

## 悠哉悠哉的時間簡化術

覺宮珠璣

導讀 趙慕芬（企管系副教授）

作者Ramsland是美國知名的效率達人，常被一些大忙人請去幫助解決時間問題，她總是能找到精準又簡便的方式，讓這些「忙、盲、茫」的現代人不再被「該做的事」以及「無法逃避的事」困住，而能多得到一些時間去從事自己真正「想做的事」。

書中藉由巧妙安排的各個小故事，作者細膩地將101條省時訣竅，分散在三十章中，每一章都是一天就容易完成的小改變。跟著書上所寫的方式按圖索驥，一個月後，你會更加意識到自己運用時間的方式，還有自己希望能夠重新支配時間的方式。開始掌管自己的時間，不讓時間掌管你，生活才能悠哉悠哉。

大多數人都「憧憬」未來，僅有很少的人懂得「規劃」未來。如果總是忙於應付當下的瑣細事項，就會無法將格局拉高，去思考、規劃更重要的目標。而本書提出的許多時間管理的工具、習慣與策略，都會有助於使個人擁有更多悠哉的時間，同時培養自己更扎實的執行力與大格局。

但是，可別只是看過就忘了，所有工具都要身體力行，Ramsland認為這些工具都要用過21次以後，才會慢慢熟練，才能真正的悠哉悠哉享受人生！

2011/07/07

書名：悠哉悠哉的時間簡化術：101個省時妙招。作者：瑪西雅·瑞姆絲蘭。原文作者：Marcia Ramsland。譯者：金棣。  
出版社：商智。索書號：177.28555.23。

Life 69

# 悠哉悠哉的 時間簡化術

101個省時妙招

327號 · 發行人 周俊宏 · 合群社



淡江時報社