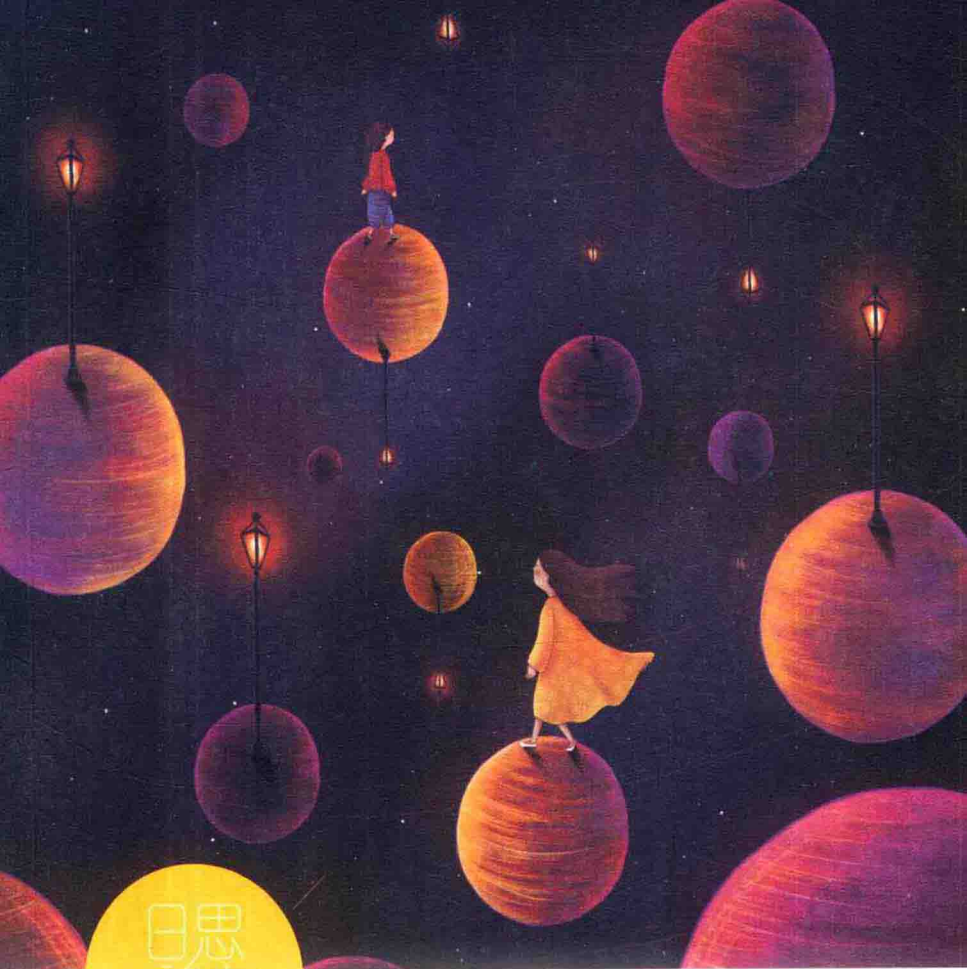




日思
夜读
生活宽

我不要一眼 看得到头的生活

人民日报社新媒体中心 主编

人民日报出版社

I 267
2018323

P

我不要

一眼看得到头的生活

人民日报新媒体中心 主编



人民日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

日思夜读. 生活卷: 我不要一眼看得到头的生活 / 人民日报社
新媒体中心主编. —北京: 人民日报出版社, 2017.12
ISBN 978-7-5115-5128-3

I. ①日… II. ①人… III. ①散文集—中国—当代 IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 295331 号

书 名: 日思夜读. 生活卷: 我不要一眼看得到头的生活
作 者: 人民日报社新媒体中心

出 版 人: 董 伟
责任编辑: 谢广灼
装帧设计: 宁亚茹

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) 65369509 65369527 65369846 65363528

邮购热线: (010) 65369530 65363527

编辑热线: (010) 65369533

网 址: www.peopledaily.com.cn

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市朝阳区印刷厂

开 本: 880 × 1230mm 1/32

字 数: 136 千字

印 张: 8.25

印 次: 2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5115-5128-3

定 价: 42.00 元

A

是一个人的眼睛，而不是他眼前的景色，
决定他生活的色彩。

- 010 每天静心做一件事，就是高品质生活 / 艾小羊
- 015 低配人生，也可以高贵地活 / 摆渡人
- 020 我不要一眼就看得到头的生活 / 陈子湜
- 025 生活的高手，从来不会让情绪控制自己 / 李尚龙
- 030 每个人都在用力活着，用自己的方式 / 卢思浩
- 036 活法，决定你的位置 / 马德
- 038 每个人都应该有一套生活智慧 / 沐沐
- 043 每晚临睡前，问问自己和早上有什么不同 / 苏心
- 047 我们拿什么对抗平淡的生活 / 孙晴悦
- 052 让日常，不寻常 / 陶妍妍
- 058 学会享受平凡的幸福 / 王珏
- 061 每一种活法都有属于自己的幸福 / 余君才
- 064 做一个冷清的人，过一个热闹的人生 / 袁小球
- 070 闭门只为书卷香 / 李丹崖

B

生活才不是，生命荒唐的编号，
生活的意义，在于生活本身。

- 077 什么样的生活，才是真正的富足 / 艾小羊
- 082 最好的时光刚刚开始 / 何亚娟
- 087 你是什么样子，你所看到的世界就是什么样子 / 卡西姑娘
- 092 能够掌控人生的人，从不活在 PS 里 / 李爱玲
- 098 总有一天，你会不再担忧的 / 卢思浩
- 104 对自己有要求的人，运气都不会太差 / 米格格
- 110 给差生一点时间，让他变成你喜欢的样子 / 苏心
- 114 苦，没什么可炫耀的 / 余点
- 119 你一定得了怕麻烦这种病 / 王大纯
- 123 当下没过好，未来又怎么会好？ / 依娜
- 127 房子也许是租来的，但生活不是 / 周宏翔
- 136 清晨是最好的增值时光 / 萧萧依凡
- 141 什么才是真正有趣的生活 / 萧萧依凡

- 152 你若笃定，社会便不浮躁 / 时圣宇
- 155 你是什么样的人，就会遇见什么样的人 / 米格格
- 159 看看你那张熬完夜的脸 / 焦志杰
- 165 人生没有梦想，年轻也是苍老 / 喇嘛哥
- 169 你还这么年轻，不必活得好像历经沧桑 / 蓝柚柠
- 174 如果想做一件事，先别忙着发朋友圈 / 末末小七
- 178 低调才是真正的智慧 / 马德
- 180 你有一张明天的脸 / 沐沐
- 185 人生不妨大胆一点，反正只有一次 / 三月弯钩
- 189 你还有梦想没实现？太好了！ / 尚军
- 194 年轻人，别总把别人的梦想当成自己的 / 苏小扬
- 199 梦想的可能性，让生活变得更有趣 / 韦娜
- 203 来一场“够本儿”的青春 / 魏薇
- 206 纵然青春留不住 / 夏苏末
- 210 年轻人，没事不要老躺着 / 伊心
- 215 人年轻时，多读一些好书到底有多重要？ / 喵姐

D

我既不生活在过去，也不生活在未来。

我只有现在，它才是我感兴趣的。

如果你能永远停留在现在，

那你将是最幸福的人。

225 不是生活难过，而是你难过 / 陆小墨

230 生活的坑都是自己挖的 / 马德

233 你风声鹤唳，生活就四面楚歌 / 马德

236 人生是一场抵达 / 马德

239 现在的你是自己曾喜欢的样子吗？ / 沈善书

243 太强很累，其实不强更累 / 孙晴悦

248 你愿不愿意从头再来？ / 孙晴悦

253 你真正想做的事，只要开始了就不会晚 / 小木头

258 读书能让人富裕，但不一定能变得有钱 / 李尚龙

日

思

夜

读

生

活

卷

我不要

一眼看得到头的生活

人民日报新媒体中心 主编



人民日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

日思夜读. 生活卷: 我不要一眼看得到头的生活 / 人民日报社
新媒体中心主编. —北京: 人民日报出版社, 2017.12
ISBN 978-7-5115-5128-3

I. ①日… II. ①人… III. ①散文集—中国—当代 IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 295331 号

书 名: 日思夜读. 生活卷: 我不要一眼看得到头的生活
作 者: 人民日报社新媒体中心

出 版 人: 董 伟
责任编辑: 谢广灼
装帧设计: 宁亚茹

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) 65369509 65369527 65369846 65363528

邮购热线: (010) 65369530 65363527

编辑热线: (010) 65369533

网 址: www.peopledaily.press.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市朝阳区印刷厂

开 本: 880 × 1230mm 1/32

字 数: 136 千字

印 张: 8.25

印 次: 2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5115-5128-3

定 价: 42.00 元

A

是一个人的眼睛，而不是他眼前的景色，
决定他生活的色彩。

- 010 每天静心做一件事，就是高品质生活 / 艾小羊
- 015 低配人生，也可以高贵地活 / 摆渡人
- 020 我不要一眼就看得到头的生活 / 陈子湜
- 025 生活的高手，从来不会让情绪控制自己 / 李尚龙
- 030 每个人都在用力活着，用自己的方式 / 卢思浩
- 036 活法，决定你的位置 / 马德
- 038 每个人都应该有一套生活智慧 / 沐沐
- 043 每晚临睡前，问问自己和早上有什么不同 / 苏心
- 047 我们拿什么对抗平淡的生活 / 孙晴悦
- 052 让日常，不寻常 / 陶妍妍
- 058 学会享受平凡的幸福 / 王珏
- 061 每一种活法都有属于自己的幸福 / 余君才
- 064 做一个冷清的人，过一个热闹的人生 / 袁小球
- 070 闭门只为书卷香 / 李丹崖

B

生活才不是，生命荒唐的编号，
生活的意义，在于生活本身。

- 077 什么样的生活，才是真正的富足 / 艾小羊
- 082 最好的时光刚刚开始 / 何亚娟
- 087 你是什么样子，你所看到的世界就是什么样子 / 卡西姑娘
- 092 能够掌控人生的人，从不活在 PS 里 / 李爱玲
- 098 总有一天，你会不再担忧的 / 卢思浩
- 104 对自己有要求的人，运气都不会太差 / 米格格
- 110 给差生一点时间，让他变成你喜欢的样子 / 苏心
- 114 苦，没什么可炫耀的 / 余点
- 119 你一定得了怕麻烦这种病 / 王大纯
- 123 当下没过好，未来又怎么会好？ / 依娜
- 127 房子也许是租来的，但生活不是 / 周宏翔
- 136 清晨是最好的增值时光 / 萧萧依凡
- 141 什么才是真正有趣的生活 / 萧萧依凡

- 152 你若笃定，社会便不浮躁 / 时圣宇
- 155 你是什么样的人，就会遇见什么样的人 / 米格格
- 159 看看你那张熬完夜的脸 / 焦志杰
- 165 人生没有梦想，年轻也是苍老 / 喇嘛哥
- 169 你还这么年轻，不必活得好像历经沧桑 / 蓝柚柠
- 174 如果想做一件事，先别忙着发朋友圈 / 末末小七
- 178 低调才是真正的智慧 / 马德
- 180 你有一张明天的脸 / 沐沐
- 185 人生不妨大胆一点，反正只有一次 / 三月弯钩
- 189 你还有梦想没实现？太好了！ / 尚军
- 194 年轻人，别总把别人的梦想当成自己的 / 苏小扬
- 199 梦想的可能性，让生活变得更有趣 / 韦娜
- 203 来一场“够本儿”的青春 / 魏薇
- 206 纵然青春留不住 / 夏苏末
- 210 年轻人，没事不要老躺着 / 伊心
- 215 人年轻时，多读一些好书到底有多重要？ / 喵姐

D

我既不生活在过去，也不生活在未来。

我只有现在，它才是我感兴趣的。

如果你能永远停留在现在，

那你将是最幸福的人。

225 不是生活难过，而是你难过 / 陆小墨

230 生活的坑都是自己挖的 / 马德

233 你风声鹤唳，生活就四面楚歌 / 马德

236 人生是一场抵达 / 马德

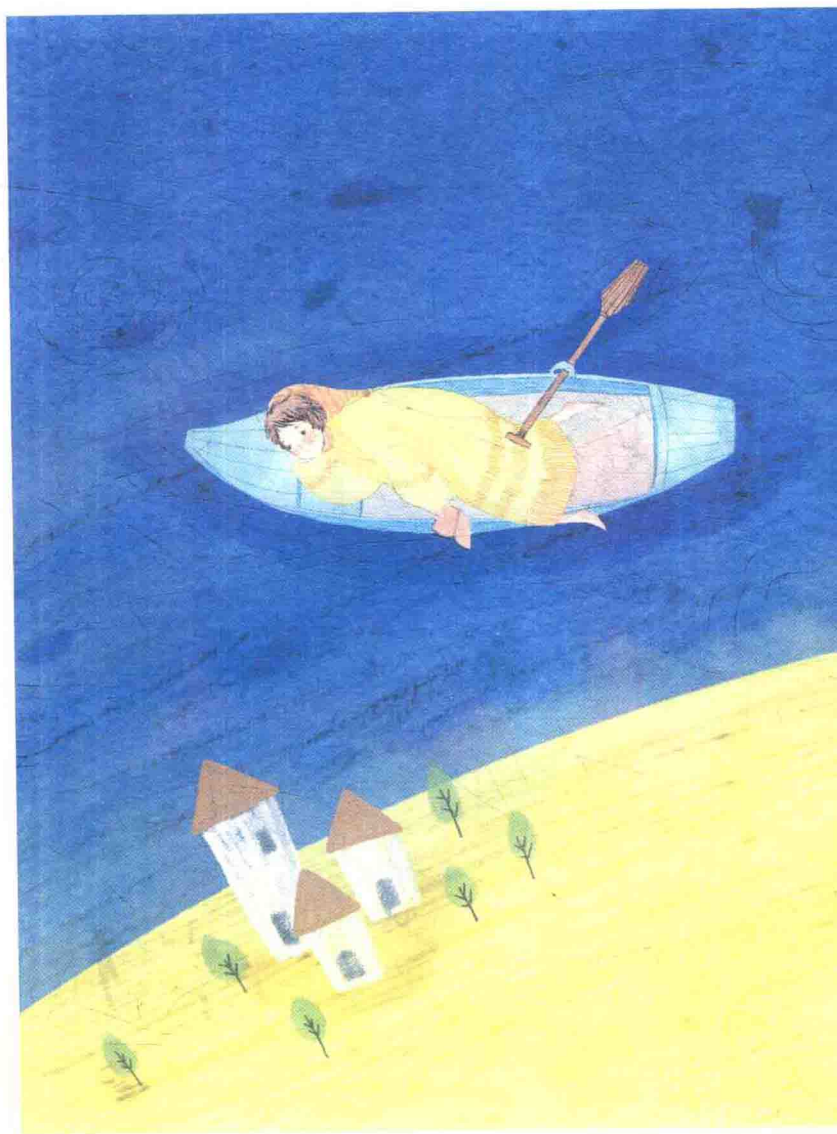
239 现在的你是自己曾喜欢的样子吗？ / 沈善书

243 太强很累，其实不强更累 / 孙晴悦

248 你愿不愿意从头再来？ / 孙晴悦

253 你真正想做的事，只要开始了就不会晚 / 小木头

258 读书能让人富裕，但不一定能变得有钱 / 李尚龙



生活之所以

变得意味深长、充满期待，

是因为我们永远不知道明天会发生什么。



—— 让人生变美好的，
—— 不是一生一次的惊喜，
—— 而是平常日子里一粥一饭的感动。

A

是一个人感受的丰富性
而不是发生在他生活中的
事件的密度，
决定他生活的质地，
是一个人的眼睛，
而不是他眼前的景色，
决定他生活的色彩。

《送你一颗子弹》

每天静心做一件事， 就是高品质生活

文·艾小羊

1

木木有段时间没来咖啡馆了，我有点想他。他是咖啡馆里最受欢迎的客人之一，无论是约朋友聊天还是约人谈事，都随身带着纸笔，哪怕只有十分钟的空闲，也拿出笔来写写字。他写字的时候，全神贯注，谁从身边走过他都不管。

当很多人羡慕木木能静下心来时，他说过一句话，让我印象特别深：“只有静下心来时，生活才美好啊。”

2

去年底，我接手了一个新项目，每天都在忙乱与焦虑中度过，