

梁实秋

作品

生活

本来简单

北京时代华文书局

生活

本来简单

梁实秋

作品

图书在版编目（CIP）数据

生活本来简单 / 梁实秋著. — 北京：北京时代华文书局，2018.3

ISBN 978-7-5699-2036-9

I. ①生… II. ①梁… III. ①散文集—中国—现代 IV. ①I266

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 314872 号

生活本来简单

SHENGHUO BENLAI JIANDAN

著 者 | 梁实秋

出 版 人 | 王训海

选题策划 | 陈丽杰

责任编辑 | 陈丽杰 汪亚云

封面设计 | 尚燕平

版式设计 | 王艾迪

封面摄影 | 夏 厦

内文图片 | 圃 生 夏 厦

责任印制 | 刘 银 范玉洁

团购电话 | 010-64269013

出版发行 | 北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 138 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编：100011 电话：010-64267955 64267677

印 刷 | 北京京都六环印刷厂 010-89591957

（如发现印装质量问题，请与印刷厂联系调换）

开 本 | 787mm×1092mm 1/16 印 张 | 15 字 数 | 180 千字

版 次 | 2018 年 3 月第 1 版 印 次 | 2018 年 3 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-2036-9

定 价 | 42.00 元

版权所有，侵权必究



梁实秋先生的话

人类最高理想应该是人人能有闲暇，于必须的工作之余还能有闲暇去做人，有闲暇去做人的工作，去享受人的生活。我们应该希望人人都能属于“有闲阶级”。有闲阶级如能普及于全人类，那便不复是罪恶。人在有闲的时候才最像是一个人。手脚相当闲，头脑才能相当地忙起来。我们并不向往六朝人那样萧然若神仙的样子，我们却企盼人人都能有闲去发展他的智慧与才能。

人生的路途，多少年来就这样地践踏出来了，人人都循着这路途走，你说它是蔷薇之路也好，你说它是荆棘之路也好，反正你得乖乖地把它走完。

我看世间一切有情，是有一个新陈代谢的法则，是有遗传嬗递的迹象，人恐怕也不是例外，长江后浪推前浪，一代新人换旧人，如是而已。人世间的声音太多了，虫啾、蛙鸣、蝉噪、鸟啭、风吹落叶、雨打芭蕉，这一切自然的声音都是可以容忍的，唯独从人的喉咙里发出来的音波和人手操作的机械发出来的声响，往往令人不耐。

有时候，只要把心胸敞开，快乐也会逼人而来。这个世界，这个人生，有其丑恶的一面，也有其光明的一面。良辰美景，赏心乐事，随处皆是。智者乐水，仁者乐山。雨有雨的趣，晴有晴的妙，小鸟跳跃啄食，猫狗饱食酣睡，哪一样不令人看了觉得快乐？

醒来听见鸟啭，一天都是快活的。走到街上，看见草上的露珠还没有干，砖缝里被蚯蚓倒出一堆一堆的沙土，男的女的担着新鲜肥美的菜蔬走进城来，马路上有戴草帽的老朽的女清道夫，还有无数的青年男女穿着熨平的布衣精神抖擞地携带着“便当”骑着脚踏车去上班——这时候我衷心充满了喜悦！这是一个活的世界，这是一个人的世界，这是生活！

寂寞是一种清福。我在小小的书斋里，焚起一炉香，袅袅的一缕烟线笔直地上升，一直戳到顶棚，好像屋里的空气是绝对的静止，我的呼吸都没有搅动出一点儿波澜似的。在这寂寞中我意识到了我自己的存在——片刻的孤立的存在。

我所谓的寂寞，是随缘偶得，无须强求，一霎间的妙悟也不嫌短，失掉了也不必怅惘。但凡我有一刻寂寞时，我要好好的享受它。

人的身与心应该都保持清洁，而且并行不悖。

旧的东西之可留恋的地方固然很多，人生之应该日新又新的地方亦复不少。

退休不一定要远离尘嚣，遁迹山林，也无须隐藏人海，杜门谢客——一个人真正地退休之后，门前自然车马稀。

四十开始生活，不算晚，问题在“生活”二字如何诠释。中年的妙趣，在于相当地认识人生，认识自己，从而做自己所能做的事，享受自己所能享受的生活。科班的童伶宜于唱全本的大武戏，中年的演员才能担得起大出的轴子戏，只因他到中年才能真懂得戏的内容。

真正理想的伴侣是不易得的，客厅里的好朋友不见得即是旅行的好伴侣，理想的伴侣须具备许多条件，不能太脏，也不能有洁癖，不能如泥塑木雕，如死鱼之不张嘴，也不能终日喋喋不休，整夜鼾声不已，不能油头滑脑，也不能蠢头呆脑，要有说有笑，有动有静，静时能一声不响地陪着你看行云，听夜雨，动时能在草地上打滚像一条活鱼！这样的伴侣哪里去找？

常听人说烦恼即菩提，我们凡人遇到烦恼只是深感烦恼，不见菩提。快乐是在心里，不假外求，求即往往不得，转为烦恼。所谓快乐幸福乃是解除痛苦之谓。没有苦痛便是幸福。再进一步看，没有苦痛在先，便没有幸福在后。

好的习惯千头万绪，“勿以善小而不为”。习惯养成之后，便毫无勉强，临事心平气和，顺理成章。充满良好习惯的生活，才是合于“自然”的生活。

人不读书，则所为何事，大概是身陷于世网尘劳，困厄于名缰利锁，

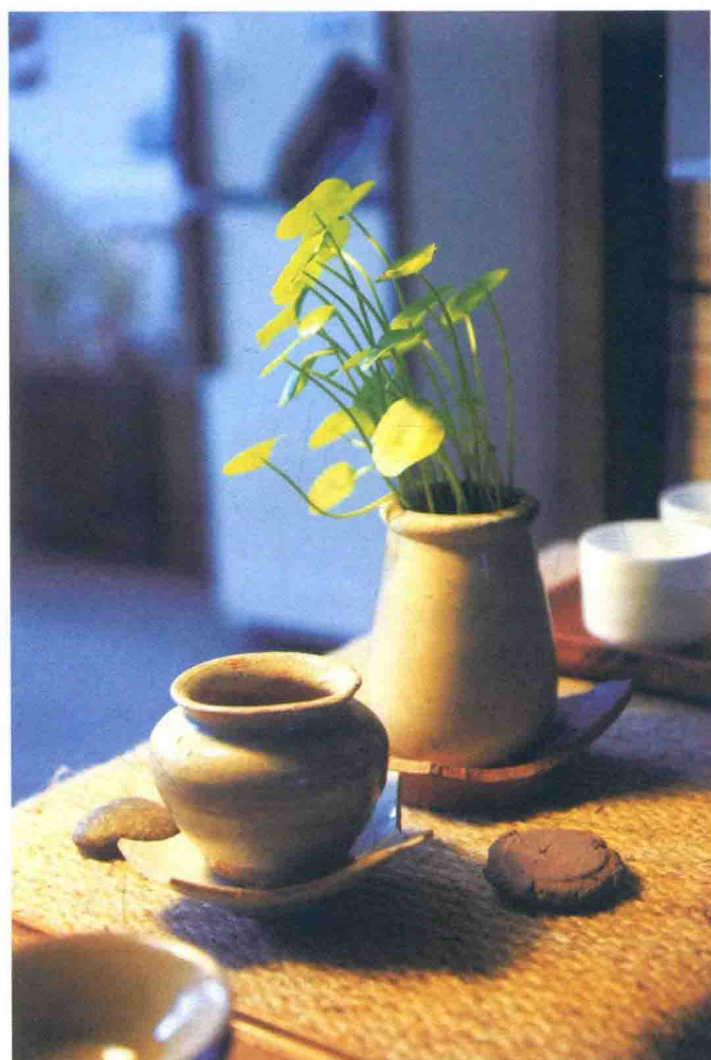
五烧六蔽，苦恼烦心，自然面目可憎，焉能语言有味？

一个人在学问上果能感觉到趣味，有时真会像是着了魔一般，真能废寝忘食，真能不知老之将至，苦苦钻研，锲而不舍，在学问上焉能不有收获？

我常幻想着“风雨故人来”的境界，在风飒飒雨霏霏的时候，心情孤寂百无聊赖，忽然有客款扉，把握言欢，莫逆于心。

我不愿送人，亦不愿人送我，对于自己真正舍不得离开的人，离别的那一刹那像是开刀，凡是开刀的场合照例是应该先用麻醉剂，使病人在迷蒙中度过那场痛苦，所以离别的苦痛最好避免。一个朋友说：

“你走，我不送你，你来，不论多大风多大雨，我要去接你。”我最赏识那种心情。







充满良好习惯的生活，才是合于“自然”的生活。

所谓和气是吃饱喝足之后所自然流露出来的一股温暖。



生活

本来简单

目
录

PART 01

生活

本来

简单

梁实秋先生的话

- 002 北平年景
过年须要在家乡里才有味道
- 006 东安市场
许多好吃好玩的事物徒留在记忆里
- 012 北平的零食小贩
北平小贩的吆喝声给市声平添不少情趣
- 019 平山堂记
住过平山堂之后，才知道天下之大无奇不有
- 026 忆青岛
久居之地，缥缈之乡
- 036 听戏听戏，不是看戏
一两段韵味十足的歌唱，便使人如醉如迷
- 040 放风筝
放风筝是一件颇有情趣的事
- 044 台北家居
台北是一个住家的好地方
- 049 双城记
台北与西雅图，一点浅显的感受或观察

PART 02

一草一木，

一虫一鱼，

皆是生活

- 066 与动物为友
付出一片爱，便是收获，便是满足
- 069 白猫王子
如果你拥有一只你所宠爱的猫，你就会觉得满足
- 081 黑猫公主
黑猫公主的个性相当泼辣也相当灵活
- 085 猫的故事
伟大的母爱实在无以复加
- 088 一只野猫
世间没有平等可言
- 091 鸟
世界上的生物，没有比鸟更俊俏的
- 094 树
树也有生老病死，也算是“有情”
- 097 群芳小记
菁清喜欢和我共同赏花
- 113 骆驼
任重而道远的家伙
- 116 狗
养狗的目的就是要它看家护院
- 119 动物园
动物是我们的客，要善待它们

PART 03

至味

在人间，

日日

有小暖

- 126 酱菜
北平的酱菜，妙在不太咸，同时又不太甜
- 128 烧鸭
鸭一定要肥，肥才嫩
- 130 酸梅汤与糖葫芦
北平不分阶级人人都能享受的事
- 133 满汉细点
北平饽饽铺的点心
- 136 核桃酪
母亲做的核桃酪舍不得一口咽下去
- 138 汤包
吃汤包的乐趣，大部分在那一抓一吸之间
- 140 铁锅蛋
吃铁锅蛋，必配美国奶酪
- 142 水晶虾饼
白如凝脂，温如软玉，入口松而脆
- 144 芙蓉鸡片
美食者不必是饕餮客
- 146 由熊掌说起
烹调得法，日常食物均可令人满足
- 149 读《媛珊食谱》
食谱，一定要有用又有趣
- 152 《饮膳正要》
专门讲究饮食的最早的一部书
- 156 读《中国吃》
北平的吃食，怎么说也说不完
- 165 再谈《中国吃》
我们要虚心地向多方研究
- 171 读《烹调原理》
看张先生的书，令人生出联想太多了

PART 04

其实

这也是

生活

- 178 养成好习惯
充满良好习惯的生活，才是合于自然的生活
- 180 饭前祈祷
我要为那些为大家供应食物的人祈福
- 183 房东与房客
房东与房客，关系永远是紧张的
- 187 搬家
每次搬家必定割舍许多平素不肯抛弃的东西
- 191 圆桌与筷子
团聚吃饭，圆桌为宜，筷子是我们的一大发明
- 194 厨房
谁说男人可以不入厨房
- 198 窗外
是雅是俗，是闹是静，只好随缘
- 202 市容
市容里面有生活
- 206 沙发
沙发是很令人舒适的
- 209 戒烟
戒烟的第一步是不买烟，第二步才是不吸烟
- 212 教育你的父母
子女也负有教育父母的义务
- 215 谈话的艺术
人与人相处，本来易生摩擦，谈话时也要保持距离
- 219 骂人的艺术
骂人是一种高深的学问