

<<生活力>>

图书基本信息

书名：<<生活力>>

13位ISBN编号：9789866883668

10位ISBN编号：9866883663

出版时间：2008-9

作者：張芙蓉、張為瑋

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>

<<生活力>>

内容概要

"會賺錢，也要懂得過日子
拚前程，也要會享受人生
46個優活鐵則，喚醒你生命的活力
主導你生命小宇宙的，是年輕的心態。
所以，你一定要讓自己有一顆年輕快樂的心！

世上沒有青春不老的藥方，長生不老是可能的，但要讓自己年輕十歲，甚至更多歲，卻是可以做到的事情！

年輕不僅僅是年齡，它是一種積極、健康的心態和生活狀態，年輕也不僅僅是年輕人的專利，只要保持一顆年輕的心，養成生活的好習慣，你就可以越變越年輕。

有人說，心是一只美麗的箱子，它可以存放無窮無盡的祕密，而每一個祕密就如同一個神奇的按鈕，對這些按鈕發號施令的就是你的中樞指揮系統——大腦。
你按下什麼樣的按鈕，你就會經歷怎樣的生活。

現實生活中有些人就像是吃了仙藥，歲月不催人老，若你細細去觀察，他們愛惜自己的青春僅僅從很多好習慣開始，所以他們可以盡顯年輕風采。

「有好身體才有一切」是最簡單的道理，快來學習讓你年輕十歲的養生之道，然後你便可以大膽地向外界宣布，我又年輕了十歲！

記住，要讓自己變得年輕，全在自己的掌握之中，只要稍作改變，養成一些積極健康的生活習慣，你也可以一樣變得年輕！

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>