

《一個人不要怕》

图书基本信息

书名：《一個人不要怕》

13位ISBN编号：9789882111165

10位ISBN编号：9882111165

出版时间：2004 香港

出版社：天地图书

作者：素黑

页数：239

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.tushu000.com

《一個人不要怕》

内容概要

她黑色传奇的故事，报章杂志配电视连年访问也发掘不完。曾接受国内多份杂志的访问，包括《希望》、《虹》、《美眉》、《精品购物指南》等。

她其实不大喜欢说话，不爱上镜头。四方八面的人却喜欢走近她，希望知道她的一切，聆听她的心灵指引。

寻找她治疗感情创伤的客人，来自香港、国内、台湾、马来西亚，还有美加、欧洲和澳洲等地的迷失女男。

她到过很多地方，1997年曾抛下一切往英国南部小镇布莱顿隐居，出走是她学习自爱 and 心灵净化的重要食粮，边写游记边感受生命和爱。

她做过很多工作，包括艺术行政、文化编辑、网站高级管理、网上电视主持、情绪教育顾问，曾在香港多所大学担任客席讲师，及作客席演讲嘉宾。永远不能被定位的过分女子。她却特别偏爱写作，艺术和心灵治疗。

历年在香港《明报》、《星岛》、《信报》、《新报》、《电影双周刊》、《Magpaper》、《Marie Claire》、《越界》、《过渡》、《打开》、《演艺评论》(台湾)、《当代》(台湾)、《书城》、《玫瑰周刊》、《现代保健》、《艺术生活》、《今日先锋》、《中月刊》(国际)等等报章杂志撰写专栏和特稿。现为《希望》、《Miss Style》、《美眉》、《女友》、《都市主妇》杂志，并为新浪网女性频道爱情急诊室专家，并香港《星岛日报》、《都市日报》、《姊妹》杂志等撰写专栏。

中国国内出版的著作有《你不是一个人》，《黑白情书》(将出版)，香港出版著作包括《一个人不要怕》、《两个人的孤独》、《女人私密档案》、《女人性史档案》等。

素黑白白

由我教过的，幼稚园学生到大学生，都好奇地常常追问我是不是没有黑色以外的衣服，衣柜里面是不是全黑的，结婚会不会穿黑婚纱？被传媒访问头一句一定问：你喜欢黑色，食素的，所以叫素黑？坦白说，我不知道素黑的解释，我只晓得，黑就是黑。没有她我大概不能活下去。我想，我需要她比我的爱人更甚。

我没有什么秘密，我知道的东西不算多，了解的东西可能多一点。我不相信知识就是力量，虽然知识和表达能力是最方便的权力工具。我不迷信知识，宁愿花一辈子学习观照自身，和参透爱的能量。生命，原来就比我们脑袋可以想象的更深邃更谦逊更细腻更温柔。活着的意义，于我也许是成为修行者和启导者，在爱的润泽下沉默和聆听。

《一個人不要怕》

作者简介

香港著名灵性治疗师、作家，香港中文大学文化研究硕士，注册临床催眠治疗师，香港艺术发展局艺术顾问，美国催眠治疗学会会员，美国临床催眠治疗学会会员。

《一個人不要怕》

精彩短评

1、怕什么，用骄傲的姿态，一个人，活好每天

2、她总是可以看到我们看不到的方面。

她也总是让我们直面心里面那个我们否认的自己。

看她的书，成长。

3、治愈系。

4、一般吧，这种书俨然掌握了绝对真理，看完却着实没觉得收获。大概是看多了这种满篇的道理，甚无趣。

5、let it come and go, let it flow

6、看一半弃了。书名应该叫《被恋人甩了不要怕》，适合失恋失得快绝望要死了那些人（主要是小女孩吧）看。感情是两个人的事，作者说了这么多，却没提到最关键的问题“对方是不是适合你”而一味引导读者从自身找原因，爱情是两个人的事，只靠一个人付出再多的努力是没有任何意义的。

7、在我最困难的时候，帮助了我。谢谢

《一個人不要怕》

精彩书评

1、我越来越觉得内在的平静是一个人追求快乐的必须。做为单独的个体，怎样让自己时时感觉到平和的快乐？一个人不要怕，因为我们从来都是一个人。让自己平和、快乐、充实、强大。凡事感恩。素黑很平静，她淡淡告诉着你我其实我们寻找的那个另一半也不过就是一个单独的个体，我们彼此并不互相属于。向内找，向外找？其实另一半就是你自己。只要你足够完整，就可以拥有爱。爱也不是那么侠义，不过首先是要自爱。难得的平静和安稳，是一个人最珍贵的生活态度。

《一個人不要怕》

章节试读

1、《一個人不要怕》的笔记-18%

大家都听过这四个字吧：将心比心。

这个词是什么意思呢？简单来说，就是将别人的心和自己的心比较一下。当我们对别人有要求时，不论是物质上、生理上还是心理上的需要，也应事前问问自己，比较一下：“你想别人怎样对待你？你自己是否可以先做到？”然后你才有资格走下一步，提出要求。

然而还有一部分人的问题在于自己可以做到，希望对方也可以，但对方却做不到。

《一個人不要怕》

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.tushu000.com