于文杰著

黑龙江教育出版社

领导者的阅读 写作与演讲

目　　录

上篇　领导者的阅读

第一章　领导者阅读的重要性与可行性……（1）
第一节　工欲善其事　必先利其器
——阅读在领导工作中必不可少……（1）
第二节　人贵自知　事预则立
——领导者的知识结构与阅读计划的制订……（6）
第三节　三余广学　忙里偷闲
——用弹性原理去赢得阅读时间……（11）
第二章　在有限的时间内阅读到最有益的东西……（17）
第一节　广博泛览　专精攻读
——博览与精读的关系及其读法……（17）
第二节　深钻多思　得其三昧
——阅读的准确性原则……（23）
第三节　掌握规律　一目十行
——快速阅读的诀窍……（30）
第四节　不懈磨砺　铁杵成针
——快速阅读的训练……（35）
第五节　运用科学　自我诊断
——阅读能力的自我测试……（40）

第三章　阅读能力的培养……（45）
第一节　夯实基础　循序渐进
——要懂一点现代汉语知识……（45）
第二节　危乎高哉　文山可攀
——公文的词语与句式……（53）
第三节　读懂数字　受益非浅
——怎样正确阅读数字……（61）
第四章　阅读中的记忆……（67）
第一节　摸清规律　灵活调节
——记忆阅读原理与心理卫生……（67）
第二节　巩固记忆　战胜遗忘
——记忆的方法、技巧种种……（71）
第三节　手治其书　记忆之友
——不动笔墨不读书……（74）
第四节　学用结合　水乳交融
——读和用的辩证关系……（82）

中篇　领导者的写作

第一章　文章写作与领导者的写作功力结构……（89）
第一节　表章奏议　经国枢机
——领导者亲自写作的重要性……（89）
第二节　双重转化　文之共性
——写作过程的重要特征……（93）
第三节　下笔有神　须具功力
——领导者写作能力结构分析……（97）
第二章　真知灼见的产生……（102）
第一节　喷泉流水　脉管出血
——心理定势对写作动机的影响……（102）

第二节　深入实际　调查研究
——真知灼见从何而来……（107）
第三节　调查得法　事半功倍
——调查的方法……（112）
第四节　去伪存真　由表及里
——对调查材料的整理分析研究……（117）
第三章　写作中的思维……（122）
第一节　文不按古　别出机杼
——写作需要创造性思维……（122）
第二节　匠心独运　探骊得珠
——用理论思维建造具体理论……（127）
第三节　他山之石　可以攻玉
——创造性思维的辅助手段……（132）
第四章　写作的要素……（139）
第一节　命题炼意　意在笔先
——文章的立意……（139）
第二节　谋篇布局　天衣无缝
——文章的结构……（143）
第三节　辞约旨达　平实庄重
——文章的语言……（150）
第四节　文之神韵　贵于逻辑
——文章的逻辑……（157）
第五节　质文代变　文如其人
——弘扬马克思主义的文风……（162）
第五章　领导者常用文章的写作……（168）
第一节　语高旨深　智愚同赞
——会议的报告、讲话稿……（168）
第二节　预示未来　回顾过去

——工作计划（规划、要点）与工作总结……（173）
第三节　下情上达　实事求是
——工作报告与汇报提纲……（179）
第四节　探索规律　指导现实
——调查报告与研究论文……（183）

下篇　领导者的演讲

第一章　领导者与演讲学……（193）
第一节　言而无文　行而不远
——领导者要善于演讲……（193）
第二节　旨深喻切　因事陈辞
——马克思的演讲理论与演讲学……（198）
第三节　妙论精言　巧发微中
——一篇精彩演讲的标准……（203）
第二章　演讲的准备……（206）
第一节　择优去莠　成功之母
——演讲题目与方式的选择……（206）
第二节　渔泽而渔　精心炮制
——演讲材料的准备……（210）
第三节　胸有成竹　有备无恐
——演讲的心理准备……（215）
第四节　实战演习　熟能生巧
——演讲前的练习……（220）
第三章　演讲的要素……（224）
第一节　有物有序　严谨清晰
——演讲的结构……（224）
第二节　凤头豹尾　起止不凡
——演讲的开头与结尾……（229）

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.

第三节　准确通俗　简洁形象
——演讲语言的基本要求……（236）
第四节　寓谐于庄　咳吐成珠
——演讲中的幽默……（241）
第四章　演讲的技巧……（248）
第一节　稳健潇洒　以美取悦
——演讲者的形象……（248）
第二节　以目抛情　心领神会
——演讲者的表情……（253）
第三节　以情感人　情理交融
——演讲者的情感……（256）
第四节　跌宕起伏　金石掷地
——演讲者的声音……（261）
第五节　体语达意　如风助火
——演讲者的手势……（267）
第五章　演讲者与听众……（273）
第一节　平等相视　知彼知己
——演讲者与听众的关系……（273）
第二节　淡化“官”气　双向交流
——演讲中的提问与回答……（278）
第三节　避免失误　排除干扰
——如何应付临场意外……（280）

后　记……（287）

第一章　领导者阅读的重要性与可行性

第一节　工欲善其事　必先利其器

——阅读在领导工作中必不可少

我们正在从事建设有中国特色的社会主义的伟大事业，在完成这一光荣而艰巨的历史使命中，各级领导干部，处于重要的地位，担负着重大的责任。政治路线确定之后，干部就是决定的因素。怎样才能成为一名适应现代化建设需要、深受人民群众拥护的优秀领导者呢？二千五百多年前的孔子的一句话给我们以启示，“工欲善其事，必先利其器”，意思是说工匠想要做好他的活儿，一定先是使他的工具锐利。孔子其后的荀子在《劝学》中也说“君子生非异也，善假于物也”，意思是说君子生来与别人没有什么不同，只是善于凭借客观条件。那么，作为现代领导者想要做好领导工作，要凭借什么工具或者武器呢？那就是马克思主义的基本理论和科学文化知识。怎样掌握这个武器并使之锋利呢？那就是学习，而学习的主要手段便是阅读。

多年来，党的老一辈革命家一再强调，要学习和掌握马克思主义基本理论。毛泽东同志早就指出：“指导一个伟大的革命运动的政党，如果没有革命理论，没有历史知识，没有对于实际运动的深刻的了解，要取得胜利是不可能的。”（《毛泽东选集》第2卷第498页）邓小平同志在1985年9月23日中国共产党全国代表会议上的讲话中也指出：“我希望党中央能作出切实可行的决

定，使全党的各级干部，首先是领导干部，在繁忙的工作中，仍然有一定的时间学习，熟悉马克思主义的基本理论，从而加强我们工作中的原则性、系统性、预见性和创造性”。应该看到，现今的领导者正处于一个十分复杂的国际和国内的环境中。国际敌对势力同社会主义国家之间的渗透与反渗透、颠覆与反颠覆、“和平演变”与反“和平演变”的斗争将长期存在。国内，四项基本原则和资产阶级自由化的对立和斗争也将长期存在。在当前的治理整顿、深化改革和社会主义现代化建设中，经济、政治、思想、文化等各个方面，都有许多复杂的事物需要认识，许多重大问题需要解决，许多未曾认识的领域需要开拓。因此，学习和研究马克思主义基本理论，越来越显示出紧迫的现实意义。

作为领导者，如果缺乏马克思主义理论素养，不善于运用马克思主义的立场、观点、方法分析和解决问题，整日陷入日常事务，不注意思想政治动态，那么，就不可能发挥应有的作用，更不可能成为党的合格的领导干部。倒很可能在日益复杂的斗争中迷失方向，给社会主义现代化建设事业带来不应有的损失。

忽视马克思主义基本理论的学习，曾给我们以惨痛的教训。远的不说，就改革开放以来，虽然成绩很大，主流是好的，但也出现过一些失误。例如，在政治和经济的关系问题上，光注意了经济，忽视了政治的重要性，没有处理好政治和经济的关系；在经济上只讲速度，忽视效益。这两点失误从根本上说是哲学的失误，是没能认真学习马克思主义哲学，犯了形而上学片面性的错误。可见，领导干部的马克思主义水平如何，哲学水平如何，与我们的事业成败得失有直接关系。为此，江泽民同志在党的十三届五中全会上强调指出：“对于领导干部，需要提出更高的、更严格的要求。要向同志们讲清楚，是否认真学习，是否通过学习和通过工作实践真正提高了自己的马克思主义理论素养，是有没有党性的重要表现。这同时也应该成为考察、任用领导干部的一

个基本标准”。

马克思主义理论著作浩如烟海，它包括马克思、恩格斯、列宁、斯大林的著作，还包括毛泽东等老一辈无产阶级革命家的著作。领导干部工作很忙，不可能将这些著作全部读完，但基本理论、主要著作要一本一本认真地学，掌握马克思主义的基本理论、基本原理和基本方法。同时，作为领导干部，还要认真学习党的指导思想、党的总路线、总方针、总政策以及中央负责同志的有关阐述。因为这些本身就是理论，是马克思主义与中国实践相结合的结晶，这对于指导我们现实工作有着直接的意义。

如果说学习马克思主义，主要的是解决领导者的世界观和方法论的问题，那么，学习科学文化知识，通过阅读掌握大量信息，则是提高领导者工作能力的不可缺少的手段。

杰出的领导者都深知这样一个道理：知识是人类争取自由的一种武器，它能够转化为人们认识世界和改造世界的巨大力量。列宁认为：“只有用人类创造的全部知识财富来丰富自己的头脑，才能成为共产主义者。”（《列宁选集》第4卷，第348页）领导者通过阅读书籍，可以迅速汲取人类几千年进化所积累的知识，使智力的发展一日千年；可以冲破时空的局限看到世界，使视野的广阔增加万倍；可以超越独自思维的单信道联系，从几辈人中获得大量信息。领导者一定要通过学习具备科学文化基础知识，还要熟悉各自领导范围内的必要的专业知识，了解有关业务领域的具体情况，掌握它们的特殊规律。这样才能提高领导工作的效率。在今天的时代，那种不学无术、碌碌无为，整日不读书、不看报，视知识为可有可无的领导者，只能是空头政治家，或者是个瞎指挥。以其昏昏，使人昭昭的领导者，在当今知识爆炸的信息社会中，是很难在领导岗位上立足的。

诚然，我国现今的领导者，大多是大专以上文化程度。但是，我们应该看到，人类历史发展到今天，“知识更新”的速度

空前加快了。恩格斯曾说过："科学的发展则同前一代人遗留下的知识量成比例。"（《马克思恩格斯全集》第1卷，第621页）据英国科学家詹姆士·马丁估计，人类的科学知识，在19世纪是每50年增加一倍，20世纪中叶是每10年增加一倍，70年代是每5年增加一倍。目前有的专家估计，已是每3年增加一倍了。现在全世界的科学杂志已达十多万种，每年增加出版的图书在6000万页以上。"知识更新"的高速度，要求领导者必须再学习。国外有人调查发现，大学毕业后担任高级技术工作的人员，由于知识结构的不断变化，若以每人平均工作45年计算，他们的知识有80%是毕业以后获得的，只有20%是在学校中掌握的。这正如华罗庚所说："在人的一生中，进学校靠别人传授知识的时间，毕竟是短暂的，犹如妈妈扶着走，在一生中是极短的时间一样。"古希腊哲学家芝诺曾用"大圆圈"和"小圆圈"的比喻来告诫他的学生，圆圈愈小，接触的知识面越窄，越容易自满；圆圈愈大，接触的知识面越广，越感到自己不足。作为领导者，只有永不自满，终生追求无限大的"圆圈"，才能不断开拓，不断进步。

领导者勤奋学习，刻苦读书，不仅能提高政治素质和业务领导能力，而且对领导者的气质以巨大的影响。

气质，指人的生理、心理等素质。主要表现在情绪体验的快慢、强弱，表现的显隐以及动作的灵敏或迟钝方面。气质赋予每个人的个性以不同的色彩，使人在社会活动中所发挥的自身能力，因它的优劣而得到强化或削弱，使人在人际交往中的魅力呈现出明显的差异。

置身于人群之中并要运筹自如的领导者们，应该具备独特的沟通协调的魅力。美国的托夫勒曾为第三次浪潮的领导人勾勒了一幅草图："一个领导人的才能不在于他自信武断，而在于从善如流；不在于他专横霸道，而在于富于想象；不在于权迷心窍

妄自尊大，而在于对领导新世界的局限性颇有自知之明。”成功的领导者，优秀的领导者，都需要这样灵秀的气质。我们不是从列宁、毛泽东、周恩来等许多历史上伟大人物身上感受到了这种灵秀才气了吗？而且我们也领悟到了这种灵秀才气对于他们成为叱咤风云的人物所起到的巨大作用。他们的灵秀从何而来呢？这除了他们的人的生理素质以外，主要的是与他们在生活实践中不断地从书籍中汲取营养密切相关。正如培根所说：“读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人周密，科学使人深刻，伦理学使人庄重，逻辑修辞之学使人善辩。”

无产阶级革命导师无不倡导读书，而且还为后人作出了刻苦读书的光辉榜样。马克思的双脚把大英图书馆的地板磨出了两道深印，列宁在生命的最后时刻还让妻子给他读书，斯大林的读书定额是每天500页，毛泽东更是一生学而不倦。他曾在中央苏区致信设在上海的中共中央，信中说：“我们望得到书报如饥如渴，务请勿以事小弃置”。可见这位伟人对知识的热爱和渴求。封建皇帝秦始皇也每天要批阅文书一石（120斤，合今60斤）。美国已故杰出总统罗斯福，在街上或车上也分秒必争的读书。

这些生动的事例都启示我们，谁想成为现代合格的领导者，谁想具备现代领导工作所要求的认识、分析和解决问题的能力、以及灵秀高雅的交际能力，那谁就去争分夺秒的刻苦读书吧！让阅读在你的领导工作中必占一席之地，让书籍伴随着你的领导生涯，让知识助你到达成功的彼岸。

斯迈尔斯的一段话很有感召力：“书还引导我们生活在一个最美好的社会里，让我们置身于古往今来那些伟大的心灵之中，瞻仰他们的丰采，亲沐他们的行谊，聆听他们的言论，坐育其间，分享他们的喜怒哀乐，吸取他们的经验，不知不觉地把自己融进他们匠心独运的幽美意境之中，如浴春风，一生都受用不尽呢！”

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.

第二节　人贵自知　事预则立

——领导者的知识结构与阅读计划的制订

领导者的阅读是必不可少的，但怎样去阅读呢？古语说的好："凡事预则立，不预则废"。这就告诉我们，领导者的阅读也应有一个科学、严密的计划。什么是计划呢？用歌德的话说："领袖人物把力求实现的事物想象成为一个已经实现的事物。"也就是领导者对一定时期内的阅读所作的预想性的安排。计划是读书的朋友。苏联科学家瓦尔沙夫斯基给自己规定的工作原则第一就是：没有计划不做工作。领导者的阅读也应在总体上作战略布置，具体上作细致安排，在科学、严密的阅读计划指导下，有步骤地学习，这样才能达到预期的效果。

在制定阅读计划之前，有一个问题是应该搞清楚的，那就是在建设有中国特色的社会主义的实践中，党政机关、企事业单位的领导者，他们应该具备怎样的知识结构？而要建立一个合理的切合实际工作需要的知识结构应遵循哪几项原则？

我们认为，作为社会主义现代化建设事业的各级领导者，他们的知识结构至少应包括以下三个方面：

首先是要熟悉和掌握马克思主义基本理论和党的路线、方针、政策。这对于领导者分析错综复杂的社会现象，看清事物的本质，掌握各项工作的客观规律性，增强领导工作的原则性、系统性、预见性和创造性是至关重要的。

其次是要熟悉和掌握一定的专业知识。各行各业各有专业。国民经济生产和流通的各个部门都有自己的专业，党务工作、思想工作、管理工作等也各有专业。不熟悉和掌握所领导的行业和部门的专业知识，长期当外行，是难以胜任领导工作的。

再次就是要熟悉和掌握领导业务的基础知识。它包括领导科

学、管理科学、法学以及中文、历史等其它社会科学和自然科学的一般常识。

领导者知识结构中的这三方面内容怎样进行合理的安排？总的原则应是专博结合的“上”字结构。“|”表示对马克思主义基本理论和党的路线、方针、政策要下苦功钻研，达到一定的深度；“—”表示对专业知识要掌握到一定的程度；“—”表示要多涉猎各方面的知识，有一个宽实的领导业务知识和科学文化知识基础，达到知识面广博。具体原则是：

一、整体原则。知识结构的整体必须围绕着不同的领导岗位的不同目标构成。要把各部分知识巧妙地相互联系起来，有机地融合起来，从而使自己的知识结构在整体上发挥最佳功能。这就要求我们正确地选择知识，善于判断某种知识对自己的知识体系有多大价值，据此做出正确的取舍。凡不从整体需要出发的取舍，都是盲目的。整体原则还要求我们合理地组织知识，与整体相脱节、相游离的知识，是毫无用处的。要研究知识间的复杂的内在联系，使部分知识在整体知识中有效地发挥功能。

二、比例原则。它反映了知识结构内部横向联系上的客观要求，它要求知识结构的各组成部分必须保持恰当的比例。而确定知识的比例要从客观需要出发。一般地说，按照比例原则，我们的知识结构应该自然地形成核心、外围、边缘这样三部分。要把那些对于领导工作有决定意义的知识放在主导地位，把那些与领导工作相关的知识放在恰当的相应的位置。这样，整个知识体系就会形成比例协调的统一体，就能产生出最佳效应。

三、层次原则。它反映了知识结构内部纵向联系上的客观要求。它要求知识结构必须从低到高、由几个不同的层次组成。合理的知识结构应该有三个层次：基础层次、中间层次和最高层次。基础层次是指一个领导者必备的领导业务和科学文化的基础知识；中间层次是指不同行业、不同岗位的领导者各自所需要的

较为系统、一定程度的专业知识；最高层次则是指对于领导工作带有指导性的理论知识，以及这种理论知识的最新发展和最新成就。

四、动态原则。它要求领导者要随着客观事物的运动、变化和发展，不断地对自己的知识结构进行调整。固守陈规，不顾时代、科学、环境以及自身情况的变化，原有的知识体系就会落后，以至僵死。为此，领导者要建立一种便于进行新陈代谢的开放性的知识结构。这个结构应具有基础较宽，活性较强，便于同各种新知识相联结等特点。

在领导者应具备的知识结构和建立合理知识结构原则的指导下，就可以考虑制定具体的阅读计划了。拟制计划没有固定不变的格式。在行文上，既可以成文叙述，又可以分条列项地写，还可以采用表格的形式，或者把这几种写法揉合起来，兼而用之。但是无论什么写法，都应该包括学什么、怎么学和什么时候完成这三个要素。学什么，就是根据整体知识结构和现实领导工作的需要与可能，提出一个时期的阅读任务和要求。这是计划的灵魂，也是计划的核心内容。怎么读，就是实施阅读计划的方法和措施。这是实现计划的切实保证，是解决“怎么读”的重要关键。什么时候完成，就是阅读的进程和时序。要分轻重缓急，统筹安排。

阅读计划的拟制，必须注意以下几点：

第一，明确目标。奋斗目标是产生阅读计划的导因，是制订计划的出发点，也是一个阅读阶段的终点。领导者要有一个长期的阅读目标。这个目标，就是要经过不懈的努力，达到现代领导者应具备的知识结构。长远目标还要分解为一个一个的近期目标，即通过一个阶段的阅读，要掌握哪些知识，要达到什么水平。目标的确定，要从事业的需要和个人的实际情况出发，这样制订的目标才有可能实现。领导者往往首先遇到的是工作与阅读

在时间上的矛盾，阅读与本身精力不足的矛盾，这些矛盾有时是无法调和的。但如果事业目标与阅读目标的选择相一致，二者便能得到互相补偿，也容易得到较多的社会承认与支持。在工作中能够随时找到实践自己所学知识的机会，工作中碰到的问题又能不断为领导者提出学习和阅读的课题，也将使领导者不断地在点滴成功中得到坚持阅读学习的鼓舞力量。当今领导者，大多比较年轻，精力尚充沛，不妨对自己要求高些，把目标适当定得高些。但也不要太高。太高，容易使计划落空。

第二，认清起点。宋朝的朱熹以他自己的经验曾告诫道："读书之法，在循序而渐进。""未得乎前，则不敢求其后，未通乎此，则不敢志乎彼。如果循序而渐进焉，则意定理明，而无疏易凌躐之患矣。"在他看来，读书要有程序。就是要使阅读过程呈现由浅入深、由简到繁、由易到难、由点到面的阶段性和连贯性。为此，领导者的阅读要从基本理论、基础知识开始。基础坚实，立足才牢靠，如果急于求成，贪多求快，恨不得一步跨三丈，头脑里的知识大厦没打好地基就盖三楼，结果终会倒塌，成为一堆无用的废物。这就告诉我们，掌握知识的循序渐进的阶梯是不能破坏的，要从起点开始，一步一步地攀登上去。

要循序渐进，就必须认清起点。人贵有自知之明。领导者要对自己现有的理论水平、知识水平有一个清醒的准确的分析与评估。没有起点的赛跑，将是无效的。

当今领导者的知识起点不尽相同。虽然大多数领导者已取得了大专以上的学历，但各类知识的起点，也因人而宜。不少领导者是从专业技术岗位走上领导岗位的，虽然专业知识水平起点较高，但马克思主义基础和领导科学等知识就明显欠缺；有的领导者虽然马克思主义理论知识起点较高，但专业知识水平起点较低；也有的领导者科学文化知识的基础尚没有很好掌握，等等。各类知识的起点无论高还是低，都要有一个实事求是的估计，以

便从不同的起点向前迈进。且不可因一纸文凭盲目乐观，将计划的起点定的太高，结果学不了计划落空，还容易心灰意冷。不如将计划的起点定得低些，这样有利于基础建设，有利于完成计划。

第三，长短结合。所谓长，就是长计划；所谓短，就是短安排。根据所确定的目标，制订长计划。根据长计划，制订短安排，“不积跬步，无以至千里”。没有合理的短安排，长计划也要落空。在确定短安排之前，要对主客观情况作精细的计算。主观情况是，我每天究竟有多少时间可以用于阅读，这个时间应该是有保证的。客观情况是，要阅读的内容大致需要多少时间。两个时间综合起来，就可以定出每季、每月的进度表了。根据这个进度表，就可以确定每周、每天的阅读定额。这种安排不可太满太紧，不留有余地，否则会由于意外情况的冲击，使计划完不成而流于形式。留有余地，还可以安排新发现的值得一读并且必须立即阅读的内容。也不可订的太松，这会使人疲沓，不利于调动自己的阅读潜力。短安排制订后，可试行一周，出现偏紧偏松的情况，应及时修订计划。

第四，落实措施。这是最重要的。常言道：“十分计划，十二分措施”我们要过河，就要解决桥和船的问题。所谓措施，主要指要达到既定目标需要什么手段，创造什么条件，排除哪些困难等等。对于这些问题的拟定，必须要有科学态度，要切实可行。计划一旦确定，就必须坚决执行。这里有两个环节应该自始至终抓紧，一是日定额必须按日完成。有了这一条，月进度、季安排乃至年计划均实现，也就有了可靠的保证。完不成（纯粹客观原因如生病、突击工作等除外）怎么办？那就要首先找原因。到底是时间抓得不紧，还是阅读效率不高，从而对症下药。再就是设法补回来，这方面要严格要求，养成不放松的习惯。二是要及时反思。看时间利用得怎样，阅读的效率怎样。每日、每月、

每季都应及时检查，一成不变的计划是没有的，根据实际情况经常修订补充，才能保持计划的指导性、可行性。

计划观念已成为现代领导管理中的一个重要观念，在领导者的阅读实践中不可忽略。

第三节　三余广学　忙里偷闲

——用弹性原理去赢得阅读时间

领导者工作繁忙，日理万机。订出阅读计划容易，具体执行起来却没那么简单。这主要源于工作与学习在时间上的矛盾。“是想读点书，可工作太忙了，哪有时间呢？”这句话不是一些领导者常说的吗？看来，如何掌握和支配时间确实是领导者进行阅读所遇到的最大难题，也是对领导者阅读可行性的最严肃的挑战。

在“钟表王国”瑞士温特图尔钟表博物馆内的一些古钟上，刻着这样一些富有哲理的词句：“如果你跟得上时间的步伐，你就不会默默无闻。”我国自古以来，多少有志于读书、写作的人，都曾憧憬和眷恋“无限”的学习和工作时间。《淮南子》上说：“圣人不贵尺之璧而重寸之阴。时难得而易失也。”唐代诗人李白曾对天长吟：“恨不得挂长绳于青天，系此西飞之白日！”清代文学家龚自珍也曾作诗自砺：“若使鲁戈真在手，斜阳只乞照书城”。大画家齐白石为自己的印章题字是：“痴思长绳系日”。这些说的都是对时间的珍重，对时间易逝的惋惜，但也都流露出对时间的控制意识。古时苏秦悬梁刺股，是用减少睡眠来增加读书时间；董仲舒“三年不窥园”，是用取消娱乐来增加读书时间。这些办法精神固然可嘉，但毕竟太原始了。

革命导师恩格斯说过，利用时间是一个极其高级的规律。很多杰出人物，都是善于掌握时间、支配时间的人。究竟怎样去利

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.