

时间的格局



[时间的格局 下载链接1](#)

著者:弘丹

出版者:民主与建设出版社

出版时间:2017-10-1

装帧:平装

isbn:9787513916950

什么是时间的格局？如何充分利用碎片化时间，提高办事效率？

管理时间的终极目标是管理自己的人生，如何有效管理时间，提升自己？

看过很多效率管理类书，可自己依然每天在忙乱中茫然无措，如何摆脱听过、看过却不会实操的魔咒？

时间的格局就是对时间的认知、规划和执行。为什么同样的24小时，有人高效利用时间，有人碌碌无为。一个人的格局决定了他的层次，格局的大小不在于事情大小，而在于我们超越常规的认知高度、计划深度，以及执行力度。

对于一个学习者来说，可怕的是时间的格局太小，思维、眼光都很狭窄，只看到目前的困难，囿于眼前，而不规划时间的长期管理，行动起来，去执行。

管理好自己的时间，就是管理好自己的人生，人生有的是咸鱼翻身的机会，就看你愿不愿意培养自己时间的格局，用发展、系统的眼光看事情，用“时间管理”去创造人生的大格局。

作者介绍：

弘丹，简书金牌励志作者，知识分享型大咖，领英专栏作者，独立书评人，创意写作践行者。POA行动力合伙人，橙子学院城市合伙人。“21天爱上写作”训练营创始人。

持续写作，愿一生笔耕不辍。每一个不曾写作的日子，都是对生命的辜负。

目录: Part 1思维重构法：跳出自身思维局限

- 1、没有建立这种思维，学再多都是白费
- 2、每天10分钟，轻松提高深度思考的能力
- 3、不明白这些道理，你以为的“投资”其实是“浪费”
- 4、可怕的不是阶层固化，而是你因此放弃了努力
- 5、即使人生可以重来，你还是老样子
- 6、身为女性，你是否习惯性低估自己
- 7、离开，就像重生一样
- 8、觉醒，什么时候都不晚
- 9、一个决定，损失一百万
- 10、真正的教育拼的是父母的观念

Part 2 时间投资法：让每一分钟为未来增值

- 1、你怎样过一天，就怎样过一生——时间投资法
- 2、成功的背后，是高度的自律
- 3、激情只能点燃梦想，习惯才能成就理想
- 4、没有时间，不过是借口罢了
- 5、你不是被困在当下，而是没有活在当下
- 6、越高效的人，越懂得休闲放松
- 7、人最重要的能力是过好自己的生活
- 8、一个人会孤单，但不孤独

Part 3 高效行动者：彻底改变自己的核心力量

- 1、一个公式，拯救重度拖延症，华丽转身成行动达人
- 2、为什么想要改变自己，会1001次失败？
- 3、如今的光芒万丈，是因为曾经的咬牙坚持
- 4、为了梦想，拼尽全力又何妨
- 5、努力的姑娘，运气都不会太差
- 6、大学生，如何在毕业前攒下8万块？
- 7、阅读，是一种全身心享受的自由和幸福
- 8、写作，能给生活带来什么改变

Part 4 职场突围术：快速度过职场迷茫期

- 1、初入职场很迷茫，如何规划和提升自己？
- 2、职场新人，最基本的品质是什么？
- 3、讲真的，现在还能去外企吗？
- 4、假如有一天，你被公司解雇了
- 5、做不喜欢的工作，是怎样的体验？
- 6、父母眼中的稳定，是你身上的枷锁？
- 7、在“体制内”工作是扼杀梦想吗？
- 8、选择一份让你快速成长的工作
- 9、遇到奇葩老板是怎样的体验？

Part 5 人生不设限：活出不可思议的人生

- 1、人生跌入谷底，该怎么办？
 - 2、人生只有一次，要活就活得淋漓尽致。
 - 3、去你梦想的方向，过你想过的生活。
 - 4、先学会输，才有机会赢。
 - 5、你爱不爱自己，只看这三点。
 - 6、毕业十年，你过上自己想要的生活了吗？
 - 7、不必羡慕别人，自己亦是风景。
 - 8、记住，活着的每一天都是特别的日子。
 - 9、三十岁，美好的人生才刚刚开始。
- • • • • (收起)

[时间的格局](#) [下载链接1](#)

标签

时间管理

个人管理

思考

励志

思维

人生

职场

心智

评论

不知道那些打四分五分的都是些什么人。干货没什么，鸡汤倒是不少，有些地方不知道说的什么。说过不买畅销书的还是没忍住，真的要克制住，不然看完也是往书架上一扔。看了某位姐的推荐以为还行，结果一点不符合这本书的名字，以后还是要慎重选择豆红写的推荐文。

只看了一篇就知道这本书是垃圾，作者的思维也就是小学没毕业的水平，各位看了豆瓣推荐而买或者看这本书的人必然要上当，奉劝各位珍惜时间精力，绕开这种凭借豆瓣评分而“走红”的垃圾作品！！！

管理好自己的时间，就是管理好自己的人生。用时间的格局，创造人生的大格局。

这是一本简书文章整理修改后合集而成，作者本人写文字是极其认真和用心的。有两点我觉得她做得比较好：1，上过很多网红老师的网课，很认真的做笔记和实践，符合她乖学生好学生的气质，负面评价少；2，向优秀的人学习、链接同时让自己持续成长，形成循环。

书中都是很有效的学习方法，你会发现很多知识点都是我们日常生活中需要用到的，按照作者弘丹在《时间的格局》中教我们的方法练习，相信我们过一段时间后也会成长为行动力达人。

丹十九妹作品！值得入手！！！

--世上最冤枉的事，不在于你无知，而在于知道后却不懂得以何种方式去获取。我们都只知道时间宝贵，可是我们却往往不知道该如何去把握它。不懂得利用时间的人，和不懂时间价值的人一样，浪费的都是时间、精力和未来。

给作者一个赞。我买的签名售书款，这是我2018年读完的第一本书、书中很多话给我很多的启发，新的一年，认真生活，继续阅读，练习写作。不辜负余生每一天！祝各位新年快乐，愿一切都好。

一个下午扫完，只有部分内容比较值得一读。明天分享一下思维导图。

很普通，大多是公众号文章合集

★本书作者从思维重构、投资时间、高效行动者等五个方面讲述如何掌控自己的时间和生活。由于作者用自己如何走上写作之路的经历做了大量的举例，因此也可以做为学习写作的心法之书。

★POA行动力公式，告诉我们目标越聚焦、伙伴越多，行动就会越有效。

★体制内的生活并不能扼杀梦想，只要你足够想，阻碍也能变优势。

◆金句：明天过得怎么样，取决于你今天怎么做。

还是有一些干货的，作者也写了很多有意思的人。作为一碗励志鸡汤是合格的。这个封面太丑了。比较喜欢作者本人。

我中了时间的毒，最近看的书很多与时间有关。

唯有梦想，才配让你焦虑；唯有行动，才能解除你的焦虑。 / POA行动力公式。

看看普通人是如何通过践行写作而成长的。行动力训练之路。

职场那部分就不推荐读者看了，个人主观色彩太浓，对一些行业认识不够缺大放厥词

小小的努力，都能被看见。有一点方法，一点情怀，其余就没有啥了

人生有千万种活法，也可以充满各种可能性。你会选择哪一种？

良心好书，边看边做记录，书里的方法太有用了，简单可行，感觉自己的时间利用效率大大提升，这也提醒着我以前荒废的时光有多可惜，要是早点看到这本书就好了！看完立刻又买了一本送给弟弟。

跑不赢的是时间，跑得赢的是自己。

[时间的格局](#) [下载链接1](#)

书评

前几天，趁着双十一大促，把简书签约红人弘丹的作品《时间的格局》入手，刚刚读完的时候，感觉里面的文章都是一个一个的小故事，就像封面上那颗算盘珠子洒落一地，在心里骨碌碌的转，不知道应该怎么去把握主线来。晚上的时候，我看到一张图片，很有感触，发到了三个微信群里，…

清晨，我像往常一样，坐在书桌前写作。而此刻的心情却有些激动，因为，这是在为自己的新书写序言。

回顾过去几年的生活，我发现人生轨迹发生转变，是缘于一些微小的决定，而不是惊天动地的大事件。

2015年1月4日，是非常普通的一天，我像往常一样，上班、吃饭、睡觉。而这一天…

一、9月，生命的格子又少了一个

如果以每个月作为一个格子，假如以80岁作为生命的终点，那么，我们的人生就是960个格子。今年9月，生命的格子又少了一个。谁说的？

《时间的格局——让每一分钟为未来增值》这本书告诉你，
“每逝去一天，你的生命就少了一天，每逝去一个月，你...

潇潇和我是和君商学院的同窗好友。她是某国资集团投资部资深投资经理，是清一色男性投资经理中唯一的女性。

某日午后，在商场的星巴克咖啡店里，身怀六甲的潇潇，娓娓道来她误打误撞进入投资领域的经历。潇潇研究生毕业后，就职于甘肃一家国企集团的海外投资部。
合作伙伴是高...

1

很早就意识到自己有个缺点，不太容易接受别人的批评。记忆深刻的是初三某个周末去二姑家，之前的周末都是中午放学就回去了，正好赶上饭点。那天中午回去晚了被她说了一下，其实只是蜻蜓点水的说了一句，当时的我就控制不住眼泪，竟当着二姑的面哭起鼻子来。二姑说：“是不是...

《时间的格局》这个名字起的是挺好的，市面上关于时间管理的书籍也多如牛毛。
时间管理的方法论那就更多了，比如番茄工作法，柳比西奇的时间记录法，年季月日时间安排总结，生命平衡论八纬度或四维度，重要紧急四象限，每天要做的事记录完成清单法等等。显然弘丹是做...

一个人如果活到80岁，一个月作一个小格子，人的一生也就区区960个格子而已，而我已经使用了三分之一的格子了。过去的三十年过得波澜不惊，每天都是按部就班的过着，没有惊喜也没有意外。日子过得索然无味。有时望着镜子里的自己，觉得很陌生，还没有长大却已经老了。尼采说：...

01

2015年1月4日，是非常普通的一天。有一个女生，她像往常一样，上班、吃饭、睡觉。然而，这一天又是非常不寻常的一天，因为那天傍晚，她偶然间在朋友的公众号看到了一篇文章——《当美女想写色情小说》。那篇文章触动了她的心弦，她读着读着，竟然眼眶湿润了。那位想写色情...

北京卫视《我是演说家》这个节目一直非常火，原因是每次看这个节目都会心潮澎湃。我喜欢他们激情的演讲，演讲是最能打动人心的。可是他们能有今天的成绩并非偶然，是坚持不懈的结果。可是面对自己的胆怯，别人的嘲讽我们要怎样坚持呢？突然又觉得我们自己的梦想遥不可及。 ...

2016年以前，小A每天下班后，不是上网刷剧，就是逛淘宝，不是和同事们QQ、微信聊八卦、聊漂亮衣服、就是和宝妈们聊孩子，聊奶粉尿不湿，日子就这样一天天过着，她觉得有个疼爱自己的老公、有可爱的孩子，还有份稳定的工作，挺好挺满足，她从没想过，她的日子还可以更好。 20...

弘丹的《时间的格局》这本书中，看完你会发现书中有很多值得我们学习的方法，这这本书中并不是给我们讲很深奥的道理和我们看不懂的行业术语，只有我们最简单易懂的白话文，让我们看完立刻就知道如何去做、应该怎么去做，在这本书中学到的知识与大家分享：一，如何掌握新知识 ...

进入青橙学院已两月有余，在两个月后才去阅读老师的作品《时间的格局》，似乎显得有点滞后，但是我却很庆幸在这个时候才去阅读这本书。
如果没有加入青橙学院，我看这本书可能仅仅觉得全是好喝的鸡汤。但加入青橙学院与弘丹老师“近距离”接触后，我知道书里的理念都是老师已经...

收到《时间的格局》这本书已经有好几天，因为是礼物，想找个有仪式感的时间打开，比如，作为“时间管理”主题阅读的第一本，但看着群里的小伙伴都在读了，实在忍不住还是翻开了。
没有用往常的30分钟速读法，而是放慢速度，用倾听作者声音的方法来阅读，因为这个声音太熟悉了， ...

这本书的前半部分比后半部分写的好，可能很多人会以过来人嘲讽口气说，都是鸡汤啦，有什么所谓好不好的。不是这样的！

文字本身没有高低之说，道理更没有贵贱之别，只要是好的，我们就要吸收，开示藏在万物之中，藏在云泥之中，一个拥有开放心态的人是不会轻易武断下结论的，...

每次在图书馆借书的时候最喜欢在新书区反复挑选，选择一本还没有怎么被翻烂并且认为对自己有帮助的书借回去慢慢消化，这次挑中了一本《时间的格局》。

名字很大，毕竟史蒂夫霍金先生曾经写的《时间简史》也是想和大家聊聊时间的科学知识，而格局却存在于每个人的心中，对于时间...

[时间的格局 下载链接1](#)