

簡單生活即是美

文／胡毓豪(攝影家)

剛學拍照時，總想著名山大川，希望上山下海，拍得好照片。只有在走過千山萬水之後，才悟得美景處處有，俯仰之間皆存天地之美。

人生到底要什麼？

人也是一樣，追求健康、快樂、幸福，但不經千錘百煉，就是想不透，看不開。

年輕時，以為財富、名聲是一切幸福的根源，所以拼命的以此為目標，犧牲健康，縮短睡眠，就想快速致富，及早登頂。然而，人算不如天算，隨著銀行存款的增加，卻流失了健康，剩下疏離的人際。誤以為一天當兩天用，可以成就一番大事業，就有幸福快樂。學校、社會、家庭都沒有教我們如何追求幸福，只告訴我們要努力，爭第一，因為考高分、念名校，任高官，賺大錢，是一般人認為通往幸福的捷徑。

有個孩子，品學兼優，考試所向無敵，念名校、上台大，留美快速取得私立名校的博士學位。返國後休息了很長一段時間，父母心急的問怎麼還不準備就業？他說：「我已經退休了！從小你們要我做什麼，我總是遵辦，你們要我取得名校的博士學位，我也幫你們做到了。」

簡單就是大道理

生命是自己的，當然得自己負責。就如相機拿在手上，快門是自己按的，拍不出好照片，當然要自己負責。我們張開眼睛，隨時隨地都在看，但有幾人看懂？看懂卻也未必想得透。人生，狀似深奧，其實化繁為簡就是幸福。擁有財富、資源，若未善用，就像那位博

士，幸福離他只會越來越遠。

要拍出好照片？要活出好幸福？如同古人的智慧名言「大道至簡」，簡單就是大道理。

只因現代人太忙，忙到沒時間思考，甚至忘了人生幸福美滿的道理。悟得簡之道，拍照也會變得很容易，因為只要把不要的剔除，重點自然凸出。掌握重點，影像才有主軸，主軸是你內心的感動，精神的力量就躍於其上，先感動自己再撼動別人，藝術如此，人生亦如此。

明白了這道理，要求得幸福、快樂，更簡單了！尋求自身的幸福，不必徵求別人的同意，只要建立自我信心，有自己的價值觀，不隨波逐流，只要一切舉止、行為於人無害，天地之間任何人皆可唯我獨尊，追求幸福就是無求品自高。

珍愛當下的幸福

人生是用來修煉的，並不是用來追求效率與成就的，要學會緩慢，在緩慢當中自然看得清楚，想得透徹。幸福人生，緣於悠閒和懂得簡單的生活，現代人的不幸，皆因太匆忙了。

我們的四周，處處皆美，你注意到鄰居的笑容、路上小朋友的笑聲嗎？年歲增長，行動緩了，反倒令我幸福倍增，同樣是拍照，我已習得用心觀照，美景處處。

活著，就要學會看破，才能認命。認命的人，不會捨本逐末，追求空泛的財富，而忘了平靜當中的幸福。尋求內心的平靜，幸福和快樂會因你的覺悟而不求自來。

拍了一輩子照片，最後才悟得——美景，就是珍愛當下。

