

<<幸福悖论>>

图书基本信息

书名：<<幸福悖论>>

13位ISBN编号：9787501760671

10位ISBN编号：7501760675

出版时间：2004-1

出版时间：中国经济出版社

作者：董耀会

页数：322

字数：236000

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>

<<幸福悖论>>

内容概要

幸福，古往今来的人们都在不懈努力地追求着、探寻着。

每个人都会度过他的一生，或长或短。

它可能极其辉煌，也可能极其平庸；它可能极其善良、美好，又可能极其卑劣、龌龊。

遗憾的是，大多数人抱憾终生也解不开它的疑团。

本书以寓言小故事、人物访谈对话及生活哲理论述等，揭示了人生幸福的诸多疑团。

融心理学，社会学、伦理学为一体，故事性、趣味性、现实性强，深入浅出，层层深入地论述了幸福的表象及内涵。

<<幸福悖论>>

书籍目录

序论 幸福的探索 健康地活着就是一种幸福。

当一个正为没有鞋而哭泣者，突然看见了一个失去双脚的人，他开始嘲笑己的软弱。

有多少人把幸福寄托在金钱、财物、权势这些外在的有形之物上，最终却和幸福失之交臂。

你跨越千山万水，只为寻找幸福，然而它却在每个人的身边，在你的脚下。

一、愁眉不展的幸福寻找者 二、在探索幸福泉源的路上 三、神秘的人生幸福密码第一论 幸福的秘密 幸福是可以操纵、控制的吗?答案是肯定的。

幸福的生活来源于你的行为态度、价值观及思维方式的选择与设计。

一个总是认为自己不幸福的，是永远也不会幸福的。

让我们循着这个原理和“年轻人”一起，去探寻人生幸福快乐的行为法则。

一、态度的决定作用 二、把握现在就是把握幸福的开始 三、每天都做正面自我暗示 四、设定明确的生活目标 五、没有人不需要被宽恕 六、向别人伸出帮助的手 七、珍惜同每一个人的关系 八、寻找轻松有趣的一面 九、信心是幸福快乐的基石 十、幸福一定属于你第二论 幸福的天堂 天堂、地狱仅一念之差!幸福在哪里?人的幸福在于精神，不在于物质；人的幸福在于追求中的满足，不在于封闭保守中的知足。

人的幸福本质上不在于完美，甚至也不在于形式。

从一定程度上说，幸福是一种残缺的美。

人间根本就没有完美的幸福。

只有天堂才完美，可天堂又根本就不存在!一、幸福快乐在哪里 幸福快乐的秘密 快乐人的内衣 在正确的地方找你要的东西 你渴极了，水便是天堂 幸福不久留二、什么是幸福 幸福的比较效应 幸福公式里要素 什么是幸福快乐 幸福的愿望 千金难买的最大愿望 知足者幸福 生也幸福，死亦快乐 幸福的滋味从苦难中来三、幸福的内核 幸福是一种心态满足 追求既在的精神享受 平淡也是一种幸福 追求生活的满意 幸福满意的相对性 阿Q幸福精神四、幸福的安神曲 苦海无涯乐作舟 马尔克斯式的感慨与知足的乡亲 无灾有时也是福 悠闲的中国人 平凡质朴是福 黄连树下好弹琴 现代浮尘的背后五、富人的天堂 有钱人，幸福吗 豪门世家的烦恼 一夜暴富是福还是祸 富翁们的平凡生活 一般老百姓的金钱幸福观 金钱幸福论 欲壑难填的幸福黑洞第三轮 幸福的幽门 “问君能有几多愁，恰似一江春水向东流!” 一部人类史，一部人生史，都可以解读成追求幸福的历史。

古往今来的人们生生世世都在不懈地追求和探寻着幸福。

很多人以为拥有了财富、地位、名利、爱情就拥有了幸福。

然而，在今天物质文明高度发达，很人在充分享受物质文明带来的乐趣之同时，却仍然烦恼重重，痛苦不堪找不到幸福感，这是为什么呢?一、谁挡住了你的阳光 云层之上的天空 众生痛苦之因二、心灵的十字架 人头脑中的世界模型 思想是原因，环境是结果 幸福由你掌握 重新审视你的情绪 调控选择情绪模式三、放下你背负的工具 放下本该放下的 摆脱物欲的羁绊 勿过分追逐荣誉 戒除不合理观念 勿“撞南墙” 戒除“面子大道理”四、搞亮心愤的玻璃 我是肚子的使者 以他人为镜你才是镜 镜子对镜子才能生出无数镜子 擦亮心上的玻璃镜子五、超然另一种境界 平衡才能有幸福 人生的另一种超然 观照是人生幸福的最高境界六、人生涅槃佛学解脱法 修明正见 不为假像所惑 忘却虚妄的心念第四论 幸福的黑洞 追求幸福的终极目的是什么?是追求更高的学历吗?是想成为一个完美的人吗?是追求尊贵的身份吗?应该都不完全是，确切地说是要学会如何幸福地生活。

我们应该明白幸福没有明天也没有昨天，只有现在。

一、追求幸福的盲区 签证不成一波又起 错上加错幸福之遥 迷途有路执不回头 幸福的遥远回响二、成功的失败者三、别一味攀高枝四、征服幸福第五论 幸福之路 幸福存在于快乐之中吗?幸福与快乐究竟是何种关系?通往幸福之路在哪里?如果说人生的目标是为了追求幸福、满意、完善和生活得更好，那么幸福就在于人在痛苦中战胜自我、不断超越自我的追中。

只有当你真正地认识到人生的价值时，才能体会到幸福的感觉。

一、幸福的目标 道德不是幸福 以幸福作为人生的终极目标 人生之意义在快乐二、幸福不等于快乐 快乐但不幸福 幸福存在于快乐之中 幸福是一种主观的感受三、幸福量一种满意 “自足”不

<<幸福悖论>>

是实际上的满意 幸福是一种理性满意四、幸福的要素 健康的体 适量的物质 充实的精神五、幸福存在子自我完善中 完善在于自我实现 完善并不意味着否定享受 在追求享受中追求自我完善 幸福的欠缺 幸福永远被超越六、超越自我 人的利己性 合理的利 利己与利他 超越利己性第六论 幸福之音 从远古至今，幸福始终披着雾纱从人类遥远的荒野中走来，从历史废墟的断垣中走来。

我们仿佛看到人们雪夜煮酒、桃园看花，品尝幸福的甘露、琼浆和它的空灵。

当我们打开了幸福这扇窗，才能认幸福的本来面目，她是一种非常单纯的感觉。

一、用心与感恩 身处逆境仍含笑 以心灵歌唱 果壳妙语 良醒也是幸福 同心与感恩 聿福的柴门 拥抱宝贝入眠 活着就是幸福二、幸福秘诀 对生活不苛求 尘埃落定三、幸福的感觉 痛苦与幸福 幸福的公平 优雅幸福四、幸福的回音 幸福的错觉 幸福女神的箴言 幸福的尺度

<<幸福悖论>>

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>