

<<我们不可以浮躁>>

图书基本信息

书名：<<我们不可以浮躁>>

13位ISBN编号：9787802236059

10位ISBN编号：7802236053

出版时间：2010-2

出版时间：中国三峡出版社

作者：付娜

页数：256

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>

## <<我们不可以浮躁>>

### 内容概要

我们常常坐卧不宁；我们常常心不在焉；我们常常没有耐心做完一件事；我们常常计较自己做得太多，得到的太少；我们常常感到身心疲惫……

浮躁带给我们的是什么？

是没有耐心，是朝三暮四，是浅尝辄止，是患得患失，是焦虑不安，是急于求成……

无论是为人，还是做事，如果沾染了浮躁，不但解决不了问题，还会陷入盲区，导致新问题的发生。

所以，我们要学会满足，学会踏实做事，学会不浮躁，让自己的身心都处于一种宁静祥和的状态——真正静下来感受自己的心跳，静静地聆听来自遥远世界的天籁之音，去触摸我们灵魂深处的宁静……

## <<我们不可以浮躁>>

### 作者简介

付娜：毕业于哈尔滨师范大学中文系。

曾任《国际商报》、《消费日报·消费与质量专刊》记者，编辑。

后一直从事图书出版工作，策划并出版过多部畅销书籍。

代表作有《我们不可以浮躁》、《别让心理学陷阱害了你》、《人生，不妨简单点》、《家庭教育可以如此简单》等。

## <<我们不可以浮躁>>

### 书籍目录

#### 第一篇 我们为什么浮躁

##### 第一章 国人的“通病”。

##### 无处不在的浮躁

这是一个浮躁的时代

蔓延在整个社会的“恶性病毒”

浮躁是国人的“致命伤”

浮躁心态文化背后的缺陷

##### 第二章 急功近利，禁不住浮躁

天上掉的不一定是馅饼

选美、选秀带来的是什么？

互联网时代的产物——“一夜成名”

“征婚”——没有一千万我不嫁

##### 第三章 流行性物欲症，引来浮躁

过度消费就像流行性感冒

贪婪的物欲，带来浮躁

失衡的心态在作祟

浮躁是因为我们缺少幸福感

##### 第四章 飞速发展，“快”字带来浮躁

#### 第二篇 我们的路在何方

##### 第五章 脚踏实地，让职场“浮躁症”远离我们

##### 第六章 “爱情一族”，对病态的“浮躁”来一次围剿

##### 第七章 调整心态，试去心灵深处的浮躁

##### 第八章 学会发泄，轻松减压赶走浮躁

#### 第三篇 多谈些问题，少谈些主义

##### 第九章 浮躁到底害了谁

##### 第十章 第三只看中国

##### 第十一章 中国民众的心灵拷问

#### 后记

## <<我们不可以浮躁>>

### 章节摘录

1写在前面很多人都在说：这是个浮躁的年代，大家都浮躁地活着，忙着各种自以为重要的事，忙到忘掉忙的目的。

说世界浮躁的人自己也浮躁着，说自己浮躁的人好像也不打算改变浮躁，因为让浮躁存在的理由遍地都是，而宁静，找不到滋生的土壤。

浮躁的你，浮躁的我，干着不同的浮躁的事情。

前言(1)前言(2)目录(1)目录(2) 2《我们不可以浮躁》第一部分曾几何时，我们还在为能买到心爱的玩具而高兴，还在为考试得到高分而欢喜，还在为家里新添置的彩色电视而雀跃。

而如今，我们开始浮躁了。

嫌做的事情太多工资太少，嫌车子太旧房子太小，嫌社会不公人情太冷 这些已经不是一小部分人的个别现象，而成了我们中国人的“通病”。

第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(1)第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(2)第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(3)第一章 国人的“通病”，无处不在的浮躁(4)第二章 急功近利，禁不住浮躁(1)第二章 急功近利，禁不住浮躁(2)第二章 急功近利，禁不住浮躁(3)第二章 急功近利，禁不住浮躁(4)第二章 急功近利，禁不住浮躁(5) 3《我们不可以浮躁》第二部分在这个物质主义社会，人们都患上了“物欲症”，将“美好生活”等同于“物质生活”。

过度消费就像流行性感冒，是一种具有高度传染性的病毒。

孤独、工作时间长、房贷、车贷各种债务等等，这都是流行性物欲症惹的祸。

人们拼命的消费，再拼命的赚钱，这一系列引发了更多的浮躁。

第三章 流行性物欲症，引来浮躁(1)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(2)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(3)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(4)第三章 流行性物欲症，引来浮躁(5)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(1)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(2)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(3)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(4)第四章 与时俱进，“快”字带来浮躁(5)

## <<我们不可以浮躁>>

### 编辑推荐

“浮躁”这个字眼，现在越发流行。

浮躁的心态不是好的征兆，它只能带给你缥缈的人生；好高骛远的表现不是好的作为，它只能让你拥有随波逐流的生活。

唯有忠实勤奋的付出，才能带给你实实在在的回报。

中国都不高兴了，我们更不可以浮躁。

<<我们不可以浮躁>>

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>