

如何掌控你的快乐和幸福



作者：周妮编著

出版社：北京：长征出版社

出版日期：2009.10

总页数：227

介绍：很多时候，人们错误地认为，幸福就是简单地拥有和得到，不断地追寻，不停地索取，到头来，却发现幸福离自己依然遥远。其实，幸福更多的是一种心态，而不是状态。正因为如此，幸福是旁人给予不了的，也不是用失去或者得到可以计算的。幸福是人一生所求，然而，在追求幸福的过程中，人们却常常流于浮躁——总觉得幸福在别处。于是，他们宁愿丢掉手中的一切，挣脱自以为重重的枷锁去追求所谓的幸福。可是，当他们一心追求的“幸福”真正握在他们手里的时候，他们依然不会幸福。因为那些失去的，被破坏的，已经使幸福残缺了。幸福其实很简单，就在一念间。真正的幸福是宽容，是感恩，是平和，是恒久的忍耐。境由心造，把自己的心态调整好，加上理性、洒脱与豁达，把幸福变成一种习惯，让它时时光临我们的人生。幸福其实很简单，有时如果你刻意地找寻它，就会发现它在回避你，而当你用乐观的心态对待事物时，就会发现，幸福就会随着你的阳光心态出现在你的身旁。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12545550.html>）查找全本阅读方式

如何掌控你的快乐和幸福 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12545550.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12545550.html>

书名：如何掌控你的快乐和幸福