

别和自己过不去



[别和自己过不去_下载链接1](#)

著者:赵文明

出版者:

出版时间:2008-11

装帧:

isbn:9787504461902

《别和自己过不去》将告诉每位读者如何克服和自己过不去的心理：没事的时候听点音乐，放松自己；烦躁的时候做点运动，放纵自己；得意的时候加点平静，修炼自己；悲伤的时候来点忘记，淡化自己；一个人的快乐，不是因为他拥有很多，而是因为他计较得少。

一个快乐的人，不是因为他拥有很多，而是因为他计较得少。物欲太盛心难静，傻瓜才会成为欲望和金钱的奴隶。别跟自己过不去，这是一种特殊的解脱，它会促使我们从容地走自己所选择的路，做自己喜欢的事，过自己想要的生活。聪明的人一定懂得这个道理，因此不会和自己对着干。

作者介绍:

目录:

[别和自己过不去_下载链接1](#)

标签

评论

这书整本就是高中作文的结构和水平。论点＋哲理小故事＋结论。

无语无语.....

[别和自己过不去_下载链接1](#)

书评

[别和自己过不去_下载链接1](#)