

# 《愛自己》

## 图书基本信息

书名：《愛自己》

13位ISBN编号：9789861333854

10位ISBN编号：9861333851

出版时间：2011-10-31

出版社：圓神

作者：女王

页数：224

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

## 前言

改變我人生的這五年 最近，與好久沒見面的多年好友聊天，聊到了這些年來彼此的近況&hellip;&hellip; 因為實在太久沒有見面了，也太久沒有許多以前朋友的消息，我們一聊就聊了一兩個小時，其間打電話來打招呼的朋友，他的第一個女兒出生到現在我還沒見到，沒想到他開心的跟我說：「我已經有第二個女兒囉！」另一個女生朋友也生了二胎。驚訝的我更新了近況才知道，朋友間有人生了一個，有人生了兩個&hellip;&hellip;有人準備求婚&hellip;&hellip;有的朋友換了女友、有的換了男友，有的搬家了、換工作了&hellip;&hellip;沒想到，這些年來，大家的變化都好大。朋友笑說：「你現在也很成功，擁有自己喜歡做的事業！」我說：「對啊！我以前也沒想到現在會變成這樣子的人&hellip;&hellip;」 呵呵，回想起五年前剛認識的時候，那時年輕的我們有燃燒不完的青春，那時候的我們，可以和朋友一起嘻笑聊天到凌晨，氣色還是一樣好，根本不化妝也不用擔心。而現在，到了凌晨一點是極限，當身邊的七年級生還想要續攤，我們只想回家卸妝、洗澡、睡美容覺。那時候，覺得愛情就是你愛我、我愛你，不用考慮未來，也不想太多自己真正的需要，甚至，根本不知道自己適合的是什麼。與朋友聊著身邊朋友們這些年的改變，驚訝五年來的改變實在太大了，五年多以前開始在網路上寫作，那時候一時興起用「女王」當作筆名，怎麼也沒料到現在我真的成為「女王」，寫作從我的興趣變成了我的事業。五年前的我，沒有自信、不夠快樂，不清楚自己的方向，但唯一的優點大概就是我很樂觀，不管發生在我身上什麼鳥事，我都可以笑嘻嘻的度過，不管在愛情裡跌倒、在社會上遇到什麼考驗，我都能馬上擦乾眼淚，站起來，用力的向前走！成為一位作家，或人稱的兩性作家，像我這樣的一位女人，或許過的不是跟你們一樣的人生，即使我內心覺得我與一般平凡的女孩沒有兩樣。這一條路上，我所遇到的許多人都羨慕著我，但老實說，我也時常羨慕你們擁有我不容易得到的，平凡的幸福快樂。這樣的路，這樣的工作，當我這樣的女人，事實上一點也不輕鬆啊！你要能學會面對許多人、面對許多考驗、面對別人的嫉妒，面對工作到夜深人靜不斷打字、總是趕時間在計程車上吃飯糰、高鐵上吃便當、在飛機上煩惱不能收e-mail，還有在鎂光燈下、在聽你演講的人面前、在討厭你等著看你出糗的人面前、在那些對你有許多期許的人面前，扮演好女王的角色。然後不斷的告訴自己，我EQ很高、我不能生氣、我不能驕傲、我不能大牌、我不能不敬業、我不能辜負別人對我的期望。做女王的這條路，或許不好走，很多你們所不知道光鮮亮麗的背後，但是，我感激我擁有的一切，即使再累再沮喪，我都要努力的走下去。五年來，或許孤獨，但是回頭想著以前，不論過去好壞，我都一直努力讓自己進步。25歲到30歲，是改變我人生的最重要五年，現在的我，比五年前更快樂、更有自信，也更清楚自己的方向、要的是什麼。這是歲月帶給我最大的禮物。所以這是我慶幸自己變老的原因。女人應該活得越老，變得越好，時間是增加你的價值，而不是減損你的價值。看著朋友們紛紛結婚生子，越來越少朋友有那麼多自由可以陪伴著我。或許，身為敗犬的我有時也難免孤單吧。但是想想自己所擁有的，我更應該知足了。或許五年來，有人有了家庭、有人有了孩子，相較於我來說，我還是孑然一身，沒有改變。但我卻很慶幸選擇了這樣的人生，因為這樣，我才有了這個實現夢想的機會，回首這五年，我更清楚了自己的人生方向、我該怎麼努力、怎麼走下去，而相信未來我不會做任何五年後會讓我後悔的決定！我從來沒有後悔過人生的每個選擇，因為不管是好還是壞，都一定讓我學習、成長，然後變成一位更好的人。沒有痛苦、沒有挫折的人生，是乏味的。這五年走過來，我一直覺得，我現在的工作是上帝賦予我的任務，我能發揮自己的一點力量，讓別人擁有快樂與自信，這是何德何能。人家說我一輩子貴人無數，我笑著說，大概是因為我平常都在寫作幫助別人，我是大家的貴人，大家也是我的貴人。我珍惜我擁有的天賦與力量，上帝（雖然我沒信任何宗教）給我這樣的任務，讓我慢慢達成，我才能獲得我未來的幸福婚姻吧（笑）。畢竟我的人生從不是最輕鬆好命的那種女人，但是，我會努力靠自己的力量讓自己變的好命！我人生中所該擁有的東西，快樂、幸福、金錢、成就&hellip;&hellip;都該是我努力掙來的，那麼我才會覺得踏實與安全感。即使辛苦，我也甘之如飴。

回首過去五年來我的變化，這改變我人生的五年，我很感動，也很感激。我知道，過去五年我讓自己努力變得更好，未來五年，我也要繼續努力。甚至未來的五十年，我都要一年過的比一年好。各位朋友，即使你現在過的不好，也不要自暴自棄、放棄自己，只要願意努力去成為一位更好的女人，五年後，你一定可以實現你的願望！人要不斷的進步，永遠努力而且不要對任何挫折認命。感謝那些過去的愛情，我不留戀過去，也不怨恨批評，因為每一段感情，我們都學習成長。祝福他們都要幸福快樂、早點結婚（哈！），懂得放下與祝福，人生的道路會更寬廣。五年前，你會痛苦不已，五年

## 《愛自己》

後，你會慶幸自己當時離開的決定。人生，就是要不斷的往前走。不要後悔、不要讓未來的你遺憾！女人啊！一定要越活越好，越老越有自信，歲月給我們的最大禮物，就是智慧與愛。感謝這五年來的一切，希望我五年後也會一樣樂觀快樂、努力向上，回頭看永遠不後悔自己所走過的人生！有自信、有智慧，而且擁有愛與感激！

# 《愛自己》

## 內容概要

暢銷天后女王，匯集8000萬人氣的真心之作，送給每一個曾經不夠愛自己的女生！

你值得對自己更好，擁有更好的人生，只要你不放棄自己。

一個快樂的女人，是不管有沒有人愛她，她都會愛自己。

而不是努力的去愛對方，卻一點也不愛自己。

如果你不愛自己了，誰要來愛你？

女人要的快樂、自信與幸福，先從愛自己開始。

快樂是要學習的，愛自己更需要學習。

在出書成名前，女王也是一個平凡的女生，也曾以為愛情就是她的全世界。在這些年經歷過人生中不同階段的挫折後，她從人生低潮中慢慢沉澱淬鍊出更成熟快樂的自己。現在的她，不再假裝堅強，願意承認自己的軟弱，懂得感謝困境，跌倒後勇敢站起來。

這一切都只因為：正面思考是她的人生哲學。

她不是天生的女王，但有著不完美卻獨一無二的魅力！

這是女王為所有女人量身訂做的好運能量書：

你可以愛任何人，但記得千萬要先愛自己。你可以做任何決定，但請記得知道自己要的是什麼。你可以用盡力氣去愛一個人，但請記得不要用愛情去毀滅你的人生。

分手不過就是離開一個「不愛你的人」，沒什麼好可惜的。你要感謝他不夠愛你，你才學會怎麼愛自己。

成功與失敗，與感情、與關係無關，而是你在心裡怎麼看待自己。當你覺得自己是成功的，你就會幸福，你能夠一個人快樂，才能享受兩個人的幸福。

改變自己，你才會拿回人生的主導權。改變別人，你只是一個把人生成敗交付給別人的賭客。

愛你的人，不會讓你委屈當小三。不愛你的人，不管你再好也比不上小三。

沒有窮女人，只有懶女人！女人要有錢，要先改變自己，學習那些有錢女人的成功個性特質。

女人應該活得越老，變得越好，時間是增加你的價值，而不是減損你的價值。

一個女人最重要的能力是「選擇權」，有能力、有條件、有智慧的女人擁有更多選擇權，而不是「被選擇」。

## 作者簡介

1979年生，魔羯座A型。

政治大學廣告研究所畢業，曾任職於百貨公司、化妝品業行銷公關工作。

女王在個人部落格寫作多年，犀利又感性的筆調，寫出許多都會男女愛情故事及新時代女性觀點，深受廣大網友的熱情支持，一針見血的筆調和令人拍案叫絕的兩性觀點，被譽為台灣版的《慾望城市》。至今擁有超過8000多萬點閱率！

第一本書《我是女王——那些好女孩不懂的事》，熱賣超過10萬本，榮登暢銷排行榜連續30週不墜。

第二本書《我是女王2——那些壞男人教我的事》，至今已超過50刷，再度成為蟬連暢銷榜的書市奇蹟，兩本書目前仍然持續熱銷中。更榮獲金石堂年度排行銷售前十名「新銳作家」唯一一位台灣作家。

第三本書《女王i曼谷》的誕生，則是她寫作生涯的意外與驚喜，因為網路遊記大受好評而集結成書，不但創造「曼谷自助旅行」新風潮，也開創女王寫作的新格局。

第四本書《女王力》則是剛走過30的女王，希望幫每一個面臨30的女生加油打氣，相信女人的身價由自己決定，每個人都可以活到老、正到老。

女王是目前難得同時紅遍網路和現實世界的兩性暢銷作家，寫作主題遍及兩性、旅遊、生活、女性議題等，也是廣受歡迎的產品代言人，校園演講、活動邀約不斷。

女王的部落格：[www.wretch.cc/blog/illyqueen](http://www.wretch.cc/blog/illyqueen)

女王Facebook：[www.facebook.com/queenfansclub](http://www.facebook.com/queenfansclub)

女王的噗浪：[www.plurk.com/illyqueen](http://www.plurk.com/illyqueen)

女王的email：[illyqueen@gmail.com](mailto:illyqueen@gmail.com)

## 書籍目錄

前言：改變我人生的這五年

PART 1 自我：當你自己快樂了，你才能吸引更多的幸福快樂

我曾經那麼沒有自信

感謝那些傷害我的人

改變別人，不如先改變自己

我的成長過程：正面思考是我的人生哲學

PART 2 愛情：女人要好命，頭腦一定要清醒！

不愛了，就是最好的理由

比起正妹，男人喜歡的其實是聰明的女人

所有痛苦的愛情都來自三個字「不甘心」

你不是失敗者，你只是成功的離開失敗的感情

什麼是好男人的條件

PART 3 關係：幸福沒有想像中的難

「嫁得掉」的迷思，害了多少女人？

吵架一定要先道歉

睜一隻眼閉一隻眼，才會幸福？

好男人是教出來的

犀利人妻 & 犀利小三

PART 4 命運：個性決定命運，好不好命都是你的決定！

台灣女人，你接受這樣的命運嗎？

得不到的，就好好欣賞他

學會放手才能得到更多

夢想與愛情的兩難

PART 5 社交：擁有「貴人運」的人，因為她也是別人的貴人！

貴人與小人

不和負面的人作朋友

真心祝福別人的成功

會說話的女人受歡迎

PART 6 金錢：女人如果把談戀愛的心思和時間花在工作上，或許你現在的存款就是兩倍了吧！

別把你的女兒嫁給錢

不要和小開交往的十大理由

養成有錢女人的體質

別為愛情人財兩失

你是名牌的主人還是奴隸

PART 7 美麗：愛美，是一種禮貌，把衣服穿的好看，是一種才華！

他愛你的美，也愛你的醜

理直氣壯愛漂亮

聰明與漂亮，你選哪一樣？

不爆乳，你才會遇到好男人

後記：我愛你，但是我更愛我自己

## 章节摘录

我愛你，但是我更愛我自己。「愛自己」是我常在文章裡面出現的中心思想，但其實執行起來往往很多時候有困難，看起來很有自信、很快樂的我，也常在問我自己：「我愛我自己嗎？」在經過了否定自己、失去自信，在愛情裡面愛的沒有了自己、討厭自己之後，突然想到，為什麼我們要因為別人而失去了愛自己的能力？我們總是苦苦的追求著有人愛我，「有人愛」已經成為了一種幸福的象徵，譬如說：有人追、有穩定交往對象，甚至是結婚終結單身。大家總是覺得（甚至你也這麼以為）「有人愛」就是快樂、就是幸福，但為什麼有時後你會懷疑，你已經擁有了愛了，你卻沒有你想像中的那麼幸福快樂。你以為你有了愛情了，你不會孤單，你以為你有個伴了，你應該幸福。但是你卻覺得越來越寂寞，然後你卻在一段穩定的關係裡渴望幸福？這不是很矛盾嗎？我們追求了半天，最後才發現，當我們把快樂和幸福都託付給別人，都壓注在愛情裡，當我們以為快要溺水了趕快找一塊浮木，我們就可以得救，最後我們才瞭解，原來我們打從心裡面就否定自己，我們不認為自己一個人是快樂的，我們認為一個人在這世界上是殘缺的。因為我們是殘缺的，所以才要找另一半，因為我們不快樂，所以才要找別人讓我們快樂，因為我們覺得自己不夠好，所以才要有人來肯定我的好，因為我們覺得自己不配幸福，所以努力的向別人證明「我很幸福」。但是，夜深人靜的時候，我們會不會懷疑，一直追逐著別人認同的成功、幸福、快樂，是不是能讓我們打從心裡認同我自己？我們努力的獲得愛情的同時，是不是也常懷疑，這樣做是對的嗎？為什麼我要這麼討厭我自己，為什麼越愛他，越討厭我自己？我曾經歷了一些「我愛你，但我不愛我自己」的愛情，為了變成一位好女生、好女友，甚至可能是未來好太太的形象，而放棄了我自己的夢想或喜好，努力成為對方喜歡的樣子。最後還是失敗了，因為對方不懂的欣賞真正的我，只喜歡他眼中的我。當我懷疑過：「這樣做是對的嗎？」、「我真的快樂嗎？」我內心就知道，這是不對的，我不快樂的。我們在愛情裡，常會不小心變成自己希望的樣子（或對方期望的樣子），而不是自己喜歡的樣子。我們用著不愛自己的方式去愛人，那麼，對方當然也會不愛我們。每次想到這裡我總會想到慾望城市裡Carrie的男朋友，艾登是個好男人，一般的人會告訴你要跟這樣的男人在一起，但是你跟他在一起不能盡情的做自己（譬如說Carrie不能抽煙），你會說服自己遇到了好男人，犧牲一點自己又如何，但最後你還是會去找可以讓你盡情做自己的男人。Carrie的俄國藝術家男友，有錢又會照顧她帶她去住在巴黎，有什麼不好？一般人如果看到你遇到大方又有錢有才華的男人，就會跟你說有何不好？但是他會把自己的事情看的比你重要，甚至把你丟下，要你放棄你的約會，去配合他。Carrie會跟Big在一起，我覺得是兩個人都知道自己不完美，但是就是可以做這麼不完美的自己，遇到一個喜歡不完美自己的另一半，才是多麼開心的事吧！如果你能遇到一個愛你，愛真正的你的人，你就不會愛著他，但是不愛你自己。我們追逐了太多別人給我們的期待，卻很少問自己，這是不是我愛的。於是我們會指責：「為什麼我對你這麼好，你卻不愛我？」、「為什麼我付出這麼多，得到這樣的回報？」為什麼別人要對你好，要愛你？難道別人對你不好、不愛你了，你就不對你自己好，不愛你自己嗎？每一次當我負氣的想要做一些對自己不好的事時，我都會反問我自己，這個世界上只有我能主掌我自己的命運，如果連我自己也放棄了，就不會有人可以幫我了。無論如何，我都不能放棄自己。不管我再怎麼討厭我自己，我都要接受不完美、接受挫折、接受現實，然後找回愛我自己的方法。讓自己變得更好，然後值得更好的人生。找到自己，需要花很多的時間和力氣，尤其是曾經失去過自己的人，曾經把人生希望和命運都託付在別人身上的人，曾經把喜怒哀樂都依賴在別人心情上的人，你要找到自己，把你的靈魂變成獨立的個體。然後，努力當一個很瞭解自己，很清楚自己要的是什麼，當沒有一個人可以傷的了你的人。你可以愛任何人，但記得千萬要先愛自己。你可以做任何決定，但請記得知道自己要的是什麼。你可以用盡力氣去愛一個人，但請記得不要讓這個人毀滅你的人生。如果任何一個人用讓你否定自己、懷疑自己的方式去說服說他是愛你。請記得，那不是愛。沒有一種愛要讓你否定你自己。沒有一種愛要你犧牲自己的人格、踐踏自己的自尊、委屈自己的人生，去成為一個愛對方的人。你很愛他，你愛自己並不會讓你對他的愛減少，反而會增加。你的愛更有自信、更有能量了，你能付出的更多，因為你相信自己是個更有力量的人。我喜歡看著那些經歷過傷痛和挫折過的朋友，重新找到自己的目標和自信，他們再度展露出來的笑容，是多麼的有光芒。因為他們更清楚自己要的、不要的是什麼。經歷過這些年的歷練，我發現我更喜歡自己了。不是因為我有多好，而是我知道不管發生什麼事，我都能一直保持著熱情和勇氣，正面思考與正面心態的面對所有人事物。不管成名或工作上會改變我的生活，我還是一直保持著最

## 《愛自己》

當初的熱情和用心。雖然很難，但是我努力的做好我自己，不管別人或這社會用多複雜和有色眼光來看我，我還是在別人面前做最真實的自己。我不用刻意去討好誰，或讓人喜歡我。因為我知道，喜歡我的人，都是喜歡我真實但不完美性格的人。我只要努力的做好我自己，就會遇到喜歡真我的朋友。在愛情裡，我學會正視自己的想法，不再把委屈忍耐當作愛的表現，也不再強迫自己扮演一位別人眼中的完美女友。而是我真誠的用我自己的個性去愛人，不要勉強去愛，也不要勉強自己一定要談戀愛。我會愛一個人，但是我會先愛我自己。我喜歡與自己相處，因為我愛我自己。

我很快樂，然後我們在一起才會更快樂。送給每一個曾經不夠愛自己的你，你值得對自己更好，擁有更好的人生，只要你不放棄自己。我的成長過程：正面思考是我的人生哲學。正面思考一直是我的人生觀，不管是身處在逆境中，還是遇到了不開心的事情，我會一直鼓勵自己，一定要抬頭看著陽光，而不要低頭看著黑暗。如果說我的個性有什麼奇特的地方，大概就是我是一個非常「正面思考」的一個人，許多人常問我的問題，就是為何我總是可以笑嘻嘻的面對生活中發生的總總挑戰和難題，以及為何我總是看起來很有自信很有活力的樣子，還有，為何我的個性很獨立、很有自己的想法。但老實說，我並不覺得自己很厲害或是很不一樣，我只是有一些性格上的特性可能比較奇特。從小到大，我一直是個很另類的女生，小時候我就很喜歡跟男生比賽，像是騎腳踏車，男生總是嗆聲笑我們女生騎得比較慢，我就會拚了命的跟他比賽，努力騎得比他快。小學的時候，最喜歡跟那些喜歡欺負女生比賽，管他什麼都可以比，比賽誰寫字比較快、誰考試比較高分，打架的時候我雖然打不贏男生，但是我很聰明的知道要先踢中男生的「要害」。男生笑我腿短跑步慢，我就會努力撐下去讓自己800公尺可以跑到全班第一名。男生欺負我的時候，我不會哭，我只會努力的攻擊他，讓他知道女生不是弱者。這麼Man的個性，我一直到長大也一直想不透，為何我跟一般的女生不一樣。如果真的要歸咎原因，大概是因為我在家中排行是老大，在家族裡又是長孫，從小到大這一輩最大的就是我，沒有哥哥姊姊可以依靠和學習。因為我聰明、功課好，我一直知道長輩很希望我是個男孩。也是因為我不滿這樣重男輕女的社會，我總是要表現的比男生好，我很不滿，為什麼我不是兒子，難道女兒就比不上兒子嗎？長大後想想，其實影響一個人的人格個性最大的因素就是「家庭」，每個人的性格、觀念甚至愛情觀、家庭觀，都是來自於原生家庭的影響。

我的父母，是一對很棒的父母，我有很多現在很好的觀念和想法都是來自於他們潛移默化的影響。我的父母在我童年的時候非常忙碌，爸爸白手起家創業，媽媽幫助爸爸的事業，兩人從零做起，我們家裡不是有錢有勢或什麼了不起的家庭，但我就是很欣賞我父母的骨氣和努力，雖然他們有時候因為太忙了而沒有時間陪我，我也從來不會吵不會鬧，或許我也感受到他們辛苦工作的壓力吧。因為父母的忙碌，我從小到大就是個「鑰匙兒童」，聯絡簿都是我自己簽名，功課自己寫，爸媽對於我的課業沒有時間和心力去關心，但很奇妙的就是，我卻對自己的課業很有責任感，也或許覺得認真考試得到好成績，可以獲得爸媽的讚美和關心吧。從小我很羨慕那些同學有著爸媽的關心，他們的爸媽會接他們下課、回到家有飯吃，甚至爸媽還會幫他們做功課、做勞作。而我從小就覺得一切都是要「靠自己」，因為我沒有爸媽可以靠。有些好心的同學爸媽會請我到他們家一起寫功課、一起吃飯，我還記得印象很深刻的是放學喝到一碗同學媽媽泡給我的熱牛奶，覺得好感動、好羨慕。有的同學會笑我為什麼要當鑰匙兒童，我很生氣、也很難過。有的同學會炫耀爸媽幫他們做的勞作很漂亮，我也好生氣，因為當時還小的我知道，我做的不會比他們爸媽做的好。但是我並不看扁自己，我相信只要我努力、能力更好，我一定會超越他們父母做出來的成果。於是，接下來的我，真的可以靠我自己贏得名次，美術比賽總是得名，開發了我自己的興趣和才能。每一次參加比賽總是得到獎，然後，我再也不怕同學的父母可以做的比我更好了。還記得小時候的畢業紀念冊，寫到我的個性時，我總是會寫上「好勝」兩個字。不服輸的性格，除了什麼都不想輸給男生，也不想輸給想要欺負我、笑我的人。因為是鑰匙兒童，從小個性就一定要很獨立，自己回家、自己吃飯、自己寫功課。因為成長背景的不同，所以我也比一般的女孩獨立，像是我很不怕「一個人」去做事，像是我想上廁所就會去上，不會想要找其他女生朋友陪我，想做什麼事就自己找方法，因為沒有人會幫我，所以我更要獨立。我是一個很早熟的小孩，因為家裡經營生意的關係，總是在社交場合見到許多不同的大人和他們發生的事。年紀小小的我就學會面對成人世界的許多複雜的關係和商場上的險惡。那個時候，我就知道哪一位叔叔身邊的女人是小三，我一邊觀察著他們，也一邊疑惑著這個社會上發生的那些稀奇古怪的事情。小時候我就很喜歡閱讀，因為常要學習一個人讀書、做功課，所以我也花了很多時間大量的閱讀。還記得小時候許多女孩喜歡看的是少女漫畫和浪漫言情小說，但是我偏不愛，我愛看的反而是怪盜亞森羅蘋、福爾摩斯之類的偵探小說，一邊思考著那些詭異天才的破案方法



，也一邊佩服著故事裡面的高明犯罪。除了這一類的書，古怪的我還喜歡看「古文」，舉凡詩詞、古文觀止、詩經、紅樓夢&hellip;&hellip;等，各種古文的書我都很喜歡看，喜歡研究古代詩詞那些美麗的字句和詞藻，這大概也是我後來喜歡寫作和作文都會拿高分的原因吧。大概到了國中，我發現我很喜歡寫作，因為喜歡閱讀古文，加上覺得自己的字寫的很漂亮，國語文比賽我就去參加了作文比賽，發現自己喜歡作文就好像發現了新大陸一樣，我發現我可以一直寫一直寫，寫不停，每一本週記都寫的漂漂亮亮還配上美麗的插畫，作文可以寫上好幾張稿子，永遠不嫌累。於是我從國中開始，每一次的作文比賽都拿第一名，我從各種比賽的獎狀中得到了信心，我發現我其實只要努力，就可以得到好的成績。我其實在成長的過程中，一直都很羨慕那些爸媽保護的很好、有哥哥姊姊可以照顧的同學，也羨慕那些從小家境很好（因為我念的是明星學校），總是有人罩的同學，或是那些腿長又漂亮的校園美女。我也曾有點難過、有點沒自信，但是，不知為何我的內心總有一股不服輸的精神，我從不會因為覺得自己不夠好就否定自己，因為我相信只要我努力去做，我也可以跟別人一樣好，甚至比別人更好。說到了許多自己的童年，感到非常的害羞。其實我是一個很叛逆、很敢衝的女孩，喜歡去做別人認為不可能、不看好的事。因為從小自己獨立慣了，我成為了一個很有自己想法、有主見的人，我相信我可以自己決定我想做的任何事情。我這樣個性的人，不是極好就是極壞，變壞了就可能是流氓太妹。在小學和國中當了好多年的好學生後，上了高中果然我就變得非常叛逆，因為聯考沒有考好，上了高中後又厭惡升學主義掛帥的教育方式，於是我變得不愛念書，交了男朋友，處處跟教官和老師作對，當然也沒有到變成壞學生或流氓的地步，只是變得不喜歡念書了。只是唯一的興趣還是寫作，雖然我在班上功課是吊車尾，但是作文比賽還是可以拿第一名。同學看了也覺得我這人實在太詭異。因為高中時候談戀愛處處被教官找麻煩，當時很高調的我寫了一篇文情並茂的情書，投稿到校刊。沒想到因為寫得太好所以被登了出來。一時間大家都知道了那是我寫給男友的情書登上校刊，當時還真是走路有風，得意不已啊！好不容易拚了一年的書考上大學（輔仁大學應用美術系），當時聯考要填志願的我，也非常的有主見，我不喜歡數學，所以舉凡跟數學有關的科系、商學院我全部都沒有填，我不喜歡背書，所以文學院我也沒有填。唯一能填的系所不多，最後上了應美系，我也好開心，因為美術就是我從小以來的興趣。很不幸的，上了大學後，我才發現我未來想要走的路不是這一條，所以課業成績不佳也是必然的狀況，每個學期都在All Pass中驚險度過。雖然我的課業不佳，但一定有我喜歡念的東西，對許多事情都充滿了好奇心的我，選修了許多外系的課。在這過程中，我發掘了自己的興趣，原來在傳播相關科系。於是在大四時，大家都在思考著自己的未來發展，開始有點人心惶惶的時候，我毅然決然的跑去補習班報名了要考政大廣告所。你沒聽錯，我不是要考研究所，我要考「政大廣告所」，對我來說，這才是我最想進去的地方，其他的我都不考慮。對一個才剛報名就自以為可以考上政大廣告所的人，許多人或許會大笑說我異想天開吧，一個大學成績總是吊車尾的人怎麼可能會考上好的研究所？這時候我個性的「不服輸」精神又來了，我去報名的時候，劃位就劃在第一排正中央，就坐在老師前面，逼自己每一堂課都不遲到不早退，很認真的補習、下課去圖書館念書，所有人都覺得我在執行不可能的任務（當然我也知道大家笑在心裡吧），我父母在家也叫我看看電視不要念書。但是，當別人都覺得我做不到的時候，我就一定要做到！我一直覺得當你想要認真做一件事情的時候，你的眼裡只有成功的時候，你的意志力會讓所有的人成為你的貴人，也會吸引到所有好的事物、所有人的幫助。我相信「心想事成」這一件事，每當我燃起熊熊烈火去做一件事情的時候，我都會達到成功。那是因為我的信念，讓我樂於努力，甘於付出，這樣的能量可以讓我完全許多不可能的任務。當然，我考上了政大廣告所。很多人訝異，很多人問我。其實我只有一个答案，就是當我決定要考政大廣告所的時候，我就覺得我已經是政大廣告所的學生了。我沒有其他選擇，我在補習、在念書的時候，我就覺得我已經考上了這個學校。這一點也不是臭屁，是我相信我做的到。當我在面試的時候，我就覺得眼前那一排就會是我未來的老師。回想起來人生中經歷過的許多挑戰和考驗，像是考試、像是出書，又或許是失戀，如果有人要問我為何有自信、為何可以成功，我只能說，我自己的想法是「我從不覺得自己是失敗的」，不是自視甚高，而是我真心的相信我可以做的到。而不管遇到多少的挫折和磨難，寫作時總是在網路上遭遇一些莫名的批評和攻擊，或在生活中因為成名而遭到些莫須有的流言，我也從來不會放棄或否定自己。因為我相信，我不應該屬於陰暗的、或否定的那一面，我應該是屬於正向的、光明的那一面。既然我站在台面上了，我就不該做台面下的事。所以我從不暗地批評或攻擊別人，因為，這不是一個站在光明面的人會做的事。正面思考一直是我的人生觀，不管是身處在逆境中，還是遇到了不開心的事情，我會一直鼓勵自己，一定要抬頭看著陽光，而不要低頭看著黑暗。有時後也

## 《愛自己》

難免覺得我自己的個性是不是太樂觀了，明明遇到對我不友善或攻擊我的人，我還有辦法對他微笑、不去討厭他。但是我覺得，去討厭一個人，那多麼的浪費自己的時間和精神，那麼，為何要去討厭一個人呢？我也不會因為別人討厭我，我就要討厭他，因為討厭一個人會讓我不開心，如果人生很短暫，一天也不過二十四小時，要多花一分鐘去討厭一個人只會讓自己的人生更不美好、不開心，那麼，我寧可忘掉他、忽略他。因為，我的人生應該要把時間花在美好的、快樂的事物上，不是嗎？

我有個不知道是優點還是缺點的特性，就是我很不喜歡抱怨。這也是一樣，因為抱怨很浪費時間，而且會破壞別人的心情，更不一定能解決問題。我是一個非常務實的人，凡事只要是沒有意義、沒有好處、損人不利己的，我都不想浪費時間去做。我更害怕太常抱怨會讓我看起來很顧人怨，會讓朋友煩惱，會讓自己一直處於負面情緒中，所以，能不抱怨，我絕對不會抱怨。很多事情都要衡量「值不值得」，如果一段感情、一個人讓你覺得你不值得去難過、去傷害自己，那絕對不要浪費你的生命去在一個「不值得」的人事物身上。回首我一直走來的人生，如果要說我個性有什麼優點，就是我的意志力、抗壓性很強，我的臉皮夠厚、身段夠低，所以不管遇到什麼事情，我都能笑笑的面對。天底下沒什麼大不了的事，也沒有失去什麼就不能活、失敗了就很丟臉的事，不管遇到任何事，都當作老天給你的考驗，當你勇敢的面對了，你會發現，未來的路會變得更寬廣。永遠相信前方的路是充滿陽光的，你就會往陽光的那一條路走去。個性決定命運，是簡單不過的道理。當然，沒有完全好或完全不好的個性，就像喜歡正面思考的我也有會時踢到鐵板，不小心太過樂觀、或太相信別人，但是，保持心裡的勇氣和善念，好好的對待自己，對待別人，當你微笑的看世界的時候，大家也會對你回報已微笑。曾有人問過我，人生中有沒有什麼後悔過的事情，我想了想，我說沒有。因為即使是不開心或失敗的事情，都不是不好的事，因為若沒有這些挫折，我現在不會是這個樣子，我也不會擁有現在的生活。我沒有後悔過我的過去，因為那些錯誤和失敗可以成為我的警戒，挫折可以成為我的考驗，沒有那樣曾經發抖難過脆弱無助過的我，就不會有現在勇敢快樂又堅強的我。我一直很感謝我的人生處處充滿了支持我的人，而就算不支持我的人，也幫了我許多。正面的看待我的人生，帶給別人更多正面的想法，讓我們的磁場世界都充滿了正面的能量，我們都會擁有更快樂、更自信的人生。當你難過時、挫折時，請記得對著鏡子給自己一個微笑。親愛的，你都忘了你快樂時、笑起來是如此的可愛，有什麼事情可以讓你失去快樂的權利？堅定自己的意志並不容易，那麼就開始讓自己擁有一顆正面思考的心情吧，在你眼中的世界會更美好，因為你先付出了美好。

我會一直正面、積極、樂觀的看待這個美好的世界。 &hellip;&hellip;

# 《爱自己》

## 精彩短评

- 1、很享受的一本女人书，虽然书中的道理很多人都懂，但是能做到又有几个呢，值得学习。
- 2、文字浅薄道理谁都懂

# 《爱自己》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)