

# 《如何度过一天的24小时》

## 图书基本信息

书名：《如何度过一天的24小时》

13位ISBN编号：9787510024740

10位ISBN编号：7510024749

出版时间：2010-9

出版社：世界图书出版公司

作者：阿诺德·贝内特

页数：180

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《如何度过一天的24小时》

## 前言

从1895年美国《书商》杂志开启“按销量排序的图书目录”，美国的“畅销书”至今已有百年发展史，其间荣登年度榜的图书达上千册。阅读这些畅销书，可以学习各时代美国最畅销图书中的语言，了解当时的阅读旨趣，领略当时的社会习俗和风土人情，何乐而不为？不过，阅读畅销书也需精选。畅销书只是显现读者的阅读旨趣，并不区分它的高下，读者真实的阅读旨趣是雅俗共存的；登上畅销书排行榜的并不总经得起时间的冲刷，许多名噪一时的畅销书早已销声匿迹，尘封在历史的沟壑中。然而畅销书中自然也有大量经典得以长久流传。我们今天重读美国百年畅销图书，有着以往不曾有的优势。一是，时间的冲刷保证了今日重读之畅销书的经典。能留存至今的多是能够让人细细品读出具许感悟的，而不仅是出于猎奇心理、名人效应。二是，时空的距离感让我们能更好地反思畅销书中所折射出的社会现象。多了一分思考的冷峻，少了一分身处当局的迷惑，我们能以一个旁观者的角色更加清醒地审视。鉴于以上宗旨，本系列所选的畅销书都历经淘洗，至今光彩斐然，甚具代表性。成功类的书籍诸如《白手起家的商人给儿子的信》、《罗斯福总统给子女的信》和《如何度过一天的24小时》；文学类的书籍众多，包括赫赫有名的《马克·吐温自传》，开创了美国西部牛仔小说先河的《弗吉尼亚人》，反映纽约上层社会生活的《纯真年代》，表现女性自我探索的《满溢之杯》，讲述一战之后生死与重建的《贫穷的聪明人》，扣人心弦、探求正义的《公平与不公平》，文字优美、充满真挚情感的爱情小说《百分之一的机会》和表现纽约曼哈顿贫民区生活的《明确的目标：纽约爱情故事》等；此外还有文化类书籍——世界史研究界几乎无人不知的H.G.威尔斯的《历史的概要（世界史纲）》。每本读来都会有不一样的收获，可以满足读者对不同类型书籍的偏好。阅读美国百年畅销图书，浸润美国最地道的语言，了解美国原汁原味的文化。

# 《如何度过一天的24小时》

## 内容概要

《如何度过一天的24小时》内容简介：阿诺德·贝内特（1867～1931），英国小说家。《如何度过一天的24小时》是阿诺德关于时间管理的一本短小精悍的杰作。你的青年时代都做了些什么？如今又为什么而忙碌？晚餐之后的时间你是怎么支配的？你认为每晚花10分钟锻炼身体是不切实际、浪费时间吗？你每天会抽出一个小时来陶冶自己的性情吗？如果你愿意和作者一起审视自己每天的时间是如何度过，并想有新的改变，读这《如何度过一天的24小时》吧。

# 《如何度过一天的24小时》

## 作者简介

阿诺德·贝内特(1867 ~ 1931)，英国小说家。本书是阿诺德关于时间管理的一本短小精悍的杰作。

# 《如何度过一天的24小时》

## 书籍目录

HOW TO LIVE ON TWENTY-FOUR HOUR A DAY1.The daily miracle2.The desire to exceed one's programme3.Precautions before beginning4.The cause of the troubles5.Tennis and the immortal soul6.Remember human nature7.Controlling the mind8.The reflective mood9.Interest in the arts10.Nothing in life is humdrum11.Serious reading12.Dangers to avoidTHE HUMAN MACHINE1.Taking oneself granted2.Amateurs in the art of living3.The brain as a gentleman-at-large4.The first practical step5.Habit-forming by concentration6.Lord over the noddle7.What living chiefly is 8.The daily friction9.Fire10.Mischievously overworking it11.An interlude12.An interest failure13.Success and failure14.A man and his environment15.L.S.D.16.Reason,reason!

## 《如何度过一天的24小时》

### 章节摘录

I cannot terminate these hints , often , I fear , too didactic and abrupt , upon the full use of ones time to the great end of living ( as distinguished from vegetating ) without briefly referring to certain dangers which lie in wait for the sincere aspirant towards life. The first is the terrible danger of becoming that most odious and least supportable of persons-a prig. Now a prig is a pert fellow who gives himself airs of superior wisdom. A prig is a pompous fool who has gone out for a ceremonial walk , and without knowing it has lost an important part of his attire , namely , his sense of humour. A prig is a tedious individual who , having made a discovery , is so impressed by his discovery that he is capable of being gravely displeased because the entire world is not also impressed by it. Unconsciously to become a prig is an easy and a fatal thing.

# 《如何度过一天的24小时》

## 编辑推荐

百年百部美国畅销经典浓缩美国文化精华，想真正了解美国吗？想了解美国领先全球的奥秘吗？不要错过，奥秘在此隐藏。

# 《如何度过一天的24小时》

## 精彩短评

- 1、全英的内容，英语专业的可以做英译汉的翻译练习！
- 2、现在正需要这本书，无聊致死阿
- 3、我没想到是英文版的啊，看不懂啊
- 4、还行,小小一本书,没事看看.
- 5、里面的内容不错，给我很大的感触，合理的安排一天的时间，做事情也有效率多了，如果是英文好的同学，这本书出了纸张粗糙一点，印刷有点不清，其他的都很好，值得一看，如果是英文不好的同学，干脆别买，这本书排版密密麻麻，像蝌蚪看着头晕，建议买中文对照的好一些。
- 6、说实话，不太好懂。英文版有难度。读一遍两遍，很可能没有收获。
- 7、好，很不错，也不厚，应该很快就能看完
- 8、一方面为了学英文，一方面也学学管理自己。希望有所启示。
- 9、还没细读，书装订很好
- 10、全英的，可以考验一下我的英语水平了哈哈哈哈哈~~希望不是盗版的，应该不会有错别字吧，看完再来说话~~~
- 11、应该是正版，觉得还可以吧
- 12、观点比较散乱，没有很好提炼。形散神也散。
- 13、价格实惠，内容也不错。发货速度还可以吧，送给人家的，不错不错
- 14、书很好，孩子很喜欢，有助于帮助孩子学会科学安排时间，提高学习效率。
- 15、关于时间管理的一本书，还不错
- 16、很有趣的名字值得一读
- 17、这本书还没看，但是封装的很不错，纯英文的，想完全看懂可能还得花点时间了
- 18、原以为是一本好书想不到跟其他什么的成功学的书一样
- 19、英文本，对英语学习很有帮助，推荐大家阅读
- 20、书的整体很好，如果是汉英对照的也许会更好.....
- 21、read this book ten minutes every in order to improve my english
- 22、英文原版 带点拽拽的尖刻的幽默 简短精悍 让人受益颇多
- 23、书都挺经典的，看看肯定不错啊!
- 24、没仔细看啊，以为是中文版的，就当是学英文了
- 25、好没有看完，应该不错
- 26、这本书虽然还没有看，但既然是经典，必定有它的经典之处！
- 27、书有点脏。给同学买的。是女生，拆开箱子就说书都脏了。虽然是外面的塑料包装脏了，但是真的很尴尬。  
内容很好，很长知识，励志
- 28、字很大，内容很简单。搞不懂为什么在国外会成为畅销书
- 29、Control your mind: When you leave your house, concentrate your mind on a subject (no matter what, to begin with). You will not have gone ten yards before your mind has skipped away under your very eyes and is larking round the corner with another subject. Bring it back by the scruff of the neck.
- 30、内容很好，珍惜时间！
- 31、可以学英语，赢得时间
- 32、正在看，有些单词还是挺难的
- 33、应该读双语的.....而且也没什么启发.....
- 34、不要把这本书当成以后使用时间的指南 其实很内容空虚 没有实际意义 而且这本书不能说盗版但绝不是原版或正版 因为里面有明显的错误 字母i 在里面有一处却写成了感叹号
- 35、生平读完的第一本英文书
- 36、可操作性很强，评分为什么这么低--
- 37、还好吧 很好阅读 就是觉得这套书编排有点突兀 结尾就是封面
- 38、如果书中文字再排版的好一些就更好了
- 39、封面有磨损 廉价书籍廉价做



## 《如何度过一天的24小时》

内容全英文 到手后简单看了下

对于时间管理通常随波逐流随心所欲的本人来说还是能够有启发和帮助的  
闲暇时再细读

40、非双语啊，不过是外研社出版的，权威啊

41、不怎么样吧，不是很建议看

42、买了许久，还没看呢。

43、眼睛一睁一闭，一天就这么过去了！

44、7月21日读完

45、毕本写于上个世纪的励志类的图书，现在看起来还是很有借鉴意义的。当时的书虽然教化的成分多一点，但无病呻吟的事情基本没有

46、励志书类型的写法，烦这类书

47、还没来得及看，字大，内容应该不错，为了凑满额减买的

48、TAUGHT ME HOW TO USE TIME EFFICIENTLY, A VERY GOOD BOOK

# 《如何度过一天的24小时》

## 精彩书评

1、书中说早餐就是饼干和茶，不过对我这种人来说，可能还要加上鸡蛋和水果。另外我感觉自己吃东西的时候太着急了每天锻炼的建议很不错，我的问题是没有找到合适的锻炼项目，而且也不用兴师动众地锻炼半小时。推荐的书很不错，我决定不再很慎重地读报纸和小说，而在闲暇的时候这么做。

2、部分内容摘抄自别人的评论，同一归纳于此，便于复习。书并没讲24小时如何利用，而是讲上班之外的时间如何利用。基本逻辑就一句话，别浪费早上上班途中和晚上回家之后的时间（看报纸等浪费时间的事情），好好干点有意义的事。最好的建议是：上班途中不一定要看书才是最好的利用，沉下心来仔细思考一个问题，或做好一天的安排也是非常有益的。然后每隔一晚，认真花上1.5小时，鼓捣鼓捣自己真正喜欢的小学问。仔细研究一下事物的前因后果，如果你知道同样的事在历史上不断重复发生，一只小虫子也能透视出一个宇宙，也许就会对发生在自己身上的事，感到心平气和，变得宽宏大量起来。久而久之，更能在不知不觉间形成自己的观点与趣味。有些人本该相当讨人厌，怪僻，但因为有其独到之处，反而相当讨喜。与其跟一个乏味的老好人打哈哈，倒不如从一个有趣的讨厌鬼身上学点东西。比如有那么一位对日本文学烂熟，又有一位深谙省钱之道。我不知道讨厌鬼是不是相当热衷于空出7.5小时，但一个老好人不该吝啬到不介意自己变成一个讨厌鬼。大方点，给自己一点乐趣，给别人一点乐趣。主要观点：1. 每周至少挤出7.5小时有系统地做自己感兴趣的事，其中包括每周有6天早上的半个小时和三个晚上的1.5小时。我个人觉得这是开展主题阅读的最好时间。 2. 每天上班的路上时间不要用来漫无目标地东张西望或无奈地浏览报纸。 3. 每天下班的路上时间是最好的内省时段。既审视自己，又减轻疲劳。 主要摘抄 日常奇迹每天都是24小时。超越计划的渴望不要老去计划未来干嘛（明年去西藏..... and so on），真的干！网球和不朽的灵魂时间是神圣不可侵犯的，就像你参加网球比赛一样牢记人类的本性每天一个小时的大脑培训，可以使你的大脑保持着永久的活力沉思之所以幸福，是因为幸福并非来自物质或精神的东西，而是源于对理智的发展和调整，使之更与原则符合对艺术的兴趣适用于音乐，同样适合其他艺术。如《如何欣赏油画》，《如何欣赏建筑》，你大可用它们作为系统获取艺术知识的开始生活绝非乏味有些人本该相当讨人厌，怪僻，但因为有其独到之处，反而相当讨喜。与其跟一个乏味的老好人打哈哈，倒不如从一个有趣的讨厌鬼身上学点东西。比如有那么一位对日本文学烂熟，又有一位深谙省钱之道。我不知道讨厌鬼是不是相当热衷于空出7.5小时，但一个老好人不该吝啬到不介意自己变成一个讨厌鬼。大方点，给自己一点乐趣，给别人一点乐趣。只要你善于发现，生活中充满美！严肃阅读小说并不合适严肃阅读，那些可以让你沉下心来，认真思考的才是需要避免的危险一开始就遭到失败往往会彻底扼杀你萌生渴望获得成功的冲动，因此，你应该避免危险，定小点的计划，目标，逐渐成功，积累信息，逐步成功！

# 《如何度过一天的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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)