

现在的艰难，都是人生的积蓄。
你心地柔软，但不必妥协。



MAY

YOUR

SOUL

- 这些年，
- 你习惯了吃亏，
- 习惯了沉默，
- 习惯了委曲求全；

麦小禾禾
著

愿你灵魂 柔顺，却 永不妥协

然而你忘了，你也可以有态度，也可以有追求，
也有能力去过自己想要的生活。

SOFT



中国工信出版集团



电子工业出版社
http://www.phei.com.cn

愿你灵魂柔顺 却永不妥协

现在的艰难，
都是人生的积蓄

你心地柔软，
但不必妥协

麦小禾禾
著

电子工业出版社·

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

愿你灵魂柔顺，却永不妥协 / 麦小禾禾著. —北京：电子工业出版社，2017.6
ISBN 978-7-121-31360-8

I. ①愿… II. ①麦… 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（2017）第077638号

责任编辑：张毅

文字编辑：娄晶晶

印刷：北京盛通印刷股份有限公司

装订：北京盛通印刷股份有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开本：880×1230 1/32 印张：8.125 字数：185千字

版次：2017年6月第1版

印次：2017年12月第6次印刷

定价：38.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888，88258888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：（010）57565890，meidipub@phei.com.cn。

尽 善 尽 美 弗 求 弗 迪



我有时会想，如果不是那段最艰难的日子，我现在应该也不会坚定地知道我的未来在哪里。当回想起来的时候，你会发现，原来的艰难其实是在积蓄力量。

岁月漫长，愿你灵魂柔顺，却永不妥协！



你想得到的，只要你配得上，上天终究会给你，而你需要做的，就是让自己配得上世间最好的一切。

在追求幸福的路上，如果不小心出了岔子，30岁重新开始，其实也不晚。



序 言

愿你灵魂柔顺，却永不妥协

2015年的4月份，开始写这本书的时候，该是我人生中最穷困最迷茫的时候吧。

身体出现了些问题，加之觉得之前的工作不是自己希望的人生，便辞了工作写小说。

然而半年的时间，生活没有一点起色，仅有的经济来源是每个月写网络小说的一点稿费。

我记得最清楚的一次是，距离发稿费还有差不多10天的时间，而我身上的现金只有3块钱，尽量去超市刷信用卡买菜。

我馋了很久的葡萄一直舍不得买，有天终于忍不住了。

我跑到楼下的水果摊，问了一遍葡萄多少钱一斤，小贩告诉我后，我攥着手里的3块钱，离开了。

走回小区的时候，我不甘心地跑回去又问了一遍：“3块钱能买一串葡萄吗？”

小贩笑着说不能。我说：“我能买3块钱的吗？几粒都行。”

小贩很为难，说这没法卖。

我手里攥着3块钱，走回到小区里。

结果我又回去了，我问小贩：“那我能刷信用卡吗？”

小贩说：“我们这儿不能刷卡。”

我转身的时候，都要哭了。

最后，是小贩把我叫回去，从他背后的箱子里拿了两串葡萄送给我，他说：“这是昨天剩的葡萄，梗有点黑了，不好卖，但是吃没事，你拿去吧。”

我抓着葡萄的时候，说了半天谢谢，扔给他我仅有的3块钱就跑了，一边跑一边哭。

那个时候，我白天写稿，晚上整宿整宿失眠，睡不着，压力大。

不知道自己选择的这条路应不应该坚持下去，不坚持下去的话，另外一条路在哪里。

而且陷入极度的自我怀疑中。

越是这样，越会失眠，导致越会怀疑自己的选择是错的。

睡不着的时候，就看书、看电影，等天亮。

即使这样，我还是倔强撑着，每次跟家里人都是报喜不报忧。

自己深夜经常哭，我觉得总有一天自己会疯掉。

所有的坏运气，一直持续到了11月份的时候。

写网文的稿费有两种模式：一种是买断，千字多少钱，之后销售

与自己无关：一种是分成，卖多少钱，网站拿一半，自己拿一半。

我之前害怕，从来不敢写分成，担心卖得不好，连生活费都没了。

11月份的时候，生活已经把我逼到谷底，我决定为自己搏一次，接受稿费分成。

写稿量变成了之前的一倍，我需要看大量的书，倒是累得不失眠了，却几乎没有时间睡觉。

仅一个月的时间，我的书从免费到上架，到12月份的时候。它已成为当时平台最热销的一本书。我的稿费也从每个月的四位数变成了五位数。

前几天，我和一个朋友谈起这段经历，他说：“《岛上书店》里有一句话——每个人的生命中，都有最艰难的那一年，将人生变得美好而辽阔。”

他认识我的时候，正是我最艰难的时候。之后，他看着我一点点挣扎着成长起来。

我说：“真的是这样，就像是冲破了层层黑暗后发现了高空的明媚阳光。”

他了然地笑了。

我现在都能记得我刚拿到那一笔钱时的轻松感，我在自动取款机上取了25 000元，然后去商店把喜欢的衣服都买了。

也只有那一刻，我觉得压在心口的大石头忽然没了。

每个人的一生中，都会有最艰难的一年。

那一年，你遇到了很多难题，惊慌失措之后，你发现只有自救这一条路可走。

那一年，你就像溪水一样，忍受了很多孤独与寂寞，积攒力量，终于冲出峡谷，眼前就是大江大河的那种辽阔感。

你会发现，原来你不是孤独寂寞的行路人，身边有无数的同路者。

我有时候会想，如果不是那段最艰难的日子，我现在应该也不会坚定地知道我的未来在哪里。

回想起来的时候，你会发现，原来的艰难其实是在积蓄。

岁月漫长，愿你灵魂柔顺，却永不妥协！

愿你灵魂柔顺，
却永不妥协

Contents
目 录

第一章

你可以不必假装坚强

- 谁的青春不曾卑微 / 002
- 这一刻感到困难，是大多数人的常态 / 007
- 生活不会亏待持续努力的人 / 012
- 一个月可以改变多少？ / 016
- 找不到方向的时候，先把脚下的路走好 / 022
- 行远路，慢慢来 / 026
- 一切都是最好的安排，随遇而安 / 031

愿你灵魂柔顺，
却永不妥协

第二章

其实你很好，你自己却不知道

- 如何做一个普通级“优秀”的人 / 036
- 你并不是别人说的那样没用 / 044
- 爱自己才是一生浪漫的开始 / 050
- 不忘初心，方得始终 / 055
- 你的气质里藏着你所经历的故事 / 060
- 高效率不等同于用时最短 / 065
- 正视“不好”的时候，便是趋向完美的时候 / 070
- 都说姑娘该有品质生活，可你并不知品质生活是什么 / 076

愿你灵魂柔顺，
却永不妥协

第三章

人生所有的开始都恰逢其时

- 不要因为害怕失败就不去尝试 / 082
- 人生所有的开始都恰逢其时 / 087
- 去远方还是留下来，你比谁都知道 / 092
- 去热爱你的理想，才会有理想生活 / 097
- 你想要什么样的生活，就会有相应的事情要面对 / 101
- 自由的人是有选择的人 / 105
- 每个人的梦想都值得被尊重 / 109
- 哪有什么百分百幸运女孩 / 113

愿你灵魂柔顺，
却永不妥协

第四章

不能天生丽质，就要天生励志

- 她成了你羡慕的样子，你还是原来的你 / 118
- 你只是一直在催眠自己 / 123
- 别人没有义务帮你成长 / 127
- 毕业季，为什么要选择大公司？ / 132
- 5年之后，你会过上想要的生活吗？ / 137
- 做有选择余地的普通人 / 140
- 不能天生丽质，就要天生励志 / 145
- 不想上进，受受刺激就好了 / 150

愿你灵魂柔顺，
却永不妥协

第五章

你有多少不好意思，别人就有多少好意思

- 没有一个人可以天真地长大 / 156
- 20 岁以后就别对爱情矫情了吧 / 160
- 有比爱情更好的事 / 164
- 到底哪种女生更受男生欢迎？ / 168
- 经济独立的爱情，才能走得更远 / 172
- 远离消耗型朋友，你会活得更轻松 / 178
- 观念不同，不代表一定有一方是错的 / 183
- 教养，就是不给别人添麻烦 / 188
- 有些人，你真没必要不好意思 / 193
- 真正的朋友不会因为一点小事就友尽 / 198

愿你灵魂柔顺，
却永不妥协

第六章

主动选择自己想要的生活

- 决定开始，你就已经赢了一半 / 204
- 一份好工作的获得，也许只须注意几个细节 / 209
- 把每天当成末日来生活 / 214
- 不对今天的自己提要求，谈明天无用 / 218
- 工作换了无数个，为什么你还是不知道自己想要什么？ / 223
- 你抑郁都是因为你闲的 / 230
- 对现状不满，改变才是最简单有效的方式 / 234
- 你是什么人，终将走到什么地方去 / 239



/ 你可以不必 假装坚强 /

如果有一天，你觉得生活真的好难，想否定自己的时候，不要怀疑自己的选择，因为艰难是每个人生活的常态。我们大多数时间都会觉得艰难，但是熬过去就好了，相信在你不断向前的路上，会有一处处鲜花在一段段艰难过后等着你。