## 一切都是心理学: 信念力



一切都是心理学:信念力\_下载链接1\_

著者:魏棻卿 著

一切都是心理学:信念力\_下载链接1\_

标签

## 评论

不错和书店一样

不错,很	提值得学习借鉴,爱好者们可以参考。
书本包装	養都很好,运送速度很快,半夜下单第二天就到了很棒
《〈资本	
很好的书	5,物流很快,包装很好,京东一直给力
书籍包装	安文缺了点,内容还没有看。
 第一次在	
过年路上	-看的
好书实用	]

 好书
<u></u> !
好
一把打开心灵的钥匙b 不要老是在同一e个地方跌倒 想受人尊敬,还是受人欢迎g?幸福不是比较来的 Creative 你要的快乐,自己决定 30不想m被关?那就撞破玻璃箱吧!流浪,未必是因为迷路然而,你可曾想过,横亘眼前的苦难,哪些是必须亲身经历才能体悟?哪些又是自找的?以个人生命经验来说,我认为人生当中,大约有百分之八十的苦难是自找的,只有E百分之二十是出于必然,想躲也躲不掉的。电话那头的J她,开始啜泣了起来M。在绝望的当下,哭,其实是一件好事。O眼泪,是灵魂的语言Q,也是情绪的重要纾解。哭一哭之后,她的T状态明显稳定许多。V隔天,我再拨电话给W她,虽然情绪还是略显低落,但已经想通很多。

不好看

0 0 0 0 0 0 0 0 0

拜医疗科技所赐,现代人的平均寿命比起半个世纪前,少说增加一二十个年头,换算成天数,等于多活了三千多到七千多个日子。这意味着什么?这代表身为现代人的你,必须面对并处理的人生议题,不仅比较复杂,量也远比以往来得多。这些议题几乎都伴随着受苦感受,所以常被冠上"苦难"这个词。然而,你可曾想过,横亘眼前的苦难,哪些是必须亲身经历才能体悟?哪些又是自找的?以个人生命经验来说,我认为人生当中,大约有百分之八十的苦难是自找的,只有百分之二十是出于必然,想躲也躲不掉的。生命中,"自讨苦吃"的情况愈少发生,生存能量就愈不会被虚耗,也才能有精力造就

自己,活出理想中的人生版本。但要怎么减少自讨苦吃呢? 关键就是要透过当下的觉察 改变脑子里的认知。

口中的电视机,其实是一个鱼缸,单一节目所指的,就是一只金鱼在水里游来游去。这故事听来有点夸张,在脑部认知功能逐渐退化的老人家身上,却很有可能发生。举这 个例子主要是想突显,认知对一个人的影响有多大,因为认知会慢慢发展出信念,左右 着你的真实命运。

一切都是心理学:信念力 下载链接1

书评

一切都是心理学: 信念力 下载链接1