第一图书网, tushu007.com

<<33杯快乐之水>>

图书基本信息

书名：<<33杯快乐之水>>

13位ISBN编号：9787801933140

10位ISBN编号：7801933141

出版时间：2006-4

出版时间：中华工商联合出版社

作者：正潇

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

第一图书网, tushu007.com

<<33杯快乐之水>>

内容概要

人生已经是一种痛苦，那么我们为什么还要增添自己的负担呢?要想快乐很复杂，但也很简单，有些时候只要你采用了正确的方法和心态的话，你会发现得到快乐竟然是如此地轻而易举，所以你想快乐就必须先学会一种技巧，那就是自己酝酿自己的快乐源泉。
然后再以这源泉中的快乐之水来冲淡人生的种种苦味……　　简单的快乐、知足的快乐、学会爱人的快乐……《33杯快乐之水》，帮你找回生命中的快乐与幸福，自己酝酿快乐的源泉，再以这源泉中的快乐之水品尝幸福的滋味！

第一图书网, tushu007.com

<<33杯快乐之水>>

作者简介

正潇，台湾私立大学中文系毕业。

曾任新闻媒体工作者，现在为职业作家。
从多年的工作经验中，看到很多人的不快乐，也看到很多人的快乐，在众多真实的故事中，加上自己的见解，告诉读者快乐在哪里。

第一图书网, tushu007.com

<<33杯快乐之水>>

书籍目录

PART 1 简单的快乐 快乐就是做自己想做的事 牢记自己喜爱的诗词歌赋 多读书少看电视的理由 让人从电话里感到你的微笑 给自己独处的时间 每年至少远足一次 将心思放在自己的事情上PART 2 知足的快乐 得之我幸，失之我命 规则可以改，原则不能动 用付出的代价去衡量成功 已经到谷底，再糟也不怕了 学会珍惜诚恳的馈赠 不要太在意一时的得失 坐一望二是不能得到幸福的PART 3 学会爱人的快乐 毫无保留地去爱 美好的爱情，基石是双方无私地付出 找一个你喜欢并能谈心的人结婚 我的家，我的家 伟大的爱和卓越的成就 爱是希望所爱的人得到幸福 爱是一种痛苦的甜蜜PART 4 挑战自我的快乐 把握住性格，就把握住命运 简单的真理：有错就改 凡事只能对事、不能对人 为自己的行为负责，是一种尊重 失败的教训比成功的经验有价值 要相信自己的实力PART 5 帮助别人的快乐 沉默有时是最好的答案 不要打断别人对你的称赞 与别人分享你的思考和知识 正确使用金钱的方法 雪中送炭才是真正的友谊 施恩不望报

第一图书网, tushu007.com

<<33杯快乐之水>>

章节摘录

书摘快乐就是做自己想做的事　我有一个朋友，他一个人住着一间大大的房子。
和许多邋遢随意的男人不太一样，他是个很整洁的人，房间里总是一尘不染，干干净净的。
当然，这些都不是重点，这里我要说的是他的一个独特爱好，就是每隔几个月就喜欢把屋子里墙壁的颜色给换成另外一种——其实这也不能算什么，可是让我觉得奇怪的是，他总是自己一个人做这件事。
　对我来说——也许对大多数人来说，粉刷墙壁都是一件很痛苦的事，不光是刺鼻的石灰和涂料味道，就是手臂在墙壁前不断挥来挥去也够乏味的了。
我这个朋友并非没有钱雇人做这些事，能住进那种高档住宅区本身就说明了他的经济实力。
他也不是一天闲在家里没有事做，作为一家大公司的主管，平常的生活是很充实而且繁忙的。
于是，对他的这个爱好——或者说习惯更合适，我就一直保持着很强的好奇心。
　后来有一次去他家，碰巧正遇上他又在粉刷墙壁。
只见他穿着一身脏脏的涂满颜料的运动衫，带着一顶过时很久，看起来很土的毛线帽。
这身打扮完全让你联想不到他平时西装革履、头发一丝不苟的样子。
让我吃惊的是他的神情，在杂乱的房间里，他脸上的神情就和身上的衣服一样随意，挂着淡淡的笑容，浑身懒洋洋的散放出一股自由的味道，完全没有了平常工作时那种严肃凝重的样子。
我正在诧异为何他像换了一个人似的时，他挥挥手示意我自便，就转过身开始工作了。
　用“工作”来形容好像也不对呢，哼着歌，左手提着一桶涂料，右手刷子随意地在墙上画着，一会是某种奇怪的花，一会是某个看不出样子的动物，一会又是一排像是阿拉伯文字的字母。
他就像一个在纸上随意涂鸦的小孩子，不喜欢了就再用同样的颜色把它涂掉，重新在另外一块空墙上继续着。
不一会我就被这轻快愉悦的气氛攫住，袖子一挽也加入了这快乐当中。
只是不一会儿，我的臂膀就酸得不行，再加上新鲜感一过去，看着房间里那么多依然未涂的墙，感觉工程浩大，不自觉地就没信心了。
也顾不得脏，累得一屁股坐在地板上，一边揉着酸疼的肩膀，一边和他有一搭没一搭地聊着。
到今天我依然能清晰地回想起当时的画面。
在一间杂乱中俨然有序的房间里，阳光淡淡地撒了进来，我懒散地坐在地上，神情轻松，心情很好。
旁边一个男人自在地在墙上东涂西抹，虽然站着却比我显得更加懒散，也更加轻松。
两个人随意地交谈着，内容是关于快乐。
　我的问题主要有两个：1，每次坚持自己做这件事有什么特殊的含义吗?2，为什么我从中得到的快乐远没你那么多?问第一个问题，是因为我一直觉得，每个特殊的习惯都有它本身神圣的内涵，比如他热衷于涂抹墙壁，也许是为了回忆和某位情人在一起的甜蜜时光，可能那时候他们一起做过同样的事。
第二个问题则是当我在地上休息了半个小时后他却依然干劲十足时提出的。
　他的回答也是不慌不忙的，迥异于平常雷厉风行语速极快的样子。
对第一个问题，他大笑了一下，然后皱眉想了半天，最后遗憾地告诉我事实上确实没有我想得那么浪漫，只是他小时候刷过院子外的栅栏，觉得很好玩，就很喜欢做油漆匠的感觉了。
我听了后也楞了半天，然后也笑了起来，本来快乐就是很简单的事情，为什么我们总是需要那么多的理由，来让它变得那么冠冕堂皇呢?假如他对我说喜欢刷房子是因为可以锻炼身体、有利身心健康、节约费用又调整精神状态等的鬼话，想必说完了我们都会相当的郁闷而且尴尬。
而现在我则开心地听他说着话，然后马上领悟到第二个问题的答案，那就是虽然快乐就是去做自己想做的事，但是每个人喜欢做的事都是不一样的，当然快乐的程度也不同。
比如，对于我来说，把这个写出来跟大家一起分享，就是一件快乐的事。
　　快乐之水第一杯：快乐很难用一句话来概括，但是基本上，能够开心地做着自己喜欢做的事情，不管这事情是多么的简单、多么的枯燥，只要你身体力行地去做，你就会发现，快乐就在你动手的一刹那如细流般地在留人你干涸已久的心田。
　P8-12

第一图书网, tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<33杯快乐之水>>

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