

# 最佳生活方式：做当下最美的自己

## 书籍信息

书名：最佳生活方式：做当下最美的自己

ISBN：9787563940653

作者：

出版社：北京工业大学出版社

出版时间：

页数：

丛书：

TAG：[法学理论](#)

豆瓣评分：0

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。

信息来源：[最佳生活方式：做当下最美的自己 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 最佳生活方式：做当下最美的自己

## 内容概要

暂无相关简介，正在全力查找中！

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。

信息来源：[最佳生活方式：做当下最美的自己 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 最佳生活方式：做当下最美的自己

## 作者介绍

暂无相关内容，正在全力查找中

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。

信息来源：[最佳生活方式：做当下最美的自己 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 最佳生活方式：做当下最美的自己

## 出版社简介

类型：北京工业大学下属的出版机构

成立时间：1987年12月

出版社特色：

简介：

北京工业大学出版社成立于1987年12月，是由北京市新闻出版局主管，北京工业大学主办的北京市属工科大学出版社。出版社10余年来，一贯坚持党的出版方针和大学出版社的办社宗旨，坚持为教学科研服务，为社会主义精神文明建设服务的方向，立足高校，面向社会，共出版大中专教材、学术理论专著、计算机和其它科技图书、外语类图书、工具书等近千余种。

业务

出版该校设置的学科、专业课程所需要的教材；该校教学需要的教学参考书、教学工具书，与该校主要专业方向相一致的学术专著、译著；适合高等学校教学需要的通俗政治理论读物；根据学校主管部门确定的分工和安排为尚未成立出版社的高校出版同一专业系统的高校教材。

荣誉

北京工业大学出版刊物(23张)立足高校，面向社会，共出版大中专教材、学术理论专著、计算机和其它科技图书、外语类图书、工具书等近千余种。其中有50余种图书分获"中国图书奖"、"国家教委理论学术著作奖"和"北京市优秀图书奖"等各种奖项。特别是一批实用类科技图书和工具书的出版，体现了理论性和实用性在较高层次结合的鲜明特点，受到了社会各界的好评，在全国产生了一定的影响，为中国经济建设、科技发展和出版事业的繁荣作出了贡献。为此，1995年以来中宣部和新闻出版署连续两次授予了北京工业大学出版社“全国良好出版社”称号。

评价

10余年来，北京工业大学出版社一贯坚持党的出版方针和大学出版社的办社宗旨，坚持为教学科研服务，为社会主义精神文明建设服务的方向。

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。

信息来源：[最佳生活方式：做当下最美的自己 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 最佳生活方式：做当下最美的自己

## 图书特色

《最佳生活方式：做当下最美的自己》是一本关于探讨如何过上最好的人生的自助读物。本书的主题是探索自我，实现个人成长和幸福的目标。

作者通过提供实用的建议和技巧，帮助读者了解自己的潜力和价值，并指导他们如何实现自我提升。书中主要内容包括自我认知、目标设定、积极心态、时间管理、人际关系、自我实现等方面。

人物评价方面，本书主要集中在读者自身，鼓励他们认识自己的优点和不足，并通过改变思维方式和行为习惯，让自己更好地适应现实生活。作者致力于提升读者的个人价值观和信念，并鼓励他们追求真正的幸福和满足感。

在文学手法方面，本书采用了实例分析、引用名言、分章节等常见的写作技巧。通过给出真实的案例和生动的叙述，作者有效地传达了思想和观点。此外，作者采用简洁明了的语言，使读者更容易理解和践行书中的建议和思考。

《最佳生活方式：做当下最美的自己》对社会产生了积极的影响。在现代社会中，许多人由于工作压力、人际关系问题或个人发展的困惑而感到困扰。这本书提供了一个实用的指南，帮助他们认清自己的需求和价值，并指导他们如何改变自己的生活方式以实现个人成长和幸福。

通过传播积极的心态和行为习惯，本书鼓励读者将自我发展作为生活的重要目标。这些积极的价值观和行为模式可以通过社会互动和个人影响来传递，从而促进社会的健康发展。

总之，《最佳生活方式：做当下最美的自己》是一本关于个人成长和幸福的自助读物。通过探索自我和实现个人成长的方法，本书帮助读者找到并实现自己的人生目标。它不仅在个体层面上产生积极的影响，还有助于社会的健康发展和进步。

备注：上述内容由ai生成，如有问题，请联系我们及时删除

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。

信息来源：[最佳生活方式：做当下最美的自己 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 最佳生活方式：做当下最美的自己

## 书籍目录

第一章 抓住了今天，便活出了未来 1

时间，生命中最宝贵的资源 1

只有今天，才是你真实拥有的 5

活在当下，快乐不请自来 7

没有今天，哪有明天 11

把握就是拥有 13

对生活说“是的” 16

珍惜眼前人，方能感受岁月的回馈 18

做好随时可能失去一切的心理准备 22

第二章 昨天已经过去，把一切留给昨天 25

记忆盛不下太多的往事 25

让昨天的惨败变为明天的凯旋 28

放下了，方能从容前进 31

处在开阔地，四面八方都是路 33

每一天都是一个新的开始 35

不要为打翻的牛奶而哭泣 38

第三章 规划蓝图，给梦想找一个舞台 42

没有线路图，永远到不了目的地 42

找准位置，才能运筹帷幄 47

走出一条正确的奋斗线 49

理想没有理由不能成真 52

致富需要一个周密的计划 56

每天进步一点点 58

凡事要坚持从小事做起 62

化整为零，分步实现大目标 64

第四章 拥有好心态，才能欣赏到好风光 68

拥有好心态，才会有好人生 68

没有追求，就没有真正的人生 71

拥有一颗永远年轻的心 74

不要预支明天的烦恼 77

改变命运先从改变心态做起 79

是否幸运，关键在于你的选择 82

一次尝试，就有一次收获 86

可以追求完美，但不必苛求完美 88

换一种思维，往往能使人豁然开朗 91

第五章 淡泊以宁静，笑看风云变幻 94

气定心宁，闲庭信步 94

让淡泊和宁静成为自己的伴侣 98

过程远比结果更重要 102

懂得适时退步，才能冲得更远 104

尽心就意味着完美 107

心是包容世界的美丽容器 110

一切随他去，便是自在人 112

第六章 执着地坚守，风雨飘零后是柳暗花明 115

坚定的信念是永不凋谢的玫瑰 115

追随梦想，就是追随奇迹 118

只要坚持，梦想终会成真 120

永远忠于自己的信念 124

风风雨雨是你到达目的地必经的风景 126

梦想在于过程而不在结果 128

人生重要的是自己所朝的方向 132

除了你自己外，没有什么圣人 135

第七章 经历过磨难，才会茁壮成长 138

浮生若茶，因沸水而释放清香 138

困境是上天赐予的礼物 142

逆境中绽放人生的美丽 146

身处逆境志更坚，心更明 148

丰满的人生靠丰富的经历铸就 151

在心头点燃一根希望的火柴 153

只要坚持不懈，一定会从逆境中走出来 157

战胜了自己，就等于战胜了一切 159

第八章 懂得感恩，用一颗感恩的心歌唱 164

生活感恩，生活中的大智慧 164

你善待别人，生活也会善待你 167



感恩拥有，珍惜拥有 169

懂得感恩，才会拥有快乐与幸福 171

包容他人，为自己铺路 173

尽自己所能操纵和把握情绪 175

为荆棘中有玫瑰而感恩 178

第九章 珍惜情感，每一份真情都是珍贵的 180

每一份真情都是珍贵的缘分 180

家人，是你一辈子的牵绊和幸福 183

让家庭成为真正的心灵港湾 185

婚姻，需要相互理解和宽容 188

兼顾家庭和事业 189

包容朋友，快乐自己 193

第十章 简单生活，体味日子幸福与美好 195

生活其实很简单 195

幸福就像一杯无味的白开水 198

用减法平衡生活 202

生活就是平平淡淡地过完每一天 205

在简单的生活中学会简单的快乐 207

用简单的心去享受生活 209

微笑面对生活，感受阳光般温暖 213

放慢脚步，找到适合自己的生活节奏 216

第十一章 懂得满足，有一种幸福叫知足 219

适可而止是一种睿智 219

知道满足，总是快乐、幸福的 222

学会看淡，才能把握更多的精彩 226

凡事顺其自然，不必苛求 229

允许自己有“不够好”的地方 232

越是能够放得下，就越富有 235

驾驭好自己的欲望 238

让自己豁达些，才能乐观进取 242

第十二章 孤独中享受，寂寞中又有一种充实 245

人生路，很多时候是要一个人走的 245

耐得住寂寞，才能守得住繁华 248

独处也是一种享受 251

寂寞是心灵的避难所 253

领悟孤独，体味人生中独特的景致 256

做甘于寂寞散发梅香的人 259

低谷中的寂寞是一种坚持 263

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。

信息来源：[最佳生活方式：做当下最美的自己 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 最佳生活方式：做当下最美的自己

## 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。

更多精彩内容请访问：[最佳生活方式：做当下最美的自己 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

pdf: [最佳生活方式：做当下最美的自己 pdf 下载地址 在线 网盘](#)

epub: [最佳生活方式：做当下最美的自己 epub 下载地址 在线 网盘](#)

azw3: [最佳生活方式：做当下最美的自己 azw3 下载地址 在线 网盘](#)

mobi: [最佳生活方式：做当下最美的自己 mobi 下载地址 在线 网盘](#)

word: [最佳生活方式：做当下最美的自己 word 下载地址 在线 网盘](#)

txt: [最佳生活方式：做当下最美的自己 txt 下载地址 在线 网盘](#)

kindle: [最佳生活方式：做当下最美的自己 kindle 下载地址 在线 网盘](#)