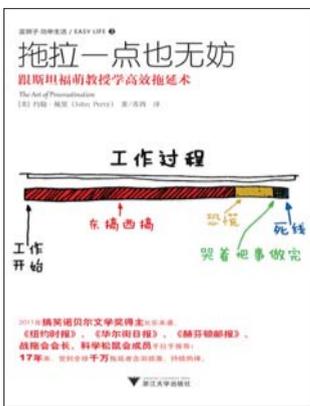


# 与拖拉先生和解吧



《拖拉一点也无妨——跟斯坦福萌教授学高效拖延术》

【美】约翰·佩里 苏西(译)  
浙江大学出版社

最近,一本薄薄的小书《拖拉一点也无妨:跟斯坦福萌教授学高效拖延术》让许多拖延症患者再次看到了希望,为“拖延”找到了合理化的理由。当然,很多人也从书中学到了一些实用的“战拖”妙招。我们本期的互动话题就是,你是否受拖延症所累?

针对这一话题,广大网友在网上意见各抒己见。为了便于读者选择,我们列出了三个选项:A.我拖延,我快乐;B.常因此内疚;C.其他。根据我们的统计,有超过一半的人,选择了B,也就是会为拖延感到内疚与不安。我们针对网友回复进行了归纳整理,与大家分享其中的精华:

## A 我拖延,我快乐

“拖延……痛并快乐着。”

“挺快乐的吧,总是在该做某事的时候,发现,呀!还有这么好玩(看)的东西,特别不能自拔,直到最后期限,才来了灵感和毅力,把该做的事儿做好。闲下来之后,觉得百无聊赖……哎!”

“拖拉不是不作为,只是在甄别轻重缓急后再行动,故而磨叽是有理由的。”

“雷厉风行需强有力的气血支撑,气血两虚自然做事拖拉;雷厉风行往往急躁,而拖拉的人只要心情好不内疚,长期看效果更好。”

## B 为此苦恼、内疚、不安

“《拖拉一点也无妨》不是寻求拖延症的解决方法,而是让拖延症患者看完心里舒服点儿,时间管理终究要靠自控力。作为拖延症重度患者,我的自控力太差,因为在清单、闹钟下,脑海中还是总浮现“享受人生”四个大字,做人啊,终究要对自己狠一点儿才行。”

“因为拖延愧疚死了,真的想起来就如坐针毡。今天从网上看到,拖延症的另一种说法就是——懒。”

## C 拖延症不是一种病

“毕业前有天走在北师大的路上,看到一海报上赫然印着几个大字:拖延是一种病!原来是某战拖会发起人的讲座。怎么现在人们都乐于说自己有病呢?”

“如今,喜欢创造疾病的人真不少,正常化看待人类的大多数行为越来越必要。去疾病化,返璞归真。”

“我很讨厌‘拖延症’这个词,这个貌似科学的标签,阴险地摧毁了许多人的自信心,帮他们建构起‘我有病’的身份认同。所以,当我看到《拖拉一点也无妨》,不禁从心里欢呼起来:终于有人跳出来解构它了!”

“许多时候不以为然,等到自己意识到问题,其实已经很严重。一个习惯的养成需要三十天左右的时间,那么我还可以重新建立一种新的习惯替代之。但愿它并未深入骨髓,成为性格的一部分。”

“如果拖延让人快乐,为什么大家还叫它‘症’呢?拖延症的人还是清醒地知道拖延会带来什么,但是他们无法战胜行动上的矮子。”

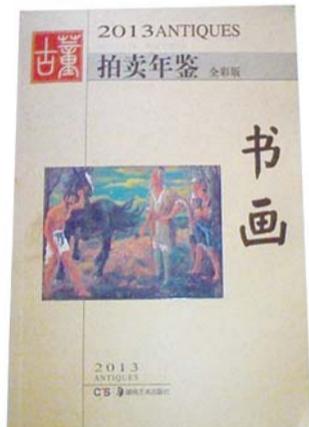


《平凡的世界》

路遥

北京十月文艺出版社

《平凡的世界》这是一部全景式地表现中国当代城乡社会生活的长篇小说,全书共三部。作者在中国70年代中期到80年代中期近十年间的广阔背景上,以孙少安和孙少平两兄弟为中心,刻画了当时社会各阶层众多普通人的形象。读来令人荡气回肠,不忍释卷;被誉为“茅盾文学奖皇冠上的明珠,激励千万青年的不朽经典”。



《2013年古董拍卖年鉴》

欣弘(编)

湖南美术出版社

《2013年古董拍卖年鉴》分瓷器卷、玉器卷、杂项卷、书画卷共四册。本丛书收录了纽约、伦敦、香港、澳门、台北、北京、上海、南京、西安、沈阳、济南等城市或地区的几十家拍卖公司上百个专场的2012年度拍卖成交记录与拍品图片。本书作为一种翔实的信息载体,不仅记录了2013年中国古董拍卖的走向,同时也对2014年中国古董拍卖进行了展望和预测,值得收藏参考!

## 八月第一周(8月5日-8月11日) 书香榜单

排名	书名	版别	作者
1	别让你的眼神出卖你	人民邮电出版社	知墨
2	幸福了吗?(含光盘)	长江文艺出版社	白岩松
3	正能量	湖南文艺出版社	(英)理查德·怀斯曼
4	绝顶锻炼了我——朴槿惠自传	译林出版社	朴槿惠
5	时间简史(插图本)	湖南科学技	(英)史蒂芬·霍金
6	豆蔻镇的居民和强盗	湖北教育出版社	托尔边·埃格纳
7	静心	中国华侨出版社	韦渡
8	性格色彩入门	湖南文艺出版社	乐嘉
9	虚实之间(附光盘)	长江文艺出版社	芮成钢
10	于康家庭营养全书	科学技术文献出版社	于康

【榜说】

读书,是静态寡淡之事。读书来自生命中某种神秘的动力,与现实利益无关。

《别让你的眼神出卖你:全方位看懂人心的FBI识人术》钉在总榜首位,看不出有动摇的趋势。白岩松的《幸福了吗?》屈居亚军,依然稳坐前三甲,白岩松的言论,一向以有勇气、有价值著称。相比十年前,无论他的人还是他的书,改变的是眼界,是心境,是胸怀,而不变的则是无处不在、让人难以无动于衷的浪漫主义激情。世界级心理励志书本期排行第三名《正能量》,每个人身上都是带有能量的,而只有健康、积极、乐观的人才带有正能量,和这样的人交往能将正能量传递给你。

本期书香榜数据由烟台新华书店提供

# 在中国市场征战的秘籍



《不一样的25年:施耐德电气的中国故事》  
陈斯文  
浙江大学出版社

作为一家成功进军中国市场并取得全球性认可的跨国企业,施耐德电气的商业方法与思想同样受到特别关注。一家外企,如何敲开一个陌生市场的大门,立足、扎根,并获得用户认可?本书将为您揭晓谜底。

文/陶魏斌

达能败给了娃哈哈,MSN败给了QQ,Ebay败给了淘宝,甚至连如日中天的IT界“大哥”谷歌在中国市场也无法尽兴驰骋,毫无悬念地败给了中国本土企业百度。

在对中国市场惊人的增长率羡慕不及背后,这些跨国公司们可并没有少吃苦头。已经有太多的案例证明,中国市场开满艳丽鲜花的背后,其实隐藏着残酷的尖刀。

我们所说的施耐德其实应该被称为施耐德中国更准确。25年前的1987年,法国人在中国建立了第一家合资企业,当时它的竞争对手是那些从草根成长起来的,毫无规则意识的温州小厂——这几乎就是中国的第一代山寨企业。这多少让他们感到不适,用现任施耐德电气全球总裁兼首席执行官赵国华对本书作者陈斯文的原话来说,是感到“未来前景不明朗”。不过,法

国人准备赌一把。

事后证明,当时的中国确实是冒险家的乐园。施耐德靠精密制造和专业服务能力,征服了中国市场,成功把自己嵌入到了庞大“中国制造”的产业链条中。

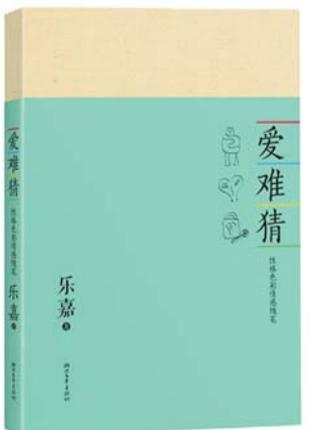
没有一家跨国公司会不认可“本土化”是征战中国市场最好的利器。但是如何在建立本土化优势和跨国公司本身的制度及文化特点上把握好平衡点,是这些这个星球上最聪明的CEO们烦恼的问题。

把市场重心或者脑袋搬到中国来,这不是不可以,但是复杂并且多层次的中国市场,乃至中国人看问题的方法,都让那些坐在跨国公司董事会上人难以适用。如果把中国市场仅仅作为信息采集点,把决策权收回到伦敦或者纽约的某个高档写字楼办公室内,又往往会制造在事后看来是匪夷所思甚至是愚蠢的决定。

不得不说的是,在这个问题的处理上,微软是个失败的案例,年初曾经的明星产品MSN被宣布死亡,让无数中国白领唏嘘不已——要知道,这曾经是中国市场上唯一能和腾讯QQ想对抗,并有机会击败对手的即时通讯软件。

通过本书,我们可以看到的是,从商业上说,施耐德的成功是顺理成章的。它从一个工厂开始,依靠正确的人来开拓市场,以充分投资来扩大产能,最终完成其布局,形成了一个高效而强大的工业体系。它听从顾客的声音,以严密的组织形式,把可供运用的资源,用工厂化的形式生产出来,再通过内部组织的高度配合,由高度本土化的渠道销售出去。

如果那些跨国企业们,能从这本书里,获取到对自己有益的帮助,我不知道,这是施耐德的好事还是坏事,因为或许,会给他增加更多巨无霸式的对手。



《爱难猜》

乐嘉

浙江文艺出版社

一直以来你爱的方式是否正确?你爱的人是否真的接受了你努力给出的爱?如果你从未认真检视过这些问题,那么就从《爱难猜》开始。本书是一本性格色彩的爱情工具书,集“悦读性”与“实用性”于一体,对情感迷惘中的男女有非常实用的指导意义。透过性格色彩,剖析爱的误解与困惑,探清更深邃的人心与人性。其实,爱并不难猜。