

ТОМ БАТЛЕР-БОУДОН

**НЕ ПЕРЕЖИВАЙТЕ
ПО ПУСТЯКАМ...**

**ВСЕ ЭТО
МЕЛОЧИ ЖИЗНИ**

Ричард Карлсон

ОБЗОР

Том Батлер-Боудон

Не переживайте по пустякам...

Все это мелочи жизни.

Ричард Карлсон (обзор)

«ЭКСМО»

2003

УДК 159.9
ББК 88.53

Батлер-Боудон Т.

Не переживайте по пустякам... Все это мелочи жизни. Ричард Карлсон (обзор) / Т. Батлер-Боудон — «Эксмо», 2003 — (10-минутное чтение)

ISBN 978-5-04-014654-3

Книга «Не переживайте по пустякам... Все это мелочи жизни» в формате 10-минутного чтения: обзоры лучших книг, только самое важное и полезное. Ричард Карлсон изучал психологию счастья и в 1986 году получил докторскую степень за исследования в этой области. Результатом его научной деятельности стала популярная серия советов «Рецепты для счастья», которая дала начало его карьере эксперта в области счастья и сокращения стресса. ЦИТАТА: «Так много людей тратят огромное количество своей энергии, «переживая по пустякам», они полностью утрачивают взаимосвязь с магией и красотой жизни. Когда вы начнете двигаться по направлению к этой цели, вы поймете, что у вас остается намного больше сил на то, чтобы быть добрее и мягче».

УДК 159.9

ББК 88.53

ISBN 978-5-04-014654-3

© Батлер-Боудон Т., 2003
© Эксмо, 2003

Содержание

1997	8
Ричард Карлсон	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Том Батлер-Боудон

Не переживайте по пустякам... Все это мелочи жизни. Ричард Карлсон (обзор)

© Соколова В. Д., перевод на русский язык, 2013

© Tom Butler-Bowdon 2003. This edition published by arrangement with Nicholas Brealey Publishing and The Van Lear Agency

* * *

ЧИТАЙТЕ КНИГИ, КОТОРЫЕ ИЗМЕНЯТ ВАШУ ЖИЗНЬ



ЕЩЁ БОЛЬШЕ ОБЗОРОВ ЛУЧШИХ КНИГ



Всё будет хорошо!

Авторы в очень увлекательной, но краткой, лаконичной форме дают рекомендации по медицине, целостным методам оздоровления, диетологии и психологии, которым может следовать любой человек, в любое время и в любом месте. Для самодиагностики предложена детальная анкета. Кроме того, заключительная глава полностью состоит из подробных таблиц соответствий заболеваний и их психологических первопричин, а также психосоматических способов избавления от недугов.

Живи легко!

Популярный австралийский психолог, художник и писатель Эндрю Мэтьюз простыми словами, емкими афоризмами и яркими, веселыми иллюстрациями повествует о сложных вещах: законах природы, уроках жизни, человеческих мыслях, убеждениях и привязанностях. «Живи легко!» – мировой бестселлер о позитивном восприятии мира, ваша дорожная карта к радости, успеху и счастью, новый мудрый взгляд на окружающий мир.

Сила позитивного мышления

Норман Винсент Пил был выдающимся оратором, а дело всей его жизни продолжает вести Центр Пила в Нью – Йорке. В своей книге он говорит о том, что вы можете добиться в жизни всего, что захотите, если у вас есть вера.

НЛП: Технологии успеха

«Люди работают безупречно». Запрограммируйте себе новые мысли, действия и чувства, и вы получите совершенно новую жизнь. Автор книги Чарльз Фолкнер является первооткрывателем целого ряда методов ускоренного обучения языку, однако известность ему принесла разработка методов НЛП в области принятия финансовых решений и моделирования успешных стратегий продаж на рынке ценных бумаг.

Новая позитивная психология

Мартин Селигман является автором 200 академических статей и 20 книг. Главная идея этой книги в том, что счастье никак не определяется удовольствием, однако напрямую связано с развитием личностных сил и характера.

1997

Не переживайте по пустякам... Все это мелочи жизни

«Так много людей тратят огромное количество своей энергии, «переживая по пустякам», они полностью утрачивают взаимосвязь с магией и красотой жизни. Когда вы начнете двигаться по направлению к этой цели, вы поймете, что у вас остается намного больше сил на то, чтобы быть добрее и мягче».

В двух словах

Забудьте о своих неприятностях – и это позволит вам получить больше удовольствия от общения с людьми и от жизни в целом.

В схожем ключе

Марк Аврелий. *Размышления*

Уэйн Дайер. *Реальная магия успеха*

Норман Винсент Пил. *Сила позитивного мышления*

Мартин Селигман. *Как научиться оптимизму*

Ричард Карлсон

Книга *«Не переживайте по пустякам... Все это мелочи жизни»* стала настоящим мировым бестселлером. История названия книги объясняется автором в предисловии. Один иностранный издатель попросил Карлсона получить отзыв на его книгу *«Верните себе радость жизни»* от известного автора бестселлеров в области саморазвития Уэйна Дайера. Поскольку Дайер писал аннотацию к его предыдущей книге, Карлсон сказал, что он попробует, и отправил запрос.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.