

<<渡边淳一写给年轻人的幸福秘笈>>

图书基本信息

书名：<<渡边淳一写给年轻人的幸福秘笈>>

13位ISBN编号：9787113145866

10位ISBN编号：7113145868

出版时间：2012-7

出版时间：中国铁道出版社

作者：杨小曼

页数：181

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>

## <<渡边淳一写给年轻人的幸福秘笈>>

### 内容概要

渡边淳一，当今日本文坛的文学大家，被誉为日本情爱大师。

渡边淳一对“幸福”的理解入木三分，从身体生理构造、男女爱情、婚姻、事业、人生、家庭等方面出发，阐述了幸福的概念，并告诉读者怎样才能真正体味幸福……《渡边淳一写给年轻人的幸福秘笈》根据渡边淳一的幸福论，给予当代社会中彷徨苦闷的年轻人以全新的启示。

在本书中，你将学会如何求得内心的平衡，学会在现代社会中怎样与人和谐相处，并取得最大程度的胜利。

相信每个读者，都能找到通往幸福的捷径，从而改变自己的心境乃至人生！

## <<渡边淳一写给年轻人的幸福秘笈>>

### 书籍目录

秘笈一：幸福，就是守住“谦卑态”不和周围的人比较降低参照标准幸福的谦卑态改变自己的幸福价值观和贫穷的时代比比看和法皇比比谁洗澡更方便秘笈二：幸福，就是懂得感激“身体”认识与生俱来的生存能力幸福就是“可以舒服地小便”懂得感激终日劳作的“心脏和血液”懂得感激“自备的安全机构”懂得感激肝脏这座“化工厂”你的身体绝不会背叛你不知有多少人羡慕你的健康别让身体太敏感秘笈三：幸福，需要了解“自律神经”“自律神经”和血管的关系血管随着心情变化而收缩扩张应激反应牵制着身体的健康担心自己患病，你真的会患病放松神经让你更幸福神奇的“欢笑疗法”秘笈四：幸福，要换个角度看待好与坏好与坏实为一体，只是角度不同结婚与未婚各有利弊升职与不升职的好坏不要从表象上判断好与坏变负担为动力丢掉糟糕的负面情绪不去怨恨和嫉妒别人秘笈五：幸福，就是冲破思维定式的束缚不要在心中竖起篱笆撒谎，不全是错误的“想做什么”和“必须做什么”做个不服老的人失眠也没什么大不了凡事别钻“牛角尖”……秘笈六：幸福，就要学会随机应变秘笈七：学会接受“进步的和不进步的”秘笈八：幸福，需要积攒智慧秘笈九：幸福，就在身边找一找秘笈十：学会与人交往才会幸福秘笈十一：所向披靡的独家恋爱论秘笈十二：从“男时”到“女时”的幸福转变

## <<渡边淳一写给年轻人的幸福秘笈>>

### 章节摘录

在职场上，拍马屁显得尤其重要，因为上下级以及同事之间的关系往往错综复杂，又很微妙，如果能适当拍拍各人的马屁，那么大家工作都开心有干劲，公司的工作氛围也就好了起来。

有个公司的事业部一直业绩平平，但部门主管深谙老板的心思，知道老板喜欢展望公司未来的远大前景，因此在每次开会的时候，就跟部门骨干们一起拍老板马屁。

在做过简单乏味的总结后，他们都要从思想认识以及公司美好发展的角度大谈特谈，听得老板非常开心，公司的工作氛围相当好，后来这几个人还获得了加薪升职的待遇。

渡边淳一提醒那些听人家拍马屁的人应该理性，在感到舒服之余不要把工作交给那些为讨好而来的拍马屁者，因为这类人可能没有多少实际能力，但他认为这类善拍马屁的人可以让公司环境更协调，如果能让他们跟有能力的人各尽其职就好了。

可见，拍拍马屁真没有什么坏处。

但是在拍马屁的时候一定要懂得技巧，要让人听了很入耳、很舒服，不能太露骨，也不能太谄媚。

要做到这一点就需了解对方的心情、感觉或需求，有针对性地拍拍马屁，一定会取得良好的效果。

千万不要拍马屁拍到马蹄子上。

古代有个这样的笑话。

一个生前爱拍马屁的人死后去见阎王，阎王说你在阳世专拍马屁说假话，现在要受割舌的刑罚。

这个人大叫冤枉，阎王问他冤从何来？

这人说：“我拍马屁那是不得已，阳世的人都喜欢听，我不拍不行啊。

要是阳世的人都像阎王爷您这样正直不阿，那我还拍什么马屁啊。

”阎王一听，这话可真受用，于是就免去了他的刑罚。

像这样就算是非常懂得拍马屁的了，照准了阎王的喜好，一句话就拍到了点子上。

人们还说“千穿万穿马屁不穿”，在我们拍对方马屁的时候，他很可能知道你这是奉承他呢，但只要奉承到位，对方绝对不会恼怒，反而会很开心。

因此，放下过于严肃的面孔，拍一拍身边人的马屁吧，比如夸奖一下女同事的新衣服真漂亮，或者热烈赞同一下领导的某个决定，这些小小的马屁一定会带给你更多的快乐和幸福。

.....

<<渡边淳一写给年轻人的幸福秘笈>>

编辑推荐

渡边淳一语录 · 幸福与不幸福的判断来自于和别人的比较。

越是这种时候，人们越是只注意到自己不理想一面，从而愈加感到自己不幸。

· 幸福并不是什么可望不可及的东西，只要寻找，它就潜藏在自己身边。

· 身体健康没有异常，这是感受幸福并抓住幸福不可或缺的基本条件，但是，身体再怎么健康，若是性格扭曲灰暗，即使能够感受到幸福，也不能拉近它。

· 在现实生活中，比起知识来，智慧更加重要，越是智慧丰富的人，抓住幸福的机会就越多。

· 不能只考虑自己的感受，也要考虑对方的心情。

有时，还要把对方的双亲和朋友的心情考虑进去。

· 假如凡事都抱着眼里容不得沙子的态度，锱铢必较，双方都会因此而窒息，彼此之间的关系很快就会土崩瓦解。

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>