

《不如温暖过生活》

图书基本信息

书名：《不如温暖过生活》

13位ISBN编号：9787569902289

出版时间：2015-6-1

作者：韩小暖

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《不如温暖过生活》

内容概要

生活再不如人意，都要能够自我温暖和慰藉，给自己多一点欣赏和鼓励。与其冷漠对抗冷漠，不如温暖爱自己，不如温暖过生活。

再简单也努力坚持的梦想，温暖的家人，亲爱的闺蜜，擦肩而过的爱情，平凡的幸福生活，这是小暖的温暖世界，却也是每个姑娘心中所向往的幸福美好。这种幸福美好，源自她长久温柔和富足的心。那么，姑娘，请一如既往地保持善良与美好，全身心地对待身边的每一个人，无论经历过怎样的生活，都不失去爱的勇气，学会更好地生活。

愿读过本书的姑娘都能够得到爱，也能够去爱，活得比春天还温暖。

《不如温暖过生活》

作者简介

韩小暖，作家、荔枝FM独家签约主播。

文字作品散见于《青年文摘（彩色版）》、《孤独星球》杂志、《北京青年报》、《文艺生活周刊》、《爱格》、《花火》等。

太阳双鱼上升双子的北京姑娘。

相信梦想是用来完成的，相信每一刻都是最好的时光。

新浪微博：@韩小暖

公众微信平台：@韩小暖

荔枝FM：FM25331《暖调频》

《不如温暖过生活》

书籍目录

第一章：我想做的，便是记录这世界的暖
序 愿你常驻温暖里，总有笑容
电台主播这个梦想，一直在我心里
你不够好，却因如此，才能够越来越好
关于写字这个梦想，更多是陪我过滤掉浮躁
我曾一直梦想去远方
唯愿心底那个幼稚的小女孩，晚一点离开
好时光应该被宝贝，因为有限
第二章：愿你被这个世界温柔以待
这么多年，爱，一如既往
我在遇见你的人生
愿你被这个世界温柔以待
妈妈，让我带你去远方
第三章：还好，我们总是遇见那些温暖的人
我们从青春一同走向未来 _ 蓝蓝
我知道你总在我身边，成为我的力量 _ 烟烟
我不要一成不变的生活 _ 文子
我等的人，他在多远的未来 _ 宝姐姐
还好，我们总是遇见那些温暖的人 _ 禾平
没有人陪的时光，你且勇敢往前走
第四章：世界千般苦痛，不如温暖过生活
爱猫的人都有一个细腻的灵魂
你是我最喜欢的陌生人
不如温暖过生活
爱是我喜欢，别输给还不错
一个人，可以美好地享受孤独
有些人没在一起，也好
后记

《不如温暖过生活》

精彩短评

- 1、做一个温暖的人，惟愿我们永远相信温暖，美好，以及爱。
- 2、人生十之八九不如意，心灵鸡汤般的小文子。适合在阳光下，独自一人或者闹市或者幽然处读它，欣欣然吧。
- 3、看不下去，好无聊
- 4、最近在合肥南站看到的这本书，买来看后，很喜欢，多次热泪盈眶，我觉得是励志的，并非言情小说，很温暖，是她自己的故事，也是她与这个社会与她父母家人的故事，她很积极，积极到可以温暖我这个路人，因为这本书，我在京东买了很多类似的，希望可以充实自己的心灵，甚至还注册了豆瓣，呵呵，祝福你。祝福自己。
- 5、愿你常驻温暖里，总有笑容。
- 6、小暖的第一本书
- 7、花了两天读完这本书，我在想你是一个怎样的姑娘。当你写到外婆的时候，我想到外婆和奶奶。外婆在我小时候就去了另一个世界，但在我的印象中，外婆是很宠我的。奶奶，我在她的身边长大，我偶尔会对她发火，可我知道，她是为我好。你的书上提到了朋友，我也想像你一样拥有这样的朋友，我相信我会遇到的。
- 8、电台主播这个梦想一直在我心里。
- 9、一直很喜欢小暖，但是这本书挺让我失望的。没来由的清新文艺小句子堆砌成一本书，显得空洞做作，说着世界有多暖有多暖。思想深度不够。不是我喜欢的类型。
- 10、名字不错，可惜写的很普通，也许这本书带来的感情平平让我觉得还不错吧
- 11、喜欢写文字，并非都是多愁善感，一笔一画之间，平复的是内心烦躁不安，寻找的是内心的平静安宁其实更多的是治愈系的灵魂。人生很长，长到足够让我们忘记很多人事物，生活是自己的，珍惜当下，活出个性，温暖你我他。我相信，最难，就会最好。
- 12、暖暖的，谢谢相遇
- 13、很值得推荐的书本书，那时就是被书名所吸引，温暖的过生活是一种人生态度，书里纪录作者的成长经历，让人不由喜欢那种认真、温暖的态度，活着自己喜欢的样子。作者的文笔让人不由的代入，让人回忆那时的自己是如何经理又是如何选择的
- 14、觉得很感悟人生
- 15、用浮躁的词堆砌成书 真是看不下去 可惜36块钱能买一本很好的书 真是心痛 你们买以前要大概看一下内容 评分虚高了太多
- 16、舒服，温暖，但精神上更深层次的充实感有些欠缺。
- 17、小暖的梦想养成记，满满正能量。人，重要的是信念吧。
- 18、真有7.6？
- 19、早在读高中时就读过，那时候这本书刚出我也是刚上高中的熊孩子@(-_-)@。。现在又读了一遍感触很大。。最喜欢的书之一。
- 20、那个给我一个相信的理由。
- 21、每本书都要根据定位来判断“好”与“还好”，这本书讲的就是一个温暖的姑娘生活里的故事，以及想要传递的温暖生活态度。喜欢那句话：温暖深处，总有光芒，只要你怀着对生活的热爱好好生活，怀着对美好的期待用力美好，时间，自会改变你的轨迹，带你前往怀揣冷酷冰凉默然所永远不能抵达的温润天地。
- 22、看了，一般吧，文字还行，内容空洞。
- 23、读了之后都不知道读了些什么，言之有物都不能做到，写的什么玩意
- 24、最初在亚马逊选书的时候，因为这个书名一起凑个单，也的确是，至今的我，对温暖二字没有任何抵抗力。就想过温暖的生活，遇见和温暖周边重要的人。丰富而轻盈，踏实而有趣。把最好的自己，留在想念的时光里。
- 25、豆瓣评分也略有点虚高了吧。鸡汤颜值再高也是一锅鸡汤，适合精神上缺乏营养的人，作者文笔不错，有好姑娘的朝气和温暖，推荐女大学生和刚入职场的的女孩子阅读。

1、看到这本书的时候，是在陈老师的办公室里。当时陈老师拿了好几本书，我一眼看中了这本，死死地不放开。我是从宁远的书《把时间浪费在美好的事物上》开始了解陈老师。后来，她策划的书，我基本都会关注，后来马超的书《只有当心非常安静时》我也很喜欢。我曾经和一个朋友聊天，她说：“你有没有精神信仰？就是那种支持你一生的那个人？”我说：“陈老师。”她说：“你竟然把那么重要的信仰给了陈丽杰？”后来我想，也许，我把那么重要的信仰寄托在陈老师身上，确定有点草率，而且也许以后会改变。但是在现阶段，我真的是觉得，她就是就是我的信仰，我就是她的死忠粉，虽然到现在，我们也只是见过两次面。但是她让我看到了自己以后的状态，或者说要为之努力的状态。一个女编辑，在成家立业之后的状态。坦白说，我以前很害怕。害怕自己随着年龄的增长，被淘汰掉。但是我看到有些人，随着年龄的增长更加丰盈。这无疑给了我动力和能量。其实，与其说，我把信仰给了陈老师，我觉得更多的是我把信仰给了陈老师做的书。因为，我比较直观地看到了自己成长的空间。我喜欢她做的书。那些书每一本都让我觉得抓住了作者的闪光点。而且最重要的，每一本书的细节都处理得近乎完美。这本韩小暖的书《不如温暖过生活》，在我看到封面的时候就喜欢了。翻开内文的时候，满是惊喜。图片的选择，版式都很唯美。后来读到书里的文字，我越发觉得这本书的温暖。当韩小暖用一颗温暖的心对待自己的成长，当她坚持自己的主播梦；当她坚持写字。当她毫无保留地对待未曾谋面却后来成为闺蜜的那个人，甚至后来去参加对方的婚礼，我其实是羡慕的。坦白说，我的安全感，让我不能完全信任一个陌生人。虽然，我也想。当她身边有那么多朋友，遇见的还都是温暖的人。我知道，小暖的成长不是一帆风顺的，甚至经历了更多地苦痛。但是她依然这个世界，以温暖。读完小暖的书，我很长时间都在思忖，这本书给予了我什么。后来我想，是人心向暖的力量吧。

2、正如书中所言，“我们终其一生在寻找的，其实都是一种平和。”我是在一个平和的心境下遇见了这本书。第一次是在三联书店，第二次是在国图。结束了工作日，终于可以在周末好好捧读。窗外知了在鸣叫，马路上，蓝天有白云点缀，时而呼啸而过一些车辆。其实北京除了繁华，更有着市井朴实的一面。而正是在这里，是你韩小暖长大的城市，是这个毕业后我来到的第一个城市。你的文字如你的名字一样温暖，也许人的名字本身就给我们很大的暗示与指引。“林深时见鹿，海深时见鲸”，或许了解更多收获的温暖也会更多，但是现在这种初遇你文字的感觉就很美妙，很清淡，很清香。

3、21岁生日当天，我看见叮当为我做的一个生日祝福视频。她联系了很多我的朋友、同学，让她们在纸上写下给我的生日祝福，然后拿着这张纸拍了一张照片。说到这份特殊的礼物时，心底是满满的感动。我不知道，远在上海的叮当是怎么和我的朋友们取得联系并说服她们配合着完成这样的举动的。毕竟，叮当和她们可是素未谋面的。她们之间的唯一联系只是拥有我这样一个共同朋友。除此之外，别无其他。这段视频里出现了一个特殊的人。她的名字叫韩小暖。一个我从2011秋天就喜欢上的作者。她像我的好朋友们一样，举着写有祝福的小卡片，在视频里展露着甜美的笑容。纸上写着这样一句话——“愿我们都成为最想成为的自己”。知道韩小暖这个名字的五个年头里，我从博客、微博、微信、荔枝电台直到如今的《不如温暖过生活》对她的认识不断加深。这个有着甜甜笑容、甜甜声音的小女孩儿总是用她亮闪闪的大眼睛不断发现生活里的一切美好。然后在各大平台里和我们分享着她的新发现。在“温暖”和“文艺”已然泛滥的今天，她用她自己的生活告诉我们，温暖是一种生活态度。文字、电台都曾经是她的梦想。而她不曾忘记过这些梦想。她一步步地努力，终于实现了它们。她在书里说：“那个年少时一提起就奋不顾身想去努力实现梦想，就像青春期爱着的人，恨不得用尽全部力气去付出和给予，却一不小心，在茫茫人海大千世界，丢得无影无踪。可是，梦想就是繁复世界里的支撑点，它不该是这个也行、那个也可以的选择，它必须是百分之百的交托，是唯一，没有之一。……只要拥有在迷茫时仍拼尽全力奔跑的勇气，梦想总会成为翅膀，带你飞越千山万水，前往你想去的任何远方。”（出自《不如温暖过生活》）正是因为有了“偶像”的榜样力量。我也学着她在追逐梦想的道路上一步步前行。2014年6月11日，校领导为我们全体毕业生拨了穗，捧着毕业证书和学位证书，我匆匆离开了毕业典礼的现场，踏上了回厦门的动车。因为4天后，有一场至关重要的考试等着我。6月15日，恰好是父亲节。在这之前，我用了大半年的时间来准备教招。从笔试到面试，每天泡在书堆里，只睡几个小时，为的就是能成为一名正式教师。因为这是我从小的兴趣，更是家里人的期望。我多么希望，在父亲节这天，把“被录取”当成一份礼物送给我最爱的父亲。一路过关斩将，却最终功亏一篑。极度沮丧的我一度想要放弃。夜深人静的时候，听到了小暖的电台，《梦想家》第一

《不如温暖过生活》

期节目。也不知道是突然的顿悟还是不服输的心理。几乎是在一瞬间，我就决定再次挑战。这个世界追梦的人那么多。成功的人很多，失败的人也多。成功的人有不同的成功道路。失败的却都是因为半途而废。终于，今年六月，父亲节前，我终于成功了。去年的心愿今年终于得以实现。好多人羡慕我有好运气，个中艰辛只有自己才有切身体会。如今看来，一切都是最好的安排。我要多么庆幸，自己拥有一个浑身散发光芒，拥有满满正能量的偶像。小暖曾经说过，未来，我可是期望能与你们相逢的。相逢之前，我所能做的便是学着她，用心生活。我的偶像这么棒，身为粉丝，也不能差到哪里去呀。我可是要力争成为她的粉丝代表的人呢~等到将来有机会和她见面，我要大声的告诉她——谢谢遇见你。不负青春不负你。愿你成为想要成为的自己。送给每一位暖宝宝~

4、高考之后读的第一本书~因为喜欢暖暖的橘色，而且封面非常漂亮，所以在机场书店选中了它打发时间.....2333缘分呐（还好我买了）！读的时候有很多惊喜，不只是细腻的文字，还有用心的小卡片、美丽的插图.....没想到这本小书，最后给了我那么大的感动。和小暖一样，出生在星期四，喜欢写字，最心水的季节是夏天，所以特别亲切，就像听一个久别重逢的朋友，认真地叙说她生命中一次次美好的相遇和告别，欣喜与失落。有电台主播的梦想、然而高考失利，似乎离梦想渐行渐远；遇到了生命中最珍贵的朋友，又不得不向她告别；疼爱自己的亲人逝世，却来不及道再见。种种未知，种种心酸，我们不是她，没法切实地知道——读到这些文字，想给作者一个拥抱。梦想就像《你好，旧时光》中的辛锐的东京、未来海贼王路飞的空岛一样遥远，但不管是辛锐还是路飞，都非常努力。谢谢小暖在书里和他们一样告诉我，“相信梦想是用来完成的，相信每一刻都是最好的时光”。把弯路走直，最后成为一名电台主播和作家，怎么不令人佩服。书里寥寥几句话，是现实生活中无法想象的付出。记得有谁说过，“如果身处幸福而不自知，就不能称作幸福；在不幸福中发现幸福，大概也会是另外一种幸福。”韩小暖的经历中，很多事情也许就是我们以后将要面对的，身边的人的离开，追梦过程中的坎坷...每个人都会有这样的时刻吧，感觉辛苦、无助——但是下次在这样的时刻，我会想，有一个人，她已经告诉过我，别怕啊，你不孤单，保持笑容，温暖过生活。阿信曾经说，希望五月天的歌能在你不被看见的时候给你力量。八月长安写的故事最后都以美好为结局，她认真地解释“他们是那么好的人，为什么不值得一个好的结局？”路飞压低草帽说“我不是英雄，只是做我想做的事，保护我想保护的人。”“他们是我的伙伴”。这些是我一步步成为他们真爱粉的原因。有时候想，如果能遇见更多这样的人，不管在现实还是在虚拟中，就好了。我看见在书的最后，小暖说，“这一刻的我，全部都在这里了。张开双手，坦然微笑，用不够完美却独一无二的光芒，等待迎接每一个愿意靠近的人。”很多令我们难过的事情多年后便烟消云散了，但一路上我们的家人、朋友，甚至是陌生人对我们的帮助与支持却都是实实在在的温暖，一辈子难忘。我们要感恩，不辜负这个世界的温暖；我们要努力，成为最好的自己，与更好的人相遇。这大概是小暖想传达的吧，听到了~读完书，看完那么多作者精心安排的照片插图，还有附赠的卡片和话语，想说业界良心啊。特别高兴，在机场书店的茫茫书海中不小心发现了《不如温暖过生活》，在进入大学前的这个夏天遇见了小暖~最后，我表示很喜欢这句话：“与其用冷漠对抗冷漠，不如温暖过生活。让自己有力气不被负能量捆绑，也让茫茫人海中看得到这份光亮的人，不再害怕寒冷，甚至，渴望将别人照亮。”（摘自序言）、长路且行且远，愿我们都温暖过生活。2015.7.8 22:00p.mlemon

5、你有没有这样的时候：听说一本书已久，但从不为他专程去书店或图书馆，甚至不去网上搜索，却也总觉得自己无论如何是不会错过的。闲来无事的时候，去看书打发时间，一个书架一个书架的流转，遇见有意思的书名边取下翻看几眼。走着走着突然就看见了念念不忘的那一本书，不刻意的寻找，等来了这份迟来的惊喜，你说，这种乐趣增加多欢欣。如同武侠剧里常说的那样“久闻大名，今日一见，果然不同凡响”，相请不如偶遇大概就是那么的痛快。人与人是这样，人与书也是这样。对于《不如温暖过生活》这本书，我就怀有这样的情感。知道韩小暖是个偶然。一个月前，读qq订阅邮箱，新一期的内容有几篇她的文章。读了觉得实在不错，温情细腻暖心。重要的是韩小暖的文字不是以高高在上的姿态骄傲的俯视渺小的人群，这个会说故事的人娓娓道来一曲一曲盛宴，字里行间都是生活，读着读着就有一种错觉，好像是你坐在咖啡馆里听着对面的女孩诉说往事，她沉醉在情绪里，你沉醉在她的声音里，那搅动着的咖啡随着勺子飞舞，周围的人说说笑笑，音响里传播着音乐家的浅吟低唱，老板娘周到的招呼每一个客人，一幅幅画面随着文字展现在脑海，从而就觉得的这故事更美好动人。韩小暖的文字就有这样的力量。韩小暖说《我在遇见你的人生》，她说“世界上所有的相爱都是为了在一起，却只有父母对子女的爱是为了与他们分离”，她说：“我的成长，便是他老去的证明”。看到此，你有没有想起你的父亲呢？你的爸爸不见得会领着你去图书馆带你看一本本书，不见得

《不如温暖过生活》

会为你制作录像带，也不见得有很多有趣的故事讲给你听，可一定会给你创造别样的惊喜，只因，对你是满满的疼爱。看过一个微电影，围绕耄耋之年的父亲寻找死去女儿的电话留言展开，电影的最后一幕，接触过这个老人的人，各自回家不约而同的拥抱了自己的父亲。很多时候，我们身在福中总看不见身边的温暖，非要通过别人的演绎才能深刻的体会到自己的幸福。被别人的故事所感动，从来都是五分因剧情五分因自己。你可有过梦想，任时过境迁岁月改变，你放弃还是坚守？《电台主播这个梦想一直在我心里》，韩小暖自己的故事，你可有感同身受？会不会看见梦想成为现实的方式呢？梦想有很多种，追逐梦想的路程该是相同的，没有谁可以幸运到什么都不做就可以得到上天的垂青。就算有天上掉馅饼这件事，至少你也该提早练就成铁头功，才不至于丢了美味只剩伤痕吧。很多人都说年少的激情和不认输的个性，在一天天的生活中被磨得残破不堪，如今经过可能实现梦想的地方还会驻足观望，却不再敢豪言壮语挥斥方遒。生活的残酷在于总是过滤，挑挑拣拣找出了该站在金字塔顶的人。怎样做只在于自己的心倾向于怎样的选择，努力过，在老去时才能安心的回味当年的盛景。……《不如温暖过生活》，22个故事，22种可能，也许就减轻了读的人的负面情绪。看到这本书之前，我是韩小暖电台的忠实粉丝，那时候因为种种繁琐的事，心情极差，然后一遍一遍的听这些故事，就这故事里的人审视自己，我告诉自己说，这样是对的，那样是不好的，你看，生活里有多少温暖啊，你听，她说的友情你不是一样拥有么，就这样在与自己的对话里，一点一点快乐起来。有次，坐夜班火车回家，六个小时的车程，我听了六个小时没有换台，在这里听见的生活、爱情、旅行都给了我些许的安慰，所以后来的每天也不曾停止去听。现在这些故事成了一本书，买来保存，就可以时不时拿出来看看，告诉自己说，世界那么大，美好的事情那么多，被烦恼蒙了双眼才是对自己的大不敬。感谢韩小暖，感谢这个同龄的女孩教会我的一些事。“与其冷漠对抗冷漠，不如温暖爱自己，不如温暖过生活”。

《不如温暖过生活》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com