，朋友们，在能吃苦的年纪就大胆地吃苦吧，否则一旦错过人生中最佳的青春时光，人生也就一去不复返，到时候再懊悔就彻底晚了。记住，谁人的青春不燃烧，如果不奋斗，青春又有何意义呢！朋友们，从青春的今日出发，你们必然会拥有无怨无悔的人生！

编著者

2017年8月



第01章 你以为现在很安逸，那未来呢→001

- 未来总是反复无常→002
- 有些勤奋，只会使人陷入安逸→004
- 稳定的工作真的好吗→006
- 一切的努力奋斗，都不会平白无故→009
- 过于安逸，使人陷入危机→012
- 暂时放弃安逸，未来才能更辉煌→014
- 挣脱内心束缚，才能摆脱人生困境→017

第02章 每一个迷茫的未来，都有一个不努力的现在→019

- 人生如逆水行舟，不进则退→020
- 面对磨难，不如笑着接受→022
- 浪费时间，就是丧失生命→025
- 既然没有伞，就只能全力奔跑→028
- 面对失败，你只要坚持再次努力→030
- 面对失败，不后悔才能砥砺前行→033

第03章 不要只知享受而从不付出，再炽热的感情也需要经营→037

- 面对爱情，勇敢付出的人才有收获→038
- 爱情需要用心浇灌，不适应贫瘠的土地→041
- 等到对方筋疲力尽，你的回应也晚了→043
- 执子之手与子偕老，这就是浪漫→046
- 征服爱情，不但要会做菜更要会摆盘→049

第04章 用你努力的现在，建造自己最好的未来→053

- 伤心时，你总能找到温暖的所在→054
- 忘记生活的不如意，疯狂地拥抱生活→057
- 成就自己，才是人生最大的成功→060
- 他人不会记住你的艰难，只会仰望你的勇敢→062
- 努力，你才能得到人生的回程票→064

第05章 从此刻开始加油，一切都还来得及→067

- 认识自身价值，才能发展自己→068
- 站得更高，才能摆脱嫉妒的口水→071
- 即使再难，也有人与你比肩而立→073

- 坚持努力，才能拥有自己想要的生活→075
- 与其浪费时间解释，不如让事实为自己代言→078
- 保持正能量，人生永远积极向上→081
- 要相信，你可以微笑面对一切→083

第06章 任何的成功，都与安逸保持着距离 →087

- 有时，执着是人生的囚牢→088
- 死于安乐，会是最好的归宿吗→090
- 专注力，是成功的品质之一→093
- 方向对了，努力才能事半功倍→095
- 小确幸，让我们对生活更满足→098

第07章 放弃安逸的现在，承受有价值的痛苦 →101

- 学海无涯，不如开车前行→102
- 时间就像海绵里的水→104
- 快速融入不同的圈子里→107
- 哪怕每天一点点，坚持也会成就卓越→109
- 人脉就是认识人吗→112

- 没有意志力，怎样战胜拖延症→114

第08章 缓慢地积累，也比停滞不前有用得多→117

- 停下来，给人生留白→118
- 出发，无须等到装备齐全→120
- 给爱改改尺寸，让爱更合拍→123
- 实现第一个梦想，人生依然如常→125
- 坚持到极致，人生必然与众不同→128

第09章 你荒废掉的时间，有无数人正在用来拼命 →131

- 人生短暂，时间悄然流逝→132
- 把明天当成是生命中的最后一天→134
- 守时，才能受到大家的欢迎→136
- 时间的脚步永不停歇→139
- 今天，是生命中每一个完全独立的日子→141
- 只需要一万小时，就能变得卓尔不凡→144
- 人生旅程，你要不遗余力→146

第10章 除了走出安逸区，你还能做什么→149

- 不要成为人人可欺的好好先生→150
- 不忘初心，牢记人生的原则→153
- 在食物链中，你占据哪一个环节→155
- 成功永远始于当下这一秒→157
- 再多一点点毅力，你离成功越来越近→160
- 走得太容易的路，都是下坡路→162

第11章 遇到过什么不重要，学会了什么才重要→165

- 你为老板打工，也要为自己休假→166
- 迎风奔跑，风会吹散你的眼泪→168
- 遭遇一切，最重要的是有所收获→171
- 凤凰涅槃，人生也要浴火重生→174
- 看遍千山，你才知道山的真味→177

第12章 想要安逸的未来，先努力放下安逸的现在→181

- 你只能依靠自己获得安全感→182
- 与其把希望寄托出去，不如自己保管→185

- 成功背后，总有无数的艰辛→187
- 今天多流汗，明天少流泪→189
- 不努力，永远不可能有收获→191
- 为了梦想，你付出过什么→193

参考文献→197

第 01 章

你以为现在很安逸，那未来呢



如今的世界正处于和平年代，尤其是国家的飞速发展，使得整个社会的生活水平不断提高。人们丰衣足食，不再为基本的生存忧虑，而且有自己的工作，因此很多人安于现状，不再为自己的人生理想而不断努力。实际上，你以为现在很安逸，那么未来呢？未来，你必然会觉得非常痛苦，也会因为今日的放松和休闲感到懊悔不已。

未来总是反复无常

现在社会，很多年轻人都选择离开家乡，或者去大城市求学，或者去大城市求生存。总而言之，他们都在大城市里像无根的浮萍一样四处漂泊。他们没有显赫的家世，也没有让人瞩目的背景，有的只是一腔热血和满怀的雄心、希望与憧憬。他们漂泊大半生，也许只是为了在大城市安家落户，虽然这个梦想看起来很卑微，但是实际上实现起来却很难。生活中的事情总是难以预料，所以漂泊着的很多年轻人都对未来没有把握。他们也许今天还在这里，明天就到了那里，总而言之，没有人知道自己一定会在哪里安定地生活下去。相信很多朋友都有这样的感触，总是觉得人生反复无常，世事多变。也许事情前一刻还是那样的，这一刻就变成这样了，或者某一个人前一刻还在那个地方，这一刻就到了这个地方。不得不说，这样的人生的确变幻莫测，使人应接不暇。

然而，生命的魅力正在于此，假如人生是日复一日的千篇一律，相信有很多朋友会觉得人生枯燥乏味，甚至觉得活着毫无意义，所以我们总是一边感慨世事无常，一边充满昂扬的斗志，面对人生。当人到中年，我们也开始经历生生死死，对于生命的理解和感悟自然更加深刻。现代社会有很多人都是今朝有酒今朝醉，他们不顾明天怎么生活，只顾着这一刻尽情地狂欢。虽

然我们主张要活在当下，但是这样的纸醉金迷也是不被提倡的。毕竟人生是一个漫长的过程，同时又如同白驹过隙般短暂，我们唯有规划好人生，才能够让人生变得充实且有意义。

在《大话西游》里，周星驰说人与人之间的距离是彼此相对不相识，其实人世间最遥远的距离是世事无常。也许一个人前一刻还光鲜亮丽高高在上，但是下一刻就蓬头垢面，一无所有，甚至背负着满身的债务，也许有的人今日家庭美满幸福，妻贤子孝，但是下一刻却变成孤家寡人。这并非是耸人听闻，而是因为世界上大多数人都曾经经历过这样的人生体验，也因为他们不知道世事无常，所以常常在面对生活的反复多变时感到手足无措，无所适从。只有认识到世事无常，我们才能够摆正心态，珍惜现在拥有的每时每刻，这样一来，我们也就能够更加从容地面对未来。

原本，他是想乘坐早晨的第一班班车出发，去大山外面的世界闯荡，为了给妻子女儿更好的生活。但是平日里乖巧懂事的女儿突然间早早醒来，在这个清晨抱着他的脖子啼哭不止。他看着年幼的女儿，感受到撕心裂肺的不舍之情，虽然明知道再不走就会错过第一班车，但是他依然无法狠心撇下女儿。最终，直到把女儿哄睡，他才奔向车站，赶上了第二班车。然而，在车行驶到半山腰时，他发现第一班车居然发生了事故，翻倒在山涧里。他惊出一身冷汗，如果不是女儿，他如今早已与家人、亲人天人永隔。

没有人知道下一秒会发生什么，很多人都觉得人生就是应该一天一天地过，因而抱着当一天和尚撞一天钟的心态，甚至觉得灾难永远也不会降临到自己身上。殊不知，这完全是自欺欺人。没有人能够控制生命不发生意外，而要想成为生命的主宰，坦然面对一切突发的情况，我们就要摆正心态，从而才能潇洒从容地面对这一切。但这么说并不是让我们消极地对待人生，而

是告诉我们，唯有做好最坏的打算，才能坦然面对人生。毕竟人生不会永远以美好的面目对待我们，有的时候它也会面目狰狞，甚至让我们感到追悔莫及。在这种情况下我们要做好准备，不打无准备之仗，才能更加从容地应对人生。

有些勤奋，只会使人陷入安逸

现实生活中，很多人看似每天忙忙碌碌，实际上却是在穷忙，根本没有任何成就。也因为他们故步自封，把自己禁锢在现有的生活中，所以他们的勤奋只是使自己更稳定安逸而已。毋庸置疑，很多人都把岁月静好当成是自己的借口和理由，殊不知，岁月并不静好，而且也不可能静好。地球上的万事万物每天都随着地球的自转在转动，人生又怎么可能静止不动呢？当然，这是从物理的角度而言的，如果从精神的角度而言，人生也必须坚持进步，才能不断攀登。否则，过于墨守成规的人生只会陷入停止，永远也没有进步。

勤奋必须要把握好方向，唯有在正确方向的指引下，努力才能事半功倍，也才能帮助我们的人生稳步向前。正如人们常说的，生活如同逆水行舟，如果原地踏步，那么哪怕步伐再矫健，也无法起到预期的效果。就算是勤奋，也会起到完全相反的作用，导致人们更加陷入安逸之中，无法自拔，更无法摆脱自身的束缚，获得长足的发展。

大学毕业后，乔乔就被分配到家乡的一所小学教书。对于学校里的生活，乔乔觉得和大学生生活并无太大的不同，就是教室和宿舍两点一线，每

天的生活都稳定而有规律。有段时间，乔乔意识到自己的学历不够高，毕竟中专生当小学老师，虽然知识够用了，但是眼界还是很狭窄，也无法把老师的工作做得风生水起。为此，乔乔报名参加了函授班，想提升自己的学历水平，也想让自己成为更优秀的教师。

两年时间过去了，乔乔顺利地取得了专科学历，然而她因为每天按部就班地生活，所以变得斗志全无。看到那些当初去了大城市的同学，乔乔很羡慕，也暗暗抱怨自己不知道如何改变命运。然而，她越是努力，就觉得自己陷得越深，似乎自己被禁锢在这样的生活中无法自拔了。想到这里，她不仅感到绝望，也觉得自己的勤奋起到了相反的效果。三年同学聚会上，看到其他同学意气风发的样子，乔乔觉得自己简直就像是一个老妪，已经看到了退休之前的日子。有个上学时和乔乔关系很好的同学说：“乔乔，如果想改变命运，就不要再为了成为一名教师而奔忙了。我倒是觉得你应该果断辞职，就像项羽当初破釜沉舟一样，你如今牵绊太多，也需要快刀斩乱麻，才能让自己的人生大开大合，迎接新的变化。”

同学的话让乔乔怦然心动，她当然也知道自己不能继续这样下去，但是她却无法鼓起勇气放弃现有的一切。最终，她不再那么勤奋，而是把自己逼入死角，让自己无法成为优秀的老师。痛定思痛，乔乔只好迎接人生的改变，从而勇敢地改变自己的人生。

有些勤奋，是岁月静好的勤奋。当然，每个人对于人生的追求都各不相同，如果一味地陷入勤奋，但是却怀有雄心壮志，那么就要反思自身，勤奋是否有助于我们实现自己的雄心壮志，还是勤奋只能使我们陷入一成不变的生活而无法自拔呢？毋庸置疑，每个人都有自己的人生理想，我们要做的是活出自己的精彩，而不是按照别人的标准去生活。

朋友们，从现在开始再也不要盲目勤奋，唯有保持内心的方向，我们的努力才能事半功倍，我们的勤奋也才能如愿以偿地改变命运。不管什么情况下，我们都要不忘初心，才能方得始终，否则如果我们一味地沉迷于过往，那么我们最终会失去人生的方向，也会变得碌碌无为。

稳定的工作真的好吗

提起工作，大多数人都会把“稳定”作为衡量工作好坏最重要的标准之一。他们觉得好工作一定要稳定，否则如果面临着巨大的压力，而且朝不保夕，那么就算暂时有丰厚的回报，也不能称为一份好工作。尤其是作为女孩子，在找工作的时候更是被七大姑八大姨灌输以稳定的定义。毫无疑问，这是因为大众对于工作的趋向就是稳定。

实际上，稳定的工作真的好吗？很多情况下，稳定的工作只会使我们变得被动，尤其是在遭遇很多困境的情况下，稳定的工作更是让我们看不到希望，觉得生活无望而又乏味。实际上现代社会是一个开放的社会，已经不存在什么所谓的金饭碗、铁饭碗，每个人要想在社会上生存，都要奋力拼搏，才能为自己赢得一席之地。否则一味地为了稳定，而放弃了自身的发展，这才是真正的得不偿失。为了稳定，很多年轻人把大好的青春时光都投入在没有出路的工作上，也为了稳定，很多年轻人不敢轻易辞掉工作，人到中年却又面临下岗、裁员等窘境。不得不说，现代社会已经没有真正稳定的工作，更不存在旱涝保收的待遇。任何工作都要与我们在工作上的表现挂钩，从而对我们起到更好的激励作用。