第一图书网, tushu007.com

<<单身也精彩>>

图书基本信息

书名：<<单身也精彩>>

13位ISBN编号：9787111358480

10位ISBN编号：7111358481

出版时间：2011-10

出版时间：机械工业出版社

作者：好了眉

页数：207

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

前言

了解单身，享受单身　什么是单身？
而你又真的了解单身吗？
　最重要的是，你是抱着怎样的心态来面对单身呢？
　对于“单身”这一议题，我一直很有兴趣，偶尔也会在网上发表一些文章。
没想到，那些随手写下的文章，却被出版社看中。
　虽然过去我也曾以其他笔名发表过数十部作品，但《单身也精彩》则是我以新笔名“好了眉”出版的第一本两性作品。
　话说“好了眉”这笔名，源自和出版社合作期间，在主编不断打电话，频频询问我：“稿子好了没？
好了没？
”之下，结合自己名字“眉均”而来的创意。
　对我而言，《单身也精彩》不仅是写作上的一个崭新开始，更希望能持续下去。
　如同《单身也精彩》，就是要告诉所有人，单身不仅仅只是一个开始，其实只要你愿意，就可以幸福很久。
唯有自己懂得享受当下的状态，心中才能自在快乐并充满自信。
　一个人，一辈子，要经过很多阶段，才能慢慢地蜕变，甚至是成长。
　有时候我们依照别人的期望过活，结果活出了四不像的自己：有时候我们复制了别人成功的方法，到头来却发现原来适合别人的成功配方，自己拿来食用并不能帮助成长，反而可能引发一次可怕的上吐下泻。
　在自己人生的剧本里，只有由我们自己执笔，才能撰写出独一无二的灿烂故事！
　单身，是人生必经的阶段之一。
有的人为期很短，可能短短数个月，可能几年，但也有可能很长，好几年、好几十年，甚至是往后的所有日子。
　每个人的状况都不一定相同，有的是自己选择，有的是被选择，有的则是不知不觉就走到这一步，发现这样的日子似乎还颇为轻松惬意，也就在这里逍遥快活地安居下来。
　不管你的人生计划如何，不论你下一步计划去哪儿，有一件事我们必须了解：想要成为一个完整的独立个体，是人生圆满的第一步，而让自己能够成为“一个完整的独立个体”，最好、最适合的修炼场域就是单身状态。
　不管你未来是否仍想继续单身下去，对有些事情的了解，如果我们可以在“单身阶段”充分掌握，将会对我们的未来十分有帮助，甚至能为自己设计出与众不同的未来人生规划。
　属于你的单身课程完成了没有？
还有，你知道什么是“一个完整的独立个体”吗？
　以下有几个可以帮助我们审视自己“成为一个完整的独立个体了没有”的指标性问题，现在，就请您跟我一起，一项一项地问问自己吧！
　(1)你跟自己熟吗？
你清楚了解自己是个什么样的人吗？
自己的兴趣是什么？
当自己想哭的时候，其实反而容易在人面前笑出来？
……关于自己的种种，你真的都了解吗？
　(2)不管别人如何在你面前指手画脚，你的心中总是有一套自己的做事原则吗？
虽然你知道遇到某件事情时，大家的普遍做法是什么，但你觉得自己的方法更好，当然，也更符合你的个人风格吗？
　(3)你敢做自己吗？
你觉得衣着的搭配就是要混搭风格，才能称得上有“穿衣品位”，偏偏有人指着你说奇怪，这时你还能不顾他人眼光，专注做自己吗？

(4)不要老是等着父母告诉我们该怎么做、下一步该去哪里。
我们总是可以在别人干涉我们的人生时，坦白地说出自己真正想要的，勇敢地做我们自己吗？
(5)不要告诉我应该要成为什么样的人。
这个答案不是在别人嘴里，而是在我们心里。
但重点是——你认真问过自己了吗？
(6)当别人对着一块蛋糕尖叫时，你能点亮头顶上的问号，坦白说出“我觉得还好”的真实答案吗？
(7)不要让别人告诉我们什么是最好。
你是否认为对于每个完整的个体而言，“真正的最好”不是客观的，就算是客观里的最好，也有可能是我们心里的真正最差？
(8)你拥有自由的思考吗？
还是忙着认同别人的观点，却没发现始终没把自己的观点说出口？
(9)如果你想大胆冒险去做某一件事情，就会冷静评估，然后，用放手一搏的拼命姿态大胆迎向自己的想象吗？
(10)你被自己脑子里满坑满谷的“万一……万一……”给彻底绑死了吗？
(11)你有足够的能量支撑你去追求自己想要的未来吗？
或者，你还在等待谁的允许，才肯放自己展翅高飞？
我们从家庭、学校、社会、国家的团体社会中，将自己慢慢剥离出来，成为一个完整的独立个体，其实是一件十分浩大的工程，而且其中充满各种各样的艰巨任务。
但是，一旦我们做到了，就会发现原来这世界竟是如此美好，所有的苦难到头来都会使最后的果实加倍甘甜。
以前，曾经听过一个成功的钢琴家陈述自己学琴的经过。
他说，小时候练琴是被逼的，整个过程充满了痛苦，直到他有一天领略了弹琴的快乐。
真正学会弹琴后，那种快乐是加倍的，尤其当他回想起这些过程有多辛苦时，那些快乐就会变得更多……　在这个世界上，没有人可以百分之百了解你，就算是我们自己也一样。
在国外，有大富翁花几百万美金，请一群专业的心理学家、生理学家……对他作成百上千的实验，耗时一年，就为了想彻底了解自己到底是怎样的一个人。
了解自己为什么如此重要？
这就像是一个从未踏上自己国家领土的人，渴望在有生之年可以回到自己的故乡一样。
即使在这世上活了好几十年，但人们常常对自己一无所知，所以时常容易有感到孤独、慌乱、焦虑、没有归属感、茫然、自我厌恶等负面情绪。
大多时候，那是因为我们明明知道自己真正想要的是什么，却违背自己的内在渴望，按照外在世界的规则来做，于是不快乐便会找上门。
如果你正决定走上自己认为对的道路，那就鼓起勇气踏出你的第一步吧！
别理会别人又在你耳边说了什么，他们说不定根本就不了解自己，更何况是了解你。
当我们抛开世俗的眼光，专心了解自己、勇敢做自己的时候，请不用在意别人正拿什么眼光看你，有时候了解你的人，其实只要有自己就够了。
听过父子骑马的故事吗？
因为听了旁人的建议，一下子父亲骑马，一下子又换成儿子骑马，最后居然演变成两人抬马的夸张情节。
这个故事似乎有点趣味，仿佛正在偷偷暗示着：如果我们对自己没有定见，终究会把自己的人生活成一场荒腔走板的夸张戏剧。
有人说，生活很难，很复杂；人生更难，更复杂。
我说，生活很简单，很快乐；人生更简单，更快乐。
重点在于——你，开始认真“做自己”了吗？

内容概要

单身，有时候像一间大公司，有时候又像一个大型游戏，只要你掌握了里面的游戏规则、福利与风险，你就可以启动你脑中的鬼点子，在里头尽情徜徉！
它是带点浪漫情怀的人生辛料，多了一点自由，少了一点负担，抽掉一些固定的关系，多出一汤匙惊艳。
只是，你清楚单身里头的游戏规则、福利与风险了吗？
好了眉所著的《单身也精彩》助你了解单身，享受单身。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

自序
心理测试
Part 1 单身，你定位了吗
01 一个人，又怎样，与单身纵情热恋吧
02 有充裕的时间完成所有工作且乐在其中
03 做自己人生的财政部长
04 提起行李，就是旅行的开始
05 亲戚减量12，还有——你现在“1点多”了吗
06 单身爱情，未完成
07 一点点的权利，一百分的幸福
08 悠闲“花”时间，不怕有人来“抢”时间
Part 2 单身是种享受，不是惩罚
09 我要的精彩，由我主导
10 跟法国女人一样化身为“狼”
11 极限单身，彻底享受人生
12 快转动你的单身贵族权杖，让生活更加璀璨吧
13 把伪装关在门外
14 关掉杂音，用心对待自己
15 大胆让爱情疯狂追逐你一辈子
16 你的爱情活在过去式、现在式、还有将来式
17 饮用去芜存菁的爱情风味
18 做自己人生计划表上的主人
Part 3 单身，不是一个结论，而是一种生活态度
19 单身，就那么简单
20 拥抱“永”往直前的浪漫
21 单身，也许缺了另一半，却多出一双可靠的翅膀
22 做个骄傲又自主的单身贵族
23 寂寞警报来袭
24 你跟自己“几分熟”
25 单身，不是逃亡计划的拟订，而是更诚实地面对自己
26 敢想、敢要、敢做梦的人生，最精彩
27 静下心来倾听自己内心的声音
28 让“古今中外”任何你想结交的朋友，通通跟着你走
Part 4 用单身，创造属于你的新人生
29 经济能力怎样才叫做“够”，由你定义
30 给自己买一处秘密空间
31 喜欢和别人有“不同的调调”
32 集结伙伴，无限放大单身快乐
33 当工作不再只是工作
34 捡回被自己遗忘的乐趣
35 展开全面性的“就要爱”哲学
36 编写自己的轻松浪漫爱情喜剧
37 我们可以站在多高的立足点，俯瞰全世界
38 亲密家人，也是你的亲密“佳”人
39 好奇心可以带你走多远

第一图书网, tushu007.com

40 没有什么好顾忌，耍点小聪明，让自己活得更快活

章节摘录

版权页：插图：先撇开我们的个人意愿不谈，按照我国台湾地区的一般规划，目前规定是必须王作到60岁，满30年，才能领足整份退休金；年龄低于60岁与王作未满30年，都会被扣一定的百分比。
不过，政策是会变化的，这只是目前比较确定的方向。
几乎大部分公务员都是按照以上规定执行的，辛苦工作了一辈子，就在等60岁以后的快活日子。
有朋友曾经在机关待过一阵子，在办公室里有一位年长的长辈，每次遇到事情时，就会听见他喃喃自语着：“别在这时候给我找麻烦，我就快退休了。
”60岁退休后领退休金生活，其实可以过得很轻松。
如果符合条件，就算是最低薪资，一个月也会有8000元左右的固定金额。
年纪大的人如果没有过多的物质欲望，而且已经拥有一间属于自己的房子，其实每月退休金的开销，应该是可以好好生活的。
有位朋友的长辈去年刚好55岁，就立刻帮自己办了退休。
现在她游山玩水、尝遍各地小吃美食，如果老朋友们刚好有空，就会约好一起爬山，然后下山时，在大家合资租来的小木屋里展现各自的厨艺与歌艺，每天的生活过得好不愉快。
这位阿姨目前住的房子是她母亲留给她的，在王作期间，她还另外看中了一间20多坪的房子，利用租金缴贷款的方式将房子买下来。
现在阿姨利用每月退休金支付当月生活的所有开销，再利用每月收取的房租费用，每隔几个月存下一笔钱，当做她环游世界美梦的基金。
现在，阿姨已经走遍全世界34个国家，这个数字还会一直持续增长，而她从年轻时期就一直存在的环游世界美梦，正一步一步平稳地迈向实现。
当有妥善的计划时，梦想就不仅仅只是梦想而已。

编辑推荐

《单身也精彩》：也许缺了另一半，却多了一双可靠的翅膀有无限大的可能正在发生！
可以更勇敢的追求自己的梦想，提起行李，就是旅行的开始。
单身，不是一种公害，而是一种生活态度！
一个人，也许可以把生活变成一部苦情连续剧，却也能是一篇篇令人开心的短篇小品！
只要懂的做好计划，掌握当下，就算一个人，你也可以恣意生活，开心每一天！

第一图书网, tushu007.com

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