

<<请幸福来敲门>>

图书基本信息

书名：<<请幸福来敲门>>

13位ISBN编号：9787509319659

10位ISBN编号：750931965X

出版时间：2010-7

出版时间：中国法制出版社

作者：张丽婕，周龙 著

页数：231

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>

## <<请幸福来敲门>>

### 前言

小的时候，总觉得长大了就会很幸福：不用上课挨老师骂，不用给家长看糟糕的成绩，可以上班领工资，有很多钱花，有自己的房子住，塞满变形金刚和巧克力于是，总盼着快点儿长大。终于，我们如愿以偿地长大了，预想的“幸福”却没有如期而至：想结婚买不起房，想开车加不起油，想干事业没有用武之地，想炒股又被套牢，想养孩子又不够奶粉钱于是，我们又慨叹：儿时多幸福，举着五分钱的奶油冰棍高兴得手舞足蹈。

成人的世界里，有太多事让你“不爽”：上司永远黑着脸瞧你不顺眼；客户说翻脸就翻脸；女友嫌你穷没出息；发小儿炒股票发了大财而你大学毕业之后一直是个靠薪水吃饭的小职员；单位同事比你干得少却比你挣得多；你每天在地铁里被挤得像沙丁鱼一样，回到家里还要顶着“啃老”的罪名跟爸爸妈妈一起蹭吃蹭喝；你不再立志当“科学家”、“灵魂工程师”；你热衷办公室里的派系斗争，因为如果你不斗争别人就斗争你；你不知道自己的灵魂卖给了谁；你在酒局上对客户点头哈腰紧巴结之后，觉得自己丢失了最起码的尊严；你有无数酒局、饭局、牌局、游戏点卡，但是它们带给你的是胃出血、脂肪肝、颈椎痛。

## <<请幸福来敲门>>

### 内容概要

本书能告诉你，幸福和财富究竟有多大关系，欲望对你的幸福感有多大影响。

它帮你找回久违的理想、丢失的意义和尊严。

它教你如何正确化解来自社会各方面的压力，包括职场的、人际的、家庭的。

它还能指点你在纷乱嘈杂的环境中如何保留自己的宁静空间，让你享受真正“纯净”的幸福。

幸福是一种感觉，是一种态度。

如果你能在这本书的指点下，清除那些负面情绪，跟周围的人建立良好的关系，相信你能够体会到“存在”的幸福。

有人说，这个世界上并不缺少美，而是缺少发现。

同样，我们的生活并非不幸福，而是缺少感知。

仔细想想，你有没有某个细小的瞬间，会被一种暖融融、甜蜜蜜的感觉包围着？

那可能是一份历尽千辛万苦签下的合同，可能是老板的一句鼓励，可能是冬日里的一抹阳光，可能是街边小店里的一杯热奶茶，可能是妈妈亲手做的一碗红烧肉，可能是雨天公司里的一把爱心伞，可能是塞车两个小时之后亮起的绿灯……我一位朋友刚得了位“千金”，他说：“女儿不哭了，睡在我身边，小脸儿粉嘟嘟，那一刻我就觉得很幸福。

” 是的，幸福就是这样一种“感觉”。

我们忙着上班，忙着充电，忙着赶路，忙着投资理财，我们急于投身到这个过程去，却忘了感觉它们带来的“幸福”。

《请幸福来敲门》就是一个在你耳边轻声提醒你的朋友，它告诉你：幸福就在当下，好好活着，你就拥有尊严。

当你认识到这一点，你就会发现，没有任何人偷走你的幸福感，以后也不会有任何人能够偷走你的幸福感，因为它时时刻刻都在你的心里。

## &lt;&lt;请幸福来敲门&gt;&gt;

## 书籍目录

序：谁偷走了你的幸福感物欲横流，我们花多少钱购买幸福 财富与幸福的不等式 酝酿幸福的是“家”，而不是“房子” 哪个档次的车才能载满幸福 钻戒闪耀的是别人的眼睛，虚荣不是真幸福 感冒也“流行”，可是它并不受欢迎 薪水的增幅与幸福感的多少并不成正比 何必患上“存款强迫症”，存款不是为了让自己更幸福么 投资玩的就是心跳，别让正常的风险抹杀了幸福感活在当下，“在路上”就是一种幸福 别把幸福想象得太遥远，它就在当下 “好好活”本身就是一件“有意义的事” 那些真正“不幸”的人如何追求幸福 失败总是短暂的，成功终究要来 文凭只是一张纸，知识才能帮你得到幸福 坏人当道，我们就得停下追求幸福的脚步吗 如果不能直接到达目标，拐个弯也不错 看《奋斗》，坚持奋斗 “在路上”是一种姿态，幸福是一个过程正视压力，“负担”也是一种“福担” 如果你觉得不幸福，是不是自我施压太多 黑脸老板害你不幸福？ 沟通，或者炒掉他 鸡蛋里挑骨头，挑来挑去剩下“不幸福” 提高工作效率比超时工作更幸福 竞争对手就是你的“免费陪练”，你要高兴才对 没有被裁员就是幸福，好好表现再接再厉 充电是好的，但是不要为了追求过多信息而焦虑 别为无能为力的事情担忧，你会很幸福 出人头地？ 不必勉强自己追求这样的幸福 把压力当成动力，享受自我提升的幸福感倒出负面情绪，为幸福感让路 多思考自己的优势，走出自卑的阴影 “世界如此美好，我却如此浮躁” 调节患得患失的情绪，珍惜已经拥有的幸福 很多时候，你的“不幸福感”来自过度依赖 “别为打翻的牛奶哭泣” 尽力而为就是幸福，别让焦虑破坏这种美好 孤独，是一种宁静的幸福 别用敏感的刺伤人伤己，要享受糊里糊涂的幸福 愤怒就是一个大号炸弹，炸碎所有的幸福放下心中桎梏，“舍”去身外物就能“得”幸福 不切实际的目标就像一个海市蜃楼，是虚假的幸福 那些久久追求不到的人，就当风景欣赏吧 一笑泯恩仇，恨别人就是伤害自己 眼不见心不烦，偶尔当一下“鸵鸟”也不错 不跟别人做比较，当阿Q其实很幸福 “端架子”最累的是自己，放下就会很轻松 “舍”去身外物就能“得”幸福给心灵开个天窗。

呼吸幸福的空气 羞怯让你错过了多少幸福的机会 找个朋友倾诉吧，拥有倾听的耳朵是幸福的 何必一味讨好？

感受“强势”的幸福 摘掉“面具”活着，轻松就是幸福 即便忠言逆耳，“真话”也会给你幸福 如何减少“应酬恐慌症”带来的不幸福感 拥有无穷无尽的牌局饭局酒局，你会幸福吗 免干扰又怕被孤立，“纠结”让你难以幸福 以幸福的名义“被潜规则”，终将不幸福建立稳定的亲密关系，大方地向亲人索要幸福 找一个相爱的深爱的亲爱的人来分享幸福 对于那些无心的伤害，遗忘就是幸福 远离那些滥情矫情绝情的人，另找幸福 如果单身很幸福，何必向世俗低头呢 再忙再累也要给爸爸妈妈打电话 开心的事跟好友“晒一晒”，就是幸福 不要“被丁克”，享受为人父母的幸福 幸福有盲点，失去过的人才知其可贵心外无物，在混乱的环境中营造幸福 确实有很多意外，正因如此我们才要珍惜现有的幸福 不小心遇到骗子？ 他早晚会受到惩罚的 逃离石头森林，享受几天游山玩水的幸福 做个关于幸福的冥想，噪声自然就消失了 你是“城中村”的蚁族吗？ 忙碌着是幸福的 停车难，堵车候车烦，琐碎的烦躁使你不幸福 对于很多人来说，幸福就是一张返乡的车票 看猫猫狗狗自得其乐，向它们学习幸福哲学

<<请幸福来敲门>>

章节摘录

物欲横流，我们花多少钱购买幸福 财富与幸福的不等式 有一个小孩子丢失了一锭银子，他很伤心，蹲在路边哭。

行人看他很可怜，就从自己的荷包里掏出一锭银子给他，说：“快回家吧，别哭了。”

不料，孩子哭得更伤心了，边哭边说：“如果我不丢失前面的银子，就可以有两锭银子了。”

很多时候，我们觉得“不幸福”，就是像这个小孩子一样受了财富的蛊惑。

有钱固然好，可以住宽敞明亮的房子，可以买漂亮的衣服，可以品尝各种美食。

假设我们在某一个时间段内、某个地区、某一人群中做一个关于幸福感的测试，我们可以看到，富有者比贫困者要幸福得多。

但是，有专家通过调查研究得出结论：财富的多少与幸福感并不成正比。

也就是说，并非“越有钱越幸福”。

老约翰·洛克菲勒在他33岁那年赚到了他的第一个100万美元。

到了43岁，他建立了世界最庞大的垄断企业——美国标准石油公司。

接下来的10年里，他玩命挣钱、玩命攒钱，终于在53岁时成了忧虑的俘虏——充满忧虑及压力的生活摧毁了他的健康。

.....

<<请幸福来敲门>>

媒体关注与评论

我们所做的一切都要让人民生活得更加幸福，更有尊严，让社会更加公正，更加和谐。

——温家宝总理2010年3月5日政府工作报告

让我们牵着手，去寻找幸福，你幸福我才幸福……啊，幸福，幸福，得到是福，舍得是福，知足才是最幸福。

——《老大的幸福》主题曲《知足是福》

幸福就是活在当下，感受并享受你拥有的片刻

。

——“幸福达人”

## <<请幸福来敲门>>

### 编辑推荐

送给你68个幸福秘方。

穿着为上班购置的衣服，驾着分期付款的汽车，穿过繁忙的街道，去做那份为了美食、衣服、汽车、房子而不得不去做的工作。

而且，为了能够付上房租或者还上房贷，你还不得不让房子整天空无一人……如果你觉得幸福是如此难以琢磨和把握，看看《请幸福来敲门》吧！

它会让幸福来敲你的门。

这是一本传递情感的书当你觉得自己付出太多得到太少的时候，当你觉得缺少幸福需要关爱的时候.可以通过它寻求安慰和温暖。

这是一本传播智慧的书当你困惑为什么这个社会缺少公平的时候，当你被噪音、压力、污染，谣言，谎言、应酬折磨得心力憔悴的时候，可以通过它解除烦恼，净化心灵。

这是一本讲故事的书当你工作累了心情烦闷的时候.可以通过它放松，休闲。

每天都是一个礼物。

幸福就是好身体加上坏记性。

幸福不是目标，是副产品。

我自己感到很难过，因为我没有鞋穿——直到我遇见一个没有脚的人。

幸福：可观的积毁销骨行存款，好厨子和好胃口。

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>