

《幸福是一种能力》

图书基本信息

书名：《幸福是一种能力》

13位ISBN编号：9787540474718

出版时间：2016-3

作者：周国平

页数：240

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《幸福是一种能力》

内容概要

盲目较劲往往是人世间痛苦的根源，唯有具备不较劲的智慧，才能把劲儿节省和积聚起来，使在正确的方向上，从而实现自我的价值，得到真正的幸福。

幸福是一个心思诡谲的女神，

但她的眼光并不势利。

权力能支配一切，

却支配不了命运。

金钱能买来一切，却买不来幸福。

幸福似乎主要是一种内心快乐的状态。

不过，它不是一般的快乐，而是非常强烈和深刻的快乐，

以至于我们此时此刻会由衷地觉得活着是多么有意思，

人生是多么美好。

正是这样，幸福的体验最直接地包含着我们对生命意义的肯定评价。

感到幸福，也就是感到自己的生命意义得到了实现。

《幸福是一种能力》

作者简介

周国平

给自己画像——

头脑和心都不复杂，所以长得年轻。

嘴笨手软，凡是需要求人或整人的事一律不会，所以最后选择了写作。

不自信，所以怕见名人也怕被人当作名人见。

生性随和，所以有很多朋友。

生性疏懒，所以只有很少亲密朋友。

坐在书桌前或摇篮旁的时候最踏实。

——周国平

《幸福是一种能力》

书籍目录

《幸福是一种能力》

精彩短评

- 1、适合当枕边书，
- 2、平凡的人生路有着平凡道理！
- 3、修炼要从内而外~
- 4、说的有道理，但是夹杂着鸡汤；
正是因为这本书，让我突然质疑心理学和鸡汤其实区别并没我想象的大，看这本书的时候，我一度放空，不知道自己看了什么；
当然，也有可能是我不太适合此类书籍，亦或是我还没到可以完全理解书中的内涵的时候，尽管我在看书之前很喜欢周国平的书；
书中内容很零散，没有足够的系统框架进行支撑，容易跑是正常的；
整个内容比较空，没有太多实质内容，看完就忘是可以理解的，至少我是这么安慰自己的；
这本书学到的东西比较少，不过当时看的时候比较认可书中的看法，看后滴滴不存；
在我的意义中，这不是一本成功的书；
对我除了静心，没有太大的意义，更没有让我开始思考人生；
- 5、超脱不代表冷淡，而是一种豁达。人生的苦难无非是忍，别无他法，所以，世上没有不能忍的苦难。
- 6、幸福是需要能力的
- 7、男神的书~受益匪浅，只是其中好几篇都读过。
- 8、很赞同！
- 9、周国平的书读起来都是一个味，平淡超脱，他的哲学更适合身处困顿正在经历磨难的人，对于普通人来说，难免缺少些人世间的烟火气。
周国平在很多书中推荐的：1、坚持记日记，为的是留有和自己对话的空间。2、追求真性情，寻找到自己真正感兴趣的领域，最幸运的是将兴趣发展成为事业，既能做喜欢的事，又能养活自己。3、在日常生活尤其是遇到困境的时候能够保持超脱，跳脱出眼前的境况，用一种第三方的高远视角（类似于上帝）看待自身的遭遇，不要深陷其中无法自拔。4、修身养性，与现实中的喧嚣保持距离。
总结来说，周国平的哲学大约是一种苦难中的智慧。
- 10、当你深刻意识到 当你很快乐 坚持写日记 记下自己的思维
- 11、很好读，焦虑的时候翻一两篇，似有所得但并没有排解方法。周老师的书，个人感觉就像老僧把问题提出来，具体的答案还得我这涉世未深的小沙弥自己悟
- 12、本来觉得很鸡汤，但有一句话很打动我“阅读，就是在书中寻找知己”，喜欢其中关于物质与精神的阐述，有钱真的不能解决大部分痛苦，只有内心的丰富才可以
- 13、2016年11月6日读，2016-368。

《幸福是一种能力》

精彩书评

1、每个人都想要幸福，很多人终其一生的都努力为之的也不过是“幸福”二字，但是幸福是什么？抛开家庭幸福、工作顺利、家人安康这些很多人不当做幸福的事情，每个人的答案肯定都不一样。在这个世界上，幸福有很多种，不管是近期的、长远的、微小的、宏大的，都是我们每个人在努力追求并期盼得到的。有人追求名利双收、锦衣玉食、家财万贯；有人追求简朴惬意、儿女成群、无忧无虑；也有的人追求自由自在、生活随心。需求不一样，对幸福的追求就不一样，当然对幸福的感知和体会也更不一样。周国平说：内心世界的丰富、敏感和活跃与否，决定了一个人感受幸福的能力高低。的确是这样。很多时候你认为的幸福，在别人看来可能是琐碎，你认为的多余和平淡，可能是别人多年追求的幸福。所以说幸福是一种能力，是不是幸福、能不能幸福都取决于你自己的内心。周国平的《幸福是一种能力》，从可持续的快乐、有爱心、义与利、内在的从容、身外的遭遇以及苦难几个方面，来向我们阐述幸福为什么是一种能力。不管是爱心、内在还是苦难都是我们日常生活中最经常遇到的事情，以这些最普遍、最容易接触到事情为观点，让我们从中去感悟如何去营造幸福，让我们看到那些很无常又无法控制的事情，只要经历的人内心丰盈、具备不较劲儿的智慧，一样会感到幸福。生而为人，总是离不开欲望、权利和财富的引诱，也总是撇不开生命的悲欢离合。很多时候我们看不到在义与利之外的东西，也无法做到与身外遭遇保持距离，更无法正视苦难，我们觉得命运对我们不公，觉得生活处处刁难我们，于是和他们开始较劲儿，身处其中，想不开、放不下、走不出，然后屈服于生活的各种痛苦、琐碎、烦恼，觉得生活无幸福可言。的确，我们无法改变生活，也无法改变命运，但是我们可以改变对待生活的态度，改变对待命运的态度！书中给了我们解决痛苦、得到幸福的答案，那就是：盲目较劲往往是人世间痛苦的根源，唯有具备不较劲的智慧，才能把劲儿节省和积聚起来，使在正确的方向上，从而实现自我的价值，得到真正的幸福。人的一生，要经历的太多。还好我们幸福女神的眼光并不势利，所以在这条慢慢长路上，更应该让自己的内心丰盈起来，让幸福成为一种能力。这样你才能发现生活中更多美好、纯真的爱和感动，也才能体验人生更多的乐趣，你的生活也会拥有更多的幸福。

《幸福是一种能力》

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：www.tushu000.com