0 不要因为未知的恐惧而止步不前

1 从不说硬话，从不做软事

2 不要到处宣扬你的内心，这个世界上不止你有故事

3 命是弱者借口，运乃强者谦辞

4 别人稍一注意你，你就敞开心扉，你觉得这是坦率，其实这是孤独

5 自己应为之事，勿求他人

6 掌控情绪，不要被情绪掌控。尤其不要被负面情绪掌控

7 很多人都有催人泪下的故事，所以不要因为自己的不幸而止步不前

8 君子藏器于身，待时而动

9 不要做会让自己后悔的事

10 多学一样本事，就少说一句求人的话

11 独自晨跑，如何看起来不傻逼---觉得你傻逼的人不会起那么早

12 受苦的人，没有悲观的权利。一个受苦的人，如果悲观了，就没有了面对现实的勇气，也没有了与苦难抗争的力量，结果是他将受到更大的苦。---尼采

13 任何妥协的东西都是人们不满意的东西，但每个人都不满意的东西，叫做最好的东西。关键有一条，每一个人必须是同样程度的不满意，也就是同样程度的满意。任何谈判都是妥协的产物。---沙祖康