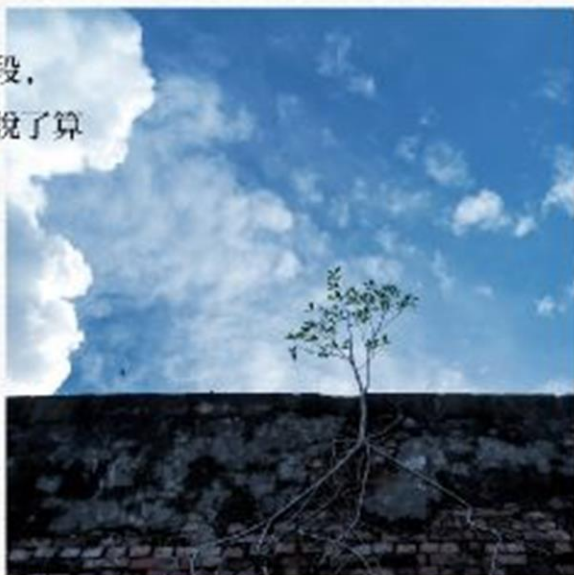


可以強悍 SHOW STRENGTH  
也可以示弱 SHOW WEAKNESS

有身段也有手段，  
人生的規矩我說了算

黃大米



簡報製作：傅薇庭  
黃大米 著

最誠實的黃大米，給你看她跌倒的狼狽，  
也展現她奮起的強悍，這才是真實的人生

23 篇又痛又暖的人生對策，  
讓你即使在低谷，也有勇氣起飛，並且飛得更高更遠

Jojo ToLove (德國) 主持人 | 大師兄 作家 | 李欣頻 作家 | 威廉 作家  
施昇輝 編劇師/作家 | 嚴懿 編劇師/作家

熱烈推薦

# 大綱

PART 1 要有去看大山大海的野心

PART 2 把每一仗都打好打滿

PART 3 找到自己的人生頭條

不改變 你就輸了

志向是可以轉換的  
眼界、格局、視野  
才是你人生中不可拋下的重點

你的志向最終都會經歷轉換、  
修正，不要害怕改變  
也不要擔心別人質疑你的善變  
擁抱改變  
就能翻轉你的人生

# 感謝酸民

面對突如其來的惡意攻擊  
只要能挺過去  
你就來到一個人生新高點

人生禍福難料  
誰都可能傷害你  
最重要的不是凝視那些傷害  
而是要堅強地往前  
走出新的康莊大道

能吞下一口氣 才是真強者

人的部分搞定了

在不合理的事情都可以有轉圜的餘地

倘若人的情緒安撫不好

在簡單的事情都可能被刁難

在關鍵時刻能吞下那口氣的

才是真正的強者

# 面對老鳥的冷漠，小心輕放玻璃心

在踏入職場或者轉換跑道時

請做好心理準備

把別人的冷漠當正常

你就不會浪費時間在

自己的內心小劇場

為人際關係傷神

這些姊字輩臉上的冷漠其實是保護色

保護自己的熱情相助不會有去無回

# 比八點檔更鬧的戀愛

感情世界不論當時多愛多恨都會過去  
最重要的是你要好好活下去  
才有機會看到前方美麗的風景

如果當年跟他結婚  
我的人生不可能像現在這麼好  
結婚就像二次投胎  
必須好好評估風險  
謹慎以對

# 結婚大作戰

結婚從來不是人生的終點  
後續的日子  
依舊是一連串破關與闖關的過程

沒有天生適合的兩個人  
而是在磨合的過程中  
讓彼此有機會越來越合



# 安全不是人生唯一道路

人生路上

你不可能怪別人左右了你的道路

是你選擇妥協

願意接受控制

才讓自己的路轉彎

人生是一段又一段背離的過程

每個人都想從依附的角色

變成能作主自己的人生

書的內容雖然跟「職場」、「人生價值觀」、「愛情與婚姻」有關，但說白了，就是在談「人生」，我們的價值觀隨著職場遇到的事情而改變，愛情與婚姻會影響我們職涯的發展，也會影響人生觀，要怎麼選擇？該重視什麼？在人生路上，遇到關卡，闖過了可能想法也變了。

你對人生過去的選擇與遭遇，是懊悔還是感謝？

裡面讓人最有感觸的地方，是人生的經驗永遠學也學不完，挫折怎麼樣都會遇到，不管是感情的、職場的還是家庭所帶給自己的，但屬於自己的挫折，如果能夠踏實的走過，也會成為自己喜歡的模樣、獨一無二。

你對人生的理想，是一成不變、還是一直改變？

作者說：「理想是用來堅持的、也是用來拋棄的。」當你的世界很小，看到的眼界與格局也小，當你世界變得更大，你的理想也會跟著變換。

你覺得我不好，可是我覺得我自己很好

我很喜歡作者講的，別人偏愛誰，都是別人的事情，「別人不愛你沒關係，你要愛自己。」並且，別人愛不愛你，跟自己好不好無關。