

简单生活



[简单生活_下载链接1_](#)

著者: (美) 史达德尔

出版者: 哈尔滨出版社

出版时间: 2005-6-1

装帧: 平装

isbn: 9787806398067

这是一本不像书的书。德尔女士意图在本书中展现另外一种写作的可能，即摊开书本立即进入一段心灵的旅行。这旅行是舒适、轻松的简单但蕴涵了深刻的意义的。藉由此“心之眼”的完全开放，我们可以很清楚地对人生做一场完整的验收。

德尔女士告诉了我们几个简单生活的观念。首先，她告诉我们，时间并不那么可怕，只要放慢脚步就更能达到人与人性的基本生活需求。其次，她教我们如何善用上天赐予的丰富资源——“我自己的身体感官”来观察世界，并与自己相处。再次，她以其自身的经验告诉我们，在身心归零之后，如何发自真我的内心，快乐与人相处，甚至快乐与物相处。

最后，她告诉我们，这些都不应该是消极的，我们应该扩大自己的视野，放眼看世界，自然就成了世界公民的一份子。

在阅读的过程中，我们更清楚地看到德尔女士是如何在生活中实践心法的，如果我们能感受到史达德尔女士甜美的心，及善用她敏锐的观察力所揭示的快乐生活法则，人人都可做个快乐的现代人。

不是吗？生活可以很繁复，也可以很简单，就让亚莉珊卓·史达德尔女士，带着我们“发现简朴新世界”吧。

作者介绍:

亚莉珊卓·史达德尔，生活诗人，一个既感性又理性的女作家，对世界文学颇有研究，作品中融入了许多西方古典文学大师的精神和东方佛教禅宗的思想。作者原本生活在纽约，是一名室内设计师，后移居长岛，过着“小国寡民”的生活。在那个被她称为柏拉图理想国的小村落里，她得到了一种生命的验证：在现代社会，过简朴的生活，享受心灵的平和是绝对可能的。她将数年隐居的所见所闻、所思所感全部记录下来，于是就有了这本《简单》。

在书中，作者想告诉我们：简单的生活像是一首诗，它能唤醒人们对周围每一件事物的感觉，使人们过上更快乐的生活。

目录: 简朴新世界

清晨的笑容
社区大家庭
理想小世界
小小自治村
社区培养凝聚感
皱纹，笑容曾出现的地方
人比昆虫更具社会性
奇妙的相遇机会
把人性带进工作
定期拿掉手表
到处有“慢”的标志
简化、再简化
简单生活的欢乐
用眼睛看世界的秘诀
摇钟看美景
悠闲散步云日间
感觉心中的宁静
内心的快乐不分年龄
唤醒五大感官
快乐种在环境里
生根在大自然
用感官体验生活
梵高的晚餐
物品蕴含着故事
神圣而亲密的空间
自得其乐
双眼让静物有生命
理性与感性
悠扬钟声
用手过生活
享受你的生活
独处培养优雅
点燃家庭温馨
欢乐的庆祝
出国体验自己
诗人般的生活

• • • • • (收起)

[简单生活 下载链接1](#)

标签

生活

简单生活

简单生活(感悟生命的96种生活方式)

散文

人生

生活美学-人生艺术

生活方式

简洁生活

评论

烂书浪费生命，虽然我还是读完了的。

: C913.3-49/5032-1

简单，就可以幸福。文章引用名句多的让人有些反感。没有什么深度，无聊的时候随便翻就最好了。

也是很早买的，一直没看

没啥意思 翻译得还不错

有点闷得书。

用手和心的生活，简单的像水，打开书页会觉得很温暖

很喜欢里面的插图和生活态度！

值得一看

easy.clam.slow. 喜欢里面的插画，自然，和谐

很簡單很生活

简单生活(感悟生命的96种生活方式)

这是一本不像书的书。德尔女士意图在本书中展现另外一种写作的可能，即摊开书本立即进入一段心灵的旅行。这旅行是舒适、轻松的简单但蕴涵了深刻的意义的。藉由此“心之眼”的完全开放，我们可以很清楚地对人生做一场完整的验收。德尔女士告诉了我们几个简单生活的观念。首先，她告诉我们，时间并不那么可怕，只要放慢脚步就更能达到人与人性的基本生活需求。其次，她教我们如何善用上天赐予的丰富资源——“我自己的身体感官”来观察世界，并与自己相处。再次，她以其自身的经验告诉我们，在身心归零之后，如何发自真我的内心，快乐与人相

以女性地视角感悟生活点滴之美，简单慢生活，再现中产阶级闲居生活典范。书中引用了很多作家的语录，不过翻译得不太好。当当和亚马逊缺货，只能买到二手书了。

[简单生活_下载链接1](#)

书评

有点和心灵鸡汤一个调门，毕竟是外国的语言，翻译过来有些晦涩，我一直人们这种图书阅读时，只有某一个观点或者某一批观点能给读者带来些许的启示。毕竟文化背景不同，对待生活的观点自然也不同，只有发扬拿来主义的精神了。

[简单生活_下载链接1](#)