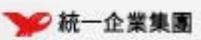


會員登入 | 登出 | 關於博客來 | 成為讀家會員 | 如何完成購物 | 我的購物車 | 我的帳戶 | sitemap | 讀者意見箱 | **FAQ**

博客來網路書店  統一企業集團
books.com.tw

康軒兒童英語教材 

Welcome | 書籍 | 音樂 | DVD | 雜誌 | Mook | 百貨 | 法人團購

新書區 | 推薦書區 | 暢銷書區 | 特價書區 | 套書區 | 閱讀版塊

[分類找書] go 我要找 所有商品 關鍵字搜尋 go 精確搜尋 go 夏·夢幻·100

關於本書

- 基本資料
- 得獎榮譽
- 博客來導讀
- 內容簡介
- 目錄
- 序
- 讀者書評

我想給星星

五顆星

快樂粉紅豬



作者：鍾欣凌/著
 出版社：大田
 初版日期：2001年08月01日
(本書出版社缺貨中！)

定價：~~200~~元 優惠價：9折 180元
 本商品單次購買10本以上特價160元(8折)
 類別：[文學](#) > [散文雜論](#)、[人物傳記](#) > [台灣散文雜論](#)、[影視人物](#)、[其他](#) > [台灣明星](#)
 叢書系列：[美麗田系列](#)
 普級 / 繁體中文
 單色印刷 / 平裝 / 208頁 / 直排
ISBN：9574550311
 出版地：台灣
 讀者評鑑等級： ☆
 推薦人數：14

- [海外郵寄快又便宜](#)
- 公司法人團購有優惠及專人服務

關於作者(譯者)

- ❖ 其他好書
 - 鍾欣凌/著
- ❖ 其他商品
 - 鍾欣凌/著

得獎榮譽

- ❖ 公視「周二不讀書」推薦
- ❖ 博客來每週編輯推薦書

博客來導讀

不可否認，這是一個「笑眸不笑媚」的世界！

^top

- ❖ 本書所屬分類
 - [文學](#) > [散文雜論](#)、[人物傳記](#) > [台灣散文雜論](#)、[影視人物](#)、[其他](#) > [台灣明星](#)
- ❖ 本書所屬的出版社
 - 大田

 [寫信給編輯](#)

胖子似乎天生註定是被人恥笑的對象，其中又以女生為最。從小學被叫「母豬」，提前的青春期和發育過於良好的身材，讓同學覺得「非我族類，敬而遠之」，即便是情竇初開，喜歡上某個異性，也常會因身材而被拒千里之外。「天！胖子，真的是那樣處處惹人嫌嗎？」伴隨著這樣的苦惱長大的鍾欣凌，硬是打破了這個惡性循環，藉由這本書，以過來人的經驗分享一個重要概念：胖瘦不重要，重要的是一個人怎麼看待自己！

從小學就開始胖，讓鍾欣凌對身材有超乎常人的敏感。因為怕被同學笑，所以裝作一付對自己身材很不在乎的樣子；因為怕被當成怪物，只好在做跳躍運動時盡量「原地不動」，以免身上的肉劇烈抖動；因為怕不被同儕朋友接納，只好沒事就扮小丑出糗以博得同學的掌聲與歡迎；因為身邊的人一天到晚要你減肥，讓自己掉進無止境的自卑地獄。這不單是她的個人體驗，相信也是許多胖子共同的成長記憶。

然而，「能把自己從悲傷泥沼中拉出來的，只有你自己！」於是，透過戲劇訓練與不斷的思考，鍾欣凌知道，只有自己喜歡自己，才能活得最輕鬆自在。於是，從坐公車扯下拉環、買大罩杯內衣變成拉麵碗、穿一身白雪公主裝卻被有禮貌的小學生當孕婦讓坐、到被自己的爸爸說「屁股可以打麻將」…一件件糗事，都轉化成為書中的有趣經驗，甚至後來還成為舞台表演的靈感來源。

當然，本書也不乏作者親身嚐試過的數十種減肥經驗談，以及成長歲月裏令人難忘的人間美味，像是養樂多加蝦味先、武昌街香噴噴的排骨大王，還有關於胖而出糗、受傷、失意與快樂的種種回憶，讀來輕鬆，卻也時時引人深思。

當瘦身廣告橫掃有線電視一百多個頻道而不衰，當瘦身診所門前排隊等掛號的人潮堪比偶像演唱會，或許，隨時害怕身上多塊肉的我們，更該先學的是「如何讓自己快樂」，就像肚子餓時吃到一碗魯肉飯那般單純而滿足，就像鍾欣凌面對快樂的自己時那樣自在而愉悅。（文／賴依寬，文字工作者）

[^ top](#)

內容簡介

從來就沒人說她瘦過，媽媽一天到晚叫她少吃點，就怕她太胖嫁不出去。她坐公車被人誤會是孕婦，有人特意讓座惹得她尷尬連連。小學時，最討厭做跳躍運動，「天啊，全身的肉都在跳動。」彷彿全校男同學都只盯著她一個人看。一想起談戀愛這件事，她就感到頭皮發麻，萬一對方面牽手：「要命喲，他會不會覺得自己握著一顆大肉包。」

你對胖子的想法是什麼？你會不會認為胖就是懶、胖就是粗心、胖就很有力氣？不靠身材美色，靠的是才華、自信和幽默感，在演藝圈闖出一片天的粉紅豬鍾欣凌，用自嘲的口吻寫出她的成長血淚史，

寫盡胖妹的尷尬糗事、被人另眼看待的辛酸，告訴你人胖人瘦沒什麼了不起，重要的是肯定自己。

「真的覺得胖沒有什麼不好，曾經有過瘦身中心找我當代言人，價錢豐厚有免費減肥，粉是誘人！左思右想想，還是無法拿定主意，於是，我認真的問問我自己，妳想瘦嗎？『想……但是我很喜歡現在自然的自己。』」這就是粉紅豬鍾欣凌的快樂宣言。

[^top](#)

讀者書評

(共有11位網友寫書評)

 我要寫書評

1.小手的幸福 2002.12.29 台灣台北

這本書真ㄉ很卡哇一啍...又可以清楚ㄉ感受到粉紅朱ㄉ開朗個性...胖有什麼了不起,人生過ㄉ快樂就好....

2.粉紅豬 2002.03.15

如果胖胖的人看了這本書
他就可以走出陰影ㄟ

3.香水百合 2002.03.04

曾經和現在的我~都是給人覺得我很胖~確實已我標準體重是胖了
曾經被親弟弟直說姊太胖了~減肥阿~我當時有不斷努力減肥~
親弟因此從不帶我出去~覺得帶胖姊姊出門太丟臉~甚至朋友來家中
從未介紹過我是他姊姊~親弟的朋友或許也暗地嘲笑姊姊胖~但我沒因
此傷心~因為我愛我的家人~我也很努力減肥~現在的我~雖然還是有胖
但畢竟親弟肯願意帶我出去見人~常被說胖子也對我來說已經是習慣的
話語~確實胖對本身太多負面影響~加重身體負荷~疾病也產生~交過男
友中雖然不時會聽見叫我減肥~但後來因為我的胖~產生他們對我產生要
跟我保持距離~使我對他們感覺是冷淡~我提了分手~至從遇見現在的男
友他喜歡是我的為人單純~雖然男友也不喜歡我胖~他雖然表達方式不
對但我知道~他說過~我要你減肥是因為~太胖對身體不好~希望我能多
運動對身體是有幫助~現在的我也正為瘦而努力加油中~我很羨慕粉紅豬
她找到自己的自信~而我真的為胖一直沒自信~雖然不在意~但未曾有
過自信~總覺得胖對我而言~是一種帶給人對我的不好一面~排斥我~
所以~胖不是不好~而自信最重要~每各人都要像我男友所說4各字一樣

((換各角色)) 假如你是瘦的人~你後來變胖~你的心理感想又如何
 每個人都有自尊的~當傷害對方自尊時~相同你也傷害自己的自尊
 人沒有十全十美~人各有優缺點~不要因一時他人缺點而斷送別人路
 愛自己也愛更愛他人~這樣可以得到前所未有的快樂

4.pinky 2001.10.04



胖子也是人,但他們的內心世界是少少人可以體會的,所以在這本書中或許是瘦子該看看的,因為胖子們是善良.單純.可愛的,所以請了解胖子,別排斥胖子!!!!

5.Dison_yan 2001.09.10



「快樂粉紅豬」
 而就如書的封面寫著：
 我很胖，可是我很快樂
 要喜愛自己的身體
 才會有自在的美麗人生
 我非常讚同這幾句話
 我172cm 80kg...我很胖...但我很快樂
 或許在別人眼中我是個不起眼的胖子
 但我從不會在意別人的眼光
 因我們有著別人沒有的：才華、自信、幽默
 樂於在一個團體中當個開心果
 不斷的學習，自我成長
 要的是自己更有內涵
 我曾不悲觀、不自我封閉...
 當然啦...過去的陰影已不再出現在我身邊
 現在的我：積極、樂觀、自信、幽默、很喜歡交朋友
 而這本書中，另我最感動的是「心中的自由」這一章節
 淋漓盡至的表現了她自己...很感動唷...
 而在「後記」因為有你，我走得下去中提到了
 「我一直認為每個人都必須找到一條專屬他自己的路，
 必須找到一專屬於他自己的位置」
 真慶幸自己有機會知道了自己原來可以表演
 噢，其實我也可以跳舞、也可演戲
 噢，其實，我可以做到很多事...
 而我希望...每個人看了這本書
 就如書上寫的：用心愛自己的身體、希望快樂活出自信

6. Anes 2001.08.25

「認真的女人最美！」這句話人人耳熟能詳！
 但，除了認真以外，更吸引人的該是「自信」！
 有朋友說：「這世界上有2/3的女人認為自己不夠瘦、不夠苗條！」這真不知打哪兒說起！為什麼要照著伸展台上的模特兒的size要求自己？強迫自己瘦到能適合每一件衣服，然後換來的除了滿意鏡中人影的窈窕身影，還有身體的痛苦和精神的折磨！
 順其自然，生活會好過很多的！因為一自怨自艾的嫌棄自己，是最自虐的行為，也是一種慢性自殺！

7. KIKI 2001.08.22

 ☆☆☆

相信自己、肯定自己，你就是最美的女人~不錯唷~

8. 妹妹 2001.08.22

 ☆☆☆

我也是在書局翻過這本書,我覺得粉紅豬很有自信
 不因為身材而感到自卑..而以開朗的個性來使別人了解
 她是個很棒的女孩..

9. 秀秀 2001.08.21

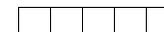
看完本書我覺得粉紅豬粉了不起因為就像我一樣呼吸空氣跟喝水就會胖就連想要減肥誰會知道越減越肥不減還好至少體重不會增加一想到要減完蛋了體重直線上升不要再說我們胖了我們真的不是故意要這樣的

10. 靜海 2001.08.21

 ☆

看完本書，我真的覺得鐘欣凌很了不起
 因為她不感自悲，也不會對其他人的眼光感到不舒服
 如果是我，我一定會用各種方法來減肥，
 也不管後果，
 我真的覺得她很了不起耶。

11.bobo. 2001.08.19



我曾經在書店翻閱過"粉紅豬".
她的內容想法不外乎個人特色,畢竟自己才是自己的主人嘛.看著看著,我不禁讓她的自信給打動了,如何
感動自己活在當下.這種精神領域可不是路上隨便找找就有的.我細讀文章對圖畫莞爾一笑.這也是本活
出自我的生活好書喔!

[^top](#)



[| 我的帳戶](#) | [| 我的購物車](#) | [| Q&A詢問台](#) | [| 寄送與退貨](#) | [| 團購優惠](#) | [| 讀者意見箱](#) | [| 加入供應商](#) | [| 網站聯盟](#) | [| 廣告刊登](#) | [| 公司簡介](#) | [| 博客來徵人](#) |

客戶服務專線：02-26535588 傳真：02-27885008 公司聯絡電話：02-27821100 傳真：02-27885008

Copyright (c) 2002 books.com.tw All Rights Reserved.