<<请你一定要幸福>>

图书基本信息

书名:<<请你一定要幸福>>

13位ISBN编号: 9787802558663

10位ISBN编号:7802558662

出版时间:2011-9

出版时间:企业管理出版社

作者: 张晓玲

页数:217

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

<<请你一定要幸福>>

内容概要

生活的路上总会遇到各种各样的风景,惊喜与挫折,机遇和煎熬,现实的压力和困难常常让我们错过了我们应该享受的幸福和快乐,如果我们年轻时就知道什么是幸福该多好啊,如果明天的幸福就 放在手边该多好啊!

《请你一定要幸福》会在耳畔轻轻告诉你,你握在手心里的幸福密码。

所有的生命都该拥有滋养心灵的沃土,在这片沃土上种植希望和幸福。

《请你一定要幸福》从家庭、事业和情感之间的关系入手,分析人性的弱点,阐释幸福的意义,帮你寻找当下的幸福,告诉你你所忽略的快乐,追寻你想要的生活,协调自身的矛盾,畅想未来的快乐人生,跟你一起共同提高你的生活质量,帮你走出奋斗路上的迷茫,重新确定幸福的方向。 请你一定要幸福,用别人的智慧,开阔你的视野,和你相伴一生。

<<请你一定要幸福>>

作者简介

张晓玲,出生于八十年代,做过记者、老师,公司职员及杂志编辑,05年后陆续发表小说、散文,喜欢游走,酷爱写作,现居长沙。

<<请你一定要幸福>>

书籍目录

第一章 这里的幸福不限量

- 1.幸福的出发地
- 2. 发现内心真正的渴望
- 3. 所谓的"有意义"的人生
- 4.幸福的递减效应
- 5. 小小幸福
- 6. 正确认识自己
- 7. 幸福与利他主义

第二章 幸福不只是个信仰

- 1.幸福指数
- 2. 学会示弱
- 3. 学会信任
- 4. 情感表达
- 5. 关于自由
- 6. 面子问题
- 7. 关于物质追求

.

第三章 用幸福滋养生命 第四章 渴望幸福没有错 第五章 请你一定要幸福

后记

<<请你一定要幸福>>

章节摘录

版权页:我想你应该也很喜欢奥黛丽·赫本吧,那个《罗马假日》里清纯高贵、优雅、多情,向往自由浪漫的美丽公主,让我们看到了现实世界里的童话。

美丽的赫本一生都是光辉灿烂的,不仅是因为她在那么多电影里塑造了近乎完美的形象,更因为她的 善良和博大的胸怀。

赫本1998年就担任了联合国儿童基金会亲善大使。

她经常举办活动为贫困地区儿童募捐,足迹遍布危地马拉、埃塞俄比亚、洪都拉斯、委内瑞拉、厄瓜 多尔、孟加拉等亚非拉许多国家。

晚年的赫本重病缠身,她还拖着病体到索马里看望因饥饿受到死亡威胁的儿童。

在赫本去世后,美国电影艺术和科学学院将1993年度的奥斯卡人道主义奖授予了她。

她的一生都受到观众的喜爱,贫困地区的人们更加爱戴她,她的爱心和人格已经超越了她在电影事业 上取得的光辉。

相比较赫本美丽的容颜,我相信我们更热爱她的灵魂和精神。

虽然人们目前还不清楚,是幸福的人爱行善,还是行善的人更幸福,但幸福与利他主义行为显然有密切联系。

从心理学的角度来讲,许多情况下利他主义的行为中包含着人们的同情心。

同情心本身包含着一种悲悯的心理,而悲悯,在佛家人的眼里,又有对人间的苦难包含着博大的爱的 眼光。

所以,利他主义又不单单是一种对外界的施舍和帮助,更多的时候已经上升到精神和灵魂的层面,比起只为自己庸庸碌碌,仅仅以谋私利而苟存于人世间的人来说,利他主义者已经将自己的精神升华到一定的高度了,站在这个高度,我们对生活以及对人世的百态,已经有了不同于常人的看法,付出自我的行为,能让我们的心胸更为豁达,也就更能体会生活的本味和意义。

<<请你一定要幸福>>

编辑推荐

《请你一定要幸福》:亚里士多德说:幸福源于我们自己。

我说幸福就是一种小满足,因为幸福很简单。

你觉得幸福是什么呢?

爱的付出?

激情过后的回味?

自我重建的实现?

.....快快跟着温暖的旋律,播下希望的种子。

向幸福出发吧!

诚邀您与我们一起讨论幸福这个永恒的话题:你现在幸福吗?

你觉得怎样才算真正的幸福?

你现在的幸福感是源于真正的幸福,还是被幸福、伪幸福?

在通往幸福的路上,你又有哪些苦恼?

为了幸福,你又愿意放弃些什么?

其实我们现在所有的努力都是为了这两个字——幸福,对吗?

仁者见仁。

智者见智。

欢迎各位朋友一起讨论。

<<请你一定要幸福>>

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