

<<聆听心声>>

图书基本信息

书名：<<聆听心声>>

13位ISBN编号：9787562444299

10位ISBN编号：7562444293

出版时间：2008-4

出版时间：重庆大学出版社

作者：吉尔·哈里斯

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>

<<聆听心声>>

内容概要

成功往往源自于恰当和适合自己的选择，而选择无处不在：工作、爱情和家庭，这些无不需要你作出选择。

然而很多时候，我们做出的选择并不是我们内心真正想要的，我们忽略了自己内心的心灵之声。

本书就是要知道你如何认识自己，肯定自己，找到真实的自我，树立恰当的人生目标，学会聆听自己内心的声音，然后作出最适合自己的选择。

<<聆听心声>>

作者简介

吉尔·哈里斯，屡获殊荣的女性畅销书作家，曾经为雅芳等国际知名企业服务。她因《聆听心声：成功女性的选择》一书而深受读者喜爱。

<<聆听心声>>

书籍目录

第 部分 聆听心声 第1章 这些是谁的声音？

第2章 认知心灵之声 第3章 加深你的意识 第4章 邂逅超我第 部分 按你的心声去生活 第5章 仪式与冥想——进入深度平静的练习 第6章 敬重自己为一名强大的女性 第7章 过着丰富多彩的生活 第8章 表现创造性自我 第9章 接受和尊重你的身体 第10章 找寻一个精神伙伴 第11章 在这一刻发掘你的真实
后记附录A

<<聆听心声>>

编辑推荐

《聆听心声:成功女性的选择》由重庆大学出版社出版。

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>