

<<写给我的生活的信>>

图书基本信息

## <<写给我的生活的信>>

### 内容概要

请不要漠视你的生活。

清晨伊始，柴米油盐。

现代女性的生活，是工作的、孩子的、客户的、PPT的、堵车的、计划任务的、进修的……  
唯独不是自己的。

你有没有给自己一丝喘息的机会，问一问：  
我亲爱的生活，你还好吗？

每一位尽责的职场女性，都曾有过工作倦怠，身负重压，无法脱释的感受。

这本书的主题围绕当今职场最普遍的现象，探讨如何与自己和解，如何达到工作与生活的平衡

书中，一位别人眼中的成功女性，毫无保留地说出了自己“热爱工作到快挂了”、“因投入工作而要看医生”的个人经历。

她的故事真诚，同时也点醒了世人，重新检视工作与生活的关系。

书中对家庭、友谊、职业生涯、工作发展，心理学与社会学的理论等等，都进行了认真诚恳的思考。

德国卖出12W册，雄踞《明镜周刊》畅销书榜前10达10周之久。

<<写给我的生活的信>>

作者简介

<<写给我的生活的信>>

书籍目录

向着我的一扇窗  
腾出内在的空间  
感官之惑  
生活失去界限  
山间夜未眠  
外在世界和内在世界  
饮食节制  
要写多少文章才会受喜爱  
他人的生活  
心中的岛屿  
我们必须能够看见  
“容易保养”的人  
一个人的“操作系统”与真实的生活  
内在的领悟  
谁是我的朋友  
纹（文）理  
亲爱的生活

<<写给我的生活的信>>

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>