<<Yes! 好好愛自己>

图书基本信息

书名:<<Yes! 好好愛自己>>

13位ISBN编号:9789861208831

10位ISBN编号: 9861208836

出版时间:麥田出版

作者:霸王讀書會著

劉雪英 译

页数:264

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

<<Yes! 好好愛自己>

内容概要

為家人一直打拼了那麼久,我們不是也有追求幸福的權利嗎!

?

從今天開始,好好愛自己吧!

為自己打造一個專屬於自己的人生。

本書收集上班族、家庭主婦、教師、畫家、作家、企業家等人提出五十種愛自己的方式, 希望這些方式可以成為你我心靈上的威而剛。

有一個窮酸作家寫了這樣的話:搭了一輩子的三等列車,而今又到了新的一年,從現在起,再也 不要搭三等列車了。

因而有了這本書。

總是為了父母、先生、太太、子女不斷犧牲自己、努力撐持的朋友,請開始捨得疼惜自己吧!

人生總不能老是搭乘三等列車吧!

讓追求幸福的權利回到自己手上吧!

用喜悅與驚歎來充滿自己的人生吧!

朋友們,請 不要再為家庭失和而羞愧傷心 帶著牙籤去找拋棄你的初戀情人吧 這世上最熱烈也最美麗的敵人 子女 身上解放出來吧 看一部悲傷的電影,痛快哭一場,就 像見到母親死而復生那樣大哭吧 說「不要」,如果有人要你和父母住一起的話 勇敢地去聽搖 滾演唱會 , 用力甩頭扭腰吧 丢下老公,換上破牛仔褲,出遠門去找那道曾經感動你的晚霞 年至少一次到高級餐廳享用美食, 禮遇自己的身體 盡情享受性愛,從中感受到信賴與關懷 先 把奠儀收下來 拜訪幫助過你的人 聽到掌聲時,請起身離開 寫封情書給另一半吧 這本 書寫得很好,我閱讀過上百本討論中年的書,這本的可讀性是很高的。

一個人除非死了,否則總是在做些什麼,年紀越大,能為別人做的應該漸漸少了,親情、愛情、 友情等的付出應該適當減少,為自己生命的氣息所奮鬥的應該漸漸增多??????所做,是to do,當代中年 人的困境就是做太多。

所是,是to be,就是找回自己的存在,輕鬆地存在。

東海大學副教授 彭懷真

<<Yes! 好好愛自己>

作者简介

霸王讀書會 2003年2月於「花草和平研究所」(所長崔成刻)成立,深信「世上所有的生命體,彼此緊密地交織在一起」,秉持這個基本理念,致力於恢復「人與人」和「人與自然」之間的固有關係。

霸王讀書會在「花草和平研究所」的網站擁有獨立的版面,經常挑選叫好不叫座的書籍,透過線上或線外的方式分享讀書經驗。

本書是由以五十歲為主流的霸王讀書會的成員,特過網路默默筆耕,經過八個月的時間所完成。「在我們背後,有一種名為時間的車輪聲,離我們越來越近,越來越響亮。

」有一天,他們終於體會「剩餘的時間」逐漸比「流逝的時間」少了,因而促使了這本書的誕生。 共同完成本書的十二名作者,其工作性質各有不同,包括一般的上班族、家庭主婦、教師、畫家、作 家,以及與醫學相關事業的企業家等。

他們共同的理念是:「為了獲得幸福而來到這個世界。

」除此之外,他們也一致認為,在往後剩餘的歲月裡,只剩一個課題:「用喜悅與驚歎填滿剩餘的人 生。

」劉雪英 祖籍山東,生於韓國。

小學至高中就讀於韓國華僑學校,政治大學西洋語文學系畢。

譯有:《公寓》、《活力早餐70選》等。

霸王讀書會

<<Yes! 好好愛自己>

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