第一图书网, tushu007.com

<<元氣生活-日の舒暢活力>>

图书基本信息

书名：<<元氣生活-日の舒暢活力>>

13位ISBN编号：9789866846380

10位ISBN编号：9866846385

出版时间：2008/05/01

出版时间：大都會

作者：孫大為

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

第一图书网, tushu007.com

<<元氣生活-日の舒暢活力>>

内容概要

早起邁向健康，早起贏得機會，早起鍛鍊身心，早起體悟人生 一種「早起獲得新人生」的新生活運動已經開始， 「晨型人」已在積極儲蓄未來，你怎能不動起來？
沒日沒夜不是成功人士的生活基調，日夜顛倒也不是健康人生該有的生活作息。
你或許很清楚阿嬤說的「早起的鳥兒有蟲吃！
」的道理，但是真的有徹底執行過嗎？
早晨是萬物活動的開始，此時的空氣是清新的，而你的精神也是清爽的。
想要有元氣、舒活的一天，你就得早一步起身做準備，因為先一步改變生活態度，就會有邁向幸福人生的絕對可能。
阿嬤說的話保證沒錯，因為許多成功人士都確實執行著。
要讓人生真正有意義，就從早起開始做起！
早晨是召喚「整天元氣十足」的最好開始！

作者简介

孫大為
行銷企管專家，兼任大學講師，目前於某前500大企業擔任人力資源顧問，對溝通、人際關係與組織經營有精闢研究。
著有暢銷書：《人脈＝錢脈 — 改變一生的人際關係經營術》、《不可不防的13種人》、《不可不知的職場叢林法則》、《不可不慎的面子問題》和《交心—別讓誤會成為拓展人脈的絆腳石》等書。

第一图书网, tushu007.com

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