

Saatesanat

Tämä on teokseni *Vähemmän on enemmän – tasapainoisen ajankäytön opas* (2001) muokattu ja uudistettu laitos. Aikaisemmasta teoksestani saamani palaute on ollut varsin myönteistä. On hienoa huomata, että moni on saanut siitä uusia ideoita ja ajatuksia ja että se on auttanut monia eri-ikäisiä ihmisiä tekemään myönteisiä muutoksia ajankäytössään. Mutta aika kiittää, lapset kasvavat ja kirjat vanhenevat nopeasti. Vuonna 2008 päätin, että on aika tehdä kirjastani uudistettu laitos. Olen muokannut paljon kaikkia lukuja ja kirjoittanut yhden uuden luvun (*Aika ja ihmisen elämänkaari*), päivittänyt tutkimustuloksia ja esimerkkejä sekä kirjoittanut useita uusia tekstikokonaisuuksia. Olen tehnyt neljä haastattelua ja liittänyt ne uusina havainnollistavina tapausesimerkkeinä kirjaan. Kiitos haastatelluille ajatuksistanne ja esimerkistänne. Saatat pitää joitakin kirjan asioita ja esimerkkejä kärjistettyinä, sillä tarkoitukseni on saada lukijassa aikaan useita mielenliikahduksia. Ne antavat eväitä oivalluksiin ja käytännön muutoksiin. Kaiken kaikkiaan olen panostanut konkreettisuuteen ja käytännöllisyyteen.

Omistan tämän kirjan lapsilleni Aleksille, Elialle ja Mesille. Heillä on vielä elämänpolkunsa ja suurimmat ajankäyttönsä valinnat ja mahdollisuudet edessään. He antanevat isälleen tulevaisuudessa hyviä ajankäytön neuvoja. Kiitos Jaana tuestasi, oivista ajatuksistasi ja läsnäolostasi. Kiitos myös AEK-Koulutussäätiölle, jolta olen saanut teoksen päivittämiseen apurahan.

Kiireettömiä lukuhetkiä!

Espoossa 14. syyskuuta 2009

Timo Lampikoski