

<<幸福书>>

图书基本信息

书名：<<幸福书>>

13位ISBN编号：9787010087153

10位ISBN编号：7010087156

出版时间：2010-3

出版单位：人民

作者：李嘉美

页数：179

字数：120000

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>

## 内容概要

这是一本并不厚的书，但它的创作却吸引了近千人参与，全书300条对幸福的认识和感悟，凝聚了众人的经验、智慧和力量；这是一本内容并不高深的书，但它的创作过程却深深打动和感染了每一位参与者，全书300条浅显朴实的道理在参与者之间相互传递，提升了大家的幸福感受。

这是一本值得我们每个人用心阅读、经常阅读的书，道理虽然浅显朴实，心动、行动却要伴随我们终生。

这是一本值得我们以真挚之心传递出去，让所有国人都来阅读和感悟的书，国人都幸福，你我才能身处其中！

幸福是什么？

每个人心中都有自己的答案。

在我国历史上，儒家幸福观、释家幸福观和道家幸福观曾深刻影响着每一个人。

孔子认为幸福包括纯粹德性幸福、抽象德性幸福、现实德性幸福三种形态。

纯粹德性幸福包含“安贫”和“乐道”两个方面，把“道”作为个体人生的全部追求所在，奉颂“朝闻道，夕死可矣”；抽象德性幸福不主张追求功利幸福，同时也不排斥功利幸福，强调人与自然和谐统一，追求“知者乐山、仁者乐水，知者动、仁者静，知者乐，仁者寿”的境界；现实德性幸福把功利幸福作为德性修养的必然产物，主张“言寡尤，行寡悔，禄在其中矣”、“学也，禄在其中矣”。佛经中有一部专门告诉世人如何获得幸福的《吉祥经》，从家庭、事业、交友等各个方面讲述了得到“最吉祥”的方法，如：“八风不动心，无忧无污染，宁静无烦恼，是为最吉祥！”

佛法认为不可以离开烦恼而只谈幸福，在很大程度上，幸福感的获得主要依赖于对烦恼的灭除。

烦恼的生起往往是因为内心过多甚至过分的贪欲，而最根本最深固的贪欲是对“我”和“我所有”的强烈执著。

大众较为熟悉的《心经》告诉人们要用智慧进行“观”和“照”，通过“照见五蕴皆空”来破除对“我”的执著，认识到一切事物包括我们自身都是变化的不是永远的，从而放下对财、色、名、食、睡五欲的强烈贪求，得到“心无挂碍”的安然和自在。

道家的幸福观强调“道法自然”，主张人类生活幸福的至道在于因应自然，人类不幸的源泉在于自身无穷无尽的欲望，要“知足常乐”才能永远过上幸福的生活。

可以看出，无论是儒家、释家还是道家，都主张幸福内在于个人的精神世界，内在于每个人的生活。

新中国成立后，马克思主义幸福观开始深入人心。

马克思主义把创造幸福和享受幸福结合起来，认为创造幸福是前提，然后才谈得上享受幸福。

对无产阶级和劳动人民来说，没有劳动就没有幸福可言。

在社会主义条件下，只有社会劳动才是创造幸福的根本途径。

只有为共产主义事业而奋斗，为绝大多数人谋利益，才是人生的最大幸福。

曾几何时，为了国家，为了集体，热火朝天、共同劳动的场面，曾让国人无比幸福。

然而，当追求财富最大化的市场经济开始主导人们的生活，当全球思想文化交流交锋开始波及最普通的民众，传统的幸福观开始面临各种思想、各种欲望的强烈冲击和挑战。

我们不否认一定的物质生活水平是实现幸福生活的先决条件，毕竟人首先是一个生物体，要吃得饱、穿得暖才谈得上精神世界；我们不排斥人们可以用多种思维方式寻找幸福，毕竟思想禁锢的年代早已过去，我们对自己的信仰和自己认同的主流价值观有着坚定的自信。

但是我们发现，在中国经过30多年的改革开放之后，在相对以往日渐优裕的物质生活条件下，在相对以往越来越开放自由的思想环境下，却也有不少人感悟不到幸福。

出现这种现象有着比较复杂的社会原因，其中一条就在于过分强调了物质生活对于幸福的作用，这种观念引导着人们去追求根本没有终点的财富增长。

正确的态度是认识到物质生活并不能涵盖生活的全部内容，更不能以物质生活好坏作为评判幸福与否的唯一标准，而只有把物质生活转化成精神感受才能感受到幸福。

所以，在当今大发展大变革大调整的时代背景下，必须注重构建正确的主流幸福观，促进全社会形成强大的精神力量，使人们的幸福感受适应和谐社会的需要，体现和谐社会的内涵和要求。

## &lt;&lt;幸福书&gt;&gt;

追求幸福感受是千百年来人们奋争不息的动力源泉。

然而，找到幸福其实并不难，因为幸福是可以读来的。

这里说的“读来”的幸福，不单是“问道”之后找到打开幸福大门的金钥匙，还是一种现世的、实实在在可以感受到的幸福。

当有人把我们来不及体会的幸福，用文字展现出来供我们品味；当有人把他刻骨铭心的瞬间幸福感受，毫不吝惜地与我们共享；当有人把他追寻幸福路上的印记，留给我们后来人用作指路明灯，无论对他们本人，还是对我们读者，不都是一种幸福吗？

打开《幸福书》翻上一两页，你就会发现原来自己并不是世上最幸运的，也不是世上最不幸的；原来自己正在走的路已经有无数人走过，生命有尽头路却没有终点；原来离别还可以重逢，距离也可以产生美；……。

幸福需要感悟，也需要传递。

人类社会发展到今天，我们早已不再是单纯的生物个体，而是作为一个社会人出现在世人面前，每个人的个体行为都在影响着社会的发展与进步。

作为理性的人类，每个自主的人生都要经历由认识自我到实现自我再到超越自我的辩证运动过程，“这个辩证过程中，人不断发展与完善自我，获得人生的意义，提升做人的价值并体验人生的快乐与幸福。

一部人类的发展史就是这样一部对幸福的追求史，通过对幸福的追求而不断探究人的存在意义、存在方式、存在内容的反思史”。

当我们作为一个生命个体，提高了自身的生命质量、实现了个体的幸福追求之后，就要思考怎样从小我走向大我，从当下走向未来，从个人走向社会，拓展自己的幸福。

本书的创作团队，力求通过探寻和传播当今时代的幸福感悟，使更多的人能够接近幸福、拥有幸福，并进而在更大的范围内传递幸福、普及幸福。

这不但生动诠释了“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的传统中华美德，更深刻体现了人人为我、我为人人的社会主义道德新风尚。

阅读这样一本书，既是在阅读幸福，也是在阅读创作者的心路。

希望所有有缘读到这本书的人，把感悟幸福和传递幸福作为自己幸福的实现方式之一，和创作者一道为整个社会的进步、发展，为社会全体成员的幸福贡献一份力量。

## &lt;&lt;幸福书&gt;&gt;

## 书籍目录

序1 人人都追求幸福2 幸福之门3 西方的幸福观(1)4 西方的幸福观(2)5 我国古代的幸福观6 马克思恩格斯论幸福7 生逢伟大时代8 “早上好,祖国母亲!”9 师恩的阳光,照亮幸福的前程10 追求快乐和幸福是一种能力11 幸福不是奢侈品12 幸福与快乐13 幸福原来是免费的14 在处理好三种关系中获得幸福15 幸福有大小之分16 经历磨难也是~种幸福17 追求幸福是有条件的18 好好学习,天天向上19 真幸福、假幸福20 幸福就是活在当下21 幸福与成功22 幸福是身边有亲友23 幸福是物质需要与精神需要的统一24 道德是幸福的必要条件25 幸福是宽容26 幸福需要摆脱物质的羁绊27 幸福感是由一个个小幸福构成的28 学会放弃其实也是一种幸福29 幸福是手中有事做30 幸福需要细心体味31 幸福,是现在进行时32 幸福是“成人之美” 33 幸福要奋斗,更要懂享受34 幸福属于懂得感恩的人35 被人需要是一种幸福36 幸福是有价值的人生 37 心头若无烦恼事,便是人间好时节38 宽恕是开启幸福之门的钥匙39 幸福的能力40 幸福需要健全的人格41 幸福是知足常乐42 幸福是能力和欲望相平衡的境界43 幸福取决于对待生活的态度44 追求的过程也幸福45 关心是幸福46 给予是幸福47 幸福是自己创造的48 幸福既患寡也患不均49 幸福是你自己的选择50 换个角度看问题51 知识是感受和创造幸福的中介52 幸福与责任同行53 真诚是幸福的源泉54 幸福从微笑开始55 行动是幸福的通道56 原创的幸福最能够直抵人心57 理想是幸福的翅膀58 幸福和劳动在一起59 真正的幸福是要接受生活的瑕疵60 情趣成就幸福61 赞赏是幸福的宝藏62 幸福和痛苦仅一念之差63 得来不易更幸福64 创造幸福的要诀65 幸福是生命开出的一朵花.....后记

## 章节摘录

1 人人都追求幸福一位叫帕斯卡尔的法国人，是17世纪一名很有影响的数学家、物理学家和哲学家，他曾经说过一句很朴实的话：“人人都寻求幸福，这一点是没有例外的。

”我们试看周围的世界，不论国籍与民族，不论身份与性别，也就是说，所有的人，包括中国人、外国人，男人、女人，老人、孩子，健康的、疾病的，有文化的与没文化的，有地位的与没地位的，城市的、农村的，包括本书的每一位读者，确确实实是“人人都追求幸福”，这一点不会有例外。

2 幸福之门在寻求幸福的问题上，可以说“条条大道通幸福”，但是，这条条大路之中却有远近之别和正歧之分。

如果不慎走上一条远路或歧路，那样不但会多走许多冤枉路，甚至于会南辕北辙，背离原来的目标，明明要寻求幸福，结果却陷入苦恼与痛苦之中。

幸福是尽可能多地与自然相接触我们从自然中来，最终也要回到自然中去。

世间万物，包括我们人类，都是大地的孩子，母亲抚养了我们，回到母亲的怀抱，怎能会不亲切、不舒适呢！

当心情不好的时候，到海边吹吹风，看着没有边际的大海，听着海浪拍打岩石的声音，心情就会逐渐放松。

我们总是感叹高楼里的花草过于娇贵，即便怎样精心培育也很难让它们茁壮成长，然而令人惊奇的是，同样的花草甚至是已经枯萎的花草，从楼上搬回到花棚，经过大地母亲的安抚，经常能够再次焕发生机。

人也如此，要尽可能多地接触自然，多呼吸室外的新鲜空气，这样我们会由内而外地觉得轻松，任何烦恼都会随风而逝。

幸福是生活在安全之中安全感能让人放松，能让人细细品味幸福、快乐。

安全感缺失时，会使人陷入恐慌、紧张之中，这种情况下，又有谁会在乎如何能幸福地生活呢。

安全是生存的基本保障，因此只有在安全的环境中。

## 后记

创作《幸福书1》真的很幸福：回味曾经的幸福，是一种幸福；思考对幸福的认识，是一种幸福；创作中与众多认识的、不认识的朋友共同合作、交流，是一种幸福；书稿完成后，得到众多朋友的认可、赞誉和大力推荐，更是一种幸福。

说这本书是上千人共同创作的，一点没有夸张。

金爱慧博士、习骅博士、李长修博士、吴继林、张楠等在北京大学、清华大学、中国人民大学、中国人民公安大学、东北师范大学、中国矿业大学等高校的教师和本科生、研究生中共征集了约600份稿件，程磊老师、袁媛老师在中关村三小的学生中征集了近100份稿件，圣元公司的丁钟女士在企业员工中征集了近100份稿件，我们核心创作团队的其他人也都是从身边不同类型（不同职业、不同身份、不同年龄、不同兴趣爱好等）的亲友、同事中征集了很多感悟和认识方面的稿件。

虽然其中很多稿件没有直接采用，但最终的书稿中浓缩了众人的思想精华。



## &lt;&lt;幸福书&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

为伟大祖国和人民服务，忠实地履行职责、完成使命，是我最大的幸福！  
希望《幸福书》能帮助所有国人都找到属于自己的幸福！

——杨利伟（航天英雄） 幸福是人类共同追求。

不同文化背景的人，其幸福观和幸福感是不一样的。

追求幸福是每个人的权利。

但任何人对幸福的追求，都不能以损害他人的幸福为前提。

只有为更多的人带来幸福的人，才是伟大而高尚的人。

——薄贵利（国家行政学院公共管理研究中心主任，教授、博导） 幸福是一种体验，是一种感悟，更是一种生活态度。

我以为，此书是打开幸福之门的一把金钥匙。

——李章泽（博士，中央机构编制委员会办公室综合司司长） 处理好现代化与原生态的关系，既是国家的福祉，也是人民的幸福。

——张燕生（国家发展和改革委员会对外经济研究所所长，研究员，博导）

幸福是生活的丰富多彩，顺其自然；幸福是事业的不断追求，百折不挠；幸福是爱情的两相愉悦，心有灵犀；幸福是生命终点的内心宁静，无怨无悔！

——刘国辉（原新华书店总店总经理，现人民文学出版社党委书记、副社长）

包容是幸福，包容自己的对手是更大的幸福。

由此，家庭与社会走向和谐，个人的心灵趋于安宁，生活变得更加美好。

——邹平（中国社会经济系统分析研究会常务副理事长，研究员） 幸福是一种感觉，只关乎人的内心。

学会感恩，学会感激，学会感悟，学会感动，用你独特的方式去传递幸福，让别人得到幸福，你就会一直走在幸福的大路上。

——罗杰（《云南日报》社社长） 当每一个人真心去探寻幸福产生的根源

并真心创造幸福的时候，人与人之间才具有最大的共同点。

幸福教育是形成共同的幸福观的基础，当你在通往幸福的道路上看到越来越多的同路人时，幸福指数才能够成为衡量社会进步的标尺。

——皮钧（博士，中国青年志愿者协会副秘书长） 人的一生其实就是寻找

幸福并享受幸福的过程，如果孩子们能从小就学会认识幸福、学会品味幸福，那么无疑会有助于他们正确选择并及早踏上他们幸福的人生之路——这正是父母也是教育工作者的价值和理想所在。

——刘大立（博士，中国青少年宫协会副秘书长） 人们对幸福的理解不同

，但追求幸福的目的是是一样的。

《幸福书》教我们发现幸福，感受幸福，创造幸福，传播幸福，让每个人都生活在幸福的环境中。

——李春生（人民出版社副社长） 我一直在思考关于幸福的问题，关于人

生的问题，总觉得做新东方那么多年，这些问题还没有思考完毕。

《幸福书》提供了非常生动的参考和充满血肉的阐述。

这本书的深远意义还在于：普通人心目中的幸福正是构建我们这个幸福时代的最强音。

——俞敏洪（全国政协委员，新东方教育集团董事长） 一个人要幸福，就

要消除自我，千万不能以自我为中心，要以自我为中心的人是永远幸福不了的，不管他拥有多少钱，不管他拥有多大的权力，不管他长得多漂亮，都不会幸福。

——潘石屹（著名企业家） 中国目前正处于眼花缭乱的快速发展阶段，很

多人在精神、利益、理想、创新、现实、物质之间徘徊，幸福有时候真的显得非常遥远。

愿这本书汇集的涓涓溪流给大家带去幸福的问候，幸福的温暖。

——李开复（创新工场董事长兼首席执行官，微软中国研究院创立者） 《

幸福书》不是一本沉重的书，不是一本说教的书，更不是一本乏味的宣传读物。

它以崭新的视角，温柔的表述，集中了芸芸众生对于幸福的思考。

## &lt;&lt;幸福书&gt;&gt;

多少年以来，我一直致力于青年人思想启蒙的指导以及人生规划的工作，我很钦佩这本书创作团队所做的努力，希望幸福深入万家灯火，希望幸福照亮中国前程。

——徐小平（著名留学、签证、职业规划和人生发展咨询专家）

幸福是一

杯醇香的美酒。

让我们在和谐在阳光下，都来品味《幸福书1》中对幸福的深刻解读！

——李成言（北京大学政府管理学院党委书记，教授，博导，中国监察学会副会长）

启迪人生价值思考，倡导积极心态培养，促进和谐社会建设。

——王有强（清华大学公共管理学院党委书记、教授，博导）

有责任心、责

任心和感恩之心的人是幸福的！

幸福需要分享！

阅读《幸福书》，分享幸福，拥有幸福！

——李文胜（博士，北京大学教授）

《幸福书》是一部揭示真谛、颇堪玩

味的案头佳作。

——杨健（中国人民大学金融信息中心主任、公共管理定量分析研究所所长，《投资与证券》杂志主编，教授，博导）

人的一生都是在追求幸福，只有真正的幸福才会带来我们的极乐。

一些肉体的快乐也许瞬间就会被忘记，而一生中最宝贵的那一份所有却会被忽视，我们必须提前知晓什么是真正的幸福，否则遗憾此生。

——廖理纯（北京市政协委员，教授，著有《国力方程》、《还佛祖之本意》等力作）

创新是幸福，创造更幸福，它们不仅为个人带来成就感和愉悦感，更重要的是为全社会贡献智慧和财富。

——张建平（博士后，国家发展和改革委员会外经所国际合作室主任）

这

本箴言般的人生幸福感悟汇集，适时地帮助人们解读了从本能快感、感官快乐、情绪激动、想象沉醉、情感愉悦、理性幸福、超感契合等多层多彩的幸福内容；告诉人们幸福不仅是感悟，也是历练能力和豁达态度，更是人格的修养境界。

相信这本书对于读者道德地获得幸福非常具有启迪意义。

——牟岱（博士，辽宁社会科学院哲学研究所所长、研究员）

幸福是一种

心境，跟财富、年龄与环境无关。

常怀感恩之心，常念感激之情，播撒爱心，致力育人，温暖在每一个培华人心中传递，并随之播撒到四面八方。

有心就有福，有愿就有力，自造福田，自得福缘。

——姜波（博士，西安培华学院理事长）

生逢伟大时代，生在伟大国度，

这是当今所有中国人的大幸福；人生境遇不同，每个人又都有自己的小幸福。

不管是大幸福，还是小幸福，只有学会感悟，懂得感恩，才能品味其中真谛。

——张泽群（中央电视台著名主持人）

什么是幸福，如何才能获得幸福，

这本书会给我们启示。

——刘劲（著名影视演员，周恩来饰演者）

用我们《自由飞翔》里的歌词

“是谁在唱歌，温暖了寂寞……岁月如此沉重，早已热泪感动，被你一水消融……”

——凤凰传奇（著名歌手组合）

我觉得幸福就是一家人健健康康、开开心心地在一起生活，幸福就是实现自己的一个小小的愿望，其实幸福很简单，幸福是知足常乐！

——王宝强（著名影视演员，曾饰演傻根、许三多、顺溜、董存瑞等众多角色）

“贫以务求为德，富以施舍为德，贵以下人为德，贱以忘势为德，官以亲民为德，商以立信为德，学以正己为德，荣以含藏为德，辱以进取为德，成以身退为德，败以再战为德”——乔波诚托《幸福书》策划人及所有作者转予上述人生精辟概括及理解幸福感受，并与各位读者朋友共勉。

——叶乔波（全国政协委员，曾获得14个世界女子速滑冠军）

对家长而言

，望子幸福其实比望子成龙更重要。

最好的教育是为孩子的一生幸福奠基的教育。



<<幸福书>>

——舒大军（中国人民大学附中西山学校校长）

<<幸福书>>

编辑推荐

《幸福书1》：三百条幸福感悟凝聚上千人智慧与人生阅历幸福全社会、幸福中华民族的一本好书儿童必读，少年必读，青年必读，中年必读，老年必读，人人必读幸福是可以读来的，幸福是可以学来的!倡议人人参加“感悟幸福，传递幸福”大型社会公益活动(倡议书及活动方式见书内)杨利伟、俞敏洪、叶乔波、薄贵利等28位名人名家联袂推荐

## &lt;&lt;幸福书&gt;&gt;

## 名人推荐

为伟大祖国和为人民服务，忠实地履行职责、完成使命，是我最大的幸福！

希望《幸福书》能帮助所有国人都找到属于自己的幸福！

——杨利伟（航天英雄）幸福是人类共同追求。

不同文化背景的人，其幸福观和幸福感是不一样的。

追求幸福是每个人的权利。

但任何人对幸福的追求，都不能以损害他人的幸福为前提。

只有为更多的人带来幸福的人，才是伟大而高尚的人。

——薄贵利（国家行政学院公共管理研究中心主任，教授、博导）幸福是一种体验，是一种感悟，更是一种生活态度。

我以为，此书是打开幸福之门的一把金钥匙。

——李章泽（博士，中央机构编制委员会办公室综合司司长）处理好现代化与原生态的关系，既是国家的福祉，也是人民的幸福。

——张燕生（国家发展和改革委员会对外经济研究所所长，研究员，博导）幸福是生活的丰富多彩，顺其自然；幸福是事业的不断追求，百折不挠；幸福是爱情的两相愉悦，心有灵犀；幸福是生命终点的内心宁静，无怨无悔！

——刘国辉（原新华书店总店总经理，现人民文学出版社党委书记、副社长）包容是幸福，包容自己的对手是更大的幸福。

由此，家庭与社会走向和谐，个人的心灵趋于安宁，生活变得更加美好。

——邹平（中国社会经济系统分析研究会常务副理事长，研究员）幸福是一种感觉，只关乎人的内心。

学会感恩，学会感激，学会感悟，学会感动，用你独特的方式去传递幸福，让别人得到幸福，你就会一直走在幸福的大路上。

——罗杰（《云南日报》社社长）当每一个人真心去探寻幸福产生的根源并真心创造幸福的时候，人与人之间才具有最大的共同点。

幸福教育是形成共同的幸福观的基础，当你在通往幸福的道路上看到越来越多的同路人时，幸福指数才能够成为衡量社会进步的标尺。

——皮钧（博士，中国青年志愿者协会副秘书长）人的一生其实就是寻找幸福并享受幸福的过程，如果孩子们能从小就学会认识幸福、学会品味幸福，那么无疑会有助于他们正确选择并及早踏上他们幸福的人生之路——这正是父母也是教育工作者的价值和理想所在。

——刘大立（博士，中国青少年宫协会副秘书长）人们对幸福的理解不同，但追求幸福的目的是是一样的。

《幸福书》教我们发现幸福，感受幸福，创造幸福，传播幸福，让每个人都生活在幸福的环境中。

——李春生（人民出版社副社长）我一直在思考关于幸福的问题，关于人生的问题，总觉得做新东方那么多年，这些问题还没有思考完毕。

《幸福书》提供了非常生动的参考和充满血肉的阐述。

这本书的深远意义还在于：普通人心目中的幸福正是构建我们这个幸福时代的最强音。

——俞敏洪（全国政协委员，新东方教育集团董事长）一个人要幸福，就要消除自我，千万不能以自我为中心，要以自我为中心的人是永远幸福不了的，不管他拥有多少钱，不管他拥有多大的权力，不管他长得多漂亮，都不会幸福。

——潘石屹（著名企业家）中国目前正处于眼花缭乱的快速发展阶段，很多人在精神、利益、理想、创新、现实、物质之间徘徊，幸福有时候真的显得非常遥远。

愿这本书汇集的涓涓溪流给大家带去幸福的问候，幸福的温暖。

——李开复（创新工场董事长兼首席执行官，微软中国研究院创立者）《幸福书》不是一本沉重的书，不是一本说教的书，更不是一本乏味的宣传读物。

它以崭新的视角，温柔的表述，集中了芸芸众生对于幸福的思考。

## &lt;&lt;幸福书&gt;&gt;

多少年以来，我一直致力于青年人思想启蒙的指导以及人生规划的工作，我很钦佩这本书创作团队所做的努力，希望幸福深入万家灯火，希望幸福照亮中国前程。

——徐小平（著名留学、签证、职业规划和人生发展咨询专家）幸福是一杯醇香的美酒。

让我们在和谐在阳光下，都来品味《幸福书1》中对幸福的深刻解读！

——李成言（北京大学政府管理学院党委书记，教授，博导，中国监察学会副会长）启迪人生价值思考，倡导积极心态培养，促进和谐社会建设。

——王有强（清华大学公共管理学院党委书记、教授，博导）有爱心、责任心和感恩之心的人是幸福的！

幸福需要分享！

阅读《幸福书》，分享幸福，拥有幸福！

——李文胜（博士，北京大学教授）《幸福书》是一部揭示真谛、颇堪玩味的案头佳作。

——杨健（中国人民大学金融信息中心主任、公共管理定量分析研究所所长，《投资与证券》杂志主编，教授，博导）人的一生都是在追求幸福，只有真正的幸福才会带来我们的极乐。

一些肉体的快乐也许瞬间就会被忘记，而一生中最宝贵的那一份所有却会被忽视，我们必须提前知晓什么是真正的幸福，否则遗憾此生。

——廖理纯（北京市政协委员，教授，著有《国力方程》、《还佛祖之本意》等力作）创新是幸福，创造更幸福，它们不仅为个人带来成就感和愉悦感，更重要的是为全社会贡献智慧和财富。

——张建平（博士后，国家发展和改革委员会外经所国际合作室主任）这本箴言般的人生幸福感悟汇集，适时地帮助人们解读了从本能快感、感官快乐、情绪激动、想象沉醉、情感愉悦、理性幸福、超感契合等多层多彩的幸福内容；告诉人们幸福不仅是感悟，也是历练能力和豁达态度，更是人格的修养境界。

相信这本书对于读者道德地获得幸福非常具有启迪意义。

——牟岱（博士，辽宁社会科学院哲学研究所所长、研究员）幸福是一种心境，跟财富、年龄与环境无关。

常怀感恩之心，常念感激之情，播撒爱心，致力育人，温暖在每一个培华人心中传递，并随之播撒到四面八方。

有心就有福，有愿就有力，自造福田，自得福缘。

——姜波（博士，西安培华学院理事长）生逢伟大时代，生在伟大国度，这是当今所有中国人的大幸福；人生境遇不同，每个人又都有自己的小幸福。

不管是大幸福，还是小幸福，只有学会感悟，懂得感恩，才能品味其中真谛。

——张泽群（中央电视台著名主持人）什么是幸福，如何才能获得幸福，这本书会给我们启示。

——刘劲（著名影视演员，周恩来饰演者）用我们《自由飞翔》里的歌词“是谁在唱歌，温暖了寂寞……岁月如此沉重，早已热泪感动，被你一水消融……”——凤凰传奇（著名歌手组合）我觉得幸福就是一家人健健康康、开开心心地在一起生活，幸福就是实现自己的一个小小的愿望，其实幸福很简单，幸福是知足常乐！

——王宝强（著名影视演员，曾饰演傻根、许三多、顺溜、董存瑞等众多角色）“贫以务求为德，富以施舍为德，贵以下人为德，贱以忘势为德，官以亲民为德，商以立信为德，学以正己为德，荣以含藏为德，辱以进取为德，成以身退为德，败以再战为德”——乔波诚托《幸福书》策划人及所有作者转予上述人生精辟概括及理解幸福感受，并与各位读者朋友共勉。

——叶乔波（全国政协委员，曾获得14个世界女子速滑冠军）对家长而言，望子幸福其实比望子成龙更重要。

最好的教育是为孩子的一生幸福奠基的教育。

——舒大军（中国人民大学附中西山学校校长）

#### 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>