

<<转角遇见幸福>>

图书基本信息

书名：<<转角遇见幸福>>

13位ISBN编号：9787115278906

10位ISBN编号：7115278903

出版时间：2012-10

出版单位：人民邮电出版社

作者：安子

页数：223

字数：197000

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>

<<转角遇见幸福>>

前言

人生如寄绝情书，拈花微笑一念间。

莫道芳菲四时尽，刹那芳华易蹉跎。

幸福很轻，所以天堂在上面；苦难很沉，所以地狱在下面。

神仙和圣灵飘在天堂里，魔鬼和罪恶落到地狱中，只有人类生活在中间，憧憬着幸福，历受着苦难

很多时候，我们难免抱怨生活的压力太大，家庭的负担太重，工作的苦难太多，爱情的麻烦重重。于是，在我们眼里，安徒生成了最大的谎言家，《海的女儿》被他写得那样凄美，那样陶醉，然而现实生活中，我们的包袱却很重，我们的肩膀却很痛，我们扛着生活流浪在人群之中；我们封闭了内心，我们拒绝了向往，当幸福到来的时候，我们甚至拒绝张开双臂。

事实上，生活真的那么糟糕吗？

不，绝非如此。

幸福其实很简单，只要你把嘴角向上翘。

你就能感觉到。

你是世界上最幸福的人，因为你——活在当下。

J·K·罗琳在《哈利·波特》中，用想象力构建了一个缺乏安全感的童话世界，于是，幸福的童话世界里，也充斥着恐怖、血腥与邪恶，然而，有趣的魔法、咒语和飞天扫帚，却让我们看到了魔法世界的幸福与浪漫，而爱的力量永远比魔法更强大。

现实生活莫不如此，你被钢筋水泥的世界打垮了吗？

如我一样，你也曾经绝望过、悲哀过，甚至消沉过？

没关系，这一切都没关系，谁又不曾悲伤过、绝望过，甚至放弃过？

那些被岁月沉淀屈的沉静和冷静，那些被岁月洗刷后的从容与平静，都是我们收获的幸福。

而那些伤害、那些不幸，那些我们曾经以为会念念不忘的事情，就在我们念念不忘的过程里，被我们遗忘了。

活在当下的我们，现在拥有的，就是幸福，爱的力量，永远都在。

很喜欢漫画家几米的一句话：“曾经，我像鱼缸里的鱼，前进、转身、前进、转身、前进、转身...我感到疲惫失意；后来，我在鱼缸外的世界，依旧前进、转身、前进、转身、前进、转身.....于是我开始练习，从容地前进，优雅地转身，并保持冷静思考的模样.....”没错，我们都曾经是思维陷阱里的那条鱼，前进、转身、苦闷、忧郁，找不到幸福的出口，其实，每条路都通往阳光，也都充满坎坷，将思维转个角，荒废的灵魂就能遇到幸福的邂逅。

放过那些被叫做任性的年龄吧，包容那些被叫做青春的青葱吧，经不住似水流年，逃不过此间少年

允许自己听悲伤的歌，看幸福的戏；允许人生就此交错，爱情已走远。

我们的幸福路人皆知，爱的最高境界是经得起平淡的流年。

人生如寄，拈花微笑。

成长的过程里，当下的每一天，都有意外的惊喜和意外的悲伤。

每个人、每件事，都是当下的幸福。

幸福并不是一种完美的永恒，幸福是心灵与万物的共鸣，幸福是生命划过的痕迹。

幸福是黎明前开放的花朵，幸福是秋风里飘落的秋叶，幸福是执手相看的泪眼。

当下的每一刻，都是幸福！

豪车美墅，锦衣玉食，不是幸福；茅屋草舍，布衣清茶，也是天堂。

别抱怨幸福无处，活在当下的幸福法则就在这里，这里的人间烟火，就是我们的幸福。

最后，感谢薛国贤、谢如秀、樊绍烈、樊雨伟、凡雨晨、张文等人的参写，感谢读者们的关注。

<<转角遇见幸福>>

内容概要

《转角遇见幸福：活在当下的黄金法则》为所有想追求幸福生活、获得长久满足感并提高幸福指数及改善生活质量的读者解读如何让自我的工作和生活更加幸福，教给读者提升幸福感的方法。作者在书中将获得幸福的方法和每个人在生活职场中的实际案例完美地结合，娓娓道来，使读者在享受阅读之余，不知不觉地开始品味生活、反思自我，实现幸福。

读完《转角遇见幸福：活在当下的黄金法则》，相信每一位读者都能找到快乐、幸福和持久的满足感。

幸福是可以通过学习和练习获得的！

幸福不仅是快乐，也包括面对困难、挫折的权利。

幸福是成长，是一种习惯。

幸福就在你的身边，在你的爱人、你的朋友、你的工作和你的身体中。

<<转角遇见幸福>>

作者简介

安子，本名薛宁，作家协会会员，原《中国青年》编辑，中央电视台记者，在《中国女性》、《女性天地》、《女友》、《扬子晚报》等报刊杂志发表散文数篇，出版《情非得已--总有一种情感让我们泪流满面》、《跳一曲最美的职场芭蕾》、《命运对你另有安排》、《及时开始果断结束》、《跟蔡康永学说话》等畅销书数本，被誉为当代青年的精神导师。

<<转角遇见幸福>>

书籍目录

第一章 有幸福的想法，才有幸福的未来 幸福是什么？

是什么阻碍了我们的幸福？

我们正在经历的不幸福之一：安乐舒适迷失自我

我们正在经历的不幸福之二：苦中作乐

我们正在经历的不幸福之三：消极怠惰

幸福不是什么？

真正的幸福，是用幸福的想法创造幸福的未来

第二章 幸福就像狗尾巴——幸福的来源

幸福就是活在“当下”

生命是上苍给予的最好的礼物

放下肩上的包袱，单纯地活着

欲望越少，幸福越多

做一个吸引幸福的人

幸福就像狗尾巴

第三章 你的第一责任就是使自己幸福——幸福的基础

掌控幸福的荷尔蒙

如何衡量幸福

幸福的开关在每个人的身上

培养感受幸福的情商之一：忘记障碍

培养感受幸福的情商之二：学会感恩

培养感受幸福的情商之三：发现幸福

第四章 每天都有幸福——幸福的原则

每天一个幸福的理由

破杯子哲学：破了的杯子更幸福

认识和欣赏你所拥有的

遵从心灵的旨意

生命中的每一刻，都有完美与奥妙

第五章 幸福可以习得——幸福的途径

幸福是快乐的下一站

拥有什么你才真正幸福

如果只剩下一个月的寿命，你会去做什么？

如果感到幸福你就笑一笑

运动产生快乐素

第六章 种一棵叫做幸福的树——幸福的方法

梦想是幸福的种子

分享使幸福加倍

有爱的人更幸福

幸福就是爱自己

学会习惯幸福

第七章 凡事皆有美意——幸福的心态

<<转角遇见幸福>>

一帆风顺不是幸福

幸福总会慢半拍

最痛苦的，往往都会变成最大的财富

坏到最后，都会转好

感谢折磨你的人

第八章 幸福也有法则——幸福的法则

不同的人有不同的幸福法则

多血质的幸福密码

胆汁质的幸福密码

粘液质的幸福密码

抑郁质的幸福密码

第九章 幸福就是这样环环相扣——幸福由你决定

信自己，信幸福

不抱怨的人生更幸福

善行是幸福的奠基石

原谅别人就是祝福自己

幸福终会不请自来

<<转角遇见幸福>>

章节摘录

<<转角遇见幸福>>

媒体关注与评论

这是一本切实可行行之有效的幸福学习手册，世界再凶险，也抵不过幸福的力量。

——《中国女性》主编陈潇 我认识作者安子很多年，她的人生并不平坦，但是她却一直积极向上、充满力量，现在她终于把自己幸福的秘诀拿出来与大家共享了，这些秘诀让我感动不已，这些来自心底的温暖的力量，正是我们近在咫尺的幸福。

——《女性天地》主编张蕊 你想学会获得幸福的方法么？

这是一本改变人生的幸福书，安子教你用积极的心理应对这个世界，这本书里没有说教，没有教条，只有温柔的故事，动人的感悟，真实的幸福。

——南昌市文艺评论家协会副主席李贤平 这是作者安子用十余年的人生锤炼收获的一本精神之书，读完这本书，奇迹真的会发生，幸福真的会降临。

——郑州小小说学会秘书长邹磊

<<转角遇见幸福>>

编辑推荐

《转角遇见幸福:活在当下的黄金法则》讲述了这是一本切实可行行之有效的幸福学习手册，世界再凶险，也抵不过幸福的力量。

作者安子用十余年的人生锤炼收获的一本精神之书，读完这本书，奇迹真的会发生，幸福真的会降临。

<<转角遇见幸福>>

名人推荐

这是一本切实可行行之有效的幸福学习手册，世界再凶险，也抵不过幸福的力量。

--《中国女性》主编 陈潇 我认识作者安子很多年，她的人生并不平坦，但是她却一直积极向上、充满力量，现在她终于把自己幸福的秘诀拿出来与大家共享了，这些秘诀让我感动不已，这些来自心底的温暖的力量，正是我们近在咫尺的幸福。

--《女性天地》主编 张蕊 你想学会获得幸福的方法么？

这是一本改变人生的幸福书，安子教你用积极的心理应对这个世界，这本书里没有说教，没有教条，只有温柔的故事，动人的感悟，真实的幸福。

--南昌市文艺评论家协会副主席 李贤平 这是作者安子用十余年的人生锤炼收获的一本精神之书，读完这本书，奇迹真的会发生，幸福真的会降临。

--郑州小小说学会秘书长 邹磊

<<转角遇见幸福>>

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>