

# 青春是一件多么痛的礼物



[青春是一件多么痛的礼物\\_下载链接1](#)

著者:陈果

出版者:中国华侨出版社

出版时间:2014-3-20

装帧:平装

isbn:9787511343628

这是一支与青春暂别的离歌，这是一首消融了坚实感的诗。

这些故事，需要判断力和智慧才能讲得好。

这些道理，想通了，你就真的会放下了。

这些曾失意的人，是他，是她，也是我们自己。

从这里，我们将收获到：

如何从不如意的家庭中独立出来，得到安静幸福；

如何从迷茫与失意中挣脱出来，实现从容自在；

如何在突如其来的变化中，不慌张、有主张；

如何在世界的坚硬与冰冷中，心怀温柔，春暖花开。

懂得了这些就会发现，青春从不曾走远，只等你赋予她新的意义。过往的一切都是礼物，只需要你含泪带笑去打开，终将满心欢喜。

### 【编辑推荐】

#### 1.陪伴你的成长书：每一次受伤，都是换来成长的礼物

年轻时，受到一点点伤害，就会提醒自己：看，世界就是这个样子，怪自己太傻了，下次再不会这么傻了！可是，随着年龄增长，经历的事情多了，当年那些小伤痛和小惶恐现在看来，不过是因为不够成熟，缺乏有效处理事情的能力罢了。因为没有能力，才会过度地自我保护。一旦有了解决问题的能力，自然不会惧怕路上的荆棘，反而能越来越多地打开自己。

#### 2.帮你看清未来：如果没有得到想要的，你会得到更好的

所有的事情到最后都是好事，如果没有变好，那是因为还没到最后。曾在电视上看到地产界一个大佬的采访，记者问他怎样才能这样成功，他带着微羞的笑容说：“我运气好。”

一次我在与大佬的闲聊中，提起这个采访，他说：“其实，每个人人生的机会是差不多的。比如说我，在第一次创业中失去了机会，之后每次机会来临的时候，我都想尽办法抓住，而不是任由机会白白溜走。”

年轻时的每一条弯路都不会白走，只要你有心，即使摔倒了，站起来的时候，手里也要攥紧一把沙。

#### 3.蕴含生活中的道理：像故事一样动人；像聊天一样贴心

我们收养了一只流浪狗，临行前，还留下了整整一箱火腿肠。哪知后来，有一个保安看不惯一天喂它两根火腿肠，一气之下把狗狗的腿折断丢进垃圾堆，把火腿肠分给保安们吃掉了。当时年轻，一追到底，保安被开除。我们还愤愤不平地认为他活该。

多年后回想起来：生活在多底层，才会对一只狗狗产生羡慕嫉妒恨的感情！他才十七八岁，别的同龄人在上学，他却拿着一个月一千块钱的薪水辛苦讨着生活，这笔钱也许还要寄给老家人，我才想到，他错在先，而我们让他失了业，不得不说欠考虑。

人最艰难的还是一日三餐，从来没有为吃饭愁苦过的人，不会体会到人生真正的艰辛。

作者介绍:

陈果，知名博主“名字里都有个狐”。身兼地产公司重点项目负责人，又做编剧、心理咨询师。一人分饰三种角色，从容转换，乐在其中。

她的青春从16岁时父亲生意遇到打击开始，独自创过业，住过危险的出租屋，睡过北京的潮湿的地下室，看过比冰还冷的脸色，分外懂得青春的无助和风险：一不小心就被周围环境裹挟忘记了自己的方向，被信任的人欺骗一夜白头，被人看低而自己又找不到出路……

这些苦与痛，她都尝过。现在的她，有机会接触到行业大佬，看到他们轻易不肯流露出来的自我和骄傲！她更珍惜每一个在夜里失眠、请她倾听的人。她说“如果你了解我，你会信任我”。近百名陌生人将过往的秘密交付给她，此后，轻装上路。

本书精选出最需要判断力和智慧才能讲好的好故事，把道理讲得像故事一样好听，把故事讲得像聊天一样贴心。

目录: 序 努力奔跑，接近幸福

第1章 趁年轻，独立出自由的自己

走过低潮期，见到光

只为赢过昨天的自己

绝望的时候，仍不放弃希望

世界这么忙，柔弱给谁看

多么痛的领悟

做不了豌豆公主，就做一颗不好惹的铜豌豆吧

及时止损，是人生必须学会的一课

爱的首要条件是对等

我们各自努力，朝着相反的方向

第2章 让自己变得更重要：舍得青春换长青

二十不努力，三十做助理

听一听地产大佬的心里话

在自己认为重要的领域，积累足够的话语权

做一盏“不省油的灯”

福气还得自己争取

让该知道的人，知道你做得有多好

公司内升职，你准备好了吗

要么“惊艳”，要么经验

看不见的领导，看得见的员工

帮别人把事情处理好了，别人才能帮你解决问题

看在眼里，记在心里

第3章 够灵活：笑对多样的生活

多面人生

这条路走不通，换那条路走

大智若愚

像蛇一样机警，像鸽子一样温柔

细节做好，才能防患于未然

领导不肯放权，怎么做事

弱者是性格问题，也是习惯问题

让我们谈一谈沟通能力

生活中的情感要挟

搞不定的事情，换个方式去做

一个关于红烧肉的故事

第4章 走了远路方才懂得：越温柔，越强大  
世间的苦与恶  
让我们力所能及，对世界释放善意  
你愿意坐下来，吃一顿简单的饭吗  
初恋这件小事  
下辈子的下辈子，请你做我的女儿  
父母在，不远游，游必有方  
以心换心，在时间里沉淀温暖  
我所有的辛苦，不过是为了你将来可以不辛苦  
内心深处，有一个更强的自己  
生亦何欢，死亦何苦  
当我们谈论爱情的时候，我们谈论些什么  
即使曾受伤害  
哭泣的孩子  
一碗寻常的鸡蛋汤  
后记 心重如寺  
· · · · · (收起)

[青春是一件多么痛的礼物\\_下载链接1](#)

## 标签

青春

成长

励志

青春不遥远，因为在心里

陈果

个人成长

随笔

找到你自己

## 评论

如果有零，就给零星了。实在是吐槽无力。

-----  
即使被淹没在痛苦的尘埃里，也要拼命开出幸福的花来。

-----  
很多值得借鉴的职场经验。

-----  
我注意到这玩意竟然还被当成女权主义读物，女侠们真是什么都收啊

-----  
诚恳的作品

-----  
看了狐的文字，我觉得我最好不要出书了，距离那么远，我不必出来丢人现眼了。

-----  
作者给我寄了一本，很快就看完了。话说这个书名真心狗血，也很媚俗，一看就是出版社的主意，但是内容真心是职场女性写出来的，最大的亮点是，她很励志，但不冷血，充满职场柔情。推荐给奋斗ing的小女生们。

-----  
再鸡汤也卖不出去多少本。

-----  
高中生读物

-----  
作者可以用这些素材写出更精彩的小小说呀！

-----  
前三章像是职场教学，最后一章戳中了好几次泪点。作者不像是写书，像是和你面对面坐着讲着一些残忍的不堪的看似负能量却让你觉得不努力不行的故事。云淡风轻。世界那么残忍，我们到底是要软弱给谁看，青春那么痛，不痛哪知道别人的那些故事是多么的不值一提。

-----  
典型豆瓣日记风格，初出职场可以读读，年龄再长点就算了吧。

-----  
迷惘的时候看看别人的经历，不知道是求心安还是在找坐标~

-----  
少见的三观端正又不鸡汤的好书

-----  
都是自己和身边的人的故事，同龄人，真实，零距离。是个坚强勇敢有主张的姑娘，值得学习。尤其是工作、写作、咨询、家庭都没耽误。给人勇气，给人信心，给人希望。温暖而又善良，独立而又可靠。非常值得一读。

-----  
多么痛，多么痛的领悟

-----  
不如她的小说好看，有点知音体鸡汤的味儿，不过起码三观正啊。

-----  
要不要考虑去学个心理咨询师 /报名了，要努力读书了

-----  
陈果写得很真诚，高级的鸡汤在于不仅告诉你做什么的意义，还会教你具体的方法

-----  
充分满足了好奇心

-----  
[青春是一件多么痛的礼物\\_下载链接1](#)

## 书评

我在北京住过好几年地下室，挤过不能再挤的地铁和公交。不分昼夜的日子里，挨过霉味逸散的冬天，扛过潮湿难寐的夏日，看尽那些为生活或努力或消沉的人们的喜怒哀乐，也曾彻底失去过对生活的信心。那时无法找到自我，当睡不够的我着急忙慌地起床洗把脸假装带着满满的信心出...

-----  
那些为爱付出的代价 文/Sofia

狐离职前，有一次和她Q上聊天，她说，她用了8年时间才做到现在的位置，为了孩子不得不辞职，但是心中真的不舍得。

说实话，当时电脑另一端的我对此句话的感触并没有那么深。

鱼和熊掌，不可得兼。有得必有舍。放弃自己已经拥有的东西，肯定会不舍...

-----  
给《青春是一件多么痛的礼物》的新命名。

年轻人，正在吃苦的，或从没有吃过苦的，或曾经吃过苦的，都必须来读一读这本书。

这书是刚需。为何这么命名呢？

我的逻辑是这样思考的：这个世界都是有所需才有供的，没有需求谁会供应。泛滥的鸡汤文也好，光怪陆离的技术贴也罢，80%...

-----  
名字中有个狐的新书是一本总结青春，思考青春，致敬青春的励志读本。全书用通俗、内敛又厚朴的语言，通过青春、职场、情感的叩问与思考，对人生事业、爱情生活进行了深入的透析与归纳。虽然书名定为《青春是一件多么痛的礼物》，全书读罢，我还是为狐在人生之路上的自强与睿智...

-----  
这本书到手后迅速读完，每篇故事短小精悍，整本书因全是作者的亲身经历，掩卷叹一口气，觉得沉甸甸。

作者是一个很努力甚至用力生活的人，用心的记录下来的痛和经验，直叫人感叹青春多么易逝。我们这一代人很多人的人生轨迹都和作者类似，出生在大城或者小城，有着比作者幸福...

-----  
但凡人或多或少总有些难以言说的过去，那些不为人知的过去造就了现在的你我，只是大部分人很少能正视曾经不太光鲜的自己，会选择遗忘过去，更何况暴露在大众面前。看这本书的时候，时常在想这也太实诚了把，负债累累的家庭，失败的创业史，坎坷的求职，没有任何遮掩，坦诚到你...

-----  
接到了一个学生会的女生打来的电话，想一起合作一个活动。沟通的时候，她说“你的利益是要卖产品，我们可以提供场地，关于时间的安排……”听到利益的时候，我就笑了一下，然后温和地聊了几句就挂上了电话。好久没有听到这么直接的词儿了。也许只有还在青春期的朝气蓬勃的...

-----  
你若不想醒，谁又帮得了你呢？ 文/静流  
喜欢看一部叫做《交响情人梦》的日剧，里面不仅有俊男美女养眼，还有好听的古典音乐，改编自漫画有它浪漫主义的情节，而故事却是再普通不过，一个姿色平平的邋遢女，却因缘际会认识了钢琴王子，指挥帅哥，而这之后经过组织乐团，举办音...

-----  
关注“名字里有个狐”那天，她发新书。好多事情，事后发现那么巧合，才变成有趣的人生。一般书名写“青春”的书，我并没多大兴趣，现在想想，入手这本书，因为豆瓣里那位大姑娘的爽朗性格。读完之后我才发现，如果我因书名错过这本书，才是遗憾。尚处小小低潮期，书解决了我...

-----  
26岁的高龄，再无法提及青春这个词了吧。如果我是男的，如果我在大一点的城市，那么我或许还会想着再奋斗一下，再拼搏一把。可是处在四线的小县城，处在这样不尴不尬的年龄，心中曾经的坚持曾经的不甘，都被现实取代，一点一点的磨平，内心静静地坚守着最后一点...

-----  
可能是自觉不够强大，我从来不避讳自己偏好励志文这件事。关于女性的励志文大多是



速融鸡汤，但读过这本书的人都知道，这是一碗老汤。老汤更加注重调料的匹配以及火候的掌控，这样的羹汤才益养生健体。  
再说这本书，因为关注作者的时间比较长远了，她早期的一些文评都有看过， ...

-----  
在购买这本书的时候，是因为心情因朋友翻而低落后购买的，欲从中获取能量。而看完好，感觉一般，随笔的形式。也不知没太大感觉，是不是因为大部分是在去秦皇岛旅途中看完的。  
没有记录下里面内容片断，作者写了自己的成长+北漂经历，成长中的种种变故，北漂生活...

-----  
因为在豆瓣上关注狐，在她出新书之后，果端入手了。  
正是自己曾经经历过，知道苦痛是什么滋味，所以狐特别明白青春是多么痛的礼物，她毫不避讳的讲述自己的痛苦经历，让我从中读出共鸣。  
正是因为曾经经历，所以现在的狐给人一种温柔的亲切感，非常贴近自己的生活。读她的文字...

-----  
[青春是一件多么痛的礼物\\_下载链接1](#)