

■ 让才华赶上梦想，
让时间更有意义

■ 在平凡的日子里，
你也可以活得熠熠生辉



对得起时间 对得起自己

所有的努力都是对自己负责



Gu
Runliang
谷润良

著



民主与建设出版社

对得起时间， 对得起自己

Gu
Runliang
谷润良 著

图书在版编目 (CIP) 数据

对得起时间, 对得起自己 / 谷润良著. -- 北京 :
民主与建设出版社, 2017.12
ISBN 978-7-5139-1844-2
I . ①对… II . ①谷… III . ①人生哲学—通俗读物
IV . ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 295954 号

© 民主与建设出版社, 2017

对得起时间, 对得起自己 DUIDEQISHIJIAN DUIDEQIZIJI

出 版 人	许久文
作 者	谷润良
责任编辑	刘树民
封面设计	金牍文化
出版发行	民主与建设出版社有限责任公司
电 话	(010) 59417747 59419778
社 址	北京市海淀区西三环中路 10 号望海楼 E 座 7 层
邮 编	100142
印 刷	三河市华润印刷有限公司
版 次	2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷
开 本	880 mm × 1230 mm 1/32
印 张	9.25
字 数	220 千字
书 号	ISBN 978-7-5139-1844-2
定 价	39.80 元

注 : 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

人活着啊，
就该有点儿不切实际的想法，
就该有点儿冒险精神。



不怕日子平淡，
就怕你的心死水微澜。
时刻保持一颗好奇心，
你自会发现，
生活处处充满了光辉。



梦想的意义，从来不是实现，而是追寻。
而我们最理想的状态，也从来不是抵达，
而是在路上。



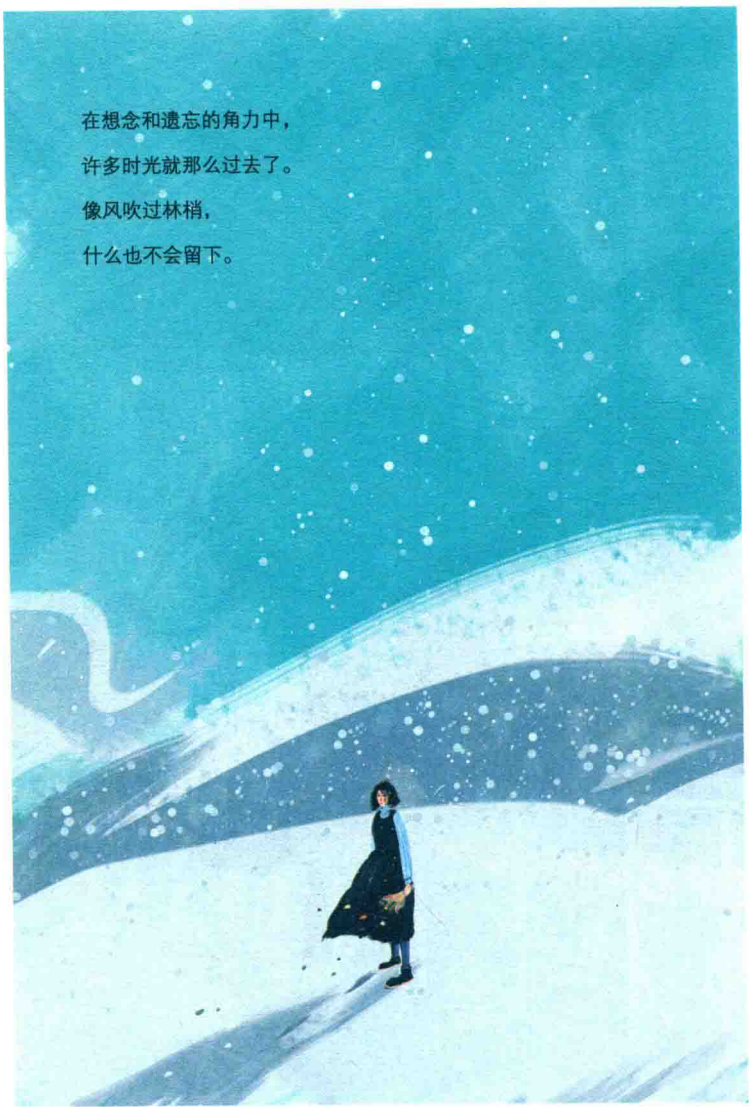


没有人可以永远做你的后盾，你，才是自己的后盾。
多一分努力，才会在意外来临的时候，少一分倒下的可能性。

不要等，没有人知道下一秒会发生什么。



在想念和遗忘的角力中，
许多时光就那么过去了。
像风吹过林梢，
什么也不会留下。





序言

有一次在一个作者群里，看到阿良同学在怼一个作者，我当时觉得，这个小伙子有点意思。

自媒体时代起来了一大批莫名其妙的作者，他们的文章传播力比很多传统文学的传播力更惊人，但他们写的东西，全是情绪，全是与自己价值观不符但能哗众取宠的东西，为了获取高点击，没人再关心逻辑、文学性与价值观，因为人人都在很污的标题、很低级的泄愤中得到了好处，而那些保持底线、三观正的作者成了阿良口中的“十九线青年作家”。

也是奇怪了，我从这位自称“十九线青年作家”的自嘲与

倔强里，看到了自媒体写作难能可贵的希望。

一个作家的正直与底线决定着一个作家能走多远。阿良每天像一个俏皮的小孩，在每一次的写作中维系着自己认定的价值观，并在漫长的写作岁月中冲撞、落地、摸摸头、飞起，如此往复。

坚韧，也可爱，像极了很多人的青春。

朴树在一次访谈中承认自己写《白桦林》的时候取巧了，耍了小聪明，他认为这不真诚，所以很长一段时间都心怀羞愧。

当一个人写到一定程度，他慢慢就会拥有了自己的底线，也叫贞操，这会让他们鄙视炫技与讨好，愿意与我们分享内心的真诚。

但到达这个程度之前，很多人上来就选择了去做一个二皮脸，他们才不会把真实的一面给你看，他们只会把读者当傻子，晚上蹦迪、泡妞、大保健，白天正能量、温暖、道貌岸然。

我欣赏阿良，是因为阿良上来就选择了正直。

他的文，没有那么多华丽的矛盾与博人眼球的夸张。他就像每个上班族少年一样，挤着地铁上下班，穿越太古里的优衣库，繁华中涩涩一笑，而后汇入人流。到家开门，一个四仰八叉，捧起一本书，入夜后放下文人的傲慢与悲哀，写一段故事，聊一段过往，跟你掰扯各种他认为不对的地方。

所以，你总能从阿良的书中，看到倔强，看到清醒，看到

一个人的不退让，看到一个棱角分明的人的感伤，看到一觉醒来的明媚，看到一个少年吃着外卖还对半壁江山的思之如狂。

这大约，便是你我都在寻找的希望。

初小軌

2017年8月26日

于大理

目 录

Part1 我不愿庸碌无为湮没在人群

你敢不敢和别人不一样？ //002

我不愿庸碌无为湮没在人群 //007

人活着啊，就该有点儿不切实际的想法 //012

在平淡如水的日子里，熠熠生辉地活着 //018

这辈子，总要拼尽全力做好一件事 //023

人生在世，最贵不过“喜欢”二字 //029

Part2 比实现梦想更有意义的，是追寻梦想的过程

比实现梦想更有意义的，是追寻梦想的过程 //036

想得越多越迷茫，做得越多越明朗 //041

你现在找的每个借口，都会阻碍前行的路 //046

为什么要努力？这是我听过最现实的答案 //051

努力不一定成功，但一定能成为更好的自己 //059

因为你只有一辈子，所以要活成自己的样子 //064

你怎能倒下，身后都是等着看你笑话的人 //069

Part3 没有不够用的时间，只有不想做事的心

你成不了事，是因为没把它当成事 //078

我之所以努力，是为了有一天能够潇洒地做自己 //083

你羡慕别人成功，为什么不羡慕别人吃的苦？ //089

没有不够用的时间，只有不想做事的心 //095

贫穷并不可耻，可耻的是甘于贫穷 //100

你那么喜欢找捷径，一定走了不少弯路吧 //106

别人的成功都有猫腻，那你就心安理得地失败吧 //111

Part4 人生没有太晚的开始，但你不妨早一点

别在被社会淘汰之前，自己淘汰了自己 //116

别让你的人生毁在这个习惯上 //121

你要允许自己失败，大不了从头再来 //125

人生没有太晚的开始，但你不妨早一点 //130

你的问题恰恰在于不愿将就 //134

你永远也配不上那个不爱你的人 //139

不怕你懒，就怕你把懒当时尚 //144

无路可走之时，才有可走之路 //149

Part5 年轻人，你为什么总是不快乐？

年轻人，你为什么总是不快乐？ //160

你心里是不是也住着一个不可能的人？ //166

所有让你要死要活的爱，都不是真爱 //171

生活对你的每一次刁难，都是善意的提醒 //177

自己没本事，就别怪人家势利 //182

你为什么而活？ //186

我情愿做你一辈子的备胎 //191

积极的心理暗示对一个人有多重要？ //197

低质量的热情，不如高质量的冷漠 //202

不对孩子随便发脾气，是父母的底线 //207