

《不要害怕說NO！幸福的起點就是，》

图书基本信息

书名：《不要害怕說NO！幸福的起點就是，勇敢去做你想做的事》

13位ISBN编号：9789865810409

出版时间：2014-4-23

作者：童格拉．奈娜,Tonkla Nainathe

页数：192

译者：璟玟

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

《不要害怕說NO！幸福的起點就是，》

內容概要

《不要害怕說NO！幸福的起點就是，》

作者簡介

《不要害怕說NO！幸福的起點就是，》

書籍目錄

- 作者序 人生不能重來，但你能為自己做最好的選擇！
- 編輯序 勇敢選擇屬於自己的未來
- 1.別讓「享樂」偷走時間！勇敢面對，做就對了
人生，沒有正解！懂得「對自己好」，就是幸福的開始
只要堅定信念、做好自己，夢想就不遙遠
 - 2.愛上閱讀，從心開始美好生活
 - 3.寫下一些好事，創造自己的人生故事，幸福加倍
批評、發洩是「痛快」，不是快樂
 - 4.用心傾聽，好事就會發生
想要快樂，就不要隨便去批評別人
 - 5.別讓心被困住！懂得拒絕，去做你真正渴望的事
一天兩小時，就能實現你的小小夢想
「捨棄」，才能找到自己真正需要的
 - 6.當一個貼心可愛的人，讓身邊的人快樂就好
懂得付出與原諒，就是最溫暖的擁抱
 - 7.別把朋友當「心情垃圾桶」，要一起開心大笑！
把時間拿來抱怨，不如用來解決問題
 - 8.真正的好人是，「不怕說出真心話」
管他能不能選擇，就是要把人生做到最好
 - 9.旅行，是深呼吸的美好，是人生的華麗冒險
要相信自己，不怕批評，為夢想走出自己的路
 - 10.想像「成功」，在困難中看見機會
樂觀看待「失敗」，就能抓住成功
 - 11.夢想不會逃走，只要你勇敢挑戰自己
在追逐夢想的路上，沒有任何努力會是白費的
想要的「少一點」，快樂就「多一點」
 - 12.不大吃大喝！吃對「健康食物」，才是真正滋潤心靈
 - 13.«喜歡」，是幸福的。每天一點小確幸，做自己喜歡的事
 - 14.幫助別人，是無價且永不褪色的幸福
 - 15.別當「假好人」！只要真心讚美，說一些好話
 - 16.人生只有一次，別浪費時間在「後悔」
 - 17.懂得去愛別人，播下未來的幸福種子
- 後記 人生的旅行沒有盡頭

《不要害怕說NO！幸福的起點就是，》

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