

<<给大忙人看的心灵减压书>>

图书基本信息

书名：<<给大忙人看的心灵减压书>>

13位ISBN编号：9787802556218

10位ISBN编号：780255621X

出版时间：2010-10

出版时间：企业管理出版社

作者：李雯

页数：233

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>

<<给大忙人看的心灵减压书>>

内容概要

生命来无影去无踪，无法臆测也难以捉摸，无论身处力争上游的快跑阶段，还是恰逢人生变故减速慢行的彷徨时刻，或是看尽千山万水绚丽归于平淡的踌躇关头，面临其中的悲欢离合和喜怒哀乐，我们只能坦然面对，因为我们仍有期待。

为了明天，我们别无选择！

本书是给大忙人看的心灵减压书！

<<给大忙人看的心灵减压书>>

作者简介

京都人士，遇多人手握高薪却终日郁郁寡欢，在帮助他们寻求快乐源泉之际，汲所遇所想之感悟著成此书。

或部电影，或首歌曲，均引发一个故事与感触，迫不及待与读者分享。

<<给大忙人看的心灵减压书>>

书籍目录

第一剂 关于心灵 点燃心灵的明灯 懂了泪水，就懂了人生 信念的箱子 用心拼搏，让奋斗无期 小河的旅程 我的志愿 三年前与三年后 光影里的选择 把自己的心灵变为天堂 常怀感恩之心 拥有从容

第二剂 关于爱情 男人的钱包 牵手 曾经的美丽 人生若只如初见 春天是一整个季节 人生是一场独角戏 早知道 最伟大的爱情经得起平淡的流年 我爱你 谁是谁的彼岸花 等我有空再来爱你

第三剂 关于人生 人生的楼梯 轻与重 无可奈何的事 心存感激 生命之美 人不是每天都开心 做个适者 想象五年后的你 一个季节多情的念头 人淡如菊 普瑞马法则 踏实一生 无所事事就是地狱 人生永恒的谜题 小有收获就是成功，就值得快乐 你的心情今天又影响到了谁，像“婴宁”一样粹快乐传染 请把快乐带回家

第四剂 关于简单 《香草》 最高境界 夜静思 在平凡和简单中寻求快乐真谛 “悦”读 享受旅行 爱上广播

第五剂 关于自然 花儿努力地开 感悟四季 春去春又来 人生起落 善待人生四季 在自然中平静心灵 自然美感的自在之乐 欣赏自然是一种快乐 在自然中神志物游 诗意地栖居，自然地生活

第六剂 关于孤独和挫折 喜欢孤独 孤独似良药 阁楼小屋的年华逝去 我们的心就像是一座寺庙 不要为命运哭泣，跌倒了总得爬起来 坦然地面对命运 失败让你重新认识自己 忘记过去的烦恼 放下心灵的重担 学会忘怀 忘却眼前烦恼，人就可以很快乐地活下去 不要抱怨生活和命运 你有不快乐的权利，也有让自己重拾快乐的义务 每个人都具备使自己成功快乐的资源

第七剂 关于亲情和友情 错错错 生命中那些来来往往的朋友 珍惜眼前的朋友 母亲的八个谎言 一秒钟的浪漫 关于幸福

第八剂 关于健康 开发健康的潜能 珍视生命 做一个健康的快乐人 摒除不健康心理因素 健康快乐要减压 改变不健康的生活方式 健康可以活出你的青春激情

<<给大忙人看的心灵减压书>>

章节摘录

每天将大把的时间投入工作，日积月累地忙碌下来，除了重复单调的写写算算，似乎一无所获。曾感叹自己的薪酬微薄，也曾梦想开辟一种新的属于自己的生活。

一切美好的憧憬，热烈期望的起点，都源于辛苦的工作。

每天将极少的精力用来写作，勤奋执著地书写着一点一滴的生活感悟和心得。

推开窗子，或阴或晴的天空下，总有一只不知疲倦的鸟儿飞过，或轻叹，或高歌，沿途中，云儿如星朵朵，或轻卷，或慢舒。

挤一滴海绵的水，觅一点生活的闲。

夜晚入睡前，简易的笔也能截取生活片断的喜怒哀乐。

工作的间隙，饮杯茶的时间，草纸上，删繁就简，圈圈点点。

上下班的途中，跳跃的心绪，琢磨思索，字句中是否似纯青的炉火。

认认真真地笔耕不辍，一言一语地排行组段，像一个挥洒汗水、满心期待的播种者。

坐在电脑前，飞快地敲敲键盘，迅速地点点鼠标，将一个个文字化零为整。

<<给大忙人看的心灵减压书>>

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>