

Learning to Be a Friend to yourself

today's issue: Could you embrace your won vulnerability? 你能否擁抱你的缺陷？

→I think... I could embrace part of them.

1. care 關心；擔心；在乎

a. care [kɛr] (v.) 關心；擔心；在乎

-.

b. mind [maɪnd] (v.) 介意

-.

2. **imperfect** 不完美的；有缺點的；有瑕疵的

a. **imperfect** [ɪmˈpɜːfɪkt] (adj.) 不完美的；有缺點的；有瑕疵的

b. **flawed** [flɔːd] (adj.) 有缺點的

-.

c. **shabby** [ˈʃæbi] (adj.) 破爛的；破舊的

-.

3. let someone down 使某人失望

a. let someone down (phr.) 使某人失望

-.

b. fail [feɪl] (v.) 使失望；有負於

-.

c. upset [ʌp`set] (v.) 使心煩意亂

-.

d. disappointment [disə`pointmənt] (v.) 使失望的人；令人掃興的事

-.

4. **effort** 努力；盡力

a. effort [`efət] (n.) 努力·盡力

-.

b. effortlessly [`efətli:slɪ] (adv.) 努力·盡力

-.

5. deeply 深刻地；強烈地

a. deeply [`diplɪ] (adv.) 深刻地；強烈地

-.

b. strongly [`strɒŋlɪ] (adv.) 強烈地·激烈地

-.

c. extremely [ɪk`stri:mli] (adv.) 極其；非常

-.

d. entirely [ɪn`taɪrlɪ] (adv.) 完全地

-.
