

<<慢慢来，让灵魂跟上来>>

图书基本信息

书名：<<慢慢来，让灵魂跟上来>>

13位ISBN编号：9787550218499

10位ISBN编号：7550218498

出版时间：2013-9-1

出版单位：北京联合出版公司

作者：meiya

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>

## <<慢慢来，让灵魂跟上来>>

### 内容概要

忽然有一天，我们发现自己不知不觉中变成了钢筋水泥的都市里默默奋斗的年轻人，普普通通地在社会中努力挣扎、载浮载沉的平凡人。

我们为一些公认的目标：成功，拼命奋斗。

开始变得压力很大，内心压抑，有很多精神上的困惑，拼命追赶的困惑，遇到挫折的困惑，自己真正想要的什么的困惑。

越来越疲惫，越来越不快乐。

社会不仅需要功名利禄，还是需要一些其他的东西的，而我们的舆论、标准却忽视了。

越是浮躁的社会，我们越是需要培养一些品质。

坚守我们真正想要追求的，找到自己内心的节奏，让心慢下来，在浮躁现实中从容的生活。

## <<慢慢来，让灵魂跟上来>>

### 作者简介

meiya

畅销书作家 网络红人，  
作品有《慢慢来，一切都来得及》等。

你可以在豆瓣网找到她：

@meiya <http://www.douban.com/people/meiyang/>

还可以关注她的小站：鸚鵡螺成长团体<http://site.douban.com/214956/>

编辑推荐：

meiya说：

我是你走在街上擦肩而过的任何一个路人，  
是一个在钢筋水泥的都市丛林中默默生存和奋斗的年轻人，  
是一个在社会上努力挣扎，载浮载沉的平凡人。

平凡如我曾经遭遇的困惑、伤痛、孤独、寂寞，也是很多人会遭遇的。

我们每一个人都是一艘在黑暗中孤独行使的船，  
会因为看见临近其他的航船闪烁的灯光而获得巨大的抚慰。

我希望我的思考和坚持能带给你一些改变，  
我们一起并肩行使，成为彼此路途的伙伴。

网友评论：

豆瓣网友1：

前些天有个老板面试我们，说了那么多，我就记得一句话：现在的人就是太急。

然后就想到meiya姐说的慢慢来。

是啊，我们都想捷径而行，可是捷径是最快的路，却不是最多的路，生活就是好好活好每一天，不着急，慢慢来。

豆瓣网友2：

谢谢meiya姐。

让我哭的稀里哗啦，却让我获得了安慰和力量。

现在刚刚迈入社会去实习，在会计师事务所，每天工作十几个小时，没有周末。

拿着一点微薄的收入，连交通方便一点的房子都租不起。

每天要挤两个小时的公交。

真的好累好不适应。

看了你的文章，似乎找到了点坚持下去的希望。

豆瓣网友3：

meiya，你之所以能成为我的明灯，就是因为你的真实！

豆瓣网友4：

买过你的书，放在枕边经常翻一下，《慢慢来，一切都来的及》成了我经常在急躁和想放弃的时候对自己说的话。

谢谢！

<<慢慢来，让灵魂跟上来>>

## <<慢慢来，让灵魂跟上来>>

### 书籍目录

meiya说：“我是你走在街上擦肩而过的任何一个路人，是一个在钢筋水泥的都市丛林中默默生存和奋斗的年轻人，是一个在社会上努力挣扎，载浮载沉的平凡人。  
平凡如我曾经遭遇的困惑、伤痛、孤独、寂寞，也是很多人会遭遇的。  
我们每一个人都是一艘在黑暗中孤独行使的船，会因为看见临近其他的航船闪烁的灯光而获得巨大的抚慰。  
我希望我的思考和坚持能带给你一些改变，我们一起并肩行使，成为彼此路途的伙伴。”

- 001/ 序 在黑暗中并肩行驶
- 第一章 慢慢来，让灵魂跟上来
- 003/ 慢慢来，让灵魂跟上来
- 018/ “不努力”的生活姿态也很美
- 028/ 幸福是每一个微小愿望的达成
- 032/ 每一把剃刀都自有其哲学
- 038/ 因为爱好，痛苦不会要了你的命
- 048/ 慢生活——恋恋图书馆
- 第二章 自己选择的人生就是最好的人生
- 069/ 自己选择的人生就是最好的人生
- 096/ 相信假装的力量
- 106/ 如果你还有哀伤，那就定个时吧
- 113/ 每当孤寂时，先做自己最理想的爱侣
- 120/ 行者蓝调
- 第三章 放下丧失的，才能看见风景
- 131/ 放下丧失的，才能看见风景
- 143/ 热爱你的生活，从观察它、理解它开始
- 149/ 谁比谁更有勇气
- 162/ 如果你说生活欺骗了你，其实是你从未真切地活在其中
- 172/ 那失去又得到的、那痛苦又欢愉的、  
那快速又缓慢的、那毁灭又拯救你的，它叫作生活
- 第四章 爱是深深的理解与接纳
- 181/ 爱你的现在
- 189/ 化了妆的祝福
- 196/ 破除幻想，学会去爱他的不完美
- 208/ 亲近你的负能量
- 214/ 灵魂的距离是近在咫尺还是远在天边
- 221/ 爱是深深的理解与接纳

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>