

<<重拾失落的自己>>

图书基本信息

书名：<<重拾失落的自己>>

13位ISBN编号：9787501238637

10位ISBN编号：7501238634

出版时间：2010-7

出版时间：世界知识出版社

作者：朱瑞娟

页数：227

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>

## <<重拾失落的自己>>

### 内容概要

作者是一位常年旅居海外的华人，本书中她恰到好处地运用了中西方文化，完美地融合了心理学、哲学等多种学科。

以深入浅出的理论，优美的文字，生动的事例描述了她生命中碰到的一个个的逆境，留下的一次次的伤痕，以及经历的一次次的觉醒和一次次的重生。

带领我们踏上了一条回忆、感知、觉醒、升华的心灵之旅、精神之旅。

全书共分十四章，每章分两个部分，前部分是作者的亲身经历以及对经历的感悟和觉醒，后部分是对成为“完美的你”的建议和方法。

全书一步一步将读者引入奥秘的内心世界、玄妙的生命哲学。

<<重拾失落的自己>>

作者简介

朱瑞娟，1964年，出生于中国宁波，现旅居澳大利亚墨尔本。

1982～1990年，在宁波某工厂从事生产和企业管理工作，机械工程师。

1990～1994年，在宁波创办乡镇企业并协助当地政府开发地产资源。

1994～2001年，协助丈夫并与其一起创办房地产公司和酒店。

2001～2006年，在澳大利亚墨尔本，从事房地产工作。

2006～2008年，求学世界各地。

2009年至今，演讲家、人生顾问、企业家。

## <<重拾失落的自己>>

### 书籍目录

第一章 第一次看见自己第二章 乖乖女第三章 你的过去经历第四章 出色的工作者第五章 重新定义自己第六章 什么是最重要的第七章 给予和接受的艺术第八章 令人震惊的真相第九章 消除恐惧第十章 播下命运之种第十一章 超越恐惧的自由第十二章 拥抱天空第十三章 耻辱与欢乐第十四章 我们的未来后记

## <<重拾失落的自己>>

### 章节摘录

第一章 第一次看见自己 在我四十三岁的时候，我拥有世人梦寐以求的所有财富和奢华。我和丈夫经营一家资产上亿的房地产公司，生意欣欣向荣。我们在中国和澳大利亚都有房子，还请了厨子、管家、佣人和司机。我们有时间度假，经常到城里的酒店“下馆子”，儿子在一所高消费的私立学校读书，他健康成长，前途无量。

那时我很富有，却不开心，我并不感到幸福。

你肯定百思不得其解：“为何她什么都有，却依然不开心？一个人还可能需要什么呢？

！

”这是一个值得每个人思考的问题：一个人到底需要什么？

这也正是我动身要去找的东西。

一个人怎样才能感到充实？

我们如何才能心满意足？

我们如何才能坦然接受过去？

我们生活在一个富足的年代，但我们是否知道什么才能真正让我们感到幸福？

我们拥有前人望尘莫及的“购买力”，但这种能力是否意味着我们就有能力购买这世上的一切东西？

我们的机遇与日俱增，但我们是否知道什么才是真正值得追求的？

我们穿着打扮得越来越漂亮、越来越精致，但我们是否知道在自己的内心深处，什么才能让我们“感到”舒服？

我们拥有随意到何处去旅行、居住和工作的自由，但我们是否知道“自由”的真正含义？

.....

## <<重拾失落的自己>>

### 编辑推荐

作者以自己亲身的经历，面对亲情、爱情、友情，从身心灵三个方面深刻地剖析了自己的心灵和灵魂，向读者展现出了一位传统的女性自我发现、自我觉醒的过程，展现了一位曾经迷失自己最后重拾自我的女性的心路历程，展现了一位女性追求完美塑造完美的执着和智慧…… 从这本书中，你会读到另一个自己以及自己所追求的美好的未来。

<<重拾失落的自己>>

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>