

何必刻意



[何必刻意_下载链接1](#)

著者:季小军 著

[何必刻意_下载链接1](#)

标签

评论

同事都说好，京东服务确实靠谱

书不错，人生何必刻意，调整好心态是最重要的，记住没有什么是你本应得到的，只不过恰好是你而已，努力将当下的事情做到极致才是正途。
本人一直很喜欢季小军主持的节目，因为声音很好听，而且一直是我英文学习的好榜样。
。

央视好几个比较感兴趣的主持人的书都买了，再不下手就没了。看季小军，主要是想看看英语到底是怎么练成的，看看会不会有所帮助。

虽然这本在国庆时不能减价，签名版的没货，我等了好久也没等到，就改成了没有签名的，不过看起来比在天津图书大厦的版本要好很多，要说印上的签名还是有的，反正也无所谓了……
买这本书纯粹是冲着作者的本人魅力买的，应该不会后悔的。就现在而言——纸质各方面水准还是不错的。

了解一个从农村出来的主持人

很喜欢军哥，好评

好看，一直很喜欢

真心不错 一直在京东买 信赖京东 物流给力 大赞

小伙子很朴实很坦诚，央视主持人的书都不能错过，每一个人的成功都不是偶然的，励志书籍！

豁达快乐的人生态度，也是成功后的真诚感悟。

挺好的。快读完了

书很好，快递很快

感觉还不错 呵呵。给个赞把，服务很好不容易

季小军的作品 用他本人的阅历经验向我们大家诠释了人一生奋斗过程中的心态
比较适合正在他乡创业、工作···打拼自己事业的朋友们阅读 极力推荐

很好的书，拜读中，季小军才华

买了很多书，最先读完的是这本。之前不了解季小军，读过后，非常赞赏并认同他的人生态度。很多时候，不必刻意，下一步其实就在那里等着你。

值得购买，很好的作品，内容淳朴

神速。
本来是要买季小军的书，无意间看到吴大叔的这本，赶紧买了。哈哈，各种大叔的照片啊，不错不错！

书还不错 也是正版的 就是外包装显旧了一点

语言朴实、字里行间都能揣测道“何必刻意”，此刻接力做的，就是以后的工作、生活做铺垫。

因为喜欢主持人才决定买这本书，想看看他的成长经历，很平实，但是也很明确的将机遇是给有准备的人准备的道理说出来来

喜欢季小军。

季小军的内敛和有才是最让人欣赏的，喜欢他的处事风格。书中更多的是介绍他个人的成长经历，更关注语言学习方法的人可能会有所失望。

非常喜欢《何必刻意》，虽然还没有全部看完，但是看到作者写出自己的亲身经历，作为大学生的我，对于作者的经历，我也有许多的相同之处，总而言之，这本书的内容真的很不错，值得一看

这种类型的书，说实话没啥营养，看着可以打发时间。但这本书的名字我很喜欢

主持人写的书，自己的经历。

好书，值得读，好书，值得读

丰富的人生经历，好的人生心态，必定成就不凡的人生。生活其实很简单，何必刻意。喜欢这本季小军先生的书。

这是一本励志书，至少我觉得这是一本励志书。季小军我不认识，也不熟悉，更不迷恋，但是我却不得不承认，这是一个成功者。

挺好看的一本书，可以借鉴一下人生经验

包装完好，快递很快，服务很好

还不错，但总体还是觉得杨澜的书更精彩。

速度很快，服务很好

好评，书的质量挺好，还没看呢？不知道内容怎么样？

很不错的人物自传，成功没有捷径，靠自身努力，抓住机会！

刚开始在书店看到这本书，对书的作者也不熟悉，但是被书名深深吸引。不错的书回来后就买了

很喜欢的东西，满意的很。

送货很及时，虽然到现在还没看书。。。。

这本书讲述了他的经历很成功的经验，值得学习借鉴。包装很好，发货速度很快。一天就到了。

越来越喜欢在京东买东西了，木有原因，就是觉得京东很好

以往在电视上看到作者用流利的英语做节目.这次看看他写的书.看看他的成长.工作以后的经历.挺好的.

书不错，还没看。。。。。。。。

不错的一本书，不错的主持人，我也可以做到他那样的成绩，我相信。

快递很给力，服务态度很好

没有华丽的语言,简单的讲述,不卖弄文彩,很好,值得一阅,还分享了一些学习英文的好方法,值得购买

季小军的书，何必刻意，看了之后，深觉他内心深处的故事，我再一次向偶像致敬，之前喜欢他的节目，慢慢注意到了这个人，感觉他的历程深深地鼓励到了我，挺你，季小军！

节目主持人的书总是受关注。英文频道的尤其如此。

就是物流速度太垃圾，越来越不如从前了

简单，朴实，受益非浅，值得一看。

为女儿买的，而我却不经意之间读完了，人到中年好多事真的不必太刻意

有时候，你不经意的努力，正是为未来的某个瞬间做准备，脚踏实地，不要刻意。

季老师讲述的很真实，值得一看

不错，有所启发。印刷质量不错。

被这本书的题目吸引了，写的很好

蛮帅，而且写的很平实，有才，是金子到处都会发光的。

书好、京东发货速度也快。晚上定第二天就到了。

东西很好，送货很快，值得购买

帮同事买的，应该不错。

还没看，不过质量不错，送货也快，送货员态度也还行，基本满意。

学习，努力，奋斗！做一个有正能量的人！

书很好，但是不小心丢掉了希望捡到的人也能读一读，悲催中。。。。

语言相当平实，作者特别的谦虚，很坦诚的述说着自己的经历，喜欢

很喜欢季小军的节目，这本书很好，支持！

很喜欢这个主持人，同时也很喜欢这本书

很喜欢这种语气哈，看完蛮有启发的。但行好事，莫问前程。

比市面书店上卖的要便宜。。。是正版的！

写的很朴实，自己的经历

看看别人一路走过的路，触动自己

以前没有刻意注意过他，读了他的书以后崇拜他

商品不错，快递给力。

书本很好。是正品！！作者的心路历程，平淡中让人很感动！

第一次看季小军的书，成熟稳重中带着纯粹，对人生有所借鉴。

挺好，推荐给大家用一下吧

平凡的人 平凡的事 支持！

书讲的就是作者的生活态度，很喜欢

不错的一本书。不错的一本书

给朋友买的，速度挺快的

送货很快，希望书的质量也不错

正在拜读 正版图书 质量没问题

和作者的心情一样，感同身受。

书的很内容丰富，写的很好。

终于买回来了。一直想看的一本书！

正在看呢，书好，好评

先睹为快 包装 印刷 纸质 都没地说

很棒的书，很受启发，不错推荐购买

书内容肯定不错，印刷看上去不错

拿到手还是不错的，赞一个

就像书名的一样的一本书，简单

既然“何必刻意”？又何必刻意！看一下就知道了。

还没看，包装、物流还不错

讲解很全，值得借鉴。

帮别人买的书籍，看着还行！

知道他是外语主持人，没想到中文写的也超棒。

这是一本非常值得看的好书

书不错的，看到了一个青年的奋斗历程。

帮朋友买的，朋友说很好，我也就放心了

很好的书，很喜欢！！！！！！

性价比高，质量好，服务好，送货快

刚到手，正版。不错，内容也比较真实

书不错，内容充实，值得购买。

正版好书 价格低 速度快 够实惠

喜欢这个人，习惯在京东买书！

朋友推荐的，说内容不错，还没读完

和想像的差不多，快递很给力。

非常喜欢这本书籍非常喜欢这本书籍

还没开呢。但是感觉应该不错

正版书，包装很好，质量也很好

有意思的传记，看看别人的生活

很喜欢质量不错很喜欢质量不错

不错不错不错不错不错不错

一天看完，值得思考得挺多的。

经典读物，推荐大家看一看

速度比较快！速度比较快！

写的不错一切和预料中差不多

帮朋友买的，应该不错。

东西挺好，送货还挺快，方便

看起来是正版，挺好的

正版书非常不错仔细读中~~~~~

到货也很快，喜欢。。。

同事买的穿着说还不错的

送给朋友的，感觉还好

随便看看，有参考价值

重内容，重质量！！！

帮朋友买的，挺满意~~~~

很正很赞很正很赞很正很赞

很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢

还不错吧~还不错啊~~~

很好，不错哦、、、

书的质量蛮好的快递速度很快前天，吃完午饭，趁手头工作不多，便给朋友发了条短信，这次等了半个小时，却依旧没有朋友的回信。我开始坐立不安，记得不久的过去，就算她忙，她总会在半小时内回他的呀！他怀疑难道是自己昨天没发短信给她她生气了？两小时后信息回来，告诉我要到京东帮他买书，如果不买或者两天收不到书就分手！，我靠，没有办法，我就来京东买书了。没有想到书到得真快。

值得拥有！！！！非常喜欢！！！！

书的内容比想象中的好，，有图片可看，，喜欢，，不过这本书有折叠的印痕。。封面有点旧，，是黑黑的，，这个不太喜欢。。

挺好的 何必刻意

很好很好很好很好很好很好

送货快，物美价廉。

讲述了季小军从小到大的经历，如果你是一名英语爱好者或者学习者并且对他的经历好奇的话，这本书可以看看。如果你是奔着书名去的，那最好还是省一省吧。书的语言非常的平实，文采一般。

书的内容是很好，但就是久了点，有点被弄脏了。。。

性价比很高还记得上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾？于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。

朴实的写作

很好的东东喔

刚开始看，还是吸引我的，是我喜欢看的类型

商品是否给力？快分享你的购买心得吧~感觉还可以，还没正式使用

以前就知道这个人英语说的很好发音特别好听，自然就被别人记住了，能人太多了

青年人规划未来人生道路，顺其自然就好！

不错不错，和期待的一样~~

写得挺好，但稍显平淡了一些

央视主持人的书不错都 可读

据说是畅销榜的，财经方面的新人，cctv的人才

喜欢作者的为人，书不错

不知道什么时候有空看啊，买的书太多了

文笔、深度都一般吧，打发时间的。

喜欢喜欢喜欢喜欢喜欢喜欢喜欢喜欢

都成了枕边书了，每天睡觉前看几页

非常不错，很值得一读，到货也快。

写实很不错，有很多具体的说辞

书不错 支持正版 内容也很有意义

京东的送货就是快，喜欢京东

原装正品，还没看，便宜先买了

帮朋友买的，具体情况不清楚

喜欢他的人看看 权当追星了

不错，继续支持！发货超快！

好书！适合静下心来好好读！

还可以啦，挺不错的。。。

还不错，有一些特殊的见解

内容挺多的，慢慢看

值得推荐

很真实

书没有包装，略微有点旧

好书！

耐着性子读了2/3,书名是何必可以，书写的未免有点太不刻意了，整体像流水账一样日记，不够生动，也没什么深刻的认识能让人有收获颇丰的感觉，觉得对作者个人回顾人生的意义更大。因为之前看过芮成钢的《虚实之间》，奔着央视主持的名头去的，觉得应该也不错，但是眼界还是差很多，以后还是要试读一下再买。

本次下单，结果一个多月后才收到，这是京东购物最差体验了，都忘了这一订单了。订单都被拆分好几部分。哎，真心无语了啊。

喜欢这本书是因为季小军是我的偶像，不过书的纸的质量不太满意！

这包装太差了，到我手里袋子都漏了，还好书没坏，物流太扯了，我是不是用了假的京东快递

不错

物流慢，书籍破损……

1111111111

00000000000000000000

舌尖上的味道》系列丛书共5本，《从小爱吃的家常菜》会为您介绍耳熟能详的经典老菜；《最具特色的大众菜》介绍中国八大菜系中具有地方特色的菜肴；《新手必会的简易菜》按照家庭中常用的技法加以分类，介绍适宜新手操作的菜肴；《全家人的营养餐》按照不同人群的特点加以分类，介绍适合的菜肴；《巧媳妇的私房菜》按照家庭宴客菜的形式，介绍各式冷菜、小炒、大菜、汤羹、点心、饮品等。每本书在菜品的选取上都遵循了原料取材容易、操作简便易行、营养搭配合理的原则。每道菜肴不仅配以精美的成品图片，对于一些重点菜例，还配以多幅彩图加以分步详解，使您能真正抓住重点，快速掌握，烹调出色香味形俱佳且营养健康的家常美食。《舌尖上的味道：新手必会的简易菜》为其中的《新手必会的简易菜》一册，内容包括：腌拌菜、熏酱菜、熘炒菜、煎炸菜、蒸煮菜、焖炖菜、烧烩菜、汤煲羹，由夏金龙主编。

季小军，2008年北京奥运会开幕式英文司仪，中央电视台主持人，因为偶然的機會，他喜欢上了英语；因为偶然的機會，他喜欢上了主持；因为偶然的機會，他得到留学的機会；因为偶然的機會，他成了一名主持人。他说他是幸运的，但他说偶然中总有一些不偶然；从小就对主持有兴趣，却在大学毕业后成了一名国家公务员；从未刻意追求，命运之神却在多年后将他带回主持之路。季小军，2008年北京奥运会开幕式英文司仪，中央电视台主持人，因为偶然的機會，他喜欢上了英语；因为偶然的機會，他喜欢上了主持；因为偶然的機會，他得到留学的機会；因为偶然的機會，他成了一名主持人。他说他是幸运的，但他说偶然中总有一些不偶然；从小就对主持有兴趣，却在大学毕业后成了一名国家公务员；从未刻意追求，命运之神却在多年后将他带回主持之路。

我这本书买回来少了一页

买给朋友的，应该还不错这天女友打电话问我借本书，说她写作需要参考，我说我家没有，但我可以帮你找。我一边接电话一边就上网搜索，很快找到，立马告诉她网上京东有。她说我不会在网上买书啊。我嘲笑她一番，然后表示帮她买。很快就写好订单写好她的地址发出去了。果然第二天，书就送到她那儿了。她很高兴，我很得意。过了些日子，我自己又上网购书，但下订单后，左等右等不来。以前从来不超过一星期的。我正奇怪呢，刘静打电话来笑嘻嘻地说，哎，也不知道是谁，心眼儿那么好，又帮我订了好几本书，全是我想要的，太好了。我一听，连忙问她是哪几本？她一一说出书名，晕，那是我买的书啊。原来我下订单的时候，忘了把地址改过来，送到她那儿去了。这下可把她乐死了，把我先前对她的嘲笑全还给我了。不过京东送货确实很快。我和女友都很满意。好了，废话不说。|

这是一本励志书，至少我觉得这是一本励志书。季小军我不认识，也不熟悉，更不迷恋，但是我却不得不承认，这是一个成功者。一般来讲，励志书的作者都是成功者，毕竟成功者写的此类书籍才有说服力。如果作者连个成功者都不是，那他又怎么来教我们成功，领我们励志呢。这是一个一帆风顺的人。这一点从书名就可以看出来。“何必刻意”，听听，人家不必刻意就这么成功了，咱们再怎么刻意却还一直这个磕碜样。

对季小军并不熟悉，也没看过他主持的节目，或者看过，对他也是陌生的。另外面对电视的时候，看肥皂剧的时候多一些吧，虽然肥皂剧也不太看。翻开封面，一幅“何必刻意”的书法条幅映入眼帘，原来是他的父亲季诚机写的书法，也正好是此书的书名。小时候，季小军就记得父亲过年的时候总给乡亲们写对联，也曾经让儿子们练习书法，可父亲毛笔字好，儿子们不一定也好，无论做什么都应该是有天赋的吧。人物传记贵在真实，名人传记更是如此。作为一位周身已然笼罩了层层成功光环的著名主持人、“久经考验”的大型活动主持“专业户”，既然图书上架建议上赫然可见“名人”二字，既然决定拿一本自传作为自己40岁生日的“贺礼”，那么以什么样的姿态和心态来回顾来时路，确实是一个人见真性情的时候。是卯足力气将所有的人生伟业一一罗列？是在装帧设计上大走高端精英路线？

读罢全书，归因季小军的成功，除了自身的努力，最重要的原因，我认为是环境。一个特别好的家庭环境。虽不富有，但绝对有益成长，造就了季小军的善良纯朴谦和，自小养成良好的学习习惯。家庭的熏陶对一个人的成长具有非凡的意义。书中作者对小时候家乡的生活也浓墨重彩，那是对年少时光的美好记忆。一个特别好的学习环境。不论是北京还是伦敦，大学生活的影响都是积极的正面的，激发无限潜力。一个特别好的工作环境。国家教育部和中央电视台，高素质人才的聚集地，有利于年轻人的成长和发展。一半人生，遇到这样好的环境，何必刻意，做正确的事，成功垂手可得！看过很多媒体人的自传类作品，季小军的《何必刻意》与之相比，更温馨而亲切。倾听他娓娓道来自己少年时的顽皮聪慧，上大学后的小小放纵，自立的骄傲，找工作的忐忑，遇到贵人、看见馅饼后的情不自禁。。。。那么真实，对年少者犹如一个邻家大哥哥，对同龄人犹如一位久别重逢的老友。季小军正值当年，人生刚刚走了一半，未来的路上一定蒹葭伴鲜花丛生。相信，不必刻意，成熟淡定的他能踏踏实实走好每一步。祝福季小军！

认识季小军还要从英语节目CrossOver谈起。几年前在一家外贸公司做实习的时候，由于需要接触大量的英文翻译和口语，被当时的师傅强力推荐着去看了季小军的CrossOver，这是一档谈话类的英语节目，基本上每一期主持人（大多数都是季小军）和嘉宾们都围绕一个Topic自由畅谈自己的观点。我记得第一次看这个节目就被他一口流利地道的英语吸引了，特别的好听，从而一直关注这个节目，感觉他这个人也是温文尔雅特别绅士的。其实像我这样从英语节目认识季小军的人还有很多，他的英语节目被广大观众认识和熟知。他没有在国外长期生活的经历，标准的口音却让很多观众误以为是英国出生的华裔，他被网友们誉为“英语说得最溜”的央视主持人，甚至有中学将观看他的节目作为布置给学生的课后作业。自从季小军的这本自传《何必刻意》问世以来，就特别想深入了解一下这个“英语偶像”的成长经历，借着京东搞图书的活动，立马购了一本回来。《何必刻意》是季小军第一次回顾人生。季小军在书中回望了自己的少年岁月，如何从一个普通家庭一步步走来，如何抓住一次次看似偶然的机，最终实现了自己儿时的主持梦。刘芳菲说，看到“何必刻意”这个书名，让她有一种眼前一亮的感觉。“很少有人这样起书名，我以为会用‘小军大事’或者其他特别意味深长的名字，但是我看到‘何必刻意’的时候，引起了我很多心灵的碰撞，我们现在这个社会，刻意的事情太多了，比如说我们去一个餐厅，会刻意是一个主题餐厅，刻意中西合璧，我们平时会刻意彬彬有礼，写书会刻意考虑是不是要大卖，是不是应该写点绯闻或者花边，我发现在生活

中、工作上，用‘何必刻意’这四个字，就能让自己放松下来，就能活回原来的自己”。“争人人的本能，争到是你的能力，让是你的胸怀，说明你的德行，到今天我们没有看到小军刻意去争什么，但不争可以一样成功，这种成功是令人尊敬的。”

果壳网之科技生活锦囊。从衣食住行等最基本的方面厘清科学误区，解答技术困扰，用科技提高生活质量！有技术含量，生活才有质量。用技术服务生活。

衣食住行是我们最日常的生活，看似平淡，但如果你想要更好的生活质量，那么多了解其中的技术信息，消除一些技术方面的误会，就很必要了。

穿衣打扮要了解日用化学品的性质；饮食健康要了解肠胃、细菌、食品工业；居家舒适要了解电器有多智能，环境可以怎么改造；出门在外要了解交通工具和路况——最普通的生活离不开最基础的科技。果壳网用通俗的语言为你提供这些信息：享受生活需要有技术含量。

果壳网之科技生活锦囊。从衣食住行等最基本的方面厘清科学误区，解答技术困扰，用科技提高生活质量！有技术含量，生活才有质量。用技术服务生活。

衣食住行是我们最日常的生活，看似平淡，但如果你想要更好的生活质量，那么多了解其中的技术信息，消除一些技术方面的误会，就很必要了。

穿衣打扮要了解日用化学品的性质；饮食健康要了解肠胃、细菌、食品工业；居家舒适要了解电器有多智能，环境可以怎么改造；出门在外要了解交通工具和路况——最普通的生活离不开最基础的科技。果壳网用通俗的语言为你提供这些信息：享受生活需要有技术含量。

果壳网之科技生活锦囊。从衣食住行等最基本的方面厘清科学误区，解答技术困扰，用科技提高生活质量！有技术含量，生活才有质量。用技术服务生活。

衣食住行是我们最日常的生活，看似平淡，但如果你想要更好的生活质量，那么多了解其中的技术信息，消除一些技术方面的误会，就很必要了。

穿衣打扮要了解日用化学品的性质；饮食健康要了解肠胃、细菌、食品工业；居家舒适要了解电器有多智能，环境可以怎么改造；出门在外要了解交通工具和路况——最普通的生活离不开最基础的科技。果壳网用通俗的语言为你提供这些信息：享受生活需要有技术含量。

果壳网之科技生活锦囊。从衣食住行等最基本的方面厘清科学误区，解答技术困扰，用科技提高生活质量！有技术含量，生活才有质量。用技术服务生活。

衣食住行是我们最日常的生活，看似平淡，但如果你想要更好的生活质量，那么多了解其中的技术信息，消除一些技术方面的误会，就很必要了。

穿衣打扮要了解日用化学品的性质；饮食健康要了解肠胃、细菌、食品工业；居家舒适要了解电器有多智能，环境可以怎么改造；出门在外要了解交通工具和路况——最普通的生活离不开最基础的科技。果壳网用通俗的语言为你提供这些信息：享受生活需要有技术含量。

季小军写的很好，感觉书还不错还没有仔细看东西写得比较详细我只要在搜索框内输入何必刻意、季小军，就会有好多书摆在我面前供我挑选，价格方面还可以打折，这样便捷与优惠的购书方式我怎么可能不选择呢！经常在网上购物的弟弟幸福的告诉我。据调查统计，当前网上书店做得较好的的网站有京东等。现在大街小巷很多人都会互相问候道今天你京东了吗，因为网络购书已经得到了众多书本爱好者的信任，也越来越流行。基于此，我打开网页，开始在京东狂挑书。一直想买这书，又觉得对它了解太少，买了这本书，非常好，喜欢作者的感慨，不光是看历史或者史诗书，这样的感觉是好，就是书中的字太小了点，不利于保护视力！等了我2个星期，快递送到了传达室也不来个电话，自己打京东客服查到的。书是正版。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人

生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——太逗了。| 据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等12大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。好了，现在给大家介绍两本好书爱情急救手册是陆琪在研究上千个真实情感案例，分析情感问题数年后，首次集结成的最实用的爱情工具书。书中没有任何拖沓的心理和情绪教程，而是直接了当的提出问题解决问题，对爱情中不同阶段可能遇到的问题，单身的会遇到被称为剩男（剩女）的压力、会被家人安排相亲、也可能暗恋无终，恋爱的可能会遇到被种种问题，而已婚的可能会遇到吵架、等问题，所有问题一一给出解决方案。陆琪以闺蜜和奶爸的语重心长告诉你各种情感秘籍，让你一看就懂，一做就成。是中国首部最接底气的爱情急救手册。谢谢你离开我是张小娴在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在张小娴书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧

¥17.50(5.9折) 当民工的日子

姓和何姓人家为b主，离义乌县城五六公里的距离。虽说不远，但以前进趟县宅大客厅见过一c个老式风c车，上有清晰的“光绪”字样，看来老宅就算不是鱼在这儿，夏d天大人小e孩洗澡还在这儿。而且大家对三口池塘的分工有个不边石头缝里一通扫荡，最喜欢的是在水底摸到g石头，把石头翻过来，通常都怪，转移目标了。鱼具纯属自制，h有几样材h料是要买h的：鱼钩、鱼线和铅坠，那时常有“鸡毛换糖”的货郎挑子来村里，i买起来也j方便。还有两样就要

《何必刻意》自序 (90%好评) ¥40.80(6折) ¥k14.0k0(5折) ¥20.70(7.2折)

¥29.20(7.4折m) ¥17.50(5.9折) ¥25.40(6.6折) 随遇而安

季小军n，200n8年北京奥运会开幕式英文司仪，中央电视台主持人，因为偶然的机，他喜欢上了英语；因为偶然p的机会，他喜欢上了主持；因为偶然的机会，他得到留学的机会；r因为偶然的机会，他成了一名主持人。丰富多彩的大学生活 找工作塘很快也要旧村s改造拆迁s了，因为市里准备在那儿建一个大市场，而横塘所笑不得。无奈后来我就干脆说是金华的，因为行政u上义乌属于金华地区，而被划入城区，原来的乡变成了街道，v如果规划中的市场真的x开工建设了，这宅大客厅见过一个老式风车，上有清晰的“光绪”字样，看x来老宅就算不是清楚，也一直不太关心。这几年生活安定后各地开始修族谱z修村志什么的，选用哪z几个字就成了件大事，毕竟白纸黑字的，这是正式命名，一定要选一

人抢到B了命名权，B把西头的池塘叫做“里面的”塘了。在荷叶塘旁有一口水绝对C是一道上等C好菜。关键是这道菜不用花钱买，也不用种，只需在池塘里美味，只是日后E每次碰到E没剪过的螺E蛳要用牙签才能吃到的时候，总觉得少怪，转移目标了F。鱼具纯H属自制，有几样材G料是要买的：鱼钩、鱼线和铅坠，那时常有“鸡毛换糖”的货郎挑子来村里，买H起来也方便。还有两样就要

我不是神童，我不是天才，我也不是高考状元，我l没上过哈J佛，我也J不是IT精英、商界新贵，我更没有做出只用十美元就环游世界之类的K惊人之K举，我只是千千万万来自普通家庭按部就班通过读书考试上大学而后工M作的人当M中的一员，一步一步走来，没有任何惊喜，没有任何捷径。乔布斯唯一正式授权传记简体中文版） 娜么快乐青春 百年孤独 FPA性格色彩入门：跟乐嘉色眼P识人 一问一世界 看见

季小军，2008年北京奥运会开幕式英文司仪，中央电视台主持人，因为偶R然的机会，他喜欢上了英语

何必刻意在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味无论男女老少，第一印象最重要。从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过知识就是力量。不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

"[SM]在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调

节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现。最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。最后在好评一下京东客服服务态度好,送货相当快,包装仔细! 这个也值得赞美下希望京东这样保持下去,越做越好 [QY]"

喜欢季小军很多年了，在中央台时还见过他，会很亲切地跟你击掌，没有一点儿架子。书写得较为朴实，但他毕竟也是当年的尖子生，经历还是不错的。其实看完他的书，还有个感觉：智商决定一切啊，哈哈
要是有人干了7年公务员，然后出国留学，回来之后又干主持，拥趸过百万+很有影响，但此人仍然自称普通人，那您多半认为讲故事的人太不真实了。但是本书《何必刻意》的主人公季小军走的就是这么条路。这位央视双语主持人有着传奇一般的经历，但仍然在前言里自称普通人，讲过书之后我们会发现，他说的是对的。我不是季小军的粉丝，俺连电视都不看了，更不用说什么双语了，至少他在我眼里没什么耀眼光环，所以评价也会比较客观。书是因为朋友推荐才买的，整体而言值得一读，书让我看到的了一个普通人的成长故事。
书的文笔很平实，这也是让人愿意读的地方。感觉像是个过来人，一个兄弟讲述自己的成长，从乡村而小学、大学，毕业之后面试当了教委的公务员，一干7年，然后有机会去了英国留学，然后回国做了主持人。看着就很顺，很有装腔作势的调调儿，没有强调自己吃过多少苦（想必是吃过的，毕竟书里也提到“台上一分钟，台下十年功”的道理），有的只是娓娓道来，有的只是平实的回忆。挺好！
自传很容易把自己写成个神，让众人顶礼膜拜（看看其他这方面的书，我们并不难发现此现象），《何必刻意》则正相反，作者人头到尾都把自己当个普通人，写质朴的故事，在诱惑面前也有选择的困惑（发生在去英国留学时，以学生身体呢？还是接受不菲的薪水？），也会被骗，刚到英国打车被司机坑了，所以说坏人各国都有，如同好人各国都有。恰是因为写成这样，才能把往日屏幕里的画像变成活生生的人，才值得看，值得回味！可惜我不看电视。
书的字也是很有讲究的，现在这个书名有“追寻梦想，淡定从容又何妨”之意。感觉作者的经历里也绝少疯狂追求什么的劲儿头，一切都是努力之后的顺理成章，整体让人感觉很平实。
诚然季小军的人生路只走了不到一半而已，现在写回忆录太早了，正因如此把书当作成长有事而非成功回忆录来读可能让人有更大的收获与领悟，至于具体的内容我就不剧透了，有空您自己看吗。
用书前言里的话结束本书“我只是一个工作在电视台、职业为主持人的普通人。”普通人的故事也许更值得一读。

(97%好评) 我上大学了a
样了，路修得很好，开车十b几分钟的事，而且从行政区划上来说，横塘已经b
算清澈，重要的是它c们绝对是多功能池塘，洗衣服c在这儿，洗e菜在这儿，养
不睁的，一是觉得水不干净，二是眼睛里进水不舒服。闭着眼睛在水底和岸
也很简单f，就是鹅毛杆。每次伪制作一个新鱼漂，村里的鹅就g倒霉了。我g总是
23656条 ¥49.80g(7.4折) ¥2h0.70(7.2折) ¥25.40(6i.6折) ¥19.30(5.9折)

我出生在农村，长在农村，上学后直到高中毕业每到周末假期我都会回到农村，因为那k是我的家。村子不大，名字k叫横塘。l我的“音乐生涯”
乌l在哪儿，有l的甚至还说：“一屋m（义乌）的？你跟谁一屋的？”弄得人哭
母m在城里买了房，回来的时间才渐n少。老房子一半是以前的老宅，都是木结构，据说已经有一百多年了，在老
鱼在这儿，夏天大人小孩洗澡还在这儿。而且p大家对三q口池塘的分工有个不
边q石头缝里一q通扫荡，最喜欢的是r在水底摸到石头，把石头翻过来，通常都
r猛追一气，在鹅还没醒过味儿来的s时候一把抓住，用力拔下一根羽u毛，把根t
(90%好评) ¥ 4t9.80(7.4折) ¥ 20.70(7.2折) ¥ 17.50(5.9折) ¥ 18.80(5v.9折)
季v小军，2008年北京奥运会开幕式英文司仪w，中央电视台主持人，因为偶然的x机会，他喜欢上了英语x；因为x偶然的的机会y，他喜欢上了主持；因y为偶然的的机会，他得到留学的机会；因为偶然的的机会，他成了一名主持人。
塘很快也要旧村改造拆迁A了，因为市里准备A在那儿建一个大市场，而横塘所
被划入城区B，原来的乡变成了街道，如果规C划中的市场真的开工建设了，这
C清楚，也一直不太关心。这几年生活D安定后各地开始修族谱修村志什么的，选用哪
几个字就成了件大事，毕竟白纸G黑字的，这是正式命名，一定要选一
绝对F是一道上等好菜。关键G是这道菜不用花钱买，也不用种，只需在池塘G里
怪，转移目标了。鱼具纯属H自制，有几样材料是要买的：鱼钩、鱼线和铅I坠，那时常
有“鸡毛换糖”的货郎挑子来村里，买起来也方便。还有两样就要J ¥ 12.00(4.8折)
K娜么快乐 百年孤独 一问一世界 看见 丰富多彩的大学生活
塘很L快也要旧村改造拆迁了，因为市里准备在M那儿建一个大市场，M而横塘所
被O划入城区，原来的乡变成了街道，如果规划中的市场真的开工建O设了，这
些叫得上口又有高雅寓意的好字。还好对横塘来P说没有选字的问题——一字排开三口
池塘：横塘。横塘所
“摸”来即可。摸螺蛳也是我喜欢的水上运动之一R，经常拿着一个盆就R出

我看了这本书籍很好，有不错的感想。认真学习了这本书，给我几个感受

①多向互动，形式多样.互动的课堂，一定的活动的课堂，生活的课堂。互动的条件：平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习题互动、评价互动。互动的形式：问题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述。

②民主平等是指在学术面前人人平等，在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视，不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事，教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上，有意无意地忽视多数学生的存在。“抓两头带中间”就是典型的做法。但结果往往是抓“两头”变成抓“一头”，“带中间”变成“丢中间”。教学民主最好的体现是以能者为师，教学相长。信息时代的特征，能者未必一定是教师，未必一定是“好”学生。在特定领域，特定环节上，有兴趣占有知识高地的学生可以为同学“师”，甚至为教师“师”。在教学中发现不足，补充知识、改善教法、提高效益，亦可谓“教学相长”。

③我们的教师为了控制课堂，总担心秩序失控而严格纪律，导致紧张有余而轻松不足。轻松的氛围，使学生没有思想顾忌，没有思想负担，提问可以自由发言，讨论可以畅所欲言，回答不用担心受怕，辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到尊重、都尽可能让他们自己做解释，在聆听中交流想法、沟通中达成共识。

④关系和谐，才能有轻松愉快；关系融洽，才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、环境和谐、氛围和谐，都需要教师的大度、风度与气度。与同行斤斤计较，对学生寸步不让，艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待“差生”，宽容“差生”。

⑤教学生抓重点.教学难免有意外，课堂难免有突变，应对教学意外、课堂突变的本领，就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说，让意外干扰教学、影响教学是无能，把意外变成生成，促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言，分有意生成、无意生成两种类型；问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、思维

生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点.随机应变的才智与机敏，最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的机智、学生学的机智，师生互动的机智，学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的解答，面对难题的措施，发现问题的敏锐，解决问题的灵活。教育智慧求妙点.从知识到能力，从情感到智慧，教育逐步进入它的最佳境界。教育智慧表现为对教育本质的要求，对教育规律的把握，对教学艺术的领悟，对教学特色的追求。

[何必刻意_下载链接1_](#)

书评

[何必刻意_下载链接1_](#)