

<<不要以为生活只有一种方式>>

图书基本信息

书名：<<不要以为生活只有一种方式>>

13位ISBN编号：9787801415974

10位ISBN编号：7801415973

出版时间：2007-11

出版时间：台海

作者：孙和

页数：238

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>

<<不要以为生活只有一种方式>>

前言

从前有一位国王，虽然过着奢靡的生活，但总觉得自己一点都不幸福，这时有人对他说：谁拥有世界上最幸福之人的衬衫，谁就会幸福无比。于是，国王几经查访，终于找到了世上最幸福之人，没想到却是一位穷得连一件像样的衬衫都没有的农夫。

于是国王问：“你这样穷。为什么还活得这么幸福？”

“他回答说：“我每天不但靠挖野菜，可以填饱肚子，而且，还常常可以打到猎物，品尝到各种野味；我每天不但可以住在山洞里躲避风雨。冬天还可以披上兽皮取暖；晴天可以远眺美景，雨天可以漫步细雨中享受浪漫，雪天可以欣赏美丽无比的雪中景色……我还有什么理由不幸福呢？”

“幸福，就是这样无法言表和难以捉摸。然而，无所不有、无所不能的国王，却把幸福看做是一种难以企及的幻想，而一贫如洗的穷人却天天沐浴在幸福的海洋中。

国王的不幸福，是因为他得陇望蜀，欲壑难填。

他身在幸福之中，却无法把握和体味近在咫尺的幸福。

穷人幸福，是因为他对生活感恩，是因为他知足常乐，随遇而安。

从不让无休止的名利杂念消解他的幸福，他远离攀比的嫉妒荆棘。

免得它们侵吞了他的幸福。

最幸福的人，并不是拥有一切美好事物，他们只是充分利用了自己已有的东西而已。

生活中有太多的艰难和坎坷：必须为学业而辛劳，为工作而奔波。

为温饱而挣扎，为子女而操劳，为婚姻解体而烦恼，为疾病缠绕而痛苦，为亲人离世而悲伤……总之，人来到这个世界不容易，人要活在这个世上更不容易，酸甜苦辣、喜怒哀乐，人生百味都要尝尽。

可是，在困境中，我们完全可以不甘寂寞，可以时时感受激情，时时感受幸福，在承受风雨如磐的危难时刻，我们的内心依然可以充满信心、充满希望、充满阳光。

生活是平凡、平淡的，多少人因为忍受不了生命中没有奇迹而死去，却不知道生活本身就是奇迹。

人类最伟大、最光荣的杰作就是知道如何恰如其分地生活。

其实，上苍不会给我们幸福，也不会给我们痛苦，它只会给我们真实的生活。

你不要以为生活仅仅只有一种方式。

其实，你可以选择一个幸福的角度去看待生活，也可以选择一个痛苦的角度。

人类的幸福全部藏匿在生活的每个角落，它们是那样的简单，简单到只需人们用心去细细地品味。

幸福是一种感觉，它与出身无关，与金钱无关，与权势无关，与际遇无关。

你选择一种生存方式，你就得接受一种人生结局：或生或死，或喜或悲，或光明或黑暗，或成功或失败。

或快乐或痛苦……除了你自己之外，其他任何人都无法变更。

人生是幸福的。

如果觉得不幸福，实际上是自己不想让自己幸福。

能够把许多的欲望放下，你肯定就幸福了。

学会自己给自己一些自信，自己给自己一点勇气，自己给自己一丝开心，何愁心头不荡漾幸福的春意？

幸福的生活只有自己去创造。

假如你懂得了，了解了，那么无论在何处都是天堂。

<<不要以为生活只有一种方式>>

内容概要

幸福是一种感觉，它与出身无关，与金钱无关，与权势无关。
与际遇无关。

你选择一种生存方式，你就得接受一种人生结局：或生或死、或喜或悲、或光明或黑暗、或成功或失败、或快乐或痛苦……除了你自己之外，其他任何人都无法变更。

人生是幸福的。

如果觉得不幸福。

实际上是自己不想让自己幸福。

能够把许多的欲望放下。

你肯定就幸福了。

学会自己给自己一些自信，自己给自己一点勇气，自己给自己一丝开心，何愁心头不荡漾幸福的春意？

幸福的生活只有自己去创造，你懂得了，了解了，无论在何处都是天堂。

<<不要以为生活只有一种方式>>

书籍目录

第一章 和谐人生 享受生活 生活本是丰富多彩的 每个人都有自己的活法 懂得品味生活才会抓住幸福 快乐,其实是一种境界 体验得到时的那种快乐 知足,是幸福快乐之本 活在自己的精神里 不要盲目攀比 乐观能让你变得更幸福 不要太在乎其他人怎么看 幸福是不可以延期享用的

第二章 珍惜人生 活在当下 要善于把握现在 倡导过“简单的生活” 不要追求显赫的财富 不要做金钱的奴隶 不羡慕别人 不要与他人相比 贪婪者的心是一个无底洞 节俭是自助的最好的展现 换个角度去生活 生活中处处有风景

第三章 丰富自己 智慧生活 生活不仅仅是为了自己 快乐的人知道如何安排生活 在生活中保持一颗平常心 不要过于在意名利的得失 从极端的物欲中解脱出来 顺其自然是最佳选择 放弃不仅仅是一种勇气 放弃是为了更好地拥有 走出完美主义的陷阱 从容不迫的人能长寿 学会在变化中成长 培养乐观的情绪 挑战意味着机遇 把困难看成一种契机 为人处世平常心 让自己远离噪声

第四章 生活是一首痛苦的歌 承受你生活中的每一件事 人生是一连串不停地奔波 厄运真的不会长久 相信美好的时刻即将来临 控制住自己的欲望 孤独也是一种生活 失败是超越自我的路标 信念是人生的一盏明灯 把痛苦化为永恒的美好 努力寻找改善现状的契机 重新点燃起新生的火种 失败并不表示你不如别人 一个人的心志才是成败的关键

第五章 生活其实很公平 生命没有高低贵贱 不要觉得自己低人一等 只要自己看得起自己 一个人只需看重自己即可 不要让心灵荒芜 最大限度地发挥自己的能力 为机会拭去障眼的灰尘 从悲剧中找出挽救悲剧的办法 在成功的路上一步一步向前 转换一下自己的思路 换条捷径我们会走得更快 要有一种献身的精神 用微笑来迎接一切困难 你对生活尽力了吗 知足才能知福

第六章 放下生活的包袱 不要求全责备 凡事要往好处想 放弃无谓的固执 没什么好抱怨的 把厄运看做是机遇 不要把事情看得过重 顶住压力就能成功 善于保持心情的宁静 用欢笑来减少痛苦 事事称心未必好 不顺心的事别人也常遇到 要相信时运终究会逆转 你有能力妥善应对压力 用智慧应对烦恼 要善于自我心理疏导 做一个超然物外的小人物 让自己喘口气

第七章 用真情拥抱生活 让自己有一颗仁爱心 坚信自己的爱的能力 爱自己也爱别人 给不幸者以温暖、光明和力量 爱可以承担一切 要学会包容他人 为人以善天地宽 赞美能改变人的一生

第八章 健康是生活的资本 心理健康与异常心理表现 以乐观的态度对待生活压力 生活需要健康的心理 培养好心态有利于健康 心理健康重于身体健康 有坚强的意志才有好身体 健康的身体是你的福气 身体健康是可以自己把握的 不要让坏习惯危害身体 运动能增强你的体质 正确的饮食有利于健康 健康长寿的秘诀

<<不要以为生活只有一种方式>>

章节摘录

生活本是丰富多彩的 现代社会，充满着竞争，充满着机会，我们不停地开发新产品，我们不停地扩大着市场。

我们的眼睛盯死了瞬息万变的股市行情，我们的耳朵时时留意着有用的信息，我们在商务谈判中耗去了一个小时又一个小时，我们在策划广告方案中熬过了一夜又一夜。

我们梦想着一夜暴富，我们渴望着一朝成名。

我们的的确确忘了世界上还有好山水、好风景、好书籍等着我们去欣赏。

我们过的是一种健忘的生活吗？

难道功名、财富就是生活的全部内容吗？

人生的目的究竟是什么？

我们应该停下匆匆的步履，思考一下这个问题。

生活本是丰富多彩的，除了工作、学习、赚钱、求名，还有许许多多美好的东西值得我们去享受。

可口的饭菜，温馨的家庭生活，蓝天白云，花红草绿，飞溅的瀑布，浩瀚的大海，雪山与草原，大自然的形形色色。

此外，还有诗歌、音乐、沉思、友情、谈天、读书、体育运动，甚至工作和学习本身也可以成为享受。

如果我们不是急功近利，我们的辛苦劳动也会变成一种乐趣。

努力地工作和学习，创造财富，发展经济，当然是正经的事。

享受生活，必须有一定的物质基础。

只有衣食无虞，才能谈得上文化和艺术。

饿着肚子是无法去欣赏山灵水秀的，更莫说是寻觅那诗意，所以，人类要努力劳作。

但劳作本身不是人生的惟一目的。

一方面勤奋工作，一方面使生活充满乐趣，这才是和谐的人生。

我们说享受生活，不是说要去花天酒地，不是要去过懒汉的生活。

曾有一则笑话，讲两人谈生活愿望。

一人说：“我平生的愿望就是吃饭睡觉。

有一天得意了，我就吃饱了便睡，睡足了又吃。

”另一人说：“我和你不同，我是吃了又吃，哪有工夫睡呀。

”如果这样的生活方式也称为“享受生活”，那才叫糟蹋生活呢。

享受生活，是要努力去丰富生活的内容，努力去提升生活的质量，愉快地工作，也愉快地休闲、散步、登山、滑雪、垂钓，或干脆就坐在草地或海滩上晒太阳。

在做这一切时，使杂务中断，使烦恼消散，使灵性回归，使亲伦重现。

爱因斯坦刻苦地攀登科学高峰，他也没忘了时时拉拉小提琴，让心灵沉浸在美妙的音乐里。

毛泽东一生戎马倥偬，日理万机，仍会忙里偷闲，去江河游泳，和大自然亲近。

陈毅国务繁忙，却总要抽空下下围棋，领略黑白世界的妙趣。

我们会工作，会学习，但还要会真正享受生活。

学会享受生活吧！

真正去领会生活的得意、生活的无穷乐趣。

每个人都有自己的活法 在现实生活中，名誉和地位常常被作为衡量一个人成功与否的标准，所以，追求一定的名声、地位和荣誉，已成为一种极为普遍的现象。

在很多人心目中，只有有了名誉和权力，才等于实现了自身的价值。

其实，人生的目的，不在于成名、成家与否，而在于面对现实，去努力而为之，去尽情享受生命，去细心体验生活的美好。

人生在世，功名利禄只是一些身外之物，只要我们努力地前行，真实地面对我们所拥有或将要拥有的一切，你会发现，能满足一个人的可以很多，也可以很少。

<<不要以为生活只有一种方式>>

人生天地之间，转瞬来去，就像是偶然登台、仓促下台的匆匆过客。

人生既然如此短暂，活在世上就要珍惜人生，不要贪图权势，自酿苦酒。

名誉与权势，皆为身外之物，也是水流花谢之物，万万不可一味地去追求它们。

如果为了争名夺利不择手段，那就无异于害人害己了，这样的人生有何乐趣？

何况，争名夺利不但不会使你流芳千古，甚至可能会让你身败名裂呢！

焦耳，这个名字我们中学学物理时就很熟悉，人们为了纪念他所做的贡献，将物理学中“功”的单位命名为“焦耳”。

从1843年起，焦耳提出“机械能和热能相互转化，热只是一种形式”的新观点，打破了沿袭多年的热质说，促进了科学的进步。

他前后用了近40年的时间来测定热功当量，最后得到了热功当量值。

事实上，与焦耳同时代的迈尔，是第一个发表能量转化和守恒定律的科学家。

1848年，当迈尔等人不断地证明能量转化和守恒定律的正确性，终于使得这一定律被人们承认的时候，名利欲望的膨胀驱使焦耳向迈尔发起了攻击。

焦耳发表文章批评说，迈尔对于热功当量的计算是没有完成的，迈尔只是预见了在热和功之间存在着一定的数值比例关系，但没有证明这一关系，首先证明这一关系的应该是他焦耳。

随着焦耳发起的这场争论的扩大化，一些不明真相的人也一哄而下，纷纷对迈尔进行了不负责任的错误指责。

迈尔承受不住这一争论和批评带来的压力，特别是焦耳以自己测定热功当量的精确性来否定迈尔的科学发现权，使得迈尔陷人有口难辩的痛苦境地。

这时，迈尔的两个孩子也先后因故夭折，内外交困中的迈尔先是跳楼自杀未遂，后来得了精神病。

当年的迈尔被逼进了疯人院，但今天人们仍然将他的名字与焦耳并列在能量转化和守恒定律奠基者的行列。

焦耳为争夺名利而导致的失误，也为人们世代所遗憾和谴责。

每个人都有自己的活法，对个人而言，各有各的追求，对社会而言，各有各的贡献。

一个快乐的人不一定是最有钱、最有权的，但一定是最聪明的，他的聪明就在于他懂得人生的真谛：花开不是为了花落，而是为了灿烂。

可遗憾的是，在现代社会生活中：依然有许多人不但对功名利禄趋之若鹜，甚至把它看成是一个人全部的生存价值。

好像是否成就了轰轰烈烈的功名，是否成为名利双收的“家”，就是人们衡量生存价值的惟一标准，这不啻是人类文明的堕落和浅薄。

现在，人们尤其是家长们最热衷谈论的话题全是高考分、考大学、出国深造、做官、成专家之类，其结果是苦了孩子，害了孩子。

生命价值的深度和广度，怎么能与成名、成家、做官、赚钱等划上等号呢？

人们如此看重功利名望，一旦争名夺利失败，便一蹶不振，对生命失去了信心和热情，从此人生变得暗淡无光，这实在是当代人的悲剧。

……

<<不要以为生活只有一种方式>>

编辑推荐

幸福是一种感觉，它与出身无关，与金钱无关。

与权势无关，与际遇无关。

你选择一种生存方式，你就得接受一种人生结局：或生或死、或喜或悲、或光明或黑暗、或成功或失败、或快乐或痛苦……除了你自己之外。

其他任何人都无法变更。

人生是幸福的。

如果觉得不幸福，实际上是自己不想让自己幸福。

能够把许多的欲望放下，你肯定就幸福了。

学会自己给自己一些自信。

自己给自己一点勇气，自己给自己一丝开心，何愁心头不荡漾幸福的春意？幸福的生活只有自己去创造。

你懂得了，了解了，无论在何处都是天堂。

<<不要以为生活只有一种方式>>

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>