

《从今天起，不活在别人的期待里》

图书基本信息

书名：《从今天起，不活在别人的期待里》

13位ISBN编号：9787210085149

出版时间：2016-7-1

作者：斑马

页数：272

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

《从今天起，不活在别人的期待里》

内容概要

· 本书为刷爆朋友圈的理性担当公众号：油炸绿番茄 创始人，新概念大赛一等奖获得者，壹心理2015年度*专栏作者斑马首次结集出版。

· 网络自媒体热转作者，十点读书，清华南都，HUGO，思想聚焦，彬彬有理，不畏将来不念过去，壹心理.....等大号头条转发。累计阅读超过2亿次的爆文，这不是鸡汤，这是关于生活的全部真相。

· 写给那些被世俗捆绑，被别人的眼光束缚，不敢做自己，在规矩和自我之间徘徊不定，始终心怀忐忑和不安的人。用犀利直接却不缺少善意，戳穿真相却心怀温暖的文字告诉他们：别人眼中的妥善和完美,都比不上让自己欢喜，真实的日子只与自己有关。

· 畅销书作家李筱懿、余点、艾小羊，独立女性自媒体大号HUGO，北师大新闻与传播学院副院长张洪忠 重磅推荐。

在这个人人都追逐成功，认为有钱有权有颜值才是人生赢家的时代，人人都活得太焦虑。

越来越搞不清楚，对自己来说，最重要的是什么。

这本书里，写了这样一群人。

有赚了很多钱，却依旧找不到安全感的女强人。

有每天加班到很晚，以为自己足够勤奋努力却并没有得到升职加薪的小白领。

有长相平庸能力一般却信誓旦旦非豪门不嫁的大龄女青年。

有被人嫌弃情商低不够圆滑世故却拿到了国际大奖的科学家。

.....

他们真实地挣扎着，如同你我一样。

他们想要做到让人艳羡，成为旁人眼中的完美，却日渐迷失了自我，越来越不快乐。

我们没有必要活在别人的期待里。

别人眼中的妥善和完美,都比不上让自己欢喜，真实的日子只与自己有关。

《从今天起，不活在别人的期待里》

作者简介

女性作家，第七届新概念作文大赛一等奖、上海文学短篇小说大赛一等奖获得者，壹心理2015年度最佳专栏作者，果壳【在行】认证专家。

公众号：油炸绿番茄（ID：tomato2050）

《从今天起，不活在别人的期待里》

书籍目录

Chapter 1

精神独立比经济独立更重要 / 001
比起经济独立，中国女性更需要精神独立 / 003
给你一张范冰冰的脸，你也未必过得好这一生 / 008
不和穷人谈恋爱，并不意味着你会因此遇到富人 / 014
比秀恩爱更难的是互不嫌弃 / 019
相亲那些不能说的潜规则 / 023
没有公主命，就别搞一身公主病 / 028
并没有什么比一个人吃饭更简单 / 033
如何拯救绝望 / 036

Chapter 2

在你一事无成之前，你的自尊心一文不值 / 039
一个牛X的公司应该以“秀加班”为耻 / 041
在你一事无成之前，你的自尊心一文不值 / 046
精神独立比经济独立更重要 / 001
比起经济独立，中国女性更需要精神独立 / 003
给你一张范冰冰的脸，你也未必过得好这一生 / 008
不和穷人谈恋爱，并不意味着你会因此遇到富人 / 014
比秀恩爱更难的是互不嫌弃 / 019
相亲那些不能说的潜规则 / 023
没有公主命，就别搞一身公主病 / 028
并没有什么比一个人吃饭更简单 / 033
如何拯救绝望 / 036

Chapter 1

Chapter 2

在你一事无成之前，你的自尊心一文不值 / 039
一个牛X的公司应该以“秀加班”为耻 / 041
在你一事无成之前，你的自尊心一文不值 / 046
别把你唯一的人生当作买彩票 / 050
为什么我们要做一名学霸而不是学渣 / 054
不是别人情商低，他只是不在乎你而已 / 060
你去看了世界，回来却找不到自己的世界 / 064
盲目质疑一切是任人宰割的开始 / 069

Chapter 3

为什么你的努力一文不值 / 075
为什么你的努力一文不值 / 077
没有一个冬天不可逾越 / 081
只要不被现实击垮，你就有一百种方法击垮现实 / 087
谁说情商低就一定没未来 / 092
别总抱着童年的伤不放 / 097
拒绝从众的“不合群”者 / 102
收起那些无用的仪式感 / 107

Chapter 4

爱情的真相不是你和谁在一起，而是你是谁 / 113
那么多你依我依的爱情，最终都败给了一场说走就走的旅行 / 115
你是曲终人散时不肯离场的那一个 / 121
你不是太恋旧，你只是不快乐 / 125
你砸瞎了我的一只眼，我却关心你有没有吃早餐 / 130

《从今天起，不活在别人的期待里》

爱情里，心盲无明 / 135

男人的爱，有时只是锦上添花 / 140

被玩坏的闺蜜 / 144

Chapter 5

婚姻里，到底要不要将就 / 149

婚姻里，到底要不要将就 / 151

不是对的人，离婚要趁早 / 157

遇不到好的婚姻是一回事，否定婚姻的美好是另一回事 / 161

没有安全感，婚姻如云烟 / 166

恨一个人有多简单？过得比他好就行了 / 173

熟能生巧，闲能生病 / 178

姑娘，你并不会幸福 / 182

Chapter 6

从小女孩成长到养孩子 / 189

BBC 中式教育胜利的背后：学霸还是学霸，学渣仍是学渣 / 191

别再对人说“等你有了孩子……” / 196

活在朋友圈里的“母亲节” / 201

富养孩子前，还是先富养你自己吧 / 205

想讲几个童话 / 211

Chapter 7

你是要钻石，还是要爱 / 219

田蕊妮的逆袭 / 221

53 岁的不老女神关之琳，前半生是笑话，后半生是赢家 / 228

当我们和陌生人撕逼时，我们在撕什么 / 233

这个世界不是有“爱”就会变好 / 237

苟富贵，无“相望” / 242

多少颗限量版钻石都比不上一个有爱的世界 / 248

面对求助，要不要“致贱人” / 253

长发 / 258

《从今天起，不活在别人的期待里》

精彩短评

- 1、我们没有必要活在别人的期待里。别人眼中的妥协和完美,都比不上让自己欢喜,真实的日子只与自己有关。本书约书评,有意者豆油给我即可。
- 2、还算有点营养的鸡汤。三观还好。
- 3、一个人不应该首先活得是她自己吗?和《可爱的诅咒》很像的一本书,语言风格不一样啊,但是读完都能让你反思一下自己,并寻找到内心中那个真正的自己。我承认,我被作者骂醒了,哈哈。
- 4、有控制力的人明显生活更顺遂,克服自己性格中的绵软成分,不卑不亢。
- 5、这个社会充斥太多良莠不齐的鸡汤,以至于不知何时起“心灵鸡汤”成为了一个略带嘲讽的词汇,说真的一开始我以为作者也是个“煲鸡汤”的,然而读起来发现,这哪是油腻蒙心的鸡汤,而是夏日里让你顿感清凉的一杯mojito。其实我们的生活本就充斥着伪装,不需要毒鸡汤再为其拾柴,如果多一些这样的作者、这样的书,大家都会活得轻松一些。推荐!
- 6、喜欢每个章节的标题!
- 7、蛮多干货的,好几篇感觉都不错,不过到了最后感觉有些凑字数。
- 8、看一篇觉得非常对,看十篇就是所有文字划过眼睛,留不下丝毫痕迹.....
- 9、自媒体大潮下坐得住的那一类人。值得买回家。
- 10、我们总是选择听自己想听的话,而这本书就是我在当下想听的话:不要活在别人的阴影里,必须活出自己。作者写了在爱情中,在工作中,在其他关系中一些真实存在的案例,文风张扬,看完后确实觉得喝下了一碗鸡汤。不过,举的例子有点重复,看到后面就疲劳了。
- 11、一路走来,关键字只剩“错过”。只怪梦幻太美好自催眠了吧。光芒万丈后的逞强与付出不是谁都能承受的住的。艳羨并为每一个有光芒的girl点赞。你狠坚强。
- 12、一本教人如何加入豪门的书,推荐刷屏的10几个友邻,我将取关你们了。
- 13、内容和书名不符,标题倒是吸引人,但除了开始几篇文章,后面的内容沦为了车轱辘话,吐槽多,却没有营养,甚至吐槽都吐的不够精彩,闲的无聊可以瞅瞅。
- 14、花了两小时看完,印象最深:付出的努力没价值没那是因为没有创造价值。为什么觉得自己工作很卑微,内心聒噪,大概是这么回事吧
- 15、还算可以吧 口水书 对书中一些观点还算合拍 努力生活吧
- 16、不读鸡汤这么多年,没想到还能读到真正像打针一样令人清醒的鸡汤,姑且还称为鸡汤,可这鸡汤,太好喝了有木有。
- 17、很久就在关注作者的公众号了,有很多文章都超级有共鸣,读完就觉得这娘们好懂你~应该是那种嘴巴能毒死你但却依旧有一颗善良的心的孩子~知道出书后立马下单,不知会不会来我们的城市签售呢
- 18、非常差的一本书,作者的态度可能也决定了这本书属于质量不高行列一员的原因。首先是语言拖沓,其次逻辑不清,第三文风粘稠不爽利。因为是看了一个朋友推荐,又看了她的公众号觉得一个母亲带着孩子写作很不容易,但是很抱歉,这本书真的不必浪费钱来看了。属于鸡汤中比较难喝的一种。
- 19、闻着像鸡汤,喝起来是碗参汤。

《从今天起，不活在别人的期待里》

精彩书评

《从今天起，不活在别人的期待里》

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