

<<奇特的一生 (2013年新版) >>

图书基本信息

书名：<<奇特的一生 (2013年新版) >>

13位ISBN编号：9787550215078

10位ISBN编号：7550215073

出版时间：2013-10

出版公司：北京联合出版公司

作者：(俄罗斯) 格拉宁

译者：侯焕闾,唐其慈

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>

<<奇特的一生（2013年新版）>>

内容概要

柳比歇夫的治学，博大精深，既是一个狭隘领域的专家，又是个杂家。他的知识面究竟有多广，是很难测度的。

我不打算通俗地阐述他的思想或衡量他的贡献。

我感兴趣的是另一个问题：他，我们同时代的人，一生干了那么多事，产生了那么多思想，这是用什么方法达到的？

最后几十年（他是82岁时死的），他的工作精力和思维效率有增无减。

关键不是在数量上，而在他是怎么样，用什么方法做到的。

柳比歇夫对我最有吸引力的精粹、核心正是这个方法。

他的工作方法是一个创举，不问其余的工作和研究如何，这种工作方法是独立存在的。

从表面上看，这是纯技术性的工作方法，一点也不起眼。

它是自然而然形成的，但几十年来它取得了精神上的力量。

它成为柳比歇夫生活的骨架。

不仅保证了最高的效率，并且保证了最旺盛的生命力。

【编辑推荐】

1、苏联科学家柳比歇夫坚持56年做时间统计法。

本书讲述一个将自己一生的用时间来计划的人——柳比歇夫。

柳比歇夫通过他的时间统计法对自己进行了研究和试验：试验在写、读、听、工作、思索各方面，他到底能干多少？

怎么干？

他不让自己负担过重，力不胜任；他总是循着他能力的边缘前进，他对自己能力的掂量精确无疑。

2、开启心智的第一本书，《冬吴相对论》、《把时间当做朋友》不约而同推荐。

这本书讲述了柳比歇夫过得很好的一生，对于普通人非常有借鉴意义，很多人评价说改变了自己的生活，提升了个人心智。

<<奇特的一生（2013年新版）>>

作者简介

格拉宁，俄罗斯著名作家，一生著作等身。

2012年获俄罗斯“巨著奖”——俄罗斯最重大的文学奖，其奖金额度仅次于诺贝尔文学奖。

<<奇特的一生（2013年新版）>>

书籍目录

编者的话 / 001

第一章

怎么生活得更好：柳比歇夫一生的秘密 / 001

我确实花了很多时间，研究我的主人公的日记和文档，我从中得到的一切，对于我来说，是一个新发现，使我参透了一个人一生的秘密。

这个秘密是——怎么才能生活得更好。

第二章

崇拜者眼中的柳比歇夫 / 011

柳比歇夫有他的崇拜者，有拥护者，有景仰者，也有读者。

他没有学生，只有私淑弟子。

也就是说，他并没有教他们，是他们向他学习。

学习什么呢？

很难说。

主要是学习应当怎样生活、怎样思考吧。

似乎咱们总算找到了一个人，他知道他活着是为了什么，有什么目的……仿佛他有什么崇高的目的，甚至可能领悟了他存在的意义。

第三章

令人惊叹的一生 / 017

我感兴趣的是另一个问题：他，我们同时代的人，一生干了那么多事，产生了那么多思想，这是用什么方法达成的？

最后几十年（他是82岁时去世的），他的工作精力和思维效率有增无减。

关键不是在数量上，而在他是怎么样，用什么方法做到的。

柳比歇夫对我最有吸引力的精粹、核心正是这个方法。

柳比歇夫的遗产 / 018

他的工作方法是一个创举 / 020

第四章

时间开销日记中的“时间统计法” / 023

他认为他那些本本是“时间统计”。

好比账簿，他是在用他的方法统计支出的时间。

我发现，每个月到月底他都要做小结，画了一些图，列了一些表。

到年终，又根据每月小结做一份年度总结，列出一览表。

令人叹为观止的编号文档 / 024

时间开销日记 / 026

时间的账簿 / 032

第五章

时间统计法：生活的方式（生活的方法） / 035

柳比歇夫肯定形成了一种特殊的时间感。

我同他见过两次面，在他日记中都有记载，时间记得十分准确——“1小时35分”、“1小时50分”，

<<奇特的一生（2013年新版）>>

然而当时他自然没有看表。

我同他一起散步，不慌不忙，我陪着他；他借助于一种内在的注意力，感觉得到时针在表面上移动——对他来说，时间的急流是看得见摸得着的，他仿佛置身于这一急流之中，觉得出来光阴在冷冰冰地流逝。

如何与时间相处 / 036

“我对时间统计法已经习惯了，没有它就没法工作” / 039

第六章

缘起：一生的奋斗目标 / 045

这样到底好不好？

——给自己的生活定了框框，定得那么死。

然而在事实上（这个事实很值得注意），柳比歇夫的命运并非如此。

他的一生是生气勃勃、和谐协调的一生。

他孜孜不倦地追求自己的既定目标，在他生活中是起了重大作用的。

他一生始终忠于他青年时代的选择，忠于自己的爱好和理想。

他自己认为自己是幸福的。

一生的奋斗目标：创立生物自然分类法 / 046

最好不是去震惊世界，而是生活在世界上 / 050

第七章

人生的容量：如何做时间统计 / 053

他的时间好像是物质，不会无影无踪地消逝不见，不会消亡；它变成了什么，总能查得出来。

由于做了统计，他获得了时间。

这是最实在的收获。

随时随地利用“时间下脚料” / 054

时间统计法的本质：针对过程的“事件·时间日志” / 058

总结的价值和意义 / 067

第八章

时间之镜 / 073

柳比歇夫的总结公正客观地反映了过去一年的历史。

柳比歇夫的方法，以它细密的网眼，抓住了变幻无常的、老想溜掉的日常生活，抓住了我们没有察觉到的、损失掉的、不知去向的时间。

第九章

时间统计法的胜利 / 077

柳比歇夫是依靠他那最合理的方法一手造就了自己；他创造了他的方法，他通过他的方法证明，如果把一切才能集中用到一个目标上，可以取得多么多的成就。

第十章

光亮的背面 / 083

他能够叫时间服从他，但不能左右环境。

他无非是个凡人，激情、爱、挫折都能叫他分心，连幸福也会影响他的专心致志。

其他的事实 / 084

柳比歇夫的自我评价 / 086

<<奇特的一生（2013年新版）>>

生活的内容并不是苦难，而是成果 / 092

向自己提问题 / 098

第十一章

井井有条的生活 / 103

无数的日期、姓名、事件，亚历山大·亚历山德罗维奇·柳比歇夫应用起来简直得心应手，这是因为他把这些材料都按一种巧妙的体系分别铭刻在头脑之中。

至少可以这么认为，当需要的时候，即使不能“记忆如泉涌”，他也能像从书架上抽出一本需要的手册一样，在脑中找到这些材料。

分门别类的爱好 / 104

<<奇特的一生（2013年新版）>>

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>