

<<快节奏中的慢生活>>

图书基本信息

书名：<<快节奏中的慢生活>>

13位ISBN编号：9787505424609

10位ISBN编号：7505424602

出版时间：2010-8

出版时间：朝华出版社

作者：李爽

页数：194

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>

<<快节奏中的慢生活>>

内容概要

为何我们总是步履匆匆?“快速之美”的确令生活变得丰富吗?是什么让我们欲慢不能?我们总是感到时间紧迫,因而要求加快做每一件事情的速度。

速度的确能够增加效率并创造财富,没有谁能否认这一点。

然而“快”并不等同于“高效”,在很多时候,“快”只会让我们手忙脚乱、头昏脑胀。

我们越是急于完成就越理不清头绪,不停返工,一塌糊涂,所以说“欲速则不达”。

只有冷静下来,从容地思考,才会事半功倍。

因此,“慢”有时比“快”更能让我们接近成功。

本书总结了让人们的工作生活由快转慢的35个小锦囊,权当是抛砖引玉,希望每个人都能在这个快节奏、强压力的时代中,找到适合自己的节奏,以优雅的姿态,健康快乐地享受人生。

<<快节奏中的慢生活>>

作者简介

李爽

十余年媒体从业经验。

曾任电台及电视台节目编导、主持人，后进入时尚纸媒领域担任编辑记者，大量文字见于报端。

关注生活及自我心灵成长。
经历人生悲喜，获得洞穿世事的明慧与淡定。

曾出版个人散文集《一川烟草》。
被著名文学评论家曾镇南称为：“清切爽利、明秀盈实。
运笔如行云流水，长短无拘，行止自然。”

<<快节奏中的慢生活>>

书籍目录

上篇 这个匆忙的世界 早晨醒来的第一件事 快些！
再快些！

A型人 斯比德咒语 时间病 E时代的匆忙症候群 白骨精晒药箱 你真的很忙吗 流行，流俗，
还是流感 永远和时间赛跑的人是傻瓜中篇 喝一声：且慢！

下篇 谁者可以慢下来后记

<<快节奏中的慢生活>>

章节摘录

上篇 这个匆忙的世界 早晨醒来的第一件事 一张硕大的表盘，是这个世界在每一天与你
对视的第一眼。

英国超级畅销书作家索菲·金塞拉（Sophie Kinsella）在她的小说《家政女王》中，对女主角萨曼莎每天早起时的情形这样描写：在清晨六点醒来的时候，她的内心总是怦怦乱跳，还没站起来就到处找笔，嘴里大声嚷嚷着：“什么？什么？”萨曼莎是伦敦一家著名律师行的年轻律师，正在为成为事务所的合伙人而奋斗。

她每3分钟查看一次电子邮箱，每6分钟出产一份草拟合同，手机24小时开机，一小时能赚500英镑。

萨曼莎不会做饭，没有休息日，没有爱好，也没有时间同家人吃饭，工作是她全部。

当然，她的家人也都很忙——他们都是事业成功人士。

萨曼莎曾经在半夜三点看见她妈妈穿着睡衣宣读法庭报告，而她的哥哥则一边看恒生指数，一边大口喝着某种抗焦虑的饮料。

.....

<<快节奏中的慢生活>>

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>