《拥抱勇气，绽放完美的你》

图书基本信息

书名：《拥抱勇气，绽放完美的你》

13位ISBN编号：9787553434949

出版时间：2014-1-1

作者：黛比·福特

页数：224

译者：王俊娜

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

《拥抱勇气，绽放完美的你》

内容概要

我们每天都会面临许多选择，有些决定让我们感到自信强大，有些却让我们感到失落悲伤。
缺乏信心时，我们会觉得自己不配拥有内心所想，不配说出真相，不配做出改变自己生活的决定，甚至不配拥有幸福的人生。
在本书中，黛比福特用自己的亲身经历教会我们认识自己，摆脱那些时刻束缚我们的精神枷锁。
她用坚强的信念与非凡的勇气始终鼓舞着我们，带领我们突破固有的认识，重新焕发出自信与力量，最终绽放出一个充满惊喜的人生！！

《拥抱勇气，绽放完美的你》

作者简介

黛比·福特（Debbie Ford），美国女作家，著有《阳光狩猎者的阴暗面》《阴影的秘密》《精神离异》《问对问题》《生活在最美好的年华》《为什么好心做坏事》和《21天精神净化》等畅销书。她还是国际知名的教师、演讲者、转型教练、电影制片人和个人转型领域的专家。她创建了“福特转型训练研究所”，向需要转型的人员提供情感和精神上的帮助。现居美国加利福尼亚州圣地亚哥市。

《拥抱勇气，绽放完美的你》

书籍目录

前言
致读者的一封信
一种非凡的体验
一次人生转变的过程
第一部分 一种全新的认识
罪魁祸首
与生俱来的信心
勇敢而充满爱心的战士
第二部分 从头脑到内心的转化
神圣的引领之法
屈服之道
情感之畅
怜悯之情
友爱之心
启迪之象
至尚之美
勇士的誓言
致谢
关于作者

《拥抱勇气，绽放完美的你》

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