

<<活出你的小宇宙>>

图书基本信息

书名：<<活出你的小宇宙>>

13位ISBN编号：9787549101979

10位ISBN编号：7549101973

出版时间：2011-4

出版时间：南方日报出版社

作者：武志红

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>

<<活出你的小宇宙>>

内容概要

你曾经问过“我是谁”吗？

你觉得自己一直活在别人的感觉里吗？

心里大师告诉你，所有的压抑源自我们不能做真正的自己。

翻开这本书，你会找到真正的自己，你会发现，自己就是宇宙的中心。

<<活出你的小宇宙>>

作者简介

武志红，广州日报心理专栏作家，资深心理治疗师，著有《为何家会伤人》《解读疯狂》《七个心理寓言》《心灵的其中兵器》等。

其中《为何家会伤人》从2007年出版至今已重印12次，并获中国出版集团2007年十大优秀畅销书奖。武志红是广东省心理治疗专业委员会委员，中央电视台12频道的“心理访谈”节目的特邀专家，和广州电视台心理类节目“夜话”的心理顾问。

<<活出你的小宇宙>>

书籍目录

1.尊重自己的感受2.给自己一个梦想3.你真的可以无条件自信4.不叛逆，无独立5.为恋爱做准备

<<活出你的小宇宙>>

编辑推荐

《南方分级阅读:活出你的小宇宙》编辑推荐：诺贝尔文学奖获得者、前苏联大文豪索尔仁尼琴说：“每个人都是宇宙的中心。

”如果能活出这种感觉，此生不虚行。

这种感觉如何才能活出来呢？

这一点，可以向股神巴菲特取经。

巴菲特称，他生命中最有用的座右铭来自于他的父亲。

从小，父亲就一直对他说：“尊重自己的感受。

”一个成年人之所以经常会感觉到工作压力，很重要的原因是因为驱使他的不是内部动力而是外部动力。

青春，是一个人生命里最旺盛的时期。

假若这时我们就在按照自己的生命感觉来挥洒生命力，那么我们就会找到真自我，就会活出自己的小宇宙，那将更容易取得成功，活出精彩。

《南方分级阅读:活出你的小宇宙》用大量的故事、形象的比喻和清晰的道理让你更深入地了解真实的自己，了解自己的感受，明悟生命的意义和航向。

心理学告诉我们，生命的意义在于不断地为自己的人生做选择，而我们的人生却常常被别人选择，那么何不从现在开始，翻开《南方分级阅读:活出你的小宇宙》，为你的人生做自己的选择。

《南方分级阅读:活出你的小宇宙》适合初中、中职生阅读。

<<活出你的小宇宙>>

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>