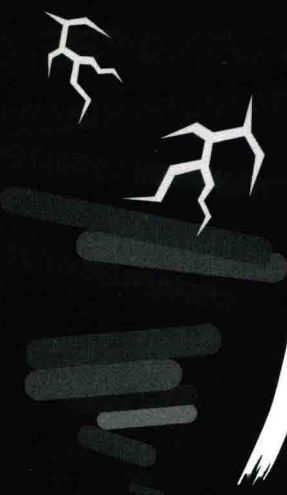


这本书有可能会把你从混沌中解救出来 重新定义你的将来



别在 风暴中 坐以待毙

江 明 作 品

这个世界还有山峰和岛屿

《劈你的雷正在路上》作者
全新力作 By Jiang Ming

你觉得生活风雨交加 只是因为你还在风暴中坐以待毙
闯出去是天高辽阔 × 闯不出去是混吃等死

所谓的一生只剩下余生
时间有限，看你怎么过

*Don't
sit around
waiting to die.*

中国友谊出版公司

**Don't
sit around
waiting to die.**

別在 風暴中 坐以待斃

中国友谊出版公司

江明 作品

By
Jiang Ming

图书在版编目 (C I P) 数据

别在风暴中坐以待毙 / 江明著. — 北京: 中国友谊出版公司, 2018.3

ISBN 978-7-5057-4267-3

I. ①别… II. ①江… 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 312975 号

书名	别在风暴中坐以待毙
作者	江明
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店
印刷	河北鹏润印刷有限公司
规格	880×1230 毫米 32 开 7.25 印张 146 千字
版次	2018 年 3 月第 1 版
印次	2018 年 3 月第 1 次印刷
书号	ISBN 978-7-5057-4267-3
定价	42.00 元
地址	北京市朝阳区西坝河南里 17 号楼
邮编	100028
电话	(010) 64668676

如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-82069336

Content

Part 1

大部分鸡汤都是黄鼠狼炖的

这是一个对年轻人，
比任何时代都更具考验的时代。

- 13** 对于绝大多数人来说
- 19** 得了这个年纪不该得的病
- 26** 与其在一起碌碌无为，不如分开各找机会
- 32** 没事别想不开去参加同学会
- 37** 是不是我不结婚，就会失去你对我的尊重？
- 43** 少做一些旅行打工的白日梦

Part 2

活着，需要仪式感

对那些理直气壮向你伸手的人说：走开。

51 过得好的人，总是比你多一点智慧

56 一切都要从删朋友圈说起

61 朋友都是阶段性的

66 说好的断舍离呢？

71 假如你是樊胜美

76 有些成功，并不值得炫耀

Part 3

跟自己被定义的前半生说：滚

不要因为任何事情，
丧失了享受喜欢的一切的能力。

- 83** 如果你想过不讲究的生活
- 89** 30 岁不婚非怪物
- 95** 没有共情能力的婚姻，跟守寡一样
- 100** 我们不合适，分手吧
- 105** 别和不爱自己的男人结婚
- 112** 谁说 30 岁是道坎？
- 117** 喜欢你：如何让霸道总裁爱上我

Part 4

生而为人，别轻易服气

去摘，遥不可及的星。

- 123** 30 岁辞职是作死吗？
- 129** 就这样少年下去
- 134** 再不恋爱就晚了
- 139** 如何体面地老去
- 145** 爹妈的朋友圈是一股泥石流
- 150** 请别生活在垃圾桶里
- 156** 当你老了，会和谁牵手旅行

Part 5

让你的生活变精彩的指南 负负得正。

- 165** 如何在 KTV 出人头地
- 169** 选择恐惧症自救指南
- 173** 冒昧问一句：你有多久没那个了？
- 179** 我是这样治疗焦虑的
- 184** 如何对付喜欢搞暧昧的女生
- 190** 骂人要走心
- 195** 我是如何赚到第一个 10 万块的

Don't sit around waiting to die

Part 6

201 小确丧

你被生活暴击过吗？

**Don't
sit around
waiting to die.**

別在 風暴中 坐以待斃

江 明 作品

*By
Jiang Ming*

图书在版编目 (C I P) 数据

别在风暴中坐以待毙 / 江明著. — 北京 : 中国友谊出版公司, 2018.3

ISBN 978-7-5057-4267-3

I. ①别… II. ①江… 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 312975 号

书名 别在风暴中坐以待毙
作者 江明
出版 中国友谊出版公司
发行 中国友谊出版公司
经销 新华书店
印刷 河北鹏润印刷有限公司
规格 880 × 1230 毫米 32 开
7.25 印张 146 千字
版次 2018 年 3 月第 1 版
印次 2018 年 3 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5057-4267-3
定价 42.00 元
地址 北京市朝阳区西坝河南里 17 号楼
邮编 100028
电话 (010) 64668676

如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-82069336

年纪轻轻的你不要总觉得自己已经跌进了人生最低谷，
其实你的人生还有很大的下降空间。

:)

Content

Part 1

大部分鸡汤都是黄鼠狼炖的

这是一个对年轻人，
比任何时代都更具考验的时代。

- 13 对于绝大多数人来说
- 19 得了这个年纪不该得的病
- 26 与其在一起碌碌无为，不如分开各找机会
- 32 没事别想不开去参加同学会
- 37 是不是我不结婚，就会失去你对我的尊重？
- 43 少做一些旅行打工的白日梦

Part 2

活着，需要仪式感

对那些理直气壮向你伸手的人说：走开。

51 过得好的人，总是比你多一点智慧

56 一切都要从删朋友圈说起

61 朋友都是阶段性的

66 说好的断舍离呢？

71 假如你是樊胜美

76 有些成功，并不值得炫耀

Part 3

跟自己被定义的前半生说：滚

不要因为任何事情，
丧失了享受喜欢的一切的能力。

- 83** 如果你想过不讲究的生活
- 89** 30 岁不婚非怪物
- 95** 没有共情能力的婚姻，跟守寡一样
- 100** 我们不合适，分手吧
- 105** 别和不爱自己的男人结婚
- 112** 谁说 30 岁是道坎？
- 117** 喜欢你：如何让霸道总裁爱上我

Part 4

生而为人，别轻易服气

去摘，遥不可及的星。

- 123** 30 岁辞职是作死吗？
- 129** 就这样少年下去
- 134** 再不恋爱就晚了
- 139** 如何体面地老去
- 145** 爹妈的朋友圈是一股泥石流
- 150** 请别生活在垃圾桶里
- 156** 当你老了，会和谁牵手旅行