

# 不被理想束缚的生活



[不被理想束缚的生活 下载链接1](#)

著者:[日] 金子由纪子

出版者:北京联合出版公司 · 后浪出版公司

出版时间:2015-6

装帧:平装

isbn:9787550252035

“不要被理想束缚”是金子由纪子给你的人生“暖”建议。

她是作家、编辑、妻子、母亲，也是爱生活的简单人。

有人说，所有的抑郁都是不能活出理想中的自我所致。可所谓的理想就真的适合你吗？你以为执着逐梦需要勇气，其实接受并非无所不能的自己才更需要勇气。

人生这个东西，哪里有对错可言。也许你在朝理想狂奔的路上，摔了一跤，顿时爱上了那块石头、那片草地……

## 【内容简介】

这本小书，写给所有被生活所困、觉得事事都不如意的人。也许你觉得工作不理想、世界不公平，花了很多时间思考“我究竟是怎样一步一步毁掉自己的生活的”“人生的意义到底在何处”……

可世间的一切从来如此，也许我们恰恰是在精细琢磨、权衡利弊间远离了真正的幸福。

作者就生活、工作、恋爱中现代女性的常见困扰给出了自己的暖心建议。当你做到不被自己的理想束缚，也不被他人眼光左右时，才能无限接近人生的智慧和意义。

作者介绍：

金子由纪子，1965年出生。曾任出版社编辑，现为自由作家，同时担任日本综合情报网站All About “Simple Life”的管理者。写作领域广泛，涉及生活方式、健康、教育等各个方面。她也是“不持有的生活”的践行者，主张“拥有少量有用的、有品位的东西，过简洁而快乐的生活”。即使现在已育有二子，仍快乐地奉行这样的生活态度。

烨伊，八零后译者，毕业于北京语言大学日语系，现从事出版行业。爱做白日梦，也爱简单生活。译著有《起风了》《起风了·菜穗子》《人间失格》《就在你所在的地方生根开花》等。

目录: 前言

第1章 何为幸福？

第2章 工作和金钱

第3章 恋爱

第4章 婚姻

第5章 生儿育女

第6章 与人相处，与自己相处

后记

出版后记

· · · · · (收起)

[不被理想束缚的生活](#) [下载链接1](#)

标签

日本文学

生活

成长

随笔

日本

金子由纪子

小鸡汤

自己的幸福

评论

理想复杂，生活简单。追逐疯狂的理想，接受平淡的生活，都需要莫大的勇气。

---

关于金钱的部分，我要抽时间写个感悟。金子由纪子有些道理说得真好。

---

鸡汤一本，不喜欢看鸡汤的可以不用看。推荐给整天迷迷糊糊的女性朋友（一本书是针对女性写的这种说法不算触犯豆瓣女权吧）看，里面有很多小故事讲述：达不到理想怎么办，婚后家务怎么分担等可能想不明白这些事情的人会困惑很久的问题，如果你有类似的问题，不妨买一本读读。通俗易懂，不是说教性质的，实际生活中的例子很多。

---

已购。关于生活、工作、爱情、婚姻、甚至家务等各方面的大白话教导，不枯燥，不说教，谈作者自己的看法。看法并不出众，精髓其实都在前言里。今天读这本书正好在低潮期。不被理想束缚，我在想，如果不是为了找个安静的地方写小说这个理想，我可能不会从律所跳槽做公务员，那么我应该可以成为一个不错的律师，或者可能已经自杀。但是现在这份公务员的工作也越来越让我失望，这次的司改基本是失败的，看吧，换汤不换药的继续下去，又养活一批老爷。金子由纪子说，工作就是为了生存。聊以自慰。

“做自己”和“爱自己”似乎已经成为一种口号和流行语，可究竟该如何去实践呢？真正了解自己，处理好自己的情绪和生活，从自身情况出发，不被理想束缚，不被周遭的价值观和众人的评价影响，走最合适自己的一条路，才是对自己负责。感谢作者的人生“暖”建议。

看到有人把这本书成为小鸡汤。只想说，这是一位长辈的谆谆教诲。

比想象中好得多，不鸡汤也不圣母心，朴素的道理娓娓道来。我若早几年读到，也不至于辛苦地走了育儿的弯路。

这本小书，写给所有被生活所困、觉得事事都不如意的人。作者就生活、工作、恋爱中现代女性的常见困扰给出了自己的暖心建议。当你做到不被自己的理想束缚，也不被他人眼光左右时，才能无限接近人生的智慧和意义。

我觉得本书的精华就体现在书名上了哈哈

6.27  
直视内心。满满的正确观念，一本好鸡汤。想起那句“我想成为坐在路边鼓掌的人”

好实用

三观相近不过她可能更温柔淑女一点

两三小时便可读完，因为太多观念一致。不过却不赖，有两三章节我用力点头附和。

这世上，大家本来要的就不一样。

就是要学会接受平凡的自己，还有跟内在的自我和平地相处

就算不得第一也无所谓 爬山未必要到了山顶才是正确的 最重要的是过程啊  
无论选择哪一条路都没有对错 都是一种人生经历

断断续续，一天就看完了。挺易读的。所谓“理想”是自己内心所想的狭窄，比现实世界“小”得多。不受人制、不被自己束缚，找到自己内心理想的现实出口。磕碰吧，顺水而流吧，内心和现实的碰撞修正与交融。

我倒不是“不持有的生活”的爱好者，不过也不喜欢勉强自己非得去经历什么、持有什么、实现什么。

看完整本书喝完整杯白开水…

真正过着自己想要的生活就是把无数个今天过好，这些今天组成在一起便是自己想要生活的样子。

[不被理想束缚的生活](#) [下载链接1](#)

## 书评

随着战后经济腾飞，“一亿总中流”的国民意识于1960年代开始在日本出现，到1970~80年代已非常凸显，从国家到社会，普遍有一种乐观、向上、昂扬甚至浮躁的情绪。日本财团大肆收购美国的企业、房地产，被媒体口气狂妄地称为“收购美国”；日本收藏家热衷凡高、高更等的名画，直接…

大一的时候，日语老师教我们“想做xxx”的句型，让每个同学造个句子，说自己今后想做什么。我说：今后想做翻译，笔译，翻译书那种。

那时候，翻译在我心里是件特别神圣的事，译者在我心里是种浑身放光的理想职业。当时我们背的课文里有一句是“成为两国文化交流的桥梁”，那...

这本书我看的很快，大概两个晚上就看完了，虽然是翻译过来的，但是阅读起来非常通畅，像一个温柔的长辈边削着水果皮边慢慢的告诉你一些浅又深的道理。

想要过很好的生活，想要很多很多钱，想要完美的男友或者家庭，想要好车想要大房，想要旅行想要吃很多好吃的.....

这个混杂着无数信念和观念的世界，变得越来越复杂，真相与谎言混为一谈，很多人被恐惧包围，不敢轻举妄动，却慌乱无比。破解混沌，只需一束光。

这本书里有很多句子，是这样的光：1.我们可以选择“认可我们幸福的人”

2.只要有人对我们做的事抱有期待和信赖，那么无论我们...

光看一眼目录，作者提出的这些问题就直戳心窝：“朋友都比我厉害！”

“没钱是件丢脸的事吗？” “不恋爱就不行吗？” “只要有爱就够了？”

“怎么养孩子？” .....

这些我们当下正在面对或即将面对的问题，或许你已经有自己的答案，作者通过这本小书告诉你她的答案。她的答案...

下面是几位读者对书中《不恋爱就不行吗》一篇的评论，跟大家分享一下。

米粥：这个时代，把“孤独”这个词当做盲肠一样割掉了。

与之相连的所有词汇，看起来都是可怜的，孤僻、单身、形单影只.....社交压力那么大，跟从前相比，这个世界越发地激励人们抱团活着。日本这个国家...

没读这本书之前，看标题我一直以为是一本青春励志故事，猜测作者应该是个文艺森女风的日本作家。但读完序文我就知道我错了，金子由纪子是一个非常会生活，并且用文字解决生活实际问题的人，她将所有空泛、漂浮的问题从虚空中拉扯出来，然后一笔一划总结之后，就用自己身边...

因为之前就读过金子由纪子老师的《不持有的生活》，被作者的“也拥有少量有用的、有品位的东西、过简单快乐的生活”的主张所打动。如今一路追随有幸拜读了作者的《不被理想束缚的生活》。

这不是一本充满了鸡汤“热度”“道理的书，而是带着一种对生活的“温度”。  
这本书从“何...”

大多数人在长辈们的各种督促中长大，比如：“考上大学就好了。”“吃的苦中苦，方为人上人！”等等。所以，脚不沾地的拼搏了几十年，考学，工作，成家，似乎终于熬成正果了，可却发觉没了幸福和快乐，疲于奔波。

虽然物质生活提高了，精神上却苦闷不堪。到底问题出在哪儿呢？读...

《不被理想束缚的生活》这本书封面干净到没话说，文章选材跟内容也是简洁，引导阐述道理，并分析论述，在我看来是一本日本女作家写给独立文艺女青年培养心态，工作恋爱结婚生子等人生重要道路选择上的一本宝典。

第一章节“何为幸福”讲解一个女性的心态，记得高晓松讲民国时期...

在书店里，有一类书专门被摆放在特定的架子上，分类是“励志·成功学”，它们的名字大致如下：《获取成功的精神因素》，《掌控你的未来》，《XXX人生指南》，《超级成功术》等等；在机场的书籍音像店里，这些书籍会附带一盘碟片售卖，电视机里永远播放着某位“成功人士”激情...

——为自己而活，自己快乐才是真的快乐。

读完这本书，我坐在回家的火车上，刚去学校又参加了一次毕业典礼。一切似乎又回到了一年前，那个意气风发想要去闯出一片天的我，被成功学和鸡汤浇灌的这些年，我慢慢迷失自我，鸡汤给了我无尽的动力他让我有能量，但是过...

25岁算是人生第一个分水岭，失恋，恋爱，再失恋，周围的人开始变得齐心协力的往另外一条路奔跑，买房，买车，搞定丈母娘（婆婆），拐跑了别人家的女儿（儿子），结个婚，生个娃。

而我呢，从一个城市离开回到现在城区中心，住学生公寓，投身房地产，吃没有营养的快餐，每天需要...

拿到书一阵后，才真正打开好好看。或许过的生活就是家长所谓的“理想”。而这种理想并不是自己想要的。

很喜欢书中的笔触和论调，大多数时候其实被束缚的只是我们自己，不敢走出那步，所害怕拒绝的也是那个未知的自己。最近一直在做很多有关公益的事情，周围大多数朋友不...

我偶尔买书，但是我买书几乎都是看作者、看书名。我喜欢的人出书我会买，比如白岩松等。书名我喜欢我会买，比如《我只是没有能力过我不想过的生活》等。有时候，我会因为一个书名买了一本书，从而喜欢书的作者，就像我很喜欢上面这本书的作者嘉倩一样。但是很多事情不可以凭...

决定北漂的时候，内心冉冉升起的是如火般的斗志，但是真的开始北漂之后，随着面临的选择不断增多，生活真实面目的显露，做决定越来越难，也觉得生活是个巨大的包袱，但却只能一直背着前行。

在最迷茫的时候，恰好朋友送了一本这个书，给我不小梳理生活的启发。  
在对生活中的...

“七年下来，热恋的时候在翻译，找工作的时候在翻译，分手的时候在翻译，生病的时候在翻译……能译到自己喜欢的书的机会也越来越多，虽然累，也有波折，但我越来越清楚地看到，无论做什么事情，坚持还是有力量的，时间也是有力量的。”——烨伊《在路上，永远有最美的风景》 ...

下面是几位读者对书中《与嫉妒共处》一篇的评论，供大家参考。

拖鞋的手机：前段时间公司新来一个女生，颜值高身材好嘴巴甜，也住公司宿舍，住我们楼下。美丽的女生总会引起八卦，舍友说哎呀细看那谁双眼皮很不自然呀，是不是割的，，嘴巴那么甜刚来公司所有男同事都混熟了是...

[不被理想束缚的生活](#) [下载链接1](#)