

<<预约你的幸福人生>>

图书基本信息

书名：<<预约你的幸福人生>>

13位ISBN编号：9787802209329

10位ISBN编号：7802209323

出版时间：2011-11

出版时间：中国画报

作者：清风徐

页数：234

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>

<<预约你的幸福人生>>

内容概要

这本书由著名作家雪小禅、两性情感专家罗西、鲁迅文学奖获得者张雅文等联袂点评推荐！

在我们的生活中，有些人过着平淡的日子，感觉很幸福；有些人成绩斐然，却觉得幸福离自己很遥远。

关于幸福，每个人都有着自己的定义，正所谓仁者见仁，智者见智。

但之所以出现这样看上去似乎相悖的“因果”，是因为幸福感是一种非常主观的情感体验。

对幸福的体验是一种心理能力。

<<预约你的幸福人生>>

作者简介

清风徐，教育工作者，作家，曾用笔名九金，黑龙江省作家协会会员。
热爱文字，把写作当成呼吸。
热爱自然，让灵魂的背景山水相依。
热美好，用纯善折射光芒，滋养风雨无常的日子。

<<预约你的幸福人生>>

书籍目录

幸福要素1：坚守一种信念，犹如自己的信仰

生命终究难舍蓝蓝的白云天

梦不老

海在心里，春暖花开

因为爱着你的爱

举例说明美好时光

拿什么拯救你

母亲替我做母亲

谁有谁的城

那个男孩掀翻了我的办公桌

飞越高山的翅膀

婚姻的另一形式

心有阳光天下亮

居家的女人

不能没有你

微笑的故事

与一支曲子相逢

幸福要素2：不错过机遇和机会，珍惜每一刻幸福

婚前婚后的高跟鞋

明天我还会来

生活，是一种修行

等待春暖花开的日子

奔跑的快乐

这个秋天，你在谁的梦里

感伤来自心灵

那些年华那些花

冬天与冬天是不一样的

那些细枝末节的事情

取舍间活出自己的风采

明灭

凌晨的声音

虎视眈眈的不一定是敌人

不要把自己埋在冬天里

怀念清高

生活的另一种味道

幸福要素3：拒绝诱惑和负赘，轻者登顶天堂

美国没有“天美意”

黄山仅仅是座山

婚姻就是一片瓦

绣生活

需要是生存的本能

电影片段一样的行走

忧伤是件奢侈的事

勇敢地醉一次

谁比谁更疼痛

<<预约你的幸福人生>>

谁会影响你行走的方向

这个人你永远不必等

抓住青春的马尾巴

要和陌生人说话

佛缘

我想和你结婚

幸福要素4：打开善爱悲悯之心，仰望天高云淡

与足球无关

阿玲走了

映照心灵的光影

一杯冰镇牛奶

等待一双鞋

蒜香婆媳

我从春天来，向春天去

美丽相遇

放飞一盏许愿灯

冬天可以做什么

我的厨房宝典

背景音乐

离婚要趁早

有一个词叫人民

幸福要素5：保持真挚纯美的胸怀，欣赏花开花落

水果爱情

那些被时光雕刻过的你的样子

因为行走，我们相逢

女儿学会了思念

收到一封手写的信

毕竟是爱情

我在你的寻找中体味幸福

会吹“仙气”的老师

我们拥有一个萧红

春天的红格子棉衬衫

你是谁手心里的宝

谁都不是谁的另一半

人走茶不凉

梦里乾坤

清晨，在路上

幸福要素6：培养强大的潜力量，锁住幸福不流失

我留痕在你清冽的空气中孩子这块阵地

这样的旅行像研磨咖啡

去看像海一样的湖

黑夜里的金丝雀

那些飘雨的日子

把海的声音带回家

平常的日子也有力量

老兵的风景

说好今生不牵手

<<预约你的幸福人生>>

许你一个聆听鸟叫的清晨
圣诞节的三个温馨时刻
每个人都应该知道谁是你的世界
在时光的洪流中勇敢学会爱

<<预约你的幸福人生>>

章节摘录

那是一段暗无天日的生活。

她和丈夫已分居三年。

朋友借给她一间房，早年的筒子楼，老态龙钟的模样。

走廊里堆满了乱七八糟的杂物，白天进去，一片昏暗。

夜晚归来，伸手不见五指，几乎是盲人一样摸着走路。

她住在长长走廊的这一头，另一头只是偶尔有人走动。

遥远的，像是此星球看彼星球。

那一阶段的压抑，没有经历的人不会懂。

那一时期的恐慌，闭上眼睛仍然会出现黑暗里摸索时的心悸。

想过杀人，想过自杀，最终理智战胜冲动。

有一种命运，当你抗拒不了，当你摆脱不了，便只能在挣扎后，归于平静地忍耐。

她的坚忍，应该是那时炼就的。

那年的夏天，国人异常热情地关注一场足球赛。

她的房间里没有电视天线，更别说是有线了。

那台老式电视机，开机后就是吱吱啦啦的噪音，以及晃眼睛的雪花。

她裹挟在万千球迷们中间，在市政府广场的大屏幕前。

黑压压的人群，自发地秩序着，很多个关键时刻，大家都屏住呼吸。

集体的聚焦。

集体的沉默。

集体的惊呼。

最后是，集体的沮丧。

那一刻，她突然清醒，这个世界，比自己那点事儿更揪心的，太多太多。

在黑暗里回到了住处，无眠。

打开收音机漫无目的地调台，停在了一档热线节目。

没有开灯，不知道是什么波段，也不晓得那个电台主持人姓名谁。

适逢一个电话打进直播间，男主持人接听电话，“喂喂”了两声，那边却是长时间的沉默，而后发出一声叹息，仿佛从一个无底的黑洞传来。

主持人不断地询问，不断地开导：“您有什么难处，跟我们说说，或许，听友们可以出出主意，想想办法。

”那边，除了叹息，还是叹息。

敬业的主持人没有灰心，继续开导。

时间一分一秒地过去了，那边终于说话了，有气无力，断断续续。

隔着电波，无奈和绝望穿透时空。

.....

<<预约你的幸福人生>>

媒体关注与评论

不管你生在哪里，不管你住在何方，不管你贫穷还是富有，也不管你年轻还是年长，你都可以拥有属于自己的幸福。

你是幸福的，只是你暂时没有意识到。

——中央电视台《心理访谈》节目特邀专家（杨凤池）

幸福不是如电光石火般的短暂之旅，而是要持续相当长的时间，甚至一生。

幸福并不是惊天动地、金碧辉煌；生命中温暖的瞬间、美妙的时刻，那种在我们心中可以久久去体味的真情，就是幸福最朴素的本质。

——毕淑敏

不要认为外在的物化的目标如果一旦实现了就会幸福，宝马车里的人不一定比骑着自行车的人幸福。

不要觉得别人很幸福，幸福是鞋，穿着舒不舒服只有自己知道。

真正的幸福一定是小的事情所累加的持续的过程。

——白岩松

如果你决定要幸福，那么，现实世界中没有任何人、任何力量可以阻拦你！

如果决定要幸福，那么，就不要受干扰，打点起精神，看着你的目的地，尽量对自己微笑，走完你要走的过程。

——吴淡如

<<预约你的幸福人生>>

编辑推荐

梦想照进现实，幸福温暖人生。

给人生一片晴空 你从没听过的幸福私语，在她温婉的讲述和提示中，预约你的幸福人生。

知名作家雪小禅、两性情感专家罗西倾情推荐！

幸福越来越少？

<<预约你的幸福人生>>

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>