

江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

于丹

趣品

山水笔记书



悠闲与时间无关，
悠闲是内心的一种发现。

人要养气就必须亲山临水，
走到大自然中去。

图书在版编目 (CIP) 数据

趣品：山水笔记书 / 于丹著. — 南京：江苏文艺出版社，2013. 11
ISBN 978-7-5399-6687-8

I. ①趣… II. ①于… III. ①于丹—语录 IV. ①K825.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 247037 号

书 名	趣品：山水笔记书
作 者	于 丹
选题策划	陈禹舟
责任编辑	刘 佳
特约编辑	范彦凤
装帧设计	王国蕊 陈 飞
出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏文艺出版社
出版社地址	南京市中央路 165 号，邮编：210009
出版社网址	www.jswenyi.com
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京尚唐印刷包装有限公司
开 本	787 毫米 × 1092 毫米 1/32
字 数	2 千字
印 张	6
版 次	2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5399-6687-8
定 价	38.00 元

江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换

为了上路时走得更轻松，
且自停一停脚步，
不要丢了赶路的自己。



人生长路漫漫，如何用中国人的方式，
从容踏上旅程？

山的四时都是有表情的，
如同人的心境。



即使你的生活还是过去的样子，
但你能在生活中发现趣味了。





拿捏得住轻重缓急，
忙而不乱，这是一种境界。



路上有风景。
如果你人生的轨道上，放慢一点速度，
就能看到更多的美丽风景



行遍山水，

见飞鸟在天，

见游鱼在水，

领悟了其中的义理，

便可以超越种种物累，

获得天赋的人生乐趣。

释放自我，

游于山水自然之后，

心也许可以放得更空一些！





如果你真正敞开心扉，
游历归来，
心境定有改变。



只要一颗心还在，我们就有思有感，我们就有性情，有自己的憧憬。这颗心要是亡了，没有了这颗心，那就是“忘”，人真正的忘记、放下，是指那件事在心里已经不存在了。

更有意思的是“亡”和“心”的另外一种组合，竖心旁加一个“亡”，这是什么字呢？是忙碌的“忙”，我们很多人就是过于忙碌了，忙得没有时间去体味心灵中那些细微的悸动，在忙碌中失去了心灵生活。





四时不同，
山水各异，
这样走下来，
生命中自然会多出一份情趣。



人可以憧憬未来，可以缅怀过去，
但能够抓住的只有现在，而现在除了有意义，
还应该有意思。



阴阳五行说认为，天地山川各有对应，山川分割为地象，配星宿分割为天相，相互映照。

如果不能拥有一份宁静，
不能拥有一种闲适，
我们能看见生命的本真吗？

