

我们不必讨好这个世界，
但一定要获得内心的光明和笃定，这才是对自己的不辜负。

李泽鹏 著

这个世界， 终不会辜负 努力的人

LIVE UP
IN THE WORLD

90后帅气男主播李泽鹏
全新励志随笔集

杨澜 郎永淳 } 亲笔寄语 × 诚意推荐
郝景芳 蔡崇达 }

送给曾饱经磨砺，却依然温暖向上的你！

走过迷茫和坎坷，所有受过的苦，流过的泪，都会成为支撑你前行的力量。无论你正在经历什么，都请不要轻言放弃，因为从来没有一种努力会被辜负。

人民日报 出版社

李泽鹏 著

这个世界， 终不会辜负 努力的人



LIVE UP
IN THE WORLD

人民日报 出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

这个世界，终不会辜负努力的人 / 李泽鹏著.

— 北京：人民日报出版社，2017.12

ISBN 978-7-5115-5154-2

I. ①这… II. ①李… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 303355 号

书 名：这个世界，终不会辜负努力的人
作 者：李泽鹏

出 版 人：董 伟
责任编辑：曹 腾 张炜煜 高 亮
封面设计：胡椒书衣

出版发行：人民日报出版社

社 址：北京金台西路 2 号

邮政编码：100733

发行热线：(010) 65369527 65369846 65369509 65369510

邮购热线：(010) 65369530 65363527

编辑热线：(010) 65369523 65369514

网 址：www.peopledailypress.com

经 销：新华书店

印 刷：大厂回族自治县德诚印务有限公司

开 本：850mm×1168mm 1/32

字 数：250 千字

印 张：9.5

印 次：2018 年 3 月第 1 版 2018 年 4 月第 2 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5115-5154-2

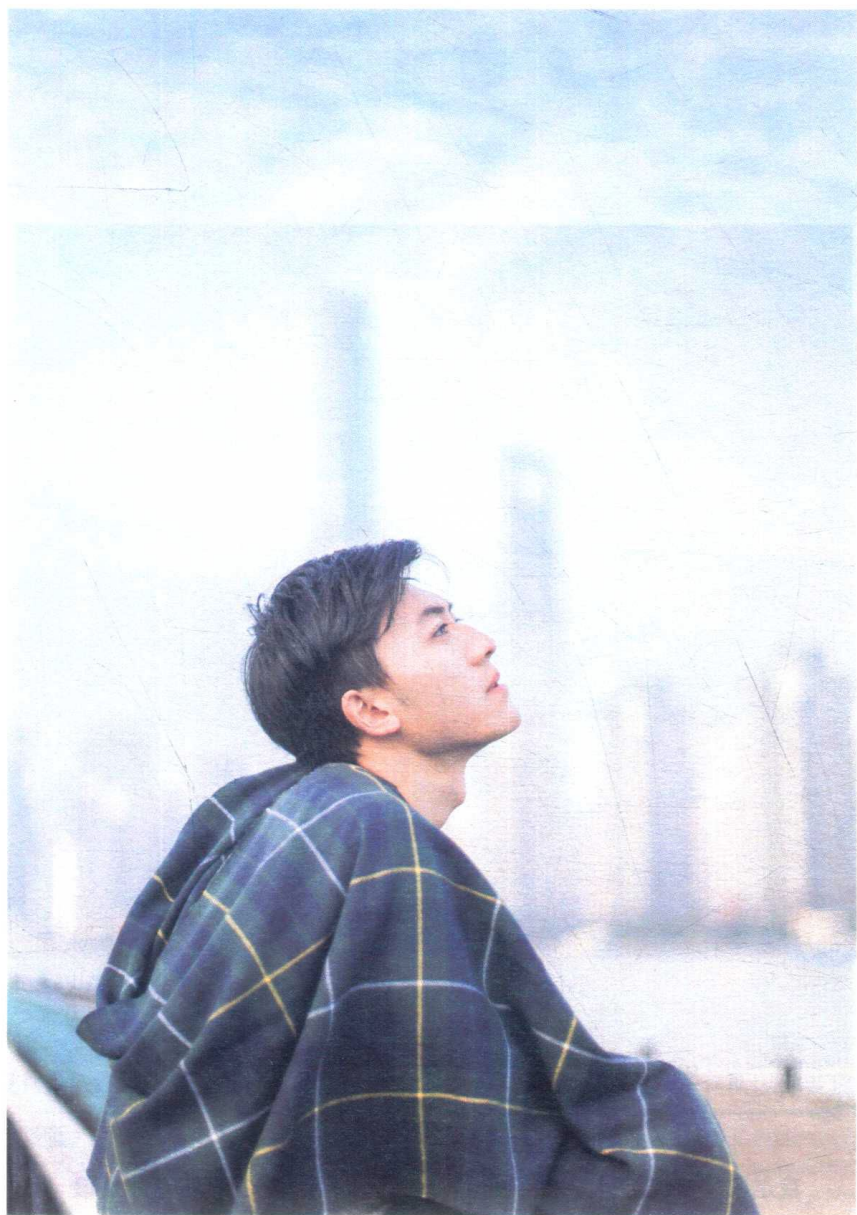
定 价：39.80 元



世界很大，何必在乎这一城一地的得失？只要做好自己，剩下的就交给时间。



不用在意别人对我们的圈子如何定义，我就是我，是一个内心丰富的少年，想去看看这个世界的多彩，想去尝试这个社会的不同，有何不好？



只要内心不乱，外界就很难改变你什么。不要艳羡他人，不要自己认输。



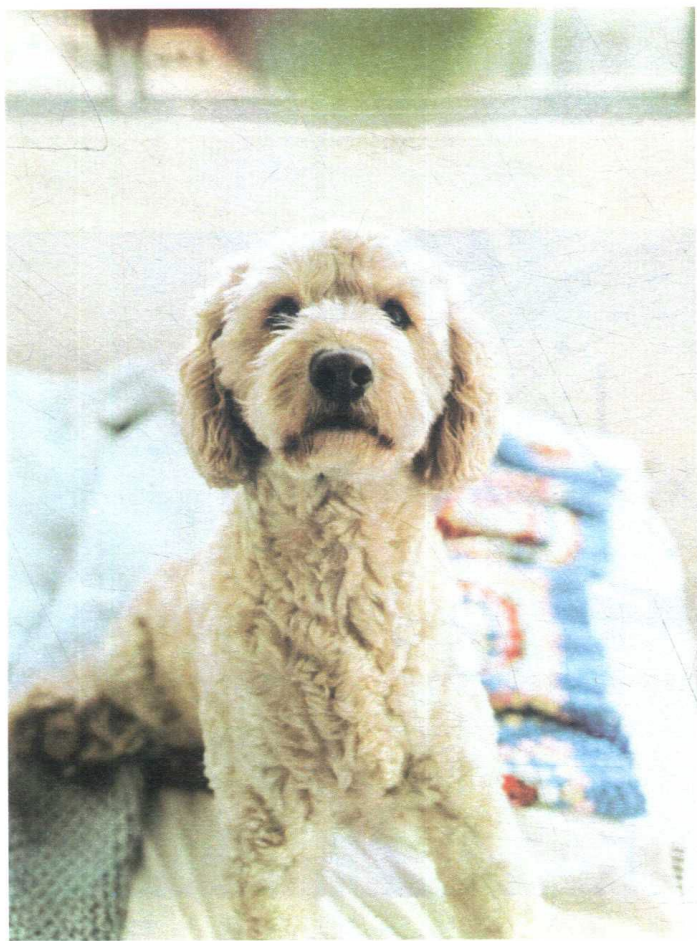
我走遍了千山万水，到了最后才发现，自己内心的从容才是最美的风景。



没有人陪你走一辈子，所以你要适应孤独；没有人会帮你一辈子，所以你要独立坚强。



如果说我懂得的道理比别人多一点，那是因为我犯的错误比别人多一点。



所有的不甘，都是因为还心存梦想，在你放弃之前，好好拼一把，只怕心老，不怕路长。



人生就有许多这样的奇迹，看似比登天还难的事，有时轻而易举就可以做到，其中的差别就在于非凡的信念。

当你不开心的时候，不妨翻一翻和好朋友的聊天记录，记录中一张张无厘头的照片和搞笑的表情包也许会让你忍俊不禁。可能，人的幸福都是活在回忆中的。就像奶奶说的“人生总是一段一段的，每一段都有不同的精彩，也有不同的蹉跎，但只要笃信光明，就能迎来下一段的精彩”。

“你信命？”一个朋友微信问我。

“我信规律。”我回答。

我也不知道什么是命，该不该信命，但我明白规律是不会骗人的，比如“天道酬勤”。今天的努力也许不能马上为你带来现实的好处，可也绝不会全无用处。比如本书中提到的“勺子匠人”黄强的故事，虽然他并不喜欢之前做的摄影工作，但摄影所积累的审美却让他和别的匠人不一样。即使不喜欢自己现在的生

活，在没有找到真正所爱之前也要把眼下的工作做好。人生的每一步都算数，哪怕是每一次失败。这就是我所理解的“人生没有白走的路，每一步都算数”。

因为艺考的不顺利，在那两年里，才慢慢发现，没什么绝招可以投机取巧，如果上天没给你天赋，那它一定会在某个阶段教会你“笨鸟先飞”的道理。很庆幸，我明白了这个道理。更为幸运的是，从那时起，我发现即使是最亲的亲人也会因为不同的事情、不同的环境，对不同的人产生不一样的情绪，也许这就是窥见“众生相”，这就是成长。

成长要有“根”，每个人都应该思考自己的“根”在哪里，因为那是一切思想的源泉。我总说自己是农村出来的孩子，朋友却打趣说一点儿都不像。其实不在于像不像，而在于自己内心的认同，当我们在北上广漂泊无依的时候，是什么在拉着那根绳子，让你还有一丝安全感，那就是你真正的家。

不同的出身、不同的环境会带给每个人不同的想法，像我，小时候在村里光着屁股奔跑的时候就从不会想到今天会在北京工作和生活。直到学习播音以后才有了自己真正的梦想，自己的梦想虽然渺小，却难以实现。

四年的广院生活简单而美好，但我们要勇敢地去完成自己的梦想。面试央视新闻时，一次次精心准备，却因为过度的紧张而止步最后一轮。心如死灰时，意外迎来央视四套的招聘，经历八轮面试终于坐上梦想的主播台，没有过度的兴奋，反而学习到了媒体人应有的职业状态。

离开央视，来到央广，报道“全国两会”，策划迎接“十九大”系列报道，尝试着写作、参演电影和参加综艺，每一步，我都在尝试倾听内心的呐喊。在旅行中，我见了很多人，他们用不同的状态生活着。这时我才发现人生没有唯一标准，也不该用别人的评价来折磨自己。不管是学习中的你，工作中的你，还是被生活折磨着的你，都能够心地善良地去笃信光明，哪怕生活仍旧蹉跎，我们内心依旧有光的赞歌。

目 录

Contents

Chapter 1 愿你和这个世界温柔相处

我们都很无力，不如遵从内心 002

不要在意五天以后的事 014

五年五十城 022

小城少年 049

Chapter 2 我只想活出自己喜欢的模样

鲜肉不再鲜 064

央视的八轮面试 069

不呈现等于零 089

不要播错一个字 117

Chapter 3 那段漆黑的路，终将会让你更强大

凌晨4点半的长安街 144

圈子圈不住你的自由 151

面试中那些讨喜的小技巧 156

新闻要到一线去 168

Chapter 4 做任何事情都要竭尽全力，而不是尽力而为

梦想不可欺 188

人生的每一步都算数 196

当你竭尽全力，神明自然降临 211

Chapter 5 无论走多远，别忘记最初的自己

光的赞歌，王者归来 228

人生总是一段一段的 241

等春暖花开，你才是广院主人 254

附录

播音小贴士之即兴评述与模拟主持 268

播音小贴士之如何播新闻 273

播音小贴士之如何练声 279

后记 285



Chapter 1

愿你
和这个世界温柔相处