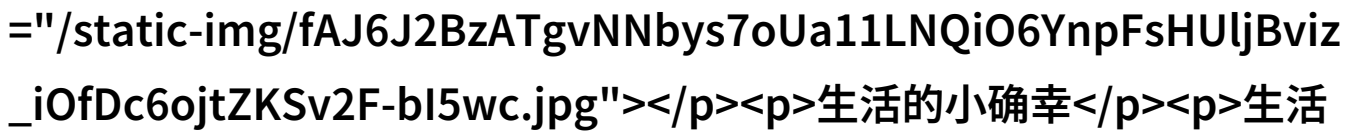
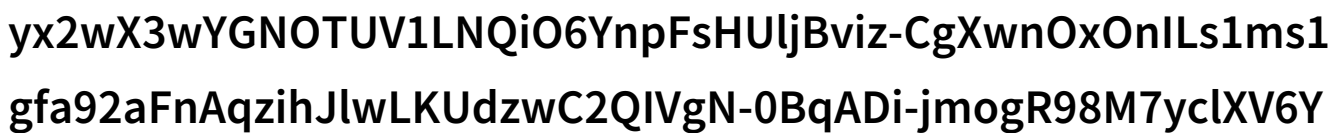


甜到犯规生活中的小确幸与大快乐

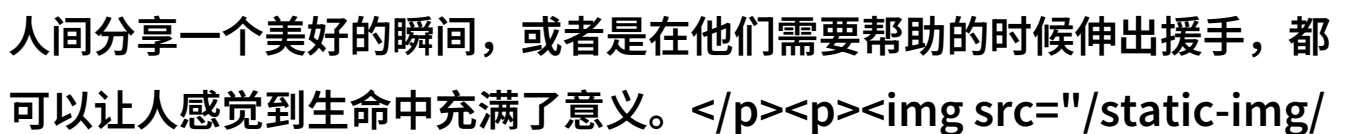
甜到犯规的生活方式，不仅能够提升我们的幸福感，还能在日常中播下积极向上的种子。以下六个点阐述了这一理念：

生活的小确幸

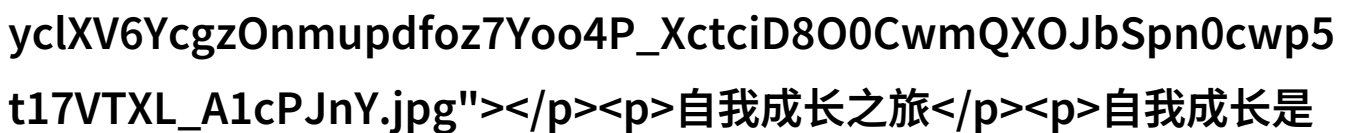
生活中的小确幸如同微风般轻拂过心田，给予我们无尽的温暖和力量。每当我们收获一份新鲜出炉的面包，或是看到了孩子们欢笑成群时，就会感到一种无法言喻的满足。

亲情的滋养

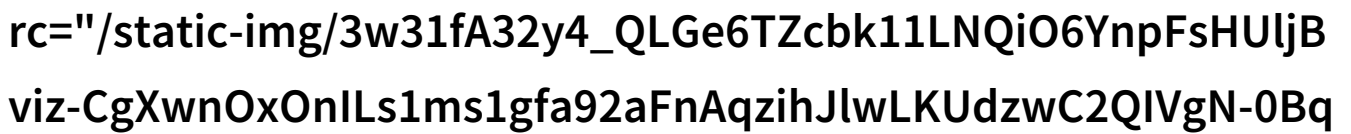
亲情，是最真挚的情感源泉，它不仅能够治愈我们的灵魂，也能为我们带来无穷的动力。在亲人间分享一个美好的瞬间，或者是在他们需要帮助的时候伸出援手，都可以让人感觉到生命中充满了意义。

自我成长之旅

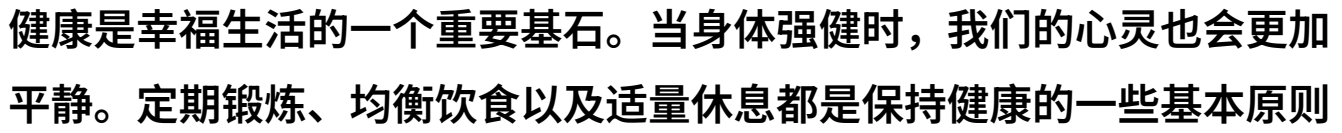
自我成长是一条不断探索、学习和挑战自己的道路。通过不断地超越自己，我们能够发现内在潜力，从而享受成功带来的喜悦和自信心。

健康之道

健康是幸福生活的一个重要基石。当身体强健时，我们的心灵也会更加平静。定期锻炼、均衡饮食以及适量休息都是保持健康的一些基本原则，它们有助于我们享受更高质量的人生。

健康之道

健康是幸福生活的一个重要基石。当身体强健时，我们的心灵也会更加平静。定期锻炼、均衡饮食以及适量休息都是保持健康的一些基本原则，它们有助于我们享受更高质量的人生。

健康之道

健康之道

mg/PORA-jV0ibiDOzfrN5kZA11LNQiO6YnpFsHUljbviz-CgXwnOx
OnILs1ms1gfa92aFnAqzihJlwLKUdzwC2QIVgN-0BqADi-jmogR98
M7yclXV6YcgzOnmupdfoz7Yoo4P_XctciD8O0CwmQXOJbSpn0c
wp5t17VTXL_A1cPJnY.jpg"></p><p>精彩纷呈的人际关系</p><p>
丰富多彩的人际关系，如同花园里的各色花朵，让我们的世界变得更加
精彩。如果你愿意去投资于他人的友谊，并且付出时间和精力，那么这
份努力终将获得回报，使你的社交圈更加深厚。</p><p>心态调整与正
念修行</p><p>心态调整对于应对各种挑战至关重要，而正念修行则是
一种有效的心态管理方法。当遇到困难时，用积极的心态去面对，即使
逆境也能转化为机遇。而通过冥想或其他形式的正念练习，可以帮助人
们减少焦虑，增加幸福感。</p><p><a href = "/pdf/542848-甜到犯规
生活中的小确幸与大快乐.pdf" rel="alternate" download="542848
-甜到犯规生活中的小确幸与大快乐.pdf" target="_blank">下载本文
pdf文件</p>