

<<找到人生的好感觉>>

图书基本信息

书名：<<找到人生的好感觉>>

13位ISBN编号：9787544726917

10位ISBN编号：7544726916

出版时间：2012-7

出版时间：译林出版社

作者：松浦弥太郎

页数：192

字数：45000

译者：赖庭筠

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>

<<找到人生的好感觉>>

前言

说“工作术”太狂妄 禅宗有云，“三级浪高鱼化龙”。

立松和平是一位我非常尊敬的作家，这句话，我是在他的书上看到的。

龙门的一道瀑布有三层落差，而这句话的意思是，只要努力跃过这道瀑布，即使是鲤鱼也能化为飞龙。

我从心底相信这句话。

此次得以出版这本商业书籍。

我想在这里说明一下我写这本书的动机。

我既不是成功人士，也不是亿万富翁，也没有什么特别的智慧与技术。

我不是为了传达相关秘诀或方法，及诸如怎么工作就能一帆风顺之类的秘诀而提笔。

我深知一个不过四十出头的人向世人说道理，是多么的愚蠢。

关于这点，还请各位海涵。

那么，我写这本书究竟是想跟大家分享什么呢？

我想不管是谁。

都会有即将开始溯瀑布而上的时候。

那也许是初次与名为“社会”的齿轮磨合的时候。

也许是就业的时候，转换跑道的时候，或冠上头衔的时候。

那是即使梦想不大，但是怀抱梦想，往前踏出一步的时候。

要跃上“社会”这道充满激流的瀑布并非易事。

我们虽会一面左右摇晃摆动，但仍会穷尽力气不断往上再往上，有时可能也不免会力气用尽，跌落到开始的地方。

即便如此，纵使伤痕累累，我们还是会再接再厉，一层、两层溯瀑布而上，怀抱着身为鲤鱼的自己将变成飞龙的梦想。

此际正是我花费数年光阴回溯这个溯瀑布而上的时候。

我曾败给流水湍急的瀑布，无法朝正前方而上，也曾因为失去信心而放弃，几次跌落到瀑布的下方。

纵使如此，我依然一次又一次，重振精神挑战瀑布。

这时候，我所想的、所苦恼的是，何以自己无法和大家一样攻上瀑布之顶？

自己究竟缺少了什么？

充满苦涩的日子就这样化为各种疑问，不断流逝。

诗人里尔克曾说：“生存就是持续苦恼。

不断苦恼是活着的证明，也是幸福。

万万不可行的是不再寻找相关的答案。

”人生本来就是持续不断地思考苦恼，直到死亡。

既是如此，那么，不断地溯瀑布而上的行为就是与苦恼或思考正面对峙，而彻底烦恼、深切思考，则等同于活着。

我于是明了，只要常保一颗柔软的心，不断逆流而上就行了。

长年以来，我一直不断地把那些在持续地溯瀑布而上的日子里所知、所学、发现、感动和认为重要的，记录在自己的笔记本上。

而本书就是这些的汇集整理。

所以，我写这本书的真正意图，是希望告诉即将挑战瀑布的人、正持续不断进行挑战的人，以及已经超越我许多的人：“在挑战瀑布的过程中，我学到了这些事。

通过把它们写下来，希望更进一步激励自己，也和大家一起分享我的心得，希望能助各位一臂之力。

”有一点可以确定的是，若要持续挑战瀑布，最重要的是必须常对自己面临的所有难题抱持疑问。

也就是说，我们要培养一颗对困境抱持好奇心、关心的纯真的心。

不要因为很难就未战先降，也不要说句“不是我的错”就轻轻带过。

只要我们持之以恒，有一天一定能在黑暗中找到一条光明大道。

<<找到人生的好感觉>>

不要错过每条可能的路，一点一点地跃上瀑布。

我认为一个人烦恼、迷惘的程度，足以决定他的未来。

别担心，我也和大家一样，都是爬上瀑布就摔下，摔下再爬上，就这么周而复始地不断反复。

在商业书籍的世界里，我一介小辈之言也许只是多管闲事，还用了“工作术”这样一个狂妄的词，恳请各位海涵。

<<找到人生的好感觉>>

内容概要

《找到人生的好感觉：松浦弥太郎的舒服工作术》中从如何乐在工作、享受生活、待人接物、发挥创意、整理信息、设计职业生涯6大角度，发展出34条打破框架的逆向思考，都是他创意满载的乐活工作术！
实用而打动人心！

<<找到人生的好感觉>>

作者简介

松浦弥太郎，1965年于东京出生。
高中辍学后便远赴美国。
受到美国书店文化的影响，返回日本后，在东京赤阪开设旧杂志专卖店“m&co.booksellers”。
现为《生活手帖》（《暮しの手帖》）总编辑、COWBOOKS书店经营者之一、作家。

著有《最糟也最棒的书店》、《本业失格》、《松浦弥太郎随笔集——口哨三明治》、《口哨目录》、《旅行的所在》、《轻轻松松生活哲学》、《日日一百》、《今天也要用心过生活》、《崭新的理所当然》等作品。

<<找到人生的好感觉>>

书籍目录

第一章 所谓工作

工作是指让“自己”有用

“归零”让自己成长

努力“精益求精”

表达敬意的服装仪容

工作、车与鞋

信守承诺

工作宝典

第二章 享受工作与生活的生态态度

健康管理也是一项工作

充实假日、培养品味

利用假日时光训练自主性

留一段时间给自己

玩乐是为了做好工作

第三章 工作时的待人接物

想到对方身后的“五十个人”

和“永远新鲜的人”来往

不能忘记的三件事

观察力与心电感应

刻意保持距离

第四章 工作所需的思考与发想

每天都要更新自己

我思故我做

在脑海中放一张白纸

将脑中想法具体化的资料卡

专注力与持续力

第五章 别被时间追赶，别被信息淹没

实体面的准备与精神面的准备

规律的行程安排

把名片和文件收在脑中

简化工作用品

多用头和手，少用计算机

隔绝不要的信息

第六章 设计自己的职业生涯

挑战和赌注不同

七道让职业生涯更美好的护身符

迷失时请找回初衷

转换讨厌工作的心情

“充实自己”的存款

相信直觉、提起勇气

后记 Don't forget your smile!

(不要忘记你的笑容)

<<找到人生的好感觉>>

<<找到人生的好感觉>>

章节摘录

版权页：插图：与人见面时，我一定会打领带。

或许各位会有一种“媒体人=轻松的装扮”的印象。

事实上，媒体人的工作就是和许多人接触的工作。

无论对方地位尊卑，每个人都是我们的老师。

让我们学习的人，就是值得我们尊敬的人，因此我希望对他们表达敬意。

而领带就是这种想法的体现。

对一般上班族来说，打领带也许是理所当然，但各位还是可以重新检视一下自己的服装仪容。

我的意思并不是要各位下定决心去订做一套昂贵的西装，而是要确认每天是否整齐清洁。

各位是否会因为前一天应酬到很晚或通宵加班，隔天脸也不洗就去上班呢？

如果我的员工没有整理因睡觉而乱翘的头发就来公司，我会跟他说：“你回去冲个澡再来吧。”

就算那天他不会跟公司以外的人见面，邋遢的服装仪容也一定会影响工作品质。

公司同事也是与自己工作有关的“他人”。

与人见面时，我一定会打领带。

或许各位会有一种“媒体人=轻松的装扮”的印象。

事实上，媒体人的工作就是和许多人接触的工作。

无论对方地位尊卑，每个人都是我们的老师。

让我们学习的人，就是值得我们尊敬的人，因此我希望对他们表达敬意。

而领带就是这种想法的体现。

对一般上班族来说，打领带也许是理所当然，但各位还是可以重新检视一下自己的服装仪容。

我的意思并不是要各位下定决心去订做一套昂贵的西装，而是要确认每天是否整齐清洁。

各位是否会因为前一天应酬到很晚或通宵加班，隔天脸也不洗就去上班呢？

如果我的员工没有整理因睡觉而乱翘的头发就来公司，我会跟他说：“你回去冲个澡再来吧。”

就算那天他不会跟公司以外的人见面，邋遢的服装仪容也一定会影响工作品质。

公司同事也是与自己工作有关的“他人”。

<<找到人生的好感觉>>

后记

Don't forget your smile !

(不要忘记你的笑容) 前几天, 和我相熟的大学生问我, 进入社会前需要具备什么重要的条件?

当下我没有办法立刻回答, 我觉得这或许是我一路走来应该要回顾的问题。

工作将人与社会连结在一起, 自己要怎么做才能与社会沟通?

也就是说如何在这个沟通上创造价值?

为了做到这一点, 我们至少需要具备哪些条件?

第一, 能认真地打招呼。

提升打招呼的能力。

无论何时何地, 打招呼都能守护自己。

我希望自己打招呼时总是精神饱满、面带微笑, 而且非常自然。

第二, 保持仪容整洁。

我们日本人从古至今都很爱干净, 会每天洗澡, 清洗身体, 随时保持整洁, 就算身上穿戴的不是奢侈品, 只要随时注意整洁, 就不会输给任何人。

相反, 如果一身名牌却很邋遢, 再贵的名牌都像赝品。

请随时保持皮肤、头发、味道、服装的整洁。

保持整洁, 看似理所当然, 要确实做到却格外困难。

在重新检视过自己之后, 接下来也请看看自己的四周。

办公桌、车内、家中从玄关到房间的空间, 还有衣柜等。

这些工作和生活的场所, 如果不尽可能保持整洁。

自己的仪容就无法真的整洁。

无论何时与谁见面, 都要干净得容光焕发。

第三, 面带笑容。

有一次, 我在旅程中与国外友人告别, 他跟我说: “ Don't forget your smile !

” 我感觉到他是在告诉我: “ 你的笑容很好看, 笑容可以解决所有事情, 为你带来幸福。

” 我的意思不是随时都要笑, 皮笑肉不笑, 而是不管发生什么事, 都要用发自内心的和蔼笑容来面对。

每当我看见那些工作不顺利、生活不满足、为人际关系感到烦恼的人, 大家似乎都会忘记难得的美好笑容。

就算讨厌的事接二连三地发生, 无论是谁都能立即应对, 而且方法非常简单, 只要试图重拾笑容就好。

和人见面的时候, 打招呼的时候, 说话的时候, 发生任何事的时候, 无论何时都要笑脸以对。

我会随时提醒自己 “ Don't forget your smile ” , 这就像一句暗号, 这句话能带来魔法般的效果, 请各位铭记在心。

第四, 让运气站在我们这一边。

运气对工作、生活来说都很重要, 请各位不要小看运气。

那么我们该怎么做才能让运气站在我们这一边呢?

首先, 无论是工作还是生活, 都要重视以上三个规则, 认真地打招呼、保持仪容整洁、面带笑容, 好运就会随之而来, 在各方面帮助自己。

这三个规则, 无论是谁都能简单遵循, 这样一来, 好运就会成为自己的助力, 让自己各方面都往好的方向改变。

工作与生活无法尽如人意, 经常会让觉得我们觉得很辛苦、很难熬。

正因为如此, 我们才要借由遵循这三个原则, 让好运站在我们这一边来克服这些困难。

在这个观念里。

有一件很重要的事我们应该要知道, 不可忘记。

那就是, 不管是再小的事情或行为, 其前方一定都有其他人。

<<找到人生的好感觉>>

千万不能认为与自己无关，只要自己好就好了，或那不关自己的事，自己不想管。

我们必须借由与其他人的关系来获得存在的喜悦。

在我们与其他人产生联结的时候，最能强烈感受到幸福。

用金钱换来的喜悦，都是一时的。

让我们发挥最大的创造力，考虑在自己的工作与行为的前方，总是有其他人。

如果他是自己的家人，我们会怎么做？

如果他是自己的情人，我们会怎么做？

如果他是自己的孩子，我们会怎么做？

不管是什么样的事情，这些事情的前方都有人。

只要试着思考这句话，就会发现自己必须有所改变。

我们不能忘记一件事——无论是工作还是生活，无论何时何地，带给自己幸福的，帮助自己的，都是人。

<<找到人生的好感觉>>

编辑推荐

《找到人生的好感觉:松浦弥太郎的舒服工作术》的作者为日本文化界的传奇人物、日本殿堂级城市生活杂志《生活手帖》主编、风格独特的COW BOOKS书店创始人、作家松浦弥太郎。既会工作又会玩的幸福生活哲学，如果工作只剩忍耐和痛苦，为什么还要拼命地做？不只是励志，打破常规的思维方式，积聚完全正面的力量，找到自己最好的感觉。

<<找到人生的好感觉>>

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>