

第十三届泓河杯中文作文比赛第二组三等奖

(第二组: 参赛者在海外接受中文教育, 或在中国国内的中文教育少于3年, 年龄12岁以上)

拖延与坚持

刘澄颖(Claire Liu)

泓河中文学校, Sir John A. Macdonald Secondary School

每到新年, 人们都会设定许多新的目标, 称为新年愿望。许多人等着新年到来去设定目标, 希望能实现这些目标, 但是实际上, 没有多少人真正按照自己的计划去做。我曾经也是这样。上学的时候, 每个新年老师都会让全班同学设自己的新年愿望。比如我上八年级那年, 设了一个目标: 每周读一本书。后来, 我发现我总是等到新年才设目标, 没考虑到如果我早一点开始的话, 目标岂不是也会早点实现!。人们没有必要一定要等到新年才开始自己的目标——目标可以在任何一天开始实现。因此, 人们不应该拖拉自己要做的事情。

很多人会发现如果想做一件事, 等待得越长, 就越有可能拖延。这样也会很浪费时间。比如, 有些人想等新年开始实现自己的目标, 在那之前的时间都浪费掉了。我在八年级设新年愿望时, 上学比较忙, 而没有时间去完成我设的目标。这导致我拖延, 我总是说我会在下周开始, 但是我从来没有做到。如果早点开始的话, 可以更快地实现目标。人生在世, 时间最珍贵, 不能浪费。

我越拖延, 自己就越难受。感觉已经浪费了这么多时间, 就越没有动力去继续完成我的目标。这让我感觉自己已经失败了, 而我并没有开始呢。我发现拖拉时间太长会给人一种消极的感觉。当人们知道自己浪费了时间, 大多数都会感到更加沮丧。浪费时间时也会让人们感觉很糟糕。这将失去人们想要实现目标的动力。

对于八年级时我给自己设定的目标, 在失掉了决心之后, 很难坚持下去。失去了动力后, 最终做得也会更少。如果拖延太久, 就会逐渐失去继续下去的信心了, 或者总是有负面情绪, 这也会降低动力。这两个因素都会使看到结果需要更长的时间。如果失去信心, 就会很难找回信心。但不是每个人都拖延, 如果早点行动, 无论是短期还是长期, 都会感觉更好。

虽然那年我没有实现新年目标, 但是通过整个过程我吸取了很多教训。我想分享一些我学到的东西, 如何不拖延。第一, 想一想未来, 当你实现了目标之后会感到很开心。第二, 想一想设这个目标的原因。第三, 想一想什么时候开始实现目标。把握

现在的机会，而不是等待以后。很多人不早点开始，因为万事开头难。如果早点开始，会更快地实现目标。人们不应该总是等着未来，而不利用现在的好机会去开始。

拖延的反面是行动，而行动的关键是坚持。不拖延加上坚持可以让人们实现自己的目标。例如，我认识的一个朋友，他的梦想就是进入一流的 IT 公司工作。为了准备面试，他天天学习到很晚，提前好几周就开始练习。虽然他第一次面试没成功，但他不放弃，继续努力学习。过了很多年，他又得到了一次面试机会。他仍然很努力地准备面试。这次，他通过了每一关，成功进入了这个公司。正是因为那些年的不断坚持，他积攒了很多经验和技能。所以当机会再次降临时，他把握住了这次机会。

做事贵在坚持，“只要功夫深 铁杵磨成针”。开始行动以后，坚持就变得特别重要。努力坚持才可以完成目标。对大多数人来讲，迈出第一步很容易，但坚持很难。所以，不坚持就等于前功尽弃。

所以，坚持一件事情和不拖延计划都非常重要。如果拖延太久，会更难坚持。如果坚持不下去，很快就会失败。人们不应该等到新年才制定目标、开始行动。如果有一个愿望，为什么不现在就开始实施？