

# 《其實沒那麼急》

## 图书基本信息

书名：《其實沒那麼急》

13位ISBN编号：9789865810239

出版时间：2013-11-20

作者：童格拉·奈娜

页数：270

译者：黃婷婷

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《其實沒那麼急》

## 内容概要

幸福不在终点，而是驻足在生活的每一刻！慢下来，你看见幸福了吗？随书赠送幸福能量卡+书签幸福能量卡使用方式：放松心情、敞开心胸，专注精神抽出一张卡片，充满能量的励志短句，天天为自己加油打气！

每天忙忙忙、赶赶赶，明明就快累死了，还在拼命硬撑？现在只想放空，不行吗？慢，不是偷懒、不想努力，却能走得更远、过得更幸福！

其实，想要幸福，没有秘诀！它可能是一场小旅行，逃离办公室生活，为自己充充电；或是什么事都不做，享受一个人的时间，去跑步或看书；别给自己太大的压力，好好放松，找回梦想的初衷与冲劲；只有放慢脚步，发现生活小事的美好，就这么简单！

泰国疗愈系图文作家——童格拉·奈娜，以柔软却又坚定的文字，告诉盲目追逐成功的人：慢下来！留心我们踏出去的每一步，一路上都有小小的幸福！当你汲汲营营于成功时，慢下来，才能欣赏沿途的美好风景；当你脚步疲累时，慢下来，休息够了再继续前进；当你遭受挫折时，慢下来，接受这就是真实的人生，才能更坚强无畏！

# 《其實沒那麼急》

## 作者簡介

童格拉·奈娜（Tonkla Naina），泰國最暢銷的療癒系圖文作家，用文字帶給人們前進的力量。

她的生活哲學很簡單

對未來沒有太多的期許，因為她選擇活在當下。

不怕失敗挫折，因為她相信困難終將成為過去。

從不和人比，因為她要以自己的步調走自己的人生路。

作品：

《別怕！你可以的！看不到未來更要挺自己！》

《下一步，不許認輸》

《我的名字叫機會》

《你的人生沒有不可能！勇敢改變，不要被自己打敗！》

《相信自己就對了！每一次選擇，都是最好的決定！》

《只挑簡單的做，你的人生當然只能這樣！》

《別煩！一天只有24小時，何必浪費在討厭的人身上》

《又不是世界末日，困難都會過去的！》

《永遠沒有準備好這回事，現在就放手去做！》

## 書籍目錄

### CHAPTER1

慢慢來！用心生活，享受你的每一天

- 1.不要讓別人主宰你的生活！慢慢來，走自己真正想走的路
- 2.建立幸福的城堡，就從最重要的小事開始
- 3.別急！要有耐心和毅力，一定做得更好
- 4.一天一天的積累，生活更美好
- 5.追求夢想，也要盡情享受慢活
- 6.不要擔心比別人慢！重要的是，維持你自己的步調
- 7.放鬆，是美好生活的開始！別錯過一路上的小小幸福
- 8.不是只有你慢！只要不放棄，持續走下去就好
- 9.不當「第一名」，擁有更多的快樂
- 10.讓自己放慢下來，善用時間，找出生活的樂趣
- 11.你的成功，由你決定，就是最好的幸福
- 12.不堅強、慢一點也無妨，只要勇敢邁出步伐

### CHAPTER2

我們最好的朋友就是自己，留點時間給自己

- 1.不抱怨，坦然面無法理解的事
- 2.「脆弱」是人生的一堂課，要勇敢並微笑面對
- 3.不小心迷路了，就用心去體會迷路的樂趣吧
- 4.別用寂寞、悲傷來當藉口，不如好好和自己聊聊吧
- 5.愉快的和自己獨處，更加珍惜別人的關心
- 6.「路」是人走出來的，要樂觀面對
- 7.勇敢踏上陌生的旅途，發現不一樣的自己

### CHAPTER3

人生的每一小步，都藏有美好小事

- 1.一步一步走，總會走出自己的路
- 2.不要害怕迷路，總會找到自己的方向
- 3.一步一步走，一定會抵達目的地
- 4.成功並不在終點，而是在你跨出去的每一步
- 5.享受你生命裡的每一小步
- 6.其實沒那麼趕！累了，就好好休息吧
- 7.敢想、敢夢、敢說，沒有什麼好怕的
- 8.不必比誰厲害，只要每一天都過得幸福

# 《其實沒那麼急》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)