

<<休闲主义>>

图书基本信息

书名：<<休闲主义>>

13位ISBN编号：9787807140733

10位ISBN编号：7807140739

出版时间：2005-4

出版时间：甘肃文化出版社

作者：沈勇

页数：258

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>

<<休闲主义>>

内容概要

“休闲生活”作为一种时尚潮流，以其不可抵挡的冲击力，颠覆着人们传统的生活方式，使那些快节奏生活的人们，看到了新的“革命性曙光”。

这个世界就像一张巨大无形的网，而那些在网中生活的人们就像一尾尾的“鱼”，在欲望的驱使下整天忙忙碌碌，在各种压力的围攻下，人们变得十分浮躁。

于是，每一个人都想摆脱浮躁，做一尾自由自在的“漏网之鱼”。

如果你不想在快节奏的工作中把自己“累趴下”，就快把你的工作变成轻松的游戏吧！在你周围就有一些那样的人，他们一边快乐着，一边工作着。

<<休闲主义>>

书籍目录

第一章 休闲生活 时尚潮流 新世纪的新浪潮 休闲生活的定义 休闲生活的途径 休闲生活的技巧 休闲生活的秘诀 休闲生活的真谛 休闲是一种个性 休闲是一种轻松 休闲是一种叛逆 休闲是一种态度 休闲自己说了算 一切如此休闲 像卡通一样地生活 作家眼中的休闲生活 白领眼中的休闲生活
第二章 我们为什么焦躁不安 看上去很累 自己束缚自己 “网”中的“鱼” 无法减轻的压力 无法改变的环境 无法解脱的抑郁 无法摆平的关系 权力是一个陷阱 要命的面子 钱买不来幸福 财富带来的烦恼 算计者永不快乐 心理的“炒股” 成功不是幸福 做真实的人不容易
第三章 善于把工作变成游戏
第四章 让生活更有情调
第五章 让心自由 让身自在
第六章 学会在冲突中及时修炼平常心

<<休闲主义>>

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>