

<<爱有8种习惯>>

图书基本信息

## <<爱有8种习惯>>

### 内容概要

《爱有8种习惯》为我们作出见证：当我们向丰盈之爱敞开心扉之时，我们的生命就会变得更美好，并将世界变成更公正而和平的地方。

《爱有8种习惯》帮助我们回答并解决现代人面临的重要问题，诸如：  
为什么说我现在过的生活就是我应该过的生活？

我怎样原谅那些伤害过我的人？

我怎样和难以相处的人坦率交流？

我怎样给他人提供最大的帮助？

我怎样忘掉过去着眼未来？

《爱有8种习惯》通过富于启发性的故事和宝贵建议，向我们展示出：通过培养慷慨、静默、求真、坦诚、游戏、宽恕、慈悲和社群等简单却意义深远的爱的习惯，我们就能创造完满而有意义的生活。当我们在日常生活中实践这些重要的习惯之时，我们就能祛除不安全感的掌控，作出人生的自由的选择，转而拥抱存在于所有人内心的巨大力量和慈悲。

<<爱有8种习惯>>

作者简介

## <<爱有8种习惯>>

### 书籍目录

前言  
爱的习惯  
我们都是至爱者  
接受习惯  
开启你的心灵和智慧  
第一章 慷慨的习惯  
开放而慷慨的心灵  
宇宙是仁慈的  
亲情的传递  
匮乏的神话  
给予越多，得到的就越多  
尽力慷慨大度  
接纳新颖的对策  
感恩的祝福  
如何践行慷慨  
第二章 静默的习惯  
温暖我们的心  
静默的迫切需要  
和上帝同心  
让你的“图图”发挥力量  
找到节奏  
成为学习者  
打开心门  
如何修习静默  
第三章 求真的习惯  
寻找我们内在的道德指南针  
通向真理的道路  
行动的勇气  
你的真理VS我的真理  
走在路上  
如何实践真理  
第四章 坦诚的习惯  
说出心里话  
从恐惧到爱  
坦诚需要勇气  
当坦诚事与愿违  
“真实”是复杂的  
当我们的存在遭到质疑  
坦率能帮助我们洞穿外表  
当你需要援手之时  
发自内心的交流  
如何实践坦诚  
第五章 游戏的习惯  
孩子的奇迹  
将绳子放松

<<爱有8种习惯>>

当游戏融入我们的所有活动中  
摆脱恐惧和疾病的羁绊  
打开创意之门  
当无法游戏时  
转化悲伤的时刻  
如何实践游戏  
第六章 宽恕的习惯  
正能量的流淌  
变得完整  
当生活不公时  
的确事关我们  
自由地继续前行  
愿望本身让我们自由  
换位思考  
宽恕自己  
责备游戏  
当宽恕治愈他人之时  
如何实践宽恕  
第七章 慈悲的习惯  
“至爱者”安住在所有人的心中  
寻找圣洁之光  
无条件的爱  
当爱受到阻挡之时  
免于恐惧  
慈悲有助于治愈  
帮助他人自助  
道德自我  
如何实践慈悲  
第八章 社群的习惯  
我们在故我在  
与人数无关  
没有陌生人  
需要被聆听  
讲述的勇气  
让光照进黑暗  
从众心理的危险  
社群接纳差异  
“氛围”的能量  
如何实践社群的习惯  
最后的话

<<爱有8种习惯>>

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>