第一图书网, tushu007.com

# <<女人放心休耕去>>

## 图书基本信息

书名：<<女人放心休耕去>>

13位ISBN编号：9787122060532

10位ISBN编号：7122060535

出版时间：2009-10

出版时间：化学工业出版社

作者：彭皓

页数：192

字数：102000

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

第一图书网, tushu007.com


## 前言

是什么让玛雅人离弃祖先建立的城？
是什么让他们放弃这段祖先的文明？
是什么让他们离乡背井，消逝在后人的视线里？
是人祸，抑或天灾？
也许这注定是无解的谜题。
最接近的答案，似乎与土地有关。
辉煌的文明总是建立于繁荣的农业之上，土地为建立文明的人提供粮食，提供生命。
当文明繁荣到某种极致，人口大幅度增加，需要更多的粮食，却再也发掘不出更多土地。
为了得到足够的粮食，人们开始背弃一条古老的法则——休耕。
玛雅人采用一种名叫米尔帕的耕作法——砍伐一些树木并使之干燥，焚烧成灰，覆盖在雨林中的小块土地上，使原本贫瘠的土地变得肥沃。
这一切都要在雨季来临前完成。
焚烧一次，可以供给耕作一季的养分，此后让土地进入休耕期，一年、三年，甚至六年，待草木葱郁之时再次焚烧。
现在，土地不再有休耕的时间，不再有养分的充实。
短时间内粮食似乎多了起来，但很快就更加短缺。
当土地贫瘠到不再有丝毫养分，玛雅人也不得不离开自己的家乡，寻找新的生存之地。
只是不知道，他们是否还会重蹈覆辙！

第一图书网, tushu007.com

# <<女人放心休耕去>>

## 内容概要

你犯了天底下所有女人都会犯的错吗——过于疲劳？
　你担负着太多的责任和事务，虽也有空闲时间，却终究不能得闲。
　工作之外，料理家事、照顾家人、教养子女……耗费了你太多心力！
　当生活处处充满“累”的影子，　当思想处处充满“累”的感受，　当话语间处处充满“累”的痕迹……　你有什么理由不停下脚步？
　让自己休息一下吧！

第一图书网, tushu007.com


## 作者简介

彭皓，笔名叶月，为时尚刊物撰稿人、自由作家，现致力于图书著作。
独立创作寓言小说集《快乐禅》，四格漫画脚本《沙僧日记》，儿童小说《女生小小》等。

第一图书网, tushu007.com

# <<女人放心休耕去>>

## 书籍目录

PART1 休耕，无设限　什么是休耕？
　老皇历新气象　玻璃天花板下的女人　跨过生命的“沟”　地球不会因为少了你就不转　压力锅里的生活　换个角度，路会更广　适时地关机一下　人生的休耕要及时　找回“自己”的时间没这么难　别让自己再有推拖的理由　永远等不到的时刻　放心在色彩中　悠游于街道　游走在闹市中的宁静　在幻想中度假 PART2 做好准备，我要休耕　认清你的休耕征兆　休耕测量表　女人，危机重重　美丽危机　今天我要穿什么？
　女为谁容？
　花容失色为哪般？
　智慧危机　我该做什么？
　我是谁？
　OL还是HL？
　情感危机　玻璃房子　完美诱惑　伤害恐惧症　休耕前的思考　职业女性的休耕思考　家庭主妇也可以放大假　做好休耕前的自我调适　改变，从找寻自我开始　“游戏”人生　给自己找个“出气筒”　健身，健心，健康生活 PART3　找到属于自己的休耕方式　休耕不是无所事事　休耕，不是废耕　休耕是动静皆宜　乐在乐活　活出不一样的色彩　让年龄来决定　20岁的休耕——开拓　选好起点很重要　给自己找个驿站　蹲下，是为了跳得更高　情感中的小小停歇　30岁的休耕——找寻　重回上一站　偶尔自私又何妨　孩子，还是位子？
　从三明治到美味浓汤　40岁的休耕——沉淀　不做夹心饼干　青春从四十岁开始　做个快乐的OBS女人　拒绝更年期　找回自己的那杯茶 PART4 休耕之后　重回自我　回味与分享　享受分享的乐趣　分享的另一种方式　微笑的心灵瑜伽　提炼与积聚　选择不做蜜蜂　在得与失之间找寻平衡　从贝壳到珍珠　忘却与重新开始　写一份休耕病历　需要记忆的，只有快乐　你真的放下了吗？
　抛开高跟鞋的束缚　准备下一季的休耕

第一图书网, tushu007.com


## 章节摘录

插图：PART 1 休耕，无设限 什么是休耕？
北欧有一些大学，学生们有一年的休息期——即GapYear——意在鼓励学生们放下一切，从校园走到广阔的世界，休憩心灵，增广见闻，思考未来的人生走向。
从这个意义上说，休耕和Gap Year有许多相似之处。
Gap，是我们生命中的“沟”，它存在于每个人的人生路上，狭窄、隐蔽，甚至可能充满诱惑，却也暗流密布，危险丛生。
社会新鲜人找不到工作是沟，职场老手失去工作激情也是沟。
对爱情过于期待是沟，失恋时的低落也是沟。
问题在于，我们是否能及时发现并规避它们。
知名旅游作家褚士莹认为，人生不是一条直线，在人生的每一个转换阶段，都会出现一条沟。
很多时候，我们其实已经看到了沟的存在，却不敢停下脚步，因为我们害怕会比别人落后。
但，墨菲定律告诉我们，如果某件事的结果有可能变得糟糕，即使概率很小，也可能会成为现实。
老皇历新气象没有休耕，土地的养分不能复原，农作物的收成就会逐渐衰减，因此，农人深知——只有休耕过的土地，才能种出漂亮又饱满的果实和谷物。
尤其是遥远的古代，人们不懂得用施肥来为土地补充养分，恢复地力唯一的办法就是——休耕。
记得祖父在世时，总是告诉我们：“秋耕也好，施肥也罢，即使有更好的办法补充养分，休耕绝对是必要的。
”让我记得这句话的人是祖父；不过，让我了解话中含意的人，却是母亲。

第一图书网, tushu007.com

# <<女人放心休耕去>>

## 编辑推荐

《女人放心休耕去》：因为休耕，让贫瘠的土地更肥沃！
如果你正变得疲劳，变得贫瘠，如那失去养分的土地，请——休耕吧！

第一图书网, tushu007.com

# <<女人放心休耕去>>

## 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