

重新看见自己



[重新看见自己_下载链接1](#)

著者:吴淡如

出版者:漓江出版社

出版时间:2015-5-1

装帧:平装

isbn:9787540775223

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！

作者介绍:

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》《不生氣的技术》《成全自己》《了解人性的八堂课》等书。

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
姐姐妹妹差很多
怎样才是好男人？

PART3

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
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
• • • • • (收起)

[重新看见自己_下载链接1](#)

标签

我想读这本书

吴淡如

漓江出版社

畅销

好书，值得一读

真心想读

成长

自信

评论

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

扫了一遍，觉得对自己帮助不大。

一切都是浮云，关键是找人实践

鸡汤偶尔看看

选读

重新认识自己，以全新的心态走向生活，走向社会，走向人生……

借于金图，吴淡如的书有点像淡奶茶，可以很快喝下去，所以看见她的书都会借来读读。这本风格依旧，但还是喜欢作者那种不断尝试新领域的心态。重新发现自己，说易行难，书中列了行动，原则，尊重，计划四章，每一张若干短篇构成，结构稍有点松散，鸡汤性文字不少，作为休闲的睡前读物还行吧

值得一读，让我们重新认识自己，享受快乐幸福的生活。

选读

一本能快速翻完的书，适合心情不好的时候下食

前几天刚读完这本，读的很快，到现在为止，这是看的吴淡如的第三本书了，因为喜欢她的书开始了解这个作家，她的作品读起来很轻松，很容易让人豁然开朗，但我在读的过程中还是一直在反省自己“我有没有这样？以后要怎么改进”

大学城图书馆大概半小时一口气读完

[重新看见自己_下载链接1](#)

书评

坚信“成功的人必有一种自信”的吴淡如，不论工作多忙，每隔一段时间，就会安排自己上新的课程。日文课、陶艺班、舞蹈课……每一件新鲜事都让她越学越有劲。她说：“所谓自我实现，未必要立下多大的目标，只要有些成长，你就会感受到生命的喜悦。”她喜欢尝试人生各种“可能…

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造自己，看那似乎有一道光。但是本人总觉得或许以另外...

[重新看见自己_下载链接1](#)