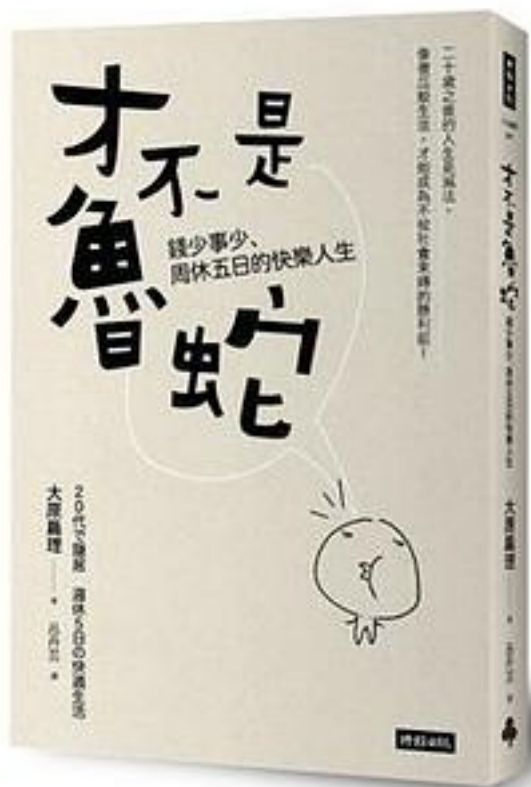


才不是魯蛇



[才不是魯蛇_下载链接1](#)

著者:大原扁理

出版者:時報文化出版企業股份有限公司

出版时间:2016-10-11

装帧:平装

isbn:9789571367774

一本簡單生活的實用手冊！

把每天超時加班當作常態，

工作累到回家不想煮飯打掃洗衣服，

這樣的人生，好像太勉強了。

20世代的大原扁理向社會宣告，

我要捨棄這個「不工作這樣不行」的社會！

目前邁入隱居第五年，每天都過得很快樂的大原扁理，

在本書分享了人人都可以周休五日的超強心法。

- 當物欲降低，每周只要工作兩天就夠了
- 大自然中的食材、美景、賞心悅目的一切，都是免費的
- 反正時間很多，任何物品都能自己動手做
- 隨心所欲是最高原則，把時間都用來做自己喜歡的事吧
- 真的很想花錢就花下去，不用勉強自己
- 儲蓄還是很重要，隱居≠一有突發狀況就只能依靠別人

二十歲之後的人生是減法，

像傻瓜般生活，才能成為不被社會束縛的勝利組！

Amazon讀者大好評—————

「完全不同於一般人的價值觀，但讀來卻不會讓人反感，反而會讓人想要停下腳步想想自己的生活方式。很奇妙的一本書。」

「在各種以成長、成功、積極向上等關鍵字為主題的書籍裡，像作者這種追求自己方便就好的生活方式，應該是現今社會所需要的吧。」

作者介绍:

大原扁理 Ohara Henri

現代陶淵明。一九八五年出生於愛知縣，目前住在東京郊區。高中畢業之後當了三年的繭居族，並曾獨自出國旅遊，短暫當過書店店員、超商員工、零件工廠員工。在每天工時十二小時、假日都得加班的日子後，突然領悟到有薪水、沒品質的生活不是自己想要的，於是毅然決然遁入空門……唷，不對，是過起大隱隱於市的周休五日人生，享受隨心所欲的獨處時光。目前邁入隱居第五年。

著有《才不是魯蛇》、《年收九十萬日圓也能在東京快樂生活》（年收90万円で東京ハッピーライフ）。二〇一五年開始經營部落格，目前有近三百篇關於隱居生活的文章，還有一百二十八篇書評，是個喜歡閱讀的傢伙。

目录: 台灣版序

前言

隱居，就是這種感覺

一天的生活

什麼是隱居？
一個月的生活費約七萬元
善加「利用自己」，不花錢也OK
發掘隱居時的興趣
輕鬆對應：時尚篇
輕鬆對應：人際關係篇
前世是和尚？！
隱居吃什麼
一忙起來便忽略掉的事物
一閒下來，對吃就感興趣了
粗食意外的方便
粗食的優缺點
健康是最好的節約方式
美味的野草生活
某周的食譜
隱居之前的日子
三年繭居生活所感
表達開始退化
二十歲之後的人生要用減法
旅行與繭居的共通點
漫無目的地去了東京
隱居前的一番摸索
下定決心隱居的契機
在二十多歲時正式隱居
隱居的二三事
為什麼沒錢就無法活下去？
跑去見遊民
降低自己的生活水準
周休五日，生活無虞
隱居和飛特族有什麼不同？
私房儲蓄是必要的
隱居不花費社會資源
次世代型隱居
隱居的自言自語
後記
．．．．． (收起)

[才不是魯蛇 下载链接1](#)

标签

废柴舒适人生

生活

励志

以后我该怎么办

笔记

191.9

繭居

廢青

评论

一个现代人必须有的思考过程：我对别人重要吗，别人对我的看法有那么重要吗
鉴于大陆的生活比日本困难很多（各种方面）只能再重新找一条适合自己的路了

3.5

按照书中所写的话，能在此时成功读到此书大概就是我和它的缘分了。Henri整个人给我感觉像飘在空中若隐若现的纱。虽然他有些时候真的有点迷信缺乏常识（比如占卜，肌肉），但是less is more和洒脱活在当下的态度着实值得借鉴。但是一些生活细节，比如购买高品质的可靠食材可能对于我来说难以复制。另，不知道大陆没有译本是不是因为不符合核心价值观啊hhh

2.8星。看的繁体竖版，从书名就知道是一本很轻松阅读的书。低物质欲望的男青年在经过一段上班忙碌之后选择了偶尔打工、低消费低社交的隐居生活，不文艺，不深刻，不丧气，也能维持自己的快乐，坦然把这些不上进的事情写成一本书，应该会有很废柴（此处无贬义）喜欢这本书吧。不过书里没啥新东西，都是我已经体验过的辞职后赋闲生活。

非常好！

有点意思，而且是我的梦想啊~

亨利太可爱了哈哈哈哈！

之前是看了《一条》的视频，才得知大原扁理和这本书。断断续续看了半年才把这本书读完。果然日本人的隐居跟我心中的印象大相径庭，我觉得他就只是快乐的独居而已。不知道我们什么时候才能有这样自由的奢侈。

這位仁兄所實踐的生活，反映的是一種荒謬：在都市中心辛苦打工賺錢，繳完房租後所剩無幾。反而不如搬到郊區的租金便宜地帶打少一點工，節省一點反而能過的去。但這是要努力壓下各種慾望才能好好生活的方式。這可能是後來他搬到台北的淡水隱居的原因吧(有版稅，不如住到租金更便宜的地方，還更好花一點)

觉得作者找到了适合我现在生活方式的词，我没有意识到我的状态类似于隐居。当看到他些职场上遇到的那些事的感受，才发现哦，原来我这么想也不是错的。在美国时，偶尔读到说能在家不用上班是一种福，要懂得享用。真的如此

和我的生活觀與價值觀相當接近，但比我堅定。作者的寫作方式非常舒服，因為沒有想要說服誰、與反對方辯論的心態，只是淡然的說說自己的生活方式和想法，已經超脫需要外在認同以確認自身價值的人類慣性。做為思維幅度相似的同伴，此書相當實用。

什么时候出大陆版，我不喜欢看繁体字。

拉里梭罗日本版

看了心很静的一本书，让大都市为生计奔波疲惫不堪戾气满满的自己看到了另一种更淡泊的健康生活方式~
作者有自己对生活独特的见解，能在很年轻的时候就做到不随波逐流，随心所欲又不给他人添麻烦，挺了不起的~

书评

或许换一个思路看待这本书好些。这本书不是一种宗教，我们没有必要完全按照他的方式行事。其中一些方法对于一些人来说必然不适用，但作者本人也说了不是所有人都要如此生活。作者的可取之处，在于他作为一颗庞大机器上的螺丝钉，凭借自己的努力，从这机器上自然而然地脱落了...

多数年轻人都做五休二，而他做到了做二休五，然而我并不羡慕。做到了做二休五的人是谁呢？他就是大原扁理，他写了一本书就叫做《做二休五》。《做二休五》意思是一周只工作两天休息五天，乍一看，你会以为是那种类似 Tim Ferriss 《每周工作四小时》的那种自由职业人士总结的...

这本书的作者大原扁理属于那种天生的哲学家，哲学家靠什么吃饭呢？除了分析问题的能力，更重要的其实是想象力。扁理君说他在高中毕业之后就在思考要不要读大学的问题，因为一直没有想到结果错过了入学申请时间，于是就听任这个错过的后续发展，开始了漫长的家里蹲生涯（期间有...

只写能触动我的地方：

1.我们是很渺小的。当作者提到避开信息泛滥的车站附近等地，前往河川，公园等大自然场所。他专注的看着眼前的自然景象时，他从宇宙的视角来看，发现我们只是历史长河中的一瞬间，我们渺小的如同一粒看不见的尘埃。这样的宏观下，让我们发现和认识到世界...

作者租住在东京近郊，每周打两天零工，年收入低于个税起征点，每月开销7万日元（

约人民币4600元，购买力约相当于人民币2000元，按大米零售价估算）。作者闲谈了在都市隐居的衣食住行、休闲娱乐、人际交往、心路历程，十分朴实无华，和我想象的也差不多，毕竟我有过大半年在家工...

作者以隐居者的角度去观察忙碌的社会生活，所表达出的观点就像一记重锤震撼着我早已固化的意识形态。“待在不正常的地方久了，就会觉得那很正常。明明是很可怕的事，现在却好像一点也不稀奇。”“人有千百种，能保持这样宽容的想法最快乐了”瞧，多有道理，这是身在这个社会...

---那么，如何面对未来的不安呢？---我不面对。
大原扁理《做二休五，钱少事少都市生活指南》
深夜看到这段话的时候，我大半夜笑出了声，幸好现在是独居的生活状态，否则一定会吓到室友。
本书虽然在书籍的分类上属于生活方式，但是从中可以窥见作者很浓的哲学味道。在繁忙的...

短评字数不够写的长短评……
这本书或许可以和《低欲望社会》相对照来看。刚出的时候点了想读但一直没看的原因是，被宣传里面提到的“捡野菜来吃”吓到了并且觉得没有价值……
翻开第一页的时候，就觉得之前的印象不太对，因为第一页说的就是，作者“隐居生活”每天的第一件事...

01 肥宅昨天有出门。

纠结了好久，还是穿了半个成都去听了《做二休五》的分享。以为作者在台湾定居了两年，应该会讲一些国语，结果并没有，现场请了一个小姐姐全程做翻译，整个听下来还是挺有意思的。

花了三十二喝了书店的柠檬柚子茶，以及四十四买了作者的书去签名。书的装帧...

从单休日到双休日，近年又有人提出，周末应该再多休半天。若真的落实，也太美妙了吧。不过，对日本青年大原扁理来说，做二休五才够呢。看到新书白色封面上草稿般的手写体，简直怀疑自己眼花，书名真的叫做《做二休五：钱少事少的都市生活指南》。跟市面上动辄宣称“你不够努力...

最初看到这本书，是微博上，理想国出版社在推。觉得有点意思，就买来看看了。其实，文章的开头部分，会显得有些无趣，可能是由于我们作为被教育的现代人，有一种固定思维模式，就是不认可这样的生活方式，所以看书的时候，总会觉得作者有避世的情绪，那口头禅似的“算了吧”“...

[才不是鲁蛇 下载链接1](#)