

<<寻觅幸福的脚步>>

图书基本信息

书名：<<寻觅幸福的脚步>>

13位ISBN编号：9787563929535

10位ISBN编号：7563929533

出版时间：2012-1

出版时间：北京工业大学出版社

作者：魏新

页数：281

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>

## <<寻觅幸福的脚步>>

### 内容概要

现代社会是一个经济快速发展的社会，也是一个科技进步的社会，更是一个让人兴奋却又浮躁的社会。

很多人虽然面对着精彩的世界，却内心空虚。

恐惧感、自卑感，挫败感等心理压力不断地侵袭着人们的内心，人们到哪里去寻找心灵的平静，怎样才能让自己的生活更幸福呢?找到打开幸福之门的方法，就能走进幸福的殿堂。

## <<寻觅幸福的脚步>>

### 书籍目录

淡定是一种人生态度  
淡泊明志，宁静致远  
采菊东篱下，悠然见南山  
让内心停驻在纯净中  
宠辱不惊，成败随意  
安心做好自己  
淡定不是淡漠  
当下的力量就是幸福的力量  
“已失去”和“未得到”，其实都不重要  
给你一个柠檬，就把它做成柠檬汁吧  
维纳斯的缺憾美  
懂得分享的人更幸福  
别让时空观阻碍你的生活  
多一点中庸，多一分智慧  
假装快乐，封锁幸福的防线  
造成平庸的凶手——伪快乐  
无中生有造成虚幻人生  
逃避恐惧真的能带来安全感吗  
限制自己的不是环境，而是内心  
唯美的人生，不能懒惰  
直击痛苦的方法—自我肯定  
触摸工作，感受生活  
.....  
包容与爱，让幸福放光  
心若在，幸福就在  
永无止境的追寻，累吗  
有一种舍叫做得  
寻觅就能找到，很简单  
你快乐吗？  
我很快乐

## <<寻觅幸福的脚步>>

### 章节摘录

放不下，是因为没看破。

佛法告诉人们要看破人生，实际上不是让人们一切都抱着“事不关己”的心，而是对于人生价值的一种肯定。

因为人们只有透过醉生梦死的虚幻人生，看破功名利禄是过眼烟云，把人生的恶习一点点克服掉，才能够显示出人生的价值。

不看破这虚幻、迷惑的人生，人生的价值是永远不会显现出来的。

看得破就能“放下”，“放下”了也就看破了，也就不再执著于小我，这样就能步入离苦得乐的解脱之道。

《巴尔的摩哲人》的编辑亨利·路易斯·曼肯曾经说过，财富就是你比你妻子的妹夫多挣100美元

。行为经济学家说，我们越来越富，但并没有觉得更幸福，部分原因是，我们没有看破，老是拿自己与那些物质条件更好的人比，把名利过于细化。

电话发明以前，人们不用电话照样可以生活得很快乐，但现在如果没有电话，和别人沟通的范围就会受限，所以没有电话的人就想拥有一部自己的电话。

在过去，没有车照样可以出行，但现在，不得不挤公共汽车，不得不为买火车票而焦头烂额。

再从教育上看，若在过去，不上学也不是不能生活，但现在每个人都在尽最大的努力，上更好的学校，为的就是获得比别人更好的社会通行证和更强的生存能力。

社会的发展，让我们的欲望不断疯长，也让人们的内心充满了焦虑。

现代社会整体发展了，即使最穷的人，也比古代一般的富人生活优越。

有人曾作过比较，说现在一般家庭都用上抽水马桶了，而无人匹敌的古罗马帝国国王当时只能蹲在石板砌成的茅坑。

可尽管如此，现代人还是端起碗来吃肉，放下筷子骂娘。

看不破，就不能解脱。

……

## <<寻觅幸福的脚步>>

### 编辑推荐

《寻觅幸福的脚步》从多方面讲述了如何获得人生中的幸福，怎样把握当下的幸福，如何从平淡中获得真实的快乐，如何让自己拥有幸福，怎样掌控自己的欲望，如何减少心中的烦恼，让内心获得一份平静和快乐。

<<寻觅幸福的脚步>>

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>