

## 感悟

1. 关于时间的利用，就是自己选择做的事情，去花一半的时间做重要的，不紧急的事情，那么紧急的事情就会越来越少，效率就更好
2. 身体状态好了才有更充沛的精力
3. 放空自己
4. 果决

迅速行动。瞻前顾后、患得患失的行动习惯，往往会给我们造成巨大的危害，剥夺我们的幸福。

有一位作家说过：“世界上最可怜又最可恨的人，莫过于那些总是瞻前顾后、不知取舍的人，莫过于那些不敢承担风险、彷徨犹豫的人，莫过于那些无法忍受压力、优柔寡断的人，莫过于那些容易受他人影响、没有自己主见的人，莫过于那些拈轻怕重、不思进取的人，莫过于那些从未感受到自身伟大内在力量的人，他们总是背信弃义、左右摇摆，最终自己毁坏了自己的名声，最终一事无成。”

有一天，有一个在恋爱中的年轻人很想到他的爱人家中去，找他的爱人出来，一块儿消磨一个下午。但是，他又犹豫不决，不知道他究竟应该不

