

<<给心灵洗个澡>>

图书基本信息

书名：<<给心灵洗个澡>>

13位ISBN编号：9787800844867

10位ISBN编号：7800844862

出版时间：2003-8-1

出版时间：金城出版社

作者：裴玲

页数：214

字数：100000

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>

<<给心灵洗个澡>>

内容概要

本书通过许多富有哲理的生活故事，让人们明白如何才能在当今社会拥有一颗健康的心灵，保持积极乐观的心态，去创造幸福美好的人生。

相信读者一定会从中受益，把书中的指导原理运用到现实生活中，获得心灵的洗涤与升华！

朋友，当你逐页阅读本书时，你将明白这样一个道理：决定一个人命运的不是他处的环境，而是决定于他是否有一个良好的心态，是否懂得在任何情况下，都不忘清洗自己的心灵，以便让自己活的更轻松，更自在、更洒脱。

<<给心灵洗个澡>>

书籍目录

第一辑 心态决定命运 定位改变人生 生命的格局 心态决定命运 心墙 礼物 忘记 给人以爱 培养富足之心 信念 应变 自我反省 制定人生的目标 细微之处 控制情绪 每天给自己一个希望 对自己说“OK” 为自己鼓掌 德行 选择自由 相信自己 感恩 全心全意 土豆哲学 自我激励 征服自己 打破消极的观念 信仰第二辑 活的是心情 给心灵洗个澡 宽容 豁达人生 养成幸福的习惯 保持一颗童心 点燃热情的火焰 活的是心情 自嘲 微笑 疏泄怒气 宠辱不惊 游戏 从容 分享 拥抱自己 不要太在意赞许 永恒 别陷入他人的评论中 学会心理调控 心想事成 心静 打开心窗第三辑 困境中体会快乐 给自己树一面旗帜 走出挫折的阴影 在绝望处抓住快乐 凡事往好处想 给予.....第四辑 学会放弃第五辑 不要与自己对抗第六辑 生命没有长短第七辑 打破心中的瓶颈

<<给心灵洗个澡>>

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>