

為什麼我不敢告訴您我是誰



[為什麼我不敢告訴您我是誰](#) [下载链接1](#)

著者:包約翰

出版者:道聲

出版时间:1992年06月15日

装帧:平裝

isbn:9789579085106

Why am I afraid to tell you who I am?

本書告訴你一個你所熟悉而又陌生的問題——「我是誰？」

每一個人都可以在這本書中找到他自己所扮演的角色，並能找出在現代錯綜複雜的社會中怎樣與人相處的秘訣。

作者介绍:

目录:

[為什麼我不敢告訴您我是誰](#) [下载链接1](#)

标签

心理学

为什么我不敢告诉您我是谁

香港中文大学推荐书目

心靈哲學

哲学

香港中文大学推荐书单

生活

励志

评论

为什么国内不出这本书呢？这本书从书名到导读到内容，都非常有畅销书气质，香港中文大学也有推荐，书的内容对处于不稳定期的大学生来说，确实是蛮有用的，为啥都没再出呢？

:无

强烈推荐~

台版的竖排版看的人太难受了，吃力到无法边读边思考，翻译水平和文风也令人无语，枯燥玄幻到仿佛在读圣经。同屋的女孩借给我的时候说这是改变她人生轨迹的一本书，我的天，让我怀着敬畏之情明天继续翻开…

應該是不錯的書 然而有些地方翻得實在讓人看不懂....

觉得很一般，可能是这类书看得多了，并没有惊艳到我，没有让我心意得着更新。接纳自己、善待他人、从情绪入手反思自己为什么会如此如此反应，是自卑感作祟、是惧怕被轻看、是担心暴露自己的名不符实。爱与惧怕，不能相容，因为爱里没有惧怕，愿我活得坦荡荡、爱得坦荡荡、walk in the Light。愿神保守我，使我保守自己活在祂的爱里，坦然无惧，刚强壮胆，因为判断我的乃是主。

我不敢告诉你我是谁，如果我告诉了你，你可能会不喜欢这个谁，而这个谁，却是我仅有的一切。你我真正需要的是养成一点时间面对自己真正面目的习惯以及坦诚的交流。试图平静只会让你的情绪积攒，最后的爆发甚至连你自己都会觉得莫名其妙。

好看，清楚解剖人的内心。可是它一面倒寫不坦白的壞處，而沒有解釋坦白後如何應付被拒絕的情緒。

完全人的内向性与外向性的平衡；沟通的五个层次。

讲了要把真实的自己放在人前。但是没有教我，真心被扔进垃圾桶后要怎么收拾。践踏之后很痛。

我们每个人都虚与委蛇的过着生活，我知道坦诚无比艰难，可怎么能忍心辜负内心那个真实的自己。

曾经可以保护你的那些防御机制已经影响到你现在的生活啦，试着诚实的面对自己吧。看的台湾版本，繁体字加竖着书写影响阅读体验……

[為什麼我不敢告訴您我是誰](#) [下载链接1](#)

书评

这应该算是一本个性心理学的书，但是我看着却十分励志。
书的篇幅不多，字数简练，只要短短一天不到的时间便可以通读，在阅读的过程中，每每拍案叫绝。美国人在研究人的个性和心理方面果然十分深入，难怪走在学术前沿。本书出版于92年，但是这本92年的书却有看到现在仍然十分...

“我不敢告诉你我是谁，因为，如果我告诉了你我是谁，你可能会不喜欢这个谁，而那个谁，却是我仅有的一切。”
就是这句话让我决定将这本书读下去，尽管它真的看上去真的很像是一本心理学专业的入门读物。可是我喜欢这句话，不管其他人如何感觉，至少它道出了我的心声。 ...

这本书多年看的了，所以具体内容其实我是想不起来的。但是这本书当时看完后带给自己的改变，确是一直在受益。
道声出版社的这本书是以前一个香港的朋友送的，真是好机缘巧合，这本书送给我很久很久我都没有翻过。直到有阵子一直觉得自己内心很不快乐，当时也看了...

[為什麼我不敢告訴您我是誰](#) [下载链接1](#)