

<<生命密码>>

图书基本信息

书名：<<生命密码>>

13位ISBN编号：9787501772377

10位ISBN编号：7501772371

出版时间：2006-1

出版时间：中国经济出版社

作者：钱诗金

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<生命密码>>

内容概要

睡眠，占人一生的三分之一的的时间。

只有好好关注这生命的三分之一的问题，你得到的可能不只是工作时更加充沛的精力，你可能挽救了自己的生命。

可是现在我们变得越来越不会睡觉了，以致在这快节奏的时代，睡眠成了现代人生活中的一个挥之不去的难题。

本书让我们努力培养和提升自己的睡商能力——为了生命的三分之一更幸福!

有1000种美丽，就有1000个“哈姆莱特”，而你最动人的美丽自睡而出。

睡眠是人的生命时间的三大板块之一，处理好这个三分之一，你的人生才是幸福的。当三分之一的睡眠变得成熟起来，成长就有了，成功也就有了。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>