

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 图书基本信息

书名：<<为什么有些人永不受伤>>

13位ISBN编号：9787539959634

10位ISBN编号：7539959630

出版时间：2013-3

出版时间：江苏文艺出版社

作者：夏东豪

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>

# <<为什么有些人永不受伤>>

## 前言

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 内容概要

爱情不比狠，婚姻不是忍，幸福不靠等

东方卫视、湖南卫视“情感闺蜜”夏东豪 温柔揭穿爱的真相

本书教你爱得明白，活得轻松，把握终身幸福的婚恋观

10个无法回避的感情问题：读者真实再现，本书现场支招：

分手怎么活？

旧爱怎么放？

出轨怎么防？

小三怎么谈？

剩女怎么找？

公婆怎么处？

异地怎么恋？

旧情怎么燃？

结婚怎么过？

七痒怎么渡？

10个你不知道的爱情假象，夏博士一语道破“痴”与“执”。

5个神奇沟通步骤：提高爱的逆商，释放爱的正能量。

爱情的道理要说明白，其实不难，但要用几句话点醒为请所困的男女，解开矛盾，实属不易。

夏东豪老师的《为什么有些人永不受伤》用一问一答的方式告诉你在爱情中不纠结、不后悔、不受伤的真谛。

——羽西

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 作者简介

夏东豪，银幕最帅、最亲和，最有爱的心理咨询师。

中菲西三国混血，毕业于美国南加州大学，北京师范大学应用心理学博士，美国NGH催眠治疗师讲师，美国ABNLP-NLP执行师，美国TLT时间线治疗师。

以俊朗的形象、正面的能量、热情的感染力及一针见血的辛辣点评，深受观众和咨询者的肯定，被誉为最受欢迎的催眠师及职业讲师。

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 书籍目录

自序 第一章 · 修炼爱的逆商，看透爱的真相 什么是爱情逆商？  
爱情路上的十大逆境 你不知道的十大爱情假象 如何提高爱情逆商？  
第二章 恋爱自愈中心 恋爱的旧伤口，你怎么抚平？  
放不下旧爱，怎么过都纠结 永远别幻想“懂你”的人会出现 别为失恋，否定自己 什么样的“吃醋”不正常？  
没有感情却分不了手，怎么办？  
双城生活，谁该责怪谁？  
千万别用自以为是的方式爱对方 第三章 · 婚前疫苗，你打了吗？  
恋爱多久，才适合结婚？  
恐婚族是恐惧什么？  
没有人逼你结婚，你还在纠结什么？  
遭遇逃跑新郎怎么办？  
第四章 · 走入围城，爱没那么简单 他对你各种不满，是不是不爱了？  
有个不争气的男人，怎么办？  
婚前婚后反差大，怎么适应？  
白开水的生活，要不要放弃？  
红着红着就黄了，蓝着蓝着就绿了 如何管住花心老公？  
犯疑心病，缺乏安全感如何自我调适？  
天哪，他有家暴怎么办？  
第五章 · 爱的癌症：出轨与背叛 是否还该相信出轨的他？  
面对出轨，你该怎么挽回？  
男人ED，女人就该出轨吗？  
如何顺利度过七年之痒？  
外遇背叛了我，这要怪谁？  
如何忍受，他仍然和小三有联系？  
男人劈腿，竟是货比三家？  
第六章 · 过父母那一关，为爱加一道保险 父母棒打鸳鸯，你要不要委曲求全？  
不是门当户对的爱情，怎么打消父母疑虑？  
怎样修炼，才可以搞定婆婆？  
没有物质保障，我和岳母战争不断 如何面对婆婆的言语刁难？  
意外性骚扰，我该怎么办？  
后记

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 章节摘录

版权页：不是说就不可以追求，可以试着追求，但是如果不行，就要懂得放手。

如果不愿意放手，那还是不懂爱，因为不放手不是为了爱对方，而是为了爱自己，想要得到对方，但是对方又不会跟自己在一起，于是觉得痛苦。

如果不懂得爱，感到痛苦那是报应。

假象四：“我得了抑郁症，不想出去工作，不想吃饭，睡不着觉。

这都是你的错，如果不是你提出分手，我也不会变成这样。

”真相：自己的命运随便让人操控，岂不是太可笑了。

修心者说：“一切的痛苦都是自己造成的，自己是一切问题的根源。

”痛苦者会坚决反对，并且认为自己的痛苦当然是造成他痛苦的那个人造成的，若是没有那个人的出现、做了那样的事，自己怎么会痛苦呢？

事实的真相是，痛苦的根源不是因为对方做了什么事，而是我们认为对方做的事情可以伤害我们，换句话说，我们要不要觉得痛苦的决定权在我们手里，而不是由于对方做了什么事。

我们其实可以发现，同样的事情，如果不同人去做，感受会不同，可见跟事情本身无关，而是跟谁来做有关。

很多人会说“那当然，不在乎的人做的我当然不在乎”，但问题又出在“为什么在乎的人就要让自己痛苦呢”，这是很多人不去想的问题。

试想想，例如很在乎的人说了几句批评指责或一些很难听的话，自己听了就很痛苦或生气，表面上是对对方造成的，但自己有没有想过，对方只不过说了几句话，自己却要因为对方说出的几句话，就难过得要死或气得发抖，有没有搞错，那岂不是把自己的生活甚至生命交到别人的嘴巴里，让别人随便玩弄吗？

究竟怎样才能避免呢？

不要抱怨别人，要视自己为敌人，视自己有情绪，不要总是被对方弄得暴跳如雷，这样才有改进自己的可能。

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 后记

现代的剩男剩女越来越多了，是因为找不到对象吗？不，这些剩男剩女成为剩男剩女前难道从来没谈过朋友？不，一定谈过，只是分了，如果当初不分，就不会有那么多剩男剩女了。

也就是说，如果他们能好好谈朋友，就能够幸福地过着婚姻生活，问题就出在大部分的人都无法好好地谈，所以最后还是分手了。

有些话说得好，“相爱容易相处难”、“婚姻是要经营的”，懂得相处、懂得经营的伴侣，才能长长久久地在一起。

那何谓懂得相处、懂得经营？很多人说要“懂得爱”，错，因为造成两个人痛苦分离的，不是因为对方多不懂得爱，意思是说，每个人都有对爱人好的时候，不要说你对爱人多好，因为这“好”不会破坏关系。

问题往往出在，当对方对自己不好的时候，自己如何面对与处理。

而这面对与处理的结果，才是影响彼此关系的关键，才会破坏到彼此的关系。

而这面对与处理挫折的态度与技巧，就是“爱情逆商”，也就是说爱情逆商越高的人，能创造和谐亲密关系的机会就越大。

“爱情逆商”和“爱一个人”是两件事情，不是同等高度的。

有些人即使很会爱人但是爱情逆商很低，意味虽然平常他对爱人很好，但是一遇到问题就大吵大闹，最终还是会使关系越来越恶化。

而爱情逆商高的人就比较能用正确的态度与方法去处理问题，关系自然能够维持下去。

而何谓爱情逆商高的人？当然不是满怀情绪、指责谩骂的人，骂人谁不会啊？如果骂人可以使关系变好，全世界的伴侣早就幸福了，也没人会分手了。

所以爱情逆商高的人，就是要有高情商及正确的处理方法，那如何做到有高情商及正确的处理方法？想做到高爱情逆商，就要懂得检讨自己，重点不是检讨自己有没有犯错，因为有时确实是对方犯错，而是重点检讨自己的回应方式对不对，检讨自己回应的方式是不是可以达到自己想要的结果，是不是使问题得到解决并且关系变得更好，如果抱着这样的态度，才能缓冲彼此的)中突，否则把对方当敌人、当烂人来看待，怎会有好的结果？其次是要用对方法，如何用对方法？那只能靠学习，也就是平常要多看书，或者遇到问题时多请教他人的意见，但是千万不要找跟自己一个鼻孔出气的人，因为那只会变成两个自己，一点帮助也没有。

本书最主要的就是帮助人检讨自己及传授一些正确的方法，读者要把焦点从“谁对谁错”移到“如何解决”，才能学到书中的精华，才能改变自己的想法与态度，才能应用到生活上，才能创造幸福的生活。

感恩我的爸爸，供养我成才；感恩我的妈妈，给我最珍贵的爱；感恩一路上曾与我相恋的爱人，让我收获到很多；也感恩我自己，有颗学习的心，才能造就今天的我，让我能提供我的经验，分享给大家。

特别感谢我的经纪人Hs. 张雪怡，从构思、企划到执行，她提供了非常棒的建议，也帮我做了编修工作。

最重要的是，她是幕后的“推手”，不但负责全部对外联络，还督促我见缝插针捉笔勤写，给我精神上的支持，并帮我挡掉了许多不必要的应酬，使我更加专注写作本身。

千辛万苦，我的第一部书终于出世了。

最后衷心感谢本书的编辑李玫老师，她锲而不舍的精神很令我敬佩。

Hany thanks! 夏东豪

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 编辑推荐

《为什么有些人永不受伤》编辑推荐：东方卫视、湖南卫视“情感闺蜜”夏东豪，温柔揭穿爱的真相，爱情不比狠，婚姻不是忍，幸福不靠等！

《为什么有些人永不受伤》教你爱得明白，活得轻松，把握终身幸福的婚恋观。

《为什么有些人永不受伤》告诉读者一个概念：爱的逆商——一个人创造和谐亲密关系的能力，与TA感情受伤后自愈的能力成正比，这种能力就是爱的“逆商”，修炼爱的逆商，就是提升爱的自愈力。

夏博士首度揭穿“十大爱的假象”：让你走出迷局，提高爱情逆商 独家5步神奇沟通术：教你如何做、如何说，爱情婚姻不触礁 33封情感求助信，常见婚恋问题迎刃而解：以爱的名义，告诉你该放下、该把握、该改变的一切！

读《为什么有些人永不受伤》最大的收获：现实女、凤凰男掌握方法不相亲；撒娇派、玻璃心看透真相不揪心，学习爱的逆商，激发幸福正能量。

## <<为什么有些人永不受伤>>

### 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>