

你只是看起来很努力

作者：李尚龙

目录

[\[推荐序1\] 保持对于“我”的热情](#)

[\[推荐序2\] 看似忙碌的人生](#)

[\[自序\]](#)

[Part 1 梦想和奋斗 你只是看起来很努力](#)

[你只是看起来很努力](#)

[你以为你在合群，你在浪费青春](#)

[以赚钱为目的的兼职，是最愚蠢的投资](#)

[最好的休息](#)

[优秀不够，你是否无可替代](#)

[这世上一定有人，过着你想要的生活](#)

[没有一条路是白走的](#)

[别和负能量的人在一起](#)

[同事，最熟悉的陌生人](#)

[莫名我就痛恨你](#)

[为什么很多人的新年梦想只是梦想](#)

[都市的冰冷繁华下，需要人心的温暖](#)

[最好的省钱方法，是赚钱](#)

[只要你还能去追，就应该不抱怨地前进](#)

[你总要度过生存期，才能谈生活和梦想](#)

[祝我们在北京都好](#)

[24岁，送给生日](#)

[只是赚钱而已](#)

[Part 2 爱情和承诺 不后悔，就值得](#)

[同桌的你](#)

[那些擦肩而过的人，是上天最好的安排](#)

[我想告诉你一些故事，让你继续相信爱情](#)

[匆匆那年，只要一起全力过，不后悔，就值得了](#)

[灵魂若无平等交流，感情也就无处可栖了](#)

[面对面分手](#)

[如果能够自由恋爱就尽量不要相亲](#)

[异地恋，如果你肯为对方去减少选择](#)

[别和太爱的人结婚](#)

[越被照顾好的人，越矫情](#)

[所谓感情，就是能有共同话题](#)

[彪悍的人生不需要解释](#)

[Part 3 亲情和友情 下次告别，就再用心一些吧](#)

[现在的分别，是为了更好的相聚](#)

[下次告别，就再用心一些吧](#)

[真心对你好的人，从不会向你证明自己的恩惠](#)

[致那些自私的朋友](#)

[再好的朋友，也经不起你过分的直白](#)

[最好的结局，是我们两个在一起了](#)

[所谓天生的不足，都和自己有关](#)

[夜店里的迷茫](#)

[三只小猪](#)

[最亲的人，最容易忽略他们的感受](#)

[爸妈，我已经长大了，放手吧](#)

[善良的人，运气总是不会太差](#)

[别纠结，学习形式不重要](#)

[Part 4 读书 那些毁掉我的书](#)

[读书能让人富裕，但不一定能变得有钱](#)

[那些毁掉我的书](#)

[读《一只特立独行的猪》感](#)
[Unbroken（《坚不可摧》）](#)
[后记](#)
[作者简介](#)

只要能让彼此优秀，这场恋爱就没有白谈。

任何没有计划的学习，都只是作秀而已。任何没有走心的努力，都只是看起来很努力。

与众不同，不是你错了。很多时候，英雄都是孤独的。

别以那些口无遮拦的直白自豪，其实只是幼稚而已。

[推荐序1] 保持对于“我”的热情

新精英生涯创始人、著名生涯规划师 古典

我浏览完所有龙哥的文章的开头，边看边乐——前10篇里有9篇都在第一行出现了“我”字，最近是第二个字“在我看来”，最远的也只在第二行。

我想，一个多么自恋、热情又有洞察力的家伙才会这么写作，就着自己的故事看人生，就着自己的人生谈你的人生（当然我病更重，请看开头）。尼采应该是这么写的祖师爷，他的《看哪！这人》里直接从目录开始“我”起：“一、我为什么这样智慧；二、我为什么这样聪明；三、我为什么写出了这样的好书。”

但是，好在这是一本很真实关于“我”的书。

马克·吐温曾经谈论自己的写作方式——他常常会面对一张白纸好几个小时，写了又划掉，一直到有一句“真实的句子”被写出来。然后他对自己说：“如果我能写出来一句，我一定能写出下面一句。”一直到完成整本书。

我觉得这本书也是这样写就的。

这是一本关于青年人“我”的书，所有的故事都从“我有一个朋友”开始，到“我发现”，然后是“我觉得”结尾。借着这些故事，龙哥在书里讨论“你只是假装很努力”，宣布“我已经长大了，放手吧”，告诉你“告别的时候要用力一点”，讨论“谁是对你好的人”和“别和太爱的人结婚”，有时候我会很感叹，一个九零后，竟然能有这么有趣的思想……

如果你和我一样，在这个飞速发展的中国城乡街道里长大，在压抑的中学大学里度过残酷青春，在功利主义的社会里闯荡，兜里又还揣着梦想，这些问题你就避无可避。就像抱着一只心爱的兔子挤地铁的人，这些问题如面目模糊的陌生人向你迎面挤来，你避无可避，只能迎击。

所以，这是一本真实的书。故事都是真实的；观点不管对错，也都是真诚的。以做学问的角度去看——这些“我的一个朋友”的故事，无名无姓，面目模糊，很难成为立论的证据。但读完体味，又觉得其真实丰满——你几乎马上能对应出生活中的人来——就像你讲的那些关于“我的一个朋友”的笑话，听的人都知道那就是你自己啊。

我也曾特别端着地写：“从生涯规划专业的角度，很多地方还需打磨——有些观点还有些冲突，有些思考缺乏体系。但是这样的思考难能可贵。”这样显得我比较理性和专业，后来我也把这句话划掉——因为这个说法不真实。

真实的青春，不是这样的。

真实的青春是无知的，等我们中年回头，我们发现我们原来对于人生、社会、感情其实一无所知，但那个时候，请保持这种宝贵的无知。

我们虽然不了解这个世界，但莫名其妙觉得可以走遍；我们虽然不理解爱情，但是每一次都全力以赴；我们虽然被社会撞得头破血流，但是我们乐观得要死，认定这个世界会因为我们而改变。

最后，这个世界真的就因为这样的人改变了。

这种宝贵的无知，最有力量。

纪伯伦说：“你无法同时拥有青春和关于青春的知识；因为青春忙于生计，没有余暇去求知；而知识忙于寻求自我，无法享受生活。”所以年轻就要轻狂一些，中年要稳健一些，老了就端庄一点。如果你年轻时不轻狂，老了老了又憋不住了，这就是耍流氓。

所以我觉得读这本书，比读本虚头巴脑、不讲人话的《人生20个你不可不知的哲理》之类的书要畅快得多；比读一本不知道哪里翻译过来，以“当扎尔伯克小时候”或者“麦克斯是硅谷中XX公司的CEO”开头的成功案例集要接地气许多——别硅谷了，翻译这本书的人连中关村都没去过。别讲理论，别说别人，就说你自己。你自己的故事，自己的快乐，自己的痛，才最有力量。

别问这个世界需要什么，做你自己，这个世界需要的，就是你做你自己。请保持这种对于“我”的热情，这种年轻时宝贵的无知。因为，世界就是因为你这样的人改变的。

2015年5月10日

古典

[推荐序2] 看似忙碌的人生

《愿有人陪你颠沛流离》作者 卢思浩

10年时我在日记里写：“我们之所以会觉得焦虑，无非是因为现在的自己和想象中的自己，很有距离。”而我们离想象中的自己越来越远，很大程度上都是因为我们在一点点地辜负自己。

关于焦虑，我发现我们或多或少地都陷入了一个怪圈，这个怪圈叫：我们看似忙碌，实则焦虑。我们总是心血来潮想学习，于是买了很多单词书，再也没有翻开过；我们总是备受刺激想健身，于是找了很多攻略，再也没有动过；我们总是信誓旦旦要读书，于是买了很多书，再也没有打开过。

我们总是花很多时间在社交网络上，把认为有用的东西另存为，直到你的硬盘存满了资料，你还是没有看过。

我们忙碌，可我们却没有真的去了解那些自己精挑细选留下的内容。我们花时间收集，却忘了最重要的其实是花时间去消化。

你说你想要当自由撰稿人，可从不见你努力写稿；你说你想考研，可从不见你背单词做题；你看到学霸时嗤之以鼻说这样活着没意思；你看到有人旅行又不屑一顾地说这只是随大流。我开始怀疑你挂在嘴边的是不是逃避现实的借口，我开始怀疑你是不是在一遍遍地逃避和自我安慰中变得惴惴不安。

一本书买了不看也不过是印着字的纸而已；单词书买了不背充其量就是26个字母的排列组合；下载的演讲公开课不听也只是一堆无用的影像，可能你只是随手下载了，就再也没有去看过。于是有一天你发现，堆积的东西已经看不完了。

你看着一个个公开课、一本本单词书，无从下手从而越发焦虑。拖延和等待，是世界上最容易压垮一个人斗志的东西。

我不知道这样的人有多少，但是我可以肯定，每个人身边几乎都有这样的人。他们做一些事情，并不是出于自己的爱好，或者深思熟虑的结果。而是他们想要让自己忙碌起来，可以让自己看起来不被别人落下太多。

不要看到别人做什么好，就去尝试做什么，因为每个人表现给你看的不一定就是全部。很多时候你跑到别人的轨道上了，才发现那个不适合你，看起来光鲜的其实也有属于他们自己的苦逼。看到全部，再谨慎地做选择。

那么怎么打败焦虑？打败焦虑的最好办法，就是去做那些让你焦虑的事情。

翻完尚龙的书，让我忽然想到了以上的文字。

这本书的文字，让我有了久违的感悟，我希望你在看完这本书之后，也会有所感悟，会真切地做起身边的每一件事。你知道，行动这件事，从来不需要等到什么好天气什么好状态，此时此刻就是永远，此时此刻就是一切。

共勉。

2015年4月14日于墨尔本

[自序]

五年前，我拿着一个刚写好的剧本给投资方看，和他们喝了一个下午茶，聊了很多。我走出咖啡厅，僵在脸上的笑容却再也笑不出来了。的确，我被拒绝了。

那时的我，在大街上痛苦着。心想，我这么努力，为什么还是没人能认可我的故事，这世界靠努力还有用吗？凭什么他们的出生条件比我好，不用为生存期发愁？凭什么他有这么好的机会，而我没有？凭什么！凭什么！

我到家时，已经是晚上十一点了。打开灯的刹那，我忽然明白了一个道理：既然抱怨没用，为何不收拾行囊继续启程；既然积极向上也是一天，自暴自弃也是一天，为何不充满希望地活着；既然无可避免地到了晚上，为什么不用自己的手把灯打开。

我更明白了，其实曾经那些自己的努力，都只是一些假象，都只是看起来很努力的自欺欺人。

看似每天都去自习室带了很多书，却还带了手机；看似晚上学到很晚，却只是在发呆；看似在健身房锻炼，却仅仅拍了两张照片在朋友圈……没有计划的学习都只是浪费时间，没有目标的努力都只是自己骗自己而已。

逐渐，我开始每天给自己写计划，每个月给自己设定目标，不为别人不为表象地努力。路一步步地走，走得很慢，但没有停。

直到今天，我终于懂得了，那些曾经的动力，那些过去的用心，其实都是有回报的。只是，你是真的走心了，还是只是做做样子。很多时候，一个跪着行走的人，不代表他今后一定会站起来；但一个思考过自己为什么现在跪着的人，今后一定会像巨人一样，潇洒地立起来，俯看这个世界。苏格拉底曾经说过：不自我检验的生活，不值得一过。而我觉得，不明不白盲目努力，更不值得。

如果你也和我一样，是一个坚信靠自己的双手能改变命运的人，那么，你应该会喜欢我的文字，喜欢我的观点，喜欢我给你讲的故事，喜欢书里的这些人。

这本书中，很少有一些无济于事的心灵鸡汤。很多鸡汤，只在为你现在的颓废状态找借口，为你的迷茫寻觅理由。其实并不是每件事都能慢慢来，并不是每个人上天都会给最好的安排，并不是每个傻傻努力的人都一定能实现自己的梦想。

这本书的文字，没有无聊的励志，都是发生在自己和朋友身上一个个鲜活的故事，这些故事的背后，倒映着生活，倒映着我们。它们会告诉你“只是看起来很努力”的生活状态是可怕的；它们会告诉你，对待自己的好朋友不要口不择言，因为“再好的朋友也经不起你过分的直白”；他们会告诉你，逆境并不可怕，不要为合群而合群，因为“你以为你在合群，你在浪费青春”……

写的这些人，和你我一样，都是普通的人，只是在他们身上，发生着一些不普通的故事。我作为一个旁观者，默默地看着这些平凡的而不平庸的故事，安静地想着这些孤单但不孤独的情节，时而感动，时而热泪盈眶。李安曾经说过：我们的生活需要讲故事，要不然生活就会像 π 一样无止境下去。很荣幸，我有机会见证他们，并记载着他们身上发生的一切：背井离乡追梦的月月，名校休学的小女孩，抛弃稳定生活的南，对爱不离不弃的飞……

写这些文字的时候，经常在夜晚，或许翻开这本书的你，也是在夜晚。台灯照着每一个努力的面庞，照亮了内心的宁静，或许，照亮了你的泪光。其实没事，谁的深夜没有痛哭过。但你要相信，正在努力的你并不孤独，其实，努力的人从来没有孤独过。

所以，或许您和我一样，都相信努力奋斗的价值，都坚定地明白青春就是去折腾的，都清晰地知道梦想是多么的伟大。那么，如果有梦，梦要够疯，够疯才能变成英雄。

当得知这本书能被出版的时候，自己的内心深处充满暖暖的感动和感激。感谢喜欢我文字的每一位，因

为你们，这本书才能拨云见日，也因为你们，才让我的码字有了意义，感谢你们给了我勇气和力量。

2015年4月2日

李尚龙

Part 1 梦想和奋斗 你只是看起来很努力

看起来每天熬夜，却只是拿着手机点了无数个赞；

看起来起那么早去上课，却只是在课堂里补昨天晚上的觉；

看起来在图书馆坐了一天，却真的只是坐了一天；

看起来去了健身房，却只是在和帅哥、美女搭讪。

你只是看起来很努力

一次上课的时候，一个女孩子垂头丧气地跟我说：“老师，我考了四次四级，还没过，究竟是因为什么？”

我说：“你真题做了吗？单词背了吗？”

她拿出已经翻破了的真题，跟我说：“你讲的所有题目我连答案都记得，我这么努力，为什么过不了？”

这是一个我印象特别深刻的学生，其实英语四级考试是一个超级简单的考试。据说，每年通过率有百分之八十多，那些没过的百分之十几还包括了裸考的和放弃治疗很久的学生。我想，一个人要多有毅力，才能一直保持在后百分之十几坚定地不过，并且连续四次。

可是，看着这个学生满满的笔记，我心想，看起来是很努力啊，没理由不通过啊，这孩子会不会是脑子不好使。

聊了很久，无解。

这种感觉就像是一个医生知道病人有病，但是就是不知道如何去医治他一样。于是，我只能使出大招：“你这么努力，放心吧，下次你肯定能过的。”

那个学生讪讪地说：“但愿如此。”

对这个世界来说，没有什么果是没有因的，即使现在看不出原因，但也一定是存在的。

那是我第一次也是最后一次见到那个女孩子，她再也没有出现在我的课堂上。

结课那天，我来到她的位置旁，指了指她的空位置，问她身边的一个女孩子：“你认识她吗？”

她说：“认识，她是我同学。”

我说：“她为什么总是逃课？就第一次来了。”

她笑笑说：“她事情比较多。”

就是那天我找到了病因。这个女孩子是学生会主席，同时兼几个社团的团长，参加组织活动很积极，朋友也很多。唯一没有时间做的事情，就是独处。可学习英语其实是一个特别需要独处的过程。而她只是做了一套真题，草草地对了一遍答案，然后冲出自习室继续做学生会的事情了，至于这套题，在她脑子里只留下了“我这么努力地做了一套题”的意念，其余的什么都不记得。就像她告诉很多人自己报了一个班，可是几乎从来没有上过课；就像她找很多人探讨过怎么学英语，但是从来没有真正记住点儿什么。骗别人很容易，骗自己更容易，可是，骗这个世界有点儿难。

我想起了一个女孩子小白，她总是喜欢让我给她推荐一些电影和书，还要求是格调很高的。因此，我每次看过的书都会给她拿过去让她看。她每次看完，都会发一条微博，下面无数个赞。

有一次我跟她闲聊，问她：“你告诉我一下，上一本书你看完记住了什么吗？”

她说：“忘了（耳边好像有一只乌鸦在叫）。 ”

回到家，我看她的朋友圈上说又看完了一本书，我赶紧给她的朋友圈点了一个赞。

另一个朋友小路，特别喜欢去自习室，然后每次在朋友圈都会看见她的文字：最近很累；快考试了，最后几天拼了；早出晚归……

她写下的生活，总是那么波折、努力。她给别人看的日子，都是那么具有正能量。

可是，该不过的，还是过不了。她的所有考试结果，似乎都是波折和无奈。

欢迎访问：电子书学习和下载网站（<https://www.shgis.cn>）

文档名称：《你只是看起来很努力》李尚龙 著.epub

请登录 <https://shgis.cn/post/578.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

