

別煩！一天只有24小時，何必浪費在討厭的人身上！



[別煩！一天只有24小時，何必浪費在討厭的人身上！ 下载链接1](#)

著者:努姆·塔沙那

出版者:八方

出版时间:2011-6-13

装帧:平装

isbn:9789866487682

別當大悶鍋了！

泰國暢銷新銳作家 努姆·塔沙那

解悶勵志書！減壓必備！

教你改變心態、保持樂觀的39個快樂法則！

如果你有以下苦悶症狀，請速服用！

第一個打卡上班，最後一個下班…

提到人際關係就很煩…

為了升級行頭，老是變成月光族…

手機片刻不離手…

週末睡到日上三竿再熬夜…

每天在心中

種一顆快樂種子！

◎39個快樂法則！超有FU！讓苦悶生活變超快樂！

◎可愛另類+歡樂洋溢的插畫風格！給你每天好心情！

我們不知道今天會遇到什麼事

我們不知道是不是有討厭的事情正在等著自己

但我們可以知道的是——今天如何快樂度過

泰國暢銷新銳 青春圖文作家—努姆·塔沙那

細膩觀察現代人因各種壓力帶來的不快樂和憂慮，

以其幽默風趣的筆調，帶給讀者39個超有FU快樂法則，

累積發生在身邊的各種好心情，為自己創造快樂的每一天！

作者介紹：

努姆·塔沙那Noom Tassanai

以真實姓名作為筆名

Ratchaphak Suandusit大學人文科學系（Human Science Faculty）畢業

曾任Akarak出版社編輯助理

食量超大，常常說些沒人覺得有趣的冷笑話

目前任職於私人企業

始終迷戀書本與熱愛攝影

目录:

[別煩！一天只有24小時，何必浪費在討厭的人身上！_下载链接1](#)

标签

绘本

努姆·塔沙那

鸡汤

生活

泰国

励志

自我成长

社交

评论

真理往往就像废话一样朴素，却也如废话一般容易被忘记。

没有一句话对我来说像鸡汤。

挺好

随便翻翻。无公害读物，也没什么振聋发聩的。

反复读好多遍

泰国鸡汤的标签有种莫名喜感~
但最近真的是各种正能量~应该也是前一段旅行给我的成长吧 心变得大 有自己的生活

适合年纪小一点的朋友看，理念都很积极向上~ 但是要做到都很难啊!

真的觉得没啥，在书店看完都可以了

满纸空谈

一本教你如何抛开烦恼活在当下的书，方法有自欺欺人之嫌，但对于病人们应该的确比较有用

短而精的鸡汤~负能量爆棚时可以读读

画面好可爱的说，书的内容也像我心里想的，鼓励的也想这样做。但是感觉不会做的程度大！看励志书我就是这么的！张小贱快快成长吧！

看这种心里鸡汤书，希望自己能行动一下

关于如何快乐 略幼稚的心灵鸡汤

用简单的文字说出平常烂在嘴边的道理；不过对于这本鸡汤，不要太迷信。现实没有说得那么美好。

画挺好

没有长篇大论，简单小段，能记就记下来，读起来没有压力的手边书

好可爱的包装，好可爱的绘画，整本书都充满浓浓的简单可爱风，朴素简单的语言配上萌萌哒插画超级喜欢，一天24个小时我会好好过的！

为什么有些东西明明知道，可做事的时候却总是想不起？
大概是因为我们从来没经历过吧。没有这个意识。
那不妨主动把道理放身边，时时温习思考再行动。

以前真的读过很多鸡汤……

[別煩！一天只有24小時，何必浪費在討厭的人身上！_下载链接1](#)

书评

[別煩！一天只有24小時，何必浪費在討厭的人身上！_下载链接1](#)