



# 生活 越简单越好

简简单单才是真。享受淡然如水、闲适如风的生活

生活中的我们最简单的快乐，就是没有任何杂念，心圆满了，生活就圆满了；  
心平静了，生活也就不浮躁了。

李世化◎编著



 **企业管理出版社**  
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

B821/1524

第 1 版 (90) 1990 年 1 月 1 日

# 生活 越简单越好

简简单单才是真。享受淡然如水、闲适如风的生活



 企业管理出版社  
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

生活越简单越好 / 李世化编著. -- 北京 : 企业管理出版社, 2014. 10

ISBN 978-7-5164-0945-9

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 223768 号

---

**书 名:** 生活越简单越好

**作 者:** 李世化

**责任编辑:** 杨苏敏

**书 号:** ISBN 978-7-5164-0945-9

**出版发行:** 企业管理出版社

**地 址:** 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048

**网 址:** <http://www.emph.cn>

**电 话:** 总编室 68701719 发行部 68467871 编辑部 68701408

**电子邮箱:** 80147@sina.com zbs@emph.cn

**印 刷:** 北京嘉业印刷厂

**经 销:** 新华书店

**规 格:** 170 毫米 × 240 毫米 16 开本 16 印张 180 千字

**版 次:** 2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷

**定 价:** 35.00 元

---

**版权所有 翻印必究 印装有误 负责调换**

生活越简单越好



简单是一种度和胸怀，简单是复杂的可能和前提，简单是复杂的最初因缘。生命如舟，人的一生中不能有太多的负载之物，否则生命的小舟就会在抵达彼岸的航途中搁浅，甚至沉没。所以要丢掉生活中的碎片，该放下时就放下，始终保持空杯心态，不为虚名所累，生活越简单越好。

简单就是要欲望适中，学会舍弃。这也要那也想，须知我们的双肩载不动那么多的金钱、名誉、地位、情感、哀愁和怨恨。该舍弃的就舍弃吧，轻轻松松地上路，多一些时间来看花开花谢，多一些时间去观日升日落，多一些时间走向你心中的远方。

丢开一切束缚我们心灵和思维的桎梏，更不要让世俗的网于无形中把你拉扯得身心俱惫，憔悴不堪。以一种快刀斩乱麻的方式，三下五除二地去做吧！



# 前言

简单是一种积极、乐观的生活态度，是一种心灵的优雅与闲适，它应该成为我们每一个人生活的准则。因为在人生道路上，惟有奉行简单的准则，才有可能避免误入阻碍我们成熟的岔路，才会避免陷入歧途。就目前的潮流来看，无论是人际关系、社会结构或家庭关系，都同样有复杂化的趋势。然而，人们又不约而同地用一种简化的公式来处理这些关系。所以用“简单”的态度来处理事务，不仅能得到事半功倍的效果，同时也能将生活带入一种节奏明快的韵律之中。

其实，使事物变得复杂是很容易的，但若想将事物简化成有条不紊的情况就要动动脑筋了！把复杂的问题看得很简单，把简单的问题看得很复杂，这两者谁笨？有一个朋友几乎没有考虑就回答说，两个人都笨得厉害，因为简单的问题就应该看得简单，复杂的问题就应该看得复杂。

《堂·吉珂德》里有一个片段：桑丘问表弟说世界上第一个翻跟头的是谁？表弟说这个问题我一时回答不上，等我以后到书房去翻翻书，考证一番，下次见面，再把答案告诉你吧。桑丘过了一会儿对表弟说，刚刚问的这个问题，我现在已经想到答案了：世界上第一个翻跟斗的是魔鬼，因为他从天上摔下来，就一直翻着跟斗，跌到了地狱。

看到这里你也许会忍俊不禁，原因是桑丘的回答非常简单，但它也包含着一种极其朴素的智慧。正如桑丘的主人表扬他说，桑丘，你说出来的话，往往超过你的智慧呢。有些人煞费苦心，进行考证，但得出的结论往往既不能增长见识，也不能增添常识，真是毫无意义。

其实生活、学习、工作中的很多事情都很简单，大可不必费九牛二虎之力去伤透脑筋，人生、爱情、理想也是如此，很多时候都只是相当于小学一年级的数学题一样，或者像根本就没有上过学、一字不识的人看待鸡兔同笼这一问题时的思维一样——打开笼子数数不就知道了？干吗费那么大力气列那么多方程式来计算！更重要的是干吗把鸡和兔一起关在笼子里呢——只不过有的时候人们走了太多太远太辛苦的路，却意识不到有些路是根本就不必走的。有些人看到别人走，自己也就拼命地赶路，认为在走了很多辛苦路之后就会有天堂，可是谁知道天堂就在他原来所在的地方，就在他一路行走的过程中，或者根本就没有什么天堂。

有个打鱼的人，他每天只打一尾鱼，那尾鱼刚好可以换取他一天的食物、水和烟。然后他就躺在沙滩上晒太阳，望着蓝天白云抽烟，悠闲自在。

这时来了一个商人，对他说：“老兄，我觉得你应该打更多的鱼，然后把它们卖掉，等攒够一定数量的钱后就买一艘船，再开着船到处做买卖……”

“然后呢？”那人问商人。

“然后就能赚很多很多的钱，就可以每天到海边晒太阳，听海……”

“可是我现在不正在晒太阳、听海吗？”那人回答说，“更重要的是等我做够了那些事，赚到了足够的钱，也许我已经没有时间来晒太阳听海了……”

可见世界上没有复杂的事情，只有复杂的心灵和黑洞般没有边际不知深浅的欲望。这就像一棵树，细看来是许多的枝，再看是无数的叶，又看，则是数不清的细胞。其实，它只是一棵树，一棵树而已。一切问题都

是可以化为简单的，正如判断题都只有两个答案：对或者错。

简单就是要欲望适中，学会舍弃。这也要那也想，须知我们的双肩载不动那么多的金钱、名誉、地位、情感、哀愁和怨恨。该舍弃的就舍弃吧，轻轻松松地上路，多一些时间来看花开花谢，多一些时间去观日升日落，多一些时间走向你心中的远方。

丢开一切束缚我们心灵和思维的桎梏，更不要让世俗的网于无形中把你拉扯得身心俱惫，憔悴不堪。以一种快刀斩乱麻的方式，三下五除二地去做吧！

简单生活，其实就是这么简单！



# 目录

## 第一章 生活简单：过自己想过的日子

生活中的混水是自己振荡出来的.....	(2)
把自己当成自己.....	(3)
把手中的坏“牌”打好.....	(5)
坚持自己独特的思路.....	(7)
少走弯路便是捷径.....	(10)
活着本身就是乐趣.....	(14)
学会做自己的主人.....	(16)
两点之间，曲线制胜.....	(18)

## 第二章 习惯简单：简化事务，不被生活琐事拖累

人可以爬到最高峰，但不能在那儿久住.....	(22)
------------------------	------



在忙碌中更能领悟生活的乐趣和意义 .....	( 25 )
生活方式与习惯决定身体健康 .....	( 28 )
一次只打开一个抽屉 .....	( 32 )
走一步就踏出一个脚印 .....	( 35 )
不要被曾经的链子拴住 .....	( 38 )
给自己一次发挥潜能的机会 .....	( 41 )
不要为失败和逃避找借口 .....	( 46 )
马虎轻率误大事 .....	( 49 )
眼高手低会离成功越来越远 .....	( 54 )

### 第三章 欲望简单：需求越少烦恼越少

欲望越小，人生就越幸福 .....	( 58 )
上帝的金币是用来看的 .....	( 61 )
人之所以痛苦，在于追求错误的东西 .....	( 63 )
满足是最真实的财富 .....	( 67 )
拥有世界又如何 .....	( 70 )
幸福只能存在于得到满足的时候 .....	( 73 )
如果感觉自己有了一个位置，满足的问题就解决了一半 .....	( 76 )
适合自己的才是最好的 .....	( 79 )
见好就收，见坏更要收 .....	( 81 )
有了金钱，也未必幸福 .....	( 83 )

金钱与快乐的关系 .....	( 85 )
----------------	--------

#### 第四章 说话简单：不吹牛不传言不惹是非

聪明人的嘴藏在心里，愚蠢人的心摆在嘴上.....	( 88 )
用言语搭起相识的桥梁 .....	( 91 )
在什么场合说什么话 .....	( 93 )
说话要学会“过脑子” .....	( 96 )
说话时学会给自己留“余地” .....	( 99 )
切莫信口开河伤及他人自尊.....	( 101 )
不乱说他人是非的人最受欢迎.....	( 103 )
宁在人前骂人，不在人后说人.....	( 105 )
养成谦逊儒雅的言谈之风.....	( 107 )
少说话 巧说话 .....	( 110 )
话不在多全在点上 .....	( 113 )
多听少说好处多 .....	( 116 )

#### 第五章 交际简单：交往之时重义不重利

“利”是道义路上的绊脚石.....	( 120 )
生活因友情而精彩 .....	( 124 )
人世中若没有朋友，就像生活中没有阳光一样.....	( 127 )



聪明的人只要能掌握自己，便什么也不会失去.....	( 129 )
真正的朋友会使你的生命丰富多彩.....	( 131 )
朋友比金钱贵重.....	( 135 )
真诚付出才能获得友谊.....	( 138 )
感情也需要投资.....	( 140 )
不会社交的人寸步难行.....	( 141 )
与朋友交往也是一门艺术.....	( 143 )

## 第六章 财务简单：钱不是万能的，够花就行

自以为拥有财富的人，其实是被财富所控制.....	( 146 )
财富不属于拥有它的人，而属于享受它的人.....	( 150 )
贫而无谄，富而无骄.....	( 152 )
金钱可以塑造一个人的形象，也可以毁掉一个人的德行... ( 155 )	( 155 )
赚得心安，用得舒服.....	( 158 )
为自己工作而不为钱工作.....	( 161 )
确定金钱在生活中的真正目的.....	( 165 )
做金钱的主人.....	( 168 )
金钱只是我们改善生活的工具.....	( 170 )
别让金钱支配我们的生活.....	( 172 )
不以富喜，不以贫悲.....	( 176 )

## 第七章 心态简单：懂得取舍，学会放下

- 放弃一颗星星也许能得到一个月亮..... (180)
- 尽人事以听天命..... (182)
- 争取有时会让你失去更多..... (184)
- 懂得放弃，才能有更美好的未来..... (187)
- 放弃并不是丧失信心，而是一种更明智的选择..... (190)
- 拿起该拿起的，放下该放下的..... (191)
- 放弃是对勇气和胆识的考验..... (194)
- 追两只兔子的人，终会一无所获..... (196)
- 放弃，有时就是最好的选择..... (198)
- 舍弃眼前的诱惑，才有最后的辉煌..... (200)
- 弯路上往往有更美的风景..... (202)
- 放弃不是失败，只是暂时停止成功..... (205)
- 懂得放下，才能收获更多..... (207)

## 第八章 行事简单：按照自己的方式去处理问题

- 人生伟业的建立，不在能知，乃在能行..... (210)
- 只要去做，没有不可能..... (213)
- 要走一条有自己特色的道路..... (216)
- 勇于开始，才能找到成功的路..... (218)
- 如果要挖井，就要挖到水出为止..... (220)



## 生活越简单越好

- 旁观者的姓名永远不会出现在比赛的计分板上..... ( 223 )
- 即使是不成熟的尝试，也胜于胎死腹中的策略..... ( 226 )
- 玩弄机巧，不如向平实处努力..... ( 229 )
- 步子不在于跨得有多大，而在于走得有多稳..... ( 232 )
- 世界会向那些有目标和执行力的人让路..... ( 234 )
- 在自己的能力范围内量力而行..... ( 237 )
- 不必样样追求优秀，但可以做到更好..... ( 239 )
- 关键要忙到点子上..... ( 241 )



## 第一章

# 生活简单：过自己想过的日子

一直以来，人们不断地把各种有形、无形的东西加在自己身上，好让自己富有、充裕，让自己壮大、盈满，人们相信只有这样才能拥有幸福。然而，事实是我们想拥有的越多就会越烦恼，而简单的生活才能让我们更快乐！

## 生活中的混水是自己振荡出来的

保持平和心态，从容地面对生活，是我们人生的一种崇高境界。

一代宗师赵朴初先生在退休后，写了一首《宽心谣》借以勉励自己保持平常心态。他在《宽心谣》中写道：

日出东海落西山，愁也一天，喜也一天。遇事不钻牛角尖，人也舒坦，心也舒坦。每天领取谋生钱，多也喜欢，少也喜欢。少荤多素日三餐，粗也香甜，细也香甜。新旧衣服不挑拣，好也御寒，赖也御寒。常与知己聊聊天，古也谈谈，今也谈谈。全家老少互慰勉，穷也相安，富也相安。早晚操劳勤锻炼，忙也乐观，闲也乐观。心宽体健养天年，不是神仙，胜似神仙。

然而，生活中的很多人不懂得“知足常乐”的道理，从原本的“光棍”一条、两手空空，到现在的老婆、孩子，盆盈钵满，本已收获多多，却要这要那，想入非非，直到土埋半截还不肯罢手。这样的人生是悲哀的，无异于在世界上白来一回。成功者在于低调，失败者在于得瑟。

有人曾用这样的比喻来形容一个人的浮躁心态：要想一天不消停，就在家请客做饭；要想一个月不消停，就去买股票，整天提心吊胆；要想一年不消停，就去买房子搬家；要想一辈子不消停，就去离婚换老婆。

一位哲人说：“生活中的烦心事很多，有些你越想怎样越不容易忘掉，那就记住好了。就像一杯水，如果你不断地振荡它，就是一杯混水，会弄得自己不安宁。如果你慢慢地、静静地让它沉淀下来，用宽广的胸怀去容纳它们，心灵就不会因此而受到污染，反而重新归于纯净。”



## 把自己当成自己

有人曾总结了这样四句话的快乐秘诀：把自己当成别人；把别人当成自己；把别人当成别人；把自己当成自己。

乍一看，觉得有点不可思议，但仔细玩味，其中却大有学问。

“把自己当成别人”就是告诫我们要忘却烦恼。因为痛苦和不幸已经降临，如果自己死守着痛苦和不幸不放，就会被困难所击倒。既然木已成舟，何不把自己的痛苦和不幸看作是他人的痛苦和不幸，让自己重新振作起来，说不定自己“三十年后又是一条好汉”。

“把别人当成自己”就是告诫我们要理解同情他人的不幸遭遇。每个人的工作生活都不可能一帆风顺。就像有一句话说的那样：“快乐的人生都是相似的，不幸的人生各有各的不幸。”当别人遭遇不幸的时候，要推己及人，将心比心，不能幸灾乐祸。送上一句安慰的话语，哪怕是一个鼓励的眼神，都会让对方感到温馨、熨贴，甚至感念一生。

“把别人当成别人”就是告诫我们在别人取得成就的时候，自己千万不要沾人家的光。因为，别人的业绩是他们用自己的劳动汗水换来的，我们在为别人感到高兴的同时，千万要分清理外，不能凭白无故地沾光，更不能生拉硬拽地把光环往自己的头上扣。

“把自己当成自己”就是告诫我们自己永远不是别人，别人也永远不是自己。自己的路需要自己走，自己的梦需要自己圆。不要把希望寄托在别人身上，不要渴盼天上掉下馅饼，只有靠自己的劳动创造出的成果，我们才能尽情地享用。