

<<懂得爱，才能享受爱>>

图书基本信息

书名：<<懂得爱，才能享受爱>>

13位ISBN编号：9787550102811

10位ISBN编号：7550102813

出版时间：2011-10

出版时间：南方出版社

作者：蒋慧瑜

页数：174

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>

## <<懂得爱，才能享受爱>>

### 内容概要

作者是资深的心理治疗师，从事心理辅导工作多年，擅长用小故事作为辅导工具，启发当事人思考。

“有时候，以牙还牙只会换来重复又重复的负面情绪，让自己绝不好受。  
要终止痛苦和不快的感觉，就由自己主动去扭转这个局面，努力追求更快乐的人生。  
以牙还牙，不如以爱赢爱。  
”

作者从寻常琐事中寻觅爱的方法，从精致动人的故事中琢磨爱的道理。  
书中不但有情爱的故事，也包括亲爱、友爱、仁爱和自爱等生活例子和个案分享，它们都在给予大家一份提醒、一声祝福。  
故事虽短，韵味悠长，爱意浓郁。  
懂得爱人和被爱，自然就能享受爱！

<<懂得爱，才能享受爱>>

作者简介

蒋慧瑜，香港岭南大学兼任讲师，资深注册社工，心理学（荣誉）学士，T-JTA性格评估执行师，NLP（身心语言程序学）高级执行师及时间线心理治疗执行师。

著有正向心理学的励志书籍《这一生，你错过了什么》、《人，一定要活得漂亮》、《懂得爱，才能享受爱》及NLP实用书籍《拾?字架寻找失落的93%说话原序》，并创办网上互动心灵杂志“心灵Bistro”，提供有关心理学、九型人格及NLP的资讯，“心灵Bistro”被香港雅虎评为100个精选博客之一。

<http://weibo.com/chiangwaiyuannie>

<<懂得爱，才能享受爱>>

书籍目录

序言

从放风筝学会爱

我捉到一只小鸟

我应该怎样去爱他?

不开战便不受伤

丘爷爷的爱情与坚持

油漆匠的故事

认清真正的需要

爱恨交缠两面观

爱谁都好，先爱自己

给别人爱你的机会

懂得爱，让你得到更多

幸福，由自己选择

做自己的幸福与快乐工程师

逆境是化子妆的祝福

<<懂得爱，才能享受爱>>

章节摘录

没有一百分的另一半，只有五十分的两个人。

爱，从不计较的付出开始。

逆境原来是化了妆的祝福。

“永远”或许不易做到，但可以问问自己能为对方付出些什么。

今天的架今天吵，不要没完没了地翻旧账。

态度是可以相互影响的，积极的态度就像香水一样，总会感染到不同的人，你是怎样的人，便会吸引到寻找相同价值观的人。

.....

<<懂得爱，才能享受爱>>

#### 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>