

# 你只是看起来很努力



[你只是看起来很努力\\_下载链接1](#)

著者:李尚龙

出版者:中国友谊出版公司

出版时间:2015-7

装帧:

isbn:9787505735361

为什么你一直努力，却还是没有满意的成果？为什么你每天都很忙碌，却始终看不到终

点？……你是真的努力了，还是，只是看起来很努力？

本书是中国优质新偶像李尚龙先生写给千万年轻人的成长和成功之书。本书以夯实别致的内容，独特另类的思考，让你在面对学业的压力，青春的迷茫，爱情的复杂中保持无畏无惧的心态，成为最好的自己。

在本书中，作者提到了很多朋友，他们有的因为父母的压力一直待在军校，有的因为和朋友爱上同一个女孩，坚持放弃了自己的爱情。有的人是在孤寂的大山之中的一面之缘，有的是教学课上的数面之交，虽是小角色，却都熠熠发光。因为他们受伤，他们坚强，他们努力，他们有勇气。

这本书的文字，没有无聊的励志。这些故事也许你生活中永远不会碰触，亦或许曾经经历，它会告诉你“只是看起来很努力”的生活状态是可怕的；它会告诉你“再好的朋友也经不起你过分直白”；它还会告诉你不要为讨好别人而为难自己，因为“你以为你在合群，其实你在浪费青春”……

47篇随笔和故事，或让人忍俊不禁，或让人潜然泪下，或让人茅塞顿开，或让人微笑释然，最终汇集成被《人民日报》盛赞的“改变千万热血青年的思维轨迹”。

作者介绍:

李尚龙

2008年，以优异成绩考上重点军校。

2010年，荣获CCTV“希望英语”英语演讲风采大赛全国季军；

2010年同年荣获全军二等功。2011年，纵是万般阻碍也毅然退学，后加入“新东方”。

2015年，他写的文章《你只是看起来很努力》等被《人民日报》刊登，网络转载千万次；他越来越多的文章在微信、微博、知乎等平台被热传，影响着无数怀揣梦想的年轻人；上百家出版方向其伸出橄榄枝，经过6个月的磨合，本书终于问世。

目录: 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 /  
Part3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 /  
Part4读书——那些毁掉我的  
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》） /  
．．．．．(收起)

[你只是看起来很努力\\_下载链接1](#)

标签

励志

你只是看起来很努力

正能量

心灵鸡汤

成长

好书，值得一读

奋斗

努力

## 评论

几乎整本书每个故事都是她她她，长得漂亮长得漂亮长得漂亮，我的朋友我的朋友我的朋友，作者并不是一个真正懂得享受孤独的人，好为人师罢了。

-----  
很抱歉，我对鸡汤文集已经免疫了。

-----  
读了几个故事发现之前就在网上读过他的文章，某些说法自己是能感同身受的，但是仍然无法摆脱读这本书时候的厌烦感，因为你几乎都能看见作者得意的尾巴在不停的摆动了。略有些世俗成就的年轻人而已，虽然不断地找补，但是还是能感受到他对其他不如他的人的不屑，你活的精彩是你有本事，但是何必否定别人的快乐，什么时候我们这个社会只以金钱成就作为衡量一个人的价值了，人各有志，以前的同学军校毕业保卫国家倒成了他嘴里的现在只能成天在烈日下暴晒了。一个格局不够的人，也就不过如此了。这书对我来说最大的价值也就是书名，自省一下，顺祝这位尚龙小公举事业顺利，当上CEO，迎娶白富美，走上人生巅峰。

-----  
看了那几篇广为传播的，我以为会和其他书不一样，就兴冲冲地买下了。结果，鸡汤文就是鸡汤文，越读越感觉同质化，没有嚼头。不喜欢励志文，如果不能自己励志自己，何苦看他人的文字呢？

-----  
我觉得自己这两年是有成长的，起码现在的我已经不需要鸡汤来激励自己前进了。因为我知道自己想要成为怎样的人，过怎样的生活，剩下的就只有踏踏实实坚持不懈地用心做就好啦~叹息一下，如果早十年我能懂得这些道理，该有多好，SIGH( )

-----  
本来写成一片鸡汤文就挺好了，非得凑一本出来。请还我35块！

-----  
标题说明一切

-----  
给一星都觉得有点高。作者的逻辑在整本书中略显混乱，价值观也前后不一。不推荐！

-----  
对鸡汤免疫。越看越没意思，只有我在军校立过功，老子英语好，我很牛逼，给我喝喝喝，老子混江湖的刻板印象，于是一个26岁的成功人士已经都可以和你谈人生了。

-----  
鸡汤文，目标受众为大学生。

-----  
你的发小叫耗子，你有一次唱五月天的《咸鱼》喝多了，你有很多女朋友和女备胎，知道了知道了

-----  
很适合在没有动力的时候读一读，现在很多人都讨厌鸡汤，其实他们讨厌的只是被灌了一碗浓浓的鸡汤却仍旧没有动力的自己！干了这碗鸡汤，敬自己！

-----  
看了作者的书单 有些失望

-----  
后面读不下去了

-----  
也许这本书的定位就是快餐文化的大杂烩……但我还是不能接受把“精致的利己主义”当作正确的价值观还大肆宣传’\_>`你成熟是你的事，不要来教育我，你成熟就自己去丰收阿

-----  
作者本人很牛，但内容还是太鸡汤了……跟王潇还真是有差距的。王潇虽说也鸡汤、励志，但其背后是能上升到哲学高度的。我还是挺佩服作者的。

-----  
文笔一般的鸡汤文，这碗鸡汤我喝不下

-----  
完全就是鸡汤啊，豆瓣怎么还能有7.5分，而且我还花钱买了

-----  
还记得刚开始看的时候几乎是一气呵成，觉得作者很牛逼,他的朋友很牛逼，我看了也会很牛逼。然后就傻逼的摘抄，傻逼的关注他的微博，傻逼的私信他。当年还是单纯，我居然会喜欢一本只知道讲我当年怎样怎样，我朋友怎样怎样,我和我朋友怎样怎样的差不多一片片自秀优越感的书，我真是....可耻

-----  
李尚龙的鸡汤，算是写得很好的，道理说得简单直白，而且每篇文章论点直接明确，例子举得平易近人，不说教，但是够犀利。所以鸡汤虽然谁都能写，但是写得好，还是挺难的。

-----  
[你只是看起来很努力\\_下载链接1](#)

## 书评

——评《你只是看起来很努力》文/暮烟如雪

以前我特别爱说我的座右铭，“努力不一定会成功，放弃注定失败”，可随着年龄渐长，我有的时候害怕这种努力，虽然没放弃，却并未坚持到底。就像这次我养猫，那一时涌起的心血来潮，那三分热度的关爱，让一只猫颠沛流离的从福州折腾...

-----  
“但是现在我明白了，几年后的今天，当一些人在烈日下暴晒时，我却在空调房里写文章”  
“直到今天，我认识了许多人，有些是有名的大导演，有些是知名的演员，有些是很牛

的实业家，有些是银行、政界的大亨，有些是当初都不会正眼看我一眼的美女，最重要的是，我交了一帮好朋友...

朋友在微信群里转了一篇文章，名为《公务员，这就是你所谓的稳定？》，阅读之后感到深受启发，“只有每天进步才是最稳定的生活”，很有力量的一句话，又没感受到浓浓的鸡汤味，毕竟鸡汤大都告诉你只要努力就一定会成功，能够用如此具象的实例告诉你更重要的是懂得选择实属不易...

我想起高中的时候，我还是一个品学兼优的好孩子，老师眼中的优等生，从不说脏话，出口能成章，和同班女生说话，会脸红到后耳根。当然，那时候我还不是一个胖子。我想起那时候在宿舍里，大家都忙着学习，努力程度令人发指，而我，会在别人专心做习题的时候捧起小说，读个没完...

一直以来有点反感鸡汤，因为自觉得看了一定量的书，有独立的思考能力，对自己的现在和未来也基本上有了基础的想法，对待事物也能心平气和地去多方面思考，不会钻牛角尖也不会消极悲观，看这本书的起初在于父亲推荐，当时不想驳他面子说市面上这种题目很取巧内容一坨...

一口气读完，只叹相见恨晚。我认为，每个中国大学生都应该看看这本书。现下很多90后，讨厌说教，不喜心灵鸡汤。就像那句被疯传的句子一样：我听过很多道理，却依然过不好自己的人生。所以，纯粹的说教是没有意义的，因为没有感同身受。而这本书却不一样，47个普通的小故事，...

首先说直观感受，开始几篇还是有料的，或许对我的胃口，给了我不一样的视角。之后就越来越觉得幼稚、老套。再给作者下个定论（只是我认为是），优秀的年轻人，但也只比其他人好一些而已，完全没到可以出书鸡汤别人的地步。本来是想鸡汤刺激自己一把的，怪我过滤得不够仔细，这...

有一句话我一直很喜欢：努力不一定会成功，但不努力绝对不会成功。就像一首歌里唱的那样“没有谁能随随便便成功”。可是，有些人虽然明白，自己也要努力，真到了努力的时间，却总是沉不下心来，一会儿写微博伤春悲秋，一会儿刷朋友圈怨天尤人，一会儿想起一场电影还没看，一...

---

没什么实用的，说点不知道好不，老掉牙情节再拿出来，用自己的资源做推广本书，真是的！为什么书都文不对题呢，说好的励志文呢？说好的改变青年思维轨迹呢？全是爱情鸡汤，当我们都傻啊大叔！微信网络上什么时候缺过这类鸡汤文！但有几个你说的对，态度，读书，时间，都是自己...

---

这本书很容易读，因为书里都是一个个真实的人和一个个真实的事儿，文字朴素简单，但是读完心情并不轻松，因为书里的这些人和事儿总是会让人有很强的代入感，而龙哥剖析的有他的思考和角度，让我总是深以为然，而又唏嘘不已，如果我能早一点看到这些文字，会不会现在过得更好一...

---

从刚从书店买到手时的爱不释手，到现在像赶任务似的一目十行。总之这本书让我有了不小的失望，可能因为希望越大失望越大吧。本以为可以带给我一场心灵的盛宴，没想到看到的只是他的自以为是和沾沾自喜。道不同不相为谋，我默默把这本塞到了床底下。

---

尽管书题已经说出一切，我还是被吸引着读这本书。恰恰好，工作的时候出现了一些问题。有人在抱怨我们的产品不好用。我把问题反馈给技术部少年的时候顺口也抱怨几句，这样的问题，总是会让会让我们组的同事们都遇到对方的责难。少年说，是他们做的不够好。其实他们天天都...

---

这还是第一本让我看了几章就放弃的书，作者那种高高在上的态度，盛气凌人藐视一切的三观让我有点不舒服@-



@好奇评分怎么这么高，书里全是我我我的，每章开头几乎都是，一直说自己多厉害，自己朋友都厉害的，实在不喜

-----  
  
-----  
现在的年轻人，只要不是官二代或者富二代，估计生活压力都轻不了。这就导致一种思维，屌丝是需要努力，需要拼的，因为只有这样，你才有可能在充满激烈竞争的社会，有立足之地。如果你不拼，尤其一个男人，如果你没有事业，赚钱很少，还不努力，整天无所事事，估计所有人都会瞧...

-----  
[你只是看起来很努力\\_下载链接1](#)