

《就是不生气》

图书基本信息

书名：《就是不生气》

13位ISBN编号：9787507532982

10位ISBN编号：7507532984

出版时间：2010-11

出版社：赵海霞 华文出版社 (2010-12出版)

作者：赵海霞

页数：239

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《就是不生气》

内容概要

《就是不生气》简介：我们每个人都有压力，有时压力过大甚至让人透不过气来。面对生活中的种种压力，我们要用一个坦然、积极、乐观的心态去面对，适当的时候为自己减减压，让生活变得轻松愉悦。不要再生气，因为快乐才是生活的主旋律。

《就是不生气》

作者简介

赵海霞，女，四川成都人，出生于1975年夏，毕业于四川大学。毕业后只身来到北京谋生，先后任职于多家世界五百强企业，现任某上市公司市场总监。作者结合各家思想及个人多年工作心得总结编著此书，希望可以帮到更多的年轻读者，让他们消除烦恼，心情愉悦。

《就是不生气》

书籍目录

Chapter1 不生气，因为小事不值得 4Chapter2 不生气，做人何必要较真 18Chapter3 不生气，因为困境只是暂时的Chapter4 不生气，心宽人生更受益Chapter5 不生气，斗气不如斗志Chapter6 不生气，让情绪随风而去Chapter7 不生气，甩掉压力这个包袱Chapter8 不生气，爱情甜蜜婚姻幸福Chapter9 不生气，事业让人更舒心Chapter10 不生气，快乐才是生活的主旋律

《就是不生气》

章节摘录

Chapter1 不生气，因为小事不值得 人生短暂，如果为了芝麻点小事而生气的話，那简直就是在浪费自己的时间和精力，何苦呢？实际上，静下心来想想，这些都是些小事，为了不值得生气的事而生气，那就太不值得了！ 常为小事动怒，太不值得了！ 前段时间在一本杂志上看到这么一个故事，说是有一人夜里做了个梦，在梦里，他看到一位头戴白帽、脚穿白鞋、腰佩黑剑的壮士，大声斥责他，并向他的脸上吐口水，吓得他立刻从梦中惊醒过来。次日，他闷闷不乐地对朋友说：“我自小到大从未受过别人的侮辱，但昨夜梦里却被人辱骂并吐了口水，我心有不甘，一定要找出这个人来，否则我将一死了之。”于是，他每天一早起来，便站在人潮熙攘的十字路口，寻找梦中的敌人。几个星期过去了，他仍然找不到这个人。结果，他竟自刎而死。 看到这个故事，你也许会嘲笑这个人的愚蠢，做梦乃是一件极其平常不过的小事，做噩梦也是常有的事，怎么能为此而大动干戈呢？可生活中就有许多人为小事而疯狂，甚至和别人闹翻脸而大打出手，这样的例子比比皆是。 娇气的女孩儿因为男朋友多看了漂亮妹妹一眼，而对男朋友大打出手； 因男朋友约会迟到几分钟，女孩儿一整天都苦大仇深的板着脸，好像整个世界都欠她似的； 公车上，因为她的高跟鞋不小心踩了他一脚，他一个大男人就横眉冷对，喋喋不休的没完没了。

《就是不生气》

编辑推荐

在顺境中感恩，在逆境中依旧心存喜乐。认真、快乐的生活给自己的天空点缀色彩，让自己的人生更精彩。

《就是不生气》

精彩短评

- 1、还没有看，在看别的书，看了几眼感觉不错
- 2、还不错哦~我妹妹的看了，妹妹学了不少，还变乖了啊
- 3、书书写得很好，确实生气对人的身体是不好的，为了健康还是不要生气的好！
- 4、给朋友买的，不错，她很喜欢
- 5、很实用，刚开始看感觉和一般的讲道理的差不多，读了之后感觉还是不一样的。
- 6、这本书真的挺不错的。看完会让人释怀很多。

《就是不生气》

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：www.tushu111.com