因为不安，所以青春
因为茫然，所以青春
因为彷徨，所以青春
因为孤独，所以青春
因为忐忑，所以青春

给所有为理想
打拼的人们
毕淑敏推荐

아프니까 청춘이다

因为痛，所以叫青春

——写给独自站在人生路口的你

[韩]金兰都 著　金 勇 译

在人生的十字路口，
你找到未来的方向了吗？

清华、北大、人大、民大等
日本、韩国、意大利、荷兰

全亚洲疯狂销售150万

45周横扫各大排

广西科学技术出版社

漫漫人生路，一直在迷路。

在一个激烈竞争的时代，

要拼什么才能拼出未来？

一本给亚洲千万年轻人的心灵指南

人到中年的金兰都先生和二十多岁的人息息相通，比年轻人更了解青春，深晓其中的苦恼和选择之痛。他深入浅出情深意切的洞见，囊括了人生青年时代的身心苦闷和升华之道。如果你正年轻，请务必好好读读这本书。举重若轻的智慧，会引导你顺利平安穿越豆蔻青涩，并卓有成效地开启今后的幸福之门。如果你已走过青年时期，也请读读这本书。因为从本质上讲，只要生命存在一天，你就依然年轻。

——著名作家 毕淑敏

真想立即推荐给我读大学的女儿读一读这本书。

——中新社重庆分社社长 李安江

青春，不只是一个年纪，而是一种状态。这种状态是好奇、探索、迷惑、不安、易于快乐也易于忧伤。这本书，是写给那些18或80岁，仍处于“青春期”的朋友。

——台湾畅销书作家 王文华

《因为痛，所以叫青春》是一本好书。每个人在最初都有着一样的本质，但都在随着环境慢慢改变……大概我也如此吧，读着这本书，我想在接下来的生活里重新审视自己和周围，寻找自己。

——东方神起 金在中

www.odcool.com

[韩]金兰都 著　金 勇 译

아프니까 청춘이다

因为痛，所以叫青春

——写给独自站在人生路口的你

广西科学技术出版社

www.odcool.com

著作权合同登记号 桂图登字：20-2011-118号
아프니까 청춘이다 by Kim Rando
Copyright ©2010 by Kim Rando
All rights reserved.
Simplified Chinese translation copyright © 2012 by GUANGXI SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE
Simplified Chinese language edition rights arranged with Sam & Parkers
through Eric Yang Agency Inc.

图书在版编目（CIP）数据

因为痛，所以叫青春/（韩）金兰都著；金勇译. —南宁：广西科学技术出版社，2012.2
ISBN 978-7-80763-729-5

Ⅰ. ①因… Ⅱ. ①金…②金… Ⅲ. ①人生哲学-青年读物 Ⅳ. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第247213号

YINWEI TONG， SUOYI JIAO QINGCHUN
因为痛，所以叫青春

作　　者：［韩］金兰都　　译　　者：金　勇
策　　划：姚越华　　责任编辑：张桂宜　姚越华
封面设计：Lee Jung Hyun　古涧文化　　版式设计：卜翠红　Kim Ae Sook
责任印制：韦文印　　责任审读：张桂宜
责任校对：曾高兴　田　芳　　版权编辑：李琼兰

出 版 人：韦鸿学　　出版发行：广西科学技术出版社
社　　址：广西南宁市东葛路66号　　邮政编码：530022
电　　话：010-85893724（北京）　　0771-5845660（南宁）
传　　真：010-85894367（北京）　　0771-5878485（南宁）
网　　址：http://www.gxkjs.com　　在线阅读：http://www.gxkjs.com

经　　销：全国各地新华书店
印　　刷：北京尚唐印刷包装有限公司
地　　址：北京市大兴区西红门镇曙光民营企业园南8条1号　　邮政编码：100162
开　　本：880mm×1240mm　1/32
字　　数：140 千字　　印　　张：8
版　　次：2012年2月第1版　　印　　次：2012年5月第4次印刷
书　　号：ISBN 978-7-80763-729-5/B・16
定　　价：29.80元

版权所有 侵权必究
质量服务承诺：如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题，可直接向本社调换。
服务电话：010-85893724 85893722　团购电话：010-85808860-801/802

www.odcool.com

读者评论

从没有一本书能让我流下这么多的眼泪。仿佛书中的文字一个个活了过来，轻拍我的肩膀。感到有人安慰和激励我，使我想落泪，又想微笑。

——学生，短尾巴

这本书就像我二十岁的时代的最后标记。当我在车里阅读序言的时候，我的反应吓到了老公，因为我竟难以自已地大哭起来。

——国企工程师，丫丫

合上这本书的最后一页，我拿着这本书走进了女儿的书房。我希望女儿能够阅读这本书，被这本书打动，能够跟我坐下来面对面地谈谈。我建议母亲们都读一读这本书，然后试着和自己的孩子聊聊吧。

——媒体从业者，阿文

我人生的钟表才指到10点30分，才是刚刚起步的年纪。感谢这本书，让孤独地度过而立之年的我思考了很多，也给予了我选择生活的勇气！

——银行工作人员，蚱蜢

在书店读到这本书的时候我忍不住流下眼泪。无论是在要做的事情和想做的事情之间纠结徘徊的人，还是毕业在即无比迷茫的同学，或者是刚刚迈入大学却被孤独感缠绕的人，都应该读一读这本好书。

——博物馆文物资料员，楠楠

翻阅一页又一页，我的心里一直在萌生“这个故事应该讲给A听一听”，“读完这本书后应该赶紧送给B读一读”这样的心情，真想让自己的学弟学妹们早点读到这本书，相信他们的命运会因此改变。

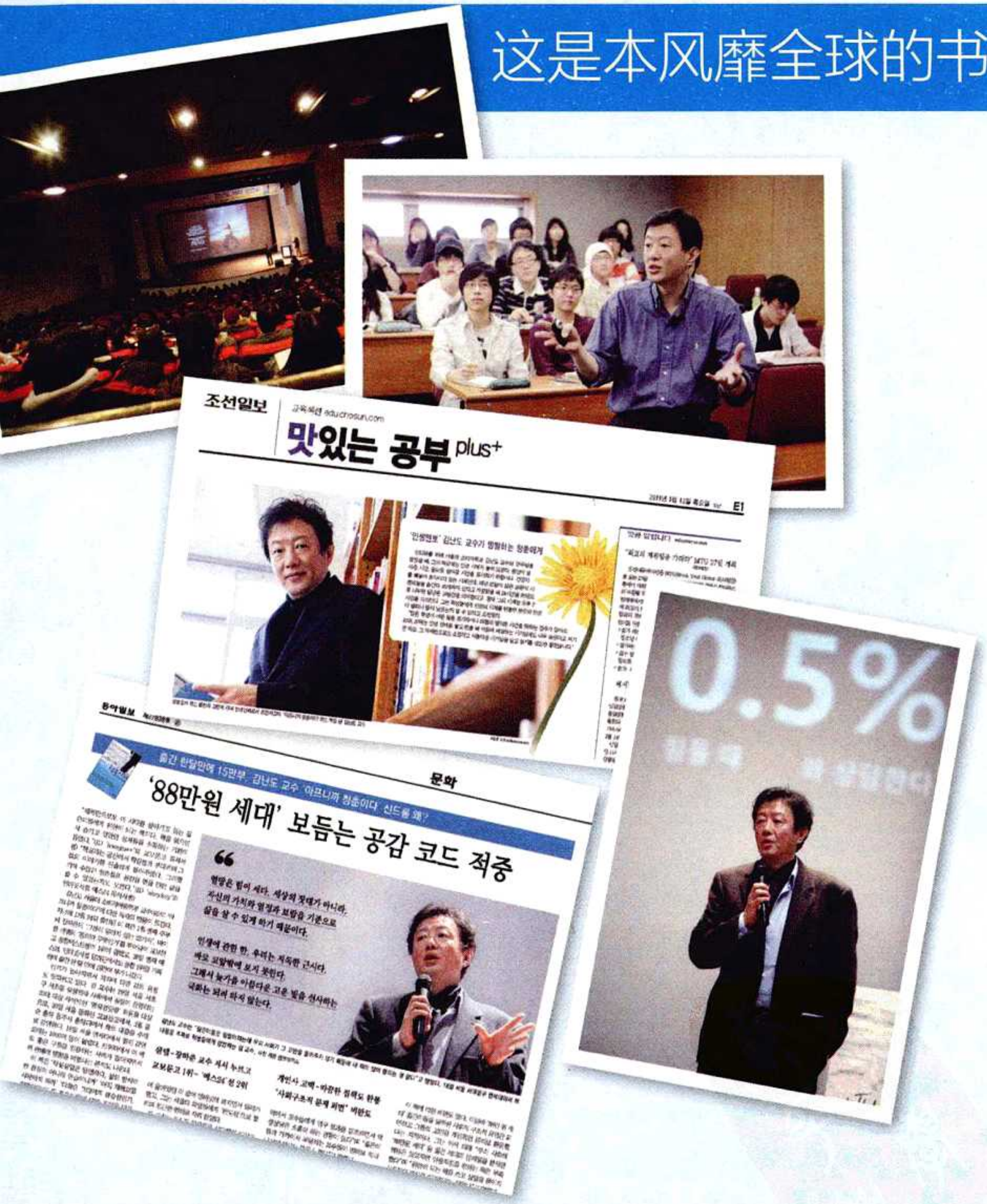
——人人网，蜜蜜

读完这本书，我又开始看到了我许久不曾看到的，我人生的目标。

——咖啡厅老板，contens21

www.odcool.com

这是本风靡全球的书



它是韩国2011年关键词“青春”的发起者，这本定位给20多岁年轻人看的书，读者已经蔓延到30、40、50岁的人。有读者说，这里讲的不仅是年轻人要面临的困惑，而是你一生都要应对的问题！

www.odcool.com

目 录

序 写给独自站在人生路口的你

第一章 我们的希望在哪里

我们二十出头的年纪，虽然已被社会认定为成年人，但剥去表面的成熟，我们并未做好由里到外变成成年人的准备。我们被社会上一虽然已被社会认定为成年 挟，哪怕是停下来喘口气都觉得做好由里到外变成成年人身上的无限可能。

人生没有最佳新人奖 034

我们是否选择了正确的路 042

择业十诫——与内心的渴望同行 028

人生没有最佳新人奖 034

我们是否选择了正确的路 042

抓住你身边的时间小偷 048

现在就开始理财还为时尚早 059

用最真挚的眼神反省下自己 066

尽情羡慕才能赢在人生路 072
只是懒惰——写给低迷期的你 076

第二章 年轻，所以伤得起

这种来自对悬而未决的未来的不安，才是人生中最本质的问题。青春施加给人生的真正压力，并非是那些需要积累的证书和业绩，而是看不到未来的不安感。因为看不清，因为对未来一无所知，所以时时感到迷茫和恐惧。

这是对年轻的最好祝福 084
请自信松开手中的绳索 089
全面撒网重点培养的悲剧 097
孩子，爱情的字典里没有真理 103
你拥有人生的记错本吗 110
20岁，就是用来迷茫不安的 115
你今天的辛苦对他人却是奢望 119
烫手的梦想——写给自己的信 124
痛苦不专属于一个人——写给分手后的你 127

第三章 奇迹是靠点滴积累而成的

只要认真计划一件事情，并且一边坚持一边调整，往往会完成得十分出色。懈怠的情绪谁都会有，不要担心自己比别人走得慢，也不要因暂时的挫折心灰意冷，只要不断调整心态，不停下脚步，最终都能抵达终点。

不要奢求一次决心完成所有事情 134

除了证书，还能从大学带走什么 141

梦想成为决策者吗，读读报纸吧 147

做任何工作都需要具备的能力 151

何不对自己的专业加以改造 158

重新设计自己的未来吧 165

不要以稳定和高收入来选择职业 169

鼓励成就的社会，成功等于幸福吗 177

给自己设计些规则去遵守 180

“1+1原则”可以改变世界 183

第四章 我们该用青春追寻什么

别把自己卖给简历，企业需要的是实实在在的能力。简历只不过是在无法判断一个人的贡献能力时，对其打分的一种代理指标而已。

跳过父母给设计好的未来吧 188

把命运交给未来赌一把 199

靠学习之外的能力打天下 208

别把自己卖给简历 213

20岁，比钱更重要的东西 221

人生也许是一场偶然——关于目标 225

人生最重要的不是第一份职业 229

先成功后幸福的想法是危险的 236

思考人生的巅峰——写给自己的信 244

后记 现实，为你留着一种最美好的可能 246

写给独自站在人生路口的你 序

青春之所以艰难，是因为孤单。

童年时，我们的生活安稳无忧。或许那时，你要比现在幸福。但那样的幸福也只能被称为“水族馆里的幸福”。有稳定的光亮，暖和的温度，有一起生活的朋友和家人，每天在固定的时间，妈妈会端上美味的菜肴……

但是这安稳的代价是厚厚的玻璃。生活只是在结实的玻璃缸里朝外张望。

现在，当我们成人之后，那块玻璃也被打碎，我们变成了能够接触到鱼缸外面世界的小鱼。如今，没有了温暖的水，没有了明亮的光，也没有了现成的食物，什么都没有……不见了同在鱼缸里生活的家人和朋友，只剩下自己一个人。

大人们不会对这种孤单产生共鸣。他们都在忙着谈论自己引以为豪的年轻时代，扔给我们的，不是几句温暖的话语，而是“我像你这么大的时候，要比现在条件差多了，但我凭着不屈不挠的意志克服了困难，取得了今天这样的成绩”，或者“现在的年轻人怎么

这么自私，这么不懂规矩”的训斥。

很难说经济状况是否真的好转，但是未来的确变得更加不确定，竞争也变得异常激烈了。现在的社会，想要生存，所有的一切都需要靠自己一个人的力量去争取。如果太墨守成规，如果不自私，想要在这个社会中生存下去就非常困难。对不确定的未来充满不安，变得无礼和自私，这些斥责都是时代的宿命。

只有你，独自站在人生边上

这是个对话已绝，共鸣已亡的时代。

听上去很自相矛盾吧？如今，手机，互联网等让交流变得便利的快捷工具越来越发达，可是真正的对话和共鸣却正在逐渐消逝。

在以前，并没有微博之类的媒介，但是却有人情味的存在。有家人相亲，朋友相拥。彼此相互关心，同甘共苦，同喜同悲。

但现在我们变得孤独了。每个人都忙于经营自己的生活。虽然借助互联网能够飞速地传达话语，但是真正能够倾听的对象却变得越来越少。为自己分忧解惑的人一直在减少，但是自己需要为之负

责的人却变得越来越多。

这本书的副标题叫做“写给独自站在人生面前的你”。

没错，当一个人成长为成年人，也就开始独自一人面对生活。

这本书是面向韩国的青年人写的，现在，我希望能够倾听同样独自站在人生面前的中国年轻人的心声。

所谓书，是讲述故事的媒介，我却说要通过书来倾听故事，正是如此。我不想单方面地传授给大家成功的秘诀。我也不想在书中画出在竞争中取胜的方法然后强迫大家背下来。我希望自己成为一个温暖又热情的老师，能够让学生向自己倾诉自身遇到的问题，我想听那些故事。

阅读可以得出结论。但是诉说则是付诸行动。这也正是我想让其成为一本倾听之书而非倾诉之书的意义所在。因为只有开始付诸行动，才能改变自我。

因此，在读这本书的时候，开始倾诉，开始实践吧。

第一章

我们的希望在哪里

你的人生此刻停留在几点

我的桌子上一直放着一座已经不会滴答走动的时钟，不是它出了故障，而是我特意取出了里面的电池。但每年到了生日的那一天，我都会将座钟的时针向前挪动18分钟。

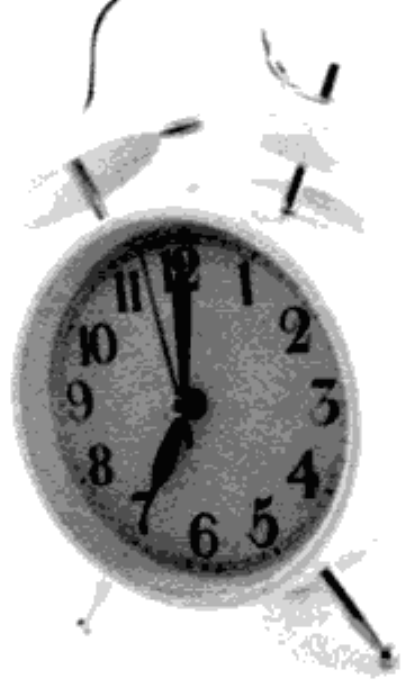
三十岁，只是一眨眼的工夫

我的朋友K君刚刚与我促膝长谈，他马上就要三十而立，却依旧没有什么像样的成就，对未来也很迷茫，只是亦步亦趋浑浑噩噩地向前走，没有明确具体的人生规划。为此，他跟我抱怨了很久，因为自己虚度了人生而郁闷得快要发疯。

三十而立，看似很长，却只是一眨眼。

听我分析一下吧。

如今的大学生，短短四年时间里又是辅修，又是双学位，事务繁多，有时很难修满足够的学分顺利毕业。还有很多学生选择做交换生、实习生，做兼职，以便积累相关的就业经验，可以在找工作时为



没错，

24岁这个年纪顶多就是早上的7点12分。

是正要出门的时刻。

现在还不是理财的时候，

请先怀揣梦想吧！

不妨每个月找来一件“不会产生任何

眼前利益的事情”，

认真做一做！

自己的简历添上独特的一笔。为了这些，不得不选择休学一两个星期也很常见。如果碰上重修、转系或换专业，恐怕还要再延后一至两年毕业。毕业后，为了应付各类考试或为留学做准备，又要参加各种培训。等稍微松口气停下来整理一下状态时，才猛然发现自己已是即将步入30岁的人。

不仅是那些即将步入而立之年的人，就连很多正值青春年少的人，在时间面前也会表现得战战兢兢不知所措。大学二年级的学生往往还在懵懂之中，不知自己如何度过了之前的新生生涯，而一到大三阶段就又开始抱怨快毕业了，自己还毫无准备，对未来仍然不知所措。而那些好不容易熬到了毕业却并没有找到合适工作和理想去处的年轻人，每一天更是在焦虑和沮丧中度过的。

即使有了众人眼中还算不错的工作，向社会成功地迈出了第一步，内心的不安感就会立刻消失吗？真心地告诉你，恐怕这种期待是奢侈的。这一阶段的年轻人仍然不满足，野心勃勃，想在社会上迅速站稳脚跟，并且快速实现某些成就……一如现在正在读这本书的你，可能也多多少少为某些事而正在焦虑吧？

“已经这把年纪，可没做成什么像样的事情……”常常听到有人沮丧地说出这句话，仿佛人生的大半已经过去，再无挽回的可能。

人生之路仍尚早

活到现在，你感觉人生的路走了多少呢?

如果你对这个问题有些不知所措的话，我不妨换个角度重新问一次。如果将人出生到死亡的时间比作一天的24小时，那么你觉得自己现在正活在几点钟？是温暖和煦的清晨还是烈日当头的正午？刚刚大学毕业的你，是不是觉得自己正处在刚刚吃过午饭、马上准备开工的下午一至两点呢?

我们不妨拿出计算器计算一下。假设你大学毕业时是24岁，又假如人的平均寿命是80岁， 那么24岁相当于几点呢？告诉大家，结论是——早上7点12分。

是的，是早上7点12分。大学毕业时的24岁顶多就相当于早上7点12分。

此时此刻，很多人才刚刚起床，为崭新的一天做准备。有些人甚至可能还没有起床。作为大学老师，我见证了无数年轻人的成长，而这一经验帮我认识到7点12分背后所蕴藏的含义要比他们想象中巨大得多。

没错，24岁这一年纪顶多就是早上的7点12分。是正要出门上班的时刻。

度过幼年期和青少年时期，正要踏入社会的24岁，相当于一天中

做好上班前的准备，即将要出门的时刻。

那么，退休后准备安度晚年的60岁相当于几点钟呢？计算一下会得出来，是傍晚6点。这是职场人士结束一天的辛劳工作下班回家的时刻，也是夜生活即将开始的时刻。这些数字是不是很奇妙呢？跟你想象的有所出入吧？因此，我喜欢将人生的80年跟一天中的24小时进行对照。

人生时钟的计算方法十分简单。24小时相当于1440分钟，而将此分成80年，每等份就是18分钟。1年相当于18分钟，10年相当于3个小时，以此类推20岁是早上6点，29岁是上午8点42分。我所计算的人生时钟前提是将80岁设定为人的平均寿命，而随着未来平均寿命的延长，每个人人生时钟的跨度都将增长，单位时间也将变得更加宽松。

曾经有一位60岁的元老级毕业生，参加系里组织的校友会活动时说过，他在大学任教多年，认为自己的人生会一直围绕着校园度过，可是新上任的某领导突然决定提前部门退休年龄，他只能在毫无准备的情况下匆忙退休了。一开始他十分记恨这位领导。但如今，退休后他才发现自己的人生之中还有许多之前未曾开发的幸福领域。因此他十分感谢这位领导，让自己提前两年便有幸知道了这一事实……这位前辈的话着实让我吃了一惊。没错，夕阳西下的6点10分并不意味着不可以再转换方向，有新的作为，仍旧有许多未知的全新世界等待你去探索。夕阳无限好啊。

我将人生时钟介绍给其他人时，大多数人都会流露出惊诧的表情——他们都不敢相信人生时钟要比想象中来得早。当我对即将年满五十的前辈说出“前辈，您现在才处在下午3点哦”，对方会立即掰着手指掐算开来，并且惊呼：“真是耶！”当我将人生时钟的对应讲述给即将迎来毕业时刻的24岁年轻人时，大多数人都会由衷地发出感慨：“我以为自己已经走过了很长一段人生，可现在才仅仅处在早上7点12分啊！”

人生从不嫌太年轻或太老，一切都刚刚好

没错，人生之路仍尚早。如果早上7点醒来之后，发觉自己已经比别人慢了半拍，不要焦虑和担心，因为这并不意味着会毁掉一整天。在人生的起跑线上快了一步，或者慢了一步，并不对未来起决定性的作用。

有些人抱着“我已经来不及了”的态度自暴自弃，纯粹是一种自欺欺人。切记不能为自己制造放弃或逃避的借口。你现在所处的时间段还很早，现在的你拥有大把的时间，未来悬而未决，没有什么不能改变。

我桌子上的人生时钟此刻正指向下午2点24分。已经48岁的年纪，却才走到下午2点30分……在即将步入五十而知天命的年纪，每当觉得

自己毫无建树而心生懊恼时，我总会抬起头看看自己的人生时钟——距离一天结束还有很长一段时间呢。

记得电影《本杰明·巴顿奇事》中有这么一句台词：“人生从不会嫌太年轻或者太老，一切都刚刚好。”

学历对你的影响会有多久

他在高中毕业之前是一个很不起眼的角色，由于没有大学愿意录取他，他着急上火了很长一段时间，后来勉强被明知大学录取。在2000年许丁茂主教练将他选入国家队之前，有人甚至嘲讽他，闲来无事可以跟明知大学的教练下围棋，说不定教练头脑一热会把他录取了。

因为早已成为一段佳话，所以很多人可能已经猜到我指的是谁，那就是在韩国拥有最高人气的国民偶像朴智星，整个国家只有他拥有能在曼联踢球的实力。他勉强进入一所不算理想的大学，但却在那里彻底地绽放了，对他而言，大学是他辉煌人生的起点。

名牌大学并非人生的最终目的

几乎所有的校长在毕业典礼上都会习惯性地说一句，毕业是新的开始。这句话是有根据的。毕业仪式的英文单词叫做“Commencement”，这个单词也有开始的意思。我觉得，这层含义特

别适用于高中毕业即将开始大学生活的学生们。因为，高中毕业就彻底告别了人生中作为未成年人的最后一段时期，马上要作为成年人开始向社会发起新的冲击。

但现实生活中，却有很多高中毕业生把大学当做自己的人生终点。高中三年，他们经历了何等的煎熬，才圆了这个大学梦。因此，他们想终于可以轻松一下了吧！每年参加开学典礼的大学新生大致可以分为两类：一类是考取梦寐以求大学和院系的学生；第二类是没有考取理想大学或专业的学生。第一类学生往往会认为，自己的人生将变得一马平川，步入光明大道；而第二类学生则会陷入彷徨，或者准备辅修或转系，向着更高的终点发起冲击。

“你是想到大学约会呢，还是想到工厂当缝纫工呢？”“多学一小时，将来娶的老婆就会美丽一分（或者老公会多赚一分）！”这是网络上非常流行的说法。如果你把它当做一句玩笑也就罢了，要是真的去分解其含义则会让人毛骨悚然——大学可以左右人生啊！

网络调侃尚且如此，老师和家长对学生造成的压力就可想而知了。也许你会向父母做出抵抗的姿态，说幸福线不等于成绩线之类的话，但在如此重视学历的社会中，应试生们显得如此渺小。对于高中生来说，考入名牌大学就意味着成功，所以，高中生们怎么不会把考上大学当做成功的终点一样去看待呢？

然而我明确地告诉你，大学绝对不是终点，而是新的起点。毕业

于某名牌大学、去学习某热门专业并非是你人生的最终目的。大学只是我们谋求幸福生活以及成功人生的各种手段中的一种。虽然学历是非常重要的，但毕业于名牌大学却未必等于成功。毕业于名牌大学仅仅是会增加你成功的几率。很多人都仅仅将自己的学历以及毕业院校当做最重要的敲门砖。

大多数成功人士并非出身名校

在读研究生时，我曾担任过首尔大学行政研究院所运营的国家政策课程助教一职。这门课程是面向最高决策者们开设的，历史悠久，权威度高，因而吸引了很多成功人士前来进修。具体来说，这一课程的入学资格是这样的："国会议员、政府和各机关三级以上的公务员、军队将领、政府投资部门的首长及部长、言论机关的高级干部、私企老总和要员、社会团体的领导者，以及其他符合报名条件的人士。"

通俗点说，这里集合了全国各行各业的所谓成功人士。这门课程的竞争率一向很高，因此，每到报名的时候，作为助教，我就要十分忙碌地整理应试申请。在制作申请者一览表的时候，我着实吓了一跳，因为名单上几乎没有毕业于名牌大学的人士。我也是在高中的时候，就听着"只有毕业于名牌大学才能成功"的话一路走来的，这句

话已经成为我脑中的思维定式。所以，名单上成功人士的学历在我看来就格外意外和刺眼。

当然，那时正是社会高度发展的时期，优秀人才始终处于供不应求的状态，学历不高的人会有相对高一点的成功几率。其实，在竞争越来越激烈的今天，情况也同过去差不多。在法律部门和医院等领域通过考试获得资格证的专门职位上的人士基本都毕业于名牌大学，但领导着社会以及组织向前发展的处于顶尖位置的人却大部分毕业于非名牌大学，有的甚至都没有大学毕业。

为什么会这样呢?

你所不知道的名牌大学的局限

首先，我要指出，名牌大学毕业的人士身上有一种保守倾向。这是他们的局限所在。因为，无论是在组织发展还是自己创业上，要想达到顶尖位置，必须要具备随时完全奉献自我的精神，一种愿意豪赌一把的精神。但名牌大学的毕业生往往不具备这种精神，他们往往精心计算着自己的学历所理应获得的最大收益，在一定范围内，保守地制定自己的发展规划。

其次，无论现在多么重视学历，但若要获得成功，除了毕业于名牌大学之外，还需要很多其他的关键性因素。在美国等西方发达国

家，情况也大同小异。某份报纸上曾经连载过题为《杰克·韦尔奇夫妇的成功忠告》的报道，其中有一个题目是“MBA只能起一年作用”，内容是说，在名牌大学获得MBA学位，往往意味着能够获得好的职位和高收入，但实际上，这一学位的光芒顶多维持一年，之后就与学历无关了，只有在公司取得成果的人才能得到升迁加薪。那些期待值很高的MBA高材生反而会因为不能适应公司内部快速的变化而迅速沉沦下去。

在亚洲，名牌大学效应也不会持续太久。名牌大学热门专业的毕业生，在就业时可能非常有优势，一旦就业之后，能否取得成功则取决于能否玲珑地处理人际关系，能否在业务上拔尖。当然，这是一个十分重视人脉的社会，经常可以听到抱怨同校师生之间相互照应优先提拔的不公平之声。但如今，好的公司的人事部门会对这些进行严格管理，所以，类似的问题也不是很大。

以学历取人，从组织经济学的角度来看，是一种必然的现象。对于新进职员，没有任何相关信息能够证明他们日后能将工作处理得如何。为了降低这种信息不对称造成的风险，就必须拿学历等其他信息来进行筛选。可是进入公司后，一切就不同了，随着评价一个人能力的各类指标和资料的不断健全，学历之类的代理指标价值就失去了起初的意义。

总之，学历在你就业的时候也许很重要，但它所能产生的影响力

却不会长久。况且，如今的公司开发出许多深层的面试，正努力淡化学历对一个人的评价造成的影响。

大学只是培养竞争力的起点

可能那些急于找到工作的人还是会抱怨，在同等条件下，拥有好的学历不是仍然很重要吗？但从人生长远规划来看，就业本身并不意味着可以高枕无忧。况且，要想成就我们所认为的那种成功人生，需要具备多种知识，包括沟通力、领导力、责任感、诚信感、业务处理能力、组织能力等等数不清的条件，大学的专业出身只是其中的一小部分而已。所以，你现在要开始准备学历以外的东西，大学只是培养你竞争力的起点而已。

大学不过是起点，这句话可能会让一些学生产生强烈的挫败感。因为，这意味着你十几年所做的努力变得一文不值了。可实际上，人生并没有什么绝对的保障，那些所谓的保障只会让你在起跑线上占据一条看上去更有利的跑道而已，这并不能保证你会因此拿到冠军。

当然，这对于某些学生来说也可能意味着曙光。明白了这句话就可以走出失败的阴影，笑看已经走过的人生，翻开新的篇章。

择业十诫——与内心的渴望同行

· 选择工资少的地方。

· 不要选择你想去的地方，选择需要你的地方。

· 选择看似没有升迁机会的地方。

· 不要选择一切条件具备妥当的温床，而要选择一片处女地去开垦。

· 不要选择大家挤破头想去的地方，而要选择谁都不愿意去的地方。

· 选择看似毫无希望的地方。

· 选择看似不能得到社会认可的地方。

· 不要只做红花，要甘当绿叶。

· 父母或妻子、未婚妻誓死反对的地方才是你最该去的地方，不要回头。

· 你选择的地方不应准备着王冠，而是有断头台在等着你。

以上是庆南居昌高中的“择业十诫”。每当我读到以上十句诫命时，就仿佛有一股电流击过身体，精神一下为之亢奋。这些诫命都不是容易做到的，因为这等于是放弃优越的生活，向着艰难前进。作为一名老师，哪怕有勇气将其中的一句诫命传授给学生也是了不起的。

做讲师，还是去名企

不久前有一位A博士来找我。一年前取得博士学位后，他便辗转于各大院校从事讲师的工作，过着平静的生活。不过，近来有一家大企业向他伸出了橄榄枝，想将其吸纳，这家企业承诺了丰厚的报酬，而且自身也有着优良的企业文化，对人才有很大吸引力。A博士本人之前的理想是要成为教授，但周围人并不认同他的想法，都全力劝他去这所企业，生活中突然多了这样一个选择，A博士感到十分犹豫和苦恼，这就是他来找我面谈的缘由。

近来有关大学助教和讲师自杀的消息层出不穷，社会舆论甚至认为讲师是当今最危险条件最恶劣的职业之一。我做过两年的讲师，一路走来，深知这一工作的艰辛程度。对年轻的博士来说，假如一学期讲三门课，每月的收入也才只有120万韩币[1]左右，而且假期要停课，没有收入，保险之类的福利更无从谈起。平时遇到一些特殊课程，在教学过程当中还要承担起教学之外的许多琐事。最近，虽说出现了博士后以及讲学教授制度等新措施，年轻的博士们的待遇算是有了很大改观，但对于曾经投入大量学费与时间才取得博士学位的人才来说，这种待遇还是有些屈才，投入产出比严重失衡。

1 根据最新汇率换算，约合2500元人民币。

然而对于讲师（博士）来说，相比恶劣的薪资待遇以及劳动剥削，更让他们苦恼的是达到成为教授这一目标的机会实在很渺茫。大学医院的住院医生和司法研修院学生的工作环境和薪金待遇也不是很好，但在社会上并没有引起较大的关注，是因为他们只要跳过这一踏板就能成为正式的医师和法律从业人员。大众普遍认为，这种程度的牺牲是必要的，生活暂时的惨淡也可以忍受，因为他们成就梦想的几率很高。

但讲师的情况就大不相同了。从讲师成为教授是一件非常困难的事情，因为教授的编制本身就不多，要等到自己从事的专业出现教授职位的空缺，不知要等到何年何月。即使出现了空缺职位，众多排队等候者的竞争激烈程度也堪比孤岛求生。用“最终可以成为教授，暂时先忍忍吧”这种话来安慰自己，实在有些自欺欺人。

现实如此残酷，我实在不忍心劝说A博士拒绝大企业的邀请——那个企业可是许多人都很向往的地方，机会实在难得。但我咬着牙向他说了这番话：

“你的人生目标是什么？你究竟多么渴望成为教授？符合你专业的职位究竟何时才能出现？这个谁也无法保证，在这之前，你的生活一直都安定不下来。如果你已经做好了充分准备，一心一意只想教书，并且有信心跟随自己的激情，那么，你可以拒绝这次机会，再作等待。”

我看到A博士一直紧咬着嘴唇，看上去很为难，他表示要回去再考虑一段时间。可第二天，他就来找我了。“我已经拒绝了那家企业的

邀请，我要精心准备，等待属于我的时机的出现。”

在很多人看来，这真是一个愚蠢的决定。那家为他提供顾问一职的大企业，是年轻人都无法拒绝的理想之地，这样“可靠”和“稳定”的职位，理应接受才对——在公司积累实战经验的同时，等待教授职位的空缺，才是看似最合理的决定。

但A博士与我都深知，一旦踏入公司的大门，就很难有时间再去写论文，更不要说积累讲课的经验。随着时间的推移，必将与教授这一目标职位渐行渐远。A博士有许多下海的前辈，也曾抱有先进公司再等待以后任教的心态，但现在大多都已经放弃了成为教授这一曾经的理想。

不是说一味的等待就一定能够看到希望的曙光，特别是我们从事的这一专业，学术影响力有限，能够获得教授之衔的机会也不多，任何人都不能给你一个明确的时间，比如一年或两年后名额就会批下来，甚至连大概的时间都无法推算出来。

从另一个角度来看，获得教授的职位其实也并非多么了不起。虽说眼下还有一些优势可言，但从职业角度来看，魅力已经大不如前。事实上，如果能进入大企业展示自己的实力并升职到领导层，在商场有一番作为，也许是相比教授的虚衔更加成功的人生。

如此想来，A博士的决定真是愚蠢啊！

但A博士做出这一决定的理由只有一点，那就是他想在大学教书的愿望非常强烈。在获得博士学位之前，A君经历了长期的助教生活，吸

引他的并不是教授这一职业有多大的魅力。只是在讲坛上，与学生们分享自己学问的过程是如此快乐，是值得自己毕生去追求的，A博士正是为这种快乐做出了“愚蠢”的决定。

没有来自内心的渴望，不可能成功

渴望的力量是强大的。它的强大体现在不以世俗的眼光作为标尺来衡量对与错，而是以自身价值的体现、热情和满足感作为基准来衡量自己的人生道路。那些选择了布满荆棘、充满艰辛之路的人，或许在未来的某一时刻将成为众人仰视的榜样。

而那些每一瞬间都做出看似最合理、最优化决定的人，聪明一世，最终未必能够得到最好的结果。因为他们没有来自心底渴望的力量，感受不到它带来的快乐。

在大学教书时，我看到很多学生在选择出路时，会紧跟社会的流行趋势。可笑的是，这种趋势常常和热播的电视剧发生关联。比如，以飞行员为主人公的电视剧如果热播了，第二年航空学科就会变得十分热门。即使电视剧的主人公是一个面包师，相关专业也会跟着人气暴涨。这种流行趋势看起来有些荒唐。当然，我对这些不同专业并没有什么偏见，但选择专业毕竟是选择自己一生的从业方向，不从兴趣和自身条件考虑，仅仅草率地以电视剧作为参考，看主人公很风光就

一窝蜂地选择某个专业，必定要出问题。

进入大学后同样如此。上世纪90年代末，去美国留学学法律的风气兴起了一段时间，后来又变为考取美国注册会计师的热潮，最终留学的热度不断下降，学生们又纷纷将目光转向了国内。最近，工科、医学专科大学的报名率逐渐攀升，文科方面，法学院的热度一直不减。在此，我不是说律师和医生的职业有多么糟糕，而是想说，很多人做选择的时候并非是跟着心底的渴望前行，而是从众的心理在作祟。盲目跟随别人的道路，即使选择了安定、高收入的职业，内心也往往会很空虚。因为那不是你所热爱和感兴趣的。

年轻人应该跟着希望前行，跟着梦想前行，跟着激情前行。激情的英文单词“passion”出自表示疼痛的“passio”。没错，激情总是伴随着痛苦。那份痛苦来自放弃，来自为实现梦想而舍弃暂时安逸的抉择。

苹果的前任CEO斯蒂夫·乔布斯曾经说过：“活着只为改变世界。”他的话可谓道出了成功的真谛，没有对事业的极致追求，人便不可能获得持久的成功。只可惜，大多数人并不能理解成功、金钱与内心渴望之间的关系。

不知A博士听没听说居昌高中的“择业十诫”[1]，他已经用切身行动来诠释并实践着这一诫命。我相信他会比自己预期的更早实现梦想。

---

[1] 本章开头部分的训诫，最后两项为“父母或妻子、未婚妻誓死反对的地方才是你最该去的地方，不要回头”、“你选择的地方不应准备着王冠，而是有断头台在等着你”。——译者注。以下如无特殊说明，均为译者注。

人生没有最佳新人奖

在大学教书有诸多快乐，体验校园四季的变幻之美是其中重要的享受之一。每当毕业生返校时，都会发自内心地赞叹：“上学怎么没注意过，校园这么漂亮！”是的，象牙塔中的那种清丽之美，是水泥和玻璃打造的现代建筑所不能比拟的，只有身处自然之中，才能感受到这种身心的沐浴。

四季各有花开

我栖身的学校位于一座山坡上，坡上有座高尔夫球场，随着季节的变化，各色鲜花争奇斗艳，迷人的风光让人流连忘返。

在寒风还未消失殆尽的冬季，一簇簇梅花已经傲骨绽放，春季入学后，当新生们还忙着在校园内熟悉教学楼位置时，艳丽的连翘、似火的杜鹃、洁白的木兰便开始将整个校园装点得分外妖娆。

到了期中考试时，校园内的主流花当然是樱花。樱花开在树上浓艳似火，一阵风吹过时就撒下大片花雨，落英缤纷，花瓣纷纷飘落在

图书馆后面的道路上，让忙着准备考试的同学们心灵感受到了一份难得的惬意。而紧接着到来的季节——五月的女王当数妖娆的玫瑰。到了成年礼的日子，玫瑰花篮便会铺遍整个校园，就像每个讲堂里的地面天然盛开着玫瑰花一样。五月里还有双亲节[1]、教师节等节日，因此康乃馨也是出镜率较高的花儿。

放暑假的时候，校园内便会开满喇叭花、向日葵等夏季花。当从学校后门的入口处经过时，看到悄然开放的波斯菊，就会发觉秋季开课时间已经日益临近了。第二学期开课初期，看到插在桌子花瓶中的菊花，才知道秋天已经来临。如果到了菊花也凋谢的时间，还有校园南边的山茶花最后开放，来谢幕。

梅花、樱花、葵花、菊花、山茶花……

认真等待，迎接属于自己的季节

我之所以突然扯出这么多关于花的话题，是想向你提出如下的问题。

“上述陆续登场的花中，你觉得哪一种最为优秀呢？”

---

1 每年5月8日，韩国人都要过双亲节，子女要以一定的方式感谢父母养育之恩，新闻媒体集中进行孝顺之道的教育，各个社团要评选出孝子、孝女。按传统习惯，这一天与父母分居的子女应回家看望，行跪拜大礼，送些礼品。

请注意是“哪一种最为优秀”而不是“最喜欢哪一种”。

可能你会这么说：“没法回答，每个季节绽放的花朵都有各自独特的魅力，相互之间没有可比性，这个问题是不成立的！”

没错，如果你能如此思考，那么你就领会到了我的真实意图。

可问题在于，人们对于花可以睿智地思考，对自己的人生却往往不能正确对待。我们总希望自己成为那个最早开放的“梅花”，等不及稍晚一些绽放。

我们看待人生的眼光是极其短视的，只能看到一时的得失，而没有长远的打算。大部分人都急功近利，努力成为最早散发香气的梅花，却从未考虑放慢脚步，成为晚秋时节独自傲立的苦菊。难道仅凭“开得早”这一条，梅花就是世间最美丽、最优秀的花朵吗？

答案无疑是否定的。君不见，当梅花凋零殆尽后，那绽放的玫瑰，是何等华丽和妖娆！如果玫瑰因为心急，选择在三月盛开，又会有何结局呢？面对早春三月的寒露，恐怕生存尚且成为问题，更谈不上保持妖娆美丽的身姿了。

花开花落，季节不尽相同。梅花有梅花之时，玫瑰有玫瑰之规，每一种花朵都有专属于它的美好时光。花儿们都清楚不急不躁、积蓄力量耐心等待属于自己的盛开时期，年轻的人们又为何因为不能提前盛开而焦虑不安呢？

当然，当周围的朋友们在人生的跑道上高歌猛进，而你却在平淡

无奇的生活中消磨时光时，相较之下，未免总会让人惆怅、不安。但请不要忘记，你也有自己的绽放季节！虽然可能来得迟那么一点点，但当它降临的那一刻，你绚丽的人生之花，将不逊色于任何早开的花朵。在人生的某个节点上，你终究会发出耀眼的光芒。

来，高昂起你的头，认真迎接属于自己的那一刻吧！

少年登科大不幸

有句话叫做“少年登科”，意思是小小年纪便成绩出色科举考试，一举成名天下知。因为较他人先一步出名，所以比较轰动，容易招来旁人艳羡的目光。按照惯常思维，这种成功应该值得庆幸，备受古人推崇才对。

但事实却与人们的想法背道而驰。古人选人生的三大不幸之事时，将“仲永之伤”放在首位。（剩下的两项分别是沾父亲的光谋得高官和才华出众又写得一手好字，《郑珉[1]的世说新语》，《朝鲜日报》，2010.8.26，A30版）还有“少年登科大不幸”、“少年登科，不得好死”之类的骇人表述。

早出名与人生不幸有什么关系？

---

1 郑珉，现任韩国汉阳大学国文系教授。

人一旦过早成功就容易变得懒惰和傲慢，这是人性之弱点。然后因懒惰而没有发展的前景，因傲慢而树敌太多。拥有这两种性格很难走向成功，才让过早出名成为了不幸的根源。古人正是接触了太多这种案例，才造出了这样的格言。

成功在大小而不在早晚。作为老师，我期望弟子们并非“早”出名而是获得“大”成功。人生是由大大小小的曲折所组成的。在人生接近终点的时刻，如果能够欣慰地说一声“我所取得的最大成就是……”，肯定要比说“30岁之前我比别人过得都要好”有意义得多。

已故韩国总统金大中的别名是“忍冬草”，其意为战胜整个冬天绽放的花。在金总统的一生之中，何时绽放得最美丽呢？我想大多数人的意见都会统一到一件事情上，那就是他2000年获得诺贝尔和平奖的时刻，那时的金大中已经76岁高龄。

像忍冬草这个绰号一样，他在花甲之年依然忍受着别人难以承受的折磨。他在很年轻的时候便成为了国会议员，之后却接连被判处三次死刑，大部分人生在监牢度过或被软禁在家中，甚至有段时期要求舆论封杀“金大中”三个字。现在，任何人言及他时，都会亲切称其为前总统金大中或诺贝尔奖获得者金大中。

另一位诺贝尔奖的获得者也是如此，南非前总统曼德拉——或许总统这个头衔都配不上他在非洲黑人心目中的神圣地位，他的漫长一

生几乎都在监狱中度过，年届中年的他，在书桌上，借着走廊上长明灯的昏暗光线，曼德拉利用深夜的时间学习了伦敦大学的函授课程，自学了阿非利卡语（即南非荷兰语）和经济学，并偷偷完成了几十万字的回忆录。

如果要推选活着的人中最伟大的，大多数年长者会投票给曼德拉，1982年，全球53个国家的2000名市长都为争取曼德拉的获释而签名，向南非政府请愿——这个世界上只有他，被誉为“世界总统”。

我有时会想，如果曼德拉先生也像如今的年轻人一样浮躁和急于求成的话，又会有怎样的结果呢？会更快成为总统或更早拿到诺贝尔奖吗？我想不会。也许只是成为很快坠落天际的流星而已。

人生的道路上，重要的不是你的步伐有多快，而是你走得有多远，最终实现了怎样的梦想！

记住，奥斯卡没有最佳新人奖

提个小问题。你知道韩国的电影颁奖礼上有设置，但在美国奥斯卡颁奖礼上却没有设置的奖项是什么吗？

当然，美国的电影产业远远走在韩国前列，并且历史更加悠久，产业规模更加庞大，奥斯卡颁奖礼上的奖项设置也远比韩国诸如大钟

奖[1]之类的要丰富。但有一个奖项在韩国的电影颁奖礼上必有，奥斯卡上却没有。

答案就是“新人奖”。“新人奖”是颁给那些刚刚踏入电影界一年内表现最为耀眼的新演员的。这是“一生中只能获得一次的奖项”，因而艺人如果获奖都会倍加珍惜并感到十分荣耀。

那么为什么号称“皇冠上的钻石”的奥斯卡颁奖礼却从未出现过新人奖奖项呢?

在我看来，这是美国电影界很少出现“新人”的缘故。翻看美国演员的从影经历便会发现，他们在正式成为某部影片的主演之前，大都在大量影片中跑过龙套，积累了足够的经验之后才能被“扶正”。何时才算是“新人”呢？第一次跑龙套的时候？担任拥有一定分量的小角色的时候？还是正式成为主演的时候？界定新人的标准过于模糊，难以区分，索性不设置新人奖。

那么，我再向你提一个问题：如果你将获得颁奖礼上的一个奖项，那么你是愿意获得新人奖呢，还是最佳男女主角奖呢?

新人奖的最大的肯定意义就是“你比别人成名快”，它突出的是“快”字，意味着比同龄人更早成为关注的焦点，小荷才露尖尖角，早有蜻蜓立上头。但我们发现一些新星在获得新人奖之后，往往难以

---

[1] 大钟奖作为韩国政府部门唯一主管的电影节，是为了电影的发展而设立的电影艺术奖。第一届电影大钟奖在1962年举行，至今已经举办了47届。

产生超越前面的作品，无法达到人们的期待值，从而进入演艺生涯的低谷，于是有了“二年级魔咒”[1]一说。但最佳男女主角奖却不同，获此殊荣意味着你的演技已经趋于成熟，甚至达到了最高境界，接下来的作品质量不会有太大的起伏，而财富和名誉也随着演技的稳定接踵而至。新人奖是在颁奖礼的开头阶段便授予，但最佳男女主角奖一般是临近尾声时才授予，这就意味着两者的分量是不同的。

这么一说，恐怕你会觉得应该毫不犹豫地选择最佳男女主角奖了吧?

但如今仍有很多年轻人执着于获得人生的“新人奖”。他们希望比同龄人更“早”地进入公司就职，更“早”地获得专门职位，更“早”地收获财富并享受安逸的生活。将全部注意力放在了获得新人奖，拔得头筹上，忽视了要想获得未来的最佳男女主角奖，需要不断修炼自己，积累内涵。如今的年轻人只关心自己在20岁、30岁时能够获得怎样的职位，对于未来，作为人生全盛时期的50~60岁（放在金大中总统身上是70岁）能成就怎样的蓝图却做不出长远的规划。

请记住，你需要奋斗的目标并非是暂时获得一个新人奖，而是成为人生这个大舞台的最佳主角。

---

[1] 二年级魔咒，球员状态。泛指初次进入职业球队的球员，由于职业球赛的比赛频率高、对抗性强、比赛地点不一需要舟车劳顿等困扰，因此，虽经过第一年新鲜感的雀跃，却总在进入职业队的第二年发生挫败、难以适应、不能突破现状、球员特长被对手掌握等现状。可泛指演艺圈内的新人现象。

我们是否选择了正确的路

如果将那些找我商谈出路问题的学生进行分类，大致可以分成两大类：一类对自己的未来胸有成竹，另一类则与之相反。我将前者称为“箭派”，后者称为“纸船派”。箭派因为感到不安来找我谈心，而纸船派则往往因为茫然而找我咨询。

箭派——我是否选择了最佳方案

箭派的目标大多十分明确。比如其中一位表示自己想要进入UN等国际机构工作，为此选择留学，而为了使留学申请更容易通过，上个假期还专门参加了某大学的夏令营，这个夏天则准备去相关机构进行实习……这位学生找我的目的是想让我给他提一些建议：要想在国际机构工作最好辅修哪门专业？

箭派学生会将人生设计得井井有条，准确选择通往目标的最快捷方式，并且会设法让事情变得更加富有效率。他们会将人生目标当做一个靶子，并且瞄准靶子设计好最优的拉弓角度，而后一个个去实

践，使自己的想法有的放矢，飞出最短的距离去击中目标。

以我的经验来看，人生各阶段目标之间的衔接不可能完全没有失误，反复验证设计有时难免显得太过夸张和不切实际，但他们深信自己选择的是最佳方案。他们时刻担心自己是否选择了正确的道路，苦恼错过了更好的替代方案。

箭派当中有不少模范生。他们通常会遵照严格的计划，比如12点到1点30分专攻托业，休息10分钟之后从1点40分开始至3点则为辅导做准备等——好像只有如此设计好计划心里才会感到安稳。当然，至于计划究竟能否落实到行动上则另当别论。这类型的学生最关注的是计划定得是否严谨。让他们感到不安和焦虑的是，自己是否选择了最佳方案。

当然，这听上去并没错，人生的终极目标或中间阶段的目标如果十分明确，固然是稳妥的选择。我对箭派学生最大的担心在于，他们总是习惯性地将未来成长阶段能够遇到的所有“可能”全部加以否定，固执地认为只有一条所谓“正确”的路可走。

我对那些在我面前滔滔不绝地将未来设计和盘托出，并询问我“觉得如何”的学生提出一个同样的问题：

“你在高中时也会做出这样的规划吗？”

我的意思是，那些高中时期曾经幻想过的事情，选择某某专业进行深造，获得某某执业证书，成为怎样的人才等想象，如今来到大学

后你是否依然坚持着？

目前为止，我还没有听到过肯定的回答。

念了大学后，或是因为看了某本书，或结识了某位前辈或老师，抑或因为某一偶然事件，都可能导致你曾经在高中时期做出的规划顷刻间土崩瓦解。

计划没有变化快。就像高中时期的梦想在进入大学后很快发生了质的改变一样，现在做出的计划在你步入研究生生涯或进入公司后，经历过一些其他事情或了解更多信息时，也有可能发生质的改变。所以，你现在的计划真的会在未来原封不动地实现吗？恐怕很值得怀疑。

所以，凡事还是应该给自己留有余地，放下焦虑，为未来设计之门留下一条选择的缝隙。

纸船派——因为太过茫然而挣扎

纸船派与箭派恰恰相反，他们的目标则过分不确定。“老师，我做什么好呢？”以此作为开场白的谈话会让我也陷入尴尬的境地，不知如何回答。这时，我通常会反问道：“你最擅长的事情、最想做的事情，或最喜欢的事情是什么？”

但听到的回答依然让人无语。

“嗯……怎么说呢……十分抱歉，老师，我也不知道自己最擅长做什么……”确实也是，如果知道自己应该干什么还来找我做什么。

放入小溪中的小纸船会毫无目标地随波逐流，没有确定的方向和目标。这类学生对待人生的态度也恰如这漂泊的纸船，因此我将他们称作“纸船派”。

但纸船派也并非是毫无想法的“白痴派”。他们对未来的担心并不少，有时候甚至比箭派更加深思熟虑。可正是因为想法太多或过于善变，而找不到方向。他们对未来的设计时刻变化着，一会儿一种想法，因此很难树立明确的目标，总是处于苦恼中。

纸船派因为太过茫然而辛苦。他们会担心周围的朋友都已朝着坚定的目标做着各种准备，而自己是否在毫无意义地虚度年华？因此他们希望有导师能够为自己指明前进方向，帮自己挖掘潜能，明确指出“这样的未来怎样”。

但世上没有任何一位老师可以替代学生本人去设计未来的目标。

非但老师做不到，任何人也不可能替你做到，决定未来是专属于自己的事情。你的未来充满无限可能，只有自己做主判断、甄别和选择。

虽然与纸船派沟通有一定难度，但通过与他们磨合的过程，我渐渐领悟到了一些与这类学生沟通的技巧。那就是尽量让对方多说话，用心倾听，而后选择“对方最想听到的答案”建议给对方。

虽然找出对方最想听的那一句忠告十分困难，甚至从某种角度来看是一种不负责任的沟通，但效果却立竿见影。对方会眨巴着眼睛反问道："老师，您也这么想吗？"好像自己领悟到了什么深刻道理。看到对方的这种反应，我的"沉重感"就会立即烟消云散了。反正心理咨询师也是用倾听的方式来疏导对方心情的嘛，倾听的我就是对方的一面镜子，如果对方通过这面镜子看到了真实的自己，那么我这个心理咨询师的任务也就基本完成了。

其实每个人心底都藏着答案。只是由于种种原因，这些潜藏的答案并没有被你挖掘出来而已。

纸船派最容易掉入的陷阱是懒惰。因为对目标和方式感到混乱，不知所措，索性袖手旁观，任凭事态发展，最后只能造成无力回天的局面。而懒惰一旦形成习惯，就会整日用"这样下去可不行啊"之类的心理暗示去自责，对人生方向的判断力就会渐渐麻木，最终彻底失去方向。

因此，对于纸船派来说，最重要的是行动力，将今天该做的事情，这周该完成的计划，这个月该达成的目标等等，确保能一步步完成，最终达到充实自己的效果。我的忠告是，在攀爬很长的阶梯时，眼睛不要盯着最顶端的那一阶，而是要专注于眼前最近的这一阶。一个阶段一个阶段走下去，将目标的视觉距离拉近一些，尽可能稳扎稳打，这比好高骛远容易多了。

你需要用一定的时间去直面自己

年轻人最应该有的姿态是在箭派和纸船派之间寻求一种平衡。人生并不会像箭一样朝着年轻时候设计的目标飞去，也不会像纸船一样被岁月的波流左右，最终流向一个未知地带。因此，在不断思考自己未来出路的同时，要多去体验各种不同的可能，并在遭遇变化时保持足够的变通性，既不墨守成规也不随波逐流。

无论你是箭派还是纸船派，或者处在两者之间，有一个不变的事实需要你注意，就是你需要用一定的时间去直面自己。不要介入任何事物，将父母的期待、社会大环境、朋友之间的影响等因素全部抛在脑后，正视最本真、最赤裸、最真实的自己。

“我最期待的是什么？”

“我做什么会感到幸福？”

“我最擅长做什么？”

“我是谁？”

通过不断自省从而调整你的蓝图。

人生的答案就藏在你的心中。

抓住你身边的时间小偷

那些进入研究生院并成为我助教的学生都有一个共识，那就是读本科时觉得教授是一个非常悠闲的职业，但近距离接触才发现，每个教授忙碌的内容或许都不尽相同，但他们的工作都十分繁忙。

说自己忙有些惭愧，但我在教授圈中的确是属于比较忙碌的，授课量很大，并且还身兼数个副职，经常出席各类社会团体以及研究会、学会等组织的活动，偶尔还要进行一些项目规划，举办一些讲座，有时忙得甚至都不知道时间是怎么过的。周末也经常出现在研究室，甚至放假期间我也经常上班。

很多人会提醒我，是不是应该注意一下身体，我总会习惯性地回答，是啊，是应该注意了，可实在是没有时间呀！我一直觉得，我的回答不是一种敷衍。实际上，生活的确如此，太忙了，没有时间去做其他事情，至少在读朴京哲先生的采访报道之前，我是这么想的。

“我最讨厌的话就是‘我没有时间’”

朴京哲先生是一位了不起的人物，身为外科医生的他，既是名医，同时又以经济评论家的身份为众人所知。他的一句话就可以让几十万股民买入或卖出手中的股票或者更改银行存款。

自然，朴京哲先生也是一位十分忙碌的人。每日清晨他都要听上两个小时的广播，每周都要为电视台录制节目，甚至还要为各类新闻杂志写15篇以上的专栏。每个月还要在全国飞来飞去，进行30次以上的演讲，而周六又一定会回到安东的医院，从事自己的本职——为病人诊疗，他说，这是与朋友之间的约定，不能违背。此外，他每年还要出一至两本专著，那些专著可不是什么滥竽充数的书，经常在畅销书排行榜蝉联几周冠军。在他所出的专著里，不仅有着犀利的分析，还会给人留下思考的余地。

我想，任何一个人如果能完成他所从事的行业中的一项就已经很不错了，可是朴京哲却能够游刃有余地驾驭着4至5种角色。他怎么能完成如此多的事情呢？他的秘诀是什么呢？在接受一家杂志采访时，他说：“在步入新千年的零点零时，我决心戒掉5样东西，酒、烟、高尔夫、诱惑、赌博，其中，戒烟是至今我还在做的事情，但我已经成功地把酒、高尔夫以及各种诱惑戒掉。这样之后，我发现生活多出了许多空闲时间。我本来就不喜欢看电视，空闲的时间我都用来看书写

作。书基本上每天读一本，在卫生间时，在坐车时，只要一有时间我就会用来读书。我计划每年十月份出一本书，所以每天都会写二三十页稿子，最后发现，一个人完全可以在生活中担当多个角色。我最讨厌的话就是‘我没有时间’。”

采访中的最后一句话：“我最讨厌的话就是‘我没有时间’。”对我来说，真是当头棒喝。

我们为什么会没有时间呢？如朴京哲先生所说，喝酒、打高尔夫、被各种诱惑吸引（对年轻人来说，可能是将大量时间花在游戏和网上冲浪上）……我们就是这样，沉溺于各种暂时的快感而无法自拔，将宝贵的时间一点点浪费殆尽。

至少，我是这样的。我为自己没有时间找的理由大致都是上述几种。我不得不承认，明明每天都有大量时间是在无聊中度过的，但对外却总是宣称自己很忙，没有时间。

正在读这段文字的你，是否也时常将“我很忙”挂在嘴边，然后完不成该做的事情？

有句话是这样说的：“成功人士的一天是25小时，失败之人的一天是23小时。”活出怎样的人生完全取决于你如何利用一天24小时。

前面，我已经交代过，我也不是很擅长时间管理。但毕竟已经做了十多年教授，需要自己管理自己的时间，在这过程中也有许多心得，接下来，我就要给大家介绍几种有效的时间管理方法。

冷静地确定工作优先级

一提到时间管理，可能许多人很快就会想到制定缜密的计划表并严格执行。制定计划表，并没有错。我在这里想强调的是，在制定计划表之前，我们首先应该确定优先级。

时间管理是确定优先级的工作，即分清轻重缓急来安排诸多工作。毫无作为并不代表罪恶，比如说身体不舒服的时候，什么事情都不做，好好休息，反而是最好的选择。因为这时重拾健康才是第一要务。所以说，制定诸如必须每天学几小时英语，做几小时运动等机械的、为了计划而计划的计划表是毫无意义的，这样的计划中途放弃的概率非常大。

有舍才有得，制定优先级意味着你要决定如何取舍，这也想要，那也想要，优柔寡断只能放慢你前进的脚步。优秀的时间管理，意味着你要有勇气果断地抛弃某些事情。

俗话说，丢了西瓜，捡了芝麻。时间管理也是同样的道理。如果在捡芝麻上花费太多时间，那就没有足够的精力成就大梦想了。这就好像树木一样，枝繁叶茂往往长不成参天大树，因而，辛勤的园丁总是会为树木修剪枝杈。我们也应该更冷静地取舍，让时间结构变得更加合理。

每个人身边都有一个时间小偷

前面说过，时间管理是根据目标确定优先级的事情，而确定优先级首先要懂得取舍。那么，我们要舍弃什么呢？

首先，我们要和那些逐步形成的不良习惯说拜拜。无论察觉与否，每个人身边都有一个时间小偷，他在不知不觉中偷光你所有的时间储蓄。如果你抓不到这个小偷，那你的时间仓库就永远无法充实。

就拿我来说，我尽力要避免去做的事大致可以分为三类。第一类，是那些已经成为习惯，跟着惯性去做的事情。第二类，是那些没有解决方案而不得不做的事情。第三类，因他人的缘故而不得不做的事情。

其中，第一类因为中毒太深已经变成习惯的事情是最难戒掉的，但也是最需要戒掉的事情。往往出现这样的情况，这些事情明明浪费了你一堆时间，你却还总是不断找理由为其合理化，所以相当顽固，难以根除。但是，如果你想成就一番事业，实现那些未曾实现的梦想，首要抓住的就是那些直接偷走你时间的，陪伴你多年的陋习。

记得在我读大学时，身边的很多男同学都沉迷于打台球。当时大学城还流传着“一步一个台球厅，两步一个小酒馆”的说法。当时，我也是台球厅的常客，常常是上课铃声响起才狼狈不堪地冲进教室。其实，开始的时候完全是出于乐趣才去光顾的，可到了后来，基本就像毒

瘾一样戒不掉了。与其说是我打台球，不如说是台球支配我。边际效用递减[1]的法则同样适用于乐趣。开始时给予自己很大快乐的事情，渐渐就变成了无聊的习惯。但凡有了固着在身上的习惯，就会像中毒一样无法戒掉。那时的我，的确为盘活台球经济贡献了很多生活费。

现在想来，浪费钱还不是最让我心疼的，那些逝去的时间才让我倍感可惜。像毒瘾一样无法戒掉的台球以及那些浪费在台球上的时间未必给我带来多大快乐，却对我的未来毫无裨益……

现在最让学生上瘾的应该是网上冲浪和网络游戏。为了在日后回顾走过的青春岁月时不流下悔恨的眼泪，请减少或戒掉这些活动，特别是游戏吧，它们对你的未来毫无益处。

对于那些低级趣味的陋习，请不要用“这是我人生的唯一乐趣”之类的话来辩解。人生当中最快乐的是什么呢？我觉得是成长。但成长所需要的养分时间，你却让它被小偷偷走，怎么会是一种快乐呢？如果被浪费的时间越多，花在重要事情上的时间就会越少，作为一个人存在的分量也就会越低。请将那些无意义的、不断重复的低级趣味，果断地戒掉吧。

以下是我所列出的一部分尽量不要去做以及尽量要做好的行为，

---

1 是指一个人连续消费某种物品时，随着所消费的该物品的数量增加，总效用虽然相应增加，但物品的边际效用（即每消费一个单位的该物品，所带来的效用的增加量）有递减的趋势。边际效用递减原理，在生产、生活、科学研究和社会管理中的例子可以说是随处可见，不胜枚举。

希望能够给你一些参考。

用读书代替游戏，

用读报代替上网，

用欣赏电影代替看电视，

用思考代替发呆，

用对话代替发牢骚，

用快走或慢走代替高尔夫，

用运动代替减肥，

用冲凉代替蒸桑拿，

用高质量的睡眠代替熬夜晚起，

用活跃氛围的酒席代替宿醉。

一刻钟，你可以小睡一会

我们经常会遇见这样的情况，在咖啡厅四处张望等朋友时，在乘坐地铁去某地时，在开始正式上课之前等老师来时，不知道该做些什么，这就是我们通常意义上所说的鸡肋时间，用来完成一件事情不够，什么都不做又很无聊。这段时间我们应该怎样利用呢?

我想，在没有任何计划安排的情况下，如果给你留下几小时的空余时间，你自然会订立计划有效安排，可以完成很多事情。但当下

的社会运转如此之快，我们需要不断地赶赴各种约会，周旋于各种场所，大块的时间往往很难腾出来，只有一些零碎的鸡肋时间留给你，这就成为了很棘手的问题，这也是我们这个时代普遍的情况。

所以，从某种程度上说，在这样高速运转的社会里，管理时间主要是管理鸡肋时间，不要等待某一大块时间的出现，我们要学会搜集鸡肋时间去完成大事情。

首先，一刻钟之内能做的事情要立即着手解决，而不要用过一会儿再做的想法来安慰自己，那样基本上无法像样地完成任何一件事情。因为你现在不想做，即便再过一会儿也还是不想做，不如赶紧把它解决掉，然后忘记，才会更加轻松。

当然，这样的方式也有缺陷。就像玩俄罗斯方块一样，如果注意消掉那些空隙，积累到一定程度时，自然就会出现大块时间。但是，如果习惯了这样处理事情，最后会让你形成一种思维定式，在处理事情时先去解决琐碎之事，最后才解决重要事情，久而久之，就会把重点放在鸡肋时间上。

因此，兜里最好是时刻留有一些不需太长时间也不太复杂，属于重复性的工作的事情在鸡肋时间完成。以我为例，我在鸡肋时间里，基本是靠小睡和读报度过的。小睡一会儿是我最喜欢的选择。短短十几分钟，往往会解除很大疲劳，如果实在睡不着，就会读报纸。

我说这些，并不是想要劝你在一刻钟的时间里一定要给自己找

些活儿干——哪怕去背一些英文单词也好，具体做什么要靠自己决定——我想说的是，不要把割裂的一小段一小段时间浪费掉，然后又在无法完成某项工作时，用“太忙，没有时间”来为自己辩解。时间就像海绵里的水，只要肯挤，总会有的。

在鸡肋时间里，你可以做的比较有意义的事情是反省自己。不要小看了这一自省行为，通过反省你可以明确自己在未来应该将精力集中到何处。现在许多年轻人甚至都不知道自己想要的究竟是什么，忙于跟风似的参加各种培训班，为自己积累所谓的资本，就像是跟着大众口味去消费一样。结果，看似过得十分充实，积累了许多就业资本，可实际上，与同龄的竞争者并没有太大差别。

所以，一天中至少拿出一点时间来反省自己，哪怕只是十分钟也好。如果没有认真自我反省，就会不知道自己未来将成为什么样的人，甚至不知道自己此刻究竟在忙什么。其实，自省并不需要冲一杯咖啡、屁股陷入沙发中、在明媚的阳光下才能够进行，不是吗？

在汗蒸房和桑拿房你能挺多长时间，顶多一刻钟吧？那时的一刻钟是不是感觉十分漫长？所以，请利用好鸡肋时间吧。

现在不做，就永远不必做了

“有件事情我非常想做，可是总没有时间，如果有时间，我一定

去做！”

这句话很多人都曾说过，可是你扪心自问，当有了时间时，你真的去做了吗？

我也一样。高中忙于高考，闲暇时间不多，以至于想做的事情非常多，但都没有做。我立志大学时要多读书，接着学习钢琴，多观光拍照……总之，计划得满满的。但后来才发现，原本一身轻松的高三最后一个寒假，自己没能像样地完成任何一件事情。工作之后也还是会发生同样的情况，这个假期一定要把积攒下来的翻译工作做完，虽然立下了坚定的决心，可瞎忙一阵就发现又到了新学期开课的时间了，自己却依然还什么都没有做呢。

那你呢？你是否也和我一样？

我猜诸位也不会比我好到哪儿去。每当询问那些休假回来的学生过得是否充实时，他们的回答无一例外是“稀里糊涂就过去了，什么事情都没做”。

其实，通常情况是这样的，明明自己面前摆着大把的闲暇时间，可人们却往往选择毫无作为。为何这么多的人身上都会出现这一情况呢？经过思考，我得出的结论是，只有忙碌才能挤出时间。看似十分矛盾吧，可事实就是如此。

换句话说，人只有忙碌起来才能深切感受到想做的事情是多么宝贵。更重要的是，人只有忙起来才能感觉生活更富激情，才能更好地

管理时间。时间并不是“有还是没有”的问题，而是“能不能有效加以利用”的问题。因此，一旦闲下来，一个人认真管理时间的意志力肯定会被削弱，才会发生无所事事的情况。

再者，认真一想，其实压根就没有所谓“闲暇时光”。如今的社会是一个“全民过度劳累”的社会。闲暇仅仅意味着需要紧急处理或必须完成的事情相对少了一些而已。这里那里，时间盗贼可谓无处不在。如果不能抓住这些时间盗贼，那么就会陷入花去大量时间却一无所获的窘境。

等到日后闲下来再做的想法其实只是不想做的借口，只是对自己懒惰的掩饰而已，忙碌才是万事开头容易的好时机。在忙碌时，请将手头的时间细分再细分，而后利用其中一小段时间去开始“那个事情”。

没错，就是趁现在。

如果不趁现在，就意味着永远都不能做了。

人们常说时间是雕塑灵魂的材料。从人生中抽离去时间会剩下些什么呢？没错，时间就是人生的全部内容。

“明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎。”你的明天取决于今天的24小时做了什么，因此，从某种程度上说，你的时间比你本身更要珍贵。

现在就开始理财还为时尚早

一位记者对某谐星进行采访。聊到对方在没有大红大紫之前如何度过经济困难期的话题时，记者提出了如下问题：

“有一种说法是，初入演艺圈就开始定期储蓄的谐星无法大红大紫。你是怎么看待这一问题的呢？”

谐星的回答是：“是啊，好像确实如此。”

比储蓄更重要的是对未来投资

如果他的回答是肺腑之言的话，那么这真是一件匪夷所思的事情。为什么初入演艺圈就开始养成储蓄习惯的谐星无法大红大紫呢？

众所周知，储蓄是每月节省出一笔钱定期存入银行，长期坚持就能积累出一笔可观财富，对普通人来说是最切实的理财手段。按道理讲，按计划进行储蓄的人需要具备较高的自我管理能力。但这种具有节制力的人为什么不能大红呢？

经过一段时间的冥思苦想，我终于得出一个结论，那就是一切都

在情理之中。理由如下。

一般情况下，定期储蓄会给自己造成一定压力，为了存足够的钱，你心中会想着是不是接下来应该更节约一些，或者茫然地期盼日后收入一定会增加。但从每个月的收入中挤出一点钱坚持定期储蓄，对刚刚踏入社会收入不多的毕业生，以及演出机会还不是特别多的搞笑艺人来讲，是有些负担的。

有定期储蓄习惯的人都明白，哪怕有一次无法按计划存入资金，都会感到非常焦虑有压力。如果连续几个月无法按定额存入资金，那位刚入行的谐星会有怎样的想法呢？在没有积累起一定数额的财富之前，他必然会寻找更加安定且能够获得高收入的方法。例如多跑一些通告，私下里搞一些副业之类……

但作为一个刚入行的搞笑艺人，相比迅速积累起一笔财富，更重要的是不断地磨炼技艺，想出更多好点子，创作出更好的作品，为将来的成功打下基础。而磨炼技艺是要花大量时间和精力的。如果为了通过储蓄积累起一笔小财富，将大量精力放在跑通告或一些副业上，那么为实现成功而进行自我投资的时间就会大量减少，这样一来，很可能一辈子都是一个三流艺人，无法大红大紫的命运也就在情理之中了。有些人入行多年，一直都在跑龙套，稳定地攒着小钱，永远成不了出色的艺人。

这就是我所分析的刚入行的搞笑艺人如果只知道存钱就无法大红

大紫的原因。对于这些刚起步的人来说，比通过储蓄积累财富更重要的是，对自己的未来进行投资。

存折上的数字大起来才更实际吗

进入书店，你会看到指导20岁左右的年轻人如何理财的书籍在书架上摆得满满当当。大体上都是教年轻人如何积累第一桶金，又如何进行后续管理之类的内容。书中往往会对年轻人提出许多具体建议，诸如购买这种商品较为合算，或那种投资较有潜力等等。在大学里，投资社团或致富社团等往往也最能吸引大学生眼球。当然，我读书时也曾加入过这些社团进行学习。结果，从社团里学到的唯一一点是——如果能够早一两年开始理财，产生的差异将是更加巨大的，即利滚利拥有不可估量的力量。

但现在的我却觉得，在20岁初期是不适宜进行理财的。如果你是还在读书的大学生就更不应该早早理财了。请回顾一下之前提到的那个谐星的故事。对于他来讲，他所处的时期并非是积累财富的时期，而是积累人生竞争力的时期。与其从每月的牙缝里挤出一点钱来进行可怜的投资，不如等到大红大紫后利用增加的演出费用进行理财，不是更具效率，回报率也更高吗？

金钱和性有着类似的魔力，那就是会让人变得十分沉迷和专注，

一旦迷上两者中的一个，就会让人觉得周围的一切都失去了光彩。一旦尝过存折上积累起一笔小钱的快感，哪怕是很少的钱，也会让人忘乎所以迅速沉迷此道，从而忽视长期的规划，完全陷入这种“立竿见影”的财富积累方法中。这种稳定的财富积累方式会让人对那些高风险且充满不确定性的未来产生厌恶情绪。

最近与我交流前途问题的年轻人当中，有一个普遍的倾向，那就是很多人认为，相比对充满不确定性的未来进行自我投资，不如从现在开始一点点使存折上的数字大起来，这样更实际，心里会更踏实。

但抱有这种想法的年轻人却并未考虑周全。如果父母不是富翁（如果父母是富翁，子女也许都没有理财的必要），作为20岁左右的年轻人，你缺少收入来源，所能积累的财富是十分有限的。与其像小孩子攒压岁钱一样抠门儿理财，索性花光它不是更痛快！

但选择花在什么地方是有学问的，一定要花在能够帮助自己成长的有意义的事情上。可以买书，也可以去旅行，总之用在提高自己的事情上就行。如果你真想积累大财富，那么与其比同龄人早几年开始理财，攒些小钱，不如将钱投资于创造“更好的自己”，这才是长久的大项目。总之，最高超的理财手段是提升自我价值，让更高的自我价值创造更高的收入。

最聪明的理财是提升自我价值

我在35岁时才拥有了第一份正式职业，在这之前对理财一窍不通，后来也因为收入微薄，觉得没有理财的必要。真正觉得有一些闲钱可以用于理财不过是最近几年的事情。我所从事的研究方向是分析经济以及消费趋势，哪怕从学习的角度也应该进行小额的投资，否则有些说不过去了，所以我开始关注理财。

然而我的理财成绩单却乏善可陈。购买的一部分基金价格大跌，有些则上涨了不少，可谓参差不齐。股票投资也是同样如此，有上涨的产品，也有下跌的产品。理财的基本原则就是分散风险，综合来看，我的这份理财成绩单可谓刚刚及格，没有什么大失败或大成功。因为收益和损失持平，白白浪费心力，所以最近我基本上放弃理财了，一旦有闲钱就索性存个定期。

我之所以放弃，并非是担心蒙受经济损失，而是出于对追逐利益的恐惧。

目前为止，我最成功的投资要数3年前购买的黄金。选择金子是因为觉得它价值稳定，如今金价在全世界范围内暴涨的状况是没有料到的。想到很多金融产品抗不过经济危机，甚至亏得连本金都无法收回，购买黄金真是非常有先见之明了。

但人的本性往往贪得无厌，吃着碗里的看着锅里的，获得利益时

想到的往往不是自己如何幸运，而是怪自己错失了时机，没有趁机多赚一点，平添许多遗憾。“如果当时不做分散投资，而是将全部资金都买入黄金就好了，那样一来财富就不知道翻了几番了……”这样的想法会不断挠你的心。

现在还不是理财的时候，

请先怀揣梦想吧！

不妨每个月找来一个“不会产生任何眼前利益的事情”，

认真做一做！

我现在几乎不做任何投资了。如今的银行利率创了历史新低，可我每次有闲钱时还会图省事存入定期储蓄。之所以会这样，是因为我发现自己整日将心思放在“寻找像黄金一样的理财产品”上，而这种一门心思寻找投资良机的行为彻底毁掉了我本职工作的乐趣。其实，如果将倾注在理财上的热情和时间放在研究或写作上，也许我创造出的财富比那百分之几的回报率更高。

其他人的情况也大致如此。假设一个职场人士在十年内，每个月都从收入里拿出一部分用于购买基金或股票，那么十年之后他会获得百分之几的收益率呢？最理想的情况也不过是让财富翻十倍而已，但十年之后他本人的社会位置又会怎样呢？如果为了理财将本业荒废，整日东奔西走忙于观察各类理财行情，恐怕难以做好本职工作，很可能会被公司辞退，好一点也是勉强保住现在的饭碗而已。而为了成为

行业中的精英不断积累实力，在自我发展道路上辛勤耕耘的人又会怎样呢？十年之后，这些人会比同龄人至少多出四倍的工资，这种地位差距还会随着时间推移越拉越大。所以，接下来的20~30年时间里，两者谁会积累出更多的财富呢？还有社会地位以及成就、幸福指数等，谁会更高呢？请实际计算一番，哪种选择才是更聪明的“理财”，会带给你更长远的幸福。

聪明的理财是将金钱投在提高自己的能力上。如今，相比投资实力，我更加看重自身的能力，认定自身能力才能将我塑造成更加成功的富翁。

你还很年轻，现在还不是有足够资本去理财的时候，请先把这些放下，怀揣你的梦想！不妨每个月找一个“不会产生任何眼前利益的事情”认真做一做！请投资在提升自己能力的事情上，而不是基金或股票。

要想真正将自己提升至一定的高度，你就要暂时大胆放弃一些短期利益，要做好这种“先苦后甜”的准备，才是合理的青春“储蓄”。

用最真挚的眼神反省下自己

一天走路时，我无意中看到了一位伐木工正在工作。他干得热火朝天，大汗淋漓，只是尽力拉扯着手中的锯子，树木却丝毫不动。我受好奇心驱使走近一看，才发现原来锯齿太钝，无论怎样努力都是白费力气。于是我对伐木工说道：“大叔！歇息一会儿擦擦汗吧，把锯齿磨得再锋利一些，不是锯起来更省力吗？”

然而伐木工头也不抬，便挥手说道：“我现在哪有休息的工夫啊？今天要把这些木头全部锯完才能交工，都快急死了……我现在实在没时间搭理你，不要妨碍我干活，赶你的路吧。”

比学分、资格证更重要的是自省

大叔的话听起来似乎有些不可理喻，你会觉得，怎么会有这样愚钝可笑的人？但环顾周围，像这位伐木工一样行事的却大有人在。他们从不检查自己的锯子是不是太钝，却一心埋怨眼前的树木挺立不倒。然而，此种情况下即使再努力，再苛求自己，再着急上火，我想

也只能是多做很多无用功罢了。

“如果给我八个小时的时间来砍柴，我会将其中的六个小时用作磨斧子。”亚伯拉罕·林肯如此说道。工欲善其事，必先利其器。在做任何事情之前，首先要明确目标，知道“为什么做这件事”。不是要盲目发誓“无条件完成”，而是在进入正常的生产阶段之前要积蓄足够的力量。即使在进入实际操作阶段后，仍然要时时检讨自己的方法是否正确，留给自己反思和自察的时间。因为如果手上的抹布原本就是脏的，那么无论你如何卖力气打扫，屋子都只会越擦越脏。

联系到年轻人的现实情况，往往他们做得不足的并非是学分、资格证之类的东西，而是对于自我的省察。现在的年轻人整日忙于获得足够的学分和英语成绩，花费时间在丰富实习经验和深造经历上，对学习方法是否科学、利用时间是否有效率以及自己究竟在为什么努力却没有清晰的认识。反正周围的同学都在做，所以自己也不甘落后，或者是被父母相劝，或者是抱着玩玩的态度疲于准备各类公开招聘会、考试，都是他们常见的理由。

我认为要想支撑起成功这张桌子，必须靠明确的目标、科学的方法、扎实的实践三者来支撑，缺一不可。如果没有明确的目标意识和科学的方法，一切努力都将付之东流。但很多年轻人正如那位伐木工一样，总是觉得“目标”和“方法”是不切实际、不需要考虑的东西，只是专注在“实践”是否扎实上。

勤奋扎实地实践，累得满头大汗，花了很多苦功夫，其实，这反而是一种惰性的表现，可以称得上是“勤劳的懒惰”。这种勤劳的懒惰就是跟着惯性机械的运作，懒于回过头来自省。如果没有自我省察，向着错误的目标盲目突进，南辕北辙，只是白白浪费力气。

前辈就是“在同样的黑暗中比自己稍稍走在前面的人”

那么，该如何进行自我省察呢?

省察有思考的意思，所以很多人认为只要认真思考就可以达到省察的目的。但实际上，单纯思考并不能达到省察的目的，比省察更重要的是阅历。所以请多多积累人生体验，多多读书，多多和他人交流分享，多去旅行。

没有比亲身的体验更能让人成长的了。尤其是在感受能力敏锐的青春时期所积累的经验更是一生的财富。对于省察来讲，体验也是最好的方法。只要不是会惹来非议和麻烦的行动或过分消耗时间和精力的事情，都可以尽可能多地进行体验。所以说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为……”，成大事者必然经历过一番人生艰难的体验，原因也正在于此。

但人生苦短，想亲身体验一切事物是不大可能的，所以，我们

还可以通过阅读，从书籍、报纸、杂志上品味各色人等的起伏人生。无论是采访、传记等真实记录，还是小说式的虚构，世间的故事可以给我们提供很多间接经验。你需要多读、多听、多看，而后再对自己进行省察。

与他人交流也是非常有效的经验积累途径。特别是和那些比自己经验丰富或更具洞察力的人进行交流，往往能让你从中获得巨大的启发。我在校园里仔细观察过一些学生，我发现他们大都十分吝啬同他人进行交流。的确，他们也经常进行对话，但说话的对象大多为好友或关系较近的学长。当然，同辈和熟人的交流，往往能够从对方口中得到对自己所处困境的同情和共鸣，但大家的水平半斤八两，都在相似的道路上彷徨，谁也不比谁更高明些，很难得到启发以达到自我省察的目的。这时，更需要的是来自有经验前辈的指点和启发。不是有那么一句话吗，前辈就是“在同样的黑暗中比自己稍稍走在前面的人”。

请为自己找一些更好的导师吧。好友和学长也有一定的帮助，但最好还是多创造一些机会同拥有更丰富经验的老师、长辈们面对面坐在一起，进行更深入的交流。非洲有一句谚语，叫做“走向死亡的老人就是在不断燃烧的图书馆”。他们是活的书本，能提供给你更容易接受和消化的间接经验。

旅行也是很好的契机。经常在各国旅行，研究城市竞争力的

Read&Leader公司代表金珉柱认为“旅行是社会性临死体验（体验死亡）”。越想越觉得这个比喻十分恰当。没错，旅行从某种程度上同死亡类似。一旦你离开自己待惯了的地方去旅行，那么对于原地的人们来讲，你就成了“没有的人”，即已经死去的人。旅行给你创造了机会，让你可以从循规蹈矩的生活中抽离出来，认真思考一下你的不存在对于你的熟人和你所处的集体来讲究竟意味着什么。

在旅行的过程中，透过车窗看着沿途陌生的风景时，你或许会猛然发现在城市中拼死生存的自己的样子，那些做对的事情，做错的事情，以及平时隐藏很深的内心原始想法都会突然清晰地呈现在眼前，让你大惊失色。人在异乡才能超脱原有环境的限制，更客观地看清自己。

旅行的另一个好处便是可以让你换一种角度思考，那些曾经以为理所当然的事情，现在想来也并非是那么理所当然。特别是到外国，看到那些持有完全不同的人生观的人时，你会对自己提出本质性的问题：“我究竟是为了什么，如此辛苦地活着呢？”

就是这样，原本不附带任何前提条件、一直坚守的价值观，如今正是通过旅行，让你对这曾经毫无怀疑的理念提出了疑问。

我所指的旅行并非是那些跟着旅游团专门奔向那些旅游名胜，一门心思拍照留念的旅行，而是指那种发现自我的旅行，明白吗？因此，请将相机和手机统统锁进抽屉里，经常去旅行吧。

请偶尔停下脚步

目标，方法，实践。

在人生道路上要想获得某种成就，无论是想获得世俗意义上的成功还是实现自己所怀揣的梦想，都必须具备目标、方法、实践这三个要素。没有目标就没有意义，方法不正确就意味着没有效率，而不实践就等于是空想。三者缺其一都会让人生的三角形失去一边，从而无法支撑起成功。

为了达到三者之间的平衡，我们需要不断自我省察，而自我省察就存在于三角形的中心点。

请偶尔停下脚步，用最真挚的眼神反省一下自己。如果不能周期性地同自己冷静地面对面，那么你进行盲目的努力、度过盲目的人生，是否也很像那发钝的锯齿一样，有些乏味无力呢?

尽情羡慕才能赢在人生路

经常会有人在博客或个人主页上将“羡慕就等于认输”的态度表达出来。我想这句话的含义应该是：“我认可你所取得的一切，但这与我的人生方式格格不入，因此我并不羡慕你。”

你是你，我是我，这句话很好地体现了现在年轻人常有的装酷性格。

唉，但仔细品味这句话，就能够觉察到一种酸溜溜的情绪在里面。就像伊索寓言里“狐狸的酸葡萄”。

对别人的成就，全盘接受还是打个折扣

我们总说“吃不到葡萄就说葡萄酸”。

如果仅仅停留在自我合理化的安慰，这也并无坏处，但当这种安慰中夹杂着嫉妒的情绪就该另当别论了。想方设法贬损对方的成就，以此寻求自我安慰的心理是不健康的，倒不如将嫉妒当做一种有效的刺激手段，帮助自己健康成长。

对待比自己出色（或看起来更出色）的人大致可以分成两种态度，一是嫉妒，二是羡慕。

而嫉妒和羡慕的差别就体现在你对对方所取得的成就，究竟是全盘接受呢，还是打个折扣再接受。

他干得不错，不过是因为……对不起，你嫉妒了。

预先给成功的人扣上“人家是富二代”或“肯定背后使了某些不正当的手段”之类的帽子，从而无法接受对方的成功时，我们称之为嫉妒。当今社会流行的“自己不喝酒，嫉妒人脸红”、“妒人有笑人无”之类的俗语都是表现嫉妒者心理的。

当然，社会大众容易不平衡的原因，并非是本身有什么劣根性，而是近代社会的现代化过程中，有很多人靠某些不正当手段或仅仅凭借运气轻易取得了巨大的成功。因此，人们对于成功人士心服口服的可能性大大降低，这种心理是历史和社会的产物。

无论社会的嫉妒心理有着怎样的历史渊源，我都希望年轻人能够自由驾驭这种嫉妒心理。

为什么要嫉妒？如果你仅仅将对方成功的原因归结在运气或不正当手段等无法控制的因素上，并诋毁对方的成就时，你就不会再自我反省或努力唤起奋发向上的精神了。你不必经历不舒服的心理挣扎过程，内心也许会舒服很多。不过你一旦省去了自我反省的过程，嫉妒带来的刺激也不会对你有正面的效应。因此，“羡慕就等于认输”这

句话，不过是在某一瞬间为你提供一种自欺欺人的自我安慰而已。

当今世界竞争激烈，社会如同战场，我们眼中看到的往往是成功的人们挥舞着胜利的旗帜，但却忽略了世上并没有常胜将军。不断的胜利也经常会伴着一些不易察觉的失败。

因此，问题的关键并不是要纠结于某一次是赢是输，而是要明白通过这次经验，自己究竟成长了多少。如果你不愿承认对方的胜利，而是一味地嫉妒，那么你在下次的竞争当中也必将遭受失利的痛苦。

请用羡慕代替嫉妒

有段时间，我经常听到一个词，叫做“失败者”。如今，失败者这个单词似乎成了时代的禁语。如果指责他人是一个失败者的话，恐怕任何人都会为此恼怒。但重要的是，当脆弱的劣等感被别人挑衅时，是否能将这种挑衅当做一种刺激，去促使自己取得更大的成就。

任何人都会有羞耻感。这种羞耻感可能源于长相、成长环境，或未能取得的成就等等。人们应对羞耻感的方式也多种多样，大部分的人都想努力掩藏，有些人则选择忘记或否定，只有少数意志力坚强的人才会想方设法克服这种劣等感。

那么，你属于哪类人呢?

同等环境下，重量轻的船会走得更快。但奇怪的是，船夫们经常

往船底放一些叫做“压舱货”的东西，这些压舱货可是有一定分量的。只有放置压舱货的船只才能在惊涛骇浪面前不乱摇晃，保持平稳。

那么，如果我们将内心的羞耻感当做人生的压舱货一样，生活会怎样呢？不要试图掩藏或加以否定，而是堂堂正正地把它们当做成就自我的动力，生活又会怎样呢？到那时，劣等感会在人生的风浪面前保护我们的。

请用羡慕代替嫉妒，承认对方取得的成就。即便别人的成功之路看似存在很多疑点，但请相信：过人之人必有过人之处。请你不要自我安慰，而是尽力寻找对方身上的可取之处，默默地向他们学习。

请尽情羡慕吧，那样你才能赢在人生之路上。

看到别人的成就还不羡慕的话，你才是真的认输了。

只是懒惰——写给低迷期的你

你最近感到消沉吗?

觉得陷入懒惰的沼泽当中无法自拔?

这种状态日复一日，连自己都厌恶起自己了，是吗?

这种低迷让你十分痛苦，是吗? 所以想听一听我的忠告?

懒惰实际上是低迷，或者倒过来

首先，我要对你说，我并不该使用低迷这个词。

实际上它就是懒惰。

低迷这个词具有一定的自我欺骗性，所以我不喜欢用这个词……从现在起，我就叫它懒惰吧。

拿我来说吧。我从未在结构十分严密的组织当中生活过，就连服兵役都是在学校（陆军第三士官学校）进行的。我就这样几乎当了25年的学生，又摇身一变成为了老师。

这样没有强硬管理的生活，虽说看起来足够幸运，但我也有困难

需要克服。因为没有关照我的上司，因此我必须自己管理自己。认真进行自我管理并不是一件轻松的事情，我平生都在与“自我管理”做着斗争。

人毕竟不是机器。有时或许是产生了感情上的动摇，或许是产生了身体上的疲劳，或者抛开这些，有时仅仅是想偷偷懒，懒惰的想法时不时涌现也是人之常情。加上教授这一职业缺乏外部监督，很容易陷入低迷也就是懒惰的情绪当中。

我为什么知道这些？因为我就时常这样，只是没有表现在你们面前而已。

长时间懒惰，会开始腐朽

我觉得懒惰完全是惯性使然。骑自行车时往往踩下踏板的第一脚是最累的，开计算机、驾驶车辆起步、生活都是如此。摆脱静止状态，给予自身加速度的意志，需要有战胜惯性的强大意志，我认为意志匮乏才是你们说的低迷的准确定义。

但问题在于，虽然很多人嘴上说着如何如何憎恨懒惰的自己，但实际却很享受慵懒的状态，根本不愿改变。态度上表示想要从懒惰中走出来，但实际却在享受着这一过程。如果你也在享受着懒惰，享受着已持续许久也懒于改变的懒惰状态的话，请你读到这里就离开吧。

我会为只读到这里的人们送出一句吉言："其实低迷是为了奋起的明天所处的充电时期。"可以了吗？心里是否好受了些？请走好。

事实上，这一吉言是骗人的。一个人如果长时间懒惰，会腐朽的，你那美丽的肉身和灵魂就会变得越来越麻木和悲哀，这是多么可惜的事啊。希望你能狠狠下定决心从低迷，不，从懒惰中真正走出来。

通常，一个人处于懒惰状态时总希望从外部接受某种刺激，让自己振奋起来，重新步入正轨。某些极具刺激性的事件，朋友或前辈贴心的建议，或者是灌下许多烧酒后，以浑浑噩噩的状态在灰蒙蒙的凌晨突然悟到了什么……在遭遇这些之前，人往往缺乏击退懒惰的勇气和决心。很多人在等待着晴天霹雳把自己打醒。

但让我说一句话好吗？其实，那样的刺激并不一定有效果。决定性的力量总来自自己。

如果没有付诸生活实践的努力，那么这些刺激即使产生一百次也毫无用处。如果你真想从懒惰中走出，从鼻尖上滑过的微风、空气里的春天的气息中你也会感受到重生的欲望，否则身边即使劈下闪电雷霆落于脚下，你也只会麻木无反应。

我在二十几岁的时候，每到秋天，特别是11月就会变得十分感伤和忧郁。甚至会给自己下达心理暗示："又到了11月，是感伤的季节啊！"……而后就会为了消解这种感觉去喝酒，听音乐……接下来就

会变得更加感伤……现在想来，当时的我完全是在享受那一感伤的过程。就像伤口明明结了疤，但手总是闲不住去触碰，虽说像针扎一样疼，却又享受这种痛感。

年轻时的悲哀就像那伤疤一样。

只需踩好“今天”的第一脚就可以克服懒惰

可人总会慢慢长大，慢慢懂事，我也渐渐找到了解决方法。我悟到了一个道理——感情是肉体的习惯。每当在烈日下晒得太久时，运动量不足时，烟酒摄入量过大时……我真正想获得感情的自由时，我都会跑上5公里。酒也会慢慢少喝，不仅是为了身体健康，也是为了头脑清醒，心灵沉静。最后一定要工作，结合这些，就会从不良情绪的恶性循环中摆脱出来。

比肉体的习惯更为深层次的问题在于“目标”。每当目标不够明确时懒惰就会找来。那么有人会问，老师你在那个时候有什么目标吗？我的目标即是成为一名好老师，一名好学者。这一“好”字的含义有些模糊，目标如果太过遥远，产生的动力很可能不足，所以我订立了更具体更容易操作的目标，以一星期或一个月为期限。

想走出低迷吗？如果你真想如此，其实比想象的要简单。关键在于将时间周期弄得短一些，没错，就是解决好“今天”的事情就行。

“今天”很重要，今天该做的事情不要拖到明天去做。你只需踩好“今天”的第一脚就可以满足了。无数个“今天”会以惊人的速度集合到一起，让勤奋集合成惯性。

事实上，老师现在身处异国他乡，最近从感情上颇为劳累。因此，为了不让自己的生活垮掉，一直做着不懈的努力。身体上的勤奋很重要，不晚睡、早起、不喝酒、在阳光下多活动、每天练习一小时萨克斯、读点文字、至少写3页文字……我深知，如果这些肉体上的东西全部垮掉，就会使自己陷入无可挽回的懒惰情绪当中，为什么？因为我曾饱尝过这些痛苦啊。

请打起精神吧，说得太多了是吗？我向来如此，接下来，概括一下中心思想。（像老师的口吻吧）

第一， 不要享受懒惰。如果你从内心享受懒惰的过程就不要说自己累。

第二， 让身体动起来。要运动，多见朋友，要工作，不要喝酒，早睡早起。

第三， 任何事情，今天开始就要去做。如果现在不做就说明你还在享受着懒惰。如果做不到，就请不要抱怨。

第四，（最后一点，请听好！）无论你陷入了怎样的悲伤和低迷情绪之中，你还是你！虽被折去一角，但一百元钞票永远不能变成和五十元钞票一样的价值。请不要自虐，任何情况下都不能自己毁掉自

己。

知道吗？时间会解决一切问题。度过了这段时期，那些曾经看似十分要命的情绪，也会变得平淡无奇。但我真心希望，即便你早晚都能走出低迷，也请将低迷的时间尽量再缩短一些。

好好睡吧。

（不对，还不能睡，今天的事情做完了吗？）

第二章

年轻，
所以伤得起

这是对年轻的最好祝福

B君来找我。本来我还在纳闷，已经开学一个多月了，B君却没有露面，今天她终于主动找上门来了。不出所料，她带来了不好的消息。她父亲的事业正江河日下，家中家具全被贴上了封条，债权人整天上门来骚扰，那些在狗血电视剧上看到的催债场面，过去几个月真实地发生在B君家里。

曾经性格开朗，阳光向上的B君如今一副消沉的模样。为了给出国避风头的父亲以及病倒在床的母亲处理后续事宜，B君忙得不可开交，过去几个月都不知是如何挺过来的。听到这些，我的心里着实不舒服。

这些遭遇对一个26岁的女学生来说，未免也太过残酷了。

三个葬礼：1987年的我所面临的一切

我的脑海中浮现出了1987年的我所面临的一切……

那年我25岁。身体一直十分硬朗的父亲突然晕倒住进了医院，而

屋漏偏逢连夜雨，就在父亲住院时，又传来了乡下的奶奶过世的消息。父亲还躺在病床上，只能由我这个还在读研一的学生替父亲主持丧事。

同年12月，我料理完了奶奶的丧事，父亲却被诊断为肺癌晚期，医生判定再无治愈的可能。接连的打击还没让我缓过神来，又接到了爷爷过世的消息。我只得再次回乡下主持了爷爷的丧事。次年5月，父亲也过世了。于是我第三次主持丧事……

那真是一段不堪回首的岁月，11个月内我主持了三次丧事。最令我痛苦的并非是对父亲的那份依依不舍，而是亲自主持三次丧事所带给我的慌忙感。我是家中长子，很多情况都要我独自去承担，当时最令我疲惫的是承担肩上的那份责任。

爷爷、奶奶、父亲一同去世后，留下了十分复杂的法律问题。我虽然本科毕业于法律大学，但毕竟是毫无实战经验的大学生，解决各种法律问题，以及计算、申告、缴纳各类税金也不是容易的事情。虽然三位长辈留下的财产并不是很多，但与大人们一同商议后分配财产也是一件十分细致和劳累的工作。

如果父亲生前多少整理一些，我也不会那么吃力。

料理后事对年轻的我来说是一个全新的充满困难的课题。妹妹那时在读高三，弟弟在服兵役。因此，所有事情都要从头学起，由我独自解决。现在想来，当时还有好多事情处理得并不

十分圆满，但我总算跌跌撞撞整出一个大致的轮廓来。没办法，除了我没有别人可以做这些事情，应该自己承担的责任必须去承受。如果我也被挫折击倒，那么我倒下所产生的余波将波及我心爱的亲人们。

罗马之所以是罗马，全凭风雨

曾经有一个人对我说过，他觉得正是在当时经历了那么多苦难，才造就了现如今成熟稳重的我。我跟他说，别抬举我了。成熟？我并不稀罕。对于那段时期所遭遇的苦难，我根本不想再体验一遍，宁愿没有发生过。我希望自己成为大人时再进行当时那种程度的历练——在我能够解决那些问题时，再经受历练也为时不晚。

写下这些文字，送给我未能充分给予安慰和鼓励的B君，正在艰难承受人生历练的你，以及已经从历练中走过来的我。

也许你正在看不到尽头的黑暗中艰难前行着，但请记住：历练终将使你变得更加强大，这是对年轻最好的祝福。

盐野七生的《罗马人的故事》一书将我从接连申请大学教授却屡遭打击的挫败感中拯救了出来，可谓那段时期遇到的知音。那本书中有如下一段文字：

“罗马之所以是罗马，全凭风雨……国家的未来并非战争的胜负

决定的，而是战争过后做了什么，更重要的是如何去做。”[1]

重要的并非是历练本身所体现的冷酷性，而是面对历练的态度。

评价历练是否残酷的标准不在于对与错，如果你觉得残酷它就是残酷的，如果你坦然接受，就会觉得其实也没什么大不了的。

历练是祝福，是历练造就了你

此刻，你是如何接受眼前的历练的呢?

如果你觉得自己正在度过人生中最黑暗的时期，我想提出一些忠告，看似望不到边的历练实则是你前进的力量。

也许你觉得我在说风凉话，但我还想接着前面的故事继续啰嗦几句。

我还想起了1988年初夏的某日发生的事情。当时，我正处于考试落榜、收到服兵役通知、与女友分手，爷爷、奶奶、父亲相继去世，曾经从不需要关心的问题一股脑儿爆发的时期……

看不见任何希望的我整日坐在音乐大学校门前的长凳上发呆。每当我顾影自怜暗自落泪时就会听到远处音大学子们练习演奏的声音，那个声音给予我莫大的安慰。

---

1 盐野七生，《罗马人的故事》第二卷，67页。

叮当叮当！

哐当哐当！

时不时传来音大学子们踩着错误的节拍奏出的不和谐音乐。“没错，那些学生虽然现在还会错得一塌糊涂，但早晚有一天会成为优秀的音乐家。我也可以像他们一样。只要度过这段时期，也一定会雨过天晴。”我的脑海中渐渐有了这样的想法。也许是心理暗示的作用，那些不和谐的音乐在彼时的我听来是如此的悦耳。

“神会用历练去锻炼自己心爱的子民。”

于是，不知从何时起，我渐渐觉得经受风雨的历练才是人所能得到的最好祝福。因为正是历练的力量才让一个人变得强大，无所畏惧。

我想对B君、遭受历练的你以及未来的我说，历练是祝福，是历练造就了你。相比那些含着金汤匙出生的孩子，那些父母已经铺平一切道路的孩子，那些不知苦恼为何物的孩子，你现在正继承着最宝贵的人生经验。虽然现在身心疲惫的你也许会觉得我在老生常谈，但这的确是很多人从最真实的经验中得出的最具分量的人生忠告。

记住，历练是你力量的源泉！

请自信松开手中的绳索

请想象你此刻手握一根绳索吊在深井的半空中。要想从井里顺利逃生，你必须抓住绳索拼命向上攀爬，但你此刻却已经精疲力竭。别说是向上爬，就连牢牢握住绳子，保持在半空的力气都没有。

井下一片漆黑，望不到底。如果放下手中的绳索，也许会跌进万丈深渊，粉身碎骨。你的心里不禁泛起一丝寒意，越来越恐惧，力气渐渐消耗殆尽，可生的希望却依旧渺茫。

面对这种情况你会怎么做?

惧怕的不是井深，而是看不见的地面

虽然现实中真被困在井内的概率很低，但我们的人生却经常会遇到类似困于井内的情况。看不见出口，看不见安全出口的标志，处于进退两难的境地……眼前有一个目标想要实现，却困难重重，可心底又不想放弃，怕自己后悔和留下遗憾。

你是否有过这种经历?

那应该怎么做呢?

换做我会这么做，

松开手中的绳索。

没错，选择放弃，进而放手。

接下来我会跌到地面。难道不会摔死或摔成重伤吗？我觉得不会。

在井内我不好说，但在人生之路上却向来如此。其实，你只是因为看不见地面才产生恐惧而已，地面并没有想象的那么远。你的脚离地面其实只有30厘米而已，但死亡的恐惧却让你紧抓不放。没错，我们经常这样。

问题的核心在于你看不见井有多深。你所惧怕的并非是井有多深，而是看不见地面，仅仅是看不清而已。

你不妨选择放弃，松开手中的绳索，其实所受到的伤害并没有那么严重。在人生之路上并没有设置那么多让你粉身碎骨的障碍。只要你打起精神，相信自己，就能够安全着陆。

松开绳索，双脚接触地面的瞬间，你也许会发出感叹："原来并没有那么远嘛！"接下来你需要做的便是休息，直到你攒足重新攀爬出去的力气，或者你也可以在黑暗中先演练逃生的过程，寻找最佳方案。之后，再正式开始向上攀爬，这样一来，你就不会遭遇悬在半空，进退两难的境地了。

松开绳索，才能在各个方向找到答案

那是我正在准备考试时的事情。第一年抱着“重在参与”的心理参加的行政考试，如同预料的一样落榜了。我下定决心要系统地准备考试，于是同几位志同道合的大学同学在家附近找了一个自习室。当时的场景着实让我吃了一惊，自习室里聚集着很多考了将近十年的前辈。这些前辈也并非走火入魔的“职业考试狂”，而都是些从名牌大学毕业，并通过了几次首轮考试，中途却因各种原因没能挺过最后一关，结果一不留神考了十年有余。

当时接触到的前辈们身上的主要问题就是在井内进退两难的命题。一方面，他们在充满惰性的学习方法里浸泡已久，接连的失败已经让他们丧失了自信，另一方面碍于面子以及依依不舍的心理又不肯放弃考试这条道路。他们既不肯做出努力的大动作，又没有什么独门秘籍，短时间内通过考试的希望十分渺茫。

幸运的是，同比较年轻的考生一同学习的过程中，有些前辈深受刺激，放弃了考试之路。看到比自己年龄相差一轮的后辈那一刻，才明白自己浪费了多少青春岁月。前辈们放弃考试后都已经不小了，工作的起步阶段十分艰难，但据说现在都混得不错。还有一些前辈看到了我们的新辅导教材和学习方法，受此冲击，将整理了15年的笔记和

辅导书全部处理掉，利用新辅导书和学习方法重新开始，并顺利通过考试。现在，他们正活跃在律师舞台上。

只有松开手中的绳索才能在各个方向上找到答案。

我也有过同样的经历。首次参加行政考试名落孙山后，我又投入到了新一轮的复习当中。第二年，再次体会了失败的滋味，而且分数距离及格差不少。别看现如今我可以当做玩笑一样一笑而过，可当时我真是伤透了心。当时，同交往多年的女友面临着分手，延期的服兵役任务也不能再拖了。我不仅失去了再次参加考试的自信，而且连果断放弃的勇气也没有，浑浑噩噩地度过了黑暗而漫长的一年啊。

但最后我还是不愿意放弃。我考入研究生院，并再次延期服兵役，准备新一轮的考试。然而第二年的考试我再次落榜，我最终选择松开手中的绳索，落到地面上来。

有些人可能会说经历了三次失败就放弃未免也太没毅力。可实际上，当时根本不用别人指责，我自己已经陷入了痛苦的自责当中，我不断问自己："就这么点挫折也会将我击垮吗？我就那么脆弱吗？"那时，我才明白放弃远比继续要困难，我为了放弃所拿出的勇气甚至比挑战的勇气还要大，这才艰难地松开了手中的绳索。

现如今每当同当时的"考友"们相聚时，我总会开玩笑似的讲到，如果当时没有选择放弃，我可能现在还在备战考试呢……这并非不可能。我是典型的"右脑思考型"，要求背诵功底了得的考试其实

完全不适合我这类人。当时的我并不清楚这点。成为教授之后彻底脱离考试环境，我才渐渐明白了自己根本不是考试的料。我至今仍旧认为，当时选择放弃考试这根绳索是无比聪明的选择。

将考试驱赶出我的生活后，我发现地面并没有想象的那么远。我原以为自己可能会死无葬身之地，但着地时连脚都没有崴。经过几个月的休整，我重新充好电顺利通过了硕士军官考试，并进入博士课程的学习，甚至还获得了出国留学的机会。比坚持原来的道路，拽着绳索紧紧不放要好得多。

请不要害怕坠落，地面并不遥远

你究竟是不是应考生都无关紧要。我只希望你能明白一个道理，那就是放弃并不一定都是懦弱的表现，那些不撞南墙不回头的坚持也并不一定能解决问题。

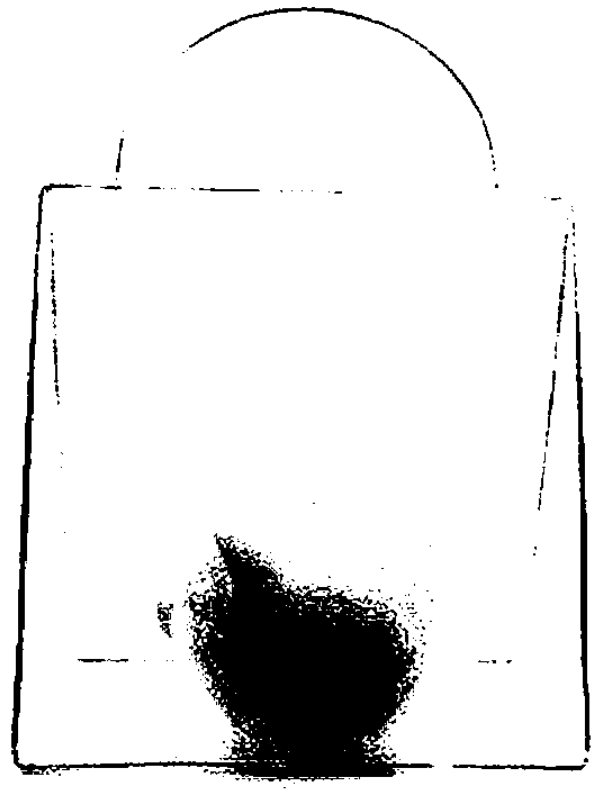
我并非是想将个人经验普及给所有人。著名的网络漫画家江草先生在最初阶段曾试着敲开许多漫画杂志社的门，却都遭到了冷落。那时，漫画还只能通过漫画杂志这一渠道去发表。接连的失败促使江草利用网站上的个人主页尝试着发表漫画。后来他究竟获得了多大成功，恐怕看过他漫画的人都会清楚。如果江草当时死抓住漫画杂志这根绳索不放，他的成功也许不会这么快到来。

请不要惧怕坠落，地面并没有想象的那么远。况且你还很年轻，任何坠落所造成的伤痛都可以很快痊愈。请不要害怕，坠落的过程中其实会有翅膀协助你的。

请自信地松开手中的绳索，

同时张开信任自己的翅膀，

勇敢地坠落！



放弃并不等于懦弱。

如果你正吃力地紧抓一个细细的目标，

就请自信地松开绳索。

同时张开信任自己的翅膀，

勇敢地坠落！

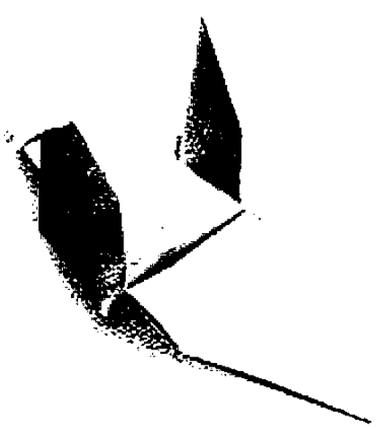
爱情，并非是让你折下对方的羽翼，

让对方永世守在你身旁。

爱情，是叫你在怀中搭建一个温暖的港湾，

让对方疲惫的翅膀能够在你怀中得到休息，

从而获得飞向更远地方的力量！



全面撒网重点培养的悲剧

听过“渔场管理”[1]这一时下流行语吗？在我年轻的时候被称作“粉丝团管理”，最近10年间摇身一变，表达方式成了“渔场管理”。

我原本以为这只是年轻人之间打趣的流行语，可貌似已经成为了年轻人中间实实在在存在的普遍现象。在门户网站上敲入这一词组，瞬间就有数量惊人的网页案例映入眼帘，数量多到连屏幕滚动条都不堪重负，压缩成扁扁的形状。“渔场管理女”、“渔场管理男”等关联检索词花样繁多，甚至网上词典都收录了这一流行语。

现代消费主义渗入人际而生的怪物

渔场管理：新生恋爱用语，表示实际上并未交往，但却像在交往一般保持暧昧关系，同时管理身边众多异性的态度或行为。

留心观察周围，进行渔场管理的人好像还颇具规模。在同某学生

1 与时下流行的“普遍撒网，重点培养”及“普遍培养，重点提拔”等表达较为接近。

进行交流时，我发觉他有些异常，于是问他是否在进行渔场管理，他则极力否认，但一旁的同学却挂着狡黠的笑容调侃道：“没错，老师，他可是这方面的高手！”

为什么要进行渔场管理呢？首先想到的答案，也许是“怕错过更好的交往对象，所以不想在一棵树上吊死”。

我们在购物和选课时往往会先物色众多可供选择的方案，将其罗列出来，再从中精挑细选。关键在于“根据何种属性或标准进行抉择”，按属性筛选这种决策方法的优点在于可以同时检验多种替代方案，从中择优选择。

但在选择异性交往对象时却不能如此操作。不同之处在于，选择交往对象是在特定的时点，针对特定的心仪对象，决定“是否接纳对方作为自己的交往对象”。并不是罗列出众多替代方案后根据属性进行比较，而只是针对眼前的一个方案决定是否选择。

因此，这种选择可以理解成“按方案筛选”。按方案筛选时，一次只能针对一个方案做出决策，并且一旦做出采纳的决定，日后即便出现更好的替代方案也不能轻易更改，因为你将为更改选择付出巨大的费用和精力。

于是，渔场管理的野心便表现在，面对本应该“按方案筛选”的异性关系也要推行“按属性筛选”。这样一来，选择交往对象就如同购物时选择衣服和包包，感情这种事情变得异化了。我觉得，现代消

费主义逻辑渗透进人际关系衍生出的一个扭曲事物就包括“渔场管理”。

单纯来看，在众多方案中进行选择，看似要比面对一个方案苦苦权衡，更能增加选择的自由度，似乎也更加合理，然而结果却不尽然。苦心经营“渔场”的人最终真能实现“万里挑一”的情况并不多见。

一位不幸以身试法的女子A

根据身边的案例和十来年对学生的观察，我可以自信地下定论。很多人将战线拉得过长，结果得到的“战利品”往往并不尽如人意。

A就是一位不幸踩入“雷区”（以身试法）的女子。A貌美且娇媚可爱，身边向来不乏追求者。A将渔场运营了好一段时间。A对追求者体贴入微，常单独约出一位一同看电影或品茶。但一旦对方告白示爱，A就会在一瞬间表现出惊人的冷静，不给对方明确的回答，只是开始保持一定的距离，这一距离可谓恰到好处，从来不给对方“我不喜欢你，所以不要见面了”的信号，也没有表示要进一步。A回头又会约出另一条“鱼”，再次进行有模有样的约会。而这条鱼的下场往往同上条鱼如出一辙，A便是如此反复打理着自己的渔场。

而经营渔场不知不觉已过10年，疲惫的“鱼儿”开始一个个游离

出渔场，渔场里的资源日趋枯竭。虽然总会有新“鱼”补充进渔场，但渔场内所谓的“优质”男子却成反比例递减的趋势。A错过了适婚年龄，于是周围劝其早些结婚的声音此起彼伏，每当这时，A总会做出相同的回应：“要想结婚，早些时候就跟比他优秀的人结了。”结果，接近40的年龄才步入婚姻的A又闪电离婚，现在仍然独身生活，据说又重新经营起了渔场。

不是选择优秀搭档，而是成为优秀搭档

我并非想将特定人的事例进行普遍化，只是觉得有必要对这一现象进行说明。为什么逻辑上合理实践中却不能行之有效呢？换句话说，在管理渔场的众多方案中，根据学历、外貌、家庭等等属性再进行选择，为什么不如单纯选择某一个人进行交往更好呢？

问题的答案其实十分简单，因为人是不能消费的。人际关系同消费不同，它并非是如何选择优秀的搭档，而是如何成为优秀的搭档，朋友之间如此，恋人之间更是如此。然而，人们总是不想做赔本的买卖，但关系是具有互惠性质的，照此逻辑如果人人都不想做赔本的买卖时，做出让双方都感到幸福的选择就会变得十分困难。

渔场管理并非是教人们如何对姻缘负起责任，而是教人们如何沉迷于可能出现的更好的替代方案。因此，关系的深度并非是在不断加

深，而是在日益变薄，最后薄得像一层纸，一旦这层纸被“鱼儿”们捅破，最终的受害者往往是管理者自身。

渔场管理者们的另一个共同特征便是存在“爱情中毒”的现象。爱情中毒者需要从“自己拥有众多追求者”的现象中确认自我存在的价值。就像酒精中毒者不断需要酒精的刺激一样，爱情中毒者也会对没有人疼爱自己的环境感到空虚和恐惧。

一旦有“鱼儿”脱离渔场，渔场管理者就需要补充新鲜血液，想将尽可能多的“选择性”圈进来。他们缺乏安全感和将自己完全托付给某一个人去爱的信心，只有在“拥有众多潜在爱人来给予自己爱情”的幻觉中才能获得幸福感。

但爱情不是选举。重要的并非是拥有多少“蜻蜓点水”式的追求者，而是拥有一位能够达到灵与肉的交融，能托付自己灵魂的人。爱情是相互的，只有当自己为对方奉献出无私的爱时，对方才有可能对你敞开心扉，负起责任。可以“管理”众多追求者，乍一看好像拥有强大的自信，但背后却隐藏着懦弱的心理，因为这种驾驭实则缺乏“爱你等于爱自己”的勇气。

如果你觉察到某人在对你进行渔场管理时，请直截了当问明对方用意：“你究竟是如何看待我的？”当你确定对方是在进行渔场管理时，请果断离开，跟不懂得爱情的勇气和责任的懦夫在一起是不存在任何将来的。

如果你正在管理渔场（这种事情往往是当局者迷，旁观者清，因此需要好友提示），请赶快从这种空虚的梦境中醒来。渔场内的“鱼儿”越多，你的幸福纬度就会越窄。请撤下渔场的围网，放掉所有的“鱼儿”，接下来你要做的便是付出真心，去专注地爱一个人。

因为，那一个人，才是值得你去畅游的无限海洋。

孩子，爱情的字典里没有真理

我写下了两篇相互矛盾的短文。一篇是教你全身心地去爱对方，另一篇却强调迷失自我的爱情是对己无益的。但我不认为两种观点形成了悖论。

为什么？我在这里并不想给大家答案。因为在爱情的字典里没有真理，爱情是没有答案的，爱情有的只是体验，而体验是需要当事人自己去品味的，所以容我再多说一句话，我还是想说——

大胆去爱吧！

付出全部去爱吧，就像明天是世界末日

“Love me like there's no tomorrow.”

这是皇后乐队的主唱弗雷迪·莫库里唱过的一首曲子。这首歌距离当下的年轻人恐怕有些遥远，但每当听到这首歌，我的心仍旧会忍不住激动起来。就像爱过今天，明天就迎来世界末日一样，我们能够如此刻骨铭心地相爱吗……

现代人已经越来越不相信“一见钟情”。现如今，我所接触到的年轻人在择偶时总是掂量了又掂量，比较了又比较之后才会放心地说一句“这下应该不会亏到了吧”。即便是采访那些所谓一眼相中的情侣，他们的选择模式也并非纯粹的一见钟情，首先必须要“满足全部的最低标准”，而后才从这些过关斩将者当中选择所谓的“一见钟情”者。难道是我过于悲观地看待问题吗？可话说回来，如今的年轻人就连挑选衣服也要一丝不苟，不希望被商家占得一丝便宜，选择异性对象就更要“货比三家”了。

为了完成趋势分析[1]，我收集了大量时下流行语，其中就有一个词叫“酱油男”，颇有意思。酱油男的意思是指，与女性约会时一个劲地“尝味道（计较得失）”的男性。这种男人的脑海中有一部计算器，他们一边敲打着计算器一边和女性分享爱情，从不肯吃一丁点儿亏，这种“精明”的爱情想想都让人乏味。

大家常说如今的爱情怎么利己、怎么工于心计，也许这只不过是上岁数的长辈的主观臆断而已，但在我看来，这种现象在10年之前就已经有星星之火燎原之势了。

也许在父辈们生活的年代，大家都很穷，境遇相近，也就没有所谓既得利益者一说，因此在那个年代，超越社会阶层或学历的爱情并

---

1 趋势分析，是指简化实际达到的结果，与不同时期财务报表中同类指标的历史数据进行比较，从而确定财务状况、经营状况和现金流量的变化趋势和变化规律的一种分析方法。

不稀奇。但在如今的社会，我们很少能够看到家境差异巨大的情侣了。如今门当户对者居多，相比过去更加放宽的条件变成了年龄，老少配、年长女配年幼男式的情侣开始随处可见。

本以为“婚恋公司”对我这一代人的爱情是应有些陌生的，而看到婚恋公司做出的报告更是让人觉得有些赤裸。例如，对最终步入婚姻的933对伴侣进行的调查结果显示：“将对女性的印象（容貌）分成五个等级时，每上升一个等级，男方的年薪就要上升324万韩币。”[1]根据这一报告，女性越漂亮所嫁的老公收入越高；反过来，男性越能挣钱娶到的老婆就越漂亮。虽然这种对应并不出乎人们意料，但容貌和年薪的交换比例居然用统计数字呈现在眼前，未免让人觉得有些凄凉。而这组数据还是出自2005年的报道，如果换做今天，恐怕每个等级要求将更上一个档次。

当今年轻人的结婚年龄越发向大龄化发展，甚至对于结婚嗤之以鼻的人也日益增多。至少，20岁出头乃至25岁之前的恋爱者觉得自己距离婚姻还很遥远。这样的恋爱观是一种自我矛盾的逻辑——明明没有将结婚放在心上，可总是试图找门当户对的类型。

当然，从多种层面考虑，与有共同点较多的对象交往好处很多，不仅可以减少经济和文化层面上的差异，还可以在兴趣方面产生较多交集，减少了磨合的时间。况且对于父母来讲，选择门当户对者更显

---

[1] 《2005结婚方程式》，《中央日报》，2005.7.22.W1版。——作者注

体面。但即便有种种看似正确的理由，我也觉得如今的爱情就像购物或交易一样，越来越没了爱情本身的味道。爱情难道不应该是充满激情的化学反应，为何变得如此乏味？

我提出的以下问题你大可当做我与你之间的秘密，认真去想一想。你可以不考虑世俗的一切束缚，哪怕明天是世界末日也好，去轰轰烈烈地爱一回吗？对方拥有能够填补你内心空虚的巨大魅力，你能仅凭这一点便无怨无悔地去爱对方吗？

我想说，青春是可以这样的，至少，青春的本来面目就应如此。

选择爱一个人就请付出自己的全部，究竟怕什么才去计较那么多呢？爱情是青春所能拥有的最强烈、最原始、最纯粹的感情。没有这种感情的积淀，如何去理解艺术、去做学问、去感悟人生呢？作为年轻的你，所要面对的诸多人生体会中，首屈一指的重心仍然是爱情。“心向着明天而生活”，但在爱情世界中，心应忠实于现在。

请付出你的全部去爱吧，就好比明天就是世界末日，只在今天充分享受爱情。

爱情，并非是让你折下爱人的羽翼

我每个学期都要开一门人数在150名左右的大型课程，主讲教养问题。因为学生规模较大，点名着实要费一番工夫，于是最近改成了指

定座位制度。连续缺席的学生就会一目了然，座位是指定的，空着的位子总是那些。

他们是一对有名的CC[1]。两人总是一刻不离地手挽手听讲，所以我也是第一眼便清楚了。虽然还未达到对讲课造成影响的程度，但两人在底下偶尔会做出一些让人起鸡皮疙瘩的亲昵举动（学生在底下小小的举动在讲台上也会看得一清二楚），在众多学生当中，两人格外显眼。

从某天开始，其中的一个位子开始持续地空着，是那对与众不同的CC中的男生的位子。不仅不来上课，就连考试也没有出现，不知是何原因连这门课程也没有取消，所以我不得不给了他一个F。

其实，达到这种程度，想必大家心里也有数。两个人分手了。两个人可以一同分享很多快乐时光时是那么美妙，但一旦分手便会形同陌路，甚至处在相同的空间都会令人窒息，于是就连学业也要耽搁，这种打击对于年轻人是巨大的。

我所担心的并非是因为那个学生得了一个F。失去的学分通过补考是可以赚回的。我所担心的是他的心理状态，连听讲都无法坚持，可

---

1 CC，又称为“妹子”，指气质，行为，装扮女性化的男同性恋。CC衍生自英文的Sissy一词，从早期好莱坞的影片中，就可听到这种描述方式。有时用C来代称。 偏好女装打扮的CC又称为变装皇后（QUEEN），不过变装皇后不一定是同性恋。 对于那些在气质行为装扮上具有明显阴柔女性化特征的同性恋，台湾同性恋文化术语里较普遍的用语是“CC”（或者就干脆叫做妹妹），Macho Queen（金刚芭比）指外形健壮，但隐约有阴柔特质或动作及想法的同性恋，很多男同认为，CC是具有异性癖倾向，并非真正意义上的同性恋。

想而知他的心理崩塌得多么厉害，生活将蒙上多大的一层阴影。

我并非是想告知读者CC有多么危险，真正危险的并非是CC本身，而是一个人从爱情中究竟能够坚持多少自我。

很多人一旦开始恋爱，便会将自己的朋友、兴趣、学业、死党等一切生活全盘抛弃，全身心投入，将自己的一切精力专注在恋情上。当然，书本中完美的爱情意味着将自己的一切交给对方，但问题在于这种百分百的投入很容易使人忘记自我，甚至失去自我，事实上爱情就像带刺的玫瑰，美妙的背后也蕴藏着危险。

爱情，并非是让你折下爱人的羽翼，

让爱人永世守在你身旁。

爱情，是叫你在怀中搭建一个温暖的港湾，

让爱人疲惫时能够在你怀中休息，

从而获得飞向更远地方的力量！

这是从诗人徐正润的《爱情的名义》一诗中截取的一段文字。这是我年轻的时候十分流行的一首诗。如今，很多情侣以“爱情的名义”要求对方做出许多牺牲，甚至希望对方放弃自我完全专注于自己。似乎只有折去对方的羽翼，将对方完全吸纳进自己的生活轨道当中，才能称之为爱情。其实以爱的名义，以爱情应是“合二为一”的名义，提出这样那样的要求，索取太多的关注，这不是一种自私和野心的表现吗？

希望你能明白一点，爱情是相互成就的关系。爱人就像是自己的一面镜子，通过这面镜子改进自己的不足，将最美的一面呈现给对方，才是爱情。如果爱情需要通过不断丧失自我，让自己倒退的方式维持关系的话，这已经不是爱情了。没错，很多时候，我们嘴上说着全是爱对方的话，但实际上真正爱的却是出于浪漫恋爱状态中的自己，陶醉于自己爱着的状态。

请冷静询问你的爱人，心中的真正所爱是你，还是他自己？也请你问问自己，心中所爱是眼前的爱人，还是你自己？如果答案是自己，那么这就不是爱情。成就对方的同时成就自己才是爱情的真谛，如果做不到这一点——

你就不需要爱情之类的东西。

你拥有人生的记错本吗

二儿子让我在下班路上去文具店给他买一个“记错本”。

我读书时还没有叫“记错本”的东西，起初还以为是一本书的名字。买来才发现是一本普通的笔记本，只是封面上印着“记错本”三个大字。我猜是老师们让学生检查出做错的数学题后，在这个本子上再重新解答一遍，以便加强记忆，纠正错误以后避免再犯。

人总喜欢隔一段时间犯同样错误

这样的笔记本的确很实用，将答错的问题重新回顾一遍既能帮助学生找到自己错误的原因，又能让学生加深印象，在未来遇到同类型的问题时不再重蹈覆辙。职业围棋选手在结束比赛后也会进行一种叫做“复棋”的练习。即照搬比赛的过程重下一遍棋，让双方检查并回顾在哪一步出现了问题。

人往往是吃一堑长一智。除非是圣贤，才能在没有切身经历的情况下便参透人生的哲理，平凡世人是无法做到的。我也不会如此高估

人的水平。只希望大多数人都能怀揣“下次不再犯同样错误”的决心，少走些弯路，从哪里跌倒再从哪里爬起来，继续前进。但不幸的是，人这种动物在隔一段时间总喜欢犯同样的错误，屡教不改。

人非圣贤，孰能无过，我并非是不让人去犯错误，而是强调不能在同一个坑里跌倒两次。没错，不仅解数学题需要记错本帮助，我们的人生又何尝不需要一个帮助我们反省错误的记错本呢?

无论你我找多少理由辩解，我们都时常会犯一些常人看来愚蠢之极的错误。人原本就是矛盾的综合体，一方面知道理智地多加思考便能减少失误，但实际中却喜欢放弃理智去追随另一面。而最令人恼火的是，付出了巨大代价之后，却总是继续犯同类型的错误。这种时候自己都不能饶恕自己，为什么我会如此不思悔改呢?

我们都是一边遗忘一边生活的

从某日开始，我也像儿子一样用起了“记错本”。我的记错本是一个备忘录，上面以日记的形式记录着我犯下的错误，以便给自己一些警醒，如今积累的错误已经非常可观。很多错误都是以相同的模式重复着。偶尔翻出来读一读，我脸都会羞得发烫。而更令自己难过的是，原本以“勿忘所犯的错误，痛彻心肺”为初衷开始记录的备忘录，随着时间推移，连偶尔拿出来反省一下都渐渐忘到九霄云外了。

我不禁怀疑自己的健忘症已不是一般的严重。我为什么如此健忘呢?

但有时我也会感谢健忘的存在。当我被难以言喻的愤怒或万念俱灰的哀伤所侵袭，整日的心情都是笼罩在一片灰暗的阴天里，而我又无法战胜这种心情，感觉浑身如针扎般痛苦时，我总会暗念同样的咒语："没关系，睡一觉就会全部忘记的。"

果然，只要不是世界末日，第二日早晨醒来伤口就会自动愈合不少。时间有治愈伤口的功效。那些曾经以为无法忘记的青春伤痛，只要不是故意去揭开伤疤，疼痛总会随着时间的推移渐渐稀释。没错，我们都是这样一边遗忘一边生活的。

不过，无论忘却的治愈力是多么强大，为了不重复同样的失误，我还是信誓旦旦将它记下来，最终记错本的错误还是被我屡屡重犯，这让我抓狂一般痛苦。如果最后的结局是这样，使用记错本的意义又何在呢?

《盗梦空间》的导演克里斯托弗·诺兰早期执导过一部电影，名为《记忆碎片》。影片的主人公因目睹妻子被杀而遭受重大打击，患上了一种罕见的短期失忆症，他只能记住10分钟以内的事情，然而就是这样一个下一秒就可能忘记上一秒自己做了什么的人踏上了追捕犯人的旅程。因为只能记住过去10分钟内发生的事情，所以他需要不断地通过笔记和宝丽来（一次性成像相机）连接自己的记忆碎片，从中寻找和拼凑犯人的线索。一旦找到关键的线索，便会用文身的形式印

在身上，让自己无法遗忘。因此，他全身都是文身。

影片剧情离奇，但我在观看时，不禁开始思考自己和片中的主人公究竟有何不同。我虽然不至于遗忘过去10分钟之前的一切事情，但在一定时期内不断重复相同错误的行为和失忆症患者又有何本质区别呢?

可以在心中文身提醒自己

今天我又在记错本上新增了一个“拒绝再犯事项”，结果发现跟上个月写下的一项内容完全一样。啊，我为何这么容易遗忘呢，难道我也要把错误文在身上才能达到刻骨铭心的效果?

池笑然在2010年U-17女足世界杯上摘得MVP和最佳射手的桂冠，并带领韩国队一路杀进决赛夺取冠军。她在小学四年级开始接受正规足球培训时就开始记录训练日记了。当时，日记被媒体批露后，不禁引起了社会的热议。据说她的训练日记达到厚厚的6本，甚至可以作为足球入门教材使用，里面忠实记录了训练相关事项以及训练中的得失和需要提高的战术水平等内容。

据说获得奥运会马拉松项目金牌的黄永祚从1988年就读江陵明伦高中开始直至1996年退役为止，一日不差地记下了自己的训练日记。日记内容包括当日的训练天气、训练路况、食物、训练成绩等。他目

前是国家队的教练，他所积攒下来的这些资料仍然对指导选手有着诸多帮助。成功人士与平常人的不同之处在于他们拥有客观审视自己的能力。（选自《MVP池笑然的日记》，《朝鲜日报》，2010.9.28，A30版）

就像记录训练日记一样，我至今仍然抱着提高自己的希望，认真记录着记错本。虽然我不能像《记忆碎片》中的主人公一样，在身上文身，但可以在心中文身提醒自己。而后抱着从点滴改善的决心，竭尽所能去改正，避免一再犯同样的错误。日子还很长，需要改进的地方还很多，因此记错的工作也不能停止。

你们也拥有自己的人生记错本吗？

20岁，就是用来迷茫不安的

我们人生中最灿烂和奋发的黄金期是哪个时段?

如果以此题目做一个问卷调查，恐怕大部分人的答案会集中在20岁这个年龄段或者直接指向大学时光。初高中生的人生目标是考入大学，必然会给大学时光投上一票，中年人回想着过往求学的青春时光，纷纷发出“大学是如此美好……”之类的感叹，也会为大学时光投上一票。

无论对谁来说，眼下才是你的人生暮年

大学生，从20岁成长到24岁或26岁、27岁的时期，是身体最健康和美丽的时期，又生活在思想最为活跃和组织最为自由的大学校园之内。生活的土壤如此宽厚而肥沃，师长们不会像对待高中生那样严加管束。因此大学生可以尽情品尝刚脱离未成年的条条框框约束所带来的甜蜜感，同时在大学中，视野和平台都开阔了，大学生也能体会到踏入半个社会的成年人所必将经历的酸楚感。大学校园中充满着青春的浪漫和幻想气息，大学时节的确是人生的黄金期。就像人们嘴边经

常挂着的那样："大学生，真是人生最美妙的时节啊！"

但我们不能被这种话迷惑。无论对谁来说，眼下才是你人生的暮年，是你苦恼最多，最辛苦的时节。

即便你觉得20岁是人生最好的时光，但并不意味着20岁的年龄就没有任何烦恼和困惑。20岁也是人生困惑最多的时期，而且这些人生困惑并不会因为回过头来羡慕那段时期的美好而减少多少。

为什么这一年龄段会如此辛苦呢？这是因为过去、现在、未来的问题像漩涡一般一股脑冲向你，需要做很多的决断。

在其他国家十几岁便该经历的青春期问题在我们这里却因为"高考带来的激烈竞争"一直被压抑着，到了成年后却突然爆发出来。很多父母抱怨自己的孩子在初高中时还很听话，一到大学便像换了一个人。这是经常会遇到的情况，并且也在情理之中。曾经压抑的成长期问题在大学期间得到了释放和放大罢了。

大学是脱去未成年的保护膜蜕变为成年的变革时期。刚刚破壳新生，就要面对冷酷的成人世界，残酷的程度往往出乎想象。20岁这个年龄是会反复品尝人生中各种烦恼的阵痛时期。

请热爱你眼前的那些苦恼吧

但20岁又是设计未来人生的关键时期。大学毕业后就要走出校门

成为社会人，未来的出路在哪？怎样实现自己的人生价值？许多现实的问题需要思考和决定。顺利找到工作后暂时松了一口气，可疑惑并没有消失。眼前自己选择的道路是否真正适合自己呢？这种来自对悬而未决的未来的不安，才是人生中最本质的问题。青春施加给人生的真正压力，并非是那些需要积累的学分和成绩，而是看不到未来的不安感，因为看不清，因为对未来一无所知，所以时时感到不安和恐惧。

但不要忘记，我们并不应该对此无所作为，对未来感到不安的背后也隐藏着诸多的可能性。设定怎样的目标继而选择怎样的职业，为此做好怎样的准备，同什么样的人相恋并组成家庭等等，在为人生做出最重要决定的时期，眼前的选择余地无限多样，令人眼花缭乱。

随着我们年龄的增长，曾经无限的选择余地也一点点缩小范围，最后只剩下一两种选择。长大成人后，选择余地缩小，自然苦恼的幅度也随之减轻了。因此大人没有资格指责孩子说“在最好的时期瞎担心什么”之类的话。蝌蚪长成青蛙后往往就忘记了幼时自己是一只蝌蚪，认为自己从一开始就是一只青蛙。

没错，20岁的你，眼下是你人生中苦恼最多的时期。

实际上，你要苦恼的事情还很多。

请尽情苦恼吧！请抛弃那些自己已经尽力学习了之类的无聊安慰，也不要让自己钻牛角尖，沉浸在各种稀奇古怪的念头中无法自

拔。多接触各式各样的人，广泛涉猎各种书籍。请多方搜集信息，列出所有的可能性，好的决定往往诞生于足量的信息和可能当中。不要和一帮半斤八两的朋友黏在一起，共同消耗在黑暗中，摸索前进的路，请去倾听已经走在你人生前面的前辈和导师的忠告。

大学，欢迎你进入这个问题爆发的时期；青春，欢迎你进入这个苦恼爆发的时段。

请热爱你眼前的那些苦恼吧，20岁就是用来迷茫不安的，这是必然的经历，请投入全部精力去思考，并谋划自己的将来！

你今天的辛苦对他人却是奢望

只知握紧拳头，会忘记适时放手

夏季傍晚，去到露天小吃店等地方会发现一种诱杀蛾类的装置，这种装置可以发出强光吸引蛾子，而后将它们电击致死。装置下面的托盘上有数量众多的死蛾子，还有一些没有完全电死的蛾子发出丝丝的响声在痛苦地挣扎着，却仍然有蛾子前仆后继地扑向这个死亡陷阱。这就是昆虫的“趋光现象”。即便前面等待自己的是死亡，蛾子们看到光亮也会宿命般地奔过去。

印度尼西亚的某原住民猎捕猴子时使用的是一种颇为有趣的方法。他们在一个瓶口大小仅容许伸开的手掌伸进去，握紧拳头就拔不出来的瓶子里面放进猴子爱吃的食物。猴子发现瓶子后便会把手伸进去握住食物，而后拼命取出，却因瓶口不够宽而很难拔出手来。其实只要放弃食物就可以将手拔出，但猴子始终不想放弃手中的食物，就一直手握着食物被困在原地，这时来捕捉猴子就易如反掌了。

原来我认为扑火的蛾子和卡住手而无法逃脱的猴子十分幼稚，但

后来仔细一想，我们人类与它们也并无二致，甚至有些时候更加严重。为了得到某种名利义无反顾地奔向欲望的火焰，获得利益时只知握紧拳头最后忘记了适时放手，从而毁掉人生的人并不在少数。

使自己陷入焦点主义的泥潭当中

死亡总是让人产生恐惧，但“成功人士”自我了结生命的宗宗新闻则让我们多了一份困惑。那些拥有家财万贯，声名显赫，或拥有至高无上权力的著名人士选择自杀的案例并不少见，这让我们这些连成功的甜头都没有尝过的普通人难以理解。媒体虽然做出种种猜测和分析，但最终的结果却都指向一个事实，即名誉、金钱和权力并不能使人得到真正的幸福。

如今，有关“幸福”的话题成为了人们谈论的焦点。在世界范围内一个拥有惊人发展速度的国家。国民为了得到更多的钱、更多的成就，只顾看着前方埋头奔跑，短期内会达到其他国家难以企及的高速增长。那段时期，“幸福”一词对于国民来说是奢侈的。大家相信只有取得成功才能算作幸福。但如今这种观点却越来越站不住脚，谈论幸福话题的人们在与日俱增。在一些娱乐节目中甚至出现了呼吁“让我们幸福起来吧”的幸福传道士。

那么，你现在幸福吗？

我想，能够自信地说出“我很幸福”的人一定不多。

事实上，幸福是一个十分难以定义的概念，与其说是一个概念不如说是一种状态。人总是喜欢吃着碗里的望着锅里的，永远不知道满足，所以无论已经拥有了多少幸福要素，只要时间一长就会对已拥有的东西失去幸福感。

再者，幸福是相对而言的。我们衡量幸福的含金量时，通常不是说你有多幸福，而是比别人拥有多少幸福。而且同他人进行比较时，总喜欢盲目地将别人的幸福进行夸张和放大，对自己的幸福进行缩水，从而以别人的幸福作为自己的判断标准，这种将焦点集中于他人的特征称之为“焦点主义”[1]。我们常使自己陷入焦点主义的泥潭当中，将自己设置为多余的人，给自身下达不幸的诊断书，并且由此变得消沉。

总是跟更幸运、拥有更多的人比较，拿别人的长处来比自己的短处，以至于如今能够不假思索地说出“我很幸福”的人并不太多。那些已经拥有很多的人也很难感到满足，因为他们感觉自己需要拥有更多，要比周围所有的人拥有的都多。所以才会有那句“只有从不幸中回首时，才能感受到刻骨铭心的幸福”，是的，经历了不幸和失去之

---

[1] 又称聚焦，当人们想象某件未来事件对其产生的影响时，注意力是无法兼顾全局的，而往往是焦灼于某一点上，这使得这一点的特征像是处在显微镜之下被我们无限放大，也由此我们会高估这些事件特点带给我们的影响。与此同时我们则会常常倾向于忽略事件的其他部分和其他事件。

后，才会发现自己原来已经足够幸运，拥有的足够多了。

差异在于你选择的是抱怨还是感恩

现在的很多年轻人都表示自己很累。期待值堪比天高，但就业的压力却与日俱增。如今的社会可谓以万人为单位展开着竞争，渺小的个人很容易淹没在人潮之中，如果一味秉持着自身的固有模式，将很难有出头之日。生活在当下的年轻人大多能感受到这股不安感和孤独感，因此很难感到心灵的真正自由。

那么，你感到疲惫吗？感到自己很不幸吗？

俗话说“比上不足，比下有余”。这句话就是告诫你戒骄戒躁，感到疲惫时不要轻易气馁，青云直上时不要草率地流露出傲慢。

不信你可以暂时停下脚步看看周围的人们。有些人甚至还羡慕你目前所遭受的挫折。现在，虽然上了岁数的成人仍然可以通过成人高考圆自己的大学梦，但每年都有5%的高考未通过者，这其中有相当一部分是连考场都未能进的成人应考者。因不可抗的因素而不得不抛弃自己的理想，放弃大学梦的人又有多少？为了追赶生活的脚步整日担心温饱问题更不可能坚持自己个性的人又有多少？社会上有许多不为人知的角落，社会的底层充斥着你难以想象的黑暗，连媒体舆论也无暇顾及。对于这些社会最底层的人来说，你所谓的那些艰难困苦疑惑

焦虑已经是何其幸运了，也许是人生中难得一遇的好事。

日本著名企业家松下幸之助曾经说过：“监狱和修道院的差异在于你选择的是抱怨还是感恩。”

没错！感恩中拥有通往幸福之路。如果某一天你感觉自己坠入地狱般的命运之中，饱受各种挫折，请你记住下面的这句话：

也许糟糕的一天，让你想要放弃整个人生，

但就是这样的一天，对于某些人来说也可能是一辈子的奢望。

烫手的梦想——写给自己的信

1996年夏天，结束博士课程回国的我应聘了母校教授的职位。那是我一直以来梦寐以求的工作，可结果却落榜了。那时，我对人生彻底失去了信心，整日沉浸在失败的阴影里。

那个时候，靠着写日记记录下自己的思想变化，我才一点点调整过来，从阴影当中走出，失落的心开始寻找到安宁。一年以后，我就被聘到了现在所处的首尔大学，任消费者学方面的教授。现在我将那时记录下的心情如实呈现到读者面前。

1996年9月某日凌晨。

我莫名其妙地觉得，眼下自己的人生正处于最丰裕的阶段。我已走完短暂的人生，现如今想要谋得一个梦寐以求的职位成了奢望。34岁的年龄仍然不能在经济上独立，沉重的压力压得我整日失眠。能够帮我短暂释放情绪的好友也远在天涯，即便偶尔能够和好友相聚，一吐自己的想法，但好友不在的日子便只能靠着酒精来麻醉自己，这样的日子不知不觉已经持续了4个月，但不知为何，我就是觉得眼下的这段岁月会成为我人生中最具收获的时期。

对于未来的不安以及对现实的不满已经压得我快透不过气，但我依然持有上述的想法，这并不是出于对自己的保护，而是我仍然坚信自己怀揣着的梦想，那闪光的发烫的梦想。

无论是在走路，还是看着天空发呆时，我的脑海中都只有一个念头，那就是我能不能回母校执教。无论是在开车，还是在听音乐，我的脑海中只有一个渴望，那就是怎样才能写出更好的论文。

在经历了日常的挫折和怀疑重新站立起来的时候，为了重拾逝去的梦想，我给自己的大脑灌输了一个思想，那就是面对现实！

也许我会在某个地方谋得一个位置，并且朝着生活沼泽毫无察觉地一点一点越陷越深。我会找出充分的理由来安慰自己，就这样一点点陷进去。到了某一瞬间我能够很容易地获得名声和金钱，到那时候曾经的梦想也许就会慢慢地腾出它所占据的位置。那个维护自尊心的道德挣扎也会渐渐退去它浓烈的颜色。到那时，我的脸上已经爬满了皱纹，额头失去了光泽，开始步入老年。

失去发烫的梦想并非只是由于年龄增长，更主要在于安定的生活以及生于忧患死于安乐这一亘古不变的道理。犹如悲伤是诗人的精神食粮，不安是保持梦想发烫的防腐剂。藏于失败之内的革命性让人怀揣梦想，而对梦想不言放弃的自恋[1]情结才能让梦想始终保持发烫的热度。

---

1 心理学概念，对自己身体或品性的过度眷恋而产生的强烈兴奋。

你的表情看起来如此不安，

像那闪电！

像那闪电！

皱纹爬满了你的脸……

这是诗人金洙暎的作品《爱情》一诗中的片段，幼时经常吟诵的段落至今依然记忆犹新。让我重新拾起几乎遗忘在记忆深处的“不安”就是源于这首诗。此时充斥在整个房间里的是不安和那不安的梦想……

人不能停止做梦。相比不能实现梦想，忘记做梦的感觉要更加可怕。梦想最隐蔽的敌人正藏在梦想背后的成功之上，一旦成功就会陷入保守的人性弊端之中。

我害怕自己会陶醉于一点点成绩从而忘记最初的梦想，甚至忘记人生所应有的热度，于是今天写下这段文字。希望这段文字能够保持住此刻不安的热度，保持住不安背后那点滴培植的梦想，让梦想不会日后腐败。

沉重的现实整日逼我自省，灰暗的未来不断折磨我的内心，在这样的局面下，我反复告诫自己现在是人生中最充实且最有意义的时刻，并且希望在日后我坠入懒惰的地狱无法自拔之际，能够记住这些文字，多少能够回想一下今天的不安和今天对梦想的执着。

再添一句：“是否有那么一天，我还有勇气重新拿起这段文字来读？只要读到这段文字就能让自己重新抖擞精神，恢复自我吗？我的灵魂有那么强大吗？”

痛苦不专属于一个人——写给分手后的你

原来如此……结果是和那个人分手了啊，所以你最近感到很辛苦，是吧？老师不知道这些，最近一直在不知内情的情况下责备你……

打起精神吧，虽然觉得对你不一定有什么帮助，但作为老师我也只能说这么一句：打起精神！

分手的荷尔蒙是怎么回事儿

别说学习，是不是最近连吃饭喝水都会让你心里难受？走路的时候也会时时勾起与曾经那个人在一起的片段，于是就会突然感觉失落。所以，学会抽烟了，整日以酒消愁……像中毒似的整日关注社交网络和博客，想要努力寻找那个人访问过的痕迹，而最后发现，留下的只有过去在一起时的照片和文字，于是，对着电脑潸然泪下。而好不容易打听到有关那个人的消息，却听说人家过得很好。你是如此疲惫，可那个人却……

请不要太伤心。虽然那段感情已经刻骨铭心，但作为老师，我只能说一句，请不要太伤心。

不知能否给你一丝慰藉，可是老师希望你知道，世间所有的离别都是痛苦的，不仅仅只有你如此。你在街上看到的无数叔叔阿姨，爷爷奶奶们都曾经历这种痛苦。那些人的身体看似拥有对一切释然的抗体，他们的心却是经历了无数的分分合合。大家都是一样的。

人体内有种叫做苯乙胺[1]的荷尔蒙，会让人对视觉刺激引起强烈反应。所以你看到心仪的某人时，会一见钟情。从化学成分上分析，苯乙胺也是构成毒品的主要成分安非他命[2]系统内的化合物，有引起兴奋和幻觉的作用，同时，还可以抑制食欲。所以，当一个人陷入爱情时，就会陷入紧张兴奋的状态中，不吃不喝都不觉得饿的原因也正在于此。

人一旦陷入爱情，体内就会举行荷尔蒙party，各种荷尔蒙开始活跃起来，脑内啡[3]、肾上腺素、去甲肾上腺素、多巴胺[4]、血清胺、皮

---

1 苯乙胺在脑中通过脱羧作用而生成。能诱导儿茶酚胺受体生成，有抗忧郁作用。

2 安非他命指的是dextroamphetamine, benzedrine, and Ritalin这类药物。原先安非他命是用来治疗气喘、睡眠失常(嗜睡症)与多动症状的。

3 脑内啡亦称安多芬或内啡肽，是一种内成性（脑下垂体分泌）的类吗啡生物化学合成物激素。它是由脑下垂体和脊椎动物的丘脑下部所分泌的氨基化合物(肽）。它能与吗啡受体结合，产生跟吗啡、鸦片一样的止痛和快感，是种天然的镇痛剂。

4 多巴胺，由脑内分泌，可影响一个人的情绪。

质醇[1]、加压素、睾酮……将我们完全变成另外一个人。

而当我们与恋人分手之后，身体内的荷尔蒙就开始回到正常轨道，苯乙胺恢复正常，脑内啡成分下降，这时，就好像瞬间戒掉毒品一样，身体会产生不适，戒断反应就会显现出来。并且，作为脑内啡的替代品，肾上腺素和多巴胺的分泌量就会猛然增加，这两种物质会再次刺激人们兴奋起来，引起人们的欲望。失恋的人往往陷入痛苦的思念当中，原因正在于此。增加心理压力的荷尔蒙皮质醇的含量也会增加，让人夜不能寐，饮食无味，精神不安。因此，离别的痛苦不仅体现在精神上，在肉体上也能找到迹象。（注：引自马利克·罗兰特《荷尔蒙是怎么回事儿》）

我之所以莫名其妙地讲起荷尔蒙的话题，是想让你更加客观地看待自己，也客观地看待对方。我想让你清楚，分手的痛苦并不专属你一人。如果你明白这种撕心裂肺的痛苦完全可以用生理作用来解释的话，多少会感到宽慰些吧。

随着时间流逝，荷尔蒙的反应会逐渐消失，人体也会慢慢恢复正常。当所有荷尔蒙都稳定下来，肉体上的痛苦就会渐渐消失。时间是最好的良药，我想，这句话的科学依据也是从这里来的吧。

有些人在分手之后会伤心一段时间，随后便迅速忘掉痛苦，找到

---

1 皮质醇，也可称为“可的松”或“氢化可的松”，是肾上腺在应激反应里产生的一种类激素。

新的伴侣，投入到新的恋情之中，让周围人大为吃惊。与其说这些人的恋爱观有问题，不如说是荷尔蒙搞的鬼。可能他们的荷尔蒙戒断反应实在很强，或者荷尔蒙迅速恢复，迅速找到新的交往对象也不足为奇。

他离开，是因为爱自己胜过爱你

那么，我们就像看待体内的荷尔蒙一样，冷静地回顾一下整个分手过程吧。你觉得那个人为什么会离开你，是因为两人性格不合，还是因为要跨越性格不合这一障碍经历了太多痛苦，所以长痛不如短痛跟你分手，或者是因为爱你才离开你?

你愿意怎么想呢？但我觉得，那个人离开你，是因为你不具备他所要求的某些东西，他的内心非常希望你能够给予他，他却迟迟没有告诉你究竟是什么，你也无法给予他，正因为如此，他离开了你。

请原谅我的口气有些重，话语有些直白，但我希望你能明白，只有当你恍然大悟之后，才能抖擞精神，重新出发。你不是说想快速地从伤心中解脱吗？如果你真心想要这样，就要好好听我接下来的话。如果你无法接受上述事实，那么你现在的痛苦要持续更长时间，因为，你现在所经历的痛苦，除了荷尔蒙的缘故，还有一半是你自身的原因。

在我看来，你现在所经历的挫折苦痛难道不是想对离开你的那个

人进行的一次示威吗？看呀，我现在如此痛苦！将这种样子赤裸裸地呈现给对方，让对方看到后会愧疚，难道你的内心不是这样想的吗？你不是希望对方因此产生感情上的怜悯和动摇吗？

请不要如此摇尾乞怜了，重新站起来吧！

无论你现在如何作践自己，如何可怜兮兮，那个人也不会回到你的身边。即使有机会破镜重圆，你也不要再留恋对方。强扭的瓜不甜，即便复合，眼下的痛苦你也会再经历一遍。除非，你像我前面所说的，具备了他所需要的某种东西。

也许你无论如何努力也满足不了对方的某些要求，实现不了他的愿望，但也不要气馁，因为这种需求是相对的。在不久的将来，在开始另外一段感情之时，你现在身上所具有的东西，可能恰恰会成为吸引对方的最大魅力。

另外，他离开你，并非因为他爱你。而是因为他更爱自己。是不是觉得对方很自私？但你也无须埋怨或责骂对方，因为我们都是自私的。但任何人早晚都会遇到爱你胜过爱自己的人。当遇到这样的人时，我们才会真心地说一声，我爱你。只是你现在遇到的，不是那个人而已。

好吧，请你忘掉过去，重新开始吧！也许你的内心仍无法平静，但是，自我伤害是解决不了任何问题的。长时间陷入痛苦，只会让美丽的你变得憔悴。希望在下周上课时，我能再次看到新生晚会上那个让人眼前一亮，充满阳光活力的你！

奇迹是靠点滴积累而成的

不要奢求一次决心完成所有事情

从前有两个渔夫，一个非常勤勉，天天出海打鱼，另一个则比较懒散，好几天才出海一次，但一年下来，两人的收成却差不多。

勤勉的渔夫不禁问道："你打鱼的次数比我少多了，收成怎么会和我的差不多呢？"

懒散的渔夫解释道："你虽然天天出海打鱼，但收成有时候多，有时候少，遇到风浪时甚至会空手而归。而我经常上网了解天气和渔汛，有的放矢啊。"

勤勉的渔夫不禁感慨："还是你强啊，三天打鱼，两天上网。"

决心难实现因习惯难改变

新学期伊始，学校图书馆总是人满为患，可是随着时间流逝，空位渐渐增多。那些曾经立誓要完成全勤、拿奖学金的学生，究竟要编出多么富有创意的理由才能说服自己不去上课啊。"明年一定会改变的！"就这样进行几次三分钟热情的自我麻醉，大学时代一晃也就过

去了。

我敢断言“三天打鱼，两天晒网”并不是懒人的专利，就是伟人们，也有偷懒的时候。古今中外，无论男女老少，暗自下定的决心都逃不出“三分钟热情”的魔咒。“江山易改，本性难移”，习惯一旦形成，改掉便是很困难的事。

我想你也会有开始时信誓旦旦，最后却不了了之的经历。比如决心每天早起运动啦，一天保证学多长时间英语啦，戒烟戒酒啦……但这些决心究竟约束了你多久呢？不妨回想一下你最近一次下的决心是什么内容。你以前没这样要求过自己吗？恐怕不是，大部分决心不过是重复来重复去而已。

决心之所以难以实现，是因为我们的习惯需要改变。而习惯是这世上最难改变的东西之一。根据日本教授石浦章一的研究，要想彻底改变习惯，需要改变脑结构，至少也要每个月重复一次改变的努力才行。

然而，我觉得每月重复一次，对于改变习惯也是远远不够的。我曾在某个无聊的早晨把烟又拣了起来，在这之前，我已经有四年左右没有抽烟，至少戒了100多次，可还是改不掉这个坏习惯。

彻底改变之前，我们通常会下一番决心。认为只要下定了决心，自然而然就会落实到行动上了。但人生并非是靠一次决心就能一蹴而就的。如同学习游泳一样，就算你已经对技巧烂熟于心，也下了“明

天开始好好游泳”的决心，就可以成为朴泰恒一样的选手吗？答案显然是否定的。要想游好泳必须经过练习，通过每日重复的练习一点点改变才可以。

我还没有见过通过简单几次练习就成为游泳高手的人。所以，即便出现了三天打鱼，两天晒网的情况，也不必太过自责；最初下定的决心就算没有坚持几天，也不要失望。及时调整心情，重振旗鼓，继续前行，通过持续的管理，一步步向目标迈近。

在这里，我想和大家分享一个故事，那是我在宁川陆军第三士官学校接受训练时发生的事情。为期四个月的军官训练在最后一项200公里行军中达到了高潮。入伍第一天，大家听了关于训练计划的介绍后都惊呆了。200公里行军！还要负重30公斤？！白天听课，夜晚行军，连续行军五天四夜。队伍里大部分人都是硕士， 26岁以上，似乎长这么大天天都在读书，自从高中毕业后就很少做过什么运动。这么一帮文弱书生却要完成200公里行军，简直难以想象！

开始所有战友都十分担心自己能否坚持下来，担心自己会拖大家后腿。然而令人吃惊的是，我们最终全员顺利完成了行军考核。能够坚持下来的原因，并非在于精神力量之类虚无缥缈的东西，完全在于4个月的训练过程中，队伍一点点增加训练强度，对日常训练从未懈怠。开始我们只是在兵营内的练兵场进行训练，过了一个月后，训练改在距离兵营5公里处的射击训练教场进行，又过了一个月，大队战

斗训练则改在了距离兵营10公里的地方进行。经过这三个月的艰苦训练，曾经要花一天一夜才能勉强到达的射击训练场，如今一个白天就能轻松来回了。就这样循序渐进一点点增加行军距离，让曾经的文弱书生最后终于可以轻松应对200公里的行军考验。

虽然，突然举出军队的例子有些突兀，但我想要表达的意思却十分清楚。让一个人一开始便靠着精神力量咬牙完成200公里的行军任务显然是很困难的，强制执行的话非把人弄出毛病不可。然而，科学地设计出实践方案，并照着方案坚持练习，曾经看来遥不可及的任务最终也能成功驾驭。熟能生巧，实践往往具有摧枯拉朽的强大力量。

不抛弃，不放弃，

不要担心，

你的脚步比别人缓慢，

只要记住，

永远不要停下脚步！

边坚持边调整，会完成得十分出色

在生活中，我们同样不能奢求靠一次决心去完成所有的事情。造的声势越大往往跌得越惨。尤其是有些人喜欢大规模许愿，会在新年第一天对着初升的太阳，将一年要完成的事项订立十件以上。到年底

往往会发现一件事情都没有完成。

其实，只要认真计划一件事情，并且一边坚持一边调整，反而往往会完成得十分出色。懈怠的情绪谁都会有，不要担心自己比别人走得慢，也不要因为暂时的挫折心灰意冷。只要不断调整心态，懂得不放弃，不停下前进的脚步，无论如何，都能最终抵达终点。

明白了这层意思，你就会开始珍惜“今天”了吧，而不是不断告诉自己“明天”才正式开始。“今天吃个够，明天再减肥！”“今天太累了，明天再干吧！”……明日复明日，明日何其多。“明天再开始”只不过是对自己无法克服恶习的安慰而已。

从今天开始，从现在开始！

青春施加给人生的真正压力并非是那些

为找工作需要积累的学分，

而是看不到未来所感受到的不安感，

因为看不清所以感到不安和恐惧……

关键在于懂得不放弃，

不要担心走得比别人慢，

不要停下脚步即可！

只要认真计划一件事情，

并且一边坚持一边调整，

往往完成得十分出色。

除了证书，还能从大学带走什么

走过一段人生，回过头审视，我们会发现那些肉体上、物质上的痛苦不会让人辗转反侧，最让人揪心和束手无策的是人际关系引发的各种心理矛盾。

况且，我们的社会十分重视人脉和人际关系，很多重要的问题都建立在人与人相互信赖的基础之上。因此，人际关系是最重要又最棘手的课题。

现代年轻人处理人际关系经验不足

通常，人际关系问题只有在升入大学后才会正式凸现出来。首先，大学里没有固定的班级概念。从幼儿园到高中，学生往往是以班级为生活中心的。在容纳30~40人左右的有限空间内，学生之间吵过又和好，和好后又吵，就这样吵吵闹闹地度过一年又一年。而一旦进入大学，班级概念消失了，人际关系从量和质上都发生巨大变化。

在初高中阶段，同学关系、师生关系构成了人际关系的全部内

容，类型比较单一。可一旦进入大学，你就已经是个成人了，异性朋友、同性朋友、前辈、晚辈、教授、室友、学生会的部长、学生会的同事、打工兼职等带来的外部合作人员等等，人际关系从最亲密的圈内朋友到纯粹因工作关系结识的圈外朋友都有，人际关系的形态较之先前呈现出爆发式的扩张。

随着人际关系圈的不断扩张，我们结识的朋友数量也会猛增，另一方面人与人之间直接接触的机会却大大减少了。往往会出现这样的情况，一次失误就会造成关系破裂，并且很难修复。在这样的环境下，我们就很难再像过去那样形成十分亲密的关系了。所以，很多人才会说小学以及初高中结交的朋友才是最持久稳固的。

可是问题在于，我们初高中时期都在应付学业考试，很多学生对人际关系这堂课却是毫无准备和练习的，就在这样一片空白的情况下，我们瞬间成为大人了。在初高中时期，只要学习成绩优异就可以毫无负担地得到老师喜爱，只要搞好和同班同学的关系就可以很好生存，我们对于未来即将迎来的圈子、更大的人际关系却从未慎重思考和充分体验过。这样，出现问题也很正常了。

并且，现在的年轻人都是以个人为中心成长起来的，同父母那一代人相比，在处理人际关系上明显经验不足。

拿我们这一代人来说，童年的时候，我们通常都是与兄弟姐妹同住在一个屋檐下，从小便一起打打闹闹，学会了过集体生活。可是现

在，90%以上都是独生子女，时代的变迁，让孩子再也不能像过去那样可以在胡同里捉捉迷藏、跳跳皮筋，而是更多地经历独自一人的游戏：玩手机、玩电脑、听MP3、打电玩……即使到了大学后，也不一定住集体宿舍，租一套房自己生活也是常有的事。

不能将所有人际关系都寄托于网络

现在年轻人大部分的人际需求都是通过网络解决的。大部分的大学生都拥有博客、微博、Facebook、游戏小区或游戏行会等个性化的在线媒体。据说有些朋友在现实生活（离线状态）中可能会无人理睬，在网络上人气却很高。不知道的人会说他们很无聊，但他们主页上每日的点击量可以达到上千次，在一些游戏网站上的地位和号召力也相当了得。

无论出于何种理由，在校园里，喜欢独来独往的学生越来越多了，他们对院系活动或者其他集体活动似乎丝毫提不起兴趣，觉得独来独往的生活更加惬意，常常以圈外人的身份自居。

在我长期教授的公共课上，独自一人来听课的学生也比过去增加了不少。他们觉得同好友一起听课就要一起度过课间和午饭时间，自己一天的计划也要随之打乱，倒不如自己听讲更自由。

再有，过去进行集体活动时，学生往往愿意各自寻找好友结成小

组，现如今学生们很少能抱团了，请求教授随机分组的学生日益增多。即便是这样结成的小组，在他们最后交上来的报告书上往往还会按照百分比的形式注明各自的贡献度为10%、40%、50%等。

每当我走过咖啡厅门口时，透过窗户常常可以看到一些年轻人独自坐着，一边品咖啡，一边看电脑，一边听着轻轻的音乐，完全沉浸在一个人的世界里。如今真可谓是“自己玩”的全盛时代。

但问题在于，人类毕竟是社会性动物，社会并非是独自玩的地方，学会与人相处的方法十分重要。如果可以边自己玩边积累资本就能得到一份好工作固然是件好事，但是根本没有这样的青春，步入大学之后必须体验过去在初高中时期未曾体验到的人际关系。

每当从报纸上看到某某大学开通24小时防止自杀热线电话之类的消息，我就会陷入揪心的苦恼中。个人主页每日访问量达到数百人又如何，微博的回帖量达到数千人又如何，这些人当中，没有一个人会在你深夜想要自杀的时候，陪你彻夜长谈，与你推心置腹，给你开导和关怀。

当然，我并非是指责网络上的人际关系空虚而无用，我也曾经并正在使用着微博、博客等网络媒介。网络沟通有其独到的优势和影响力，但网络生活是一回事，现实生活是另外一回事，二者所能承载的人际关系各有其存在的理由和独特的功能，所以，我们不能将所有的人际关系都寄托于网络，而忽视了向现实中的人靠近。

投身于现实生活的人潮中吧

没错，你应该更多地活在现实当中。你应该随时关注集体活动、社会活动，并增加在活动中露脸的机会。我所说的活动不是那些对你个人前途有多大帮助的俱乐部或者PARTY，而是多参加一些充满人情味的聚会。当学校举行一些庆祝活动时，多去看看；多与同事聚聚餐，多互动互动，对于上司的“恶搞”，也应该快乐地去接受。即使有时你感觉自己傻头傻脑的，多参与人际互动，也会有一定的收获。

我偶尔会去给我的学生当证婚人，每在婚礼上证婚，我都会重复一句话，那就是告诉新人，如果想要婚姻长久，就要学会换位思考，多站在对方的立场上考虑问题。其实，不仅是夫妻之间，所有人与人之间的关系都应建立在换位思考的基础上，原因很简单，己所不欲，勿施于人。

换位思考说起来简单，真正做到却很难，因为人本质上就是非常自私的动物，宽容自己容易，理解对方却很难。因此，我们应该像孔子所教导的那样，每日应三省吾身，每日都应问自己有没有设身处地为别人考虑，并且将这种反省落实到行动上，在日常生活中，不断练习换位思考。

现在的年轻人几乎都是家中的掌上明珠，因此，互相看不起，产

生矛盾是很正常的，但是这时更需要站在对方的立场上理解和沟通。好朋友和融洽的人际关系并不是从天而降的，而是要通过自己的努力去建立的。

请不要独自去玩，请不要独自吃饭，请不要独自去咖啡厅……那都会让你减少获得友情的机会。

如果学生问我，除了毕业证书，还能从大学带走什么有意义的东西，我会毫不犹豫地说，良好的人际关系。为何要将自己变成毫无感情的半机器人？

请关上电脑，摘下耳机，停止孤芳自赏和闭目塞听吧，投身人潮之中，享受人际关系带来的快乐。

梦想成为决策者吗，读读报纸吧

现在许多长辈喜欢以“我在你这个年纪的时候如何如何，可现在的年轻人为什么做不到呢”之类的方式训诫年轻人，我对这些话的真实性持怀疑态度。每一代人都活在特定的时代，对生活的认识有特定的局限性，将自己的经验强加于他人身上并不合适。

并且，人们总是喜欢对自己过去的成就和优点无限放大，在这种美化记忆的基础之上，要求生活在社会竞争如此激烈的今天的年轻人做过去的事情，我觉得很不妥。这是我作为过来人的真实想法。

但，我对现在的年轻人仍旧有一个嘱托：去读读报纸吧！

网站信息的致命问题

现在的年轻人，大部分都是通过网络和电视等途径获得新闻等信息的，觉得没有必要去读报纸。上一辈都是在成人之后才开始接触网络媒体，是网络外来户，而年轻人却从小就开始接触网络，是实打实的网络土著，相比纸质媒体，他们看着显示器似乎更舒服。

要多读报纸并不是我这个网络外来户的成见，而是来自一位人生前辈的忠告：请读报纸吧！读报是成本最低、最具效率的获取信息的方式，报纸往往能够为你提供超越你所希望得到的信息。

当然，新闻不止报纸上才有，各大门户网站也会登载每日的新闻报道。表面上看，在门户网站点击各种报道，听不同媒体的见解比仅仅阅读一份报纸对我们更有利，但实际上，精读一份报纸要比检索大量信息有更多益处。

网络新闻最根本的问题在于过分依赖“自我主导”式信息检索方式，点开网站后，在海量的新闻标题中，我们只会检索自己感兴趣的标题。个人爱好决定了所读到的内容，决定了所能达到的视野，因此，我说这种方式是“自我主导”式。自我主导式检索的最大问题是以自己的喜好来搜集信息，从而导致了信息摄取面过于狭窄。

相比严肃而枯燥的政治社会新闻，很多人更喜欢演艺八卦、娱乐、体育等新闻。对艺人之间分分合合的八卦，一些人可以如数家珍，像说书一样侃侃而谈，但真正对自己有用的信息，比如韩中签署FTA（编者按，是自由贸易协定Free Trade Agreement的英文简称）对于自己就业究竟会产生多大影响，却一无所知。出于这一点考虑，我把收藏夹里门户网站的链接地址全部删除，因为从中得到的信息对自己并无多大帮助。

网站中搜集的信息十分狭隘，为了增加信息的点击量，网站往往

会将一些争议性的话题新闻优先登载。而那些十分有用，但读起来趣味性不强的信息检索起来却并不容易。在点开某些特定领域的相关报道时，还会在瞬间出现大量关联链接，这样的关联报道看似为读者提供了便利，却将范围限制在某一特定领域，片面性是致命的。

订阅一份报纸并坚持精读

相反，平面媒体刊载的一些信息可能是自己不太关心的，但因为全部集中在一起，你可能不得不去关心最近的热点话题都有哪些。退一步讲，就算你不去细读，哪怕只是草草看一眼，这些话题也会在你脑海中留下一定的印象，并对当今的社会百态有一个全局性的把握。

另外，报纸还会根据新闻价值的大小调整版面，基本上，你只需要看看占多少版面就可以判定这一问题的社会关注度了。当然，有人会说，在网络媒体上看留言量也能反映一定的关注度啊，但是，不要忽略一点，那就是留言量仍然是更多地集中在已经经过网站筛选的话题上。

我的职业特性决定了我必须时刻跟进了解消费趋势，所以，我平时需要接触大量的网络书籍、论文集、周刊、月刊、季刊、TV、广播等各式各样的媒体。但在这些获取信息的渠道中相较，最有效率的还是报纸。

拿投入的时间来看，看报纸是最具效率的信息获得方式。对于年轻人来说，也同样如此。眼下，如果你即将毕业，需要了解大量时事政治来提升见识，坚持每天阅读报纸会大有裨益的。

虽说现如今报纸的影响力已经大不如前，但政府和企业决策者大部分还是通过报纸这种最原始的媒介来获取信息的。如果你梦想成为决策者，或者只是想了解一下社会的主流发展大势，你就需要熟悉报纸这种获取信息的渠道，以从中获取的信息为基础培养思考的能力。

当然，或许你开始试着读报时会觉得别扭，甚至无趣，但请坚持读下去，你会渐渐地被报纸固有的魅力所吸引，获得很大的满足感。

请你至少订阅一份报纸，并坚持精读下去。如今，报社间的论调区分也十分鲜明，订阅两份针锋相对的报纸会更加有趣。

媒体就是信息。相比获得怎样的信息，更重要的是选择什么样的媒体。希望有更多的年轻人从清新的油墨香气中开始一天的工作。

报纸的力量仍然是强大的。

做任何工作都需要具备的能力

你最近一次动笔写字是什么时候？

我所说的写字并非是在微博上更新几行字，而是有起承转合、有情节的完整文章。你还记得最后一次写下这样的文字是什么时候吗？

如果你让我举出一个无论做什么工作都需要具备的能力的话，我会毫不犹豫地指出是写作能力。

文字的力量是不可估量的

从幼儿园开始就要接受语文教育，中学还要接受写作训练，而进入大学后也都会设置写作之类的公共课，很多人觉得写点文字并不稀奇。但我很少看到有人会写一些“像样的”或者“精彩的”文字。

也许很多人会说，你指的是那些职业作家或学者的工作吧，这与本人有多大关系啊？特别是学习工科和艺术专业的学生更是不理解。但实际上，写得一手好文章对任何人都有帮助。那些看似与文字产生不了交集的专业人士写出一手漂亮文章时，影响力比职业文字写手更

强。

受很多年轻人尊重的国际紧急救援活动家韩飞野就是很好的例子。35岁时她放弃了很有前途的工作，踏上了长达7年的环球旅行之路。她基本上不坐飞机，而是通过陆路旅行走访偏远的地区。她努力地理解走访地的文化，与当地的居民交流。她是一位优秀的旅行家。但如果仅此而已，她也就是一位普通的旅行家。

我们认识韩飞野是通过她的文字。通过《风之女儿，走过地球3圈半》这本书，我们认识了一位充满勇气的女性。这本畅销书使韩飞野名利双收，也让她帮助受灾和战乱地区的困难人群的梦想得以实现。她也因此在NGO（非政府组织）担任了紧急救援小组长，并获得“基督教青年会推选的青年领袖奖”，还被环境财团选为“照亮世界的100人”之一。

当然，获得如此多的殊荣，也不是仅靠一手好文章就能得来的，也是由于她怀揣着博爱的胸怀为人类国际紧急救援事业付出了艰苦卓绝的努力，才取得现在的成就。可是如果她的文字功底十分糟糕，未能出版那样一本感人的著作，她可能只是一名默默在各地组织救援的旅行客而已。如果说艰苦卓绝的救援工作造就了韩飞野的话，那么，正是她写的那些文字让我们了解和认识了韩飞野和她的故事。

不仅是韩飞野，生物学家教授崔载千、东洋美术家教授金炳宗、大提琴演奏家张汉娜等人都是各自领域中自成一派的人物，当这些人

用明快的文字表达出自己的所思所想时，更是在读者中引起不一般的共鸣。不仅是这些大家，即使是平凡的农民和料理师、老师将自己在岗位上体会到的人间冷暖用朴素而充满感情的文字呈现在我们面前，也时常会敲开我们的心扉，让我们深深感动。

文字可以带来感动是一方面，写作对于我们还有更重要的意义——想要向对方展示自我时，最有说服力的手段莫过于写作。因此，不仅作家需要写作，从事其他行业的你也同样需要。

文字的力量是不可估量的。

背诵和抄写、练习和模仿——提高写作能力的好方法

那么怎样才能培养写作能力呢？因为我对写作有现实需求，所以对这一问题进行过长时间的思考。当然，我目前的写作能力依然谈不上高超，但经过不断思索和努力也正在逐渐进步，希望我的经验能够给你一些帮助。

在上大学的时候，我就十分想写一手好文章，那时只是为了给一个喜欢的女孩写情书。当时，还没有e-mail和手机，主要是靠着一字一句手写的书信来传递感情，利用脉脉含情的文字打开对方的心扉。但很遗憾，我喜欢的那个女生一直不为我的书信攻势所动，于是，我更迫切地希望拥有好的文笔。后来，那个女生却成为了别人的女朋

友，这件事给我很大的触动。虽说最终还是没能够和那个女孩在一起，也就失去了写情书的必要，但是我想要写一手好文章的心情却越来越迫切。

事实上，要写出文章只要达到了小学毕业的水准就行，但要写出好文章即使硕士毕业也未必能做到。写好文章的背后需要投入大量时间和精力，如果当时我没有这种迫切的心情的话，也不会下功夫了，所以说，人总是跟着心底的热望前行。

为了达到这个目标，我做了各种努力。首先是背诵诗歌，那时候，从家到学校每天要坐一个小时公交，我会利用这段时间来背诵写在小纸片上的诗歌，希望能够让自己的每一个细胞感染文学的气息……当然，我并没有成为诗人的想法，后来也没写过诗，但许多人在看到我的文字时，觉得很有节奏感，我想，这大概是受了诗歌的影响吧。

我还抄写一些名家的文章片段，至今一旦看到好的文字，我也要抄写在本子上，这正是那时候养成的习惯。记住，一定要用手抄。一口气读一大段作家的文字，再逐字逐句地抄写在本子上，经过这一过程，作家强烈的写作风格会深深印在你的脑海中。

当时，我最想效仿作家黄顺元的写作风格。由于我刚留学回来不久，写作风格近似于英语的句式，翻译感很强。为了改变这种风格，我甚至抄遍了他所有的文章。这个办法颇有效果。开始只是简单地模

仿，可随着时间的积累，文字也开始一点点有了味道，写作水平潜移默化中就有了提高。

最近，我最想模仿的作家是金薰，他的作品简洁明快而充满力量。我甚至有一股冲动，想要把他的《刀之歌》等书全部抄写一遍。虽然没有时间实现这一愿望，但我还是尽力在写作中模仿他的语气。要想达到作家的功力，并不容易啊！

我今天所达到的文字水平，并非与生俱来的才能，而是不断练习的结果。事实上，在大学初期，我的文字写作能力还是一塌糊涂的。记得我读大二那年，校报举办的一届文学比赛新增了一个短篇小说的奖项，当时我打算小试牛刀。我选了一个文字量少，需要靠情节取胜的短篇小说，觉得可能会更容易一些，没敢选择诗歌和长篇小说。

可是，比赛结果却惨不忍睹，我不仅没有获奖，还从评语中看到了这样一段文字："完全称不上文章的东西也拿来投稿，不知道现在的大学文学奖参赛作品的水平怎么下降得如此厉害。现在大学生的文字水平真是让人担忧。"看到这段话，我万念俱灰，从此以后，彻底放弃了以文字工作为生的想法。

但我想写好文章的野心却没有丢掉，直到现在依然如此。自从拿到学位后，英语单词本我再也没有碰过了，但国语单词本依然坚持充实，目前已经有了好几大本。自己平时读书读报，甚至网上逛论坛，只要遇见精彩的句子、不懂的四字成语、俗语和不会熟练应用的词语

等，我都会记录在本子上。我觉得任何想要提高自己写作能力的人都必须有一个摘抄本。

同时，看到好的写作指导类书籍我会把它复制粘贴到自己的文档上。我个人认为，《中央日报》裴祥福记者以及翰林大学沈薰教授的书特别值得一读。

同所有的事情一样，写作水平也不会一蹴而就，不可能瞬间就变好，而是需要刻苦练习和模仿。如果正在读这段文字的你，也想写好文章的话，请腾出时间去背诵和抄写吧。

写好文章是我们最需要的能力

最近的年轻人，虽然在个人主页、微博等媒体上发布的文字日益增多，却几乎不会动笔写像样的文章了。现在可供个人发布文字的媒体越来越多，如果年轻人长期依赖这种媒体，将变得只会写一些快餐式的、逻辑不够严密、内涵不够深刻的文章。

当然，我并非是要你的写作水平一定要达到作家出书的水准，只是想让你知道，用键盘敲打出文字也要像个文章。最起码，文字要有条理，能够完整地表达自己的思想，并能够说服别人。文字不仅要有表现力，要有思想深度，还要有严谨的逻辑。

写得一手好文章就可以更加有逻辑地思考问题，并将自己的说服

能力展现给别人，这是我们最需要也是最重要的能力。

因此，希望你能够在写作方面多下一些工夫，无论你的专业是什么，文字的力量永远不可估量。

何不对自己的专业加以改造

我在大学任教的时候悟到了两点。第一，世上的专业分工真是丰富多样。第二，这些多样化的专业分工对社会的重要性与一般人通常的理解有很大不同。

有多少教授就有多少专业

首先，世上的专业分工丰富多样。

最近大学招生的时候往往不以学科为单位进行招生，而是以大的招生单位来进行统一考试，而后再进行专业分类。所以，很多人进入大学前可能并不了解，大学的专业设置有那么丰富。而且，现在许多的老专业换上新的标签，为了顺应时代发展还新增了许多专业，所以现在的学科设置非常多，甚至有些讲究特色学科的大学开始有智慧手机、综合艺术治疗等听上去很新奇的专业。

如果你觉得每个学科对应着一个专业，那就完全错了。就拿服装学科来举例，通常我们提到服装学科就会想到是做衣服或者培养服装

设计师的学科，但仔细思考一下你就会发现，其实服装设计只是其中的一部分而已。要想制作出一件穿在身上符合身形的衣服，在进行设计之前要量好尺寸，确定样式，这叫“服装构成”。如果说对于设计师而言艺术灵感是必备的因素，那么掌握图形结构统计和拥有准确的尺寸感更是核心能力。

那么服装要靠什么材料来制作呢？答案是纤维。纤维的种类也十分丰富，包括棉、蚕丝、聚酯纤维等，想把握好这些材料的特性还要掌握一定的化学知识。实际上，服装学科是设有纤维材料专业的，而纤维材料专业里还细分出了两个方向，一个是专门研究材质和材料洗涤的理学，一个是专门研究材料如何对人体产生影响的机能纤维。

服装制作好后，接下来还面临着销售的问题。服装是具有独特个性的关乎时尚潮流的商品，因此不仅需要设有服装商品学专业，还需要设有潮流营销专业。再有，最近关于历史剧中出现的服饰是否忠实于历史这方面产生了颇多争论，为了解决这一问题，你还可以选择服装史专业研究服装历史。

因此，从专业的学术背景来看，服装学科汇集了艺术家（设计）、统计学家（尺寸图样）、化学家（纤维材料）、营销人员（潮流营销）、历史学家（服装史）等各类专家的智慧。这可不是仅在服装学科里才出现的现象。

其实，大多数学科都具备此种特性。就拿数学学科来说，甚至流

传着一个笑话，教授们在同一个院系里做研究，但在交流时却都听不懂其他系的教授说的是什么，由此可知跨学科的现象是十分普遍的。

夸张点说，大学里有多少教授就有多少专业。所以每当出席院系主任级会议时，就会听到各院系主任抱怨“自己缺少哪方面的专业老师之类”的话。因此，你可以认为大学里的专业要比教授还多。

既然专业设置如此丰富，因此即便毕业于同一个学科，可以活动的领域却非常广阔。如果再选择2~3门专业进行辅修的话，毕业后可以活动的范围就更是无穷尽了。那些对于某些特定学科或专业存在先入为主认识的，是偏颇和没有必要的。

对自己的专业加以改造

其次，尽管专业的设置如此丰富，并且各自发挥着自己的社会职能，但是并不是像人们想的那样，比如学什么就要做什么，比如经济学会比考古学要好等等。

例如，师范大学并非只是培养教师的地方。我所认识的一位国语教育专业的教授精通外语，而且经常去国外出差。开始我不大理解一位研究国语教育的教授为何要频繁出国，后来才知道，原来他所从事的研究方向为“如何更加有效率地面向外国人推行韩语教育”。

随着国力的提升，韩流席卷全球，设置韩语专业的外国大学数量

也激增。这位教授正是为那些开设韩语专业的外国大学提供服务。他表示忙的时候，恨不得自己有三头六臂。从这位教授身上可以看到，当国语教育同外语实力产生交集时会爆发出多大的能量，可以为社会提供多大的价值。

还有一些人认为专业也有好坏排序。而这一排序的根据通常就是高考时的“专业分数线”。实际上，一门专业对于社会的贡献度与这种排序没有任何关联。

一门专业对于社会有多大价值，完全是由社会对这门学问的需求和供给来决定的。社会需求量很大，所能提供的专业人员却不足时，就是“热门专业”；而社会需求已经饱和，专业人员还层出不穷，就成了“夕阳专业”了。这么简单的供求原理很多人却视而不见。

听说有一个学生在参加大学保送生面试时，回答问题驴唇不对马嘴，答非所问，对专业完全不了解。于是，面试官问他为什么要选择我们院系的专业，他的回答却是“我是为了转系暂时栖身于此”，结果让面试官们大为光火。不知这位学生是太过诚实还是有点缺心眼儿……

对大学和社会的实际情况不甚了解的高中生有这样的见识不足为奇，但那些读了四年大学的学生也会拿高考时的专业分数线来给专业和学科进行排名，就不能不让人失望了。这些大学生恐怕还没有彻底摆脱“高三魔咒”吧！

事实上，到了大学二到三年级时选择转系的学生大有人在。当然，也许是觉得所学的专业实在是不适合自己，所以不得不重新选择。但读一读那些转系申请就会发现，很多学生并非只是“水土不服”，拥有“良禽择木而栖”想法的人也不在少数。他们觉得去排名更高一些的人气学科所取得的毕业证书在择业时更有分量。在我看来这实在是浪费精力的行为。我这么说并非是因为自己专业的学生转到了别的专业而特意诋毁。即便是其他学科的学生想要转到我们院系时，我也会说出同样的话。

像这样，认为在大学里，专业有着严格的排名先后，想获得更有“分量”毕业证的心理十分普遍。也许是为了就业容易，也可能是迫于周围人的眼光，也许只是觉得自己的专业有些寒碜。总之，这是典型的“高三魔咒”。

正如我在前面强调的那样，现代学问的重要性与专业排名先后没有任何关系。其实，不一定非要换专业，只要根据社会发展的需求，对自己的专业加以改造，使其更加符合社会需求并且学精学透，比更新那些所谓的“排名靠前”的热门专业更加实用和有意义。但如果你还没有完全解除“高三魔咒”的话，是很难理解这一点的。

对专业和职业持有先入为主的偏见，也是现在很多学生心态浮躁的原因之一。很多学生坚信想要成为记者就必须学习新闻传播学，想要成为律师就必须学习法学，想要成为外交官就必须学习政治外交

学。虽说这些想法不一定错，但想得未免太过狭隘也是事实。

并不是一定要学习新闻传播学才能成为记者。那些学习自然科学出身的人，甚至更有可能成长为颇具实力的科技记者。实际上，在一些传媒机构招聘记者时，也不会只选择新闻传播学专业出身的人。再比如，要想成为优秀的律师，法律知识是必需的储备，但如果是家庭学专业出身的人来当律师的话，可以更好地成为家庭问题类专门律师。

知识不分高低只有是否被需要

当今时代的趋势是国际化以及大融合。因此，学习多样化的知识是这个时代的要求。在这一时代前提之下，有自己的特色要比千篇一律的学历和华而不实的履历表更加重要。但如今的年轻人却想利用转系等方式学到那些所谓的热门专业，并在此类事情上浪费大把时间，这令我十分心痛。如果真想转系，倒不如在考研时再选择向往的专业。

你对你所在专业的价值究竟清楚多少？你是否认真思考过，将你的专业同其他专业进行结合将产生怎样的“化学反应”？

时代对专业的需求是适时更新的。在前面已经谈到过，之所以出现专业“百花齐放，百家争鸣”的局面，是因为当今的知识日趋细分

化。知识细化意味着社会的专业化水平越高，对于特定知识的需求也就更大了。社会变化太快，因此不时会开辟出一些全新的需求领域。而学科和专业设置是很难跟上社会变化的脚步的，所以大学鼓励学生多学其他专业来丰富自己的知识结构。因此，现在的大学存在辅修、双学位、联合专业、相关专业、自我主导专业等名目繁多的制度，以便跨学科学习第二门、第三门专业。而最近才出现的自由专业院系更是这一倾向的极端代表。

我虽然极力反对学生转系，但却十分鼓励跨学科学习几门其他专业。不要让自己的知识面太过狭窄，因为现在是“你中有我，我中有你”的大融合时代。

请多看一眼“邻居们”都在做些什么吧！至于为专业排序的想法应果断抛弃，知识是不分高低的，只有是否被时代需要一说。

重新设计自己的未来吧

我们经常将人生比作体育竞技，因为人生也有胜负。无论是棒球、足球还是拳击，随着比赛的进行一定会出现关键性的扭转全局的时刻，比如说连得四分的本垒打以及在伤停补时打入的制胜一球，或者突然的一记重拳击倒对手拿下比赛。

人生也一样，高考、就业、结婚……都是可以改变人生轨迹的转折点，决定胜负的关键时刻。

但如果我们仔细研究体育赛事，就会发现那些能够扭转全局的致命一击往往都是靠着一些细微的差距积累起来的，要想在赛场上呈现出一种压倒性的优势，需要每日刻苦的训练。训练场上的细微差距积累到一起，才最终会在竞技场上一股脑地爆发出来。事实上，我们经历的大大小小的考试并非是靠着当天在考场的临场发挥就能够取得高分的，起决定性作用的还是平时刻苦的练习。

人生的成功并非靠那致命一击

从这一点上，与其将人生比做体育竞技，我更喜欢将其比作拼图游戏。我觉得人生的成功并非靠着那致命一击，而是靠着一块块小小的拼图拼凑而成。而人生，大概是由29220块拼图堆积起来的。这一数字如何得来的？如果人的平均岁数大约是80岁，而365天乘以80岁，再加上20个2月29日，就会得到这个数字。而你这一时代的平均寿命还在增长，那么，你的人生拼图板块可能会达到30000块以上。所以说，我们的人生是将每一天当做一块拼图，经过岁月累积拼凑而成的巨幅作品。

当然，人生和拼图也有不同之处。拼图需要拼凑的图画，事先已经有了一个参照，但人生却不同，在放上最后一块拼图之前，谁都不知道人生会是什么样的，答案最后一刻才能揭晓。

很多人都急于求成，希望趁着年轻可以早点功成名就。自古以来，年轻人都有这样的夙愿。于是，我们总是把目光放在自己的前进速度有多快上，盯着时间不放。其实比时间更为重要的是指南针，相比你人生跑得有多快，更重要的是你是否寻找到了正确的方向。只有当最后一块拼图拼上时，才意味着你的人生成功了。而比指南针更重要的是镜子，你要时刻通过照镜子才能看到自己正在拼凑的是怎样一幅图画，但现实中人们往往先看时间，后看指南针，至于镜子，则无

暇再看了。

人生并不是华山论剑，可以一决输赢，成功也并不体现在某一次令人瞩目的成就之上，而是靠着每天的小小胜负拼凑而成的。因此，不要一天天地浪费时间，只为等待致命一击时刻的出现。只有庸庸碌碌的人才会给自己设下许多假设，“如果拥有这个会怎样”“到了那个时刻，我会怎样”，梦想着光辉灿烂的时刻的到来。然而这些都是徒劳的，成功需要通过实践一点点地接近。

重新设计自己的未来拼图吧

你究竟如何去使用每一天这小小人生的单位，决定了你的人生是否会发生巨大的转变，你应该在每一个小小的单位上都绽放出绚烂的花朵。有句话不是说么，时间才是创造灵魂的唯一材料。

改变习惯是最困难的事情。人生当中，最难下的决心恐怕就是戒烟了。很多人都会痛下决心说“我在1月1号一定开始戒烟”，但基本上都会失败。为什么？因为设定1月1号这一具体的时间就意味着，我12月31号抽烟也是可以的，这便给自己创造了一个安慰的过程。

而那些以今天作为戒烟起点的人更容易成功，他们觉得只要今天一天可以不抽烟就一定不抽。所以，从现在做起，行动力更强。小小的实践积累到一起就会实现根本性的改变。

不要期待自己突然在某一瞬间醍醐灌顶大彻大悟，通过小小的实践去积累资本吧。当面临一个问题却一时找不到解决方法时，不要在原地苦恼该怎么做，而是应该去思考为了解决这个问题，我今天可以做些什么。

有人曾说过，任何人都不能够回到过去选择重新开始，但却可以从此刻开始做出改变，从而可以最终改变故事的结局。

没错，请从现在开始重新设计自己未来的拼图吧。你不妨在脑海中想一想，当你离开这个世界时，能给世界留下怎样一幅图画。如果因为你今天的一点怠慢，就导致你离开世界时留下的艺术品出现残缺，不是很可惜吗？

所以，请你从今天开始努力，留下最完美的人生图画吧。

不要以稳定和高收入来选择职业

当今时代，所有人都拥护专业性强的职位。这些职位要求有一定的专业背景，能够过滤掉一部分竞争者，而且可以获得相对较高的收入，也比较安稳。现在社会竞争日趋激烈，大学毕业生要想进入普通公司也并不容易，创业更是高风险，因此很多年轻人选择取得专业职业资格，从而获得专业性职位，比如医生、律师等。培训机构或图书馆里大批埋头苦读的学生常常是备考职业资格证书的。

常见的状况是，许多学生不问自己喜不喜欢，便一头扎进医学、法学等学科的研究生入学考试的准备当中，或忙着准备公务员考试、教师资格考试等各类资格考试（为方便起见，统称为考试）。对就业或取得资格证书有帮助的各类讲座总是人满为患，图书馆的书架塞满了各类考试用书。而那些对就业或资格考试并无多大帮助的学会和社团等校园组织却日益呈现出衰败之势，没有功利目标的公共课讲座更是变得冷冷清清。学校之外的环境也不容乐观，很多职场人士为了开创自己的第二人生也开始纷纷转战于各类培训机构，忙得热火朝天。

我并非是劝各位放弃考试。我只是希望你在加入考试大军之前，

首先问问自己“为何要考试”，理智思考一番之后再做出决定也不迟。我想只有在对自己考试动机十分清楚的情况下，学习的效果才会大大增强，通过率也会随之提高。

平心而论，我写下这段文字其实是另有目的。那就是眼下有很多人才本可以在其他领域取得更大的成就，却盲目地卷入考试大潮，浪费了自己的才华，迅速“堕落”下去。我对此十分痛心。

在我所教的学生当中，有相当一部分极具潜力，我相信他们只要踏踏实实发挥自己的实力就可以在学术或事业上取得相当的成就。但这些学生半数在升入大三或大四之后就会忙于准备各类资格考试或研究生考试，从而陷入消沉的状态。这是国家的损失，也是个人的悲剧。我的这篇文章就是写给这些学生看的。如果你有准备资格考试或考研的打算，不妨先读一读下面的文字。

不要因为没有合适的出路，从而准备考试

20岁左右是不安的年纪。人生的路很长，但关键的也就是那么几步。在决定一生出路的重要时期，怎可能心静如水。应该告诉自己，这很正常，以一种平常心面对就可以了。

虽然对年轻人来说，平静接受是件困难的事情，但你仍然应该坦然接受青春就是充满不安这一事实。为了克服不安，大家都做了哪些

努力呢?

很多人有一种错觉，认为通过考试，取得资格证、考入研究生院就是解决社会生存、职业选择、经济独立、服兵役，甚至结婚等各类根本性问题的保障。于是，那些曾经以为只要考入大学一切问题就将迎刃而解的年轻人，失落之后，这次又将宝押在了各类资格考试上，认为只要通过这些考试就可以再次解决所有顾虑，一劳永逸。

但是，下决心挑战资格考试的行为，从本质上看却是选择安逸和懒惰。为什么这么说呢？看起来是自己富有挑战精神，但事实上，选择考试的这一瞬间已经放弃了自己在其他领域发挥潜能，于是原本有无限可能的挑战最后就变成了寻找适合自己能力的考试，简单说，就是为了考试而考试。

考试对学生来说是再简单不过的事情了。可以说从上学第一天起，直到今天，你都是与考试相伴走过来的。嘴上说着学习是一件如何如何痛苦的事情，但内心却觉得没有比学习（实际上是考试）更惬意的事情了。相比应付复杂的人际关系、就业路上的艰辛、步入职场后学习“做事的方法”等，学习是最轻松简单且无压力的事情。学习具有麻痹作用，那些离开学校一阵子的人都会觉得“原来学习才是最轻松的事情”，因为年轻时所遇到的问题都能用备战考试去暂时掩盖，可以暂时闭目塞听缓和伤痛，并且只要学习就可以给父母、朋友，甚至自己传递一种“正认真从事某种事情”的讯号，学习才具有

如此大的欺骗性。

因此，我说备战考试看似在认真从事着某种事情，但从人生整体的规划来看，实际上是暂时性地缓和或掩盖问题的“懒汉行为”，即使你通过了那些考试，取得了证书，问题迟早还会爆发。

在决心考取职业资格证书之前，请先考虑自己所具备的潜力和可能性。对将来进行思考可能会让你感到茫然、郁闷、不安，但你不能因为对其他方案没有自信，或觉得朋友们正高歌猛进而自己却还在原地踏步，或听到父母或周围人认为自己无所事事的批评就盲目开始准备什么考试。考取资格证书的道路会让你十分孤单，即便成功突围也会让你对未能选择的路充满向往：打开一扇门之后，总会觉得别的窗后有更美的风景，人生还有更好的选择。

快乐的职业帮你实现完整的幸福

如果有一份稳定且高收入的工作摆在你面前，你会拒绝吗？如果加上这份工作并不遥远，而是马上可以拥有，你也许会觉得上帝对你特别垂青吧。

过去是这样的，专业性强的职业更稳定，相比其他职业收入更高。但现在，随着全社会的人才资源供给过剩，认为只要手上握有各类本本就可以无往不利的时代已经过去了。律师这一黄金职业的收入

呈现出显著下滑的趋势，而倒闭的医院也是一家接着一家。一句话，认为只要取得医生等专业证书就可以抱上铁饭碗且赚得盆满钵满的时代已经一去不复返了。

社会变化如此迅速，因而抱着只要通过考试就可以解决所有问题的想法去选择职业是十分危险的。不能单纯用稳定性和高收入作为标准去思考未来。有更重要的事情需要你去考虑，那就是——工作本身能带给你的快乐有多少。

认为职业本身并不重要，重要的是能够保障稳定和高收入的人，其实是一些以消费为中心思考问题的人。他们认为，当今商品化的时代，为了保障自己能够随心所欲地消费，就必须有高收入。如果想获得工作之外的宁静，就需要工作本身相对稳定。因此，为了满足量化的消费需求，高收入和稳定性是选择职业的最重要因素。

我不得不承认，消费水平与幸福指数紧密联系在一起的今天，收入很重要。缺乏经济基础的困窘生活的确不是我们想要的。但即便如此，我们仍不能忽视一个事实，那就是经济实力与生活质量并非成正比。

我们的人生是由工作和余暇时间组成的。工作与职业联系紧密，而余暇则与消费关系颇深。享受量化的消费只占了幸福感的一半而已，我们要想实现完整的幸福，就要用快乐的职业去填补另一半空白。

量化的消费并不能保障幸福。作为消费者学学者我做过很多采

访，发现对大部分人而言，消费水平并不等于幸福指数。在人生之中，能够给予我们原始快乐的不是消费而是工作。从事自己喜欢的工作时所获得的满足感要远远大于买到心爱之物时所获得的快感。

所以我经常和学生们说，在考虑“律师挣钱多，还是医生挣钱多呢”之前，首先应了解这个职业的性质。并非只有找到稳定高薪工作、进入大公司才能证明你的能力。善于和人打交道的人与其进入一流企业的研究所从事研究工作，不如进入中等实力企业做营销工作，我想这样才能更加快乐。一旦心态快乐，工作业绩自然不会太差，升迁和报酬也会随之增加。虽然开始阶段可能不够稳定且底薪偏低，但随着时间推移，差异会逐渐缩小。选择跟自己能力匹配并且能够让自己快乐的职业，最终往往更能让你获得理想的收入。

因此，不要被眼前的稳定性或高收入迷惑就去选择相应的“好”职业。你应该以工作的快乐指数作为衡量标准去设计自己的未来。工作让你感到多快乐，你就会有多大发展。

在做出决定之前应该做些什么

在为选择职业苦恼之前，首先需要认清一点，那就是：不安是成长最好的伙伴。

青春的定义是什么？“青春是在不确定性之中构造未来的时

期。”许多人获得成就都是靠不安作为动力逐渐实现的。因此，不能用“朋友都选择了这条路，我也不妨一试”之类的想法去掩盖自己对于将来的不安，随波逐流。不安是成长过程中所必须经历的“痛”，这种痛是不能靠“考试麻醉法”来克服的。

事实上，考试是一项付出代价很大的工程。有句话说得好，有三种不撞南墙不回头的人，分别是吸毒者、参加选举者、准备考试者。你也许会想：试着考一两次，如果不行就赶快收手好了。然而，一旦踏上考试之路就很难回头。陷入落榜再考，再考再落榜的恶性循环之中，从而葬送大好青春年华的事例可谓比比皆是。所以，在你准备考试之前，请慎之又慎，不要给自己选择一个错误的开始。

我们不能因为对前途感到渺茫，就以此为理由在珍贵的青春岁月里选择偷懒和不负责任。同样，在未能发掘自己所具备的潜能和无限的可能性之前，草率地选择考试作为堕落的手段，是对自己未来所能创造的无限可能最不负责任的表现。

好比晚秋时节才能收获最丰盛的果实，现在距离你收获人生财富的时期还有一段时间，这是你需要清楚的一点。希望你能将焦虑的不安化作滚烫的热情，选择那些你最想干的事情、最擅长的事情，让每一天都照进奋斗的阳光。能够成就你事业的并非只有医生或公务员，未来还有更多的可能。

请认真审视自己。在对自己具备的可能性进行充分思考后，再将

最后的想法作为人生最好的选择目标，并向着这个你心中最向往的目标去准备考试，才是成熟的选择。

请不要心急，时间还来得及。

鼓励成就的社会，成功等于幸福吗

最近网友们流行的状态会是什么呢？我是经常看到这样的状态——人生苦短，及时行乐。虽然没有正规统计过，相信“及时行乐”的使用频率绝对占前几位。

人类是追求幸福的动物

“及时行乐”是从罗马诗人贺拉斯的抒情诗中“Size the day, do whatever you want.”衍生而来的，因在好莱坞电影《死亡诗社》中作为老师基廷的台词而被人们所熟知。在贺拉斯的诗中的含义是“时间易逝”，电影中的含义是“不要过平凡的人生”。也就是说，人活着要有崇高的理想。正如《麦田守望者》中说的那样：“当年轻时，可以为崇高的理想而光荣的死。当年长时，可以为崇高的理想而选择卑贱的活。”但现在人们往往将这句话理解成“人生得意须尽欢”。

从个人角度来讲我十分喜欢这句话。但对于如何理解及时行乐这句话，一百个人可能会有一百种不同的解释。那么，究竟应该如何理

解这句话，又该如何及时行乐呢？

我想从“幸福”的角度来进行阐释会更符合大家对这句话的认识吧。

人类是追求幸福的动物，我们都是为了更加幸福而生活。为了幸福，我们工作、挣钱、与他人建立各种关系。过去，我们的父母辈抱着一个坚定的信念，那就是“成功就等于幸福”。他们坚信不停地努力，认真地工作，取得更高的成就，就找到了通往幸福的道路。

想要真正及时行乐就要充分相信自己

我也是怀揣着这种信念走过来的，为了成就明天的梦想我必须牺牲眼前的利益。恐怕就是这一魔法咒语——“鼓励成就的社会”，将一穷二白的国家迅速打造得高楼林立、物质充裕。

但是，成功并不意味着幸福就会拱手摆在你面前。幸福也是需要通过练习、努力以及智慧获得的，你需要懂得该如何去享受人生。我所说的享受并非指单纯的获得快乐，在必要的时候还要学会节制，对于自己所能把握的每一个瞬间都能感到知足和有意义，这才是享受人生的真谛。

及时行乐也要顺着这一脉络去思考。不要后悔，让对过去的遗憾填满现在的人生。也不要奢望过高，因为不可能完成的事情让现在的

生活变得悲惨。不要纠结，因为对未来的不安就会让现在迷茫。坚定自己的目标，向着目的地一步步脚踏实地，这才是真正意义上的及时行乐。

因此，想要实现真正意义上的及时行乐就要充分相信自己。即便你所怀揣的梦想还没有实现，但你成就梦想的自信却要十分坚定。那样你才能及时行乐。这就是我所思考的“及时行乐”的真正含义。

给自己设计些规则去遵守

佛教之所以将莲花奉为圣洁之花，是因为它出淤泥而不染，濯清涟而不妖的高洁。人亦如花，那些克服了重重阻碍，经历了种种恶劣环境最终走向成功的故事往往就像莲花一样美丽高贵，让人赞叹。

事实上，任何人都是克服了大大小小的困难最后才取得成功的，无论是何种类型的成功，透过表象观察本质，总会闻到一股浓烈的莲花香气扑鼻而来。

战胜逆境，走向成功的励志故事总会给予我们力量。和大多数人一样，我也是抱着无论何时何地都要战胜眼前困难的决心，时刻在心底划着做事的底线。因此，战胜诸如肉体残疾、精神障碍、贫乏困窘、才能缺陷等困难，最终实现成功的故事总是能够激励我们，给予我们勇气。

押韵从贫民窟拯救出艺术家

有一位叫做艾米纳姆的说唱歌手，他的一部自传性电影《八英里》忠实地记录了在他取得成功之前所经历的艰难困苦。艾米纳姆出

生在底特律的一个贫民家庭，他的青少年时期是在充斥着暴力且丝毫看不见希望的环境中度过的。他唯一的乐趣就是在底特律市内的一家Hip Hop俱乐部里当饶舌歌手。Hip Hop和饶舌原本就是黑人的表演艺术，艾米纳姆作为一个白人歌手在黑人圈子里表演，自然受到了排挤，但艾米纳姆却克服重重困难，战胜诸多竞争对手，开始在说唱领域崭露头角。现在他已经得到了“陋巷诗人”的称号，成为全美乃至世界范围内的著名说唱歌手。

将艾米纳姆从贫民窟中拯救出来的正是说唱音乐。我对说唱音乐不大感冒，但还是津津有味地看完了这部《八英里》。在观影的过程中，为了多少能够读懂艾米纳姆说唱音乐的精髓，我反复对照着DVD的字幕，重复播放他表演的场面，当时的场景我至今仍记忆犹新。

如果将他倾吐出的说唱歌词进行翻译的话，你会发现大部分都是些难以启齿，甚至都无法完整写下来的谩骂。那么，将这种谩骂升华为说唱音乐，最后被全世界粉丝们拥戴的力量是什么呢？贫民窟陋巷里痞子的谩骂同世界级说唱艺术家的表演之间的区别究竟在何处呢？又是什么造就了这一差异？

答案便是押韵。

遵守规则，让人生如诗

押韵是指在诗歌和歌词里，在每行的结尾部分重复相似的音节，从而突出节奏感的一种修辞手法。虽然艾米纳姆吐出的每一个单词都是难以入耳的谩骂，但一旦使之押上韵脚就成了有韵律和节奏的歌词。

押韵的本质是什么？是一个个小小的制约，是自己给自己附加的规则，是将杂乱无章的石头穿成工艺品的绳子。就是因为一个小小的押韵，同样的单词，有时是谩骂，有时却成了诗歌。看不见希望的冷酷现实催生了愤怒，愤怒变成了一连串的谩骂，而这一连串的谩骂之所以能够变成诗歌和音乐，都是押韵的功劳。

事实上，不仅歌词需要押韵，我们的人生何尝不需要押韵呢？给自己设计一些规则去遵守，去制约自己，如果能够同生活里的规则保持步调一致，那么你我都有可能成为人生的诗人。

押韵可以将谩骂升华成诗歌，也可以将人生升华为莲花。如果在人生当中也加入押韵这味作料，那么我们岂不是可以获得动力，一脚踢开那碌碌无为的现实，让自己绽放得更加美丽。

“1+1原则”可以改变世界

有段时间，我十分想学好英语。

我这个法学院的学生竟没有认真准备司法考试，就稀里糊涂混到了大四，心中十分不安，于是觉得学好英文也是眼前唯一能做的事情了。上世纪80年代的法律大学不使用原版英文教材，以至于临近大学毕业，我的英语成绩竟然倒退到了高三水平。在这种没有现实压力也没有受他人任何刺激的情况下，我突然冒出了要学好英文的想法。

每天抽出一小时背英文单词，再读一些英文时事报刊。神奇的是，对其他事情慵懒无比的我，竟然足足坚持了一年时间。那段时间，我的英语水平可谓突飞猛进。

后来，我沾到了很多英语的光。当时，进入首尔大学行政研究院的淘汰率达到了15：1，虽然我没有通过第一门行政学专业考试，但却凭借着优异的成绩一路过关斩将顺利进入研究院，主要就是得益于出色的英语成绩。当时还有一种“硕士军官”制度，即取得硕士学位后，只要顺利通过国语、英语、第二外国语三门考试，就可以经过为期6个月的短期训练后取得军官军衔，从而代替服兵役。因此，大家对

此都很积极主动，但实际上通过率并不高。当时我选择了德语作为第二外国语，而当年的德语考试题目却非常之难，正当我觉得没有通过的希望，做着进入军营前的准备时，却意外收到了合格通知书。因为我英语成绩比较突出，有效弥补了德语的短板。在我后来完成博士课程以及出国留学继续深造的过程中，英语始终发挥了关键性的作用。1986年，一天一个小时的投资，一直养活我至今。

从那时起，我开始坚持“1+1原则”。“1+1原则”解释开来便是“一天投入一个小时，坚持投资一年就会有所成就”。当然，这一原则并不能帮你实现大的跨越达到领袖级的水平，但实现一般性的目标还是绰绰有余的。当我的身体发出健康警报时，我会用这一原则进行运动减肥，在没有节食，没有出现“溜溜球效应”[1]的前提下成功减去了7千克脂肪。

当然，这一原则也并非屡试不爽。每周抽出一天集中做一件事情容易，坚持每天抽出一小时做事情却是需要毅力的。我也有很多事情半途而废了。

我们每个人心中都有一两个小小的夙愿。比如打好网球、吹好长笛、说好日语……即便你是零基础，想法看似渺茫，只要坚持“1+1原

---

[1] 所谓“溜溜球效应”，指的是病人经历屡次“减了又肥，肥了又减”的不当减重过程，而造成一个极不容易减肥的体质，过程就有如我们在玩溜溜球一般，体重上上下下，无法达到预先规定的目标，减肥的医师和专业人士称之为“yo-yo效应”，即“溜溜球效应”。

则”，就完全有实现的可能。

水滴石穿，坚持的力量可以化腐朽为神奇。

马尔科姆·格拉德威尔在《异类：不一样的成功启示录》一书中提出了“1万小时法则”。他发现诸如比尔·盖茨一样的异类（本意为脱离正常范围）之所以能够取得成功，都是靠着1万小时的练习实现的。甚至被我们一直称为天才的莫扎特据说也是靠着1万小时的练习才激发出了自己的才能。

一天3小时，一周20小时，坚持10年才能攒够1万小时。这是普通人很难达到的练习量。当然，光有练习量也是不够的，还要具备非凡的才能。如果投入1万小时能达到花样滑冰选手金妍儿一样的高度也就罢了，但问题是，并非每个人都能成为金妍儿、披头士乐队或莫扎特。

相比1万小时的“变态”式练习，如果一天练习1小时，坚持1年是不是就人性化了许多呢？如果你不奢求成为伟人，只是想在平凡的人生中多一些亮点，那实行“1+1原则”不是最好的选择吗？

懂得练习和积累的人是不会失败的。练习和积累是为了迎接未来的甜蜜而暂时忍受短暂的痛苦。忍受的时间即使达不到1万小时也可以让你幸福，因为那时的你一定有所变化。

说到这里，难道你就不想实践一次吗？

奇迹是一点点积累而成的。

第四章

我们该用青春追寻什么

跳过父母给设计好的未来吧

每当喊一声“妈妈”时，我心里就会百感交集。并非是因为妈妈生我养我那么简单，而是因为每当双唇微微开启，吐出第一个“妈”字的瞬间，她一直以来为我所做的牺牲就会如同电流般通过全身。

这世间还有比妈妈更亲切的称呼，更真切的存在吗？

脱离妈妈的保护，一个人飞

小时候，生我，喂我，哄我睡觉已经将年轻的妈妈搞得精疲力竭了，但妈妈所做的牺牲在我们上初高中时才算达到顶点。大清早被叫起床的声音曾经是那么的刺耳，但我们却始终没有想过，妈妈比我们睡得更晚，起得更早。

妈妈时刻拿着家庭账簿，为生活开支中的一分一毛斤斤计较，是为了准备我们的培训费和课外辅导费，她却总是偷偷摸摸做着这些，不愿让我们看见。你见过几次妈妈熟睡的样子，就像你从没有见过妈妈祈祷时，嘴里念叨的始终只有你……

我们积累了三年的高考压力又能释放在谁身上？恐怕也只有妈妈了。就是这样一个柔弱的妈妈，肩上却扛着太多慈爱，内心承担着太多的责任与压力，她无怨无悔。妈妈太过辛苦的时候也会发发脾气，但这些都是望子成龙的缘故啊。作为孩子的我们却很少会主动关怀和理解她，给予她安慰和体贴。或许，只有在我们收到大学录取通知书的日子，妈妈才可以松一口气，甚至眼泪夺眶而出吧。

青春年少时，妈妈是我们在人生中行走的最坚实的后盾，在今后的很长时间里，妈妈仍将是我们坚强的后盾和温暖的依靠。

不过，一直这样依赖下去可不行。

现在应该脱离妈妈的保护，一个人飞了。

母亲们的经纪人做派

如今，初高中生的母亲们俨然都是一副艺人的经纪人做派。手机不离手，关心不离口，日程表上密密麻麻记录着孩子一天的行程安排，忙于将孩子送到各类培训班接受学习。可能除了人气组合Big Bang[1]的旅途管理员，忙人排行榜上第二位的就属你妈妈了。如果妈妈有自己的工作可能不致如此围着你团团转，但工作之余还要挤出时间

---

[1] 由韩国的Y.G.Entertainment于2006年推出的五人男子组合，出道后便人气爆棚。Big bang为宇宙大爆炸之意。

关心孩子的学业和生活，这般辛苦也叫人看着心疼。

最近，关于一些经纪公司与艺人之间签订“奴隶合同”的事情成了人们热议的话题，但事实上我们每个人都签署了无形的奴隶合同。在进入大学之前，我们可谓毫无私生活可言，一切都是在妈妈的掌控之中。在亚洲，大多数母亲的最高目标就是将孩子送进大学，因此觉得自己有权利过问孩子的一切，甚至完全操纵孩子的生活，而孩子也大都逆来顺受。虽然看似不合理，但整个社会的风气如此，大家也就见怪不怪。

这甚至已经走出亚洲，成为世界性的现象。美国也经常使用诸如Soccer Mom（足球妈妈）、Hockey Mom（冰球妈妈）、Minivan mom（小货车妈妈）等词汇。这些词意思相近，是指那些整日开车载着孩子到处跑，去足球场或冰球场进行训练的中产阶级母亲。前不久参与竞选美国副总统的莎拉·露易丝·希思·佩林也自称自己是一位冰球妈妈。

最近还出现了“Helicopter Mom（直升机妈妈）”[1]的词汇。直升机妈妈是指那些像直升机一样整日“盘旋”在孩子头顶的妈妈们。还有更极端的 “Black Hawk Mom（黑鹰直升机妈妈，出现在电影《黑鹰坠落》中的高性能直升机）”这一词汇，指那些整日被高性能情报机

[1] 指那些只要孩子（高中，大学）遇到一点点困难，随叫随到帮孩子解决问题的父母。

现在的你对得起多少未来的你呢?

在向未来的自己道歉之前,

请如此利用时间……

请经常照照心里那面镜子，

回想一下过去的梦想，

设计一下即将到来的未来，

当小小的努力汇聚成河时，你就会在人生这条长长的

索道上找到平衡，

而你最终会明白，平衡的两端分别是成功和幸福……

器武装着，只要出现一丁点儿的风吹草动就会立即进入“实施打击”状态的妈妈。

妈妈给设计的未来

照着妈妈说的去做准没错，否则有你后悔的一天……妈妈平时是怎么教育你的？……一天至少要打一次电话……人脉对你日后发展很重要，所以和同学们处好关系……我不是叫你离那种孩子远点吗……你又去哪儿疯了？怎么现在才回来？……我在你这么大的时候……我不是满足你所有的要求了吗？你怎么……那个专业没前途……现在重新选择医科大学也不迟啊……最近会说汉语比较吃香……学习才是王道，MT顶什么用？……我们家可是代代……你就是让我放心不下……妈妈替你去取消报名了，最近听说这个辅导班通过率较高……男子汉要有大抱负……我这都是为了你好……

这段文字出自首尔大学儿童教育学院的学生们为“2010年学生专题讨论会”做的宣传海报。这一讨论会的题目是“成人小孩——因爱产生的债务”，这一研究课题把那些自身想要寻求独立，但在生活的方方面面仍受到父母干涉的大学生称作“成人小孩”。主要讨论大学生子女眼中的父母们的过高期望、父母的过度干涉对子女所造成的影响以及由此引发的矛盾，并进行了实证分析。课题中把父母们的过度

干涉归结为“因爱产生的债务”。

我想，即使不引用这些研究结论，大家对这些现象也早已心知肚明。妈妈们时常将一句话挂在嘴边：“你只要管好你的学习就行了，剩下的交给妈妈去办。”

可事实上怎么样呢？走上社会后会发现，其实，孩子最需要妈妈教给的（因为学业是由老师负责的）却是“除学习以外的其他一切能力”。可是，妈妈们却往往霸占着这些能力，丝毫不肯放手给孩子，并美其名曰“这都是为了你好”。

然而，更大的问题在于，即使在孩子考入大学，甚至是结婚，步入社会以后，有些妈妈依然不愿放开手中的“干涉权”。作为大学老师，我就常常接到学生父母的电话，说诸如此类的话：“希望您能接受我们家孩子的授课申请。”“我们家孩子的学分怎么那么低？”“孩子毕业后一定要留学，请您高抬贵手给足海外大学所要求的学分行吗？”在留学宣讲会和留学考试培训班报名现场排队的人群当中，我也经常看见学生父母的身影。在准备公务员和教师资格考试的鹭梁津学院街上，也能经常看见三三两两交谈的父母。往孩子工作单位或服兵役的军队打电话的父母也不在少数。

这就是妈妈们的思维模式：妈妈给你设计好未来，你跟紧妈妈的脚步就行。我们过去常说父母永远拗不过孩子，可如今好像很少有能够拗得过父母的子女。子女们也并非不想独立，可大量的生活费以及

学费、结婚资金都要从父母那里领取，面对这种经济无法独立的现状，想要求得真正独立是不现实的。

如果父母有高学历或取得了一定成功，那么他们对孩子的约束就会更加严格。这样的父母无论从学识还是成就等方面都处于强势地位，认为自己所有的观点都是正确的，子女只能一声不吭默默接受现实。很多孩子从小成长在这样的家庭氛围中，被父母过度保护和操纵，天天围着父母的想法转，媒体有时称他们是“袋鼠族”和“卫星一代”，其实也并非多么夸张。

即使这种现象已经成为世界性的风潮，但这种存在也并不能因此变得合理。难道没有解决的办法吗？那些整日像直升机一样盘旋在孩子上空的妈妈们的人生已经“无药可救”，为了妈妈，也为了自己，作为子女，你一定要想方设法越过妈妈这个坎儿。

“学习之外的东西”决定人生

真正决定你人生的往往是那些妈妈信誓旦旦要为你承担的“学习之外的东西”。

如果孩子处在20岁左右，那么父母的年龄大都集中在40岁后半段至50岁后半段。那些父母大多为上世纪50年代至60年代生人，和我岁数相仿，所以我想要奉劝这些父母一句，我们成长的年代与如今的21

世纪是完全不同的时代。

上世纪60年代初，韩国人均国民收入不到80美元，甚至比索马里和刚果还低。我记得小时候，非洲有一个叫加蓬的国家曾经访问过韩国，那时整个学校的学生都要出去在街边列队挥舞着太极旗表示欢迎。首尔东大入口附近坐落着一座奖忠体育馆，那是菲律宾的技术人员帮忙修建的。当时韩国还不具备建造如此“高端”建筑的实力。

但如今的韩国即将突破人均国民收入两万美元的大关，经济规模已经跃升为世界第11位，世界上难度最大的建筑物也能由我们建造了。

所以，你和你父母其实是生活在两个完全不同世界的人。父母们走过的人生和你们正要走的人生其实是完全不同的。妈妈们在那个年代培养的时代嗅觉已经不能指引你们今后的人生道路了。

父母注定属于保守派。因为他们曾经生活在贫困和急剧变革的时代。那时高考是扬名立万的王道，而教师和银行工作人员则是王牌职业（希望不要曲解我的意思，这两个职业在当今社会依然是好职业），获得社会地位和取得工作成就是奋斗的永远课题。这些观念与如今的社会有了出入，与年轻人更看重个人幸福满足感的价值观也是格格不入的。

即便父母的时代观和价值观能够与时俱进，但就孩子的未来而言，能够接受让孩子冒一冒风险的父母却几乎没有。因此，在子女的

人生选择面前，父母的心胸就会变得异常狭隘。妈妈们往往更倾向于让孩子选择那些没有什么个人价值实现可言，但可以解决温饱的稳定职业。父母们往往不是以成功最大化为出发点考虑问题的，而是以失败最小化作为出发点决定最终的选择。所以，抱着同样心理的父母为孩子指引的道路、展望的未来也与孩子自己选择的大相径庭。

记得七八年前曾经发生过这样一件事。我们系一名大二学生找到我，希望我给他一些建议。学生的爸爸强烈要求孩子去准备司法考试，但学生本人却早有其他心仪的专业，他不知该如何选择。我毫不犹豫地建议他去做自己喜欢的事情，坚持自己的立场。后来过了几天，学生的父亲打来电话，向我和系主任表达了不满。那位父亲狠狠地批评了我们，说我们瞎指导孩子……

因为系主任在中间替我打圆场，所以没有爆发大的“战争”。但当时我也是气不打一处来。我并非是因为那位父亲的失礼而气愤，而是无法忍受他擅自越权，固执地用自己的标准来裁量孩子的未来。

我不知道那位学生后来做出了怎样的选择，可最近媒体相继报道了司法研修院的毕业生就业难的问题，以及大量留学生无法坚持学业从而退学的问题，那位父亲如今会作何感想？虽然，如今律师这一职业依然很吃香，但早已不是父母一代所认为的黄金职业了，让孩子以折断自己的梦想为代价选择这条路更是不值得。

世间本就没有绝对正确的道路，路都是人们走出来的，不是吗？

人生的核心是保持独立

退一万步想，即使妈妈做出的判断可能是正确的，但你必须越过父母进行独立选择的理由仍然是充分的，因为你才是自己人生的主人，不应该由别人操纵。人生是由大大小小的满足和失望编织而成的，承受这张人生大网的并非是你的父母。如果你想坦然接受由喜怒哀乐密密麻麻织就的人生，你就必须走向自己决定的人生。

人生的核心是保持独立。就算肩上背负着千斤重担，只要这些重担完全属于你个人的话，你也会觉得十分容易接受。但如果重担是别人强加于你身上的话，即使如鸿毛般的重量也会让你产生泰山压顶的感觉。

请记住，一定要越过母亲独立做出选择。从现在起，妈妈就是你最大的“敌人”。从现在起，你就要脱掉这个“枷锁”，哪怕前路布满荆棘也要用自己的双脚前行。迈出第一步时，你也许会因为妈妈不在身边而感到无助和害怕，但当你发现自己能够独立行走时，你就已经走在了别人的前面，而在终点等待你的是更加完整的人生。

把命运交给未来赌一把

我研究的专业是消费者学，最近研究方向的重点是消费趋势分析与预测。但举办校外讲座或与新认识的朋友交流时，我被问到的最多问题并非是关于消费趋势的问题，而是关于我个人的问题。

知道我履历的人大多会提出同样的问题：一个本科学习法学，研究生阶段攻读行政学的人，为什么现在却在研究消费趋势？

选择去做能够让自己快乐的事

那我就费点笔墨稍作解释吧，因为是关于个人的事情，所以不免有自我炫耀之嫌。或许记忆原本就是专拣一些光彩的事情长久保存在脑中，待时机成熟时便随时拿出来利用吧，加之老师原本就是喜欢自我炫耀的职业。不过，为了在学生面前做一个好榜样，我希望能向读者做出一个完美的解释。

当然，我并非是在本科阶段就立下了从事消费者学，更不用说确立以后要从事消费分析相关研究的志向了。后来选择了这一研究方

向，也并不是觉得这个研究在今天看来很酷，而是觉得在未来可能会变得十分重要；同时，并不是周围人说这一专业很好就选择，而是觉得这一研究会真正成为我的热望——能让我觉得快乐的事情。

我本科阶段学的是法律，但从一开始我并没有以后做法官或法学家的打算。高三是升学的考试，就相当于大学修学能力试验[1]的分数，当时参照最有名的钟路学院[2]配置表[3]进行了填报。虽然也可以选择其他专业，但父母和班主任强力推荐，我还是选择了法律专业。

当然，并非只有那些分数不够的学生参考配置表选择大学。那些分数很高并拥有极大选择权的学生也会因为怕浪费了高分，或被父母盯着，或为了出身名牌大学确保履历漂亮，或干脆就是迫于周围人的劝告，最后也会放弃自己内心真正想去的地方，而是根据配置表精准地选择大学。

我当时也没有什么明确的目标，所以就尊重父母和老师的意愿快乐地选择了法律。然而，进入大学学习之后，我才发现法律专业是如此晦涩，如此枯燥，开始有点后悔。大多数学法律的同学在大三时就要开始准备司法考试了，但我实在对法律不感冒，也不向往法官这种职业，所以我的大三生涯几乎是在吃喝玩乐中度过的，比

---

1 相当于我国的高考。
2 韩国著名的大学入学考试学院。
3 在韩国主要使用的大学入学考试参考资料的一种。

其他人都轻松。

到了大四，我对政府行政工作产生了兴趣。那时我觉得与其坐在审判台后面消极地指出别人的是非对错，不如更加实际地制定积极政策来改善国民生活，这样的工作貌似更富有魅力。再加上政府在80年代靠着强有力的指挥能力引领着韩国经济高速增长，使我觉得从政的前途和回报都会十分可观。因此，当大家都认为司法考试才是最好出路，蜂拥前往时，我却毫不犹豫地决定参加行政考试。我觉得这才真正是我内心的热望。

但我决定参加行政考试的想法有些迟了，加上首尔大学并没有开设行政学专业，我并不能系统地学习行政学课程，也因此导致首次参加行政考试的我落榜了。经过一年复读，更加系统地学习行政学课程之后，我考入了行政研究院。当时感觉行政学的专业课程听起来比法律有意思得多了，而且行政学是一门综合学科，要求具备经济、心理、社会、文化等多种知识，这比纯粹专注于条文与案例的法律更符合我的胃口。与本科时期的懒散混日子不同，因为觉得课程有意思，这次我学得十分认真。

但参加行政考试的结果却依旧让我失望。我自认为准备得十分充分，但却屡屡落榜。

在郁闷和苦恼了一段时期之后，我决定放弃考试，干脆继续学下去。在决定好未来的道路后，看似坎坷的道路却又开始变得一马平

川，发展势头良好。在同一届的学生当中，我的分数是最高的，毕业时我还以研究生院代表的身份从系主任手中领取了毕业证书。通过率极低的硕士军官考试我也通过了，并顺利考上了博士。我的博士就读于行政学专业知名度仅次于济州大学的美国USC大学，留学四年便取得了博士学位。

就读法律大学和备考期间看似诸事不顺，可从法学转入行政学以及决定放弃考试继续学习之后，幸运就像“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”一样接踵而至，一切的难题都迎刃而解了。那时，我明白了一个道理，决定前途的关键并不是要看别人的眼色行事，而是选择去做能够让自己快乐的事情。

把命运交给未来赌一把

1996年1月，我取得博士学位后回到了祖国。就像一切学成归来的博士生一样，我的理想也是回到母校成为一名教授。后来，我从事了一年半左右的讲师工作，并时刻准备着，一旦有教授资格可以申请，便积极递交申请，却都以失败告终。那段时期，我的经济收入和精神状况都陷入了低谷，可谓饱受挫折之苦。挺过了辛苦的留学生涯，本以为从此可以大展宏图，但希望却顷刻间化为泡影。那是一段万念俱灰的岁月，我甚至想到了重考行政考试，或者干脆死掉算了。

就在我不知所措的这段日子里，有一天，我忽然听说消费者学专业正在招募教授职位，并且和我的条件十分相符。这既给我提供了新的机会，也让我陷入了两难境地。无论能否当上教授，我毕竟已经读到了博士程度，而且在行政学方面积累了一定的人脉和知识储备，现在突然离开这一专业转到比较陌生的消费者学专业，这种研究方向的“移民”，无疑是一场冒险。

经过一番思索，我想，与其把目光放在过去和现在，不如把命运交给未来去赌一把。随着经济增长，政府的主导角色渐渐让位给国民，国家经济运行的方式会发生改变，随之国家权力也将移向企业和消费者，而专门研究企业经营的学者已经趋于饱和，研究消费者的消费者学则大有冉冉升起之势，前景十分乐观。我抱着决然的态度递交了申请，并且幸运地被录用了。这就是我目前就职的首尔大学生活科学学院消费者学专业。

现在想来，消费者学专业并非是我的第一选择，但如今与消费者学结缘，我的心情甚至可以用感激涕零来形容。我庆幸自己当时做出了如此聪明的决定。消费者学虽然不算大学科，但却魅力无穷。如今的企业和政府都在高喊“消费者是上帝”这一口号，这一专业的社会影响力和需求正逐步提高，而我的研究恰恰是面向消费者的消费行为。我对于目前所获得的成功，深感幸福。

如果问我有什么遗憾，那就是在2010年初从原来的工作地点搬家

时，丢弃了大量的行政学相关书籍。留学期间，我省吃俭用，攒下的钱全部用来购买了行政学书籍……（美国的图书价格便宜得惊人）可如今却因为不需要而全部舍弃，着实让我的心空虚了一段时间。但最终，我还是将留恋甩在身后，将那些书籍处理掉了。正所谓旧的不去，新的不来嘛！

为“我的事情”尽全部能力

《公共家庭论》、《消费者信息论》、《奢侈的国家，奢侈品韩国》、《趋势韩国》、《大韩民国消费地图》……这是我成为消费者学教授后迄今为止出版的著作。乍一看好像缺乏连贯性，涉及面过杂，而且我有一个不好的习惯，那就是每出一本书，我就会放弃这一领域的研究。

成为教授的初期，我认真研究的领域是家庭学。消费者学的根基在于家庭学，因此应该追根溯源，从源头学起。当时，学界创造了一个“公共家庭”的概念，试图在养老院等公共设施里提供家庭式服务。我也积极投身于此项工作当中。我觉得将传统且保守的家庭学应用于养老院等全新的领域是件充满乐趣和富有成就感的事情。由于参与这项工作，我成了《公共家庭论》这一教材的合著者之一。

虽然是合著，但毕竟写出了第一本教材，这给了我莫大的鼓舞，

所以我产生了在新领域挑战一番的念头，于是，在1999年我设计了一门叫做“消费者信息论”的课程。

之前，这门课程的内容是研究消费者如何获得和处理购买信息的。我对其进行了改编，将课程内容改为研究如何通过互联网进行消费行为的。当时，互联网还是比较新鲜的媒体，我认为这一媒介将对消费生活以及文化产生重大影响。后来我同两位教授前辈合著了《消费者信息论》这本教材。

这本书写好后，我开始正式进入“消费者形态”这一全新的研究主题。探索“人为什么要消费？为什么会对名牌等价格高昂的物品如此趋之若鹜”这些问题的答案是件快乐的事情。这一过程是真正属于“我的热望”。

经过4年的准备，2007年我终于推出了《奢侈的国家，奢侈品韩国》一书。虽说够不上是经典著作，但它的内容却十分符合时代需求，切中社会的脉搏。我不仅将我擅长的内容写入了书中，而且将社会普遍感兴趣的热点主题也在书中进行了介绍。

接下来感兴趣的课题是消费趋势。趋势是指随着时间变化，消费者的消费喜好变化。分析和预测消费趋势是一件十分有趣的工作，并且也是很有市场需求的。于是我从2008年开始推出《趋势韩国》系列，并在专门介绍经济经营问题的《朝鲜日报》上推出了标题为“金兰都教授的趋势笔记本”的署名专栏，并连载至今。

我在未来会继续深化我的研究主题，继趋势问题以后，我将研究方向转为消费者调查以及新产品开发。据说苹果公司从不做消费者调查，相比消费者的消费趋势，苹果更看重开发者的天才型创新能力起的作用。但这一思路我却不敢苟同。我坚信，如果能够认真分析消费者的消费喜好和趋势，将更有利于开发出更具亲和力和创造性的新产品。

一旦开发出一门课程，学好这门课程的学生将更加容易找到工作，韩国也可以生产出苹果一样的产品，最终受益的还是消费者本身。

这就是我为什么每推出一本著作就会改变研究主题的原因。这么说来，我还有些惭愧，也许有人会说："所以说啊，金教授没有一个深入和像样点的研究。"

但我还是要为自己辩解一下，至少我没有靠着已经取得的成就吃老本，不是只找容易做的事情，而是根据社会的需要及时调整研究方向。我没有安享过去和现在，而是跟着未来指引的人生前进；也没有随波逐流，别人说什么好就做什么，而是一门心思为"我的事情"尽全部能力，这是我的人生准则。如果我当初没有跟着未来的指引，没有跟着"我的事情"的指引前进，恐怕今日就不能用我那"花哨"的研究履历作为资本，向读者朋友提供建议了。

所以，请你不要安于现有的成绩，要不断挖掘自身的潜力，要勇敢地超越"现在的我"。陶醉在自我的世界会让人变得不思进取。如

果不能完成自我更新，自我升级，那么早晚有一天，社会将把你当做古董遗弃在角落。我们的人生比想象的要漫长，如果只谋求眼前的利益，毫无原则地随波逐流，重复着同样的节目，是不是有些乏味呢?

请不要忘记，有句俗话叫做“破壳而出是生命，砸壳而出是料理”。请遵从那些内心的渴望，向着未来前进吧!

靠学习之外的能力打天下

我们学校每年都会举办一次家长邀请活动，邀请学生家长到学校来，向他们介绍学校的现况，并举办一些文化活动，创造教授与家长进行交流的时间。作为院系主任，我每次都会参加这一活动。与学生家长进行面对面的交流是一件十分特别且愉快的经历。

学习好，事情就可迎刃而解

我既是教书育人的教授，同时也是膝下育有初高中子女的家长，每当见到一些优秀学子的家长时，心里都会有点小小的嫉妒。这些家长每次见到我都会说："教授，我的孩子就拜托给您了。"但我却会情不自禁地问："您究竟有什么秘诀，培养出了这么优秀的孩子啊？"

特别是见到那些学习好，又有领导能力，似乎接近完美的所谓阿

尔法女孩[1]和阿尔法男孩的父母时，我都会有点肃然起敬的感觉。

但有趣的是，这些阿尔法学生的父母会异口同声地对我说一句诸如“我们家某某看起来很大，实际上还是小孩子，希望教授能够帮我们好好教导他”、“我不知道这孩子学习究竟怎样，但其余的事情没有一个能做好的，希望教授能多费心啊”之类的话，这些话说出来绝对不是简单的客套，而是显得十分真诚。

我从心底里感到十分惊讶：这些学生学习成绩优异，英语水平突出，可谓具备了让同龄人艳羡的资本，但从父母的口气来判断，其他方面都是他们的软肋。虽然有走下神坛的英雄便是寻常百姓一说，但看起来如此完美的学生在实际生活中却表现得一塌糊涂，不能不让人感到意外。但如果仔细观察，这样的学生还真是大有人在。

这就是不合群的阿尔法男孩、阿尔法女孩。他们都属于外强中干的类型，一旦离开教室就什么都不会做，在恋爱和待人接物上愚钝得有些让人郁闷，消费生活方面毫无规划地冲动行事，对生活中所能遭遇到的大大小小问题的解决对策也丝毫不懂……但显得如此不合群的一类学生却非常懂得如何学习，真是有点讽刺意味。

---

[1] 阿尔法女孩，也称α女孩，即Alpha Girl，指许多方面的能力和表现都在同龄男性之上的年轻女性。该词源自美国哈佛大学教授丹·肯德伦的著作《Alpha Girl》。阿尔法女孩不受传统的性别角色约束，比男孩子更出色，她们从出生起就与男孩子受同样的教育，在学习、技能、体育等方面都不输给男孩子。由于这些女性相当优秀，几乎是“第一”、“最好”，故以希腊文的第一个字母α形容。

开始正式恋爱时，表现得手忙脚乱，平时所表现出的自信已经毫无踪影，剩下的只有磨叽再磨叽。只靠那些形式化的约会以及流于表面的关心来维持恋爱关系，出现一点点波澜就不知道如何抚平，犹犹豫豫的结果就是将两人拉入冷战的深渊当中。经营朋友之间的关系也一样，一旦需要面对面就变得幼稚可笑，但是在博客和社交网络上与人交流却驾轻就熟。

实际生活中，完全不可能期待他会处理租房合约之类的复杂事情，就连在折扣店简单的讨价还价也不知道如何进行。几乎没有接触过洗衣做饭之类的事情，不知道该如何操作，一旦让他们做点事情准会搞砸或惹出事端。结果呢，常常是打电话找妈妈。

如果真是这样，即便顶着“阿尔法”的名号又有什么可羡慕的呢？可是，很多不合群的阿尔法们却依旧固执地认为只要学习好，其他事情就都可以迎刃而解。

这是痴心妄想，只要踏入社会的洪流当中比试比试，就知道自己有几斤几两了。

靠学习之外的能力打天下

步入社会后能不能在职场上混得开，能否有所成就，与你在学校时成绩是否优异毫无关系。

职场前辈们心里最清楚，作为一个成人如果无法对自己负责的话，无论具备多么光鲜亮丽的履历、优异突出的成绩都不可以重用。然而，可悲的是这些不合群的阿尔法迈入职场大门之后，依然幻想可以倚靠在别人身上，期望事事得到他人指导，无法独立生存。

最近，经常能够从网上看到一些“败德女”、“伤风男”之类网络用语，这些连最基本的做人礼数都不具备的年轻人，自然引起了网友们的口诛笔伐。类似的事件出现时，网友们往往斥责其没有素质，但我认为这不仅是个人的问题，还是社会的结构性问题。自幼便受“学习好就是好孩子”、“长得漂亮就是好孩子”之类的思想熏陶长大的一代，对如何为人处世才是好孩子却一无所知。

很多年轻人不明白的是，一旦迈入成人阶段，“学习好就是王道”的时期也就随之结束了，取而代之的是靠学习之外的能力来打天下的时期。可不合群的阿尔法们继续维持着“学习好就是王道”的固定思维方式，成人后也只想着如何让自己的成绩单更加漂亮些。结果在学校时被称作完美阿尔法的学生们，在实际生活中却获得不合群的坏名声。

想找到一份好工作的确需要一张漂亮的履历表，但日后要想获得成功和幸福却不能光靠一张漂亮的履历就能办到。所以，你不仅要熟练地驾驭英语，更要驾驭人际关系，不仅要积累知识，更要积累丰富的人生智慧。

哪怕你将用于积累知识的十分之一的时间拿出来，投资到积累人生智慧上，也会更有益处。希望你长大成人后，拥有的不仅是知识还有智慧。所以，要努力摆脱不合群的阿尔法男孩、阿尔法女孩之类的名声。真正的阿尔法人生并非仅由履历上所写有的能力就能成就的。

为什么那些平时基本上不会使用的英文单词你都能记得那么牢固，却不想积累一些人生智慧呢?

别把自己卖给简历

在我为大学免试生进行书面评价的时候，经常会看到一些学生过分炫耀自己的简历。说实话，这种炫耀只是表面光鲜而已，真正能够得到加分的没有几项，合格率并不高。

同时，我打心眼里觉得，孩子和妈妈们为了这些不必要的东西，受了不少苦啊。辛辛苦苦地努力，却全都花在了一些没用的地方。

席卷学生的简历风潮

我可以理解这些学生的心情：多多益善嘛，总有一项用得到。而有些培训机构，就会利用家长这种心理，在广告中大肆宣扬，自己可以帮助孩子拥有一个更光鲜的简历。一传十，十传百，家长的不安心理就会被一再放大："我们家孩子要是在这方面吃亏怎么办啊！"于是，家长们便是挤破了头，也要争着抢着让孩子参加培训。

即便高考结束了，这样的局面仍会继续。大学毕业时，又会掀起为了就业而充实简历的风潮。面对激烈的竞争以及周围同学带来的压

力，自己如果毫无作为那怎么行，于是大家纷纷抱着不怕一万就怕万一的心理争相效仿。

从不安的程度来看，当然是就业压力比高考压力更大，大学内部往往有比较严格的选拔机制以及评分机制，但企业则不同，每个企业的需求各不相同，因此，不可预知的风险增加了，不安感也相应增强了。年轻人为了让简历更加光鲜而四处奔波，原因也正在于此。

现在的大学生都对学分十分敏感，拿我所教的公共课来说，学校有着严格的评价标准，即B类学分要占40%，C类学分以下要占30%。对自己学分不满的学生不在少数。每到学期结束时，很多学生就会争相跑到我这里，让我确认一遍，是否在计算成绩的时候发生了错误，甚至发邮件问我，没有提升学分的余地了吗。甚至还有学生要求我干脆打不及格，方便他们申请重修。还有一些明明得A的学生跑来问我，是不是我搞错了，他们应该得A+。

总之，一切以学分为中心，加之各类资格证书、实习证明、公开作品、志愿经历、勤工俭学等等组成所谓的“就业套餐”，让学生们疲于奔命。学生会活动、社团活动、下基层活动也成为简历上必要的一笔，而曾经作为休息和再充电的旅行，也摇身一变成了“探险精神”“创意探索”等可以体现自己的能力的内容。

20岁左右的年轻人，将自己完全卖给了简历，这股充实简历的浪潮几乎席卷了所有专业的学生，无一幸免，以至于企业的招聘负责人

曾经和我抱怨：怎么所有学生的简历好像都是一个样？你们学校一个系怎么会有N个学生会主席？一个社团活动，大家都是组织者和负责人，这可能吗？

对学生的这些行为，我统统表示理解，学分是以后进一步深造能否申请到好的专业、能否获得高额奖学金和就业能否获得好的就业岗位的重要衡量标准，简历上的那些看似复杂的经历，会让企业的招聘人员另眼相看，增大就业几率。

即使这样，我依然觉得，学分并不是一切，简历也不是越复杂越好。我并不是说，简历上的活动都是没有意义的，但如果你对要达成什么目标没有清醒的认识，只是胡乱为自己增加资本，认为把简历弄得越长越复杂越好，才真的是在浪费金钱和时间。

企业需要的是实实在在的能力

那么，你可能疑惑：究竟哪些能力值得写进简历当中呢？我们来做个换位思考，试想一下：如果是你在选拔人才或者购买物品，你会如何选择呢？

不知道你有没有注意到这样一个现象，越是营销能力强的公司，越不会天花乱坠地炫耀自己产品的优点。例如，推出一款新的饮料时，它们的广告中不会直白地说“味道好、营养丰富、瓶子漂亮、

值得购买”，而是以“你是我的什么，我是你的……这样我们可以……”这种含蓄的方式去做广告。难道这个公司的老板不想大肆炫耀自己的产品多么好，多么值得购买吗？但正如某位搞笑艺人的那句经典台词：“这只是你一个人的想法而已，大家并不那么想。”

营销的核心并非自夸，而是要传递给消费者一条值得购买的理由，当这种购买需求真实地体现在产品质量上时，就会形成独特的品牌价值。就业也是同样的道理。你无需将你的整个人生和你所具备的所有能力一五一十讲给对方听，只需向招聘单位传达出一条值得聘用你的理由就可以了。

而这种说服，并不是仅仅靠在简历上罗列些文字就可以传递给对方的，而是要将自己身上的“品牌价值”挖掘出来，呈现给招聘单位。换句话说，你需要掌握一种讲故事的技巧，你要有自己独特的东西，用你的独特性去打动面试官。这才是创造品牌价值的最主要方法——讲故事的技巧。

假设某个研究生院正在进行研究生录取面试，其中有一位从其他学校毕业；本科阶段也非本专业的学生来面试。他的首轮笔试成绩十分优异，但由于不是名牌大学出身，学分不高，而且是外专业学生，所以，底气难免有些不足。但面对面试官的时候，他是这样说的：“我，专业不同，学分也不高，这我都清楚，但诚实点说，我学分不高是因为所学的专业并不是很适合我，经历了一些心理起伏。但在大

学三年级时，我接触到了××学之后，我的学习状态就步入正轨。经过调整心态后，我在××学专业上学得很踏实，所以决定研究生时继续学习该专业。”

实际上，翻开他的成绩表，会发现对他的整体评分并不高，但××学相关专业的成绩却全部达到A，如果让你在平均成绩比较优异的学生和这个学生之间做选择，你会选择谁呢？

如果后者被成功录取，他的成功秘诀一定是，用独特的故事打动了面试官。

企业需要什么样的人才？不，企业想听到人才怎样的故事呢？企业真正想要的，是那种对企业的成长有所贡献的人。自然，企业也希望从听到的故事当中，看到这种可能性。一个人即使学历不高，但如果他拥有100%的能力提高企业销售额的话，我想，所有的企业都会愿意录取他。问题是，你如何去为企业创造这种100%的结果。

简历只不过是在无法判断一个人的贡献能力时，对其打分的一种代理指标而已。学历、学分、托业成绩等也只是评价学习成绩、智力水平和诚信度的代理指标。各种资格证以及各种实习经历也只是考察你业务相关知识，组织适应能力，以及忍耐力的代表指标而已。企业真正需要的，是这些指标背后实实在在的能力。

斗山集团的朴荣万会长曾经说过：“简历是根据过去的行为轨迹来判断未来所能获得成果的指标。它只能从客观上表现出你为未来积

累实力，做出了怎样的努力而已，但不能保证你未来一定会获得多少成就。而那些为了漂亮的简历而设计简历的人更不用说了。这样的简历只是掩饰缺陷的化妆品而已，不能提升多大内涵。”

负责招聘的人事部门最为重视的是业务执行能力而不是光鲜的简历。我接触过很多老总，和他们进行私人交谈时，常常会从他们口中听到这样一句话：“招个人真难啊，如果有好的学生帮我推荐一下。”这句话多少让我有些吃惊。如今有大量手持各种漂亮履历的人才在寻找工作，高学历的人很多，但真正能为企业所用的为什么却寥寥无几?

再继续追问这个问题，那些老总想让我推荐的是那些简历丰富的人才吗？恐怕不是，他们真正想要的是能够对企业做贡献的人。现在之所以会出现求职难，人才荒并存的局面，是因为从企业的立场上，简历只是一块敲门砖而并非最终的目的。因此，简历需要呈现给企业的并不是罗列出来的各种能力，而是——哪怕简单的几句话也好——通过与众不同的故事告诉对方，我对企业贡献才能的可能性。

很多年轻人明明知道，简历中的内容不是多多益善，但为什么他们依然无法放弃在这方面花费精力呢，依然无法停止在简历上多做文章，把简历弄得花里胡哨呢？那是因为他们有一种错觉，认为在就业的竞技场上比拼的是简历。这是多么典型的手段变目的的例子啊。

把与众不同的故事讲给对方听

产生这一错误认识的另一个原因是不懂得归纳。

经过一两次的就业失败后，我们通常就会总结、归纳、寻找失败的原因。但有时不免会有所偏颇——不是从自身寻找原因，而是归罪于外部环境等其他客观原因。例如，有些人因为在面试时表现得不真诚，所以被pass了，但是他本人却会认为，那是由于他学分比较低的缘故。在就业论坛上，同学们在分享经验时，往往也会将求职不成功的原因归结到简历不是很完美等原因上。就这样，简历至上的错误观念被无限放大了。

可真实情况又是怎么样的呢？据我了解，其实，虽然每个公司侧重的业务方向都有所不同，但是企业作为一个组织想要正常运转就需要在各个岗位上安插各种各样的人才，需要心思缜密的人，需要创造力强的人，需要性格火暴的人，需要英语流利的人，需要八面玲珑的人，需要头脑清醒的人，甚至需要有些愚笨的人……因此，真的不需要在简历上炫耀自己具备了几乎一切才能，只要拣出一个自己最强大最擅长的，并加以强化就可以了。用一句话概括起来，就是简历不应面面俱到，而应精准独到。

例如，有些人语言表达能力一般，却很具有亲和力，那么他应该将所有时间和精力投入到训练自己嘴皮子上呢，还是应该向对方展示

自己的亲和力呢？我觉得当然应该选择后者。他去向那些注重沟通交流的服务类企业推销自己，很容易成功。所以对于后者这样的人才，求职过程中最重要的是将自己与众不同的亲和力展示给企业，并通过发挥这种特质来提高公司的销售业绩。

众所周知，品牌是一切成功的核心，想要在当今社会站稳脚跟，也要有自己独特的品牌价值。那么，树立个人品牌价值的核心是什么呢？将力量集中在一点上，选择你最擅长的某件事情，集中去展现一个与众不同的故事。

不要因为不安，一窝蜂地拥到各种培训班寻求心理安慰，坐下来，拿出一张白纸，描绘出自己的梦想和确立自己的精准定位吧。我的优点是什么，最擅长什么，有哪些独特之处，我的定位在哪里？如果说乔布斯用创意征服了全世界，那么，从现在开始，用这张白纸去规划和征服你的人生吧！

答案就在这张纸上。

20岁，比钱更重要的东西

读大学的时候，我的课余收入颇为可观，因为当时政府为了节省教育经费，严禁初高中生上培训班，只允许他们聘请大学生当课外兼职老师进行辅导。

由于我高中时有幸遇到了一位非常出色的英文老师，所以我的英语很棒。老师的名声在外，很多英语不好的学生也自然会找我这个“首席弟子”寻求辅导。当时，我的兼职不仅多，每节课的收费也颇为可观。现在想想，那恐怕是我成为教授之前，人生中收入最为可观的时期。

勤工俭学的致命问题

大学时期的我生活十分散漫，学习也不是很用功，一方面是专业不合胃口，另一方面是兼职占去了大部分时间，有时甚至逃课去进行课外辅导。经济上有了足够的保障，精神上自然也就没有多大的危机感了。记得那时，爸爸整天骂我没出息，还断了我所有的零花钱。可

是这丝毫未能激起我的进取心，因为我可以接着做课外辅导，即使断了零用钱照样活得很好。那时的我，十分享受这种悠然自得的散漫生活。

即使去美国留学的时候我也没遇到经济困难。我家里并不富裕，爸爸去世后更是拮据，留学需要很多钱，我能过得去的原因，也是拜课外辅导的外快所赐。

我获得博士学位的大学位于美国洛杉矶，那里有很多早期来此留学的初高中生。因为长期以来大量的兼职辅导，我积累了一定经验和人气，所以到洛杉矶后迅速打响了名号，来找我辅导的人络绎不绝。

在这里，我跟大家讲自己兼职赚了许多钱的故事，并不是为了自我夸耀，反而是为了告诫大家：

比钱更重要的是你的未来。

过分优越的经济是你前进的绊脚石

你们可能会觉得奇怪，兼职明明可以赚很多钱，可以自给自足，还可以用赚来的钱去国外读书，这不是很好吗？你干吗要这么说？

问题就出在这里——可以赚很多的钱。如果兼职的收入微薄得可怜，就会因为强烈的被剥削感而感到疲惫，最终放弃。可如果兼职的收入过于丰厚，就会产生没有必要一定要毕业，或者即便毕业也未必

比现在过得好的想法。

如今，大学学费不断上涨，就业压力不断增加，在可能要倾家荡产才能读完大学的现实下，钱对学生的诱惑比过去更加难以抵挡。实际上，现在许多准毕业生都选择做兼职，甚至有可能做着做着就把兼职和学业放在了同等重要的位置。

我想说的是，高收入的兼职是所有勤工俭学学生的梦想，但其中也有致命的问题——如果真的有一天收入开始多起来的时候，你的主次观念就会颠倒了，手段反而变成了目的。你会想，现在过得这么好，为什么要努力呢？只要有钱就可以很舒服地过留学生活，干脆在当地开办一个教育培训机构不是更加舒服吗？当然，如果单纯向钱看的话，这也算是一种不错的人生选择。

我曾听过一个极端的例子：有几个女生因为急需用钱，不得已到酒吧里做了两个月兼职陪酒，结果却发现，这种兼职的收入比做白领还丰厚，便放弃了原来的学业，做了酒吧女郎。一步错则步步错，一旦迈出那一步，就再也回不到原来的人生轨迹了。收入越高越容易如此。

现在回想起来，当时自己能够抵御住这一诱惑真是比想象中还要困难。

所以，年轻时经济上的过分优越反而可能害了你。特别是当这份优越的收入并非来自你梦想的职业时，金钱上的优越会麻痹你应有的

人生觉悟和冲劲，让你变得现实与功利，失去了原始的梦想，不知道自己该干什么，未来也会越来越迷茫。

当然，如果你足够幸运，找到的兼职恰恰是你愿意为之奋斗终身的事业，这也未尝不是实现人生目标的极大助力。但是，如果一切向钱看，最终出卖自己的本业，是十分不可取的。比起眼前立竿见影的利益，为了整个人生的梦想而奋斗，才是长远的着力点。

只有坦然地接受经济上的窘境，不要为此过分苦恼，并将其化作动力，你将来才不会后悔自己的选择。

你们还年轻，人生之路何其漫长，不要将眼前的利益作为所有事物价值和意义的评价标准。在做事时，三思而行，要想想，这件事会把我塑造成什么样的人，对我的人生有没有帮助，这才是比钱更值得考量的评价标准。

比金钱更重要的是未来。

人生也许是一场偶然——关于目标

任何人都抱着一定的目标生活。高中时希望高考时获得理想的分数从而进入好大学，步入大学又希望毕业后能够找到理想的工作，顺利就职后希望能够扶摇直上或跳槽到待遇更好的公司……这些都是不同阶段的目标。

如果年轻人没有什么可以说出来的目标，周围的讨伐声就会此起彼伏，说什么不够稳健，不思进取等等。

自然，我也不例外。

人生不如意十之八九

以我为例，我也是在不同的阶段怀揣着与同龄人相似的目标，一步步走过来。其中自然有一些目标已经实现，但未能实现的目标却占大多数。

回顾走过的路，我的人生，在现实和理想之间，有着巨大的差异。人生并非如同自己以前规划的那样。我曾设想过从事各种职业，成为大学教授的想法是研二时才萌生的。我一直主修法学和行政学，

如今却从事相去甚远的消费者学的科研工作，这样大的变化即使在取得博士学位后，也未曾想到过。

我不认为这种差异说明了人生是失败、痛苦的。甚至可以说，这种差异，对我的人生反倒是件好事。之所以这么说，倒不是我已经足够成功，可以沾沾自喜，而是当我在回顾人生时，发现那些曾经的梦想，虽然不曾完全兑现，但依然得到了变相的满足。

同学们，进入大学后，最先遇到的困难便是发觉自己的目标“正被一点点稀释”。毕竟，寒窗苦读12年，终于上了大学，会有一种如卸重担的感觉，轻松的同时，却不停地问自己，人生的目标何在？我们就像一条条只为奔向大海的小溪，经历过千山万壑的阻隔，却在最终看到浩瀚的海洋时，茫然而不知所措。

当周围人还在发出“现在的大学生可真好啊”之类的感叹时，很多大学新生在即将度过一年级暑假的阶段却会陷入到莫名的不安之中。至今为止自己经历的人生、所展望的目标实际上并不能解决任何问题，这会让年轻人感到茫然……我也曾陷入过这种不安，因此我深深同情后辈们的感受。

很多大学一年级学生都表示眼下不知道该设立怎样的目标。这就是失去目前为止的人生中唯一目标（考大学）后的陷入目标真空的恐慌状态。而恐慌必然会引起不安。这时的学生会整日被懒惰的自责感、没有目标的恐慌感，以及失去方向的困惑感所包围。同时，以往在竞争中一定要胜利的求胜心也会随之增强。这些复杂的感受所形成

的合力恐怕就是大学一年级末期所陷不安的本质。而这种不安难以消除，会一直持续到大学毕业。

请不要过分自责。化不安为动力，适时期待人生中邂逅的偶然吧！

丹尼尔·品克：不要订立任何计划

请不要误会，我让你期待偶然并非是要你毫无计划、随波逐流，最后被时代大潮所淹没。我的题中之意是告诫你，即使在一切都不按计划走的时候也不必感到恐惧。

凭借《未来在等待的人才》一书闻名的未来学家丹尼尔·品克在2009年访问韩国时发生了一件有趣的事情。某记者向品克先生提了一个问题：您最想对年轻人提出怎样的忠告？他的回答是："不要订立任何计划！"

全场一片哗然，一位未来学家提出的忠告竟然是不要订立计划？记者感到一头雾水，于是品克先生解释道："二十岁时完成这个，接着实践那个之类的计划在我看来完全是愚蠢和无谓的举动，这是根本不可能的事情。世间万物变化多端，不可能完全按人所预料的方向去发展。与其浪费时间订立计划，不如去学习新的事物或尝试新的举动，做第一个吃螃蟹的人。体验新事物虽然难免失误或碰壁，但通过'漂亮'的失误去不断学习和提高，反而是宝贵的人生财富。"①

① 《3位世界级未来学家眼中的发展趋势》，《朝鲜日报》Weekly BIZ专栏，2009.4.4.C4版。——作者注

请尝试“漂亮”的失误，失误也可以是一种资产。正如丹尼尔·品克的建议一样，应从“漂亮”的失误当中不断吸取经验从而让自己发展。重要的并非是不让失误出现，而是不重复同样的失误，不在同一个地方跌倒。从失误当中学习经验，让失误一点点造就成熟的自己。这样，你就可以坦然期待偶然的发生了。

停下脚步，期待偶然

回顾我走过的人生，就如歌里唱的那样，有时也期待偶然。

而有种道理，到现在我才真正明白——年轻不用太心急。与其自责丧失目标，永远做得不够多、不够好，倒不如相信自己拥有无限潜能，坚持下去，一切便皆有可能。

作为过来的前辈，我想向年轻人建议：请相信自己的潜力。就算人生目标还不明确，又或信心产生动摇，都请充分相信自己。不要将眼光局限在过于功利的考试、资格证书、学分等事物上，而将无限的可能性扼杀在摇篮中。

请你暂时停下脚步，为自己缜密的计划留一些余地，偶尔期待一下偶然。暂时将自己托付给时间，等待上苍新的安排，也许会比埋头奔跑取得更大的成就。我就是我，难道不能按这种逻辑信自己一回吗？

人生最重要的不是第一份职业

“找不到工作不是你的错，是社会有病。”

这是影片《我的黑帮恋人》里的一句台词。我个人比较喜欢朴重勋，为了这部影片，特意去了一趟久违的电影院。影片中郑有美饰演的为找工作而孤身奋斗的角色，让我产生了深深的共鸣。

回去在网上搜索影片信息时，我却意外地发现了一篇评论。这评论是某中小企业人事部门的负责人写的，表示根本无法认同影片的内容。他在主页上说道，中小企业其实求贤若渴，想找到合适的人才却如大海捞针一样困难。

还有一次，我在某份报纸读到一篇《为了缓解青年失业问题，上一代人应该多让出一些既得利益》的专栏文章。我把文章转载到我的个人主页上，引来无数人的跟帖，但恶评也如潮水般涌过来，那些恶评大体上都是说，如果现在的年轻人能够放低姿态的话，是很容易找到工作的。上一代的人是在更恶劣的条件下生存的，现在的年轻人太娇惯了等等。

对这些观点我不敢苟同。

要年轻人降低姿态不合国情

上一辈的人大多生活在人均收入不到100美元的时代，工作仅仅是为了解决温饱而已，无数乡村少女为了给家中节省一口粮食，跑到城市给人家做保姆，只要有口饭吃就满足了。而现在的年轻人却是生活在人均收入高达10000美元的时代，对工作及生活质量的期望自然与上一代有天壤之别。年轻人不会为了填饱肚子而选择工作，他们工作是为了经营幸福的生活，实现人生的理想。他们想去寻找的是能够为自己提供发展机遇的地方，因此，上一代人无条件要求年轻人降低姿态并不符合国情。

如今，20岁左右的年轻人大多为就业忙得团团转，参加各种实习以及研修，上各种培训班，就连放假都要用于积累各种就业资本，唯恐自己比同龄人落后，现在甚至还出现了“恐闲族”，即惧怕闲下来的一类人群。如果只是为了随便找一个可以糊口的工作，何必付出这么多努力，投入这么多的机会成本呢？他们所做的这一切，不外乎是为了找一份能让自己满意的工作。

然而，大学毕业生的数量越来越多，而上一代人却还紧握着手中的既得利益不放，为年轻人提供的岗位自然少之又少，好的职业对人员的需求并没有太大的增长，而供给却在迅猛增加，在供需不平衡的

情况下，人人都向往和满意的职业自然竞争异常激烈。

没错，年轻人就业难的确是社会性的问题，但社会无法对每个年轻人所面临的困境负起全部责任。对此，作为一位老师、一位父亲、一位手里掌握着既得利益的上一代人，我感到愧疚且难过。

即便我理解年轻人的困难处境，也知道问题并非出在你们身上，但这样的理解和安慰并不能缓解和改变你们的处境。所以，我仍旧想要小心翼翼地对你们提出一些忠告，希望你们能好好思考。

先上火车再找舒服的座位吧

请先上火车再找舒服的座位吧。年轻人因为找不到工作而怨声载道，而企业也在为招不到合适的人伤脑筋。雇佣关系和婚姻关系有相似之处。求职者希望找到高于自身能力的职位，公司却希望找到物美价廉的人才，双方的期待值不同导致了不平衡的状态。这种不平衡发展下去就会产生求职难与求才难共存的局面。这与婚姻关系中，婚姻双方对彼此的诉求有相似之处。但二者也有不同点。你不可能对准新郎或准新娘说“只要结婚就万事大吉了，所以降低眼光先结婚再说”，但对求职人员来说“以后还会有很多机会，先开始工作吧”之类的话却是可以的。所以，我的建议是，身边如果有一辆即将出发的火车，就不要停在那里左顾右盼浪费时间了，先上去再说。

社会往往信不过你对未来的展望，只会查看你的过去能为未来提供多大担保。相比你的潜力而言，一个组织更看重的是你的经历。他们并不会在意你简历上的各类能力指数有多高，而是看你过往工作经验中所积累下来的实际业绩。与其用各种各样的培训经历和证书打动对方，不如先去一家规模差不多的公司，积累一定的工作经验，用多样业务的处理经验来证明自己的实力。所以，即使摆在你面前的公司待遇不是很高，名声也不是太大，也不妨去积累有益的经验，这比选择复读或者增加几分考研成绩更有实际意义。

当然，我也承认，很多中小企业的实力的确让人不敢恭维。首先，从报酬和稳定性上来说就比大企业落后很多，许多中小企业是家庭企业，核心职位都由老板亲属把持着，升迁的机会很少。而且，在中小企业所从事的业务也可能与自己的专业毫不相干。特别没面子的是，与大企业进行商务往来时，一般也处于被动和从属地位。想要跳槽也不太容易。就算成功地跳到了一家更好的公司，相对不那么体面的第一份工作也会像阴霾一样时刻伴随着你。

可是，你是愿意选择一直两手空空，站在原地等待，还是不管环境多么恶劣，先进入再说呢？两者都谈不上是太好的选择。此时的抉择完全根据你的心意，你要自己决定，选择你更能接受的一种。

在中小企业遇到的压力和问题，换做著名的大企业也同样会遇到。多数大企业的业务量都是十分惊人的，人事管理制度也相对严

密，组织生活遭遇的压力更大，而且业务划分更细，经常要在一个岗位上充当一个小小的螺丝钉，导致你很难拓展眼界。那些所谓的“中小企业之痛”在大企业中也同样能体会到，可以说，“职场之痛”是不分企业规模大小的。没有任何组织会平白无故给你报酬的。

从这点上来看，立即搭上火车不失为一个好选择。几个月后，甚至几年之后，当你向更高的职场递交申请时，仅靠大学阶段的单薄简历是很难打动对方的。社会的眼睛雪亮而又冷酷，而企业又是用金钱换算价值的冰冷组织，它们关注的，只是你能做出多大贡献，带来多少效益。

相比那些毕业后“游手好闲”了一段时间的人，企业更喜欢接纳已经在社会上历练了一段时间的人。理由有两点。首先，刚步入社会所要缴纳的学费，你已经在某个地方支付过了，你已经了解到工作和学生阶段是完全不同的两回事；其次，这说明刚步入社会的初期，你并没有坐以待毙，而是用你的勤劳和热情为自己上升到新的高度打下了基础。这一切都会为你加分。

不要因为搭上的火车小而慢就犹豫不决。中小企业最大的优势是能让你积累多样化的经验。在中小企业工作，不像大企业分工那么细致，需要的是全才，你往往要时刻准备做一名救火员，不分业务性质地完成各式各样的任务。虽然这可能会让你十分疲惫，但如此丰富的业务处理经历是你跳槽到新单位时拥有的重要能力和长处。而且，中

小企业人才紧缺，你的价值往往更容易得到肯定，一旦步入正轨，你的成长速度甚至要比大企业快得多。

如果你拥有创业的打算，初始阶段更应该不加挑剔地尝试各种工作。也许有很多年轻人梦想着能像比尔·盖茨和斯蒂夫·乔布斯那样实现青年创业的梦想。但现实当中，这种人凤毛麟角。我不鼓励年轻人过早尝试创业，社会环境复杂，年轻人在缺少社会经验的状态下便开始创业，往往风险过高。市场是残酷的战场，对于无经验者更是毫不留情。

电视剧《学习之神》中有一句台词："社会是有规矩的，但这种规矩在学校里学不到。"如果你真的想创业，就应该先栖身于一家小公司，留心观察，学习总经理、总监等各级人等会遇到些什么问题，如何去解决这些问题。这些知识是纸上谈兵的就业培训机构绝对无法教给你的。只有通过直接经验获取这些能力，才能在创业过程中提高成功的概率。

听说过"隐藏的冠军"这个词汇吗？它指的是在世界范围内不太知名，但却在某一个细分市场上占据第一名位置的中强型企业。选择进入这类企业工作可以获得更快的成长，相比待在大企业能够积累更多业务经验，升迁机会也较多。

就像股票市场里的分析师会选择最具发展潜力的公司进行投资一样，你也不妨物色一些Hidden Champion类型的公司进行自我投资。与

其成为啃老的长期待业人员，不如选择此类公司挑战一下自己，也学习一下新的知识。

人生最重要的不是第一份职业

人生当中最重要的并非是第一份职业，而是最后一份职业。不要试图一盘定胜负，重要的是看谁能笑到最后，走得更加长远。学会用战略眼光设计整个职业生涯。最初的牺牲是值得的，只要今后充满发展机遇，就值得尝试。

时代瞬息万变，而人生却又如此短暂。在这条跑道上，每个人都想跑得更快，最后成为冠军。可能开始时，你并没有赢在起跑线上，没关系，关键在于，在今后的漫长人生跑道中，你将采用何种战术，坚持到终点。

年轻人，请先开始吧！就算现实离期待还有不短的距离，也请毕恭毕敬地迈出第一步吧；即便身旁停留的是一辆老旧的慢车，也请先上车，再向高速行驶的人生中转吧。毕竟，这比直接跳上疾驰而过的高速列车，要容易得多。

先成功后幸福的想法是危险的
——写给即将走出校门的你

毕业当天，即将走出校门的你，手捧着鲜花，笑容在眼中绽放，此刻的你，心情一定比阳光还灿烂吧？但看到这样的你，我心里充满祝福的同时也有些酸楚。

没有了大学的庇护，你们即将步入的社会是多么残酷啊！在脱下学士服的那一刻，在手中的鲜花还没有凋零的那一天，你就要明白，两者之间有着多大的差别。

回想一下刚从高中步入大学时，期待与现实之间的反差，给你造成的巨大冲击吧。生活和理想怎么可以差这么远？现在，你就要从大学步入社会了，更强烈的反差出现在你的面前，它会超出你所有的想象，让你无所适从。

也许还没有定下去向，就要离开校园的学生此刻十分忐忑不安。可是即便是那些已经找到工作的学生，在步入新工作环境时也不会那么轻松。没有哪个地方是可以不用费力就能挣到钱的。

有人说，学习头脑和工作头脑是两回事，没错，大学的学习经验

并不能保障你在社会和职场上获得成功。今后你也许还要犯下许多错误，交许多学费，撞过多次南墙，才能取得进步。

此刻的我，嘴上虽说着祝福的话，心中却有几分酸楚。

……

祝你毕业顺利！

幸福取决于个人成就和家庭生活间的平衡

最近，一些企业经营者经常跟我说，新入职的年轻人如何如何缺乏忍耐力，没有爱岗敬业精神，没有团队协作精神，缺少工作霸气，缺少基本礼仪，没有挑战精神等等。为什么会这样？难道最近走出校门的大学生都素质低下吗？

我认同上一代人对现在的年轻人过于自我的评价，但我不同意上一代人将自己的评价标准强加给年轻人，因为成长时代不同，所以人生价值观也会不同，在公司发展的目标也不一样。事实上，我们社会的文化也存在一些问题，其中一条就是过分地强调个人为组织做出牺牲，而不重视组织为个人打造出更加幸福的组织文化。我坚信，随着新一代的年轻人分布在全国各个岗位上，这一点会慢慢得到改善。

我提出的幸福组织文化，只是年轻人需要去努力的方向。对于刚进入社会的年轻人来说，理想和现实之间还是会有很大差距。现实

中，如果组织和个人能同步感到幸福最好，然而，鱼与熊掌不可兼得。在社会的组织生活中，成功往往建立在个人的牺牲之上。特别是对于女性来说，一面要上班，一面要照顾家人，需要克服的困难更多。

幸福的人生取决于在个人成就与家庭幸福之间寻找平衡。但是，要调和好两者之间的关系并不容易。

先成功后幸福的想法是危险的

有些人将社会成就等同于个人幸福。他们的思维是："幸福？你说的是幸福吗？这都是奢侈的想法。在公司里职位高，薪水多，就是幸福！你也去找幸福，我也去找幸福，那谁来工作啊？"上一代人，通常会这么想。

当然，一些成功欲望特别强烈的年轻人也会有这样的想法。这类人在开展事业的时候，经常会做一些浮士德式的交易，即为了成功，甚至可以向魔鬼出卖灵魂。他们可以抛弃很多东西：自己的兴趣爱好，自己的家人和朋友……他们可以不顾个人喜好，将全部精力放在事业上，职场成了他们生活的全部重心。

这些人或许会取得职场上的功成名就，但这样的成功是要付出代价的。有时候，甚至是整个人生，因为他们太热衷于工作，而忽略了

生活。

“有妈妈真好，她可以疼我；有冰箱真好，它可以为我提供食物；有小狗真好，它可以陪我玩；但是，爸爸有什么好呢？”

这是小学二年级小朋友写的一首诗，曾一时引起热议，这个孩子的爸爸是一个典型的为了工作操劳一生的人。也许，他自己会感到委屈，他认为自己所做的一切都是为了女儿和家人。但是，女儿却不这样想，对她来说，这样的爸爸等于没有，他所付出的一切还有什么意义呢？先成功而后寻找幸福的想法是危险的，谁也不知道你想要的成功什么时候才能实现。或许，这样的时刻永远不会到来。

职员基本上到了55岁就可以正常退休，我在前面已经说到过，55岁顶多是下午4点30分，接下来，还会有漫长的时间和人生等待着你。以失去自我、失去家人为代价换取的成功就像海边的沙堡一样虚幻，顷刻间就会崩塌。那一天真的来临时，你可能变得一无所有。

将工作当成度假一样的人

还有另一种极端的现象，就是将工作当成度假一样的人。这种人对工作一点不上心，只要有一点累就放弃，经常跳槽，无法适应组织纪律。没有一个企业会想要这种职员。企业是靠着明确的分工来维持运转的，但这样的人，即使分配给他最小的责任，也无法担当。这类

人时常拖拖拉拉，将工作堆积如山后，就突然消失，或是非要在公司最忙的时候休年假，这就是他们的工作态度。

他本人可能会这样辩解，跳槽是工作或上司的问题，不是自己的错。他们时常会表示自己将要正式进入学习状态，实际上却总是拖拖拉拉毫无诚意。我主管研究生入学考试期间，经常看到这样的学生。

重视个人生活本身没有错，但如果这种生活态度让你无法对工作负责，缺乏恒心和忍耐力，只会一味逃避和推卸责任，久而久之，生活就成为一种缺陷。丰裕物质条件和稳定的工作状态是幸福的基础。基础不扎实，上层建筑——个人生活必然会出现危机。

对这种类型的人来说，关键的是选择什么样的职业。如果找不到能够迁就自己个性的职业，生存将变得十分困难。而他们为了找到这样的职业，往往长期在犯错中摸索前进。

你又是哪种类型呢?

现在的工作值得继续下去吗

一位刚刚毕业的学生忽然给我发了一封e-mail，问我是否可以见一面，并说具体的事情见面再说。虽然邮件中没有提具体内容，但我已经猜得八九不离十，他应该是在考虑放弃现有的工作，想要从我口中得到改变现状是否值得的建议；或是为了读研，需要我的推荐信，

因为为这些问题来找我的学生最多。

“金老师，您觉得我的选择正确吗？”

“我现在的工作值得继续坚持下去吗？是不是应该另寻出路呢？”

这是几乎所有职场新鲜人都会提的问题。大学时就一直思考，我该选择什么样的职业，要怎么去做；工作之后，这种思索更是停不下来。To be or not to be，就像哈姆雷特为是生存还是死亡而苦恼一样，无数社会人站在去与留的十字路口痛苦徘徊。

这的确是艰难的选择。如果选择新的出路，再沿途等待自己的将是怎样的风景？自己能不能承受风险？如果真的放弃眼下的工作，会不会显得缺乏毅力？不肯继续留在这个岗位上，是不是因为缺乏勇气？这样的想法会让人丧失自信，对自己产生怀疑。

未来充满变数，我也无法为你们提供一个明确的标准答案，要么立即选择你喜欢的事情，要么，要坐得住你的屁股，挺一挺就过去啦。答案无非这些。

站在人生的十字路口，应该拿什么作为抉择的标准呢？我觉得，一定要以人生为单位，制定一个全局的规划，严格按章执行。暂时被眼前的诱惑吸引，做一些出卖灵魂的交易，或是因为看不到自己人生的蓝图，而不负责任地在公司吃里扒外，都是十分危险的行为。

当然，最愚蠢的行为，莫过于混迹于各个公司，并不断向更高待

遇的公司靠拢，将升职加薪当做工作唯一的目标。大智若愚，在职场上，想要获得更大发展，是需要有一些愚钝精神的，不能被暂时的美好吸引。一只不停跳来跳去的蚂蚱，是蹦不了多远的，甚至有可能突然失去所有信誉，遭人唾弃。在自己的岗位上不断尝试和努力，突破新的极限和可能，这才是应有的人生。

也不要做一只只知道低头闷走，从不抬头看看前方的笨驴。那样会被日常的工作埋没，忘记挖掘自身潜力；辞职书写了撕，撕了写；未来永远停留在想象中，缺乏突破的勇气与人生规划，同样也是没有出息的表现。

学校与社会不同。社会不是填空题，不是只要在空白处写上正确答案就能拿满分。在学校时，看似慵懒的生活也有忙碌，虽然学业生活是慢节奏的，但对于人生的思考却是快节奏的，是人生思想斗争最激烈的时期。在社会中，却是需要忙碌中也有慵懒，如果每天都将时间和精力集中在繁杂琐碎的工作上，你就会懒于批判、反省自己。因为忙而变得懒，就这样一直瞎忙、穷忙下去。

在某一天，

当你看到镜中的自己，

才会恍然发现，

镜中的人看似有血有肉，

却已然变成了一具空壳。

（注：引自诗人黄芝雨《某一天我会坐在昏暗的酒店内》）

社会是一个走钢丝的地方，在工作成就与个人幸福之间要走钢丝，在去与留的问题上，也要走钢丝，平衡非常关键。偏离哪一端，生活都会失去光彩。

怎样才能维持这种平衡呢？需要不断反省。踏上社会，职场生活的繁杂不可想象。繁忙中的慵懒构成了我们大部分的生活。没有反省的人生，会让人于麻木中失去自我，幸福的平衡就会被打破。

经常照照心里那面镜子，想想往日的梦想，设计一下未来。机会总是留给有准备的人，当所有小小的努力汇聚成一股强大的力量时，你就会在职场生活这根钢丝上找到属于自己的平衡。你也终将明白，平衡这根钢丝是如此简单，那就是——个人的成功和家庭的幸福。

即将走出校园的你，

如此年轻的你，

祝你毕业顺利！

接下来，望你能勇往直前！

思考人生的巅峰
——写给自己的信

39岁的最后一个晚上，我写下了这封信。

明天，我就要40了。今天和明天，其实本质上没有什么不同，但对于一个即将告别而立迎来不惑的人来说，却感慨颇深。有人曾经调侃我，到了不惑之年感觉如何呀？我真切地告诉他说：“我希望40岁赶快到来。”

没有人不会对岁月的流逝感到忧伤，而我，对年龄的增长，却有微微的喜悦。

我们常说，二十几岁是人生的全盛期，旺盛的身体、魅力的青春、高昂的斗志、无限可能的前途。在我们告别20岁时，不免有些伤感。但二十几岁真是人生的巅峰吗？

作为一个学者，作为一个培养前途无量的年轻人的教育工作者，我认为，随着时间的流逝，我反而更加爱上那个变得越来越成熟的自己。丰富的阅读和经验的积累，使我观察社会和人的视野变得日益开阔，与学生之间的关系也变得越来越融洽，一切都在积极地向上发展

着。我甚至觉得，自己的人生巅峰应该在50岁到60岁之间吧。

就是这种对巅峰的期待，让步入不惑之年的我，感到的不是忧伤而是淡淡的欢喜。

之所以在即将步入40岁时，将自己的心境表述得如此详细，是希望那些处于二十几岁的学生，也能够像我这样思考人生。

学生们常常会将自己达到人生巅峰的时间设定在毕业后的10年之内。他们想通过考试快速获得成功，想在30岁之前迅速获得一定的地位，迅速得到周围人的肯定。他们将这一时期当做了人生的决战期，认为这才是决定人生的关键，错过了就无法挽回。

即将步入40岁的我，一方面对自己能够基本完成年轻时的梦想而感到欣慰，另一方面又觉得距离自己真正的成熟至少还需要20年的时间。当一个人即将步入20岁，成为成人之时，会有一种开始掌握自己人生的喜悦；而我在即将步入40岁时，也同样有这种感觉。两者间有着微妙的契合。

告别了20岁的稚气，正在告别30岁的愚钝。

这难道不是一件让人高兴的事情吗?

2002年12月31日

后记 现实，为你留着一种最美好的可能

知道吗，你才是最新款的手机

有一位老人家，用着一部非常高端的智能手机，那是一部刚上市不久，很难购买到的，功能非常多且价格昂贵的智能手机。

这么一部手机却只被他用来打电话，连短信都不发。我觉得很可惜，便建议他：

“老人家，不要光用这部智能手机打电话嘛，其他的功能也使用一下吧。这手机花样多着呢，只用来打电话的话未免太可惜啦。”

他听了之后回答道：“话虽这么说……但是我太忙了，哪有时间来系统地学习它的使用方法啊？而且如果用不好的话把手机弄坏了可怎么办？”

听了这番话之后你有何感想呢？

“那么贵的多功能手机却只用来打电话……真是太浪费了。”

“就算再忙，只要抽出一点点的时间，学会了之后可是一辈子都受用的……”

“就算很多功能用不好，手机也不会损坏，有什么好害怕的？”

你应该也会产生这样的想法吧？

想知道为什么我突然说起了手机吗？

你没发现这个故事的意思吗？

你拥有一部最新款的智能手机，它有着像我这样的中年人完全搞不明白的珍贵的功能。

但是很多的年轻人却并不使用这些数不清的功能，而只用它来打电话。有的说是没有学习的时间，有的则担心使用失败会把它弄坏……

年轻即是一种功能。就算按错手机的一个按键，机器也绝不会因此爆炸。因此，使劲去尝试吧。

我们究竟是为了什么而如此拼命地学习？我们为什么必须考上大学？

人必须要在和他人的竞争中取胜。只有那样才能够挣到很多钱，才能出名。只有考入大学，努力学习才能够得到他人的认可。

正因如此，课堂总是以学习好的学生为中心。

但是真正重要的不是为了获得他人的认可而努力。更重要的是尽最大限度地发挥自己的能力。当你最大限度地尽自己所能的时候，金钱和名誉自然会随之而来。

确实如此。我们必须继续努力的原因，是为了实现“最好的自我”。因为只有通过学习，才可能最大限度地发挥自身所有的潜能。就像有一部功能广泛的智能手机却只用它来打电话一样，年轻人若不能发挥自己的能力岂不是太遗憾了！

成为最优秀的你自己吧。成为最闪亮的智能手机吧。为了这一目标持之以恒地学习吧。按照说明书的内容去学习吧。不要害怕失败，以人生的痛楚为铺垫，前行吧！

人生，自有一条等着你的路

无论是中国，还是韩国，都在短暂的时间内经历了巨大的变

化。经济收入增加，生活水平也提高了。但是，尽管社会比以前富足了，年轻人的痛苦却依旧存在。

事实上，就算是在最幸福的社会，年轻本身也是一种苦痛的存在。不过我认为，年轻人的这种苦痛，是一种美丽的苦痛。

并非因为已经过去，而是因为将来；不是因为绝望，而是因为希望；不是因为挫折，而是因为潜在的可能，所以才觉得它美丽。因为在种种不确定中努力抓住自己潜在能力的衣襟一角，从而为明天做准备，所以觉得它美丽。

这种痛苦真的不是一种负担，而是成长的动力。所以，年轻的你，就连痛苦也是美好的。

所以，千万不要因为小小的失败而受挫，这是为了能够拥有更完美的人生而必然经历的过程。中国伟大的作家鲁迅曾经这样说过：

“十条路，纵然去掉九条，哪怕只留下一条路给你，也已经足够了。”

我希望这本书能够成为你的魔镜。

我希望它就像白雪公主童话故事中的那面镜子一样，当你问它“魔镜啊魔镜，谁是这世界上最漂亮的人呢”时，它能回答你：“就是你呀。”

不管现在的你正经历怎样严重的挫折，它能够以低沉有力的声音鼓舞你，告诉你在残酷的现实中，还为你留着那一种最美好的可能。

现在该你来读这本书了。跟这本书诉说你的故事，利用这本书，用“留给自己的一种可能”来照亮你自己的路。

是了。答案就在你的手中。

小米（人民大学，大二，刚走过兴奋的大一）

没感觉疼痛，但是真的很迷茫，

知道就业形势不好，可是吧，不知道怎么努力，

反正每天都挺忙的，上自习，考证，也不知道有用没用。

刚过了二级。这下子校园里又推销考研辅导班了，大二的报名有优惠。

我正纠结呢，不知道报还是不报。

晒晒你的迷茫和疼痛

阿贵（北京大学，大四，毕业求职，对过往唏嘘不已）

我倒没觉得有多痛。有的是孤独和自卑。

青春多的不是活力，而是敏感，

以及由此产生的兴奋、好奇、自卑、沮丧。

很多人说痛，我觉得是种假象。

是种意在标新立异，引起关注的表现，本质还是孤独。

我感觉大学时心智有一半接近成人，一半还是小孩子。

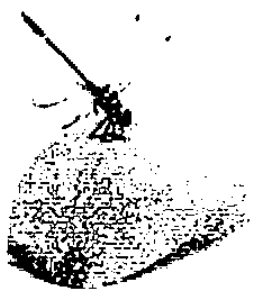
在生活、职业上接近成人，在情感与细节上接近小孩，

更多的是闯吧，北京不管到哪都人多，总之得抢。

学校都不怎么大，自习室就那么几间，得抢。

去吃饭，得抢。好老师的课，得抢。

我印象中的大学就是两个极端，要么爱抢的，要么给都不要的宅男宅女。



娜娜（研三，面临毕业工作以及家里催促找对象种种问题）

我也说不出个所以然来，不过我觉得，不只是青春吧，一个人没有过痛心的经历永远都学不会成长。

不只是青春，只要有心，就一定会被痛到，

但是痛就代表经历，也代表你曾经希望过，快乐过，

要不然你怎么会感觉到痛呢？

痛不可怕，怕的是一直就那么沉浸在痛里还越发纠缠，越发止步不前，那就真的只剩下痛了。

晒晒你的迷茫和疼痛

璐璐（日本留学，回国，工作两年）

我从毕业到现在一直都在迷茫。

如果能有本书给人点心灵上的慰藉，给点鼓励，看了能充满希望激情，然后故事比较有趣还行。

强子（北漂，IT人士）

我就痛苦没钱泡妞，看着周围的同学都买房结婚，自己还在一点一点地摸爬滚打，唉。

指导人生的书很多了，都是扯淡的书。

但还是忍不住买过几本，像是《我的成功可以复制》、《活法》等。

还为你留着一种最美好的可能。

——金兰都

在这里写下你的迷茫和疼痛吧