

0.8的幸福哲学



[0.8的幸福哲学 下载链接1](#)

著者:张笑恒

出版者:

出版时间:2011-9

装帧:

isbn:9787511316400

《0.8的幸福哲学:人生要冲更要缓冲,幸福赢在0.8》内容简介：正如“作家医生”志贺贡

所认为的那样：“在生活中，觉得精疲力竭、完全提不起劲，觉得整个人被工作掏空，觉得健康开始走下坡，觉得家庭生活被繁忙的工作严重影响……这其实都是做得太满的缘故。”所以，无论在工作还是在生活中，都应该讲究0.8哲学：做事出十分力气，只抱八分成功期望，让心情坦然一些；爱一个人。留两分自由呼吸的空间给对方；获取信息资源，不要“一网打尽”，要有选择地吸收消化；与朋友交往，不要求全责备。只求坦诚道同即可……如此，我们才能享受和谐的人生、健康的生活、活着的快乐。

阅读张笑恒所著的《0.8的幸福哲学:人生要冲更要缓冲,幸福赢在0.8》，了解0.8生活哲学的真谛。

作者介绍:

目录:

[0.8的幸福哲学](#) [下载链接1](#)

标签

人生

心理学

当当

商业

京东

亚马逊

评论

[0.8的幸福哲学 下载链接1](#)

书评

[0.8的幸福哲学 下载链接1](#)