

放下手边事，坐下来读读书



[放下手边事，坐下来读读书_下载链接1](#)

著者:蔡颖卿

出版者:

出版时间:2017-4-1

装帧:平装

isbn:9787569913576

相信“世界上任何书籍都不能带给你好运，但是它能让你悄悄成为自己”的蔡颖卿，她以阅读为生命吸收养分，把坚持变为信仰，把聪明转为智慧。

每当生活出现难题，她自己会从看过的书去寻找帮助，比如说对“生活处世”有疑问时，会去看丰子恺和弘一法师；对“努力”有疑问时，会反复读《亲爱的提奥》；如果时间紧迫，心里又觉得特别需要一点美与情感的营养时，就读汪曾祺和一点古诗……

愿亲爱的你：放下手边事，坐下来读读书，在专注和安静中，发现一个让思想得以伸展获得智性和意志力的世界。

读书，是为了成为一个有温度懂情趣会思考的人，让我们的生活能更加清澈透明，有完善自我的力量，有张望人生的勇气。

作者介绍:

蔡颖卿，台湾著名生活美学家、畅销书作家、亲子教养家。她说：书对于我来说，是慈爱宽怀的长辈，或不断让自己看到自我偏狭的榜样，以及软弱时能仰望刚强性格之美的朋友。

生活美学类代表作有《用细节把日子过成诗》《唯爱与美食不可辜负》《我想学会生活》《放下手边事，坐下来读读书》等。教养类代表作有《教养在生活的细节里》《妈妈是最初的老师》《我的工作母亲》《在爱里相遇》等。

目录: 献词 献给生命不断积累向前的朋友 001

自序 书是好好读才会贴心的 002

辑一 吉光片羽

“手段”里的细心与精工 003

最完美的成年誓词 007

不想走完不启程 011

素直就是：下雨了，把伞打开 016

只要关心，就不会忘记 021

一直想，一直想 025

大智若愚，大拙至美 030

“门当户对”的最好释义 034

麻中之蓬，也要尽心守护 039

辑二 砥砺

要宝刀不老，只有日日勤磨 047

味的故乡·胃的故乡 051

食物与厨艺 056

一本书看一地生活 061

煮字可以疗饥 067

料理绝不仅是美食的追求 073

从一本食品辞典想起 079

辑三 生活仁智勇

爱是每个家庭本能书写的生活故事 087

丢失了这个世界，那就创造另一个未来 093

活着是一件乐不可支的事 101

你不是虎妈？！ 108

“见多”未必“识广”——游学今昔 114

愿从心所欲，不逾矩 122

当我画一个太阳 128

分析前因，预见结果 135

辑四 种子
人情照镜 147
中国服饰史 153
做事要有分明的思想与坚固的能力 160
我喜欢向田邦子的散文多过她的小说 167
我心匪石不可转 173
人对社会的爱是光 178
说戏：难得最是从容 185
生活是改变、成熟、求精的过程 192
诗是千万年代的生活知己 200
我愿读一点古书，把心沉淀下来 205
后记 放下手边事，坐下来读读书 213
架上书 215
· · · · · (收起)

[放下手边事，坐下来读读书_下载链接1](#)

标签

蔡颖卿

生活

随笔

散文

女性

文学随笔

治愈系

好书，值得一读

评论

书我给四分，但是编辑拜托，读者买书不是为了看你们划自以为是的重点！！！！

19049 印刷自带划重点的行为真的讨人厌，内容一般，可读性并不强，一半弃。

文笔太一般了，句式盘根错节，欧化冗长，内容毫无新意。难怪编辑要划重点。

书，当然是每日读。

这是我现在最想做的事

2018年132:文笔朴素平实，情感真挚诚恳，隐约间能感受到和风。
整本书给我的感觉就是书里提到的一个词——素直。
人生没有捷径，生活、学习、习惯、成长都是积累。看完后想读更多书，想更多的努力，想平凡的生活也因为自己踏实过好每一天而闪闪发光。

很有意思的一本书，类似读书感悟的杂集。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉，有些人沉浸在虚幻，有些人尊重于现实，书中的过往会让人醍醐灌顶，书中的只言片语可能会点石成金，书中的幻想也会让人沉迷不可自拔。不论好书烂书，总有精华，也有糟粕，都需要花费时间去“读”，而非“看”，反复的过程就是提炼的过程。而这碎片化的时代，大概率会让我们失去完整读完一本书的“时间”。其实很简单，放下手边事就行。

读书面广，结合自身经历或故事娓娓道来，也是学习写作的好对象

非常温和的口吻，对着你娓娓道来对每本书的感触，润物细无声。喜欢这种不紧不慢之感，读者其实能够读出来作者写作的状态。

距离正是一种促成珍惜与爱的条件

营养浓度极高的“鸡汤”，书中有书

2019年已读20

我觉得把这本书的目录抄下来 就可以变成一张自勉自励清单了
发现自己对美食类的书一点都不感兴趣 我真心和吃货是沾不上边了 哎～ 怎么说呢
看别人的读书笔记，如果想要找寻共鸣之类的
前提是你也得读过才行，否则就只能当推荐书单用了 作者推荐的书我几乎都没读过
着实惭愧 不过看了她的心得后 也不是每本都想读 然还是挑了几本加入书架
发现都是中国古代或讲述古代的书 最近对子中国传统文化确实挺感兴趣的
希望真能一一拜读

微信读书:文字很真诚

公司图书馆借的第一本书，随便浏览，看中这本谈书的书，因为作者本身是料理行业的，所以有谈料理美食书的部分，也是最吸引我的部分，不过哪种题材的书都能看到作者独到的简洁，比如对精神疾病过多干预的思考，生活阅历和阅读，两者结合可以让人生体验更丰满

作者的每本书似乎都要搞得一句话的书名。作者似乎喜欢表现得很文艺，读的书内容本身反而没她的感触多。说的严苛点，就是读书就是形式。

文字淡雅又有不一样的韵味，从中能看到的不仅是文字的美，更有自己思考内化的特别角度，独特的思考。感觉获益良多，值得再读~

文笔一般

睡前调节心情的枕边书

的却不错！

[放下手边事，坐下来读读书_下载链接1](#)

书评

读书是要讲“书缘”的。因为这世间的书籍浩如烟海，无穷无尽，你不可能见到所有书，甚至一小部分都不到，而你能够读到的，则就少之更少了。因此，每一本书与你相遇的书，其实都是这本书与你，或者是你与这本书的缘份。
在2017年4·23世界读书日的时候，有幸读到台湾作家蔡颖...

麦家老师在杭州开了一家书店——说“书店”似乎不准确，但是也不算是“图书馆”，他给这里起了个名字叫“理想谷”，自认“谷主”。谷主真金白银的进了几十万元钱的书，在这个地方，读书不用办图书证，免费阅读，但是不提供WiFi，甚至茶水也免费。对此，麦家说，读书就是回家。...

看完《我想学会生活》之后迫不及待的看这本《放下手边事，坐下来读读书》，如果说《我想学会生活》让人感受到真切的温润、宽厚、细腻的生活之美。那这本书真的让人深刻并真切的感受到阅读之美。先摘录一下我喜欢的词句：
1、这一本本书不断滋养我，把我修正成一个较为合情合理...

周末到书店逛，本想匆匆浏览一下《放下手边事，坐下来读读书》（蔡颖卿），记录作者与书相遇的故事以及感受。没想到，这本书让我非常的喜悦。那个下午一直看、一直看、一直看。这些天因为这本书变得更美好。
蔡颖卿对我来说是比较陌生的，看了这本书，连带着对她也生来了...

卉卉2017书单-29《放下手边事，坐下来读读书》～在日常生活中给自己一点安静的阅读时间，有助于抵挡生活中的不安，无形中可以得到安定生命的力量。我喜欢体会进步的感觉，那就是昨天与今日的微微不同，我也同意要宝刀不老，只有日日勤磨。知诗是浓缩的语言，代替我们说出一时无...

在心田埋下书的种子 台湾女作家蔡颖卿在她的《放下手边事坐下来读读书》一书中曾有这样的话“书对我来说，确实是种子，当我捧书在手的时候从来不知道，它们日后会在我的生活中开出什么样的花朵，但我随时准备好一片心田，等待这些种子的开花或结果。”是啊，如果想要你...

林亦霖
几日前，抽了闲暇，看了节目《朗读者》。我还记得，优雅的董卿问大家，多久没有读过书了？片刻思索后，很多人，仿佛以毕业为界限，再也很少认真读过些什么了。读书，理想的状态下，应该是一种习惯，就像饿了要吃饭，渴了要喝水；而读书，理应融入到生活之中。睡觉前、...

“天下雨了，把伞打开。”许多人听到这句话的时候都笑了，说：“什么了不起的大道理，我们没跟不都是这样做的吗？怕只怕时，受伤刚好没有伞。”是这样的吗？再想想，真的是这样吗？我们有多少时候即使身边有备用伞，但看到下雨时，副伤心头的却是：为什么？早上气象预报不是说...

前段时间在悟空问答里回答过关于读书的几个问题：怎样培养读书的习惯？你多久读完一本书？你一年可以读多少书？读书记不住还要继续读吗？我的解答是这样的：读书习惯的培养是每天坚持读书半小时，一天也不间断。我每年可以读60本左右的书。当读书成为习惯的时候，一天不读书，...

“喜欢读书的人，总归都是好人。”这句话，我已经忘了是谁说过的了，只是这句话一直被我记住了。读书这件事，其实是很耗心神的事，而且指望看书所能给人带来巨大变化甚至是出人头地基本上是白日做梦。所以说，喜欢看书的，无非就是好人和傻子，但

是傻子估计不太会看书，所以， ...

今天重新遇到这位台湾女作家蔡颖卿的书籍《放下手边事，坐下来读读书》，非常开心。对我来说，这位作者一点儿也不陌生。多年前曾阅读过她的一本亲子教育书籍《在爱里相遇》，去书柜里找了一下，很快就找到了。因为家中的书籍越来越多，我也是慢慢地挑着把不太可能重读的书...

[放下手边事，坐下来读读书_下载链接1](#)