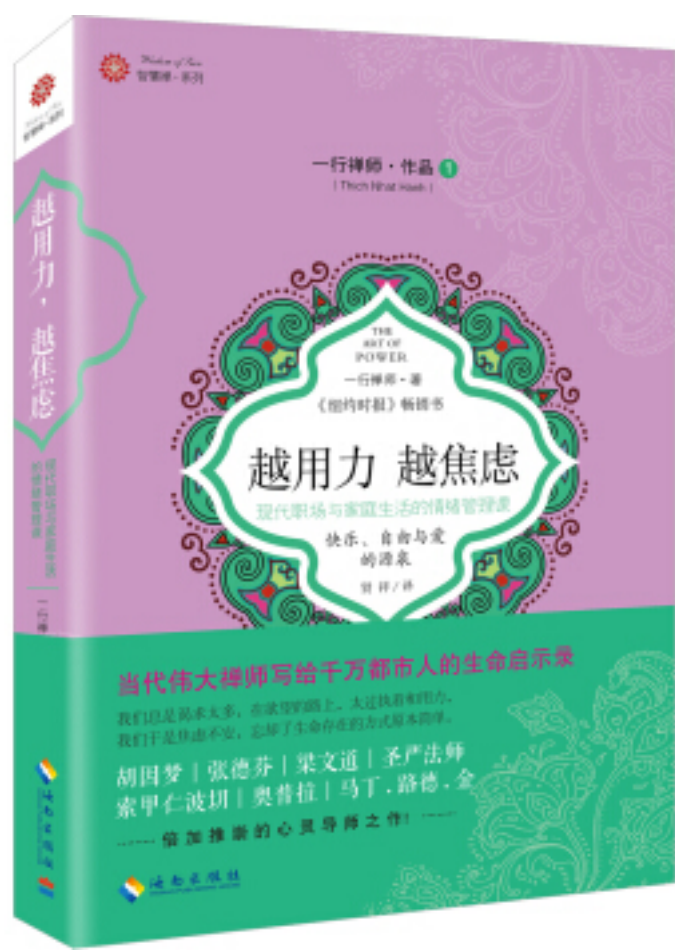


越用力，越焦虑：现代职场与家庭生活的情绪管理课



[越用力，越焦虑：现代职场与家庭生活的情绪管理课_下载链接1](#)

著者:一行禅师 著

[越用力，越焦虑：现代职场与家庭生活的情绪管理课_下载链接1](#)

标签

评论

很棒的书。值得一看。

这是一本充满爱心与社会正能量的书，希望更多人知道它，阅读它，从中受益，找到幸福人生的支点。

收到了，比较满意，下次再来。

在这本书应该都还觉得不错吧

书寄到朋友那里的，一直在京东买书，赞一个，也一直喜欢一行禅师的书，赞一个。

在京东买了一堆书，收到后包装质量什么的都不错，满意，慢慢看

又快又好，京东就是好

已经不是第一次购买了，送朋友

年前没货，等了个把月。

我要管理好自己的情绪……

好好读书好好学习

启发性强，阅读后脑洞顿开。

有味，质量也不好！！！！！！！！

不错，挺好。

纸质可以。

值得一读。

不错的东东

满意，正在看。

好。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。

还没看

没的说

很好很好很好

实用智慧

作文与读览，两不能废，两不可废。然真工夫实有在作文读览之外者。《论语》“默而识之”，《易》曰：“默而成之，不言而信，存乎德行。”此是何等工夫！贤者大须留意。子曰：“学而不思则罔，思而不学则殆。”此“思”字不是常途所谓思想；此“学”字亦非读书之谓。《论语》“博学于文”，“文”不谓书册也。凡自然现象皆谓之“文”，人事亦曰人文。《易系传》言：“仰观于天，俯察于地，近取诸身，远取诸物。”皆博文之谓，皆学之谓也。故学则不外感官经验，而思则不限于感官所得，其默识于不言之地，炯然自明。而万物之理，通于一而莫不毕者，故贞信而无所罔也。此思也，吾亦名为证会。如唯限于感官经验，则可以察物则之分殊，而万化根源终非其所可窥也。今人只知张目求见，不悟闭眼始有深会。东方学术归本躬得，孟子“践形尽性”之言，斯为极则。形谓身。身者道之所凝，修身以体道，此身即道之显也，是谓践形。性亦道也。人禀道以生，既生而能不拘于形气之私，乃有以复其性，即弘大其道，而性分无亏欠，故曰尽性。故“知行合一”之论，虽张于阳明，乃若其义，则千圣相传，皆此旨也。

特价入手囤货经济实惠还送货

买来给妈妈看，希望她不要那么焦虑，开开心心的

好书

.....

一行禅师洞察了现代人孤独焦虑的困境及痛苦，才以慈悲之心和生活化的善巧，为世人奉献出这部解除迷惑、温暖人心的修行经典。

[越用力，越焦虑：现代职场与家庭生活的情绪管理课_下载链接1](#)

书评

[越用力，越焦虑：现代职场与家庭生活的情绪管理课_下载链接1](#)