

<<快乐加减法>>

图书基本信息

书名：<<快乐加减法>>

13位ISBN编号：9787542614797

10位ISBN编号：7542614797

出版时间：2001-1

出版时间：上海三联书店

作者：张国清

页数：310

字数：200000

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>

## <<快乐加减法>>

### 内容概要

这是一部关于人们如何简单、健康而快乐地生活的著作。它用通俗易懂、生动浅显的语言阐述了一套快乐生活的加减法。这套方法适用于那些在生活、学习和工作中陷入困境的人，想把自己从困境中解脱出来而又找不到有效途径的人，遭受严重心理困扰却得不到有效排遣的人。本书精心制作和编排了大量实例、故事、语录和相关材料，帮助读者解答一直困扰着他们的各种难题，去获取对生活的全新理解，去领会健康地活着并快乐着的真正含义。

<<快乐加减法>>

作者简介

张国清，1964年7月生，浙江浦江人；浙江大学哲学博士，荷兰依拉斯谟斯大学访问学者。主要从事西方法哲学和政治哲学翻译和研究，其中，对西方后现代主义法学的研究比较系统，近年涉足法学方法论、比较法等专题的研究。

研究领域：

西方法哲学、政治哲学

学术职务：

## <<快乐加减法>>

### 书籍目录

前言第一章 快乐的智慧 1 谁是心灵的维护使者 2 人的烦恼都是自找的 3 一种关于心灵的学问 4 快乐加减法的主旨 5 生活需要快乐加减法 6 消极心理和积极心理 7 坏事也可以变成好事 8 快乐加减法五大原理 9 快乐加减法六个目标第二章 命运的真相 1 是忠告还是欺骗 2 魔术师的力量 3 消极心理圈的诱惑 4 常见思维方式和心态的分类 5 20种常见思维方式比较分析 6 生活离不开心理算术第三章 为生命点灯 1 可怜的张越 2 生活在别人的世界里 3 他有一种忧郁的人格 4 忧郁虽然实在但并不可爱 5 其实人生更像是一个钟摆 6 自尊比什么都重要 7 消极的宣泄是无济于事的 8 为自己的生命点一盏灯罢 9 先照亮自己然后照亮整个世界第四章 我行故我在 1 态度比问题更加重要 2 让我们在对话中成长 3 一个并非意外的惊喜 4 确立可行的奋斗策略 5 人是要有一点精神的 6 别让垃圾侵蚀了灵魂 7 一切并非尽在不言中第五章 有为有不为 .....第六章 没事偷着乐参考书目后记

<<快乐加减法>>

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>