

<<以愛之名, 我願意>>

图书基本信息

书名：<<以愛之名, 我願意>>

13位ISBN编号：9789866782503

10位ISBN编号：9866782506

出版时间：2009/01/10

出版时间：心靈工坊文化事業股份有限公司

作者：Richo, David

页数：352

译者：廖婉如

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>

<<以愛之名, 我願意>>

內容概要

不要對愛失望，要為愛而努力！

愛讓一切變得可能，它的奧祕深不可測。

不管我們愛得多麼天長地久，多麼刻骨銘心，愛始終是個謎。

它掀起的飄然狂喜也好，錐心痛苦也罷，我們心甘情願地照單全收。

我們骨子裡有種膽識和興致，鼓動我們冒險，走入愛的迷宮，無視於旅途上的險阻重重。

然而，單靠愛無法帶來幸福，也不能讓戀情開花結果。

愛情要能圓滿需要技巧，而這些技巧是可以學習的。

這是一本教導人如何讓感情圓滿的實用指南，資深的心理治療師大衛·里秋以溫和而精準的語言，帶領讀者展開一趟愛的旅程，從身而為人的脆弱中，拓展豐富的潛能，進而超越個人情感，深切體認到愛的輝煌與美好。

《以愛之名，我願意》整理出愛最鮮明的五個面向（五A）：關注（Attention）、接納（Acceptance）、欣賞（Appreciation）、情意（Affection）、包容（Allowed）。

在人生旅途中，五A會以不同的面貌出現，雖然我們通常都難以將五A體現在關係中，但是藉由本書提供豐富的演練機會，伴侶們與單身者都可以一同來體會。

生命就是愛的旅程，不論在關係中或是面臨分離，在愛中學習，是我們一生的功課與贈禮。

本書關切的主題包括：
在關係中保持覺察、清明
明辨並堅持追求成熟之愛
認識關係中主要的階段
在更親密之前，首要是維持健康的界線
克服被遺棄與被吞沒的恐懼

以成熟的方式表現憤怒與情緒
藉由自珍自愛來超越分手之痛
了解愛是一趟英勇與靈性之旅

<<以愛之名, 我願意>>

作者簡介

大衛·里秋 (David Richo, Ph. D.) 出生於美國康乃狄克州。資深心理治療師，以婚姻、家庭與兒童諮商見長，同時也是教師、工作坊帶領者與多產作家。他擅長從心理及靈性的層面著手，幫助人增進情感關係，目前在全美各地的依沙蘭靈修中心 (Esalen institute)、靈磐避靜中心 (Spirit Rock Retreat Center)、聖塔巴巴拉市立大學成人教育中心) 等處授課，並常在英美各地舉辦工作坊。

里秋不僅把榮格、超個人學派的觀點以及藏傳佛法之慧見，巧妙融入專業實務中；喜愛文學與詩的他，更在作品中多處引經據典，挑起讀者的共鳴，從而蘊生洞見。里秋博士目前定居加州，著有多本探討身心靈的好書，包括獲亞馬遜五顆星的《當愛遇上恐懼》 (When Love Meets Fear: How to Become Defense-Less and Resource-Full)、《巧合的力量》 (The Power of Coincidence: How Life Shows Us What We Need to Know)，以及《如何做個成熟的大人》 (How to Be an Adult: A Handbook for Psychological and Spiritual Integration) 等。

<<以愛之名, 我願意>>

编辑推荐

《以愛之名，我願意》特色 從自我成長、心理學、宗教及神話等觀點解讀愛情。
隨章並有各式練習。

胡因夢、李文瑗、殷正洋、賴佩霞、謝文宜 珍愛推薦。

<<以愛之名, 我願意>>

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>