第一图书网, tushu007.com

<<一个人的好时光>>

图书基本信息

书名：<<一个人的好时光>>

13位ISBN编号：9787121131912

10位ISBN编号：7121131919

出版时间：2011-5

出版时间：电子工业出版社

作者：姜美英

译者：千太阳

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：http://www.tushu007.com

<<一个人的好时光>>

内容概要

《一个人的好时光》要告诉你，当自己独处时，应该要做的30个主题。
作者就是一个是自娱自乐的达人，自己去散步、去咖啡馆、去旅行，感受着传递到内心的生的喜悦和活力。
作者认为独处的真谛是，在一个陌生的地方与“真正的我”进行对话。
作者认为独处不仅可以给你疲倦的生活带来慰藉、增添活力，还能让你在枯燥单一的日常生活中获得解放。
不要害怕独处！
一个人的生活同样精彩！

作者简介

姜美英 [韩]
曾经，她对日复一日的单调生活也感到万分无奈。
但她始终坚信，通过对自我观念的改变，一定会发现生活中的各种美好。
在独处生活中找寻到方法与快乐的她，现在的梦想是希望将来能为平凡的人写出平凡的人生自传。
目前身为公司白领的她，仍旧在独处生活中找寻并分享着她的收获与快乐！

插图作者：千惠贞
Let ’ s groove！
我是一个以快乐人生为目标而专心画画的人。
之前，以“ Nuttongba ”为笔名，在卡通、插图、定制夹克等方面担任过美术设计师，最近兴致大发开始学习电吉他！
我希望通过卡通、插图、插画与读者朋友们成为好朋友。

<<一个人的好时光>>

书籍目录

目录
推荐序　独处是给自己最好的礼物
自序　一个人的狂欢开始了！

一个人的好时光
Surprise　让自己光彩夺目
一个人的咖啡时间
只属于我的美好的今天
女士，开房
日落之前必须要做的事情
把简单的事情困难化
拒绝受挫　挑战极限
一个人的好时光
Energy　陌生的环境让我手舞足蹈
随时随地，自娱自乐
提升观察力之愉快的孤单
在生活中发现旅游路线
在我身上滋生的小小幸福
我的品位字典
远离喧哗
一个人的好时光
Like　打开我的心灵之窗
抒写只属于自己的故事
关上门，就能看到自由
都是为了我？
骗人！

面对死亡
不走寻常路
当你在孤独的时候
一个人的好时光
Feel　谁都有渴望独处的时候
理直气壮地反抗
独自一人吃饭的，都是强大的人
在最落魄的时候请振臂高挥
填补生活中的缺口
让双手动起来
在烦躁中把我解救出来的可爱的宁静
一个人的好时光
ink　我和你，还有我们所有人，心心相印
就算和朋友们在一起，我也会感到孤独
做一?有益于社会的人
给朋友写一封日记书信
我的父母终于“独立”了
如何在人群中找到自己的存在价值

和朋友们分享，还是自在地独处
尾声　超越孤独

章节摘录

单纯的快乐生活 一般人都会认为一位女士单独去旅馆过夜是件“ 不可思议 ”的事情。
先说说我的居住状况吧，我和姐姐，还有姐夫同住。
当然，他们俩一屋， 我自己一屋。
有一天家里突然来了客人，我就想把我的屋让给客人，然后 自己上桑拿室或者旅馆睡。
可没想到姐姐的反应挺大，喝斥我身为女孩， 怎么可以单独去桑拿室或旅馆睡觉。
不过，被姐姐“ 教训 ”之后，我反而 产生了“ 咦？
试试？
”的想法。
告诉姐姐说去朋友家过夜之后，我直接奔向了离家不远的一家宾馆。
因为跟她说的是去朋友家，所以随身带出来的东西只有洗具和一本书。
这 时候我的心情无比兴奋，不管是什么地方对我来说都非常具有吸引力。
我 以前一直认为旅馆只是没有地方过夜的人才会选择的地方，所以之前想都 没有想过自己要在旅馆过夜。
我花了3万韩元购买了一块10平米左右，到明天中午为止可以任意妄为 的地方。
付完款，进屋之前，我万万没有想到一个里面所有的东西都不属 于我的空间，居然能给我带来这么大的快乐。
无人打搅，看似与世隔绝的 地方给我带来的舒适感可以说是大大超越了期望值。
在这个封闭的空间里 我可以随便玩而不用担心屋内的脏乱，也不用担心会不会丢东西，更不用 去细心照料什么，所以在旅馆里的24小时，我能感受到真正的自由。
在这里，我可以吃毫无营养的泡面，也可以不洗漱直接钻被窝，可以 通宵看漫画，可以开着M.NET频道睡觉，可以在被窝里面吃炒年糕，在状态 不好的时候可以长时间开着淋浴享受着水滴的按摩，可以开着洗手间的门“ 方便 ”，可以看“ 18× ”电影，开着灯睡觉也不会为电费心疼，可以只 穿一条内裤在屋内跑来跑去……“ 可以 ”做的事情实在是太多了。
只要留心在生活中探索快乐，那我们的生活会单纯很多。
要是想逃脱 生活中那些繁琐的规矩，只要3万韩元就够了，其他什么都不用准备。
要是 想体验一个不会太累，而且往返方便的旅游，那就去旅馆吧。
旅馆房间的 钥匙就是自由之门的钥匙，得到自由就是这么简单！
进旅馆门的时候老板会问你“ 休息？
还是过夜？
”的时候，你说一句“ 过夜 ”就可以了。
然后第二天出来的时候对阳光抛个媚眼，这就是你为 获得自由所付出的全部代价。
这么爽的事情，读者朋友们不会没理由去做 吧？
老板大娘，这里再来一份3韩万元的自由！
需需集中集中再集中…… 在学生时代，打死也不学习的我长大成人之后却自己主动学习了。
参 加书友会，笔友会，偶尔还会和这些朋友互相“ 留作业 ”，讨论学术方面 的话题。
现在坚持每周读一两本书。
这周选读的是一本690页的书，当枕头 用的话厚度刚好，之前我决定要读完之后写一篇观后感，但还剩下200多页 。
无论如何，我一定要在这周把它读完，然后再写下读后感，为此花在打 扫房间等日常杂物上的时间也要降到最低。
我需要一个无人打扰的空间，于是花了比书还贵的3万韩元购得了自由 之门的钥匙。
嗒当！
自由之门开启，踏进旅馆房内的时候，屋内一切的一 切都显得那么自由。
不管是地板上的灰尘还是被我弄得一团糟的浴室，我 都不用去打扫整理。
日常琐碎的事情不知道夺走了我多少的精力！

现在我 终于可以把所有的精力都放在阅读上，其他所有的事情都完全无视掉了。
被“ 现在活着只需要空气来呼吸 ”的事实完全感动之后我全神贯注地开始 看书。
在此期间我感觉不到任何的责任和烦恼。
因为，这是为我而存在， 但并不需要我负责的空间。
突然问，我在旅馆里悟到了“ 在被世界‘ 抛弃 ’掉的空间里把自己‘ 锁上 ’的话就能得到自由 ”的哲学道理。
难道我成 了哲学家？
旅馆里没有的东西 在去了几次旅馆之后，随着经验的增长心里也产生了几个疑问。
但是 这个问题跟别人说的话也挺难为情，所以一直在心里面放着，偶尔想起来 感觉挺好笑的，也许会成为我心中永远的研究课题吧。
第一个奇怪的地方是，为什么旅馆里面没有乱涂乱画的人呢？
在酒吧，或者地摊那种顾客流动量大的地方，无论是墙角还是柱子，我们都可以 看到
“ ×××到此一游 ”，“ ×××情侣到此留下记忆 ”之类的字句。
但 是以情侣为主要客源的旅馆居然没有这些东西，让我觉得怪不可思议的。
有时候甚至怀疑是不是我的运气不好所以一直没碰到，难道是我不会找的 缘故吗？
第二个奇怪的地方是，我去过的旅馆都没有风景可看。
窗外可以看到 的只有对面的楼，或者就是冷冰冰的墙。
有位精神科专家曾在自己的一本 书上写道“ 在欲火焚身之际，冲入旅馆的情侣们是没有看窗外风景的理由 的。
”难道这就是正确答案？
难道只有像我这样独自一人到宾馆享受美好 时光的人才会对窗外的风景有要求？
真好奇，也想不明白。
要是哪位读者知道答案，或者找到了答案请联系我。
还有，欢迎各位 提出各种各样难以解答的问题，与我一起讨论研究。
毕竟人多力量大嘛， 嘻嘻！
P28-31

第一图书网, tushu007.com

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:http://www.tushu007.com