

<<这样生活，提早享受20年>>

图书基本信息

书名：<<这样生活，提早享受20年>>

13位ISBN编号：9787802506091

10位ISBN编号：7802506093

出版时间：2012-1

出版时间：中国言实出版社

作者：姜越

页数：241

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<这样生活，提早享受20年>>

内容概要

本书从化解压力、生活习惯、健康饮食、人际关系、爱情婚姻、处世态度、享受生活等方面入手，全方位的为我们构建了一个立体的如何享受生活、快乐生活的方案，希望我们都能从中得到不一样的人生启迪。

<<这样生活，提早享受20年>>

作者简介

姜越，江苏人，大学文化，
2002年5月毕业于中国人民解放军理工大学通信工程学院。
著有《找对婆家嫁对郎》、《正儿八经地生活》、《顺势者昌》等。

<<这样生活，提早享受20年>>

书籍目录

第一章 生活过得简单一点，人生就会少了许多负累

简单也是一种幸福
简单生活，简单做人
丢弃欲望也是一种简单
简单装备，简单旅行
处理生活中的杂物
朴素的生活是一种美
淡泊名利，生活简单
斤斤计较令生活变得复杂

第二章 生活过得随意一点，就有充裕时间享受阳光

随遇而安，顺其自然
生活不要过于钻牛角尖
谋事在人，成事在天
不要苛求完美
淡定从容最幸福
与人相处的最佳模式
不以物喜，不以己悲
随风而动，去留无意
拿得起也要放得下

第三章 生活过得节俭一点，就免得整天为开支犯愁

勤俭是一种生活态度
浪费乃是可耻的行为
省下来的就是赚的
扬长避短，节俭时尚
有节制地逛超市
理性消费，房奴不可要
厉行节俭，员工也受益
做事勤勉，智慧用脑

.....

第四章 生活中多一点运动，就会拥有一个强健身体

第五章 生活中节制一下饮食，就会百病不侵延年益寿

第六章 生活中少一些抱怨，就会心境开朗福气自来

第七章 生活中多一点宽容，人生就会处处有人相助

第八章 生活中少一点自私，就会天宽地阔一路坦途

第九章 生活中多关爱家人，就会家庭和睦其乐融融

第十章 生活中懂一些感恩，人生路上就会充满光明

第十一章 生活中增添些情调，人生就会多份浪漫少些庸俗

章节摘录

不要掉进抱怨的漩涡如今，抱怨似乎成了一种普遍的社会现象，它贯穿于人们生活的始终，就如同一个漩涡，人一旦进去就难以挣脱。

看看我们身边，几乎充斥着各种各样的抱怨：抱怨薪水与付出不符，抱怨生活负担好重，抱怨孩子不听话，抱怨交通太拥堵……可是结果呢？

一切并没有因为我们的抱怨而有任何改变。

与其如此，还不如在开始掉进抱怨的漩涡之前，想办法去跨越它，继续走在或平坦，或泥泞的路上。

古人云：“天行健，君子以自强不息”。

遇事“不抱怨”是一个人良好素质的具体体现。

要想做到“不抱怨”，必须信念坚强，不仅具有坚持不懈的毅力、百折不挠的韧劲，而且需要有宠辱不惊的平常心；要想做到“不抱怨”，必须摆正自己的位置，保持清醒头脑。

这样，当面对困难和挫折的时候，就不会因郁闷不平而苦恼，也不会因个人的失落而对周围的一切怨声连连。

在一片空旷的原野上，有一朵百合花静静地绽放，可是，当她睁开惺忪的睡眼，却发现在自己身边没有一朵和她能够相媲美的花，只有一眼望不到边的野草。

为此，这朵百合花惊惶地大哭起来，她不明白自己为什么没有和群花一起绽放在花园里，为什么会没有自己的同类来争奇斗艳。

一想到这广阔的原野并不是自己的家园，就觉得好可怜，感叹自己出生在了一个错误的环境中。

小草们见百合如此，就尽力地安慰和劝解她。

可是任凭小草们如何安慰、劝解，这朵孤零零的百合还是不停地抱怨，幻想着有一天会有一位善良的王子将她带走。

<<这样生活，提早享受20年>>

编辑推荐

阅读《这样生活，提早享受20年》，让你更加懂得如何生活才快乐，如何调理才健康，如何生存才不累，如何处事才坦然…… 捧读此书，你会更加珍惜生命，热爱生活，知足常乐，感恩人生…
… 本书从化解压力、生活习惯、健康饮食、人际关系、爱情婚姻、处世态度、享受生活等方面入手，全方位的为我们构建了一个立体式的如何享受生活、快乐生活的方案，希望我们都能从中得到不一样的人生启迪。

身心，一定要健康，而且要淡泊宁静。

少一些负累，多一些随心所欲。

家庭，一定要和睦，而且要激情保鲜。

少一些抱怨，多一些天伦之乐。

工作，一定要顺利，而且要顺其自然。

少一些压力，多一些淡泊明志。

生活，一定要快乐，而且要简单随意。

少一些枯燥，多一些乐在其中。

<<这样生活，提早享受20年>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>