

<<做自己>>

图书基本信息

书名：<<做自己>>

13位ISBN编号：9789866166068

10位ISBN编号：9866166066

出版时间：2011-1

出版时间：財信出版有限公司

作者：意R文化 著

页数：270

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<做自己>>

内容概要

你有多久沒有做自己了？

在閱讀本書之前，請你先問問自己以下幾個問題：
現在的我，過得開心嗎？

我喜歡現在的生活嗎？

我期待每一天的開始嗎？

我能夠決定自己的生活，不由他人主導嗎？

不論你的答案YES or NO，請把答案放在心中。
並開始閱讀本書，相信會給你的人生帶來不同的啟發。

■ 給自己一個重新檢視自己，「做自己」的機會！

在慣性的生活中，我們容易因為家人、師長親友的期待，或是外界的眼光與評論中，漸漸失去自己，在《做自己：我的人生我做主》中，我們可以重新檢視自己的生活，認真思考自己的存在價值與人生意義。

讓我們體悟到：不論面對多大的壓力，都不該忘記「做自己」的重要性，更不該讓自己「活在別人的期待中」，勇敢做自己，我們的人生該由自己決定。

■ 做人難，做自己更難！

從小到大，我們有幾次是做自己的主人呢？

師長親友總以他們的價值觀來決定我們的未來，但是我們的未來成敗卻又要由自己來承擔。

我們什麼時候才能學會「傾聽自己心靈最深處的聲音，瞭解自己的需要，學會自己做主」呢？

我們什麼時候才能「提升自我能力，讓成敗操之在己」呢？

在《做自己：我的人生我做主》中，將以多面向的觀察點，引導讀者走進自己的內心深處，發掘潛在於心中的人生爆發力，做一個能掌控自己未來的主人。

■ 未來，就從「做自己」開始！

要相信，自己一定有改變世界的能力！

人的潛力是可以被開發的！

但因為很多時候被固有的意識侷限，或者被他人的經驗所矇蔽，造成思考的硬化。
要相信自己，絕對有改變世界的能力。

在《做自己：我的人生我做主》中，不以教條的方式說理，讓讀者能在輕鬆的故事中得到如何展現自己的資訊。

<<做自己>>

- 「做自己」不難，難的是我們不敢開始！

無論你的人生走到任何一個階段，只要我們有了做自己的勇氣與自覺時，絕不要壓抑，更不要害怕。

不用擔心時間太晚，只要開始永遠都不晚。

因為這是我們的人生，我們必須自己做主。

不想人生有遺憾，從現在起，就請真實面對自己的內心，過自己想過的生活。

一旦你跨出去了，再回頭看自己的人生時，你會帶著微笑，慶幸並感謝自己勇敢努力過。

- 在不斷跌倒與失敗的經驗中，我們漸漸懂得：「拯救自己的只會是自己，而不是別人！

」

亞里斯多德曾經說過：「人生的最終價值，在於覺醒和思考的能力，而不在於生存。

」在這個競爭激烈的社會裡，我們雖然會過得很辛苦，但是因為我們有思考力，能不斷找尋最適合生存的方式，就算不斷跌倒、不斷失敗，也沒人能幫助我們，唯有持續提升自我能力，讓自己擁有足以操控成敗的能力，這樣的人生，才是自己的。

「做自己」永遠不嫌晚，只要你願意開始！

誰也不能主宰你的人生，除了你自己！

<<做自己>>

作者简介

林少波

大學畢業後，從事記者工作多年，擅長人文、藝術、生活等領域。
由於對寫作的熱愛，選擇離開電視台，投入文字創作工作。

喜愛聽故事與說故事的他，擅長以富有寓意的作品打動人心，目前除專職寫作外，偶也受邀至各大企業演講，分享人生經驗。

誠摯希望《勇敢做自己：你的選擇，成就你的人生》幫助所有讀者重新檢視自己的生活，學會勇敢做自己，勇敢選擇自己想要的人生。

<<做自己>>

書籍目錄

修訂版序：勇敢做自己

作者序：我的人生，我自己做主！

PART1 傾聽內心深處的聲音，學會人生自己做主

不要告訴我該做什麼！

我的人生，我自己做主！

在繁忙都市中，不少人已經飛得太高、遠離了生活、遠離了單純、遠離了最初的往事……其實，你可以留心觀察發芽的小草、留心風箏如何在空中飄搖、留心清風如何在夜裡拂過樹梢、展顏觀賞窗臺上花開花落、眯眼朦朧欣賞天上的雲彩飄。

生命本身就是一種心靈的表現，我們必須傾聽心靈最深處的聲音，不受情緒干擾、不被利誘控制，學會自己做主，讓一切從簡，聽見由衷的感動，瞭解自己真正的需要。

01. 監獄裡的希望之窗
02. 隨時做好準備，完美出擊
03. 給予是一種無法形容的快樂
04. 學會欣賞「不完美」
05. 命運掌握在自己手裡
06. 放手一搏，勝利在望
07. 閱讀讓你發現自己
08. 設計好你的人生
09. 適時表現，為自己加分
010. 讓自己在對的位置
011. 永遠不要失去熱情
012. 堅持目標，勇敢前進
013. 讓自己做到最好
014. 用鼓勵奠定自己下一次出發的動力
015. 誠實面對自己，量力而為
016. 不要只是為了賺錢而工作

PART2 做自己，勇敢追求你想要的愛情

人生如舟船，浮在水中漂泊不定，如同流浪的風景，不知哪裡是歸宿；愛情像船槳，推波助瀾激盪漣漪，像是永恆的主題，只是暗藏險浪，終有疲頓；親情如水，載舟千里涵養楫槳，正如厚大的沃土，一味的奉獻，一生的勞苦。

家似港灣，融匯河川休養舟楫，正如永久的呵護，沒有絲毫的冷漠，沒有丁點的疲倦。

所有的情感與真愛是治療疲憊心靈的唯一妙方，我們唯有珍惜並感恩自己擁有的一切，感受生命的美好，也才能真心給予付出。

017. 為自己保留一片天空
018. 愛的真諦：老夫婦的啟示
019. 兩個人的遊戲
020. 放愛一條生路，也就是給自己一個機會
021. 相信愛情，但不迷信愛情
022. 學會欣賞對方
023. 蝴蝶印記：因為缺憾所以完美
024. 愛情不是生命的全部，別讓生活失去重心
025. 條件式愛情：別輕易改自己

<<做自己>>

- 026. 愛情的道德之門：珍惜自己，尊重他人
- 027. 尊重生命才懂得尊重愛情
- 028. 愛是一種習慣
- 029. 愛情不該死守
- 030. 你的愛情該由你決定
- 031. 別讓自己迷失在愛情森林中
- 032. 我來當壞人
- 033. 瓶口裡的橘子：學會放下才能還給彼此快樂
- 034. 愛無限，浪漫可以很簡單
- 035. 婚姻不是愛情的墳墓
- 036. 酒缸中的倒影

PART3 提升自我能力，成敗操之在己

哲學家亞里斯多德曾經說過：「人生的最終價值，在於覺醒和思考的能力，而不在於生存。

」在這個充滿競爭壓力的社會裡，我們雖然活得很艱困，但覺醒與思考能力必須胸有成竹。

在不斷跌倒與失敗經驗中，我們漸漸地懂得：「拯救自己的只會是自己，而不是別人，哪怕是菩薩再世、耶穌降臨也不能幫助任何人擺脫窘境。

」唯有做好自己，才能做好一切。

- 037. 想改變世界，先改變自己
- 038. 保持樂觀開朗的心態
- 039. 不斷超越自我
- 040. 天生我材必有用
- 041. 沒有自信，便沒有成功
- 042. 改變不難，難的是我們害怕改變
- 043. 換個角度審視自己
- 044. 永不放棄
- 045. 做自己害怕的事
- 046. 激發自己的潛力
- 047. 要比就跟自己比
- 048. 缺陷也是一種極限
- 049. 不要跟自己過不去
- 050. 快樂是自找的
- 051. 一碗泡麵的真實價值
- 052. 快樂之鑰在自己手中
- 053. 征服心底那座山峰
- 054. 學習接受271次失敗
- 055. 享受此刻的生活
- 056. 抬頭看看當下的天空
- 057. 拿破崙母親的話
- 058. 頓悟生活中的禪
- 059. 把生活簡單化
- 060. 人生，如同一幅地圖
- 061. 宙斯之子的選擇
- 062. 學習「不如人」

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>