第一图书网, tushu007.com

<<快乐如此简单>>

图书基本信息

书名：<<快乐如此简单>>

13位ISBN编号：9787807287360

10位ISBN编号：7807287365

出版时间：2008-1

出版时间：广东经济出版社有限公

作者：何新波

页数：251

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

<<快乐如此简单>>

内容概要

古人有句话叫“大道至简”，意思就是“越是真理就越是简单的”。
的确，古往今来，那些真正健康长寿的人，那些人格高尚，具有爱心，在专业上有所建树，为人类留下精神财富的人，无不生活简朴，思想单纯专一。
在世人的眼中，他们看起来也许并不怎么聪明，甚至还有点傻里傻气。
实际上他们只不过是大智若愚，自觉淘汰了对他们来说多余的东西罢了！
快乐如此简单，生活越简单越快乐。
这是生活的结论，这是快乐的真谛！
著名的美籍华裔数学家陈省身先生有一个很有趣的“数学人生法则”，说数学的一个重要作用就是九九归一，化繁为简。
在人生的过程中，往往越是单纯专一的人，就越容易在某一方面取得成功；而那些想法很多，在许多方面都行，都要一试身手的人，则往往终其一生而无所作为。
一个人一生的时间是很有限的，即便你健康地活到80岁，只有29200天。
这里面起码还除去1／3的时间用于睡眠和其他，加上除去童年、少年和老年的时光，其余你可以利用来做事情的时间只有短短的几千天。
在有限的人生中，你不可能做得太多，所以要有选择、有方向地去努力。
本人撰写的故事和在报刊选录的内容都说明了这一点。
快乐如此简单的过程，就是一个觉醒的过程。
大道至简，快乐的人生一定是个去繁就简的人生。
简单使人宁静，宁静使人快乐，而快乐才是生命不断走向高处的动力。
清朝文人石天基著有《传家宝》等书，书中“悉皆修齐治平之道”，又增辑许多“快乐常言”，我一一录引，作为下篇，冠之为“古代人的快乐观”，这为《快乐如此简单》添加了厚重的佐证。
让我们用美好的心灵看世界，用乐观的精神面对人生，我们的人生成为快乐的一生，每一个人都成为播种快乐的使者。

第一图书网, tushu007.com

<<快乐如此简单>>

书籍目录

上篇 生活是海洋　喜喜哲学　乐观的人生有滋味　闲谈的快乐　快乐存在于追求希望的过程中　放弃——快乐的新境界　象棋迷　运动使人身心畅快　散步之欢　读书的快乐　石痴　学习书法好处多　跳舞的欢悦　心境如水　幸福家庭的要素　享受慢的乐趣　知足常乐　快乐的心　绽开一朵朵快乐的花　甜蜜的负担　工作就是快乐　老人的生活情趣　助人为乐　小溪揽胜　猛洞河漂流的刺激　踏青看油菜花　是种子总能发芽　蹬过苦水的快乐　心存善念的幸福　义工的快乐　品尝生活　宽心谣　感动的欢悦　学会放下　家庭乐融融　乐观让生命之树常青　社会学家的快乐观　经济学家的快乐观　快乐的哲理　音乐是精神世界的阳光、空气和水　老年人的六乐　吟诗的乐趣　钓鱼健身休闲　机遇带来的欢乐　君山品茶　玩得真快活　随便翻翻也有一乐　情书的秘密　20年后的约会　真心朋友　我明白了　紫罗兰的魅力　“我爱你”的呼唤　醇酒涌豪情　美食寻趣　情满莲池　山水有灵惊知己　德夯的景观特色　长沙人的幸福　真爱永恒　哲人的思考　伟大的爱　婚姻的快乐　游山玩水乐无穷下篇 古代人的快乐观　快乐原　快乐铭　快乐印言　绅言　快乐绅言　快乐联语　快乐豫　快乐条目　快乐画题后记

<<快乐如此简单>>

章节摘录

跳舞的欢悦　　湘江风光带是美的世界，是一处融自然景观与人文景观于一体的城市风景名胜，它展示了千年古城长沙的新姿。

双休日，我漫步在风光带的广场上，只见我昔日的老邻舍、女友老魏和一群婆婆姥姥正在表演扇子舞。

老人们个个脸上洋溢着幸福的笑容，脸上、嘴唇上涂上了红艳艳的胭脂，穿着一身红衣裳，腰间束一根绿绸带。

一眼望去，红彤彤的一片，十分耀眼，也十分有趣。

广场上，围观的人越来越多，她们在大家热烈的掌声中，表演得越来越有劲。

只见她们手拿粉红色的扇子，随着欢快的曲调，笑容灿烂，翩翩起舞，虽说她们年纪大了，舞姿比不上年轻人潇洒、漂亮，但一招一式都极认真，也很整齐，有着晚霞如火一般的壮丽和美感。

看到老魏的表演，不由我想起40多年前那位腼腆的少女，话语不多，和人讲几句就一脸红晕，性格十分内向。

几十年的工作，她总是默默地做着扎实事，身体渐渐差了。

老魏退休的前几年，总是一个人呆在家里，什么地方也不去，时间一长，身体发胖，心脏出了毛病，血压也升高了。

病多要吃药，她的心情更糟，常常发脾气骂人。

去年，社区组织“ 夕阳红 ”歌舞队，我就劝她去报名参加。

她家里看她体弱多病，担心在外面绎不起折腾。

我编了个顺口溜，激励她：“ 夕阳歌舞老来俏，精神文明很需要，健身活动常开展，不愁发胖少烦恼。

"她听了，哈哈大笑。

，　　自从她参加歌舞队后，就像变了一个人似的，回家总是乐呵呵的。

她的身体也没有以前胖，病也减轻了，一天到晚笑声不断，显得年轻多了。

感悟和启示。

人是一个身体与心理完整的统一体，健康就是指人身体上、心理上都无疾病和异常。

科学发展到今天，健康的内涵和外延更丰富扩大了，也就是说，一个人的健康应该包括身体健康、精神健康、社会适应能力良好三个方面。

健康就是愉快的生活，愉快的工作，愉快的享受。

快乐地生活每一天，你自己快乐，也给世界其他人带来快乐，你就是幸福的人。

健康，是一个人成功的前提，一切快乐的源泉。

任何时候，我们不要为名利，为了其他私利，为了金钱去牺牲自己的健康。

编辑推荐

“凡有生活的地方，就有快乐和保藏。”这是一个令人趣味无穷的话题，也是一个有深邃意蕴的哲理。
快乐就存在于你生命中一个不为人注意的瞬间。
没有发现快乐的人，是他把目光投向了遥远的空虚，忽视了自己身边的真实存在而已。
学会把握生活，把握快乐时光，比苦苦寻找幸福要好得多……　　快乐是一种思想。
思想快乐，你就是一个快乐的人。
　　快乐是一种情绪。
懂得了控制情绪的方法，你就站在快乐的一方。
　　快乐是一种个性。
有些人生来悲观，要追求快乐就十分困难。
　　快乐也是一种感觉。
快乐感多半来自自己的内心。
快乐许多时候与占有物质的数量并不成正比。
锦衣玉食的人来必感到快乐，粗茶淡饭的人未必没有快乐。

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