

《自在力》

图书基本信息

书名：《自在力》

13位ISBN编号：9789578039360

出版时间：2014-12-1

作者：山下英子

页数：208

译者：王蕴洁

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

《自在力》

內容概要

斷捨離的最高境界！

《斷捨離》全系列熱賣突破80萬冊！

眾所期待的史上最強人生整理術完結篇！

藉由「斷捨離」，拋開所有不需要的執著；

透過「俯瞰力」，確立觀照一切的立足點；

掌握「自在力」，達到自由自在的人生新境界！

這個世界上有三種人：在地上的人、在樹上的人，以及在飛機上的人。在地上的人無法下定決心放棄「不需要、不適合」的物品；在樹上的人雖然經過了選擇與決斷的訓練，但依舊不時感到心浮氣躁、舉棋不定。

與前面兩種人相比，在飛機上的人則可以從天空自由俯瞰各種不同的人生風景，也能隨意回到樹上或降落地面。他們因為能夠審視自我，並擁有隨時捨棄「現在不需要的東西」的果斷與堅決，因此能活在當下，燃燒熱情。

如果說搭飛機是「自在力」的展現，那麼「斷捨離」便是我們搭上那架飛機的機票。我們先藉由「斷捨離」，學會用「減法」來面對自己與物品的關係；再透過「俯瞰力」，學會用「加法」來認識更深層的自我；最後，「自在力」則將帶領我們用「乘法」邁向人生的最高境界！

《自在力》

作者简介

《自在力》

书籍目录

《自在力》

精彩短评

1、真的是很不错，放在床头慢慢来回读。

《自在力》

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