

# 《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

出版社：江苏文艺出版社

作者：夏东豪

页数：224页

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](http://www.tushu000.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
- 第二章 恋爱自愈中心
- 第三章 婚前疫苗，你打了么？
- 第四章 走入围城，爱没那么简单
- 第五章 爱的癌症：出轨与背叛
- 第六章 过父母那一关，为爱加一道保险
- 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，如果他们能好好谈恋爱，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，才能缓冲彼此的冲突，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、怎么说，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》

## 精彩短评

- 1、为什么有些人永不受伤。？
- 2、挺不错的一本书，里面说到拍拖及结婚后的一些内容。对于爱情，我只能说年轻时对待感情带着单纯，没有过多的想法，冲动和很多的憧憬，当经历一些事后，平淡的感情才会长久，很支持夏老师的一句话：爱自己和自己爱的人在一起很重要，但看似简单的事情，发觉还是满难的。。
- 3、比较认同书中的一个观点就是：当我们觉得被伤害时，其实是对方触碰了我们童年的创伤，我们的情绪都来源于此。痛苦都来自于内心自我激烈的冲突，表面的情绪都是让这层创伤浮现出来。幼年时期没有巨大的创伤遗留其实很幸运，有些创伤表明看不出，发生了一些事情有可能会爆发。
- 4、爱情不比狠，婚姻不是忍，幸福不靠等

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？

看看夏老师的书这些都能明白，十分喜欢夏老师。

5、很实用的书，不是教条式的，会用很多例子，并仔细分析来说明问题。看着看着，会有一种“原来如此”的感觉。

6、情感、

7、很喜欢夏老师，也很喜欢夏老师写的书

8、遇到情感问题可以看一看 此书提供了很多不同的解决问题的思路

9、我现在对这种鸡汤类的书籍没有耐心了

10、我还是喜欢夏老师本人，这书写的，理性中带着极端。

11、为什么有些人永不受伤

12、也许是因为以前曾经有过一段5年失败的感情，那段感情虽然有点长，但是充满着欺骗，充满着幼稚，充满着过分的激情……由于大家过分紧张对方，导致最后，大家都失去了对方！现在的我，已经开始了一段新的感情，其实也有一年多了，这里跟上段完全截然不同，两个不同的人，不同的性格！这段感情使我懂得更多，我更加清楚自己需要的是什么！由于那段所谓5年的感情带给我的阴影，所以，我曾经对现在这段感情也没多大的信心，但是后来相处后，我发现，我更加需要的是现在这个人，现在这段情！以前，我觉得就算吵架也好，只要两个人面对面的就好了，现在，我跟对方一起，不会再让对方感到压抑了！现在我也清楚应该怎么去做了！

13、事实不会让人痛苦，对事实的想法才会。

14、心理 夏东豪

15、很俗的话题，很俗的内容，没啥新鲜内容，哗众的标题

16、开始前30多页内容还比较有启发性、新鲜感，到后面大部分内容有点老生常谈了。

17、夏老师经验丰富在节目上看到他都觉得很有亲切感。很喜欢听他说关于爱情的点点滴滴 点醒全部人加油！支持你！

18、”何谓懂得相处，懂得经营？很多人说要“懂得爱”，错，造成两人痛苦分离的，不是因为对方多不懂得爱，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，也就是“爱情逆商”。。“-----爱不会使人痛苦，痛苦的是有爱，心理却还没有能力承受其中的苦辣酸甜。

19、为什么有些人永不受伤？我并不知道答案。在爱情里，我好像永远是受伤的那一个。朋友们都说：你太重感情，太傻了。我也不止一次的告诉自己：不要再这个样子。我习惯了付出，习惯了毫无保留。我不喜欢傻傻的自己，我不喜欢这样了，也不想这样了。太在乎别人，往往会伤害自己，体无

## 《为什么有些人永不受伤》

完肤，遍体鳞伤。

念念不忘，必有回响。时间会让人明白一切，时间会改变一切，时间会证明一切。在时光里沉淀，在岁月里成长。用以真心，换我所念。不愿如此执着，只求无愧于心。

20、情感逆商

21、做人要纯粹，纯粹给人强大的力量。纯粹地去做一件事，就会成功。纯粹地去爱一个人，就会幸福~~最喜欢夏老师这句话，人的一生，要经历多少下离别，又要经历几回人面桃花，然后终于习惯了身边的人来来去去，终于明白了没有永远的相聚，也明白我只爱爱我的人，因为我已经不懂怎样去爱一个不爱我的人。总有一天，你会对着过去的伤痛微笑，你会感谢离开你的那个人。

22、爱情最重要的不过是陪伴和懂得 可是却少有人明白 即使知道也不一定做得到

23、婚恋关系中错误归因的常见例子及解决方案，看到了很多自己不成熟的缩影。最大的收获是，对于一段痛苦的关系，抛开痛苦的接受或者痛苦地结束，还有第三条路：积极地改变，从自我做起。

24、曾经经历过一段没有走到最后的感情。因为我的不成熟导致两人问题频现。分开后我的心理非常受挫，有不舍，有依恋，难忘怀。她曾经给过我一段非常美好的时光。我不会忘记。《为什么有些人永不受伤》听到这本书名的时候我想应该能够帮助我走出来。夏老师的书我相信，即使不能够避免我之后再次受伤，但是也能是我今早看淡。

25、不学习爱，那爱也不会掉下来~

26、爱情逆商，助你逆袭！

27、好

28、曾一遍遍在自己心里问：为什么我总是受伤？我总觉得没有什么人真正理解我，而我的内心里的许多想法，都不再想说出来。工作和生活，都是不太愉快的。很多事都是不想再深究，因为一旦深究就会有更多伤。我其实不明白，为什么总有人跟我过不去，说我坏话，背后里嘲笑我，而我却逃不了，必须在这里呆着，面对这种煎熬。生活真的毫无乐趣，事来全无进展，人生基本看不到什么起色，虽然一切在别人眼里看起来还好，但是这种好并不是真的好，恋爱中的我们总是很容易盲目的，容易失去自我，受伤好像是女人恋爱的必经之路。女人唯有自爱才不会盲目。读完这边本书让我受益很多

29、唯有不断的改变与成长，才能更加的幸福

30、有很多时候都在想,受伤是因为自己太脆弱了,还是因为这世上人渣太多?又或者是因为自己太傻太天真了,总以为拿真心待人,别人同样也会真心待我。受伤的时候总会在心里告诫自己,不要再在乎不在乎我的人,可每一次的结果都不尽人意。曾经我很迷惘,不知道应该怎样做,才能让自己不再受伤。可后来从书中才懂得,只有内心真正强大的人,才会永不受伤。所以我明白了一个道理,相由心生,境随心转。如果我们坚信自己是快乐和幸福的,不会受伤,那么伤痛也会远离我们。

31、俗

32、看了一天看完的书。从责怪谁对谁错到想办法解决，是一个很大很彻底的变化。

33、不知道是不是因为作者是男性 本书的分析在很多层面都略显偏向男性 看完总觉得不踏实 但贯穿全书的“逆商”思想以及为自己的感觉负责的观点还是很有启发性 总体评价为优

34、此刻的廊桥没有了忆昔的感觉，，，有一年我站在传信桥上拍风泽江廊桥，正是冬天，粼粼的水面漂影出廊桥渺蓝的灯带，我喜欢这种凄冷呈现当代繁华的感觉，似乎与我无关，，，如今少了渺蓝灯带，而远处治水广场嘹亮的越剧继续闹腾着，，，

35、好吧，这本书只让我记得夏东豪很帅，情商很高，哈哈

36、很喜欢

37、文风不舒服· · ·但是内容可以参考的地方较多。内容涉及恋爱常见问题、婚前、婚后、出轨、父母。

38、很管用的鸡汤

39、还没有看过这本书，但在非常完美看到夏老师他的为人处事和与人相处方面有许多值得学习的地方。希望在这本书中能够领悟到许多东西！

40、喜欢，犀利，睿智！

41、值得看的书！

42、给爱情加加温

43、情，是这个世界上最让人纠结的，让人不知所措，容易低沉，又容易让人有幸福感！多少个人，

## 《为什么有些人永不受伤》

始终都是在纠结中过活！夏老师出的这本书，正好为我们这些正在人生的道路上刚刚起航的青少年们，引领方向！看这样的书，既解除了我始终在困扰的感情，又引导我怎么从困惑的情感中走出来！正能量！

44、我在等这本书的时候，曾一遍遍在自己心里问：为什么我总是受伤？我总觉得没有什么人真正理解我，而我的内心里的许多想法，都不再想说出来。工作和生活，都是不太愉快的。很多事都是不想再深究，因为一旦深究就会有更多伤。我其实不明白，为什么总有人跟我过不去，说我坏话，背后里嘲笑我，而我却逃不了，必须在这里呆着，面对这种煎熬。生活真的毫无乐趣，事来全无进展，人生基本看不到什么起色，虽然一切在别人眼里看起来还是不错的，但是不适只在我自己的心里。

45、亚马逊的9毛9特价电纸书，同样是Q&A，我更喜欢连岳那种稍微犀利一点儿。夏老师说话感觉有点儿太温柔了。不是我热爱的风格。

46、我阅读了目前对我有帮助的部分。夏博士的言论确实提供了另一种思路和见解，让我觉得豁然开朗，以及今后如果再遇到同样的问题时应如何思考及解决问题。对我帮助挺大的，感恩。

47、完全读不下去

48、在生活中跌跌撞撞，一直受伤，于是害怕去爱，害怕接受爱，龟缩在自己的小小世界里，拒绝了这世间的温柔！庆幸有这样一本书，教我们成长，教我们勇敢，教我们成为更好的自己。

49、朋友赠的，浅显易懂。

50、曾一遍遍在自己心里问：为什么我总是受伤？我总觉得没有什么人真正理解我，而我的内心里的许多想法，都不再想说出来。工作和生活，都是不太愉快的。很多事都是不想再深究，因为一旦深究就会有更多伤。我其实不明白，为什么总有人跟我过不去，说我坏话，背后里嘲笑我，而我却逃不了，必须在这里呆着，面对这种煎熬。生活真的毫无乐趣，事来全无进展，人生基本看不到什么起色，虽然一切在别人眼里看起来还好，但是这种好并不是真的好，恋爱中的我们总是很容易盲目的，容易失去自我，受伤好像是女人恋爱的必经之路。女人唯有自爱才不会盲目。

# 《为什么有些人永不受伤》

精彩书评

# 《为什么有些人永不受伤》

## 章节试读

### 1、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第128页

知己是一个很好的角色，对人也产生很大的正面作用，通常这种知己可遇不可求。有人说两性之间没有纯友谊，主张这句话的人只能证明他们自己没办法存在纯友谊，但不能证明别人没有纯友谊。

### 2、《为什么有些人永不受伤》的笔记-学会保护自己，学会了不在被受伤害

为什么怕受伤呢？你被伤过吗？所以就很恐惧在爱情里受到伤害？我只能告诉你，没有办法.....因为，想要真正的感情就一定会有受伤的风险！除非，你不想要100%的爱情！你可以选择70分的爱情，也就是所谓的不全身心投入....可你真的能做到么？人唯一不能控制的就是自己的情感！你告诉自己我只付出了70%的真心，可有一天，你会发现不知不觉你已拿出了100%的真心！因为在爱情里，感情是不能控制的！人一旦陷入感情就无法收拾，相信这本书可以带来给我很大的收获。

### 3、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第170页

一段稳定（一两年内分手的不算稳定）的感情在第四年会产生危机

### 4、《为什么有些人永不受伤》的笔记-全书

#### 为什么有些人永不受伤

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，就是提高爱的自愈力。

#### 爱情的真相

当我们说“我爱你”的同时，事实上，我们真正在说的事是“我要你爱我”。

当爱一个人到“自己的世界全是对方”的时候，这不是爱，这是依赖，是低自我价值的表现。

许多人进入亲密关系后，就容易掉入“孩子与父母”的投射，总希望对方像父母般爱自己，这是不可能发生的，而且这种期待是有害的，所以必然会遭受挫折。

#### 自我态度

个人魅力是跟个人的自我评价成正比的，所以你有没有魅力，不在乎你做得好不好，而在于你对自己的评价高不高。

“不忍心伤害别人”不是仁慈，能看见爱的真相并根据真相行动的人，才是仁慈的人。

如果你想创造和谐的亲密关系，你就要对ta的前任始终保持善意的态度，允许各自的心中有前任的位置。

一切痛苦都是自己造成的，自己是一切问题的根源。爱是很美好的，爱才不会令人痛苦，令人痛苦的是自私、占有、控制，索取爱等行为。在乎不会造成痛苦，想改变别人才会造成痛苦。最好的办法就是改变自己的思维，要相信自己不应该受到别人的影响，接受痛苦，然后边安抚它边过生活，焦点放在自己的生活，珍惜自己还拥有的一切：亲人、朋友、健全的自己，让自己过得快乐才是最重要的事！

#### 如何提高爱情逆商

第一步可以发泄情绪，但是不要痛恨对方。

第二步：没有人生下来是为自己而活的。

第三步要把自己当成痛苦的敌人，而不是抱怨，怪罪对方。

第四步：要检讨自己的过失。

# 《为什么有些人永不受伤》

## 第五步：要用有效的沟通方式

### 关于家暴

在一段感情，施暴固然可恶，甚至是违法的行为。但是，如果没有愿意接受暴力的对象，施展暴力的人也不可能一直得逞。我们要把焦点放在受害者身上，因为一味的骂家暴者，并不会帮助到受害者，反而会让受害者更加受害，更加痛恨家暴者，然后继续痛苦。关键是受害者自己要看到，问题出在自己身上，是自己不断的允许对方在自己身上施加暴力，虽然自己也是极度地不愿意，但是如果自己只是嘴巴上说说，情绪上难过，并没有做出任何行动上的表现，其实等于是自己一直允许对方做同样的事。所以，遇到家暴的人，要收回允许对方加害自己的权利，要用行动坚决保护自己，一定要要求对方改变才可以继续和对方在一起，不改变就保持距离或分手。

### 关于没钱买房结婚

有问题的永远不是现实，是人的想法。

### 关于出轨

如果要解决出轨的问题，一定先要解决彼此之间的问题。但是因为出轨的发生，未出轨的一方就会把过错全盘推到出轨之人，而不会承认自己也有过错的地方，或者，有时候未出轨的一方即使承认错误，希望对方回来，却不愿意接受彼此之间的关系已经破裂，还以为和以前一样，这种做法都是在逃避检视或承认彼此关系有问题。一段关系永远是两个人的事情，没有绝对是百分百只有一方的错，双方肯定都有一定的问题。

记得下次要为对方付出前，最好问一下对方是不是真的需要，尊重一下对方。

如果爱一个人，而对方却不爱自己，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。如果不懂的爱感到痛苦，那是报应。

爱上一个人就要义无反顾，而不是试看看，或者比较看看，不是相处得好就爱就继续，相处不好就不爱就想分开。只有当你认定对方是你的唯一的时候，爱才会被激发出来，如果会想着换一个会更好，那么当有争执的时候，爱就会消失的无影无踪。

“找”一个懂你的人，不如说“养”一个懂你的人，也就是说先找一个人，然后再慢慢培养成一个懂你的人，这才是比较可行的“实际方法”。

当我们觉得被伤害时，其实是对方触碰到了我们的童年创伤，我们的情绪都是来自于此，但是我们拼命怪罪对方，为的是防御和掩盖我们自己的内在深层的伤痛，以至于双方的创伤都越走越深。其实我们的痛苦都是来自于内心自我激烈的冲突，爱人就是让这层创伤浮出来而已。

如果自己不能把持纯友谊和男女情感的界限，那么请不要玩火。蓝颜知己对你好没有错，你对他欣赏也没错，但是你对他心动了却还是继续交往那就错了。

## 5、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第173页

男人较能接受自己的出轨行为而不能接受自己的女人出轨，因为女人不像男人出轨可以只有性没有爱，女人出轨通常伴随着爱。

## 6、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第181页

## 《为什么有些人永不受伤》

有些人会认为，万一这样把他逼走了怎么办。很多的受害者最大的问题再这里，如果你怕对方离开你，那么你永远是个输家，因为只要你对他不满，他就拿离开你来威胁你，你就只好乖乖就范，如果真的是这样，又有谁能帮你呢？其实受害者不了解的是们如果自己真的不怕对方离去，首先就不怕受对方的控制，而且心境上也不会那么哀怨，其次，对方并不见得会因此而离开你，因为当你独立自主时，对方反而会因为压力而不会抗拒你的一切，才会有机会反思自己，才会倾听你的需求，做出一些改变。如果这样对方都完全无视于你，那么可能他真的不在乎你，或者不再爱你了，那么，这种人离开你也是件好事，你一定要强求一个不爱你的人在你身边吗？

### 7、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第164页

女人因爱而性，男人因性而爱。

### 8、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第127页

人生得一知己足矣，可见知己的难得与重要。何谓“知己”？照字面解释，就是“知道自己”的人。

### 9、《为什么有些人永不受伤》的笔记-夕阳夕下

当我期待这本书来临的时候，我就在想：为什么有些人永不受伤呢？是他/她掩饰得好？处理得好？还是自我调解得好呢？这是我一直想要寻找的答案...回头想想，自己感情中受到的伤并不重，记得高一的时候，两个男孩曾近为了我打架.....（情节省略啦）至今我还是不想提前，给我留下的阴影太大了，我的尊严也没了，给我的学生时代留下了一个黑点。我们不止只会在感情中受伤，在工作上，在生活上，在婚姻中，在方方面面我们多少都会受伤的，只是看你的承受能力去到哪里而已。

人生不是一帆风顺的，总有磕磕碰碰。

为什么有些人永不受伤？我在等待此书给我答案

### 10、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第190页

如何与父母沟通呢？首先，要肯定父母的心境，同时表达自己的意见；其次，要甜言蜜语、嬉皮笑脸；最后，要向父母展现正面积积极以及乐观坚定的意志，最主要是给父母承诺。

### 11、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第118页

爱一个人就是不要勉强他做他不喜欢的事，给他空间做他自己。

### 12、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第123页

1.避免过于频繁的接触或不接触。2.刻意制造浪漫惊喜。一碗汤如果没有味道怎么办？那就加盐巴啊！3.用心经营生活。感情需要经营，生活也需要经营。不要要求对方为你而改变，而且一下就改编完成，一定要从改变自己开始，然后影响对方，这样才有成功的可能。

### 13、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第1页

招逃BAO简直，時間不固定，只要能上網就行，給自己掙個零花錢吧，每天50-150，多勞多得，適合空間較多的大學生、上班族、在家帶小孩的媽媽，加K口扣:379809914

### 14、《为什么有些人永不受伤》的笔记-第150页

## 《为什么有些人永不受伤》

一段关系永远是两个人的事情，没有绝对是百分百只有一方的错，双方铁定都有一定的问题。

### 15、《为什么有些人永不受伤》的笔记-修炼爱情的逆商

为什么有些人永不受伤，听到这个名字就好像是一个法宝一样。里面会教你怎么学会不受伤。这是我简单又幼稚的理解。最后懂得原来有个词语叫“爱情逆商”。第一次听说这个词，第一次知道，都是从夏老师的书里知道懂得理解。看到的时候忍不住想去学习了，我们都不是爱情逆商高的人，我们都是平常人，都会有很多小情绪伴随着我们，但怎么样去处理爱情，才是我们要学习的，也是我们要从夏老师的书里要学习的。夏老师从爱情的开始到最后都教会了我们。。。。值得一看。

# 《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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)