

《這樣做，生活好快樂》

图书基本信息

书名：《這樣做，生活好快樂》

13位ISBN编号：9789866141263

10位ISBN编号：9866141268

出版社：好的文化出版社

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《這樣做，生活好快樂》

內容概要

健康可持續性生活的價值觀層面包含了：健康 / 環境 / 社會問題 / 個人發展 / 適可而止的生活態度。根據統計，目前在美國每四人中就有一人以這樣的理念作為一種新的生活方式 - - 愛地球，愛自己，愛自身週遭的一切微小事物，你，還快不加入這快樂的行列？現在有這樣一群人，他們關心生病的地球，也擔心自己生病，於是發起了一種新的生活運動。他們吃健康食品與有機蔬菜，穿天然材質棉麻衣物，利用二手家用品，騎腳踏車或步行，練瑜伽健身，聽心靈音樂，注重個人成長，這群人透過消費和衣食住行的生活實踐，希望自己心情愉悅、身體健康、光彩照人。lifestyles of health and sustainability 健康可持續性的生活方式 現在，就用本書提出的32種健康可持續性的生活方式，讓生活過得更快樂！

《這樣做，生活好快樂》

作者簡介

林慶昭 從記者、主編、總編輯到獲獎無數的暢銷書作家，已經有成千上萬的人看過林慶昭的書，並從中找到了生命裡真實的感動與簡單的快樂。得獎記錄：第十屆全國學生文學獎小說獎、第十一屆耕莘文學獎小說獎、第八屆巡迴文藝創作獎散文獎、台北市立圖書館新詩創作比賽第一名、第一屆海外文藝旅遊文學甄選獎。著作《別再為小事生氣》、《別再為小事抱怨》、《這些花．那些事》、《脾氣沒了，福氣來了123》、《不想操到死》、《不想衰到下輩子》、《守候：心情圖文書》、《轉念：心情圖文書》、《真愛：心情圖文書》、《堅持到底》、《放愛一條生路》、《好朋友好真心》、《好樂活，好自在》、《把心放下，就是天堂》、《放手的幸福12》、《愈放下，愈自在》、《吃苦太落伍》、《其實，沒有那麼糟》等一百多本暢銷好書。

編輯推薦

現在有這樣一群人，他們關心生病的地球，也擔心自己生病，於是發起了一種新的生活運動。他們吃健康食品與有機蔬菜，穿天然材質棉麻衣物，利用二手家用品，騎腳踏車或步行，練瑜伽健身，聽心靈音樂，注重個人成長，這群人透過消費和衣食住行的生活實踐，希望自己心情愉悅、身體健康、光彩照人。 lifestyles of health and sustainability 健康可持續性的生活方式 現在，就用本書提出的32種健康可持續性的生活方式，讓生活過得更快樂!

作者簡介 林慶昭 從記者、主編、總編輯到獲獎無數的暢銷書作家，已經有成千上萬的人看過林慶昭的書，並從中找到了生命裡真實的感動與簡單的快樂。

得獎記錄： 第十屆全國學生文學獎小說獎、第十一屆耕莘文學獎小說獎、第八屆巡迴文藝創作獎散文獎、台北市立圖書館新詩創作比賽第一名、第一屆海外文藝旅遊文學甄選獎。

著作： 《別再為小事生氣》、《別再為小事抱怨》、《這些花．那些事》、《脾氣沒了，福氣來了123》、《不想操到死》、《不想衰到下輩子》、《守候：心情圖文書》、《轉念：心情圖文書》、《真愛：心情圖文書》、《堅持到底》、《放愛一條生路》、《好朋友好真心》、《好樂活，好自在》、《把心放下，就是天堂》、《放手的幸福12》、《愈放下，愈自在》、《吃苦太落伍》、《其實，沒有那麼糟》等一百多本暢銷好書。

《這樣做，生活好快樂》

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:www.tushu000.com