

[illegible]

24 July – 15 November 2026

WHAT IS A PLEASANT LIFE?

ATELIER MUJI Bangkok
MUJI CentralWorld Flagship Store 4F

ATELIER MUJI | BANGKOK

1.

手と目にやさしく

ชีวิตที่อ่อนโยนต่อสองมือและสายตา

A life that is gentle on the hands and eyes.

皆川 明 / Akira Minagawa
デザイナー / นักออกแบบ / Designer

2.

ความรักที่มีต่อโลก

Love for the world.

ความรักอย่างเข้าใจ เป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ที่สุดที่มนุษย์พึงจะมีได้ เมื่อรักอย่างเข้าใจ ภายใต้ทุกอารมณ์ในชีวิต สามารถใช้ชีวิตอย่างมีความหมายได้
Love with understanding is the greatest strength we can have.
It allows us to find meaning in every feeling we encounter.

อนันดา อินทรอักษร / Anunta Intra-aksorn
นักสานสัมพันธ์ธรรมชาติ / Nature Connector

3.

ชีวิตที่เปี่ยมด้วยมิตรภาพ เคารพธรรมชาติรอบตัว

และการได้เกื้อกูลผู้อื่นตามกำลัง

A life full of friendship, empathy

and peaceful nature.

อนุสรณ์ ติปยานนท์ / Anusorn Tipayanon
นักเขียนและนักกิจกรรมอาหาร / Writer and Food activist

4.

การเติบโตด้วยการโอบกอดความหลากหลายในสังคม
อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีเมตตา พร้อมเคารพและให้เกียรติ
ต่างวัฒนธรรมอย่างเข้าอกเข้าใจ

To live is to grow through the embrace of diversity,
meeting others with compassion and honoring
their sovereignty as we do our own.

อายุ จือปา / Ayu Chuepa
ผู้ก่อตั้ง / Founder

5.

ชีวิตที่รื่นรมย์ คือ การปล่อยวาง

A Pleasant Life is letting go.

Chalee Kader
เชฟและผู้ประกอบการร้านอาหาร / Chef and restaurateur

6.

ชีวิตที่มีเวลา และไม่ต้องรีบ

One that offers time without having to rush.

เวลาในกรณีนี้ หมายถึงช่วงเวลาที่คุณสามารถทำสิ่งที่ยากทำได้อย่างเต็มที่
โดยไม่ต้องมาคอยกังวลว่าจะทำทันหรือไม่ทันค่ะ

Time, in this sense, is the freedom to do what you want to your
heart's content—without the weight of the clock or the worry
of falling behind.

ชมวรรณ วีระวริทย์ / Chomwan Weeraworawit
ผู้อำนวยการฝ่ายสร้างสรรค์ / Creative Director

7.

コーヒーと犬と分かち合い

กาแฟ สุนัข และการแบ่งปัน

Coffee, dogs, and sharing.

松島 大介 / Daisuke Matsushima
PADDLERS COFFEE 代表 / ผู้ก่อตั้ง Paddlers Coffee / Paddlers Coffee Founder

8.

ชีวิตที่ปราศจากความกังวล

Simply free from concern.

ดุยพล ศรีจันทร์ / Doonyapol Srichan
ผู้อำนวยการสร้างสรรค์ / Creative Director

9.

สร้างความสุขจากภายในด้วยการใช้ชีวิตอย่างมีสติ

เต็มเปี่ยมด้วยความรักและความเบิกบานในทุกวัน

Create inner happiness by living mindfully,

filled with love and natural joy in every single day.

ดร.สุภาวินี จรุงเกียรติกุล / Dr. Supawinee Charungkiattikul
อาจารย์ นักวิจัย และนักออกแบบสิ่งทอร่วมสมัย / Lecturer, Researcher
and Textiles Designer

10.

ความสุขกาย, สบายใจ

Healthy body, peaceful mind.

หฤษฏี ลีละยุวพันธ์ / Harisadhi Leelayuwapan
มัณฑนากร / Interior Designer

11.

背伸びしない暮らし

การใช้ชีวิตอย่างเป็นตัวเอง ไม่เสแสร้ง

Living without pretension.

山口 一郎 / Ichiro Yamaguchi
画家 / จิตรกร / Painter

12.

ชีวิตที่ยินดีกับความสุขที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

A life that finds its joy in the unfolding of the present moment.

จิรณรงค์ วงษ์สุนทร / Jiranarong Wongsontorn
บรรณาธิการบทความไลฟ์สไตล์ / Lifestyle Editor

13.

การได้ตื่นมาและเข้านอนกับคนที่เรารัก

Waking up and going to bed beside someone I love.

จูน พัทธา เฮงษฎ์กุล / June Patcha Hengsadeeikul
แม่ / Full-time mom

14.

ชีวิตที่เป็นไปตามธรรมชาติ

A natural one.

กาจวิศว์ ริเรืมนวนิชย์ / Karjvit Rirermvanich
สถาปนิกและผู้ก่อตั้งสตูดิโอ Physicalist / Architect and founder of Physicalist

15.

ชีวิตที่รื่นรมย์ คือ ความอบอุ่นและความปลอดภัยทางจิตใจ
ไม่ว่าเราจะสุข หรือทุกข์ หรือเจอกับอะไรก็ตามในชีวิต
หากเราสร้างความมั่นคงทางจิตใจได้ด้วยตัวเอง
นั่นคือชีวิตที่รื่นรมย์

A pleasant life is one grounded in warmth and psychological safety. Whether we experience joy, sorrow, or anything in between, if we are able to cultivate inner stability within ourselves, that is a truly fulfilling life.

ขอให้ทุกคนได้พบเจอกับความหมายของชีวิตที่รื่นรมย์ในแบบของตัวเอง :-)
May everyone discover their own version of a pleasant life :-)

ละมุนละไม. คราฟท์สตูดิโอ / LAMUNLAMAI. Craftstudio
ผู้ประกอบการและนักออกแบบ / Designer and Entrepreneur

16.

ชีวิตที่พอดี

At ease

มาฟ ไช / Maft Sai
ดีเจ นักดนตรี และ มิวสิค โปรดิวเซอร์ / DJ, Musician and Producer

17.

笑顔と通気性と手作りのある暮らし

เสียงหัวเราะ อากาศที่ถ่ายเทโปร่งสบาย และงานโฮมเมด
Laughter, good air circulation,
something home made.

マイク・エーブルソン & エーブルソン友理 / Mike & Yuri Abelson
デザイナー / นักออกแบบ / Designer

18.

ชีวิตที่รื่นรมย์คือชีวิตที่อยู่ในบ้านที่เย็นสบาย

A pleasant life is living in a home that is cool and comfortable.

นันทวรรณ แจ่มใส / Nanthawan Jamsai
นักวาดภาพประกอบและนักออกแบบกราฟิกอิสระ / Freelance Illustrator and Graphic Designer

19.

ああいいなと自覚できるつかの間

ช่วงเวลาสั้น ๆ ที่เรารู้สึกได้ว่า “อา... นี่ดีจังเลยนะ”
Fleeting moments when you softly realize,
“how lovely this is.”

深澤 直人 / Naoto Fukasawa
プロダクトデザイナー、無印良品アドバイザー /
นักออกแบบ, คณะกรรมการที่ปรึกษา MUJI / Designer, MUJI Advisory Board

20.

การได้ใช้เวลาร่วมกับคนที่รัก ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน
หรือครอบครัว แต่ก็ยังมีเวลาส่วนตัวที่ได้มีความสุข
ในการวาดรูป ออกแบบ ใช้จินตนาการ

To have quality times with love ones, friends and families. And still have my private time to enjoy creativity hobbies like drawing and painting.

ณัฐนรี เตไพลีพงษ์ / Natnaree Taepaisitpongse
ผู้จัดการแบรนด์ บ้านต้นไม้วาดชุมชน / Branding Manager at Baan QuadChum
Treehouse and Community Space

21.

ชีวิตที่เป็นส่วนหนึ่งกับธรรมชาติ

Living as one with nature.

ชีวิตที่มองเห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างตัวเราและธรรมชาติ จะทำให้เรา
รู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง และตระหนักถึงความเชื่อมโยง เห็นรายละเอียดรอบๆ ตัว
โดยไม่รู้สึกแยกขาดจากโลกใบนี้

A life that recognizes our bond with nature makes us feel whole.
It is a realization of our interconnectedness—seeing every small detail around us and knowing we are never truly apart from the world.

ณัฐพงศ์ ดาววิจิตร / Nuttapong Daovichitr
นักวาดภาพประกอบ / Illustrator

22.

พัฒนาตัวเองทุกวัน สร้างคุณค่าให้คนอื่นเสมอ

Growing daily and creating value for others.

ภัทรพล เหลือบุญชู / Patarapon Laueboonchu
CEO และผู้ก่อตั้งเพจ JapanSalaryman / CEO and Founder of JapanSalaryman

23.

ชีวิตเรียบง่ายที่มีอิสระทางปัญญา และยังเฝ้าหา
ความยิ่งใหญ่ลึกซึ้งในสิ่งที่ตนสนใจ
Simplicity in living, freedom in thought, yet quietly
pursuing depth and greatness in what one loves.

พัชรดา อินแปลง / Patcharada Inplang
สถาปนิก / Architect

24.

การยิ้มให้กับสรรพสิ่งรอบตัว
และพอใจกับความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย
Smiling at the world around us,
and being content with a simple way of living.

ภัทริน จิตรกร / Pattarin Chitagorn
ผู้ก่อตั้ง normal refill / normal refill Founder

25.

ชีวิตที่ปล่อยวางในทุก ๆ เรื่องได้
A life where one can let go of everything.

ปัจจุบันหลายคนมีเรื่องทุกซอกใจ ไม่ว่าจะเล็ก จะใหญ่ ล้วนเกิดจากการยึดติด
ไม่ปล่อยวางสักที แม้เรื่องนั้นจะผ่านไปนานแล้ว เคยอ่านเจอว่า
คนที่ปล่อยวาง (หรือลืม) ได้เร็วที่สุด คนนั้นคือคนที่มีความสุขก่อน
Nowadays, many people carry burdens—big or small—often
stemming from attachment. Even when things have long passed,
they are not easily released. I once read that the person who can
let go (or forget) the fastest is the one who finds happiness first.

ปวีณ เกตุบุญงาม / Paween Ketboonngam
คอนเทนต์ ครีเอเตอร์ / Content Creator

26.

ชีวิตที่เรียบง่าย เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ด้วยความพอดี
เห็นคุณค่าในสิ่งเล็ก ๆ รอบตัว
A simple life—using what we have, with just
enough, and finding value in the small things
around us.

พชรศิริ จริยานุสรณ์ / Phacharasiri Jariyanusorn
ผู้ผลิตคอนเทนต์ จาก Way We Wear / Content Creator of Way We Wear

27.

ชีวิตที่ได้ใช้ในรูปแบบของตัวเอง
Living life on your own terms.

พิม จงเจริญ / Pimm Chongcharoen
นักออกแบบ / Designer

28.

ความโชคดีในการที่ได้ดำรงชีวิตด้วยสิ่งที่รัก
Being fortunate enough to make a living with
what you love.

พินรี สันต์พิทักษ์ / Pinaree Sanpitak
ศิลปิน / Artist

29.

ชีวิตที่รู้จักพึงพอใจอย่างเรียบง่าย เป็นมิตร และดำรงอยู่
อย่างกลมกลืนกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว
A life that embraces simple contentment, remains
kind, and exists in harmony with its surrounding.

พรพรรณ สุทธิประภา / Pornphun Sutthiprapha
ศิลปินและนักออกแบบเซรามิก / Ceramic artist and designer

30.

ความสมดุล
Harmony

ประณิธาน พรประภา / Pranitan Phornprapha
ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร / CEO and President

31.

ได้อยู่กับคนที่รัก และรักกัน
Being with the person I love, and loving each other.

ปริญญ์ พลสุข / Prin Polsuk
เชฟ / Chef

32.

感じ良いくらしとは、日常の小さなことに気づくチカラ
ชีวิตที่รื่นรมย์ คือการสังเกตเห็นสิ่งเล็ก ๆ ในชีวิตประจำวัน
A pleasant life notices all the little everyday things.

須藤 玲子 / Reiko Sudo
テキスタイルデザイナー、無印良品アドバイザー / นักออกแบบสิ่งทอ
และคณะกรรมการที่ปรึกษา MUJI / Textile Designer and MUJI Advisory Board

33.

ชีวิตที่สมดุล
A well balanced life.

เงิน เวลา (กับคนที่เรารัก กับสิ่งที่เรารัก) สุขภาพ ความหลงใหล
และเป้าหมาย—ทุกอย่างคือเรื่องของความสมดุล
Money, Time (with your love ones, with what you love), Health,
Passion, Mission - it's all about balance.

ศรัณย์ เย็นปัญญา / Saran Yenpanya
ผู้อำนวยการฝ่ายสร้างสรรค์ และ ผู้ก่อตั้ง 56thstudio / Creative Director
and Founder of 56thstudio

34.

การใช้ชีวิตอย่างมีเป้าหมาย
ในการทำสิ่งที่มีความหมายให้กับสังคม
Live with purpose—create meaning through what
you give to society.

ศรันยา เสี่ยงอารมณ / Saranya Siangarom
ผู้ช่วยศาสตราจารย์และรองคณบดี / General Manager

35.

ชีวิตเปรียบเสมือนการเต้นรำในลำธารตื้น ๆ ในป่าเขียวขจี
ภายใต้ท้องฟ้าสีคราม
Life is like dancing in a shallow stream, in a lush
green forest, under a blue sky.

ชีวิตที่เราอยู่กับธรรมชาติไม่แปลกแยกกัน เราและธรรมชาติมีความรู้สึก
ปลอดภัย เท่าเทียม เกื้อกูลซึ่งกันและกัน การเดินรำคืออิสระ
อิสระภาพเป็นตัวของตัวเองได้ทุกที่
A life where we and nature are one—a sanctuary of safety,
equality, and mutual care. Here, existence is a dance;
an effortless freedom to be oneself, anywhere and everywhere

ศศิธร คำฤทธิ์ สเตรนส์ / Sasithon Kamrit Strens
นักปฏิบัติการละครและอาหารชุมชน / Theater and food activities

36.

ความสบายใจในชีวิต
A pleasant life is a quiet sense of ease.

ฉันชอบความสบายใจในทุกเรื่อง แต่บางครั้งก็อยู่เหนือการควบคุม
เพราะฉะนั้นอะไรที่ฉันควบคุมได้เป็นเรื่องเล็กๆ ฉันก็จะถาม เช่น ฉันเป็นคน
ไม่ดูหนังที่ไม่จบแบบดี ถ้าหนังรวมไปถึงหนังสือเรื่องไหนจบแบบเศร้า
ฉันจะไม่ดูและไม่อ่าน ถ้าวันไหนฉันกินอาหารที่ไม่ถูกใจฉัน ฉันก็จะหาอย่างอื่น
กินจนกว่าวันนั้นของของฉันจะจบลงด้วยความอร่อย
I value a sense of ease in everything. While some things are beyond
my control, I focus on the small things I can shape. I tend to skip
films that don't end well. If a story—whether a film or a book—
has a sad ending, I simply give it a pass. And if a meal doesn't hit
the mark, I'll keep looking—until my day ends on a delicious note.

สาวิตรี โรจนพฤษ / Sawitri Rochanapruk
พิธีกร / Event host

37.

การรู้จักชื่นชมในธรรมชาติของชีวิต มีสติและรักษา
ความสงบภายในไว้อยู่เสมอ
Appreciating life as it is, staying mindful,
and maintaining inner peace.

ทรงพล ผาฤพล / Songpon Pharupon
คนหมักสาโท และผู้ก่อตั้งแบรนด์น่านวนจันทร์ / Sato maker
and Founder of Nanuanchun

38.

เพลิดเพลินกับความสุข ที่เหมือนดอกไม้อันสดใส
และไม่ถาวร
Enjoying and accepting that happiness,
like flowers, is vibrant and temporary.

สุพิชชา โตวิวิชญ์ / Supitcha Tovivich
อาจารย์ / Lecturer

39.

朝食のテーブルにあるもの
ชีวิตที่รื่นรมย์คือสิ่งที่อยู่บนโต๊ะอาหารเช้า
A pleasant life is something found at
the breakfast table.

鞍田 崇 / Takashi Kurata
哲学者 / นักปรัชญา / Philosopher

40.

ความพึงพอใจในตัวเอง
Self-contentment.

หากพึงพอใจในตัวเองชีวิตก็มีความสุขง่าย ๆ
Happiness comes easily when we are content with ourselves.

ธัญญา โกสิจเดช / Tanatta Koshihadej
ผู้อำนวยการฝ่ายออกแบบบริการ / Service Design Director

41.

ชีวิตที่สมดุล ได้ทำสิ่งที่รัก และได้ช่วยคนอื่น
A balanced life, being able to do what you love and
also help others.

ธีรพจน์ ธีโรภาส / Teerapoj Teeropas
นักออกแบบ / Designer

42.

ได้วาดรูปตามใจชอบ
Just drawing what I feel like.

ธีรวัฒน์ เทียมประสิทธิ์ / Terawat Teankaprasith
นักวาดภาพประกอบ / Illustrator

43.

ชีวิตที่มีเวลารู้อยู่ตัว
A life where I can stay present.

ธนพลพจน์ รัตนธัญกุล / Thanapolpoj Rochnattakul
สถาปนิก / Architect

44.

ไร้กังวล อยู่กับปัจจุบัน และคนที่รัก

Carefree, living in the moment,
with the ones I love.

ธัญพร จารุกิตติคุณ / Thanyaporn Jarukittikun
นักวิจัย นักกิจกรรมทางสังคมด้านอาหาร และผู้ก่อตั้งร้านสำหรับชาวไทย /
Food Activist, Design Researcher and Entrepreneur

50.

ほどほどに調和できるバランス

ความสมดุลที่กลมกลืนพอดี

That balance that strikes just the right note

金井 志人 / Yukihito Kanai
ศิลปินและนักย้อม / Artist and Dyer

45.

美味しく食べたり時々笑い合ったり

การได้กินของอร่อย และบางครั้งก็ได้หัวเราะไปด้วยกัน

Enjoying delicious food and laughing together
from time to time.

長尾 智子 / Tomoko Nagao
フードコーディネーター / ครีเอเตอร์ด้านอาหาร / Food Creator

46.

人のための時間を大切にすること

การให้เวลากับผู้อื่นมากขึ้น

To give more of our time to others.

林 登志也 / Toshiya Hayashi
we+ デザイナー / นักออกแบบ we+ / we+ Designer

47.

การมีมื้ออาหาร ที่อร่อย กับคนที่คุยสนุก

Delightful meal with good conversation.

ชีวิตที่รื่นรมย์คือการมีช่วงเวลาที่ดีๆ ในชีวิต
Delightful meal with good conversation.

วิภาวี กิตติเชียร / Vipavee Kittitien
กรรมการบริหาร / CEO

48.

ชีวิตที่มีอิสระสงบและเป็นประโยชน์กับส่วนรวม

A Pleasant Life is a life that is free, peaceful,
and in service of others.

วิริยา วิจิตรวาทการ / Viria Vichi-Vadakan
ผู้ร่วมก่อตั้ง / Co-founder

49.

เพลิน ๆ ไม่ต้องอยากเพิ่ม ไม่ต้องอยากลดอะไร

Living lightly—without the need to add
or take anything away.

วรพันธ์ สีนาคม / Worapun Sinakhom
ผู้จัดการทั่วไป / General Manager