

# 做自己



[做自己\\_下载链接1](#)

著者:玛丽娅·史利弗

出版者:黄山书社

出版时间:2009年

装帧:精装

isbn:9787546101248

谨以这本小书献给老少探索者。

希望你们始终牢记，  
要相信自己的心灵，  
聆听自己的声音，  
并且勇于发现——你要成为怎样的你。

\*\*\*\*\*

你是谁，并不取决于你父母是谁，你成就了什么，又与谁结婚，而源自于你相信什么。  
我完全赞同Maria Shriver的主张。

——杨澜

古典时代的崇高精神已被今天的时代所排挤，而今天的时代生活却还未能为我们的人生构筑起精神的家园，人生韵迷失成了当下的一个普遍的事实，于是，与时下流行的，缺乏本真意义的价值观展开毫不妥协的对话就成为一种必要，玛丽娅此书加入了这场对话——这就是此书的精彩之处，让我在阅读之中有了哲学上的感动。

——王德峰

这是一本启发寻找回归真我人生之路的书！身为美国前总统肯尼迪的外甥女NBC的名记者加州第一夫人的Mariashriver一直在用自己的实际行动履践着她的诺言：在生活中以真我出现：绝不模仿任何人！

——靳羽西

你是谁不重要，重要的是你愿意是谁，如何让自己成为你愿意成为的那个自己。

——素墨

你将成为怎样的你，完全关乎你的心灵和思想，对任何一个寻找生命意义的人来说。此书都是值得一读的，正如作者所说：重要的不是你在生活中做什么事，而是你是什么人！

——王小慧

这是一个寻找自我的迷人故事，一个美丽女人拥有一切却失去自己，惶恐不安之际，她因着省视内心而豁然开朗，原来界定每个人价值的依据不是身份，外貌或财富，而是我们的内心深处的价值观及特质！哈，太精彩了！找到自己，就有宇宙无敌的扎实自信！让我们跟着作者一起来一趟心灵之藤，并再一次微笑地问问自己：“我想成为怎样的我自己？”

——张怡筠

作者介绍:

本书的作者是玛丽娅·史利弗（Maria Shriver）。作为美国前总统肯尼迪的外甥女，Maria是一个出身于声明显赫的肯尼迪家族的“另类”女孩，她嫁给了好莱坞动作片巨星阿诺·施瓦辛格，虽然她一直试图躲避自己家族的政治影响却又最终把自己的丈夫“打造”成州长。她既是在事业上成功的职业女强人，又是四个孩子的母亲，既是畅销书的作者，又是备受瞩目的加州第一夫人。

在作者的生活中，她一直沿着儿时的梦想道路前进，想在新闻事业上有所成就。但在她戴上加州第一夫人的头衔之后，她不得不舍弃自己多年热爱的NBC新闻记者的职业生涯。她陷入了人生的低谷。就在这时，侄儿邀请她在学校的毕业典礼上发表演讲。起初她拒绝了，她不知道深感迷茫的自己如何能给孩子们提出有益的建议。但她最终接受邀请并决定把这段心路历程发掘出来。Maria从最新的研究报告上看到，当今的孩子非常渴望出名，她告诉同学们名望不应该是他们人生的目标，她建议大家要听从心声的召唤，发现真我。她的演讲是如此生动和令人震撼，很多学生和家长都要求她根据演讲稿写一本书，以便让更多人受益，Just who will you be就这样诞生了。

目录:

[做自己\\_下载链接1](#)

标签

思考

心灵成长

玛丽娅史利弗

心灵

美国

梦想

成长

心理学

评论

做自己，找到自己

-----  
短小精悍，发人深省。做自己，才能拥有自己，才能找到生命中的源泉，才能让一切自然而然，如一朵花的绽放，自然、美丽、安宁……

-----  
做自己。为自己。

-----  
闹眼子的书，尤其推荐人写的序。看了没怎么打鸡血，作为励志书基本失败

-----  
认识自己，做最简单的自己

-----  
成功的秘密--随心所向。

-----  
[做自己\\_下载链接1](#)

## 书评

尽管文字不够华丽。但我认为作者很真诚的在写这本书。她真的是用自己的人生经历来告诉我们该如何的。看后还是很受启发的。

-----  
本来看到有很多自己喜欢的人推荐，觉得应该还不错，但是不知道是自己的理解有问题还是其他的什么问题，看完之后有种云里雾里的感觉，很失望

-----  
[做自己\\_下载链接1](#)