

<<愈放下.愈自在>>

图书基本信息

书名：<<愈放下.愈自在>>

13位ISBN编号：9789866935848

10位ISBN编号：9866935841

出版时间：好的文化出版社

作者：林慶昭 著

页数：208

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>

## <<愈放下.愈自在>>

### 内容概要

誰說你不能無憂無慮的過日子？  
生活真的不是件容易的事。

有人為了生計從早忙到晚，有人為了名利汲汲營營，更有人不知如何活下去。

但，人活著到底為了什麼？

凡事有得必有失，追求的愈多，失去也愈多。

想過什麼樣的生活，取捨之間全憑個人選擇。

試著去感覺自己和感受生活，給生命真正的呼吸，該放下的時候就放下，不要想太多，不要計較太多，多用樂觀來代替悲觀，多用積極來取代消極，只要心情放輕鬆，懂得知足與感恩，懂得適時的放下，就是人生最大的幸福！

本書特色 不景氣的年代，暢銷作家教你如何真正放鬆，自在過生活。

世界金融海嘯的影響，每天轉開電視，新聞節目裡傳來的消息，不是裁員減薪，就是抗議爭擾……等等負面的消息。

景氣雖然不好，負面消息雖然多如牛毛但是，生活還是要繼續過下去，如何學會放下，找回生活的品質而不是價值，才能讓自己，生活的自在又快樂。

<<愈放下.愈自在>>

作者简介

林慶昭 經歷： 雜誌採訪記者、尖端出版公司叢書主編、CALL流行通訊總編輯、大慶文化總編輯、《我愛你結婚網》愛情顧問、TNT電台《文學的天空》節目主持人 得獎記錄： 第十屆全國學生文學獎小說獎 第十一屆耕莘文學獎小說獎 第八屆巡迴文藝創作獎散文獎 臺北市立圖書館新詩創作比賽第一名 第一屆海外文藝旅遊文學甄選獎 著作： 《朋友，來自真心》、《心情豔陽天》、《別為小事爭執》、《領悟，從現在開始》、《把成功裝進口袋》、《真愛，要用心體會》、《別為小事氣不完》、《只想好好愛一個人》、《快樂的生活自己找》、《幸福的感覺》、《脾氣好一點》、《愈放下，愈自在》、《吃苦太落伍》、《其實，沒有那麼糟》、《原來幸福那麼甜》、《心開，路就開》、《天下沒有白吃的午餐》等九十多本暢銷好書

<<愈放下.愈自在>>

编辑推荐

本書特色 不景氣的年代，暢銷作家教你如何真正放鬆，自在過生活。

世界金融海嘯的影響，每天轉開電視，新聞節目裡傳來的消息，不是裁員減薪，就是抗議爭擾.....等等負面的消息。

景氣雖然不好，負面消息雖然多如牛毛，但是，生活還是要繼續過下去，如何學會放下，找回生活的品質而不是價值，才能讓自己，生活的自在又快樂。

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>