

<<让生命焕然一新>>

图书基本信息

书名：<<让生命焕然一新>>

13位ISBN编号：9787111132974

10位ISBN编号：7111132971

出版时间：2004-1

出版时间：机械工业出版社

作者：谢里尔·理查森

页数：152

译者：朱珊慧

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>

## <<让生命焕然一新>>

### 内容概要

一周一小步，人生一大步，重塑美好生活，在步调飞快的生活中，要做到面面俱到实在难如登天。

如果你觉得：

快乐渐行渐远，生活中久已没有惊喜；

失去真我；

疲于奔命。

那你的生活也许就该更新一下了，《让生命焕然一新》教你用全新的方式思考、行动、爱人、工作、甚至欢笔。

## <<让生命焕然一新>>

### 作者简介

谢里尔·理查森，作家及演说家，她的工作是帮助忙碌的人在专业领域中获得成功的同时，还能兼顾生活的品质。

谢里尔是全美十大咨询师之一，也是国际咨询师联盟的第一任会长。  
《纽约时报》、《出版人周刊》、《波士顿周日环球》等，都曾大篇幅报道她的经历。  
谢里尔还是网

## <<让生命焕然一新>>

### 书籍目录

自序 迎接崭新的生活吧第1周 出发另外第2周 新的一年 新的自我第3周 找回失去的自我第4周 挑战第5周 时间的礼物 第6周 榨干你的罪魁祸首为何第7周 奇迹第8周 你的动力来源为何第9周 专注的力量第10周 停止瞎忙，开始生活第11周 检查一下引擎第12周 让脑袋放个假第13周 春天健身天第14周 找乐子了没第15周 三个臭皮匠，胜过一个诸葛亮第16周 停看听第17周 创造空间第18周 集中能量第19周 停下来休息一下第20周 早期的预警信号第21周 学习等待第22周 朋友、事实与信念第23周 揭开秘密第24周 你是个心灵拓荒者吗.....

<<让生命焕然一新>>

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>