

<<谁偷走了你的快乐?>>

图书基本信息

书名：<<谁偷走了你的快乐?>>

13位ISBN编号：9787514308150

10位ISBN编号：7514308156

出版时间：2012-12

出版时间：现代出版社

作者：徐国芳

页数：310

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>

## &lt;&lt;谁偷走了你的快乐?&gt;&gt;

## 前言

一 很多人知道释迦牟尼是佛教创始人，却不知道他原可以当皇帝的。他本乃古印度迦毗罗卫国(今尼泊尔境内)的太子，名叫乔达摩·悉达多，意为“一切义成就者”：其父为净饭王，母为摩耶夫人。

但他舍弃了继承皇位和一生的荣华富贵，而选择了出家、悟道。离家之前，他父亲曾和他聊天，说自己想不明白一个问题，那便是“苦恼”：没钱的人很苦恼，有钱人也说自己苦恼；单身或家庭破裂的人很苦恼，得到爱情和婚姻者亦喊叫苦恼。

释迦牟尼出走后，找高人指点而不得，就径自来到雪山上修苦行。

他一天只吃一个果子，结果差点被饿晕。

这显然不是办法，道没悟出来，人可能就挂了。

他只好下山，再想别的办法。

他来到恒河边，好不容易摆脱了父亲派来监视他的5个年轻人——他父亲认为修行就应该很苦。

牧羊女给他送来奶酪吃，他觉得很好吃。

等到体力恢复，他渡过恒河来到一棵菩提树下，打坐、发愿。

根据史料记载，释迦牟尼在6天之内，“先得四禅八定，再得意生身，而后陆续一夜之间证得六神通”，第七天凌晨抬头看到明星时，他突然悟道了。

12年的光景总算没有白费。

他悟到的是“缘起性空”，意思就是说世上没有独存性的东西，也没有恒久不变的东西，一切都由因与缘的合成而生。

这也给他老爸关于“苦恼”的疑问找到了答案，那就是：人需要有追求，但不可太自我，否则将与快乐无缘。

国学大师南怀瑾也曾提及，释迦牟尼追求的是“人生为什么这样，应该怎么样”，“后来他悟道了，晓得宰制人类的，是基本欲望，心念的问题。

他悟到了这个，所以他一辈子也不回去做皇帝”。

二 用释迦牟尼的故事开启《谁偷走了你的快乐》这本书，我想表达的意思是，信仰与快乐，是人的两大追求，也是人存在于世间最大的价值。

有信仰无快乐，信仰就是半吊子；有快乐无信仰，快乐就是傻高兴。

英国《太阳报》曾以“什么样的人最快乐”为题，举办了一次有奖征答活动，最终收到8万多封来信。

其中被评为最佳的四个答案分别是：1. 吹着口哨欣赏自己刚完成作品的艺术家；2. 正在用沙子筑城堡的孩子；3. 正在为婴儿洗澡的母亲；4. 终于挽救了高危病人的医生。

第一个答案告诉我们，做自己喜欢做的事，付出就有收获；第二个答案告诉我们，保持一份童心、童真、童趣会很快乐，对未来要充满信心和憧憬，不存功利心；第三个答案告诉我们，母爱无私，家庭很重要，心中有爱就有一切；第四个答案告诉我们，要有职业精神，而救人一命，胜造七级浮屠。

成就感、童心、责任心和专业技能，这是快乐的四大源泉。

为人处世是这么个道理，做官或经商亦如是，甚至管理一个国家，一样要记得，没有快乐，一切都将是无源之水。

三 四年前，全球各国都还在忙着应付金融危机的时候，亚洲一个小国——不丹，却在干着听起来不可思议的事——创立一个由4根柱子、9个区域及72个幸福指示器组成的“幸福模型”，以此作为评价政府措施好坏和官员政绩的系统。

4根柱子是指：经济、文化、环境及良好的管理状态。

9个区域是指：心理幸福、生态、卫生、教育、文化、生活标准、时间使用、社区活力及良好的管理状态。

所有这些都将被用72个指示器进行衡量，比如，在心理幸福方面，指示器包括祈祷的频率、冥思、自私自利、忌妒、镇静、同情、大方、挫折及自杀念头。

这个系统中甚至还包括将一天的时间进行统计，比如一个人一天花多少时间陪家人、花多少时间工

## <<谁偷走了你的快乐?>>

作等。

“一切皆因贪欲，人类无止境的贪欲，”不丹总理吉格梅·廷里这样解释经济危机发生的原因，“我们需要的是改变，我们应以全体国民的幸福与快乐为重。

”将人民的快乐和幸福，放置于比经济发展更重要的位置上。

不丹的做法引起了全世界的关注，美国《纽约时报》还给予了大篇幅的报道。

尽管不丹人的经济搞得不怎么样，但他们一样得到了尊重。

我自己对此也感触良多。

我是一位企业工作者，但我首先是一个具有社会属性的普通人。

我有喜怒哀乐，我时常在反思自己到底在追求什么，到底快不快乐。

我也常对我公司的同仁们说，做任何一件事、一个决定时，都要仔细想一想，为什么这样做。

问自己需要的是什么，而不是问自己有什么技能、受过什么样的教育、有什么样的优势。

强烈的内在成功诱因比外在条件更重要。

就好比有一辆汽车，如果没有远行的欲望，未来一定不如走路的人行得远。

如果不这样做，悟不出个所以然来，要么就是稀里糊涂，做得好一点或做得差一点都无所谓，像个机器；要么就是体会不到快乐，因为你没有把自己的行为、愿景，放置到一个更大的系统中去。

人类社会能够走到今天，核心的东西就是人建立了一个完备的系统。

所有的成功，本质都是依赖一个系统的成功；而所有的失败，都源于一个系统的崩塌。

三 一言以蔽之：人为什么而活着？

为的是责任和利他。

物竞天择，优胜劣汰。

人能够改造自然，同时受制于自然规律。

人与其他物种最大的不同，在于其社会属性。

随着人类的进化，其意识发生质变，为别人而活才能使自己真正感受到活着的价值，才能感受到快乐

。你看那些为了人类科技的发展而贡献了自己一生的科学家们，每天废寝忘食，不停地做实验，失败、成功、又失败……在一次又一次的挫折中发现科学的真谛。

你说他们是为了自己吗？

我看未必。

专业机构调查研究称，科学家是上述四种“最快乐的人”之外的第五种最快乐的人——不为自己，只是因为利他，而充满无穷的快乐。

遗憾的是，这个社会变得越来越浮躁。

一方面，众生醉心于追名逐利；另一方面，很少有人觉得自己得到了应有的回报。

于是你几乎时时处处都能听到抱怨声：官员抱怨民众不理解自己；企业家抱怨政策不公或经济环境越来越差；职场人士抱怨薪酬太低、老板太抠，而物价和房价上涨又太快……抱怨是一个人的权利，但陷得越来越深就适得其反或南辕北辙了。

有两块大小形状几无异样的石头从山顶被采下来后，一块被雕琢成一尊佛像，一块则被做了垫脚石。

后者心里很不平衡，找智者“评理”。

智者说，前一块石头可是遭受了千刀万剐才得今日！

释迦牟尼修行，何尝不想找一个大师指点自己，以求“捷径”，但他始终没有找到，最后靠的是自己顿悟。

没有人不希望自己碰到“大师”。

但所谓“授人以鱼，不如授人以渔”，要完成一个真正跨越，需要的是自我实现与升华。

这个社会不仅仅是外在的竞争，更是精神层面的竞争。

看到有一些年轻人为自己出身不好而叹息，还看到不少姑娘一心希望自己嫁给“高富帅”，对这两种情形，我都感到惋惜。

对前者而言，原本你所有的经历都是你成长、成熟的宝贵财富，但在你的哀怨声中，这一切被忽视甚至变成了“累赘”。

## <<谁偷走了你的快乐?>>

那么，如果现在给你一百万、一千万、一个亿，你就一定会成功？

你就一定快乐吗？

我看可能性几乎为零。

你可能会在拥有财富的那一瞬间有一种快感，但随之而来你会有更多的焦虑、欲求和抱怨。

对于后者而言，就算你嫁给豪门，成为“富二代”夫人，但在我眼中，你仍然很穷，你就是个“精神穷二代”。

我曾经说过，中国有5000万的留守儿童，假以时日，他们一定是未来中国最坚硬的一股力量。

他们受到的磨砺，使他们成长的加速度快于城市里的孩子。

他们更懂事，更懂得什么叫爱——因为缺乏，所以珍惜。

当然，在这个过程中，我们需要给他们更多的关注和关心。

对于职场人士来说，抱怨更是毒药，它只会让你的“假想的手”把你甩得更远，只会让你所期望的老板对你的器重和提拔变为梦一场。

做人应该洒脱一些，就算周围真的有许多人看不顺眼，你应该做的是“唤醒心中的巨人”，用行动、向前跑的方式证明自己，把藐视你的人、嘲笑你的人、诽谤你的人、忌妒你的人远远甩在身后。

做企业也一样，让自己强大起来才是王道。

这种强大并不是指规模之大、利润之多、“关系”之硬，而首先是企业文化的厚重。

一个真正人性化的系统的建立，可以让员工、客户、供应商和经销商，甚至政府官员皆成为你的拥趸。

。

为什么人们总是不知足？

因研究行为经济学而获得诺贝尔奖的丹尼尔·卡尼曼教授在一次演讲中开门见山地说，要正常理解快乐，首先要分清两个自我，一个是当下的自我，一个是记忆中的自我。

到医院去看病，医生问“你觉得痛吗”与问“你最近觉得痛吗”，前者问的是正在发生的事，而后者需要你提取记忆。

但人们一般记住的是令自己不爽的事，譬如你去看一场音乐会，如果最后一首曲子演奏得很糟糕，散场后当朋友让你评价这场演出时，你会首先提到糟糕的部分。

“记忆自我是专制的，牵制着当下的自我。

”卡尼曼教授这样说道。

快乐是一种宗教，更是一门学问。

如何让“两个自我”同时都能感受到快乐，这是我们每一个人在社会上安身立命时所苦苦追求的。

《谁偷走了你的快乐》一书的核心便是对这一命题进行系统性的回答。

这不是一份心灵鸡汤，也不是一部成功学宝典，这是一本关于人生与人性终极问题的科普读物，希望朋友们都能从中获益。

## <<谁偷走了你的快乐?>>

### 内容概要

《谁偷走了你的快乐？

》是《再给中国二十年》作者徐国芳的又一力作！

信仰与快乐，是人的两大追求，也是人存在于世间最大的价值。

有信仰无快乐，信仰就是半吊子；有快乐无信仰，快乐就是傻高兴。

快乐是一种宗教，更是一门学问。

如何让“两个自我”同时都能感受到快乐，这是我们每一个人在社会上安身立命时所苦苦追求的。

《谁偷走了你的快乐？

》一书的核心便是对这一命题进行系统性的回答。

这不是一份心灵鸡汤，也不是一部成功学宝典，这是一本关于人生与人性终极问题的科普读物，希望朋友们都能从中获益。

<<谁偷走了你的快乐?>>

作者简介

徐国芳，生于20世纪60年代，当过兵，从过政，后下海经商。  
现为东莞楷模居品（COOMO）集团董事长兼总裁、巨细科技董事局主席、西安大术管理咨询公司董事长。

## &lt;&lt;谁偷走了你的快乐?&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 千万别做“精神穷二代” 第一章态度乃人生引擎 1.我们其实都是为别人而活 2.财富是人生的终极追求吗 3.存在感与幸福感成正比 4.“知足常乐”的说法不准确 5.“像初恋一样坚持梦想” 6.成熟的标志是什么 7.感恩与忘恩 8.成就是幸福的源泉 9.快乐都是自己找来的 10.与其嫁个千万富翁，不如成为千万富翁 11.人性其实挺复杂 12.不要和小人计较，也不要被小人利用 13.别人对你不好，其实是在成就你 14.多欣赏和学习别人的优点 15.绑在螃蟹身上的草绳，都认为自己值60元一斤 16.我们为何会骄横 17.人贵在有自知之明 18.得到其实并不快乐 19.世上最伟大的力量，是责任感和爱 第二章快乐有阶可攀 1.一生只有7000天 2.写好你人生的剧本 3.宁愿做个“被批评者” 4.格局有多大，未来就有多大 5.穷人和富人的差别在哪里 6.心态决定生态 7.野心和决心为何重要——蒋雯丽的故事 8.如何治疗“现代病” 9.世界上没有失败，只有放弃 10.改变是一时的痛苦，不改变是一世的痛苦 11.乱世出英雄，低潮显豪杰 12.享受工作其实更快乐 13.要得到更多的鱼，一定要学会养鱼 14.成功的四个要素 15.方向比努力更重要 16.检视一下自己是否还积极有活力 17.梦想在于行动 18.养成一个好习惯 19.遇事多找主观原因 20.你今天的痛苦，都是在为明天的快乐建造对比系 21.快乐准则：不给自己留遗憾 第三章职场“黑匣子” 1.乔布斯给我们的启示 2.给创业者们的一个忠告 3.去哪里并不重要，重要的是与谁同行 4.事业型的人为何极易成功 5.面子害死人，“架子”是病毒 6.浮在面上的都是死鱼 7.老板、总裁、经理、主管：他们到底是干什么的 8.管理者要学会给压力 9.快乐、真诚地做生意 10.什么是公平 11.真正有本事的人，都是在让别人有本事 12.不要迷信所谓的专家 13.文化的力量有多可怕 14.服务不是走程序 15.电话营销早该进垃圾桶 16.给“沟通”一个定义 17.做事最多的人可能就是挨骂最多的人 18.“老人”应该为新人让位 19.要懂变通，但千万别耍小聪明 20.赚钱文化与省钱文化 21.珍惜你的信誉财产 22.过早成功并不是一件好事 23.底线比基业长青更重要 第四章祛除自己的浮躁 1.我们的幸福感为什么下降了 2.从“狗仗人势”到“人仗狗势” 3.我为何要捐10万给助人老外 4.杭州的英雄妈妈为何快乐 5.解构雷锋，我们得到了什么 6.郭美美炫富炫出了什么 7.高房价剥夺了中国人的快乐 8.给孩子戴绿领巾，我们的教育没救了 9.藏獒被偷与“富二代”之困 10.从“曹德旺式慈善”到“陈光标式慈善” 11.男足为何不如女排 12.宜居的环境哪去了 13.这个社会，为何人人都爱“装” 14.中国人何时才能不崇洋媚外 附录：大学毕业后拉开差距的原因

## &lt;&lt;谁偷走了你的快乐?&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：人们常说，不要太在意别人对自己的看法。

有句名言的态度很潇洒——走自己的路，让别人说去吧。

但事实上，我们根本无法不在意别人对自己的看法。

因为，其实我们是为别人而活着的。

有个人一生碌碌无为，穷困潦倒。

一天夜里，他实在没有活下去的勇气了，就来到一处悬崖边，准备跳崖自尽。

自尽前，他号啕大哭，细数自己的种种遭遇和挫折，说自己多么不幸。

这时，崖边岩上一棵低矮的树，听到他的种种经历，也禁不住流下了眼泪。

这个人看见树都在流泪，就问道：“你也流泪了，难道你也像我这么不幸吗？”

”树说：“我想，我应该是这世界上最苦命的树了。

你看我，生在这岩石的缝隙之间，食无土壤，渴无水源，终年营养不足；这里环境恶劣，使我的枝干得不到伸展，形状样貌多么丑陋；而且我的根基浅薄，大风刮起时我就摇摇欲坠，天寒地冻时又容易冻僵。

看起来我是坚强无比，其实我是生不如死呀！

”这个人觉得自己与树同病相怜，就对树说：“既然如此，为何还要苟活于世，不如随我一同赴死吧！”

”树说：“我死倒是极其容易，但这崖边便再无其他树了，所以不能死呀。

你看到我头上这个鸟巢没有？

这个巢是两只喜鹊所筑的，一直以来，它们在这里栖息生活，繁衍后代。

我要是不在了，两只喜鹊可怎么办呀？

”此人听罢，忽然有所领悟，就从悬崖边退了回去。

一个人活在世上，真正的价值体现在他对社会的贡献。

一个人，无论自感多么渺小、多么平凡，在别人眼中，也许就像一棵高大的树。

马克思说过，“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和”。

一个人从呱呱坠地开始，就已经与这个世界有着千丝万缕的关系，这些关系或显或隐，但随着一个人的成长，这张社会关系网就会越织越大。

随着生活阅历的不断积累，有些人的关系网会变得更复杂，他们做一个决定可不是简简单单拍拍脑袋就行，常常是牵一发而动全身。

一个人活着的意义，在于他在社会关系中的价值。

一个企业家，如何能获得成功，受人尊敬？

就体现在他通过企业的发展、财富的积累为这个社会作出贡献。

胡润说过，一个富人，一辈子再怎么大手大脚地花钱，一个亿就够用了。

但我们看看中国的富豪中，身家过亿者并不少。

2010年，胡润研究院发布的“乐退报告”显示，当时国内身家超过1.1亿元的富豪就有5.5万人。

2011年的“胡润百富榜”显示，中国富豪的人数在继续快速地扩大，并且这些企业家的财富也在持续快速地增长。

2011年前1000位上榜富豪平均财富达到59亿元，全国拥有10亿元人民币及以上财产的富豪人数从2010年的4000人增至2011年的7500人。

这些肯定还是保守数字，中国最盛产“隐形富豪”了（这还不包括那些动辄贪污上千万甚至上亿的官员）。

这些人拥有如此庞大体量的财富，真正的意义在于如何让这些财富最大限度地产生社会“让渡价值”。

这种“让渡价值”主要体现在企业家如何处理好生产经营中的种种关系，如在企业内部，对员工好，为员工提供各种培训，让员工享受福利；在外部，对消费者、用户好，产品质量与服务体验最优，与产业链上供应商、经销商关系融洽，促进行业发展与创新，照章纳税，及时行善，等等。



## <<谁偷走了你的快乐?>>

一个人在社会关系中的价值，不仅仅体现在事业关系的处理上，还体现在对家庭关系的经营上。

一个优秀的企业家，不仅要能把企业做好，还要能把家庭关系也处理好。

比尔·盖茨夫妇做慈善已经闻名世界，2011年，比尔·盖茨来中国访问，接受杨澜采访时，被问到“一生中最聪明的决定是创建了微软，还是成为了一名出色的慈善家？”

时，比尔·盖茨的答案是：“两者都不是，找到了合适的人结婚才是！”

比尔·盖茨的妻子梅琳达在与盖茨成婚后，便全身心投入“比尔和梅琳达·盖茨基金会”的工作，从成立最初到基金会的不断发展，梅琳达承担了许多重要的工作。

盖茨退出微软之后，夫妻俩便将更多精力投入到慈善工作中，据说他们即使是在沙滩漫步时也常常讨论捐款项目。

对此，盖茨也承认：“对，我们在沙滩散步时会颇有兴致地讨论化肥问题，我们就是这样的一对儿。”

盖茨夫妻俩的默契合作被股神巴菲特称为“绝佳解决方案”。

巴菲特说：“比尔是个笨拙的家伙，他看起来不太协调，但和梅琳达在一起就不那么不协调了。”

他认为，因为梅琳达的帮助，盖茨成为一个更好的决策者。

“显然，他聪明得不得了，但谈到顾全大局，她更犀利。”

盖茨也毫不掩饰地称赞妻子，认为遇上梅琳达是自己一辈子最幸运的事。

一个人的社会关系，左一根线，右一根线，编织起来就是一张纵横交错的网。

人常常都是为别人而活的，而人要活出自己的价值，就要懂得处理好自己的社会关系，在其中发挥自己的作用，这样你的人生就会呈现出“多赢”的局面。

## <<谁偷走了你的快乐?>>

### 编辑推荐

《谁偷走了你的快乐?》介绍：经济学诺奖得主丹尼尔·卡尼曼追随者的“中国实验”！  
《谁偷走了你的快乐?》的核心便是对这一命题进行系统性的回答。  
这不是一份心灵鸡汤，也不是一部成功学宝典，这是一本关于人生与人性终极问题的科普读物，希望朋友们都能从中获益。

<<谁偷走了你的快乐?>>

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>