

<<爱，不是你以为的那样>>

图书基本信息

书名：<<爱，不是你以为的那样>>

13位ISBN编号：9787508062075

10位ISBN编号：7508062078

出版时间：2011-1

出版时间：华夏出版社

作者：何权峰

页数：139

字数：68000

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>

<<爱，不是你以为的那样>>

内容概要

维持婚姻关系的一个关键，就是培养夫妻双方成熟的人格特质。
夫妻需要了解对方、理解“爱”与“付出”的真意。
爱的本质是“无私的付出”，但人自私的本性，让人们总要花很长的时间不断学习、不断沟通，才有可能了解爱的真意。
如果你用双方是否合得来，来衡量彼此的爱，你就错失了整个爱情和婚姻关系的意义。

<<爱，不是你以为的那样>>

作者简介

何权峰，台湾人，医生兼作家，同时也在大学授课，专长是脑神经学，2002年，曾以《末梢神经阻断与肌电生理》获选美国神经外科医师协会年会优等论文奖，并受邀参加哈佛大学项目研究计划。后来，他因接触《心理神经免疫学》而开启了对心灵层面的探究，并发现心里对身体生命的影响，于是改变写作方向，开始写一些心灵成长和励志类的作品。他认为，书本可以使人得到快乐并远离疾病，这要比用开刀吃药让人摆脱病痛的作用更大。

<<爱，不是你以为的那样>>

书籍目录

作者序

推荐序

第一篇 你不是爱错，而是弄错了

迷思一

迷思二

迷思三

第二篇 凡是你所排斥的，就是你需要学习的

法则一

法则二

法则三

法则四

法则五

第三篇 如果很难搞定别人，那是因为你无法搞定自己

原则一

原则二

原则三

原则四

原则五

结语

后记

<<爱，不是你以为的那样>>

章节摘录

版权页：插图：在第一篇中，作者先帮我们“厘清爱的三大谜思”，告诉我们亲密关系中的“对立”和“不同”这些我们认为会影响关系质量的负面因素背后，也有着更多积极的意义。

他告诫那些遇到感情问题的瓶颈就轻言放弃或另觅新欢的人：“感情问题是我们探索和成长的机会，而非分手的理由……爱上一个人最大的收获是，能藉由对方对我们的挑战，让我们看到自己的问题…

…如果我们把这项挑战当成威胁，而不是难得的成长机会，那就错失了良机。

”而那些看似是我们受不了对方的地方，其实是我们自己身上不为我们所接受的“阴影特质”。

我们通过把这些“阴影特质”投射到对方身上，从而否定了它们存在于我们身上的事实。

如果能清醒地认识到这一点，我们将不得不为自己的一切情绪负起责任来。

在第二篇中，作者把话题进一步引申到包括亲密关系在内的所有人际关系之中。

世界的真相。

我们在外界所排斥的，其实恰恰就是我们要学习的功课。

“事实上，那些令你厌恶的人是在帮助你，他帮助你了解自己，让你发觉你的阴暗面……一个真正良善的人，不管你对他怎么样，他显现出来的就只会是平和、良善，因为他就是那样的人。

”了解了这些，我们就会明白，想要与他人和谐相处，自己的内心必须先要达到和谐的状态。

在这一篇中，作者还指出：“我们吸引来的关系，都会反映出我们所拥有的特质并呈现出我们的内在自我。

”由此，我们不得不学会对自己生命中吸引来的人和事负起全部责任来。

在此，作者给出了自己所认同的爱的定义，即“欣赏你不喜欢和不爱的。

”他还告诉我们：“如果你生活的周遭有太多你讨厌或不爱的人、事、物，那是因为你一直在排斥，所以他们才会一再出现。

”

<<爱，不是你以为的那样>>

编辑推荐

《爱,不是你以为的那样》：去爱一个喜欢你的人没什么了不起去爱一个爱你的人你什么分数也得不到去爱一个你不喜欢的人你一定会在生命中学到一些东西去爱一个无缘无故责备你的人你就学会了生活的艺术爱就是欣赏你不喜欢和你不爱的如果你生活周遭有太多你讨厌或不爱的人、事、物那是因为你一直在排斥所以它们才会一再出现你必须学会生活的艺术，并将它们蜕变成爱爱拓展了我们的视野让我们用另一个人的眼睛看世界通过相互学习成全彼此的生命才是男女相爱的正道在这本书中，作者倾尽全力，以睿智的语言，澄清了我们许多人一赢以来对爱以及爱人的误解。书中的字字句句就像是在邀请我们珍惜这美丽的邂逅，借此来使自己的心灵得到成长。

<<爱，不是你以为的那样>>

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>