

《心不累的活法》

图书基本信息

书名：《心不累的活法》

13位ISBN编号：9787514315004

10位ISBN编号：7514315004

出版时间：2013-9

出版社：现代出版社

作者：李木木

页数：232

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

《心不累的活法》

内容概要

我们身边交流的工具越来越多，交心的朋友却越来越少；我们住房的面积越来越大，但活动的空间却越来越小；医疗条件越来越发达了，但疾病也越来越五花八门了；我们的收入增加了，但感受到的幸福却越来越少了；我们的言论更加自由了，但心灵的自由却越来越少了；我们说的多了，爱的却少了，对人的防备也更多了；我们可以登上月球，却难以走进一个人的心。……总而言之，一句话：我们活得越来越努力，越来越小心，却越来越吃力，越来越不开心了。于是心累了，人倦了，快乐不见了。这就是本书诞生的机缘。

《心不累的活法》

作者简介

李木木，著名畅销书作家，爱瑜伽，爱户外，爱旅行，爱神秘的事物。爱《读者》爱《小王子》爱一切美好的事物。

《心不累的活法》

书籍目录

- 第一章 心累催人老，都市让人逃
 - 第二章 你不是活得累，只是心累
 - 第三章 补全心智的缺口，才能心沐阳光
 - 第四章 想开点——“开心”是福，“关心”是魔
 - 第五章 慢着点，守住生命的沉香
 - 第六章 简单点，减法生活最精彩
 - 第七章 淡着点，名利于我是浮云
 - 第八章 莫为工作狂——命若琴弦，浮生若梦
 - 第九章 莫为感情困——你若安好，便是晴天
 - 第十章 莫为交际烦——爱到极致是忧伤
 - 第十一章 甩掉烦恼——凄然过后拈花笑
 - 第十二章 学会超脱——拨开心路是佛陀
- 结语：心态不改变，怎么能幸福？

《心不累的活法》

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