

# 哈佛之光



## 每天25小时

(美) 麦凯·基斯德 著

哈佛之光丛书

哈佛之光丛书

哈佛之光丛书

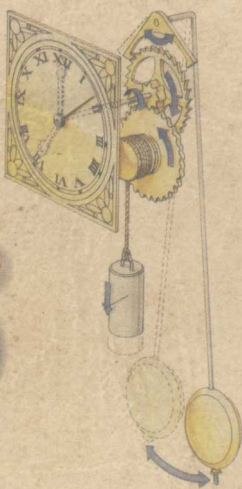
哈佛之光丛书

哈佛之光丛书

哈佛之光丛书

哈佛之光丛书

哈佛之光丛书



8

每天  
25  
小时

哈佛之光



陕西人民教育出版社

(陕)新登字 004 号

责任编辑：刘勃亚

封面设计：木 易

排 版：骆杰勇

哈佛之光——一天 25 小时

麦凯·基斯德 著

---

陕西人民教育出版社出版发行

新华书店经销

(西安长安路南段 376 号)

陕西省新华印刷厂印制

850×1168 毫米 1/32 开本 13 印张 8 插页

270 千字 1995 年 5 月第 1 版 1997 年 4 月第 6 次印刷

---

标准书号：ISBN 7-5419-6168-8/G·5418 定价：19.80 元



## 《哈佛之光》丛书编委会成员合影

主编：约翰·亚当斯(左三)

### 前排由左至右分别为：

霍光·基斯德(美国佛罗里达州州长办公室主任)

维利斯特(哈佛教育学院教授)

约翰·亚当斯(哈佛教育学院院长)

费尔·埃德(哈佛经理学院教授)

格林斯(纽约证券交易所顾问)

德奈特·德龙(花旗银行香港分行顾问)

### 后排由左至右分别为：

麦凯·基斯德(麦凯信封公司总裁)

金·贝勒(宾夕法尼亚州著名商业作家)

简·享达(耶鲁大学公共关系学院教授)

琼·伊文斯(美国惠更斯财团总裁)

里扬·德林(伦敦爱罗斯财团总裁)

罗杰斯·本(英国罗杰斯网络公司董事长)

麦克卡·肖(国际管理群顾问公司高级顾问)

# 哈佛之光



- 人生新启示录
- 办公室启示录
- 古今生意经启示录
- 初涉商场成功要诀
- 竞争成功法则
- 小本经营成功术
- 输赢在自己
- 每天25小时
- 商业谈话的幽默艺术
- 推销员的圣经



## 作者简介

麦凯·基斯德，畅销作家。

毕业于哈佛经理学院。创办麦凯信封公司，著有《实现创业的梦想》、《我和成功有个约会》、《脱颖而出》等书。同时，他亦是一位经济学家，担任多个大财团的顾问。

## 致读者

哈佛大学是美国最古老的高等学府，也是美国和世界最负盛誉的名牌大学之一，创建于1636年。300多年来，哈佛大学培养了无数的政治家，科学家、作家、企业家、学者。迄今为止，有6位美国总统出身哈佛；32名诺贝尔奖金获得者和美国500家大财团中三分之二的决策经理们从这里走出来。哈佛大学校门上的标语是：

“为增长智慧走进来，为更好地为祖国和同胞服务走出去。”这也可说是哈佛的精髓所在，每一个走进哈佛校门的学生，都是苛求知识而来，当他们走出去时，已经是具有强有力的社会服务人材了。

出得校门来的社会是个千姿百态的大舞台，包罗万象的人生历程中，才是真正检验哈佛学生的试金石。无论在任何行业，在任何场合，哈佛都将是一名不甘失败的勇士，千方百计去克敌制胜，勇往直前。既有不倒翁的八面玲珑术、爱情女神的闺房秘语，也有军事家的诡奇韬略、谎言家的攻心骗术；更有演说家的雄辩技巧和企业家的经营诀窍。哈佛往往站在人生的主动地位，上

至朝堂，下至市井，几乎无所不适，无往不胜，并且能使乱世变治，无中生有，穷变富，贱变贵，颓局可以扭转，晴天能起风雷。

出自哈佛的百万富翁数以万计，各有不同的发财秘诀：宗教家的劝世良言、公关小姐的迷人魅力、政治家的官场绝招、外交家的纵横捭阖术、阴谋家的奸诈诡计、心理学家的察言观色术、金融家的股市常胜术等更不胜数，哈佛具有行行出状元的成功准则。它给予每个学生的人生目标就是：当成功的机会来临时，便已经准备好了。哈佛莘莘学子们的心中誓言是：争取成为主持世界一流公司的一流经理，让随之而来的权力与金钱，荣誉与好名声，长相伴随。

但是，金钱、名声、地位、权力、成就，只是使人生幸福的手段，本身毫无意义。正象哈佛经理学院院长麦克·阿瑟在毕业典礼的赠语中所说的那样：“人的一生光做一个企业经理、银行家、咨询家、学者、政治家，挣许多钱实在是不够的。除了单单在自己事业上成功之外，象我们这样幸运的人，应该设法帮助许许多多不是由于他们自

己的过错，而被生活遗弃的善良的人。我们应当向他们伸出援助之手。这是我们义不容辞的责任。”

正是抱着这一宗旨，由哈佛教育学院院长约翰·亚当斯挂帅的哈佛各路精英才组成了这套《哈佛之光》丛书的编委会，将哈佛的精髓公之于世，让渴求知识的人能够及时学到自己所要学到的智慧，也可以在人生历程上立于不败之地。

这套丛书包括：

《人生启示录》约翰·亚当斯主编（哈佛教育学院院长）

《一流口才》简·享达主编（耶鲁大学公共关系学院教授）

《所向披靡的谈判艺术》琼·伊文斯主编（美国惠更斯财团总裁）

《推销秘诀》麦克卡·肖主编（国际管理群顾问公司高级顾问）

《直销绝招》板田正夫主编（日本经纬网络公司总裁）

《勇往直前的传销术》哈罗斯·杨主编（安利公司台湾分公司总裁）

《诡辩也能成功》让·基尔主编（法国绿丹兰化工企业公司董事长）

《36岁以前定能成功》费尔·埃德主编（哈佛经济学院教授）

《股市法宝》格林斯主编（纽约证券交易所顾问）

《八面玲珑成功术》霍光·基斯德主编（美国公共关系协会副会长）



上述10部书推出后，迅速在国内掀起了一片学习哈佛的热潮，读者反应强烈，渴望拜读更多的哈佛佳作。于是，我们再次推出10部巨著，以满足广大读者的要求：

《人生新启示录》约翰·亚当斯主编（哈佛教育学院院长）

《办公室启示录》霍光·基斯德（佛罗里达州长办公室主任）

《古今生意经启示录》里扬·德林（伦敦爱罗斯财团总裁）

《初涉商场成功要诀》罗杰斯·本（罗杰斯网络公司董事长）

《竞争成功法则》易永强（安莉公司中国事务部主任）

《小本经营成功术》德奈特·德龙（花旗银行香港分行顾问）

《输赢在自己》维利斯特（哈佛教育学院教授）

《每天25小时》麦凯·基斯德（麦凯信封公司总裁）

《商业谈话的幽默艺术》金·贝勒（著名商业作家）

《推销员的圣经》森·鹤夫（三泽房地产公司企划经理）

希望新推出的丛书仍能成为读者们的良师益友，伴您在人生道路上共同前进！

## 序言

## 迎接“知产力时代”的来临

约翰·亚当斯

“在学习与教学上，我们必须强调知识是拿来用的。在使用知识时，我们必须强调其最后要完成什么效果，也就是强调知识的任务和作用。”

——彼得·杜拉克《后资本主义社会》

二次大战迄今，日本终于在废墟中站立了起来，政治霸权的梦粉碎了之后，又建立起经济霸权。世界上很多人在思索：“为什么日本能，我们不能？”

三十年前，新加坡从马来亚脱离出来，成为独立国家。那时候，没有人预料得到弹丸之岛，能在一片泥沼与瘠土上，建立了社会新秩序，建造出让开发中国家钦羡的新型都市，而且经济活络，国民所得直追美、日。在建国三十年后，面对廿一世纪的前夕，又雄心勃勃地向世界借景，准备在新世纪里，扮演更重要的政经角色——这个海角一乐园，是怎么构筑成的？

我们在彼得·杜拉克《后资本主义社会》一书中，得到了答案和启发。

他告诉我们，日本之所以能和美、英、德、法各先进国分庭抗礼，甚至有时还使他们备感威胁，根本的原因在于日本重视知识的应用，懂得如何将先进国开发出来的新知识迅速吸纳，并转化为成功的创新，而且“不论是哪种知识，只要到他们手上，就变得很有用。”换言之，他们知道如何使知识有用、有生产力。

新加坡也一样。一位专家严孟达分析说：“新加坡的成功，所凭的不外是一个因素，那就是：新加坡能够把从西方和日本等国家吸收来的现成知识，化为实际行动，取得实际效果，换句话说，新加坡能够发挥知识的生产力。”

我们深以为傲的经济奇迹，是不是也可能隐含着这种能力。

在出版商业丛书的道路上，我们正面临“知识产业世纪”的到来，在这新世纪中，企业界的存亡竞争，或将系于“知识的生产力”（知产力）的能否落实。

我们非常同意彼得·杜拉克的见解：知识不是装在肚子里，用来夸耀自己的饱学，知识是拿来用的。所以，我们十分在意知识的能用和不能用。在引进先进知识的同时，我们也必然要检视它的本土适应力——除了单纯的翻译和吸纳，我们更期待反刍之后的再生和重现；不是囫囵吞枣，而是圆融一体，与本土血肉相溶。

《哈佛之光丛书》相信“一个实践比一百个光说不练的

理论有用”，没有用处的知识，只是一堆资讯。我们不希望读者淹没在一堆生命周期短暂的资讯里面。我们将尽可能寻找符合这一宗旨的书籍，并在最宽广的基础上，和读者相互沟通。

二十世纪企业界的生存主调是“生产力”的竞赛，到二十一世纪时，“知产力”必定是衡量企业良窳的主要指标之一。

# 目 录

序言	.....	第十章
中文版序	.....	第八章
前言	.....	第十二章
第一章 从时间与动作研究开始	.....	(1)
第二章 早晨例行工作	.....	(11)
第三章 做个有计划的人	.....	(17)
第四章 如何处理例行性、重复性工作	.....	(35)
第五章 善用最有效率的时段	.....	(57)
第六章 拖延	.....	(67)
第七章 如何使办公桌成为省时工作站	.....	(75)
第八章 如何处理文书	.....	(85)
第九章 用口授的方式减少工作负荷	.....	(109)
第十章 秘书与行政助理	.....	(121)
第十一章 传真	.....	(129)
第十二章 电子讯息处理	.....	(143)
		(153)

第十三章	授权	(163)
第十四章	避免中断	(183)
第十五章	电话	(201)
第十六章	电脑也是省时利器	(227)
第十七章	取得、消化, 以及运用资讯	(237)
第十八章	以更少的时间阅读和记忆	(265)
第十九章	自我教育	(287)
第二十章	省下等待的时间	(307)
第二十一章	旅行	(313)
(1) 第二十二章	个人但非私人的活动	(335)
(11) 第二十三章	如何处理私人事务	(347)
(17) 第二十四章	更好的睡眠和休息	(357)
(23) 第二十五章	家务	(373)
(27) 第二十六章	更多的家务	(395)
(32) .....		
(37) .....		
(42) .....		
(47) .....		
(52) .....		
(57) .....		
(62) .....		
(67) .....		
(72) .....		
(77) .....		
(82) .....		
(87) .....		
(92) .....		
(97) .....		
(102) .....		
(107) .....		
(112) .....		
(117) .....		
(122) .....		
(127) .....		
(132) .....		

# 前 言

言 頭



“真不知道我的时间都到哪儿去了，好多事情都没时间去  
去做……”

“公事一定要办完……”

“多点时间陪家人……”

“听听音乐或看场电影……”

“读一本闻名已久的书……”

“替社区效点力，参加一点宗教活动，为街坊做点事  
……”

“一直想着手的企划案也该动手了……”

“只要我有时间！”

你是否表达过类似的挫折感？是不是常常忙得喘不过气  
来？事情是不是多得做不完，压力挥之不去？新鲜有趣的生  
活经验，是不是早已不再临到你？

日子一天天向西元 2000 年迈进，愈来愈多美国人发现  
自己陷在这样的泥淖当中。

《时代周刊》(Time) (这个刊名现在看来比它创刊时  
更適切了) 前阵子报导，美国人的时间越来越不够用了。哈  
里斯民意测验机构调查显示，美国人平均的休闲时间在  
1973 年到 1990 年中间，减少了百分之三十七。同段时间  
内，包括通勤时间在内的每周平均工作时数却从四十一小时  
增加到将近四十七小时。

特别在法律、财经、医学等相关的行业里，每周的工作