

<<把时间当作朋友>>

图书基本信息

书名：<<把时间当作朋友>>

13位ISBN编号：9787121115028

10位ISBN编号：7121115026

出版时间：2010-8

出版时间：电子工业出版社

作者：李笑来

页数：248

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<把时间当作朋友>>

前言

无论是谁，都最终在某一时刻意识到时间的珍贵，并且几乎注定会因懂事太晚而多少有些后悔。病了要投医，病急了就很可能乱投医。

可是书店里各种各样的关于“时间管理”的书籍多半于事无补——至少这是我自己的经验。

一方面是束手无策，另一方面是时间无情地流逝，恶性循环早已经形成：要做的事情越来越多，可用的时间越来越少；而因此时间越来越珍贵，时间越来越紧迫；时间越珍贵就越紧迫，时间越紧迫就越珍贵……压力越来越大，生活成了一团乱麻。

时间是个问题，可是“管理”它却不是正确有效的方法，因为那是几乎做不到的事情。

之所以后来换成这个名字，在于《把时间当作朋友》更能体现本书的实质。

我自己也是在写作的过程中才清楚地意识到“管理时间”的说法有多么荒谬。

人是没办法管理时间的，时间也不听从任何人的管理，它只会自顾自一如既往地流逝。

“管理时间”，只不过是人们的一厢情愿而已。

换言之，人类能做的事情顶多只不过是发明改进测量时间的工具而已，根本没有任何办法去左右时间。

终于有一天，我对自己说，“承认了吧，你对时间的流逝无能为力。

”那一刻的醒悟，感觉就像凤凰涅槃一样浴火重生——这个说法多少有些矫情，但又确实过于准确而无可替代。

那一瞬间，我已经30多岁——还好，并不算太晚。

要管理的不是时间，而是自己。

人们生活在同一个世界，却又各自生活在自己的那个版本之中。

改变自己，就意味着属于自己的那个版本的世界将会随之而变，其中也包括时间的属性。

<<把时间当作朋友>>

内容概要

做人要勤奋，做人要执着，但做事不一定要图快。

马跑起来比骆驼快，但骆驼一生走过的路却是马的两倍。

没有人见到过在沙漠里狂奔的骆驼——除非那头骆驼疯了。

我喜欢笑来的观点：一切都靠积累，一切都可提前准备，越早醒悟越好。

人的一生是奋斗的一生，但是有的人一生过得很伟大，有的人一生过得很琐碎。

如果我们有一个伟大的理想，一颗善良的心，我们一定能把很多琐碎的日子堆砌起来，变成一个伟大的生命。

但是如果你每天庸庸碌碌，没有理想，从此停止进步，那未来你一辈子的日子堆积起来将永远是一堆琐碎。

所以，我希望这本书所有的读者都能把自己每天平凡的日子堆砌成伟大的人生。

<<把时间当作朋友>>

作者简介

李笑来，原新东方老师，现艾德睿智国际教育咨询合伙人。

他，经历丰富，与众小有不同。
东北人，就读普通高校，本科学财会，毕业干销售，惯于洞察他人心理，一不留神，成了新东方教写作的名师，授业解惑，乐此不疲。

他写书，且畅销。
著有畅销书《TOEFL和新词汇21天突破》、《TOEFL高分作文》——常年位于同类图书销售排行榜首。
授课风格以朴实、有效见长，注重培养学生的独立思考能力。

在观察学生的成长过程中，他也在探寻自己的心智成长，写作之路由此延伸。
他的个人独立博客中，“把时间当作朋友”、“想明白”和“我要问笑来”等系列文章深受读者欢迎。

<<把时间当作朋友>>

书籍目录

前言第0章 所有人的困境第1章 心智的力量 了解心智的力量 心智力量的差异第2章 开启自己的心智 何谓心智 起点 控制自己的大脑 控制自己的情绪 推迟满足感第3章 提高心智, 和时间做朋友 精确感知时间 最好的工具: 纸笔 开始记录时间开销 制作时间预算 使用列表减少失误 计划, 还是不计划, 是个问题第4章 开拓我们的心智 获得知识的基本途径 摆脱经验的局限 提高自学能力 正确对待老师 通过改变态度改变自己的世界 耐心培养记忆力第5章 小心所谓“成功学” 人人都能成功, 你是否相信 成功的定义——“成功学”的核心缺陷 个案分析——“成功学”的方法缺陷 努力是应当的, 无须强调 “我是独一无二的”——最浪费时间的错觉 留心成功者说的话 不要相信“运气”, 更不要相信“机不可失, 时不再来” 打造人脉不如打造自己 关于“成功学”的最后一点啰唆第6章 更多思考 最节省时间的方法: 学习 被误解了的效率 效率低下的根源: 回避困难 提高效率的最有效方法: 克服拖拉 把生活节奏调整得慢一点 做个不迟到的人 关于开源节流的几点建议 不要浪费时间去“证明自己” 最浪费时间的句型: “要是……就好了!” 自卑是浪费时间的罪魁祸首之一 时间不一定是金钱 被低估了的今天第7章 从此时此刻开始改变 万事皆可提前准备 提前准备的好处 成功的核心素质: 耐心 越早醒悟越好索引参考文献 补记

<<把时间当作朋友>>

章节摘录

了解心智的力量 常常有学生问我，“老师，这种方法真的有用么？”在相当长一段时间里，我对这样的问题极为不耐烦，总是不由自主地皱起眉头，同时尽量显得心平气和地说“那——你觉得呢？”学生通常都是愣了一下，转身走掉——估计是带着失望呢。我几乎都能感觉到他们心里的那个小人儿肯定是紧闭双眼使劲摇了摇头，然后再睁开眼睛还是一脸迷惑。

那时候，我觉得自己真的无能为力。不管什么方法，都要通过实践才能获得效果。有没有用，不去做怎么会知道呢？问题在于，实践要花费时间，而每个人的时间都因有限而宝贵。当我看到这样的学生，不得不打心眼里替他们着急：“你怎么还在浪费时间想这样没用的问题呢？要是你早就开始实践的话，现在不就能知道那方法是否真的有用了么！”

我想，估计有很多的老师都会面临与我一样的困境吧？我肯定不是唯一一个遇到学生这样提问的老师。终于，我还是再次挣扎着努力了一下。在其后的相当长一段时间里，我总是在讲一些重要的方法之前或之后，甚至干脆于之前、之中、之后反复告诫我的学生：“仔细听清楚，无论我讲得多么有趣、多么有用或多么有道理，暂时还跟你一点关系都没有——当且只当你按我说的做了之后，对你来说，才算是真的有趣、真的有用、真的有道理”。

然而，我发现自己的这番说辞作用并不是很大。因为还是有很多学生——我很怀疑其实是大部分——根本不按我说的去做。

<<把时间当作朋友>>

媒体关注与评论

这是一本父母应该买给孩子的书，朋友同事之间互相传阅的书，事实上，这是一本对所有年轻人都有益的书。

——俞敏洪 新东方教育科技集团董事长 笑来总能不经意却又精准异常地说透根本。

这本书让我豁然开朗：原来一直自以为被时间追着跑，其实不知不觉已和时间做了朋友。

——朱敏 赛伯乐（中国）投资公司董事长 改变人生命运的无非两样东西：一个是你读过的书，一个是你遇到的人。

这本书颠覆了一些我早已根深蒂固的观念。

有醍醐灌顶的感觉。

——传奇 北京读者 我非常非常喜欢李老师这本书，我曾自己排版打印出来，也把Word文档发给朋友们。

书出版后，我一口气买了20本送给朋友。

这本书对我的意义确实可以用“重生”来形容。

——胖兔子粥粥 北京读者，著名插画人 其实我们都经历了差不多的生活，不同的是这其中极少数人能从中看到别人看不到的东西。

笑来老师就是这样的人。

——刘未鹏 Top Language Group创建人 这本书帮助自己抛掉了一些不切实际的幻想，虽然有些话不是那么“中听”。

第一次看到笑来的文章就推荐给了许多朋友，而当得知这是在丢失了几十万字的书稿后的重新整理，更加佩服笑来的毅力。

——车东 搜索专家，技术名博

<<把时间当作朋友>>

编辑推荐

如何打开心智，如何运用心智来和时间做朋友，如何理解时间管理的意义，在时间管理上取得突破，进而用心智开启自己的人生成功之旅，知名博客李笑来与你一一分享。
这是一本帮助你走向独立，走向自由的省身之作。

<<把时间当作朋友>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>