

<<禅解女人心>>

图书基本信息

书名：<<禅解女人心>>

13位ISBN编号：9787511701374

10位ISBN编号：751170137X

出版时间：2010-1

出版时间：中央编译

作者：佳薇

页数：259

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>

## <<禅解女人心>>

### 前言

听过很多女人聊天，发现一个有意思的地方，无论是谈及工作抑或生活，大部分时间，她们都在相互诉苦。

生活，不知从什么时候竟成了诉不完的苦，成了受不完的累。

我们的幸福哪里去了？

曾经，我们把幸福时时挂在嘴边；曾经，我们信誓旦旦地要把幸福当作我们一生的追求。

可事实上，对于女人而言，幸福却是这样一件让人匪夷所思的事：有时候感觉它很近，似乎就在眼前，触手可及；有时候感觉却那么遥远，那么虚无缥缈。

那么究竟何为幸福？

谁能为幸福下一个确切的定义？

在我们最为迷惑的时候，“禅”走进了我们的世界。

所谓幸福，就是在你真正理解人生时，那刹那间会心的一笑，就在这一笑间，天地变得无比宽广，人生所有的一切都变得无比的美好——没有抱怨，没有悲伤，没有遗憾，没有无谓的纷争。

不要以为这是一个永远无法实现的梦想，这是真实的禅的世界。

## <<禅解女人心>>

### 内容概要

忘记并不等于从未存在，一切自在来源于选择，而不是刻意。  
不如放手，放下的越多，越觉得拥有的更多。  
命由己造，相由心生，世间万物皆是化相，心不动，万物皆不动，心不变，万物皆不变。  
坐亦禅，行亦禅，一花一世界，一叶一如来，春来花自青，币火至叶飘零，无穷般若心自在，语默动静体自然。  
笑着面对，不去埋怨。  
悠然，随心，随性，随缘。  
注定让一生改变的，只有百年后，那一朵花开的时间。  
刹那便是永恒。  
不可说，不可说，一说即是错。  
一忿愚即般若绝，一念智即般若生。  
菩提市无树，明镜亦非台。  
本来无一物，何处惹尘埃。

## &lt;&lt;禅解女人心&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 了悟人生——智慧之心 保有底线的欲望就是幸福 幸福与贫富无关 保持一颗清静的心 扫除心灵的尘埃 心转则佛转 人生就要活得明白活得无悔 活着要有适合自己的明确的目标 人生的痛苦与解脱 畅快人生须随缘而定 生命不能超出承受之“压” 放弃何尝不明智第二章 拒绝脆弱——坚强之心 人生不相信眼泪 可以依靠的只有自己 独立的女人才有幸福才有尊严 除了内心的绝望,并没有真正的绝境 相信自己,铁树开花都不是奇迹 保持自我本色 接受自我,悦纳自我 做自己想做的事 远离悲观就没有不可能 永远学习才能跟上时代的脚步第三章 福报相随——善良之心 多种一分善因,多得一分收获 与人为善者自然处处逢善缘 点亮一盏照亮别人的灯 爱与慈悲 把幸福与人分享 不求回报的施予才是真正的施予 勿以恶小而为之 善良的女人懂得感恩 永远不能丢弃的是高尚的道德品质第四章 恕己宽人——包容之心 宽容别人就是善待自己 宽容是一种美、是一种力量 宽以待人,成就你的人格魅力 在宽恕别人中升华自己 包容那些看似“离谱”的“小事”更需要开阔的心胸 记住该记住的,忘记该忘记的 宽广胸襟,无忧也无恼 背后不说他人的是与非第五章 宠辱不惊——淡定之心 临辱临怒看涵养 要善于控制情绪 不做“拿得起放不下”的怨妇 平和的心态带来高雅的气质 天堂与地狱只有一线之隔 生气又有什么用 不要燃烧自己的功德 不要为错过了的怀有遗憾 得失本就是生活的两面 潇洒是因为舍得放下 该放手时就放手第六章 难得糊涂——平常之心 少一些聪明多一点糊涂 能吃亏者走得踏实、活得轻松 糊涂是人生最大的学问 都明白就不明白了 做一个聪明的“傻女人” 舍得之间不必斤斤计较 适可而止,不要处处追求完美 退步原来也向前第七章 放下烦恼——开怀之心第八章 围城内外——幸福之心参考文献

## <<禅解女人心>>

### 章节摘录

曾听一位智者说过：“没有边际的欲望是幸福的最大障碍。

”的确，假如一个女人感觉不幸福的时候，并不是因为老天对你不公，而是你的欲望超出了你所能承受的底限。

只要减少一份欲望，你便会多得一份幸福。

《佛说生经》：“一切世间欲，非一人不厌，所有有危害，云何自丧己？

一切诸众流，悉皆归于海，不以为满足，所受不厌尔。

”意思是说：一切世间的欲望，没有哪一个人会不喜欢，而这些看似漂亮的东西，如果你对它们的欲望超出了底线，就会有着非常大的危害。

须知，欲望不能满足，贪爱没有止境的人，最终一定会自己吞噬自己。

古时候有个贪财的女人，一天到晚总是想着怎么能一夜暴富。

有一天她听人说，在远方的一个沙漠里埋藏有上古时期留下的宝藏。

她禁不住诱惑，而又不想跟别人分享，于是决定独身一人前往沙漠寻宝。

找了几天几夜，宝藏还没找到，可是她身上携带的食物和水却已经消耗完了。

没有了能量补给，没过多久，她就感到身上的力气即将耗尽。

在绝望中，她静静地躺在地上等着死神的降临。

## <<禅解女人心>>

### 编辑推荐

《禅解女人心》：化解烦恼的禅意，善待心灵的寄语。

禅语有云“境由心生”，意思就是，任何事情最终的结果都是由人的心态决定的；女人的心细腻、脆弱、敏感，心中那些难以解开的“结”，在禅的“放下、淡定、从容”的教诲下，自能迎刃而解。放下就是快乐。

若能一切随他去，便是世间自在人。

如果你不给自己烦恼，别人永远不可能给你烦恼。

<<禅解女人心>>

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>