

# 《每天一个幸福的理由》

## 图书基本信息

书名：《每天一个幸福的理由》

13位ISBN编号：9787511341068

10位ISBN编号：7511341063

出版时间：2013-11-1

出版社：中国华侨出版社

作者：风笛

页数：209

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](http://www.tushu000.com)

# 《每天一个幸福的理由》

## 内容概要

<<每天一个幸福的理由：把爱变成一种习惯，幸福才不会舍得离开>>超人气女性情感作家“芙蓉树下”励志新作。为什么当代社会，那么多人不幸福？为什么我们已渐渐不知道什么叫幸福？每一段时光对我们的人生来说都是限量版，世界再亏欠你，也要敢于拥抱幸福。你要相信，没有到不了的明天！这是一本能带来幸福正能量的书，送给经历过生活粗暴对待，依然内心柔软的你。愿我们都能好好爱、好好生活，被世界温暖对待。

<http://t.cn/zROaNAn>

# 《每天一个幸福的理由》

## 作者简介

风笛：“榕树下”的人气作家，新浪两性情感资深博主。曾多年致力于女性情感研究工作，以独立、成熟、理性而小有名气。后致力于心灵成长、人际交往的研究与咨询工作。笔锋犀利而不失简约，为文鞭辟入理，剖切详明。

# 《每天一个幸福的理由》

## 精彩短评

- 1、你要相信 没有到不了的明天
- 2、每天一个理由 情感 向往

# 《每天一个幸福的理由》

## 精彩书评

- 1、幸福从来不能靠追求而获得，当我们被他物充塞着而忘却是在追求幸福的时候，其实我们已经活在幸福之中了。
- 2、每天幸福的理由其实很简单，就是让我们的身心得到放松，情绪得到缓解，不要每天过的太压抑，太紧张，有时候没心没肺的过日子又何尝不是种幸福的方式呢！每天疯一疯，不要看别人怎么说，我们自己活着又不是为了别人，否则太累啦！就像奥特曼打小怪兽，越打越幸福，哈哈！！
- 3、幸福是每个人都值得拥有的东西，有时候人没必要给自己太多的烦恼，适当的让自己轻松下，开心下，都是很好的。
- 4、变幻莫测的人生，总是充满了不确定，正是这样才会有这样那样的艰难与困苦，但我们决不能因此停滞，让它来像催化剂一样催化我们的人生，激活我们的斗志。在生活中，我们要赢得幸福，首先要有良好的心态和处变不惊的定力。活得自在与从容些，只要我们珍惜生活和生命，沿着生活的轨迹，慢慢地用心去体验每一件事的细微之处的美好，那么，快乐就会常常与我们牵手，幸福的感觉就会不停地萦绕着我。
- 5、幸福是持续地、不间断地从生活点滴中得到一些乐趣而获得的一种愉悦感受。这种愉悦感受，是幸福的心情，是用心领悟生活后的感触。所以幸福的内涵就是由生活中言不尽的快乐感受交织而成，是一种活跃的状态，是活出最佳人生状态的一种觉察和体悟。
- 6、幸福是公平的，只是你愿不愿意去享有罢了。只要你想我是幸福的我拥有什么，而不是说我不幸的因为我没有……那么你就会变得快乐得多。
- 7、爱情走到了末路有时是我们自己给自己设置的，因为情路坎坷是人所周知的一件事。不要轻言爱，不要轻易放弃。即使爱过后，放弃了，也不需要刻意忘记往日里那些温馨的画面，只留下那些美好，那爱情的芬芳将会在记忆的深处散发出幽幽清香。
- 8、在生活的道路上，只要我们能用心去感受，快乐就会无限，幸福亦能无穷。有的幸福来源于别人的给予，比如，别人对你的理解、关注和信任；有的幸福则是你给予自己的，比如，你对自己的肯定、认同、接纳；有的幸福源自于你给予别人的，比如，你给予别人帮助与快乐，也收获着同样的甜蜜美好。或许这些都是幸福，由此而产生的快乐已经在你的心底激荡起一波波的幸福浪花，好好感受一下吧！它们原来都叫作幸福。
- 9、幸福的男女原本就是一对欢喜冤家，他们各自拥有幸福飞能力，而这种能力首先会让爱着她的人倍感温暖安全 如果你情感中的对手和你旗鼓相当 那他的回报里也必有执你之手，与你偕老，今生永远，亲爱的 看清了情感的棋局，找到了合适的对手，你才能赢得漂亮，输的无憾！
- 10、每天给自己一个微笑 要抓住现在的幸福 尽享留白处的精彩 释放自己的灵性空间 失去后我们依然美丽 向内心寻找答案 寻找内在的安宁 充实自己心灵 放空自己，尽享生活 积聚力量，灿烂绽放 重遇幸福的自己
- 11、只有自己才能真正爱抚自己、拯救自己，不要等待有外援会帮你。与其求人相助，倒不如学习包容、理解和尊重自己的感受，接受并适应它。应该说所有的痛苦似真也似假，尤其是跟爱的本身无关，只不过是思想上设下的牢笼，负面思考惹的祸。
- 12、从今天起，做一个幸福的人，生命多一些豁然，人性多一些达观；从今天起，做一个幸福的人，在光与爱中前行，在感恩中成长。从今天起，每天给自己一个幸福的理由！让内心充满阳光，由内而外散发出光彩。这就是幸福。
- 13、爱是宽恕，是暖，是春风。我们无法左右春风，却可以尽情地沐浴它，感受它，感受它带来的美好，因为再也找不出一一种行为或一项行动像爱情那样以如此巨大的希望开始，又以如此高比例的失败而告终。如果是别的事，人们会想方设法找出失败的原因，吸取教训，以利再战或者永远洗手不干。但因为人们不可能永远放弃爱情，所以看起来只有一条可行的路，那就是克服爱情的挫折，找到原因并探究爱情的意义。
- 14、幸福是公平的，只是你愿不愿意去享有罢了。只要你想我是幸福的我拥有什么，而不是说我不幸的因为我没有……那么你就会变得快乐得多。关注什么就会带来什么，何不多给些关注于带来快乐和幸福的想法上呢？相信只要拥有快乐平常心的人，就会随时拥抱生活给予的快乐，生活的美好将似一幅长卷，慢慢缓缓地展现在你我的面前。
- 15、我们不能无视生活中每天发生的小事，正是它们构成了幸福的实质内容，快乐在其间，幸福就在

## 《每天一个幸福的理由》

其间，只有用心去感受的人，才能深刻而持久地幸福。爱情也需要浪漫，更需要能经得起平淡，恋人之间要用心沟通、用爱呵护、用情照料。平淡中体味幸福，爱要用心，才行。

16、变幻莫测的人生，总是充满了不确定，正是这样才会有这样那样的艰难与困苦，但我们决不能因此停滞，让它来像催化剂一样催化我们的人生，激活我们的斗志。在生活中，我们要赢得幸福，首先要有良好的心态和处变不惊的定力。活得自在与从容些，只要我们珍惜生活和生命，沿着生活的轨迹，慢慢地用心去体验每一件事的细微之处的美好，那么，快乐就会常常与我们牵手，幸福的感觉就会不停地萦绕着你我。

17、更新你的情感世界，只留住快乐的记忆，让快乐围绕着你好似春风的抚慰；更新你的情感世界，认识你的负面能量，让它逆境的时候变得不再可怕。你更加了解自己，了解自己的情感世界，它犹如美人的那一瞥，让你心底的快乐如泉涌般注入。

18、  
活和幸福里是一种对宇宙的宣言，它宣告你不愿把幸福喜悦延期到遥远的未来。就在当下，向生命说是！

19、当你不幸福的时候，给自己找个理由，让自己小小的幸福下也没什么不好呀！！！所以啊，有了这本书，你就可以让自己每天都幸福了啦！！

20、读后感悟：幸福是持续地、不间断地从生活点滴中得到一些乐趣而获得的一种愉悦感受。这种愉悦感受，是幸福的心情，是用心领悟生活后的感触。所以幸福的内涵就是由生活中言不尽的快乐感受交织而成，是一种活跃的状态，是活出最佳人生状态的一种觉察和体悟。

21、从今天起，做一个幸福的人，生命多一些豁然，人性多一些达观；从今天起，做一个幸福的人，在光与爱中前行，在感恩中成长。从今天起，每天给自己一个幸福的理由！让内心充满阳光，由内而外散发出光彩。人生好似一场有去无回的旅程，匆匆赶路的同时别忘了留一份心情欣赏所到之处的美景。毕竟到达终点不是人生的目的，幸福才是目的。我们时常往前走，却忘了自己要去哪里？去干什么。幸福才是我们最初出发时的愿望和最终要到达的地方。

22、很多人都在报怨自己的不行，却忘记了自己不幸福的往往是我们最亲近的自己，工作社会压力之下，都应该千方百计给自己一个幸福的理由，让内心舒缓，自在、随性一些。用今天的笑容来点缀今天，用明天的歌声开怀世界。

23、当爱情走时，你却又想留。你会问责自己为什么不能勇敢些呢？何苦让自己孤苦伶仃。其实你不是不想幸福，只因自己一直活在幻影中，以为那样的幸福才最满足。你害怕别人的闯入，打破自己驻守多年的梦。真的很像自己呢！人有时候就是很矛盾的！

24、给自己一个每天都幸福的理由，让自己每一天都活在快乐开心的世界里，不要让那些不好的事物来干扰我们，所以这本书很值得看看呢，人，就要对自己好点，对自己都不好了还会对别人好吗！所以啊，每天一个幸福的理由很有必要的哦。

25、从爱情，生活等方面诠释了幸福的真谛，每一个人心里都有一个哈姆雷特，每个人对幸福的认识和理解都不同。《每天一个幸福的理由》从爱情和婚姻的角度着重的渲染了生活中幸福的色彩，细细品读，在每一个细小的点滴都值得让我们感动。在各种压力下我们需要有这种感知幸福的心，走出心灵的牢笼，追求自己的梦想和生活。

26、《每天一个幸福的理由》这本书给我的感觉还是很不错的，第一，封面很是喜欢，主要是白粉配，给人的感觉很干净；第二，包装很喜欢，还给塑封上了，至少我本人就很爱买这样的书，至少可以保证是新新的，而且这样的话还不爱脏；第三，内容很是满意的说。会推荐的哦。

27、每天一章，每天一个理由，呵呵，不错的书！两个人的恋爱叫甜蜜，三个人的感情叫纠缠，在这种隐秘的三角恋情中，爱人们经历着拥有和失去，以及由此带来的种种阴晴变化的欢乐与绝望，这一切使他们之间的爱反而更热烈更赤诚，我曾经默默无语地，毫无指望的爱过你，既忍受着羞怯，又忍受着嫉妒的折磨，那样的真诚，那样的温柔，但愿上帝保佑他，另一个人也会像我爱你一样，凡是要看开些，北京精神是爱国、包容、厚德、创新，其实就有在告诉大家，要有宽容之心。

28、这本书拿到手给人很感觉的感觉，书的材质也很好。世界再亏欠你，也要敢于拥抱幸福。你要相信，没有到不了的明天！

29、心灵导师张德芬说：其实思想最侵蚀我们的地方就是千方百计地要我们害怕它，我们一旦害怕它，它便会趁机侵蚀掉我们所有的能量。它已有数千万年的转世历史，而你只不过才几十岁的年纪，你无论如何不会战胜它。但是你能找到属于自己一个人的幸福理由，哪怕是欺骗的借口，也要接下来完成人生的课题，走向幸福。

## 《每天一个幸福的理由》

30、感觉还是挺不错的，每章每节都讲的挺周详的，周国平说过，真正的爱情是两颗心灵之间不断互相追求吸引的过程，这个过程不应该因为结婚而终结，以婚姻为爱情的完成，这是一个有害的观念，在此观念支配下，结婚者自以为大功告成，已经获得了对方，不需要继续追求了，可是，求爱，求爱，哎即寓于追求之中，一旦停止追求，哎必随之消亡，相反好的婚姻则应当使爱情始终保持在未完成的状态。

31、一个家庭就是一个感情银行  
这个银行是需要二人悉心呵护、用心经营的，不然你不存光取，银行的爱情账户经常出现负增长是无法继续经营的，它迟早会濒临破产。两个人的爱情之树也日渐枯萎。

32、幸福是持续地、不间断地从生活点滴中得到一些乐趣而获得的一种愉悦感受。这种愉悦感受，是幸福的心情，是用心领悟生活后的感触。所以幸福的内涵就是由生活中言不尽的快乐感受交织而成，是一种活跃的状态，是活出最佳人生状态的一种觉察和体悟。

33、更新你的情感世界，看淡情感世界的花谢花开，只留住快乐的记忆，让快乐围绕着你好似春风的抚慰；更新你的情感世界，认清情感世界里的花谢花开，认识你的负面能量，让它逆境的时候变得不再可怕。

34、其实幸福每天都在，就要看我们自己是否抓得住抓不住了，是否会向往幸福了。其实幸福不过就是奥特曼打小怪兽嘛！越打越幸福嘛！（\*^\_\_^\*）嘻嘻……

35、稻草人说自己执意守护着的是这一片土地，这才是它的爱情。与稻田和油菜花无关，这里的花开花落不会使自己悲伤。它的随性，它的洒脱，它的淡雅无不告诉我们幸福的要素是什么，它预演了我们如何才能拥有幸福。放下、宽容、淡定的人生才是幸福所至。

# 《每天一个幸福的理由》

## 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](http://www.tushu000.com)