

<<俯瞰力>>

图书基本信息

书名：<<俯瞰力>>

13位ISBN编号：9789578038356

10位ISBN编号：9578038356

出版时间：2012-8

出版时间：平安文化有限公司

作者：山下英子

译者：王華懋

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>

<<俯瞰力>>

內容概要

從「斷捨離」開始，建立更深刻的洞察、更高遠的觀點、更寬廣的視野，成為具備決斷力與行動力的快樂人！

繼生活整理術《斷捨離》系列作品引領潮流、熱賣八十萬冊之後，山下英子再度提出全新的心靈整理術。

什麼是「俯瞰力」？

這是一種透過實踐「斷捨離」而得到的深刻觀照能力，可以全面應用在各種人、事、物上。

「斷捨離」教我們運用「減法」哲學來處理自己與物品的關係，「俯瞰力」則教我們進一步透過「加法」哲學認識更深層的自我。

當我們越能掌握住自我，明白自己現在的位置，就能更有意識地生活，而不會被現況拘束、不會被問題矇蔽，也不會受當下的情緒影響。

譬如看到琳瑯滿目的商品，你會很清楚自己究竟需不需要？

面對事情，你可以跳脫主觀，尋找出積極的雙贏之道。

你甚至能從此擺脫對於「運氣」的期待，生出堅定的自信，你也就不再需要所謂的「吸引力」、「念力」，乃至神明的指引。

因為你已超越幸與不幸、成功與失敗的迷思，每一天對你而言，都將是圓滿而喜悅的存在。

<<俯瞰力>>

作者简介

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>