

<<幸福的六道门>>

图书基本信息

书名：<<幸福的六道门>>

13位ISBN编号：9787511701152

10位ISBN编号：7511701159

出版时间：2010-2

出版时间：中央编译出版社

作者：胡奎

页数：273

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>

## <<幸福的六道门>>

### 内容概要

道道皆为心门，当心门敞开时，幸福无所不在。

幸福所至，不分阶层、年龄、性别，每个人皆生而拥有获得幸福的权利和能力，只是我们遗忘了这个力量和本质。

经济学有一个基本原理：价值决定价格的数字。

同样的道理，当我们寻回生命原本的价值，即是赢回生命无限丰富的根源。

每个人的生命皆是无价的珍宝，重新认识并赢回自己的无限力量，即是打开幸福大门的钥匙。

## <<幸福的六道门>>

### 作者简介

胡奎，幸福工作坊创办人，幸福管理学院执行院长，北京和君创业管理咨询集团副总裁、合伙人，曾任新华社记者。

#### 主要履历

曾先后任新华社记者、《中国新闻周刊》高级记者、《瞭望东方周刊》主笔、中国太平洋学会会长助理、北京和君创业管理咨询集团副总裁等职。

他曾应邀主持第三届中国管理大会、中国工业节能大会暨能源战略高峰论坛、首届亚洲民办教育论坛、创意产业国际论坛、2008中国民办教育发展高峰论坛、中国人力资源论坛等权威论坛并发表演讲。

曾就生命、财富、幸福等课题接受北京人民广播电台的系列访谈。

人民网跨国公司频道曾就有关课题进行访谈。

曾获第四届中国管理大会“杰出管理专家奖”等荣誉。

#### 思想体系

胡奎先生长期默默致力于幸福学、国学、心理学、管理学前沿理论的研修，并将此三方面的智慧精华融汇贯通，创立独具特色、雅俗共赏的“幸福管理学”理论体系。

幸福管理学理论认为：一个人只有管理好自己，才可能获得真正的幸福。

当你能够管理好自己，你就有足够的自信、智慧和能力来管理他人和改变外部世界。

这就是古人所说的“修身-齐家-治国-平天下”的道路。

一切从修身——即自我管理开始。

修身从“正心、诚意”开始。

幸福管理学，究其本质来说，就是一部自我管理学。

自我管理的前提是自我认知和了解——你要了解你的身体，认知你的生命，洞察你的心灵。

你要学会透过现象看本质，透过“小我”看“大我”，透过假相看真相，透过现在看过去、未来，见因知果，见果思因。

自我管理之路就是不断地发现自我、提升自我、完善自我的生命旅程。

离开有效的自我管理，你不可能获得真正的幸福。

真正的你永远比你现在所了解和认知到的你要伟大得多！

幸福就是活出真正的自我。

幸福就是通过有效的自我管理，不断在达到自主、自由、自足、自在的生命状态。

## &lt;&lt;幸福的六道门&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一道门没有人可以伤害你——真爱之门 第一节 “爱的专家”还是“爱的乞儿”？  
 “好太太”为何遭遇婚姻危机？  
 ——“爱的专家”还是“爱的乞儿”？  
 ——两个“男人”的婚姻：阴阳错位——控制型人格——有控制就会有反抗 第二节 真正的爱源于自由的心灵 心碎的童年——人生是一场“交易”吗？  
 ——“女强人”背后的真相——两个“孤儿”的结合——真正的爱源于自由的心灵——接受你自己——秋菊的自我治疗功课 第三节 童年期的三大恐惧感 “妈妈，抱抱我”——“有爱给不出”——我们原本都是天使——爱是生命最重要的滋养——童年期的三大恐惧——受孕及胎儿期的创伤——出生的恐怖经验 第四节 爱是一切的解答 儿童期的两大需要——限制性信念：无价值感——无价值感导致的气馁行为——当爱缺席的时候，权力斗争即会上演——走出“受害者”情结——吸引力法则——点亮心灯：没有人可以伤害你——爱与恐惧皆是自我了悟的旅程——爱的五个法则——与真爱同行：做自己的生命教练
- 第二道门世界只有一个人——关系之门 第一节 幸福就是爱的关系 利益的魔爪——幸福就是爱的关系——爱出者爱返，福往者福来 第二节 建构家庭亲密关系的七大法则 人际关系无对错：是非法则——我是一切关系的源头：人我法则——世界只有一个人：利己与利他法则——一切付出都会回到自己身上：舍得法则——一切的发生都是因为爱：爱恨法则——以苦为药：乐与苦法则——道义永恒：情与义法则 第三节 从竞争到共生——关系哲学的转变 造成人类末日困境的三大妖魔——大师们的预言——从竞争到和谐——关系的本质是一个共生系统 第四节 好心情与关系和谐四个境界 幸福就是保有好心情——“和”的两个层面——关系和谐四个境界：仁-义-礼-信 第五节 孝、悌之道是和谐之本
- 第三道门王者归来——真我之门 第一节 你以为的自己是真的你吗 自认为是狗的猫和自认为是猫的狗——关于真我的14个定理 第二节 认识你自己 苏格拉底：“认识自己，方能认识人生”——孔子：“朝闻道夕死可矣”——幸福人生的六个阶段 第三节 人生的“哥德巴赫猜想” “我”是谁？  
 ——人生的“哥德巴赫猜想”——寻找自我的心灵炼狱——找工作，还是找自己？  
 ——做个“明白人”是多么不容易！  
 ——反能力——幸福就是找到并活出真正的自我——“我”：手持武器的人——“我”即意味着恐惧——从小我到大我——我们原本都是纯净的爱与光 第四节 回到自己的王座 国王与魔王：内在的二元冲突——真我之境：自主、自足、自由、自在——自我管理：幸福的不二之门——日本“销售之神原一平：人生最大的功课是了解和改造自己——每天进步一点点——林肯：每个人都在教导你如何成为最好的自己——从优秀到卓越——思考：自我检测的10个问题
- 第四道门水知道幸福的答案——生命之门 第一节 教育危机的三个基本表现 池田大作：“轻生的一代”——教育危机的三个基本表现 第二节 “不知命，无以为君子” 假如迈克尔·杰克逊遇到了孔子——君子之道——21世纪：生命导向的世纪 第三节 人生的八种“结暴力倾向——完美主义——控制倾向——孤儿情结——失望情绪——权威情结——骄傲倾向——渺小倾向——回溯源头：与父母亲的关系整合 第四节 水知道生命的奥秘 面向未知的敞开——水也能听、能看——心平气和是养生之本——心静血清，血清无疾——给身体细胞正确的指令——善与爱是宇宙能量的核心——好德：幸福之基 第五节 当死亡来敲门 死亡的恐惧——生命：迷惘的旅程——生命只在一呼一吸之间——《心经》中的空色一体观 第六节 22句生命箴言
- 第五道门身体内的宇宙——心灵之门 第一节 什么才是真正的你？  
 身体与心灵——你的身体真的是你吗？  
 ——你到底是什么“东西”？  
 ——为什么我们能看能听？  
 ——一切武功皆心法——心灵：生命的“软件”——心灵有多宽？  
 ——心灵右脑？  
 第二节 心灵：无限可能的世界 杨振宁：谁是宇宙的设计者？  
 ——上帝=道？  
 ——在天为“道”，在人为“心”——心-道-理——“闻道”：人生的第要务——吾心即是宇宙——

<<幸福的六道门>>

你也有一颗金刚之心 第三节 心力的不可思议 超意识——他们被自己的“心”杀死了——“我要活下去”！

——迈克尔·杰克逊曾“预见”自己的突然死亡——心 ..... 第四节 心灵的五种状态 第六节 “开”心的方法 第七节 化烦恼为菩提第六道门从基业长青到家业常青——财富之门 第一节 金钱VS幸福 第二节 金钱：最好的仆人，还是最坏的主人？

第三节 看透了财富，你才能支配它 第四节 孔子：财富的“硬”道理 第五节 保富之法 第六节 谁能家业常青 第七节 禅者的财富观结语：谁是最幸福的人？

附录：修炼幸福的30个方法后记：感恩，并幸福着

## <<幸福的六道门>>

### 章节摘录

所有人没有想到的事情终于在2007年底爆发了：被视作幸福家庭榜样的王勇和秋菊竟闪电般地离了婚。

王勇是以公司要破产、为避免连累家庭财产为理由骗秋菊在离婚协议上签了字。

令秋菊没有想到的是，在她签字后，王勇却玩起了真格，不再回家。

在想方设法跟踪王勇两个星期之后，秋菊看到更令她没有想到的事实：王勇竟然已经在外面和一个女人同居了！

而且，令秋菊所无法理解的是，这个勾走了自己丈夫的女人，只是一个外地农村来京的打工妹，无论是长相、气质都是跟她没法比的，也没有什么经济实力，两个人相识其实不到两个月，竟然就如胶似漆地在一间简陋的出租屋里同居起来。

当秋菊找到王勇恳求他回家的时候，王勇非常冷漠地以斩钉截铁的口气告诉她：离婚已成事实，我们俩已经不可能在一起生活了！

并且，王勇还非常大度地表示：他可以什么都不要，净身出户，家里的房产和一切有形财产都归秋菊，只要允许他把孩子送回老家让父母亲抚养。

包括双方的父母和亲友在内，所有人都把同情的目光投向秋菊，并和她一起指责王勇不负责任、没有良心。

但这些并不能挽回王勇的决心。

“多么好的一个女人啊，他怎么舍得抛下呢？”

真是没有良心的男人！

”秋菊的一位朋友W在介绍完情况之后这样对我说。

他希望秋菊能够到我的幸福工作坊接受咨询帮助。

## <<幸福的六道门>>

### 媒体关注与评论

胡奎先生的《幸福的六道门》不仅是人生幸福的六道门，而且是管理幸福和工作幸福的六道门，值得每个关心和重视自己幸福的人学习。

——著名培训师超级畅销书《方法总比问题多》作者 吴甘霖 跟胡奎聊天，暖暖的；听胡奎的课，暖暖的；读了胡奎的书，暖暖的！

这可能是一个悟得“幸福真谛”的人所特有的能量吧。

读《幸福的六道门》，不要急躁，把她放在床头，慢慢地读，细细地品，渐渐地吸收，你会成为一个幸福的人。

——著名电视栏目《前沿讲座》创始人 李洪亮 幸福乃福至心灵。

如同胡奎的著作《幸福的六道门》，道道皆为心门，当心门敞开时，幸福无所不在。

幸福所至，不分阶层、年龄、性别，每个人皆生而拥有获得幸福的权利和能力，每个人的生命皆是无价的珍宝，重新认识并赢回自己的无限力量，即是打开幸福大门的钥匙。

——心灵海国际教育集团创办人 游明裕 王婷莹 每个人都在追求自己心中的幸福，每个人的心中都有一座幸福的圣殿，阅读《幸福的六道门》，可以让我们更加清晰地明白“到底什么是幸福”，以及“如何获得幸福”。

虽然这本书不可能穷尽全部幸福的真理，但对多数读者来说，本书将是一道通往幸福真理的门。

——著名财经作家、《水煮三国》作者 成君忆 幸福是人们高品质生活中最富有魅力的结晶，但也是最神秘的钥匙，吸引着很多人的寻解求索，胡奎先生的书里有很多关于幸福之道的闪亮路标。

——零点研究咨询集团董事长 袁岳博士 幸福的门有千千万万，追求幸福的人有万万千千。

但我们许多人辛辛苦苦一辈子，无论金钱、官位得到多少，总是感觉找不到幸福。

胡奎先生潜心研究，帮我们找到了幸福的六道门，希望目前还幸福无门的朋友，先进去看看，找找感觉，也许您就能够找到自己的幸福之门，试试？

！

——北京运通路安科技公司总裁、资深职业经理人、2004年MBA“真心英雄” 赵琦 诚如胡奎先生在序言中指出的，绝大多数职场人士在工作和职场当中缺乏幸福感，这已经成为困扰企业管理和经济良性发展的根本问题。

如何让我们的企业管理以及经济社会发展更好地体现人性的光辉？

职场人士如何有效地提升个人幸福感？

这是未来的核心主题。

相信阅读此书会对您有所启发。

——北京和君创业管理咨询集团总裁 李肃

<<幸福的六道门>>

编辑推荐

写给13亿中国人的幸福读本  
畅销书作家吴甘霖强力推荐

什么是幸福，如何获得幸福

请推开幸福的六道门

超级畅



<<幸福的六道门>>

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>