

2015意林七彩校园系列：星际密语



[2015意林七彩校园系列：星际密语_下载链接1](#)

著者:《意林》编辑部 编

[2015意林七彩校园系列：星际密语_下载链接1](#)

标签

评论

故事有点搞不懂带给我们的意思

非常好!!! 京东就是好!!!

孩子很爱看，非常满意

好。 。

很好看，物流很快

不错的一本书，意林总是经典。

不错的东东，价廉物美。。。

还可以2015意林七彩校园系列：星际密语

玄幻，具有推理的书，不错。

还没看，不知道故事怎么样，但题目还是吸引人的

不错不错不错不错不错

好评好评好评好评好评

好看好看好看好看好看好看，，，

不错。。。。。。。。。

孩子很喜欢。

帮人买的不错……………

孩子喜欢意林！

女儿很喜欢！！！！！！！！！！

非常好看

女儿爱看

很好看

挺好的

对书挺满意的，不过有点破损！

很快

研究发现，自控力就像肌肉一样有极限。它被使用之后会渐渐疲惫。如果不让肌肉休息，你就会完全失去力量，就像运动员把自己逼到筋疲力尽时一样。这一概念向我们表明，不是每次意志力失败都表明我们先天不足。因为有的时候，这其实证明了我们付出了太大的努力。意志力会随着时间逐渐减弱，因此，如果觉得自己没有时间和精力去处理要做的事情，那就把它安排在意志力最强的时候做。能量理论认为，对大脑来说，能量就是金钱。资源丰富的时候，大脑会支出能量；当资源减少时，它就会保存能量，拒绝自控。因为，大脑的首要任务是获得更多能量，而不是保证你作出明智的决定。有助于意志力的饮食方案是多吃低血糖的食品，如瘦肉蛋白、坚果和豆类、粗纤维谷类和麦片，大多数的水果和蔬菜。研究发现，在一些小事上持续自控会提高整体的意志力。

[2015意林七彩校园系列：星际密语_下载链接1](#)

书评

[2015意林七彩校园系列：星际密语_下载链接1](#)