

# 足够满足了已经超出高分线的无广告生活

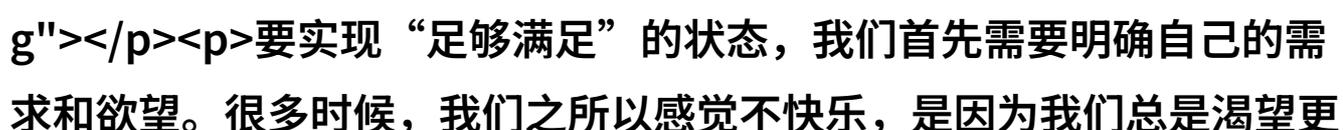
为什么我们需要足够满足？

在现代社会中，我们经常被各种各样的信息和产品包围，尤其是在网络时代，每天都有成千上万的广告不断涌现。这些广告不仅占用了我们的时间，还影响了我们的决策，甚至对我们的心理健康产生了一定的负面影响。因此，对于那些追求简单、纯粹生活方式的人来说，“够了够了已经满到高C了无广告”这种生活哲学显得尤为重要。

如何实现足够满足？

要实现“足够满足”的状态，我们首先需要明确自己的需求和欲望。很多时候，我们之所以感觉不快乐，是因为我们总是渴望更多，而不是真正地把握好手头的资源。这就要求我们进行自我反思，了解自己真正想要什么，不断调整自己的消费习惯。

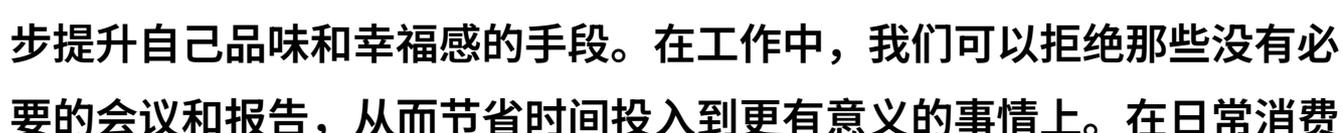
通过简化来提高质量

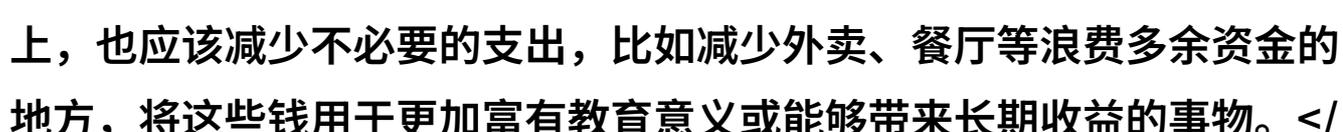
简化生活是一个逐步提升自己品味和幸福感的手段。在工作中，我们可以拒绝那些没有必要的会议和报告，从而节省时间投入到更有意义的事情上。在日常消费上，也应该减少不必要的支出，比如减少外卖、餐厅等浪费多余资金的地方，将这些钱用于更加富有教育意义或能够带来长期收益的事物。

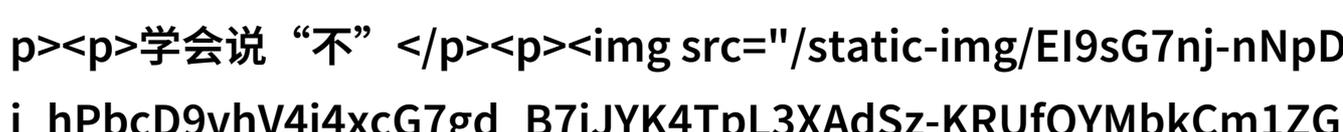
学会说“不”

学会说

学会说

学会说

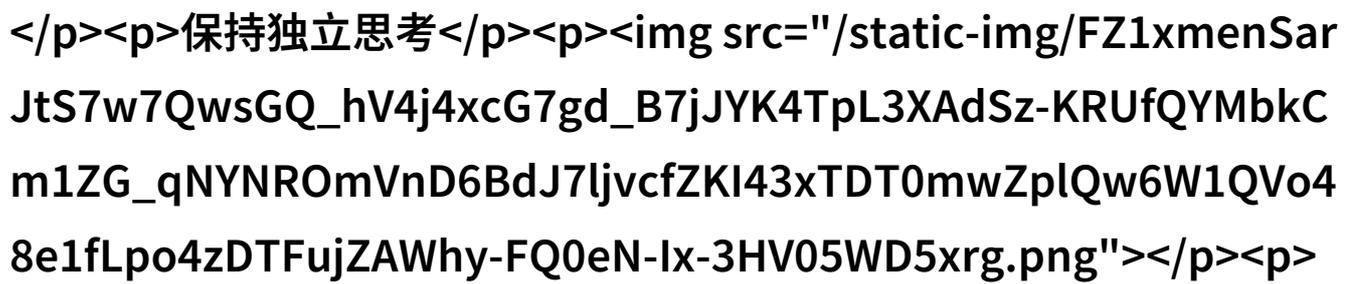
学会说

学会说

学会说

“不”，是一种强大的能力，它能帮助你避免那些可能会干扰你的目标或者价值观的事物。一旦你意识到了某件事情并不符合你的价值观，你就应该勇敢地说：“我不要。”这对于保护个人空间和精力至关重要。

保持独立思考



保持独立思考意味着不要完全依赖于他人的意见或建议，而是要根据自己的判断来做决定。这包括选择信任哪些信息源，以及如何处理来自不同角色的不同的意见。如果你认为一个产品或服务真的很好，那么即使它被所有人推荐，也不要一味地跟风去购买，只要它符合你的标准才行。

无广告：一种新的自由体验

最后，无广告是一种新的自由体验，它让人们能够更加专注于他们所做的事情，没有外界干扰，让每一次消费都充满意义。而且，这也促使企业重新审视他们的营销策略，以实际效果取代虚假承诺，从而建立起与顾客之间真诚互动关系。这样的市场环境下，不仅消费者受益，而且企业也能从中获得长远发展的机会。

[下载本文pdf文件](/pdf/597924-足够满足了已经超出高分线的无广告生活.pdf)