

<<转角遇到不一样的自己>>

图书基本信息

书名：<<转角遇到不一样的自己>>

13位ISBN编号：9787538541694

10位ISBN编号：7538541691

出版时间：2010-1

出版时间：北方妇女儿童出版社

作者：紫檀

页数：253

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>

## <<转角遇到不一样的自己>>

### 前言

前言不是上帝的错 自从某年某月的某一天,那个叫“上帝”的老人突然一时兴起,从天地间唯一的男人身上拎起一根肋骨,捏成了世界上第一个女人,这两个人就开始了漫长的人生博弈。

只是,在这样的两性博弈中,女人,似乎从来没有占过上风。

先是在伊甸园里,亚当和夏娃都偷吃了禁果,被上帝发现,上帝一声令下,亚当便乖乖地站出来。

为了逃避责任,他指了指身边的这个女人,窃窃地对上帝坦白:是她教我吃的。

丝毫意识不到这样做有失“纯爷们”的身份。

男人的自私,似乎从这时候就开始了。

遗憾的是,亚当的坦白和夏娃的委屈并没有感动上帝,他们被双双逐出了伊甸园,坠入凡间,开始了新生活。

在柴米油盐的日常生活中,女人很少赢过。

看起来,母系氏族时代似乎是个地地道道的“她时代”——女人是家庭的顶梁柱,女人说了算。

可是她们也付出了超出自己纤弱身体所能承担的艰辛。

这样的生活状态,我们真不好理直气壮地说,女人活得很好很成功。

男权社会的到来,女性作为社会结构中心的权威地位便轰然倒塌,曾几何时,女人成了一件能够体现男性荣誉的物品。

“娶妻娶德,纳妾纳色”成为天经地义。

白居易写下著名的“樱桃樊素口,杨柳小蛮腰”、“菱角执笙簧,谷儿抹琵琶。

红绡信手舞,紫绡随意歌。

” 这些诗词、名曲背后的美丽女子,成全了男人,自己却一生卑微,甚至逃脱不掉俯仰由人的命运。

不可否认,她们是伟大的,可是,站在幸福的天平上,我们能说“她们”把人生经营得很成功吗?

现在的情况似乎要好些,“职业女性”、“女白领”、“超级女生”、“欲望主妇”、“她时代”等等,这些时髦的新词儿,仿佛给女人带上了足够漂亮的高帽。

还有,欲望和个性大行其道,木子美、芙蓉姐姐,真个是“东风吹,战鼓擂,世界上到底谁怕谁”,还有散布在明处暗处的无数个她她她,绝不是听天由命俯仰由人的主。

即便如此,并不能说明女人就此走上“我的人生我做主”的潇洒她时代了。

“女人,你的名字是弱者。

” 莎士比亚对女人的诠释使多少女人为自己的软弱、顺从和屈服找到了足够的理由,她们心安理得地扮演着贤妻良母的家庭或社会角色,她们勤劳善良、温柔可人、痴心绝对,这样宛若天使的女人,她们只适合做上帝的老婆,可遗憾的是,上帝没有老婆,所以,她们一直孤独。

还有一种是女强人,她们和男人一样在没有硝烟的职场中厮杀,也谋了个一官半职,跻身高管行列,或是摘下女企业家的桂冠,在财富和头衔上和男人平起平坐,可是尽管如此,她们的嘴角依然无法上扬,因为她们的情感没有靠岸。

所以,她们在一鸣惊人的同时仍然会感到失落。

于是—— 女强人在抱怨:为什么委屈的总是我?

乖乖女在哭诉:为什么失败的总是我?

痴情女在挣扎:为什么伤心的总是我?

…… 真的是“做人难,做女人更难!

” 这些可怜的女人真让人心疼,就连男人们也在为之困惑:为什么她们用泪水和心思编织出来的内心世界总是满目疮痍呢?

看起来,似乎是上帝的错,或者是男人的错。

实际上,不是“他”的错,而是“她”的错!

“她”罪过之一:不懂平衡 人生是一门平衡的艺术,平衡,是福,失衡,是祸。

那一个个看起来天使般的女人,她们身上,或明或暗地有着这样那样的人性缺陷,有的过于依附

## <<转角遇到不一样的自己>>

，有的过于独立；有的过于算计，有的疏于思考；有的过于固执，有的太没主见。总之，她们没有掌握好人生的平衡术。

人生一旦失衡，又不及时纠正，结局必然是悲剧。

“她”罪过之二：看不透假象 要想练就平衡的技巧，必先看透来自人生、人性的假象。

我们每个人都是被上帝咬过的苹果，都是带着面纱含着谎言带着缺陷出世的“坏”孩子，我们会撒谎，会隐藏，会掩饰，会忍耐，会……有时候我们自己都不认识自己。

而这些，并不总是美德。

而这些，女人一直看不透。

“她”罪过之三：懒于思考 女人天生是感性动物，感情用事是她们的长项，独立思考是她们的短项。

女人的这点习性连孔老夫子都怕了，要不怎么会发出“唯女子与小人难养也”的感慨呢？

一个不擅思考的人，注定用耳朵谈恋爱，过生活。

如果说男人一直在期待未知的女性，那么，女人则一直在期待未知的人生。

为了让未知的人生来得更幸福，必须及早看透人性的假象，这假象不仅来自你身边的他、她，也包括你自己。

世界上，没有比人性更复杂的事物了。

所以，为了缩短认知的过程，给一向短于独立思考的女人提供些许帮助，我们撰写了本书。

都说，男人的样子是女人塑造的，我说，女人的样子是自己塑造的。

地球上就我们两种人，且慢慢走，相帮扶，细思量。

## <<转角遇到不一样的自己>>

### 内容概要

能主宰自己命运的女人是幸福的。

女人可以没有家庭，但不能没有情感寄托；可以没有显赫的事业，但不能没有独立的经济；可以没有悠闲的生活，但不能没有独特的品位。

曾经，女人也许轻狂，也许自卑，也许彷徨，也许没落，那都是因为她没有认清自己，没有看透种种假象，这成为了阻碍女人享受生活、感受快乐的根源。

为你解读66个人生假象，佐以心灵调试良方，让你读懂自己的生活，重新认识自己，快乐地活在当下。

## <<转角遇到不一样的自己>>

### 作者简介

闫燕秋，笔名紫檀。

山东人。

生活达人。

法律科班出身，却“逍遥法外”

享受生活，崇尚清谈，乐于养生曾任台湾红蚂蚁图书有限公司北京办事处艺术总监、全国妇联《婚姻与家庭》杂志社策划部总监。

曾出版的作品主要有：《全球第一女CEO菲奥利娜》

## <<转角遇到不一样的自己>>

### 书籍目录

#### 第一章 和自己对话：我是谁

- 1.你不是你，你生活在他人的期许中
- 2.你是你，你做不了他人
- 3.不可小觑“肋骨”的力量
- 4.一个女人和一群人的博弈
- 5.找准自己的“两我”定位
- 6.什么样的人生最美丽
- 7.一生都在修炼心灵殿堂

#### 第二章 来一场心灵发现游戏

- 8.女人，你不是弱者
- 9.你把自己活埋了
- 10.如何找到真实的自我
- 11.每天你都是崭新的
- 12.转角遇到不一样的自己
- 13.与自信紧紧拥抱
- 14.选择做自己，永远都不晚
- 15.设计人生的时刻表

#### 第三章 走近亚当，洞彻男人真相

- 16.《围城》里的男人
- 17.上帝最顽劣的那个孩子
- 18.男人的爱情与进化论无关
- 19.是上帝的错，不是男人的错
- 20.我们的使命是征服
- 21.背叛十不离婚=自私

#### 第四章 在“围墙”里保全自我

- 22.“围屋”中的女人
- 23.不要为了结婚而结婚
- 24.可以不结婚，但一定要有情感归宿
- 25.爱情，能当酒喝，不能当饭吃
- 26.仅有真诚付出是远远不够的
- 27.少爱他，多理解他
- 28.不是男人的错，是自己的错
- 29.精神后花园里只有一个园丁
- 30.太贫穷，会丢了神的脸
- 31.多给自己留几个抽屉
- 32.你们为什么结合在一起
- 33.挥手是最优雅的姿态

#### 第五章 失乐园，人与人的关系是影子

- 34.同行是冤家，天下所有的女人都是同行
- 35.你的柔弱，他无法抵挡
- 36.不完美才是人世常态
- 37.人与人的关系是影子
- 38.不在流沙上建房子
- 39.好脾气是永不缩水的财富
- 40.舒心是最动人的力量

<<转角遇到不一样的自己>>

41. 忍耐，并不总是美德

第六章 倾听自我，把黑洞变乐园

42. 学会倾听内心深处的声音

43. 痛苦的塔尖专属于上帝

44. 事情不是想象的那样糟糕

45. 离自己远一点，才能从烦恼中解脱

46. 敏感是最容易被弄断的那根琴弦

47. 发觉自己最真实的心理诉求

48. 让心魔快点现身

49. 你的“垃圾桶”盛满了吗

50. 不当别人的思想垃圾桶

第七章 积极思考，终将“我能”

第八章 活在当下，从现在开始修炼

## &lt;&lt;转角遇到不一样的自己&gt;&gt;

## 章节摘录

你把自己活埋了 你可以比你的情敌更加妖娆，你可以比现在生活得幸福百倍，你可以和你的偶像一样成功。

这样的假设，你信吗？

如果没有勇气肯定地大声回答，那我们很遗憾地告诉你，你把自己活埋了。

你的人生之所以如此糟糕，完全是由你自己一手酿成的。

在切入正题之前，我觉得很有必要先给大家讲一个鹰和鸡命运交互的故事。

有一天，一位鸟类学家经过一座农场，他看到了惊人的一幕：吵杂的鸡群里混夹着一只老鹰，这只老鹰在鸡舍里一边安然地踱来踱去，一边高兴地吃着饲料，时不时和鸡兄鸡弟们打打闹闹。

当然，它的模样已经被同化了，如果不是专业的眼光，你根本看不出这是一只鹰！

鸟类学家很是震撼，他问农场主人，为什么鸟中之王会落魄到与鸡群为伍的地步呢？

“从它出生的那一刻起，我就像饲养鸡一样饲养它，一直喂它吃鸡饲料，按照训练鸡的方式训练它，所以它一直都不会飞，它的一举一动根本就是只鸡。

”农场主人很得意地说。

“不过，它到底还是一只老鹰，教一教，它应该就会飞了，还是把它放回天空吧。

”鸟类学家想拯救这只鹰。

可是农夫对鸟类学家的美好愿望并不赞同：“我看不一定，最关键的是，它从来不认为自己是一只老鹰，所以它根本不会飞。

”经过一番激烈的论证后，两个人决定让老鹰来一次“试飞”。

鸟类学家轻轻地把老鹰放在手臂上，然后说：“你属于蓝天而不是大地，张开翅膀飞翔吧！”

可是老鹰很不给鸟类学家面子，它很疑惑地望着蓝天，然后又看看在地上啄食的鸡群，于是又跳下去与它们作伴了。

鸟类学家不死心，又把老鹰到屋顶上怂恿它飞。

这一次，他说得很直白：“你是一只老鹰，张开翅膀飞翔吧！”

可是老鹰根本不知道自己是谁，它对自己的身份和这个陌生的世界感到恐惧，于是又跳到地上去啄食了。

鸟类学家很生气。

到了第三天，鸟类学家起了个大早，把老鹰带到高山上。

他把鸟中之王高举在头上，再次鼓励它说：“你是一只老鹰，天空才是你的家园，张开翅膀飞翔吧！”

老鹰迟疑地回头看了看远方的农场，又怯怯地望了望天空。

它还是没有飞。

这时候，鸟类学家几乎恼怒了，他使出最后一招：把老鹰举起来向着太阳，然后把托着老鹰的那只手慢慢地抽回。

接着，奇迹发生了，老鹰的身子开始颤抖了起来，然后慢慢地张开翅膀。

最后，它发出了胜利的呼叫，冲向了天际……故事中的老鹰就是我们的真实本性，我们每个人身上，都富有的能力和潜力，鸡群则代表那颗被世俗的恐惧和限制所束缚的心灵，以及旁人加诸在我们身上，而我们也默认的隐形限制。

只是，生活中的我们往往比老鹰更可怜。

因为，老鹰的沦落是被动的，是因为一只鹰蛋的不小心跌落，因为农夫的蓄意喂养。

可是女人，却喜欢主动地把自己“活埋”！

莎士比亚说女人是弱者，于是我们就主动耷拉着脑袋，不自信地降低了我们本应达到的高度，犹豫和彷徨桎梏了我们正常发展的速度，胆怯和畏惧让我们错过了最精彩的人生体验，错误的思路断送了几十年的努力，不恰当的自我评估把我们变成奔着玻璃窗猛扑的无头苍蝇……总之一句话：我们把自己“活埋”了！

在发生那场意外之前，周女士从来不敢想象一个女人失去丈夫后带着孩子该怎么活，每当看到哪个女人发生了不幸，她甚至比当事人还难过。



## <<转角遇到不一样的自己>>

因为有个能干又会持家的男人，周女士一直生活在丈夫的庇护下，连饭都不会做。她觉得自己是天下最幸运的女人。

可是人生就是幸与不幸的结合体，没有谁的生活没有磕磕绊绊。

有一次，周女士的丈夫喝多了酒，引起心肌梗塞而突然离世。

周女士无法接受这样的事实，几度昏晕，她想随丈夫去了才好，要不，孤儿寡母的可怎么活？没法活。

这个自称离开男人没法活的女人现在已经成了所谓的“女强人”了。

女儿的哭声唤起了她作为母亲的责任感。

她把和丈夫共同生活的房子租了出去，到郊区租了一套便宜的房子来住。

一开始她只是为了给孩子找个小伙伴，周末的时候邀请朋友来家里玩，到后来竟慢慢办起了“儿童体验中心”，周末的时候，那些生活在城市里的人们会带着孩子来到这里，感受乡间浓浓的自然气息。

真不敢想象，一个离开丈夫连饭都吃不上的女人可以做到这些。

但是，潜力爆发的力量就是这么强大。

或许现在，我们正像故事里的那只老鹰一样，因为模糊的身份而蒙受痛苦，为一粒米的价值而蝇营狗苟，我们屈服在心灵的麻木之下，忘记了万物之灵的本性。

虽然这种情形不会改变我们原本的面貌，却使我们的行为失去了应有的力度和速度。

在“活埋”的警钟声中醒来吧，你是自由飞翔的精灵，天空是你的家园！

从现在开始，你的任务并不仅仅在于矫正自己的行为方式，而是要回归自己的本性。

你是在地上啄食的鸡，还是在天空中翱翔的老鹰？

你的答案决定了你的未来。

如何找到真实的自我 通过上一篇文章，你可以发现，世上最可怕的东西，不是人，不是鬼，也不是魔，而是你自己的妄想和错觉。

让一个女人成为弱者的，不是别人，而是她来自“假我”的错觉。

“哎呀，这个问题我从来没有遇见过，我根本没法解决。

” “这样的事情哪是女人能做的？

天哪，我该怎么办？

” “他移情别恋了，我该怎么办啊？

” “失业了，这样的挫折我该怎么面对？

谁来救救我？

” 我们总是被诸如此类的人生挫折困惑着，为难着，一筹莫展。

当我们失去情人、失去财物、失去工作、失去地位和形象，或失去所有认为不应该失去的一切时，我们就痛不欲生，或生不如死，因为，“假我”早已变成生命的全部，“真我”和潜能长期被漠视，我们都忘了自己眼中的“自我”这个印象只是个错觉，它已经变成了让我们痛苦的毒药。

生活中，大多数人都被“假我”欺骗了，他们对自己的认知都是错误的，他们分不清现实中的自我与真实自我的区别。

其实，让你患得患失、痛不欲生的是“假我”的幻觉，真实的你是可以跨越一切障碍的！

如何才能找到真实的自我呢？

没有救世主，解铃还须系铃人，你要从挑战自己开始！

“你真的不知道，当我站在悬崖上，纵身一跳，我整个人飞了起来，我简直快乐得要哭出来了，我从没想到蹦极是这样快乐！

你一定要试试！

” 公司在周末组织全体员工出去玩。

很多人看着高高的跳台望而生畏，唯独一个叫缨子的小女孩勇敢地选择了蹦极。

在活动归来的总结会上，当缨子对着全体同事说出这些话的时候，她的眼睛里闪着兴奋的亮光。

在她这么多年的人生中，这个发现简直比发现了一个金矿还叫人快乐，“因为我发现了自己的能力，发现了新的乐趣……” 不经意间，总会有许多的自我发现，能给人带来一种来自内心的喜悦甚至是悸动。

## <<转角遇到不一样的自己>>

婴儿说出第一句话，第一次骑自行车，学会炒一个新菜，或是久居城市后在乡村看到的一缕炊烟……这些都是突然的自我。

而这一切的发现都是由挑战自我开始的！

如果你惮于开口，你将永远学不会说话；如果你惮于摔跤，你将永远学不会奔跑；如果你惮于远行，你将永远无法发现别样的美丽……总之，如果你惮于挑战，你连最简单的事情都无法企及。

如果你还在自我的迷宫里郁郁寡欢，尝试一下下面的忠告吧，对您，或许是一种解脱： 1.假设死亡 20世纪作家Anais Nin（阿耐斯）曾写道：沉溺生活的人没有死的恐惧。

自以为长命百岁无益于你享受人生。

然而，大多数人对此视而不见，假装自己的生命会绵延无绝。

唯有心血来潮的那天，我们才会筹划大事业，将我们的目标和梦想寄托在丹尼斯称之为“虚幻岛”的汪洋大海之中。

其实，直面死亡未必要等到生命耗尽时的临终一刻。

事实上，如果能逼真地想象我们的弥留之际，会物极必反地产生一种再生的感觉，这是塑造自我的第一步。

2.离开舒适区 不要躺倒在舒适区。

舒适区只是避风港，不是安乐窝。

它只是你心中准备迎接下次挑战之前刻意放松自己和恢复元气的地方。

3.把握好情绪 人开心的时候，体内就会发生奇妙的变化，从而获得新的动力和发自内心的力量。

但是，不要总想在自身之外寻开心。

令你开心的事不在别处，就在你自己身上。

因此，我们要学会找出自身的情绪高涨期，用来不断激励自己。

4.拥抱恐惧 世上最秘而不宣的秘密是，战胜恐惧后会迎来某种安全有益的东西。

哪怕克服的是小小的恐惧，也会增强你对自己的生活能力的信心。

如果一味想避开恐惧，它们就会像疯狗一样对我们穷追不舍。

此时，最有效的方法莫过于双眼一闭假装它们全都不存在。

5.珍惜每一次进步 塑造自我，如绘巨幅画一样，不要怕精工细笔。

如果把自己当做一幅正在描绘中的杰作，你就会乐于从细微之处做出改变。

一件小事做得与众不同，也会令你兴奋不已。

总之，无论是多么小的变化，每一处对你来说都很重要。

在这个世界上，最难认识的其实就是自己，每个人成长的过程其实就是内心的探索与发现的过程，就是现实中的寻找真实自我的过程，就是消弭“真我”与“假我”差距的过程。

如果一个人已经到了只剩下自己这一个对手时，实际上他已经是天下无敌了。

忍耐，并不总是美德 “隐忍”，这个让人一看就会心疼的词，似乎从古到今一直缠绕着女人，一路走来，“隐忍”成了一个好女人必备的美德。

现在理解“隐忍”的意思大多是将事情藏在内心，强力克制忍耐，不做表示。

男人习惯以自我为中心，他们努力发掘自身的潜力，去追求自己的目标，从而征服外部世界。

而女人是隐忍的软性动物，不管她们是否愿意，都必须向内挤压自己，挤压自己的目的就是为了证明自己（更确切地说，证明自己的爱、证明自己的德）。

生活中女人的这种隐忍性会表现在很多方面。

当情感出现危机、遭遇爱人的背叛时，女人通常的表现是隐忍的。

勇敢地选择隐忍，继续生活下去（还要当什么没发生过似的，甚至要加倍地付出自己的爱）的女人才是体现出中国传统女性的特点——宽容、忍让。

这也是大多数女人的选择。

其实，做出这样的选择对于女人来说是非常不容易的，她们需要付出很大的代价，不是物质的，而是精神上的痛苦。

在朋友关系中，女人也习惯性地压抑着自己。

## <<转角遇到不一样的自己>>

她们的感情是含蓄的，即使心有不满，也不会直言，反而把不悦埋在心底，生怕伤了和气。

在一般的社交关系中，女人也是能忍则忍，多一事不如少一事。

比如公车上遭遇性骚扰，一般情况下，女人是不愿意声张的。

纵观以上种种忍耐，有些是值得的，有些却是错误的。

有些是美德的体现，有些则是懦弱的表现，是女性的悲哀。

看过《吉尔的妻子》这部影片吗？

这部被翻译成14国语言、获多项大奖的法国影片，就讲述了一个女人在婚姻中无限隐忍的悲情故事。

故事大意是：上世纪30年代，法国一个小城镇，炼钢工人吉尔的妻子艾丽莎，她成天忙着洗涮、做饭、收拾屋子、缝纫衣服、辅导孩子识字等，对丈夫的要求从来都是百依百顺。

从她每次注视丈夫时那种充满爱怜、喜悦和欣赏的眼光就知道她的幸福和满足。

事情发生时，他们已经有了一对六岁左右的双胞胎女儿，并且艾丽莎又怀上了孩子。

而这时吉尔爱上了妻子的妹妹维克多莉。

因为怕失去丈夫，艾丽莎采取的解决方法是：沉默、隐忍和等待。

艾丽莎的隐忍是超乎寻常的，她不仅要忍受丈夫和妹妹的不忠，还要忍受丈夫的幼稚和自我中心。

影片中最让人心惊的一幕是：吉尔知道维克多莉另有所爱后的一天晚上，他先向艾丽莎承认自己爱上了妻妹，然后，突然地，他不顾熟睡的孩子们，不顾眼前妻子的感受，双手捶着桌子，大声喊叫着：“她是我的！”

她是我的！

艾丽莎怕吓醒孩子，冲到桌前紧紧抱住丈夫的头，就如同母亲抱住孩子，而在她怀中的丈夫还在肆无忌惮地哭诉：“如果我不爱她，我就不会有这些感觉，当她把自己献给我时……”这个做丈夫的，如同一个任性妄为的孩子，不加掩饰地、放肆地在他妻子面前高喊着他对妻妹疯狂的迷恋。

艾丽莎一直没有说话，在丈夫再一次双手举向空中大叫“她是我的，她是我的”时，她坚定地抓住丈夫的手，在他对面的椅子上坐下，她就那样紧紧地握住丈夫的手，浑身发抖，面无表情，一言不发。

因为抓得太紧，弄疼了丈夫，这才让丈夫清醒过来。

那样的时刻，艾丽莎的感受应该只有心碎和肝肠寸断可以形容了。

直到有一天，丈夫说：“我见到维克多莉了，我对她已经没感觉了。”

我知道自己犯了一个错误，我毁了属于我的快乐。

丈夫终于回头了，他长大了，知道替艾丽莎分担家务了，比如种菜、做早饭、带孩子。

可是这时的艾丽莎却似乎回不来了，她的心，一如她家满园的枯枝落叶，一片片枯萎碎落。

那以后的一天，毫无征兆地，艾丽莎从顶楼跳下，结束了自己的生命，未留下只言片语。

为什么艾丽莎在最终得到了她想要的之后，却选择了自杀呢？

艾丽莎的放弃，可以用存在主义治疗观加以解释：丈夫的不忠让艾丽莎对自己存在的意义和价值产生了动摇。

世界上，没有一种正常的关系能够长久容忍不忠诚，更不用说夫妻这种极其亲密的关系了。

不忠诚的杀伤力在于，一方的不忠会让另一方怀疑自己的价值和存在的意义，从根本上动摇一个人对自己的信心和自尊。

所以，很多痛苦都可以靠当事人自己去化解，但是背叛不行，背叛的痛苦永远不可能自己消化，即使是消化了，也会有阴影。

对于这片阴影，你能承受吗？

如果没有独自承受的能力，那就不要做沉默的羔羊。

可是艾丽莎偏偏自不量力，她的悲剧就在这里。

她对丈夫说：“我在等待，等待一切都过去。”

她对神父说：“我没有吵闹，我了解我的丈夫，那样他就会离开我。”

现实生活中，有很多女人以为隐忍和大度就可以解决问题——不是的，这不是解决问题的建设性方法，相反，它会误导别人，让别人失去了解你真实想法的机会，以为你没有那么痛苦，没有那么在乎。

## <<转角遇到不一样的自己>>

没有底线的隐忍和大度经常会被解读为不在乎、无所谓。

有时还会是好欺负。

这是多么可怕的误会！

在这个误会中，隐忍与宽容会被一次次滥用，自我价值感也被一次次否定。

即使最终等来了想要的结果，却失去了尊严，失去了自己的同一性，不知道自己是谁，将往何处去。

因为当初没有设置底线，所以很容易把自己搞丢了。

艾丽莎就是这样，在被人背叛的同时背叛了自己，她无法忍受自己对自己的背叛，于是，对自己进行了惩罚……所以，无论你的爱有多深，都不能拿自己的原则做交易；无论你的爱有多深，都不能背叛自己；无论别人是否忠实于你，你都要首先忠实于自己；无论别人怎样对你，你都要小心地爱护自己；无论你有没有多么地身不由己，你都要学习倾听自己的心声，守护住你自己……因为，无论贫富、成败，那个永远都会和你在一起，永远也不离不弃的只有你自己！

其实，隐忍也不仅仅局限于爱情中。

现实生活中，因隐忍带来的不快还有很多。

比如，婆婆嫌弃媳妇洗的碗不干净，却又怕惹来是非，于是隐忍不说，自行把媳妇洗过的碗再洗一遍。

时间久了，背地里婆婆觉得自己好委屈，而媳妇知道了也不领情，还会不高兴。

办公室亦然，你虽然乐于助人，但因别人搞不清楚你“助人”的尺度为何，于是常对你提出过分的要求，你还是隐忍着不说，默默做了，而心里却很是郁闷。

其实，如果起初你就适当地表达自己的感受，或许结局会皆大欢喜。

儿媳的碗会洗得越来越干净，即使婆婆帮忙，儿媳也会感谢。

你依然帮助同事做一些力所能及的事情，而他们却会领你的情，偶尔也会帮助你来作为回报。

这样多好！

无论从哪一方面考虑，忍，不一定是美德。

忍耐要有自己的底线，过分的隐忍注定不会欢喜收场。

所以，何苦还要为难自己呢？

……

## <<转角遇到不一样的自己>>

### 媒体关注与评论

关于生活、关于爱情、关于你自己…… 女人，容貌不是问题，年龄不是问题，财富不是问题，自卑才是问题。

生活也许抛弃了你，但是，你还有自己。

你不能抛弃自己。

女人有两个乐此不疲的嗜好，一是恋情，二是恋旧。

心中埋有一颗嫉妒的种子，它就会结出许许多多伤害的果子。

在爱情的海上，只知道倾其所有而不讲技巧的女人注定是只无脚鸟。

性格暴躁是女人的致命硬伤。

忘记，就是对一个负心男人最好的惩罚。

其实承诺并没有什么，不见了也不算什么，我们学着看淡，学着不强求，学着深藏，把他藏到岁月的烟尘触及不到的地方。

## <<转角遇到不一样的自己>>

### 编辑推荐

《转角遇到不一样的自己:女人应看透的66个假象》：“认清自我”是女人必过的人生关口。站在人生的街角，很多时候我们不知所措，其实这一切的困扰不过是因为你还不够了解生活、不够了解自己。

揭开人生的假象，给你最真切的心灵调试良方。

倾听内心深处的声音，做最好的自己。

每个女人都需要这样的心灵疏导与激励，这本书让你看懂生活，直面自我，领悟并且蜕变，如同你最亲密的朋友，在浮躁世界里慰藉你心。

## <<转角遇到不一样的自己>>

### 名人推荐

这是一本值得你细细品读的书，这是一本能安抚你疲惫身心的书，这是一本让你顿悟，并相见恨晚的书。

写给每一个渴望得到幸福的女人。

帮你重新认识你自己。

大多时候，不是你不够聪明，不够美丽，或者不够坚强，而是你把自己埋没了。

你的潜能需要有人帮你来唤醒，潜力爆发的力量是强大的，你可以和你的偶像一样成功，可以比现在生活得幸福百倍。

教你如何在爱情里游刃有余。

每个女人都想要拥有美满的爱情。

在这条路上，很多女人太苦太执着。

或许你觉得自己已经足够温柔体贴，对他百分百的付出，为什么在感情中还要频频受伤。

这是因为你不了解男人，不懂经营爱情。

告诉你男人到底是怎么想，爱情到底需要怎样的催化剂。

让你优雅从容，轻松快乐地生活。

我们常常抱怨生活，觉得辛苦疲惫，还经常被突如其来的变故搞得狼狈不堪。

女人绝对不能这样生活，这样的一本书，帮你调整自己，并且善待自己。

你要爱自己，不然就没有人来爱你。

倾听你内心深处的声音，带来最真切的心灵疏导。

你衣食无忧，物质丰富，却总觉得莫名的失落，因为你不知道自己的心到底想要什么。

帮你发现你心底最真实的渴求，当心灵的缺口被填满，幸福的暖流就会流遍全身。

高压的都市生活，人们就像是一根被拉满了的皮筋，随时有爆发断掉的可能，此时，最需要心灵上的疏导与慰藉。

这本书就像是一位体贴的朋友，娓娓道来，为你疏解情绪，安抚伤痛，并且带来最有力量的激励，让你得到真切的安慰，内心逐渐强大起来。

<<转角遇到不一样的自己>>

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>