

断舍离的经典句子(实用8篇)

感恩是一种幸福，它让我们感受到生活中无尽的快乐和满足。写感恩的文章时，可以回忆和展示一些真实的故事，让读者能够更加深入地理解我们的感恩之情。请看以下感恩的案例，或许能够唤起你内心的感激之情。

断舍离的经典句子篇一

1. 断，断绝不需要的东西。 舍，舍去多余的废物。 离，脱离对物品的执着。 现在对自己来说不需要的就尽管放手。
2. 不管东西有多贵，有多稀有，能够按照自己是否需要来判断的人才够强大。能够放开执念，人才能更有自信。
3. 从加法生活转向减法生活很重要，并不是心灵改变了行动，而是行动带来了心灵的变化。可以说，断舍离就是一种动禅。
4. 看不见的`收纳空间只放满7成 看得见的收纳空间只放5成 给别人看的收纳空间只放1成。
5. 这就是让物品当了主角的状态……物品原本是因为“我用”才有价值。可多数人都说“眼镜可以用”，“筷子可以用”，拿物品当了主语。这是把主角的位子拱手让给了物品，把焦点聚集在物品上的状态……收纳这些东西，不过是在做垃圾分类。
6. 要是自己能随便凑合着用一样东西，那别人也会用随便的态度来对待你。
7. 他生活得那么精致，可不能随便拿个粗陋的东西送他就了事。

8. 集中一点，做到完美。
9. 让人犹豫的东西，果然还是不要的。
10. 把自己不要的东西送给有需要的人。
11. 看不见70%，看得见50%，给别人看的收纳空间10%。
12. 自立、自在(卷)、自由(是否便于选择)
13. 察觉内心深处的真实想法。
14. 尽情享受与物品的相遇，缘尽了就潇洒放手。
15. 留下物品前先思考“我要不要用，而非能不能用”。
16. 人类最大的罪是不快活，让人变得快活是让一切变好的先决条件。我们很容易让自己随着别人的心情起伏波动，让自己陷入别人的引力圈。其实不应该这样，应该把不快活的人拉到自己的心情快活引力圈里来。

断舍离经典语录（精选60句）

- 14、“舍弃的背后，正是为了找回正面的能量。”——苏静《知日·断舍离》
- 25、想要的东西，很多；需要的东西，很少。——苏静《知日·断舍离》
- 37、断，断绝不需要的东西。舍，舍去剩余的废物。离，脱离对物品的执着。此刻对自我来说不需要的就尽管放手。
- 38、断舍离，由需要不需要，再到舒服不舒服。
- 39、如果能彻底地实施断舍离，也就很少会犹豫某种东西到

底是垃圾还是能够回收的。

40、断舍离是生活的减法哲学，减去剩余的物品，认清自我，磨砺感知的本能；俯瞰力是心灵的加法哲学，了解深层需求，相信自我，坚定人生的信念；自在力是人生的乘法哲学，重获生命的自立自由与自在，解放自我，迈向人生的高境界。

41、所以，从今以后也要扔掉那些剩余的信息，只选择自我能够付诸行动的信息。尽早从头脑的“便秘”中解脱出来。

42、和自我喜欢的东西生活在一起。这样的话就是到达了“断”。

43、他生活得那么精致，可不能随便拿个粗陋的东西送他就了事了。

44、集中一点，做到完美。

45、让人犹豫的东西，果然还是不要的。

46、把自己不要的东西送给有需要的人。

47、看不见70%，看得见50%，给别人看的收纳空间10%。

48、自立、自在（卷）、自由（是否便于选择）

49、察觉内心深处的真实想法。

50、尽情享受与物品的相遇，缘尽了就潇洒放手。

51、留下物品前先思考“我要不要用，而非能不能用”。

52、把物品这一次元收拾干净了，以往一向阻碍视听的东西没有了，就能够看得更清楚，就能开启通往更深次元通道。

53、先诊断出物品从你身上掠走了多少能量，然后经过筛选物品的行动，实现自我完善，这就是断舍离的精髓。

54、在断舍离的最初阶段，如果抑制不住地出现“好可惜啊”“良心不安”之类的感觉，想一想这些“因为不扔东西而造成的损失”，你的感觉就会好很多。

55、断舍离，就是透过整理物品了解自我，整理内心的混沌，让人生舒适的行动技术。换句话说，就是利用收拾家里的杂物来整理内心的废物，让人生转而开心的方法。

56、断舍离会遏制人类这种不知不觉只靠本能与物品打交道的行为。

57、既然觉得“可惜”，就不该仅仅是把它拿回来收着，而是要去分享。正是因为觉得“可惜”，才不能为了未来的某一天“可能会用到”而将其无限期地保管起来，而是要把它送到此时此刻最为需要的地方去。

58、他们是不想正视某些问题，所以才常常找出一些让自我忙碌到必须一刻不停地外出的理由。

59、了解自我，放下过去的自我，就能发挥出自我的潜能。

60、在断舍离里，看不见的收纳空间只能放满七成。之所以要留出三成空间，是因为这会让人有把它收拾整齐的欲望和心境，空出来的那三成空间就能成为物品出入的通道。

断舍离的经典句子篇二

1、 每个人都要长大、但不是每个人都懂得长大。

2、 人应该活到老学到老，我们不应该取笑那些勤奋好学的

老年人，相反，我们应该鼓励和支持他们的精神。

3、 面对命运不妥协，面对困难不退缩，这样才能做自己的英雄。

4、 没有人能预知未来的命运，但我们可以用愉悦的表情面对命运。

5、 如果你想有所作为，那么认准方向后就必须坚持到底，有始有终。

6、 不为失败找借口，只为成功找方法。

7、 生活中所遭遇的种种困难挫折，既能成为掩埋我们的“泥沙”，又能成为我们的垫脚石。只要我们善于运用它，就能克服困难，迈向成功。

8、 如果你被幸运之神遗忘，请不要悲伤，相信阳光总会有一天会照耀在你的身上。

9、 成功就是凭着勇气和努力，不断地超越自己，做最好的自己。

10、 创造机会的人是勇者，等待机会的是愚者。

11、 勤奋的态度和主动积极的精神，再加上有眼力，应该成为一种良好生活的习惯，这种良好的生活习惯可以使我们为自己创造出更多成功的机会。

12、 有时不合逻辑的举动却恰恰有助于应付变化多端的事态，而正常的逻辑有时却只能将自己带进一个死胡同。这就需要我们逆反思维。

13、 天资只是给儿童提供了学习和实践的优越的物质条件，如果没有后天的培养和本人的艰苦努力，任何天才都是不能

成功的。

14、 青春励志格言：给自己一片没有退路的悬崖，就是给自己一个向生命高地冲锋的机会。

15、 面对困境，我们要坚持自己的信念，就像守住一段珍贵的“沉香”。

16、 在无人喝彩的时候，我们不要放弃努力，要学会为自己鼓掌。

17、 人生需要耐心，需要勇气，需要激情，更需要信心。

18、 世间最容易的事是坚持，最难的事也是坚持。要记住，坚持到底就是胜利。

19、 善于发现，善于思考，处处都有成功力量的源泉。其实成功的本质是蕴藏在人的内心的，总想着成功的人，在什么地方都能受到启迪。

20、 展现自己的风采，用加倍的努力来赢得成功。

21、 大器不必晚成，趁着年轻，努力让自己的才能创造最大的价值。

22、 人没有获得成功的时候，成功是神秘的，值得人们苦苦地追求；但当获得成功时，会觉得不过如此，还会觉得有一种失去对手的空虚。

23、 每个人都有美好的梦想，只有坚持，你的梦想才能实现。

24、 想急于得到所需的东西，一时冲动，草率行事，就会身遭不幸。遇事时要多动脑，多思考，才能成功。

25、 在人生的旅途中，一定要学会自己拯救自己，这样才能

在逆境中奋勇前行。

26、 做任何事都要经受得挫折，要有恒心和毅力，满怀信心坚持到底。

27、 让自己一边成熟，一边寻找时机。等时机成熟时，理想就可以实现了。

28、 修正自己吧，不要企图修正别人。

29、 选择一条适合自己的路坚持走下去，只要坚持，就会取得成功。

30、 人生没有不可逾越的天堑，只要一步步走过去，前方就是幸福的彼岸。

断舍离的经典句子篇三

1、我们会在不知不觉中掉进折扣的陷阱，完全忘记了“东西是不是适宜自我的品味”。

2、在研究物品是否应当被留下时，思考的主语是“我”，而不是物品。

3、对人类来说，比起生存需要来，归属认同等需要更为强烈。

4、在避免囤积物品的同时，人对物质的欲望也就淡薄了，反过来，精神世界异常丰富起来。

5、收拾，是一种筛选必要物品的工作。换句话说，收拾就是要扪心自问某条件物品与当下的自我是不是确定关系，进而对物品进行取舍选择的过程。

6、要得到“这种东西与当下的我很相称，对当下的我来说是

必需品”这样的确定，人就必需清楚了解自我。经过不断地筛选物品的训练，当下的自我就会越来越鲜明地呈此刻自我的眼前，人也能以此确定出准确的自我形象。

7、一切有形的东西都是虚幻的，我们的心也是不断变化的。尽情地享受与物品难能可贵的短暂相遇，这必须就是我们所追求的幸福本身。当缘尽了，就潇洒地放手。不仅仅对物品，对一切的一切都能做到这样，这就是断舍离的愿望。

8、选择物品的窍门，不是“能不能用”，并且“我要不要用”，这一点必须铭刻在心。

9、断舍离的主角并不是物品，而是自我，并且时间轴永远是此刻。

10、基本来说，让房间乱七八糟，把屋子搞得一团乱，粗暴地随便乱堆东西，就相当于赋予了自我否定自卑的能量。

12、在命理学里，有“因为做了准备所以才会变成你想象的样貌”这种激进的观点，这也算是吸引力法则的一种吧。

13、根本没有必要消除这种异样感，如果能够意识到让自我感到异样的原因，所以而卸下包袱，或是对此有所领悟，那么就不会徒增剩余的压力了。

14、收拾，是一种筛选必要物品的工作。在筛选必要物品时候，我们要研究两个维度，一是我与物品的关系这条关系轴，另一个是当下这条时间轴。换句话说，收拾就是要扪心自问某件物品与当下的自我是不是确实有关系，进而对物品进行取舍选择的过程。

15、先让自我快活起来，再把不快活的人拉倒自我的心境快活引力圈里来。

断舍离的经典句子篇四

我们的父母辈、祖父母辈经历过物质极度匮乏的年代。对物质匮乏的恐惧植根于他们的内心深处，他们潜意识中害怕需要用的时候缺少相应的物品。

因此，家里囤积了过量的卫生纸、洗衣液、棉被、牙膏、肥皂、购物袋……尽管家门口就有便利店，尽管大超市距离家也不过几百米。因此，冰箱里永远塞满食物，冷藏室堆满蔬菜、水果、鸡蛋，冷冻室塞满速冻食品和肉类。

这种情形有些令人哭笑不得，因为我们一面指责着网络上真真假假的诸如“僵尸肉”一类的食品问题，一面又自己制造着“僵尸肉”。

而《断舍离》告诉我们，要关注当下，要把选择物品的时间轴永远放在现在。不要为了小概率的突发情况，而准备一些一年或几年都派不上一次用场的物品。

我的奶奶常说：什么上市吃什么。她是一位年轻时自己种地，年老后常年混迹于菜市场的老人。就算不用自己买菜，她也喜欢到菜市场逛逛。她的身体一直很健康，我们猜测，这得益于她喜欢吃应季食物的缘故。

现在想来，这种关注当下的理念，我们反而要多向她学习。对于购物时对物品的选择，应该从重视健康及安全的角度出发，关注自身的需求，而不要掉入低价折扣的陷阱。

得益于父母的教育，我们这一辈也多多少少有些囤积癖。然而，我们很多时候并没有继承父母整齐收纳的习惯。因此，凌乱的房间是我们这辈人的标配。这一点，从大学时候住校，看了无数光鲜亮丽的女生和她们凌乱的宿舍后，我就没有怀疑过。我也曾试图学习收纳术，想好好整理自己的房间。衣柜太小，就再打一组大衣柜；书柜太小，就用纸箱装了多余

的书放在地上；梳妆台太小，就买一个化妆品收纳箱.....
然而，添置的收纳越多，房间反而越乱。

淘宝上买的便宜衣裙，穿过一次发现不合身，退换麻烦，扔了又可惜，于是束之高阁；

学生时代留存下来的参考书，因为是书，扔之，心中总有愧疚之感，于是收起来眼不见为净。当真正开始着手收拾，才发现，自己十平米左右的卧室中，尽然有百分之八十的闲置物品，其中甚至不乏没用的破烂儿。

尽管我们生活在衣食无忧的年代，然而物质的充裕也让我们昏了头脑。当你只有一个选择的时候你不会烦恼，当有十个、百个直至无数个选择的时候，烦恼也就成倍数的增加了。

《断舍离》指出，活着就是一个不断选择的过程。要想活得轻松、自由，就要提升选择力，学会在琳琅满目的物品中，放弃掉那些不需要、不合适、不舒服的，通过精挑细选，留下自己真正需要、适合自己、而且喜欢的东西。

《断舍离》不是提倡让人过清简的生活，而是让人通过选择，重新认识自己，肯定自己，从而过上快乐的生活。

断舍离经典语录

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

断舍离的经典句子篇五

1、所谓长大，就是把原本看重的东西看轻一点。

2、舍得舍得，有舍才有得。舍得笑容，得到的是友谊；舍得宽容，得到的是大气。

3、得诚实，得到的是朋友；舍得面子，得到的是实在；舍得虚名，得到的是逍遥；舍得施舍，得到的是美名；舍得放下，得到的是自在。

4、万事万物均在舍得之间，达到和谐，达到统一、要得便须舍，有舍才有得、在佛教中，舍即是得，得即是舍。

5、道教中，舍是无为，得是有为。

8、舍得，是一种精神；舍得，是一种领悟；舍得，更是一种智慧、一种人生的境界。本书运用了各种小故事、寓言以及很多人的成功经历，希望能够和读者一起走进智慧人生，在人生关键点上能够游刃有余。

9、作为一个凡夫俗子，我们有着太多的欲望，包括对金钱、名利和情感。这没什么不好，欲望本来就是人的本性，也是推动社会进步的一种动力。但是，欲望又是一头难以驾驭的猛兽，它常常使我们对人生的舍与得难以把握，不是不及，便是过之，于是便产生了太多的悲剧。

10、舍得还是一种时空的转换、精神和物质的交流、人情和礼节的传达，是物质世界的“流通”。

11、舍得舍得，有舍才有得。人往往会遇到对一些事情的抉

择，也就是取舍，熊掌和鱼翅不可兼得，在这种情况下抉择，就必须舍掉一个才能对另一个更好的拥有。

12、只有舍得下苦功，才有可能获得成功。

13、迷宫令人如痴如醉，但就有人不爱玩，不舍得花时间去想办法，真是让我想不通。

14、他放下了思想包袱，心里轻快多了。

15、“舍得”这一禅理，又迅速渗透到了中国老百姓的日常生活之中，并逐步演进为一种雅俗共赏、启迪心智的“生活禅”。

断舍离的经典句子篇六

1、断=断绝想要进入自己家的不需要的东西，舍=舍弃家里到处泛滥的破烂，离=脱离对物品的执念，处于游刃有余的自在的空间断舍离的主角是自己，而不是物品，这是一种以“物品和自己的关系”为核心，取舍选择物品的技术，思考方式是“我要用，所以它很必要”。

3、留下物品前先思考“我要不要用，而非能不能用”。

4、人类最大的罪是不快活，让人变得快活是让一切变好的先决条件。我们很容易让自己随着别人的心情起伏波动，让自己陷入别人的引力圈。其实不应该这样，应该把不快活的人拉到自己的心情快活引力圈里来。

5、断，断绝不需要的东西。舍，舍去多余的废物。离，脱离对物品的执着。现在对自己来说不需要的就尽管放手。

6、不管东西有多贵，有多稀有，能够按照自己是否需要来判断的人才够强大。能够放开执念，人才能更有自信。

- 7、从加法生活转向减法生活很重要，并不是心灵改变了行动，而是行动带来了心灵的变化。可以说，断舍离就是一种动禅。
- 8、看不见的收纳空间只放满7成看得见的收纳空间只放5成给别人看的收纳空间只放1成。
- 9、这就是让物品当了主角的状态……物品原本是因为“我用”才有价值。可多数人都说“眼镜可以用”，“筷子可以用”，拿物品当了主语。这是把主角的位子拱手让给了物品，把焦点聚集在物品上的状态……收纳这些东西，不过是在做垃圾分类。
- 10、要是自己能随便凑合着用一個东西，那别人也会用随便的态度来对待你。
- 11、他生活得那么精致，可不能随便拿个粗陋的东西送他就了事了。
- 12、集中一点，做到完美。
- 13、让人犹豫的东西，果然还是不要的。
- 14、把自己不要的东西送给有需要的人。
- 15、淘汰法（总量不便，增1减1）。
- 16、看不见70%，看得见50%，给别人看的收纳空间10%。
- 17、自立、自在（卷）、自由（是否便于选择）。
- 18、察觉内心深处的真实想法。
- 19、尽情享受与物品的相遇，缘尽了就潇洒放手。
- 20、人生有很多时候需要面对孤单和绝望，不要想“只要还

有一个人人在支持我，我就会活得很好”，那不够，你应该坚定不移地认为“就算全世界都背离我，我也会活得很好”。

断舍离的经典句子篇七

- 1、每个人都要长大、但不是每个人都懂得长大。
- 2、人应该活到老学到老，我们不应该取笑那些勤奋好学的老年人，相反，我们应该鼓励和支持他们的精神。
- 3、面对命运不妥协，面对困难不退缩，这样才能做自己的英雄。
- 4、没有人能预知未来的命运，但我们可以用愉悦的表情面对命运。
- 5、如果你想有所作为，那么认准方向后就必须坚持到底，有始有终。
- 6、不为失败找借口，只为成功找方法。
- 7、生活中所遭遇的种种困难挫折，既能成为掩埋我们的“泥沙”，又能成为我们的垫脚石。只要我们善于运用它，就能克服困难，迈向成功。
- 8、如果你被幸运之神遗忘，请不要悲伤，相信阳光总会有一天会照耀在你的身上。
- 9、成功就是凭着勇气和努力，不断地超越自己，做最好的自己。
- 10、创造机会的人是勇者，等待机会的是愚者。
- 11、勤奋的态度和主动积极的精神，再加上有眼力，应该成

为一种良好生活的习惯，这种良好的生活习惯可以使我们为自己创造出更多成功的机会。

12、有时不合逻辑的举动却恰恰有助于应付变化多端的事态，而正常的逻辑有时却只能将自己带进一个死胡同。这就需要我们逆反思维。

13、天资只是给儿童提供了学习和实践的优越的物质条件，如果没有后天的培养和本人的艰苦努力，任何天才都是不能成功的。

14、青春励志格言：给自己一片没有退路的悬崖，就是给自己一个向生命高地冲锋的机会。

15、面对困境，我们要坚持自己的信念，就像守住一段珍贵的“沉香”。

16、在无人喝彩的时候，我们不要放弃努力，要学会为自己鼓掌。

17、人生需要耐心，需要勇气，需要激情，更需要信心。

18、世间最容易的事是坚持，最难的事也是坚持。要记住，坚持到底就是胜利。

19、善于发现，善于思考，处处都有成功力量的源泉。其实成功的本质是蕴藏在人的内心的，总想着成功的人，在什么地方都能受到启迪。

20、展现自己的风采，用加倍的努力来赢得成功。

21、大器不必晚成，趁着年轻，努力让自己的才能创造最大的价值。

22、人没有获得成功的时候，成功是神秘的，值得人们苦苦

地追求；但当获得成功时，会觉得不过如此，还会觉得有一种失去对手的空虚。

23、每个人都有美好的梦想，只有坚持，你的梦想才能实现。

24、想急于得到所需的东西，一时冲动，草率行事，就会身遭不幸。遇事时要多动脑，多思考，才能成功。

25、在人生的旅途中，一定要学会自己拯救自己，这样才能在逆境中奋勇前行。

26、做任何事都要经受过挫折，要有恒心和毅力，满怀信心坚持到底。

27、让自己一边成熟，一边寻找时机。等时机成熟时，理想就可以实现了。

28、修正自己吧，不要企图修正别人。

29、选择一条适合自己的路坚持走下去，只要坚持，就会取得成功。

30、人生没有不可逾越的天堑，只要一步步走过去，前方就是幸福的彼岸。

断舍离的经典句子篇八

1、不断地重复三分法，能够避免整理物品时所造成的货混乱。

2、断舍离认为，在扔东西的时候，要把“对不起，多谢”这样的情绪表达出来。跟那些被你扔掉的东西说说话，做个告别，能够让人更快地整理心境。

3、对人类来说，比起生存需要来，归属认同等需要更为强烈。

4、在断舍离当中，比起凌乱，堆积了聚焦于过去和未来的物品才是问题。

5、这不是一种留恋，而是一种执念。

6、所谓”断“，即断绝无用之物；所谓”舍“，即舍去剩余之废物；所谓”离“，即脱离对物品之迷恋。清净心思，可是为断了念想。烦恼起于念想，也终结于念想。

7、在断舍离的最初阶段，如果抑制不住地出现”好可惜啊“”良心不安“之类的感觉，想一想这些”因为不扔东西而造成的损失“，你的感觉就会好很多。

8、先让自我快活起来，再把不快活的人拉倒自我的心境快活引力圈里来。

9、物品其实是物与感情的综合体。即便是同一件东西，自我在这件东西上赋予的感情至关重要。可包含负面感情的物品还是太过沉重了，毕竟我们没必要给我们的人生背上如此沉重的包袱。

10、不是不用扔东西的赦免令，并且对物品的爱惜之情，要让它成为物品循环的原动力。

11、要成为活在当下，能够立刻付诸行动的人。我想，成功者就是那些能够真正实践的人。

12、再接下来就是一些装饰性的给别人看的空间了，这种收纳空间只能放一成东西。减少物品的数量，这样不管是多狭小的旧房子，都能自然而然地营造出高品味的感觉。

13、根本没有必要消除这种异样感，如果能够意识到让自我感到异样的原因，所以而卸下包袱，或是对此有所领悟，那么就不会徒增剩余的压力了。

14、从加法生活转向减法生活很重要，并不是心灵改变了行动，而是行动带来了心灵的变化。能够说，断舍离就是一种动禅。

15、说到底，拥有就是深信不疑的错觉。可是，也不是说所以就不要拥有任何东西，而是说理解了拥有的本质，就能自然地涌出想要珍惜物品的心境，这一点才是重要的。

16、要是自我能随便凑合着用一样东西，那别人也会用随便的态度来对待你。

17、在避免囤积物品的同时，人对物质的欲望也就淡薄了，反过来，精神世界异常丰富起来。

18、每一天都在用的东西十分容易作用于潜意识。

19、基本来说，让房间乱七八糟，把屋子搞得一团乱，粗暴地随便乱堆东西，就相当于赋予了自我否定自卑的能量。

20、如果不改变平日的生活习惯，就得不到根治。

21、断，断绝不需要的东西。舍，舍去剩余的废物。离，脱离对物品的执着。此刻对自我来说不需要的就尽管放手。

22、把房间搞得脏兮兮的人也一样，多数都有自我惩罚的倾向。如果你觉得自我也是这样的，那首先得承认这种现状，这是完全能做出确定的。并且，能够做出改变的，也仅有你自我。

23、断舍离，由需要不需要，再到舒服不舒服。

24、如果你对别人的东西比对自我的还在意，就说明你对自我太放松，对他人太严格。

25、断舍离的主角并不是物品，而是自我，而时间轴永远都

是此刻。选择物品的窍门，不是“能不能用”，而是“我要不要用”，这一点必须铭刻在心。

26、收拾，是一种筛选必要物品的工作。换句话说，收拾就是要扪心自问某条件物品与当下的自我是不是确定关系，进而对物品进行取舍选择的过程。

27、如果能够认为一切物品都是向地球借来的，就能自然而然地涌出感激与敬畏之情。

28、在断舍离里，“扫除”明确地分为上头所说的那种收拾，需要利用收纳术的整理，以及表现为扫擦刷的打扫。这三个词的意思几乎是完全不一样的。

29、物品是一面映照你自我的镜子，它所照出来的是那个你想当做不存在不愿承认的自我。

30、经过不断地筛选物品的训练，当下的自我就会越来越鲜明地呈此刻自我的眼前，人也就能以此确定出准确的自我形象。

31、和自我喜欢的东西生活在一齐。这样的话就是到达了“断”。

32、能够收拾好一件东西，就等于遵守了与自我的约定，这件事就成了换取值得信任的自我的信用资金。

33、要记住，能够让“总有一天”“迟早”付诸实现的没有别人，仅有你自我。

34、把物品这一次元收拾干净了，以往一向阻碍视听的东西没有了，就能够看得更清楚，就能开启通往更深次元的通道。

35、选择物品的窍门，不是“能不能用”，并且“我要不要

用”，这一点必须铭刻在心。

36、如果能彻底地实施断舍离，也就很少会犹豫某种东西到底是垃圾还是能够回收的。

37、在命理学里，有“因为做了准备所以才会变成你想象的样貌”这种激进的观点，这也算是吸引力法则的一种吧。

38、断舍离的主角并不是物品，而是自我，并且时间轴永远是此刻。

39、如果能真的留下必要的物品，那么分类收纳物品之类的技巧也就没什么大的用处了。

41、仅有对当下的自我适宜且必需，也确实在用的东西，才会留在你自我的空间里。

42、不断地进行断舍离之后，剩下的东西就能够分成两种：从一开始就很珍惜的东西，以及回过神来才发现留下来的东西。这种回过神来才发现的东西，会给我们传递十分深刻的信息。

43、所以，从今以后也要扔掉那些剩余的信息，只选择自我能够付诸行动的信息。尽早从头脑的“便秘”中解脱出来。