

<<快乐哲学>>

图书基本信息

书名：<<快乐哲学>>

13位ISBN编号：9787500109358

10位ISBN编号：7500109350

出版时间：2002-01

出版时间：中国对外翻译出版社

作者：吴娟瑜

页数：313

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>

<<快乐哲学>>

内容概要

《快乐哲学》提供现代人透过快乐认知、性格探索、压力调适，找到改造命运并掌握“自得其乐，更与君同乐”的快乐秘诀。

<<快乐哲学>>

作者简介

吴娟瑜是华人顶尖的演说家之一，经常应邀至世界各地演讲，帮助了许多个人，、家庭、企业公司。

情绪管理、压力管理、恋爱管理、沟通管理、生涯规划的专家。

美国印第安那波利斯大学应用社会学硕士。

现任台湾秦山文化基金会董事。

作家，著有《情

<<快乐哲学>>

书籍目录

自序一、快乐的条件其实很简单 1.原来小猫咪最快乐 2.快乐会越分越多 3.快乐的“圆泡共振”原理
 4.快乐要自己去感觉 5.有钱不一定快乐 6.成功不代表快乐 7.快乐常伴着“生命价值感”而来 8.快乐是不背“过去”的包袱 9.阳光来了，黑暗自然远离二、快乐的生命钥匙 1.谁遗忘了生命的钥匙 2.快乐往往在彻悟之后 3.倾听智者的呼唤 4.跨出封闭的自我形象 5.积极的心灵意志 6.越变越快乐 7.越有弹性越快乐 8.可以更爱自己一些 9.原来快乐可以这样来学习三、创造快乐的神秘力量 力量1：遗忘——如果伤痛不再，何必紧抓不放 力量2：沉默——享受沉默里的幸福 力量3：想念——相念，就是我们在在一起的时候 力量4：自我意识——遇见了200万岁的人 力量5：Being——意识·意图·意志 力量6：探索——“爱”的相反词不是“恨” 力量7：因缘——是巧合？是偶然？
 力量8：信任——那年，在街头邂逅 力量9：回心转意——揭开命运的神秘面纱 力量10：温馨——创造生命的惊喜 力量11：过程——幸好只是一场梦 力量12：领悟——顿悟带来绝处逢生 力量13：潜意识——睡前的神秘能量 力量14：狂喜——美妙的高峰经验四、减轻压力，就能快乐五、探索原生家庭，重拾快乐六、改变性格·创造快乐（性格探索篇）七、改变性格·创造快乐（实践篇）八、拥有优质性格，亲子都快乐九、自我调整，选择快乐十、古今中外快乐论附录：吴娟瑜的快乐笔记

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>