

<<有钱有闲有健康>>

图书基本信息

书名：<<有钱有闲有健康>>

13位ISBN编号：9787506438742

10位ISBN编号：7506438747

出版时间：2006-8

出版时间：中国纺织出版社

作者：王勇

页数：236

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>

## <<有钱有闲有健康>>

### 内容概要

无钱不会有高质量的生活，仅仅有钱也并不能就换来生活的满意。金钱固然是生活所需，适当的闲暇时间也是调节生活的必要。我们不仅要有健康的身躯，还要有充沛的精力，健全的智能和良好的心态！本书就是针对现代人目前的生存状态有感而发，提出了切实可行的方案，同时，还根据现代人的生理特点和生活特征，设计出了十几道营养丰富的益智保健食谱。本书将帮助你达到真正的财富自由，并善待自己，从心理到生理的全程呵护！

有钱有闲有健康是一种完美的人生状态。保持一种良好的状态，需要从心理到生理的全程呵护。本书就是针对现代人目前的生存状态有感而发，提出了切实可行的方案，同时，还根据现代人的生理特点和生活特征，设计出了十几道营养丰富的益智保健食谱，希望大家在阅读本书时，在收获精神营养的同时也能收获物质上的营养，真正让自己拥有健康的身体，健康的人生！

## &lt;&lt;有钱有闲有健康&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 你能一辈子都是穷人吗每个人的天赋都是一样的 / 003天赋不是成功的决定性因素 / 003成功来自积极的心态 / 005你也可以很有钱 / 011你为什么很贫穷 / 011成为富人的秘诀 / 014成为有钱人并不难 / 017发现财富的眼睛 / 017机会是自己争取的 / 020科学花钱, 合理消费 / 024学会合理消费 / 024做好个人的理财规划 / 028养成良好的理财习惯 / 031健康加油站 / 037第二章 不要没有头绪地忙, 要知道自己在忙什么明确方向, 确定目标 / 043成功等于目标 / 043目标, 必须明确 / 046认清事实, 找出差距 / 050不要模糊自己的视线 / 050改变, 从现在开始 / 053不要一味地努力, 要正确地努力 / 056走出人生的枯井 / 056在正确的时间做正确的事 / 058不在错误的地方寻找正确的答案 / 062错了, 就立即离开 / 062学会及时调整方向 / 065放弃还是坚持 / 068有时, 坚持到底就是失败 / 068不做懦夫, 也不做弱者 / 071看多远就能走多远 / 074健康加油站 / 079第三章 建造自己的财富管道, 走出“时间换金钱”的陷阱不要单纯依靠自己赚钱 / 085让别人为你赚钱 / 085让爱好为你赚钱 / 088智慧选择胜过忙碌打拼 / 096不要把钱全部存在银行 / 096让手中的钱成为生蛋的母鸡 / 100让智慧为你创造财富 / 104学会巧妙投资 / 107整合资源, 实现1+1>2 / 111合作让我们飞得更高、更远 / 111掌握整合资源的秘诀 / 113劳心者治人, 劳力者治于人 / 117你有领导才能吗 / 117学会正确地思考 / 120给自己关一次“禁闭” / 123调动所有人的积极性 / 126努力一阵子, 享受一辈子 / 129生命, 需要享受, 而不是挥霍 / 129把握今天, 把握生命 / 133健康加油站 / 137第四章 穷而不懒, 富而不贪没有穷人, 只有懒人 / 143机会不钟情于懒人 / 143机遇偏爱有准备的人 / 147不要成为赚钱的机器 / 150金钱是一柄双刃剑 / 150知道满足 / 152有比赚钱更有意义的事 / 155你的心蛇吞不了大象 / 158给自己的心灵洗澡 / 158掌握平和心态的妙招 / 162学会幽默, 笑面人生 / 164感受彼此心灵的温度 / 167性情平和, 不把成败放心头 / 170拥有一颗平常心 / 170塞翁失马, 焉知非福 / 172不要被自己打败 / 174健康加油站 / 178第五章 善待自己, 跳出“先用健康买金钱, 再用金钱买健康”的漩涡有健康, 才有将来 / 185健康是我们最大的财富 / 185呵护自己, 呵护健康 / 187好习惯, 成就健康人生 / 194习惯的力量 / 194习惯决定成败 / 196好习惯要培养 / 199科学度假, 享受生活 / 204制定完美的旅游计划 / 204衣食住行, 一个都不能少 / 206旅游超酷省钱计划 / 210摆脱旅游综合征 / 212呵护家人, 营造幸福家庭 / 215时间是你送给家人的最好礼物 / 215常回家看看 / 217不要遗忘了自己的妻子 / 221孩子需要你的疼爱 / 223随时调整, 掌握幸福的真谛 / 227人无干日好, 花无百日红 / 227鱼和熊掌不可兼得 / 229健康加油站 / 232参考文献 / 236

## <<有钱有闲有健康>>

### 章节摘录

书摘 你为什么很贫穷 你为什么很贫穷?对于这个问题,不知你是否思考过。

当然,你的贫穷会有某些大环境因素的影响。

但是,你是否考虑到:即使在同一时代,同一城市,也有一些人生活得比较好。

你知道这是为什么吗? 有一位社会学者曾经说过:穷人们碰到困难,往往会选择一条最容易走的退缩之路。

因为他们认为承受生活的煎熬要比退缩艰难得多。

当他们看到别人匍匐前进、艰难而行的时候,他们会为自己的退缩而暗自庆幸。

可是,当别人最终到达成功顶峰的时候,穷人又会倍感失落。

当然,有的时候,穷人并不会一味地退缩,他们也会采取相应的行动,遗憾的是,他们的行动只是一时兴起,根本无法坚持恒久。

成功难吗?对,是很难。

但不成功呢?更难!因为内心的煎熬和麻木的心灵会比走在成功道路上要痛苦得多。

还有一部分人会为自己的贫穷寻找这样的理由:穷人之所以穷,与他们缺乏最初的原始积累也有很大的关系,他们也很想做事,只是苦于没有资金。

这个理由似乎很充分,可是不知道大家有没有想过,那些创造了轰轰烈烈的事业的人也并不是都有庞大的原始资金作基础的。

比尔·盖茨,这个在今天已经家喻户晓的大富翁,其个人资产早已雄踞世界之巅,没有人能与他媲美。

但他在创业的时候也只是一个既没有钱也没有名的19岁的孩子,他之所以能够取得成功,就在于他始终凭借着对电脑的热情,对事业的向往,抓住那些在别人看来非常渺茫的机会,不断努力,不断奋斗,直至最终取得成功。

通过比尔·盖茨可知,穷人之所以会很穷,一个非常重要的原因是他们目光短浅,缺乏动力,习惯于贫穷。

贫穷者中自然也有许多精神富翁,他们常说:“一辈子有吃有穿就行了,钱再多,死了还能带进棺材里去?”有道理吗?有几分道理。

但是,如果所有的人(包括那些大企业家们)都这样想,我们的生活将会如何呢?是不是又将回到落后的历史里去了呢? P11-12

## <<有钱有闲有健康>>

### 媒体关注与评论

书评你能一辈子都是穷人吗 要挣钱就得起早贪黑东奔西跑忙忙碌碌，不忙哪来的钱?想优哉悠哉过日子吗?如果这样只有当穷人，因为天上不会掉馅饼。

不要没有头绪地忙，要知道自己在忙什么 我们每天都在忙，我们身边的人也是如此，大家都很忙，都在和时间赛跑。

可是你有没有思考过，你究竟在忙什么? 建造自己的财富管道，走出“时间换金钱”的陷阱 一生靠用时间熬出自己的金钱，这种生存状态是可悲的。

应该学会建造自己的财富管道，即使100人每人贡献1%的力量，也胜过你一个人100%的努力。

穷而不懒，富而不贪 聪明的人用自己的辛勤劳动为社会创造财富，使自己过上富足的生活。

但他们不会贪得无厌，不会梦想把世界的钱都挣完，他们有了钱之后会急流勇退做个闲人。

善待自己，跳出“先用健康买金钱，再用金钱买健康”的漩涡 不要说工作太忙，不要说工作太累，不要说我没有时间，不要说我难有空闲，不要说空闲就是浪费时间，挤点时间，找点空闲，练练身体，陪陪家人，让自己健康，让家人幸福。

## <<有钱有闲有健康>>

### 编辑推荐

无钱不会有高质量的生活，仅仅有钱也并不能就换来生活的满意。金钱固然是生活所需，适当的闲暇时间也是调节生活的必要。我们不仅要有健康的身躯，还要有充沛的精力，健全的智能和良好的心态！本书就是针对现代人目前的生存状态有感而发，提出了切实可行的方案，同时，还根据现代人的生理特点和生活特征，设计出了十几道营养丰富的益智保健食谱。本书将帮助你达到真正的财富自由，并善待自己，从心理到生理的全程呵护！

<<有钱有闲有健康>>

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>