

<<本色>>

图书基本信息

书名：<<本色>>

13位ISBN编号：9787535470485

10位ISBN编号：7535470483

出版时间：2013-11-11

出版时间：长江文艺出版社

作者：乐嘉

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>

## <<本色>>

### 内容概要

站在本色面前，  
撕开自己，  
打碎自己，  
重塑自己，  
这是我的故事，  
更是你的故事。

——乐嘉

乐嘉首次回顾成长之路，不惧自剖性格，拿自己当案例，对自己每一次的心灵升级，都从心理学的角度进行坦白、深入的剖析。

告诉读者每个人都可以和他一样，一步步找到自己、修炼自己，突破自己。

《本色》不是简单的性格色彩教程，不是随兴而做的随笔，也不是痛说革命家史的传记，而是乐嘉自我性格修炼的成功秘诀，更是一本让人震撼的、战胜人性弱点的笔记。

乐嘉的目的是让每个人都能找到自己的本色，认识最真实的自己，活出精彩人生。

<<本色>>

作者简介

<<本色>>

书籍目录

- 自序——写的是我，说的是你
1. 梦想——那些你想实现的和未曾实现的
  2. 目标——旱鸭子的跨海自白
  3. 欲望——纪念我的地铁长腿
  4. 热爱——天天做爱烦不烦
  5. 证明——信任我的，我为你死；不信我的，我让你悔
  6. 自卑——面对豪门斗争的日子
  7. 自尊——你是如何伤害自己的
  8. 育女——给15岁女儿的信
  9. 养儿——给18岁儿子的信
  10. 野史——性格色彩的前世今生
  11. 传道——我是送奶工
  12. 内幕——《非诚勿扰》公案
  13. 跨行——上电视说话须知
  14. 写作——我能写，你也能写
  15. 崇拜——怎样做个聪明的粉丝
  16. 人性——微博江湖中的腥风血雨
  17. 情爱——这些“爱情格言”的鸟话把你给害惨了
  18. 修行——闭关记
  19. 断食——飞仙不成，排毒瘦身
  20. 独行——自驾江湖的乐趣
- 后记——自剖越深，活得越真
- 致谢

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>