

时间磁卡

——点击你
生命的时商



钱诗金 编著



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

时间卡片

点击你

的时间

2012.4.4

时间卡片

时间磁卡

——点击你生命的时商

钱诗金 编著

企业管理出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

时间磁卡:点击你生命的时商 / 钱诗金编著. - 北京:
企业管理出版社, 2003.3

ISBN 7 - 80147 - 755 - 3

I. 时… II. 钱… III. 时间—管理 IV. C935

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 017464 号

书 名: 时 间 磁 卡——点击你生命的时商

作 者: 钱诗金 编著

责任编辑: 阎书会 技术编辑: 穆 子 晓 光

书 号: ISBN 7 - 80147 - 755 - 3/F·753

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100044

网 址: <http://www.cec-ceda.org.cn/cbs>

电 话: 出版部 (010) 68414643 发行部 (010) 68414644 编辑部 (010) 68428387

电子信箱: 80147@sina.com emph1979@yahoo.com

印 刷: 三河欣欣印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 880 毫米 × 1230 毫米 32 开本 11.25 印张 254 千字

版 次: 2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 22.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

引言

一个关于时间的经典寓言

这是一个关于时间的经典寓言,在这个寓言面前,全世界只有四个人——

四个20岁的青年去银行贷款。银行答应借给他们每人一笔巨款,条件是他们必须在50年内还清本息。

第一个青年想先玩25年,用生命的最后25年努力工作偿还,结果他活到70岁都一事无成,死去时仍然负债累累。他的名字叫“懒惰”。

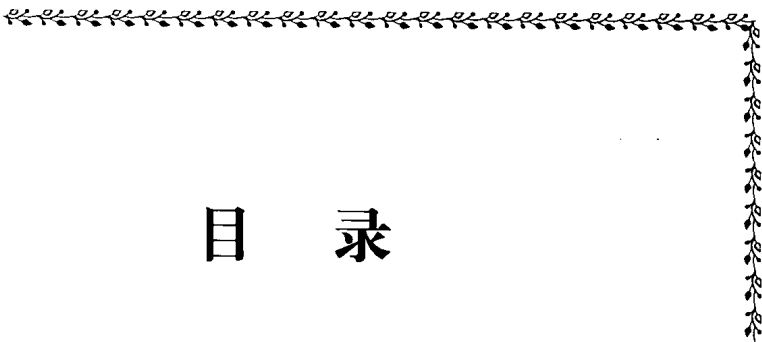
第二个青年用前25年拼命工作,50岁时他还清了所有的欠款,但是那一天他却累倒了,不久死了。他的遗照旁放着一个小平,上面写着他的名字:“狂热”。

第三个青年在70岁上还清了债务,然后没过几天他去世了,他的死亡通知上写着他的名字:“执著”。

第四个青年工作了40年,60岁时他还完了所有的债务。生命的最后十年,他成了一个旅行家,地球上的多数国家他都去过了。70岁上死去的时候,他面带微笑。人们至今都记得他的名字叫“从容”。

当年贷款给他们的那家银行叫“生命银行”。

你是这个寓言里的哪位?



目 录

引言

一个关于时间的经典寓言 / 1

第一章 时间的定义

谁动了你的时间? / 1

时间是什么? / 9

读懂时间 / 13

竞争时代的时间 / 26

时间概念 / 33

第二章 人生时间档案

人生时间存档 / 34

算出你真实的人生时间 / 35

男女生命时间 / 38

男女寿命对比表 / 40

人生时间的加减法 / 40

生命时间算法 / 42

美式人生时间测算法 / 43

寿命指数表 / 47



人的生老时间进程/48

试试吧,做一次生命核算/49

生命只有 25 年/52

生命的时间期限/55

第三章 提高你的理时能力

一个新的概念——时商/55

如何提高我们的时商/56

点击时间管理文件包/58

高效率时间管理/63

增强时间观念的十条规则/64

提高理时能力的九个窍门/65

时间管理忠告/66

如何节约时间/67

你的气质和用时/68

现代用时方法/72

理时日历/74

时间效率卡/75

国外的快节奏理时观念/76

给每一件事一个期限/76

生命倒计时/77

节省生命的开支/78

第四章 人生成功时间

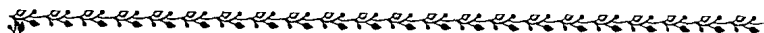
把握时间驾驭短暂的人生航程/80

生涯设计方案/82

人生时间三段论/84
人生黄金时段/86
生命时间警示表/87
理想人生履历表/88
30岁之前你该干什么?/91
在30岁掌握成功先机/93
新三十而立/98
30岁前不必在乎的30件事/101
新解男人三十而立/105
20岁的20个不/111
30岁以后/123
规划人生/124
成功,从第一个6秒开始/126
成功时间不分先后/130

第五章 人生时间三大板块

工作时间/133
如何度过工作时间/136
办公室里的最佳时间/137
每天办公室工作井井有条/138
学会工作中轻闲/140
生存压力测试/144
不做工作狂/146
睡眠时间/148
该睡多长时间/149



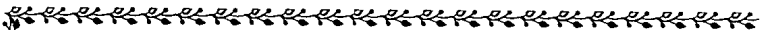
- 怎样睡个好觉/149
- 环境对睡眠的作用/150
- 不睡觉行吗/150
- 何为失眠/151
- 打鼾需要担心吗?/151
- 怪动作从何而来/152
- 睡眠的疾病/152
- 睡觉不仅是为了休息/155
- 午睡的神奇力量/157
- 怎样睡好午觉?/158
- 好好安排睡眠时间/160
- 休息时间/163
- 现代休闲方式/165
- 夫妻休闲方式 11 种/167
- 十大时尚休闲活动/168
- 双休日升值方案/171
- 请放慢你的脚步/173
- 怎样打发休闲时光/176
- 老外如何过周末/180
- 积极的休息与工作同等重要/182
- 人的差异在于业余时间/183
- 你有时间饥饿症吗?/184
- 生活课/185
- 如何学会每日轻松/187

第六章 与时俱进：调理好你的生物钟

- 人体的生物钟/191
- 人体 24 小时工作表/196
- 人体时刻表/198
- 人的生理时间/199
- 生活中最佳时刻/199
- 保健最佳时间/201
- 人生中的危险时间/202
- 现代人的最佳生活方式/204
- 生物钟保鲜时间 10 法/207

第七章 财富时间

- 时间就是金钱/208
- 什么东西最值钱?/209
- 时间价值推算公式已被发现/211
- 人生理财的四个阶段/214
- 把握好你生财的黄金时段/212
- 百万富翁时间观念/215
- 让你的时间值钱/216
- 零碎时间投资十则/218
- 最珍贵的礼物/220
- 你的时间值多少钱/221
- 看不到时间就是金钱的人是穷人/226
- 60 年后,你拥有什么?/226
- 时间产业商机无限/228



“时间差”上有输赢/232

第八章 你的时间只有今天

如何关爱每日时间/237

今天是手中的现金/238

只有今天/239

过好每一天/243

55个创意感受每日快乐时间/244

我必须在今天说出来/247

第九章 时间杀手

生命时间的老化现象/248

“活力缺失症”/250

孔乙己三十岁之履历表/252

“渐渐”杀人/254

明日何其多/255

时间杀手/257

改掉你用时的不良习惯/259

e时代的负时间/261

五种“过劳”偷噬现代人的生命/262

历时原则/267

时间原则/268

面对时间，你是不是一个灰色人/269

第十章 体验时间

正确的时间观/270



如何让时间在你心目中变得重要 / 272

每秒钟摆一下 / 273

三分钟的“久等” / 274

没有时间去悲伤 / 276

我怕来不及 / 277

“渐渐”的可怕 / 278

一分钟生命思考 / 279

读秒人生 / 282

每天给自己一个希望 / 285

与时间赛跑 / 287

为现在而活 / 288

一分钟的故事 / 290

马上出发 / 291

聆听钟声 / 292

最后的话 / 293

时间旷野 / 295

时间狼 / 296

守时表示什么 / 299

金钱就是时间 / 300

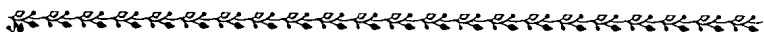
第十一章 时间赢家

三位成功者教我们学会的金科玉律 / 302

爱迪生是如何抓紧时间的? / 304

诺贝尔成功前后的奋斗简历 / 305

盖茨成功时间表 / 307



李嘉诚年轻时的奋进时间表/309

12 岁的 CEO 是怎样抓时间造就的?/312

张艺谋事业成功前巧打时间牌/314

巴尔扎克的时间表/316

林肯奋斗履历表/316

布什总统的铁定作息时间表/317

哪些人可以成为时间的主人/318

附：时间知识

时间的由来/319

“北京时间”从何而来?/320

新世纪从何时算起/321

新世纪的年份应该怎么读/322

21 世纪前 10 年如何起名/323

一星期为何是 7 天/324

瞬间/324

我国月份别称/325

英语中十二个月名称的由来/327

时光倒流之谜/329

到从前的时间去旅游/331

原子喷泉让我们成为时间的主人/335

中国时间城/339

精确计时原子钟/343



第一章 时间的定义

谁动了你的时间？

——一个人人不得不面对的问题

我们每个人都拥有一块与生俱来的巨大“奶酪”——时间。我们每天以 24 小时的进度有减无增地消耗着这块“奶酪”。

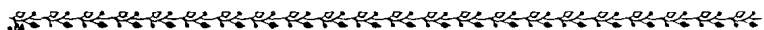
我们从不问这块奶酪的命名，以至“时间是什么”这个当今仍然困扰着我们的问题，甚至许许多多的科学家，如爱因斯坦和当代著名的物理学家斯蒂芬·霍金，他们也尚未对此作出是否可能的回答，并发出了“时间是什么”的真理之问。

而我们更多地只是一手捧着自己切开的生日蛋糕。一手拎着时间大把大把的开销，我们并不专注时间是什么，但不得不直面一个人人必须回答的问题：谁动了我的时间？

谁动了你的时间？

时间的债券

我们常常把时间当做免费的餐券，在时间面前一次次犯傻，有一个英国偏远乡村的老太太，孤单地度过了她的一生，她曾以教舞蹈为生。但是她现在太老了，老得让人想不出她会和舞蹈



有任何关系，可现在她还偏偏说自己曾是红极一时的一代名伶。她还一口咬定一位名震天下的科学家向她求过婚。有好事者问她：“既然如此，你何以还会独身一辈子。”她显得尴尬，但很快回答说：“我拒绝了他。”

几乎所有的人都不相信。那位科学家早已过世，生前有过许多发明成果，而她，不过是个乡下老太太罢了。他们之间，怎么可能发生过什么？于是就有人说：“她疯了。”

过些年，她死了。

再过些年，那位科学家的日记出版了，让世界知道了他生命中最初的也是惟一的一次恋情。

那时，他还是一个小化验员，工作是洗洗涮涮，以后很快成为一位有多项科学试验成果问世的科学家，一次，他去大剧院看演出。认识了演出中的舞蹈女主角。这位发明家业余爱好编剧，剧院老板约他写剧本，女主角正是心爱的她，他将他生命中的全部爱意倾注在剧本里，此戏使她一炮走红。她感激他，每次演戏都送票给他，两人遂成好友。他终于鼓起勇气求婚，却许久没有回音，她顾不上回音，只是频繁地参加上流人士的一个个宴会邀请或舞会，让时间过多地浸在灯红酒绿之中。他后悔于自己的莽撞，又写信去索回前信，她还给了他。两人从此不提此事，仿佛从未来曾发生过。可是在他的传记里，是这样写的：“帷幕再拉起来的时候，他正一年一年地老下去……”

而他梦中的她，就是多年以后那个乡村里的老太婆。

人生的无稽与尴尬，也就在这样的大起大落里之中，简直可以想象当初她嘴边一抹讥嘲的笑纹：他？小公务员，穷酸发明者，如何配得起她的衣香鬓影、脂浓粉滑及熠熠生辉，竟然也会自不量力到这种程度。不曾当面拒绝是教养，她的沉默说明了一切。没有想到，霎时间斗转星移，他功成名就之日也就是她人老珠黄



之际。她老去，变丑，一生未嫁，身边没有一个亲人，而她向人不断地解释陈述，到底是一种自证，还是自辩，或者根本就是自悔？

上帝曾如此宠爱于她，给她以美貌、才华、星运，也送给她一个真爱的男人，那人是人中的龙凤，却因为她的骄傲与浅薄，被她轻轻错过。而现在，上帝罚她长寿，活到 90 高龄，要她在寂寞的小山村里，面对自己花容的凋零，面对当年不可挽回的过失，要她一天一天，活在自己的后悔里。

年轻的时候，因为轻狂，因为不知道一寸光阴的重量，我们往往会存下一笔笔的时间欠债然后无忧无虑地前行，不知道时间其实是一种最无情的债券，会将每一次挥霍都记载下来，利上加利，再在我们无从设防的时候，冷冷地将债券作为催款单交给我们，逼我们还本付息。

今天，在我们每一个年轻的错误背后，都隐藏着一个疯了的“老太太”，在喃喃自语：“当年……”

在一次常规考试中，一个考生还有一道考题未做，这道题给分很高，放弃实在可惜，于是他请求监考老师给他延长 1 分钟，他说：“只要给我延长 1 分钟，我就可以得到这剩下一题的全部得分。”老师说：“可以给你 1 分钟，不过你可要想好啊，这 1 分钟不能白借，要还利息的，借 1 还 10，你到财务科去交上 100 元钱的电费，因为这 1 分钟要使全校所有考场的灯光亮着，要是觉得不划算就不要请求延长这 1 分钟了。”考生咬了咬牙说：“我借。”

其实，“1 分钟交 100 元电费”的事情在我们每个人的生命里，都在不留意中悄悄地发生过。

时间的质量

“好钢用在刀刃上”，时间任何时候都是“好钢”的质量，但在我们工作和生活中，会理时者就用在“刀刃”上，不会理时者就用不到“刀刃”上。

有一家著名的国际贸易公司高薪招聘业务人员，应征者不暇。在众多的应聘者中，有一位年轻人条件最好，毕业于名牌大学，又有在市外贸公司工作三年的工作经验，所以他坐在主考官面前时，非常自信。

“你在外贸具体做什么？”主考官开始发问。

“做山野菜。”

“那你说说，对业务人员来说，是产品重要，还是客户重要？”

年轻人想了想，说：“客户重要。”

主考官看了看他，又问：“你做山野菜应该知道，山野菜中，蕨菜出口主要是对日本，以前销路非常好，有多少收多少，可是最近几年，国外客商却不要了。你说说为什么？”

“因为菜不好。”

“那你说说，为什么不好？”

年轻人说：“质量不好。”

主考官看了看他说：“我敢断定，你没有去过产地。”

年轻人看着主考官，沉默了30秒，没有说是，也没有说不是，却反问：“你怎么能看出我没去过？”

“如果你去过，就应该知道为什么菜不好，千万注意：高品质的蕨菜制品有个极严格的时间要求，因为多一天少一天，甚至1个时辰的处置不当，就可使蕨菜变成次品，正因为时间要求极严，因此，上好蕨菜的制作很受时间的限制，常被人称作“时间配方”。采集蕨菜的最佳时间只有10天左右，在这期间非常鲜嫩好吃，早了不成，晚了就老了。采好后，要摊开放在地里晾晒一天，第二天翻个过，再晾晒一天，把水分蒸发干；然后再成把捆好，装箱。等食用时放在凉水里浸泡一下就可以了。可是当地农民为了多采多卖，把蕨菜采到家，来不及放在地上用阳