

# 《你比自己想的更勇敢》

## 图书基本信息

书名：《你比自己想的更勇敢》

13位ISBN编号：9789863203445

10位ISBN编号：9863203440

出版时间：2013-11-28

出版社：天下文化

作者：黛比福特

页数：320

译者：廖建容

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](http://www.tushu111.com)

# 《你比自己想的更勇敢》

## 内容概要

# 《你比自己想的更勇敢》

## 作者简介

# 《你比自己想的更勇敢》

## 書籍目錄

序

給讀者的信

前言

轉化，如何發生

第一部

新的典範

第一章 我想埋藏的黑暗原罪

第二章 與生俱來的真實信念

第三章 當個戰士，擁抱愛

第二部

放下頭腦，聆聽心

生命戰士的8個勇氣密碼

密碼一：內心的路標

密碼二：放手與臣服

密碼三：解開情緒枷鎖

密碼四：寬容與慈悲

密碼五：珍惜自己

密碼六：開啟心靈願景

密碼七：發現完美的自性

密碼八：生命戰士的勇敢宣言

誌謝

關於作者

# 《你比自己想的更勇敢》

## 精彩短评

1、逃避--恐懼的另一種面貌--會盡一切努力不讓能聚焦於眼前的現實狀況，那種只有事實、不含任何虛構成分的真實情況。你可能用吃喝玩樂、聊八卦、抱怨、埋首於工作或是千百種方式來讓自己分心，而不去面對你此刻的人生最需要正視的東西。

# 《你比自己想的更勇敢》

## 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](http://www.tushu111.com)