

<<我们不可以浮躁>>

图书基本信息

书名：<<我们不可以浮躁>>

13位ISBN编号：9787802236059

10位ISBN编号：7802236053

出版时间：2010-2

出版时间：中国三峡出版社

作者：付娜

页数：256

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>

<<我们不可以浮躁>>

内容概要

我们常常坐卧不宁；我们常常心不在焉；我们常常没有耐心做完一件事；我们常常计较自己做得太多，得到的太少；我们常常感到身心疲惫……

浮躁带给我们的是什么？

是没有耐心，是朝三暮四，是浅尝辄止，是患得患失，是焦虑不安，是急于求成……

无论是为人，还是做事，如果沾染了浮躁，不但解决不了问题，还会陷入盲区，导致新问题的发生。

所以，我们要学会满足，学会踏实做事，学会不浮躁，让自己的身心都处于一种宁静祥和的状态——真正静下来感受自己的心跳，静静地聆听来自遥远世界的天籁之音，去触摸我们灵魂深处的宁静……

<<我们不可以浮躁>>

作者简介

付娜：毕业于哈尔滨师范大学中文系。

曾任《国际商报》、《消费日报·消费与质量专刊》记者，编辑。

后一直从事图书出版工作，策划并出版过多部畅销书籍。

代表作有《我们不可以浮躁》、《别让心理学陷阱害了你》、《人生，不妨简单点》、《家庭教育可以如此简单》等。

<<我们不可以浮躁>>

书籍目录

第一篇 我们为什么浮躁

第一章 国人的“通病”。

无处不在的浮躁

这是一个浮躁的时代

蔓延在整个社会的“恶性病毒”

浮躁是国人的“致命伤”

浮躁心态文化背后的缺陷

第二章 急功近利，禁不住浮躁

天上掉的不一定是馅饼

选美、选秀带来的是什么？

互联网时代的产物——“一夜成名”

“征婚”——没有一千万我不嫁

第三章 流行性物欲症，引来浮躁

过度消费就像流行性感冒

贪婪的物欲，带来浮躁

失衡的心态在作祟

浮躁是因为我们缺少幸福感

第四章 飞速发展，“快”字带来浮躁

第二篇 我们的路在何方

第五章 脚踏实地，让职场“浮躁症”远离我们

第六章 “爱情一族”，对病态的“浮躁”来一次围剿

第七章 调整心态，试去心灵深处的浮躁

第八章 学会发泄，轻松减压赶走浮躁

第三篇 多谈些问题，少谈些主义

第九章 浮躁到底害了谁

第十章 第三只看中国

第十一章 中国民众的心灵拷问

后记

<<我们不可以浮躁>>

章节摘录

1写在前面很多人都在说：这是个浮躁的年代，大家都浮躁地活着，忙着各种自以为重要的事，忙到忘掉忙的目的。

说世界浮躁的人自己也浮躁着，说自己浮躁的人好像也不打算改变浮躁，因为让浮躁存在的理由遍地都是，而宁静，找不到滋生的土壤。

浮躁的你，浮躁的我，干着不同的浮躁的事情。

前言(1)前言(2)目录(1)目录(2) 2《我们不可以浮躁》第一部分曾几何时，我们还在为能买到心爱的玩具而高兴，还在为考试得到高分而欢喜，还在为家里新添置的彩色电视而雀跃。

而如今，我们开始浮躁了。

嫌做的事情太多工资太少，嫌车子太旧房子太小，嫌社会不公人情太冷 这些已经不是一小部分人的个别现象，而成了我们中国人的“通病”。

第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(1)第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(2)第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(3)第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(4)第二章 急功近利，禁不住浮躁(1)第二章 急功近利，禁不住浮躁(2)第二章 急功近利，禁不住浮躁(3)第二章 急功近利，禁不住浮躁(4)第二章 急功近利，禁不住浮躁(5) 3《我们不可以浮躁》第二部分在这个物质主义社会，人们都患上了“物欲症”，将“美好生活”等同于“物质生活”。

过度消费就像流行性感冒，是一种具有高度传染性的病毒。

孤独、工作时间长、房贷、车贷各种债务等等，这都是流行性物欲症惹的祸。

人们拼命的消费，再拼命的赚钱，这一系列引发了更多的浮躁。

第三章 流行性物欲症，引来浮躁(1)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(2)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(3)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(4)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(5)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(1)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(2)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(3)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(4)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(5)

<<我们不可以浮躁>>

编辑推荐

“浮躁”这个字眼，现在越发流行。

浮躁的心态不是好的征兆，它只能带给你缥缈的人生；好高骛远的表现不是好的作为，它只能让你拥有随波逐流的生活。

唯有忠实勤奋的付出，才能带给你实实在在的回报。

中国都不高兴了，我们更不可以浮躁。

<<我们不可以浮躁>>

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>