

# 自恋总比自卑好



[自恋总比自卑好\\_下载链接1](#)

著者:吴淡如

出版者:花城

出版时间:2010-8

装帧:

isbn:9787536060289

《自恋总比自卑好》内容简介：我们该自爱，但自怜可就不是好东西；该对别人好，但一味讨好，恐怕没有人认为该真正尊敬你。人生常摆着两条路，走上一条，另外一条已无缘相亲，回首无益。做生涯规划后，还要有一层心理准备：“人生就是在你计划外发生的那些事。”

作者介绍:

吴淡如，台湾大学法律系学士，台湾大学中文研究所、EMBA双硕士。现为知名作家和主持人。连续5年获金石堂最佳畅销女作家第1名，被誉为“台湾畅销书天后”，深受广大读者的喜爱，如今她成了台湾青少年、上班族最知心的倾诉对象，也是湾女性心目中的十大“幸福女”之一。

目录: 自恋总比自卑好

爱情不会把自信当赠品 / 003

女孩们，柔不等于顺！ / 008

不必讨好每个人 / 014

就是要过好日子 / 023

预设困难症候群 / 025

负责，但不自责 / 032

别那么介意我 / 044
叛逆是一种养分 / 046
再见，模范生！ / 048
为何越爱越孤独
幸福，不快乐 / 055
有情人终成“倦属” / 060
为何越爱越孤独 / 064
为何不敢放心去爱 / 069
先“发”制人 / 072
谈钱帮感情 / 081
爱与自由有博弈
外交官夫人有条狗 / 091
要爱，也要自由 / 096
众目睽睽，姻缘难为 / 100
爱与不爱都需要勇气 / 104
他们都是为了你？ / 108
不是叛逆，只是有主见而已 / 123
女人何苦为难女人
代客订货 / 129
坏女人的献礼 / 135
最好的朋友，最好的对手 / 140
是女人为难女人吗？ / 147
爱上两个人 / 153
走好人生的单行道
人生微积分 / 161
远离颠倒梦想 / 173
不该只有生涯规划 / 179
有掌控力的勇气 / 188
何必看回头 / 190
世界不知不觉改变 / 199
其实你还是继续长大了 / 203
· · · · · (收起)

[自恋总比自卑好](#) [下载链接1](#)

## 标签

吴淡如

随笔

爱情

自恋总比自卑好

畅销

心理自助

台湾

文学

评论

水图借 外公新家看 <http://book.douban.com/review/5281223/>

-----  
让我明白了一些东西。

《心经》上说，远离颠倒梦想，究竟涅槃。  
梦想，因眷恋过去，或因想占有未来。但愿我真真切切盘踞现在。愿我一生的历史，由无数个现在写成，而不是被夸大的过去，或梦想中的将来。

-----  
爱情观写的比较透彻

-----  
她的生活感悟总是透着女性特有的细腻和敏锐，那些发生在周围的故事，如若身在其中我们常常会感到困惑，事后想想，才会恍然大悟，原来犯过的错都是生活的智慧！

-----  
如今只觉是寻常

-----  
有自信的人，是除了恋爱之外，还找得到生命出口的人。财富并不属于拥有它的人，只属于享用它的人。

-----  
为商业而商业而已！

下次借书之前应该先翻翻内容……这是一本讲爱情的书，大概的意思是，对自己没有自信的人，会在爱情中犯下的种种毛病。总体来说还是很正能量的一本书，里面有好几个故事讲人生的还是很吸引人很有道理的，在我看了那本《大半夜吃巧克力的女人》之后，我不得不承认，吴淡如的书确实还挺好看，比那本韩国人的书有内容多了！

-----  
其中几篇角度很新颖，还可以。

-----  
没什么感觉

-----  
很庆幸又遇到一本虽不出名，但极具意义的爱情散文。

-----  
一本讲爱情，讲成长的书，还是有所收获的，很多人都缺乏作者说的改变的行动力，我想我就是

-----  
她的书写的淡然，却又藏着箴言。这类作者不少，她算写得较好。

-----  
很喜欢它里面有些的话语。给了我许多的启发和思考。

不该和自己不爱的男人浪费青春。没有永远的痛，除非你天天提醒自己记得它。

“也是因为你自食其力，也有奋斗目标。生活充实，又不需长期饭票来肯定自己的存在意义。”我说

据我看来，对人生有自信、又在生活中能自得其乐的女人，才能够真的不急。

-----  
每一章节都能给我带来启发、感触。

本人非常喜欢的一本书，总是想为什么没有早些读到它，真的受益匪浅。最喜欢里面的一句：“连亲情都不相信的人又怎么会相信爱情？”写得那样深刻那样透彻，只有真正懂了的人才会了然于心吧。

伴随着少年时代的一本书

很实用的一本书，可以说女性必看

消磨时间的话，可以看。部分观点比较认同：爱情观是要随着年龄继续长大的，爱与不爱都需要勇气。不要只是拥有财富，要学会享受财富。嗯…

[自恋总比自卑好 下载链接1](#)

## 书评

可能每人的觀點都有所不同，蘿蔔青菜各有所愛。我反而很慶倖看到吳淡如的這本《自戀總比自卑好》。正如作者所起的書名一樣，前者一定比後者占優。其實做到自戀不易，它是要建築在自信上的，所以自戀之人必定有著不摧的自信。如果你覺得自己暫時沒有，就慢慢培養出…

看书名，我还以为是心灵建设自我励志类的书类。一看，搞半天还是一本聊爱情的书。通过说故事聊感情里的诸多情况，这形式真的有点老套啦。收获就是人得有些专长，然后肚子里得有些材料！另外，幸福跟快乐是不一样的。你可以给一个女人幸福，但也许给不了她要的快乐…… 1201026...

2019.03

14W字，大概两个多小时读完。吴淡如是台湾的电视台节目主持人，所以文字会有一种很明显的口语感。没看过她的节目，却在阅读时不自觉脑补出她说话的样子。最初是被书名吸引了，《自恋总比自卑好》。然而，后面的调调就有点像年长几岁的姐姐在向你讲述各种八卦的爱情故...

---

[自恋总比自卑好 下载链接1](#)