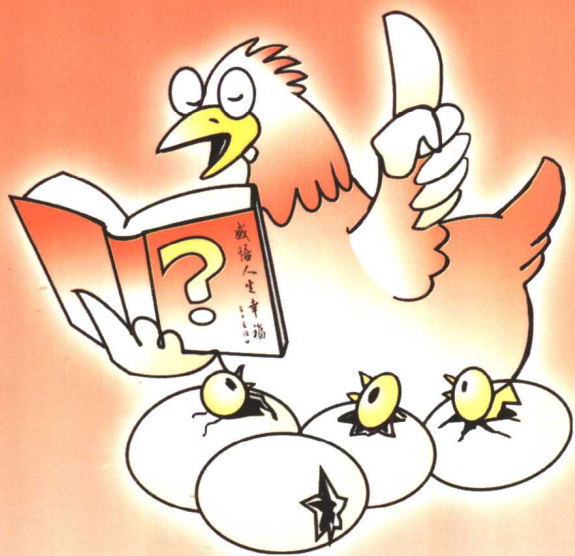


GANWURENSHENGXINGFU

感悟人生幸福

王玉贵题



济南出版社

王文波 编著

感悟人生幸福

王玉贵 题



济南出版社

图书在版编目(CIP)数据

感悟人生幸福 / 王文波编著. — 济南: 济南出版社, 2004.8

ISBN 7-80710-041-9

I. 感… II. 王… III. 幸福 — 通俗读物

IV. B82-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 088903 号

责任编辑 李聪

出版发行 济南出版社

地 址 济南市经七路 251 号 邮编: 250001

印 刷 山东新华印刷厂

设计制版 山东太极广告传播有限公司

版 次 2004 年 8 月第 1 版

印 次 2004 年 8 月第 1 次印刷

开 本 880x1230 毫米 1/32

印 张 6

字 数 26 千字

印 数 1-6600

定 价 19.80 元

(如有倒页、缺页、白页, 直接与印刷厂联系调换)



人生

—— 作者

作者简介

王文波，1946 年生于山东省汶上县，1964 年参加工作。历任小学教员、团县委书记，部队宣传干事、政治理论教员，省政协秘书处副处长、处长、副秘书长，第七届、第八届省政协委员。现任省政协办公厅巡视员、第九届省政协委员。

作者从事教育和机关工作40年，在教学和理论研究方面取得诸多成果。撰写了《祖国的宝岛—台湾》一书，主编了《山东政权志·政协篇》，担任过人民出版社出版的《人民政协学习大纲》副主编，在省级及全国性报刊发表的文章和照片多次获奖。

网址: ylc@sdzx.gov.cn

序

幸福是人类追求的永恒主题。古今中外，历来如此。然而，究竟什么是幸福？怎样追求幸福？如何感受幸福？为了回答这些问题，文波同志把多年收集整理的有关感悟人生幸福的资料汇集成册，是一件很有社会意义的事情。

我们的祖先造字，寓意深刻。“福”字的基本含意是指人生拥有田地、居室和子女等物质基础，以及在这个基础之上的人生感悟。当这种感悟符合优化自身生存环境的需要时，幸福就可以持续和久远。否则，就是昙花一现，转瞬即逝。妄想水中捞月、天降馅饼，最终必然是失望的痛苦；邪思痴迷，则会导致自身的毁灭，自然无幸福可言。我们提倡和追求的是与优化自身生存环境相协调的幸福观，即符合坚持以人为本、全面协调可持续发展规律的幸福观。

《感悟人生幸福》这本书，从内容到形式

都有新的创意。既有名人名言，又有切身感悟；既运用大众化的语言，又蕴涵丰富的哲理；既具有民族特色，又富有时代气息。短小精悍，言简意赅，面向大众，通俗易懂。有些长篇大论的文章，真正有用的也只有几句话，而读这本书，不仅使人情绪放松，而且可以在较短的时间里获取更多的知识和有益的启发。

一句名言，可以引发千万人的思考；一本好书，可以改变无数人的命运，可以成就载入史册的事业。在此，我向读者朋友们进言：追求幸福读此书终生受益，祝愿幸福赠友人情深意长！

真正的幸福，永远属于那些在正确的道路上理智奋斗的人们！

李殿魁

二〇〇四年七月



目录

第一章：

幸福是一个多标准的概念 (1)

第二章：

倍加珍惜家庭这个幸福的港湾 (13)

第三章：

妥善处理夫妻关系将幸福终生 (27)

第四章：

教子有方可以使幸福得以延续 (39)

第五章：

少年是幸福的备耕季节 (51)

第六章：

中年是幸福的耕耘季节 (67)

第七章

老年是幸福的收获季节 (89)

第八章：

加强自身修养提升幸福的质量 (101)

第九章：

广交朋友建立幸福的支持系统 (121)

第十章：

节制权力和金钱欲望幸福永存 (143)

第十一章：

教训也是追求幸福的宝贵财富 (155)

第十二章：

用心感受已经得到的幸福 (173)

附：宽心谣 (184)

幸福是人类永恒的追求。
究竟什么是幸福呢？



第一章

幸福是一个多标准的概念



人类一切努力的目的在于获得幸福。

——（英）欧文

幸福观是人生观的重要组成部分。
有什么样的人生观就有什么样的幸福观，
有多少种人就会有多种关于幸福的理
解。

苦乐之间没有绝对的界限，这中间
的差别全在于人们的主观思考。

幸福是一种感觉。幸福就在心中，快
乐也在心中。

幸福是一种比较。比上不足比下有
余，也会感到幸福。



幸福就是满足。人心不足蛇吞象，没有满足就没有幸福可言。

最大的幸福是享受自由，最大的痛苦是丧失尊严。

幸福无人分享，不算是真正的幸福；痛苦有人分担，可以减轻痛苦。

人生幸福的基础是健康。顿顿玉盘珍膳但没有好胃口，住着金窝银窝却又彻夜失眠，怎么会有幸福可谈！

幸福就是拥有选择的机会，选择的机会越多，获得幸福的可能性就越大。



在太阳升起的时候能享受阳光的沐浴，在月亮爬上树梢的时候能安然地入睡。

人生幸福三要素：吃得下饭，睡得着觉，笑得出来。

没有好东西吃是痛苦的，有了好东西不能吃也是痛苦的。

幸福就是要拥有一个健康的身体，一群可信赖的朋友，一位深爱自己的人。

精神世界比较稳定、心理比较健康的人，是幸福的人。

福与爱相生相伴。有人知冷知热是幸福，有老人可以孝敬、有儿女可以培养也是幸福。

积德行善是幸福。行止无愧天地，褒贬自有春秋。

能帮助别人是一种幸福，被别人信任也是一种幸福。