

[创业](#) [生活](#) [职业](#) [思维](#) [职业发展](#) [修改](#)

## 为什么我那么努力，吃了那么多苦，也没见那么优秀？ [修改](#)

我每天很辛苦的工作，我身边的朋友也是每天忙忙碌碌的，可是并没有感觉自己很优秀。而且我看到一些人，感觉他们好像并没有怎么努力，就可以过的很好，收入比我高两三倍，要怎样才可以让自己变得更优秀？努力就可以变得更优秀吗？问题到底出在哪里？ [修改](#)

50条评论 分享 · 邀请回答

举报

603个回答

按投票排序

**大象小兵**，招文案策划和公关媒介。



3626

庄衍庆、姬凰太一、二无影 等人赞同

**谢邀。决定一个人有多优秀的，并不是看他有多努力，而是看这个人的思维模式。**

一条考研狗，每天复习12个小时，经常熬夜到1-2点，这样子算努力吗？很努力，但他很优秀吗？不一定。

一条运营狗，为了涨几个粉，多几个阅读量，天天追热点，跑断腿的熬夜写文章，这样子算努力吗？很努力，但她一定会很优秀吗？不一定。[新媒体运营实习生经常加班吗？ - 徐云的回答](#) (这是我小师妹)

**思维方式决定了行为方式，行为方式最后决定了你有多优秀。**

我本可以写一篇鸡汤文，安慰你说付出终会有回报，不是你不够优秀，只是你努力的还不够，终有一天你会变成你想象中的样子。但这样子不会救人，只会害人。那样的事，我不做。

所以本文将会分为两部分，尝试从正面来解决这个问题；而不是以讲故事的方式，故事过后你得到的东西，似懂非懂。

**第一篇：努力并不等于优秀，重新定义一个优秀的人。**

在你脑海中是否有一个清晰的概念，什么样的人算作优秀？

努力？执着？行动力强？好学？

对的，也许这些都是一个优秀的人拥有的品质，但并不代表拥有了这些你就是一个优秀的人。正如一块石头，你可以把它描述成坚硬的，有圆的，扁的，光滑的。

但坚硬的，圆的，扁的，光滑的东西就一定是石头吗？把描述再上一个层次就是给事物下定义。

我会尝试给优秀的人下一个定义，将优秀这个东西，剃干净了放在你面前；让你知道优秀大概是个什么意思。

**1、据我看，一个优秀的人必然是智慧的，能够快速的抓取事物背后的运行规律。**

聪明往往是方法论层面的机巧，智慧则往往是世界观的高超。 [@东东枪](#) 一个努力的人辅以方法论，必然能获得物质上的成功，但这样的人就能算作优秀吗？并不。

努力不等于优秀，聪明也不等于优秀；聪明、努力、再辅以一点点智慧，这样的人应该算是了，他们能花20%的时间与精力做好80%的事情，并且不以成功为唯一导向。这是，聪明、努力与智慧的区别。[1]

你很努力，每天工作16个小时，但并卵，你并没有变得更优秀。因为走在错误的道路上，停止努力，你就是进步。

不要用愚昧无知的努力来感动了自己，农民工努力吗？[2] 很努力，但是他们优秀吗？并不一定。我见过身边很多的朋友，他们在工作上学习上很努力，但我并不觉得他们有多优秀，甚至有的时候会认为他们是在用行为上的努力来掩饰思维上的懒惰。用我很忙，我很努力来安慰自己，却忽略了你这样忙和努力的目的是为了什么？

你不仅很努力，而且掌握了成功的方法，但这样就算优秀吗？有时候这个公式是成立的，因为当物质欲望满足的时候，人的需求自然会上升到精神层次，去触摸智慧的门槛。

但部分时候也不成立，你看到因为贪污，通奸落马的官员没？看到贩毒，涉黄，聚赌进小黑屋的朋友没？[3]想和他们一样“优秀”吗？

**优秀并不纯粹的是物质上的满足，更应该包括你精神上的富有。你知道自己想要什么，并且知道用什么样的不违本心的方式去获取。**

然而当一个人很努力、又学会了科学的方法、拥有了另一个层次的世界观后，我相信这样的人是优秀的。

建议参考《游褒禅山记\_高中文言文》——王安石

夫夷以近，则游者众；险以远，则至者少。而世之奇伟、瑰怪、非常之观，常在于险远，而人之所罕至焉，故非有志者不能至也。有志矣，不随以止也，然力不足者，亦不能至也。有志与力，而又不随以怠，至于幽暗昏惑而无物以相（xiāng）之，亦不能至也。然力足以至焉，于人为可讥，而在己为有悔；尽吾志也而不能至者，可以无悔矣，其孰能讥之乎？此余之所得也！

**努力，智慧与坚持，三者合一，往往能让一个人通往优秀。（聪明只是一种方法论，往往多观察就能获取）**

## 2、优秀的人知道自己想要什么，能很好的实现理想与现实之间的自治。

一个优秀的人应该是方向明确的，他们珍惜着自己的时间、精力和选择。用大脑来指挥控制他们，指哪打哪。

每一个人的时间与精力都是有限的，想要变得优秀，需要在这个领域不断的投入与产出，因而优秀的人往往方向明确，知道自己想要什么，并且最大化自己的投入与产出比。**时间与精力就是他们的匕首和投枪，用智慧来指挥操控它们，战无不胜。**

优秀的人之所以优秀的另一个点，是因为他们能将理想与现实之间的鸿沟打破，实现现实与理想之间的自治。也许当下的世界并不是他们想象中的样子，但是他们心中还有另外一个世界（大伙俗称情怀），他们相信，未来的生活肯定会是这个样子。

**以前听过这样一句话：在厉害的人眼中，理想与现实是统一的。（虽然挺装逼的，但好像装的还挺有道理）**他们并不会太过分感慨那些伤春悲秋或者可容追忆的过往，因为在他们眼中，我的过去没什么好感慨的，我想要的，我得到了，我追求的，我都实现了，我过往的理想就是我现在的生。

《钢铁是怎样炼成的》里面有这样一句话。

人最宝贵的是生命，生命每人只有一次，人的一生应当这样度过：当他回忆往事的时候，他不会因为虚度年华而悔恨；也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：我的整个生命和全部精力，都献给了我最热爱的事业——为人类的解放而斗争。

作为小市民的我们，自然不需要去思考解放人类这样的大事业，但希望有一天，你也能找到自己人生的方向，可以更清楚的认识自己，解放自己，解放人的天然属性。**努力让自己变得更优秀，去追逐你心中的理想世界。** [4]

太监的内容已补完，请忽略下面这张图。



### 注释：

- [1] 聪明的人也可以做到事半功倍，但在此不做分析；
- [2] 农民并没有任何歧义；只是举例-努力并不等于优秀；
- [3] 商业与政治的实际情况肯定不像我文字中描述的那样，但在此不做其他分析；
- [4] 此处的努力是指有目的性，有方向性的努力。

## 第二篇：怎么才能更有效的学习和努力，变得更优秀？

在这篇开始之前我要先唠叨两句，小兵是野路子出身，知识水平有限，回答的可能并不会很专业，如果有专业的，希望能指出不足，共同进步。另外希望不要给小兵贴上成功学或者鸡汤大师的标签，这个标签太重，我怕自己受不住，谢谢。结果如何，咱们且走且看，失败了也没什么大不了的，这个我还抗的住。下面开始进入正文。

**成功有方法，努力有技巧。而大部分时候这些经验知识都隐藏在了先辈的知识经验里。我们缺少的只是发现。**

### 1、读《10000小时天才理论》拆解天才。

我承认天才本身会有一些因缘际会和天分，但很多傻乎乎的孩子已经把天才神化了，他们从来没有抓取事物的本质和规律，去看到一个人背后的故事。

台上三分钟，台下十年功，正如同你看到我的答案也许感觉还不错，但是你不知道在这篇回答发出来之前我写了3-5个小时，发出来之后还要修改3-5次。

**重申一次，看事物不要去看表面，尝试去抓取事物背后的运行规律和本质。**

正如同你们看到的这乎，是学习，交流的平台；而其他人眼里看到的是营销社区，娱乐平台，交友会所。摸懂了某乎的平台规则，混出几千+的粉丝，也许只需要几个好回答，几篇好原创；回头多想想你在这里得到了什么？当然，**我并不是说你这样子不对，但你得想清楚，你来这里的目的是什么？**

天才也是一样，当你摸清了成为天才背后的规律后，你所想的不再是神话天才，而是天才的获取路径。

推荐美国·丹尼尔·科伊尔的《10000小时天才理论》。如果能把这种思维发散下那就棒极了，比如说：女神进化论？知乎大V是怎样炼成的？

### 2、一次只做一件事，慢下来也许会更快。——《番茄土豆工作法》

人往往会进入一个思维误区，你想要跟妹子聊天，想要学营销，想要写文章；于是乎你这边撩着妹，那边听着视频，手底下还在码着字。当然，这个示例可能并不恰当，但你生活中肯定有遇到这种类似的情况，事情做到一半，临时换成那个，结果最后啥也没干好。莫名的还会产生一种空虚和烦躁感。

你以为多就是好，其实然并卵。什么都想要，结果什么都没得到；而往往是那种按照任务列表，事情一件件来，一步步走的往往走的更快，更远。心静下来了，步子才能迈的更快。据小兵亲测，一次只专注于做一件事的效率比同时做好几件事的效率要高3-6倍。

### 3、少扯犊子，多看，多想，多做。把这个步骤重复三五遍。[1]

不做无用功，多想想你得到了什么？你在美女群里混了那么久，学会撩妹了吗？在知乎混了这么久，赚到钱了嘛？（当然开阔思维和眼界本身就是一种收获）

专注于目标，时刻反省自己。多算算投入与产出比，不然你总是跑着跑着就跑偏了。当然，如果我只说到这里，你肯定就会把本篇文章，收藏，标注鸡汤，或者闲下来时看看。然后就没有然后了。。。

你做了那么多笔记，收藏了那么多好文章，你做了什么？去思考！去做！去实操！去优化。

我说你听，你能学会0.1；我说你做，能学会0.3；自己学，自己想，自己做，恭喜你，出师了。[2]别太死板，多向人请教，抱大腿。

以前听到过这一样一句话，什么是最有效的学习方法？去做，然后说给别人听，把别人也教会。

我学文案陆陆续续差不多花了半年，平均2天会写一篇，然后不断的写和改；学营销也差不多半年，会在各个平台做测试，优化，投放；还有撩妹，混在群里，每一个进群的妹子都成了我的微信好友，虽然我还是单身狗，但是我能她们聊上1个小时，就扯废话。[这是看的到的进步]

当然，对于一个没有方向的人来说，我扯再多都没有。

#### 补充说明：

执行力的重要性，以及选择与努力的关系，我还没有描述到位，请诸君多多思考。还有很多种提高效率和方法的知识技巧和方法论，比如说跨界学习，模块化，拆解练习，重复操作等；但我不可能每一种都给你写出来，你没时间看，我也没时间写。请直接查阅原著经典。

#评论区那个问怎么改变思维模式的妹子，看这里！[生活中有哪些小事让你意识到了思维的局限性？ - 大象小兵的回答](#) 这个话题欢迎大家大力批判。

#这里还有碗十全醒脑励志老鸡汤，感兴趣的可以趁热喝了。[努力学习的意义到底在哪里？ - 大象小兵的回答](#)

#评论区很精彩，欢迎观摩。正序倒序皆可。

最后，关于寻找方向的文章，也许会写，再看吧。

# 其实写这类回答压力挺大的，因为我本身才毕业一年，并没有什么大的成就，本文所有的论述都等着我用实践去证明。

# 非常感谢大家的鼓励与支持，赞数或者粉丝满5000，我会尝试论述选择与努力的关系，努力的重要性，以及如何看待机遇。赞数或者粉丝满10000，更新如何窥视内心，尝试探索人生的方向。

# 最后，以上所有内容，哲学都能教会你，我这边是小丑了。以前和老师争论过哲学到底有什么用的话题，大学四年，争论过三次。老师最后说了一句：无用之用，是为大用。现在似乎勉强理解了。

有道无术，术尚可求；有术无道，止于术。

当年没有好好学，现在不精深，向老师道歉。

#本文已授权自媒体“清华南都”在微博或者微信上发布，应该会有推送。

编辑于 12:15    250 条评论    感谢    分享    收藏 · 没有帮助 · 举报 · 禁止转载

 **择恩，不会讲故事的概念主义**

松岡晨一、AB2001、辛弃疾 等人赞同



 1.

有很多人以为自己很努力，但实际上，那只是单纯的忙碌！

花了两个小时才写完策划，好像自己很忙碌，但其实是你不会运用模版；  
呆在图书馆里一天，好像自己好努力，但你看书半小时才翻了两页；  
花了半个月练习打字，好像自己好刻苦，但你打字时能先不看键盘吗

若是第一二次不懂得用方法，那还情有可原，但有的人第9次、第10次还是这样，然后还自我感动说：“我很忙”“你看我多么的努力”

我只能说，你在错误的地方努力，干着没有效率的无用功

2.

**少做无用功，少做短半衰期的事**

要真正的让努力不白费，让自己的苦不白吃，那么首先要**少做无用功**

一件事我们可以通过两个角度来分析它，**收益值与半衰期**

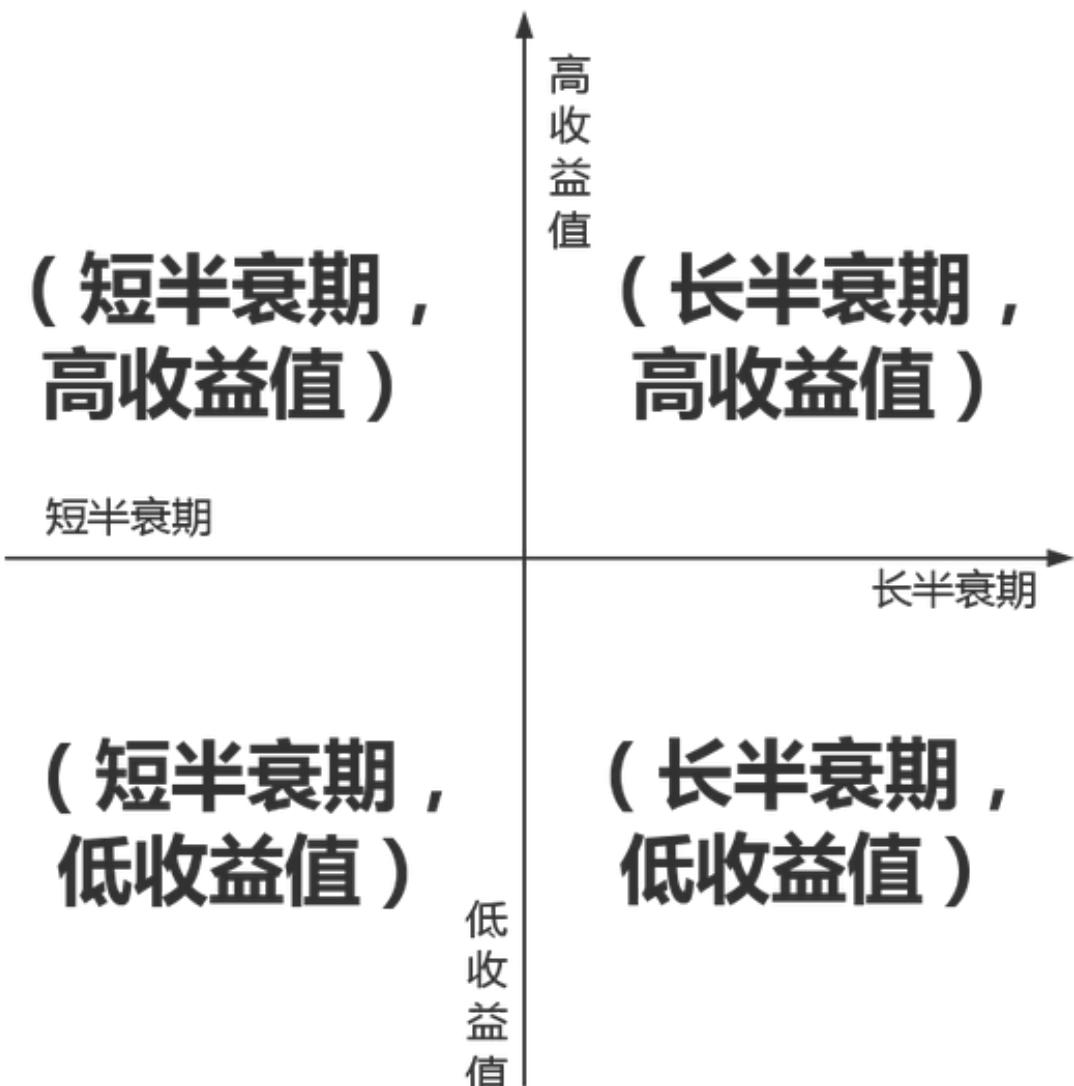
（@采铜写的书《精进：如何成为一个很厉害的人》里也有这个方法，书很不错，安利大家看看）

（2016/5/4 15：30更新：刚刚求证了下，**收益值与半衰期**这个方法是我一两年前网上看到的。似乎是@采铜发明的，刚好前些天在采铜的书上又看到了，没想到就是采铜提出来的。）

**收益值**指的是**收益大小**。这个收益不只指物质方面，还指精神方面，如：玩游戏时的**愉悦**；看一本书发现了一种**新奇的价值观**；与牛人交谈后的**领悟**，这都是精神方面的收益。

**半衰期**，在这里指的是**收益随时间递减的时间**。例如玩游戏的时候很刺激、很兴奋，但结束之后感觉很快就淡了，这便是短半衰期的事

我们可以通过**收益与半衰期**能够把事件分为4个象限：长半衰期 & 高收益值、短半衰期 & 高收益值、短半衰期 & 低收益值、长半衰期 & 低收益值



**长半衰期 & 高收益值：**如，看一本颠覆价值观的好书；与一位牛人交流；关注答主 @择恩

**短半衰期 & 高收益值：**如，买一件当季流行的衣服；看网络上的快餐文字；玩一下午的手机

**短半衰期 & 低收益值：**如，在网络上撕一场没有意义的逼；漫无目的的刷朋友圈；看着天空发呆

**长半衰期 & 低收益值：**如，学习书法；每天早睡5分钟；每天早起5分钟

而要让自己的努力不白费，让自己的苦不白吃便，第一件要做的就要少做无用功，少做短半衰期的事

我们平时喜欢做的，做的最多的事就是（短半衰期，高收益值）的事（如刷微博、刷朋友圈、玩游戏），其次是（短半衰期，低收益值）的是事（如，发呆）

短半衰期的事意味着没有长久的好处，把时间比作金钱，对自我产生的价值作为商品，那么短半衰期的事便是性价比低的买卖

若想要正确的努力，想要让自己有更多的精力、时间来做能够提高自己的事，那么第一件事便是少做无用功，少做短半衰期的事

### 3.

努力对方向，多做长半衰期的事

长半衰期的事有两个象限（长半衰期，高收益值）与（长半衰期，低收益值），无论哪个象限的事都建议多做

无论收益值高低，只要收益可以累加，都建议多做，如：

有原则的交友

积累良好信用

反思与总结自我

培养价值观

提高审美观  
保持健康  
锻炼身体  
等

多做长半衰期的事，平时多加积累，让自努力对方向，让自己的时间、精力用对地方

#### 4.

### 执行力很重要

所谓执行力，就是去做

单单知道怎么做，并不能直接让你变的优秀，执行才是关键

像：

关注 [@择恩](#) 是一件长半衰期 & 高收益值的事，因为他的回答几乎都是干货

点赞这个回答是一件长半衰期 & 低收益值的事，因为你的赞可以鼓励答主写出更多好的回答

**单单知道怎么做，并不能直接让你变的优秀，执行才是关键**

(◐◑)所以，如果觉得对你有所帮助就点个赞

(◐◑)想要看到更多更好的回答就关注我

编辑于 2016-05-04 81 条评论 感谢 分享 收藏 · 没有帮助 · 举报 · 作者保留权利

[落晨](#)，惧怕时间的小人。

匿名用户、师俊夫、文洛 等人赞同

千万不要自己感动自己，千万不要自己感动自己，千万不要自己感动自己！！！大多数人看似的努力，不过是愚蠢导致的。什么熬夜看书到天亮。连续几天只睡了几小时，多久没放假了，如果这些东西也值得夸耀，那么富士康流水线上任何人都比我努力多了。人难免有自怜情绪，只有时刻保持清醒，才能看清真正的价值在哪里。。。。。一直以此为鉴

发布于 2016-04-27 82 条评论 感谢 分享 收藏 · 没有帮助 · 举报 · 作者保留权利

[管他什么佳彬](#)，国家二级烧烤运动员

荷塘的绿、你不要来找、殷缨 等人赞同

因为你努力是自己的事啊，关世界毛事，世界有他自己的规则，关键时刻踩对了步子比绝地反击好使多了  
比如某人父母二十年前就让孩子学习互联网，培养孩子优秀学习习惯，注重教育投资，现在二十年过去，那些孩子可能轻轻松松薪水是你二十倍，同时他自己的也纳闷，怎么你这么辛苦却赚的这么少呢？这是为什么呢？废话他当然不知道，他都没机会体验低level的生活他怎么知道。努力是有加速的，厚积才能薄发你晓得伐？

看人论事当取其大者，比如我最讨厌的一个人，讨厌到我发誓有机会一定要往死里羞辱他的一个人，我都很清楚他有些优点是我学不来的，在他擅长的领域他真的很优秀，这矛盾吗？这不矛盾？但你看人却只看他努不努力，这就以偏概全了，这不科学啊朋友

最后你问要怎么变优秀，我觉得我没法回答你，战略失败是难以用战术弥补的，你得先搞清楚自己为什么达不到心中的目标，自己为什么和周围人有差距，这才有的聊啊。觉得只要努力就能做到是很危险的思想，觉得只要努力工作就可以不被替代，就可以变得优秀，这一切我们称之为“战略缺失”，也叫“中产阶级式的幻觉”

最后题主，你也是个成年人了，成年人当然可以有自己的逻辑，但你同时也要知道这世界的逻辑并清楚二者间的差距，这是一个成年人的资本素质，那么你是要活成自己，还是别人眼中的自己，好好想想再决定吧

编辑于 2016-05-03 6 条评论 感谢 分享 收藏 · 没有帮助 · 举报 · 作者保留权利

[高太爷](#)，多读书，深思考，慢答题~心理学博士在读。

肉肉、神周七号、林木 等人赞同

不要用战术上的勤奋掩盖战略上的懒惰！

愚公想移山，锄头翻飞，累到飙血，还坑儿坑孙，那么问题来了，挖掘机技术哪家强？愚公和蓝翔技工哪个更努力？这就是题主面临的困惑，等额付出就有等额回报？传统对努力的解释误导了多少人（思想政治学得越好越坑爹啊）！现在不是小农社会，努力绝不仅仅是时间积累和单位劳动强度，还有效率！！所以我对题主的回答是，**为什么让生活如此低效、艰辛呢？何不学开“挖掘机”呢？**

怎么掌握“挖掘机”技术呢？不同人不同命啊！富二代有资本，官二代有关系，这都是蓝翔高级技工学校钻石VIP学员，穷二代有颜值也能混个旁听资格！剩下的这些没权没钱还没颜值的，自学挖掘机技术哪家强？？伟大的心理学家弗洛伊德就是我等三无人员成就人生赢家之典范和希望。

弗洛伊德无法支配金钱、社会威望及物质能力，为满足其生活及追求名誉的欲望，不得不转向知识！-----弗洛姆

我是这样理解努力与优秀的：专注于某个领域，不断成长、进步，积少成多，直至学会“挖掘机”，**用优秀撬动生活效率**，所谓成功、财富不过是副产品，这应该是真正的成功致富王道！

4月中旬开始玩知乎，从0赞0关注，到现在关注破800，点赞破千，收藏破两千（什么情况！！）在随便一个抖机灵就几十K赞的答知乎平台上，这个成绩很一般，但确实来之不易，是一步一个脚拼出来的。借这一个月玩知乎的经历，总结下在知乎上磕磕盼盼自学“挖掘机”经历！

180

### 第一个问题：怎么写出高质量的回答？

有人将知乎回答分为三个类型：讲故事，抖机灵，干货分享。我的风格决定了我只能选干货分享，内容为王，以回答该问题为例：[如何长时间高效学习？ - 高太爷的回答](#)，我花了两天多时间通读44页的英文论文《The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance》（畅销书《异类》提出的“一万小时定律”等观点，就是以该论文为原型的，真传一句话假传万卷书），然后又花了将近两天时间翻译、摘要，最后整理成学习笔记，这个回答也是我第一个破百赞回答，收藏：点赞=3:1，绝对的干货。

### 第二个问题：怎么推广增加曝光率？

虽说是金子总会发光，但在互联网时代，再硬的干货没有曝光率也只能沉沙折戟，知乎上有太多这样的优质回答。怎么推广？

#### 1、最笨也是最有效的办法：发邮件

我有7年的鼻炎、2年的前列腺炎，结合50余篇日记及心理调节治愈经验，将近八天时间答题：[鼻炎能根治吗？ - 高太爷的回答](#)，目前在“鼻炎”话题动态首页第一，但答案发布后好几天没有一个点击，吐血三升又三升！

心理学有个理论叫“互惠原则”，通俗讲就是我们收到他人的帮忙或好处，就自然而然产生一种亏欠感，想尽量弥补回报。我逐个梳理心理学方面的大V，仔细分析并出一些补充性建议（确实需要功夫），在发第14封邮件后，终于有一个给我回复并给我点赞，通过节点效应，我的回答也火了~~

发邮件求点赞，试过的人恐怕都嗤之以鼻，但如果掌握正确的技巧，它就是最有效的办法，化腐朽为神奇！

#### 2、如何写出能按下点赞按钮的广告词？

在接触知乎以前从没有营销经验，但不会没关系，只要确定目标即可，所谓的专业知识最廉价，不过一两斤猪肉而已，这段时间研究了两本营销方面的书《影响力》和《营销心理学》，如果你留意过这个从五百多回答杀出重围的高赞回答，[自控力极差的人如何自救？ - 高太爷的回答](#)，就能发现我广告词和位置至少修改了六七次：

权威型：不分享鸡汤，只生产干货，请点赞关注！

请求型：收藏比点赞数是什么体验  $O(\geq \square) O$ ，麻烦各位收藏之余顺便点赞支持一下~

利用“相似性”：回答超过一万字，估计您是为数不多的能看到这句话的人，请无论如何关注、点赞支持一下~

利用“社会认同”及“互惠原理”：短短不到两天破百赞，涨了近百粉，这是要火啊，哈哈哈！！不到一个月的知乎新人有些扛不住啊，知友们太热情了！！！！感谢感谢感谢！！！

据我的统计看，请求型最没用，权威型？呵呵，你算老几啊！“相似性”可能受制于受众有限，利用“社会认同”及“互惠原理”撰写的广告词效果最好，原因和方法不再分析。在营销推广方面，除了邮件和广告词，还有其他的，如放置广告的位置，答题最佳时间，恶意点赞处理，提高粉丝点赞率，等等这里就不细说了，不能再培养竞争对手了~

知乎是我人生第一堂营销课，还是自学的，通过这段时间的营销，我对知识与成功（财富）的关系有了更深层次的看法，知

---

-----分割线-----

**如果你坚持看到这里，恭喜你，你将看到真正的干货！！！！**如果我是一名成功学大师，在描述完上面的艰辛、努力并最终取得成功的奋斗过程，满满的一锅鸡汤够你们喝的了，但我不是，所以上面的内容都是狗屎，并不是说我在捏造事实，而是遗漏了一个最关键的前提，即**如何找到“某个领域”？**（详细回答参见：[24岁，在事业单位任职，工作稳定且无趣，手头有十四万，怎样开拓财富战场？ - 高太爷的回答](#)）



这个问题很大路货色，但这个问题最关键，追求成长、卓越是一个长期的过程，如何坚持下去？在这过程中，我们肯定会遇到无数困难，怎么迎难而上？怎么保证不退缩？这就涉及到动力问题，尤其是内部动力，没有内部动力，我们就是拉磨的驴，围着生活打圈，低效率的努力，卑微的生活着。

如果我们留意，如巴菲特、乔布斯、马云等事业成功者，都鼓励我们从事自己喜欢的事业，但观察身边的人，基本上无关喜欢而是“**会什么干什么**”，准确说是“**生活让我们干什么我们就干什么**”，成功者和普通人之间有一个根本的认知差异。

我是如何找到的？我为什么选定知乎？

1、“Ted”有个演讲《新型经济的货币是信用》，个人影响力就是财富，我深以为然，现在这种苗头已经越来越明显，小到知乎大V，网红，大到明星、企业家，甚至是政治人物，网络影响力越来越成为其生存基础，而我开始在知乎布局我的影响力；

2、知乎答题能够激发灵感，点赞、关注就是最好的动力，而评论、借鉴、抄袭、否定、整理、创新等，新的思想在脑海中激荡生成，知乎确实是一个让人成长的地方，不管是作为答者还是读者。

3、网络是最佳的实施心理学影响力的地方，小到解梦（参见答案 [怎么评价佛洛依德的《梦的解析》和周公解梦？ - 高太爷的回答](#)），网络营销，大到心理咨询，传递心理正能量，网络提供了数之不尽的心理学实践机会，尤其是当下社会对心理学有较深的误解，希望通过网络平台为需要心理帮助的朋友带来一些慰藉。

4、知乎是个人知识的积累和梳理，通过一个月的答题，我梳理出个人的解梦观，学习观，心理调节观，还有金融投资观，虽然较为粗糙，但体系初步建立后，世界观就更加明确。

“**what is the work that you can't not do?**”，知乎就是我的答案，而一旦找到这样的领域，在内化的兴趣动力支持之下，别说一万小时成功定律，就是十万小时也甘之如饴，坚持的问题一旦解决，成长与卓越就是囊中之物，“挖掘机”有了，生活还需要如此低效、艰辛吗？

**So，你找到能够让你全身心投入、坚持以成就卓越的领域了吗？**以上，就是我对努力与优秀的理解！

---

-----5月5日更新-----

与知友互动讨论过程中，触发了我对困难的理解和感悟，于深夜写下一篇日记，现摘出部分互勉！

感谢困难！！

这并不是我哗众取宠，而是切切实实发生在我身上的体验和变化！！

顺为凡逆为仙，这句话虽然有些意淫，但心灵的成长确实是建立在困难和冲突基础上，因为心灵无法长期处于对立冲突中，心灵为恢复平静必然想办法解决这些困难冲突，所以我要感谢问题，因为问题促使我探索，促使我成长，促使我寻找关键钥匙--保持清醒！

面对困难挫折打击，意识往往会比较消沉，是听从潜意识的负面逃避，纵情放纵，还是听从理性意志？这是关键时刻！！是一个人是否自信，是否脱颖而出胜过绝大多数人的关键时刻，只要处理好几个关键时刻，从此就会鱼跃龙门，潇洒自信！！

**PS：推广时间，下面几个回答质量不低于本篇，绝对干货，值得一看：**

[鼻炎能根治吗？ - 高太爷的回答](#)

[如何长时间高效学习？ - 高太爷的回答](#)

自控力极差的人如何自救？ - 高太爷的回答

读书到底有什么用？ - 高太爷的回答

自作多情是一种什么样的体验？ - 高太爷的回答

编辑于 15:15 21 条评论 感谢 分享 收藏 · 没有帮助 · 举报 · 禁止转载

 谈无语，天下未乱“贵乎”先乱，天下已治“贵乎”...

616

代号、舔湿糯米鸡、紫苏 等人赞同

 我想起来我念高三的时候，班上一共60位同学。

每天同时5：30起床，

每天同时12：00睡觉，

每天大家都同样做好几套试卷。



为什么大家那么努力，吃了那么多苦，还是很多人没念到重点本科，甚至还有人高考落榜？

是谁，规定了，你那么努力，吃了那么多苦，就一定会优秀的？

是谁，规定了，你那么努力，吃了那么多苦，就一定会优秀的？？

是谁，规定了，你那么努力，吃了那么多苦，就一定会优秀的？？？

也许，你那么努力，只是在浪费无谓的汗水，

也许，你吃了那么多苦，只是换得了廉价的泪水，

也许，你根本就不了解自己，拥有怎样的天赋，

也许，你根本就不知道，如何正确的努力，

也许，你根本没尝试过，什么叫做真正的吃苦。

凭什么你想优秀，老天就要让你变得优秀啊？

也许你有一篮子鸡蛋，这是你唯一的、最宝贵的、全部的财产，

然后你跟别人讲，我有一篮子鸡蛋，我可是辛辛苦苦养大了那些鸡，辛辛苦苦每天捡鸡蛋，积累了很长时间才凑起来的一篮子鸡蛋。

但那又怎样？

是谁规定了，大家必须对这篮子鸡蛋毕恭毕敬，顶礼膜拜？

因为在大家心里，鸡蛋就是鸡蛋。

不要气愤，不要不平，接受自己是弱者的事

好好学习，从头来过，用正确的方法去锻炼自己，积累充实，每天都有一些进步。

没有鸡汤，没有速成方法，笨就是笨，但是进步还是进步，哪怕是小小的进步，也是对自己的奖赏。

编辑于 2016-05-05 125 条评论 感谢 分享 收藏 · 没有帮助 · 举报 · 作者保留权利

 方闲澜，如果你有资源，创业or跟随别人创业，你怎...

25

昨天、盛萍、汪明晶 等人赞同

 之前写了些软鸡汤，想想删掉了，因为不能说明什么叫无效努力。

.....说个例子来表达我的价值观吧~

我所在的小区有很多农民工，在用人成本的高的现在，他们的薪酬几百一天绝对不低，他们每天超级辛苦，看上去是很努力很努力的一群人...

但是...为什么他们还是被套上了农民工这略有贬义的群体中...

他们每天努力干完活以后就炸金花斗牛，而且数额不小，一晚上几千输赢，运气不好的等于两星期白干了...要不然就是去大保健。

努力懂得上进的都不叫农民工...因为那些脑子活络一些的都在被歧视中升级...

这些工人难道不想赚钱？想，欲望可能比玩知乎的我更想，但他们潜意识里晚上打牌赢大钱才是最靠谱的赚钱方式...？上进？进修？脑子里没那概念

这就叫无效努力。

每年都累死累活年底回家也就留个几万，过年回家再打牌，第二年又光溜溜的出来...工作也是流动性的，从这个工地到那个工地，没想过把自己整理得干干净净的去结实习地方上层拿到更多的装修资源自己组建团队包干。陷入了重复循环的困局。

所以上面有个答案特别对，决定优秀与否的不是努力，而是智慧，天天加班感动的绝对不会是老板而是自己，职场混最大的王道不是你为公司加了多久的班而是你的智慧和工作有没增加公司盈利和节省公司成本，这些才是优秀评价的来源。

编辑于 2016-05-04 13 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 **冷水秋暝**，因为孤独夜里，还有光明的消息



12

三岁半会发光呦、媛媛、燃冰 等人赞同

▼

我的见解是：

- 1、是否优秀往往取决于三个重要条件：是否有深厚的积累，是否有正确甚至独到的思维，是否掌握了足够多的信息。
- 2、一个人很努力（比如我），可以加速这些条件达成过程：可以加快知识积累，可以在碰壁中通过试错矫正自己的思维，可以在实践中拓宽自己的信息面。但是，显然努力无法如 $1+1=2$ 般直接导出以上三个条件。
- 3、至少在大多数情况下，努力总比什么也不做进步快。控制好成本和心态即可。

编辑于 2016-05-02 1 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 **Allen晨**，萌兔，求关注



14

李天任、袁旭程、Junjun 等人赞同

▼

不要把无谓的付出当做努力。人最疯狂的一点就是，每天干着同样的事，却希望换来不一样的结果。

编辑于 2016-05-04 1 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 **yuhang tian**，让我们一起愉快的走在创业的不归路上。



2

杨晗、最爱吃兽奶 赞同

▼

1.价值。让你的努力更有价值。

价值取决于你能否在工作中快速成长，获取更多社会资源。

2.自认为的努力。

大部分人都是自认为自己已经很努力了。

编辑于 2016-05-05 添加评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 **化工那么事儿**，化工产业之思想者



6

辞夏s、天方夜夜潭、qill ka 等人赞同

▼

决定一个优秀，更多是看格局、眼界还有执行力。

努力是变得优秀的一个转化条件，但不是必备条件。

发布于 2016-05-02 2 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 **痞子大叔**，看了一些书，以为就会写作的家伙



43

莫忧、腾腾小狮子、我是坏坏 等人赞同

▼

我觉得优秀就是：父母知道你的行踪，并且一点都不担心你的生活；媳妇知道你的工作，并且一点都不担心她自己的明天；孩子知道你会保护他，并且一点都不担心他晚上回家会不愉快。

这就是优秀啦

发布于 2016-05-01 15 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 **秋水**，INFP



6

叶隐深深、qill ka、ing 等人赞同

▼

这是一个好问题，一定会引来一大波有考据癖的answer来引经据典，励志与案例齐飞、名言与金句频现；

我说说我的结论：产出与收益成正比。所以请关注你的产出而不是过程，德鲁克和格鲁夫都从战略高度和战术层面论证过这个观点，雷布斯的不要用战术勤奋掩饰战略不足也是这个意思的变体而已。

至于什么影响了你的产出，那这个元素太多了，比如你的思维模式（也有人叫心智模式）、你的可掌握调度资源多寡（包括了钱、时间、人力资源等）、也包括了你的原生家庭或再组家庭带来的隐形社交宏利等等。

所以别再抱怨为什么加倍努力换来的只是不一样的收益，多思考怎么能在现有的基础上更进一步才是唯一可行的方案，最后还是要送一句鸡汤给你，也给我自己自勉：你只需要努力，剩下的交给上帝！

编辑于 2016-05-01 1 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

## 江天哲，静待

50

知道吗、木槿、氧气少女范大仙儿 等人赞同



人都有一种习惯，自己认为自己已经足够努力了

如果你努力了，你就会知道自己为什么失败，因为已经尝试了每一条道路。

我们总是喜欢，把看了三个小时手机当做看了旁边的书本一上午

坐在火炉上，你会觉得度日如年

但是如果你在和一个很美丽的女子聊天，你会觉得时光如梭

要学会怎么样去放大客观，缩小主观

1.与更优秀的人在一起，人是群居动物，群居动物有一种习惯，叫做适应，与比你远远优秀的人在一起，虚心超越，你会发现你也会变得很优秀

这个社会并不缺少遇到优秀的人的途径，在于适当的不要脸加行动力，你懂的

2.时间管理，请让自己的努力一目了然

我不知道题主是否做过这样的分析

我的目的是什么

我需要做什么

需要哪些社会资源

需要多少时间

预期能够达到怎样的效果

这件事情在我整个的事情分析中的优先级是怎么样的

如果做不到我要怎么去弥补

努力是好的，但是你要很客观的知道自己为什么努力加努力了多少，并且要经常看看前方不要努力错了方向，这个很重要

但是请记住方向不是不努力的借口

这里面，我们就有两个概念和一个原则

「大目标」和「小阶段」

任何时候，请不要轻易的做出放弃方向的决定，除非这个方向是错的。

任何事情都是需要时间的酝酿，不断的改变方向反而不会走的很远。

还有，请给自己一个定量的数字

我们习惯说

努力了

我会问，请问你努力了多少，同时又进步了多少，请给我你这段时间努力的结果

结果很重要

不找任何借口，只看结果

3.经常给自己洗脑

人就像是汽车，走路是需要汽油的，人需要的就是动力

我们走的时候很鄙视鸡汤，有些人冠名，我从来不被鸡汤洗脑

我一直觉得，鸡汤能够收欢迎就是因为人有欲望

或者说妹子，单身狗注意

此处没有狗血

欲望会激发人的斗志，降低人对于安逸生活的默化

「超过50赞后面补充」

编辑于 2016-05-02 9 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

## Xiuquan Yu，供应链

445

幸运儿、承认、金戈铁马 等人赞同



什么乱七八糟的鸡汤答案 又是战术战略又是执行力的 你当我是浮夸吗。

你是否优秀是你从小的环境、受到的教育、发展的平台、父母的人脉决定的。

家族遗传、父母的行为模式和儿童时期受到的对待决定了你的基本性格。

兴趣爱好和思维模式取决于家庭和环境的熏陶。

知识和视野取决于从幼儿园开始的教育投资，以及家学渊源。

你最初的社交圈是你父母朋友的孩子、父母邻居的孩子、小学到大学的同学。

二十四年后，来自不同阶级不同地区不同家庭的孩子们一起坐在面试官前。

以上哪一条你好意思说是你靠努力得来的？

投胎不算，谁知道你有没有贿赂鬼差。

简单来说优秀与否取决于你是否姓赵。

你把世界首富的传记读一圈，有谁特么是靠吃苦吃成首富的吗。

努力多数时候是被迫的，被迫说明根本不够优秀。你都能上天了你还会熬夜考研吗。

所以越努力的人越不优秀。

干了这碗心灵硫酸，然后努力活下去吧。

发布于 2016-05-03 143 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 漠小白，创业的路上,学习资源整合！

32

花小生、沙鸥、吕文 等人赞同

 一个人的努力效果不佳，一定是人格或心灵中，有些旧的伤痕，这些伤痕构成我们思维的一部分，它是围绕着颓废式人生观的借口与责怨，正是这个心灵体制，让我们现实中的努力，效果大打折扣

我曾经跨过山和大海

也穿过人山人海

我曾经拥有这一切

转眼都飘散如烟

我曾经失落 失望 失掉所有方向

直到看见平凡才是唯一的答案

我曾经毁了我的一切

只想永远的离开

我曾经堕入无限黑暗

想挣扎无法自拔

我曾经像你 像她 像那野草野花

绝望中也渴望着 也哭 也笑 平凡着

编辑于 2016-05-02 7 条评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 王星杰，镜子科技实习生 工业设计 虚拟现实从业者

1

笑我在笑 赞同

 蓝翔技工笑看愚公那个答案

发布于 昨天 01:01 添加评论 感谢 分享 收藏 • 没有帮助 • 举报 • 作者保留权利

 鬼木知，爱过！先救我妈！我保大的！约！

81

无权拥有、RoCE、EE FR 等人赞同



发布于 2016-05-05    20 条评论    感谢    分享    收藏 · 没有帮助 · 举报 · 作者保留权利

 **黑门山，尼马不懂**

11

腾腾小狮子、有朋、诗梦元 等人赞同



▼ 1、方向、方法、努力。这是成功的三要素。

2、方向错了，越努力，离成功就越远。

3、方法不对，越努力，就越疲累。

4、努力其实是最无辜的。

5、如果你想获得成功。首先要锚定方向，其次要思考方法，最后才是坚持努力。

6、世人不乏努力者，但思考方法的人不足五成，锚定方向的人不足1成。

7、老夫我在26岁时锚定了方向，然后用10年去思考方法。经过这十年持续的努力，老夫我已经变成一枚大牛逼。

编辑于 2016-05-04    1 条评论    感谢    分享    收藏 · 没有帮助 · 举报 · 作者保留权利

 **fengR，多次资源整合，正在创业的路上**

179

陈东林、Way Tom、不知道 等人赞同



▼ 相传刘备是西汉景帝之子中山靖王刘胜的后代，没当皇帝以前，是一个一个很穷的人，没有正式的工作单位，没有让人看得起的社会职业，也没有一位江湖大佬欣赏他，可以说，刘备是三国里无产阶级的形象代言人，他的前半生是靠卖草鞋来支撑生活乃至理想信念的。

刘备卖的草鞋质量怎么样？这个历史上没说过，估计也不差，因为刘皇叔是一个不愿意为产品品质而被消费者投诉的一个人，从他现在现存的个人传记仔细来看；他相信，“细节决定成败，大众铸就品牌”的理念，所以，穿刘备的草鞋是非一般的感觉！

说这话之时，天下已乱，也正是刘备辈用仁用义解救天下苍生之时，刘备说，去把我放在家中没卖掉的百把双草鞋分给天

下没鞋子穿的人吧!这样，所有的穷人都会跟着我们干造反事业的，而且我也郑重承诺大家，凡是跟到我干事的，这辈子刘备我保证他再也不会打赤脚了---刘皇叔努不努力 肯定努力

160年：出生于涿。

184年：桃园三结义，同其弟征伐黄巾贼。

194年：升任徐州牧。

195年：吕布投靠刘备。

196年：投靠曹操。

200年：投靠袁绍。

207年：投靠刘表。三顾茅庐，请出诸葛亮。

208年：赤壁之战联合孙权大败曹操。

209年：任荊州牧，与孙权联姻。

214年：入成都，领益州牧。

215年：刘、孙分占荊州。

219年：进位汉中王。

221年：即帝位。

222年：兴兵伐吴。

223年：歿于白帝城。

编辑于 2016-05-04 25 条评论 感谢 分享 收藏 · 没有帮助 · 举报 · 作者保留权利

更多

1个回答被折叠 (为什么?)

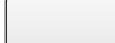
杜少峰 填写话题经验，提升回答可信度

写回答...

匿名 |  未经许可，禁止转载

发布回答

关注问题



7247 人关注该问题





## 相关问题

[哪些思维方式是你刻意训练过的？](#) 813 个回答

[思考是怎样的状态？](#) 52 个回答

[为什么「道理都懂，然执行力差」的现象如此普遍？](#) 1292 个回答

[有哪些不起眼却非常赚钱的行业？](#)

1051 个回答

[哪些思维方式令你受益匪浅？](#) 693 个回答

## 问题状态

最近活动于 2016-05-05 · [查看问题日志](#)

被浏览 180879 次，相关话题关注者 10485341

人