

**Notes from “把时间当做朋友” by 李笑来**

Goffy Guo &lt;guogoffy@icloud.com&gt;

周三 2021/11/17 9:39

抄送: Goffy Guo &lt;guogoffy@outlook.com&gt;

NOTES FROM

# 把时间当做朋友

李笑来

No title

November 16, 2021

终究有一天，我意识到了时间的珍贵。瞬间就已经像绝大多数人那样平添了无数的烦恼。

No title

November 16, 2021

终究有一天，当我意识到“管理时间”的说法有多么荒唐的时候，我已经35岁了--还好，并不是很晚。

No title

November 16, 2021

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！

No title

November 16, 2021

如果在许多年之后，你突然发现你多年前学过的东西那时恰好有用，那种惊喜的程度你可想而知。

No title

November 16, 2021

实践证明，几乎所有的生活中的尴尬，不管是生活上的，还是工作学习上的，不管是物质上的，还是精神上的，大抵上都是心智力量的差异造成的--当然，也往往确实能够通过心智的开启和发展获得解决方案。

No title

November 16, 2021

心智力量的不同，使不同的人面对相同的境遇，做出不同的解释，得到不同的结论，最后产生截然相反的选择。

No title

November 16, 2021

所以，所有学习上的成功，都只靠两件事：策略和坚持，而坚持本身就应该是最重要的策略之一。坚持，其实就是重复，而重复，说到底就是时间的投入，我是说，大量的时间投入。

No title

November 16, 2021

事实上，没有什么要比发现、培养、呵护、调整自己的心智的力量更重要的事情了。

No title

November 16, 2021

People talking without speaking, People hearing without listening...

No title

November 16, 2021

这个实验说明的是，要取得大的成绩就不能急功近利，不能为当前名利所诱惑，能按社会需要不怕挫折、坚持不懈奋斗是取得成就的重要因素。

No title

November 16, 2021

- 1) 希望自己的欲望马上获得满足 (instant gratification) 是大多数人的天性;
- 2) 野心是永远是少数人的天性。

No title

November 16, 2021

，“推迟满足感”是心智成熟的人必备的能力，也是需要挣扎和锻炼才可以习得的能力。

No title

November 16, 2021

真正拥有耐心，甚至惊人的耐心的你，生活就会从此开始发生天翻地覆的变化。你会发现，你对追逐新潮的电子商品失去了兴趣--那可是过去你为之不停地浪费时间和金钱的主要渠道之一。你会很自然地等待到下一个新产品的推出之前，用相对很低的价格买下它，然后，在避免了所有兼容性麻烦的情况下，让那个曾经时髦的产品在你的手中变成实用的产品。

No title

November 16, 2021

相信我，养成任何一个哪怕很小的习惯，都需要挣扎的。然而，貌似痛苦的挣扎过程，在将来的某个时刻终归会变得其乐无穷。

No title

November 17, 2021

经验告诉我的硬道理是：生活本身充满了意外，并且，总是能意外到无以复加的地步。

No title

November 16, 2021

问题是总是复杂的，解决方法总是简单的

No title

November 16, 2021

同时做两件事儿的诀窍在于，1）其中一件事儿最好是机械的，少点技术含量的；2）另外一件事儿不是特别需要大量脑力支持的；3）两件事儿都应该是确实有效用因而值得时间投资的。

No title

November 16, 2021

所以，在做一件机械的事情的时候--生活中有很多机械的事情是非做不可的--想办法做一些输入的行为吧。

No title

November 17, 2021

计划是必须的，目标当然应该是确定的。一般来讲，越是短期的目标，越容易清晰。越是清晰的目标越容易实现。

No title

November 17, 2021

我们一生做的事，大多都是一个试错（try trial and error）的过程，对于人生，没有人能像解释数学那样给出普适的公式。

No title

November 17, 2021

有些时候，你必须拖延你的行动。

No title

November 17, 2021

除了“试错”、“观察”、“阅读”之外，“思考”，准确地说，“正确地思考”，才是获取真正意义上的知识的主要手段。

No title

November 17, 2021

仅仅是因为大部分人无法突破自我经验的局限，而导致的惨剧是难以想象的

No title

November 17, 2021

看穿本质的人们对教育稍微脆弱一点，就会无比失望，甚至绝望。

No title

November 17, 2021

本科教育的最根本在于培养学生的自学能力。

No title

November 17, 2021

实践能力是自学能力最终能够转化为真正价值的根本。

No title

November 17, 2021

如果，你把时间和进展之间的关系仅仅理解为纯粹的线性关系，那你最终根本不可能遇到你所满意的进展。

No title

November 17, 2021

见识越少的人越喜欢用自己所有的见识作为判断依据，并且完全不顾自己见识的局限，其实也不知道自己的见识有局限。

No title

November 17, 2021

无论怎么掩盖，早晚有一天他们会知道的。如果不知道的话，那就更惨--因为他们最终获得的只有扭曲的真相。

No title

November 17, 2021

相信我，最朴素的纸和笔是最有效的工具。

No title

November 17, 2021

资源原本就是有限的，经济学上的措辞是“资源稀缺”（Scarcity）。在整体上资源稀缺的前提下，“资源并非均匀分布”体现在每个人身上，直接的结果是“绝大多数人都觉得自己拥有的不够多”。

No title

November 17, 2021

好像我们可以不用努力、不用奋斗似的；好像我们不愿努力、不愿奋斗似的。事实上，无论强调与否，我们都必须努力、必须奋斗。努力是应当的，奋斗是应该的。

No title

November 17, 2021

被认为是二十世纪最有影响力的经济学家之一的富兰克·H·奈特（Frank H.Knight<sup>16</sup>）有个著名的观点：“决定一个人富有的三个条件，一是出身，二是运气，三是努力，而这三者之中，努力是最微不足道的。”这是个严肃而重要、需要耗费大量时间与精力才能通过认真思考而理解并接受道理：无论你多努力，你都很有可能完全没有机会做到富有富足--你有勇气接受这样的现实么？

No title

November 17, 2021

每个获得巨大成功的人，最为紧迫的任务就是保护自己的既得利益。

No title

November 17, 2021

人们不喜欢甚至害怕自己控制不了的事情。并且，越是脆弱的人越希望获得控制权；同时，越是意识到自己没有控制权的时候就越害怕。

No title

November 17, 2021

好运气发生在你身上，你当然应该非常开心；坏运气降临在你身上，你应该平静接受--无论怎样你都要继续生活，当然就还要继续面对你不能控制的事物。其实，这是苏轼早就总结过的生活态度：“骤然临之而不惊，无故加之而不怒。”

No title

November 17, 2021

”所谓的幸运就是当你准备好了的时候机会来了。“（Luck is what happens when preparation meets opportunity.）

No title

November 17, 2021

专心做可以提升自己的事情；学习并拥有更多更好的技能；成为一个值得交往的人；

No title

November 17, 2021

学会独善其身，以不给他人制造麻烦为美德；用你的独立赢得尊重；

No title

November 17, 2021

除非有特殊原因，应该尽量回避那些连在物质生活上都不能独善其身的人；那些精神生活上都不能独善其身的，就更应该回避了--尽管甄别起来比较困难；

No title

November 17, 2021

真正关心一个朋友的意思是说，你情愿在他身上花费甚至浪费更多的时间；

No title

November 17, 2021

记住，一个人的幸福程度，往往取决于他多大程度上可以脱离对外部世界的依附。

No title

November 17, 2021

规律的生活会使你自然地变得相对容易守时

No title

November 17, 2021

尽量不要减少与家庭成员和亲属交流的时间。

No title

November 17, 2021

我们所面临的今天很大程度上取决于我们的过去。可是，时间的属性决定了，被它穿透的一切都将凝固成历史，无法更改。无论后悔的程度多么强烈都无济于事。

No title

November 17, 2021

成熟的人总是知道如何让别人舒服。很多的时候，所谓的“谦虚”和“低调”事实上是一种自我保护的优化策略。

No title

November 17, 2021

美与丑的分别、强与弱的不同、聪明愚蠢的差异，并不依附于个人想法而存在，也不会因为任何人独自的看法就发生任何改变。

No title

November 17, 2021

嘲弄他人的人最终必然被他人，或者他人之外的其他人，所嘲弄。



No title

November 17, 2021

己所不欲，勿施于人

No title

November 17, 2021

越是收入低的人越是不爱惜时间--因为他的时间实在是没有什么价值，每一秒钟都几乎可以忽略不计。越是收入高的人越是吝惜自己的时间，因为他的每一秒都有着确定的价值，而他正忙着使他的每一秒钟变得更具价值呢，所以，每一秒钟都值得格外珍惜。

No title

November 17, 2021

“明日复明日，明日何其多”，是一个行将就木的人发出的慨叹

No title

November 17, 2021

所以说，大多数事情都需要提前准备，也都可以提前准备。认识到这一点本身就几乎是一切改变的起点。

No title

November 17, 2021

所谓的坚持不懈的本质是时间的投入。因为人们在做一件事，为了成功坚持不懈的时候，最终会发现大多的努力其实不过是简单而又貌似枯燥的重复。

No title

November 17, 2021

...“管理时间”，或者“时间管理”的说法多少有点像那些常见的诸如“公开的秘密”、“素质教育”、“价值投资”之类的矛盾修辞（oxymoron）.....没有人能够管理时间--时间不归任何人管。

No title

November 17, 2021

大多的努力其实不过是简单而又貌似枯燥的重复。

All Excerpts From

李笑来. “把时间当做朋友.” **chenjin5.com** 海量电子书免费下载. **Apple Books.**

**This material may be protected by copyright.**

Sent from Goffy's iPad