

图书基本信息

书名：《歸零》

13位ISBN编号：9789867468598

10位ISBN编号：9867468597

出版社：凱信企管

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

《歸零》

內容概要

糟透的不是你的人生，而是你的心態！ 人生中的困擾和煩惱，都來自於「忘了歸零」。隨時放下過去，回到原點，反而能迎接豐收的人生！ 誰說人生不能重來？ 懂得丟掉包袱，你的人生就可以有更好的開始！ 一則則發人深省的短篇故事，讓你從中悟得「歸零的哲學」，隨時回到原點，找回生命的初衷。 心態、立場、情緒...人生各層面的歸零心法，讓你每天都更有好的開始。 雙色 + 重點放大設計，一眼就能看到作者所要傳達的精華哲理。

作者簡介

Sheila，畢業於美國J&W University，喜歡寫作、旅行、畫畫、電影、閱讀、購物、彈琴、音樂和咖啡。希望生命都充滿這些美好的事物，而開心度過每天。曾住過加拿大、美國、泰國……，除認識了不同文化的真實樣貌，更因此而開闊視野，豐富了人生經歷。正面的觀念，樂觀的心態，讓她在異國生活時，不但沒有文化衝（culture shock），並且結交許多來自世界各地的朋友，增加寫作的生動性。

擁有豐富的撰寫經歷，除了致力於編寫實用的英文工具叢書，也寫動人的中文言情小說、純真的兒童短篇故事、趣味十足的中英寓言劇本、千奇百怪的報紙副刊。深信「正面思考能給人無限的可能」，使她的人生充滿了驚喜，與各式各樣料想之外的機會，目前致力於將自己體悟出的人生道理，與廣大的讀者分享。

書籍目錄

推薦序 作者序 第一章 心態歸零，讓你有喘一口氣的機會「糟透的不是你的人生，而是你的心態。」樂觀是你一生最重要的朋友歸零是正向思考的積極力量心態歸零，才能體會山不轉路轉歸零，就是拋棄主觀重新開始放下過重的背包，你會走得更順暢集中火力一次只設定一個目標別把他人的問題拿來困擾自己放下，是為了要重新提起蟄伏是迎接下一個春天一切歸零，才能到達下一站幸福第二章 工作歸零，讓你找回原有的熱情「糟糕的不是你的工作，而是你忘卻了最初的嚮往。」工作紛亂沒有頭緒，你該歸零了！工作提不起勁，你必須放空自己同事都找我的碴！原來他想鍛鍊我？同事間的摩擦難免，不要小題大作客戶的錯是很好的學習經驗榮耀歸零，是東山再起的契機找不到工作？以樂觀代替悲觀，切勿想一步登天換個跑道，找回自己的工作熱情第三章 立場歸零，讓彼此有消弭敵意的機會「糟糕的不是他，是他的好，你全沒看到。」原來是立場讓我們變成敵人！？對事不對人，敵人其實也挺可愛換個角度想，思考會更周全把敵人變朋友，讓他為你充實本事任何的衝突，都不是人的本意給別人機會也是給自己機會打官司絕不是你最好的選擇給人餘地，勝過咄咄逼人脈的建立就從消除敵意開始第四章 情緒歸零，讓負面情緒轉變為正向的力量「揮不去的不是那些事，而是你的負面情緒。」情緒歸零，才能看見窗外有藍天當情緒的主人，別當情緒的奴隸讓情緒發洩完了，再來積極面對問題生氣總難免，但是千萬別記恨別讓情緒壞了你的大事圓融，是對你最有利的處事方式微笑是你的守護天使結語

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