

<<淡定：不浮躁的活法>>

图书基本信息

书名：<<淡定：不浮躁的活法>>

13位ISBN编号：9787560994062

10位ISBN编号：7560994067

出版时间：2014-3-1

出版时间：华中科技大学出版社

作者：林葳

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>

## <<淡定：不浮躁的活法>>

### 内容概要

书以阐释淡定与奋斗的辩证法为主题，用通俗、充满哲理的语言剖析在社会生活环境、工作、事业、情感影响下，人们的种种心态和人生观，帮助读者探索奋斗的本质，学会更简单的生活，学会惬意地工作，学会珍惜与感恩，学会爱与获得幸福，学会认识自我和人生，弄懂奋斗与淡定的关系，将自己的人生升华到一个新的高度。

本书的每一段文字，都是人心灵的关照，祈望能帮助读者度过难关，能抚慰受伤的或不安的心灵，能给读者最细腻的心智启迪和激励，引导每一个人过上宁静、幸福的生活。

## <<淡定：不浮躁的活法>>

### 书籍目录

#### 第一章 淡定让生活更简单

##### 第一节 生活原本如此 / 002

1. 只有经历了才知道真相 / 002
2. 平淡是生活的基调 / 005
3. 笑纳生活，直面现实 / 008
4. 顺其自然，适者生存 / 010
5. 凡事多往好处想 / 013
6. 人要有定力，不可随境而迁 / 016
7. 活在当下 / 020

##### 第二节 过自己想要的生活 / 024

1. 原谅生活才能更好地生活 / 024
2. 新生活从选定方向开始 / 027
3. 纵有万贯家财，不如自强自立 / 030
4. 让生活变得简单一些 / 032
5. 择你所爱，爱你所择 / 035

#### 第二章 淡定让心灵更丰盈

##### 第一节 知足心常乐 / 040

1. 心态决定命运 / 040
2. 顺天应时，为所当为 / 042

<<淡定：不浮躁的活法>>

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>