

# 把时间当作朋友

作者：李笑来

## 目录

1. [简介](#)
2. [历次出版前言](#)
3. [序](#)
4. [第0章 困境](#)
5. [第1章 醒悟](#)
6. [第2章 现实](#)
7. [第3章 管理](#)
8. [第4章 学习](#)
9. [第5章 思考](#)
10. [第6章 交流](#)
11. [第7章 应用](#)

把时间当作朋友

版次：第三版

作者：李笑来

印刷版购买链接

- [当当网](#)
- [亚马逊](#)
- [京东](#)

阅读说明

本书定位——这不是一本什么样的书？

有些时候，有些事物，从反面描述比从正面描述更为容易。如若先仔细说清楚这本书不是什么，之后对“它究竟是什么”这个问题，可能就不言自明了。

这本书不是时间管理书籍

尽管本书的内容也包括任务管理等与常见“时间管理技巧”相关的内容，但是，本书主张时间不可管理、一切都靠积累。

更进一步地说，本书主张一个人必须在开启心智、提高思考能力之后，才能够用正确的方法做正确的事情。也只有这样，时间才是朋友，否则，它就是敌人。很多“时间管理技巧”并非无用，但往往由于使用者心智能力低下甚至尚未开启心智，致使那些技巧只能治标，不能治本，甚至既不治标，也不治本。

这本书不是成功学书籍

我不赞同大多数所谓成功学书籍里的观点及其论证方式。在本书的第1版中有个专门的章节，叫“小心成功学”，但在这次修订的过程中，因结构调整，已将其内容打散分布到相应的章节。所以，这本书里没有出现“小心成功学”这个标题。虽然如此，但我的观点从未改变：成功从来都不是人人都可以做到的事情，过去不是，现在不是，将来依然不是。基于比较的成功观，是伤人的、害人的。事实上，对年轻人来说，成长比成功更重要，而且，这才是人人都可以做到的事情，才是人人都值得追求的事情。而成长其实只有一条路——积累。

这本书不是心灵鸡汤式的书籍

这本书里没有安慰，因为这本书不是写给脆弱的人的——只有脆弱的人才不断需要安慰。现实是残酷的，生活是艰难的，无论什么样的时代，无论对哪一个层次的人，都是如此，对大多数年轻人来说，更是如此。人的理性建立在接受现实的基础上，不能接受现实，一切成长都是虚妄。只有坚强的人才能接受现实，只有接受现实，才有可能开始运用心智作出理性的决定，进而才有可能做时间的朋友（请重点参照“[现实](#)”一章）。

这不是一本讲大道理的书

我只不过是一名从业经验丰富的教师而已，并非所谓的“成功人士”。尽管字里行间可能透露出说教的神态，但，相信我，讲大而空的道理是我从很小就憎恨的行为。我只想把一些普遍困境的最佳解决方案用朴素的论述、详尽的说明、直接的方式传递出去。很多道理都非常简单，但却至关重要。现实就是这样，有用的道理往往都是简单的，甚至简单到令大多数人不由自主地忽视的地步。从另一个方面讲，这本书所传递的信息，原本只不过属于常识，可由于种种原因，并没有被真正普及、理解，实在可惜。

这不是一本随便翻翻就可以的书

随便翻翻就可以的书，不值得读。如果您拿到本书，只是想随便翻翻，那我还是劝您算了罢，因为那么做没什么意义。这本书里的很多文字，需要读者耐心读到最后再作判断，而非看到只言片语就进入抗拒状态，然后不由自主地断章取义——因为书中有很多观点和结论会与读者的现有看法不同，甚至相对。尽管这本书的第1版得到了非常多的好评，豆瓣上评分长期为[8.7](#)，甚至被列为[中国书刊发行业协会2010年度全行业优秀畅销品种](#)，可根据读者的实际反馈来看（尽管负面的很少，但往往更重要）：读不进，进一步因为读不进而产生误解的人很多。如有兴趣，读者可先阅读“[交流](#)”一章。读过之后您就会明白，有效沟通在一些特定的情况下究竟有多难。

### 第3版前言

2009年6月《把时间当作朋友》正式出版发行。于我来说，这多少有点意外。最初写这些文字的时候，我并没有出版的计划，只是基于分享的心态把这些文字发表在了我的网志上——当然，即便印刷成册，本书的内容依旧[全部在网上公开](#)。

《把时间当作朋友》第1版第1次印刷只有8,000册，可这8,000册竟然在上架的第一周售罄。这令我再次意外。更意外的还在后面——在接下来的一年半左右的时间里，这本书竟然重印12次！

这些文字最初是写给我的学生的，2007年年初开始陆续地写，大约用了3个月完成。到了年底的时候，因为网站数据库损坏，只好重新写过，文章系列的标题也从“管理我的时间”变成了“把时间当作朋友”。最初，我是想帮学生解决问题，到2009年6月本书正式出版之后才发现，这本书的主要读者大多是职场新兵，很多在校学生对本书内容并无兴趣。我只能猜测这是大多数在校学生经历不足、吃亏不够造成的——也许只有吃过大亏，才会有洗心革面的动力。

最令我意想不到的是，这本书是一本被动销量巨大的书。出版之后，我接到很多读者来信，他们说自己读过这本书以后，又买了若干本送给同学、同事、朋友，甚至亲戚。有的高中教师向学校申请订购几百本发给每一位学生，也有大学辅导员自费购买几十本送给班上的每一个人；盛大网络创新院的副院长郭忠祥先生干脆成批买来堆在办公室门口，谁来都可以拿一本；2011年1月，华为赛门铁克成都公司订购了4000本，发给公司的每一个职员……

好评如潮，当然是我求之不得的结果，但这更是一种压力。又因为这份高分出乎我的意料，它带来的压力就让我多少有些不安。我会为此不时认真阅读读者的每一则留言——重点看批评。有些批评缺乏道理，可有些批评确实令我汗颜。例如，有读者指出此书第1版的结构松散，并且善解人意地说：“网志文章集结成册的结果如此，很容易理解……”

事实上，2009年年底，就是本书第1版正式出版半年之后，我就有改版的愿望，却苦于事务繁杂、分身乏术，未能行动。2010年年初，修订了一些文字，更新了几个重要例子，增加了插图，权算第2版。那之后，我陆陆续续又写了很多文字，到2010年年底的时候，觉得无论多忙都必须重写，就有了现在的第3版。

在新的一版里，主要做了两点大的改动。

第一个改动是尽量剔除说教的腔调。虽然我不是科班出身，但也一口气从事教职10年之久，故而做到这点对我来说相当不易。但这是必需的，因为说教总是令人厌烦——无论它有没有道理，无论对于说教者还是被说教者。

第二个改动更为重要。在大量删减之前的内容后，又大量增补了关于学习、思考、沟通的内容，以充实“运用心智，获得解放”的主旨。原本在网志上写“想明白”和“我也有话要说”两个系列的时候，我计划着写两本独立的书。但最终我还是决定将这两个系列的精髓合并到《把时间当作朋友》的新版之中，因为多出版一两本书不是我的目的，我的目的是把我认为应该传递出去的内容传递出去。

同时，我的另外一本书《人人都能用英语》也即将出版发行。《人人都能用英语》相当于《把时间当作朋友》的“特定领域实践版”。如果说“把时间当作朋友”的方法就是“用正确的方法做正确的事情”，那么在《人人都能用英语》中，“正确的事情”就是“习得”英语，“正确的方法”就是“用”。

经过一段挣扎，我终于在2011年2月2日晚（大年三十）完成了新版的组织与创作，之后又用了两年多的时间润色与完善，如今正式出版，算是了却一个心愿。写字的快乐并非来自表达，而来自这些文字所带来的改变——无论是对读者还是对自己，无论是对周遭还是对内心，都是如此。这本书里的每一个字，无论是删掉的还是增加的，都给我带来了巨大的快乐。希望它们对您亦能产生真正的帮助，进而改变我们的生活。

李笑来

2013年8月于北京

第2版前言

岁月如梭。

转眼间《把时间当作朋友》正式出版发行已经整整一年。在这一年里，这本书给我带来了无数的意外。

我在写这本书的时候，目标读者群体是学生，可事实上，这本书在另外一个我之前未曾想到的读者群中反应更为热烈——在职场上打拼过一两年的新人。当然，现在我已经可以理解个中原因：因为这本书所讲述的一些道理是需要一定的经验和挫折才能真正理解的。对尚未做过什么实事，尚未遇到什么挫折的人来说，这些道理看起来是那么简单、那么明显，乃至和废话差不多——而所谓“越早醒悟越好”这样的言词，对他们来说是相当地苍白；所谓“苦口婆心”的态度，对他们来说是相当地腻歪。

事实上，我自己一直清楚，如若不是在今天这个时代，这本书很难面世。

有些道理就是很难传播——因为人们只传递自己认同的东西。有些道理就是不大可能被多数人认同，于是，即便它再合乎逻辑，再怎么有用，也不是很容易传播。这个时代是伟大的——因为互联网。互联网的存在以及网志引擎（我用的是WordPress）的流行，其巨大意义并不仅仅在于它们降低了信息传递的成本（网络出版成本几近于零），更在于它们增加了信息流动的速度和广度——乃至《把时间当作朋友》在不经意之间已经获得相当的认同。网志文章的点击量和读者留言的数量与质量都在起着促进信息传递的作用。

时至今日，在豆瓣上《把时间当作朋友》目前已经超过5000人参与评价，平均评分为[8.7](#)；一直在时间管理、自我管理分类中排名第一。短短的一年时间里，这本书竟然重印8次。

出版第一年就重印8次，当然可以当作吹牛的资本。然而，事实并非和我当初所想象的一样。这本书的畅销，很可能与你我所知道的“畅销”并不全然相同。这本书的内容是在我的网志上百分之百公开的，很多读者在读过电子版后，依然购买纸质版收藏。还有相当多的读者，买一本读过之后，再买若干本送给朋友、同学、同事。西安有一位中学教师张小姐，一口气买了45本送给自己的全班学生，而后来她的一位同事，也买给自己所有的学生。最夸张的可能是盛大网络创新院的郭忠祥先生，“一捆一捆”地送，究竟送给盛大同事多少本，已经想不起来了……

也就是说，这是一本“被动”读者很多的书。

有一个小插曲。2009年12月初，有读者来信告诉我，豆丁网上竟然提供我的若干本书的“收费下载”——《托福核心词汇21天突破》、《TOEFL iBT高分作文》、《新托福iBT词汇分类突破》、《把时间当作朋友》。事实上，我的书的内容全都是百分之百公开的，都发布在我的网志上，无需任何费用。然而，竟然有人以单本收费5.8元人民币的价格将它们出售！我发了篇网志求助。北京的律师李刚先生为我写了律师信，与豆丁网交涉。后来豆丁网撤掉了那些收费下载链接。我常想，那些付费下载的人，看了书之后会不会有所进步，知道“学习是最节省时间的方法”呢？学学如何使用Google，起码就能把这些钱省下来了么？

经常有人在各种场合问我：“你把你的书全部公开了，我想知道你真正的目的是什么？”我懒得回答。2010年4月10日，我应郭忠祥先生到盛大演讲的时候，有位听众说：“非常抱歉，我没有买你的书，因为有电子版……”我打断他，说：“我本来就没指望用这本书赚钱。”听众给我掌声，针对这掌声，我没再接着说什么，可事实上我觉得实在没必要用掌声回应我这句话——有些人在有些事上毫无功利心，这有什么奇怪的吗？

我只是写了字而已。还有那么多读者自己掏腰包买来送人呢，他们用的可是真金白银。

但愿岁月如歌。

李笑来

2010年5月于上海

### 第1版前言

无论是谁，都最终在某一时刻意识到时间的珍贵，并且几乎注定会因懂事太晚而多少有些后悔。病了要投医，病急了就很可能乱投医。可是书店里各种各样的关于“时间管理”的书籍多半于事无补——至少这是我自己的经验。一方面是束手无策，另一方面是时间无情地流逝，恶性循环早已经形成——要做的事情越来越多，可用的时间越来越少；而因此时间越来越珍贵，时间越来越紧迫；时间越珍贵就越紧迫，时间越紧迫就越珍贵……压力越来越大，生活成了一团乱麻。

时间是个问题，可是“管理”它却不是正确有效的方法，因为那是几乎做不到的事情。之所以后来换成这个名字，在于“把时间当作朋友”更能体现本书的实质。我自己也是在写作的过程中才清楚地意识到“管理时间”的说法有多么荒谬。人是没办法管理时间的，时间也不听从任何人的管理，

它只会自顾自一如既往地流逝。“管理时间”只不过是人们的一厢情愿而已。换言之，人类能做的事情顶多只不过是发明改进测量时间的工具而已，根本没有任何办法去左右时间。

终于有一天，我对自己说：“承认了吧，你对时间的流逝无能为力。”那一刻的醒悟，感觉就像凤凰涅槃一样浴火重生——这个说法多少有些矫情，但又确实过于准确而无可替代。那一瞬间，我已经30多岁——还好，并不算太晚。

要管理的不是时间，而是自己。人们生活在同一个世界，却又各自生活在自己的那个版本之中。改变自己，就意味着属于自己的那个版本的世界将会随之而变，其中也包括时间的属性。开启自己的心智，让自己能够用最可能准确的方式思考、观察、记录、总结、分享和行动，那么自己的时间就会拥有不同的质量，进而整个生活都必然因此焕然一新。

人生的幸运在于能够“用正确的方式做正确的事情”。而什么是正确的或者更好的方式，什么事情真的值得去做，需要运用良好的心智才能作出尽可能准确的判断。若真的做到“用正确的方式做正确的事情”，那一瞬间，时间无须管理（当然就算想管其实也没人能做到），它是你的朋友，陪你亦步亦趋走到最后的朋友。

我终于明白为什么过去读过的那么多“感觉上有道理”的文字却最终“感觉上并无帮助”了。也许是自己被误导了，也许是过去太愚钝，我竟然没有意识到“管理”的焦点根本就不应该是时间，而应该是我自己！过去我读过的许多时间管理书籍里的方法肯定是（至少应该是）有用的——就好像是巧匠手中的工具，不可能没用。武侠小说里的那些江湖高手，手拿一根树枝也一样可以横扫天下，可是对一个手无缚鸡之力的人来说，给他干将<sup>1</sup>也罢，莫邪<sup>2</sup>也罢，又有什么用处呢？

找到问题的根源，就真的有了希望。

李笑来

2009年春于北京

<sup>1</sup>. 干(gān)将(jiāng)、莫(mò)邪(yé)均为古宝剑名。相传春秋时期吴人干将与妻莫邪善铸剑，二人耗费三年时间为吴王阖闾铸得阴阳二剑，锋利无比，雄剑名为“干将”，雌剑名为“莫邪”。后因此以“干将”和“莫邪”代称利剑。参见 <http://zh.wikipedia.org/wiki/干将莫邪>。↵

<sup>2</sup>. 参见注释<sup>1</sup>。↵

## 序

人生是马拉松，胜者不一定是跑得最快的

人们常说“要与时间赛跑”，我却觉得自己一直被时间追着跑，被迫得死去活来。1977年国内恢复高考，当时的我俨然已到而立之年，时时刻刻都恨不得把一分钟掰成两份。要做的事儿太多，要学的东西汪洋一片，不舍得浪费哪怕一秒钟时间，因为被迫浪费的已无法追回，用现在的话来说就是“沉没成本”早已无法承受。回想当年，那滋味总令我百感交集，那时候连洗衣服或者哼首歌的时间之于我都是莫大的奢侈。有电的时间是用来学习的，只有等到熄灯之后，在黑暗中边洗边唱，就算是享受了生活。

为了追求出国求知的梦，就要从零开始学英语。当时的英语学习环境不比现在，没有五花八门的教材，没有录音机，词典也只有一种。背词典不是因为理想远大，而是因为实在别无他法。每天手抄一叠卡片，随身携带，但有片刻闲暇就要摸出来背诵。我的发音有多差是出国之后才知道的，因为我说出来的英文要反复多遍才能使教授听懂个大概。而出国前却根本顾不上脸面，走路都在大声地“自言自语”，读错了也没有人知道。然而，就是这样“摸着石头”渐行渐远，最终竟然也“过了河”。

总算是有幸，我最终于20世纪80年代前往美国斯坦福大学攻读博士，转瞬间结识了来自全球各地见多识广、基础扎实的同学们。那时的我已经36岁，又感觉时间在后面紧紧追赶，令我无法有片刻停歇。硅谷是创新的沃土，也是全世界精英的汇集地。刚刚从中国走出来的土里土气的我，只能靠专心做事去搏出自己的一番天地。越是勤奋的人越输不起，越是输不起的人越勤奋。好像不知不觉穿上了水晶鞋的灰姑娘，我与那个氛围里的其他人一样，赤手空拳地努力，靠勤奋与勇气希望自己能够打拼出一番天地。

从1990年开始我的创业生涯（Future Lab<sup>1</sup>），直到后来WebEx<sup>2</sup>公司在2007年成功以32亿美元出售给思科公司，其间转瞬已经17个年头。春秋轮换之间，无数风风雨雨，实际上未有片刻一帆风顺。其中的甘苦滋味，并非不愿讲述，而是因太多太杂无从说起。我不是最聪明的人。想当年，先后进入网络会议系统领域的公司有几百家，可想而知有多少绝顶聪明的人投身于该创意。然而，人生就好像是马拉松长跑，最后的胜者是那个最能坚持的人。17年间，无数的公司进进出出，无数的人来来往往，现在回头一看，掉队的竟然都是聪明人，留下我一个当初土里土气、傻头傻脑的人跑到最后。

读过笑来的《把时间当作朋友》后，我这个已步入耳顺之年的老家伙豁然开朗——原来我一直以为我被时间追着跑，其实竟然是不知不觉之间有了时间这个朋友作保镖。喜欢笑来深入浅出的文字，更喜欢与他交谈，话语之中他总是可以好像不经意却又精准异常地说透根本。有一次，笑来提起，“人们知道朱敏是从思科<sup>3</sup>花了32亿美元收购WebEx那一刻开始的，而全然不知之前的种种困境。”这个我有深刻的体会。用他的话描述就是“人们倾向于只看到贼吃肉看不到贼挨打……”

以我个人的体会，我非常鼓励每个年轻人能花上几年时间到国外走一走，学一学。教育的根本其实只不过是“见多识广”。然后，再用五到十年时间定义一个属于自己的人生方向，为之奋斗，为之坚持，不知停歇地努力上十年二十年。有些成功靠运气，可是持续的成功却与运气无关。希望每位读到此书的年轻人，能够重塑自己的心智，洗尽这个时代在你们身上烙下的浮夸、急躁的印记，在人生这场马拉松中跟我一样坚持到底，永不放弃，获得最后的成功。希望我在耳顺之年，能在科技世界与国际教育事业上与君共勉。

朱敏

赛伯乐（中国）投资公司 董事长

2009年4月于杭州

<sup>1</sup>. 美国未来实验室公司。1991年创立，其主要产品是一个基于互联网网络的“会议演示沟通系统”。1996年，Quarterdeck以1300万美元的价格收购了Future Labs。↵

<sup>2</sup>. 美国网讯公司。1996年创立，后成为全球实力最强的网络互动服务和网络会议中心系统服务供应商，也是中国留学生在美国创立并成功上市的第一家企业。↵

3. 思科公司 (Cisco Systems, Inc.)，全称“思科系统公司”。1984年创立，是互联网解决方案的领先提供者，其设备和软件产品主要用于连接计算机网络系统。[↩](#)

希望时间也是我的朋友

记得上次给笑来的《TOEFL核心词汇21天突破》写序，转瞬间已经是6年之前。我于1993年创建新东方，至今已有16年。时间过得太快，真应了那句话——人生犹如白驹过隙，瞬间而已。

人生苦短，去日苦多。每个人都想掌控时间这个最重要的资源，可实际上总是无能为力。有很多媒体记者在采访我的时候都会问一些相同的问题：新东方的未来是什么？新东方打算走向何方？坦率地说，这都是不好回答的问题，我也从来没有明确的答案。很多人都以为我雄才大略，胸有成竹，而实际上我常常是捉襟见肘，十分狼狈。新东方从过去走到现在，一直是顺其自然发展而已，我从来没有设计过她的未来，更加没有“五年计划”之类的东西。商业世界瞬息万变，我觉得制定了计划也不一定管用。新东方只懂得风雨兼程，勇往直前。至于最后会有一个什么样的结局，已经不在我们应该担心的范围之内。我相信：只要方向是对的，哪怕道路再曲折，也终将能够走到我们心中的目的地。

再往前追溯一点。当初我自以为自己考上江苏师范学校就不错了，结果却考上了北大。又比如，当初我只是为了出国去考托福，结果美国人一下子就看出我是准备出去混日子的，虽然肯录取我却不肯给我一分钱奖学金。没钱去留学，只好留在国内教别人考托福，竟然靠着这个出了名，创了业。动机是一回事，预期是一回事，而结果往往又是另外一回事。

人生充满了不确定性和戏剧性，但有一件事是确定的——时间只与那些努力的人做朋友。笑来肯定不是我见过的最聪明的人，但他一定是很努力的人。他在新东方执教期间，除了桃李无数之外，还写过两本非常畅销的书，除了前面提到过的那本之外，还有《TOEFL iBT高分作文》。这些都可以证明他的努力，他的勤奋。读过笑来的新书《把时间当作朋友》，感慨他是个用心的人，也为他肯把自己用心积累的感受写出来与学生、朋友分享而感动。

能够登上金字塔顶端的只有两种动物，一种是雄鹰，一种是蜗牛。雄鹰拥有矫健的翅膀，所以能够飞到金字塔的顶端，而蜗牛只能从底下一点一点爬上去。雄鹰飞到顶端只要一瞬间，而蜗牛可能需要爬很久很久，也许需要坚持一辈子才能爬到顶端，也许爬到一半滚下来不得不从头爬起。但只要蜗牛爬到顶端，他所到达的高度和看到的世界就和雄鹰是一样的。我们大部分人也许不是雄鹰，但是我们每一个人都可以拥有蜗牛的精神。我们可以不断地攀登自己生命的高峰，终有一天，我们可以在无限风光的险峰俯视和欣赏这个美丽的世界。无论是雄鹰，还是蜗牛，因为勤奋和努力，它们就有了时间作为自己的朋友，每一分、每一秒，它们的生命都因此有了它们自己确定的意义，而非虚度。

做人要勤奋，做人要执着，但做事不一定要图快。马跑起来比骆驼快，但骆驼一生走过的路却是马的两倍。没有人见过在沙漠里狂奔的骆驼——除非那头骆驼疯了。我喜欢笑来的观点：一切都靠积累，一切都可提前准备，越早醒悟越好。人的一生是奋斗的一生，但是有的人一生过得很伟大，有的人一生过得很琐碎。如果我们有一个伟大的理想，一颗善良的心，我们一定能把很多琐碎的日子堆砌起来，变成一个伟大的生命。但是，如果每天庸庸碌碌，没有理想，从此停止进步，那么我们未来的日子堆积起来将永远是一堆琐碎。所以，我希望这本书的所有读者都能把自己每天平凡的日子堆砌成伟大的人生。

俞敏洪

新东方教育科技集团 董事长

2009年3月于北京

## 第〇章:困境

### 1. 问题

□

或许因为考试临近，或许因为工作需要，你现在必须把一本书读完。这本书的内容不是轻松的文字，所以不能一目十行——它需要你认真阅读并理解，甚至可能要求你根据它所陈述的原理或者规则进一步创造一些什么，才算真正“有所收获”。

经过一番挣扎，你终于决定“正式开始”！你坐到喜欢的沙发上，打开常听的音乐，翻开书的某一页开始看。

过了一会儿，你突然觉得自己非常渴，想要找水喝。你打开冰箱顺手拿出一瓶饮料，倒进杯子。刚喝了一口，你一下子想起来：不对，不应该喝这种含糖的饮料！真是的，无论说多少次，妈妈都不会记得把含糖的饮料和不含糖的饮料分开放！于是，你跑到妈妈的卧室，与她“理论”了一番，最终发现于事无补，只好一个人悻悻地回来整理冰箱。

你重新回到沙发上，接着看你的书。看了一会儿，你换了个姿势。不巧压到了电视遥控器，电视一下子亮了。这位节目主持人恰好是你最喜欢的。哇，今天她这身打扮真漂亮！不过今天的话题怎么这么无聊？！你还是不由自主地看了一会儿，又顺手用遥控器翻了翻其他频道……幸亏这时一连几个频道都没有好节目，你才停下来，有点失望地想：现在的节目真的很无聊，还不如看书呢！

嗯？怎么这么渴？你这才想起来，整理冰箱前，你把那杯含糖的饮料放在了妈妈的桌子上，却忘了重新给自己倒一杯不含糖的饮料，就直接回到了沙发上。于是你再次起身去弄喝的。喝了两口，你突然想起来你现在正喝的饮料是你最喜欢的——第一次约会的时候，你喝的就是这种饮料……

手机响了，是一条短信。一个朋友问：“你在干嘛？”你没好意思说你在学习，只是含混地说，你病了，在家休息，不想出去……结果朋友竟然打电话过来慰问，你只好支支吾吾地应付了一阵子。

挂了电话，你又回到沙发上。想了想，还是换一下背景音乐吧，现在这首听上去太伤感。于是你扭身摆弄了一会儿音乐播放器，然后重新坐好开始看书。

过了好一阵子，你突然意识到自己刚刚在发呆。打了个寒颤，你下意识地看了一下表——天哪！已经过去两个小时了，可是你连一页书都没看完！

以上的描述，说的肯定不是你，但那场景你一定很熟悉。

终于，在某一刻，你失声惊呼：“没时间了！”

这尴尬，无论是谁，要么已然经历，要么将会经历，没有例外。这尴尬一旦出现，必然压力无比巨大，而且来自四面八方。这种巨大的压力所造成的恐慌，往往可以使当事人做出荒诞不经、让其他人匪夷所思的决定：自相矛盾、自我欺骗、孤注一掷、痴心妄想……诸如此类，不一而足。

完成任何任务都需要一定的时间。同时，任何任务都最好或必须在某个特定的时间点之前完成，即，任务都有一个最后期限。而且，只要是必须完成的任务，不管是否已经开始执行，最后期限就在不断迫近，因为时间永不停歇。

“最后期限”在英文中对应的是“deadline”，一个特别生动形象的词：届时未完成者死！

□

问题好像很简单，看起来无非有以下几种情况。

- 没有按时开始执行任务。
- 错误估算完成任务所需时间。
- 在任务的执行过程中出现了差错。

果真如此的话，那么解决方案好像也很简单。

- 按时开始执行任务。
- 正确估算完成任务所需时间。
- 在执行任务的过程中不要出差错。

可事实上问题并非如此简单，否则也不会让那么多人一生都束手无策。

## 2. 慌乱

我教过很多学生。他们中的绝大多数都一样，压力刻在额头，匆忙写在脸上。他们身上充满了矛盾——他们“既勤奋又懒惰”。

除了讲课，我还经常要到全国各大高校做讲座，因此每年在我面前流动的学生人数保守估计超过两万。

他们很勤奋，每到周末都要起个大早，在上午八点半之前挤公共汽车赶来上课，中午要吃既不价廉又不味美的盒饭，下午要在一个充满各种味道的教室里继续上课。他们也许会玩电子游戏，但显然比那些只玩电子游戏的人更勤奋；他们也许会喝酒打牌，但显然比那些只喝酒打牌的人更努力。

可与此同时，他们也随时展露懒惰的倾向。我教得最好的课程是作文。我很少在课堂上讲语法、词汇、修辞之类的东西，因为这些内容学生可以自学或者很容易自学。我更喜欢讲思维方法，我认为这才是教学的关键所在。只有想清楚了，才有可能写清楚。想不清楚，甚至连写出来的必要都没有。讲作文课也是我最开心的事情之一，因为作文课实际上是思考课。自己思考本身就是件很快乐的事情，而教别人思考则是学习思考、锻炼思维的最好方法。我的学生也很开心，因为他们听懂了我对他们说的话：“只有学会正确地思考，才意味着真正进化成人。”

没有人愿意做猴子。

终于，有一天，我还是被一名学生“打败”了。

那天下课之后，一个男孩捧着我写的那本非常畅销的《TOEFL iBT 高分作文》让我给他签名。我签了。然后他说：“老师，我可不可以问你一个问题？”我笑着说：“你现在可以直接问第二个了。”他说：“老师，你说，如果我把你这本书里的作文全都背下来，在考场上默写一篇，会不会被判雷同呢？”当时我一下子失去了耐心，尽管没有发火，但语气里肯定有一些东西：“那你说呢？！”那个男孩脸红了一下，迅速走了。

我快被他弄疯了。难道我的课讲得这么没有效果吗？我上课时那么卖力地对他们讲道理：“作文，当然要自己写；就算有范文，也是用来参考的。”而且我很确定，我在《TOEFL iBT 高分作文》的前言里花费了很多笔墨去讲解如何参考范文而不是照抄范文。抄袭别人的文章当然会被判为雷同——这还用问吗？！结果怎么会是这样？

可是，竟然决心背下这本书里所有185篇文章的学生，又怎么可能是懒惰的呢？

更要命的是，不止一个学生曾经这样问，所以这肯定不是个案。

经过反复询问，认真观察，我终于明白了——很多学生“既勤奋又懒惰”的怪异现象来自他们对“时间压力”的感受。“没时间了”或者“时间不够了”的恐慌，使他们超乎寻常地勤奋。哪怕只是虚假的“勤奋”，一样能让他们恨不得废寝忘食。而同样的感受，也使他们终日不忘寻找捷径，美其名曰“提高效率”，而实际上却想着“最好不费吹灰之力”。无论哪一种行为，都肯定是不现实的，因为已经“没时间了”——这才

欢迎访问：电子书学习和下载网站 (<https://www.shgis.cn>)

文档名称：《把时间当作朋友》李笑来 著.epub

请登录 <https://shgis.cn/post/597.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

