

<<快乐的每日忠告>>

图书基本信息

书名：<<快乐的每日忠告>>

13位ISBN编号：9787213020445

10位ISBN编号：7213020447

出版时间：2000-4

出版单位：浙江人民

作者：庄恩岳

页数：365

字数：260000

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>

## <<快乐的每日忠告>>

### 前言

健康、快乐和珍惜今天，是一个人获得人生幸福的三大法宝。

可是现在有许多人活得并不快乐.这是为什么呢？

快乐是人生永恒的主题。

假如人生没有快乐相伴，那么人生肯定是暗淡无光的。

尼采说，人生就是一场苦难。

佛祖早在几千年前就写下“人生是苦”。

人生烦恼太多，诸如感情破裂、失去亲人、婚姻解体、疾病缠身、遭遇下岗失业、恐惧死亡、名誉扫地、为温饱而挣扎、整天忙于琐碎事务、不得不与讨厌的人打交道……也许正因为人生快乐太少，愉悦难觅，所以人们总以渴望之心去祝愿：“祝您快乐！”

“快乐是什么？”

众说纷纭。

钱钟书先生把快乐比喻为：“快乐是哄小孩吃药的方糖，是挂在狗鼻子上的骨头。

”古希腊哲学家伊壁鸠鲁认为，以道德、教养为规范的享乐是人生至善之境。

“快乐是幸福生活的开始和终结。

”18世纪英国心理学家霍布斯认为，快乐是“善”的感觉，是心灵的“表象”，而痛苦则是“恶”的感觉，是良知的“隐象”。

罗兰女士认为，快乐是一种美德，因为它不但表现为自己对世界的欣赏与赞美，也能给周围的人带来温暖和轻快。

她又认为，快乐就是幸福，一个人能从日常平凡的生活中发现快乐，就比别人幸福。

所以说，快乐是一种纯主观的内在意识，是一种心灵的满足程度。

一个人快乐与否.不在于他拥有什么，而在于他怎样看待自己的拥有。

也就是说。

快乐是一种积极的生活态度。

要知道谁都无法让我们“平安无事、无忧无虑”地过一辈子.唯有“苦中作乐”，才能真正战胜自己的烦恼和忧愁，享受自己的快乐。

有钱能快乐吗？

不一定，自己可能为金钱的保管、贬值以及自身安全而痛苦呢！

有权能快乐吗？

不一定，“高处不胜寒”，自己可能为孤独、寂寞而郁郁不乐呢！

有名能快乐吗？

不一定，自己可能为舆论界的或贬或褒而深深地烦恼呢！

有貌能快乐吗？

不一定，古人说“红颜薄命”，因为美貌，可能会任性，娇气太重.因此也会带来许多的麻烦，甚至灾难……英国戴安娜王妃曾有过全球瞩目的“世纪婚礼”，拥有全世界都羡慕的“美貌、名利和权势”

，可是她内心快乐吗？

相信大家一定难忘特蕾莎修女的丧礼。

## <<快乐的每日忠告>>

### 内容概要

健康是快乐之源  
时常知足是快乐之本  
追索之心让人痛苦不堪  
世上没有十全十美的东西  
随遇而安，快乐无比  
不与别人盲目攀比  
大度处世乐融融  
别把快乐寄托在别人身上  
生活不带严厉批评，喜悦来自真心接纳  
快乐就在细微之处

## <<快乐的每日忠告>>

### 作者简介

庄恩岳，男，1960年12月2日出生于浙江省宁波市。

曾任国家审计署科学研究所副所长、南京审计学院副院长、国家审计署经贸司副司长。

中华全国青年联合会第八、九届委员。

中国内部审计协会第三届常务理事。

现在中央某部门工作，正局级监事，研究员，享受国务院政府特殊津贴。

数年来，在工作之余致力于格言语录体的创作，其作品在海外华人地区广为流传。

其中由浙江人民出版社出版的《人生的每日忠告》短时间内连印11次，我国台湾地区、韩国和日本都有版本。

<<快乐的每日忠告>>

书籍目录

不做忧郁的“林妹妹”  
铭记获得快乐的秘诀  
时常知足是快乐之本  
别祈求他人赐你身外之物  
不要在愤怒时采取行动  
总期望人生的公平是不可能  
为埋头苦干而喝彩  
己所不欲勿失与人  
常有惜福心理  
勇于认错，烦恼顿消  
不要背负欺诈之心  
充满自信 快乐常在  
不要惧怕死亡

.....

## <<快乐的每日忠告>>

### 章节摘录

插图：行善得善。

行乐得乐。

给予别人所需要的帮助。

回报是人生最真诚的微笑。

以宽厚、仁爱和同情之心，在别人危难之时。

给人雪中送炭。

给予无私的援助。

那么，在自己困难的时候，也会得到别人善意的回赠。

化解别人愁苦的同时也能得到自己的欢乐。

铭记快乐的内在因子面对死亡的挑战。

陷入世间的烦恼，遭遇人生的危机。

感受生活的艰难。

直面生死的离别……自己是否能快乐地享受每一天？假如自己始终充满活力，保持豁达开朗的心情。

并且具有坚忍不拔的性格，那么快乐会经常陪伴自己。

无所事事与快乐无缘一个人活着却无任何人生目标。

就会在纷纭杂乱中迷失自我。

就会虚度年华消耗精力。

就会彷徨、苦闷而不快活。

一个人只有真正认识自己。

并找到自己正确的人生目标，才不会浪费唯一的生命。

才能够在人生追求中找到欢乐。

假如不想让生命毫无痕迹地流失。

就要好好地珍惜和把握生命。

过分注重细节往往得不偿失因为为人处世的不易。

有许多人变得格外的世故。

做人八面玲珑、面面俱到。

切不可盲目去羡慕这种人。

其实世界上最没有快乐的也是这种人！这种人不分白昼与黑夜。

总要去揣摩人际关系的诸多细节。

结果自己往往是痛苦不堪，烦恼无比。

而且自己人生的大部分时间。

就这样无聊地耗费在这些细节中。

## <<快乐的每日忠告>>

### 编辑推荐

《快乐的每日忠告》：一个人快乐与否，不在于他拥有什么，而在于他怎样看待自己的拥有。拥有积极心态，幸福快乐常在。

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>