

《崭新的理所当然》

图书基本信息

书名：《崭新的理所当然》

13位ISBN编号：9787556107892

出版时间：2015-5

作者：[日] 松浦弥太郎

译者：张富玲

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

《崭新的理所当然》

内容概要

本书介绍的秘诀，便是如何发现，如何用心创造及如何意识到新价值观念，也就是如何发现生活中“崭新”的“理所当然”。

生活、发现、观察以及如何在日复一日中寻找新的幸福，得以让你我心灵丰富。

生活美学家松浦弥太郎列举了一些生活中平凡的小事，但生活小事却远不止于平凡，他不断提出思考，与生活面对面，以心交流。

“理所当然”的本质是梦与希望。

“崭新的理所当然”也就是指新的梦想。

新的梦想，正是使我们的今天过得幸福的宝石。

世界在变化，为了维持自己的本色，我们不得不成长。这即是说，在变动不居的世界里，为了保持不变，“改变”是必要的。我们要追求“崭新的理所当然”。——松浦弥太郎

《崭新的理所当然》

作者简介

松浦弥太郎

著名出版人，畅销书作者，生活家。他创立了个性古书店“COW BOOKS”，并担任老牌生活杂志《生活手帖》总编辑。他将“诚实、亲切、笑容、今天也要用心过生活”作为自己的人生信条，关注让心灵丰富的生活方式。著有《不能不去爱的两件事》《100个基本》、“生活中的巧思与发现笔记”三部曲等多部畅销作品。

张富玲[译者]

台大日文系毕，曾于翻译公司、出版社任职，现为文字工作者。

书籍目录

前言 发现“理所当然”的方法

第一章

心中的桌子

约定的真正意义

朋友这面镜子

茶与功德

直视对方说话的魔力

特别的咖喱饭

麻烦的乐趣

与其躺一下，不如去睡觉

选择辛苦的道路

花与杂草

时刻畅谈梦想

拥有商业眼光

万事万物背后的“大义名分”

第二章

水的颜色和水的味道

简朴的信纸

一支钢笔里的生活美学

雨天就去买束花

和金钱做朋友

为肚子留下“空间”

亲身触摸这件事

优雅的措辞

逗人发笑

反向思考

平凡日子里的礼物

摆脱“穷酸样”

让双脚发光

“今天的饭团”是什么口味？

第三章

找寻不需要的东西

物品无法填满人心

履行每一个小约定

说人坏话等于吃毒药

打破胶囊

旅行的行李

先独立思考

你不是一个人

少说为妙

不要背对对岸的人

尝试舍弃

不否定奇妙的事

遗忘是恩典

沮丧的时候

第四章

刹车的使用方法

《崭新的理所当然》

放慢脚步
美妙的平衡
自己心中的跷跷板
打扫心中的房间
更新心的度量衡
爬楼梯的规定
深挖同一个坑
思考的开关
心平气和地生活
自己的脚下
不可或缺的五十个人
珍惜家人
想当农夫
后记“理所当然”的本质

《崭新的理所当然》

精彩短评

- 1、道理还是那些道理，但是真正实行的又有多少
- 2、看过《格调》看这本，会发现书中的理念很中产阶级。最认同书签的那句：“迷失的时候，选择更艰辛的那条路。”
- 3、喜欢松浦的生活，简单真诚，越是喜欢的东西越是少要，饭吃六分饱，和生活用「故事」相连。
- 4、棒极了
- 5、鲜见高调的口号或是振奋人心的鸡血 是那种平凡得低到骨子里的一针一线一草一木 日常的一言一行原来皆是温暖所在 有时想想人生步履维艰 远非不断从外界输入爆发式热情所能维持 只有从内心升起温暖经营对他人与自我真正的爱意 才能行走于人间
- 6、有句谚语“Labor and to wait”，意思就是“行动，然后等待结果”，如果不播种，什么都不会开始。
- 7、说到底还是 郑重自省 自持
- 8、小品文，朴实的文字间流露出生活的小智慧，读来轻松。
- 9、很喜欢松浦弥太郎的生活哲学，在不断思考中成长。
- 10、蛮有启发的。一条条对照自己。有不少值得反省的。
- 11、很日式，难得喝鸡汤
- 12、收获了一些小巧思
- 13、朋友送的三部曲 看我太消沉??
- 14、为了杀时间在书店看完的一本小书，灌了不少的鸡汤
- 15、再读，还是受益匪浅，人际关系的注意事项 匆匆读过然后在重读的时候发现自己还是在犯 这本读完，真是唇齿留香啊
- 16、小哲学
- 17、拜读松浦弥太郎第二部作品《崭新的理所当然》，没错，又是一本好鸡汤。还是围绕着作者的中心思想“人生不需要太多大道理，有一点小哲学就够了”。我想我还是会买作者的第三本作品，因为我想知道他到底可以熬多少本鸡汤。
- 18、因为《今天也要用心过生活》买的三部曲 但因同事借走 看的第一本竟是这个~ 依旧是一本让人心境变平静美好的书 没觉得是鸡汤 只是在一个一个小文章中 娓娓道来作者的对待各个事物的看法... 这种书要时不时忘记的时候拿来翻下的 哪怕目录也好~
- 19、被某个up主推荐的。但是确实除了鸡汤没什么收获，可惜我是鸡汤不耐受患者。
- 20、越是重要的东西 越是喜欢的东西 越不去要求太多
- 21、偶尔也有亮点闪现
- 22、不能系列看啊，一个人的思想果然是车轱辘
- 23、懂得了很多崭新的东西。
- 24、单看目录就知道他想说什么。匆匆翻过，还是那些心灵鸡汤式的文字。弃。
- 25、适合碎片时间阅读
- 26、语言直白简洁，适合作为睡前读物。虽然跳脱不了鸡汤文的文风惯例，却有难得的清新观点，偶尔品品也不错。
- 27、可能是习惯了生活美学老师给我的心灵按摩，总希望读到一些惊喜的东西，想要更丰满更高级的鸡汤。
- 28、从生活细节中发现崭新的能量
- 29、愿你，轻盈的生活。
- 30、松浦先生的生活巧思三部曲读了2本，觉得相当不错。生活这个词分分秒秒围绕在我们身边，导致我们时常会忽略它的存在，所谓当局者迷就是这样，假使你突然有一天慢下来，好好思索一下自己的生活，并放慢脚步刻意地去过想过的生活，你会发现“理所当然”的本质是梦与希望，世界在变化，为了保持不变。“改变”是必要的，我们要追求“崭新的理所当然”。
- 31、我真是震惊鸡汤文可以在豆瓣有那么高的评分。整本书的阅读感受就是，道理我都懂，道理没有用，嗯，书名不错。
- 32、从生活点滴细节开始调整心态重新发现生活。

《崭新的理所当然》

相比上一本，这一本除了有生活小细节的调整，更侧重梦想、省思、独立、心中的房间这样更抽象思想层面的改变

还是那句话，喜欢这种类型的依旧可以一看，不喜欢的也就算了

33、想读松浦大大的书很久了，这本书主要是说他对于生活和工作自己的种种领悟，实用主义。有一些很受用，有共鸣。感觉迷茫的时候翻一下会找到答案。也是一本answer book！

34、日式清鸡汤。

35、#松浦弥太郎#不贪财的人，牙齿都很漂亮呢。朋友，给我看看你们的牙~

36、2016年3月1号读完

37、很多小贴士很有用

38、松浦熬了一锅又一锅朴实的鸡汤，而我乐此不疲地喝了一碗又一碗。

39、崭新的理所当然的去改变~ labor and to wait

40、就着特别美丽的夕阳读完，深刻又朴素的松浦先生。

41、关注心灵，提高自身修养，习惯了就成为了气质

42、好友送的书。

43、鸡汤书最大的功用是顺手翻了20页就忍不住去把堆了三天的衣服洗掉了~

44、#十九君的深夜书局#【2017 NO.71】在阅读这本书的过程中，有三个最直观的感受，一是以前一直坚持的价值观得到了验证，让我觉得可以再坚持下去；二是部分观点跟我想自己的看法有所冲突，但我不会急着反驳，而是觉得或许需要做适当的调整，以便更好地生活；三是会学到很多以前不知道、不在意的知识，比如物品的占有、对朋友的占有、对食物的摄入量、对金钱的掌握、对每天话语的多少，松浦先生都强调不要过多，尽量做到恰到好处，对一切事物都敏感而敬畏，同时也不失做人的热情，不断寻找生活中那些错失的“理所当然”，发现生活里的美，如同“咸盐溶之于水，只得其味而不见其迹”。这才是生活的本质。

45、比想象的有意思有启发得多，还因此整理了四篇微信文章。内容都是很小小细细的生活细节构成的生活哲学，挺有趣的，这样的简洁清新又亲和的文风值得学习和模仿。

46、一种崭新的视察生活的方式，对某些我们觉得的理所当然的事情提出了新的看法，为其注入了意义，并教会我们思考。不错的一本书。

47、听说过很多大道理，仍没有过好这一生。并不是道理本身的问题，而是我们没有在当下的生活中实践。作为一个生活家，松浦弥太郎写的书，看完总会不自觉的重新审视起自己的生活。人行善会分功德和福德，希望之后可以多点平常心和耐心，对待家人、朋友、甚至是不喜欢的人，多点不求回报的功德，少点功利心，自立，然后可以拥有对我自己来说恰到好处的人生

48、松浦弥太郎的书都很治愈，短小的文字，能够让你对生活又重新期待起来，最适合迷茫时读一读，这本《崭新的理所当然》很短，两三个小时就能读完，很多话好像被一下子戳中了一样，让人不禁感叹：原来如此！

49、松浦先生的待人处事之生活方式确实有许多值得学习的地方

又是一本在地铁和火车上看完了的书

这种书内容简单直白，篇章短小，大小刚好放进口袋，太适合路上看了

话说回来，这两天花费在路上的时间有点多啊

50、不要在意于过往的悲痛当中，只要学会放下学会淡忘才会拥有新的人生。崭新的理所当然就是每一天都是新的一天，每一天都是崭新的开始。

1、松浦弥太郎是特别会生活的人。读他的书，你得以平静下来，无论是在工作日的晚间，盈盈端着一杯清水的午后，或者是气流污浊的地铁线上。我们习惯把太多的事当作理所当然；这是我们的本能，也正是这种本能破坏了生活的意趣。幼儿很容易快乐，很容易铭记，因为对他们来说，这世间的一切都是崭新的，都是奇异的，都不是理所当然的。长大的我们却故作成熟，竭力使一切都显得在意料之中，一切都是理所当然的了。松浦和他的书让人放下执念，重新来过。-他说，日常生活里，我们常在不知不觉中染上用力的毛病：狠狠地拧上水龙头，猛力地拉开门，时不时地咬牙切齿。而在生活中，“不使劲”是多么丰盈的一件事。-他说，请暂时戒掉“再多一点，再多一点”的索求。简化生活，移除不必要的物件。-他说，问自己，对你而言什么才是重要的事？睡前请试着想一想，你今天真的守护了那件事了吗？-他说，麻烦的事情里头，隐藏着真正的乐趣。自己辛苦找到答案，这才算是真正地学会。-他说，请在讲话、尤其是讲重要的事情的时候，看着对方的眼睛。就算无法认同他的观点，可是如果看着他的眼睛听他说话，对方就会产生感觉，你即便无法认同他的意见，但是能够认同这个人。请给自己一个柔软的拥抱吧。呼吸那么轻，仿佛能听见你的声音呢。

2、松浦先生的文字总是给人礼貌、克制、又富有哲理的感觉，娓娓道来，量少而质优，小小的一篇，该说的道理和火候确实一点也不差，这应该是大师在度过大半生，经历丰富，见识饱满之后才能提炼出来的精华。于是，他很简洁的总结出很多过一种质朴生活的小道理。不管是对物品的占有，对朋友的占有，对食物的摄入量，对金钱的掌握，对每天话语的多少……松浦先生都强调不要过多，尽量做到恰到好处，对一切事务都敏感而敬畏，同时也不失做人的热情喜乐平和，不断寻找生活中那些错失的理所当然，发现生活里的美，如同“如同咸盐溶之于水，只得其味而不见其迹。”这才是生活的本质。日系作家可能由于语系的影响，翻译后的文字总是给人一种淡淡的、安静的感觉，比如有名的《断舍离》、松浦老师之前出版的《今天也要用心过生活》之类，其中又以松浦先生的文字最为突出。他的数本书，潜藏在文字后最为突出的特点便是倡导一种恰到好处的生活。凡是不要过量，要对生活饱含热情与好奇，安静的快乐。《傅雷家书》里说，“又热烈又恬静，又深刻又朴素，又温柔又高傲，又微妙又率直：这是我们固有文化中的精华，值得我们自豪的！”这本是幸福生活的真谛，所有的道理都是相通的，只是看由何种方式表现出来，热烈与恬静，深刻与朴素，温柔与高傲……个中的微妙最难把握，松浦先生的书大抵是提供一种简要的行动指南，诸如“不管是什么工作，重要的不是所花费的时间，而是内容。工作前请决定优先级吧。”，“笨拙一点也没关系。专注可以成就一个人的个性。不可以抛下自己坚持的事情。”“不管是什么事，播种和照顾都很重要。”……王小波说，“只拥有一生一世是不够的，还要拥有诗意的世界”。我们在柴米油盐，工作之余，要给心灵找个吐气的地方，不仅要生存，还要有诗和远方。松浦老师说，理所当然不是规定，理所当然的本质是梦与希望。崭新的理所当然，应该是每天都要有崭新的希望，一直都对生活充满热情，这大抵才是恰到好处的状态。

3、要过得朝气蓬勃的率真，闪闪发光的鲜度，温情和柔软度。嗯，率真，新鲜，温情，柔软。要做好眼前的生活，不能一味的看向远方，首先应注意自己的脚下，离自己最近的地方。鞋子摆放好，家里收拾干净，在家里也穿得周正，至少要得体。工作的时候，不要看今天工作了几个小时，而是看今天完成了什么工作。越重要的东西，越不要去想要太多。友谊“不宜”过于亲密，这是朋友间相互尊重，长久交往的一种智慧。机会难得的活动，之前好好筹备谋划，到时候才有惊喜。- - [PS：日常双方朋友的小礼物，不昂贵，对双方都不会造成负担。用送礼来维系沟通，当然送的礼物是自己觉得好的，自己觉得她喜欢的，自己觉得有趣的。看到时想到了谁，就送谁。很简单，也没有负担。]面对选择，有两条路时，选择比较艰难的那一条。就算没有成功，也是一种挑战，一种历练。用一种商业眼光去看待事情，不要说我是喜欢才这么做的，至于能不能赚钱不重要。这是不对的，把喜爱和擅长的事情变成有商业价值的事情很重要。最后觉得很重要的一点是，不要鄙视与自己品味不同的人。不要随便去批评与自己价值观不同的人，对面的人对你问好，至少有气度的回应一声，不要转身假装没听见。嗯，接受异己的决定。

4、1、我希望和昨日的自己比起来，今天的自己能有所不同。如果今天能过的有新意，能以自己的方式度过重要的一天，光是这样就教人欢喜。2、想发现自己的理所当然，你必须对自己的工作和生活保持高度兴趣。此外，你得投入感情去打理你的生活，面对什么事都拿出勇气。3、选比较辛苦的哪条路走。4、商业眼光并不单纯指赚钱，而是要让自己拥有的知识、经验和能力，在这个社会中发挥

作用。后记原文梭罗告诉我们无论是什么事，首先要先看出本质，每一种事物都要仔细观察。梭罗还说过：万物不变，改变的是我们。意味着，为了保持不变，改变是很重要的。不改变，也就意味着保持自己的本色，但为了保持自己的本色，我们不得成长，也就是说，要一直变化。就算眼前所见的事物改变了，但世界和社会的本质没变。正应为如此，我们应该经常以自己的方式更新自己。梭罗说，我们应该拿出勇气成长。

5、传说，太阳王路易十四有三百个厨子。每天的晚宴上，满满一大桌子丰盛的菜肴，用来满足这位国王奢华的食欲和彰显他的无上权威。当然，大部分菜肴都被浪费掉了。与路易十四唱反调的，在古希腊有个叫第欧根尼的人，他被称为“木桶里的哲学家”。据说，他住在木桶中，仅靠一条毯子和一只碗来生活。有一天，他看见一个孩子蹲在地上用手捧水喝，于是，他索性把自己的碗也给扔了。我无意用所谓道德来评判这两个人的行为谁更高尚。我只是觉得，这两种生活都不是我所追求的方向。路易十四的奢华生活，本质上来讲，大概是无限地追求拥有更多的物质，拥有更多的权力，以满足自己深不可测的欲望和匮乏感。“木桶哲学家”第欧根尼则是无限地降低生存的标准，舍弃物质和他人的牵绊，否认人生来就有的欲望本能，以试图达到拥有对自身的绝对掌控的能力。人们也许会贬低太阳王奢侈糜烂的生活，称赞木桶哲学家追求精神自由的高贵品质。只不过，这种生活从来也不会出现在绝大多数人的现实生活中。我既没有能力去当太阳王，也不会去追求苦行——我知道自己不是那样的人。我所想要的，大概就只是一种恰到好处生活吧，既不去追求不必要的生活方式，也不去把某些不切实际的理想当作目标。生活大概就是这样子咯。那么，到底怎么样才算是恰到好处生活呢？就拿泡茶来举例子吧。我有一个朋友，是厦门一家俱乐部的帆船教练。他除了帆船技术一流之外，还有一项本事，会泡茶。大家在一块儿喝茶，一样的茶壶，一样的茶叶，他泡出来的味道总是要比我们的“对味”一点。“其实泡茶很简单啊，就是不断根据茶叶的状态，来调整冲泡的手法而已。简单来说就是根据上一泡茶的口感和味道，来调整水温和冲泡时间的关系。”听上去确实不复杂。不过，等我们试过之后，还是愿意喝他泡的茶。我的这位朋友是福建人，家里有自己的茶园，从小喝铁观音长大。对于茶性，冲泡的手法，早就在他心里内化为一套法则。我虽然学得到这些关于水温和时间的知识，却总是一不小心就出现偏差：只要泡茶时心思往远处跑了一会儿，再回来倒出茶水，味道已经过了。恰到好处生活，也像一壶对味的茶一样，既不是寡淡无味，也不是苦涩得难以下咽。恰到好处生活，就是要找到自己的步调，原则和平衡点，并且在每一件细微的事情上去用心地实践它。要想成为泡茶高手，难就难在每一壶茶都“刚刚好”，因为每一次茶叶的状态，开水的温度，甚至空气里的温度湿度都不一样。每一壶茶面对的“境遇”都不同，生活亦是如此。当我们有经济压力时，往往会为了工作费尽所有心力，而忽略了健康和朋友家人的关系。当我们在追逐快乐时，往往没有留下闲暇和独处的时间，来认真对待内心不同的声音。当我们恋爱的时候，很容易就变成了情感王国里的路易十四，拼命地想要爱得多一点，占有得多一点，想要攫取无止境的关注和满足。如果不能保持心平气和的状态，我们的生活也就失去了平衡。老话说的“君子之交淡如水”，是在提醒人们为人处世也要恰到好处。关于人际关系，德国哲学家叔本华有一个十分精妙的比喻：人与人交往，就像两只刺猬互相取暖，一开始总是被对方的刺扎伤，后来慢慢地调整到一个合适的距离，终于才能融洽地呆在一块。向优秀的人学习一些道理，找到自己的步调和原则，掌握好自己的人生舵盘。要像泡好每一壶茶一样，用心的对待每一件事物，在不同境遇下也保持平常心，才算得上是恰到好处生活

。-----原创微信公众号：生活手帖（id：shst2025）|发现生活的灵感原文地址：过一种恰到好处生活

6、如果阅读某个作家的书超过三本，你仍旧有想读下一本的欲望，你就不能去批评这个作家了。它迎合了你内心的某种需要，就像松浦弥太郎这样。我每次看到松浦弥太郎的书上架，总忍不住再试一次。他的书味道寡淡。他仍在接连不断地写出作品来。我常常是一遍读下去发现不了什么，厚厚的一本书一会功夫就读完了。读一遍觉得没有什么，再读一遍却又发现有些问题他好像已经说过了。

《崭新的理所当然》照例是繁体版引进较早，差不多相距四年的时间。松浦弥太郎的作品常被读者定义为“日式鸡汤”，这是一种稀释的禅宗与生活哲学的混合物。该书的结构是一种时间框架：“期待明天—快乐过今天—不拘泥于昨天—恰到好处的每一天”。迎合了“日日是好日”的禅宗精神，所以处处是福地，法法是善法，夜夜是清宵。自在无碍明朗光照的人生不是不可为的。很有反讽意味的是，我们常常发现的不是对生活的审美疲劳，而是“事件”牢牢粘滞于身。这种励志作品显得如此乏力，这种清谈对很多人毫无慰藉。也许是乐观之后紧跟着对未来不确定的悲观主义，国内的读者会觉得这美好放之四海皆准，仿佛他所讨论的生活根本不是自己的生活，而是每个路人的生活。我

《崭新的理所当然》

不禁想起我的弟弟，前天我们匆匆见过一面之后，两天后他离开了回到天津，继续在一家公司里干着仓管的工作。请你告诉我，我能够把这样一本书介绍与他吗？我觉得不合适，这样一种生活哲学在一个人所能看到的现实面前显得无能为力。一个人总会在潜意识中，感受到背负着某种放不下的东西。他不知道这东西到底是什么，又该怎么做。《崭新的理所当然》是一种对生活虚无的直视，像松浦弥太郎品尝白水的味道一样，而我们缺少的从来不是直视。我就这样长久地处在“没有办法”的状态，这种直视只能是一种视觉迟钝或“无思”状态。这种状态不属于美学，正如美学无益于虚无本身。它们就像每一个明天一样，属于谎言的范畴，明天只是没有来到，常常与已经过去的无异。如何看清属于你的现实，就是要看清这种现实的幻觉和稳定的两个部分。《崭新的理所当然》是一种过程美学，在生活的“无思”状态中，重新发现日常中崭新之处。英菲尼迪说“坚信初心之美”。熟视无睹是美学的头等敌人。什克洛夫斯基说：“艺术的技巧就是使对象陌生，使形式变得困难，增加感觉的难度和时间长度，因为感觉过程本身就是审美目的，必须设法延长。艺术是体验对象的艺术构成的一种方式；而对象本身并不重要”。日日是好日，因为他关注的没有昨日、今日和明日之分。这是对美学功用的放大，大概这种感觉的钝化“能吞噬作品、服装、家具、自己的妻子和战争的恐惧感”，能够减轻日常生活中勾起的对人生虚幻无常的绝望。现在我要怀疑美学的力量了，它能够作为励志书籍吗？面对生活，很多时候你看到的根本不是美，而是一种属于你的现实。（玫涛，2015年6月23日）

7、有朋友一提起松浦弥太郎的作品便说不错，内容小巧玲珑很精致。现代繁忙的生活，常常让我们顾此失彼，一方面期望享受优渥的科技生活，一方面又期待能获得心灵的自由。然而，都市与快节奏必然导致现代的人们缺乏“慢生活”的耐心，缺少安全感，容易陷入焦虑和担心。生活与工作的不能协调一致，又如同踩着跷跷板，在一根杠杆上前后滑行，找不到平静和安宁。松浦弥太郎的《崭新的理所当然》以作者自己的细致生活主张，告诉我们我们如果“工作和生活是为了与社会相连，那么我们究竟要与家人，其他人和人分享什么”的问题探讨。阅读这本书，你会发现作者谈诉的问题都非常生活化，很浅显明了。作者常能将我们这些读者带入自我环境的思考，比如桌子、朋友、花与杂草、水、信纸、钢笔、工作或者装扮等等。这些司空见惯的生活元素，其实太过寻常，但经过作者的用心表达却将这些司空见惯化成一种平淡坦然而悠然的生活主张，近而有种朴素的生活美——这让人想起一句话，你就是你所能拥有的全部——因为造物的神奇，我们及自我周边的一切构成了自我的存在，世界随之存在，你所拥有的事物最终反过来深刻影响你的人生。年过四十的松浦弥太郎总结了生活工作的方方面面的小心得，这些智慧也值得细细慢读。松浦弥太郎说，“一个人要活下去，就像在山路兜风，得在复杂的弯道上不停地操作方向盘。”他主张，“最理想的感情步调。最恰到好处的推进节奏。并非快就是好。无视理想的节奏，一个人冲得太快，你原本或许是想协调，但最后很可能只是一个人冲错了路。”这就像开车有三部曲：踩油门、打方向盘、踩刹车。人生也是如此：加速奔跑，学会转弯，也要适时能慢下来享受和感受生活。关于工作，作者这样建议，“重要的不是把注意力放在时间上，而是把焦点放在今天完成了什么，以这种态度面对工作”。这就意识着不必像过去学生时代那些，写满完整的一天时间计划，而只需规划这一天要做哪些事，要达到什么效果——以“事”代替“时”是件立竿见影又卓有成效的事。至于“麻烦”，“麻烦的事情里头，隐藏着真正的乐趣”。至于生活幸福，作者并未专列一章，事实上，每篇小故事里，说的都是关注自我本身的小幸福。正如，卢梭在《一个孤独的散步者的梦》中所说，“真正的幸福的源泉在我们自身。”“如果世间真有这么一种状态：心灵十分充实和宁静，既不怀恋过去也不奢望将来，放任光阴的流逝而仅仅掌握现在，无匮乏之感也无享受之感，不快乐也不忧愁，既无所求也无所惧，而只感受到自己的存在，处于这种状态的人就可以说自己得到了幸福。”至于“崭新的理所当然”，在我看来里面蕴含着与时俱进和心境从容两个意向。可以向作者学习，拥有一个心平气和的美好生活。

8、生活处处有思考假如你想出门带一本书而又不想它过厚过沉，那么就带上这本《崭新的理所当然》吧。假如你每天都有可能站在路边等公交或者等人，而又不想让这几分钟变得过于无聊，那么就带上这本来自日本作家松浦弥太郎的书吧。一篇又一篇精致的小随笔，可是又很有哲学思考性，在短短的一两分钟内就给你换掉一种陈旧的思维方式，让你带着轻松的心情继续前行。读过一篇后，不要急着去看下一篇，可以合上书，想一想，这篇文章为什么那么轻易地就打动了你的心？是的，这些小小的文章就像滴滴清澈的水，落进匆忙的日子里，像一片片嫩绿的叶子，在风中轻轻摇晃。因为这些文章，和你的生活是那么接近，它就是你生活中一件又一件的小事，它们可能也曾引起过你的思考，但是你没来得及深入去想，它们就被陈旧的生活打入了固定的思维方式，你总是按照别人告诉你的方式

《崭新的理所当然》

去过，却没有想过，许多事情，原本可以过得更为有趣与有价值。雨天去买一束花。这样的闲情有几个人会拥有呢？可能我们还会想，买花多浪费，更何况下着雨，多麻烦。可是买花是为了给自己一个好心情，天气阴沉了，心情绝不能再阴沉。买花是为了心情，你想过吗？大白天的不要躺着。唉，我自己是常常要躺着的。可是躺着这种散漫的情绪，会从沙发里扩散到整个生活中来，细节，甚至是别人看不到的地方，都是一个人真正的样子。所以，以后一定要改啊。好吃的东西，一年不要吃超过三次。因为要给胃和心留一些期待和空间。这点不也适应我们对待孩子的态度吗？什么愿望都轻易满足的孩子，不会珍惜一切。所以生活中的小事真的决定了一个人对于生活的态度啊。喜欢买东西，想要用物质来填满欲望。可是这种满足只是一种更大的空虚，只是暂时的满足。真正的满足是什么呢？是永远不止步的学习。有人说，自己喜欢的事情当成工作来做，反而会痛苦。可是事情也可以反过来看，如果喜欢的事情有了商业价值，不是更有动力与能力了吗？心态决定一切。难道非要一边做着不擅长不喜欢的事情，一边去赚钱吗？那人生岂不是更为痛苦？这本书时不时地打开，总会有意外惊喜与感悟。

9、喜欢新鲜的生活，喜欢寂寞的泡沫不用为每天的打卡而困惑，手中捧着一杯拿铁，热的不只是表面的温和，内心的温暖，洋溢着幸福窗外，来来往往的上班族，天阴灰灰的，似乎要下雨，大家加快行动的步骤说了太多而又不去做，做了太多而又不说，我们活着，到底是为了什么用心去衡量人与人之间的距离，用爱去评论我与你的甜蜜或许今天你我相见恨晚，或许明天大家好聚好散没有开始，哪有结束没有蝶蜜，怎有花朵每天不停的去寻找新鲜感，到最后，异乎寻常的空虚然而我们在慢慢消失，消失到无影无踪之前，我记得有你的态度这个世界太大，大到你在我的面前，我却始终没有发现

章节试读

1、《崭新的理所当然》的笔记-第1页

日复一日什么都不思考，不去想，只是一味重复做着别人决定好的事，或者不得不去做的事，没有比这更无聊、更累人的生活了。所以，我希望和昨日的自己比起来，今天的自己能有所不同。如果今天能过的有新意，能以自己的方式度过重要的一天，光是这样就教人欣喜。--松浦弥太郎《崭新的理所当然》

2、《崭新的理所当然》的笔记-第103页

不要把品味和自己不同的人当笨蛋。
能否接受并且尊敬异己是决定一个人修养和人格魅力的关键。

3、《崭新的理所当然》的笔记-第31页

犹豫不定时，就挑比较困难的那件事做吧。即使失败，也是完成了一次挑战，历练了自己。

4、《崭新的理所当然》的笔记-第104页

不要否定那些和自己价值观不同的人。正因为有差异，这世界才美好。

5、《崭新的理所当然》的笔记-第59页

- 1、让自己的肚子随时都保留一点空间吧。这么一来，不管是身体还是心灵都会轻盈许多。
- 2、在“还想要更多”的时候停下吧。

6、《崭新的理所当然》的笔记-第134页

不管是什么工作，重要的不是所花费的时间，而是内容。工作前请决定优先级吧。P134
工作时常效率低的原因是，我们觉得自己一直在干活，而实际情况是，时间花费了，工作内容和成果却不多，因此，在做日程安排时，应该根据列表法，把待做事项都列出来，然后更加重要性来排列先后顺序，把最重要的事情安排在自己精力最好的时候。

专注执着是人生在世的必要条件，也是一个人的魅力所在。P138
笨拙一点也没关系。专注可以成就一个人的个性。不可以抛下自己坚持的事情。专注执着的坚持自己所爱，是件幸福快乐的事情，大部分人的不幸在于不知道自己热爱什么，只是不小心走上这条道路，就以为是自己所爱，实则非然，生活却不给人重新选择的机会，亦或者重选的代价太大，所以那些追逐并坚持梦想的人一度被人肯定和赞赏。笨拙的坚持自己所爱，需要很大的勇气和毅力。

愈是亲近的人，我们往往愈容易马虎对待。因为工作而牺牲重要的人，这是绝对要不得的事。
不管是什么事，播种和照顾都很重要。
理所当然不是规定，理所当然的本质是梦与希望。

7、《崭新的理所当然》的笔记-第49页

有自知之明，也是在体贴对方

8、《崭新的理所当然》的笔记-2

我只是突然心生一念，想透过喝水这个行为，来和无色无味也没有特征的事物进行一场交流。

9、《崭新的理所当然》的笔记-第90页

- 1、尽管当事人绝不会听见，也不该道人长短。
- 2、古诗中蕴含着真谛。

10、《崭新的理所当然》的笔记-第64页

我们的不幸福，是因为不小心把快感当成了幸福感，把欲望当成了需求。请试着想想看，什么才能真正填满你的心？一个一个去实现小小的约定，是一种重视人际关系的坚持。马上可以做的事，就即刻去做。为了避免忘记约定，写下来是个好方法。像这样去思考你想如何度过一个人的时间，渐渐就会开始明了自己真正需要的东西。在这个星期想读什么样的书？要穿什么才像自己？在这段突然多出来的时间里又想做什么消遣？越是不知道的事，越应该先问自己。自己辛苦找到答案，才算是真正学会。我们与他人的关系，不是自己一个人可以决定的。一点点修正那些紧张歪扭的地方，这才是与人交往该有的姿态。不要把品位和自己不同的人当笨蛋。能否接受并且尊敬异己是决定一个人修养和人格魅力的关键。一定年龄之后，对物的选择，要能与自己的生活方式相称。有魅力的人，分寸感很好。有魅力的人，全身没有让人感到勉强的地方。有魅力的人，不回去凸显特别的装饰。我相信只要自己的内在有价值，外表也会连带变得和谐起来，显得魅力十足。想像心中的房间，不时去整顿一下吧。维护心中的房间，也是在整理自己的心。笨拙一点也没关系。专注可以成就一个人的个性。人得经过思考才会有新发现，也才能和昨日的自己有所不同。“想”和“思考”是两回事。在礼节和教养当中，蕴含着真正重要的事。Labor and to wait。不管是什么事，播种和照顾都很重要。重要的不是你在看什么，而是你看见了什么。---美国诗人兼作家亨利·戴维·梭罗万物不变，改变的是我们---梭罗

11、《崭新的理所当然》的笔记-第7页

只要在心中准备一处可随时供人入座、从容谈话的场所，你便能温柔待人。年轻时，一无所有在国外流浪，我曾遇过一张欢迎我的大桌子。在那张大桌子上，有人在打牌，有人在看杂志，有人举杯喝酒。我坐在一角，知道有这样一个地方随时可以接纳自己。.....开设Cow books的时候，虽是二手书店，但我最先考虑的不是书架要怎么设计，却是桌子该怎么摆。倘若能使想歇脚的客人尽管互不相识，但不用聊天也能产生同为一体的归属感，我想那一定很棒。只要抱着想让对方喜悦的心意，就连自己也会变得快乐起来。约定，是自己主动想替对方做点事。正常地工作，正常地生活，人会逐渐积累福德。但有时候，我们也必须有意识地去做些功德。看着对方的眼睛说话，是互相理解、传达讯息、促进沟通的秘诀。有些关系是你直视着对方的眼睛说话后才会建立的。有些梦想让它保持在渴望的状态反而不是很好吗？还未得到满足的渴望，就好好守护吧。越是重要的东西，越是喜欢的东西，越不去要求太多。懂得节制也就是理解何谓知足。事物所有的滋味、优点和乐趣，全是从麻烦的事情上孕育而生的。不要做把‘麻烦’两个字挂在嘴边的人。真正的乐趣就在麻烦的事情之中。私下里的生活态度即便别人看不见，也无法完美隐藏。放松心情和做随意的衣着打扮，是两回事。一个人独处时的态度能显示出他的品格。在每天的生活中遇到的每道选择题，我都觉得选更辛苦的那件事做较好。从一开始自己的“认真程度”就打了折扣，反而容易埋下失败的种子。犹豫不定时，就挑比较困难的那件事做吧。即使失败，也是完成了一次挑战，历练了自己。在完成一件辛苦的事情时你所获得的满足感都是崇高而且巨大的。如果非得要到新的地方才能找到新鲜感，那未免太不自由了。好玩的事物，美丽的事物，新的事物，未知的事物。遭遇某件事而兴奋不已的感觉，是好奇心的表现。在生活的中心，在离自己最近的地方，去发现令自己兴奋的事物。只要你习得了这个方法，无聊两个字一定会在不知不觉中从你的世界里消失。随时保持笑容吧，笑容是你最好的护身符。商业眼光并不单纯指赚钱。而是要让自己拥有的知识、经验和能力，在这个社会中发挥作用。想要过恰到好处的生活，我们应该着眼于日常生活中不起眼的理所当然的小事，去深思，去理解，去感激它们。今年夏天，我要借

《崭新的理所当然》

由喝下无色无味的纯净水，试着不要活得太用力。请暂时戒掉“要多一点、再多一点”的习惯如何？去感受在看似什么都没有的事物中存在的价值吧。有自知之明，也是在体贴对方。重要的是用心。投入真心才是最要紧的事。就像在和人说话一般，写信时也请减轻力道吧。在生活中“不使劲”是多么丰盈的一件事。上花店选购“符合当下心情”的鲜花，是在刺激自己的审美意识。如果你像面对朋友一般地珍视钱，金钱也会转而珍视你。如果一股脑儿地把东西全塞进去，不管是事物的味道、优点，还是精彩之处，都会变得模糊不清。我决定要让自己随时保持在有点饥饿感的状态。房间也和肚子一样，空间很重要。胃，房间，以及自己的心。在“还想要更多”的时候停下吧。握手是用来了解对方“质地”最好的方法。用词的选择“不是出于礼节”，而是心态。遣词用字的选择是那个人抱着什么样的心态面对世界的表现。“我想逗你笑，想让你开心”，我想没什么人会讨厌别人以这种态度对待自己。装扮，是一种社会性的展现。穿什么在身上，会影响到自己的外在。冬天扮美，就是在寒冷的天气里挺直腰板；夏天扮美，就是保持清爽的肌肤。把感觉不干净、松垮磨损的旧衣物处理掉吧。只要内衣和袜子经常置换新品，看上去就会很体面。要穿就穿保养得宜的鞋子吧。问自己，对你而言什么才是重要的事？睡前请试着想一想，今天一天你真的守护了那件事吗？

12、《崭新的理所当然》的笔记-第104页

不要否定那些和自己价值观不同的人

13、《崭新的理所当然》的笔记-第62页

握手是用来了解对方“质地”最好的方法。

握手之手，那个人肌肤的触感会留在记忆中。

干爽的手掌。湿润的手掌。干巴巴的手掌。

柔软的手指。强而有力的手指。富有弹性的手指。

一直以来，我遇到过很多人，和很多人来往过，但我仍可以一一回想起和每个人握手时的感觉。我深刻地体会到，积累这样的切实感受，自己的心中也会有种被填满的充实感。

14、《崭新的理所当然》的笔记-第24页

这是个什么东西都能轻易入手，什么美味都吃得到，什么体验都能轻易获得的年代。正因为如此，有些梦想就让它保持在渴望的状态反而不是很好吗？还未得到满足的渴望，就好好守护吧。越是重要的东西，越是喜欢的东西，越不去要求太多。懂得节制也就是理解何谓知足。

15、《崭新的理所当然》的笔记-第148页

“人总是不由自主地一味望向远方，但首先应该关注的是自己的脚下，离自己最近的地方。所以鞋子要摆好，随时注意自己的脚下。”

16、《崭新的理所当然》的笔记-第58页

如果一股脑儿地把东西全塞进去，不管是事物的味道、优点，还是精彩之处，都会变得模糊不清。让自己的肚子随时都保留一点空间吧。这么一来，不管是身体还是心灵都会轻盈许多。在“还想要更多”的时候停下吧。

17、《崭新的理所当然》的笔记-第85页

“心情愉悦”是一种快感，而不是“心获得满足”的幸福感。欲望和需求是两个东西，而我们的不幸福却是因为不小心把快感当成了幸福感，把欲望当成了需求。

《崭新的理所当然》

《崭新的理所当然》

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