

《我这个普通人的生活》

图书基本信息

书名：《我这个普通人的生活》

13位ISBN编号：9787535194848

10位ISBN编号：7535194842

出版时间：2014-2-28

出版社：湖北教育出版社

作者：张佳玮

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《我这个普通人的生活》

内容概要

《我这个普通人的生活》是一本文学随笔。作者张佳玮是专栏作家，活跃在豆瓣、知乎、天涯、虎扑、《一个》等网络和平面媒体。目前旅居法国巴黎。

他的文字涉及美食、旅行、艺术、文学，视觉独特，既有文字优雅韵味，内容又跟现在的生活接轨。这一本随笔集是围绕他的日常生活，一个普通人生活中感官的盛宴，用耳朵、鼻子、嘴巴、眼睛，发现平凡生活里，那些给人独特韵味的美食、风景、文学作品、和神奇的幻想。生活因为知乎上有张佳玮而美好，因为能读到张佳玮的文字而更加美好！

【编辑推荐】

张公子：我非常非常不擅长自我介绍，每次开专栏要自我介绍时总求编辑代笔。

“不靠谱的”编辑：我比较浮夸哦，请看编辑推荐！

小编说：生活因为知乎上有张佳玮而美好，因为能读到张佳玮的文字而更加美好！一点儿都不夸张。你来阅读这本书，世界唰的不一样！

张公子的海量读书量何人能及，智趣的语言何人能及，作为“普通人”的生活智慧何人能及？啊，我们不用及，只需好好欣赏他的作品！

张公子徜徉书海，也游历世界各国。你可能读过他的专栏，看过他在知乎的精彩回答，看过他的篮球点评，或许你还在上海书展参加过那场非常精彩的读者见面会。

你以前不知道他？那这次可千万别错过了！

这本书是张公子最平易近人的作品，为你打开一个全新的、更大更宽广的、充满乐趣的平常人的世界。或许我们都过着差不多的生活，却没有公子这般的拾趣能力。

在我们忙碌的，焦虑的，竞争的，苦闷的，莫名亢奋的，莫名低落的情绪里，激烈复杂的世界里，你来阅读这本书，世界唰的不一样！请你来体会一个人可以怎样的不同，实实在在的。也因此体会到什么叫做阅读的乐趣！

《我这个普通人的生活》

作者简介

张佳玮 男 1983年生于无锡，长居上海，现在巴黎。自由撰稿人。

《我这个普通人的生活》

书籍目录

声音是有味道的

声音是有味道的 / 002

早饭吃什么 / 008

冬天吃羊肉，喝羊肉汤 / 017

米饭 / 026

夏天的味道 / 031

夏天的凉白开 / 038

冬天如何取暖

冬天如何取暖 / 044

趁你还吃得下的时候 / 052

你可以不坚强 / 058

女人的吃醋方式 / 064

我爱胖美人 / 068

且贪吃且傻且好奇

且贪吃且傻且好奇 / 076

喂猫记 / 083

被物化了的理想生活 / 090

追慕一个人，是一段怎样的时光 / 100

你出门去旅游 / 108

大航海时代

大航海时代 / 114

葡萄牙南，25小时 / 135

罗马，佛罗伦萨，威尼斯 / 145

叫我怎么说这些小偷呢 / 158

巴黎街上接零钱的 / 166

旅行与艳遇的错觉 / 175

给食物起个中国名字 / 182

瑞士与干酪锅 / 191

从前，有一个人去意大利旅游

从前，有一个人去意大利旅游 / 202

在葡萄牙如何收集阳光 / 207

爱情故事 / 211

玫瑰症 / 228

世上最透明的爱情 / 235

后 记 / 241

《我这个普通人的生活》

精彩短评

《我这个普通人的生活》

精彩书评

章节试读

1、《我这个普通人的生活》的笔记-第248页

人的许多烦恼，在于许多“我想拥有的东西”实际上是“我不太想拥有，只是希望别人知道我拥有“的东西。”

其实，这句话，很适合如今的人。很多人出门，吃个饭，逛个街，都要拍个照片发个朋友圈，即使自己玩得不开心，也一定要“晒幸福”~~何必呢~

不仅自己给自己定义的状态本身不可靠，自己想象的自己在他人眼中的状态更难免镜花水月。做好自己，何必管别人怎么说呢，更何况，别人未必也有空搭理你。

2、《我这个普通人的生活》的笔记-第181页

屠龙之技：屠：宰杀。宰杀蛟龙的技能。比喻技术虽高，但无实用。在旅行中，人就像对待情妇一般，因为过上了远离日常生活的另一种未知而新鲜的生活，于是格外慷慨，特别好奇，尤其大惊小怪，经常一惊一乍。

扒灰：

这是一个形容乱伦的词语，是专指公公和儿媳之间发生性关系的乱伦。

如果尝试把自己的生活安排得好些，不总指望着把好好享受的希望寄托在别处、未来和旅途上；如果对自己日常生活的伴侣好一些，不总指望着命运给你埋伏着许多段一见钟情，那以后，到旅途末尾，你想到要回归家庭和日常生活时，便会少些恐慌，而会一边听歌，一边想象回家睡一觉，第二天起来吃热腾腾的早饭的场景。简单说来，无非是：平时对自己好些，旅行时就没那么神经质地恋恋不舍；对自己身边的人好些，情妇就没那么大诱惑力了。道理十分简单，晏殊很早就写了：“满目山河空念远，落花风雨更伤春，不如怜取眼前人。”

3、《我这个普通人的生活》的笔记-第23333页

趁你好吃的下一切的时候，把能吃的、能做的、能读的、能听的、能爱的，都过一遍。人生的确长的很，但神魔都吃得下还愿意吃的胃口，却短暂的多。

4、《我这个普通人的生活》的笔记-第177页

在旅行中，人就像对待情妇一半，因为过上了远离日常生活的另一种未知而新鲜的生活，于是格外慷慨，特别好奇，尤其大惊小怪，经常一惊一乍。

旅行就是这一种状态，仿佛情人眼里出西施，让人忍不住慷慨解囊。你会情不自禁地欣赏，甚至美化他乡。因为倘不如此，就对不住自己漫长的攒钱、酝酿、查攻略和期望，就像男人不好意思觉得情妇不漂亮，不然对不起自己偷偷摸摸抠出的、用来给情妇买化妆品的钱。<

5、《我这个普通人的生活》的笔记-第202页

从前，有个人去意大利旅游。先是被偷了钱包，再是被偷了护照。他想掏手机找人，发现手机也被偷了。他想找到当地警察局报案，发现自己的记忆也被偷了，想不起来自己是谁了。当他刚下定决心，想重新寻回自己时，街对面一个大眼睛姑娘的微笑偷走了他的心。

6、《我这个普通人的生活》的笔记-第2页

人会赖床，一半是舍不得温暖的、柔软的、不需要思考的、自由自在的、想怎么打滚耍赖都没人

《我这个普通人的生活》

管的环境，不愿去到外面那寒冷、麻烦、必须直立行走、衣饰鲜明、规行矩步的世界。

7、《我这个普通人的生活》的笔记-第210页

赶上窗户没关严，那些内陆出身的邻居就会望见，那年夏天海水的粼粼波光、啤酒杯中闪烁的光芒、海边沙子里孩子们遗落的玻璃挂坠以及一汪汪南方海岸的阳光，哗啦啦地，从我家窗口，一路倾泻出去，但葡萄牙的阳光一望而知：无论质地如何，南方阳光那酒红色的温柔香甜，始终如一。

8、《我这个普通人的生活》的笔记-第133页

大多数时候，制约梦想实现的不是外界，而是“这么做到底值不值得，这个梦想到底笨不笨”的利弊权衡。于是，人长大了，总会选择一些更聪明的梦想，抛弃一些看上去旧的、笨的、天真的梦想。

9、《我这个普通人的生活》的笔记-第61页

本来嘛，道理谁都明白，大家都会讲。人需要的，只是一个肯听过自己倾诉的对象。你可以安全地袒露自己的软弱，听别人安慰。

10、《我这个普通人的生活》的笔记-大航海时代

人是这样一种动物：一方面，为了维护已付出的努力，会无限神化自己的梦想。因为唯有其神圣和独一无二，才能鼓励人以殉道般的精神为之奋斗。另一方面，又格外自省，很容易用一种觉今是而昨非的角度，去批判自己的理想。

11、《我这个普通人的生活》的笔记-第214页

糖落在热饼上，会变成甜味的云。

哈哈，让我想起了棉花糖~~~也想云一样。

12、《我这个普通人的生活》的笔记-第97页

他们得去京都，得去马尔代夫，得去济州岛，巴厘岛，得去巴黎、罗马、威尼斯、维也纳、巴塞罗那、伦敦、洛杉矶，每到一处，都要拍照留念，以便上传到社交网络……

社交网络，智能手机，时尚杂志，果然都是这样的，身边的高富帅和白富美都是这样炫富的啊。张公子的描述功力非常了得。

13、《我这个普通人的生活》的笔记-第26页

欧洲的小饭馆有其格局不大处：许多厨子，都只会做一两样招牌菜，烤个三文鱼、煎个蛋、炖个牛排，都好；点别的，摊手——不会做。中国的厨子在这方面，大气得多。随便一个高速公路旁，苍蝇缭绕的馆子，你嚷一道菜，管你是川鲁粤淮扬，从大煮干丝到回锅肉，厨子都敢给你来一个。

14、《我这个普通人的生活》的笔记-第248页

人的许多烦恼，在于许多“我想拥有的东西”实际上是“我不太想拥有，只是希望别人知道我拥有”的东西。久而久之，在许多自我暗示之下，这两者会浑融为一。因为周遭的判断权衡太多，人为了

《我这个普通人的生活》

自我保护，很容易给自己提前设一个状态栏，随时自我检查。“我是怎样一个状态？”“我应该如何调整？”而时间又在拖延中不断流逝，让焦虑感不断加重。

15、《我这个普通人的生活》的笔记-第246页

人的许多烦恼，在于许多“我想拥有的东西”实际上是“我不太想拥有，只是希望别人知道我拥有”的东西。久而久之，在许多自我暗示之下，这两者会混溶唯一。因为周遭的判断权衡太多，人为了自我保护，很容易给自己提前设一个状态栏，随时自我检查。“我是怎样一个状态？我应该如何调整？”而时间又在拖延中不断流逝，让焦虑感不断加重。

16、《我这个普通人的生活》的笔记-第184页

17、《我这个普通人的生活》的笔记-第63页

所以，如果你真心要安慰或支持一个遭遇了厄运的人，说“不哭”“要坚强”之类，很像是在下意识地摆家长范儿。你不能要求一个人经受了不幸，还得独自在心里承担一切。如果你诚心想安慰一个人，可以考虑这么告诉他：你可以哭，你可以悲伤，你可以不坚强，你可以说你有多难过、多害怕、多委屈。在我面前，做这些是安全的，这些我都听着，而且愿意帮你想辙，而且，你哭过、悲伤过、软弱过之后，我依然会守在你身旁。

18、《我这个普通人的生活》的笔记-第247页

人在幸福中，时常无暇感到幸福，甚至会忘了时间，因为忙于快乐，没时间静下来想。幸福跟做作业时偷藏的巧克力一样，撑不住的时候拿出来甜一下嘴，事前事后都会想想。

19、《我这个普通人的生活》的笔记-第52页

鸭子干吃怎么都好，可汤一凉，就像久无往来的亲友，对坐悬望，说什么都尴尬，不如不说。

注：比喻真是恰当，有些故友很久没有往来，见了面又没有什么共同话题，真是尴尬。

20、《我这个普通人的生活》的笔记-第247页

年轻作家的文字有时读第一本很喜欢，到第二本往往开始觉得花巧，张公子这本书呢许多文章看着有点应试作文的味道，最喜欢的是后记部分。这本书如果有个主题，大概就是描述各类感受。人在幸福中，时常无暇感到幸福，甚至会忘了时间，因为忙于快乐，没时间静下来想。人的许多烦恼，在于许多“我想拥有的东西”实际上是“我不太想拥有，只是希望别人知道我拥有”的东西。久而久之，在许多自我暗示下，这两者会混融为一。在自己与他人的定义之间摇摆，自然有其好处：可以获得存在感。这个时代的绝大多数通信工具，都是在帮助人更方便地展示状态、获取存在感。世上有许多值得爱、值得欣赏、足以让人快乐的事，但到最后，开关依然在自己手上。通常幸福的感受无非产生于两种时刻：或是忘记了权衡自己是否幸福（于是连烦恼也一起忘记），或是意识到自己很幸福。外物只能诱导感官，而钥匙在自己心里。虽然世事无常，人总不免患得患失，但这个星球经历了无数时光，发展出了高度人类文明，其实也无非在试图给人更多的选择：无论世事如何，你总还是有权利选择自己是否在生活中汲取快乐。

21、《我这个普通人的生活》的笔记-第248页

《我这个普通人的生活》

人的许多烦恼，在于许多“我想拥有的东西”实际上是“我不太想拥有，只是希望别人知道我拥有”的东西。久而久之，在许多自我暗示之下，这两者会浑融为一。因为周遭的判断权衡太多，人为了自我保护，很容易给自己提前设一个状态栏，随时自我检查。“我是怎样一个状态？”“我应该如何调整？”而时间又在拖延中不断流逝，让焦虑感不断加重。

后记写的真好，做个快乐的普通人

22、《我这个普通人的生活》的笔记-第250页

虽然世事无常，人总不免患得患失，但这个星球经历了无数时光，发展出了高度人类文明，其实也无非在试图给人更多的选择：无论世事如何，你总还是有权利，选择自己是否在生活中汲取快乐。

23、《我这个普通人的生活》的笔记-第132页

我有过许多梦想。有的实现了，有的没有。大多数梦想实现的瞬间，就像咬破了一瓣橘子，能尝到橘子汁，很甜，但之后也并没有羽化成仙。如果说有什么经验，大概有两点。其一，我设定大多数梦想时，都会想：“只要实现了，一切就完美了！再没有什么可烦恼的了！”但实现之后，日子依然会继续。一劳永逸的大梦，实际上并不存在。其二，我萌生梦想的年纪越小，那个梦想似乎就越简单。

24、《我这个普通人的生活》的笔记-第180页

如果尝试把自己的生活安排得好些，不总指望着把好好享受的希望寄托在别处、未来和旅途上；如果对自己日常生活的爱侣好一些，不总指望着命运给你埋伏着许多段一见钟情，那以后，到旅途末尾，你想要回归家庭和日常生活时，便会少些恐慌，而会一边听歌，一边想象回家睡一觉，第二天起来吃热腾腾的早饭，旅行、艳遇或者一切“换了张床，就高兴起来”的幻觉，会不再那么富有罪恶的诱惑力。

简单来说，无非是：平时对自己好些，旅行时就没那么神经质地恋恋不舍；对自己身边的人好些，情妇就没那么大诱惑力了。道理无非这么简单，晏殊很早就写了：

满目山河空念远，落花风雨更伤春，不如怜取眼前。

25、《我这个普通人的生活》的笔记-第63页

你可以哭，你可以悲伤，你可以不坚强，你可以说你有多难过、多害怕、多委屈。在我面前，做这些是安全的，这些我都听着，而且愿意帮你想辙，而且，你哭过、悲伤过、软弱过之后，我依然会守在你身旁。

26、《我这个普通人的生活》的笔记-第33页

而夏天阳光浓烈，正宜开轩面窗，看竹林杉木绿森森，喝碧沉沉凉过了的绿茶，筒衣素行，不拘小节，听蝉声喝白粥吃小菜，最容易让人消暑热去郁烦了。

27、《我这个普通人的生活》的笔记-第131页

在一楼的庭院里，是费尔南多佩索阿的碑。碑上写的，不是他最有名的那句“写下即是永恒”，而是写于1933年2月14日的一首诗：

《我这个普通人的生活》

要变得伟大，变得完整：不可夸大
或遗弃你任何的部分。
完成每一件事情。
把你所是的一切放进你最小的行动力。
每一条湖泊中，那完满的月亮也是如此，
带着它轻柔的生命，闪耀着。

飞机上，看着这一篇章忽然心里荡起涟漪，一直很喜欢这首诗。
第一次读到是在佩索阿的书《我的心略大于整个宇宙》中，很喜欢这位葡萄牙诗人。甚至一直用书名做QQ签名。

28、《我这个普通人的生活》的笔记-第73页

这不再是“眼见为实”的时代了。你得做摄像镜头和衣服的奴隶，根本顾不上自己的躯体实际上是否美丽。

29、《我这个普通人的生活》的笔记-第56页

1. 莫避春阴上马迟，春来未有不阴时。

上片写别时。首韵劝勉欧阳国瑞不要再因“春阴”而逗留不去，应早日出发，因为整个春天都没有不阴的时候。这两句，劝得有趣。因为春阴不行，本来只能是欧阳的借口，其真实的原因，一是留恋故乡和友人，二是因为畏怯前途难料，世路坎坷。作者只就春阴立言，意余言外，而欧阳国瑞与他彼此会意。这比直说无余要妙。

注：说得真好，老是已“春阴”为借口恋恋不舍，不肯出发，但是春天未有不阴时，人生又哪有一帆风顺的日子，该来的还是要来，不如积极从容地去面对。

2. 所以，世上事并不都像复仇，搁凉了上桌更有滋味。久搁可惜，不如早吃。倒不是说万事都得趁新鲜吃以便延年益寿，只是趁你还吃得下一切的时候，把能吃的、能做的、能读的、能听的、能爱的，都过一遍。人生的确长得很，但什么都吃得下还愿意吃的好胃口时光，却短暂得多。

注：这段倒不是叫我们要及时享乐，而是要懂得珍惜日子，把时间花在自己乐在其中的事，而不是花在无聊打发日子的事，人生几何，有梦就要趁早追。

30、《我这个普通人的生活》的笔记-第91页

蝇营狗苟：

比喻为了追逐名利，不择手段，像苍蝇一样飞来飞去，像狗一样的不知羞耻。

薛涛笺：

薛涛设计的笺纸，是一种便于写诗，长宽适度的笺。此笺原用作写诗作为诗笺，后来逐渐用作写信，甚至官方国札也用此笺，流传至今

茶筴

茶筴是古时烹茶时的一种调茶工具，茶筴是由一精细切割而成的竹块制作而成。茶筴现代成为日本茶道中必备，用以调搅粉末茶。泡茶师先用一日本细长茶则，将粉末茶盛入茶碗，再以柄杓加入热水。之后，以茶筴搅击粉末茶和水使生成泡沫。

《我这个普通人的生活》

原来抹茶是来源于中国，不是日本！！！！

血蚶~~这个就是老爸最爱吃的那个！！

31、《我这个普通人的生活》的笔记-第249页

范仲淹有句名词说：“人世都无百岁。少痴呆、老成尪悴。只有中间,些子少年,忍把浮名牵系？”所以，人能够吃喝、玩乐、看书、相爱的时间，真是短得不得了。而世上又已经有那么多美好的东西——那么多好书，那么多好曲子，那么多好画，那么多好游戏，那么多好吃的——陈放在你眼前。21世纪一个普通人能享有的物质与精神财富之丰沛，胜过17世纪欧洲任何国家的君王。……世上有许多值得爱、值得欣赏、足以让人快乐的事，但到最后，开关依然在自己手上。通常幸福的感觉无非产生于两种时刻：或是忘了权衡自己是否幸福（于是连烦恼也一起忘记），或是意识到自己很幸福。外物只能诱导感官，而钥匙在自己心里。虽然世事，人总不免患得患失，但这个星球经历了无数时光，发展出了高度人类文明，其实也无非在试图给人更多的选择：无论世事如何，你总还是有权利选择自己是否在生活中汲取快乐。

32、《我这个普通人的生活》的笔记-第73页

这个全世界都忙于随时随地地拍照，上传云端或社交网络，让大家啧啧称赞的时代，你不再只是长在人间，而是得活在照片里给别人看，你得精干利落得活像一堆不锈钢部件，让照片构图美观。

33、《我这个普通人的生活》的笔记-第55页

每个人或多或少，都曾经抱着这么个心思：“我有个梦，才不会忘呢，只是，我要努力到多少岁（给自己定一个期限），然后就开始做自己想做的事！”

大多数梦想，并非破灭，而是被推迟，被当作冰箱里的隔夜咖喱、酒柜里的庆祝香槟，“非得到那一天才能享用……我们得等到那天。”与这个梦想并存的，是这个念想：“有一天，一切都会好的，然后我们就能……”在未来的某天，阳光灿烂，你无忧无虑，自由自在，可以随心所欲。

但是完美的一天，很可能给你本不存在。辛弃疾一句话，断了所有人的念想：

“莫避春阴上马迟，春来未有不阴时。”

好，设若你拟定的完美一天终于来到了——顺便说句，如果真有那天，那一定不是天空终于万里无云，而是你有许多事已经不在乎了——你打开珍藏的匣子，会发现你想做的事，已经被窖藏过期了。你以前觉得宏伟的构思，忽然变得很呆滞无趣；你曾经看上去不朽的理想，此时像小孩儿过家家，你藏来预备庆祝时喝的酒过期了；你藏来预备发达是吃的肉腐烂了；你准备着发达之后放怀大嚼的大火腿倒是能吃，但你血压高了；你珍藏的核桃永不过期，但你牙齿坏了。最要命的是：当时的食欲，当时的心境，都过去了。

所以，世上事并不都像复仇，搁凉了上桌更有滋味。久搁可惜，不如早吃。倒不是说万事都得趁新鲜吃以便延年益寿，只是趁你还吃得下一切的时候，把能吃的、能做的、能爱的，都过一遍。人生的确长得很，但什么都吃得下还愿意吃的好胃口时光，却短暂得多。

34、《我这个普通人的生活》的笔记-第133页

大多数时候，制约梦想实现的不是外界，而是“这么做到底值不值得，这个梦想到底笨不笨”的利弊权衡。于是，人长大了，总会选择一些更聪明的梦想，抛下一些看上去旧的、笨的、天真的梦想。然而，以整个世界的视角来看，个人的梦想总是脆弱又渺小，所谓梦想带有的灿烂光芒都来自我们自身的幻想。于是站远了看，一切梦想其实都很天真，不分彼此。

《我这个普通人的生活》

世界和海洋非常宽广，宽广到会让你经历过才明白，一切梦想到头来都很笨拙；宽广到让你明白，梦想并不会因为脆弱、渺小与笨，就失去其兑现的价值。最后，等你哪一天重新想起荒诞远大甜蜜愚昧可笑灿烂的梦想，等你相信某个梦想再怎么笨拙都值得兑现，那就是了。

世界和大海宽广无边，总会在那里等着，怎么都不晚。

35、《我这个普通人的生活》的笔记-第20页

比起牛肉和猪肉，羊肉既没个性，又有个性。说没个性，在于此物性甘而温，。。。有个性，在于羊肉易辨认。。。因此，羊肉是种上得厅堂下得厨房、外柔内刚、谦冲温容的君子肉。

36、《我这个普通人的生活》的笔记-第209页

植物园的叶影如剪刀，把阳光剪成一块又一块。
这话让我想起了宿舍阳台的风景~~抬头望去，一眼绿意。
宿舍春天的风景~~

37、《我这个普通人的生活》的笔记-第111页

但是会有一个时刻，通常在旅行尾声时，给你留下永恒的印象。某个闲来无事的晴朗午后，你可能在等车，可能刚从一个博物馆后门溜出来想喝杯饮料，可能起床太早一时间没安排。你闲适地坐着，已经做好准备回到日常生活的怀抱，但还来得及给自己最后一点小享用。可能是一杯酒、一份甜点，听一首曲子，看着异乡建筑的檐角的飞鸟和天空。你会忽然间觉得，这种安闲自在的感觉，从味觉、视觉、触觉、听觉等一切所在渗透了你的身体，就像异乡有灵魂，抚摸了一下你的头顶，跟你说了声再见。

38、《我这个普通人的生活》的笔记-第63页

如果你诚心想安慰一个人，可以考虑这么告诉他：
你可以哭，你可以悲伤，你可以不坚强，你可以说你有多难过、多害怕、多委屈。在我面前，做这些是安全的，这些我都听着，而且愿意帮你想辙，而且，你哭过、悲伤过、软弱过之后我依然会守在你身旁。

39、《我这个普通人的生活》的笔记-第55页

我是很喜欢看公子写知乎，也觉得如果他出书肯定很好看。
结果我就把他最近连出的为了攒钱结婚生娃的几本书都买了。
可是越看越不是劲儿。
首先，这本书字儿、行间距都搞得太夸张，看起来像盗版地摊书。
其次，书的前半部分尚可，后面写的游记真的不好看。也不是一般的游记，但是公子的调调进入越发无聊和无力的状态，如果从后往前看说不定会好看些，毕竟书的前半部分还是可以看的。不过也就能理解公子虽然拥佳人怀奇材但不能经得起太多的注目，多看几遍还是会发现这个你开始以为边儿很大的人，他的边儿你走着走着就到了。
最后，这本书的分比代表作和莫奈的眼睛那本要高，但是窃以为，那两本比这个好看些，或者我果然是个古板的老头儿？

40、《我这个普通人的生活》的笔记-第247页

《我这个普通人的生活》

这本书如果有个主题，大概就是描述各类感受。人在幸福中，无暇感到幸福，甚至会忘了时间，因为忙于快乐，没时间静下来想。幸福跟做作业时偷藏的巧克力一样，撑不住的时候拿来甜一下嘴，事前事后都会想想。

人是自我暗示的动物。自己选了一条路，总会想尽办法说服自己，说这条路如何摧残伟大，是唯一靠谱有意义的——不如此不能够埋着头，把苦处当锻炼，拼命活下去。

但如果换一条路，宽泛一些，你依然可以收获许多乐趣——至少我就是这样的。世界那么大，有趣的事太多。写字、做饭、踢球、画画、下棋、说相声、建筑、电影、弹琴、吹单簧管、配音、木匠活、划船……说都说不完。每件事都很了不起。

人的许多烦恼，在于许多“我想拥有的东西”实际上是“我不太想拥有，只是希望别人知道我拥有”的东西。久而久之，在许多自我暗示之下，这两者会浑融为一。因为周遭的判断权衡太多，认为了自我保护，很容易给自己提前设一个状态栏，随时自我检查。“我是怎样一个状态？”“我应该如何调整？”而时间又在拖延中不断流逝，让焦虑感不断加重。

在自己与他人的定义之间摇摆，自然有其好处：可以获得存在感。这个时代的绝大多数通信工具，都是在帮助人更方便地展示状态、获取存在感。但这个状态本身得经过许多重滤镜。不仅自己给自己定义的状态本身不可靠，自己想象的自己在他人眼中的状态更难免镜花水月。

如果可以忘掉“在这个世界上进行精确的自我定位”这回事，人的焦虑感会缓解很多。小时候写作文，说快乐的事，有个老词，叫做“高兴得都忘了时间”，就是如此。小时候的快乐，差不多也在于此。

每个普通人的存在，到最后都独一无二，没有模式可循。供自己支配的、不需要算计和定位的时间又那么屈指可数。概念是为了方便人理解而存在的。如果能忘掉时间、不自我定位、不假思索、把许多定义和概念抛开的话，应该会幸福很多。

41、《我这个普通人的生活》的笔记-第209页

植物园的叶影如剪刀，把阳光剪成一块又一块。其中有花香，有百香果味道，触一触，像热带水果般地刺几幅。装在瓶里摇荡的时候，你听得见阳光厚厚的咕咚咕咚声。而波尔图最好的阳光，匀整地铺在杜罗河的两岸，路易一世大桥旁。阳光里掺这沙砾，有喝水的幽蓝之色，以及两岸酒窖里的香味。

42、《我这个普通人的生活》的笔记-第248页

人的许多烦恼，在于许多“我想拥有的东西”实际上是“我不太想拥有，只是希望别人知道我拥有”的东西。久而久之，在许多自我暗示之下，这两者会浑融为一。因为周遭的判断权衡太多，人为了自我保护，很容易给自己提前设一个状态栏，随时自我检查。“我是怎样一个状态？”“我应该如何调整？”而时间又在拖延中不断流逝，让焦虑感不断加重。

在自己与他人的定义之间摇摆，自然有其好处：可以获得存在感。这个时代的绝大多数通信工具，都是在帮助人更方便地展示状态、获取存在感。但这个状态本身得经过许多重滤镜。不仅自己给自己定义的状态本身不可靠，自己想象的自己在他人眼中的状态更难免镜花水月。

如果可以忘掉“在这个世界上进行精确的自我定位”这回事，人的焦虑感会缓解很多。小时候写作文，说快乐的事，有个老词，叫做“高兴得都忘了时间”，就是如此。小时候的快乐，差不多也在于此。

《我这个普通人的生活》

每个普通人的存在，到最后都独一无二，没有模式可循。供自己支配的、不需要算计和定位的时间又那么屈指可数。概念是为了方便人理解而存在的。如果能忘掉时间、不自我定位、不假思索、把许多定义和概念抛开的话，应该会幸福很多。

范仲淹有句词说：“人世都无百岁。少痴呆、老成尪悴。只有中间，些子少年，忍把浮名牵系？”所以，人能够吃喝、玩乐、看书、相爱的时间，真是短得不得了。而世上又已经有那么多美好的东西——那么多好书，那么多好曲子，那么多好画，那么多好游戏，那么多好吃的——陈放在你眼前。21世纪一个普通人能享有的物质与精神财富之丰沛，胜过17世纪欧洲任何国家的君王。这种乐趣丰溢与人生苦短的对比，可以用《美国丽人》结尾，男主角垂死事的想法做结：

“我猜我该为自己遭遇的事儿生气，但世上有太多美丽的事物了，我恨不过来……”（I guess I could be pretty pissed off about what happened to me... but it's hard to stay mad, when there's so much beauty in the world.）

世上有许多值得爱、值得欣赏、足以让人快乐的事，但到最后，开关依然在自己手上。通常幸福的感觉无非产生于两种时刻：或是忘了权衡自己是否幸福（于是连烦恼也一起忘记），或是意识到自己很幸福。外物只能诱导感官，而钥匙在自己心里。虽然世事无常，人总不免患得患失，但这个星球经历了无数时光，发展出了高度人类文明，其实也无非在试图给人更多的选择：无论世事如何，你总还是有权利选择自己是否在生活中汲取快乐。

43、《我这个普通人的生活》的笔记-第20页

羊肉确好处：有口感，且细嫩，比起猪牛，显得斯文些。《金瓶梅》里市井人家吃猪肉，《水浒传》里好汉吃花糕也似肥牛肉，而宫廷中人或知府吃羊肉，各得其所，大概也能见性情。比起牛肉和猪肉，羊肉既没个性，又有个性。说没个性，在于此物性甘而温，老人家有一套鱼生火、肉生痰的格物致知阴阳生克理论，可没人说羊肉对身体怎么有害的。再较弱的女孩子，也不会吃了点羊肉，就跟沾海鲜似的过敏，为自己的肌肤痛哭流涕。有个性，在于羊肉容易辨认。我有些朋友口钝，吃猪肉、牛肉和狗肉时，经常舌头打架分不出来。但羊肉从肌理到气味至口感，棱角分明。因此，羊肉是种上得厅堂下得厨房、外柔内刚、谦冲温容的君子肉。

44、《我这个普通人的生活》的笔记-第63页

你可以哭，你可以悲伤，你可以不坚强，你可以说你有多难过、多害怕、多委屈。在我面前，做这些是安全的，这些我都听着，而且愿意帮你想辙，而且，你哭过、悲伤过、软弱过之后，我依然会守在你身旁。

所谓知己，莫过于此了。

45、《我这个普通人的生活》的笔记-旅行与艳遇的错觉

平时对自己好些，旅行时就没那么神经质地恋恋不舍；对自己身边的人好些，情妇就没那么大的诱惑力了。道理无非这么简单，晏殊很早就写了：满目山河空念远，落花风雨更伤春，不如怜取眼前人。

46、《我这个普通人的生活》的笔记-第181页

晏殊很早就写了：满目山河空念远，落花风雨更伤春，不如怜取眼前人。

《我这个普通人的生活》

47、《我这个普通人的生活》的笔记-第40页

我也记得这样的茶摊

48、《我这个普通人的生活》的笔记-第56页

大多数梦想，并非破灭，而是被推迟……“有一天一切都会好的，然后我们就能……”……如果真有一天，那一定不是天空终于万里无云，而是你许多事已经不在乎了——你打开珍藏的匣子，会发现你想做的是，已经被窖藏过期了。你以前觉得宏伟的构思，忽然变得呆滞无趣；你曾经看上去不朽的理想，此时像小孩儿过家家……当时的食欲，当时的心境，都过去了。

49、《我这个普通人的生活》的笔记-第134页

人是这种动物：一方面，为了维护已付出的努力，会无限神化自己的梦想。因为，唯有其神圣和独一无二，才能鼓励人以殉道般的精神为之奋斗。另一方面，又格外自省，很容易用一种觉今是而昨非的角度，去批判自己的理想。比如，我当初想当科学家的同学们，现在一个都没当成科学家。许多人会在长大的期间，换几个梦想：更成熟、更练达，听起来更堂皇，而不是“要当科学家”、“要当航海家”这样的梦想。大多数时候，制约梦想实现的不是外界，而是“这么做到底值不值得，这个梦想到底笨不笨”的权衡。于是，大家会选择一些更聪明的梦想，抛弃一些旧的、笨的、天真的梦想。然而以整个世界的视角来看，个人的梦想总是脆弱又渺小；所谓梦想带有的灿烂光芒，都来自我们自身的幻想。于是站远了看，一切梦想其实都很天真，无分彼此。就像，大航海时代，曾经承载了多少葡萄牙航海家梦想、意味着不朽财富和梦想的肉桂粉，如今也就是吃蛋挞喝咖啡时洒上调一点味，而已。

但这其实并无所谓。人的梦想可以繁多、贪婪而且愚昧，可以庞大到让人一生沉溺其中，全然不顾现实。每个人或多或少，都生活在自己想象出的幻觉之中，而梦想只是比其他幻觉更美丽动人一些，反正都一样笨。

世界和海洋非常宽广，宽广到会让你经历过才明白，一切梦想到头来都很笨；宽广到让你明白，梦想并不会因为脆弱、渺小与笨，就失去其兑现的价值。最后，等你哪一天重新想起荒诞远大甜蜜愚昧可笑灿烂的梦想，等你相信某个梦想再怎么笨都值得兑现，那就是了。

世界和大海宽广无边，总会在那里等着，怎么都不晚。

注：第一段让我觉得很感同身受。人总是这样，随着时光的流逝，许多态度、想法、习惯都会发生变化，于是就会觉得过去追求的，似乎一文不值。

50、《我这个普通人的生活》的笔记-第107页

当然，旧的拥趸有所回归，但就像潮汐来去，会把一些沙子送回沙滩，把更多的沙子卷入海洋，送到别处。

拥趸：

“拥趸”来源于粤语，指的是坚定的支持者和拥护者，是英语“fans”的意译。

到后来，你都分不清，究竟追慕的是他，还是流逝的喜爱他的时光。

感悟：

觉得这篇文章很好地描述了如今信息爆炸时代的娱乐圈。各种炒作，绯闻，真真假假，作为观众的我

《我这个普通人的生活》

们有时真的会被错误地引导。所以，在这个时代，追星也是不容易的。

《我这个普通人的生活》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com