

<<放下欲望就能幸福>>

图书基本信息

书名：<<放下欲望就能幸福>>

13位ISBN编号：9787563934119

10位ISBN编号：7563934111

出版时间：2013-1

出版时间：北京工业大学出版社

作者：王晓静

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>

## <<放下欲望就能幸福>>

### 内容概要

《放下欲望就能幸福》内容简介：这个世界唯一不变的就是变化。当这个世界已经变得不是我们想象的样子，我们该如何变化？

## &lt;&lt;放下欲望就能幸福&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章单纯的幸福：寻找迷失的“伊甸园”简单就是幸福 儿时的幸福总是那么真实 夏日的柠檬茶 享受不需要拥有一切 瑕疵也是一种美 “傻”得幸福 美梦未必要成真 第二章设定欲望的底线：保护你的幸福 幸福快乐秘密 欲望是动力之源 切实的欲望 欲望无止境，幸福源于感悟 设定欲望的底线 幸福感指数 第三章无欲无求：幸福不要奢望别人给 表达幸福的方程式 幸福七色花 远方的幸福有多远 一分钱的快乐 第四章少一点浮躁：让狂躁的心平静下来 平静才会幸福 心如止水 单恋柠檬汁 倾听风的声音 汪洋中的一条船 远离浮躁才能幸福 做好小事照样幸福 第五章走出抱怨：幸福是一种心态 不抱怨的人最幸福 叩开幸福的大门 收获人生的幸福 积极乐观就会拥有幸福 远离抱怨 让感恩回归心灵 第六章控制欲望：不可成为贪婪的奴隶 人心不足蛇吞象 不节制的欲望很可怕 君子爱财，取之有道 知足才会幸福 珍惜拥有，勒住贪婪的野马 简化生活，幸福在不远处 第七章宠辱不惊：闲看庭前花开花落 名利得失，不过是过眼云烟 平常心，享受幸福 懂得珍惜，才能收获幸福 有意义的生活才幸福 心灵的超脱，就是幸福 做点分外之事 第八章放弃是一种解脱：勇于放弃才能有所收获 固执像欲望的鼠标 享受一下生活 学会选择，懂得放弃 不计一时得失 输得起才能赢得起 以正确的心态对待问题 第九章懂得宽容，幸福才会多一点 人生难得糊涂 退一步是福 真诚做人，收获幸福 中庸多一点，幸福多一分 有容人乃大 计较不一定就能占便宜 幸福人生不计较 宽容是给幸福上的一堂课 让宽容滋润你幸福的心灵 第十章与人为善：分享他人快乐是最大的幸福 送人玫瑰，手有余香 善有善报 与人为善，幸福自己 学会付出 分享给你带来融洽 第十一章学会豁达：豁达是远离烦恼走向幸福的捷径 远离烦恼 用微笑去面对生活 乐观让生活充满幸福 做自己喜欢的事情 倒掉鞋里的那粒沙 豁达造就幸福 学会豁达，让心灵更自由 把自己的苦日子过甜 第十二章把握当下：幸福需要勇气和果断 果断，幸福就来的快 幸福可能会逃跑 勇敢地去追求幸福 第十三章多一点热情：热情是快乐的秘方 爱上冷漠，远离幸福 用热情的火种融化冷漠 幸福在热情中 让别人看到我们的热情 点燃火焰、点燃幸福 灌溉幸福的种子 热情是对幸福的追求 第十四章多一点善良：善良的心是世间最美的花朵 勿以善小而不为 送你一双天使翅膀 幸福之帆，扬帆远航 善良总会有不同的结果 下一站幸福 爱与善良无处不在 善良的行为是为自己留下的路标 爱可以战胜困难、创造奇迹 良知是一味最好的药 尊重善意也是一种美德 善良是一种安然 善意如灯，照亮我们每一次善行 上帝都看得到 心灵的美好可以成全生命的美好 善良之心让世界充满爱 第十五章把握舍与得，取是一种本事，舍是一门哲学 在取舍中寻求幸福 有所失才能有所得 人生是不断得失的过程 超然一些，看淡得失 打开心结，才能收获幸福 第十六章换一种活法，卸下精神的枷锁 给心灵松松绑 把压力变成动力 换一种活法 让心情“充充电” 第十七章享受现在的拥有：有一种生活叫快乐 生活原本很完美 不要太苛求完美 享受此刻就是幸福 正视缺陷，没有完美的人 享受现在的拥有 自然地面对生活 拥有阳光心态 永不绝望 厄运中蕴含着机遇 心存希望，幸福就在你手中 挖掘自身宝藏，带来幸福生活 尊重生命，生活才幸福 多一点微笑，生活会更加绚丽多彩 珍爱生命，好好活着 第十八章让生活充满阳光：好心情塑造幸福的人生 给自己一份好心情 每天给自己一个希望 多一点童心，多一点好心情 做自己喜欢的事 把快乐种在心里 快乐的钥匙在谁手里 第十九章卸下欲望的枷锁，感悟幸福的真谛 活出真我，幸福自然生 平平淡淡才是真 幸福，源于我们的感觉 善待今天就是幸福 多一点逍遥，少一份束缚 珍惜自己，活在当下

## <<放下欲望就能幸福>>

### 章节摘录

版权页：其实，安静就是一种幸福，是对待生活的浅浅姿态，是对待未来的默默期待……怎么样的生活才是幸福的，很多人都在想，其实能在喧闹的世界中找到一片属于自己的安静的天空，何尝不是一种幸福呢！

有人说和自己相爱的人在一起，有的人说是做自己喜欢做的事，也有人说幸福就是这样，有很多种！

世界上还有很多人正在期望着这种感觉，请想一想此时此刻我们还能安静地坐在这里是不是也是一种幸福呢？单恋柠檬汁 柠檬很酸，还伴随着苦楚，却富含丰富的营养。

人生就是一个酸涩的柠檬，需要由我们自己亲手将它榨成一杯酸酸甜甜、可口的柠檬汁，伴着榨汁时候需要经历的挤压、蹂躏，慢慢品味这个由酸变甜的过程。

这需要我们的勇气，而在人生路上，我们一定要有这种克服被挤压、被蹂躏的酸涩过程，才能吸收到人生中最不可缺少的一种甘甜营养，那就是——幸福。

大多数年轻朋友羡慕的是李嘉诚现在的财富、名望和地位，而对李嘉诚经历过的苦难、逆境和挑战知之不多。

李嘉诚在童年时，父亲因劳累过度不幸染上肺病。

为了给父亲治病，一家的生活过得相当清贫，两顿稀粥，再加上母亲去集贸市场收集的菜叶子便是一天的粮食。

父亲逝世后，14岁的李嘉诚被迫离开学校用他稚嫩的肩膀，毅然挑起赡养慈母、抚育弟妹的重担。

曾经一位年轻人向朋友介绍过李嘉诚先生苦难的童年时代，并问他愿意经历这样苦难的童年吗？

这位朋友沉吟良久后说：“我担忧我无法经历这样的人生考验。

”李嘉诚说，他学到最价值连城的一课，是逆境和挑战能激发起生命的力度，我们的成就是可以超乎自己的想象的。

“贫穷不一定是缺乏金钱，而是对希望及机遇憧憬破灭的挫败感。

很多人害怕可上升的空间越来越窄，一辈子也无法冲破匮乏与弱勢的局限。

我理解这些恐惧，因我曾经一一身受。

没有人愿意贫穷，但出路在哪里？

”李嘉诚说。

的确，贫穷不一定是缺乏金钱，而心灵的贫穷更加可怕。

李嘉诚成长的年代，香港社会是残酷而悲凉的。

那时候没有什么社会安全网，饥饿与疾病的恐惧强烈迫人；求学的机会不是每一个人的权利，贫穷常常像一种无期徒刑。

今天香港社会新的富足，为大部分人带来相对的缓冲保障，这是许多像李嘉诚那样的前辈胼手胝足、筚路蓝缕为香港社会奠定的基础。

<<放下欲望就能幸福>>

编辑推荐

《放下欲望 就能幸福》由北京工业大学出版社出版。

<<放下欲望就能幸福>>

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>