

不吃苦，不拼搏，

你要青春

干什么

别在该吃苦的年纪选择了安逸

静文

著

／年轻不吃苦，老了会命苦。

现在吃点苦，未来不辛苦。／

唯有努力，方可不负青春不负梦，不负韶华不负心！

天津出版传媒集团

百花文艺出版社 天津人民出版社

不吃苦，不拼搏，

你要青春

干什么

静文

著

天津出版传媒集团

百花文艺出版社 天津人民美术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

不吃苦, 不拼搏, 你要青春干什么 / 静文著. -- 天津: 百花文艺出版社: 天津人民出版社, 2019.5
ISBN 978-7-5306-7653-0

I. ①不… II. ①静… III. ①成功心理—青年读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第294485号

不吃苦, 不拼搏, 你要青春干什么

BU CHIKU BU PINBO NI YAO QINGCHUN GANSHENME

静文 著

装帧设计: 末末美书

选题策划: 鼎文传媒 责任编辑: 徐 姗

出版发行: 百花文艺出版社

地址: 天津市和平区西康路 35 号 邮编: 300051

电话传真: +86-22-23332651 (发行部)

+86-22-23332656 (总编室)

+86-22-23332478 (邮购部)

主页: <http://www.baihuawenyi.com>

印刷: 天津中印联印务有限公司

开本: 710 × 1000 毫米 1/16

字数: 180 千字

印张: 14

版次: 2019 年 5 月第 1 版

印次: 2019 年 5 月第 1 次印刷

定价: 42.80 元

如有印装质量问题, 请与天津中印联印务有限公司联系调换

地址: 天津宝坻节能环保工业区宝富道 18 号 Z1 号

电话: 022-22520703 邮编: 301800

版权所有 侵权必究



不吃苦，不拼搏，你要青春干什么

阿里巴巴创始人之一马云在《不吃苦，你要青春干什么》这篇演讲里这样说道：

“当你不去旅行，不去冒险，不去拼一份奖学金，不去过没试过的生活，整天挂着QQ，刷着微博，逛着淘宝，玩着网游，干着我80岁都能做的事，你要青春干什么？”

你是否曾被这段在互联网上一度刷屏的话语唤醒过心底那早已沉寂的上进心？你是否曾在最能吃苦的年纪却选择安逸？又或者你现在正值青春年华，却已习惯了逃避吃苦，远离拼搏？

有些人以为早上要早起挤公交挤地铁上班，自己是在吃苦；有些人在办公室里，夏天享受着空调，冬天吹着暖气，但偶尔加一加班就觉得自己是在吃苦；有些人没有把工作做好，结果被上司责骂几句，就觉得自己是在吃苦。

殊不知，社会上比你苦上百倍的，大有人在。不相信？不妨去建筑工地看看，不妨去西部偏远山区看看，不妨去体验一天外卖送餐员的工作，不妨看看环卫工人的一天是怎样度过的，不妨看看通下水道的工人平时的工作环境是怎样的……如果你看过，体验过，就不会觉得自己苦，反而觉得自己挺幸运。

现在有很多正值青春的女生，上班不努力，应付了事，下班更不会去拼搏，她们最

喜欢做的事情是关注美食、名牌衣服、昂贵的包包、化妆品……她们的最爱还有网上购物、刷微信朋友圈、刷微博，追韩剧……她们以为，这些就是正值青春该做的事。

现在有不少风华正茂的男生，上班得过且过，下班更不愿意利用八小时之外的时间提升自己，让自己更有职场竞争力，反而经常约上三朋五友一起打扑克、打麻将、泡酒吧、沉迷于迪厅或KTV之中……又或者玩网络游戏、看网络小说、美国大片……他们以为这些就是正值青春该干的事。

然而，在最应该努力奋斗的这几年，选择放纵与安逸，最终换来的很可能是一生的卑微，以及不得不一辈子都生活在社会的底层！

怕吃苦，苦一辈子；不怕苦，苦一阵子。如果你在最应该奋力拼搏的年纪，却选择了安逸，将来你会不断埋怨现在的你；如果你现在主动吃苦，拼尽全力，将来的你一定会非常感激现在的你。

在2015年有一部热播的电视连续剧，叫《芈月传》。在剧中，芈月在青年时期吃了很多苦，付出了很多努力，最终登上权力之巅。而芈月的扮演者孙俪能成为“荧屏霸主”，靠的又何尝不是特别能吃苦、特别能付出呢？在面对媒体采访时，孙俪曾这样说道：“除了拍《玉观音》后歇了三个月，十年来，我几乎再没有休息过一天，这比小时候练舞，比在部队里种地、赶猪、掏阴沟要累得多。”

在完全可以拼“颜值”的时代，孙俪却在拼实力，拼吃苦精神。她吃了十年苦，付出了十年的拼搏，换来的是自己身价的暴涨。

孙俪的故事启示我们，人生其实有两条道路可以选择：要么像孙俪那样吃苦十年，精彩五十年；要么安逸十年，吃苦五十年。面对这种选择，相信任何人都知道该怎么选择。

如果老天善待你，给了你优越的生活，请不要失去自己的斗志；如果老天对你百般刁难，更请你不要磨灭了对自己的信心与奋斗的勇气。不吃苦，不拼搏，你要青春干什么？如果你不希望你“安逸十年，吃苦五十年”，请一定要从现在开始，主动吃苦，

努力拼搏。

为了帮助每一位决心追求成功的人少走弯路，在正确的方向、道路上去拼搏，本书结合社会和职场的实际，既提供了一系列一用就灵的好方法，又给大家讲述了很多可供大家在做事过程中作为参考的真实案例，目的是让你有价值地吃苦，高效地拼搏，让自己在有限的时间内，给自己的未来创造更多的价值、回报与成就。

总之，请不要在最能吃苦的时候选择安逸，没有谁的青春是在红地毯上走过的。既然梦想成为那个别人无法企及的自己，就应该在适合自己的道路上，付出别人无法企及的努力！所以，请现在开始，树立明确目标，朝着你最想去的远方，主动吃苦，奋力拼搏，不负青春，不负自己，让将来的你感激现在的你！



第一章

吃苦

在该奋斗的年纪，努力到无能为力

- 不愿意吃苦，天赋再高也很难成功 _003
- 先吃苦中苦，后尝甜上甜 _008
- 没有坎坷不叫命运，没有苦难不叫人生 _013
- 苦难是金：厄运是上天对你的偏爱 _018
- 吃得了苦：战胜了苦难，它就是你的财富 _022
- 挫折利用得好，能助你拥有非凡成就 _027

第二章

拼搏

让将来的你感激现在拒绝安逸的你

- 没有危机意识，容易身陷危机 _035
- 逃离舒适区：青春是用来奋斗的，不是用来享受的 _039
- 对自己负责，让未来的你感激现在拼搏的你 _044
- 额外付出越多，额外回报越大 _048
- 多做有价值的事，努力成为想成为的人 _052
- 现在多下“笨功夫”，将来更能被机会眷顾 _056

胆识

敢于直面苦难，勇于追求机会

- 当机会来临时，你是否敢于尝试 _063
- 绝不逃避，敢于直面困难、痛苦与残酷 _068
- 改变世界的，往往是敢去冒险的人 _072
- 世界处处是竞争，唯有勇者成赢家 _077
- 遇到挑战时，勇敢试一试 _081
- 怀着“不信邪”的勇气与智慧去拼搏 _085

选择

在正确的道路上吃苦与拼搏

- 选择决定命运，请朝正确的方向努力 _091
- 选择对了，才能做更多有用功 _096
- 读懂“放弃”，就拥有选择的能力 _102
- 没有明确目标的人，永远无法成功 _106
- 学会变通，通往罗马的路不止一条 _110
- 把握好“度”，做一个“知止”的人 _114

行动

不认命，先拼命

- 实干带来荣誉，行动创造成功 _121
- 爱拖延，你只能眼睁睁地看机会溜走 _125
- 如果不行动，想得再多也没用 _129
- 勤奋不一定成功，但想成功一定要勤奋 _132
- 全力以赴去行动：不认命，先拼命 _135
- 每天多付出一点点，幸运就会来敲门 _139

第六章

借力

吸引更多人来帮你

- 成功，离不开团队的助力 _145
- 要学会让别人帮助自己成功 _149
- 替别人着想就是替自己着想 _153
- 增强你的领导力，激励更多人为你打拼 _157
- 乐于分享，帮助你的人就会越来越多 _161
- 把亏吃在明处，让更多人来成就你 _164

第七章

坚持

锲而不舍做对的事，必苦尽甘来

- 坚持就是胜利，半途而废是很可悲的事 _171
- 无法逃避的一课：我们不可能不遭遇挫折 _175
- 别放弃！失败是通往成功的中转站 _178
- 做有毅力的人，用顽强意志去克服困难 _183
- 坚持每天进步一点点，理想终会实现 _187

第八章

成功

做一个赢家，拼出最美好的自己

- 真正的成功者，会持续不断地创造胜利 _193
- 唤醒“沉睡的巨人”，助自己一臂之力 _197
- 永远追求卓越，给自己满意的人生 _202
- 燃烧你的激情，助推你的事业 _206
- 学会自我塑造，做最想成为的自己 _209

第一章

吃苦

在该奋斗的年纪，努力到无能为力

不愿意吃苦，天赋再高也很难成功

你是否留意过这些现象：有一些特别具有天赋的歌者却一直没有成为大众熟知的当红歌手，有一些很会拍照的摄影爱好者却从来没能举办过一次摄影展，有一些很有天分的运动员却从来没有进入过任何一支职业队，有一些很有才气的写作爱好者却从未出版过一本作品，更不要说有成名作了……为什么会这样呢？

研究发现，以上的现象是因为他们没有努力发挥自己的优势与才能，没有努力使该项天赋成为自己最突出的才干与超越绝大多数人的本领。他们总想着寻找捷径，一味地要寻找到一条方便的路；他们认为自己不用付出多大的努力就可以永远发挥天赋；他们觉得不需要怎么刻苦训练就能取得巨大的成就。令人遗憾的是，最终他们事与愿违，白白浪费自己的天赋与才干，只剩一事无成的结局。

在现实生活中，我们也经常能见到这样的事情：当有人中了数千万的彩

票头奖时，大家会为之高声欢呼，虽然心里充满了羡慕；当看到有人通过自己的勤劳与智慧，建立起庞大的事业，赚到巨大的财富时，很多人内心里免不了嫉妒，却很少想过这些人在创业前期其实吃尽了苦头，一直在拼尽全力去工作。于是，很多人都想着通过买彩票来一夜暴富，却不愿意通过努力拼搏来赢得人生的财富。

如果只想着走捷径，而不愿意吃苦与拼搏，那么即使有着再高的天赋，恐怕最终也避免不了碌碌无为的下场。然而有些人到了这种时候，还在不断地抱怨自己是如何的怀才不遇，真是让人哀其不幸，怒其不争。

那些天赋满满却最终一事无成的人，也许在告别人世间时都没有明白这样一个道理：成为最出色或最富有的自己，并不取决于抽到幸运之签或中了千万大奖上，而在于每天都比别人多付出一点辛苦与汗水，多投入一点执着与坚持，让自己每天都在提升与进步！读到这里，你恐怕已经知道了这个问题的答案：为什么一些最有天赋的人从来没有成功过？因为他们只想着找捷径，不愿意去吃苦、拼搏！

再有天赋的人，若不能不断地刻苦努力，不断提升自己，最终也只会泯然众人，流于平庸；再资质一般的人，只要能在正确的方向上每天进步一点点，努力拼搏一点点，坚持不懈之下，将来也必定能卓尔不群，进而功成名就。

不愿意吃苦，不肯去拼搏，再有天赋的人也很难成功。宜家创始人、亿万富翁英瓦尔·坎普拉德对此的看法是：“没有人能一次挣到一百万！”上帝的忠告是：“你们要走窄门，宽门里没有路。”笔者的感悟则是：“不要抄近道，否则会白跑。”

曾看过这样一个小故事：有个人叫了一辆出租车，上车后，他跟司机说了自己要去的目的地。这时候，司机问他，是想走最短的路还是最快的路。他反问道，难道最短的路不是最快的路吗？司机摇摇头后回答说，最短的路和最快的路并不是同一条。现在这个时间段正是上班车流高峰期，最短的路肯定车特别多，甚至很可能正堵着车。如果真堵车了，开车走那段路，车速说不定还没有步行的速度快，所以用的时间肯定很长。

他点点头表示明白。司机又建议他说，如果有急事，不妨绕一下道，多走一段路，这样反而能早一点到，这就是司机所说的最快的路。这个故事告诉我们，欲速则不达，懂得走一点“弯路”，反而能更快到达目的地。

法国作家勒农说过：“你不要着急，我们所走的路是一条盘旋曲折的山路，要拐很多弯，兜很多圈子，时常我们觉得好像背离了目标，其实我们总是在越来越接近目标。”在人生路上，为什么很多时候走绕远弯路的人却比走捷径者更快到达终点呢？首先是因为捷径上的人太多，所以变得异常拥挤。当你置身于拥挤不堪的捷径上时，哪怕你想往前走一步，也要费尽九牛二虎之力。在这个世界上，大多数人都喜欢走捷径，但结果往往事与愿违。而弯路上的人却很少，因此很轻松地就能往前走。

另外一个原因是，走在弯路上的人，因为面对的是绕远的弯路，所以丝毫不敢懈怠放松，只得努力一直往前走，虽然吃了不少苦头，但最终反而捷足先登，取得了令人艳羡的成就。

宫本武藏是日本近代著名的剑道名家，柳生又寿郎作为他的高徒，同样是一位伟大的剑客。话说当年，柳生又寿郎刚拜宫本武藏为师时，就迫不及

待地问道：“师父，您是过来人，慧眼如炬，您认为以我的根基与资质，什么时候能成为一名一流的剑客？”

宫本武藏想了想，然后说：“我估计大概需要十年。”“十年！师父，这会不会太久了一点？”这时候正是年轻气盛的柳生又寿郎，非常想尽快成名，于是他急切地问道：“师父，我是一个意志坚强的人，如果我加倍努力练习呢？”“那么，得要二十年。”宫本武藏严肃地说。

柳生又寿郎大惑不解地追问：“假如我夜以继日、废寝忘食、一刻不停地用功呢？”宫本武藏严肃地说：“那你三十年也不会成功！”


宫本武藏的话让柳生又寿郎觉得非常难以理解。最后，他虔诚地问道：“师父，练习剑道怎么这样奇怪？为什么我越努力反而用的时间越长？请您告诉我，这是为什么？”

宫本武藏谆谆教导他说：“努力没有错，加倍努力也很对，但如果在错误的方法上努力就只会让你南辕北辙。你在学剑一途上，不但要刻苦努力地练习，还要学会用脑去思考剑道，用心去悟剑道。这样，你才有可能成为一名一流的剑客。”柳生又寿郎听后，若有所悟。后来，在宫本武藏的指点下，既刻苦努力又勤于悟道的柳生又寿郎，最终成为一名一流的剑客。

宫本武藏与柳生又寿郎的这个故事启示我们，怕辛苦想走捷径这一点不可取，想通过瞎勤奋、乱刻苦来实现梦想也不可取。要想成功，首先要选择正确的路径，采用正确的方法，然后再吃苦、拼搏，这样才是科学、高效的努力。

总之，想要到达成功的彼岸，我们该走的路都必须要走一遍，该吃的苦都必须吃一遍。如果总想抄近道走捷径，结果反而是走了更多的路，吃了更

多的苦，受了更多的坎坷与挫折。急于成功的人，不妨感悟一下这句话：人生必须背负重担，一步一步慢慢地走，稳稳地练；当你扎实走好每一步后，总有一天你会发现自己是走得最远的巨人！



先吃苦中苦，后尝甜上甜

如果一个人想要实现自己最大的梦想，获得人生中最大的成就，就一定不要在年轻的时候开始主动吃苦，努力拼搏，百倍付出。最近在互联网上有一句话说得非常好：“不要在最应该吃苦的年纪选择了安逸。”最应该吃苦和拼搏的年纪，通常是18岁到35岁之间，在这段年纪里，如果你能够主动吃苦与拼搏，之后你的收获会越来越多。关于这一点，用一句当代谚语来形容就非常好理解了，那就是：“先吃苦中苦，后尝甜上甜。”

赖斯是美国前国务卿，如果我们纵观她年轻时的奋斗史，就会发现，她从默默无闻到功成名就的这一段人生，可以说是一段非常精彩的“先吃苦中苦，后尝甜上甜”的大戏。曾经，她是一名备受种族歧视的黑人女孩；长大后，她却成为一名杰出的外交家。从“丑小鸭”奇迹般地变为“白天鹅”，她用了20多年时间。很多人曾问赖斯，为什么她能够完成如此华丽的转变。赖斯统一的答复是：“因为我付出了‘八倍的辛劳’！”这个答案，既简洁又有力。