第一图书网, tushu007.com

<<人生中最美妙的事都是免费的>>

图书基本信息

书名：<<人生中最美妙的事都是免费的>>

13位ISBN编号：9787511326461

10位ISBN编号：7511326463

出版时间：2012-9

出版时间：中国华侨出版社

作者：韩德秀

页数：239

字数：412000

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

内容概要

人有时候很容易就会忘记那些让自己微笑的事情。
每天24小时，一周7
天，新闻里不断播报着令人皱眉的事情，极地的冰川正在消融；龙卷风在大洋里旋转；战争在世界的各个角落里越演越烈；各个国家的就业率再次降到冰点……这些糟糕的消息很容易让我们产生整个世界正在崩溃瓦解的印象。

但是，美妙的事情其实一直都围绕在我们身边，有时候，只足需要有人来稍稍指点一下，我们就能发现那些美妙绝伦的事情。

《人生中最美妙的事都是免费的》是一本妙不可言的幸福书，作者将生活中一些平常的小事，在这本书中用显微镜高度放大、浓缩，汇聚成一部幸福大百科。
细心品味这些平淡而又温暖的小事，将会让你重新发觉日常生活当中，俯拾皆是的美好，让我们看见幸福的多种面貌，找到一条幸福的生活之道，这是真正意义上全世界最幸福的一本书。

《人生中最美妙的事都是免费的》由韩德秀编著。

书籍目录

在枯燥的生活里，有幸见证别人的爱情
在黑暗中跳舞
早晨醒来，记起了昨夜的梦
听一首曾打动过你的老歌
终于说出了“我爱你”
当月亮代表我的心
过一个自己动手的纪念日
和亲密爱人交换日记
无眠的午夜听一曲爵士乐
买一条棉布裙子，娉娉婷婷地走过长长的雨巷
收集漂亮的树叶做书签
毫无顾忌地大哭一场
在老地方找到自己的童年
和喜欢的人在山顶一起种一枝玫瑰
不用减肥，大吃一顿
一天之内只吃水果，给你的身体排排毒
躺在床上，听落地窗外的雨声
一个人远行，在海边凭吊爱情
在无人的地方大声说出自己的郁闷
取下手表，关掉手机，“消失”一天
观察一朵花开的过程
去敬老院做义工
离别的感觉“咸咸”的
进行一次田间劳作
签一份盟誓书
做一个美丽的“白日梦”
为爱去冒一次险
放下一切，参加旧爱的婚礼
送走一个载着思念和祝福的漂流瓶
交一个异性的好朋友
做一次侦探，解开一个悬念故事
从法师那里得到振奋人心的启示
在海边倾听着海涛声入眠
在晨钟暮鼓中吃一顿斋饭
在双人瑜伽中体验时尚浪漫
拥有一个美好的信仰
在葬礼中感受到生命的意义
在清爽的夏夜喝自制的美酒
居然能和陌生人对视
实在不知道的时候，百度一下居然找到了
在旧货市场买到了好东西
拼贴一本生活相册
找个地方尽情舞动
为自己拍一个DV短片
回到儿时生活的故乡

给某样东西或衣服改改装
去操场练跑步，坚持跑到自己事先设定的终点
到大自然去感受万物生灵
为伴侣画一张肖像
收拾好心情看夕阳西下
写出自己的第一首诗
偶尔翘一次班，忙里偷闲
冲对方眨一下眼睛撒个善意的谎言
有一份自己的创业计划书
向出版社寄出自己呕心沥血写出的小说
去一个遥远但一直向往的地方
制作一张自己的MIV送给好友
自己拍好了一组风景照
在乡下度过一段悠闲的时光
每天“悦”读半小时
帮朋友搭一根红线
看一场烟火表演
远离都市和人群，露营去
在自己精心布置的房间里，求婚
给自己泼一瓢冷水，浇灭自负的火花
陪正在经历痛苦的朋友，在黑暗中坐一会
给自己制作一个幸运符
海水冲走了写在沙滩上的烦恼
感受一天“节奏感”
给自己催眠，获得精神享受
从每一个细节幻想出梦想成真的情景
读一本让内心平静的书
在孤儿院帮那些孩子们完成一个心愿
敢于跟朋友一起探讨自己的弱点
在没人的地方大声唱歌给自己听
整理老相片，回忆过往生活的剪影
下决心尝试别的款式和颜色的衣服
参观展览会，了解你未知的行业
学会欣赏古典音乐，掌握绘画技巧
开始学习瑜伽，修身养性
借鉴大师的设计，把房间装饰得更有情调
做一件曾认为做不了的事
去产房外倾听婴儿的第一声啼哭
当一回正义使者
完成一次徒步旅行
召集一帮朋友，玩一个说真心话的游戏
把昨晚梦境中的情形真实地演绎一遍
养一盆绿色植物
终于跟大多数人唱了一回反调
召开一次家庭会议
在爆竹声中记录过去一年的收获
每天存二兀钱

工作之余赚一次外快
将手表拨快5分钟，让自己的时间永远跑在前面
精心地为父母烘焙一个蛋糕
见到了一位自己一直仰慕的名人
如果有时间，参加跑酷极限运动
看着自己种的树渐渐长大
从内到外，将电脑清理干净
去医院为自己做个检查
好好设计自己的办公桌
午睡真的能提神
学学茶道和剑道，品味人生
亲手卖出一件商品
给自己的人生写出一个“剧本”
享受热腾腾的泡沫浴，洗去一天的疲惫和压力
知道在健康的时候吃健康的食物
有一个自己喜欢的动物朋友
每一年去洗一次牙，保持口腔健康
在浮躁的生活中做一次生活的配角
和伴侣牵手走过一条从未走过的幽静胡同
为家人烘焙一盒“爱心饼干”
在打扮最美的那天遇到了很在乎的人
为楼下的流浪狗准备一顿饭
和恋人共用一个博客记录情感
用涂鸦的方式，给10年后的自己写一封信
对着镜中的自己充满信心地微笑
把看到想到的记录下来
参加一次有主题的聚会
用植物把家“改造”得很美
在全是镜子的房间，欣赏自己的舞蹈
约儿时的伙伴爬树
看沙子在指间慢慢流失
乘船到海的中央
给未来的孩子写一封长信
终于抛下了要舍弃的事情
一直期待的浪漫事成为现实
列完一份梦想的清单
看到自己为自己做的录像
学会做几样拿手菜
看几部有意义的纪录片
学会一门乐器
珍藏一件对你来说很有意义的物品
对父母说出自己的爱
给需要你帮助的人帮一次忙
参与文化沙龙，自己受到了熏陶
去海边垒沙堡，找回童年的自己
和一位知己彻夜深谈
找到一个失去联络已久的朋友

实现每个月的瘦身计划
读完了第1000本书
终于对最难以拒绝的人说。
不，
勇敢地选择一次自己感兴趣的工作
突然感受到了变幻不定的美丽
立下一个让自己信奉一辈子的诺言
与同事完美地合作一次
心情不佳，给自己放个假吧
在极限运动中挑战自己
为自己的进步鼓一次掌
向老板要求一项艰巨的任务
终于写下遗嘱，去世后捐献有用的器官
有一个远距离密友
在马桶边放一本小小的笑话书
在阳台上栽花种草
克服胆怯，精心准备一场演讲
洗心革面地列出自己做过的错事

章节摘录

实在不知道的时候，百度一下居然找到了 求知的道理是漫长的，大千世界的任意一物都有其背后千万种解释和延 伸。
要想了解这个世界，了解存在的真理，就必定用一生不懈求知。
当然，每个阶段形式不同，从学校的理论学习，到社会上的实践验证，都是求知的 不同过程和方式。
我们从中获得知识、技术，树立某种志向，构成一种观念，形成一种视角——求知使我们身心愉悦。
不过，在此过程中，难免会碰到些风浪和挫折。
也许在一定程度上让我 们觉得挫败，也许会激励我们更有热情地追寻。
但总得先找出个答案来。
在学校里，我们有老师，有周围比我们优秀或者与我们相当的同学，遇 到问题时，直接询问是最简单的方式；在公司里，我们有上司，有同事，遇 到问题，我们向他们请教，问题很容易解决。
求知道路虽然漫长，再博学的人也不可能是万事通，可见世界之博大。
虽然我们无法解决世界上的所有难题，这并不可怕。
最可怕的是，当问题出 现的时候，你只有依赖别人的能力，而没有自己探索的勇气。
无论是什么课 题，能够自己去搜寻答案的，就应该尽己所能去探索。
这样获得的知识是自 己的，记忆也会更加深刻。
因为求知其本身就是一个探索的过程。
当面前有问题无法解决的时候，上百度百科去查阅，充分利用手头的资 源。
只需敲一敲键盘，按一下回车键，就可以得到你想要的参考资料，如此 简单，为什么不学会自己去查找呢？
学习的过程中，可以借鉴他人、请教师 长，但太过于依赖，就反倒会丧失自己的求知能力。
自己查阅，自己总结，找到解答，是件多么有成就感的事情。
既然百科资源充裕，充分利用，独立思考，才能更有效地获得知识：在旧货市场买到了好东西 生活的大部分重心集中在周一到周五那紧张的节奏，周末的时间大概便 是唯一能用以自由支配的闲暇了。
现代的大都市的钢筋混凝土已经充斥了都市人的心灵，看满大街的现代 化饰物、林立的现代化建筑以及现代化的生活节奏，人们早已在无意识之中 融入了时代的潮流。
可是日子久了总也觉得色调单一，生活平淡无味，冷冰 冰的现代化家具、饰品、办公场所，总让人觉得生活少了点点缀的小情小调，多少显得有些憋闷。
也许，甚至你已经功成名就，购置的尽是奢华的物件，有能力生活在高贵的生活里。
那便更应当出去逛逛不一样的地方了。
看惯了高楼大厦，看惯了精致典 雅，每周末给自己放一次假，去旧货市场逛逛，淘淘旧物，看看古玩，兴许 还能拣上一件．摆在办公桌前，电视机柜上，每日下班同家把玩把玩，给紧 凑的生活留那么点空间。
当然，淘旧货是需要看缘分的。
有时候花上一天时 间逛完整个旧货市场，说不定也碰不上一眼钟情的旧物，也有时候，仅仅是 无意识地晃上一圈，兴许偶然一瞥，就能被某件事物完全吸引。
物和人一样，都是有感情的。
人积淀的是经历，物累积的是历史。
因此 也就不难解释一个饱经沧桑的人往往对陈旧的古物会有依恋的情结，一个内 敛之人，往往会爱好看上去厚重质朴的物件。
人与人的缘分，也与人和物的缘分一样，是不经意却似注定的。
你越是 等待某一类人的出现，越是等不到，就像是，你越是想要淘到些什么，也许 越淘不到。
反倒是顺其自然，随遇而安，也许某天一个回眸，就是注定要将 它归置起来了。
说不清其中的因果联系，只知道也不过就是随缘罢了。
当然，不论这一逛是不是有什么收获，都并不是什么特别重要的事情。
一周给自己一次脱离现实生活的机会，逃到散发着陈旧香气的旧货市场，看 看不一样的事物、不同类

型的生活，自我陶醉一番，也是生活的小情趣。
毕竟生活不是完全封闭规划，没有情趣的生活不称之为“ 生活 ”。
拼贴一本生活相册 年轻的时候，谁会去相信“ 平平淡淡才是真 ”这句话？
谁不是踌躇满志，豪情万丈？
可是，有哪个伟人在回到家的时候，不是围着衣食住行、柴米 油盐转？
太猛烈的幸福和痛苦都是不会持久的。
平平淡淡才是真，平平淡淡 的幸福才是真幸福，这幸福就像在水中慢慢化开的茶一样，有着值得回味的 余香，可以细水长流。
每对恋人在爱情的最初阶段，都难免会陷入令人狂热、迷醉的激情之中，被幸福的来势汹涌冲得有点头昏目眩。
你和你的恋人自然也不例外。
可是 慢慢地，你们终会冷静下来。
怎么可能一直像偶像剧里的男女主角儿那样天 天爱得死去活来？
生活归于平淡，似乎连你们刻意制造的浪漫都不如先前那 么令人目眩神迷了。
其实，这才是对你们爱情的真正考验。
所谓“ 七年之痒 ”，也许就是受不了那份平平淡淡吧。
但其实爱情还在，只是以更生活化的 面孔出现而已：早上起床，妻子已经准备好的那杯冒着热气的牛奶；突然来 袭的下雨天，丈夫默默撑在妻子头上的那件外套；出差回来，妻子准备好满 桌丈夫爱吃的菜；下班回家，两个人终于结束一天繁忙的工作，那一声默契 的相视而笑……这些点点滴滴的幸福，都是每一对夫妻会经历的，太平常太 简单，却有着“ 随风潜入夜，润物细无声 ”的力量，滋养着两颗相爱的心。
只要你们能够注意到这些小小的幸福，爱情之树就会是常青的。
不如干脆拿 出相机，记录下那些幸福的画面，再把它们制成一本爱的相册，见证你们爱 情的每一个足迹。
并不是说只有去到不一样的地方或者发生不一样的事情，才有拍照的必 要，才值得纪念。
你们日常生活中的锅碗瓢盆都可以成为按下快门的理由，难道你不想让那一瞬间的幸福定格，好让你可以时时拿出来翻看翻看？
重视 生活中平淡的幸福，才是真正懂得幸福的人。
当你开始去留心的时候，你就会惊喜地发现，原来你们看似平淡的日常 生活中有着那么多令人感动的时刻。
那些令你有所触动的画面，都可以照下 来，不管是开心的，还是偶尔闹了小矛盾的。
他早上上班之前站在镜子那儿 穿西装打领带的样子很帅；她今天化了一个不一样的眼影很美；他加班晚了，一副辜负了她悉心准备的精致晚餐的忏悔表情，很可怜；她回到家又给他 说办公室那些八卦，眉飞色舞的样子很可爱；他和她吵架了，俩人坐在沙发 的两头各自生闷气，都可以互相照下来，这一照，怕是谁也气不起来了；还 有，两人终于有了自己的小孩，三口之家的幸福，令人感动到想哭……
总之，值得你按下快门的理由有很多。
之后，你们可以在照片下面写上一些话，内容可以是照片里的他（她）当 时在干什么，或者当时你照下这张照片的心情，又或者是彼此想要告诉对方 的话，等等。
一个小小的相机，一本渐渐增厚的相册，会给你和恋人的生活 带来很多乐趣。
P68-71

编辑推荐

生活总是让我们手忙脚乱，很容易忽视周围那些充满真谛的小事。
正好有了这本书，它提醒我们生活中的小幸福、小快乐。
我们会发现原来生活中有许多让人钟爱的小事情，它们多得可以列满一张单子，包括“聚会后冰箱里五花八门的剩啤酒”“锁上车门假装路过，对车外人置之不理”，以及“找到意外之财”。
《人生中最美妙的事都是免费的》所分享的这些既非冷静的思考也非热情的煽动，它不是要告诉我们如何生活得更好，而是在告诉我们可以换一种方式来思考，让原本无药可医的局面变得柳暗花明。
书中这些小事只是想让我们清醒地面对生活，并且提醒我们生活的细微之处。
看着它娓娓道来，你可能会自言自语：“没错，就是这样，为什么我没想到呢？
”它并不是要从众多的生活方式中推选出优秀的一个，而是告诉我们，在众多简简单单的生活方式中，有哪些很棒的东西我们已经拥有。

第一图书网, tushu007.com

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