# <<放下的力量>>

#### 图书基本信息

书名:<<放下的力量>>

13位ISBN编号:9787508642222

10位ISBN编号:7508642228

出版时间:2013-9-15

出版时间:中信出版股份有限公司

作者:王佑骅

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

## <<放下的力量>>

#### 内容概要

放下,开启生命的美好

——让"放下技巧"帮助你放下人生阻力,实现生命清单

每个人都有一份生命清单,包含所有你想改变的、想拥有的、希望能创造的事情。

很可惜,不论你如何付出,你的人生却没有发生你期望的那种改变,或者你也没有因为得到成果而变得更快乐。

然而,真正的创造是从放下开始;放下,才能给予我们最大的力量。

本书提供了确切有效的放下技巧,让"心灵疗愈"不再空泛。

每个人在身心灵成长之路上都会经历三个阶段,在作者的"身心灵诊所"中,"放下技巧"是唯一能够贯穿始终的方法,它们运用起来简单又快速,使你所遇到的问题通通都可迎刃而解。

这些技巧的核心三问句就是——

"我可以把这个感觉放下、释放掉吗?

"

"我要把这个感觉放下、释放掉吗?

"我什么时候要把这个感觉放下,轻放掉!!

"我什么时候要把这个感觉放下、释放掉呢?

请不要小看放下的力量,这三个简单问句,就可以解决你人生中的根本问题。 当然,它们只是基础,本书将告诉你如何把这三个问句发挥到淋漓尽致。 而接下来的旅程,你将拥有爱丽丝梦游仙境一般的体验,你的所见是奇幻的,体验却是无比真实的。

最终,回过头来,我们会发现,不管用什么技巧得到了什么,人真正想要的东西一直是很简单的:一 个快乐以及平顺天然的人生。

# <<放下的力量>>

### 作者简介

# <<放下的力量>>

### 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