



如果你简单，
那么这个世界也就简单……

其实生活很简单

文睿 ■ 主 编



如果你简单，
那么这个世界也就简单……

其实生活很简单

文睿·主编



心海拾贝丛书

贵州大学出版社
Guizhou University Press

图书在版编目 (C I P) 数据

其实生活很简单 / 文睿主编. — 贵阳 : 贵州大学出版社, 2012. 11

(心海拾贝)

ISBN 978-7-81126-542-2

I. ①其… II. ①文… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 263011 号

其实生活很简单

主 编: 文 睿

责任编辑: 廖 波

出版发行: 贵州大学出版社

印 刷: 贵阳海印印刷有限公司

开 本: 889 毫米 × 1194 毫米 1/32

印 张: 6.5

字 数: 115 千

版 次: 2013 年 1 月 第 1 版

印 次: 2013 年 3 月 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-81126-542-2

定 价: 24.80 元

版权所有 侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与出版社联系调换

电话: 0851-5981027



丨 编者的话

宏伟壮观的威斯敏斯特教堂是英国的圣地，正如法国的历史伟人葬在先贤祠，许多英国的伟人身后会有幸进入这里。他们或被埋葬在教堂内，或在此树立纪念碑，比如，乔叟、莎士比亚、牛顿、伊丽莎白一世、达尔文、狄更斯、勃朗宁、丘吉尔等。在大教堂的纪念碑林中，有一块墓碑，刻着这样的一段文字：

年轻的时候，我梦想改变这个世界。成熟以后，我发现我不能改变这个世界，我将目光缩短



了些，决定只改变我的国家。进入暮年后，我发现我不能改变我的国家，我的最后愿望仅仅是改变我的家庭。但是，这也不可能。当我躺在床上行将就木时，我突然意识到，如果一开始我仅仅是改变我自己，然后作为一个榜样，我可能改变我的家庭，在家人的帮助和鼓励下，我可能为国家做一些事情。然后呢，我或许可能改变这个世界。

在当下喧嚣的时代，许多年轻的生命在彷徨，在寻觅。因此，我们选编了这套《心海拾贝》丛书，衷心地希望通过这些故事里的哲理感悟，可以给读者提供一些思考的新视角、新方向，增加前行的力量，可以在这个浮华的世界，不骄不躁，不离不弃，随遇而安。

目录

第1章

珍惜身边的爱与幸福

爱与幸福 / 3

最美的声音 / 6

给爱一个台阶 / 9

肩膀上的蝴蝶 / 13

爱的最高境界 / 16

如果晚上下雨，我们就在一起 / 18

爱你，我就要活着 / 19

做一个善于修补婚姻的人 / 20

最爱你的人牵挂着你 / 21

左手握右手的美丽 / 24

爱的无言的境界 / 26

2

心海拾贝·其实生活很简单

妻子得病以后 / 30

不要让爱你的人受到一点点的伤害 / 37

大毛巾与小毛巾 / 39

后半生的幸福 / 42

懂得爱人，懂得爱己 / 44

婚姻也会中风 / 46

免费午餐 / 48

不属于自己的时间，不算 / 52

壁虎的爱情 / 54

第 2 章

幸福是撒向生活的粉末

幸福是琐碎的 / 57

女孩笨笨的问题 / 59

爱你的男人为你 24 小时开机 / 61

爱情表白 / 63

有一种爱叫成全 / 65

一个女孩子从 5 岁到 30 岁的爱情感悟 / 68

3

目 录

不求最好，最爱就是最好 / 70

爱到不说话 / 72

住在天堂半个月 / 74

在自己“能”的范围内，给你最好的 / 76

最后的旅行 / 77

需要“被需要” / 79

拥抱是慰藉心灵的鸡汤 / 81

“爱不厌诈” / 87

加减之爱，感而弥深 / 89

人生如果是 10 分 / 91

丈量幸福 / 92

五个要素决定幸福婚姻 / 93

第 3 章

快乐其实很简单

快乐很简单 / 99

老铁匠与紫砂壶 / 102

简单生活，简单爱 / 104

活得快乐是一种上乘的人生境界 / 106

珍藏快乐 / 108

心是快乐的根 / 110

不思结局 / 112

装出一份好心情 / 113

愉快的情绪需要自己培养 / 115

关于生活的另类思考 / 118

成功不等于幸福 / 121

不要让生气控制了你 / 123

别被自己伤害 / 125

你的相貌该由谁负责 / 127

掬一份从容，给心灵一份宁静 / 129

把握当下，莫等待 / 131

快乐来自内心的平和，归之于对生活的热爱 / 133

珍惜美，我们就会常常开心 / 135

留点时间给自己，别像蜜蜂那样生活 / 137

轻轻松松减压 / 139

快乐真的就这么简单 / 140

不被咬到就不毒 / 143

过几年且看他 / 144

5

目 录

更多的谷子在屋后 / 145

别惩罚对你好的人 / 146

生命的加减法 / 148

修 塔 / 149

上了弦的弓 / 151

第 4 章

拥有朋友的生活才会更美丽

朋友的美丽 / 155

我们都是陌生人 / 157

给别人一个微笑 / 159

让“自己”活在别人身上 / 161

关于友情 / 163

陌生的关爱，简单的爱 / 165

世界有爱才更加精彩 / 167

当人生进入黑夜 / 169

生命的滋味 / 170

令人动容的诚信 / 173

让年轻人去寻找自己 / 174

老师的手 / 178

为他人着想的心 / 179

自信战胜自卑 / 180

永恒的“心灵小岛” / 185

没有工具，健全人也是残疾 / 187

给儿子一个让他骄傲的后背 / 189

好的结果需要用好的方式 / 192

第1章
珍惜身边的
爱与幸福

•

爱，其实就这么简单、朴素，它像一杯在我们身边的白开水，伸手可及，喝了，让人觉得凉爽舒服。

•

无言的境界还意味着，在最亲密的人们之间，存在着无需语言说明的思想和感情的沟通。这就是一种你中有我、我中有你的境界。



爱与幸福

女孩终于鼓起勇气对男孩说：“我们分手吧。”男孩问：“为什么？”女孩说：“倦了，就不需要理由了。”

一个晚上，男孩只抽烟不说话，女孩的心也越来越凉，心想：“连挽留都不会表达的情人能给我什么样的快乐？”

过了许久，男孩终于忍不住说：“怎么做，你才能留下来？”女孩慢慢地说：“回答一个问题，如果你能答对我心里的答案，我就留下来。”

“比如我非常喜欢悬崖上的一朵花，而你去摘的结果是百分之百的死亡，你会不会摘给我？”男孩想了想说：“明天早晨告诉你答案好吗？”

女孩的心顿时灰了下来……

早晨醒来，男孩已经不在。只有一张写满字的纸压在温热的牛奶杯下。

第一行，就让女孩的心凉透了。

“亲爱的，我不会去摘
但请容许我陈述不去摘的理由
你只会用电脑打字
却总把程序弄得一塌糊涂
然后对着键盘哭
我要留着手指给你整理程序
你出门总是忘记带钥匙
我要留着双脚跑回来给你开门
酷爱旅游的你
在自己的城市里都常常迷路
我要留着眼睛给你带路
每月‘好朋友’光临时
你总是全身冰凉，还肚子疼
我要留着掌心温暖你的小腹
你不爱出门
我担心你会患上自闭症
我要留着嘴巴驱赶你的寂寞
你总是盯着电脑

眼睛给糟蹋得已不是太好了
我要好好活着
等你老了
给你修剪指甲
帮你拔掉让你烦恼的白发
拉着你的手
在海边享受美好的阳光和柔软的沙滩
告诉你一朵朵花的颜色
像你青春的脸
所以
在我不能确定有人比我更爱你以前
我不想去摘那朵花。”

女孩泪滴在纸上形成晶莹的花朵，抹净眼泪，女孩继续往下看：

“亲爱的
如果你已经看完了
答案还让你满意的话
请你开门吧

我正站在门外

手里提着你最喜欢吃的鲜奶面包。”

女孩拉开门，看见他的脸，紧张得像个孩子，把拎着面包的手在她眼前晃……

这就是爱情或者生活，被幸福平静地包围时，一些平凡的爱意，总被渴望激情和浪漫的心忽略。爱，在双方引起的许多个微不足道的动作里，从来就没有固定的模式，可以是任何一种平淡无奇的形式，花朵、浪漫不过是浮在生活表面的浅浅点缀，在它们的下面才是我们真正的生活。



最美的声音

好好的，她突然就发不出声音来了。

晚上，他下班回来，她照例开门，接过他的包，拿拖鞋。

桌上是热腾腾的饭菜。他心不在焉地吃着饭，想着前天刚买的