

<<我的幸福家法>>

图书基本信息

书名：<<我的幸福家法>>

13位ISBN编号：9787533024543

10位ISBN编号：7533024540

出版时间：2008-6

出版时间：壁昭 山东美术出版社 (2008-06出版)

作者：壁昭

页数：194

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>

## <<我的幸福家法>>

### 前言

几年前，当我准备接手做一本杂志时，夫人非常严肃地告诫我：你难道没有听说吗？

如果上帝想让一个人下地狱，就派他去做杂志。

对此，我颇不以为然。

因为我听说的是，上帝如果让一个人上天堂，就会派他去做杂志，更何况派他做的是一本对普天下百姓健康和生命有益的杂志呢！

几年后，我没有下得地狱，也没能上了天堂，而是和这本杂志一起活到了今天！

当然，既然活着，就不会停歇。

有朋友给了我一个提议：常看你们的杂志，实话讲有不少内容相当精彩，专业说法叫“可读性强”。

何不把这些精彩内容重新编辑成书二次出版呢？

那样可以让更多人受益啊！

于是，有了您面前翻开的这本书。

这些文章虽然篇幅不长，内容也比较轻松，但很值得一读，而且把几十个健康故事放在一起集中读，和当初我们在杂志上每月读上一篇的效果不大一样。

故事的主人公都是社会的“星级”人士，明星演员、明星歌手、明星模特、明星主持，还有明星老师、明星作家、明星专家等等。

相信很多读者朋友对他们的风采比我都熟悉。

不过我敢肯定，他们在对待健康、享受生活、把握生命等方面的想法和做法，还是鲜为人知的。

你在这本书里能读到他们在真实生活中散发出来的另一种熠熠光芒。

当年我们专访于丹老师时，这“小妮子”还未走上央视（《百家讲坛》），更没有像现如今这样红到发紫。

但是，您在这里读了她的这篇专访就会发现，上不上《百家讲坛》，红了紫了或是绿了，其实都是外界的主观感受。

于丹还是原来的本色，她的作风举止丝毫没有改变。

她的知识水平、生活水平包括工作水平都没有什么明显“提高”。

## <<我的幸福家法>>

### 内容概要

《我的幸福家法》是关于38位名人的家庭生活和健康心得。他们是舆论的核心，公众关注的焦点，享受着成功的荣耀和众人景仰的目光。你可知道他们回到现实生活中、褪去光环之后所追求和拥有的真正幸福是什么？他们又是怎样得到和经营的？

《我的幸福家法》向你讲述在浮华背后、盛名之下，一群不平凡的人最平凡感人的故事，讲述著名人士非著名的幸福生活。

一个人的成功，一定少不了源自于幸福家庭的温暖动力。一个家庭的幸福，往往来自主人的温柔呵护和妥善经营。正是有了这种良性的互动，他们的翱翔才能像雄鹰一样高远……

## <<我的幸福家法>>

### 作者简介

壁昭，真姓陈，实名冬牛，取牛年冬日生之意，雄性。

20世纪80年代毕业于理工科大学，修得管理专业硕士学位。

年逾不惑，经历不少。

曾主动请缨参加中央机关讲师团，深入河南农村亲身肤触中国国情；也曾千方百计谋得公派赴德国留学机会，放眼世界先进景象；亦曾用五年时光，品三种机制餐，尝四种行业汤，终于90年代修正方向，一心一意专攻大众健康科普传播。

先后策划制作CETV大型电视直播节目《健康你我他》，投资运营《药物与人》杂志，组织洪昭光等一大批国内顶级专家开设《昭光健康名家讲堂》，出版《健康快乐100岁》、《40岁登上健康快车》、《60岁登上健康之路》、《不生病的生活方式》等科普书籍，亲自主讲《学习健康，体验快乐》、《捍卫财富，拥有健康》等专题讲座。

是国内知名健康活动策划和科普传播专家之一。

<<我的幸福家法>>

书籍目录

于丹 三重角色演绎多彩人生白岩松 我健康我快乐卢勤 奉献爱收获爱朱军 左手爱情右手养生蒋雯丽 快乐所以美丽有爱所以幸福李咏 开心是良药锻炼是补药巩俐 美人依旧濮存昕 “减法生活”和“加法生活”瞿颖 健康是一种时尚张丰毅 “铁人”是这样炼成的陈小艺 从“外来妹”到“内当家”申军谊 运动比演戏更重要李玲玉 家是幸福的源泉王奎荣 戏外偷着乐吕丽萍 要得越少幸福越多李双江 高歌永进开怀人生蔡琴 亲情煲出健康姜昆 用微笑享健康王姬 动静皆完美朱旭 多彩的人生黄薇 健康要有好心态陈铎 滚滚长江东流水修身养性知足乐沈力 最美不过夕阳红杨少华 苦乐年华笑相随德德玛 在夫爱中起飞范圣琦 享受生活每一天谢芳 舞台银幕谱青春歌声钓竿伴夕阳文怀沙 让生命更自在一点秦怡 美丽妈妈八十不老周巍峙 王 昆风雨人生路携手唱晚霞杨宪益 阅尽人生超然于世刘长瑜 舞出人生天地宽冯其庸 寄情山水快意人生黄宗江 主动有为长寿“七伴”黄永玉 从才情大师到快乐老顽童吴冠中 生命因艺术而常青夏征农 101岁的《辞海》主编谭元寿 《沙家浜》打造“样板身体”

<<我的幸福家法>>

章节摘录

<<我的幸福家法>>

媒体关注与评论

人需要与人共处，需要与人分享自己的喜怒哀乐、见闻经验。  
人更需要爱，没有爱的人生是沙漠里的人生，是难以忍受的。  
家庭是爱的结果，是爱的载体，是爱的"场"，而爱是家庭的依据，家庭的魅力，家庭幸福的源泉。  
有了爱，生命是生存的见证，交流是活着的见证。  
——王蒙

## <<我的幸福家法>>

### 编辑推荐

《我的幸福家法》首次披露于丹、蒋雯丽、巩俐、吴冠中、白岩松、李咏、朱军等38位名人的家庭生活和健康心得！



<<我的幸福家法>>

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>