



青春后乐园，一直在为大家传递温暖、治愈、励志的文字，希望我们能停下来审视自己，清理掉心灵的负能量，整合出优质的品性，给自己一个坚定前行的理由。在真实纷扰的世界里我们始终相信，“后乐园”的存在。在那里，希望得以永恒，梦想终会实现。我们用一只眼睛看清现实的灰墙，却用另一只眼睛跨越海洋勇敢飞越！2013年，就在后乐园的美好期许里慢慢地展开，伴随着思索与祝福，无需太多言语，用心感受到的便是温暖！

—袁媛老师

永远不要对父母说这十句话

- 1、好了，好了，知道，真罗嗦！
 - 2、有事吗，没事？那挂了啊。（父母打电话，也许只想说说话，我们能否理解他们的用意，不要匆忙挂了电话。）
 - 3、说了你也不懂，别问了！
 - 4、跟你说了多少次不要你做，做又做不好。（一些他们已经力不能及的事，我们因为关心而制止，但这样让他们觉得自己很无用）
 - 5、你们那一套，早就过时了。（父母的建议，也许不能起到作用，可我们是否能换一种回应的方式？）
 - 6、叫你别收拾我的房间，你看，东西找都找不到！（自己的房间还是自己收拾好，不收拾，也不要拂了父母的好意）
 - 7、我要吃什么我知道，别夹了！（盼着我们回家的父母总想把所有关心融在特意做的菜里，我们默默领情就好）
 - 8、说了别吃这些剩菜了，怎么老不听啊！（他们一辈子的节约习惯，很难改，让他们每次尽量少做点菜就好）
 - 9、我自己有分寸，不要老说了，烦不烦
 - 10、这些东西说了不要了，堆在这里做什么啊！
- 他们总想把跟我们成长有关的东西都收藏起来，也许占满房间，多年后，看到自己还是婴儿时的小襁褓，难道不是惊喜吗？

曾几何时，你自命不凡，扬言要如何如何；

曾几何时，你心比天高，梦想要怎样怎样；

时光荏苒，岁月如梭。

你的身心在一点点的强大，可是追求却在一点点萎缩。有多少人还记得最初

的梦想？又有多少人还在坚持追梦呢？谁阻挡了你的追梦之旅？是社会的

不公？还是现实的残酷？也许，更多的是来自于你内心的懒惰。

追梦之旅，注定是坎坷崎岖，布满荆棘的。

小时候你什么都不懂，却藐视一切。豪言壮语大同小异，那有什么难的，我肯定能拿

下。随后，你开始成长，开始追梦。生活有百态，酸甜苦辣尝个遍，就发现最终生活留给你

的味道是苦，而且越往后越苦。你被折磨得疲惫不堪，就开始用曾经的甜来搪塞这苦味。你不断的回忆，不断的去挖掘记忆深处那

可怜的美好时光。

找到最初的梦，你会不自觉地发笑，却不再大声喊出来了。因为你长大了，你可能会觉得

自己那时候是如此的大言不惭。每个人都曾有

过属于自己的梦，就算可笑，依然亲切，因为那是你在最美好的时刻为自己人生做的最

美好的寄托。

越大越理智，你开始考虑社会现实等客观因素，对自己的梦想做出修剪，去掉旁枝散

叶。再往后，你又开始考虑自身战斗力等主观因素，再去掉一部分。等你觉得主客观都合理

的时候，却发现那可能梦想只剩下光秃秃的主干了，所以你又觉得这样很不美观，最终，你

掐掉树梢，将其抛弃。你的梦想就这样毁了。那么，到底是谁盗走了你的梦呢？你不知道，所以

你迷茫了。

你归结为社会现实，是现实的残酷摧毁了你的梦想，让你终日忙碌于琐碎的事情上，你觉

最近好几封来信都是问我这几年的留学生活到底让我学到了什么，所以今天就写在了这里，不长但希望能对你们有帮助。

我学到的第一点是怎样去面对离别。

大学之前，朋友多是一个地方的人，哪怕不在同一个学校了也能常常见面；上了大学之后，朋友来自各种不同的地方，对于我们来说，可能是来自不同的国家。尽管我们在分离的时候总是交换着联系方式，说着友谊常在保持联系的话语，可是想要抓紧的，慢慢的也就不见了，有些人一转身，就再也没有见过。

每个人的青春里都有一段弯路，谁也没法替谁走完。

很多人都跟我说“不如不见”之类的话，但是我觉得相遇就是一种缘分。太多人就是要的太多，反而什么都得不到。能相遇，能变好一点，能同行一段，那也挺好的。人生本就是离别的集合体，如果不珍惜每一次的相遇，那一辈子就太短了。如果分开后总想要遗忘对方，想着不如不见，那一辈子就又太长了。

相遇的人，总能再相逢的。

第二点，是学会了怎么面对孤独。

我之前从不觉得我是一个能很好面对孤独的人，直到最近回过头才发现一路上自己走了多长的一段路。人有的时候很脆弱，然而只要咬牙继续向前走，回过头看的时候都会惊讶于自己的忍耐力。

只有从害怕一个人吃饭，害怕一个人坐车到习惯一个人面对生活的波折而从容不迫，才能真正明白孤独到底是一个什么样的东西。它是你的一部分，它是天使也是魔鬼，它能让你变得更好，也能让你万劫不复，你无法逃离它，你只有面对它。孤独到最后都是一种极其

真实的存在感。

对于我的留学生的生活，似乎回忆起来像是一场冗长的黑白默片，没有什么亮点，没有什么太大的起伏，有的只是生活的一点一滴。很多时候都觉得糟透了，但回忆起来却觉得特别美好。与其指望失恋之后会有一个王小贱，不如指望你自己坚强一点；与其指望每次失落的时候会有正能量出现温暖你，不如指望你自己变成一个正能量的人；与其担心未来，还不如现在好好努力。没有人能给你无时无刻的安全感，除了你自己。

最后想说的，就是标题这句话：比起失败，我更害怕遗憾。

在我之前的二十多年的生活中，这句话一直是我的标尺，对于感情，对于梦想。青春是用来浪费用来做梦用来努力的，你应该用这样的时光做你想做的事情，变成你想变成的人，哪怕这很难，哪怕会失败。因为不管怎么样，我都不想要遗憾，因为我不想老了之后回想起来，没有一个回忆起来能让我嘴角上扬的青春。

再不疯狂，就老了。再不做梦，就老了。

前几天正在刷微博的室友转过头来指着一条微博问我：“这句话是你写的吧？”我看了

看，是我的一篇文章里的。他一脸正色对我说：“卢思浩，你的句子再这么被偷下去，别人该说你不是原创的了。”的确最近郁闷的事情，莫过于某天在我日志里的回复下看到：“这不是豆瓣的吗？”“这不是你的文吧。”

虽然时常那些熬夜通宵写的文没隔几天就被盗用了，但下次我还是一样会写。所以当时我对他的回应是，总有一天他们会知道这是我写的。他看着我笑说，真不知道你哪来的自信。我臭屁地对他

说，那是一定的，因为我从来没有放弃努力呀。

因为不放弃，所以没关系。

只要有人能因为这些文字有些微的感动，有些许的改变，有多一点点的勇气，就好。曾经在微博的私信里，看到很多留言，其中有个留言说：“我一直把《没有到不了的明天》这篇文抄在纸上，没动力看的时候就觉得很有动力。前两天看到《孤独是你的必修课》，很喜欢，没想到这也是你写的。”

其实自己哪有那么伟大，那么多盗文都不去追究。曾经还因为我总是把书里的内容发在公共主页里，而遭到编辑的一阵反对。虽然我总说我会改，但是在下一秒看到这些留言，又莫名的热血了。看着那些从一开始就陪伴我的人，就觉得我们可以一起走下去，就

很想告诉你，不能怕，这世界上还有很多人想要和你说话。

所以最后想对你们说的就是：孤独无助的时候，永远不要逃避，也不要立马找别人倾诉。最好的办法是静下来，对着镜子问问自己想要什么，你一定能找回你自己。

你一定能找回你自己。

比起失败 我更害怕遗憾

文/卢思浩

真实的存在感。

对于我的留学生的生活，似乎回忆起来像是一场冗长的黑白默片，没有什么亮点，没有什么太大的起伏，有的只是生活的一点一滴。很多时候都觉得糟透了，但回忆起来却觉得特别美好。与其指望失恋之后会有一个王小贱，不如指望你自己坚强一点；与其指望每次失落的时候会有正能量出现温暖你，不如指望你自己变成一个正能量的人；与其担心未来，还不如现在好好努力。没有人能给你无时无刻的安全感，除了你自己。

最后想说的，就是标题这句话：比起失败，我更害怕遗憾。

在我之前的二十多年的生活中，这句话一直是我的标尺，对于感情，对于梦想。青春是用来浪费用来做梦用来努力的，你应该用这样的时光做你想做的事情，变成你想变成的人，哪怕这很难，哪怕会失败。因为不管怎么样，我都不想要遗憾，因为我不想老了之后回想起来，没有一个回忆起来能让我嘴角上扬的青春。

再不疯狂，就老了。再不做梦，就老了。

前几天正在刷微博的室友转过头来指着一条微博问我：“这句话是你写的吧？”我看了

看，是我的一篇文章里的。他一脸正色对我说：“卢思浩，你的句子再这么被偷下去，别人该说你不是原创的了。”的确最近郁闷的事情，莫过于某天在我日志里的回复下看到：“这不是豆瓣的吗？”“这不是你的文吧。”

虽然时常那些熬夜通宵写的文没隔几天就被盗用了，但下次我还是一样会写。所以当时我对他的回应是，总有一天他们会知道这是我写的。他看着我笑说，真不知道你哪来的自信。我臭屁地对他

说，那是一定的，因为我从来没有放弃努力呀。

因为不放弃，所以没关系。

只要有人能因为这些文字有些微的感动，有些许的改变，有多一点点的勇气，就好。曾经在微博的私信里，看到很多留言，其中有个留言说：“我一直把《没有到不了的明天》这篇文抄在纸上，没动力看的时候就觉得很有动力。前两天看到《孤独是你的必修课》，很喜欢，没想到这也是你写的。”

其实自己哪有那么伟大，那么多盗文都不去追究。曾经还因为我总是把书里的内容发在公共主页里，而遭到编辑的一阵反对。虽然我总说我会改，但是在下一秒看到这些留言，又莫名的热血了。看着那些从一开始就陪伴我的人，就觉得我们可以一起走下去，就

很想告诉你，不能怕，这世界上还有很多人想要和你说话。

所以最后想对你们说的就是：孤独无助的时候，永远不要逃避，也不要立马找别人倾诉。最好的办法是静下来，对着镜子问问自己想要什么，你一定能找回你自己。

你一定能找回你自己。

你留意过自己的父母吗？你关心过你自己的父母吗？

曾经看过这样一句话：如果爸妈不是为了给我们全部好的一切，那么花费在我们身上的钱他们都可以环游世界了。看完这句话的时候突然有点感动，有点想哭，为了孩子健康快乐成长，爸爸妈妈付出了很多。可是我们又为了父母做了什么呢？你留意过父母的变化吗？

如果有一天，你发现父亲的花草树木已渐荒废，如果有一天，你发现家中的地板衣柜经常沾满灰尘；

如果有一天，你发现母亲煮的菜太咸太难吃，如果有一天，你发现父母经常忘记关瓦斯；

如果有一天，你发现老父老母的一些习惯不再是习惯时，就像他们不再想要天天洗澡时；

如果有一天，你发现父母不再爱吃青脆的蔬果，如果有一天，你发现父母爱吃煮得烂烂的菜；

如果有一天，你发现父母喜欢吃稀饭，如果有一天，你发现他们过马路行动反应都慢了；

如果有一天，你发现吃饭时间他们老是咳个不停，千万别误以为他们感冒或着凉，那是

吞咽神经老化的现象。

如果有一天，你发觉他们不再爱出门……

如果有那么一天，我要告诉你，你要警觉父母真的老了，器官已经退化到需要别人照料了，如果你不能照料，请你替他们找人照料，并

请你千万要常常探望，记得常回家看看，不要让他们觉得被遗弃了。

每个人都会老，父母比我们先老，我们要用角色互换的心情去照料他们，才会有耐心，

才会有怨言。当父母不能照顾自己的时候，为人子女要警觉，他们可能会大小便失禁，可能

会很多事情做不好，如果房间有异味，可能他们自己已闻不到，请不要嫌他脏或嫌他臭，

为人子女的只能帮他清理，并请维持他们的“自尊心”。

当他们不爱洗澡时，请抽空定期帮他们洗

身体，因为纵使他们自己洗也不可能洗干净，

当我们享受食物时，请替他们准备一份大小适

当，容易咀嚼的一小碗，因为他们不爱吃可能是牙齿咬不动了。

从我们出生开始，喂奶换尿布、生病的不眠不休照料，教我们生活基本能力，供给读书，

吃喝玩乐和补习，关心和行动永远都不停歇。

如果有一天，他们真的动不了了，角色互换不也是应该的吗？为人子女者要切记，看父母

不是看自己的未来，孝顺要及时，树欲静而风不止，子欲养而亲不在。

终有一天，她（他）去世了。突然你想起了所有从来没做过的事，他们像榔头痛打着你

心。为我们洗澡穿衣，牵手走路，为我们远行牵挂的父母，是我们一生的财富，你是否有尽

到你的孝道，关心父母吧，别到了“子欲养而亲不在”时才体会父母的深情。

爱，要让心听见！

少年，你不该停下追梦的步伐

文/为梦而战

得当生存成为问题的时候，梦想自然就要退居次席，这完全

没错呀，那为什么却感觉不对劲呢？

好吧，提醒你一句，不是所有人都是为了活着而活着，总

有人活着是为了某种信仰。曾经，你也可以成为其中一位，但

你放弃了。你的价值观是要活得体面，而非活得自在。其实

这也没错，毕竟大部分人都是这样认为的，虽然真理掌握在

少数人手中，但少数人是要服从多数人的。

你钦佩古时先贤的思想，却忽略了他们的生存环境。有多少先贤众叛亲离，被同时代

的人所不屑，一生都活得不得体面。可是更有价值的东西催生他们忘我，他们为自己活着，也

为千千万万的华夏子孙活着，又岂会在意污言秽语呢？

有时你会想，你也为自己活着，不行吗？理智告诉你，不行。

你活着，从来就不是一个人的事。社会赋予你太多权利，自然要你承担更多责任。你想

逃离，却无处可去。你要为太多的人而活，却唯独不能为自己而活。社会为你指明一条路，

众人盯着你，你就得沿着往下走，稍有偏离，就会受到谴责。你不

在意直白露骨的辱骂，却无法忽视充满爱意的责备。你不忍让众人伤心，



更不想看到亲友失望的眼神，所以你将自己的不满、痛楚，统统

咽到肚里，然后微笑着面对他们，忍痛前行，继续着与内心

背道相驰的道路。

你始终看不透红尘，做不到绝情。你没做到，因为那不容易。每个人都有成为大贤的

潜能，但大贤却屈指可数，你就该知道那是怎样艰难的一条路了。所以，大多数人选择了

平庸。

一条不属于自己的路，你不知道该怎么走，所以总得请

教别人。因此造成的副作用就是你潜意识地抬

高了旁人对自己的影响。而你也开始在信仰与现实之间徘徊不定。也许旁人的一句笑

话，就是让你郁闷很久，更何况三人成虎。你开始不适应游戏规则，便减少自己的话

语，逐渐的沉默不语了，因为你不知道该说什么了。

本来有很多话的，可是一经筛选，就寥寥无几。你开始划分朋友圈，为自己找知己，

找志同道合的盟友，倾诉你的不满，分享你的快乐。所以，在许多

人面前，你好像失语症患者，但总有那么几个人会抱怨你是个话唠。

你看到大家都是这样，就开始觉得这样很正常，因为你是多数人中的一员，跟着大家走，

错不了。就算错了，也无所谓，因为这样的话从某种程度上意味着大家就都错了，而要

人都承认自己的错误，显然不现实，因为有人认为是准则错了，生活就该是

这样的。结果一传十传百，一呼百应，于是将曾经准则修改一下。这下大家就

都没错，所以你也错了。

可是，当你夜晚一个人时，面对内心的拷问，你只得承认自己的错误。面

对如此的矛盾，你受不了，你觉得这会让你精神分裂，让你不知所措。所以，你失

眠，继而精神恍惚。人们关切地问你怎么了，你却无从开口。你想说出真正

的矛盾，可是你知道，这样的话你就会成为别人眼中的异类，就得接受教育。

你想找个理由搪塞，但这等于又说谎了，既对不起大家的关心，又无法面对内

心的质问。所以，最后你沉默了，自己去化解。

内心强烈的质问，这种生活，你还会过多久呢？两年？十年？还是一辈子？你

也不知道，只想着先一天天凑合着过吧，等可以真正做主的时候，你就按着自

己的想法去生活。孰不知，有多少人一生都没等到这一天，最终饮恨而去。

当你停下追梦的脚步，开始向生活妥协的时候，你就注定要在矛盾中度过一

生。你计划着先为生计奔波，等到你吃饱了，喝足了，穿暖了，住好了，一切

都准备妥当的时候，再继续追梦之旅。可是，面对如此严峻的社会现实，生

计就是一个无底洞，你始终都达不到那个标准。曾经你觉得盒饭，白开水就能

满足，内心的攀比欲蠢蠢欲动，我也要度了，我还不满足那个，所以你又

将梦想放置一边，再度开始为生计奔波，如此周而复始，很明确的说，这

将是贯穿你一生的恶性循环。欲望就是无底洞，诱惑不比毒瘾差，一旦染上，

很难消除。所以，干不该万不该。少年，你不该停下追梦的脚步。