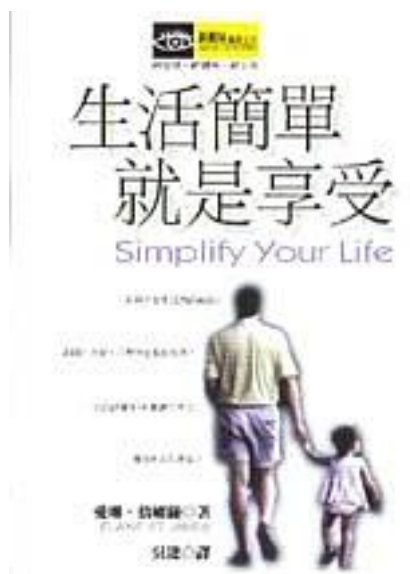


# 生活簡單就是享受



[生活簡單就是享受\\_下载链接1](#)

著者:愛琳·詹姆琳

出版者:新路

出版时间:1996

装帧:

isbn:9789579898300

<新簡樸運動>宣言:

「大」不見得就好，「多」也不見得就是富有；唯有簡單自在，生活才真正是一種享受！

- \* 本書提供讓你身心都「簡單」的妙方：住小房子吧！否則你會疲於打掃房子。
- \* 衣櫥不要太大，大了就想多買衣服。
- \* 關掉電視機吧！因為它佔掉我們太多時間了。
- \* 不要電話一響，就反射式地急著接。

- \* 在家裡度假吧！不要出去人擠人。
- \* 檢討你的購物習慣，不要為買而買！
- \* 不要做行事曆的奴隸！
- \* 少工作，多讓自己享受人生吧！
- \* 學習如何大笑吧！
- \* 每個月讓自己獨處一天。
- \* 一次只做一件事。
- \* 找個時間看夕陽吧！
- \* 學習說「不」！
- \* 散步要比去健身院好。

您是否覺得房子太大了，需花費很多時間去打掃？您是否一回家就守在電視機前，並覺得時間永遠不夠用？您是否覺得衣櫃總是少那麼一件，於是不斷地在買新衣服？您是否被生活搞得頭痛、胸悶、失眠，心裡也愈來愈煩躁？請試試書中100個讓您生活簡單自在的妙法！作者旨在提醒我們：「所謂「擁有幸福的秘密」，只要減少對幸福的需求就可以！

作者介绍:

目录:

[生活簡單就是享受\\_下载链接1](#)

标签

生活

生活簡單就是享受

人生

自我完善

励志

香港中文大学推荐86本书

时间管理

香港中文大学推荐书单

评论

以‘简’养德

-----  
Kevin  
Lee，奥美四大护法推荐。这本书似乎就是在教你放弃优雅有礼，做一个孤僻的人。想想也并无错，简单生活意味着自由。而自由的代价，就是更多的遵从内心，放弃从众。  
PS：原来我爱逛超市，居然也是生活简单化的一个绊脚石。

-----  
dull

-----  
不过如此。

-----  
简化你的生活 香港中文大学推荐书单

-----  
原来这是CUHK的推荐书，还好，在我还没完全离开中大的时候读到了它，受益匪浅。

-----  
教你过简单的生活。丢掉生活中那些包袱，轻装上阵。

-----  
知足常乐

-----  
S 1

-----  
推荐给将来的我，如果我富有而且装逼～

-----  
追求简单的生活，处理不常用的东西，不需要的东西，学会不接听不想听的电话，不给不高兴的人开门。

-----  
和内蒙古出版社的同名书，是同一本。

-----  
很多建议都是针对美国人的，但思想基本和断舍离类似，读起来也比较轻松。

-----  
“自胜者强，知足者富”，克制我心狂野，才是真正的强者，回归内在的纯真，才是真正的富有。学会简单过日子，让生活只承载着你所需要的东西。

-----  
简单生活

-----  
浅显易懂

-----  
就懒得不行的人来说..某些还是有用的，就是国情不同好多不适用

-----

简化生活的100条建议，从家庭、生活形态、财务、工作、健康、个人生活、女性和物质的角度。方法论层面，结构简单，how上点到为止。

看得是更早的一个版本。内容嘛，如果你已经在思考简化生活，那么这本书没有很多新的东西。倒是可以看看米国人的心路历程，以及作者简化得蛮激进的，之前看到一个评论说，如果啥都不要干脆不要活了。。哈哈，大概就是这样。

广告就是鼓动我们购买不需要的东西。

[生活簡單就是享受\\_下载链接1](#)

## 书评

“家有万石粮，一日只吃三餐；家有千间房，一夜只睡一张床”。这句流传了千年的俗语告诉我们一个真理：人生拥有的许多东西本身就是身外之物。但是，现实中的人们却往往执着于欲望的迷象，为了追求所谓的“幸福”，把生活的需求无限放大，最终却陷入得到越多失去更...

3 清理杂物，丢掉所有多出来的东西。（那些不必要的东西比你想象的多得多）  
列出食品清单，减少去商场时间，照单购买免得买不必要的东西。 5  
购买大包装食物，节省包装品 6  
自种菜园，买菜的时间还不如自己种，近距离接近大自然。 7  
一站式购物，节省在路途上的时间。 8...

购买《生活简单就是享受》是因为它在香港中文大学的推荐书单上。豆瓣评分“还行”，书中述及的简单法则，100条中，对现时的我很有意义的，大概有10条左右，因为我的生活已经很简单了，现在，我向更简单迈进。感觉它不太符合咱们这地儿国情，因为它也许抵抗不过咱们这儿人性格中...

“自胜者强，知足者富”，克制我心狂野，才是真正的强者，回归内在的纯真，才是真正的富有。学会简单过日子，让生活只承载着你所需要的东西。  
这本书的独特之处不是泛泛谈论生活简单的好处，而是具体的给出了一条条的实施和改

进的方法，其中夹杂着作者对于生活的一些体悟。 作...

很喜欢关于简单生活的书 这本也不例外 内容比较不适合国情 比如 搬到更小的房子  
作者的出发点是原来住大别墅 当然可以搬到小点的房子 而偶等国人  
还是巴望着有三房四房的 毕竟空间大了有利于身体健康 这类书看多了  
能从新的一本中找到一点两点启发就心满意足了 这本还是有的 ...

无论简单、复杂，只要是自由的，就是幸福的。如果认同生活简单就是享受这一原则，  
这本书到是有些不错的建议。书读起来很轻松，捡到几条认可的记录下来就好了.....  
.....抱歉，你的评论太短了

这本书就本着简单生活的本真追求，从日常生活、感情态度等方面，谈到简单的好处，  
简单的快乐。讲到我们在现在快速轮回的日子里，忙着复杂，忘记了最简单的快乐，最  
简单的享受。所以说书有积极的引导我们简单生活，快乐生活的好的一面。从中，我们  
可以学习如何营造整洁的家居环...

不能说不好也不能说好！  
可以翻翻打发时间，这类书看多了还真是大同小异的感觉，一点新奇感都没有了~~  
还有封面完全不对！这封面应该是英文版的吧？中文版的封面是上面白下面绿的……不  
推荐购买

书名：《生活简单就是享受》 星级：1颗星 评价：  
1.可取之处:1.减少生活中的杂乱：整洁的生活：工作的桌面，电脑文件的整理，数据化  
的整理方法（延生《佐藤的超级整理术》） 2.快速整理法。归类、清理，快速大扫除！  
3.减少去超市的购买时间。 ...

读这本书的动机： 之前已经推论出人活着是为了享受人生，那么如何享受人生呢？  
读这本书的目的： 想了解具体如何享受人生 作者： 伊莱恩 ST.詹姆斯  
书中的感兴趣点： 这本书的阅读方式： 2-3小时通读 本书结构： 无数个小点。。。  
这本书讲了什么： 这本书主要...

-----  
生活簡單就是享受\_下载链接1