

Encouragement

出生正统又敢于玩弄规则的人

Img

刘嘉：

体力问题>技巧问题←

相对于技巧：**勤奋+眼光+思想** 更加重要←

←

数学竞赛是一种假象，那道题的技巧之所以那么精彩，是因为出题者设计精彩，真实的世界问题没有那么巧妙。←

←

智慧主要体现在明智的选择和开阔的眼界←

对于工程领域：见得多、做得多←

←

说到底，**只有勤奋才能让你走得更远！**←

2010年7月，创办小米3个月以后，雷军在一次公开发言中称“用手术刀将自己解剖了一遍”，总结反思了自己近20年的经历，并分享了五条体会：

第一条：懂得顺势而为，绝不要做逆天而动的事情；

第二条：颠覆创新，用真正的互联网精神重新思考；

第三条：人欲即天理；

第四条：广结善缘；

第五条：专注，少就是多。

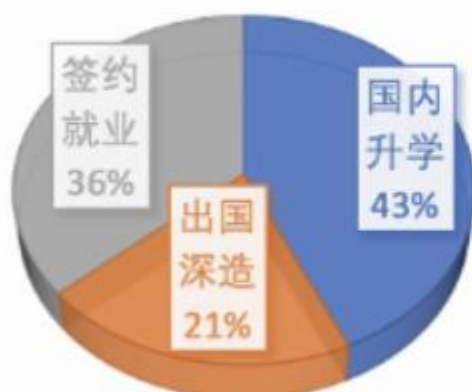
创业典型

易晓磊：量邦信息科技（北京）有限公司（新三板）

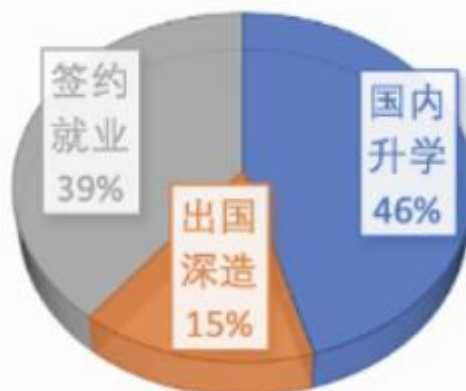
王信文：莉莉丝科技（上海）有限公司

韩振杰：苏州乐米信息科技有限公司（新三板）

刘靖康：Insta360（深圳岚锋创视网络科技有限公司）



南京大学2018届本科毕业生
(就业率100%)

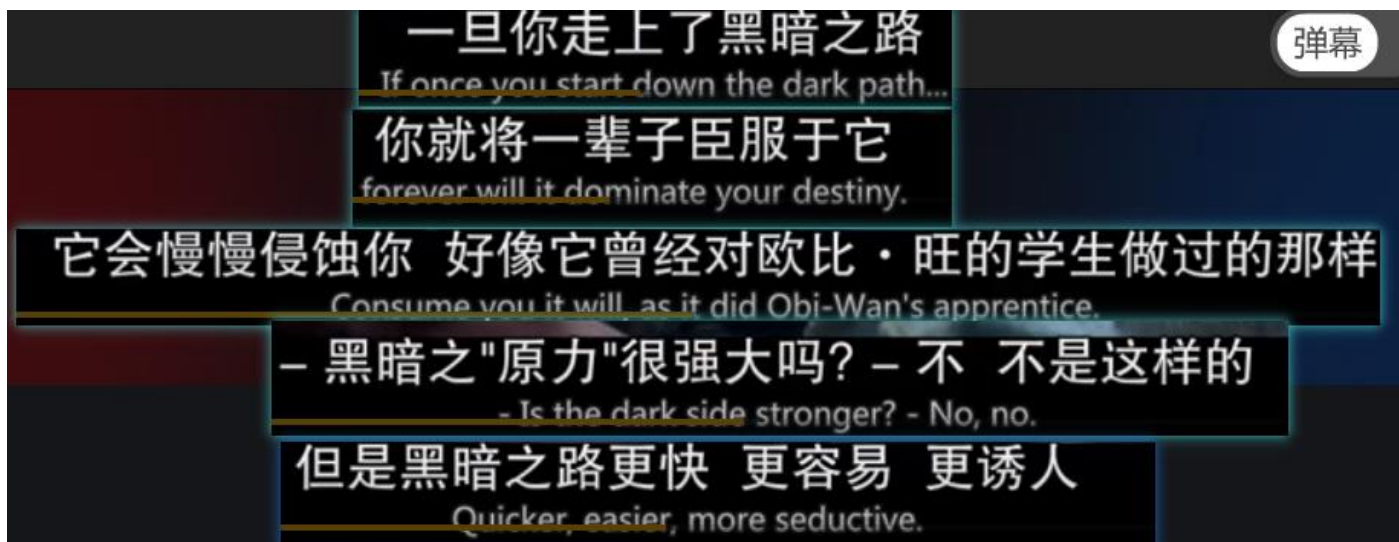


南京大学2019届本科毕业生
(就业率100%)

“流星划过夜空时，会给这个世界带来的美丽，还有一颗勇敢的心。”

——刘靖康

Do or do not ,there is no try



一个人没出息的 9 大根源

- 总找借口，永远有找不完的理由：22%

王尔德：“你一旦为自己找到一个错误的借口，你不久就会再为自己找到一百个借口。”

做错一件事，就得用无数个借口补充漏洞，再用无数个借口解释借口中的漏洞。

想干事的人永远在找方法，不想干事的人永远在找理由。

- 恐惧，畏惧失败就是毁灭进步：19%

“即使在整件事当中有些事是成功的，但是你往往选择性地忘记这些事，而去牢牢记住自己失败的事，并心生恐惧，觉得自己的成功是侥幸，那么失败就是一种必然。”

其实失败是人生的一种必要的过程，也是一种必要的投资。

“对于冠军的定义，不是看他们赢过多少场比赛，而是得看有多少次他们能跌倒后重新再来。”

如果人生必然存在失败，那么就要赶紧失败。

失败是为了寻找更大的可能，从而做更好的自己。

- **犹豫不决，谨小慎微的懦弱：13%**

歌德说：“犹豫不决的人，永远找不到最好的答案，因为机会会在你犹豫的片刻失掉。”

果断是人生中的一张关键牌，所有的犹豫不决，都是执迷不悟。

- **拒绝学习，你不废柴，你只是不想学习：11%**

“我不断地看到有些人在生活中越过越好，他们不是最聪明的，甚至不是最勤奋的，但他们是学习机器，他们每天夜里睡觉时都比那天早晨聪明一点点。”

不希望你“碌碌无为，却安慰自己平凡可贵”。

- **拖延，计划很丰满，执行很骨感：9%**

99%的年轻人都靠“截止日期”活着。

“很多时候我们为什么嫉妒别人的成功？正是因为知道可以做成一件事又不愿意去做，然后对自己的懒惰和无能产生愤怒，只能靠嫉妒和诋毁来平衡。”

决定人生高度的，从来不是一个完美的计划，而是一念即起的执行力，没有执行力一切都是零。

- **三分钟热度，你的失败大都来源于半途而废：8%**

世界上绝大多数的失败，其实都源自半途而废。

“职人的精神就是一辈子只做一件事，并且把这件事做到极致。”

世界上最幸福的事情，莫过于经过自己的坚持和努力，所有的东西都变成了你想要的样子。

- **害怕被拒绝**，厚重而脆弱的自尊：7%

阿里巴巴：“要皮实，不要玻璃心，事情过了就过了，不能变成心里的一个结。”

“以前很怕别人拒绝，更怕别人轻慢，年龄越来越大发现，**被拒绝是认识世界的一种方式**，**被轻慢更是认识自我的最好方式**，用这个角度看问题就再也不会难受，不会尴尬。

一无所有不可怕，可怕的是有一颗玻璃心。

别让无谓的自尊，断送了你的前程。

所有的痛苦和委屈，不过是为了以后能更好的站起来，挺拔的生活着。

- **自我设限**，杀死自己的潜能力：6%

跳蚤实验

其实人也一样，生活中很多人也在过着“跳蚤人生”。

阿甘正传：

“你以后想成为什么样的人？”

“什么意思，难道我以后就不能成为我自己了吗？”

罗斯福：“没有你的同意，没有人让你以为你低人一等。”

- **逃避现实**，白日梦患者：5%

这个社会流行一个词：佛系。

仔细想想，这些“佛系”似乎并非“真佛”，更像是一种逃避现实的“鸵鸟心理”。

人，可以逃避现实，但是不能逃避人生。

成功 4 要素

意志、勤奋、得法、机遇

- 不要高估“拼二代”的意志力

永远不要高估你的意志力

许多最需要努力奋斗的穷学生，反而是最喜欢浪费时间、同时又最纠结的人。

“穷人更喜欢把时间浪费在肥皂剧、无聊的节目上等等”

第一件事，请先问问自己，想要成功的毅力到底有多强。

保持意志力最重要的是，去找到你“为什么而努力”，去积累奋斗的第一股动力。

- 勤奋：老办法往往是好办法

当没有资本、没有人脉、没有机遇，什么都没有的时候，那就回到老办法——勤奋。

工作里，别怕比别人多干活；

下班后，别吝啬多学几样东西；

什么东西不会，就不要不好意思去问；

什么东西做不好，就多做几遍把它做好……

全中国十四亿人，你要达到中间阶层，不是超越了一半的人，而是，超越了百分之九十的人。

人类阶层是呈金字塔形分布的，你要从塔底走到塔尖，那是要真刀真枪去拼的。

- 得法：学会不断改善

得法不是要最快、最简单、最轻松、最省力，而是能不断改变自己的想法和做法，去不断适应新的情况，不断改善的人。

你给自己定了一个目标，过程中，你应该持续地去关注、思考和总结自己的行为。当你发现还有更好的方法的时候，请随时做好改变的准备。

- 机遇：只出现在临界点上

以多数人的意志力之薄弱，努力程度之低，所用方法之拙劣，轮不到机遇来找到他们，或者机遇到了面前，也一样抓不住。

有一群人，他们从偏远的大三、人迹罕见的乡村中走出来。读大学要走绿色通道，从未进过电影院，不敢谈恋爱，没吃过西餐，毕业以后还要还助学贷款。(It's Me)

在中国，一定要了解宏观政策

FM 迷茫篇

你不对自己下狠手，这个社会就会对你下狠手

真正让人变好的选择，过程都不会让人很舒服

大的成功一定是将一些方法论或事情做到了极致

当你攒够了钱，这个世界就会对你很温柔，你也不会患得患失，生怕被人辜负，即便有钱不一定幸福，但离开谁你都能从容开始。钱虽然很俗，但这个世界都在为钱让路，因为它会让你底气十足。

迷茫只是理想太远大，无法下手。

爱上学习

不得不说，我们绝大多数人，都没有那么强烈的渴望改变、渴望有钱、渴望有地位、渴望有尊严，学习对我们来说，也就没有那么重要的意义。

爱上学习的方式：

1、第一阶段：向前看齐，激发对金钱的渴望

方法一大堆知道很多大道理，然而还是三天打鱼两天晒网。原因在于：还不够惨、还不够穷。人们为了自我保护，喜欢蒙蔽自己，觉得自己的生活还不错，比上不足比下有余。

如果没有动力，就把赚钱当做第一目的。

想象自己每读完一本书，自己的储存账户就会增加多少虚拟货币。

20 多岁的年龄，最容易迷茫，没钱、没背景、没资源，虚度年华，等到 30 岁时又后悔莫及。

2、第二阶段：逼自己学习。

要设定一个目标，不完成誓不罢休，死不罢休

3. 第三阶段：先前看齐：寻找榜样的力量

选择学习，就不能选择其他的，这是你必须付出的机会成本

你是要选择片刻的安逸，还是要选择长久的安逸

心理学：知识的诅咒——当我们知道一件事时，很难想想不知道这件事的人是怎样一种心理，我们默认他们知道这件事

所以我们不知道一件事，也就无法想象这件事的好处，学习也一样，我们难以想象学习的好处，所以人们很快放弃看不到好处的东西。

4、第四阶段：组队学习，或者找一个私人教练

只有逼自己一次，达到顶峰体验过这种巅峰的感觉，你就不会允许你自己失败，而又足够的动力，去克服学习障碍。

20 多岁做什么可以受益无穷？

1. 围剿式学习：通过观察对方的沟通、演讲、写作方式等所有优点，学习他们的思维方式，学习他们所拥有的技能，学习别人最有优秀部分。

2. 真诚和诚信很重要。真诚是领导力的真谛，诚信是商业的真谛。

3. 父母长辈正在逼近死亡，他们担心被世界抛弃、担心在自己儿女生活中扮演不了什么重要的价值。所以，不管多忙，能多打一个电话就多打一个电话、能多在一起吃一顿饭就多在一起吃一顿饭。

1. 不惜一切代价完成目标

2. 输出很重要。多了书，读了不用就当没读，所以不妨做一点输出。注册一个微信公号，或者知乎专栏，博客。把自己读书的感受记下来。

3. 多与人交流，多去了解不同的人的生活和想法

多交流不仅锻炼口才，更能发生思维的碰撞，恩昂你更了解自己，懂得他人的思想

10 habits of mentally strong people

West Point Military Academy

西点军校——没有强大内心的人没资格谈人生：

1. 即便已经一败涂地，但依然要坚持奋斗

2. 你必须晚点吃棉花糖——抵御诱惑，耐心和延迟享受

3. 即是犯了最傻逼的错误，也要无所畏惧不断尝试，直到成功。

成功的企业家：

1. 从不害怕失败

2. 从不害怕别人是怎么看他的
4. 你必须控制自己的情绪
5. 你必须打那个你不想打的电话，做你不想做的事
6. 必须毫不迟疑的追随直觉（前提是你已经分析了情况）
7. 即是全世界都反对，你也要勇往直前
8. 不管有多急多累，你都要慢慢来
9. 你必须善待你的敌人
10. 你必须对你的所作所为负责

1. You have to fight when you already feel defeated.
 2. You have to delay gratification.
 3. You have to make mistakes, look like an idiot, and try again – without even flinching.
 4. You have to keep your emotions in check.
 5. You have to make the calls you're afraid to make.
 6. You have to trust your gut.
 7. You have to lead when no one else follows.
 8. You have to focus on the details even when it makes your mind numb.
 9. You have to be kind to people who are rude to you.
 10. You have to be accountable for your actions, no matter what.
- <https://www.theladders.com/career-advice/10-habits-of-mentally-strong-people>

奇迹很少发生

所以不要痴心妄想

everything is reasonable, thought unfair, so you have nothing to

Edwin Xu

complain!

想努力却努力不起来？

人在绝大多数情况下,只要有那么一点退路,有那么一点余地,就可以成为逃避的借口和理由。努力装装样子,然后给自己一个台阶下,安慰自己说,“你看我已经很努力了,还是不行,那就算了吧”

你从未真正努力

如果把努力分为 10 级,你可能 2 级都不到,在高手眼里不值一提

4 步真正努力:

1. 认识自己: 撕掉自己虚伪的面具, 赤裸裸的暴露自己

1. 接受缺点, 是真正改变的第一步

2. 一定要认清一个事实, 在没有做成一件事之前, 你的自尊和面子一文不值, 根本没有必要为了那么一点面子, 把自尊包裹起来, 最后吃大亏的还是你。

2. 改变环境: 创造有利于自己的学习环境

1. 人越弱小, 环境对人的影响就越大, 所以当你无法控制环境的时候就要改变环境

2. 改变环境, 从细微处着手, 从小的改变形成习惯, 再到大的改变

3. 只要你想做, 全世界都会帮你; 只要你不想做, 一只蚊子都能拦住你

4. 很多事情，只要你想做，还是可以做成的

3. 目标设定：制定目标的“三件套”

1. 为什么设定这个目标？

2. 这个目标到底是什么？

3. 怎样完成这个目标？

4. 对自己狠：不成功誓不罢休

1. 没有人能打败你无止无休的坚持

2. 成功人士都对自己很狠：7 次世界冠军得主柯洁，一旦有下棋事物，就会狠狠抽自己一嘴巴子

3. 自己对自己狠，还能留有余地，社会对你狠，可能一点余地都不给你，做一件事一定要拼尽全力，在努力的过程中，掌握基本的知识，学会自我管理，自我激励，提高学习力，升级自己。

4. 一个人不尽全力，必然学会偷懒，要么偷工减料耍奸使滑，要么进入低水平勤奋，表面上很忙，但实际并确是一台无法升级的机器

三句话：

1. 种一棵树最好的时间是十年前，其次是现在

2. 至少逼自己一次，你才能站在食物链顶端

3. 能够帮助别人，也是人生一件快乐的事

奶头战略

奶头战略一方面是统治阶级的手段，一方面也是社会发展的必然趋势，滚滚人流，总有人走向高处，然而，更多的人是被社会体制化，思维被僵化

马太效应是真理，强者更强，弱者更弱，而且，强者数量实际上是远少于弱者的。

范冰冰事件暴露“奶头战略”，令人胆战心惊！范冰冰的天价罚款在引爆舆论，引发一个人工资够还千年的算术话题。其余波之后，却是引发对当下娱乐至死的社会担忧。娱乐至死，无声无息，

获取短暂的快感太容易，可一旦精神麻木，信仰便会缺失

今天，问孩子他们长大想做什么？很多小家伙都仰头兴奋地回答：“我以后要当明星！”“我长大了要当网红！”

当孩子们都以当明星为梦想，那么我们这个国家，这个民族将走向何处？今天，范冰冰的道歉给我们敲响的警钟，何止是演艺圈的黑幕，更可怕的是娱乐后面的文化侵蚀和精神颓废之祸。

21 世纪，是让中国人无比骄傲的一个时代，科技日新月异，经济飞速发展，从建国至今不过 70 年，却可与世界强国并驾齐驱。然而，在这繁荣昌盛的背后，实则隐藏着一个巨大的危机！

一个美国人酝酿，并推波助澜 20 年的惊天“阴谋”，

让整个中国无力抵挡.....

这个美国人，他曾“毁掉”一个超级大国，更可怕的是，他不花一兵一卒，就让 13 亿中国人中了他的圈套，沉迷在他的“阴谋”中不可自拔！而这一切的背后真相，令人胆战心惊。今天，我们就来揭开这一层面纱！

他，就是兹比格涅夫·卡济米尔兹·布热津斯基。1928 年 3 月 28 日，他出生于波兰华沙，其父是波兰外交官。凭借优渥的条件，他先后在加拿大、美国读书，最终以优异的成绩从哈佛大学毕业。

1953 年后，他移居美国并加入美国籍，凭借优渥条件和丰富学识，他成功跻身于上层社会，之后十年，他逐步攀上权力顶峰，成为美国外交政策的权威人士。1970 年，世界笼罩在美苏争霸的“阴霾”中，而他时任美国国家安全顾问，是美国冷战思维的实际操控者，被称为“卡特总统的智囊”。冷战持续至 1986 年，他提出了瓦解苏联的一整套战略构想，还发表了一篇战略纲领：《**竞赛方案**》他甚至诅咒：竞赛最后，苏联一定会崩溃！

四年之后，柏林墙轰然倒塌，苏联果真土崩瓦解。他一时成了先知人物，备受西方国家吹捧。

接着，他又开始为美国进行二十一世纪战略布局，他发表了《大棋局：美国的首要地位及其地缘战略》上面赫然写道：这世界上没有什么对与错，只有国家利益最大化！他再一次预言：也许中国经济能在

2050 年左右超越美国，届时有可能挑战美国！为了维护美国的霸主地位，一个惊天“阴谋”就此悄然诞生了。

1995 年在美国旧金山，举行了一个集合全球 500 多名经济、政治界精英的会议，其中包括乔治·布什、撒切尔夫人、比尔·盖茨等大名鼎鼎的人物。他们一致认为，**全球化势必会造成一个重大问题——贫富悬殊。**

未来这个世界上，有 **20% 的人**会享有 **80% 的资源**，而 **80% 的人**会被“边缘化”。届时，有可能会发生马克思在 100 年前提出的，所谓的你死我活的阶级冲突。那将会是一个'要么吃人、要么被吃'的世界。

而布热津斯基献出一计：谁也没有能力改变未来的“**二八现象**”，而要让 20% 的精英们高枕无忧，80% 的人安分守己，就得采取**麻醉、低成本、半满足**的办法，卸除“边缘化”人口的不满，像安抚婴儿一般，给他们嘴里塞一个“奶头”。

奶头”的形式有两种：

- 一种是**发泄性娱乐**，比如开放色情行业、鼓励网络游戏、鼓动口水战等
- 一种是**满足性游戏**，比如拍摄肥皂剧和偶像剧，大量报道明星丑闻、娱乐八卦，播放真人秀和综艺节目。

这样一来，通过把消遣娱乐及充满感官刺激的产品，堆满人们的生活，最终达到目的：**让大众沉溺于享乐和安逸中，不知不觉丧失思考能力，**

再也无心挑战现有的统治阶级。

这就是那个邪恶的“阴谋”——“奶头乐战略”(Tittytainment)。

而毒害之手，第一个就伸向了中国。

1996 年，美国《时代周刊》的封面上，出现了第一个演员身份的中国人——巩俐。

紧接着，越来越多的中国明星，在若有似无的推波助澜下，登上了美国《时代周刊》的封面：王菲、成龙、章子怡、李宇春……从这开始，中国逐渐步入了“流行偶像时代”。

此前，国人崇拜的偶像通常是：毛泽东、周恩来、赖宁、雷锋……此后，中国大多数人的偶像和“人生导师”，悄然换做了天王、影后、小鲜肉……

步入 21 世纪，韩流、日漫强势侵袭，中国爆发了一场胜过一场的追星狂热，青少年都在为这个歌星呐喊，为那个影星欢呼，甚至偷走父母积蓄、倾家荡产也要见明星一面……

而国内大多媒体和民众，对娱乐八卦的热情只增不减：2014 年 3 月，某明星出轨，引来“百万关注”；2016 年 8 月，某明星在微博发布离婚宣言，一夜之间，占据各大媒体版面；2017 年 10 月，某明星公开恋情，数小时就有 10 亿点击量！导致微博系统瘫痪……

全民娱乐，低俗盛行：直播里低俗的表演系；各大卫视里故弄玄虚的选秀、真人秀；超级烂片只要“帅哥”“美女”就能获得超高票房.....

“娱乐至死”，这样近于狂热的社会现象，俨然已经演变成了尾大不掉之势！我们都被塞了一只又一只“奶头”，并且越来越沉迷其中无法自拔：对时政民生，教育科技漠不关心，只盯着明星又出了哪些丑闻，出轨队谁又得一分，家暴队谁迎头赶上。一点点风吹草动，都能成为我们每天的谈资和乐趣，占据了我们的大部分时间与注意力。

不仅仅是娱乐新闻、明星杂记，随着网络视频和直播行业的兴起，现在每一个人，都有可能通过网络平台，进行直播或者通过小视频，成为自己心心念念的明星。人心涣散、醉生梦死、不务正业.....或许对于个人来说，有那么几个人“成功”了，

但是对于一个国家，一个民族而言，这意味着什么？！

而今天的中国有两个新特点：

- 第一是由于互联网的普及，一切知识看起来似乎唾手可得，但却让很多人失去了独立思考的机会，那种突破自我、不断创新的精神也渐渐消失。
- 第二是阶层开始出现固化，基层年轻人向上的空间似乎变得越来越小。

就比如房价的居高不下，大部分青年买房子，都要倾尽父母毕生积蓄，或者贷款，出卖未来自身的劳动价值来换取安身之所，在这当中，也不知是否有外国资金，悄悄涌入中国炒高房价？

而以此带来的后果就是，大部分青年人，背负着房贷、车贷、消费贷，所有的激情与创造力皆被磨灭殆尽，最后只希望有一份稳定的工作，能够安逸的生活下去就可以。

太多国人，就此沉浸在“奶头乐计划”当中，要么努力工作，拼命生活，要么耽于享乐，不思进取。所谓理想，就只是一个梦。

还不仅仅是这些，为了对付一些独立自主的反美国家，布热津斯基制定了一套非常成熟的方案：

- 一：用金钱利益，收买各个国家的精英阶层。
- 二：用美国的价值观念、意识形态给各国洗脑，达到不战而屈人之兵的目的。
- 三：如果他国政权内部无法渗透，那么就扶植反对派及民间力量，培养亲美政权。
- 四：扶植敌人的敌人，挑拨这两个国家之间的冲突与战争。
- 五：收买该国军队里的力量，实现政权更替。
- 六：出动军队，以武力威慑或直接消灭强硬政权，然后组织傀儡政权。

在亚洲，美国的战略目标，就是控制日本、韩国，允许中国经济有条件地发展，同时一步一步将美国文化渗透中国，使中国最终沦为美国的附庸。

而如何更好地实行这个计划呢？最好是将中国大卸八块，基本方向是将中国拉美化，比如，美国对付中国的签证策略，就是帮助中国高级官员的子女赴美接受培训，之后

让他们回国，利用他们的崇洋情节，和他们父母的权力，将美国文化渗透在中国各个阶层。

如果拉美化中国不可能，那么就是将中国'灰色化'，'灰色化中国'，就是帮助中国维持一个灰色化的政权，灰色化政权的特点是不干不净，但也不是腐败透顶。最终目的，就是为了达到：让中华无君臣父子，家国天下！

更可怕的是，他们的“阴谋”已经逐渐得逞！现如今我国的状态，正是美国人所期望看到的，一款网络游戏可以让无数青少年着迷；一档娱乐节目，让无数人准时守候在电视机旁边；明星随便发一条动态，随便一个再正常不过的私密，都有可能引发一场舆论地震；传统节日无人问津，而每逢西方节日，却是满大街张灯结彩！

人性的各种阴暗面，诸如窥私、意淫、八卦、暴力、对骂、凑热闹等等都被激发并满足。

而时政民生、教育科学等正常的社会新闻，在这些信息面前都被无情碾压。

曾经，帝国主义扛着长枪大炮侵我中华，可武器不过能戕害肉体，而“奶头乐”摧残的，却是我民族根基！长此以往，大部分中国人会变成一个透明的躯壳，脑袋空空、沉浸于感官娱乐。那么，中华将何谈复兴，何谈希望！

2017 年 5 月 26 日，“奶头乐计划”的罪魁祸首布热津斯基逝世了，但未来中国的发展，恐怕脱不出“二八法则”。20 年的渗透，已痛入骨髓，时间真的不多了到了如今，任何指责已是苍白无力。但是，不怕万人阻挡只怕自己投降，我们没有能力改变现状，却能够改变自己！

希望我们能在布热津斯基递来的“奶头”面前，闭上自己的嘴巴！让时间不被他所说的，发泄性娱乐和满足性游戏塞满；让自己在这个喧嚣的世界中，保持一颗清醒的头脑和思考的能力！就在前几天，美国特朗普总统说出压抑已久的一句话：中国人的好日子过的太久了！

令舆论震惊！一个国家的领导人指责另一个国家的老百姓好日子过得太久了，世界史上鲜有此人。何其毒也……

自我励志

你不对自己下狠手，这个社会就会对你下狠手

真正让人变好的选择，过程都不会让人很舒服

大的成功一定是将一些方法论或事情做到了极致

当你攒够了钱，这个世界就会对你很温柔，你也不会患得患失，生怕被人辜负，即便有钱不一定幸福，但离开谁你都能从容开始。钱虽然很俗，但这个世界都在为钱让

路，因为它会让你底气十足。

迷茫只是理想太远大，无法下手

不得不说，我们绝大多数人，都没有那么强烈的渴望改变、渴望有钱、渴望有地位、渴望有尊严，学习对我们来说，也就没有那么重要的意义。

爱上学习的方式：

1、第一阶段：向前看齐，激发对金钱的渴望

方法一大堆知道很多大道理，然而还是三天打鱼两天晒网。原因在于：还不够惨、还不够穷。人们为了自我保护，喜欢蒙蔽自己，觉得自己的生活还不错，比上不足比下有余。

如果没有动力，就把赚钱当做第一目的。

想象自己每读完一本书，自己的储存账户就会增加多少虚拟货币。

20 多岁的年龄，最容易迷茫，没钱、没背景、没资源，虚度年华，等到 30 岁时又后悔莫及。

2、第二阶段：逼自己学习。

要设定一个目标，不完成誓不罢休，死不罢休

3. 第三阶段：先前看齐：寻找榜样的力量

选择学习，就不能选择其他的，这是你必须付出的机会成本

你是要选择片刻的安逸，还是要选择长久的安逸

心理学：知识的诅咒——当我们知道一件事时，很难想想不知道这件事的人是怎样一种心理，我们默认他们知道这件事

所以我们不知道一件事，也就无法想象这件事的好处，学习也一样，我们难以想象学习的好处，所以人们很快放弃看不到好处的东西。

4. 第四阶段：组队学习，或者找一个私人教练

只有逼自己一次，达到顶峰体验过这种巅峰的感觉，你就不会允许你自己失败，而又足够的动力，去克服学习障碍。

找出自己的长板，不断增长到无可取代！

亮剑

赵刚：谨慎有余 魄力不足

乖孩子往往没出息

淘气孩子往往能干大事

兵熊熊一个

想熊熊一窝

能发大财的人，岂能算小账

TAIL

林语堂：吾国吾民，看一下

中国人的三：面、命、

邪恶令好人团结

Facing evil brings good people together

只是没有人觉得自己是邪恶的一边

No one ever thinks that they're the evil one

