

活在当下 - 停下来看看这个世界



[活在当下 - 停下来看看这个世界_下载链接1](#)

著者:张一弛 著

[活在当下 - 停下来看看这个世界_下载链接1](#)

标签

评论

一直想买这本书 犹豫了好久这次终于决心购买

此用户未填写评价内容

东西速度很快，包装严实，质量很好，服务很贴心，活动价格很划算

挺好的，值得拥有

精致漂亮，推荐一下，人气很旺，越来越棒。

同事都很喜欢看，期待京东多搞一些图书优惠，可以给同事们买更多的书

内容不错，有机会在买一本送人。

书不错，内容挺好的，快递速度也很快，好评～

好书。。。。。。。。

配送速度快很快，包装完整。就是心灵鸡汤，喝多了不好。

正版书，字迹清晰，值得购买！

不错，质量好，送货快，正品～

书有点粗糙，不是太好，纸张看上去发黄感觉不是正版

学习下 心态放好

?不错不错?不错

看完心情很放松，没什么事看看书挺好的

很不错的一本书，属于心灵鸡汤那种。

看完后评价，现在还不能多说

通俗易懂，快乐最重要

儿子挺喜欢的书，好评

书很好看，非常不错。

快递员服务态度很好，物流也很快。

不想说了，快递没掉了。

活在当下 把握当下

还不错，攒下来，有时间看

商品超值，京东送货及时，首选京东

物有所值，质量不错。

超级好，物美价廉。卖家很贴心！！赞赞赞

还不错，快递小哥送到家门口

不错不错哈哈??????????

物流快，价格便宜，多次购买。。。。。

还没看呢，但是书是包起来的，很好

不错，还没看，回来在追评

生说送肉上说送肉上说送肉上

收到货啦，京东速度就是快。

很不错的书，快递也依旧给力

挺好看的一本书

观世界，活自己

5555555

公司购买

书里面有破的地方，纸张一看就是盗版的。

书很好

将就的看？

不错

差差差，盗版书

嗯

包装没有想象的那么好， 不过送货速度很快 总体好评

还没看，包装还不错……

书的内容非常值得一读，活在当下，就是要咱们放下负担，愉悦地生活在此时此刻，就是要咱们活得无忧无虑。对未来发生什么不好去作无谓的想象和担心，咱们就做到了无忧，对过去已经发生的事情不好去作无谓的想象与担心，咱们就做到了无悔。

非常喜欢这本书，连封面都很好看，纸质很好，超级赞，快递也很快呢~~

不要总是去和别人比，因为这个世界总会有人比你快，只要将注意力放在自己的上一秒，每天进步一点点就好！

喜欢的一本，温暖阳光，每一篇故事都很励志每天读两三篇，感觉充满了力量

每个人都有迷茫、孤寂、沮丧、绝望，怀疑着自己，怀疑生活的艰难时刻……希望我们可以消化掉那写令人不安的事，在磨砺中变得更勇敢，朝着梦想继续披甲向前。

还行。。。。。。。

很赞的书，正版而且快递很快，整体非常好，还没有读完~

非常好的书，非常有可读性，不无聊不枯燥，会带给你一个不一样的自己。

能做自己喜欢的事，并且还能养活自己是很有趣的事，书很不错。适合青年去读，会给你带来不一样的一个世界。

非常棒，很喜欢这本书，温暖向上，读着的感觉如沐春风，感觉充满了正能量。

这书写的行。

非常好，实用，给了我不少启发和动力，纸张好，印刷清楚，一看就是正版书，非常喜欢，价格也很划算，参加了京东的满减活动，真的很满意

好当下的事情，不要想的太多。不管困难多大，只要好好活着才是最好的，不要为那些自己得不到的东西而伤神，珍惜自己拥有的

教会我们懂得生活，把握当下，珍惜当下，去收获一个丰富多彩的人生

书收到了，还没仔细看，等看过了再评，纸的质量挺好

你想做一件事时，全世界都会给你让路！

要么活在憧憬的未来，要么活在回忆过去，却忘记只有当下这刻才重要，故特意买这本书。
经常出现一整天神情恍惚，不知心思在哪？灵魂抛哪去？没有感受到当下的生活，痛苦不堪

人生一直都是不断的奔走奔忙，但是大多数人都贪图安逸，不断的磨练自己的意志，不被懒惰迷惑，最后我们终将成就最好的自己

这本书是历史老师推荐的，看看吧。也一定很好看

很好，我们每一天睁开眼睛，就是新的一天，全新的态度，全新的生活，努力面对每一天，想要的人生需要我们自己创造

拥有自由灵魂的年轻人，希望更多中国的年轻人们敢于去追求自由，追求理想！

好，很好，非常好。好，很好，非常好。

青春不只有远方的目标，还有停下来的风景，

注意力聚焦在我们的感官，聚焦在我们的心灵，当下的味道自然呈现，生命的喜悦自然浮现。

勇敢拥抱未来，以免因当下的“不敢”，造成终生遗憾

你才二十几岁要什么稳定，收入动荡一点没关系，失恋几次也不怕，能力是一种压力下的应激反应，你更应该享受一下现在的生活，多去看看这个世界，要活在当下。

要领悟！要运用，这本书才有用！回到当下，觉察当下，活出当下最本真的生命状态！只有当下这一刻，于我们的人生才是最最重要的重中之重，珍惜此刻！

把握好当下每一刻，不必考虑是不是有好的结果，种好因得好果。当下的事情做好了好的结果自然就来了。所以，对的事情 做就对了！

在青春路上似曾相识的风景中，我们都有自己特殊的情感跟回忆，这本书里淋漓展示了停下来看看这个世界是多么的美好，丢掉所有的包袱，来享受这个世界。

本书是一种鼓励，它能让迷茫者精神振作，重新体味收获的快乐

读这本书是一种力量，它能让畏首畏尾者敢于拼搏，找回丢失已久的勇气；

质量非常好，与商品描述的完全一致，非常满意,真的很喜欢，完全超出期望值，京东发货速度非常快，包装非常仔细、，运送速度很快，很满意的一次购物

一本书，它还蕴含着活生生的能量。这种能量可以奇迹般地改变你的生活，而且事实证明，它已经改变了无数人的生命轨迹。

很棒。客服态度好。我喜欢。

书不错，很喜欢读这个类型的书，性价比很高，值得购买，好评！

买了很多书，这本朋友要的，我看着还可以，质量很好。

生活对每个人都是公平和善良的。当你觉得生活亏欠你时，其实是你耽搁了生活本身。过你想要的生活，首先得要学会从心底里热爱它。对自己真正的慷慨就是把努力献给现在。不辜负生活，就是不辜负自己。

很好的书，喜欢，我们都有把自己活成一颗向日葵的姿态，永远努力，永远盛开，永远乐观向上

温馨感人的故事，值得人慢慢去体会。你身边的每个人、每件细微的小事，都是值得慢慢体会与好好珍惜！

现在的人们都越来越烦躁，越来越不知道自己努力的方向、目标，希望书让我的心能够静下来，重新审视生活，审视自己。

心可以包容，但不能无限扩大，选择放下，才能有新的填入，才能有新的生机，选择放下，是为了更好的活在当下

生活不只是眼前的苟且，还有诗和远方，这本书太符合这句话了。

当你停下来看卡这个世界的时候 你才会发现 这个世界的美好，

时光在左，青春在右，不能再浪费青春了，努力工作和生活，才是你最美最帅的样子。很喜欢这本书，给我很多正能量呀。推荐大家看看

对一个人来说，最重要的不是避免摔倒，避免伤痛，而是有能力重新站起来。

这本书很不错呦，无论是包装还是内容，都很喜欢，下次还会再来的，而且快递特快，很满意哦

面对生活，你要努力，但是不要着急，走好过程的每一步，所有美好的结果必会如期而至，这是这本书教会我的。

没有遥不可及的伟大梦想，没有高端大气的哲理，没有不世出的天才故事，草根阶层可以这样为未来而努力，因为平凡，所以只能更努力。

自己初入职场不久，也不是很努力，也很迷惘，对此，或许想要在这里找到共鸣，并且，有一些具有建设性的意义指引我成长.

活在当下，一本适合现在都市年轻人越来越浮躁年轻人读的书，会让你审视自己的一本书，真心推荐看

当我觉得必须改变一下自己的心态和控制自己的脾气时买了这本书，让我深深体会到人应该心中充满爱地去感受经历当下发生的一切，不论快乐或悲伤。

不悔恨纠结于过去，不把希望寄托于未来，安心享受当下的生活，我们每个人都能做到这样的话，那你会发现你的世界是那样的漂亮

我们生活在对时间的永恒焦虑中。我们忘不掉过去，更担心未来.

正面、积极、乐观、向上，这就是这本书传达给我的人生意义，不趁年轻时搏一回，更待何时？

接地气的书，对年轻人的事业、生活、学习等方方面面都很有助益，读了之后让人充满奋斗的能量。

这本书有种温暖催人向上的力量，很吸引人~很喜欢书里的案例，书还没看完，已经被圈粉了~真的值得一看

生活不只是眼前工作还有美丽的风景和快乐的事情，停下来看那看在那个世界把

一直都在京东买书 服务包装质量都非常好 晚上下单第二天早上就送到了 非常赞

迷茫的青春总是畏惧着将来，担心将来过不上自己想要的生活，担心将来的自己没有能力负担现在的繁华生活，这就是青春。

强大的人，不是有多坚强，而是敢于向前走温，婉的治愈系文字，对于当下的我来说，很有意义。

温暖励志，又不是心灵鸡汤那种虚无的东西，他的文笔很清新细腻，而且能给人力量推荐给大家这本书 停下来看看世界 才可以让自己有一个美好的心情

这本书会让自己心底产生快乐的情绪，总好过做一些自己不喜欢的事要好，看看这个缤纷的世界

好书不多言，打开就知道。

你能放下多少，幸福就有多少。唯有放下，才能轻松自在，唯有学会放下的智慧，才能让你面对人生路程中的任何困难，心无挂碍。

好喜欢这本书，喜欢他的生活态度！！！！

我们要把生活过成一种饱满的姿态，在里面包含的，不仅仅只有努力的汗水和付出的辛酸，还应该灿烂的笑容，光鲜亮丽的场景，以及动人的影像。那些花在让自己心情愉悦事情上的时间，其实是在雕琢一份最美好的礼物送给将来白发苍苍的自己。有过美好的回忆，有过过往，老之将至，也不惧前方。

停下来看看美好的世界，而这样的事情，往往都会让自己心底产生快乐的情绪，总好过夜以继日地沉迷在网络中厮杀相伴而来的空虚跟寂寞要温情得多。

如何克服焦虑的心态？如何让自己内心宁静？如何提升生活质量？
本书，是难得的好书，需要多读几遍。

在纷扰的当今世界，怎样才能找到平静，那是每一个人现今的课题吧。我一直不断的寻找。慢慢的找到的不仅是平静，更多的是幸福。

的确看了之后 感悟到了其中的道理 我能察觉到真实的自己 不再被思想所迷惑
不再每天漫无目的的幻想未来和回忆过去而不珍惜现在 能比较好的控制自己的情绪
不再乱发脾气 内心有种宁静自在的感觉 比较平和

其实我们一直都处在大脑或思维的控制之下，生活在对时间的永恒焦虑中。我们忘不掉过去，更担心未来。

我们都需要一个小小瞬间，让自己的平淡时光显得更值得被回忆一些。
上路吧，寻找那个更可爱、更勇敢、更真实的自己。

每天都是一次新的旅行，每一个和我们走过一段的人都值得感激，活在当下，看世界！

最好的时光在路上，活在当下珍惜眼前的人和事

活在当下,这种智慧不是随便说说,当心灵感到浮躁时,拿出来读读吧

过你想要的生活，首先得要学会从心底里热爱它。对自己真正的慷慨就是把努力献给现在。不辜负生活，就是不辜负自己。

生活不仅仅只有努力的汗水和付出的辛酸，还应该灿烂的笑容，光鲜亮丽的场景，以及动人的影像。那些花在让自己心情愉悦事情上的时间，其实是在雕琢一份最美好的礼物送给将来白发苍苍的自己。有过美好的回忆，有过过往，老之将至，也不惧前方。

很正能量的书呢，快递很快，订购第二天就送到了，收到之后迫不及待的翻开书，感觉真的物超所值，现在作家也是挺有功底的，都是一些平日生活的小事，但是中间就是隐隐透出那些引人向上的力量，真的很棒

要相信，生活对每个人都是公平和善良的。当你觉得生活亏欠你时，其实是你耽搁了生活本身。过你想要的生活，首先得要学会从心底里热爱它。对自己真正的慷慨就是把努力献给现在。不辜负生活，就是不辜负自己。

温暖励志，又不是心灵鸡汤那种虚无的东西，作者的文笔很清新细腻，而且能给人力量，这本书刚刚上架就赶紧买了~好喜欢

[活在当下 - 停下来看看这个世界_下载链接1](#)

书评

[活在当下 - 停下来看看这个世界_下载链接1](#)