

<<快感>>

图书基本信息

书名：<<快感>>

13位ISBN编号：9787504453464

10位ISBN编号：7504453463

出版时间：2005-5-1

出版时间：中国商业出版社

作者：李放

页数：278

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>

<<快感>>

内容概要

《快感：快乐人生的幸福圣经》讲述了快乐的生活是一种禅、快感是人们的快乐本能、让快乐成为一种习惯、乐观是一种积极心态、幸福是一种快乐心境、微笑是一种快乐态度、幽默是一种快乐天性。

书籍目录

第一辑 快乐的生活是一种禅1.快乐是一种感觉2.有谁捆住你了吗3.只要你希望自己快乐4.千金买不到真快乐5.感恩之心是快乐秘诀6.追求完美不如享受生活7.规矩太多了就很难快乐8.选择适合自己的生活9.悉心享受生活中小的喜悦10.学会接受现实并感谢生活11.快乐其实就在自己身边12.一切都不必太在乎13.天地之间有我禅14.三根树枝惊醒梦中人15.倘若生活可以重新来过16.心就是快乐的根17.禅师点化“魅力”18.地狱与极乐19.救命的佛珠20.天性快乐的高僧21.快乐即是佛22.快乐沐浴的麻雀23.谁缚谁解24.仙崖禅师劝架25.醒里和梦里26.阳光抚慰的笑脸27.这山水都是你的28.骷髅的快乐29.知份心自足，委顺常自安30.每天给自己一个希望31.人生之乐在于平淡32.惟有充实才能快乐33.得失之间，知足常乐34.向内心探寻幸福之源35.心中无事一床宽36.好心情也需要去寻觅第二辑 快感是人的快乐本能37.破译快感之谜38.幸福感与生俱来39.金钱不等于快乐40.解读快乐本能41.买不到快乐有科学性42.发现快乐两大关键要素43.“快乐”的经济学解读44.多想好事缓解压力45.快乐是健康的处方46.人脑中有些滑稽骨47.激活你的脑内啡……第三辑 让快乐成为一种习惯第四辑 乐观是一种积极心态第五辑 幸福是一种快乐心境第六辑 微笑是一种快乐态度第七辑 幽默是一种快乐天性

<<快感>>

章节摘录

1. 快乐是一种感觉 古代东方有个比丘学习入定，可是每当人定不久，就感到有只大蜘蛛钻出来捣乱。

没奈何，他只得请教老和尚去。

“我一入定，就有大蜘蛛出来捣乱，赶也赶不走它。”

“下次入定时，你拿支笔在手里，如果大蜘蛛再出来捣乱，你就在它的肚皮上画个圈，看看是哪路妖怪？”

得到老和尚的传授，那比丘准备了一支笔。

一次入定，果然大蜘蛛又出现了。

比丘见状毫不客气，拿起笔来就在蜘蛛的肚皮上画了个圈圈，作为标识。

谁知刚一画好，大蜘蛛就销声匿迹了。

因为没了大蜘蛛，所以那比丘便安然入定，再无困扰。

过了好长一会儿，比丘出定。

定睛一看，原来画在大蜘蛛肚皮上的那个圈记，就赫然存在于自己的肚脐眼周围！

这时，比丘方始悟到，入定时的那个破坏分子大蜘蛛，不是来自于外界，而是发自自身思想上的心猿意马。

困扰来自于自身。

这正可以说是：“天下本无事，庸人自扰之。”

“世界上的事往往就是这样，外因是变化的条件，只有内因才起决定作用。

对于本来不必担忧的事，却整日里愁眉苦脸，思前想后，忧此虑彼，不就和此人一样的愚昧无知，多此一举吗？

其实，快乐就是一种你能控制的感觉。

……

<<快感>>

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>