

当我开始爱自己



[当我开始爱自己 下载链接1](#)

著者:NANA

出版者:文汇出版社

出版时间:2015-7-1

装帧:

isbn:9787549614912

编辑推荐

●畅销书策划人NANA跨界策划。

陈亚豪、这么远那么近、宋小君、伊心、谢园、张佳玮、夏丽柠、小川叔、刀劈三观荔枝、小海、沈善书、沐溪等年度人气畅销书作者，韩寒“一个”APP人气作者联合策划创作。送给自己自由，从世界走向内心。你的孤独并不值得被歌颂，练习爱自己无需等别人成全。

●当我开始爱自己。

练习爱自己，不执着对未来的控制，不依赖别人的照顾，孤独就不再是威胁，不再是心痛，也不再是惩罚了。

●多位作者共同策划，作家+写手+影视策划人历经一年打磨而成。

10多位畅销书作者，20多个真实故事，多篇文章屡次登上豆瓣热门精选，各大网站阅读专题推荐。

●这个世界，更需要你来爱的是自己

每个人都想亲近这个世界，都想爱这个世界，但是，不要忘了，你只有先亲近了自己，才能真正亲近这个世界。一个与自己疏远了的人，一个抛弃了真实自我的人，一个不爱自己的人，根本不可能爱这个世界。

作者介绍：

本名NANA，80后图书策划人、编辑+影视跨界策划人、byzt出版人共同策划。

目录: 第一部分

这个世界，更需要你来爱的是自己

当我开始爱自己，

我才明白安静才是最温柔的力量。

不喧哗，自有声 003

不过是流着眼泪吃着肉 017

照顾好自己，并不轻言放弃 037

和一个喧闹的城市谈一场安静的恋爱 055

我什么都怕，唯一不怕的是挫折 062

爱自己是一种选择，更是一种能力

当我开始爱自己，

才明白活着就要去过理想中的生活。

我用奔跑告诉你，我不回头 077

你必须守住内心的火焰 087

· · · · · (收起)

[当我开始爱自己_下载链接1](#)

标签

心往

嗯

中国

评论

只有第一篇远近的可以看看 其余的都一般

冲这么远那么近给3分， 其他的……

[当我开始爱自己](#) [下载链接1](#)

书评

[当我开始爱自己](#) [下载链接1](#)