

<<三十岁的男人>>

图书基本信息

书名：<<三十岁的男人>>

13位ISBN编号：9787563916610

10位ISBN编号：756391661X

出版时间：2006-6

出版时间：北京工业大学出版社

作者：天隅

页数：216

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>

<<三十岁的男人>>

内容概要

年届三十的你，应学着将自己安顿下来，扎根于脚下的土地，将牢骚和不如意埋进土里，默默地释放自己的能量。

直到有一天，你会发现自己变得根深叶茂，自己就是一片独立的天空。

没有了20岁的青涩，也未沾染40岁的世故，如同一杯醇正的咖啡、一切都那么美好，一切都那么恰到好处，你们应该为30岁而欢歌、而自豪。

30岁是人生的一道坎，30岁是人生的一个分水岭，仿佛在人生的跑道上踏上一条新的起跑线。一个人的一生。

在此初显端倪但又尚未定格，还充满悬念，每个人都还可以尽情挥洒。

三十岁是人生的一道坎，三十岁是人生的一个分水岭，是人生的跑道上一条新的起跑线。

一个人的一生，在此初显端倪但又尚未定格，还充满悬念，每个人都还可以尽情挥洒。

时光流转，韶华易逝，不论你怎样舞点慨，一生中总有一些东西值得我们去追求，如亲情、爱情、友情，如工作、生活、事业。

年届三十的你，应学着将自己安顿下来。

扎根于脚下的土地，将牢骚和不如意埋进土里，默默地释放自己的能量。

直到有一天，你会发现自己变得根深叶茂，自己就是一片独立的天地。

<<三十岁的男人>>

书籍目录

- 第一章 自信：相信明天会更好 1.学会接纳自己 2.为自己贴上新标签 3.保持“你是最好”的感觉 4.有梦就去追 5.年轻。
就没有失败第二章 责任感：成熟的人是负责的人 6.学会对人负责 7.不妨到自己出生地重拾旧时的光阴 8.时常看望父母亲友 9.拜见恩师和久仰的名人 10.无偿地献一次血第三章 情感：拥有稳定的情感生活 11.彻头彻尾地爱一回 12.失恋并不是爱情的坟墓 13.不要随便同居 14.敢于主动提出分手 15.决定要不要小孩第四章 身体：珍视你一生的本钱 16.三十岁男人必听的健康忠告 17.戒除恶习，投资健康 18.合理饮食，一辈子的营养之道 19.三十岁男人的健身策略 20.留住健康从三十岁开始第五章 心态，积极地面对一切 21.不要为过去叹息 22.学得豁达一些 23.点燃你的热情 24.活在当下，活出精彩 25.把握住眼前的快乐 26.养成积极思考的习惯第六章 不再轻信：活出你自己 27.不再盲目“追星” 28.不再迷信权威 29.不再口无遮拦 30.按自己的意愿去生活第七章 择友而交：找出对你最有帮助的人 31.择友的二八定律 32.交几个不怕被出卖的朋友 33.对待无聊之辈第八章 生活方式：尽你所能去享受生活 34.拥有一件心爱之物 35.穿出品位，营造男人魅力 36.年轻的时候，开始漫游世界 37.给自己买一份保险 39.过一段独居的日子 39.彻底地放纵一回 40.养成终身阅读的好习惯 41.尽力自由和从容地享受生活第九章 接受挫折：你会发现自己是强者 42.笑对人生逆境 43.把挫折当做成功的起点 44.被炒过一次鱿鱼 45.炒过一回老板鱿鱼 46.从失败中奋起 47.站起来，你会发现自己是强者第十章 品味孤独：观照自己的灵魂深处 48.不再参与一些无聊的聚会 49.学会检讨、反省自己 50.独自去旅行 51.享受独处的美感 52.给自己的心灵留下一片净土第十一章 宽容忍耐：对待自己的最好方式 53.看问题不再偏颇 54.消除别人的误解 55.宽容使你得到更多的机会 56.把伤害留给自己第十二章 学会放弃：有失才有得 57.别膨胀了自己 58.学会取舍 59.敢于放弃 60.适时地说“不” 61.别太在意失业 62.不必强求完美 63.不必在意虚名第十三章 充电：别让自己过时 64.不断进取，免遭时代淘汰 65.积累知识比积累金钱更重要 66.熟练掌握一两门外语 67.熟练掌握本行业的知识 68.万贯家财不如一技在身 69.终身学习，永不落伍第十四章 学会理财：幸福一生的秘籍 70.开始学习理财 71.投资需慎重 72.培养节俭的美德 73.学会量入为出第十五章 目标：成功从设定目标开始 74.认清事业目标 75.得有点执著劲 76.不要随便创业 77.经营自己的长处 78.积极顺应潮流

<<三十岁的男人>>

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>