最近两天也有点迷茫，就不知怎么的，就是天天在图书馆，却效率极低，这次大物就没复习好，高数也是，一下午加一晚上基本没复习什么。就是不在状态。

分析下干扰我过上充实健康生活的诱惑。

-不健康的视频图片

-xiaoy 的魔兽争霸视频

-各种小视频,网易云视频

-QQ 微信

总之还是一个手机的问题，空虚，空虚，空虚，一空虚就喜欢干些没意义的事情，本来可以过上充实规律。记得以前定的时刻表——timeline. 我个人一天的timeline 怎么还是按照以前那个来，晚上11:30之前睡觉，也就是说11:25就差不多要开始刷牙洗脸了，这方面要有足够的自控力，这是第二天能够正常timeline 的前提，倘若前一天12：30才睡，那第二天肯定起不来，每次都这样，第二天就没精打采的。这样吧，给自己一个约定，上床一定不拿手机，要收敛起那些下意识的动作，每次下意识的时候，都要克制住自己。

然后现在没什么课了，早上8点就可以去图书馆学习了，看书专业课学习这两个方面，当然还有写作。I like reading and writing. 我喜欢不断地提升自己，大学嘛，这四年非常必要，错过则不再有，对，就是现在。有大把自由的时间，以后就业后就没有这么好了，我现在想想，还主要就是大一大二，大三空闲时间就少了很多，大四便基本没有了，我还有打算考研，对，我想换一个大学，不甘于这所大学。现在大一已经没有了，还有大二大三，这段时间一定不能错过，保持清醒，我觉的现在的我还有点不清晰，还没有真正的对自己的一个清晰的定位，还不能够有一个清晰的计划，还是过着得过且过的日子，每天过一天是一天，没有想到今天提升了没有，我想的是把每天的时间都做的最大的利用。每一分钟，都汇集起来，都用来提升自己，用来认识这个世界。

还是那句话—— I’m the captain of my ship and the master of my fate. 自己才能够主宰自己。命运由自己主宰。