第一图书网, tushu007.com

<<天天都是有氧天>>

图书基本信息

书名：<<天天都是有氧天>>

13位ISBN编号：9787537825450

10位ISBN编号：7537825459

出版时间：2003-04

出版时间：北岳文艺出版社

作者：潘台成

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

<<天天都是有氧天>>

内容概要

深处在这个多元的时代里，我们不难发现，大部分的人其实都很努力地想要完成属于自己的目标与理想，但往往在追究胜利与成功的过程中，许多人或者能力不足、方法不对，或者无法坚持到底……等等理由，终究还是从战场上败下阵来。
于是乎有些人开始沉沦，学会放弃目标与理想，不但失去了生命最初的热情，更迷失了人生的方向。

读过《天天都是有氧天》，令人有种莫名的喜悦与兴奋，那应该是在心灵的深处了份新的滋润与灌溉吧！
本书里的每一篇小故事，都将可能唤醒我们自己还没发现的心中巨人。

<<天天都是有氧天>>

书籍目录

推荐序 发现心中巨人
推荐序 许您一个有氧的未来
作者手扎 天天都是有氧天
第一部分 身心简约，就是洒脱
1 困境即是赐予
2 错过
……
第二部分 心神自在，就是安详
1 自我缺失
2 动气
……
第三部分 回归零点，就是纯真
1 独立的圆
2 问题
……
第四部分 忧郁出走，就是快乐
1 盲从
2 眼见非实
……

第一图书网, tushu007.com

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