

别再用勤奋

阿何 著

掩饰你的懒惰

有益思考 + 做对事情 = 真正有意义的勤奋

用时间的量营造勤奋的假象

把精力专注于表面的仪式感

你只是看起来很努力

秋叶
特立独行的猫
Kyle 战隼
联合推荐

百万粉丝微信公众号

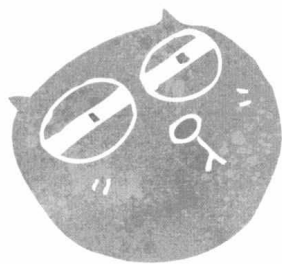
“职场充电宝”创始人 阿何



浙江人民出版社

別再用勤奮 掩飾你的懶惰

阿何◎著



图书在版编目 (C I P) 数据

别再用勤奋掩饰你的懒惰 / 阿何著. — 杭州: 浙江人民出版社,
2016.12

ISBN 978-7-213-07666-4

I . ①别… II . ①阿… III . ①成功心理—通俗读物
IV . ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 260332 号

别再用勤奋掩饰你的懒惰

阿何 著

出版发行 浙江人民出版社 (杭州市体育场路 347 号邮编 310006)

责任编辑 陈巧丽

责任校对 朱 妍 朱志萍

封面设计 蔡小波

电脑制版 刘 宽

印 刷 北京嘉业印刷厂

开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 8.5

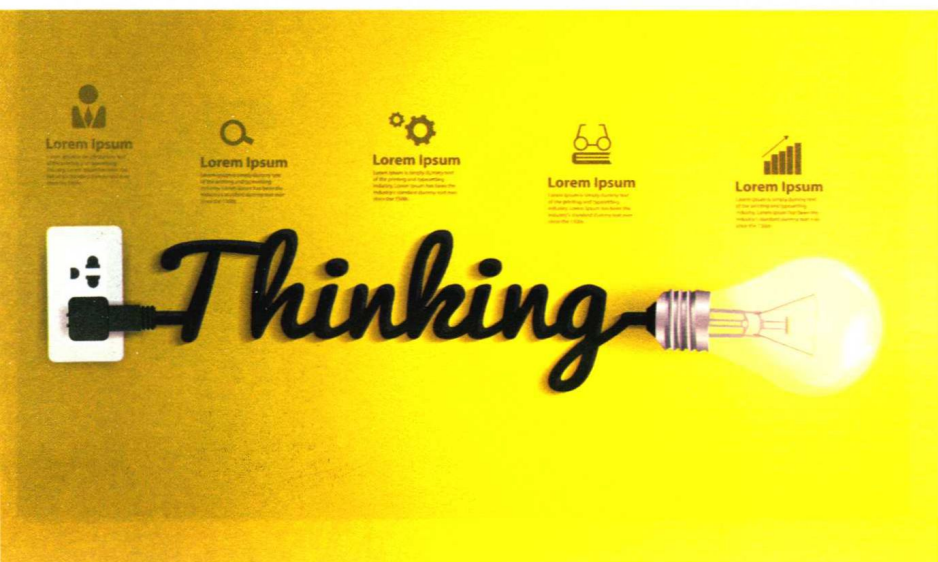
字 数 188 千字

版 次 2016 年 12 月第 1 版

印 次 2016 年 12 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-213-07666-4

定 价 38.00 元



有益的思考 + 坚持做事情，这才是
真正意义上的勤奋。



.....

我们能走多远，不在于在某个区间内的速度有多快，而在于能否沉下心来，认定一个方向，坚持走下去。



.....

通往「牛人」的道路，其实每个人
都可以走。你准备好了吗？

人的发展道路往往不是规划出来的，而是我们把当下一件一件事做好之后，自然浮现出来的。



没才的，永远不遇。是金子，总有发光的机会。

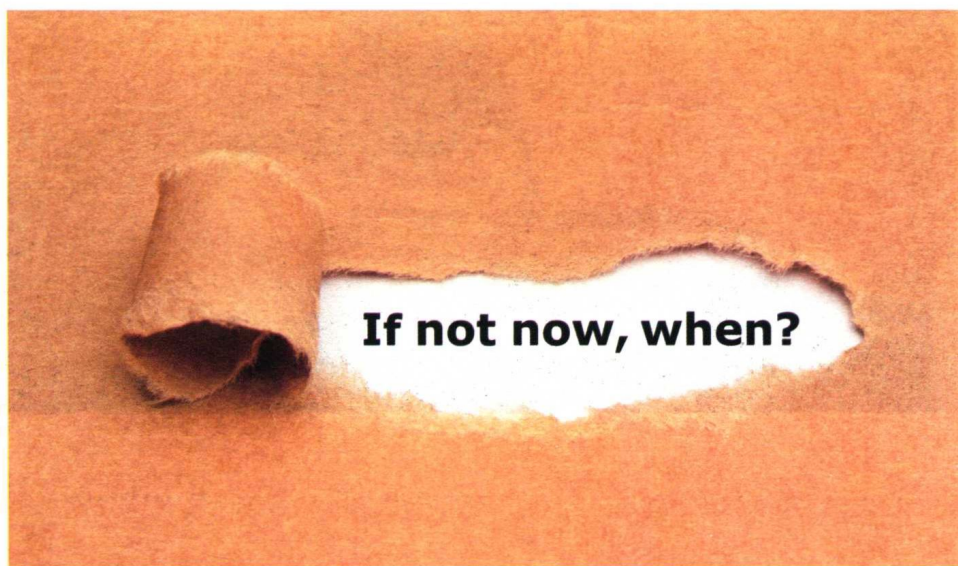




每个人来到这个世界，世界都会给他很多礼物。



生活逼迫我们戴着面具艰难地生存，我们则把心底所有的负面情绪倾倒给了自己爱的人和爱自己的人。



你不开始去做这件事情，你可能永远都找不到方向。

目录

CONTENTS

第一章

世界从不辜负你的努力

努力奋斗，是为了对这个世界有说“不”的权利 / 002

努力之前，你没有资格感叹命运不公 / 008

别再用勤奋掩饰你的懒惰 / 016

改变自己的第一步是大声说出自己的需求 / 025

捷径太多，所以你才越走越慢 / 033

你喜欢的稳定，不过是对平庸的妥协 / 042

成为牛人，你也可以做到！ / 052

CONTENTS

第二章

你的人生，你来定义

对不起，我不想活成你们想要的样子 / 060

年轻人应该建立怎样的消费观？ / 067

你没怀才不遇，只是自视甚高 / 077

别用你的方式对我好 / 087

被人接受的第一步是学会拒绝 / 096

没有哪种友谊能经受得住时间的考验 / 103

生活不会给你太多准备时间 / 109

CONTENTS

第三章

成功并非触不可及

怎样让自己保持长时间高效学习？ / 120

方法不对，读书越多人越傻 / 137

把事情坚持下去！你也可以做到 / 145

提高学习效率的实用方法 / 152

别再试着让自己成为全才型的庸人 / 165

●
|
别再用勤奋掩饰你的懒惰

CONTENTS

第四章

鸡汤有毒

莫让有毒鸡汤毁了你 / 174

最大的不平凡是接受自己的平凡 / 186

比努力更重要的三件事 / 192

道理你都懂？别骗自己了！ / 200

你不舒服就对了！ / 208

CONTENTS

第五章

别走太快，一切都来得及

珍惜生命，远离“可是” / 220

你的青春可以迷茫，但必须坚定 / 226

毕业五年，为啥你跟同学的差距这么大？ / 233

你学习和做事的深度，决定了人生和事业的高度 / 240

改变命运，你也可以 / 248

●
|
别再用勤奋掩饰你的懒惰

第一章



世界从不辜负你的努力

找到一个自己感兴趣也比较擅长的领域，
长期专注地做下去，为自己的学习和工作引入
改进机制，同时找到持续进步的方法。

///