

<<生活快乐密码>>

图书基本信息

书名：<<生活快乐密码>>

13位ISBN编号：9787806873083

10位ISBN编号：7806873082

出版时间：2005-10

出版时间：白山出版社

作者：胡彦华

页数：184

字数：150000

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>

<<生活快乐密码>>

内容概要

世事繁杂，人生多变。

因此很多人都觉得自己活得很累，活得很不快乐。

大多数人都把自己不快乐的原因归于外界，却忘了审视自己心态的好坏。

殊不知，有什么样的心态，就会有什么样的人生。

正如狄更斯所说：“一个健全的心态，比一百种智慧都有力量。

”生活是一种人生的态度，是积极良好的心态在生活中的体现，是实现人生理想的生活境界，也是一种生活的感受。

不妨抛却尘世的烦扰，静下心来读这本小书，譬如这本《生活快乐密码》。

《生活快乐密码》一书集合了大量经典的、充满智慧的故事，从多个角度阐释了对人生诸事的达观态度和创造积极快乐人生的方法。

读者可以从这本书中体会到：快乐无处不在，只要你找到快乐的密码。

《生活快乐密码》一书集励志、运动、心理调整、生活方式调整等于一体，全方位、多角度地找寻快乐的秘密。

语言轻松活泼又富含哲理，事例平安实质朴又发人深省，是一道不可多得的“精神快餐”。

<<生活快乐密码>>

书籍目录

简单并快乐着 赵简单就越快乐 简单生活可以抛弃焦虑 不重视“面子”会活得更好 平凡即是简单，平丽即是快乐 品尝简单的味道冲破压力的束缚 压力的不同类型 摆脱压力，轻松生活 增加你的抗压能力 管好你的钱袋子 灰色心情要不得职场快乐生存法则 我工作，我快乐 体会工作的乐趣 职场生存快乐三法则 高效有序的工作习惯 “不务正业”也可提高工作效率 如果你不快乐，那不是工作的错 用热情点缀生活 留有一颗孩童的心 点燃“等待”与“希望”的生命之火 别让自己孤单一人 让心态“活”起来 适时“放纵”一次善待他人 宽容之美 授人玫瑰，手留余香 和谐的人际关系 摒弃嫉妒，快乐轻公 与人为善，与己为善享受生活创造快乐 健康的身体——快乐的资本 让快乐成为一种习惯 附录：心理测试

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>