

<<快乐手书>>

图书基本信息

书名：<<快乐手书>>

13位ISBN编号：9787550600133

10位ISBN编号：7550600139

出版时间：2010-12

出版时间：凤凰出版社

作者：张国庆

页数：302

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>

## <<快乐手书>>

### 内容概要

这是一本帮助生活在现代社会高压环境下的人们的心灵按摩书，作者通过一系列的名人故事和透彻的故事分析，让读者从心灵上得到抚慰，帮助人们寻找忙碌生活中的悠闲和纷杂社会中的美丽。是一部难得的让人们能够快乐起来的书。

<<快乐手书>>

作者简介

张国庆，中国社科院美国所学者，国际问题专家。

最早对朝核问题做出准确判断，对布什发动伊拉克战争真实目的及可能陷入的困境较早做出了清晰判断，准确预见日本加入联合国常任理事国失败及美国大选结果。

著有《一个人的世界——透视布什》等书，在几十所大学做过时政演讲。

## <<快乐手书>>

### 书籍目录

每天早上的选择: 幸福就是当你照镜子的时候, 喜欢你看到的那个人。

为什么镜子里面有幸福?

为什么年轻能当饭吃?

为什么有人天天在“坐牢”?

为什么说快乐是一种才华?

为什么男人一过三十就要对自己的脸负责?

为什么阴沉背后往往躲着虚弱?

为什么有福相的人往往有福气?

为什么心理整容最是物美价廉?

为什么阿庆嫂比祥林嫂讨人喜欢?

在心里打高尔夫球: 今天的笑, 不要留给明天。

为什么安静的心更容易遇到爱?

为什么苏格拉底娶了美女却没了幸福?

为什么相爱容易相处难?

为什么有的人会经常迷失?

为什么不经练习也能打好高尔夫球?

为什么卡斯特罗能成为传奇?

为什么天上掉的馅饼会砸到哈默?

找到开心的起点: 不要把太多的热血流在污泥中。

为什么小鬼难缠?

为什么说M B A是撑杆跳?

为什么好领导是开心果?

为什么娶神经质的人需要勇气?

<<快乐手书>>

为什么有时要笑着留在麻烦身边？

为什么说英雄莫问出处？

为什么写书能写出快感来？

把工作当作游戏：玩工作，而不是被工作玩，才是真正的游走于牛 A 和牛 C 之间的人。

为什么冠军的模样都是相似的？

为什么牛人常有些孩子气？

为什么95%的人都不知道自己要什么？

为什么拿破仑用枪就能救回溺水的人？

为什么谢安能赢得淝水之战？

为什么不馋的人往往会吃到更多？

为什么说会花钱的人是艺术家？

为什么会逛街的人往往会交际？

抢出来的快乐：生活中最难看的，不是失败，而是不努力争取。

为什么好运总是垂青于李嘉诚？

为什么学生爱戴“最恐怖的教授”？

为什么成功需要快半拍？

为什么成功者连失败的机会都不愿意放弃？

为什么韦尔奇卖鞋能卖出快感来？

为什么幸福需要一点坚持？

两点之间，曲线最短：有什么办法能使眉毛长在眼的下面呢？

为什么考古的人要先赚钱？

为什么布莱德雷升迁最快？

为什么水一样的女子最聪明？

## <<快乐手书>>

为什么两颗心之间直线最长？

为什么印度学生很少做选择题？

为什么戈尔巴乔夫禁酒还要查酸奶？

外语补习班的奇遇：生活中并不缺少快乐，缺少的只是发现。

为什么说没有错的人，只有错的组合？

为什么“漂亮眼睛”让人跑得快？

为什么有年龄差距的婚姻比较稳定？

为什么韦小宝过得最快活？

为什么可以随时骚扰的朋友是真朋友？

给自己点灯：许多人知道如何享乐，却不知道自己从何时起已不再向别人提供欢乐。

为什么很少有人请自己吃饭？

为什么聚会常常成为抱怨大会？

为什么许多杯具是比出来的？

为什么要给自己发奖金？

为什么真爱不是“追”来的？

为什么痴情是一种幸福？

为什么说向上的路是和别人一起走的？

有梦就有笑：人生的一大境界是“熊在树下跳舞，我在树上看风景”。

为什么祈祷也能战胜枪炮？

为什么说梦想是最美的月光？

为什么成功的人只有那3%？

为什么人生之路需要GPS？

为什么漂泊让人成长？

为什么过去了的会成为亲切的怀恋？

## <<快乐手书>>

把1放在0前面：当你没空休息的时候，就是你该休息的时候了。

为什么说熬夜是一种慢性自杀？

为什么说政治是生命力的较量？

为什么退休的人最喜欢上班？

为什么说站着睡觉是一种境界？

为什么雄鹰听不到鸡叫？

为什么大象睡得最踏实？

缓慢的乐趣：看球的人，往往比踢球的人更知道问题在哪儿。

为什么悠闲成了稀缺品？

为什么说伟大的作品需要慢慢体会？

为什么生病可以成为成长的机会？

为什么有些错过值得庆幸？

为什么希尔顿会梦到标底？

为什么懒人往往长寿？

为什么小孩子学电脑快？

免费的东东不好吃：别因为便宜就买自己不想要的东西，最终会是很昂贵的。

为什么免费有时比收费更昂贵？

为什么开心是生产力？

为什么网聊也许是最贵的支出？

为什么俄罗斯人喜欢采蘑菇？

为什么运动员很少得抑郁症？

心大成家：有多宽的心，就有多宽的路。

为什么狮子不和鼯鼠比赛？

## <<快乐手书>>

为什么很多人会有1分钱的烦恼？

为什么逛街有解毒作用？

为什么老虎没空和蚂蚁打招呼？

为什么越忽略越快乐？

为什么苏东坡活得不拧巴？

为什么说有一种爱叫做放手？

疼你的责任:心若没有栖息的地方，到哪里都是在流浪。

为什么感恩的心永远不累？

为什么说友情是幸福的邻居？

为什么说蝉比人活得明白？

为什么说爱是种子成长的秘密？

为什么说好花更要好人养？

好女人是一所学校：所谓缘份，就是给自己所爱的人机会，包括为她守候。

为什么说恬静的心是聚宝盆？

为什么旺夫的女子都是相似的？

为什么柳德米拉很早就知道普京能当总理？

为什么恋爱中的女人最漂亮？

为什么好女人让你不想“毕业”？

为什么幸福属于有准备的心？

为什么说爱是一种体育运动？

有谁是你：真爱喜欢不化妆的你。

为什么婚姻需要共同的感动？

为什么不能把爱情搞得太像服务业？

为什么在真爱面前你可以牙不刷，脸不洗？



<<快乐手书>>

为什么聪明的女人不查手机？

为什么广种往往无收？

为什么要学会对感情止损？

为什么买鞋要用自己的脚试？

倾听女人心：闭上嘴比张开嘴更需要勇气。

为什么最会说话的是耳朵？

为什么说人生如乘车？

为什么美国富商喜欢打高尔夫球？

为什么说让人舒服是一种品位？

为什么最好的补品是聊天？

扫出来的好心情：挥别错的才能和对的相逢！

为什么打扫房屋会有快感？

为什么说后悔等于损失翻番？

为什么有些失恋值得恭喜？

为什么聪明人很少解释？

为什么岁月可以泯恩仇？

为什么买股容易卖股难？

为什么没人为过期的牛奶哭泣？

远离不值得:你来我信你不会走，你走我当你没来过。

为什么好女经常会蹉跎在赖汉身上？

为什么有时选择太多等于没有选择？

为什么静能生慧？

为什么井多未必有水喝？

## <<快乐手书>>

为什么选路比走路重要？

快乐源自正确的错过：在爱的路上，最大的过错就是错过！

为什么人们常把最爱供奉在心里？

为什么好了伤疤就该忘了疼？

为什么奔跑的心没空哭泣？

为什么看人要看他如何恋爱？

为什么说消失自有消失的道理？

为什么做事可以冲淡痛苦？

开心说“不”：时间最大的敌人，是不会说“不”。

为什么有时要抢先说“不”？

为什么手机号不能乱留？

为什么“唯书和老婆不能外借”？

为什么说“不”之后要“消毒”？

为什么生活需要“插播广告”？

对着压力做鬼脸：有一种胜利叫撤退，有一种潇洒叫健忘。

为什么女人的焦虑超过男人？

为什么要把不快当野狗？

为什么成功者没时间吵架？

为什么今天的压力要今天清？

为什么说悲剧与生命的容器有关？

为什么说婚前旅游是在为婚姻把关？

为什么一杯水可以引发一场战争？

为什么谣言怕“法拉”？

为什么忙着解释的人常会忘了赶路？

## <<快乐手书>>

在最苦的时候笑着：一个人的快乐，不是因为他拥有的多，而是因为他计较的少。

为什么孔子的粉丝最多？

为什么大象不生蚂蚁的气？

为什么男人要亮剑不晾伤？

为什么有信仰的人比较靠谱？

为什么说乐观主义是运气的一部分？

为什么说苦难是提高脑力的机会？

把每一次失意变成凯旋：重要的不是你在生活中的遭遇，而是你怎样对待它。

为什么说没有错误的人最失败？

为什么很多传说是逼出来的？

为什么说失败中藏着人生的真相？

为什么罗琳能用梦想照亮财富？

为什么输得起的人才能成大赢家？

感谢敌人：拿破仑说：“没有敌人，我会睡着的。”他还说，“活得好就是最好的报复。”

为什么狗鱼会让鳗鱼保持活力？

为什么人不怕蚂蚁念叨？

为什么丘吉尔被骂成了画家？

为什么一念地狱一念成天堂？

为什么有人情味的人走得远？

你的手机充电了吗：对付审美疲劳的办法，就是日日常新。

为什么图书馆会让人感到渺小？

为什么不景气的时候更要投资自己？

为什么说停滞是学习的最好机会？

<<快乐手书>>

为什么吉列会无情地攻击自己？

为什么30岁的人会有60岁的心脏？

在变化中找到天堂：不能和“奶酪”一起死去。

为什么换个环境常能换种心情？

为什么一个人的地板常是另一个人的天花板？

为什么石头战胜不了海浪？

为什么说变化是一种令人舒服的虚荣？

为什么说意识不到危机是最大的危机？

现在启程：今天比昨天好，这就是希望。

为什么你听不到机会女神的敲门声？

为什么有些事值得等一辈子？

为什么有些东西丢掉了才觉得温暖？

为什么错爱总是太胖，真爱总是很瘦？

为什么说现在就是最好的时刻？

## &lt;&lt;快乐手书&gt;&gt;

## 章节摘录

输什么也不能输了心情 有智者说, &ldquo;你不可能因为给人一个微笑而丧失什么, 因为它永远会再回来。

&rdquo; 东西怎么出去, 就会怎么回来。

没有人不喜欢微笑。

但问题是, 在现实生活中, 使人微笑的事物往往不在你身边, 而令你烦躁、不安的事物却往往挥之不去。

不能与自己喜欢的人和事在一起, 是许多人不快乐的根本原因, 因为你没有快乐的来源。

我始终认为, 一个人或一件事能令你不舒服一定是有着什么原因的, 有的原因要过很久你才有可能知道, 而有些原因你永远都不会知道, 但这些都并不重要, 重要的是它使你不舒服, 它影响到你的心情、你的判断, 也&ldquo;谋杀&rdquo;了你的时间。

你不离开他, 就会有重要的机缘离开你。

人是一种很情绪化的动物。

没有好心情的時候, 灵感和创造力都会&ldquo;退避三舍&rdquo;, 如影随形地只剩焦躁不安和缺乏自信, 而这种不健康的生活状态, 又往往是许多危险和更大挫折的前奏。

为此, 你必须果断离开使你不快的人和事, 不要让它们控制你, 束缚你, 扼杀你。

如果你不喜欢自己的处境, 那就从现在开始采取行动加以改变吧。

你可以对真心待你的朋友或家人坦言, 写信给能够帮助你的人, 也可以通过日记等方式&ldquo;写信&rdquo;给自己, 当然你也可以像憨豆那样寄信或贺卡给自己。

或者就像一个朋友所说的那样, 去喝一杯咖啡, 吃一筒冰淇淋, 买一件衣服, 剪一种新发型, 走一条街, 看一场电影, 看一个老朋友, 聊一回往事, 数一晚星星&hellip;&hellip;只要自己能够好过一些, 只要能够及时退出泥泞的心理地带。

就像经济复苏要找到新的经济增长点一样, 快乐或者说不拧巴的生活, 也需要新的导火索点燃。早点找到, 多点找来, 会让我们的生活更多平静, 更少躁动, 更多活力, 更少麻木。

所幸的是, 这个时代的一大特点是人们的选择多了, 流动起来也更容易了, 没有什么人和事是你真的绕不过去的。

当留下来的痛苦大于你的所得时, 就是你该离去的时候了。

而且常常是, 你离去之后, 人们才会真正意识到你的可贵, 你的价值, 你的不可替代。

快乐是一种才华。

在一个很多人都习惯于闷闷不乐, 习惯于抱怨和纠结的时代, 快乐, 从心底长出来的快乐, 是使人独特的气质, 是使能量倍增的能力。

有能力让自己快乐的人, 才有能力让自己的事业快乐, 也让别人快乐。

灯塔自己不发光, 又如何照亮航船?

是时候停止伤感了, 因为人生足够漫长, 还有太多机会, 也因为今天只有一次, 逝不再来。

而所有的人生体验, 都是独特和新鲜的, 都是成长的阶梯, 都是多年后的美丽回忆。

人生不是得到, 就是学到。

今天, 你笑了吗?

如果你深入了解一下, 你会发现, 你所遇到的一些一脸冰霜的人, 头脑中多半都会有很多消极的想法, 由于选择了消极的思维方式, 所以只能更多地表现出消极的情感状态。

想法消极的人往往会情感消极。

比如有的人失恋过几次, 就对自己产生了怀疑, 以为自己不受任何人欢迎, 并由此患上&ldquo;失恋恐惧症&rdquo;, 把自己锁进孤寂和失落的心灵 &ldquo;牢房&rdquo;中, 从而错过本该属于自己的良缘。

有人遭到朋友的背叛, 便从此不相信任何人, 结果孤家寡人地漂泊在人生路上, 从而与许多人生的乐趣和机缘错过了。

不能从昨天的黑暗中走出来, 就真的有点像坐牢一样, 每天都在延续阴霾。

## &lt;&lt;快乐手书&gt;&gt;

知道了这些，我们也就不要再对那些冷冰冰的苦脸耿耿于怀了，那多半是与你无关的，是对方选择了把心放在了冰窖或尘土中，你不需要负责任的。

不过，出于人道主义，咱不妨对他笑笑，让他知道牢房的钥匙在他自己手里，并且外面的人都在欢迎他出去……最喜欢《肖申克的救赎》中主人公逃出牢狱的那一刻，离开不开心的过去，是多么开心的事情呀。

而你我，完全可以像那个快乐的人一样，每天早上起来后都诵读一下“选择经”，就像那为精彩的射门而准备的所有训练一样，选择“越狱”，而不是独守牢笼。

为什么说快乐是一砣才华？

一个快乐的人不一定是富有，最有权势的，但一定是最聪明的。

他的聪明就在于懂得人生的真谛，那就是，花开不是为了花落，而是为了灿烂。

有人说，人比人得死，货比货得扔。

这其实是一个伪说法，因为这世上每个人都是独特的，任何两个人都没有可比性，人能够做到的比较靠谱的事情，是和自己比：是否今天多了一点进步，是否今天多了一些笑容？

更进一步，人可以与一年前、一个季度前哪怕是一周前的自己相比，有了哪些进步，还有哪些不足，哪些需要继续，哪些需要转舵？

都要问个清楚。

须知，今天问不清楚的事情，明天可能就会成为问题。

只有经常与自己比，尽可能地不断进步，人才有可能得到更多的快乐的资本，快乐也才会成为人的一种“习惯”。

不过，考虑到人性的弱点不是一会儿半会儿能克服的，如果有时实在忍不住要比的话，那么，比较“环保”的比法是：不比人有己无的，只比人无己有的。

就像有人开玩笑说的，你不要与游泳冠军比游泳，你要和他比下棋。

也许你会说这样做有点阿Q，但如果这样做能使你保持一颗平常心，能够快乐而安然，阿Q一点又何妨？

更何况这样做并不危害他人。

说快乐是一种才华的另一层含义，是它真的有技术含量，那就是必要的幽默感和智慧。

许多人都曾被恶意短信骚扰，有时也会因此很不开心。

但也有人应对得很好，甚至还产生了快感。

有一个银行职员，在收到短信“请把钱汇到指定账号上”之后，就按照账号每次汇出1分钱，同时从收款人账户扣掉2元。

连续汇出大概1元多钱时，终于收到收款人发来的信息：“别再汇款了，已经扣掉200多了，你是内行吧！

叫我们怎么生活呀！

”你知道为什么吗？

是因为这位仁兄在汇款时选择了“收款人支付手续费”，每笔是2元！

……

<<快乐手书>>

编辑推荐

幸福就是当你照镜子的时候，喜欢你看到的那个人。  
当你没空休息的时候，就是你该休息的时候。  
闭上嘴比张开嘴更需要勇气。  
两点之间，曲线最短。  
你来，我信你不会走；你走，我当你没来过。  
在爱的路上，最大的过错就是错过！  
有一种胜利叫撤退，有一种潇洒叫健忘。  
今天比昨天好，这就是希望。

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>