

天天25小时 你拥有的时间远比认为的多



作者：（美）万德坎著；韩若宜译

出版社：北京：中信出版社

出版日期：2013.04

总页数：273

介绍：现代社会一个毋庸置疑的事实是：我们的时间不够用。随着双收入家庭、极限工作和一天24小时、一周7天无间断工作方式的兴起，生活疯狂到我们喘不过气来。我们告诉自己：我们希望读更多的书，定期去健身房，尝试新的业余爱好，达成各种不同的目标。但是随后我们却放弃了，因为我们根本没有时间去做所有的事情。如果我们不找借口的话，就要做出牺牲。为了工作取得进展，我们越来越少和爱人在一起；为了有更多的时间和家人团聚，我们推迟健身；为了参加马拉松比赛而训练，我们削减了睡眠的时间。我们必须找到一个更好的解决办法——而劳拉·万德坎姆就为我们找到了。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13393356.html>）查找全本阅读方式

天天25小时 你拥有的时间远比认为的多 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13393356.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13393356.html>

书名：天天25小时 你拥有的时间远比认为的多