

# 幸福女人阳光禅



[幸福女人阳光禅\\_下载链接1](#)

著者:孙亚兰 许长荣/编著

出版者:华夏出版社

出版时间:2011-5

装帧:平装

isbn:9787508063010

《幸福女人阳光禅》内容简介：“讲些禅话，听些禅音，做些禅事，用些禅心，那你就

能成为有魅力的人。”禅发自于人的内心，就像一朵扎根在你心灵的莲花。禅如莲花在我们内心盛开的过程，就是我们慢慢完善自我、努力幸福的过程。

《幸福女人阳光禅》从情感禅、生活禅、职场禅、处世禅、修养禅、心态禅、逆境禅、生命禅等八个层面讲述人生的各种境遇，赋予每一个女人禅的智慧与境界……

作者介绍：

目录：前言 感受禅意，善待心灵

第一章 情感禅：悲欣哀乐又何如

问世间情为何物

珍惜眼前人

放手，获救之妙方

彼岸即在脚下

紧握幸福的缰绳

走出爱的迷雾

风雨不定的爱情难有善果

十字路口的抉择

深谙刺猬哲学，预防争吵不休

死命追求恰为幸福阻碍

第二章 生活禅：油盐柴米，随处安然

平常心：禅意生活的姿态

生活：一张密布的无常尘网

津津品味自我的生活

简简单单才是真

简约是福，别活得太累

放轻松些，生活更美好

莫被是非绊住脚

学会利用生活中的缺陷

等待，只是打个盹的工夫

先苦后甜，而苦不可过长

第三章 职场禅：于乐业中雕刻时光

有一种宝贵的精神叫独立

听梦想在心头呢喃细语

勿把工作当苦役

心性专一，有始有终

不为钱财败叶所缠累

打开心窗，学会欣赏别人

大成若缺，不为缺陷而自卑

走别人没有走过的路

不必做到让每个人都满意

不做“薪水”蹄下的“羔羊”

第四章 处世禅：通融知礼亦达理

生活难料，绸缪不测风雨

与人善言，暖于布帛

为他人着想，即为自己铺路

友谊是女人一生的财富

莫让良心接受灵魂的审判

求同亦该存异

赞美如播撒于心灵的雨露

嫉妒如绿眼妖魔

谎言是把双刃剑

不辩也是一种大胸襟

第五章 修养禅：茶香物语话身心

美丽女人快乐禅

宽容，馨香绽放

优雅女人：恰似谷中百合花

阳光心情：爱上向日葵脸孔

以湛海碧波温暖心灵

智慧是件百衲衣

尊重：跨越心灵鸿沟的桥梁

微笑，一束冬日暖阳

慈乃光照浊世一盏灯

赠人玫瑰，手有余香

第六章 心态禅：淡泊宁静以致远

常常惜福，时时感恩

于寂寞中触摸心灵的轮廓

打开自闭的心灵

快乐也会戏假情真

时时打理心灵后花园

把握机缘，随喜随缘

勿让情绪左右自己

宁静，沉淀生活的浮躁

为自己的心灵“留白”

情趣：一抹清鲜的生活色

(略)

· · · · · (收起)

[幸福女人阳光禅\\_下载链接1](#)

标签

禅

当当读书

口袋书

一本很有禅意的书

评论

一本便携书，方便携带，里面的有精美禅意的配图，优美的文字。

---

[幸福女人阳光禅 下载链接1](#)

书评

---

[幸福女人阳光禅 下载链接1](#)