

<<幸福达人>>

图书基本信息

书名：<<幸福达人>>

13位ISBN编号：9787532753154

10位ISBN编号：7532753158

出版时间：2011-4

出版时间：上海译文出版社

作者：[日] 渡边淳一

页数：180

译者：竺家荣

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>

<<幸福达人>>

内容概要

感受生活快乐、提升幸福指数，超越《钝感力》成为《幸福达人》
渡边淳一最新励志作品，陪你发现身边无所不在的幸福

“幸福是什么？”

“怎样去捕捉幸福？”

幸福就在你的身边，多得到处都是，
幸福正眼巴巴地等着你发现它，拾起它来呢。

怎能无视近在咫尺的幸福，不把它拾起来呢？

让我们踏上这“幸福达人”之旅吧！

本书是继《钝感力》之后，渡边先生推出的最新作品。

作者从身体生理构造、男女爱情、婚姻、事业、人生、家庭等诸多方面阐述了如何才体味到幸福。

幸福其实很简单，幸福是一种独特的人生智慧，本书对当代社会中茫然无措的人们予以全新的启示。
看了这本书，你将更易在目前竞争激烈、节奏飞快、错综复杂的现代社会中生存，求得自身内心的平衡，学会与他人和社会的和谐相处，也更易取得成功。

相信每个读了这本书的人，都能学会如何成为幸福达人，从而改变自己的人生！

<<幸福达人>>

作者简介

渡边淳一，1933年出生于北海道，1958年毕业于札幌医科大学后，在母校整形外科担任讲师的同时，从事创作。

早期作品以医疗题材为中心，后逐渐扩展到历史、传记小说、深入探讨男女本质的恋爱小说。1970年，以小说《光和影》获第63届直木文学奖；1980年，以《远方的落日》获吉川英治文学奖；2003年，获菊池宽奖等。

代表作：《失乐园》《熟年革命》（均为讲谈社）《爱的流放地》《欲情课》（均为幻冬舍）《钝感力》（集英社）《告白的恋爱论》（角川书店）等多部。

现今仍活跃于日本文坛第一线。

竺家荣

国际关系学院日法语系副教授，研究生导师，担任日本近现代文学研究及文学翻译研究课程。长期从事日本文学的研究与译介。

主要代表译作：《失乐园》（渡边淳一）、《无限近似于透明的蓝》（村上龙）、《晓寺》（三岛由纪夫）、《疯癫老人日记》（谷崎润一郎）、《京洛四季——美之旅》（东山魁夷）、《被偷换的孩子》（大江健三郎）、《一个人的好天气》（青山七惠）等。

<<幸福达人>>

书籍目录

序章

第一章 幸福是“谦卑态”

第二章 身体充满幸福

第三章 了解自律神经

第四章 缺点中的优点

第五章 摆脱思维定式

第六章 随机应变是才能

第七章 在校外学到的

第八章 积攒智慧更重要

第九章 自我革命的恋爱

第十章 与人交往的开端

第十一章 进步的和进步的

第十二章 从“男时”到“女时”

后记

<<幸福达人>>

章节摘录

版权页：身体自备的安全机构你的身体里备有好几道为了使你生存下去的安全机构。

就拿全身的血管来说，真是配置得巧夺天工，且十分高效，实在是不可思议。

用高压运送新鲜血液的动脉位于身体的深处，运送脏血的静脉位于靠近皮肤表面的位置。

所以，轻微划破或碰破皮肤，流出来的一般都是静脉血。

静脉相比动脉血压要小，所以即使受了伤，出血量也很少，而且几乎不含什么氧气或养分。

另一方面，输送新鲜血液的主动脉血管被安置在身体里面来加以保护。

在拳击等格斗竞技中，经常能看到选手满脸是血。

脸部血管纵横交错，一旦划破会流很多血。

看着都觉得很疼，很吓人，其实并没有什么性命危险。

因为血液具有一接触空气便凝固的特性。

即使出血，不多久就会止住，所以，划伤或流鼻血是不会引起死亡的，这类伤口只要消消毒、防止化脓就没事了。

记得以前当医生的时候，有一次我值夜班，有两个满脸是血的男人被送来，看样子像是黑道上的。

他们叫嚷着“别管其他病人，快点先给我们看”，“要是恶化了，可别怪我们不客气”。

我把他们分别关进厕所，从外面上了锁。

虽然他们看起来血流满面，惨不忍睹，其实伤得不严重，并不需要紧急处置。

这两人在厕所里折腾了一会儿，加上喝醉了，又恰到好处地流了一些血，渐渐安静下来睡着了。

这时，我才把他们从厕所放出来进行了缝合，结果什么事情也没有。

<<幸福达人>>

编辑推荐

《幸福达人》：幸福就在你的身边，多得到处都是，幸福正眼巴巴地等着你发现它，怎能无视近在咫尺的幸福，不把它拾起来呢?这本书将成为你人生的转机活下去的力量，将溢满你全身。

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>