

生活需要高级感



[生活需要高级感_下载链接1](#)

著者:小野/著

出版者:天津人民出版社

出版时间:2019-9

装帧:平装

isbn:9787201151632

一旦高级，人生无敌

《生活需要高级感》是一本生活哲学美文集，畅销书作者小野结合自身的经验和对生活的思考，从日常生活、职场经验、情感体验、自我认知等多个方面进行分析和阐述，提供了以“高级感”为核心的自我激励方式以及生活调整方法，希望能够帮助人们开阔眼界，激励更多人珍惜美好时光，活出属于自己人生的“高级感”。

你可以不必立刻决定要做什么，但你更应该走一条美丽的路。

【编辑推荐】

| 低配的人生，也可以高配的活 |

改变人生的生活哲理：

● 高级生活 ≠ 奢侈生活，高级感 = 自由且美好

“高级感”不仅体现在外在的形象、衣着的品味、处世的态度、感恩的心态……而更多的体现在细节上。高级的人会生活、爱自己，内心富足与快乐。真正的高级是一种不可复制的气质，是对生活的一种态度，是一颗热爱生活的心。

● 高级感带给你面对岁月的新鲜

越自律，越高级。

● 高级感带给你对于自身价值的认可

高级的最高境界，其实是自由，是可以百分百地做自己。

● 高级感带给你面对工作的热情

具有高级感的人会从该做的事情中磨炼心智，把握提升的机会，再从想做的事情中获得成就感。

● 高级感带给你突破自我框架的勇气与信心

每个人都是独立的个体，而不是别人的某某某。高级的人生态度是认清自己、坚持自己的追求，对生活不迷茫，不依附于任何性质的权威，内心不恐惧，充满坚定的智慧和力量。

● 高级感带给你面对人生的初心

高级的生活方式其实很简单——好好生活，好好爱自己，好好吃饭，好好睡觉——虽然这些事情看起来不起眼，却处处蕴藏着生活的真谛。

当你的生活开始高级，你也就开始自由。

在暗处用力，你的好终究不会默默无闻。

【文摘】

学会独立：女人越独立，活得越高级

2014年，由吉高由里子和仲间由纪惠主演的晨间剧《花子与安妮》成为年度收视冠军

，更是打破NHK十年收视纪录。当时的我因为对剧中的原型人物村冈花子很感兴趣，竟然追完了90集的晨间剧。虽然这部电视剧是在讲述女翻译家村冈花子的翻译生涯，却也折射出了很多近现代知识女性的生命轨迹。

最近，我又读到了《花子与安妮》的原案，不禁感慨颇多。要知道，生活在那个时期的女性，社会地位极其低下，甚至有妻子出行要走在丈夫后三步、不能并肩的规矩。如果没有雄厚的家庭背景和金钱资助，女人想要追求自己的理想和事业简直是天方夜谭。

但是，村冈花子就是在这样的环境中，在东京大森书斋昏暗的灯光下，在美军接连不断的轰炸声中，完成了《红发安妮》的译稿。她曾经发愿：当和平再次来临，她要把红发少女的故，献给每一个拥有梦想的女孩。后来，她的确做到了，《红发安妮》在日本出版后大获成功，花子也因此获得儿童文学蓝绶褒章。

也许村冈花子自己并未察觉，她用译笔开启了一个不同于过去的新女性时代。女人也可以有自己的理想和事业，并为之努力奋斗而获得幸福的权利，而非依赖于男人。花子用她的一生告诉我们：女人一旦独立，就再也不需要什么踏着七彩祥云而来的盖世英雄，因为她自己就是英雄。

只要学会独立面对这个世界，努力做到经济独立、思想独立、人格独立，你就获得了选择生活的主动权，并且将其永远牢牢地把握在自己手中。越是独立的女人，活得越高级。

波伏娃曾经说过：“女性实现自我获得解放的先决条件，是经济上的独立和自由。女性的解放首先要完成女人经济地位的演变。如果没有实现经济的自由，那么，女性获得的不过是抽象、空洞的自由。”经济上的独立能给女人更多的安全感，无论面对生活的境况如何，都有底气做出自己想要的选择。这才是真正的自由。

没有人能成为你一生一世的避风港，只有自己才是自己最后的庇护所。无论未婚还是已婚，我们都要有自己过好日子的能力。前段时间，大城市女性买房比例猛涨的新闻引起了热议。某房地产平台调查发现，现如今的买房交易中，47.9%的买家是女性，其中高达74.2%的女性在买房时并没有接受伴侣的资助，29%能够自己独立支付买房费用。归根结底，我们努力想买的不是房子，而是一个可以独立自主的人生，可以霸气地对那些在背后对自己的生活指手画脚的人们说：“房子我自己买得起，我的人生我自己也可以买单。”

思想独立意味着不依附别人，有自己的事业，有主见并且有勇气选择自己想要的生活。亦舒笔下的女子，大都如此，她们多是白领一族，事业上毫不逊于男人，理性而克制。面对感情，她们更是不卑不亢。虽然有时候人的确需要感情的慰藉，但是这些女子绝不把感情当作生活的必需品。喜欢就在一起，不喜欢就分开，做当下顺着本心的选择，从不后悔，更不会回头。就算被背叛、被抛弃，大不了关起门来痛哭几天，然后从哪里跌倒再从哪里爬起来，收拾心情，重回人生的大舞台，舞出自己的精彩。

一个拥有独立人格的人，清楚地知道自己内心想要什么和不想要什么。自己的生活从不需要别人来贴标签。能决定自己可以成为谁的那个人，只有自己。就像电影《美食、祈祷和恋爱》（Eat, Pray, Love）里的伊丽莎白·吉尔伯特，她本来过着人人羡慕的安稳富足的生活，但这一切并非她想要的生活，于是，她选择踏上了寻找自我的旅途。一路上，她忠于自我的感觉，充分地宠爱自己，勇敢地面对自己，宽容地原谅自己，终于分别在意大利、印度、巴厘岛收获了美食、祈祷与爱。

任何人，在任何时候，都要学着让自己独立，特别是女人。因为经济独立可以使你在面对未来时更有底气；思想独立可以让你拥有从容不迫的人生态度；人格独立则能让你拥有不想做什么就可以不做的真正自由。

学会独立是通往高级感人生的唯一路径。对于女人，独立的人生意味着对自己人生强大

的驾驭力，意味着更广阔的自由，更意味着高级感的人生。真正的安全感，永远来自于内心的独立和自我满足。请相信，独立勇敢的你值得收获一个更好的、更高级的人生。

作者介绍:

潮流生活方式引领者——小野

旅日作家、设计师，感情细腻、喜欢思考，长期致力于生活方式的研究，通过自己的亲身经历及感悟，影响并引领了万千读者获得更好的生活。已出版畅销书《极简力》《自律力》《改变力》。

目录: 第一章 高级感的人生

别害怕：任何人的最终归宿，都是自己

别懒惰：越自律，越高级

别迎合：学会说不

别迷茫：不迷茫，不依附，才是该有的生活态度

别比较：世界上最可怕的生物，是“别人”

别放弃：让你衰老的不是年龄，是对理想的放弃

第二章 高级感的生活

学会归整：你不需要那些东西

学会读书：读书是一件很好玩儿的事儿

学会慢活：有个拿得出手的爱好有多重要

学会沉默：当你懂得沉默，成熟才刚刚开始

学会优雅：拥有那些超越美貌的东西

学会独立：女人越独立，活得越高级

第三章 高级感的情绪

停止负面：平和的心态

停止付出：爱有时意味着拒绝

停止怀疑：悦纳自己

停止焦虑：你可以无比自由

停止合群：学会与自己独处

停止浪费：把时间分给重要的人和事

第四章 高级感的职场

要规划：想做的事儿和该做的事儿

要热爱：找到自己愿意奉献一生的一件事

要有效：忙碌上瘾症

要标准：做法千万种，而你要有自己的标准

要控制：永远气定神闲，永远从容不迫

第五章 高级感的未来

好好养生：拥有平和安稳的睡眠

好好享受：每天发现一件重要的小事

好好生活：岁月抵不过的，是一颗好好生活的心

好好努力：现在的一切，都是对未来的加冕

好好成长：你要的答案，只能自己寻找

· · · · · (收起)

[生活需要高级感 下载链接1](#)

标签

高级感

女性

励志

正能量

好书，值得一读

畅销书

励志鸡汤

职场

评论

真正成熟的人，从来都是不争不抢，不卑不亢，不闹也不恼，只以沉默的智慧相对，寂静悠然，生出欢喜心。

这碗鸡汤真好喝，句句真言

好久没看鸡汤了，作者各种引用名家作品，感觉是感悟汇总。自律，断舍离，沉默，看书等等就高级感了么，不过确实不能总盯着别人的成功，会自乱阵脚，仅仅及格吧～

很薄的一本书，更多的像是鸡汤公众号文章的合集，每一个章节都句句戳中我的痛处。虽然鸡汤，但我却很喜欢，在这物价飙升的放下，干了这一碗鸡汤滋润一下吧。

弃坑，被评分震惊，看到一半发现，一是这是公众号文章合集，且并非文笔特好的那种；二是里面举例，很多是为了贴合自身观点强行举的。鸡汤喝到一半喝不下了。

名人语录+案例集

（但是在看两本大部头间确实需要这样轻松的小书作为调和） 2020.3.30

觉得自己要变成鸡汤狗了，每天喝鸡汤续命

标题不错

生活的道理仁者见仁智者见智，每个人都能给你讲一箩筐，但唯独自己实践起来是最难的。

好好吃饭好好睡觉好好生活吧

心灵鸡汤

干了这碗鸡汤

最近看了好多这些略带鸡汤的书~里面有一些可以马上实操的方法论（睡前泡脚等等），先把这些力所能及的马上实操起来，就没有闲时间去迷茫，就少浪费了~

小小鸡汤

只有出发，才能到达。刚刚开始一个新的人生阶段，就遇到在家里待着，需要来点这种便宜的鸡汤。这本书的唯一作用就是促使我找来松浦弥太郎一系列的书加到想读的单子里。

翻翻

微信读书 还挺喜欢这本书的，因为作者所表达的都是我在努力并想达到的状态。

老套没有什么新意。

是时候要求自己向高级生活看齐了

高级感带给你岁月鲜活的力量，让崭新的日子熠熠生辉，闪闪发光，铮铮作响。

[生活需要高级感_下载链接1](#)

书评

成熟的人，懂得运用沉默的力量，静静地守护自己所爱之人。
自己的生活从来不需要别人来贴标签，能决定自己可以成为谁的人，只有自己。
余生太短，别和自己的情绪过不去，更别成了情绪的奴隶。
一个人只有在平和的心态下，才能做出正确的、忠于内心的选择。
良好的时间管理有利...

生活有时候会过的有点懒散，白天上班，晚上回到家动也不想动，最后日复一日的，感

觉不太是自己想要的，正好，这本书让我看到了光亮，读完确实让我心中有点概念了，赞。
生活的高级感就是在生活中多注意小细节，不要懒惰，及时清理家居，慢慢的也就变得整洁了，主要还是要自己有...

每天都感觉生活有点单调，有点乏味，可是我们想象中的生活并非如此！我们渴望充满阳光、欢乐、喝彩的生活，希望可以从书中找到方法，把书中的生活变成我自己的生活。高级生活≠奢侈生活，高级感=自由且美好
“高级感”不仅体现在外在的形象、衣着的品味、处世的态度、感恩的...

越高级，越自律，只要你能克制自己当下的欲望、抵制住眼前及时行乐的诱惑，成功其实也没有那么遥不可及。把工作变成自己的兴趣、变成可以为之奉献一生的事业，则是职场成长中我们必须达到的一个高度。对生活不迷茫，不依附于任何性质的权威，内心就不会恐惧，而是充满坚定的力...

把工作变成自己的兴趣、变成可以为之奉献一生的事业，则是职场成长中我们必须达到的一个高度。对生活不迷茫，不依附于任何性质的权威，内心就不会恐惧，而是充满坚定的力量。这才是我们该有的生活态度。自己的生活从来不需要别人来贴标签，能决定自己可以成为谁的人，只有自己...

一个拥有独立人格的人，清楚地知道自己内心想要什么和不想要什么。自己的生活从不需要别人来贴标签。
任何人，在任何时候，都要学着让自己独立，特别是女人。因为经济独立可以使你在面对未来时更有底气；思想独立可以让你拥有从容不迫的人生态度；人格独立则能让你拥有不想做什...

用自己的不舒服来换对方的舒服，这绝对不是情商高的提现，这样的迎合是廉价且不高級的！想要过一个充实的人生，只有两种选择：一种是“从事自己喜欢的工作”，另一种是“让自己喜欢上工作”。只要你能克制自己当下的欲望、地址住眼前及时行乐的诱惑，成功其实也没有那么遥不可...

人的一生本来就是我们自己不断寻找答案的过程，只有出发，才能抵达。对生活不迷茫，不依附于任何性质的权威，内心就不会恐惧，而是充满坚定的力量。这才是我们该有的生活态度。所谓拿得出手的才叫爱好，拿不出手的只能叫喜欢。世人皆说读书是向内的旅行，我们皆有读书，去实...

[生活需要高级感 下载链接1](#)