

《平静生活：在生活中从容不迫的方法》

图书基本信息

书名：《平静生活：在生活中从容不迫的方法》

13位ISBN编号：9789574695263

10位ISBN编号：9574695263

出版时间：2001

出版社：脸谱出版

作者：保罗·威尔森（Paul Wilson）

译者：庄千慧

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

《平静生活：在生活中从容不迫的方法》

内容概要

走进平静生活，让你的一生幸福快乐。你能够得到：

深沉平静的心灵状态，走出忙碌紧张的生活

健康身体的改善、克服疾病与延长寿命

个人幸福与事业上的成功

丰富而圆融的人际关系

源源不绝的精力与更多的个人时间

乐观与冒险精神

心灵的满足

平静大师保罗·威而森是一位优秀的企业家、冥想教师与国际畅销书作者，在针对平静课题进行长远20年的研究之后，本书为其研究的心血结晶，提供读者在追求成功人生与平静生活之间的桥梁。只要能够循序渐进实践书中简明易懂的平静决策，不论你的目标是人际关系、治疗疾病、长寿、或是世俗的成功，最终都能享受来自内心的安祥与平静。拥有这本书，你便掌握 平静生活的所有必备工具。

目录:

- 0、前言 平静生活的代价
- 1、平静年代
- 2、世界上最强的人
- 3、钢铁意志
- 4、平静中心的九种精神力量
- 5、由内而外的平静
- 6、迈向平静的步骤
- 7、平静产生的力量
- 8、深沉平静的应用
- 9、终生平静

《平静生活：在生活中从容不迫的方法》

精彩短评

- 1、还挺有趣的。就是不够系统。
- 2、2009年的第一本书。
- 3、操作性很强，配合理论，教导你如何平静。——今天要阅读的书籍——只要拥有平静的心态，没有做不到的事。——豆瓣的评分挺高，很期待这本书的阅读，以一种平静的心境来阅读。
- 4、想要获得内心的平静吗？读读此书说不定会对你有所帮助。

《平静生活：在生活中从容不迫的方法》

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