

<<在爱中修行>>

图书基本信息

书名：<<在爱中修行>>

13位ISBN编号：9787807600428

10位ISBN编号：780760042X

出版时间：2008-3

出版时间：南方出版社

作者：素黑

页数：259

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>

## <<在爱中修行>>

### 内容概要

男人突然俯首向女人剖白，不能百分百爱她，因为他有个永远不弃不离，却无法在一起的情人。他们有希腊式的悲剧故事，已经苦恋一万年，还会继续恋下去。  
女人终于明白了，她只是男人恋倦了要歇脚的Seven—Eleven便利店。  
真正的恋人是他和她。  
当情史一下子失重，变得无比荒谬时，原来会失掉感觉，搞不好的话，会沉沦会崩溃.....

## <<在爱中修行>>

### 作者简介

素黑，香港著名心性治疗师、作家、心灵启迪者。

香港中文大学文化研究硕士，心疗顾问有限公司创办人，注册临床催眠治疗师。

历年在多所大学做客座讲师，并应香港、大陆及马来西亚多家商业、传媒及教育机构邀请作公开演讲，开办专业情绪及心性治疗课程，亦担任商业教育机构情绪教育顾问工作。

素黑目前为国内《爱人》、《女友》、《城市画报》、《嘉人Marie Claire》、《Shape》、《都市主妇HERS》、《尚品人生》、《悦己》、《健康管家》等杂志撰写专栏及特稿，也是首位应新浪网站伊人风采频道邀请，担当特约专家主持并开设个人专栏的香港作家，亦应著名传媒主持杨澜《天下女人》网上杂志邀请，成为首位香港特约专家。

其在新浪网开设的博客，曾荣获私人日记博客二级大奖。

已在香港出版著作有《这样爱，很好》、《绝望女人档案》、《两个人两个世界》、《一个人不要怕》、《两个人的孤独》等，并著有心灵成长寻爱小说《出走年代》。

## &lt;&lt;在爱中修行&gt;&gt;

## 书籍目录

第一部分 男女爱 爱VS关系 爱,到底为什么 爱能维持多久 另一半存在吗 两个人有什么好做  
 两个人,两个世界 嫌弃你 爱,最怕退步 变身男女 我怎能了解他 比嫉妒多一点的脆弱 没有免费的感情午餐 人为何要恋爱 爱到何时才叫爱 恋爱的意义 什么是爱 情为何物不能问 你在恋爱还是逃避 所谓真正深爱 你想做情圣 希望是他最后的女人 有选择便有取舍 分手也是朋友很虚伪 怕分手男友过得好 如何和旧爱相处 嫌弃也是恋爱方式 宁死不放手 该来的总会来 爱只猫爱只狗 关系=翻阅周刊的快感 女人的虚荣 爱你 懂得保护你 不做绝望女人 男人的脆弱 男人的承诺有限期 失恋男人的私密感情 男人切手指的启示 男人的生理还未进化 别妄想修补男人 不忠是害不是错 谁比谁花心 单有爱是不够的 爱女人是艺术成就 两性沟通的真相 不能谈的不要勉强 当你已经不爱他 表达情感很重要 乱性前请记住三个字 恋爱急不来第二部分  
 白伤爱 残忍记忆 命,越怨越苦 痛,因为舍不得放手 自恋与自虐 有谁欠了你吗 你活得很辛苦吗 要生要死 你也想过死 安息,美丽女孩 无条件付出,别傻了 总有恋上自虐的女人 负负不会得正 替爱判症的死穴 最怕无动于衷 我怕痛,但我嗜痛 你未经历过我的痛 爱到心痛原是快感 爱得痛苦,因为太幸福 难过比痛苦好 不够痛还算爱吗 对你越差越爱他 越堕落越无赖 赔钱的爱情 沉迷但不享受是假的 是你想坏了 别追求病态 别迷恋伤口 别助长负面意识 别介入人家的生命 别死守婚姻 别让欲望大过爱 固执害死你 路走得很孤独 孤独VS合群 爱是孤独的 无人明白我 我们活在自己的世界里 相爱不一定能一起 懦弱也是一种欲望 自恋与悲观 一个人过节 很配 可以爱 爱到失眠 为方便而爱 生日病第三部分 静心爱 忘记过去可以吗 爱,自我 你相信世上真有爱吗 需要一张爱的清单吗 我们这样处理旧爱 不,不是这样的 如何做到真正放手 心性自疗 学习感谢 如何爱自己 浪荡,出走 不要问,走下去 女人感情用事的真相 如何有效面对情困和痛苦 怎样才算自爱 爱到把心也溶掉 自爱VS自恋VS自私 等谁拯救等谁爱 要做爱的太阳 你是黑暗和光明 超越性欲可以吗 转化欲望能量 超越个人满足 修补坏关系 叮热变冷的关系 自疗的力量 选择退步不会好过点 我们都想做好人 别否定自己 你其实可以很富有 把执著吹走 学习放过自己 专一的真相 你的所想骗了你的心 口不对心的祸 打开自己的心 心一直很爱我们 知道但是做不到 治疗爱,是一种修养 忧郁症难医的真相 储备正面能量 开放潜藏的能量 找个依靠点 爱爱小我 寻找是会上瘾的 情感消费 治疗 吃出情绪病第四部分 修行爱 爱在缘与孽 谁是受害者 一个人,不要怕 你比你想象中坚强 学习狠心才能放下 你有真正付出过吗 爱,修行 你宁愿迷失还是清醒 生命有何意义 生命从头再来好吗 你信命吗 你靠近了什么能量 这个女孩不怕冷 从伤害中学习爱 从伤害中成长 温柔的力量 绝望VS信  
 望爱 如何观照静心 一场福气一场孽 面对自己很艰难 容己才能容人 包容 亲近所有人 贵人=小人? 每个人都有过去 是选择还是天意 嫁祸童年阴影 麻木是爱的死穴 付出让生命发亮 懦弱才会怨父母 来此生玩一趟 无条件快乐 开心容易心开难 强壮的人才能爱 过门也是客 黑,有道理 信仰与心魔 入心的平静 你还能相信谁 别为世界增添垃圾 80岁的美丽 尊严便是快乐 凡人走凡人的路 别跟自己过不去 人,必须长大 把心情转一转 爱=缘分+智慧 这样爱,很好

## &lt;&lt;在爱中修行&gt;&gt;

## 章节摘录

爱VS关系爱可以纯粹，关系却太复杂。

爱和关系，原是火星跟冥王星的绝世距离。

从来都是这样残忍！

这种爱的剖白。

当一段爱情关系发展到一半，其中一方忽然被知会，两人之间原来有第三个人，而且，她才是神，一切骤然变得荒谬，比人错公厕更尴尬！

譬如，男人突然俯首向女人剖白，不能百分百爱她，因为他有个永远不弃不离，却无法在一起的情人。

他们有希腊式的悲剧故事，已经苦恋一万年，还会继续恋下去。

女人终于明白了，她只是男人恋倦了要歇脚的Seven—Eleven便利店。

真正的恋人是他和她。

当情史一下子失重，变得无比荒谬时，原来会失掉感觉，搞不好的话，会沉沦会崩溃！

几位受疗者就是这样走投无路跑来要我替她们疗伤，有位甚至说：我不想死！

亦夸张亦叫人滴泪。

旁观者懂得说这是执著，一旦变成当局者，却宁愿执著。

爱有尊严，关系却不长眼。

大家都输不起。

有些人需要爱很多人，以为这样便拥有很多爱。

问题是他／她根本无能力付出，也不懂自爱，烂泥一样地可怜。

他／她们会说：我想你幸福，让我给你幸福！

把你拉上天。

只是到头来，只能躺在你枕边，一边被你包容的身体和湿吻温柔地宠爱，一边在奢侈牵挂另一个幸福的胴体。

能说这样的恋人是个彻底的弱者吗？

唉！

总有重伤的男人，等待女人无条件的抚慰。

有些女人偏偏对软弱的男人爱不释手。

不相信吗？

平心看看身边朋友，甚至，看看你自己！

也许，这就是母性，管你是女性主义者还是小鸟依人。

未放得下的女人。

譬如，那个海浪抛得很狂的下午，客户B在漂往南丫岛的船上，告诉我他曾向她诉说发誓永远爱着她，直到海枯石烂抑或天荒地老之类的罐头蜜语。

热恋不到一年，他向另一个女子说同样的话，同样和她爱到死。

男人的热量很惊人，女人的热情却很累人。

B请我到她南丫岛的老家，教她放松和自我催眠，她说，那里是唯一感到自己还存在的地方。

天！

押上存在的恋爱关系，还要继续下去吗？

她说：没法子，放不下，前世欠了他，别无选择。

幸好她没有要求做前世治疗，不然，若翻遍几次前生也找不到他的踪影，岂不比今生执恋他更荒谬！

她怕发现更多有关她和他之间的一切，令那个她变得更立体，比真实更真实。

她，宁愿他一直欺骗自己。

“瞒骗也是一种爱。

”她说。

那瞒骗自己也算自爱吗？

## <<在爱中修行>>

许多女人放不下，活活让自己相信前世欠了他，一世便这样过。

我告诉B：三个人的生活会很挤，你要有心理准备，不只迁就他一人，还要迁就多一个她。

那是一个三个人分的计时器，却挂在她胸口，又明又暗记录他跟她过去和现在的历史，由她的存在承担。

还有N，治疗前的她每天有新发现：强烈的第六感告诉自己电话里这把声音就是她，他接过听筒后声音变得比饿坏的小猫叫声更温婉。

然后，发现了她的姓氏，她的工作机构，她每年至少和他亲密过一晚，她不能和他在一起是因为还有另一个恋人，她向他说假如她能独身，她会与他终老。

更心痛的发现是，他一直一直等待那一天。

因为这段关系，N害怕一切发现，渐渐患上发现妄想症。

当你默默地承受着爱人永远心里有别人，有对别人的宠爱与守候的事实，你连幻想和做梦的余地，都被砸成胡椒碎末。

假如你追求的只是爱的话，那最好不要黏附关系。

爱可以纯粹，关系却太复杂。

爱和关系，原是火星跟冥王星的绝世距离。

无奈，总有黑洞在中间，把它俩吸进去。

为何不能真正超越关系的劫，纯粹地爱？

让一切都过去，学习放下。

爱，到底为什么不，不要质疑爱，我们只能质疑关系，而不是爱的本身。

## <<在爱中修行>>

### 编辑推荐

《在爱中修行》关于男女爱、自伤家、静心爱和修行爱，收录的文章，来自素黑的专栏，部分曾贴于新浪网“素黑黑洞”博客，迅即引来热烈回响，成为交流心性体验和爱的热点平台。素黑充满智慧的洞见，引领你我穿透爱的执著与伤害，抵达爱与自由的新天地。

<<在爱中修行>>

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>