

1. 对于 `sleep()` 方法，我们首先要知道该方法是属于 `Thread` 类中的。而 `wait()` 方法，则是属于 `Object` 类中的。
2. 在调用 `sleep()` 方法的过程中，线程不会释放对象锁。而当调用 `wait()` 方法的时候，线程会放弃对象锁
3. `sleep()` 方法导致了程序暂停执行指定的时间，让出 `cpu` 给其他线程，但是他的监控状态依然保持着，当指定的时间到了又会自动恢复运行状态。

而当调用 `wait()` 方法的时候，线程会进入等待此对象的等待锁定池，只有针对此对象调用 `notify()` 方法后本线程才进入对象锁定池准备获取对象锁进入运行状态。