

<<放慢生活的速度>>

图书基本信息

书名：<<放慢生活的速度>>

13位ISBN编号：9787111133728

10位ISBN编号：7111133722

出版时间：2004-1

出版时间：机械工业出版社

作者：卡尔森

页数：150

译者：俞利军

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>

<<放慢生活的速度>>

内容概要

你的生活节奏是不是很快，而且还有进一步加速的趋势？
你是否在工作中抓狂，在购物时疯狂，甚至度假时也要通宵看电影？
你是否拼命冲向未来，却忘了享受此时此刻？
你是否想过要改变现在的生活，到一个宁静优美的乡村去？
其实，在繁华之都，你一样可以放慢生活的速度，从容地赢得生活。
我们一直为人生努力着，却不经意间错失了多少生命中的神奇与美好？
所以，现在开始，请你活在当下，平和、放松的你将获得更大的成功。

<<放慢生活的速度>>

作者简介

理查德·卡尔森博士是美国著名的演说家，也是开业的压力咨询顾问，更是一个新时代的激励大师。在全世界，他的著作、演讲、录音带风靡了上千万的读者大众，造成了世界性的“卡尔森旋风”。

<<放慢生活的速度>>

书籍目录

序言引言1.让脚步停在这一刻2.操纵你的思想3.回到现在4.压力与固有的心理健康5.享受人与人之间的交往6.平静的教育7.更灵活地工作8.享受生活

<<放慢生活的速度>>

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>