

《重新看见自己》

图书基本信息

书名：《重新看见自己》

13位ISBN编号：978754077522X

出版时间：2015-5-1

作者：吴淡如

页数：190

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《重新看见自己》

内容概要

从出生开始，我们就和自己相处，但是，你了解了解自己呢？

总有许多来自于传统、习惯、人性、爱情或欲望的迷雾，遮住我们的眼睛，使我们看不见自己。

每个人的心都是一口井，井底总有青苔，在阳光探不进来的阴湿处成长。

承认自己的问题，等于看清了一半。

剩下的一半，就要交给行动了。

帮助我们重新看见自己，是我们能给自己最好的礼物。

这样的礼物，一生受用，且一旦持有，生命力就不再遮蔽！

《重新看见自己》

作者简介

台湾知名作家及节目主持人。连续5年获金石堂最佳畅销女作家第1名，有“台湾畅销书天后”的美誉；两度获得金钟奖最佳教育节目、最佳谈话性节目主持人提名。

台大法律系学士，中文研究所、EMBA双硕士。吴淡如多才多艺、兴趣广泛，写作、主持、理财、创业各方面，都有非常好的成绩。跳弗拉明戈舞、学摄影、到全世界各地旅行，多彩多姿的生活也令人艳羡。

她说：“活得开心，人人愿意和你在一起。别把生活的脸孔绷得太紧，爱自己，人人更爱你。”笑得美丽，活得有力，玩得用力，快乐与不快乐，都自食其力。

这是吴淡如的“快乐人生新主义”！

另著有《梦想会生利息》《最大的冒险》《不生气的技术》《成全自己》《了解人性的八堂课》等书。

《重新看见自己》

书籍目录

自序	
PART 1	
用行动，发现新潜力	
如果没有自信，找不到任何人生乐趣，只把自己的快乐建立在别人怎样看自己，整个人变得假假的，或者变得“生人勿近”，人际关系只会越来越差。	
从小态度开始变	
人际关系变好很简单	
怎样讲话讨人爱？	
最吃亏的刀子嘴豆腐心	
不让谣言中伤	
是安慰，还是火上加油？	
下次不想跟他约？	
无往不利的柔性绝招	
沉默未必是金	
只想行使否定权	
PART 2	
讲原则，爱得有创意	
感情好像是一间很小的房子，它能够放进去的家具实在不多，不肯送旧，很难迎新。还有，如果你想新旧并蓄，要得太多，常是一转身就会撞到桌角。	
你出一半，我出一半	
爱情中的猎人心态	
理工科男子的专业癖	
他会爱女人吗	
荒谬剧的导演住手吧！	
手机与两性关系	
可惜就是爱赌气	
要依偎，不要依赖	
不快乐的喜帖	
找不到MR.RIGHT的女人	
女人老想找饭票	
柴可夫斯基症候群	
姐妹妹妹差很多	
怎样才是好男人？	
PART 3	
以尊重，常葆真情义	
失去了平衡，到了无微不至，就变成了烦；好事作尽，变成爱管闲事。爱，到底要让你爱的人在两性关系中找到他的长处，他可以发挥的地方。	
要命的亲密称呼	
失落的荒野大镖客	
精神上的黄脸婆	
创造微妙的平衡感	
吃醋上瘾症	
闷葫芦大丈夫	
无解的婚姻练习题	
不该你的不要拿	
该你的也未必能拿	
再亲密，也有负面情绪	

《重新看见自己》

害怕拥抱的理由

PART4

有计划，发现生命力

理想可以分段实现。

一步一步往前走的人，一回头往往也会惊讶，自己什么时候已经走过万水千山，当初最难爬的第一个山尖，在眼中，竟然只是一个小小的土丘？

快掘你的井吧！

有生命力的人最可爱

没人要无业游民当女婿/失败的人总有失败的理由

谁爱唱歌给狗听/成功的人总有成功的理由

承诺要及时实现

如果你不属于大多数

请做个快乐的母亲

算命算掉爱情运

赚得多的人请小心

世界用同样的眼光看你

《重新看见自己》

精彩短评

- 1、有段时间为了家庭关系烦心不已，看了这本书，有种豁然开朗的感觉，看来鸡汤有时还挺管用的
- 2、扫了一遍，觉得对自己帮助不大。
- 3、一切都是浮云，关键是找人实践
- 4、值得一读，让我们重新认识自己，享受快乐幸福的生活。
- 5、选读
- 6、重新认识自己，以全新的心态走向生活，走向社会，走向人生.....

1、认识自己，改变自己，改变世界 首先这本书的封面是我个人极其不喜欢的，一个女士站在看不见尽头的汪洋大海中仿佛迷失了自我，这着实令我胆颤。或许封面设计者是想告诉读者迷失的人正在重新审视自己发现自己改变自己，看那似乎有一道光。但是本人总觉得或许以另外一种温暖的场景告知或者说警示更好些。拿到书我一般喜欢先粗略的泛读一番，看看目录，看看书的整体结构。莫名的突然让我想起了我读书时特别喜欢的一位作家--刘墉，是的他们的写作方式上似乎也差不多。在当下快节奏的生活中，我们常常无心亦无力去看一本冗长的长篇大论，而对于这种似乎散文式的议论文手法确实对得上胃口。我们可以买一本放在床头，早上醒来晚上临睡时看看其中的某一篇，这并不打乱你下次继续看的节奏。我一直这么评定一本书是不是好书，它有没有给你审视自己的力量，并让你通过三省进一步改进自己某一方面的欠缺，或者说是一直被你隐藏在某个角落的阴霾，你以为你不想不做它就会自动消失的那个阴霾。“活得开心，人人愿意和你在一起。别把生活的脸孔绷得太紧，爱自己，人人更爱你。”笑得美丽，活得有力，玩得用力，快乐与不快乐，都自食其力。”这是作者说过的话，我当时看到很欣赏，因为这也是我一直以来想要的一种生活状态。当我读完这本书，给我的感觉是一种放松，豁然开朗，使我想了很多很多。正如作者为人洒脱，字里行间体现的也没有沉重的包袱。尊重、沟通、体谅等等生活遇到的小小问题，在作者的笔下栩栩如生的跳动着，你读着读着，想着想着，突然脑门一亮，咦，这不是我曾经或者现在正在烦恼而无解的事情么。作者不会告诉你绝对的处世原则而是会引出一些小故事，他人的或者自己的给你参考解答。里面不乏讲到男女婚假之事，未结婚的已结婚的都各自有各自的烦恼。我想到了我自己，我的婚姻确实并不被任何人看好。一直到现在还有人在非议，他们会见缝插针。当看见你很好的样子他们便不言不语，当见你们有点小矛盾，便引发一大篇的人生大道理。我突然也想起了我的表姐，她的婚姻使父母困苦不堪，曾经以泪洗面，后来与她谈心时字里行间的悔恨。我们有个共同点都是经济上的原因，但是不一样的是她承认后悔而我却从来没有承认过也不想承认。因为在我的人生字典里，只有向前看没有向后看的道理。我确实也提倡快乐主义，我活的也很洒脱。虽然说我找的那个他在经济上无法达到富裕状态，在我看来确是非常适合我的人生伴侣。他尊重我，支持我想干的任何事情。当我有了宝宝，我爱上了手工，他从来没有阻止过我，一度地给我支持。然而中国传统的观念，“长期饭票”的观念，常常成为我们婚姻生活中不开心的成分。我并没有烦恼依然沉浸在我爱书看书的世界中，依然陶醉在手工世界的芳香中。在我看来人生有失并有得，虽然经济上并不宽裕，但是我们创造的每一分财富都是自己努力得来的，我们有共同的一个愿望。我曾经想过我如果按照我父母的意思嫁给有房有车的男士，家里有能干的公公婆婆，我的生活又将会怎样。我真的想过，但是后来我还是觉得我现在的的生活正是我想要的，有追求有奋斗的动力又何尝不好。他们以为我败了，我却以为我活的应当。有好些人因为种种束缚制约了自己的天性，比如明明是同性恋却为了让父母抱上后代不得不娶了一个女子或嫁给一个男子，结果是害人害己。我认识的朋友中她的一个长辈就是这样，婚后当妻子生下女儿，他就告诉妻子，经济上你无须担心我会给予你，但是那方面我无法满足你因为我的性取向不同，我不介意你在外面找性伴侣，你有事我会比一般丈夫对你好。说实话，听到这里我是悲哀的。不过直到现在他们还是这么过着外人羡慕的神仙眷侣的生活。我们不要欺瞒自己，按本心生活又有什么不好。难道外人认为你幸福你就幸福了么？正如有句我们常常听到的话一样：生活就像白开水，冷暖自知。尊重自己，自己活的快乐，你才会看到爱你的人也一样快乐。如果当下你已有儿女，你希望你的子女长大后成为怎样的人，首先你该成为这样子的人。常常会听到姐妹们哥们们说当我老了的时候怎样怎样，这样的话想必每一位都听过，又或许可能我们自己就说过这样子的话。可是说句难听的话，世事无常，你敢肯定你能活到老吗？或许你会说可我现在真的没有办法去做啊，我以前也这么想。但是我后来发现我不去做，隔一段时间我又会想我该去做这件事情，看来这件事情对我应该挺重要的，或许能就此改变我的人生呢。忘了谁说的好像是马云，有梦想就去实现，万一实现了呢。就算现在不能马上挖口井，我们可以先挖挖泥土。去行动就会有希望，不去行动谈何希望呢。我有一个朋友，常常在我这里抱怨现在的工作有多不好，可是出去了又不知道有啥好工作。最后我终于忍不住了，直接告诫他：要么不要抱怨克服困难继续干下去，要么出去，不出去怎么知道有没有好工作。或许言语过激，但真真是我的肺腑之言，因为曾经我也犯了同样的错误。我们常常世界对我们不公，但是仔细想想失败的人是否都有失败的原因，成功的人是否都有成功的方法。有句话说可怜之人必有可恨之处，是的，的确。如果你现在很迷茫，你可以翻翻这本吴淡如的书，沏上一杯好茶，好好地重新认识一下自己，改变一下自己，你的世界会

《重新看见自己》

从此焕然一新。

章节试读

1、《重新看见自己》的笔记-第180页

你用什么眼光看世界，世界就会用同样的眼光对待你。一个人的的人际关系差，往往是咎由自取。面对一个善于猜疑的人，人们很难对他说实话；面对一个充满防卫心的人，我们也不由自主地在他面前穿上自卫的盔甲；面对一个拿刀在大街上走的人，我们若不能闪避，也只能兵刃相向。

2、《重新看见自己》的笔记-节选

如果没有自信，找不到任何人生乐趣，只把自己的快乐建立在别人怎样看自己，整个人变得假假的，或者变得“生人勿近”，人际关系只会越来越差。

感情好像是一间很小的房子，它能够放进去的家居实在不多，不肯送旧，很难迎新。还有，如果你想新旧并蓄，要得太多，常是一转身就会撞到桌角。

理想可以分段实现。

一步一步往前走的人，一回头往往也会惊讶，自己什么时候已经走过万水千山，当初最难爬的第一个山尖，在眼中，竟然只是一个小小的山丘？

失去了平衡，爱得无微不至，就变成了烦；好事做尽，变成爱管闲事。爱，到底要让你爱的人在两性关系中找到他的长处，他可以发挥的地方。

3、《重新看见自己》的笔记-第41页

越能让对方感觉他是良性地被需要，感情越能历久弥新。

有一位退休的老先生告诉我，在他太太去世后，他最怀念的是，从前每一次拿薪水袋回家，受日本教育的太太总会用两手接过去，以感激的眼神仰望他，说：“谢谢你为这个家这么打拼！”被需要的感觉、被肯定的甜蜜是那么温馨，每一次想起她，总是泪湿衣襟。

我们都得在日常生活中寻寻觅觅，找到一点生命的尊严。如果你从现在开始，眼尖一点，愿意发现那些被感谢遗忘的地方，轻轻说一声谢，道一声歉，感情世界永远不会令人绝望。

《重新看见自己》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com