

余生很长，何必慌张



[余生很长，何必慌张_下载链接1](#)

著者:林熙

出版者:江苏凤凰文艺出版社

出版时间:2018-3

装帧:平装

isbn:9787559413017

不辜负自己，莫错过流光，去做你想做的事，趁阳光正好，趁微风不燥！ 3000000少女

的完美男友林熙暖心之作，写给正在成长路上孤独、迷茫的你！散场的，终会相逢；遇见的，终将美好；余生很长，何必慌张！

二十多岁，对爱情憧憬也怕失望？毕业不久，对未来迷茫也很期盼？你受过的伤、走过的路、遇到的人、流过的泪，我都懂，亲爱的，请别忧伤，也不要假装坚强！54篇怡心文章，140000万有爱文字，每个呼吸，都带着我们对你的热切祝福；每份共鸣，都是我们对你润物无声的柔情期许！余生那么长，何必慌慌张张，你正年轻、蓬勃有朝气，该做的便是爱自己、不负春光、不欺自我，虽前路漫漫，然风光正盛，你需要相信，每一个今天都撑起你的未来，每一个脚步都在不断向前！

这是一本让你放下心中的焦躁、不安、恐惧、失落，带着淡定、从容、自信、优雅大步向前的暖心之作。

作者介绍:

林熙

90年出生的射手男，

爱自由，爱文艺，对一切事物都很感性；

人生最大的梦想是旅行，环游世界，邂逅全世界的美好。

目录: 第1章】你的人生，不是用来讨好别人，而是善待自己

二十岁的时候，我们懵懵懂懂，跌跌撞撞，心里怀着梦想，眼里揣着希望，却总是分不清眼前的路，该走哪一条，辨不明身边的人，会伴我走多久。于是慌张、彷徨、焦虑，学会迎合别人，放低底线，但亲爱的，前路漫漫，风景很美，鸟语花香，而你正值春光，你需要知道，你的人生，不是用来讨好别人，而是善待自己。爱自己，世界也会更爱你。

越没有人爱，越要爱自己

喜欢逃避现实的人，永远都逃不过宿命

不主动的你，把爱情作没了

如果所有人都理解你，那你得普通成什么样子

人品比美貌更重要

为爱情而活的人都是废物

低质量的恋爱比单身更可怕

你的朋友圈不能代表你有多努力

你看到的，只是华丽的表面

如果你害怕失去，就假装自己一无所有

独立挺好的，辛苦点罢了

比失恋更惨的是穷

找一个愿意为你变成熟的男人

残酷的不是穷，是不知道努力

你准备好应付所有的困难了吗？

无论做什么，记得为自己而做

有一个人能去爱，多珍惜

【第2章】我们都要认真地年轻，骄傲地生长

年轻的我们，总在抱怨时间易逝，一转眼就从校园踏入社会，一回眸沧海已成桑田。于是步履匆匆、焦躁不安，但亲爱的，余生很长，何必慌张。每一天都撑起明天，每一步都在大步向前，何不享受当下，年轻，就要认认真真，成长，就要骄傲独立，赏朝花晚露，品柔风细雨。

没学会被宠前，不要适应将就

姑娘，你想变成什么样子
你凭什么让别人喜欢你
爱钱没什么不好的
被人宠的时候不要迷失自己
不将就爱情就可以将就生活了吗？
姑娘，为自己而活吧
那些辞职在家当阔太太的女人有多爽
你混得那么差，一定运气不好吧
你不会花钱的样子真让人难过
不要再炫耀你的LV了好吗？
你配不上我的善良
二十多岁的你，觉得生活没意思？
一个人，是活得最漂亮的时候
你是否对自己的选择后悔过
失恋后，你也可以过得很好

【第3章】二十多岁，最不该像大人一样生活

二十出头，渴望过上有车有房升职加薪的生活；刚学走路，渴望能够跨越山河步履如飞。你的焦虑，让你眼神里的蓬勃朝气被疲累代替，让你上扬的嘴角被重担压垮，你还年轻，为什么要让自己过得如此艰难？二十多岁，最不该像大人一样生活，我们唯一需要做的，就是成为更好的自己，好好去过这一生。

长得漂亮，不如活得漂亮
女生就是要精神上的富养
我还是很喜欢你，但我会像戒烟一样戒掉你
人为什么要结婚
欲望是前进的最好动力
请你经济独立，爱情独立，这样我才能娶你
抱歉，你炫耀的样子没有引起我的注意
我把自己养那么贵，不是为了让你教我省钱的
和三观不合的人在一起有多累
我不找你的时候，都是在忍着不找你
谢谢，你懂我的言不由衷
抱歉，我很酷，所以不想为难自己
我这都是为你好，呵呵
讲真，不回微信就别发朋友圈了
女生越懂事，活得越累
你可以发个两块钱红包给我吗？

【第4章】用与世界和解的态度，过随遇而安的生活

你还在慌里慌张、匆匆忙忙？怕爱情从手里溜走？怕生活次于旁人？怕人生黯淡无光？亲爱的，余生很长，世界很大，总有一个人，是你的独一无二。好好爱自己，无须逞强、不必失望，用与世界和解的态度，过随遇而安的生活，要知道你正值春光，别错过年轻的疯狂。当你学会爱自己，懂得了成长，那么你想要的都会大步向你奔来，从此爱情温软，余生温暖。
我大概是得了恋爱恐惧症
你独立的样子看上去好难追
遇上这样的男人，请你躲远点吧
可是我怀孕了啊
关于感情，你必须学会放手
假如我的记忆只有七秒，我仍不想忘了你
不想很酷，只想暴富
撒娇男人更可爱
起床失败？减肥失败？拖延症有毒？
帮你不是我的义务
关于坚持，我想等等再放弃
是的，我也会面对失望

原来，你是我最想留住的幸运
余生不用你指教了，我自己一个人过吧
既然还幸运地活着，就要全力以赴地快乐
..... ([收起](#))

[余生很长，何必慌张 下载链接1](#)

标签

心灵成长

我想读这本书

青春

自我提升

成功励志心灵

温馨、有哲理、好看

看简介觉得不错，很想读一下

暖心

评论

一本很温暖、很警醒、对女生成长很有帮助的一本书，时不时翻翻看，会有不一样的心得体会。

就。。。心灵毒鸡汤吧。类似qq空间签名。

适合20岁左右的吧，每个文章看标题和最后一段话就够了…

有点，太啰嗦了。不喜欢这样的，谢谢作者。

很鸡汤，不适合现在的我

终弃之，我看不下去了！

好像说了很多 又好像什么都没说

警醒了自己，原来不是只有自己傻

翻了翻，好像不适合30岁的我……可能适合20多岁的小女生吧。内容有点浅有点low。

在星巴克看完了这本，给三星吧，很多内容是啰嗦了

很久不看鸡汤文了，疫情期间，宅起来的我，突然对长假不知所措，又看不进去难啃的书。室友递给我这本，鸡汤很足，前后有些相反的观点，就当一个个小故事快速翻完了。多少给了一点鼓励，内容浅显易懂

女性公众号大集合，空洞无物。一星可能适合二十岁左右迷茫的人，太矫情了，看一半真是看不下去了。

我不知道怎么买的这本书，脑子进水了吗？明显就是鸡汤文，真佩服自己居然囫囵吞枣地看完了

想读这本书。

鸡汤

2020年读的第一本书，一个个作者身边的故事，构成了全文，一本面向女性读者的鸡汤文。

这是一本单位发的书，流行版的心灵鸡汤。不慌张的人生，才是可以品味的人生，时间要慢慢过，人生要好好品，质量大于数量。

哄你没商量，

我终于看完了，有些微信文很降低好感耶，前期那些文章明明挺好的呀！作者为啥要这样对自己！一本爱情论，又像是心理学，这些文章像一个散文集，把各种故事的作者收集起来汇成一本书。文字很通俗很走心，有时候听着书听着听着想谈恋爱了

作者是个男的？为什么文字可以用女生视觉来写的这么走心？为啥读到后面变成在读美食博文，什么(´·ω·`)?情况，理解读者的骂声了

[余生很长，何必慌张_下载链接1](#)

书评

今天我看了一本书《余生很长，何必慌张》，本以为是慰藉心灵的鸡汤书，想让自己在残酷的现实中得到暂时的喘息。但是，我看完起了反作用，感觉更加焦虑和慌张。

【1】我们生活在一个高速发展时代，所有事物都瞬息万变。
一夜之间房价就涨到你望而兴叹，一夜之间你...

最近豆瓣上有一部电视——《迷雾》，以超9分的评分强势出现（因为结局的原因，最近被拉成8.3分）。剧中的女主角是一名主播，37岁的她因为自己的理想，和丈夫离心，“狠心”地将自己的小孩流产，和怼自己的人相处不会刻意委屈自己去迎合，而是用实力去证明所处位置的理所应得...

一直关注林熙的公众号，现在他终于出书了，真的很激动！新书的名字叫做《余生很长，何必慌张》，书名很清新，也很温暖。余生很长，人间很老，你怎舍得伤心，多年之后的我们，终是不再畏惧生活，所以何必慌张。
很喜欢林熙的文章，温暖治愈，很多时候都说出了我的心声。他是一...

怎么说呢，我看了三分之一的样子就停下了读这本书。这本书全书灌输的理念大概是：女生要独立，要有男人宠，不能将就，不能穷。并且举了他身边的例子。可是也仅仅只限于他身边的例子，试想一下。如果全世界所有的女人真的都是书里这样，那为什么要工作之别。为什么所有人的工...

作为一个零零后的女生，阅读后深透大概了解了社会上的磨难，教会了我如何成长。但我更想推荐给我家的大哥们：也许你处在二十几岁的懵懵懂懂的人生时期，也许你在彷徨、焦虑，甚至有抱怨，但请牢记，前路漫漫，风景很美，你应该勇往直前。
我很认同作者的“有时候你越是逃避，生...

长居不易，余生要努力 读林熙《余生很长，何必慌张》 文/方木鱼
在林熙的个人公众号上，有这样一句签名：世界上最浪漫的事，就是我们彼此相遇。很幸运，读到这本《余生很长，何必慌张》。在不怎么老的年纪里，与林熙及他的新书相遇。我想，为了制造这次相遇，林熙一定付出了加...

余生很长，何必慌张：遇见的，终将美好；散场的，终会相逢。——题记
《余生很长，何必惊慌》是由90年出生的射手男林熙所著，经江苏凤凰文艺出版社出版。整本书多次提到作者是从2016年开公众号的，因此我对这所谓的“公众号”充满了好奇。幸而，在此书的封面后有其二维码，于...

人这一生永远丢不掉、逃不过的，是人世间纷扰的情感，来来去去，兜兜转转。虽然曾经古希腊哲学家赫拉克利特说：“人不能两次踏进同一条河流。”但在感情的世界里，一个人极有可能两次败在同一个人手里。尤其是在二十多岁的女生。
也许是因为女生在情感方面天生就敏感些，而在二...

读了几张后，突然的感觉到这整本书都是写给女生来看的，于是调侃室友说，我觉得又读了一本不该读的书，我觉得这本书都是在安慰女生的。室友回答，那正好，刚好你可以学习一下怎么安慰女生，怎么从女生的角度看世界，看爱情，看亲情，看生活……
清明节前在家上坟时，我爸对着我...

读了几张后，突然的感觉到这整本书都是写给女生来看的，于是调侃室友说，我觉得又读了一本不该读的书，我觉得这本书都是在安慰女生的。室友回答，那正好，刚好你可以学习一下怎么安慰女生，怎么从女生的角度看世界，看爱情，看亲情，看生活……
清明节前在家上坟时，我爸对着我...

这本书叫做《余生很长，何必慌张》，原来我应该算是个“慌张”的人，会担心各种保险，甚至会担心养老金，我应该是有作者书中介绍的所有坏毛病，长得不好不坏，上学不好不坏，什么都不好不坏，我甚至不会因为什么狂喜，也不会因为伤心，我觉得一切都是可以过去的，我不敢恋爱， ...

每一个女孩都喜欢自己是童话世界中的公主，然后遇到心仪的白马王子，过上幸福的生活，一生都被王子宠爱，爱情甜蜜。
但是，如果你想遇到王子，光是想想是没有用的，你自己是公主，你才有机会遇到王子，因为，一个人能够吸引到的人，通常是和他具有同等能量的人。 《余生很长， ...

作为90后的我们，关于青春我们是虚度的，关于生活我们是迷茫的，关于婚姻我们更是恐惧的，但其实不管怎么样光阴都会一去不复返的，所以《余生很长，何必慌张》一书值得我们深阅，为了我们更好的自己。有道理的话，有的听起来很美有的听起来很俗。追逐真理之理性，不专于真理带...

[余生很长，何必慌张_下载链接1](#)