

《生活減擔，就是幸福：減輕負擔》

图书基本信息

书名：《生活減擔，就是幸福：減輕負擔，幸福就會向你報到》

13位ISBN编号：9789867677983

10位ISBN编号：9867677986

出版时间：20041110

出版社：普天

作者：蘇綺

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

《生活減擔，就是幸福：減輕負擔》

內容概要

羅曼羅蘭：「當幸福成為一種習慣，甚至是一種心靈負擔的時候，就不再叫做幸福。」其實，幸福的秘訣是隨遇而安，減輕生活的期待和負擔，因為，你的期待越大，負擔也就越大，如此一來，想要讓自己「一定要幸福」的目標，相對地也就越難到達。霍布斯曾說：「幸福是一個不斷渴望的過程，從一個目標到另一個目標，達到前者就開闢了通向後者的道路。」

的確，如果你能夠瞭解幸福只是一種過程，而不是結果，那麼你就能減輕求幸福的負擔，幸福也就自然會向你報到。人生在世，超過一半以上的困擾和煩惱，其實都來自於我們自以為生活不可能像自己想像中那樣簡單，因此，才會讓自己陷入自尋煩惱，自作自受的心靈禁錮之中。

《生活減擔，就是幸福：減輕負擔》

作者簡介

蘇綺
崇尚新簡樸主義的激勵作家，充滿樂觀開朗的思想，喜歡一切自然而美好的事物，相信從閱讀、旅遊和沉思當中品嚐生命的饗宴，可以讓自己的未來更加美好。目前專事勵志類書籍創作，編著書籍有《生活簡單就是禪》《生活減擔就是幸福》……等書。

《生活減擔，就是幸福：減輕負擔》

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