



## 卷首语

### 简单地生活

简单地生活，不是如佛家般脱离红尘，置身世外；也不是如庄子般主张“绝圣弃智，擢乱六律”，而是以一种澹然的心境宽待生活，在“风烟俱静，天山共色”的悠然襟怀中，体会“天凉好个秋”的情怀。

简单地生活，也不是凡事无争，敷衍生活，而是心平气和地从事你的工作与生活。独处斗室时，你思接千载神游万仞，在书林翰海中徜徉忘神；挚友相聚时，你舌粲莲花触处逢春坦荡磊落，在亲情与友情中怡然自乐；就是在平凡的家庭生活中，你也能因妻子动情的娇嗔而如沐春风，因孩子可爱的迥语而快慰不禁。甚至最单调的锅碗瓢盆交响曲，你也完全可以换个角度去欣赏去赞美：“呀，简单的劳动正在丰富和美化着我们的生活！”总之，在纷繁的世界中抛去苛求，简单地生活能帮助你重新找到迷失了的自我，恢复为利欲蒙蔽的本性，使你多一份诗意，多一份潇洒，多一份平和，多一份自我欣赏与肯定！

有位哲人说：“真正的财富，是健康的身体、简单的生活和心情上的海阔天空。”在遭遇不顺与不平时，此话使人蓦然觉醒：原来我们对生活牢骚满腹，首先是由于我们自己的生活太复杂；我们怀疑外部的事物是否合理，首先是由于我们对自己本身是否合理有怀疑！真正值得珍惜的不是其他，而是不为物累的睿智、平淡隽永的自得、真诚无欺的自爱，简言之，即简单地生活。

苛责生活，晴空满是阴霾，四顾尽成危道。宽待生活，恶澜可成清流，狂飚自成和风。简单地生活，潇洒就在自身，红尘便是福地！