



青春

Qing Chun

是经不起挥霍的 ——30岁以后才明白

你的未来会不会有奇迹，
完全取决于你的青春是怎么走的。 | 杨金贵◎编著 



朝華出版社

青春
Qing Chun

是经不起挥霍的
——30岁以后才明白

杨金贵◎编著



图书在版编目 (CIP) 数据

青春是经不起挥霍的：30岁以后才明白 / 杨金贵编著. — 北京：朝华出版社, 2011.4

ISBN 978-7-5054-2662-7

I. ①青… II. ①杨… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第054017号

青春是经不起挥霍的——30岁以后才明白

作 者 杨金贵

选题策划 杨 彬 博士德

责任编辑 张 冉

特约编辑 赵 倩 孔令钢

责任印制 张文东

封面设计 兰旗设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街24号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258(发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.mgpublishers.com

印 刷 三河市华晨印务有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 1000mm 1/16 字 数 220千字

印 张 15

版 次 2011年5月第1版 2011年5月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2662-7

定 价 28.80元

序言

青春，是一本太仓促的书

所有的结局都已写好
所有的泪水也都已启程
却忽然忘了是怎么样的一个开始
在那个古老的不再回来的夏日
无论我如何的去追索
年轻的你只如云影掠过
而你微笑的面容极浅极淡
逐渐隐没在日落后的群岚
遂翻开那发黄的扉页
命运将它装订得极为拙劣
含着泪我一读再读
却不得不承认
青春是一本太仓促的书

席慕容的这首《青春》留在了太多人的记忆中，它让人看完后陷入沉思，久久不能释怀。

是的，青春，是一本太仓促的书。不过置身其中，并不能感觉到它的仓促，只是感觉我们有太多的事情要做，有太多的梦想要去实现，但又往往很迷茫，不知从何入手，也不知出口在哪里。我们感觉自己追求得很多，但又不知道自己真正想要的是什么，就在一次又一次的试错中，慢慢通过排斥法来选择留下的，

选择自己最喜欢做的和自己最擅长做的。

青春是一个成长的过程，也是一个发现自我的过程。我们对它抱着极大的期盼，为未来编织出一个美丽的蓝图，因为我们感觉未来一定是美丽的，它会带给我们期望的东西。我们的梦想会带我们走到理想的终点，带给我们满意的人生答案。但是，这个成长的过程，并不像顺流而下的帆船那样一帆风顺。而正好相反，因为我们把所有的事情都完美化和理想化，加之我们缺少经验，我们没有经历过太多的逆境，往往遇到困难时，就仅仅执著一下，觉得自己累了，就想放弃或者寻找另一条出路。

我们在青春的路上又充满了徘徊，因为理想太完美，现实太骨感，我们不是把所有的精力都放在一件事情上，而是把它分散开来，放在很多事情上，试着去寻找捷径。当这条路上有困难时就去换路线，殊不知，所有的事情都是有困难的，都是需要我们执著地去坚持才能完成的。而我们频频转换目标却是在浪费自己富贵的时间，浪费自己的青春年华。

有时候我们不想去做所谓“浪费青春”的事情，我们想享受青春所赋予我们的权利，我们抓住时光来挥霍青春，去享受那些灯红酒绿，去撕心裂肺地唱流行乐、摇滚乐，去追捧当下最时尚的韩剧、选秀节目等，梦想着我们也可以像那些选秀出来的幸运儿一样一步登天，可以不用去准备就能轻松地拥有在别人眼里重要的东西。我们想出名，想拥有财富和地位，想走捷径，比如当大明星。可是，这些毕竟是太窄的路，而幸运不会眷顾每一个人，也不是每个人都擅长这些，只是我们看重他们的知名度，看重这些东西所带来的经济效益和身份地位。可是细想一下，这些是来自我们内心的呼唤吗？

我们不想从众，我们想独特，我们想要自己的个性，而且这也是个推崇个性的时代，于是我们做出了种种在上一辈眼里不可

思议甚至疯狂的事情，可能在这些异样和不可思议的眼光里，我们无所顾忌。我们才不管呢，我就是要有个性。有时候，我们可能觉得是个性的东西或者自己经过深思熟虑的东西，往往是受媒体或者社会的影响，它已根植于我们的潜意识，使我们觉得它是自己思想的产物，并没有去深究其真正来源。

我们的青春由我们来做主，但不是说完全我行我素，反其道而行之。要想让未来没有遗憾，最好的办法就是深思熟虑，做自己认为在此时、此景和自身知识条件下最好的选择，让现在不去后悔，未来后悔的几率就不大了。其实接受前人的指导和意见也是很有必要的，我们可以听，但主意还是自己来拿。

我们的青春不是用来挥霍的，因为青春很快就会过去，它承载着我们的未来的走向。未来是什么样子的，完全取决于我们的青春是怎么走的，我们走得好，未来就好。当然，我们走不好，未来也不会发生奇迹。我们要为未来编织好梦，做个计划，一步一步地按照计划进行。

青春怎么走，还是一个值得我们去花些时间好好想清楚的问题。

生命应该是这样的：每一个人都是独立的个体，每一个人都独立地存在、生存、思考着。

青春应该是这样的：它不是我们挥霍的资本，而是我们成长的历练，是而立之年的基石，是我们更为漫长生命之路的前奏……

青春是经不起挥霍的

——30岁以后才明白



CONTENTS 目录

一、青春不是可以随便挥霍的 001

1. 青春经不起挥霍 003
2. 是什么造成了人与人的“不一样”？ 007
3. 强者被依靠，弱者依附于人 010
4. 身体是青春的本钱，却不能随意挥霍 014
5. 别拿自己太当回事 018

二、30岁之前如何规划好自己的人生 021

1. 精确的目标是人生成功的首要条件 023
2. 认清自己才知道事业的方向 027
3. 要想拥有成功的事业，先做好职业规划 030
4. 把目标进行拆解，分段实现你的目标 034
5. 先顺应环境，才有机会改变人生 038

三、30岁之前如何妥善安排你的时间 043

1. 聪明的人首先学会的是时间管理 045
2. 人生的差别源自时间管理上的差别 049
3. 别让他人浪费你的时间 053
4. 把握零碎的时间，找出隐藏的时间 056

目录 CONTENTS

四、 30岁之前的职场生存基本要素 059

1. 塑造、培养自己的核心竞争力 061
2. 把所学的知识转化为社会需要的能力 064
3. 人生的价值通过承担责任来体现 068
4. 敢于创新是年轻人最重要的品质 071
5. 独立思考是为人的第一意识 074

五、 从“闯”到“漂”——新一代城市青年的生存法则 079

1. 那些执著于梦想的蚁族 081
2. 逆境是促使人奋发向上的动力 084
3. 你想得到多少，你便要舍弃多少 088
4. 年轻最大的资本就是经得起失败 091
5. 除了自己，没有任何人可以使你沮丧消沉 095
6. 把钱优先用在投资自己的脑袋上 099

六、 30岁之前建立牢固而持续的人脉关系网 103

1. 物以类聚、人以群分，向成功的人学习 105
2. 如何建立并维系人脉关系 109
3. 不断提升自己给人以帮助的能力 113
4. 赚大钱靠大家，赚小钱靠自己 116
5. 知音重在真情的延续，而不是物质利益的伴生品 120
6. 批评你的人才是你生命中的贵人 124

CONTENTS 目录

七、 30岁之前以什么样的心态指导以后的人生 129

1. 以积极的态度面对人生，才会感悟人生的精彩 131
2. 无论饰演什么角色，都要演到最好 134
3. 个性是智慧火花的迸耀，但绝不是肆意妄为 137
4. 不要用眼泪去换取别人的可怜和施舍 141
5. 低调是历经沉淀之后人生最优雅的姿态 145
6. 遵守诺言就像保卫你的荣誉一样 149
7. 学会倾诉、学会哭，懂得自我调整 152

八、 30岁之前让自己从聪明向智慧转变 157

1. 活出如水一般的人生 159
2. 谁有资格对生活如此任性 163
3. 沟通是所有能力中最重要的一项 167
4. 威力最大的侵略是无形的文化侵略 171
5. 正确面对互联网带来的革命 175
6. 告别“拜金主义”，树立正确的财富观 178

九、 30岁之前要逐渐承担起家庭的责任 183

1. 感恩、孝顺父母是做人的根本 185
2. 埋怨父母，是没有成熟到可以为自己负责 189
3. 夫妻和睦是事业成功的基本保证 193
4. 孩子是你一生最大的财富 196

目录 CONTENTS

十、 30岁之前让爱情逐渐沉淀	201
1. 执著于自我感受的“自私爱情”	203
2. 持久的爱情需要心有灵犀的契合	207
3. 别因为寂寞去恋爱	210
4. 一句“拿着”胜过十句“我会给你的”	214
后记：我们的人生只有一次	217



一、青春不是可以随便挥霍的



安妮宝贝在《莲花》一书中有这样一段文字：很多人蒙住眼睛，以为自己会一直无损而长寿，甚或不朽。他们相信自己的手里永远都有时间，可以肆无忌惮，做浪费和后悔的事情。总是认为能够再次获得机会。

的确，很少有人敢去触摸死亡，更不会去想象自己的生命何时终结，我们在给自己做规划时总以为我们有百年的生命，可事实上，很多人不曾老去便已逝去。

年轻时，我们便以为自己今后还有很长的路要走，于是我们把该承担的责任留到了以后，把该面对的困难留给了以后，我们把该尽的责任也留给了以后……我们自以为会有无数个明天，于是总是说“明天再说吧”。

影片《唐山大地震》中，我们可以看到，大地震来临之前，人们生活按部就班，悠闲而轻松，很多人把原本能兑现的承诺留给了明天——即便只是一个西红柿。

然而，在一个瞬间，天崩地裂后，所有的承诺都成为遗憾。

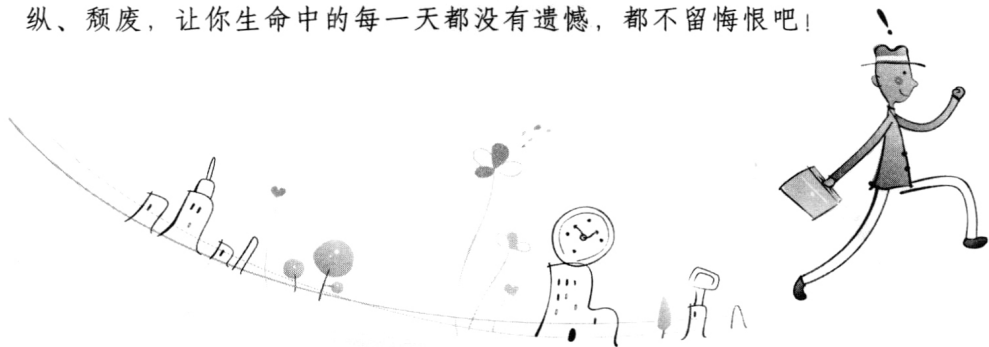
我们不妨做一个残忍的假设，假设今天是生命中的最后一天，我们应该如何面对？

明天已经没了。

想想吧，假如明天你就不在这个世界，你最遗憾的是什么？是不是那些未兑现的承诺？是不是那些虽是举手之劳却没有实现的小小愿望？

生命是脆弱的，死神或许距离我们很近，只是脚步太轻，我们没有感觉到。

生命有多长，我们不知道，未来有多远，我们不知道。我们能看到的、知道的，只有当下、今天，那么珍惜今天吧，不要挥霍、浪费、放纵、颓废，让你生命中的每一天都没有遗憾，都不留悔恨吧！





1. 青春经不起挥霍

人世间，比青春再可贵的东西实在没有，然而青春也最容易消逝。最可贵的东西却不甚为人们所爱惜，最易消逝的东西却在促使它的消逝。谁能保持永远的青春，便是伟大的人。

——郭沫若

法国牧师纳德·兰塞姆墓碑上刻着这样一句话：“假如时光可以倒流，世界上将有一半的人可以成为伟人。”

实事求是地讲，不少人都存在好逸恶劳意识，想少付出多获得，多享受少劳动，尤其是部分年轻人的好逸恶劳意识更加强烈，对娱乐玩耍的兴趣很浓，总是玩不够，对工作和学习总是很冷淡，一提起工作和学习，就皱眉头。然而随着年龄的增长，一个人肩头的担子越来越重，要承担家庭责任，赡养老人、养育子女；要承担社会责任，干好工作、服务社会。于是，人的好逸恶劳意识就越来越淡化，以至于化为乌有，十分能吃苦耐劳，工作和学习很有韧劲。这时，那些在青年时期虚度年华的人，过了而立之年，想在工作中创造一流业绩，想提高家庭生活水平，却感到力不从心了。因为他以前混日子，给人造成了极坏的印象，所以领导不敢委他以重任；因为他以前不学习，技能水平很低，所以他难以干好工作，想跳槽到高工资的单位去，这些单位却不要他。



我们经常会假设我们的人生——假如当初好好学习，那么今天的我将……；假如当初我选择的是另外一家公司，那么今天我将……；假如当初我娶了她，那么今天我将……

人们的假如往往都是抱怨，抱怨来源于对过去的追悔，对现在的不满。人们一边“假如”着曾经，一边却在毫不吝啬地把今天浪费在“假如”上，亲手让今天成为未来的遗憾。

社会是普遍联系的，遵循一个平衡定律：一个人只有付出，才能得到回报，方便别人，自己才能得到方便；而一个人只想得到，不想付出，结果他什么也得不到，甚至损失得更多。

青春亦是如此，正是因为青春不可重来，才变得弥足珍贵；正是因为青春是一个人一生中身体最健康、情感最火热的岁月，才让人有足够的精力去放纵、挥洒；正是因为青春的时候我们放弃了，于是才有了悔恨，于是30岁以后才明白，青春经不起挥霍。

影片《唐山大地震》中徐帆饰演的母亲元妮的一句“没了，才知道什么是没了”，让观众无不潸然泪下。

对于生命是如此，对于亲人的离去是如此，对于青春的逝去，何尝不是如此？

生命的残酷恰恰就在于昨日不能重现，而这也是生命美好的根源。试想假如时光可以倒流，人们将会更加恣意地浪费、宣泄自己的人生，生命将变得一文不值。

凡能假如的，必是充满了遗憾的。

纳德·兰塞姆牧师在聆听了万余人的临终忏悔后，于是总结出了这句足以让后人时刻警醒的话——“假如时光可以倒流，世界上将有一半的人可以成为伟人。”

比利时《老人》杂志曾在全国范围内，对60岁以上的老人开展了一次题为“你最后悔什么”的专题调查活动，调查的结果很有意思：



72%的老人后悔年轻时的努力不够，以致事业无成；

67%的老人后悔年轻时选择了错误的职业；

63%的老人后悔对子女教育不够或方法不当；

58%的老人后悔锻炼身体不足；

56%的老人后悔对伴侣不够忠诚；

47%的老人后悔对双亲尽孝不够；

41%的老人后悔选错了终身伴侣；

36%的老人后悔自己未能周游世界；

32%的老人后悔自己一生过于平淡，缺乏刺激；

11%的老人后悔没有赚到更多的金钱。

60岁的老人，已是夕阳晚照，回首往事，对自己自然能够做出比较客观而公正的判断。这些对于回首往事的老人们虽然是终身遗憾，但对于年轻人来说，无不是一个警示。

72%的老人后悔年轻时的努力不够，以致事业无成，这正印证了中国传统的警句“少壮不努力，老大徒伤悲”！

人生是不可逆的，昨天已经过去，今天也将成为昨天。当今天你为昨天而哀叹时，是否想过明天会不会哀叹已成昨日的今天？之所以时光倒流人们才会成为伟人，正是人们反省后的结果，于是才有了那么多不可能的“假如”。

大多数人回头看，都做着各类不能实现的假设，希望重新活过。

大多数人向前看，都对未来寄托着最美好的、仿佛就在眼前的希望。

可是我们真的不能重新活过，这是很多人的遗憾。

我们也不能左右未来，你明知道未来是不确定的，你依然要往前走，因为活下去需要这样一个支撑。

我们经常欺骗性地给自己一个希望——等我老了，那我就……或者，我会一辈子……



可是我们真的会老吗？即便老了，你还记得或还能兑现在年轻时许下的诺言吗？你怎么知道这个承诺不会成为令你难以瞩目的遗憾，带到来生呢？你又怎么知道你这一辈子是不是就在这个誓言发过后便已经结束？

人就这么一生，人就到这世上匆匆忙忙地来一次，我们每个人的确应该有个奋斗的目标。如果该奋斗的我们去奋斗了，该拼搏的我们去拼搏了，但还不能如愿以偿。我们是否可以换个角度想一想：人生在世，有多少梦想是我们一时无法实现的？有多少目标是我们难以达到的？我们在仰视这些我们无法实现的梦想，眺望这些我们无法达到的目标之时，是否应该以一颗平常心去看待我们的得与失。“岂能尽如人意，但求无愧我心。”对于一件事，只要我们尽力去做了，我们就应该觉得很充实，很满足，而无论其结果如何。

青春是短暂的，犹如炫美的烟火，但即使是短暂的，在那一瞬间却成了永恒。我们不会因为它短暂而忽视了它存在的价值，有人说存在的即是合理的，与其去抱怨青春的短暂，何不静下心来去领会它的奥妙呢？

有人为了博取青春的自由而付出了生命的代价，有人为了获得青春的成功而一直在努力前行。也许过了这个轻松青春时节，以后的每个季节都不再轻松，既然这样，那我们为何又要虚度青春呢？当你拿着父母的血汗钱在放纵时，又可曾想过青春的沙漏在哭泣；当你在职场中碌碌无为时，青春的雨滴早已干涸；当你因失恋而一蹶不振时，青春的警钟早已敲响。

与其把青春挥霍殆尽而去黯然垂泪，不如把握好现在的时光，让自己拥有一个不后悔的人生。如果真的有一天什么都没了，你还能知道什么是没了吗？没机会了。