

遇见小米
伴你成长

杨小米◎著

行动变现

如何让我们的拼搏更有价值

Take actions
and Get done

开阔眼界，提升思维与格局，准备实现下一个人生进阶！



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD.

行动变现

如何让我们的拼搏更有价值

遇见小米
伴你成长

杨小米◎著

Take actions
and Get it done



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD

图书在版编目 (C I P) 数据

行动变现：如何让我们的拼搏更有价值 / 杨小米著. — 南京：
江苏凤凰文艺出版社，2018.6

ISBN 978-7-5594-2143-2

I. ①行… II. ①杨… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 109348 号

书 名	行动变现：如何让我们的拼搏更有价值
作 者	杨小米
责任编辑	丁小卉 姚 丽
选题策划	郑英祖
出版发行	江苏凤凰文艺出版社
集团地址	南京市湖南路 1 号 A 楼，邮编：210009
集团网址	http://www.ppm.cn
出版社地址	南京市中央路 165 号，邮编：210009
出版社网址	http://www.jswenyi.com
印 刷	三河市金元印装有限公司
开 本	880×1230 毫米 1/32
字 数	200 千字
印 张	10
版 次	2018 年 7 月第 1 版，2018 年 7 月第 1 次印刷
标准书号	ISBN 978-7-5594-2143-2
定 价	39.80 元

(江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

| 序言 |

我就是这么狂热地追求成功

01

我开始不太喜欢“成功”这个充满功利色彩的词语，直到有一天，我发现我那么努力，就是为了有一天取得世俗意义上的成功，而且最好是名利双收。当然，这个成功只能是我自己取得的，与家庭无关，与另一半无关。

我身边有很多朋友，都淡泊名利，对很多东西都不在乎。她们家庭优渥，毕业于名牌大学，行走于世界，她们从不屑于与周围的人争什么，只想低调地过好自己的生活。

我不同，读书时，好好学习，认真参加每一个活动，希望自己的证书再多一点，评比的时候可以多加一点分，这样可以拿奖学金。为了获得更多机会，业余时间，我帮老师打杂，做实验，收集数据。

行动变现：

如何让我们的拼搏更有价值

独独，我的好朋友，认识十年了，她说：“这么多年，你一直想要证明什么？你把生活过得这么紧张，回家只是你的第二个工作场所。”

可她从来没有劝我放弃追求，因为她知道每个人都有要走的路、要修的功课，而我想要的恰恰是她最容易得到的。

独独放弃去欧洲发展的机会，回到南方小城，每天画画、练瑜伽、禅修等。而我放弃在农村中学当老师，跑到市区做销售，最后来到上海。

我能够忍受早高峰拥挤的地铁，能够忍受加班到10点才回家，也能够忍受大城市的喧哗与吵闹，能够忍受外地人到上海的不适与被排斥，更能忍受高房租与高物价……

但我绝不能接受自己一辈子碌碌无为，平庸生活。在过去很多年里，我一直不能真正快乐，对自己不满意，对整个人生都不满意。

来到上海后，在这座很多人不喜欢的充满“浮躁浮华气息”的城市，我才觉得能够真正做自己，我找到了存在感，并开始一点点地释怀过往，变得从容。

02

上大学的时候，文文姐是我的学习榜样，我跟着她读各种专业书籍，经常向她请教问题。她非常努力，天天去上自习，读英文原著，

搞研究。她以第一名的考研成绩去了中山大学，中山大学的心理学考卷大都采用英文答题。后来，她又去国外继续深造，现在定居香港。

高中时，她读的是省重点，钢琴十级，擅长写作，放弃了某“985”名牌大学的保送机会，希望通过考试进入自己喜欢的大学。但天不遂人愿，她被调剂到了我们学校——一所省重点二本学校。

大学时，焦虑已经成为她生活的常态，我也是如此，但我们已经能够和焦虑和平共处。就像电影《美丽心灵》中，纳什患有精神分裂，却通过意志力，能够和自己脑海中的幻觉和平相处，并一如既往地坚持工作。

前段时间，文文姐从香港来上海开会，我发现她整个状态都变了，焦虑得以缓解，对待生活很从容，还变得更加幽默了，我想她终将闪耀。可能当你到达了山顶，再看过往，一切就都微不足道了。

因为小时候家境好，我从小就非常自信，有吃不完的零食，周围人都捧着我。读初中时，爸爸生意出问题，家庭发生变故，每年过年要债的挤破门，看着周围人对我们的态度一点点由热情变得冷漠。世态炎凉，人情冷暖，让我体会很深，那种与生俱来的优越感不复存在。

后来，我恋爱了，交过几个男朋友，一个比一个优秀，自带光环，他们在人群中，别人都忍不住多看几眼。有的长得很帅气，相貌不输明星；有的是学霸，优秀得让人望尘莫及。

可是那时我还是时常不快乐，后来我才明白，我是想要成为他们

行动变现：

如何让我们的拼搏更有价值

那样的人，自带光芒，闪闪发光。他们虽能够满足我短暂的虚荣心，但绝不会让我真正快乐。

03

作为心理学科班出身的我，受益于心理学，也时常感受到它的残酷。它对人进行深层次的剖析，把你最不愿意承认的、潜意识的东西，血淋淋地呈现在你面前。

成长之路，就是破茧成蝶的过程，就像在刀尖上跳舞，非常痛苦。独独说：“小迷小悟，大迷大悟。有困惑不是坏事情，一旦顿悟更彻底。”

我上大学时，经常在凌晨3点惊醒，我梦见自己过得非常失败，惊出一身冷汗。我还因为压力大，经常梦见自己牙齿全部掉光……

从大一到大三，与过去的自己相比，我变得越来越优秀，焦虑有所缓解。但两次考研失败，让我建立的自信又轰然倒塌。独独当时说：“我真怕你垮掉，因为考研对你的意义已经变了，你把它当成了救命稻草，甚至失去了独立的判断，选择不适合的学校一搏。”

第二次考研失败，很多关系好的老师劝我调剂，说做研究在哪里都可以。但我拒绝了，因为我太了解自己，对生活绝不会妥协，得不到最好的，我宁愿不要。就像我从小到大一直喜欢吃零食，吃最好的零食，但后来家庭发生变故后，舅妈给我买廉价的零食，我就不吃。

她非常生气，说：“心比天高，命比纸薄，你以为还是从前哪！”

这句话唤醒了我，不是从前了，我开始戒零食，这对于一直有这个习惯的我来说，非常痛苦。而我花了一年多的时间，再也不吃任何零食，这个习惯一直保持到现在。我骨子里是骄傲的，我的字典里就没有“将就”这个词。

04

我曾经感觉这个世界一点都不公平，为什么那个傻瓜赚钱比我多？为什么那个傻瓜所得比我多？为什么那个傻瓜过着我梦想的生活，而我聪明能干，幸运儿却不是我？为什么那个傻瓜的梦想和才华转化成了财富，而我的付出与收入不成正比，每月入不敷出？念书那会儿，他成绩一塌糊涂，比我差很多，现在竟然混得人模狗样，我到底是哪点做错了？谁能告诉我这都是为什么？

当我这样发问的时候，我知道自己已经输了，只有弱者才会问为什么世界如此不公平。真正的强者绝不会对眼下的困难低头。我想明白了这一点，心甘情愿，从销售做起。这个世界不存在怀才不遇，没有被认可，不过是因为存在太多自视清高，太把自己当回事。

我认清现实用了很久的时间，与过往告别，从基层做起，哪怕只是做一个小小的销售，也要把业绩做到最好。从小我就认定自己与众不同，聪明、可爱、漂亮，虽然这是众人给我的假象。经历了这么多

行动变现：

如何让我们的拼搏更有价值

后，我原来那种优越感已经不在，而我知道那种感觉有多棒：我可以做自己喜欢的事情，可以不因为物质向这个世界低头。

很多时候，我们必须对自己残忍一点，必须下定决心告别过去，然后才能活出不一样的自己。

现在的我，还远没有成功，但已经没有了前几年为金钱窘迫的境地，可以背起包说走就走。当自家弟弟处于事业低谷期时，我可以说“来上海散心，我养着你”；当爸妈想要一台智能手机时，我可以告诉他们“我给你们买”；当男朋友为在上海买房，加班到深夜而回家时，我可以大言不惭地说“妹妹努力赚钱，给你买房子”……

05

这两年，我不再那么关注外在的一些东西了，比如，别人的看法、不好的评价。前两年，我非常怕这个，就怕周围人觉得我过得不好，就像独独说的，特想证明什么。

我知道这是一个过程，越没有什么，才越想要证明什么。我现在开始回归内心，但远远不够，可这又有什么关系呢？我知道等我拥有了，自然而然就不在乎了。

我们看过那么多书，很多成功人士教我们淡泊名利，追求自己想要的生活。我认可他们的观点，但我觉得现在的年轻人，就应该好好

赚钱，取得事业的成功。如果连下一个月房租都交不起，怎么选择过自己想要的生活？如果你去参加面试，连一件像样的衣服都买不起，这时你还能淡定地拒绝这份不喜欢的工作吗？

我记得身边有一个人，辞职去旅行，后来遇到雪崩，救援队呼吁他身边的人捐款，把他遗体运出去。后来，他父母提起他，恨铁不成钢，说他从小就自命不凡，不肯踏实生活。工作上总觉得自己怀才不遇，换了一份又一份。原来，他只是逃避现实生活，才选择去旅行。

张爱玲在《倾城之恋》中写道：“如果你知道以前的我，也许会原谅现在的我。”我记得上大学时，曾有同学好心对我说：“你太强势了，女强人找不到男朋友的。”也有人说：“你整天想着学习进步，取得成功，太势利了。”

更有人说：“你这样的女人不会依赖男人，不会幸福的。”更有人劝我：“女人学得好不如嫁得好。”每当这时候，我都对他们心怀感激，可他们不是我，不懂得我到底想要什么。

我就是想要成功，这个成功是我自己的标准：我就是要 30 岁的时候，每年有赚 100 万的能力；我就是要 30 岁的时候，在上海拥有自己的房子；我就是要在某一个领域，成为专家；我就是要努力，成为畅销书作家，虽然我现在写得很“烂”，但我一直在努力，别人用两年时间，我可以用十年时间。

行动变现：

如何让我们的拼搏更有价值

那么成功是为了什么？我就喜欢得到之后，可以云淡风轻的感觉。我就喜欢通过自己的努力，赚到钱，去自己想去的的地方，去学习自己感兴趣的事物。我就喜欢通过外在的成绩，一点点内化自己的价值。我就喜欢身边的人需要我时，我淡定地说：“不怕，有我在。”

目录

contents

第一章 思维和格局的精进

命就是一个人看问题和做事的方式 __ 002

比人脉更重要的是你能提供的资源 __ 008

社交是非常好的学习方式 __ 013

我在上海最关键的一年：思维和格局的改变 __ 019

从底层往上爬，我靠格局抓住了更多机会 __ 025

为什么要混圈子，如何混圈子 __ 033

第二章 决定你未来高度的六匹马

决定你未来高度的六匹马 __ 040

不要试图改变自己，成为别人 __ 047

毕业之后，去哪个城市最好 __ 053

怎么找到贵人？先擦亮发现贵人的眼睛 __ 058

沉下心掌握一门专业技能，生活就会变得不一样 __ 065

一定要告诉别人，你很值钱 __ 070

第三章 让目标来有效地管理时间

如何更有效地管理你的时间 __ 076

相信复利的力量，这几个方法能让你坚持下去 __ 082

购买他人的时间，批发自己的时间 __ 089

终极目标法、典范认定法与阶段性目标法 __ 097

当有正确目标时，你的努力才会发光发亮 __ 101

第四章 如何成为一个高情商的人

你门牙中间有条缝 __ 108

请人帮忙，我总结了五条原则 __ 112

学会讲原则，更要学会拒绝 __ 118

管控情绪的 ABC 法 __ 122

让我的暴脾气变好的几种方法 __ 129

人生要具备残酷翻篇的能力 __ 134

第五章 完成比完美更重要

永远要设定最后期限，完成比完美更重要 __ 140

在职场快速进阶，我靠这五条经验 __ 145

进入新环境，先做一个“坏人” __ 151

如何找到一个好老板 __ 156

跳槽，是一项系统工程 __ 161

第六章 管理期望比做得好更重要

管理期望比做得好更重要 __ 168

敢于接受自己的不完美 __ 174

为什么每个人都应该写作 __ 179

少耍一些小聪明，你的人生路会更宽阔 __ 184

一个华为家属眼中的华为经营法——公平与残酷 __ 187

第七章 阶层没有固化，你只需要努力改善生活

为什么我觉得阶层没有固化 __ 194

趁年轻，还输得起 __ 202

千万别在能吃苦的年纪选择逃避 __ 208

走心过好每一天 __ 214

用点心，很容易赚到钱 __ 219

第八章 最重要的是开始，而不是方法

离开自己的舒适区，哪怕会面对很多挑战 __ 226

如何克服拖延症：少空想，多执行 __ 232

我接受农村出身、三流大学毕业，但我不认命 __ 237

我想到更高的地方去看看，虽累而不悔 __ 242

如何抓住机会的五个心得 __ 248

第九章 婚姻是人生最大的投资

如何用定位理论找老公 __ 256

如果可以，一定要嫁一个“有钱”人 __ 264

一定不要轻易带男朋友或女朋友回家 __ 269

先把心练“狠”，再把心练“淡” __ 274

因为承担而独立，而不是害怕被男人抛弃 __ 280

番外篇：杨小米的“黑”历史

我的“黑”历史 __ 286

卸了妆都比我好看，那又怎样 __ 291

我和刘先生的日常（节选） __ 296

后记：永远只做当下能够做到最好的



行动变现

如何让我们的拼搏更有价值

第一章

思维和格局的精进

行动变现：

如何让我们的拼搏更有价值

命就是一个人看问题和做事的方式

曾经有两个年轻人在我手下工作。有一个被要求收集大型活动当天的所有媒体报道，第二天他来告诉我，地铁旁的那个报亭，已经卖完了当天所有的报纸，然后他双手一摊，说：“没办法呀。”

另一位，也是在一个大型活动的前夕，被要求发送通知短信，但那一天，我们公司的服务器坏了，无法群发短信，于是她就用自己的手机发送完了那 100 条短信。

后一位在工作上一帆风顺，一路被提拔；前一个，不久之后就离开了我所在的公司。

——水湄物语《30 岁前的每一天》

当看到水湄姐分享的这两个年轻人的故事时，我很受触动，再次感慨很多人的命运从做事风格中就可以预知一二了。