

哪怕 身处沟壑， 也要 仰望星空

夏至 著

新生代超人气励志男神

一本写给年轻人的
勇气之书



年轻我们，有时脆弱得会因一句话而泪流满面，
有时，也发现自己咬着牙走了很长的路。
我们偶尔也会怀疑，付出，值得吗？但终究还是相信：
当你为梦想拼命努力的时候，全世界都会帮你！

哪怕身处沟壑，也要仰望星空

写给身处逆境但依然不放弃梦想的你

二十岁到三十岁这个阶段，
是人生格外艰苦的一段岁月。
承担着渐长的责任，
拿着与工作量不匹配的薪水，
艰难地权衡事业和感情，
不情愿地建立人脉，
好像在这个不知所措的年纪一切都那么不尽如人意……

无论如何，你都要撑下去。
因为每一个有底气的人，都有一段艰难的时光。

那一段时光，是付出了很多努力，
忍受孤独和寂寞，
不抱怨、不诉苦，
日后说起时，连自己都能被感动的日子！



上架建议：畅销·成功励志

ISBN 978-7-5392-9207-6



9 787539 129207 >

定价：35.00元

哪怕 身处沟壑， 也要 仰望星空

夏至
著

图书在版编目 (CIP) 数据

哪怕身处沟壑,也要仰望星空/夏至著.--南昌:
江西教育出版社,2016.12
ISBN 978-7-5392-9207-6

I. ①哪… II. ①夏… III. ①散文集—中国—当代
IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 313711 号

哪怕身处沟壑,也要仰望星空
NAPASHENCHUGOUHE YEYAOYANGWANGXINGKONG
夏至 / 著

江西教育出版社出版

(南昌市抚河北路 291 号 邮编: 330008)

各地新华书店经销

大厂回族自治县德诚印务有限公司印刷

880 毫米 × 1230 毫米 32 开本 9 印张 字数 202 千字

2017 年 2 月第 1 版 2017 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5392-9207-6

定价: 35.00 元

赣教版图书如有印制质量问题,请向我社调换 电话: 0791-86710427

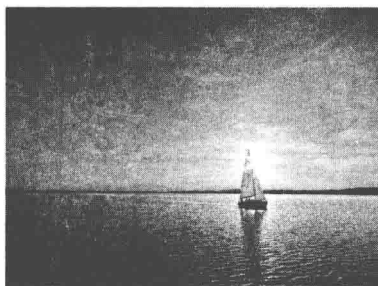
投稿邮箱: JXJYCBS@163.com

来稿电话: 0791-86705643

网址: <http://www.jxeph.com>

赣版权登字 -02-2016-759

· 版权所有 侵权必究 ·



目 录

辑一 唯有努力，才能让自己无可替代

希望你的努力像发朋友圈一样 /002

... 别再为自己的不努力找借口 /011

你之所以迷茫，是因为想太多做太少 /022

在二十几岁的时候，你有什么资格不去拼一拼 /031

别因为害怕失败，就拒绝所有尝试 /040

优秀还不够，你要做到无可取代 /048

辑二 我敢活成自己的模样

吃得了苦扛得住压，世界才是你的 /056

我敢活成自己的模样 /063

追逐诗和远方前，请考虑好当下 /074

高考不过一个路口，你还有很多路要走 /083

你总要咬着牙撑着走过一段路 /091

我不想平平淡淡过一辈子 /097

辑三 无须讨好世界，你有你的精彩

自己的选择，自己做主 /106

平凡的我们都独一无二 /112

你不可能让所有人喜欢 /118

取悦自己才是正经事 /126

永远别嘲笑一个胖子 /135

你们可以为我好，但我有权不接受 /144

辑四 你还那么年轻，一切都来得及

滚蛋吧，那些人生的阴霾 /154

抱怨这种事，千万别上瘾 /159

你还那么年轻，别那么着急 /166

不是你忙，你就有理 /172

旅行的意义 /178

比起清闲，忙碌更让我着迷 /183

辑五 当下正好，别说来日方长

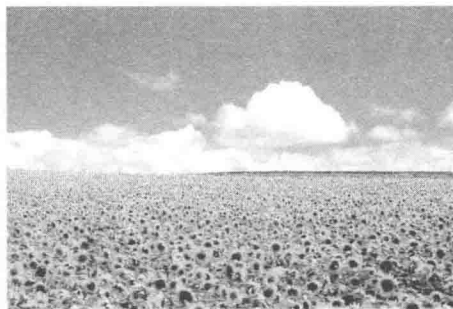
真正的自由，是内心的安定从容 /192

如今正好，别说来日方长 /200

此时此刻就是最好的阅读时光 /211

朋友，我宁缺毋滥 /218

其实根本没有高冷的人，只是人家暖的不是你 /227



辑六 让时间证明一切

爱情的标准是我爱你 /234

我不是嫌你穷，才不跟你结婚 /242

别在单身的时候做可怜狗 /251

争吵过后，还是想要拥抱你 /260

你有资本过安逸的生活吗 /268



辑一

唯有努力，才能让自己无可替代

希望你的努力像发朋友圈一样

别再为自己的不努力找借口

你之所以迷茫，是因为想太多做太少

在二十几岁的时候，你有什么资格不去拼一拼

别因为害怕失败，就拒绝所有尝试

优秀还不够，你要做到无可取代



努力无错，奋斗无错，拼搏无错，只是希望你的努力能像自己发的朋友圈一样，持续，积极，励志，正能量。

希望你的努力像发朋友圈一样

1

在我眼里，经常发朋友圈的不外乎三种人：秀恩爱的，做微商的，以及各种博点赞的。

然而，事实证明，我还要另外添上一类人——秀努力的。

比起发自拍、风景照以及打广告和秀恩爱的朋友，那种

天天在朋友圈里秀自己有多么勤奋、多么拼命、多么努力的人更让人感到厌烦。

一开始我们或许也会觉得这类人挺好的，本来努力就没什么错，分享给大家似乎也是一件挺激励人的事，所谓近朱者赤，努力的风气也可以渐渐散播开嘛。可事实并不是这样的，适当地秀秀努力即可，但频繁持续地秀，难免有博取关注、骗取点赞的嫌疑，甚至会显得特意做作，让人反感生厌。

2

我朋友圈里就有这么一号人物——严涛，他是朋友们公认的“拼命三郎”，发的每条动态都在刺激着我们，好像在无形之中在以他的努力衬托我们的颓废，显得自己闪闪发光，而我们灰头土脸。

严涛每天早上七点多就准时在朋友圈里发这样一条动态——“美好的一天开始了，继续努力！”配图是当天或晴或阴的天空。

他时不时地会转发一些有关“梦想”“努力”“拼搏”的文章，并加上自己的一两句评论：“今天开始我就要为了梦想坚持努力！”“有朝一日，我也一定会成为这样优秀的人！”……

一开始我们觉得也没什么，高唱努力之歌总比一直唱衰唱哀好，可后来他发鸡汤是越发越起劲，每隔几小时就发一篇所谓“火爆朋友圈，不看是你的损失”或“年轻人必读的深度好文”，如此种种，让我们直想把他给屏蔽掉。

难道他不知道人也会视觉疲劳吗？不知道鸡汤补多了也会虚的吗？不知道那些所谓的努力只是说说而已，对自己并没有多大用处吗？

我想他不知道。

他依旧疯狂地发着朋友圈，宛如病态。除了别人的文章，他自己也会写上那么一两句“励志语录”。

他要去跑晨跑，好，发了张操场的照片，再配上文字：晨跑第N天，我才不要做死在被窝里的人！言外之意是我努力我骄傲，我活得朝气蓬勃，而你们活得不见天日。

他去图书馆自习，好，发了张图书馆的照片，还特意给自己的那一堆书做了特写，再配上文字：这注定是奋斗的一天，我又要到学海里遨游了！

他去参加活动，好，发朋友圈；他去参加比赛，好，发朋友圈；他准备考试，好，发朋友圈；他晚睡早起，好，发

朋友圈……

他在朋友圈里的努力人人有目共睹，但他也因此被我们渐渐厌恶。

3

不是说在朋友圈里秀自己的努力有多么不好，我其实挺愿意看别人秀自己做了什么，一来可以了解别人，二来可以相互对比，找出自己的不足，并以此为榜样，一同前行，不可谓不好。

可严涛明显不是这样的榜样。

他是很努力，在朋友圈里活得斗志昂扬、争分夺秒的，简直就是一个大写的“励志”，为此不少学弟学妹都以他为榜样，觉得他就是身边积极向上正能量的典范，天天到他的说说底下评论道：“学长，加油！”“学长，我也要像你一样努力！”……

然而，我并没有看见他活得真的那么努力。

早起是不错，可我并没有总是看到他晨跑，有时候他也会窝在宿舍里，发旧图，更新朋友圈，假装自己好像真的跑

了几千米一样。

去图书馆是不错，可很多时候，他并没有真正专心致志地埋头于书海，手机总是“嘟嘟嘟”响起，他一刷起朋友圈、空间和微博来，转眼就过去了大半个下午，于是当天的作业总写不完。

熬夜看书是不错，不过是因为他白天的各种“忙碌”，顾不得学习，作业拖着没写完，于是他才熬夜学习，为本应该写完的作业熬出了“骄傲”的黑眼圈。

参加活动和比赛没错，可他大多数时候都只是去打个酱油而已，完全没有他在朋友圈里写得那样的认真和努力。

后来我才明白，这是叫“朋友圈里的努力”——就和秀恩爱的性质大同小异。

可是这样又能让他收获多少？

4

前几天碰到一个朋友，我惊讶于他的疏懒和休闲，因为在朋友圈里，他一直都是个高标准、高效率，既认真又努力的人。

我问他，你怎么现在还在这里玩手机，平时这个点儿你不是应该在图书馆奋笔疾书的吗？

他撇了撇嘴，在你眼里我有那么努力吗？

有啊，你简直就是严涛的另一个翻版！

后来他实话和我说了，他说他在朋友圈里的努力，不过是营造一种假象，让别人更喜欢他、更崇拜他，使自己的形象更高大一点罢了。

他也会去图书馆，可大多数时候都只是在那里坐着玩手机，看美剧、逛贴吧，玩着玩着就过去了一个下午。他之所以总是发那些看起来自己有多努力多认真的说说，是因为他不想被人看得那么 Low，更不想被同伴嘲笑。

“与其发那些吐槽恶搞的动态，还是发这些正能量的说说能得到更多的点赞。”他坦诚地笑着说道。

他还和我说，其实这些都没什么，他们宿舍那帮人都这样，即使天天窝在宿舍打游戏，也还是发着在图书馆里学习的动态，我有个胖哥们还在朋友圈立了誓，说自己今年一定要减几十斤，可是他不锻炼也没少吃，光发朋友圈不运动。比起他们，他觉得自己还是要好多了。