

时间决定成败

SHIJIAN JUEDING CHENGBAI

- ◇弱者为时间服务，强者让时间为自己服务。
- ◇如果每一个人都把时间用在有益的地方，这世界会在一天内完全颠覆。
- ◇用对时间，才能做对事。用好有限的时间，成功尽在掌握之中。

才永发 编著



成事之道

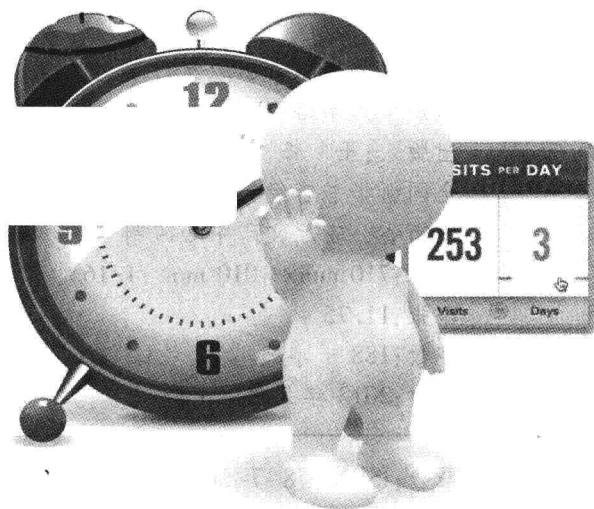


时间决定成败

SHIJIAN JUEDING CHENGBAI

- 弱者为时间服务，强者让时间为自己服务。
- 如果每一个人都把时间用在有益的地方，这世界会在一天内完全颠覆。
- 用对时间，才能做对事。用好有限的时间，成功尽在掌握之中。

才永发 编著



郑州大学出版社
郑 州

图书在版编目(CIP)数据

时间决定成败/才永发编著. —郑州:郑州大学出版社,2013.5
(成事之道)
ISBN 978-7-5645-1383-2

I. ①时… II. ①才… III. ①时间-管理-通俗读物
IV. ①C935-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 043112 号

郑州大学出版社出版发行

郑州市大学路 40 号

出版人:王 锋

全国新华书店经销

河南省公安厅文印中心印制

开本:710 mm×1 010 mm 1/16

印张:11.75

字数:188 千字

版次:2013 年 5 月第 1 版

邮政编码:450052

发行电话:0371-66658405

印次:2013 年 5 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5645-1383-2

定价:25.00 元

本书如有印装质量问题,由本社负责调换

★ 内 容 简 介 ★

如何主宰自己的工作和生活？对于大多数都市上班族来说，他们的工作、生活忙碌却混乱不堪；和配偶的关系越来越糟；作为主管，疏忽了和上下级的关系；工作开展不起来，终日愁容满面；越来越没有时间看书、锻炼身体、参加朋友的聚会……

本书对于每一个觉得就要被生活击垮的人来讲，都是一个绝妙的指导。这是一本神奇的书，它将告诉你怎样将“要做”的事情完成，怎样开始充满激情的一天，如何改正浪费时间的习惯，如何得到两倍甚至三倍的工作效率……尤其是，它将教会你如何驾驭你的生活、工作、人际关系，而不是让它们成为你成功路上的绊脚石。

前言

时间是最充分的资源,但也是世界上最稀缺的资源。成功者都是管理时间的高手。管理时间是有诀窍的,时间管理的优劣必将直接影响到企业的业绩以及个人的生活质量。如何管理好时间,这已经成为了现代人日常工作、生活中最重要的事情之一。

约瑟夫·坎贝尔有句名言说得好:“当你花了一生的时间爬梯子并最终到达顶端的时候,却发现梯子架的并不是你想上的那堵墙。”你有没有想过准备爬,或者正在爬的梯子是否通往你想到达的那堵墙呢?如果不是,那么最好及时回头;如果是,那就奋力攀登吧。

对于我们每一个人来说,不管是准备求职,或者是已经就职的朋友,应该思考的一个问题就是:你是否管理好了生命中最宝贵的时间呢?特别是处于现在这样一个急剧变革的时代,我们每个人都不得不面对同样一个问题:你应该如何管理、处理、使用你所面对的时间,并且合理安排好时间,更进一步设计未来的人生,登上你梦想的最高峰呢?

身在职场,很多已经功成名就的人往往会出现两种心理:一种是趁着事业如日中天,再为自己添一把火,使其事业之火烧得更旺;而另一种就是觉得在这些打拼的日子里确实吃了不少苦头,现在可以好好躺下身子歇歇,做起事情来也开始拖拖拉拉,事业也就每况愈下。当然,你的内心是绝对不会选择后者的,但是,人天生具有一种“惰性”,当你懒惰的时候,会找出各种各样的借口来拖延办事的时间。

本书的核心就是要读者分辨出事情的轻重缓急,排列出优先顺序,能够把握有限的时间,把事情做对、做好,并且是以积极主动、自动自发的态度,这样,成功就尽在掌握之中。

作者

2013 年 1 月

目 录

第一章 谁动了我的时间 / 1

- “我现在这样挺好的”,你真的挺好吗 / 3
- “还有时间,明天再做吧” / 4
- “我每天都很忙,却不知道忙些什么” / 7
- “我做事有点慢”,你真的快不起来吗 / 9
- “我累得不行了”,你真的身心疲惫了吗 / 11
- “我总是安排不好时间,怎么才能将时间利用好?” / 13
- “我的时间都哪里去了?” / 14
- “粗心大意的人,该怎么安排自己的时间?” / 16

第二章 明确价值观是用对时间的根本 / 19

- 成功与快乐,来自明确的价值观 / 21
- 明确你的价值观,制定价值观准则 / 23
- 时间就是财富,效率就是生命 / 25
- 一分钟价值几何,抓紧时间最可贵 / 26
- 一寸光阴一寸金 / 29
- 做时间的主人,当生命的主宰 / 31
- 消除错误时间观念,掌握正确的时间使用技巧 / 33

管好时间比管好金钱更重要 / 35
只有做到 100% 才算合格 / 38
业余时间, 不可忽视 / 39
用 100% 的热情做 1% 的事情 / 41
不要让时间表成为我们的束缚 / 43
将时间花在学习上 / 45

第三章 设定目标: 腾出时间去思考 / 49

没有目标, 任何时间管理都是在浪费时间 / 51
明确你的目标, 让梦想有的放矢 / 53
腾出时间, 进行反思与总结 / 55
不要太忙碌, 要有足够的时间去思考 / 57
制定切实可行的目标 / 59
目标明确, 方向明确 / 61
列出清单, 我的未来我做主 / 62
避免在决策上浪费时间 / 64
琐碎事情, 我的时间不属于你 / 66
做事要讲求顺序 / 68
不要成为工作狂 / 70
保持时间观念 / 71
做事不要太匆忙 / 72
提前计划, 为第二天做好时间安排 / 74

第四章 持续改善: 获取不可思议的力量 / 77

四种最浪费时间的习惯, 你一定要克服 / 79
消除电话干扰, 制造清静氛围 / 81
删去垃圾邮件, 别让它影响工作和生活 / 83
应酬也要省时间 / 85
摆脱“洪水”文件 / 87

别让会议吞噬你的时间 / 88
通过有效沟通,提高办事效率 / 90
对付时间窃贼的好方法 / 92
学会在疲劳之前休息,提高效率 / 93
要学会排除干扰 / 95

第五章 杜绝延时:创造超强行动力 / 99

做到守时和敏捷 / 101
把计划变得灵活些 / 102
每天提高1% / 104
不要一味等待,人生没有万事俱备的时候 / 106
不要把希望全部寄托在明天 / 107
80%的收益来自20%的思考付出 / 109
想做就做,不要拖延 / 111
为自己做本时间账 / 113
严格奉行日事日清原则 / 114

第六章 科学用时:把时间用在有价值的地方 / 117

舍弃棉花,挑起黄金 / 119
先做最有把握的事情 / 121
别陷入细节的泥潭 / 122
切忌什么事都做,但都只做一点 / 123
换个角度,用最简易的方法去解决问题 / 125
有所不为,才能有所为 / 127
让工作“头绪化” / 129
让你的生活“简单化” / 130
提高时间效率的方法 / 131
利用空闲时间,创造属于自己的财富 / 133

第七章 提高效率:用最有效的时间做最重要的事 / 137

- 努力成为高效能人士 / 139
- 向犹太商人学习惜时如金 / 140
- 把时间用在刀刃上 / 142
- 每天及时检查自己的工作 / 143
- 一日之计在于晨 / 145
- 先精心计划,再慢慢完善 / 147
- 事情要巧干,不要久干 / 149
- 不要制定太多的目标 / 151

第八章 缓解压力:轻松拥有每一刻 / 153

- 正确缓解压力,才能有行动的积极性 / 155
- 适当压力对我们有激励作用 / 157
- 你是“工作狂”吗? / 159
- 陷入低潮时,要记住这是上帝给你的假期 / 161
- 应付糟糕的日子,拿出信心去拥抱希望 / 163
- 积极地面对压力,走在寻找幸福的路上 / 165
- 释放压力,舒缓紧张心情 / 168
- 学会休息和娱乐 / 170

结 语 / 173

- 时间似海绵中的水,可以被挤出来 / 175
- 对的时间做对的事,才能成功 / 175
- 时间不等人,瞅准了,就入手 / 176
- 对的时间很短,体现着竞争 / 176
- 管好时间,才能成功 / 177

第一章

谁动了我的时间

“我现在这样挺好的”，你真的挺好吗

生活中有很多人安于现状、不求上进，总是用“我现在这样挺好的”这样的话来搪塞别人的劝告，其实真正的好或不好却是“如人饮水，冷暖自知”。这个社会要求我们抓紧时间完善自己，去拥有更多的成就。

你的身边有这样的人吗？他们异常努力，却收获很少。当你劝他们应该更加上进，获得更高的成就时，他们只抛来一句简单的回话：“我现在这样挺好的啊！为什么要更加上进呢？”这种人安于现状，没有更高的抱负，没有更高的追求，结果只有一个：被时代所遗弃。

李响和林英一起进入某杂志社的两个部门工作，前者在广告部负责与客户接洽广告业务，后者在排版部负责杂志的装帧设计。

李响性格比较外向，喜欢跟客户交流，于是凭借自己的灵活和勤恳，迅速与客户搭建了长久的合作关系。随着社会阅历的增加，李响为自己设定了更长远的职场规划，而林英正好跟李响相反，他性格非常内向，在做排版的时候戴上耳机，完全活在自己的世界中，下班回到家里看看小说、玩玩游戏，薪水比李响差远了。

因为一起进入杂志社，两人很有默契，也成了无话不说的好朋友。进入公司两年后，李响不仅升职，并且工资涨了几倍，而林英还是老样子。很多次，李响凭着自己三寸不烂之舌游说林英加入到销售的行列中来，林英总是一副无所谓的样子，嘴里总说：“你看我现在不错啊！工资虽然不多，但是足够我的花销，而且省着点儿还能攒下一些钱呢……”

在这个时候，李响就会说：“好什么啊？钱这种东西越多越好，你想想以后用钱的地方还很多呢，你应该赚更多的钱以备不时之需！”

虽然李响费劲口舌劝说林英做销售，但林英始终不为所动。两年后因为经营不善，杂志社被更大的出版单位收购，杂志社的员工都面临着裁员的结果。因为自己的努力，李响建立了广泛的人脉，因此马上找到了工作。林英的命运刚好相反，在杂志社任职期间，林英不思进取，最后没办法只好回

到老家，随便找了一份工厂的工作。

农民在犁地的时候，不愿意用那些只知道低头拉套往前走，却不愿意抬头看看路的牛，这样的牛虽然貌似犁得很直，但因为不抬头看路，犁地的时候经常会脱离原来的轨迹。要知道，方向永远比勤恳更重要。正确的方向会促使我们事半功倍，而错误的方向是导致我们事倍功半的罪魁祸首。

而故事中的林英就像是这种犁地的牛，只知道勤勤恳恳地工作，却不知道正是“我现在挺好的”这种心态让他看不到危机，即便再有吃苦精神，人生缺乏方向，终究都会被社会淘汰。我们总说“人无远虑必有近忧”，不要总拿“我现在挺好的”来麻痹自己，事实上，你确定你真得很好吗？

在任何人的眼中，比尔·盖茨的成功无可复制，了解比尔·盖茨的人都知道，从20世纪80年代开始，比尔·盖茨养成了一个奇怪的习惯，那就是“闭关”，他会在每年的上半年和下半年各选一周，专心“闭关”，从不过问公司的状况。

据说在为期一周的闭关时间内，比尔·盖茨住在自己的一栋别墅里，不见任何人，完全沉浸在自己的世界里。但是他却会利用这一周的时间，拜读成功人士的传记，并且反省自己这半年的工作状况，制订接下来的工作计划。也许正是这种闭关，从一定程度上铸就了比尔·盖茨的与众不同。

试想，成功人士如比尔·盖茨都不曾完全沉浸在自己的成功与安逸之中，我们普通人就更不能迷失在“我现在这样挺好的”心态下。

古语说：“活到老，学到老。”意在告诉我们，随着时间的消逝，我们不能被年龄所困，应该时时充实自己、完善自己。想要适应这个社会，跟上社会的步伐，我们必须抓紧一切时间充实、完善自己，并且警惕沉浸在“我现在这样挺好的”的心态之下，这种安逸的想法会让我们被这个时代所抛弃。

“还有时间，明天再做吧”

如果你一直期待明天能够完成手头的事务，那么你的明天一定不会到来。

我们每个人都知道,时间是宝贵的,不能虚度年华。可是生活中不乏有人生活在拖延的状态之中,每当他们遇到棘手的事情,不是马上想办法去解决,而是寄希望于明天。这种习惯是非常不可取的,如果过分地依赖明天,势必会影响到自己的生活和工作的。

万玲玲是一名广告策划,做这行已经三年了,客户的要求越来越多,虽然公司会定期送她参加各种培训,但是应付起有些客户的苛刻要求难免会力不从心。在近两个月来的工作中,万玲玲总是找不到灵感,上司向她要策划案的时候,万玲玲总是说:“别着急,客户不是后天才来看文案吗?还有明天呢!明天再说!”

一开始万玲玲还能在客户来之前把文案搞定,但是时间长了之后,万玲玲开始过分依赖起“明天”,上司交待的工作,不到最后一秒,万玲玲从不会开始去做。

一次为了争夺一个大客户,上司要求万玲玲马上策划,第二天之前一定要交给他,谁知万玲玲把上司的话当成了耳边风,依然我行我素,第二天又没有及时交出策划案,导致公司与这位大客户失之交臂。因此公司失掉了一个将近百万的单子,万玲玲也非常内疚,并且做了检讨。即便如此,公司依旧辞掉了万玲玲。

生活中的你跟万玲玲一样总是期待明天吗?如果答案是肯定的话,那么你就危险了。要知道一味地把“还有时间,明天再做吧”挂在嘴边,会在无形之中过度消耗你的时间,更会悄然地改变你的行为准则,长此以往你的效率将荡然无存,影响自己的工作和生活。

陶渊明曾作诗:“盛年不重来,一日难再晨,及时当勉励,岁月不待人。”世界上最无情的就是时间,它会毫无感情地带走我们的每一天;时间却又是多情的,它给了我们生命,让我们用时间来创造价值。当然,能否有效地利用时间要仰仗于我们本身,我们要有效地管理自己的每分每秒。

树林里迎来了新一轮太阳,乌鸦欢快地来到喜鹊的家门口,扯着嗓门大喊:“喜鹊姐姐,快点起床啊!我们去捕食吧!”

喜鹊被乌鸦难听的声音叫醒,很不耐烦地嘟囔着:“你是谁啊?我还没睡够呢,再睡会儿,别来吵我!”

听到喜鹊还没醒,乌鸦继续大声喊:“喜鹊姐姐,快点起来吧!一日之计在于晨,我们应该利用这美好的早晨去捕食,这样今天才会有吃的啊!”

“我不是说了嘛,我还没睡够呢,等我睡够了自然会去捕食的,你先去吧!我要再睡会儿……”喜鹊说完,回到梦乡里,乌鸦只好独自去捕食。

夕阳西下,捕食回来的乌鸦收获颇丰,途经喜鹊家门口的时候,看到喜鹊虽然醒着,却在床上发呆,乌鸦说:“喜鹊姐姐,你醒了吧!再不去捕食,你晚上吃什么啊?”

“不去,不去……我的食物还够我吃,明天我再去捕食。”

听完喜鹊的回答,乌鸦就回到了家里,第二天早上依旧去敲喜鹊的房门,想跟她一块儿去捕食。谁知得到的回答依旧是“我的食物还足够,我明天再去捕食”。不久,森林的雨季来了,在这样的雨天里不会有食物,于是乌鸦留在家里,享受这几天捕来的食物。

中午的时候,喜鹊来到乌鸦的家中,向她讨食物。原来喜鹊的食物吃完了,本想今天去捕食的,可是偏偏遇上了大雨,于是饥饿不堪的喜鹊不得不向乌鸦求助。

虽然是一个小寓言故事,但是我们依旧可以从中悟出道理:必须珍惜当下。古今中外无数成功人士,没有不珍惜时间的,更不会一味地寄希望于明天。

本杰明曾说过:“你珍惜生命吗?那么请不要浪费时间,因为时间是组成生命的条件。”我国文学家鲁迅先生也说过:“时间就是生命。无端地空耗别人的时间,其实无异于谋财害命。”德国诗人歌德把时间称作自己的财产。无独有偶,法国文豪巴尔扎克把时间比作资本,以说明时间的价值。

我们知道,“一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴”。无论是昨天、今天还是明天,时间对待每个人都是公平的,只要你去珍惜都会创造价值。每一天又有所不同,昨天已经过去,我们应该从中总结经验教训;明天还没到来,我们只能做好计划迎接它的来临;我们最应该珍惜的就是当下,今天既是昨天的终结,也是明天的基础。只有打下“今天”这个坚实的基础,才能做好很多事,拥有一个更美好的明天。

“我每天都很忙,却不知道忙些什么”

如果你每天都忙碌不堪,却毫无效率可言,这种状态非常可怕。如果你想要摆脱这种状态,那么就请找寻目标吧!

现在很多人打电话的第一句是:“喂,你现在忙吗?”而接起电话的第一句则是:“我现在很忙,等一会儿再说!”显而易见,这是一个忙碌的世界。“忙”不仅取代了“你好”,成为人与人之间的问候,更成为大家见面的谈资,代表了现代人的普遍状态,如果谁不忙那简直就与众人格格不入。

在这个高速运转的时代里,竞争成了人们之间的日常行动准则,忙碌竟也成了现代人的生活常态。一项对白领的调查显示:92%的白领每天都处于异常忙碌的状态,其中将近一半的白领将下班时间也奉献给了工作。这项调查不禁令人发出这样的疑问:白领有那么忙吗?他们每天又都在忙什么呢?

更有意思的一个调查结果却显示,将近九成的白领虽然每天都围着工作转,但是他们竟然不知道自己在忙什么,上司交代什么工作,马上去执行,呈现的是一种“瞎忙”的状态。这种每天“瞎忙”的白领,被称作“职场瞎忙族”。这个族群的特征有两点:一是每天都在忙,却不知道这样忙的意义何在;二是没有工作的目标,殊不知没有目标,怎能不瞎忙呢?

陈华去年就已经参加过研究生考试,她还记得自己未被录取是源于公共课的失利,差了几分。陈华不甘心,今年还要考研究生,于是早在三月就加入到了复习大军的行列之中。

陈华完全把自己封闭起来,每天早上六点准时起床背英语,中午快速地解决吃饭问题,小憩一会儿继续复习。每每接到家人和朋友的电话,陈华都不肯多说几句,问个好马上挂了电话,继续复习。可是好事总是一波三折,陈华第二次参加研究生考试又败北了,这次是在英语上遭遇了滑铁卢。

陈华很苦恼,不知道这是为什么。一个一起考研的同学今年考取了心仪的专业和学校,陈华找到她,想要了解一下彼此复习上的差距有哪些。听

