

# 《写给亲爱的妹妹》

## 图书基本信息

书名：《写给亲爱的妹妹》

13位ISBN编号：9787543047600

10位ISBN编号：7543047608

出版时间：2010-3

出版社：武汉

作者：韩梅梅

页数：221

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](http://www.tushu000.com)

# 《写给亲爱的妹妹》

## 前言

这本书，是我写给我妹妹的，也是写给所有比我年轻的女人的。写这本书的想法起源于2008年7月的一天，我无意中在妹妹的博客里，看到她的绝望的情绪。她说，时常感到无望，孤独总是形影相随，“一个人，真的好难！”那个雨天，我给她的留言：亲爱的妹妹：生命中要孤独面对的事情太多了……即便你身处热闹，即便你成了家，即便一切“成功”都实现……但是还有很长的路要一个人去走，还有很多的难题要一个人去面对，还有很多的感受要一个人去体会……不是你这样，是所有的人都和你一样……你要相信你是一个特别的女子，你善良的心，性情单纯，还有你的坚强，对美的敏感，这些天然的本性，足以值得让好男孩来爱你…尽管你没有很高度学历，但是你懂得分辨和宽容，愿意阅读……尤其你能吃苦，能把10块钱一件的衣裳穿得漂亮，能把一个高低床的下铺收拾整理得温馨，吃得差一点，你从来也不埋怨……这些都让我自叹不如，并且更加更加认为你将来一定会是一位好太太，好母亲……尽管我已经在脑子里帮你设计过好多种婚礼，但是我还是不认为嫁出去是人生的目的……一定要遇见一个欣赏你，并且疼惜你，你也爱他的人才嫁给他……我相信缘分这个东西，它对每个人都是公平的，你这么好，它肯定会来，所以，不要着急，现在要做的，只是心平气和地，过好自己的生活，等着它来到而已……而保持美好的本性和追求进步，才是一生的功课……其实生活细想起来真是很简单，就是让自己过得好些，再让亲人过得更好些，让周围的人们过得更好些，这个世界于是也变得好些了。就让这个留言，作为这本书的序言吧！

# 《写给亲爱的妹妹》

## 内容概要

《写给亲爱的妹妹》是一本每个女孩都应该看的书。亲爱的妹妹，做你自己，不要刻意去取悦别人。亲爱的妹妹，积极去做你可以想到的每一件事情。亲爱的妹妹，当你感到不幸与痛苦，你应该记住，这一切都是会改变的。亲爱的妹妹，给自己的生活一点目标或者企图吧！想一想有什么值得奋战的事

。

# 《写给亲爱的妹妹》

## 作者简介

韩梅梅，女，金牛座。毕业于北京电影学院导演系 性格认真固执、热爱生活 爱好：小说，唱歌，烹饪，摄影。

著有《写给亲爱的妹妹》、《有些事现在不做，一辈子都不会做了——创意生活》等书。

# 《写给亲爱的妹妹》

## 书籍目录

Chapter 1 妹妹，你必须有一颗坚强的心Chapter 2 妹妹，女人一定要疼惜自己Chapter 3 妹妹，有爱情，就有孤单Chapter 4 妹妹，给你几个改变生活的小诀窍Chapter 5 妹妹，女人不要太抓狂Chapter 6 妹妹，自信的女人最美丽

# 《写给亲爱的妹妹》

## 章节摘录

1 《写给亲爱的妹妹》相关资料 写这本书的想法起源于2008年7月的一天，那是妹妹来北京工作一周年的日子。那天，北京下了一场很大很大的雨，我无意中在妹妹的博客里看到她写到的自己的生活，不但流露出孤单的情绪，还有很多的迷茫和困惑。甚至，对自我的否定。

## 《写给亲爱的妹妹》

### 编辑推荐

《写给亲爱的妹妹》教给你：如何面对不完美的自己，如何追求好的自己，以及如何在变化多端的世界里寻找快乐。保持美好的本性和追求进步，才是一生的功课…… 生命中要孤独面对的事情太多了……即使你身处热闹，即便你成了家，即便你一世“成功”都实现……但是还有很长的路要一个人去走，不宜很多的难题要一个人支面对，还有很多的感受要一个支体会…… 不是你这样，是所有的人都和你一样…… 你要相信你是一个特别的女子，你善良的心，性情单纯，还有你的坚强，对美的敏感，这些天然的本性，足以值得让好男孩来爱你……尽管你没有很高的学历，但是你懂得分辨和宽容。愿意阅读……尤其你有吃苦，能反10块钱一件的衣裳穿得漂亮，能把一个高低床的下铺收拾整理行温馨，吃的差一点，你从来不埋怨…… 这些都让我自叹不如，并且更加认为你将来一定会是一位好太太，好母亲……尽管我已经在脑子里帮你设计过好多种婚礼，但是我还是不认为嫁出去是人生的目的……一定要遇见一个欣赏你，并且疼惜你，你也爱他的人才嫁给他……我相信缘分这东西，它对每个人都是公平的，你这么好，它肯定会来，所以，不要着色，现在要做的，只是心平气和地，过好自己的生活，等着它来到而已…… 而保持美好的本性和追求进步，才是一生的功课…… 其实生活细想起来是很简单，就是让自己过得好些，再让亲人过得更好些，让周围的人们过得更好些，这个世界于是也变得好些了。

## 《写给亲爱的妹妹》

### 精彩短评

- 1、喜欢韩梅梅干净、简单的笔调~不是每个人都是作家，但是每个人都有可能写出作家般的话。“我要你相信温暖，美好，信任，尊严，坚强这些老掉牙的字眼。我不要你颓废，空虚，迷茫，糟践自己，伤害别人。你要有强大的内心。要有任凭时间流逝，不会磨折和屈服的信念。不是因为你在象牙塔中，才说出我爱世界这样的话。是知道外面的黑，脏，丑陋之后，还要说出这样的话。”
- 2、写给亲爱的妹妹，this is what I wanna say to u. 无关爱情，只是与最好的自己相遇。This is everything I want you to be. 谨祝岁月静好，喜乐安康~
- 3、自我成长的路上，有些道理早些懂也好。
- 4、好看
- 5、发现自己的美，爱自己！
- 6、不管失意或得意时，静下心来读一读，你会发现自己有理由让自己变得更好。
- 7、闲暇时可以一看的书，适合女性~~
- 8、文笔流畅，亲切，有穿透力
- 9、姐姐送给我的 已读完很不错
- 10、写给女生的一本书，在线浏览，只记得大概内容，挺励志。
- 11、最喜欢这几个改变生活的小诀窍

- 1、和相遇的人打个招呼
- 2、站在马路边，看看天上的云吧
- 3、今天爬爬楼梯吧
- 4、对出租车司机和超市收银员说声谢谢
- 5、生气在所难免，不要随便对别人发飙
- 6、扔掉不需要的东西
- 7、改掉心神不宁的坏习惯
- 8、挂电话时，说：我要挂电话了哦
- 10、列出明天要做的事情
- 11、买两本科普读物来读
- 12、做两件一直想做又一直没有去做的事情
- 13、释放坏心情
- 14、别忘记感谢支持自己的人
- 15、悲伤时，就让自己忙碌



## 《写给亲爱的妹妹》

- 15、去看一场让你哭得死去活来的
- 12、受打击的失眠之夜，看这本书会觉得不那么难过  
但是，遗憾地发现两处印刷错误。
- 13、适合小女生看吧。当时很喜欢的书，妈妈挂盐水的时候带着这本书去看，结果后来弄丢了，大哭了一场
- 14、建议型书籍，是初一的时候读的吧，我觉得没什么用。
- 15、治愈系的一本书，好窝心，谢谢你姐姐。
- 16、说实话，除了书的序言，我不认为这本书怎么样。写的是一些随处可见的tips。好像除了那篇是留言的序言外，其他的内容作者并没有投入太多的感情。但我也不得不承认，里面的tips还是给了自己一些启发和引导。但不管别人怎么说，怎么写，要做到善待自己，还是得靠自己。另外，书里的错别字不要太明显。有了序言，不能写个像样的后记吗？就像看电视看到一半突然断电。十分不爽。还是谢谢姐姐送给我这本书。
- 17、再次觉得每章节又说到心里去了。特别是昨天看着某幸福的小女孩溢于言表的活蹦乱跳~就感动加欣慰。果然只要女孩子还没有爱昏了头，直觉就是比较正确的~要了解真相还真的需要自己去照镜子，还有就要cherish那些肯讲老实话的好朋友。
- 18、读了2个小时。周日上午十点到十二点。也想送给妹妹一本呢。
- 19、我真的很喜欢这本书~
- 20、意外的发现，先开始还觉得挺矫情，看着看着就感到不是说教而是一种以过来人介绍她的生活。书的包装和设计都很好看
- 21、是好朋友送的多以看完了  
没有说教的口吻 很温暖 恩 就是这样
- 22、多次触及到内心，很简单的道理，懂未必可以实践~~~
- 23、女性的忠告
- 24、淡淡的笔触，还是很能打动我的~~
- 25、一个女孩子如何成长，适合20-25岁的人看
- 26、我就好想好想有这样的姐姐 给我安静的话语与安定的拥抱。
- 27、大多都是网上可以看见的励志文章。随便看看就行，不会给人生留下太多记忆。
- 28、讲的也不是什么大道理 却是真正觉得梅姐在像对一个妹妹给你关心，指引你走出失意。保持美好的本性和追求进步，才是一生的功课。
- 29、接受小小的自我，心中容下大大的世界。如果你决心爱一个人，就要有心理准备，有一天，他将会离你而去。
- 30、有时候 有些书 能带给你有些力量
- 31、姐姐给妹妹写了很多话，比如‘做你自己，不要刻意去取悦别人。’‘积极去做你可以想到的每一件事情’等等。  
我觉得姐姐说的很对，‘做你自己，不要刻意去取悦别人。’ 不要让别人重视你，而去讨好别人，只需要做你自己；‘积极去做你可以想到的每一件事情’ 不要怕出错，做自己想做的事情；‘当你感到不幸与痛苦，你应该记住，这一切都是会改变的’。； 当遇到困难的时候，千万不能退缩，因为一切皆有可能；‘给自己的生活一点目标或企图吧，想一想有什么值得奋战的事’ 为自己里一个目标，为那个目标尽所有的努力，也许会有好结果。这个故事告诉我们，保持美好的本性和追求进步，才是我们这一生的功课。所以我们要做好现在的自己，还要追求进步。
- 32、这本书读着就像我姐姐和我说的话，姐姐对妹妹说：一定要遇见一个欣赏你并且疼惜你，你也爱他的那个人才嫁给他。谢谢hanmeimei.
- 33、有几篇还不错，其余参差不齐。
- 34、当年送给我妹的14岁生日礼物。
- 35、仿佛真是自己从小一起长大的表姐在耳畔娓娓道来，虽然都是平淡无味的鸡汤，可是是姐姐煲出来就更有一番亲情的香郁。
- 36、都是道理。。。。浅了
- 37、重要的不是说了什么，是还有人愿意说给你听。

## 《写给亲爱的妹妹》

- 38、很温情。这样的姐姐真棒
- 39、早上起来的时候会在寝室里读，适合自省
- 40、以后要反复读~
- 41、蛮喜欢她的字的，不过跟所有类型的书一样，没什么实际的用途
- 42、现在再来看都是隔靴搔痒。而在当时带给我的却是一种难以言喻的改变
- 43、这种书不适合我.....
- 44、温暖人心的说，还有就是他送我的2010年的生日礼物。
- 45、很多路要一个人走，所有人都一样。生活细想起来其实很简单，让自己过得好些，再让亲人过得好些，让自己周围的人过得好些。所以，不要随便对别人发飙，保持美好的本性和追求进步，这个世界就会变得更好。
- 46、每一个想要变得自信与成功的女孩都值得一读。
- 47、正能量
- 48、可以作为枕边书..有些话默默的读能获得力量
- 49、感情很细腻~要变得强大
- 50、纠正成长轨迹的暖人读本，但结尾有凑字之嫌

## 《写给亲爱的妹妹》

### 精彩书评

- 1、像个知心大姐姐，读完觉得很温暖最喜欢这几个改变生活的小诀窍1、和相遇的人打个招呼2、站在马路边，看看天上的云吧3、今天爬爬楼梯吧4、对出租车司机和超市收银员说声谢谢5、生气在所难免，不要随便对别人发飙6、扔掉不需要的东西7、改掉心神不宁的坏习惯8、挂电话时，说：我要挂电话了哦10、列出明天要做的事情11、买两本科普读物来读12、做两件一直想做又一直没有去做的事情13、释放坏心情14、别忘记感谢支持自己的人15、悲伤时，就让自己忙碌15、去看一场让你哭得死去活来的悲剧16、学习你佩服的人的做事方法心胸开阔，保持一颗“学习心”
- 2、首先是因为封面吸引了我的眼球，而且也不厚，里面都是彩色的，看起来不会乏味。其次是书名，一开始就比较喜欢，也蛮有感悟的。再后来深深的被每一篇所吸引，一口气把四本全看完了，因为可能不会全体会。就全买了，感觉不错，以后可以慢慢品味。
- 3、这本书是一本很好的心灵鸡汤，我相信每一个善良的女孩都应该读一读它，学着保持一颗安静的心，善良而美好。一个人的时候也要学会爱护自己，拥有属于自己的生活情调。孤单的时候，临窗而坐，抚卷沉吟；亦或是泡一杯热茶，慵懒地躺在沙发上，读几首小诗，听窗外安静的虫鸣，听淅淅沥沥的雨声，不亦乐乎。日子是用来过的，生活是用来感受的，时间是用来珍惜的。只要心里有阳光，世界便是光明和温暖的。写给亲爱的女孩们，我们都应该是善良而美好的。
- 4、会购买这本书纯属是意外吧。因为封面是我喜欢的调调。从来没有考虑过世界内容。枕边书看过后有些许温暖。正如书名所写“每个女孩都应该看的书”有些书评会觉得是不是本“道理书”但是，我更觉得，这事一本会温暖人心的书吧。
- 5、起初关注到这本书，着实是因为封面啦，因为我是一个不折不扣的碎花控，我对所有带有碎花的事物都有着无法控制的大爱。但是后来在书店中翻看，突然觉得这本书好暖心啊，尤其是刚开始看到说妹妹你要自己建立强大的内心，一下子就触碰到我了，然后就是后面的语句，就算是在寒冬，也有暖心的味道。极力推荐哦，建议珍藏.....
- 6、拿起这本书是在我并不愉快的时候。看到这样亲切温暖的文字，平抚了我浮躁的情绪。书里几乎每一句话都让我有所收获。爱自己，乐观积极，做一个成熟的女人，是我所读到的。当然，我也会让这些出现在我的生活中。将它放在书桌上，随手翻阅。时时提醒自己，做一个温暖而又强大的女人。
- 7、那段很黑色的时间，这本书一直放在床头，每翻过一页，心里就更暖和了一点。这本书写的很温馨，真的犹如有这么个姐姐将心比心的和我讲述她的故事、她的经历，给予我很多鼓励。
- 8、一本简单的小书初瞄上他是因为美丽的封面吧。。。然后看了一眼作者——韩梅梅，让我想起了初中英语课本里的女主角索性借出来翻看 一本亲切的书 适合放在床头 晚上快睡觉的时候翻两页
- 9、去书店看中这本书 一开始仅是因为封面 再一个事想到了正是高三的妹妹拿着这本书翻看了几页 动力源自于先了解这本书在说什么 到时候可以真正意义上送给妹妹每一个章节都是一个主题 每一页描写都是一次提醒 除了简洁的叙述外更让我去思考 每个女孩都要学会这样待人处事 做自己

# 《写给亲爱的妹妹》

## 章节试读

### 1、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第28页

“凡事都一口答应，没有自己的欲望与需求，这样的付出同样是有目的的、是期待回报的，不见得是完全毫不为己的。你有求必应，别人不一定乐在其中。一旦别人不领受你的好，你就会完全失去主张，不知道自己是谁。”

### 2、《写给亲爱的妹妹》的笔记-有爱情，就有孤单（1）

“亲爱的妹妹，我们追求的爱，绝不仅仅为了得到一份以身相许的关系  
亲爱的妹妹，这一章，我要告诉你，爱情是最美好的东西，爱情是人生的钻石。但是，你要记住，男人和女人在一起，建立一种美好的关系，这种关系的真正目标是为双方提供一个共同成长的美好旅程，而不是仅仅为了得到一份以身相许的关系。”

### 3、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第46页

“作为一个女人，你必须找到一个属于自己的生活方式，不是为了做女强人，不是因为野心勃勃，不是因为找不到依靠的男人，你所寻找的使一个使自己为之奉献、为之倾注心血、为之运用你的智慧、为之思考的存在。它是你生命的入口，你通过它，拥有自己的一片天地。”

### 4、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第67页

面临选择，不要犹豫，因为任何一种选择，只要你奔着它努力，再坏的结果，也是个结果。黄围巾也好，红围巾也好，随便买一条回去，总有派上用场的时候。

### 5、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第47页

“放弃是让人学会有所选择。”

“人总是因为失去而痛苦，这点是肯定的。但是失去的同时，意味着你为新的事物留有了空间，这点也是肯定的。往这个方向想，会让你的痛苦消失的快一些。我们对于已有的美好，不忍放手。夕阳让人感伤，花落令世界萧瑟，但是新生紧随其后。当你的心中有了空虚感，有了空缺，它就会被新的东西所充填。所以首先，你必须学会放弃。如果执意挽留，就很难走出外物的羁绊，很难走出自己，你会始终处在害怕失去的悲凉之中。

什么都想得到，什么都不忍失去，到头来，发现自己其实一无所获。

拥有放开的勇气，让你不在为生活的琐事而烦恼，不会患得患失，让你活的果断而潇洒。”

### 6、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第66页

你必须抛弃绝对的完美主义，这不是追求完美，这是强迫症。

### 7、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第45页

“妹妹，将来你也会成为一个家庭妇女，如果是那样，你也要把家庭妇女这件事做的漂亮。我相信这个活儿不定比当个女强人来的简单。如果你不懂得琴棋书画，那就尽力去把洗衣做饭的事做的无可挑剔、无懈可击，做到无人能及，把它当作真正的事业来做。哪怕你只是种花，你就不能把花养死，你必须把种花当门艺术对待，你要种出令人惊喜的品种，而不只是小儿科的别人在封闭阳台上也能养活的品种，你要成为种花的专家。”

## 《写给亲爱的妹妹》

### 8、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第25页

别花时间在那想东想西，站起来就是了!有了下一步做什么的打算，我们才会把注意力集中在追求喜悦上，我们早上就有起床的动力。

给自己的生活一点目标或者企图吧!

动起来吧，去走走，哪怕去找点东西吃，对自己是相当有利的，因为你不光从食物中得到了精力，尤其重要的是从心里获得了一股行动的热情。这股热情会越积越多，让你对事物有所企求，有所期待。

### 9、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第71页

失去的东西

其实或许未必就真正属于过你

所以，我们也不必惋惜

### 10、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第66页

再坏，也不过是件事，不是人命，重来就是。

### 11、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第23页

“亲爱的妹妹，积极的思考方式或消极的思考方式，将决定你的心情。你持一种积极、乐观的态度，你便会以一个清晰、明亮的方式观察生活。乐观的时候，你会看到潜力，看到透过云彩散发出的阳光。用这种朴素简单的态度去看待和体验生活，就会让自己生活得更好一些。如果你持消极态度，一个乌云密布的方式就会扭曲你看到的事物和做的任何事。最坏的是，它将遮蔽你生活中积极、光明的一面。”

### 12、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第24页

有时候竟然不知道怎样去爱自己!我总是处于即将可以快乐的地步。半夜醒来，看着睡在我身边的他，我试图去抚摸他，他却翻了一个身，背向着我，这一秒，觉得他离我好遥远好遥远，觉得从心底酸到心头里。

### 13、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第17页

"亲爱的妹妹，我们都有“自我”，但有时候它会挡住我们的路。”

### 14、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第12章

我们小时候都在盼望长大，长大了，却从来没有听见哪个人说：“我希望再长大一点儿。”我认为其中一个症结在于我们对“现在”太过着迷，害怕未来。我们在不知不觉中忘了时间的真理：未来虽然不可知，却可以带来过去从未有过的经历。整个世界都在改变，未来会有之前生活累积的成果在等着你，那是令人向往的。因此，亲爱的妹妹，未来的时光可以是一个契机，让你去改变你的生活、实现你的目标和做你想做的事。不管你几岁：十岁、二十岁、三十岁……你都要尽可能善用时间。你可以在每个方面积极成长——心智、人际关系、才能、感受，甚至身体状况也是可以渐入佳境的，你可以变得更快乐。

## 《写给亲爱的妹妹》

### 15、《写给亲爱的妹妹》的笔记-写给亲爱的妹妹

快乐来自心境，而非遭遇，让心灵为你工作，  
对自己不满=某人对你不满的开始，那些不满意，不一定是真的，正面暗示自己，  
会说不，表达己见，保持沉默，  
积极去做想到的每件事，  
只专注于一刻，别花时间想东想西，站起来就是了，  
有属于自己的自我，有主见，会说不，有原则，  
抛开自我，活得轻些，别在意小事，而大部分事情都是小事，  
所有不快，只要不是灭顶之灾，反而可以带来力量，增强个性，  
不管多少岁，善用时间，成长，  
受人尊重，胜于受欢迎，  
所有成长与成功，都要冒险，做个积极改变的人，  
去爬山吧，晒太阳，呼吸新鲜空气！  
快乐，不是刺激，也不是狂喜，刺激与狂喜的顶峰下来的人，一定都是疲惫的，  
交朋友，对方的眼神，平和且宁静，  
宽容，体谅他人、每一个人，=善待自己，  
LIST：你想改变生活的哪方面 改进到何种地步？ 你能为此做到的事？ 一步一步，行动！  
抛弃不自信的念头，自爱 自恋，自爱：照料自己，善待身体，修养心性，了然生活的美恶后，仍然热爱，  
美丽是一种心情，一种气氛，一种气质，而非外貌，  
必须抛弃绝对的完美主义，这不是追求完美，这是强迫症，  
种花，一门艺术，  
事业心 女强人 野心家，不是不依靠男人，而是有自己的天地，  
所有的不舍，都是身外之物，大度些，舍得，  
爱情，与对方建立美好的关系，真正目标是，共同成长，是培养，不是得到，  
创造自己的高度利用性，帮助对方成长，提供，  
两人有共同信念，否则无法同行，想要真爱，先找到真的友谊：  
坦白情绪，划清界限，及时行乐，  
感觉吸引，这想法太短浅了，梦中情人，是“遇”来的，不是“抓”来的，  
追求爱之前，自己先可爱，值得被爱，  
找不太在乎的对象实习一下，不一定每次都找你喜欢的，  
善用肢体语言：笑颜，姿势大方，微前倾，让对方感受到你的回应，只是眼睛，对小狗与小孩一样对你的爱人，  
改变生活tips：和相遇的人打招呼，看天空（如等车时），爬楼梯，对服务工作者说谢谢，专注练习，  
挂电话时说“我要挂电话囉”，结束前提醒对方“我走囉”，  
列出明天要做的三件事，五件今日感恩之事，读科普书，感谢支持你的人，学习你佩服之人的做事方法，  
心胸开阔，学习心，接受批评，了解自身盲点，  
注意心中模糊不清不舒服的感觉：是镜中，是你敏锐的直觉在提醒你，  
去认识与你截然不同的人

### 16、《写给亲爱的妹妹》的笔记-第33页

“妹妹，要记住，最要紧的不是我们今天处于什么状态，而是我们朝什么方向走。”

### 17、《写给亲爱的妹妹》的笔记-妹妹，女人一定要疼惜自己（18）

## 《写给亲爱的妹妹》

"可是生活是你自己创造的，能告诉你答案的只有你自己。接受风险，并努力创造，是你的必修课。没有一架承前启后的桥梁让你安全过渡，两者之间的鸿沟，靠你自己去跨越。"

# 《写给亲爱的妹妹》

## 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](http://www.tushu000.com)