

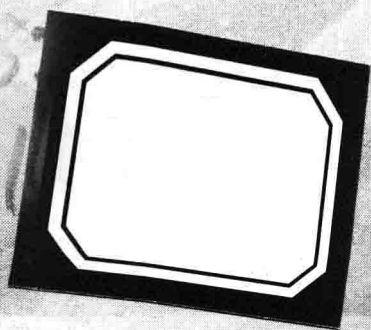


简单小姐的 幸福观

因为简单，才是极致
最简单的装扮往往是最美的，最简单的语言往往是最真诚的，
最简单的行为往往是最能打动人心的。

欣爱
编著

 江苏美术出版社



简单小姐的 幸福观

欣爱
编著

 江苏美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

简单小姐的幸福观/欣爱编著. —南京:江苏美术出版社, 2012. 4

ISBN 978 - 7 - 5344 - 4390 - 9

I. ①简… II. ①欣… III. ①女性—幸福—通俗读物
IV. ①B82 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 060204 号

出品人 周海歌

责任编辑 李 欣

施 铮

封面设计 马筱琨

责任监印 贲 炜

书 名 简单小姐的幸福观

编 著 欣 爱

出版发行 凤凰出版传媒集团(南京市湖南路1号A楼 邮编:210009)

凤凰出版传媒股份有限公司

江苏美术出版社(南京市中央路165号 邮编:210009)

北京凤凰千高原文化传播有限公司

集团网址 <http://www.ppm.cn>

出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 三河市华丰印刷厂

开 本 710×1000 1/16

印 张 15

版 次 2012年6月第1版 2012年6月第1次印刷

标准书号 ISBN 978 - 7 - 5344 - 4390 - 9

定 价 29.00 元

营销部电话 010 - 64215835 64216532

江苏美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换 电话:010 - 64216532



前言

每个女人生来都是天使,可是10年后、20年后、30年后,她将是誰?她还是天使吗?为什么更多的女人看上去是千疮百孔的?

总是觉得古代的女人很可怜,三从四德,箍死一生,命运如浮萍一般飘忽不定,不能自主。那么现代的女人就幸福了吗?她们在快节奏的都市里,穿梭于熙熙攘攘的人潮中,夜深人静时,却被那刻骨铭心的孤独包围。

都说女人是天使,难道是苦命的天使?

日出而作,日落而息,人类已经这样度过了几千年的岁月,女人们的生活不再是织布女红,已经从简单走向了繁复,生活程序和生活态度也变得繁琐,每天压力重重,一不留神就陷入了困境。

佛祖在菩提树下问一人:“在世俗的眼中,你有钱、有势、有一个疼爱自己的恋人,你为什么还觉得不幸福呢?”

此人答曰:“正因为如此,我才不知道该如何取舍。”

其实本没有这么复杂,若此人明白“弱水三千,只取一瓢饮”,他便会豁然开朗。

简单不是糊涂,而是智慧。生活永远不会平静,也不会简单。但需要我们从寻求平静,寻求简单。化繁为“简”,是需要一种心智的。莎士比亚说过:“简洁是智慧的灵魂。”

简单不是简陋,而是美好。一位大艺术家说过,简单才是最美。一位哲人说过,因为简单,才是极致。生活不正是这样吗?最简单的装扮往往是最



简单小姐的幸福观

美的,最简单的语言往往是最真诚的,最简单的行为往往是最能打动人心的。

简单不是平庸,而是深邃。简单实质上是面对纷杂喧嚣的一种清醒,是一种对复杂事物经过分析判断之后的彻悟,是一种顶着诱惑,把握住操守的精神境界。

其实简单就是一本泛着墨香的书,一杯冒着热气的绿茶,一把缓缓摇摆的藤椅,一个充满温馨的家,一种心灵上的宁静与满足!它毫不掩饰,毫不故作,毫不犹豫地给予你最真挚的爱!

就像一首流行歌曲中所唱:

“……费心的事情不止一件两件

我们在这世上生存就应该知道那个

这有什么难得 我们吃好睡好又做得好的话

那样做就可以啦

你若是生气了和朋友见面说说话就会释怀了

你要是觉得心里难受高声地唱歌将烦恼抛向九霄云外

瞧 Mr. Simple, Simple

你 你 依旧帅气

瞧 Miss. Simple, Simple

你依旧美丽……”

女人,想要幸福,就让自己简单起来,做一个 Miss. Simple 吧!

本书带着这样的思想,从外到内,从生活、爱情等多方面展现简单小姐的幸福观,当你合上书本的瞬间,便能体会到丰足而不奢华、惬意而不张扬的生活本色。

编著者

2012年3月



Contents

. 目 录 .

· 淡如清菊最女人 ·

- 3 / 别“妆”了,请大胆素颜
- 6 / 简单是买不起的名牌
- 9 / 一如早春的白玉兰
- 13 / 当为己悦为己容
- 16 / 闲看庭前花开与花落
- 20 / 本来无一物,何处惹尘埃
- 24 / 女子无“德”又何妨
- 26 / 执著如沙
- 30 / 谁偷走了我的简单
- 33 / 猜来猜去也猜不明白

· 简简单单爱 ·

- 39 / 亚当的诱惑
- 43 / 爱也好恨也好



49 / 最后之舞,请与我一起

53 / 人生若只如初见

56 / 任他明月下西楼

62 / 终将要错过

66 / 如果你不是仙德瑞拉

69 / Sorry, sorry

73 / 第四种感情

75 / 林黛玉,祥林嫂

· 有些事一定要去做 ·

81 / 去看一场偶像的演出

85 / 送自己一束花

88 / 拥有自己的存钱罐

90 / 给乞丐点帮助

93 / 一个人去旅行

97 / 给自己未来的孩子写封信

101 / 拍一套个人写真

103 / 学一样女红

106 / 摆一次地摊

108 / 偶尔放纵一次



· 华丽的低调 ·

- 113 / 我就是单细胞生物
- 116 / 好庆幸我的平凡
- 120 / 我“笨”我“傻”我幸福
- 123 / 我的心“寸丝不挂”
- 127 / 是不是忙得没空去幸福
- 131 / 坐在阳光下
- 135 / 安享俗世红尘之乐
- 138 / 不要太敏感
- 141 / 睁一只眼,闭一只眼
- 143 / 单纯与简单

· 幸福工作简单禅 ·

- 147 / 高薪不如高兴
- 151 / 简单看自己
- 155 / 心灵没有枷锁
- 160 / “忍”字守护真心
- 164 / 压力也不过如此
- 168 / 她们不是你的镜子



简单小姐的幸福观

172 / 简单所以快乐

176 / 嫉妒的毒中不起

180 / 别让利欲压断翅膀

185 / 不去想,不去待

· 我就是 Miss. Simple ·

191 / 什么都要慢慢来

194 / 不想长大

199 / 人生就是一把糖果

203 / 该忘的就忘了吧

207 / Miss. Simple 的简单生活

210 / 活在我的小宇宙

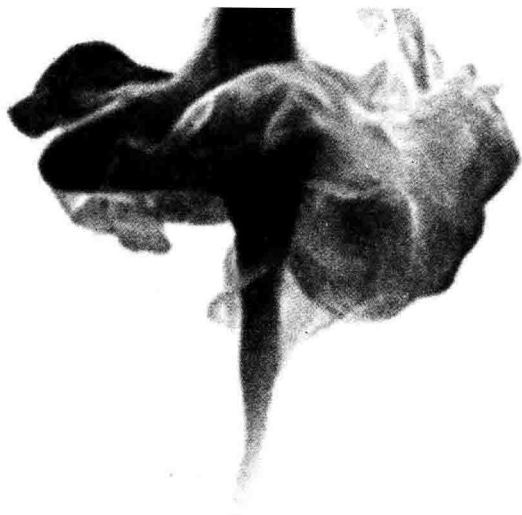
213 / 简单才能幸福满满

217 / 一个人的简单

221 / 跟着心走让花开

225 / 简单小姐速成

229 / 附录 简单小姐的 50 条座右铭



淡如清菊最女人

菊，从古至今被人咏赞，“秋来谁为韶华主，总领群芳是菊花”，百花丛中，菊向以“花中君子”、“花中隐士”而名扬天下。

淡若清菊，要的是菊的淡定和执著。它有的是“宁可抱香枝上老，不随黄叶舞秋风”的坚贞。淡在荣辱之外，淡在名利之外，淡在诱惑之外，却淡在骨气之内。这样的淡，能够让我们在滚滚红尘中，历尽繁华后，回归本色，达到“落花无言，人淡如菊，心素如简”的境界。



别“妆”了,请大胆素颜

现在大多数女人的包里,除了手机、钱包等一些日常必需品以外,更多的空间都被化妆品占据了。每个女人出门之前,至少要用半个小时来化妆,还要随身带着补妆用的东西。白领们每个月抱着时尚美妆杂志,用辛苦换来的薪水去买一堆一堆的化妆品。她们有着一眼就能看出来的厚厚粉底,打着浓浓的眼影,涂着艳丽的唇彩,走过之后还会有一阵甜得发腻的气息萦绕回荡不肯散去。

亦舒说:“这年头,谁不是拖着一箱面具走天涯。没有人能看到你面具下的真实面容,我们妆容精致,我们逢场作戏。”

可以说这样的女人是可悲的。

女人是化妆品的崇尚者,因为化妆品能使“猪扒”变美女。有很多看似美若天仙的女人在卸掉妆容后立刻被“打回原形”,因为化妆面具无法带给你永恒的美丽与幸福。

要知道,世间大多女子不可能都是“淡妆浓抹总相宜”,反而展现真实的自我会更好。卸下妆容的你才是真正的你,你可以大胆地素颜走出去。

简单小姐每天无需花费大把的时间在镜子前涂脂抹粉,摆弄脸面,无需为出门要穿戴的装束翻箱倒柜,弄得一片狼藉;更无需上什么美容院去受洋罪;无需购买昂贵的化妆品;无需浪费太多的时光和钱财流连在街道商厦;无需为脸上多了一颗痘,眼角有了一条纹而忧心如焚;也无需为头发落了伍,衣服不够时尚而自寻烦恼。

岁月对每个人都是公平的,该老的时候一定会老,并非人力可以挽留,正



简单小姐的幸福观

所谓落花开花终有时。少女有少女的天真，熟女有熟女的风韵，即使老了也有老年人的魅力。

素颜女子如同浮萍满池中的一株青莲，清雅而不失高贵。再好的化妆品也改变不了一个人的内在。当时光机让每个人的皮囊失去光彩时，那艳丽的妆容，只能作为面具来遮掩内在的荒凉或者腐败。

简单小姐，真正要追求的是让自己仿若清秋季节里的一滴露珠或是夏夜一汪月光的境界。尽管说，灿烂如花的时节，如花的女子们要尽情地绽放自己。但是清梦如霜，这段用时光筑就的清梦终有醒来的一天，而永恒的美与幸福要从心开始。

素颜女子，不仅仅是舍弃那些艳丽的妆容。更重要的是让自己的内心变得更加纯净。简单小姐要做明媚如锦葵的女子，素颜，便是最好的妆容。

有人说不化妆是对人的不尊重，有人说女为悦己者容，但我说女人要为幸福而简单生活。简单的扑点爽肤水，擦一点乳液，梳理一个精神干练的发型，带上属于你的招牌微笑，这样的女人绝对胜过一切浓妆艳抹的女人。

真正自信的女人，敢于面对不化妆的脸，做氧气美女，敢于面对真实的自己，放弃那些遮盖瑕疵的面具，而真实的并不是残酷的，只要善待自己皮肤，给予充分的滋润和营养，素颜同样自信同样美。例如，女星汤唯，一向给人清爽、阳光的印象，她除了拍戏或者杂志的需要外，基本都是淡妆出席各种活动，相比浓妆艳抹，她的简单大方更吸引人。

一辆中巴车上，由于是下班时间，车上人很多，有一对恋人站在过道上，他们互相挽着对方，女孩的背影很标致、高挑、匀称，头发是染过的，穿着一条流行的背带裙，一看就是典型的都市女孩，时尚前卫，女孩和男孩聊着什么，不时发出欢快的笑声，笑声不加节制，尽显她的快乐。后来他们聊到了《泰坦尼克号》，这时女孩轻轻地哼起了主题曲，她把那首主题曲处理得十分到



位,虽然只是随便哼哼,但是却引来很多人注目。只有足够自信和幸福的人才敢如此肆无忌惮的欢歌。直到女孩的一个回头,震惊了车上的所有人,那是一张被烧坏了的脸,用“触目惊心”来形容毫不夸张。

带着这样的一张脸,却拥有比常人还多的快乐,这样的“素颜”让人钦佩。有人说过:“三流的化妆是脸上的化妆,二流的化妆是精神的化妆,一流的化妆是生命的化妆。”清纯的素颜带来的除了一抹清新,还有生命的活力。

要知道每个女人生来都是有素颜之美的,可是绝大多数女人最后离不开铅华,就是因为大家沉迷于铅华下的一时光鲜,被岁月连哄带骗丢了这份唯美。

简单和清新是现在女人们所缺少的特质,也许你没有飘逸的长发,但内心的浪漫可以让你收获更多亲朋好友的关爱和照顾;也许你没有娇美的容颜,但你自信的脸庞也会使你看起来加倍美丽和光鲜;也许你没有窈窕的身段,但你轻盈的脚步会使你活力四射。

一个外表漂亮的女人可以养眼,但一个简单大方的女人则能养心。内心静好的女人,自然会呈现“姿容端丽”之相。正如古老的经典中那一句话:“你的身体只是庙宇,心是其中的神,神在其中,则庙宇华丽。”持一颗淡然的心,做一个简单的女人,从容地面对岁月的流逝,坦然地接受自己的不完美,安静地做人做事,安静地生活,安静地享受自己的幸福。



简单是买不起的名牌

纷繁的都市生活,让女人们越来越追逐时尚,而名牌往往是时尚的领头羊。女人都沉迷于购买大牌包包、高档服装、名牌化妆品、高端手机、名品相机等,这些都是女人们无法抗拒的诱惑。例如,某女星的红色外衣受到吹捧,接下来会有一窝蜂的女人们争先效仿;接下来某款手机出了第四代,赶紧预订……充满诱惑的世界里,女人们的身上囤积了太多的虚荣。

而拥有了这些的女人们,真正的幸福了吗?也许她们不过是物质的奴隶。

华丽的服饰是可以装点女人的,使美丽的女人锦上添花,普通的女人增加亮采,而服饰终是外在的东西,只能起到装饰作用,只能做女人的配角。

还记得莫泊桑的小说《项链》里的女主人公玛蒂尔德·骆塞尔吗?她住着寒碜的房子,却梦想着幽静的厅堂;她吃着“好香的肉汤”,却梦想着名贵的佳肴;她有路瓦栽的呵护,却梦想着最亲密的男友;现实和梦想的落差很大,可谓“心比天高,命比纸薄”。有人说幸福是以梦想作分母以现实作分子的分数。这样看来,玛蒂尔德作分母的欲望数值太大,所以幸福值是很低的,因此她整天生活在痛苦之中,但显然这痛苦是她自找的,可谓木匠作枷——自作自受。

玛蒂尔德为了参加舞会而向有钱的女朋友借来“钻石”项链,从而在舞会上大出风头,让自己膨胀的虚荣心得到了最大限度地满足,但乐极生悲,项链的丢失使她不得不用十年的节衣缩食和艰辛努力来偿还债务。于是她辞退了女仆,迁移了住所,生活由温饱型变成贫困型,她本人也由夫人变成了平民妇女。等她还清所有债务后,才得知所丢的项链是假的,才得知她为一串



才值 500 法郎的假项链付出了十年的艰辛,消磨了十年的青春年华。

试想,如果当年参加那个舞会,玛蒂尔德听她丈夫的话,简单戴上几朵花,或者干脆什么都不带,简简单单地去享受那份愉快,那么之后的人生肯定是大不同的,强烈的虚荣心毁掉了她的一生。

某外企职员月薪 5000 元,她这样表述自己对于名牌的追求:

我在一家外企工作,周围的同事大多很重视穿着,说白了,就是都很看重牌子。尤其是来自香港、台湾地区的同事,对名牌货更是青睐有加。耳濡目染,公司里买大品牌的人越来越多。兰蔻(Lancome)的口红、SK-II 的面膜、夏奈尔(Chanel)的香水、蒂芙尼(Tiffany)的饰品、宝姿(Ports)的套装、迪奥(Dior)的包包……公司俨然成了秀场。什么是“名牌货”?就是用买十头牛的钱,买到不用半张牛皮就可以制成的皮包。而对于白领来说,拥有这些东西的秘诀就是省吃俭用 N 个月,然后为购置一件带有奢侈标志的东西而刷光卡里的钱。有条件要买,没有条件创造条件也要买。明知道一个名牌包包等于几个月的工资,还是要买。为什么?为面子!在一群被名牌武装起来的同事中间,如果你穿得普通,感觉很怪。现在,早已过了那个大家挤在洗手间里试穿同事新衣的年代。穿名牌不是新闻,不穿名牌才稀奇。

橱窗后面那些“高贵”的名牌,以及这些名牌所代表的精致与奢华,吸引着大部分的女人,像这个外企职员一样的女人不胜枚举。

当然,每个女人爱名牌的原因都是不一样的,有的人,喜欢名牌,而且酷爱一个牌子到了“非君不买”的地步,这样的人,骨子里常常是非常追求完美的。仔细观察她们的生活,你会发现,她们其实活得挺累,因为她们内心容不得半点瑕疵或者遗憾。还有的人因为过分自卑而希望利用这些奢侈名品来提升自己的形象,不过往往会适得其反,让其内心的虚弱和不自信暴露无遗。自我评价低的人,无论怎么装饰自己,也很难产生“名牌效应”。还有的人为



简单小姐的幸福观

了成为“世界”的中心，她们会绞尽脑汁，千方百计地堆砌名牌，直到周遭的人全都开始关注她们的表演。说到底，其实她们的名牌是拿来喂养别人的眼睛的，至于她们自己，一旦失去表演的机会，生命就会立刻委顿下去。

名牌，对有些女人的诱惑是致命的。但是满身名牌的女人感觉就像是一杯极其浓香的下午茶，喝下去会觉得口涩难以下咽。其实，简单是最美的风格。

有很多女人本身就是个名牌，例如鼎鼎大名的居里夫人。她得过的奖金、奖状、名誉不计其数，但是她毫不在意。

有一次，居里夫人的一位朋友来到她家中做客，看见她的小女儿正在玩一枚金质奖章，而这枚奖章是英国皇家学会刚刚颁发给居里夫人的。

朋友惊讶地问：“能够得到一枚英国皇家学会的奖章，是多么高的荣誉，你怎么能随便给孩子玩呢？”

居里夫人笑了笑说：“我想让孩子从小就知道，荣誉就像是玩具一样，只能玩玩而已，决不能看得太重，否则将一事无成。”

曾经还读过这样一段话：“平淡之中方知久长，静心之间修得寿昌；清扫焚香可见清福，种竹养花怡然自乐；粗茶淡饭尝真味，窗明几净是安居；少年不识愁滋味，是非皆因识人多；闲来安眠为乐事，淡食轻味无烦恼；安守本分快活度日，天性淡然不问世事。”

当下还有多少女人外面看着是时髦女郎，实际却是“月光女神”，每个月的工资发下来第一件事就是还信用卡，然后再刷，穿着名牌时装，拿着最新款手机挤公交、啃馒头，这不免是一种悲哀。

名牌也许能够为你加分，但如果没有名牌，只要把自己喜欢的日常服装搭配合理，自然大方，同样能够穿出迷人的味道。

越是淡泊的女人，越能品出不凡的滋味，越能深刻地领悟幸福。所以说，简单，才是买不起的名牌，简单的女人本身也会成为一种名牌。