

<<心灵每日下午茶>>

图书基本信息

书名：<<心灵每日下午茶>>

13位ISBN编号：9787801697523

10位ISBN编号：7801697529

出版时间：2005-5-1

出版时间：中国时代经济出版社

作者：赵禹

页数：213

字数：175000

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>

## <<心灵每日下午茶>>

### 内容概要

我们为什么不每天给自己一点时间，坐下来，泡一杯茶，一个人静静地坐一坐，想一想。这一刻，我们抛开一切功名利禄；这一刻我们也不必在乎时间，也没有生活中繁杂的琐事；这一刻我们给自己的心灵一点属于自己的时间。

沉默片刻，我们进行思想的搏斗和交锋，用思想的力量来涤荡我们心灵的污浊，经过这样的休息之后总会觉得心灵与情感受到温柔的抚慰，心情豁然开朗，心灵更清、更纯，足以应付外界多的冲击与挑战。

人们常说休息是为了走更远的路，偷得半日闲不但恢复了身体的疲劳、沉淀了心中的杂质，更滋润丰富了自己的情感，摆除了内心的压力。

亲爱的读者朋友们，当你们在心累、苦闷和彷徨的时候，就静下来吧，读一读本书，看一看书中的故事是怎说的。

书中的思想将会给你的心灵以启发，书中的哲理将会给你的人生以改变。

每天一杯心灵的下午茶，带给我们的不仅是一种更为豁达的人生境界，在看似悠闲的背后更重要的是培养我们那种“人生能有几回搏”的勇气。

## <<心灵每日下午茶>>

### 书籍目录

第一日 给心灵一间属于自己的房子 1、做人就要每天都快乐 2、有好的心情才会有好的未来 3、学会让自己的心窗看到美景 4、身在何处都要学会坦然 5、即使失意也不可矢志 6、有的时候，寂寞何尝不是一种清福 7、心灵需要一片宁静的天空 8、别把宽容视作软弱 9、豁达就是一种大丈夫的人生态度 10、不要让面子左右你的心灵 11、年龄可以老，但是心却不能老 12、给心灵一个合适的包袱 13、小心诱惑成为心灵的陷阱 14、时不时，抬头看看天 15、家是心灵永恒的歌谣 16、勇敢地背负起人生的背篓

第二日 你的心有多高，成就就有多大 1、激发心灵潜能，做生命的舵主 2、点燃心灵热情的火焰 3、我们的心灵需要一些忘我的精神 4、一定要把握每一个具体的心灵目标 5、沙漠里也能找到星星 6、把困难当作人生的转机 7、可以输给别人，不能输给自己 8、学会给自己颁奖 9、走好心灵的独木桥 10、破釜沉舟的勇气不可或缺 11、心灵也要有一个坚持的理由 12、相信生活的每一天都充满了奇迹 13、心态真的可以决定一世 14、不要记忆沉重是生活的一部分 15、不要让你的心灵背叛整个世界 16、真正的光明，是在人的心中

第三日 放飞自由的心灵 第四日 清除心灵的毒瘤 第五日 给自己一个健康的心灵 第六日 轻松度过心灵的低谷 第七日 每天都有一个好心情

<<心灵每日下午茶>>

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>