

<<在北大听到的24堂幸福课>>

图书基本信息

书名：<<在北大听到的24堂幸福课>>

13位ISBN编号：9787504478238

10位ISBN编号：7504478237

出版时间：2012-9

出版时间：中国商业出版社

作者：马银春

页数：259

字数：219000

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>

## <<在北大听到的24堂幸福课>>

### 前言

北大，是北京大学的简称，自1898年创立以来，她一直都是国际上知名度最高的中国大学，被公认为中国最高学府，同时她也是亚洲和全世界最重要的大学之一。

北大不仅仅是一所大学，她还是一个与中国近现代命运息息相关的神圣殿堂：陈独秀和李大钊曾在这里相约分别在中国南方和北方筹建中国共产党，毛泽东曾经在这里做过图书管理员，鲁迅、蔡元培、胡适等大批重要历史人物都曾在这里任职或任教……北大也不仅仅是北大人的北大。

前美国总统克林顿、前俄罗斯总统梅德韦杰夫等各国政要，美国微软集团董事长比尔·盖茨、中国阿里巴巴首席执行官马云、中国百度CEO李彦宏，以及著名影星成龙、李连杰等人在内的各界精英，都曾在北大讲台上留下过自己的身影和睿智。

“去北大听讲座”，早已不是北大学子的专利。

北大举办的讲座，也已成为一种品牌，场场座无虚席，掌声雷动。

得益于工作和机缘，笔者虽未能成为北大一员，但也曾在北大听过许多文化学者和商界精英的讲座，其中有人生的感悟、事业的指导、处世的原则、心灵的修炼，亦有读书、做学问方面的经验。

蒙牛为什么能够高速成长？当当网的经营模式有什么特点？季羨林有哪些养生秘诀？于丹的价值观如何？……毫不夸张地说，北大的各类讲座可以涵盖人生的方方面面，可以为我们的行为做出指导，也可以为我们实现人生价值最大化提供无限助力。

好东西要拿出来和大家分享。

我们相信，更多无缘踏入北大校门学习、也没有时间到北大听讲座的读者朋友，同样需要北大文化的滋养和启发。

因此，我们编撰了此套图书，挖掘、撷取了很多北大先哲、当代北大人和各界精英的哲思妙语，并根据写作需要加入了相应的经典案例，当然也不乏作者的一点儿管窥之见，希图站在巨人的肩膀上，感染更多的读者。

让北大精神在每一个读者心中延续她的辉煌。

## <<在北大听到的24堂幸福课>>

### 内容概要

马银春编著的《在北大听到的24堂幸福课》挖掘、撷取了很多北大先哲、当代北大人和各界精英的哲思妙语，并根据写作需要加入了相应的经典案例，当然也不乏作者的一点儿管窥之见，希图站在巨人的肩膀上，感染更多的读者。

阅读《在北大听到的24堂幸福课》，让北大精神在每一个读者心中延续她的辉煌。

## <<在北大听到的24堂幸福课>>

### 书籍目录

- 第1堂课 朋友——永不贬值的财富
  - 交友是最廉价的买卖
  - 哥们义气害处大
  - 有朋友的路才更宽
- 第2堂课 爱情——两情相悦，幸福一生
  - 对爱情，要懂得取舍
  - 别让婚姻埋没了爱情
  - 对爱你的人一定要珍惜
- 第3堂课 家庭——幸福的加油站
  - 孝敬父母从现在开始
  - 抽出时间多陪陪孩子
  - 幸福家庭是经营出来的
- 第4堂课 平安——人生最大的幸福
  - 出门在外，安全第一
  - 避免不必要的争执
  - 平平安安才是真
- 第5堂课 健康——金钱买不到的奢侈品
  - 坚持锻炼是保持健康的良药
  - 养成良好的作息习惯
  - 干事业不要太玩命
- 第6堂课 责任——责任源于信任
  - 为人应“忠诚”当先
  - 做好自己分内的事
  - 推卸责任是成功的绊脚石
- 第7堂课 有为——站起来，去干一番事业
  - 求人不如求己
  - 苦难是最好的老师
  - 幸福是人生最大的事业
- 第8堂课 理财——能挣钱，会用钱
  - 金钱不等于幸福
  - 赚钱要取之有道
  - 花钱要懂得节制
- 第9堂课 诚信——诚信为本，受用终生
  - 要成事，先做人
  - 诚信待人，幸福自己
  - 丢掉诚信是最亏本的买卖
- 第10堂课 博爱——博爱众生，怨恨无人
  - 爱心让你更强大
  - 大爱无疆，大德无言
  - 心怀天下，博爱众生
- 第11堂课 热忱——以心暖心，助人乐己
  - 用热忱温暖人心
  - 多夸夸别人的长处
  - 让冷漠远离自己
- 第12堂课 自信——面对困难，鼓足信心

<<在北大听到的24堂幸福课>>

相信自己能行

把人生目标定远一点

走出自卑，接受自我

第13堂课 自律——避免不必要的烦恼

控制自己比赢得别人更重要

别让骄傲干扰了自律

严于律己是一生的财富

第14堂课 乐观——大方自信，勇于面对

用微笑面对生活

不要成为悲观的奴隶

好心情就是大健康

第15堂课 坦然——遇事不惊，泰然处之

洁身自好，坦然做人

面对挫折，处变不惊

与其困惑，不如坦然

第16堂课 吃亏——懂得吃亏，获得幸福

巧用“退”的智慧

不要贪图眼前的利益

把眼光放长远一点

第17堂课 放弃——丢下包袱，轻装前行

学会为人生做减法

忘掉过去，赢在未来

鱼和熊掌不可兼得

第18堂课 信仰——远离迷信，走近信仰

人生得有个精神寄托

学会倾诉心中的不快

拥有一颗善良的心

第19堂课 淡泊——看淡了，心就放开了

不要将自己看得太重

名利是身外之物

懂得控制自己的欲望

第20堂课 享受——享受拥有的，忘记逝去的

停下来，放松自己

做自己喜欢做的事

别让工作成为负担

第21堂课 糊涂——人生在世，难得糊涂

大事要上心，小事别认真

人生要学会“藏智”

耍小聪明误大事

第22堂课 原谅——原谅他人，快乐自己

宽恕是最大的勇气

别拿他人的错误惩罚自己

不要得理不饶人

第23堂课 成功——幸福无学，成功有道

肯坚持，你就成功了一半

失败是通向成功的捷径

做事不要瞻前顾后

<<在北大听到的24堂幸福课>>

第24堂课 满足——知足常乐，幸福人生  
别拿别人的长处比自己的短处  
让生活充实起来  
珍惜自己拥有的

## <<在北大听到的24堂幸福课>>

### 章节摘录

版权页：生活中，每个人都需要朋友，每个人都离不开朋友，朋友的重要性是不言而喻，显而易见的。

没有人能独自在人生的大海中航行，没有人能在缺少朋友的世界中生活，选择什么样的朋友，就是选择了什么样的人生。

只有了解你的人才能做你的朋友，只有洞察你弱点的人，才可能成为你忠实的朋友。

友情的深浅，不仅在于朋友对你才能的钦佩程度，更在于他对你弱点的容忍程度，比你强的人成不了你的朋友；比你弱的人，你又不屑与他做朋友。

只有与你各方面都差不多的人，才最容易成为你的朋友。

因此，谁是你的朋友，谁就是你的生命尺度。

真正的朋友并不长相厮守，反而表现的十分清淡，即使相隔多年未曾谋面，一朝相会两个人的心灵便立即交织在一起，无需任何寒暄与过渡，双方就能融为一体。

我们无法想像没有朋友生活会是什么样子。

日常生活中，我们会因一时的冲动和同学、同事之间发生一些小矛盾，让自己的心理非常压抑，此刻，你就需要向朋友倾诉自己的烦恼，释放自己的压力。

一个人不管有多少学识，多大成就，如果不能与别人一起共存、不能培养对他人的同情心，不能对别人的事情发生一点兴趣，不能帮助别人，不能与他人分担痛苦、分享快乐，那他的生命必将孤独、冷酷、毫无乐趣的。

我们应该多和超过自己的人交朋友，和一些经验丰富、学识渊博的人接触交往；这样就能使自己在人格、道德、学问等方面受到熏陶，使自己具有更加完美的理想和情操，激发自己在事业方面的努力。

这种力量往往是无法估量的，其激励作用、创造力和破坏力都是巨大的。

如果你和弱者为友，就会不断地减弱自己的精神水平和工作能力，使自己的意志和理想堕落；与一个能激发我们生命中美善部分的人交往，其价值要远胜于获得名利的机会，因为这样的交往能使我们的力量增加百倍。

所以，社会交往和与他人的沟通交流中都蕴藏着巨大的效益。

一个性情要强的人习惯于依靠自己而不信任他人，在危难时，他宁肯自尊的毁灭也不愿向别人呼救；在志得意满时，他那锋利的个性常常伤害距离他近的人，他天性中有一股强烈的排他性，使周围的人被他吸引又被他驱开。

他的朋友只能是耸立在天边的另一个强者。

他们都不愿相互走近，只要彼此远远地看一眼，双方就能吸取对方的力量。

朋友越多，你就得更多的为朋友忙碌，也就是将自己的生命让朋友分享，而忙碌的结果就是朋友越忙越多；如果你是一位不愿在此方面付出的人，很有可能连过去的朋友也会逐渐消失。

不愿将自己与朋友分享的人，虽然保持了自身的完整，也会陷入孤独之中，完整本身就意味着孤独。

所谓为朋友忙碌，其实就是为自己忙碌。

因为每次忙碌都包含着一种信任与期待，也许有一天朋友也会为自己忙碌。

友情是一种储蓄。

储蓄友情的人不但渴望它保值，更渴望它会增值。

即使他不把储蓄的友情提取出来使用，那也是一笔招之即来的巨大财富，它会在你最需要的时候帮助你。

## <<在北大听到的24堂幸福课>>

### 编辑推荐

《在北大听到的24堂幸福课》写到，幸福是什么？

不同的人或许会有不同的答案。

有人认为有钱就幸福，有人认为有权就幸福，也有人认为生活中小小的满足即幸福，答案多种多样；但不可否认，幸福只是人们的一种感觉，不管你是怎样的身份，怎样的学历，怎样的年龄，从事什么样职业，只要生活中有让你感到心灵自由和愉悦的事，你就获得了幸福；这种事每天都在发生，就看你能不能把握住它了。

<<在北大听到的24堂幸福课>>

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>