

“为什么你很平庸，因为我在做你在看。我还在做你还在看。” 马云。

别让自己输给 一个字 等！



刘文献◎著

别让自己输给 一个字 等！

刘文献◎著



江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
全国百佳出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

别让自己输给一个字：等 / 刘文献著. — 南昌：

江西人民出版社, 2018. 2

ISBN 978-7-210-09787-7

I. ①别… II. ①刘… 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 (2017) 第244413号

别让自己输给一个字：等

刘文献 / 著

责任编辑 / 辛康南

出版发行 / 江西人民出版社

印刷 / 固安县保利达印务有限公司

版次 / 2018年2月第1版

2018年2月第1次印刷

710毫米×960毫米 1/16 14印张

字数 / 141.5千字

ISBN 978-7-210-09787-7

定价 / 39.80元

赣版权登字-01-2017-758

版权所有 侵权必究

成全你的永远不会是一个等字

上班族常常会有这样类似的体验，工作上的一件事情需要在一定时间内完成，接到任务后却认为还有时间，想着明天再说，到了明天又后天，……就这样一直拖到不能再拖了才动手。到了要交差的时候，才抓紧匆匆去赶，因为时间紧迫，难免出错，被领导批评，有时候还被罚扣工资，自己也会很烦恼。这种情况在生活中也是常见的，比如：需要完成的约会，需要去买的东西，需要去做的事情，有不少人也是拖到最后一刻才动手，有时候甚至不了了之。有些虽然是小事，但是一拖，就会失去别人的信任，给人留下不好的印象，还有一些人，因为一件小事导致一些没必要的误会，起了争执，这就更不应该了。人们还有一些通病，就是在遇到问题和麻烦的时候，总是想找借口逃避，不去解决或者指望别人来解决，有时候还会以为不去管，问题会随着时间推移而消失，结果问题依然在，甚至堆积出更大的问题，时间替你推来了一座麻烦更大的山，让你焦头烂

额，寝食难安，到那个时候，你才会想早知如此，早点解决好了。

慢慢你会明白，与其等待，还不如早点着手去做。因为等待，一般不会让问题和麻烦减少，反而会有更多、更严重的问题和麻烦出现。而且等得久了，人的内心会变紧张，变脆弱，越往后心理压力越大，到了不得不去处理事情、解决问题的时候，思维和行为效率都会因为紧张和心理压力变得极低，事情结果当然不会太好。

一味等待只会浪费我们的时间和精力，难以达到生活工作的预期目的，遭受生活中的种种损失。在等待中焦虑，在焦虑中继续等待，如此恶性循环，生活不顺利，工作低效率，最终一事无成。

如果不幸你躺枪了，还比较严重，也不用太紧张，我们每个人都或多或少会有“等等看”的想法，面对工作与生活中必须做的事，要解决的问题，都会有意或无意本能回避麻烦，不想立即去处理，想延时一下再做。18世纪英国作家塞缪尔·约翰逊认为：人们总是推迟自己知道最终无法逃避的事情，这样的愚蠢行为是一种普遍的人性弱点，它或多或少盘踞在每个人的心灵之中。他对自己的拖延习惯悔恨不已：“我无法克制责备自己一直忽视那些最终不得不做的事情，而每一刻的闲散都增加了我的痛苦。”

毫无例外，无论是伟人，还是平凡的众生，生活中大部分的后悔来源于等不及！

每天等等看，等一年过去了，你会在年末的时候，发现很多好的事情都没做；每年等等，等到老了，你会发现一生留下了太多的遗憾。一辈子就这样败给了一个等字！

为了不让人生留下过多的遗憾与悔恨，每个人都必须正视自己，果断

甩掉那个见鬼的“等”字，以主角的态度去处理工作、生活中遇到的所有事情与问题。不是他，就是你，你要去解决这一切，你要马上行动，行动起来后，你会发现，你的行动替你战胜了所有的恐惧与担忧，你的行动会给你无穷无尽的自信心。你越行动，你越有能力，你越能解决问题、做好事情，你的人生就有无限的可能。

工作上，我一直以执行力强被同事们所熟知，原因其实很简单，不是像大家说的能力很强，而是我感觉接触一个个陌生的领域让我有种莫名的压力，我怕自己等一等就失去了行动的勇气。所以我不想等，也不敢等，认定要做的事就会马上动手、立即行动，这让我受益匪浅。可以说，职场之路是一马平川，非常顺利。在本书里，我把自己的经历与感悟分享给大家，同时，我觉得我做得还不够，有时候还被同学、朋友嘲笑又犯拖延癌了。在此，希望能够用这本书讲到的道理与读者一起在前进的路上共勉，改变自己，完善自己，为了更好的未来。

第一辑 凡事都等，会让你输一辈子

犹豫不决是失败的前兆 / 003

你的遗憾是，别人在努力你在等 / 007

人的后悔和痛苦，大多源于等不及 / 010

凡事都等，注定一生平庸 / 013

与其过度思考，不如多做力所能及的事 / 016

混日子，注定你就是人生输家 / 019

第二辑 只等不做，你的梦想终将变成空想

你的梦想，会因为等而夭折 / 025

再宏伟的梦想，也经不住只说不做 / 028

再好的点子不实施，永远只是空想 / 031

珍惜今天的人，才有资格谈明天 / 034

远方，不在于等了多久，而在于走了多久 / 038

第三辑 傻等，就是白白浪费生命

及时表达爱，不要等 TA 不在了 / 045

为什么你不搬过去公司附近租房子住呢？ / 048

遇到问题及时解决，才能不被空想害了你 / 051

有效准备可以减少中断 / 053

羡慕别人的收获，不如从现在开始播种 / 056

第四辑 战胜拖延，你才有资本战胜自己

找到拖延的原因，毙掉拖延恶习 / 063

每天只做三件事，你的进步会吓到你 / 067

等外界环境变好，不如先让自己变好 / 071

战胜懒惰，才有资本战胜自己 / 075

相信自己，你将超越平凡 / 079

第五辑 做好准备，才能抓住机遇

早一个晚上做准备，笨鸟超越的武器 / 087

不做准备，你凭什么说你可以 / 089

先付出，才会有结果等你收获 / 094

别等伯乐，先认真干才会被发现 / 099

别等他人替你解决问题 / 103

第六辑 想到就做，成大事者不纠结

想到就做，别让他人的评价左右你 / 109

抓住商机的最好方法，就是想到就做 / 113

起点低、不行动，你将永远是个 loser / 119

让立刻行动成为习惯，就能无愧自我 / 123

不是你不行，只因你没去做罢了 / 125

搁浅计划，就是挥霍幸福 / 129

第七辑 善于利用时间，你就会离成功更近

- 多利用业余时间，你就会离成功更近 / 135
- 人生赶不上趟，只因你时间安排不当 / 139
- 优质的任务计划表，能让你高效完成任务 / 144
- 善用时间管理表，掌握时间管理的要领 / 147
- 放下三分钟热度 / 154
- 用好期限这个求生索 / 157

第八辑 欲速则不达，学会合理的等待

- 坚持、再坚持，你的成功会不约而来 / 163
- 只管拼命去做，你会离目标越来越近 / 167
- 等着干大事的人，请先处理好小事 / 172
- 当你努力够了，改变命运的机会就来了 / 175
- 想要高薪，就先证明自己的能力 / 178
- 找优秀者做榜样，定目标 / 184

第九辑 无论何时，请你做个努力进取的人

时刻提醒自己：别犯懒 / 191

每天荒疏一点点，最后会一事无成 / 193

办法总比困难多 / 196

勇于打拼，能帮你战胜逆境 / 199

任何一个目标，都需要行动来完成 / 203

轻易放弃，比无功而返更可怕 / 207

后 记

人生不会有那么多的第二趟班车 / 210

第一辑

凡事都等，会让你输一辈子

人生有太多不必要的等待，多少人败给一个等字。我们总是在等一个最好的机会，一个最好的日子，心情最好的那刻，人生最幸运的那一瞬，激情最多的那一刻，等来等去如果没有行动，最终我们也只能两手空空，留下数不清的遗憾与悔恨，只会想当初，早知道……这样的人生又有什么意义呢？

犹豫不决是失败的前兆

犹豫就是胆不够大，不敢冒风险，害怕自己做出不明智的决定。可是往往就是因为这种不敢决定的态度就让你选择了放弃，而放弃冒险的同时也放弃了机会，最终除了失败还是失败。

我们公司有个同事是天秤座的，说来也有意思，无论做什么事情，他都好像心中有个天秤似的，两边摇晃，举棋不定，这也令他失去了许多大好的机会。

有一次，公司派一批同事去香港出差学习一个月，生活、住宿费用自理。这位“天秤座”同事想去又舍不得花钱，犹豫了很久，最终还是不敢向前一步，他认为无缘无故花掉几千元不合算，还不如按兵不动，把钱存起来或者投资某个理财产品。

结果，那些接受了公司培训的同事陆陆续续都得到了公司提拔，这位犹豫良久最终按兵不动的同事还是在老职位上踏步踏。

再后来，又有一次不错的机会，总公司决定在好几个点开分公司，需要派出一些老职员去做办事点负责人。刚开始同事很兴奋，认为自己可以过过当老大的瘾了，后来转念想想，老大也不是那么好当的，

万一那边的人不服从安排怎么办？如果新的办事点工作开展不顺利怎么办，那不是自己的饭碗也丢掉了吗？他一直在纠结，同事们已经一个一个的派出分公司做负责人了。余下最后一个空缺时，总经理看他资历不错，想安排他去，征求他的意见时，他却还在犹豫不决。于是总经理安排了另一个主动请缨的新员工去挑战那个职位。

许多年过去了，那位资深的老同事因为公司业务变更，而他守着之前的经验，在之前的职位上不敢触碰新的业务，最终被公司开除了，并且久久找不到工作。后来，他逢人就说想当初自己有过多么好的机会，只可惜没把握住，便宜了别人，谁谁谁本来根本就不如自己。

有时候我们心里也清楚，并且很讨厌自己这种犹豫不决的处事风格，可是却不知道如何才能做出改变？说到底，犹豫就是胆不够大，不敢冒风险，害怕自己做出不明智的决定。可是往往就是因为这种不敢决定的态度就让你选择了放弃，而放弃冒险的同时也放弃了机会，最终除了失败还是失败。

人生无处不需要勇气，而怯弱却时时伴随我们左右，那些惯性的思维，那些常规理论，那些前人的经验时时刻刻在束缚着我们。哪些可为，哪些不可为，如果我们能够轻易区分开来，那么勇气就应当用在可为的事情上，才能取得令人心悦诚服的效果。那么，我们怎样才能最大限度征服我们内心的恐惧，改变犹豫不决的作风呢？具体说来，有以下几点可以尝试。

1. 了解我们究竟在害怕什么？只要搞清楚为什么会害怕，才能从根

源上解决你的问题。例如：我表哥是当老师的，他第一次走上讲台的时候，非常害怕，可是他却很理智告诉自己：“如果我不上讲台，我就不能当老师了，如果我上讲台，讲得乱哄哄的，大不了最差的结果也是不当老师。于是他硬着头皮上了。”表哥拿起指挥棒，本想指住那些单词告诉学生怎么发音，可他的双手就是不听使唤，抖动得厉害，始终点不中他要指示的单词。后来，他索性扔掉长长的指挥棒，直接用手指去点那些单词，一堂课下来，他一直担心学生对他的负面评价，可令人惊讶的是那些学生居然反映我表哥的课非常有意思，比别的老师有趣多了。其实很多时候，你的缺点与漏洞相对别人已经非常优秀，你害怕只是因为你的过分注意与计较。当你了解到这一切的时候，你也许会问自己，我当初在怕什么呢？这有什么好怕的？

2. 随时随地肯定自己，在心里给自己加油。如果你表演过节目，你一定会明白，上台之前你紧张得要死不活的，可一上舞台，全身心投入到自己的表演中，你就感觉不到胆怯了，反而可以做到挥洒自如，甚至自己都会震惊不已。如果你说没参加过任何表演，那你至少参加过考试吧？特别是那些对于自己来说很重要的考试，像高考之类，人生的转折点都在你的笔下。许多考生临考前都紧张得睡不着觉，吃不下饭，可踏进考场，随着紧张的答题，全身心的投入，那份担心，那份过度的胆怯早已经抛到九霄云外去了。通过这些切身的体会，告诉我们一个道理：克服胆怯，重要的是迈出第一步，当你付出了行动，你才能发现惊喜，其实你并没有那么害怕，只有行动才能帮你找到自信与自尊。

3. 只打有准备的仗。战场上有备而战，知己知彼就会多几分底气，给自己几分信心，从而一定程度上控制了胆怯的程度。如果你要去见一位很重要但从未见过面的大客户，你不妨多收集他的资料，身份、兴趣爱好、家庭背景等等，做到可放可收。

4. 强烈的心理暗示。不断告诉自己“我真的很不错！”“我一定能成功！”你不断地说给自己听，慢慢你的思维也会接受这个观点，也会认为你真的很不错，你一定会成功。鼓励自己同时可以增强你的自信心，也可转移注意力，放松过分紧张的心情，战胜胆怯心理。

5. 说出你的胆怯。当你实在方法用尽也无法摆脱胆怯时，你不妨大声说出来，你可以说：“我呀，紧张死了。我心里扑通扑通跳个不停，双眼好像看不到东西，舌头僵硬得不听使唤，喉咙也干。”别人不但不会笑你，反而会觉得你坦诚可爱，容易接触。

6. 表现出你的热情与友好。你可以用微笑、开朗来传递你友好的信息，注视对方，听别人讲话时不时点头等，你就会获得友好、善意的回报，当你惊奇地发现与人交流沟通其实非常简单容易的时候，你的胆怯便无形之中得到了缓解。

7. 做好最坏的打算，如果连最坏的结果你都不怕了，那你还有什么可怕的呢？放手去干就好了。哪个人没丢过丑，他要嘲笑，就让他笑，大不了让他笑个痛快，又能把我怎么样！有了这种出现最坏结果都不怕的想法，还有什么值得你胆怯的！

我们说要三思而后行，但是很多时候，并没有那么多时间和机会