

青少年自我管理“胜”经系列

汤晨龙/编著

管理好行动

永远不做思想的懒汉



优生自我管理指南 青少年健康成长旗帜

- ★ 这是一套“让父母放心、让老师省心、让学生称心”的书！
- ★ 刮起一场千百万青少年学生自我负责、自我管理“风暴”！
- ★ 这是中国第一套以青少年为视角讲述自我负责、自我管理的探索读本。

中原出版传媒集团
大地传媒

中原农民出版社

青少年自我管理“胜”经系列

管理好行动 永远不做思想的懒汉



优生自我管理指南 青少年健康成长旗帜

- ★ 这是一套“让父母放心、让老师省心、让学生称心”的书！
- ★ 刮起千百万青少年学生自我负责、自我管理“风暴”！
- ★ 这是中国第一套以青少年为视角讲述自我负责、自我管理的探索读本。

大地传媒
中原出版传媒集团
中原农民出版社
·郑州·

图书在版编目 (CIP) 数据

管理好行动：永远不做思想的懒汉/汤晨龙编著. —郑州：
中原出版传媒集团，中原农民出版社，2014. 10

(青少年自我管理“胜”经系列)

ISBN 978 - 7 - 5542 - 0835 - 9

I. ①管… II. ①汤… III. ①成功心理 - 青少年读物
IV. ①B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 205452 号

出版人 刘宏伟
总策划 汪大凯
责任编辑 杨玲
责任校对 钟远
封面设计 法思特设计

出版：中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址：郑州市经五路 66 号 电话：0371 - 65751257

邮政编码：450002)

发行：全国新华书店

承印：三河市燕春印务有限公司

开本：690mm × 1092mm

1/16

印张：13

字数：200 千字

版次：2014 年 10 月第 1 版

印次：2014 年 10 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978 - 7 - 5542 - 0835 - 9

定价：29.80 元

本书如有印装质量问题，由承印厂负责调换

前言

Foreword

一个人的成就取决于他的行动，行动往往是成功的开始。好的机会往往稍纵即逝，犹如昙花一现。如果当时不善加利用，错过之后就后悔莫及。

我们每个人在自己的一生中，都有着种种憧憬、种种理想、种种计划，如果我们能够将这一切憧憬、理想与计划迅速地加以执行，那么我们在事业上的成就不知道会有多么伟大。然而，很多人在有了好的计划后，往往不去迅速执行，而是一味拖延，以致让原本充满热情的事情冷淡下去，理想逐渐消失，计划最终破灭。

决断好了的事情拖延着不去做，往往还会对我们的品格产生不良影响。唯有按照既定计划去执行的人，才能提高自己的品格修养，才能使自己受到他人的尊敬。其实，人人都能下决心做大事，但只有少数人能够一以贯之地去执行他的决心，而也只有这少数人才是最后的成功者。

现代世界瞬息万变，对于想要等到所有条件都具备才采取行动的人而言，这个世界是不会停下来等待他们的。这个世界青睐的是善思而力行的人。也就是说，面临诸多的不确定性，马上去行动的人才更能适应这个社会。

弗洛伊德说：“思想是行动的预演。”人是应该先思考再行动，还是应该先行动再思考？这是一个显而易见的问题，但却在现实中屡屡遭遇挑战。一个人乃至一个社会，都曾为自己错误的选择付出过“学费”。英国文学家兼历



史学家狄斯累利说：“行动不一定就带来快乐，但没有行动则肯定没有快乐。”

行动是一个人走向成功的阶梯，所有的成功都来自行动，只有行动才能改变自己。一个人仅有远大的理想是不行的，还要付诸行动，否则理想就是空想。在理想的实现上，一旦锁定目标，就应该马上行动起来，不断拼搏，不达目标誓不罢休。

最有价值的行动就是发现和争取机遇。然而，机遇总是蕴藏在特定的行动之中，机遇总是在人的具体行动中与人邂逅或擦肩而过。因此，行动越是频繁，行动的目的性越是强烈，在行动中发现机遇、把握机遇的可能性也越大。可以说，机遇会在一个人对问题的深度思考和有效行动中悄然出现、翩跹而至。只要我们目标的大方向没有错，我们的行动就能一路前行。

本书论点鲜明，说理透彻，故事新颖。希望通过本书能够改变你内心的惰性，让你积极地行动起来，让你在人生舞台上尽情释放无限精彩。

由于时间、经验的关系，本书在编写等方面，必定存在不足之处，衷心希望各界读者批评指正。

目 录

Contents

◆ 第一章 远离惰性——用行动诠释魅力人生

人生的关键是行动	2
用行动力战胜人生困难	5
行动可以实现美好愿景	8
理想在行动中实现	10
用行动突破习惯的束缚	13
做一个善于行动的人	15
用行动为梦想负责	17

◆ 第二章 带着自信上路——心中始终怀有不灭的信念

自信的力量是无穷的	24
拥有自信，把握人生的主动	26
学会为自己鼓掌	29
要敢于挑战自我	31
自信的七个思维准备	35
敢于说“我能做得更好”	38



第三章 想到更要做到——学会把想法变成现实

心动不如行动	46
行动比思考更有力量	48
要行动，不要空想	53
敢想敢做才能出成绩	55
不怕做不到，就怕想不到	58
想到更要做到	61
学会变换思路	63

第四章 信念决定行动——既然做了，就要做到最好

用信念作为超越自我的动力	72
要选择，更要坚守	74
面对困难，迎难而上	77
不退缩，用坚韧成就未来	80
不屈不挠，用毅力向前冲	84
做事要有恒心	87
打破常规，才能赢得成功	90

第五章 不要满足现状——奋发进取，力争一流

永远不要满足于现状	94
锐意进取，驶向成功	97
培养积极主动的品质	100
消除“拖延”的习惯	102



成功人生是折腾出来的	104
多一些努力去做事	108
用勤奋塑造强大的自己	111
要有一颗拼搏的野心	114

第六章 学会挑战自己——拿出你的勇气，大胆行动

挑战自己，紧跟时代步伐	120
在尝试中寻找机会	122
要有敢于行动的胆识	124
非凡胆识成就非凡事业	127
大胆而果敢地做下去	131
成功需要敢于冒险	135
要有勇于担当风险的魄力	138

第七章 清除行动障碍——不被各种各样的借口所羁绊

借口是行动的绊脚石	144
不要让借口使自己松懈	147
执行，不找任何借口	150
当心陷入抱怨的泥潭	152
做个不抱怨的人	155
转变态度，把不可能变可能	158
该舍弃就舍弃，不要犹豫	160
不要给自己留退路	163
脚踏实地地走好每一步	165



第八章 认清自己——临渊羡鱼，不如退而结网

临渊羡鱼，不如退而结网	172
不要忽视心灵的力量	175
用内心构建强悍的人生	178
别忽略内心的责任	181
自我激励是前进的永动机	183
行动之前明确自己做什么	187
行动面前学会做决断	191

第一章 远离惰性 ——用行动诠释魅力人生

青少年一定要做一个敢于行动、善于行动的人，把眼光放在最终目标上，清楚在自己前进的道路上该做什么，不该做什么，然后把自己一腔的热情和活力投入其中。行动高于一切，希望什么就主动去争取，只有不断地行动，才有可能获得成功。





人生的关键是行动

人生所有的设想和计划只有付诸行动才有可能变为现实，不管是多么伟大的构想，如果不做，就不会给自己和他人带来什么收获，所以，人生的关键就是行动。

先做，然后才能知道能不能实现自己的计划，只有在做的过程中才能发现问题，才能知道困难有多大，也才能具体地去寻求解决的办法，最后才能把想的东西变为实际存在的东西。



人生的关键是行动



先做，才有发言权，没有做过什么事情的人往往不知道事情的艰难，当然也不会有什么经验。做过事情就会积累一定的经验，就不会说空话，说出来的话才会有说服力。

先做后说是一种良好的习惯，培养这种美德，就会使你的人缘建立在可信可靠的基础上，你就会受到别人的喜爱。先做后说是一种优良的美德，培养这种美德，就会使你在做事的天平上增加行动的砝码，就会让你走向成功。

高楼大厦是由一砖一瓦垒筑起来的，万里长征是一步一步走过来的，所有的大事业都是由小事情一点一点发展起来的。在生活或工作中，有些人就是看不见小事，不愿意做小事，总想干一番轰轰烈烈的大事，可是一直没有大事让他展现自己的才能，所以，常常感叹英雄无用武之地。其实这都是眼高手低的表现，大事做不来、小事又不干的坏习惯。

如果你想要人生有所作为，走向成功，就必须培养从小事做起的习惯。

有一个很有才华的人，整天想着要写一本世界名著，看不上豆腐块的小文章，结果，很多年过去了，名著没写出来，小文章也没有，白白地让满腹才华失去了表现机会。

相反，另一个人才华一般，但是多年来一直写小文章，积少成多，由小变大，最后，著作等身，收获颇丰，成功实现了自己的理想。

两种人生，两种不同的结果，告诉我们：人生就是从小事上起步的，人生的丰碑就是由这些小事逐渐累积起来的。

当我们要对一件大事做决定时，心里一定会充满矛盾，都会面对到底要不要做的困扰。下面的实例是一个年轻人的选择，他最终有了很大的收获。

杰米先生是个普通的年轻人，大约二十几岁，有太太和小孩，收入并不多。

他们全家住在一间小公寓里，夫妇俩都渴望有一套自己的新房子，他们希望有较大的活动空间、比较干净的环境、小孩有地方玩，同时增添一份产业。

然而买房子却很难，必须有钱支付分期付款的头款才行。有一天，当他签发下个月的房租支票时，突然很不耐烦，因为房租跟新房子每月的分期付款差不多。

杰米跟太太说：“下个礼拜我们就去买一套新房子，你看怎样？”



“你怎么突然想到这个？”她问，“开玩笑！我们哪有能力？可能连头款都交不起！”

但是他已经下定决心：“跟我们一样想买一套新房子的大约有几十万人，其中只有一半能如愿以偿，一定是什么事情使另外一半人打消了买新房子的念头。我们要想办法买一套房子，虽然我现在还不知道怎么凑钱，可是一定要想办法。”

过了一个礼拜他们真的找到了一套两人都喜欢的房子，朴素大方又实用，头款 1200 美元。现在的问题是如何凑够 1200 美元。他知道无法从银行借到这笔钱，因为这样会妨害他的信用，使他无法获得一项关于销售款项的抵押借款。

可是功夫不负有心人，杰米突然有了一个灵感，为什么不直接找承包商谈谈，向他私人贷款呢？既然想到了他就真的这么做了。承包商最初很冷淡，但由于杰米一直坚持，他终于同意了。他同意杰米把 1200 美元的借款按月交还 100 美元，利息另外计算。

现在杰米要做的是，每个月凑出 100 美元。夫妇两个想方设法，一个月能省下 25 美元，还有 75 美元要另外设法筹措。

这时杰米又想到一个点子。第二天早上他直接跟老板解释这件事，他老





板也为他要买房子而感到高兴。

杰米说：“先生（就是老板），你看，为了买房子，我每个月要多赚 75 美元才行。我知道，当你认为我值得加薪时一定会加，可是我现在很想赚点钱。公司的某些事情可能在周末做得更好，你能不能答应我在周末加班，有没有这个可能呢？”

老板被他的诚恳和雄心所感动，真的找出许多事情让他在周末工作 10 小时。他们最后欢欢喜喜地搬进了新房子。

杰米的成功就在于他认准了目标就行动，不想那么多，在做的过程中遇到问题解决，结果就达到了自己的目的。如果只说不做，就可能一直等下去，就不会有这个结果。

在社会生活中，我们都会有理想，都希望能够改变自己的生活，但是真正为这个理想去实践的人实在是太少了。很多时候，我们把问题看得太严重了，把困难想象得太大了，因而在还没有做之前，就自己把自己否定了。

自我管理箴言

最重要的是要去做，虽然会有很多困难，但是，解决困难的办法同时也很多，而且天无绝人之路，在做的过程中，你总是会找到办法的。



用行动力战胜人生困难

守株待兔的行为，根本就是在浪费时间和生命。许多人终其一生，都在期待着一个机会令他成功，这种行为等于是把自己的命运交给不可知的外力来决定。事实上，机会无处不在，重要的在于，在机会出现时，我们是否有



足够的行动力来抓住机会。如果你想成功，就应该做到在困难和挫折面前不退缩，用行动的力量战胜一切不可预知的困难。

麦迪第一次做业务员，虽然年轻但他却表现得很自信。

在去拜访客户前，麦迪先要做一些准备工作。他把自己关在屋里，站在镜子前，把名单上的客户念了20遍，然后对自己说：“在本月底之前，你们将向我购买广告版面。”

他怀着坚定的信心去拜访客户，第一天，他和30个难缠的客户中的3个谈成了交易；在第一个星期的周末，他又达成了两笔交易；到第一个月的月底，30个客户只有一个人不买他的广告版面。

在第二个月里，麦迪没有去拜访新客户。每天早晨，只要那个拒绝买他广告版面的客户的商店一开门，他就进去请这个商人做广告，可对方每次都是拒绝。麦迪仍继续前去拜访。

到这个月的最后一天，商人说：“你已经浪费了一个月的时间来请求我买你的广告版面，我现在想知道的是，你为何要坚持这样做？”麦迪说：“我并没有浪费时间，我一直在训练自己在逆境中的坚持精神。”

商人点点头，紧紧地握住麦迪的手说：“我也要向你承认，你已经教会了我‘坚持到底’这一课。对我来说，坚持比金钱更重要，为了向你表示我的感激，我要买下你的一个广告版面，当作我付给你的学费。”

具有行动力的人并不盲目，正如麦迪，在客户一次次拒绝的情况下，他仍然坚持付出行动，做事循序渐进，胸有成竹，按照计划一步一步地去实现自己的目标，最终获得成功。

要提升自己的人格、发展自己的个性，最重要的是亮出你的行动力，做你想做的事情，在困难中磨炼自己的勇气、忍耐力、魄力和决断力。敢于坚持自己的立场，就可以取得因你的勇气而带来的胜利，毕竟胜利总是属于那些敢于坚持的人。

19世纪中期，在美国宾夕法尼亚州已经发现了石油，成千上万人奔向采油区。原油产量飞速上升。

而洛克菲勒经过考察，认为不应该在原油生产上投资，由于盲目开采，油市的行情必定下跌。果然不出洛克菲勒所料，由于疯狂地钻油，导致油价一跌再跌，每桶原油从当初的20美元暴跌到10美分。那些钻油先锋一个个



败下阵来。三年后，原油一再暴跌之时，洛克菲勒却认为投资石油的时候到了，但是却遭到了好友的反对。

“我们赚了这么多钱，拿来投资原油吧，怎么样？”他跟克拉克商量道。

“想投资暴跌的泰塔斯维原油？你简直疯了，约翰。”克拉克不以为然。

“据说尹利镇到泰塔斯维计划修筑铁路，一旦完工，我们就能用铁路经过尹利运到克利夫兰……”

尽管洛克菲勒磨破了嘴皮，克拉克仍旧是无动于衷。于是洛克菲勒开始单独行动，他拿出 4000 美元，与英国人安德鲁斯合伙开设了一家炼油厂，独家包揽了石油的精炼和销售。安德鲁斯采用

一种新技术提炼煤油，使自己的公司迅速发展。洛克菲勒迅速扩充了炼油设备，日产油量增至 500 桶，年销售额也超出了 100 万美元。

1865 年，洛克菲勒的公司共缴纳税金 3.18 万美元，它仅雇用了 37 人，却创下了 120 万美元的销售总额。由此，洛克菲勒成了美国十大超级富豪之一，洛克菲勒家族成了美国最富有的家族之一。

洛克菲勒的成功正是展示了强大的行动力。他一直在行动，无论遇到多大的困难，仍坚持自己的立场，也正是这种行动力成就了洛克菲勒辉煌的人生。



用行动力战胜人生困难

自我管理箴言



洛克菲勒的成功正是展示了强大的行动力。他一直在行动，无论遇到多大的困难，仍坚持自己。那么我们呢？



行动可以实现美好愿景

拿破仑有一句名言：“我总是先投入战斗，再制订作战计划。”这句话的意思并不是说计划没有意义，而是在告诉人们，行动有时比计划更重要。假如我们想要对现状有所改变，就要付出行动，只有行动才能够使人变得“更好”。因此，我们要想实现自己的目标，就要积极地行动起来，只有行动起来，生活才能够走上正常的轨道。在很多情况下，行动还能将不可能转化为可能，创造出让人难以想象的奇迹。

乔治·丹特齐格在加利福尼亚大学伯克利分校读硕士的时候，有一次上课迟到了。他走进教室，匆匆忙忙地记下黑板上的两道数学题。他认为，这是教授给学生们的留下来的课下作业。为了完成这两道数学题，他冥思苦想了几个晚上，一直没有结果。但是他不愿意让教授对他表示失望和不满，就一直坚持着。

几天之后，他终于解开了那两道难度很大的数学题。他把作业带到了教室里，把作业放在了教授面前的桌子上。

很长时间之后的一个早晨。尚在睡梦之中的乔治被一阵急促的敲门声惊醒，当他打开门的时候，发现教授站在那里，脸上带着兴奋的表情。他满腹狐疑，还没有张口问什么事，就听教授大声地说道：“乔治，乔治，你把那两道题都给解出来了，你实在是太厉害了！”

看着欣喜若狂的教授，乔治满脸迷惑：“是啊，我解出来了，那不是你留的作业吗？值得您大老远地跑来告诉我这件事吗？”经过教授的一番解释，乔治才明白，原来黑板上的那两道题并不是什么课下作业，而是数学界里有名的难题，许多有名的科学家经过多年的努力也没能解决，乔治用了几天的时间就把它们解开了，让教授感到有些不可思议。