

<<心予>>

图书基本信息

<<心予>>

内容概要

这是一本读完可以让心灵释放的小书，在浮躁的社会中，可以使人们得到心灵上的抚慰，学习宽待他人。

本书以每日一句话的形式，用365句箴言教会读者如何将心灵得到释放，突破重重束缚释放真正的“自我”。

如书中所言，“幸福是什么？

是心灵释放后最自然的生活。

就如乌云散去，万物沐浴温暖的阳光。

” “高度专注和不懈努力可以帮助你克服一切障碍，获取心之所寻。

无论过去发生过什么，请学会释放；无论谁告诉你做不到，请不要理会。

放弃那些使你身心疲惫的灰色想法和情感，这其实不需要什么力气和勇气。

突破窘境的法宝是用心追寻真理，排除不相干的杂扰。

”这本关于心灵之舍得的书，教会你如何释放，如何充盈。

心之所予是释放之后的幸福。

作者简介

作者盖·芬利是著名的畅销书作家、自我启蒙教师。有三十余部有关自我实现的图书及影像，目前几大无线网络正联合报道其访谈节目。盖曾受邀接受多家电视媒体节目，例如CNN, NBC, ABC, CBS等600多次采访。盖也是Life of Learning Foundation（学海生涯基金会，非赢利性自我学习中心）创办董事。同时他在音乐领域也非常有建树。他曾为 Diana Ross, The Jackson 5, Billy Preston, and The Four Seasons, 创作和了很多歌曲并获得了几项音乐大奖。他是美国著名媒体先驱Larry Finely的儿子。每周，盖芬雷都会在其自我中心举办课程讲座。他为人和善，充满激情，熟知通往内心力量源泉的途径。生活和工作在美国俄勒冈州的梅林市。

<<心予>>

章节摘录

版权页： 插图：

<<心予>>

编辑推荐

《心予》包含了几百把威力无比的“小锤子”——何时何地如何释放自我意识的力量。每天一点点，你将会变得强大，释放出一个自由自在、无所畏惧的本我。

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:<http://www.tushu007.com>