

# 《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：9789888021765

10位ISBN编号：9888021761

出版时间：2010-5

出版社：青源出版社

作者：蒋慧瑜

页数：184

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《懂得愛,才能享受愛》

## 內容概要

心靈暢銷書《你的態度，決定你的高度》、《十句話，一輩子受用》作者蔣慧瑜最新作品。

作者的「心靈Bistro」BLOG，提供有關心理學、九型人格及NLP的資訊，曾被Yahoo Hong Kong評選為100個精選blog之一。

作者身為專業的心理治療師，加上從事輔導工作多年，擅長透過充滿智慧的小故事及真人真事的個案分享，讓讀者從日常生活中得到提醒和啟發。

書中加插推介網址、網上分享片段及推介讀物，藉此為讀者提供延伸閱讀之途徑。

特設「做自己的幸福與快樂工程師」一章，讓讀者領悟幸福生活由自己選擇，貫徹「自療」心靈的口號。

內容簡介：

愛，由不計較的付出開始。有些時候，我們退讓了，可能換取到的，並不是缺少了甚麼，而是造就了多贏的局面，令多方也能得益。懂得愛人和被愛，自然就能享受愛！愛，需要分享。

本書跟大家分享多個有關愛的故事，當中不單是情愛的故事，也包括親愛、友愛、仁愛和自愛等生活例子和個案分享，它們都在給予大家一份提醒、一聲祝福，讓你捉緊每個幸福的機會。

愛，一直存在，只是我們被其他事情蒙蔽了，讓它們就此擦身而過。

本書特設「做自己幸福與快樂的工程師」一章，期望大家能夠從中領悟到獲得幸福的秘訣。上天給予每個人同樣的幸福和快樂機會，只在於大家是否懂得把握和珍惜。

每本書也有它的使命，這本書的使命，就是提醒大家無論怎樣也好，一定要好好愛自己，好好享受生命中最美好的愛！

# 《懂得爱,才能享受爱》

## 作者简介

蔣慧瑜(Annie Chiang)，嶺南大學兼任講師，資深註冊社工，心理學(榮譽)學士，T-JTA性格評估執行師，NLP(身心語言程式學)高級執行師(Master Practitioner)及「時間線心理治療」執行師。

筆者從事輔導工作多年，喜歡利用小故事作為輔導的工具，以啟發當事人的思考，因為她深信，每個人都有能力成長得更好、活得更健康，當人可以換個角度看事物，總會找到新的出路，輔導的成功，往往是源於轉念之間。

曾出版正向心理學的勵志書籍《你的態度，決定你的高度》、《十句話，一輩子受用》及NLP實用書籍《拾。字架 尋找失落的93%說話原序》，並創辦網上互動心靈雜誌「心靈Bistro」，提供有關心理學、九型人格及NLP的資訊，「心靈Bistro」更曾被YahooHK評選為一百個精選Blog。

# 《懂得爱,才能享受爱》

## 书籍目录

- Chapter 1 从放风筝学会爱
- Chapter 2 爱恨交缠两面睇
- Chapter 3 爱谁都好,先爱自己
- Chapter 4 给别人爱你的机会
- Chapter 5 懂得爱,让你得到更多
- Chapter 6 幸福,由自己选择
- Chapter 7 做自己的幸福与快乐工程师
- Chapter 8 逆境是化了妆的祝福

## 《懂得爱,才能享受爱》

### 精彩短评

- 1、太浅.....没什么新意。作者资历尚浅。适合20出头的心灵鸡汤。
- 2、作者是社工，文采欠奉，但胜在尾段部分有实例support，有些相关的心理现象如 bystander effect, learned helplessness在生活中还是很常见的。
- 3、懂得爱,才能享受爱
- 4、老老给我的书 拜读中

# 《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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)