

要想改变自己的命运，必先掌控好自己的时间

时间 决定命运

SHIJIAN
JUEDING
MINGYUN

弱者为时间服务，强者让时间为自己服务

王 力◎编著



群言出版社

Qunyan Press

时间 决定命运

王 力◎编著



群言出版社
Qunyan Press

图书在版编目(CIP)数据

时间决定命运/王力编著. —北京:群言出版社,
2009. 1

ISBN 978 - 7 - 80080 - 965 - 1

I. 时… II. 王… III. 时间—管理—通俗读物 IV.
C935 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 009647 号

时间决定命运

责任编辑 君 阅

出版发行 群言出版社(Qunyan Press)

地 址 北京市东城区东厂胡同北巷 1 号

邮政编码 100006

网 站 www.qypublish.com

电子信箱 qunyancbs@126.com

总 编 办 010 - 65265404 65138815

编 辑 部 010 - 65276609 65262436

发 行 部 010 - 65263345 65220236

经 销 全国新华书店

读者服务 010 - 65220236 65265404 65263345

法律顾问 中济律师事务所

封面设计 大象设计

印 刷 北京仰山印刷有限责任公司

版 次 2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

开 本 720 × 1000 1/16

印 张 15

字 数 250 千字

书 号 ISBN 978 - 7 - 80080 - 965 - 1

定 价 28.00 元

前言

庄子说：“人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已。”

高尔基在他的《时钟》里也这样写道：“世上没有比时钟更冷漠无情的了。它总是那样节奏准确地响着，在你诞生的时候是如此，在你贪婪地摘下青春幻想花朵的时候也是如此。人从出生之日起，每过一天便向死亡靠近一步。而在你濒死语梗时，时钟也将枯燥地、无动于衷地计算着你末日的分秒。”

生命的短暂与时间的无情可见一斑。

为此，从古代开始，人们对人生的理解就见仁见智，莫衷一是。有人说：“人生在世，吃喝二字。”他们主张人生苦短，当及时行乐；也有人说：“人生如梦，万事皆空。”他们主张摆脱红尘纷扰，超然世外；更有人说：“男儿何不带吴钩，收取关山五十州。”他们主张追求功名，建功立业。

然而，只有著就“史家之绝唱”的司马迁一言以蔽之：“人



时间决定命运



Shilian
JueDing MingYun

固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛。”他站在巍巍大汉的城墙之上，雄视古今，把人之一生的价值和意义看了个通透。

滚滚红尘，芸芸众生，在相同的时代，每一个人都经历相同的从生到死，但每一个人都书写着不同的人生故事。有的人碌碌无为，空此一生；有的人叱咤风云，经天纬地；有的人获得了巨额的财富，泽被后世；有的人建立了不朽的功勋，青史留名；有的人留下了瑰伟的艺术，光烁古今；有的人创造了华美的篇章，留传万世。

为什么在相同的时间之内，人生的道路如此截然不同？人的命运竟会出现如此天壤之别？

问题的根本在于人们对于人生的掌控、对时间的利用。无数事实证明：要想改变自己的命运，必须先掌控好自己的时间，充分发挥和利用自己的每一分钟，让每一分钟时间都实现价值的最大化。

本书分为十个部分，由点到面，由浅入深地阐述了如何掌控时间、改变命运的主题。书中列举了许多工作·生活中的典型事例，寓事理于事例，化抽象为具体，简洁明快，新颖实用，充分展示了每一分钟的巨大意义和时间掌控的无穷奥秘和魅力。

曾国藩曾经说过：“天可补，海可填，南山可移。日月既往，不可复追。”让我们每一个人都倍加珍视自己仅有的一次生命，珍惜自己生命里的点滴时间，让每一分钟在我们手中都散发出金子般的光芒。





目 录

《 一 》

人生只在呼吸之间，珍视每一分钟的价值

佛祖经常打坐，参悟人生真谛。一天，他突然心有所悟，问身边的弟子：“人生几何？”

一弟子出口便答：“几十年吧！”

佛祖默默地摇了摇头。另一弟子思考片刻，轻声答道：“人生苦短，也就只有几年吧！”

佛祖依然摇了摇头。众位弟子疑惑不解，便道：“师傅，请指点一二！”

佛祖平静地说道：“人生只在呼吸之间！”

人之一生，犹如一呼一吸，生和死，只是瞬间的事。佛祖的彻悟，远在常人之上。他告诫人们，要倍加珍惜生命的每一分、每一秒。

花有再开日；人无再少年 (3)





一分钟值多少钱?	(7)
只有把握好每一分钟,才能把握未来	(13)
尊重时间是迈向成功的第一步	(18)

《 二 》

时间决定命运

自然界里,四季轮替的规律谁也无法改变,对人类而言,时间毫无商量的余地。

许多人之所以失败,原因就在于他们没有很好地控制时间。有的人过于心急,还没准备妥当,就匆忙上路;当然也有人失败是因为太谨慎、太迟疑。善于分析研究的专家总是一针见血地指出:“他们进入状态太晚了。”或者“等到他们采取行动的时候,别人早就把蛋糕分完了。”

综观世间万事万物,时间是成功的第一要素,控制时间就是控制了一切。

控制时间就控制了一切	(25)
把时间变成真正的财富	(29)
时间利用的六大误区	(34)
掌控时间胜于掌控金钱	(40)
永远领先一步	(44)
让自己的每一天比别人多一个小时	(49)

《 三 》

只要肯挤,时间总是会有

文学大师鲁迅曾说过:“时间犹如海绵里的水,只要你挤,总是有的。”只要能够养成珍惜每一刻而去努力的习惯,我们就可以做到每天比别人多挤出一小时来。这样日积月累,就一定能够达到我们想要达到的目标。

谁偷走了你的时间? (55)

巧妙排除各方面的干扰 (59)

勇敢地说“不” (65)

最大限度利用空闲时间 (69)

《 四 》

西瓜芝麻都要捡:把握战略和细节

释迦牟尼曾站在河岸边对弟子们说:“少数人渡过河流,多数人站在河流的这一边。他们只是在河岸边,跑上又跑下。”

释迦牟尼以他超然的大智大慧说尽芸芸众生,传达出一个超越时空的喻示:众人在生活中行色匆匆,却往往不知道要去哪里,于是在河岸边跑来跑去,又忙又累,却又毫无作为,没有彼岸。

人生就是这样,每个人看起来总是忙碌不堪,但是当被问到为何而忙时,大多数人除了一问三不知之外,惟一可能的答案就是:“也许只有上天才知道。”

人生只在呼吸之间,珍视每一分钟的价值





心有多大,舞台就有多大	(77)
别让自己的梯子靠错了墙	(81)
凡事预则立,不预则废	(86)
及时修正自己的航向	(90)
大处着眼,小处着手	(95)

《 五 》

做正确的事是时间统筹的第一要务

著名成功学业大师拿破仑·希尔曾经说:“你必须先保证自己所做的是正确的事情,然后再想办法提高做事的效率。”

无论是企业的商业行为,还是个人的工作方法,在大多数情况下,人们关注的重点往往都在于提高做事效率。然而,第一重要的却是,是做正确的事而非正确地高效地做事。正如彼得·格拉斯所说:“对企业而言,最重要的是正确的战略方向,而非工作的高效率。”

忙人还是盲人	(101)
好钢用在刀刃上	(105)
做正确的事比正确地做事更重要	(109)
做足百分百	(112)

《 六 》

高效执行是掌控时间的关键

著名诗人拜伦说：“把握住现在的瞬间，从现在开始做起。只有勇敢的人身上才会赋有天才、能力和魅力。因此，只要做下去就好，在做的历程当中，你的心态就会越来越成熟。能够有开始的话，那么，不久之后你的工作就可以顺利完成了。”

而科学巨匠富兰克林则说：“把握今日等于拥有两倍的明日。”将今天该做的事拖延到明天，而即使到了明天也无法做好的人，占了大约一半以上。因此，一个人、一个企业如果想有所成就，就必须做到今日事今日毕，否则可能无法做成大事，也不太可能成功。

抓住现在立即行动 (117)

效率从管好自己的时间开始 (120)

利用自己的生物钟 (125)

《 七 》

机不可失，时不再来：搭上机遇的快车

卡耐基有句名言：“如果你想成功，就应该辟出新路，而不要沿着过去成功的老路走……即使你们把我身上的衣服剥得精光，一个子儿也不剩，然后把我扔在撒哈拉沙漠的中心地带，但只要有两个条件——给我一点时间，并且让一支商队从我身边经过，那要不了多久，我就会重新成为一个新的亿万富翁。”



人生只在呼吸之间，珍视每一分钟的价值





俗话说：“水无常形。”世事如水，总是处于不断变化之中。形势的变化带来风险的同时，也带来了机遇，一切就看我们怎样面对和掌握。智者、强者总是顺应潮流、引导潮流，而愚者、弱者却总是被时代的潮流无情地卷走。强者之所以能引导潮流，是因为他善于站在战略的高度，高瞻远瞩，及时发现并抓住处于时代最前沿的机遇。

发现机遇的灵光 (131)

主动创新，灵活变通 (136)

脑袋决定钱袋 (140)

把握时代的脉搏 (146)

《 八 》

时间是可以借来的

佛教创始人释迦牟尼曾问他的弟子：“一滴水怎样才能不干涸？”弟子们面面相觑，无法回答。释迦牟尼说：“把它放到大海里去。”

一个人再完美，也就是一滴水；一个团队、一个优秀的团队就是大海。一个有高度竞争力的组织，包括企业，不但要求有完美的个人，更要有完美的团队，团结合作。

一个人要想在成功路上走得更远，就必须灵活运用自己身边的各种资源，利用团队、利用别人眼里微不足道的事物，让它们发挥最大的能效，借用资源就是借用时间，节约时间。

高效地军团作战 (153)

协调一致，当好总指挥 (158)

合理授权,解放自己的时间	(163)
不拘一格,善于用人	(168)
巧妙借助外力	(173)
充分利用现有的资源	(178)

《 九 》

弱者为时间服务,强者让时间为自己服务

一个人能不能获得成功,完全取决于他的态度。成功者与失败者之间的差别是:成功者始终用最积极的思考、最乐观的精神和最有效的经验支配和控制自己的时间。失败者则刚好相反,因为缺乏积极思维,他们的时间是受过去的失败和疑虑所引导和支配的。他们徘徊在失败的阴影里,只能眼看着别人成功。

想到就要做到	(185)
每一个成功者都必定是个冒险家	(189)
与快乐同行	(193)
激情创造奇迹	(198)
自古英雄多磨难	(202)

《 十 》

一张一弛,文武之道:合理休息珍爱生命

许多年前,有一位年轻人经常抱怨自己时运不济,一事无成。一天,



人生只在呼吸之间,珍视每一分钟的价值





一位拄着拐杖的长老来到年轻人的身边,他微微笑着问他:“年轻人,干吗不高兴?”

年轻人十分忧伤地说:“我不明白我为什么总是这么贫穷?”

“贫穷?我看你很富有嘛!”长老由衷地感叹。

年轻人疑惑地问:“这从何说起?”

长老问道:“假如今天我要你的一只手,给你 50 万元,你干不干?”

“不干。”年轻人果断地回答道。

长老又问:“假如我要你的一只眼睛,给你 50 万元,你干不干?”

“不干。”年轻人回答。

“你现在身上的钱已经有了一百万了。有一双眼睛,你就可以学习;有一双手,你就可以劳动;有美好的青春,你就可以奋斗。看一看,你是多么富有啊!”长老微笑着说。

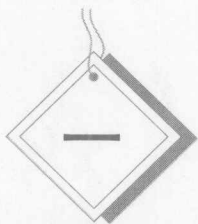
健康是一座取之不尽的宝库。拥有这笔财富,不但别人夺不走,而且还能以此赚到更多的财富。

身体是革命的本钱 (209)

劳逸结合,科学用脑 (213)

养成良好的生活习惯 (218)

找到生活的乐趣 (223)



人生只在呼吸之间， 珍视每一分钟的价值

佛祖经常打坐，参悟人生真谛。一天，他突然心有所悟，问身边的弟子：“人生几何？”

一弟子出口便答：“几十年吧！”

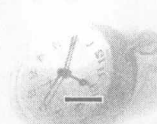
佛祖默默地摇了摇头。另一弟子思考片刻，轻声答道：“人生苦短，也就只有几年吧！”

佛祖依然摇了摇头。众位弟子疑惑不解，便道：“师傅，请指点一二！”

佛祖平静地说道：“人生只在呼吸之间！”

人之一生，犹如一呼一吸，生和死，只是瞬间的事。佛祖的彻悟，远在常人之上。他告诫人们，要倍加珍惜生命的每一分、每一秒。

人生只在呼吸之间，珍视每一分钟的价值



人生只在呼吸之间，珍视每一分钟的价值

花有再开日，人无再少年

从古到今，许多仁人志士面对时间的流逝，发出了一声声长长的叹息。

二千年前，中国的先哲孔夫子面对奔流不息的河水，想起逝去的时间，发出了千古流传的感叹：逝者如斯夫！

李白在著名的《将进酒》中发出了“君不见高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”的千年一叹。

朱自清先生著名的散文《匆匆》里也这样写道：“洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝然的双眼前过去。我觉察他去的匆匆了，伸出手遮挽时，他便从遮挽着的手边过去；天黑时，我躺在床上，他便伶伶俐俐地从我身上跨过，从我的脚边飞过。等我睁开眼和太阳再见，这又算溜走了一日。我掩着面叹息。但是新来日子的影子，又开始在叹息里闪过了。”

几乎没有一个人不爱惜他的生命，但却很少有人珍视他的



时间。许多人都曾壮志豪情地发过誓，要在有生之年做一点什么事，学一点什么学问，充实自己，帮助别人，使生命中的每一天都有意义，不虚此生，不浪费光阴……可到头来真正做到的又能有几个？

诗人拜伦在诗中这样写道：“我常去墓地走走，以使我警惕时光流逝之快。”他告诫所有不珍惜生命的人：要想理解时间与生命，就得多参加几次追悼会。

梁思国是一位年逾六旬的物理系教授，他在退休之后的短短5年里居然一连研究出了8项工业新技术成果，其中有3项已通过国家部级认证，被多家企业采用并正式投产，创造了很好的经济效益。

当记者问到如何在晚年取得如此大的成就时，梁思国说：“我的生命是从倒计时开始的。根据身体和遗传因素，我预测自己能活到70岁，从55岁退休到70岁死亡，只有15年，每过一天，我就会离那个不可改变的事实更进一步。如此一来，我的心里自然有了紧迫感。”

屠格涅夫说：“在所有的批判家中，最伟大、最正确、最天才的是时间。”富兰克林也说：“时间就是生命，时间就是速度，时间就是力量。”因而，他们大多惜时如金，可谓是“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。

在隆重的婚礼仪式上，“发明大王”爱迪生突然想起一种解决自动电报的办法，竟撇下新娘和宾客直奔实验室；福楼拜经常为了写出流芳百世的文学精品，整夜不眠，塞纳河上的渔夫