

Will Never Delay

一本迅速将对手远远甩在后面的行为口标书!

决不拖延

世界500强超速致胜的行为管理经典教材!



沃尔森博士/著 井子/编译

要想成就一番事业，就不得不迅速行动。这个世界要学的东西太多太多，而我们的生命却是十分短暂。因此，我们必须在有限的时间内，抓紧一分一秒，迅速开始行动，决不拖延。

团购！ 团购！ 团购！ 团购！ 团购！

京华出版社

Will Never Delay

决不拖延

世界 500 强超速致胜的行为管理经典教材



沃尔森博士 / 著 井子 / 编译

京华出版社

图书在版编目(CIP)数据

决不拖延/井子编著. —北京:京华出版社, 2004

ISBN 7-80600-910-8

I. 决... II. 井... III. 人生哲学—通俗读物
IV. B848.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 050368 号

决不拖延

著 者 ☐ 井子 编著

出版发行 ☐ 京华出版社

(北京市朝阳区安华西里一区 13 号楼 2 层 100011)

(010)64258473 64255036 64243832 (发行部)

(010)64258472 (编辑部)

E-mail: 80600pub@bookmail.gapp.gov.cn

印 刷 ☐ 北京峥峥印刷厂

开 本 ☐ 880mm×1230mm 1/32

字 数 ☐ 170 千字

印 张 ☐ 8 印张

印 数 ☐ 0001—10000

出版日期 ☐ 2004 年 10 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号 ☐ ISBN 7-80600-910-8/G·552

定 价 ☐ 20.00 元

京华版图书,若有质量问题,请与本社联系

果敢行动宣言

——张朝阳

我现在就付诸行动，
因为所有的不幸均无人同情。
我现在就付诸行动，
因为一切借口均无利于成功。

我现在就付诸行动，
因为所有的幻想总会随风而逝。
我现在就付诸行动，
因为一切计划总是空文一纸。

我现在就付诸行动，
因为行动能化时间为甘露。
我现在就付诸行动，
因为行动能让生命扎根泥土。

我现在就付诸行动，
因为一切恶习均不会自行消退。
我现在就付诸行动，
因为丑陋的性格把命运拖累。

我现在就付诸行动，
因为情绪只有行为才能制控。
我现在就付诸行动，
因为只有激情才能拥抱新生。

我现在就付诸行动，
因为拖延只会让对手走在前面。
我现在就付诸行动，
因为只有行动才能平静心中的慌乱。

我现在就付诸行动，
因为萤火虫只有展翅才能发出光亮。
我现在就付诸行动，
因为只有行动才能与果实有缘。

我现在就付诸行动，
因为选择的机遇总是即逝稍纵。
我现在就付诸行动，
因为把握当下未来才会主动。

我现在就付诸行动，
因为时光最是“法力无边”。
我现在就付诸行动，
因为果敢行动必能迎接朝阳。

一、大脑——你打扫了没有！/1

1. 凡事不能拖到明天/2
2. 不要为拖延找借口/5
3. 懒惰是拖延的温床/10
4. 遇事不要犹豫不决/15
5. 决不因失败而停步/19
6. 摆脱“无谓”的烦恼/23
7. 恐惧是前进的障碍/26
8. 巨人思想而矮子行动/30
9. 切莫等到万事俱备/34
10. 让拖延的坏习气走开/37

二、机遇——你抓住了没有！/41

1. 机遇总是稍纵即逝/42
2. 抓住机遇是一种智慧/46
3. 时机不靠等待而靠创造/51
4. 机会与你咫尺天涯/55
5. 你要做的就是把门打开/59
6. 灵感夜里也会拜访你/63
7. 机遇往往就那么一次/68
8. 要时刻绷紧生命的弦/72
9. 别为打翻的牛奶哭泣/75
10. 明智地选择你的战斗/78

目 录

Will Never Delay

三、目标——你想好了没有！/83

1. 目标是生命的动力/84
2. 只有想大才能做大/87
3. 列出你的生命清单/91
4. 带着誓言立即上路/94
5. 决定未来的是今天/98
6. 每一天都为成功奠基/101
7. 积极走好人生每一天/104
8. 有一种果敢叫放弃/110
9. 扭转自己命运的乾坤/114
10. 热忱是最大的战斗力/118

四、信心——你具备了没有！/123

1. 具备最棒的自我心像/124
2. 永远都要坐在前排/129
3. 真诚地相信你自己/132
4. 只要想到就一定要做到/136
5. 坚信成功只在下一步/142
6. 敢为天下先者胜/147
7. 过去并不等于未来/149
8. 靠自己而不过分依赖/154
9. 拥有一颗奔腾的心/158
10. 相信自己也能赚大钱/161

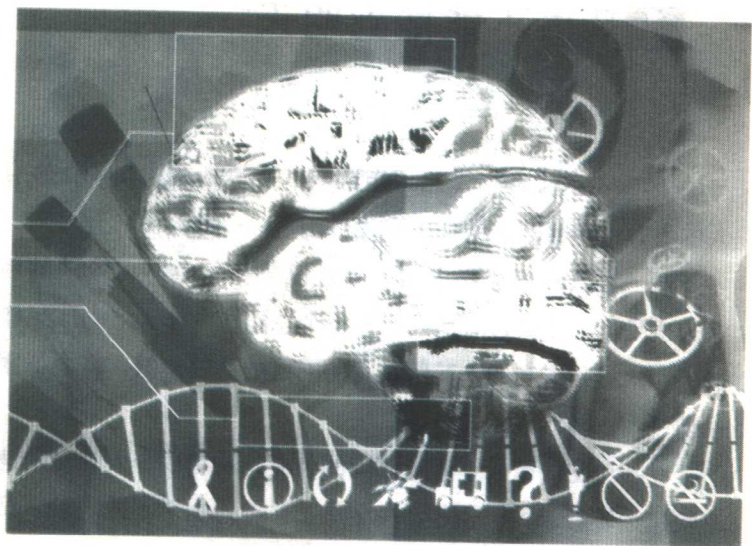
五、现实——你行动了没有！/165

1. 成功决不会自动降临/166
2. 趁早行动去实现梦想/170
3. 有一种精神叫愈挫愈勇/174
4. 做行动家,不做空想家/177
5. 敢“赌”才能赢得世界/181
6. 行动快慢决定战斗胜败/185
7. 只有永不满足才会上进/189
8. 因循守旧的实质是倒退/195
9. 盲目仿效者徒劳无功/198
10. 只要尽力做好每一件事/201

六、时间——你管理了没有！/205

1. “同一条河流”的提醒/206
2. 生命必须与时间赛跑/210
3. 采取有效的时间管理/214
4. “效率是生命”的警钟/219
5. 不要因速度而被淘汰/223
6. 超越自我,挑战极限/227
7. 有计划才能事半功倍/232
8. 复杂的问题应简单化/236
9. 开发潜能来拉长生命/240
10. 悟人生三境界与五计/243

一、大脑 ——你打扫了没有！





< < < < < < < < <
Will Never Delay

1 凡事不能拖到明天

成功的人士都会谨记工作期限，并清晰地明白，在所有人的心目中，最理想的任务完成日期是——昨天。

这一看似荒谬的要求，是保持恒久竞争力不可或缺的因素，也是惟一不会过时的东西。一个总能在“昨天”完成工作的人，永远是成功的。其所具有的不可估量的价值，将会征服一切。

在新世纪的今天，商业环境的节奏，正在以令人眩目的速率快速运转着。大至企业，小至员工，要想立于不败之地，都必须奉行“把工作完成在昨天”的工作理念。

成功存在于“把工作完成在昨天”的速率之中，有则寓言故事说：

某段期间，因为下地狱的人锐减了，阎罗王便紧急召集群

鬼，商讨如何诱人下地狱。

群鬼各抒己见。

牛头提议说：“我告诉人类：‘丢弃良心吧！根本就没有天堂！’”阎王考虑一会儿，摇摇头。

马面提议说：“我告诉人类：‘为所欲为吧！根本就没有地狱！’”阎王想了想，还是摇摇头。

过了一会儿，旁边一个小鬼说：“我去对人类说：‘还有明天！’”阎王终于点了头。

因为世上没有天堂，你可以丢弃良心；因为世上没有地狱，你可以为所欲为。但这都不足以把一个人引向死亡。也许没有几个人会想到可以把一个人引向死亡的竟然是“还有明天”。

一个连今天都放弃的人，哪有能力 and 资格去说“还有明天”呢？所以古人说，今日事今日毕。人要学会的不是去设想还有明天，而是要将今天抓在手掌里，将现在作为行动的起点。这样做的时候，你就真正有了明天。可惜许多人到老了才明白这一点。

一个渔民曾经看见一个老人在寒风凛冽中趟过一条河。老人在河边把自己脱得一丝不挂，然后顶着衣服一步一步走下水去。

渔民喊住老人，对老人说上游有桥，老人说晓得。渔民说下游有渡，老人也说晓得。但老人没有回来，他一步一步离渔民远去，在呼啸的寒风中走向对岸。

在老人之前和老人之后，有无数年轻人也要过河，但在河边他们停住了。



< < < < < < < < < <
Will Never Delay

他们问渔民附近有桥吗，渔民说上游 10 公里有桥，下游 10 公里有渡口，年轻人听了，立即离开河边，或上或下绕道而行。

有一个人，或许嫌路太远，没走。他脱了鞋，一步步走进水中，但当冰凉的河水没过膝盖时，那人停住了。继而，又一步步走上岸来，穿好鞋离开河边也绕道而去。

生命经不起消耗，那些年轻人，他们在绕道 10 次 20 次或者 100 次之后，他们会发现自己也老了。

人区别于其他动物，动物们只有本能欲求，人有更高的理想，但人生是短暂的，理想最容易因为时间搁浅，明白了时间有限的人，往往会抛开与理想无关的欲求，在有限的时间内实现自己的目标。

人要学会的不是去设想还有明天，而是要将今天抓在手掌里，将现在作为行动的起点。这样做的时候，你就真正有了明天。

“时间就是金钱”，“时间就是生命”，人们对时间有着高度的重视，但人们却忽略了时间的关键是现在，珍惜时间最重要的是珍惜现在，认为自己时间多着呢，凡事推到明天，那就无所事事。



2 不要为拖延找借口

不要为拖延找借口。习惯性的拖延者通常也是制造借口与托辞的专家。他们每当要付出劳动，或要作出抉择时，总会找出一些借口来安慰自己，总想让自己轻松些、舒服些。我相信，对那些做事拖延的人，总有各种各样借口的人，是不可能报以太高的期望的。

在法国圣西尔军校里有一个广为传诵的悠久传统，就是遇到军官问话，只能有三种回答“报告长官，是”，“报告长官，不是”，“报告长官，没有任何借口”。除此以外，不能多说一个字，是就是是，不是就是不是，没有任何含糊其词，甚至考虑的时间。这是保证行动迅速的前提。

不要为拖延找借口，是圣西尔军校奉行的最重要的行为准

则，是军校传授给每一位新生的第一个理念。它强化的是每一位学员想尽办法去迅速完成任何一项任务，而不是为拖延完成任务去寻找借口，哪怕看似合理的借口。其核心是敬业、责任、服从、诚实。这一理念是提升企业凝聚力，建设企业文化的最重要的准则。秉承这一理念，众多著名企业建立了自己杰出的团队。

不要为拖延找借口，是无数商界精英秉承的理念和价值观，被众多著名企业奉为圭臬。它体现的是一种完美的执行能力，一种服从、诚实的态度，一种负责、敬业的精神。在现实生活中，我们缺少的正是这种人：他们想尽办法去尽快完成任务，而不是去寻找借口借以拖延。

不要为拖延找借口，习惯性的拖延者通常也是制造借口与托辞的专家。这类人无法做出承诺，只想找借口。他们总是经常为了没尽早完成某些事而制造借口，或想出千百个理由为事情未能按计划实施而辩解。这样的人是不可能成为好员工的，他们也不可能有完美成功的人生。，

不要拖延，不要任何借口，立即行动！比如，如果第一次因疏忽或别的原因没有及时擦亮皮鞋，而不以种种借口逃避了惩罚，第二次、第三次……久而久之，至少在擦皮鞋这件事上，可能会养成寻找借口借以拖延的习惯。

想想吧，如果不是擦皮鞋，而是在战场上，在修筑工事，在对敌冲锋……这样的习惯将会造成多么可怕的后果啊！

这不是把问题绝对化，其实，商场如战场，工作就如同战斗。要想在商场上立于不败之地，就必须拥有一支高效的、能战斗的团队。任何一个经营者都知道，对那些做事拖延的人，



是不可能给予太高的期望的。

今天该做的事拖到明天完成，现在该打的电话等到一两个小时后才打，这个月该完成的报表拖到下一月，这个季度该达到的进度要等到下一个季度……不知道喜欢拖延的人哪儿来的这么多的借口：工作太无聊、太辛苦，工作环境不好，老板脑筋有问题，完成期限太紧，等等。这样的员工肯定是不努力的员工，至少是没有良好工作态度的员工。他们找出种种借口来蒙混公司，来欺骗管理者，他们是不负责任的人。

凡是都留待明天处理的态度就是拖延，这是一种很坏的工作习惯。每当要付出劳动时，或要做出抉择时，总会为自己找出一些借口来安慰自己，总想让自己轻松些、舒服些。奇怪的是，这些经常喊累的拖延者，却可以在健身房、酒吧或购物中心流连数个小时而毫无倦意。但是，看看他们上班的模样！你是否常听他们说：“天啊，真希望明天不用上班。”带着这样的念头从健身房、酒吧、购物中心回来，只会感觉工作压力越来越大。

常常纳闷，为什么有的人如此善于为拖延找借口，却无法将工作做好，这的确是一件非常奇怪的事。因为不论他们用多少方法来逃避责任，该做的事，还是得做。而拖延是一种相当累人的折磨，随着完成期限的迫近，工作的压力反而与日俱增，这会让人觉得更加疲倦不堪。

拖延的背后是人的惰性在作怪，而拖延是对惰性的纵容。人们都有这样的经历，清晨闹钟将你从睡梦中惊醒，想着该起床上班了，同时却感受着被窝的温暖，一边不断地对自己说该起床了，一边又不断地给自己寻找借口“再等一会儿”，于是



又躺了5分钟，甚至10分钟……

对付惰性最好的办法就是根本不让惰性出现，千万不能让自己拉开和惰性开仗的架势。往往在事情的开端，总是积极的想法在先，然后当头脑中冒出“我是不是可以……”这样的问题时，惰性就出现了，“战争”也就开始了。一旦开仗，结果就难说了。所以，要在积极的想法一出现马上行动，让惰性没有乘虚而入的可能。

超越平庸，选择完美。这是一句值得我们每个人一生追求的格言。工作中如此，做人也如此。有无数人因为养成了轻视工作、马虎拖延的习惯，以及对手头工作敷衍了事的态度，终致一生处于社会底层，不能出人头地。

不要为拖延找借口，拖延会降低效率，提高成本，是没有竞争力的，借口的实质是推卸责任，而推卸责任会使他人代你受过，这是不道德的。

对难以解决的问题不要懊恼，不要沮丧，要学会永不放弃，永不放弃考验一个人的信心、韧性、毅力，持之以恒终究会发生量变转为质变的飞跃。

工作中无小事，始终保持高度的注意力和责任心，始终具有清醒的头脑和敏锐的判断力，能够对每一变化、每一件小事迅速做出准确的反应和决断。具备一种锲而不舍的精神，一种坚持到底的信念，一种脚踏实地的务实态度，一种自发自动的责任心，小事如此，大事亦然。

态度决定一切，成为积极或消极的人在于自己的选择，是我们自己决定要以何种态度看待环境和人生的。优良的品质不是与生俱来的，他需要进行培训，需要来进行自我培训和接受



培训。人的心理是多层面的，有积极的一面也有消极的一面，有主流也有支流，只要我们学会抱有一种感恩的心态，就会拥有一颗宽容的心、豁达的态度，就能克服不良情绪的影响，始终有一颗积极进取的心，积极地面对工作和生活。

