

给心点灯

女性心灵快乐读本

Geixindiandeng 彭斌◎著

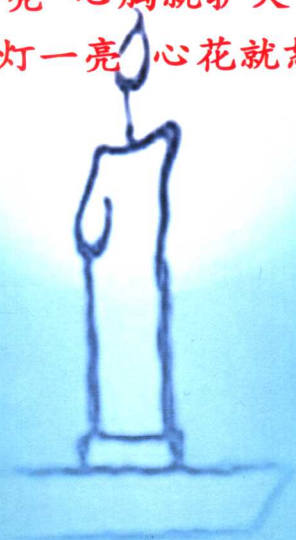


心灯一亮 心智就增强

心灯一亮 心态就稳平

心灯一亮 心胸就扩大

心灯一亮 心花就怒放



大众文艺出版社

B825

100

给心点灯

女性参与快乐读本

彭斌◎著



大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

女性内参快乐读本/彭斌著.

—北京:大众文艺出版社,2004.1

(给心点灯)

ISBN 7-80171-412-1

I.女…

II.彭…

III.女性—修养—通俗读物

IV.B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 121015 号

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编:100007)

北京市书林印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

开本 880×1230 毫米 1/32 印张 24 字数 595 千字 插页 4

2004 年 1 月北京第 1 版 2004 年 1 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-80171-412-1/B·22

定价:39.60 元(全二册)

版权所有 翻版必究

大众文艺出版社第一编辑制作中心

电话:64062964



作者简介

彭斌，笔名冰魂，号会理，字润生，著名青年职业作家，20世纪60年代中期生于湖北大悟一山村。童年时期放牧，少年时期流浪，青年时期从军。20世纪80年代初开始创作，涉猎门类众多。迄今发表、出版文字累计已近千万。20世纪末转业，现为职业作家，定居北京城东。



目
录

第一章 养性修心

人之心胸，多欲则窄，寡欲则宽——人之心境，多欲则忙，寡欲则闲，人之心术，多欲则险，寡欲则平——人之心事，多欲则忧，寡欲则乐——人之心气，多欲则馁，寡欲则刚

- ◎ 心无欲便宽/3
——无欲之谓圣，寡欲之谓贤
- ◎ 魔由心中生/5
——多欲之谓凡，徇欲之谓狂
- ◎ 心静自然凉/8
——只要心不放肆，便无过差



第二章 博知广识

不虚心，便如以水沃石，一毫进入不得——不开悟，便如胶柱鼓瑟，一毫转动不得——不体认，便如电光照物，一毫把握不得——不躬行，便如水车陆舟，一毫受用不得

目

◎ 要持之以恆/13

——铁杵磨成针，功到自然成

◎ 别浪费时间/15

景

——一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴

◎ 美女应有才/18

——才色双绝人人夸，有色无才人人骂

第三章 谨言温语

不与居积者争富，不与进取者争贵——不与矜持者争名，不与年少者争俏——不与高位者争权利，不与盛气者争是非——不与地主者争席位，不与虚荣者争功绩

◎ 和言与悦色/23

——有理不在声高，诲人不在咆哮

◎ 别当长舌妇/25

——病从口入，祸从口出

◎ 语言的艺术/28

——女性语言的优美，胜于形体的优美



第四章 举止有度

经一番挫折，长一番见识——容一番横逆，增一番器度——省一份经营，多一番道义——学一分退让，讨一分便宜——去一分奢侈，少一分罪过——加一番体贴，知一分物情

- ① 损人利己戒/33
——毋毁众人之名，以成一己之善
- ② 乐善而好施/35
——毋以善小而不为，毋以恶小而为之
- ③ 举止与品味/38
——和羞走，倚门回首，却把青梅嗅

目

录

第五章 能屈能伸

圆融者无诡随之态，精细者无苛察之心——方正者无乖拂之失，沉默者无阴险之术——诚笃者无椎鲁之累，光明者无浅露之病

- ① “心”字头上一把刀/43
——忍得一时之气，免得百日之忧
- ② 善“忍”之后才有伸/45
——蚕茧蛛丝，蚁封蚓结，儿女之经营
- ③ 身边的“忍”者/48
——逢桥须下马，过渡莫争船



第六章 端庄美貌

披红挂绿,是谓艳容,艳容俗也——蓬头污面,是谓垢容,垢容秽也——唇红眉秀,是谓芳容,芳容警也——裸胸露腿,是谓淫容,淫容浪也——琵琶掩面,是谓羞容,羞容涩也——冰肌雪肤,是谓玉容,玉容绝也

- 目
- ◎ 缠胸裹脚之病/55
——脚大好行路,奶丰好当娘
 - ◎ 酷与摩登/57
景 ——肉露多了,再摩登也是肉
 - ◎ 淡雅与妖娆/60
——淡雅似小溪叮咚,妖娆同江河咆哮

第七章 阳春白雪

平原之丘者,仰珠峰之擎天——乡野之妇者,慕嫦娥之美貌——浙巷之饕者,思朱门之酒肉——田间之丁者,羡鸿儒之学富——井底之蛙者,叹苍穹之高远

- ◎ 是鹤就立鸡群中/65
——鸡为鹤,备鹤之翅以翔焉
- ◎ “公主”与“奴仆”/67
——飞蛾愿扑火,葵花甘向日
- ◎ 是骨都会拥有肉/70
——树,藤之骨也,藤,树之皮也

第八章 下里巴人

以己之绵软，诠释人之强悍——以己之愚钝，衬托人之聪颖——以己之粗略，对比人之严谨——以己之丑陋，彰扬人之靓丽——以己之过错，辉映人之功绩

- ◎ 支个小点又怎样/75
——让人一分，自得十分
- ◎ 替人去顶雷/77
——代人受过，是功非过
- ◎ 不妨作个林妹妹/80
——身也柔，情也柔，柔到哥哥心里头

第九章 肝胆相照

当面鼓，对面锣，槌同响声和——当面笛，对面箫，节孔源一脉——当面电吉它，对面马头琴，弦上共音符——当面风，对面雨，风雨共雷奔——当面天，对面地，天地日月行

- ◎ 心碰碰心/85
——俗友得金，挚友得心
- ◎ 磨难铸真情/87
——同甘易，共苦难
- ◎ 交心乎！交身乎/90
——交心得真，交身得金



第十章 气味相投

青蛙追绿蛙,都是塘中蛙——桃花追杏花,都是树上花——冬瓜追西瓜,都是藤上瓜——白鸦追黑鸦,都是报丧鸦——河沙追海沙,都是水中沙

目

录

- ◎ 是蛙就鼓哇/95
——是蝉易共鸣,是蛙易同鼓
- ◎ 利益的捆绑/97
——只有永远的利益,没有永远的朋友
- ◎ 酸味与臭味/100
——是苍蝇,就专叮有缝的蛋

第十一章 以德报怨

投之以恩,报之以恋,情人也——投之以桃,报之以李,凡人也——投之以木瓜,报之以琼瑶,贤人也——投之以匕,报之以刀,恶人也——投之以毒怨,报之以恩德,圣人也

- ◎ 投李与报桃/105
——挺肚子婆娘赶月礼,一礼还一礼
- ◎ 投匕与报刀/107
——恶人善积怨,贤人善解怨
- ◎ 投怨与报德/110
——以怨报怨怨难报,以德报怨怨易消



第十二章 与人为媒

天与地接雨连焉，峰与山接脉连焉——月与星接辉连焉，花与草接根连焉——岸与船接水连焉，城与乡接路连焉——情与爱接心连焉，男与女接媒连焉

◎ 左右逢逢源/115

——是桥就连两岸，是脉就连两山

◎ 替人找饭碗/117

——给人金碗银碗，不如替人找个饭碗

◎ 媒娘的人气/120

——天无云不雨，人无媒不婚

目

录

第十三章 投怀送抱

拥美而心乱者，情人——遇美而目乱者，粗人——求美而行乱者，坏人——伴美而意乱者，凡人——娱美而言乱者，蠢人——卧美而性乱者，富人

◎ 跳跳贴面舞/125

——贴得紧的是肉，隔着肉的是心

◎ 让哥抱一抱/127

——猫见老鼠爪抓地，刺猬见鹰爪抓天

◎ 柔情似水时/130

——酒不醉人人自醉，花不迷人人自迷



第十四章 朝秦暮楚

一等男人家外养花——二等男人家外摘花——三等男人家外买花——四等男人家外寻花——五等男人家外观花——六等男人家内赏花——七等男人有家无花

目

◎ 他爱哪一种/135

——是春天的蜂,就别想采傲雪的梅

◎ 二路夹击炮/137

录

——是秋水才共长天一色,是孤鹭方与落霞各飞

◎ 洒脱走麦城/140

——只有不合脚的鞋,没有不合鞋的脚

第十五章 显富装贫

高天,可测飞鸟之性——深海,可测游鱼之性——遥途,可测驰马之性——浩漠,可测奔驼之性——深林,可测走兽之性——贫富,可测世人之性

◎ 装装阔小姐/145

——有能力者娶色品,无能力者娶财富

◎ 不妨“劣”起来/147

——曾经的狗咬穷人,现在的狗咬富人

◎ 容起又容落/150

——容娇形之妖,心美内之娆

第十六章 一见钟情

凤遇凰，谱一曲凤求凰——云遇雨，构一幅云雨图——祝英台
遇梁山伯，化蝴蝶而飞天——卓文君遇相如，沽肆酒而传世——王
宝钗遇平贵，守寒窑而成颂

- ① 碰也成，撞也成/155
——要想碰撞其心，就得碰撞其身
- ① 让他来救你/157
——自古英雄多救美
- ① 邂逅就是缘/160
——有缘千里来相会，无缘对面不相逢

目

录

第十七章 隐身行动

入深林，方窥得虎豹之奔腾——临大海，方见得海浪之壮观——登华山，方懂得天下之奇险——进太空，方识得宇宙之奥妙——遇圣贤，方晓得俗者之卑下

- ① 给他作秘书/165
——贤者尊重秘书，俗者糟贱秘书
- ① 共共饭桌牌桌/167
——牌桌饭桌看男人，一看一个真
- ① 让自己失踪/170
——牵肠挂肚身瘦，牵心挂魂神瘦



第十八章 婚前同居

家装——验夫商情之地也——饭桌，验夫豪情之地也——客厅，验夫世情之地也——厨房，验夫心情之地也——卧室，验夫温情之地也——床榻，验夫性情之地也

目

① 洗碗拖地否/175

——不扫一屋，何以扫天下

② 客厅的故事/177

景

——在家不会迎宾客，出门方知少主人

③ 床上的节目/179

——满足女人的心灵，先满足女人的肉体

第十九章 一专多能

良木者，横梁而立柱——真功者，站松而卧弓——良骏者，奔豹而驰虎——浩水者，近海而远洋——超度者，游僧而坐佛——乾坤者，日天而月夜

① 学一技之长/185

——一俊可掩百丑

② 艺多不压身/187

——东方不亮西方亮，除了南方有北方

③ 做一块金子/190

——是金子，放在哪儿都闪光

第二十章 避高就低

月，毋至圆，至圆则缺也——弦，毋至满，至满则断也——行，毋至远，至远则竭也——林，毋至静，至静则寂也——食，毋至饱，至饱则撑也

◎ 不妨留一手/195

——先有月朦胧，后有鸟朦胧

◎ 况姐与况妹/197

——教人一字，自识百字

◎ 猎虎与猎兔/200

——平平淡淡才是真

第二十一章 舍近求远

观近山为山，观远山便似画——观近练为练，观远练便似虹——观近树为树，观远树便似风——观近帆为帆，观远帆便似鸥——观近灯为灯，观远灯便似星

◎ 会飞的草/207

——树挪死，人挪活

◎ 广州海南行/209

——远来的和尚会念经

◎ 乡村去淘金/212

——知识青年上山下乡，广阔天地大有作为



第二十二章 坐收渔利

螳螂捕蝉，黄雀在后——狼追兔子，老虎在后——如来济世，
 观音在后——小鬼催命，阎王在后——纤夫躬力，舟船在后——富
 人家宅，花园在后

◎ 先出台的多小丑/217

——开路的是孙猴，骑马的是唐僧

◎ 能压轴时才压轴/219

——趟好了你炸雷，趟不好雷炸你

◎ 千万莫作趟雷人/220

——有称山的秤杆，就得有称山的秤砣

第二十三章 情感投资

浓情染人，淡情宜人——多情诱人，深情动人——真情感人，
 假情骗人——风情逗人，恋情烧人——有情近人，无情远人——狂
 情逼人，骚情惑人

◎ 情投他爸妈/227

——不看僧面看佛面

◎ 找找姐妹情/229

——风有情拂柳，蛙有情鼓荷

◎ 忆忆昔日情/232

——情感似佳酿，越久越吐香

第二十四章 另立山头

宁为山之流，不为海之浪，宁为萤之光，不为月之辉——宁为草之茎，不为花之叶——宁为无名师，不为闻达徒——宁为鸡之首，不为凤之尾

- ◎ 谁人树下好乘凉/237
——求别人，不如求自己
- ◎ 自己也能当老板/239
——天生我才必有用
- ◎ 不妨替自己打工/242
——责人之心责己，律人之心律己

第二十五章 隔岸观火

远沼泽，履无湿而利行程——远硝烟，目无阻而利冲锋——远漩涡，翁横舟而利独钓——远恩怨，隐己晦而利韬光——远派系，众者斗而利己和

- ◎ 非帮非派者/247
——事不关己，高高挂起
- ◎ 飞蛾与扑火/249
——火可以带来光明，也可以带灾难
- ◎ 两败己不伤/252
——有峰山是丘，无山丘成峰