

# 《恆常如新的每一天》

## 图书基本信息

书名：《恆常如新的每一天》

13位ISBN编号：9789863981591

出版时间：2016-4-27

作者：松浦彌太郎

页数：140

译者：嚴可婷

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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《恆常如新的每一天》

## 內容概要

尋找出自己的基本風格，

也就是找出為了維持嶄新的自己的起跑線，  
也是為度過恆常如新的每一天踏出的第一步。

要如何每天心情愉快地工作與生活？日本生活手帖總編輯，也是生活風格名作家松浦彌太郎在不斷地向自己的內心探求答案之後，終於發現屬於自己在衣、食、住與工作上的基本風格。

這本隨筆集充滿讓生活更豐富的靈感，並特別收錄松浦與模特兒暨女演員菊池亞希子小姐的對談。

本書的目的不是提供「何謂自我的基本」的答案。只是以某個人的基本為例，提供各位思考，如果有這樣的一個例子，那麼屬於自己的基本又是什麼？希望大家以此為起跑線，朝向找出嶄新的自我風格邁出步伐。

尋找基本，也就是找出為了維持嶄新的自己而出發的起跑線，也是為度過恆常如新的每日的一步。

二十幾歲時，松浦彌太郎還沒建立起屬於自己的風格。

他察覺到自己缺乏特色，是因為忽然意識到自己總是在意別人的眼光。在別人的目光下，沒有真正的自我，只有用出自虛榮與可笑的自尊心所產生的謊言矯飾自己。這樣的日子當然不會令人感到自在，只有總是覺得很疲累的自己。

松浦彌太郎想從這種疲憊的日子中解脫，因此當時做出種種反省。捨棄像過去一樣，想從他人眼中尋求答案的意識，首先思考：「我自己究竟怎麼想？我想怎麼做？自己每天該如何才會自在地讓工作、生活、人際關係順利進行？」

為此，他首先要打開自己的心，展現真實的自我。自己究竟喜歡什麼、討厭什麼，一一加以確認。而且自己覺得不錯的，就坦誠地試著模仿。他首次領悟到米開朗基羅留下的名言「創造始於模仿」，也正是這個時候的事。

從二十幾歲到三十幾歲，在工作與生活中，找出自己的基本特色，對松浦彌太郎而言是非常重大的主題。喜歡的東西就是喜歡，不擅長的就不勉強。找出自己擅長與不擅長的事和欠缺的部分，就能知道接下來該學什麼才好。

「請找出自己的基本特質。簡單說，就是明白原本的自己是什麼樣的人。然後思考接下來要如何包裝自己才對。包裝也要符合自己的風格。包裝有簡單的包裝，也有華麗的包裝，如同讓赤身裸體的自己穿上衣服一樣。當然，要穿要脫都是自己的自由。由於赤身裸體時的自己不變，所以不論穿什麼，一定都還是會像自己，」松浦彌太郎這麼建議。

屬於你自己的基本又是什麼？松浦彌太郎希望大家以此為起跑線，朝向找出嶄新的自我風格，邁出步伐。

尋找基本，也就是找出為了維持嶄新的自己的起跑線，也是為度過恆常如新的每一天踏出的一步。

推薦人

朱全斌 台灣藝術大學傳播學院教授

吳若權 作家、廣播主持人

游乾桂 心理勵志作家

蔡詩萍 台北之音台長、《POP大國民》廣播節目主持人

# 《恆常如新的每一天》

## 作者簡介

松浦彌太郎(松浦彌太郎)

一九六五年生於東京，《生活手帖》總編輯，「COW BOOKS」書店負責人，作家。十八歲時赴美，對美國的書店文化感興趣，開始廣泛從事編輯與寫作。一九九六年返回日本後，在中目黑開設「m&co. booksellers」，以貨車改造的移動書店引起話題。二〇〇二年設立「COW BOOKS」書店。二〇〇六年十月起擔任《生活手帖》總編輯。主要著作包括《本業失格》、《松浦彌太郎隨筆集 口哨三明治》、《今天也要用心過生活》、《松浦彌太郎的舒服工作術》、《旅行的所在》、《生活手帖日記》等。

譯者簡介

嚴可婷

東吳大學日文系畢業，曾任職誠品書店、遠流出版集團等機構，現為專職譯者，譯著繁多。

# 《恆常如新的每一天》

## 書籍目錄

前言

第一章 關於「衣著」 為了活得更像自己而準備的衣櫥

從經典款學到的事情

襯衫

外套

牛仔褲與長褲

手錶

鞋子

大衣

雨天的裝扮

睡衣

包包

毛衣

眼鏡

手帕

帽子和圍巾、手套

價格與平價時尚

第二章 關於「吃」與「住」 為了讓每天生活更豐富而下的工夫

關於家庭

建議擁有各人的房間

起居室的規則

桌子與椅子

馬克杯與食器

碗與筷子

便當盒、鍋子跟水壺

早餐

拖鞋

值得一輩子光顧的店家

芳香精油

有機產品

花與花瓶

床、枕頭與亞麻

第三章 關於「工作」 思考工作上的規則與作法

經常採取主動

桌面環境

垃圾的下落

記事本與行事曆

文具

寫信的原則

會面與動機

禮物

不要說「我本來想」

名片

皮夾

行李箱

尾聲

特別對談 菊池亞希子 × 松浦彌太郎

# 《恆常如新的每一天》

店家介紹

# 《恆常如新的每一天》

## 精彩短评

1、很多看似简单却附有哲理的总结

# 《恆常如新的每一天》

## 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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)