

<<淡定的女人最幸福2>>

图书基本信息

书名：<<淡定的女人最幸福2>>

13位ISBN编号：9787801039347

10位ISBN编号：7801039343

出版时间：2013-4

出版单位：商务印书馆国际有限公司

作者：芳琼

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>

<<淡定的女人最幸福2>>

前言

在浮躁的现代都市，许多女人把生活当成了一趟列车，让它承载着梦想疾速行驶，盼望着早日抵达幸福的终点站。

一路上，她们无数次描绘着幸福的场景，思索着哪一条路离幸福更近，时刻为赢取名利富贵而纠结烦恼，总觉得那才是填充幸福的唯一内容。

直到有一天，生命的列车停下了，走不动了，它抵达了生命的尽头，那里没有想象中的独好风景，而是荒芜一片，唯有破旧的站牌上写着一句话：别走得太快，最美的风景在路上。

女人在生活中要承受的东西太多，这个世界要求她们贤良淑德，貌美如花，生儿育女，还要腹有诗书气自华。

其实，女人大可不必让这些东​​西扰乱了自己平静的步伐，更不必匆匆忙忙去追寻这些幸福的表象。

一杯清茶，若一口喝下，尝到的只有苦涩；若慢慢揭开杯盖，细细地品，便能品出茶的清香。

一朵鲜花，若因为急于得到而把它摘下，花儿很快就枯萎了；若把它小心翼翼地栽入盆中，精心呵护，则每天都可以嗅到它的芬芳。

一碗白饭，若是囫囵吃完，定是索然无味；若在嘴中细细咀嚼，便能尝到清淡中的香甜。

其实，幸福就像那一杯茶，一朵鲜花，一碗白米饭，需要在生活中慢慢地品，慢慢地赏，慢慢地嚼。

记得安妮宝贝在《素年锦时》里写道：“那些语言似乎是飘浮在空气里的，它们会流动会漫溢，会让人心里暖和安定。

”身处在这个越来越浮躁的年代，每个女人都需要这样一种文字的安慰。

《淡定的女人最幸福2——稳住自己的内心》，是继《淡定的女人最幸福——幸福女人必修的88个淡定禅》之后，为女人倾心打造的又一本暖心之作，里面的每一个故事、每一句箴言都在以自身的温度和质感，似清澈的流水一般洗涤女人内心的不满、悲伤和失望，带领身心疲惫的女人穿过黑暗感受阳光。

如果，此刻的你正焦急地期待着一份结果，那么请你保持淡定。

这个世界上，有一种幸福叫作守候，唯有淡定沉稳、懂得静心等待的女人，才能守得云开见月明。

如果，此刻的你正在羡慕着别人的花园，那么请你保持淡定。

幸福是坚定而缓慢的成长，每个人都有自己的一段“沉香”，你该试着努力绽放自己的芬芳。

如果，此刻的你正在为小事烦心，那么请你保持淡定。

当你学会把世上的一切都置于心外，生活便不会带走什么。

别忘了，心若安好，便是晴天。

如果，此刻的你正为消逝的激情而困惑，那么请你保持淡定。

最好的生活，无非是你在闹，他在笑，如此平淡温暖地过一生。

如果，此刻的你正在被寂寞吞噬，那么请你保持淡定。

人生如旅，一个人孤独，两个人未必不孤独。

有些路只能一个人走，谁耐得住寂寞，谁就走得更远。

如果，此刻的你正在幸福的路上狂奔，那么请你保持淡定。

幸福的节奏该是缓慢的，不如停下匆匆的脚步，欣赏一下路边的风景，幸福的女人总是从容地生活、优雅地老去。

如果，此刻的你正在为过去懊悔，那么请你保持淡定。

婆娑世界，万事都有缺陷，谁也无法达到圆满，珍惜眼前才是最好的活法。

淡定，是人生的从容之态，是对生命的珍视，是对世事的释然。

淡定是一种优雅，是一种生活态度，是宠辱不惊，是对简单生活的追求。

女人啊，稳住自己的内心，从容淡定的面对世界，该停留的时候放慢脚步，该放开的时候不强求，放大细微的幸福，缩小所有的悲伤，再把点点滴滴的幸福串联起来，才能够让幸福长长久久。

<<淡定的女人最幸福2>>

内容概要

《淡定的女人最幸福2》主要讲述了，淡定的女人，能守住心，就像种子播下后守候它的发芽，厌倦黑夜时等待黎明的到来，一步步走下去，幸福就会跟着一起坚定地成长。

淡定的女人，懂得静心。

静则生慧，动则生昏。

唯以静照之，则如日当空，氛霾尽扫，清明祥和。

心若无物，便可一花一世界，一草一天堂。

淡定的女人，有平常心。

岁月漫长，最好的爱，是平淡的相守；爱不是一句话，爱是一辈子。

淡定的女人，持惜福心。

“人心苦不足，既得陇，复望蜀。

”唯有珍惜眼前，知足常乐，才是人生上上策。

不求人生无憾事，只要心月常圆满。

做淡定的女人，请先稳住自己的内心。

“淡”是外在状态，“定”是内在心境，只有心的定，才有形的淡。

因为淡定，女人在困顿的人生旅途上也能前行，因为淡定，女人在前行路上处处收获幸福。

<<淡定的女人最幸福2>>

作者简介

芳琼，身心灵畅销书作家，集多年潜心研究身心灵成长经验的精华，引领现代都市人从迷茫中走向觉悟，学习如何为自己的快乐和人生负起全责，如何看待生活的挫折，如何让自己和家人过得更幸福。

<<淡定的女人最幸福2>>

书籍目录

第1章有一种幸福叫守候 等待是生命的另一种存在 / 002 生活之所以美好，只因有了希望 / 005 如果等不及，那永远也等不到 / 008 在等待中默默努力 / 011 给生活以时间，去把梦想实现 / 014 百年等待，只为一次花开 / 017 有些东西不必刻意去寻找 / 020 人生如四季，没有盼不来的春天 / 023 第2章守住生命中蝴蝶 每个人都有一段“沉香” / 028 像腊梅一样静静绽放 / 031 别人的美丽花园你不必羡慕，034 海为自己蓝，你为自己活 / 037 寒冷不可怕，拒绝沉溺于暂时的温暖 / 040 找到适合你的那双鞋 / 043 做想做的事，去想去的地方 / 046 幸福的女人都曾经得住诱惑，049 用一颗淡定的心欣赏自己 / 052 第3章心若安好，便是晴天 人生苦短，别为小事烦心 / 056 把心放在可以安定的地方 / 059 心若美丽，粗茶淡饭也幸福 / 062 不要让嫉妒毁了淡定的心境 / 065 放松那一颗易疲惫的心 / 068 虚荣是内心安宁的“天敌” / 070 只留一颗枫叶般静美的心 / 073 活出好心情比什么都重要 / 076 看淡人生浮尘事，也无风雨也无晴 / 079 第4章爱，在平淡的流年 最好的爱，是平淡的相守 / 084 长久的婚姻是“将错就错” / 087 有些幸福是“熬”出来的 / 091 岁月浓淡总相宜 / 094 爱不是一句话，爱是一辈子 / 097 拥有自己的幸福就够了 / 101 爱得淡一点，爱得久一点 / 105 不缠绕，不牵绊，不占有 / 108 淡定地处理婚姻中的“芒刺” / 111 第5章留一段安静的时光给自己 不要因为暂时的寂寞去恋爱 / 116 孤独是人生的一段好时光 / 120 留一点独处的时间与心灵对话 / 123 享受吧，一个人的旅行 / 126 在没有花香的小路上盛开 / 128 爱走了，只剩一个人的浮世清欢 / 131 耐住寂寞的女人，总能笑到最后 / 134 用一颗淡定的心过滤孤独 / 137 生命的舞台没有永远的搭档 / 140 第6章美丽的人生不失控 不是幸福太少，是你不懂从容生活 / 144 像玫瑰一样，从含苞到凋谢从不慌张 / 147 幸福的女人都有两颗心 / 150 笑着释怀，世界依然美好 / 153 在心间种一棵“忘忧草” / 156 看淡生活中的不平事 / 159 心有绿洲，沙漠里也能看见风景 / 162 优雅的女人永远不会老 / 165 微笑着走过愤怒的拐角 / 168 第7章找出幸福的节奏 永不停歇的红舞鞋 / 172 找回生命中遗失的美好，175 日子还长，好好爱自己 / 179 别走得太快，等等你的灵魂 / 182 安心享受生活的每一天 / 185 过优雅舒适的“慢生活” / 188 停下来，只为走得更远 / 191 戒浮躁，放缓心态莫心急 / 194 生命的美妙在于过程 / 197 第8章最长久的拥有是珍惜 错过了的人事，别再去后悔 / 202 心怀感恩，而不是祈求 / 205 世上之事总不能圆满 / 209 幸福要懂得一个“淡”字 / 212 珍惜生命中的每一段缘分 / 215 亲情如歌，享受每一个音符 / 219 把每天都当作生命中的最后一天 / 223 活得简单一点，活得幸福一点 / 226

<<淡定的女人最幸福2>>

章节摘录

版权页： 别人的美丽花园你不必羡慕 林语堂先生说：“不管在什么情况下，幸福都是一种秘密。”英国广播公司有一部叫作《保住面子》的系列剧，这部剧说的是：一个中产家庭的主妇巴凯特，总是观察邻居的生活，每次看到邻居有了收获，多了财富，社会地位提高了，就会觉得很幸福。后来，这个邻居搬走了，新来的邻居没有之前的邻居那般幸运，整天病魔缠身，总是破财，看到这些之后，巴凯特又觉得自己太幸福了。

什么是幸福？

确实是一个难以回答的问题。

巴凯特与富裕的邻居比，总觉得不幸福；与生病、破财的邻居比，又觉得自己很幸福。

她的境遇，从始至终没有发生过丝毫改变，不一样的只是比较的对象变了，内心感受也不一样罢了。

“站在这山望着那山高”，总是羡慕别人的幸福而慨叹自己的“不幸”，这也是很多女人常犯的错误。

她们总是在羡慕别人的过程中，任自己的幸福和快乐悄悄地溜走。

殊不知，每个人都有自己独特而珍贵的人生，别人有别人的幸福，你有你的快乐，消极而无节制的羡慕，只能让人自甘堕落。

倒不如洒脱一点，随缘一点，说不定反而能获得意外的收获，只要你善于发现并懂得珍惜属于自己的幸福。

美好的工作、生活和情感，都离不开坚守。

懂得坚守自己的“沉香”，学会豁达从容，经受得住各种挑战和考验的女人，才能够到达幸福的彼岸。

倘若只是一味地羡慕别人，你不仅得不到幸福，总有一天还会失去自身所拥有的美好。

况且，很多东西根本用不着去羡慕，因为你看到的可能只是真相的一角而已。

她是一位年轻的女歌唱家，30多岁就已经誉满全球，而且嫁得如意郎君，生活美满。

一次，她在邻国开个唱，入场券早早就被一抢而空。

演出结束后，她与丈夫、儿子一同从剧场里走出来，顿时成为人群中的焦点。

人们开始七嘴八舌地与她攀谈，其中不乏赞美和羡慕之词。

说她刚刚大学毕业就能进入国家级歌剧院，出演重要角色；说她嫁了一个有钱的丈夫；说她有个乐观活泼的孩子……她听到了人们的议论一言未发。

等人们说完之后，她才缓缓地说：“我很感谢大家对我和我家人的赞美，但是你们看到的只是一个方面，还有另外的一面你们没看到，那就是你们所说的这个乐观活泼的孩子，他其实是一个不会说话的哑巴。

他还有个姐姐，常年关在有铁窗的房间里，她有精神分裂症。

”这番话一出口，所有人都惊呆了。

他们从未想到，风光的歌唱家背后。

竟然会有如此悲惨的家庭遭遇。

这时，歌唱家又笑着说：“所以，你们不必羡慕我，因为上天给谁的都不会太多。

”是的，上帝给谁的都不会太多，每个人都有属于自己的幸福，也有深藏于心的痛苦与无奈。

很多时候，女人之所以感觉自己不幸福，不过是看到别人享有的比自己多，看到世界上的很多东西自己不能拥有，无休止的羡慕、攀比之后，抱怨一声比一声沉重，由此而来的痛苦、忧虑、不幸，不就是自作自受吗？

羡慕、攀比能够改变什么？

只能是累了心，伤了身，蹉跎了青春岁月。

<<淡定的女人最幸福2>>

编辑推荐

《淡定的女人最幸福2》是心灵励志类全国畅销书，感动千万女性的温暖之作。

<<淡定的女人最幸福2>>

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>