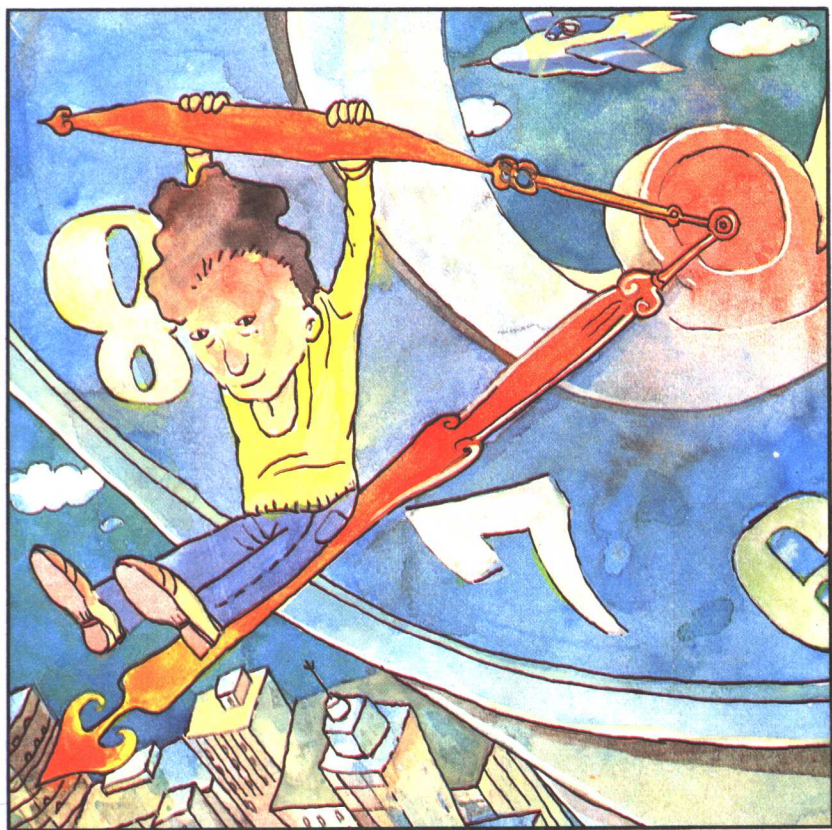


生意人叢刊⑨②

驚人的時間活用術

萬里編著



生意人叢刊 92

子超編著

驚人的時間活魔術



國家出版社印行

行政院新聞局出版字號第零陸貳號

有著作權
翻印製版
必究

生意人叢刊 92

驚人的時間活用術

特價：新台幣壹佰貳拾元正

編著者：子

總策劃：林

總編輯：王

發行人：林

發行所：國

總經銷：國

郵撥帳號：一〇四八〇一號

地址：臺北市新生南路一段一二六之八號三樓

電話：三九一二四二五・三九一四二六一

三五二〇九一七・三九二六七四九

印刷所：三源印刷廠

中華民國七十一年一月初版

¥14.00

「生意人叢刊」序

這是一個工商業大放異彩的時代，同時也是一個知識爆發的時代。

我們由農業社會，邁進了工業社會，經濟結構型態與社會組織樣貌，都發生了巨大的變化。不可否認的事實表明出來，今天工商界的從業人員，對國家、社會以及對整個世界而言，已成為舉足輕重的角色了。

古人曾說：「學而優則仕。」在從前古老時代，似乎祇有從政為官，才需要學問。如今則不盡然，學問的領域，遠較曩昔為大，而學術的分類，也比以往細密，政治固是一門高深學問，其他各行各業，也同樣需要專門學識，要想在一行中出人頭地，除了成為這行的專家外，還得要具備種種常識，保持一副敏銳的探求新知的眼光，才不致和學術脫節，才配合得上這個飛躍時代的腳步，向前邁進。

我們有鑒於此，爰有「生意人叢刊」之發行，期能對工商界人士提供一些有價值的讀物，俾在當前這個競爭劇烈的時代，掌握成功之鑰，創造出更輝煌的事業，是為至願。

一九七六年十月

國家出版社編輯委員會謹識

序 言

本書的內容，著重在「珍惜時間」方面，如果一個人終日忙忙碌碌，絕不浪費一分一秒的話，或許有人會覺得，這種人生有何樂趣可言？

當我和人談到「如何利用時間」，並以本書所舉的例子，告知對方時，常會有人問我：

「先生，你無事可做時，是否曾經有過一個人呆坐多時，腦子一片空白的經驗？」

我很喜歡拉大提琴，雖然拉得不好，手却常不離琴。每天都花時間來練大提琴（照例是利用工作之餘，但卻從曲子的中途拉起），如果弦拉出的聲音不對，或者弦走音時，我就用整個空閒時間來調音，如果兩三天不拉琴時，我總是把琴和弓上的弦給鬆弛下來。

倘若不這麼做，大提琴的長板就會彎曲變形，所以爲了避免因弦太緊而使長板變形，習慣常降低一個音階彈奏。這些小知識都是由一名樂器商人教我的。

連大提琴和弓上的弦，上得太緊都不能長久使用，何況是經常處在緊張狀況下的人？

我有位朋友，身爲某大企業的總經理，做事非常認真，分秒都不肯浪費，常爲了業務，奔走於世界各地，所以公司的業務蒸蒸日上，規模也不斷擴大，但他却患了「時差病」，在歐洲某飛機場暴斃

而卒。

關於「時差調節」，我們將在第三章中加以說明，希望對經常前往各地旅遊的人，能有所助益。在同一緯度，如是南北方向移動，如從日本到澳洲，時差毫無變化，但若你的移動是東西向時，時差就有了變化。

在第三章內，我們將就人類最大時差調節能力——平均一天三十分鐘，做詳細討論。

這個數字，是在阿波羅登月計劃時，從生物細胞內的「體內時鐘」之準確度，所測知的準確數字。

這也就是說，從時差六小時的地方回國時，時差調節必須花十二天的時間，才能恢復正常。

許多經常在海外旅遊的人，從紐約，或從倫敦直接返國後，第二天就到公司去上班的話，表面上看起來，像是神采奕奕的樣子，大家也都稱讚其體力充沛，可是一旦患了時差病，則如拳擊手被人打到胸口般，當時不覺得有何異樣，若一旦發作，後果却不堪收拾。

所以，我覺得在日常生活中，不要像繃緊的弦般，這樣才能活得長久。

從前有位美國政治家，爲了外交事務，常往來於東南西北各地，忙得不可開交，但他辦事與生活方式，却仍以美國時間爲準。

如此，當他到達某目的地時，爲了配合美國作業時間，可能常在子夜召集會議，利用白天睡眠。

這樣回到美國後，自然能配合其本身的作息時間，而不致於得時差病。

但是，在世界各地，要衆多人配合一個人的作息時間辦事，除非具有某種身分的大人物，否則根本無法辦到。

閑話少說，言歸正傳。讓我們再來談談「呆坐的時間」吧！

我曾看過一本名爲「呆坐的時間」一書，書中的主人翁和其他角色，却從沒有「呆坐的時間」，內容和書名，可說是完全相反，書中描述一名大學生，如何利用時間兼營買賣的經過。

書中的主人翁，只要一有空暇時間，就到專賣外國名牌產品的黑市，去熟悟各種產品的差別。

他經常在那兒，品嚐各種名牌飲料和罐頭，雖然他打心眼兒裏鄙視這種「名牌」，實際上卻不斷的使用這些「名牌」，主要原因是想熟悟這些「名牌」的名稱、內容和差別，所以他絕不可能有多餘的時間，讓自己呆坐着。

如果還有剩餘的空閒時間，他會立刻打電話給他的朋友。打電話時，他總是不停的撥電話號碼，直到電話接通爲止。然後再跟對方訂立會面時間。

總之，他絕不會讓自己有「呆坐」的時間。

如果每個人都能有這種觀念，而且身體力行的話，就不可能經常有歐美的特殊景觀出現，即老人從早到晚都呆坐在公園裏，看來往行人和鴿子。

一般人都認為東方人很勤儉，尤其是東方人做事的精神和態度，常讓西洋人爲之瞠目結舌。或許東方人的行動方式，也常有分秒利用的情形。

這並不是說，東方人缺少「遊樂的精神」，有一本書曾談過這個問題，其所持的看法是，東方人的遊樂，都是另有目的和作用的。

現在將該書的概要，摘錄如下：

『有人說，東方人工作起來，有如螞蟻一般。可是，實際上螞蟻工作的時間，只佔一天的三分之一，另外三分之二的時間，則用來玩耍嬉戲，如碰碰蟻后的觸角，或是到處觀看同伴工作的情形，以及在螞蟻窩附近，毫無目的來去走動，總而言之，這種毫無意義的行動，佔了其全部生活三分之二的時間。』

到底這種遊樂，在螞蟻世界裏有何作用呢？我們曾因此做了個實驗，即把部份螞蟻放到一個小盒內，不讓牠有到處遊樂的機會，再把同一窩正在遊樂的另一些螞蟻，放逐到遠離螞蟻窩的地方。這時，這批原先在遊樂的螞蟻，就會排成一直線慢慢走回螞蟻窩內。但是，那些被關起來不許遊樂的螞蟻，在關了一陣子後，再把牠們放出來，牠們只知在被放置的地方跑來跑去，而不會排成一直線走回窩內。

最後，我們得到一個結論，即遊樂具有訓練適應環境的作用。』

亦即把「遊樂」時間，視為適應新環境的訓練，如此一來，遊樂的時間，就成為一種有意義的活動。雖然這種論調對我而言，是完全不適用的。

在我的意識裏，所謂遊樂，只有拉大提琴和跳芭蕾舞，至於打麻將，或在酒吧喝醉高歌一曲，這都不是我的遊樂方式。如果有人請我到電視臺或電臺，正式演奏一曲大提琴時，此時拉大提琴，就成為我的「工作」了。

只是這種工作，和我本來的職業，在形式上略有不同而已。

如果遊樂的本身，是在變化氣質，陶冶身心，這和螞蟻「專心的遊樂」，是不可同日而語的。說了這麼一大串廢話，不過是闡明我如何利用「呆坐」的時間罷了。

這種「呆坐」的時間，在漫長的人生中，偶而點綴一下生活也不錯，至於這種時間，是每天一兩次，或一禮拜一次，或者一年偶而幾次，均視每人生活方式而定。

當你從事「專心的遊樂」時，必須經常改變遊樂的環境。

如果有人對你說：「你必須每天專心的工作。」其實這是不可能做到的事，因為在我們周圍構成干擾的事情太多，譬如待在家裏想好好唸書時，電視傳來的吵雜聲不斷干擾。在公共汽車上，來往的行人和五光十色的招牌，會吸引你的視線，而使你錯過該下車的站牌。

如果你已到了凡事無法專心的地步時，就必須立即改變生活環境，如外出訪友或旅行均可。

如此，將自己投身在湖光山色之中，呼吸新鮮的空氣，使頭腦暫時休息，可以使身心舒暢，提高生活的活力，促進日後工作的效率和衝勁。

這種遊樂的時間，就和大提琴鬆弦的效果一樣。

所以我覺得在人生歲月中，不但需要這種鬆弛的遊樂時間，且其中更富有某種意義存在。

目錄

序言

第一章 愈忙碌的人愈需要睡眠

大家都忽略的睡眠效果·····	一六
鐘擺都是左右來回擺動·····	一八
要想很快入睡必先考慮枕頭是否合適·····	一九
我親手做的六種枕頭·····	二一
不可浪費一刻睡眠時間·····	二二
睡眠時如何控制耳朵·····	二四
沒有聲響的鐘幫我度過黑夜·····	二五
啊！不得了！應該睡覺了·····	二七
如何與失眠的長夜奮鬥·····	二九
找出適合自己的小道具·····	三一

第二章 短暫時間使用法

要成功必須先懂得利用時間·····	三六
把書拆開閱讀·····	三八
設法製造不可缺少的小道具·····	四一
我買了二十幾本字典·····	四四
時間活用法——我的首次經驗·····	四六
創見是從困厄中產生·····	四七
把空閑時間填滿·····	四九
良好的睡眠非常重要·····	五一

第三章 節約時間要領

是否能舉一反三·····	五四
隨時隨地探求問題所在·····	五六
由時間而養成的習慣·····	五八
由地點而養成的習慣·····	五九
不受習慣限制的節約時間法·····	六二

用棒子訓練集中力·····	六三
除舊佈新的頭腦清醒法·····	六五
日本巨人棒球隊教練長島何以失敗·····	六八
到酒廊訴苦的好處·····	七一
以流淚方式做宗教式的懺悔或藝術感動·····	七三
利用休閒方式恢復體力·····	七四

第四章 日本式會議和人際關係

浪費時間的日本式會議·····	七八
文書是聯絡組織間的橋樑·····	八〇
發揮威力的「SES文書」·····	八二
企業內部的通訊必須和外界一樣好·····	八四
文章寫得快為第一要務·····	八六
我要要求的是寫文章的功力·····	八八
文書的傳達必須迅速·····	九〇
公司內部流通的訊息就如公司的血液·····	九二

日本人從事的娛樂業·····

九四

怕太太的西鄉隆盛·····

九六

第五章 組織原理與配對制度

情報之收集·····

一〇〇

配對制度——「戀愛結婚和相親結婚」·····

一〇二

隨聲附和的結果·····

一〇三

配對制度是劃時代的產品·····

一〇六

環境改變未來·····

一〇九

三個臭皮匠能否成為諸葛亮·····

一一〇

第六章 今後的工業是時間工業

省時的商品日漸抬頭·····

一一四

時間工業的暢銷產品·····

一一五

何謂「空間工業」？·····

一一七

操作簡便的商品·····

一一八

具有發展遠景的睡眠工業·····

一一九

鼓勵他人節約時間——等候的時間……………一二一

縮短時間的讀書方法……………一二二

第七章 如何設定自己的目標

目標的選擇方法……………一二八

因興趣而選擇的目標……………一二九

他人要求完成的工作目標……………一三一

「你應該去橫渡太平洋！」……………一三三

從零開始出發……………一三五

利用機會出國學習研究……………一三七

由做小提琴而學習音響學……………一三八

火箭研究並非受人之託而做事……………一四一

別人委託之事促使我贏得獎金……………一四三

第八章 達成目標的方法

仔細選擇自己的目標……………一四八

最重要者乃在於自覺有使命感……………一五一

按部就班的進行·····	一五三
先從簡單容易處着手·····	一五五
切忌拘泥於先後順序·····	一五七
名人傳記可以給我們很多啓示·····	一五九
下棋時應將棋譜記載保存·····	一六一
創造性發明的要訣·····	一六三
不要沈迷於電視和電影中·····	一六四
如何決定自我命運·····	一六六
我成爲矚目的焦點·····	一六九
打開人生之門的鑰匙·····	一七〇
多向不同行業的人學習·····	一七一
第九章 如何創造自我人生	
不可依嗜好來過日子·····	一七四
人生永遠是個謎·····	一七六
要活用少年時代的經驗·····	一七七

喜歡玩魔術的父親·····	一七八
好好利用你的煩惱·····	一八〇
如何增長智慧·····	一八一
突破第二人生的方法·····	一八三
隨時利用時機·····	一八四
人生是十年一變·····	一八五
我決心以種族問題為賭注·····	一八八
邁向創造的人生·····	一九九