

<<悠游度过一天的24小时>>

图书基本信息

书名：<<悠游度过一天的24小时>>

13位ISBN编号：9787560088365

10位ISBN编号：7560088368

出版时间：2010-1

出版时间：外研社

作者：阿诺德·本涅特

页数：95

译者：刘万云

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>

## <<悠游度过一天的24小时>>

### 前言

阿诺德·本涅特，1867年出生于英国，一生著作颇丰、尤以小说见长。尽管他一生中创作出了三十余部小说、13个剧本以及数则短篇故事，但使他真正为世人所熟知和铭记的，却是他创作的一系列生活哲学口袋书作品。

作为阿诺德·本涅特笔下最知名和最畅销的作品，《悠游度过一天的24小时》这本小书被盛赞为“一本关于时间管理的经典之作”，“一本影响了二战期间英国首相温斯顿·丘吉尔一生的时间管理励志书”。

法国政治家拿破仑、福特汽车创办人亨利·福特、微软创始人比尔·盖茨、美国前总统比尔·克林顿在开启人生辉煌的过程中，也都曾阅读本书并从中得到启迪。

每一天的24小时都是上天给予人类的馈赠，是属于每个人的财富。

聪明人利用它去创造美好生活，有些人却因不善支配时间而只能眼睁睁地看着这笔财富流走——他们视工作为生活的轴心，除了将每天的8小时(1/3天)用来应付工作外，还将剩余的2/3天也同样草率、轻易地支配和浪费掉，一天下来疲惫不堪却收获寥寥，最后不但工作中找不到激情，生活也失去了乐趣。

每天就像只无头苍蝇一样，“忙”，“盲”，“茫”。

于是，他们总感觉自己被一种看不见摸不着却无时不在的幽灵跟随着、拷问着。

“你今天都做了些什么？”

“你今天有什么成就？”

当人们无法给出答案时，就会感到良心不安、难以释怀。

人们的美好愿望大都可以概括为两个层面的内容，即舒适的物质条件和惬意的精神生活，而一切幸福又都是在时间范畴内创造出来的。

由此我们可以说，如果人们在每一天的每一分每一秒都能感觉被幸福萦绕，他们心中就会满是快乐和满足。

上班时，不要一味抱怨工作枯燥，其实只要细心思考、留意发掘，你就会找到工作中的因果逻辑和蕴含其中的乐趣；工作之余，若有整段时间可以利用，就应坚持不懈来培养自己的爱好、提高在某一领域的修养；此外，你还可以将茶余饭后剩余的琐碎时间化零为整，用于深思反省，以获取有益的生活感悟。

诚然，有效管理时间的方法不是短时间就能掌握的，这就要求我们有决心、有耐心、有严格周密的计划。

起初不宜急躁，要循序渐进，边做事边思考，逐步培养自己的恒心和毅力，注意保持行动与原则的一致。

读者朋友，如果你正因为自己曾虚掷光阴而痛悔不已，请放轻松，明天你完全可以开始崭新的生活——时间最美妙的地方就在于它的不可预支性，从现在往后的每一个点钟都静静地原封不动地为你保留着。

只要给明天的24小时做好规划，你就有无数可能去开拓生命的视野。

此刻，你不妨捧起《悠游度过一天的24小时》这本小书，细心品读，它将引导你缓解精神的不安、摆脱心头的困扰，进而找到生活的意义。

本书文字清新、笔触幽默，篇幅短小却涵义隽永，语言轻松却蕴藏深意，使读者于轻松阅读中获取生活真谛：只要懂得有效管理时间，就能拥有从容自如而精彩绝伦的人生。

## <<悠游度过一天的24小时>>

### 内容概要

《悠游度过一天的24小时》是英国一位多产作家阿诺德·本涅特的非小说类作品，它以其清新幽默、切中要害的笔触向我们表明了一个人如何靠更有效地利用时间来提高自己的生活质量。

《悠游度过一天的24小时》被誉为“一本关于时间管理的经典之作”。

它不是一些关于利用时间技巧的简单堆砌，而是刻画了一些普通人日常生活的真实画面，让你感到这种生活是如此的可恶和令人厌倦，因而痛下决心予以改变，让自己的生活旧貌换新颜。

## <<悠游度过一天的24小时>>

### 作者简介

作者：(英国)阿诺德·本涅特(Bennett.A.) 译者：刘万云

阿诺德·本涅特，1867年出生于英国，一生著作颇丰、尤以小说见长。

尽管他一生中创作出了三十余部小说、13个剧本以及数则短篇故事，但使他真正为世人所熟知和铭记的，却是他创作的一系列生活哲学口袋书作品。

## <<悠游度过一天的24小时>>

### 书籍目录

- 第一章 每日奇迹
- 第二章 超越计划的渴望
- 第三章 开始前的提醒
- 第四章 烦恼之源
- 第五章 网球与不朽的灵魂
- 第六章 牢记人的天性
- 第七章 控制思绪
- 第八章 深思反省
- 第九章 对艺术的兴趣
- 第十章 生活中没有乏味的东西
- 第十一章 认真研读
- 第十二章 要规避的危险

## <<悠游度过一天的24小时>>

### 章节摘录

“对，他就是那种不知怎样妥善安排的人。  
条件优越，收入稳定，完全够买各种必需品和奢侈品，不过也不是那么奢华。  
但这家伙却经常陷入窘境，不知为何花钱买不到什么。  
上好的寓所——空了一半！  
看起来似乎总有中介光顾。  
新套装——配顶旧帽子！  
漂亮的领带——配条宽松下垂的灯笼裤！  
邀你进餐：用雕花玻璃碗——装糟羊肉或土耳其咖啡——杯子是裂的！  
他搞不明白为什么。  
原因很简单，他的收入花得都不是地方。  
要是我有他一半的收入就好了！  
我会教他——” 我们大多数人时不时地、不无优越地批评别人。  
我们几乎都是财政大臣，那不过是一时的骄傲罢了。  
报纸上充斥着教人如何靠一定量的钱过日子的文章，这些文章引起的反响特别热烈，人们对这个问题的兴趣可见一斑。  
最近，某日报谈论的话题为一个女人是否一年只需85英镑就能在这个国家过得舒适，由此引发了激烈论战。  
我曾见过一篇文章，名为《如何靠8先令过一星期》，但我还从没见过名为《怎样度过一天24小时》的文章。  
然而，早就有人说过时间就是金钱。  
该谚语低估了时间的重要性，时间比金钱宝贵得多。  
如果你有时间，你就会有金钱——通常如此。  
然而，即使你和卡尔顿饭店寄存间的服务员一样富有，你也不能用金钱换来比我或火炉边的猫多哪怕一分钟的时间。  
哲学家阐释了空间，但没有阐明过时间。  
时间是万物难以言喻的原材料。  
拥有时间，一切皆有可能；没有时间，万事皆空。  
时间的供给，的确是每天发生的奇迹，仔细想想，这着实令人惊诧。  
早晨醒来，瞧！  
你的钱包里神奇地装上了24小时，这是你整个生命世界里未尝加工的一部分。  
这24小时是属于你的最宝贵的财富。  
时间是相当特殊的商品，总是以一种和这商品本身一样特殊的方式大量地赠予你！  
注意！  
没人可以夺走你的时间。  
时间是偷不走的。  
别人得到的时间不会比你多，也不会比你少。  
说说理想的民主吧！  
在时间的领域里，财富没有特权，知识也没有特权。  
即便是天才，每天也不可能比别人多拥有哪怕一小时。  
同样，也没有时间上的惩罚。  
即使你肆意浪费这无比贵重的商品，你的时间之源也并不会丧失。  
没有某种神秘的力量会说：“这人如果不是无赖，一定是傻瓜。  
他不配拥有时间；应将他的时间供应从计量表中切断。  
” 时间比长期债券更可靠，时间的支付不受是不是礼拜天的影响。  
再者，你不能预支未来，因此不会欠下时间债！

## <<悠游度过一天的24小时>>

浪费的只可能是过去那一刻，而不可能浪费明天，明天给你预留着呢；你也不能浪费接下来的一小时，它也为你保留着。

我说过这就是奇迹，难道不是吗？

每天你得靠这24小时生活。

从这每天的24小时里，你要拥有健康、获取快乐、挣得财富、获得满足和尊重以及你不朽灵魂的升华。

怎样恰当、有效地利用时间是一个最急迫、最令人振奋的实际问题。

一切都取决于怎样利用时间。

你的快乐——你们都竭力追求却难得拥有的欢乐——都取决于对时间的利用，我的朋友们！

奇怪的是，各报载文尽管看上去颇有创意又新潮，却鲜有文章谈论“怎样用固定的时间收入过活”，而更多的是“怎样靠固定的金钱收入过日子”！

金钱远比时间平常。

细想一下，就会发现金钱是世界上最普通的东西。

累累金钱，触目皆是。

如果一个人不能靠一定的收入过活，那么他要么去多挣钱，要么去偷盗，要么就登广告去讨钱。一个人一年一千英镑都不够花，并不意味着他一定会把生活搞糟；他鼓足干劲多赚钱，把一千英镑变成一千几尼，就能平衡收支。

但是如果一个人不能妥善利用一天得到的这24小时来支付所有时间开销，他的生活绝对是一团糟。

尽管时间的供应固定，让人欣慰，可同时时间有限得近乎残酷。

我们中有谁过好了一天的24小时？

我说的过好，意思不是活着或“浑浑噩噩地活着”。

日常生活的“重大消耗部”没掌管好，谁不曾有过这样的不安？

谁能肯定自己笔挺的西装搭上寒酸的帽子，风度不会减损？

谁又能肯定自己因专心观赏盛装食物的陶器而忽略了食物本身的品质？

我们谁不正在乃至一生都在对自己说：“等我有多一点时间了，将会有所改变”？

## <<悠游度过一天的24小时>>

### 媒体关注与评论

- “ 本书观点提纲挈领、充满活力而又犀利。  
” ——《纽约时报》 “ 本涅特先生以清新、幽默且切中时弊的观点，告诉我们应该如何度过自己的每一天，以及如何发现自己的问题。  
” ——《泰晤士报》 “ 这本书富有哲理、令人深思、发人深省！  
” ——亚马逊书店



## <<悠游度过一天的24小时>>

### 编辑推荐

阿诺德·班尼特是出生于英国的多产作家，以小说家闻名，共写了30余部小说，数册短篇故事及13个剧本，不过，他还是以生活哲学口袋书系列作品最令人称道。

其中，本书是最广为人知、也是最畅销的杰作，被誉为“一本关于时间管理的经典之作”，“一本影响第二次世界大战期间的英国首相温斯顿·丘吉尔一生的时间管理励志书”，除此之外，法国政治家拿破仑、福特汽车创办人亨利·福特、微软创办人比尔·盖兹、美国前总统比尔·克林顿等都因本书开启了人生的辉煌！

也许读者朋友为自己曾虚掷光阴痛悔不已，对此本书作者告诉大家时间的最美妙之处在于你不能预支时间拿去浪费，所以从今往后的每时每刻还为你原封不动地保留着，任凭你利用，你完全可以重新规划每天的时间，进而开拓生命视野的新生活良方。

<<悠游度过一天的24小时>>

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>