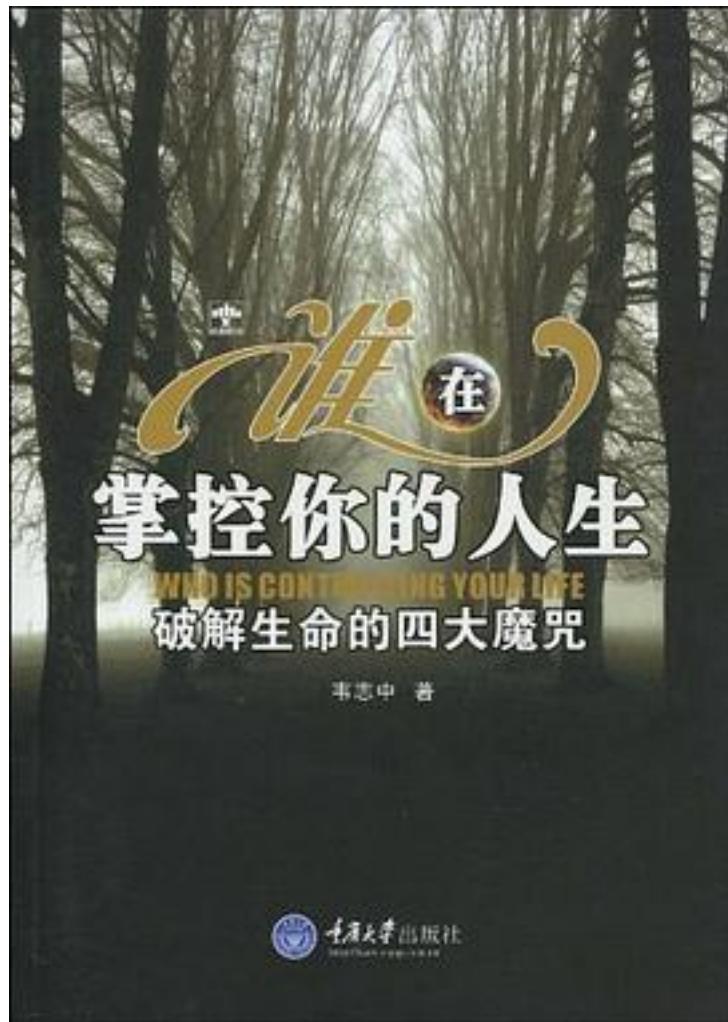


# 谁在掌控你的人生



[谁在掌控你的人生 下载链接1](#)

著者:韦志中

出版者:重庆大学出版社

出版时间:2010-2

装帧:平装

isbn:9787562452386

中国第一部心理治疗小说

为辛辛苦苦打拼搏于职场，伤伤痛痛沉浮于情场的中青年男女提供心灵指引

生命的过程，在于不断的探索

精美的语言，深刻的哲理，心灵的启迪。这就是我阅读韦志中先生著作《魔咒》后想说的话。生命的过程，在于不断的探索。唯有经过探索，才能达到真实的自我。

---张掌然（武汉大学哲学学院副院长）

心灵之旅

在心理治疗中，不可能有标准化的操作流程，心理咨询就是一段当事人与咨询师共同走过的心灵旅途，本书就是旅行日记，记载着沿途无尽的风景.....

----吴和鸣（原中德心理医院院长）

好书伴你成长

人生旅途中缺少的不是过程，而是要有人与自己分享此种欢喜忧愁。就如第一本好书，应分享以人，让它与您同行，伴你成长。

----李蕊（山西韦志中心理研究所主任）

投石冲开井底天

好多年了，我好像没有认真读过哪怕是一本小说，这次可算是一个例外，我想这例外是因了作品的吸引力。

----钟年（武汉大学心理学系主任）

内容介绍：

一位33岁的男性心理咨询师和一位35岁经历三次失败婚姻的女性相遇。他们踏上了一段破解心理魔咒的神秘旅程。

通过神话、绘画、哲学等艺术方法，透过女主角在心灵成长路上的经历，教给我们可立刻参照执行的方法，破解生命旅途的四大魔咒，获得心灵成长。

图书目录：

第一编 不要试图和情绪讲道理

1 梦的恐惧，咨询师的温柔

2 孩子饿了就要吃东西

3 每人一个炸弹

4 汪汪的委屈

5 胃痛不一定是胃病

6 陷入哀伤的漩涡

7 烟头戳到手臂的快感

8 不给孩子继承的财产

9 情绪管理的真谛

## 第二编 我是谁

10 一定要超过姐姐

11 三个姐妹一台戏

12 洋葱该怎么剥

13 穿着马甲也认得你

14 拔腿毛的小女孩

15 石头的故事

16 三兄弟见尼采

17 三兄弟见孔子

18 三兄弟见弗洛伊德

19 接纳的三个层次

20 心理医生只是一面镜子

## 第三编 生命的贵人

21 性的功能

22 你选择自由还是责任

23 真诚是一种力量

24 经验与经历

25 婚姻无限责任公司

26 不要先说再见

27 生命中的贵人

28 六个人一张床

29 两个对我恩重如山的人

## 第四编 家族的梦

30 不要期望太阳像你希望的一样升起

31 给自己判刑的人

32 最后的逃避——自杀

33 没有一个人不自信

34 成长的诗歌，是最好的礼物

35 神仙说“这个家庭不欢迎你”

生命的魔咒

后记

作者介绍:

韦志中，本会团体心理咨询模式创始人，文化·艺术心理治疗《石头的故事》创始人，星期三心理学俱乐部总督导，武汉大学现代心理学研究中心研究员，太原师范学院客座教授，中国性学会会员，四川省科协心理咨询专委会专家组成员。

十一年专职临床心理咨询和治疗经验，曾多次受邀到全国各地举办讲座，和社会各阶层进行过心灵深处的交流和探索。一直致力于推动心理学在社会中的应用，坚持“让更多的人因为心理学而受益”的职业理想。主要擅长团体心理咨询与治疗，著有心理学专业著作《本会团体心理咨询实践》。

新浪博客：<http://blog.sina.com.cn/w13711195100>

目录:  
第一编／不要试图和情绪讲道理  
第一章 梦的恐惧，咨询师的温柔  
第二章 孩子饿了就要吃东西  
第三章 每人一个炸弹——不公平  
第四章 汪汪的委屈  
第五章 胃痛不一定是胃病  
第六章 陷入哀伤的漩涡  
第七章 烟头戳到手臂的快感  
第八章 不给孩子继承的财产  
第九章 情绪管理的真谛  
第二编／我是谁  
第十章 一定要超过姐姐  
第十一章 三个姐妹一台戏  
第十二章 洋葱该怎么剥  
第十三章 穿上马甲也认得你  
第十四章 拔腿毛的小女孩  
第十五章 石头的故事  
第十六章 三兄弟见尼采  
第十七章 三兄弟见孔子  
第十八章 三兄弟见弗洛伊德  
第十九章 接纳的三个层次  
第二十章 心理医生只是一面镜子  
第三编／生命中的贵人  
第二十一章 性的功能  
第二十二章 你选择责任还是自由  
第二十三章 真诚是一种力量  
第二十四章 经验与经历  
第二十五章 婚姻无限责任公司  
第二十六章 先说再见的人  
第二十七章 生命中的贵人  
第二十八章 六个人一张床  
第二十九章 两个对我恩重如山的人  
第四编／家族的梦  
第三十章 不要期望太阳像你希望的一样升起  
第三十一章 给自己判刑的人  
第三十二章 最后的逃避——自杀  
第三十三章 没有一个人不自信  
第三十四章 成长的诗歌，是最好的礼物  
第三十五章 神仙说“这个家庭不欢迎你”  
生命的魔咒  
后记  
• • • • • (收起)

[谁在掌控你的人生](#) [下载链接1](#)

标签

心理学

心理

谁在掌控你的人生

职场

精神分析

心智

知识/心理

生活

评论

虽然作为小说比较挫，但从内容的角度，还是可以推荐一下。

---

它值五颗星

---

理论可以，但叙事性和可读性较差。感觉像许多人的故事勉强拼凑的。

---

26w1st 囫囵吞枣的看完了 哲学也好 心理学也好  
它的作用并不是来回答那些也许会困惑一生的问题 它不是答案  
但它教会我们在我们变成更有价值的人之前 在愿望碰到现实的顽固之壁时  
以最软的方式着陆

很一般，搞不懂为什么评分那么高~

have the same experience as the character in some way, and been through the same feeling while reading the book, insightful to a certain degree...

很好。

心理学的东西，其实很是有用的

心理学的书用讲故事的形式来表达可能更容易让人接受，并获得启发，谁在掌控你的人生？答案就是你自己，想过什么样的人生其实是我们自己所选择的结果，选择并不难，难的是看清每个选项的真实面貌。就像书中的主角一样，通过不断的学习和审视内心，逐渐看清自己面临着怎样的状况，哪个选择才是自己最想要的。

想要心理自救的亲可以读一下这本小说，很不错。

高中时买的心理学书籍，今天翻出来阅读。确实，情绪、自我、亲密关系、贵人、家族这五大魔咒掌控着我们的人生，理解并控制情绪，悦纳自我，经营感情，珍惜生命中的“贵人”，同时不被家族的期望所绑架

成为自己真正想成为的人，才是获得自由与幸福人生的真谛。事无好坏，诠释在人。我仍发现，我性格中许多的不自信与不接纳自己都来源于我的“肥胖”，这是罪因。此外，感恩我的家庭，让我自由快乐的成长；感恩我家boy的父母，将优秀的他带到我的身边，让他来照顾我；感恩我生命中出现的好朋友，老何 骊凡 yl onion x 鹏鹏&鹏鹏  
昭君小姐姐 憨巴 念念 xm，感恩我喜欢的人儿，大嫂 丁丁&张张 黛安娜  
荞麦，你们会给我力量。保持真诚，悦纳自己，离想要的生活更近一点。

我们长大了，长成了什么样，又有什么性格、、、、、、、 在这本书里能找到自己从小到大每一步的历程，能找到自我，亦能看到自己的真我。。。。。

感觉没什么吧，但是评分好高

---

[谁在掌控你的人生](#) [下载链接1](#)

## 书评

有的东西是可以被改变的，比如人生，宿命之所以会存在，那是因为人生已经丧失了突围的勇气，在巨大的惯性之中，迷失了自身的棱角。看完这本书最大的感觉就是，所有的心灵创伤，其实都陷于自我迷失的沼泽，找不到逃生的出口，而打开这扇出口的钥匙，归根结底还是自己。

---

每天都在遭遇自己的情绪，却很少有人了解情绪管理的真谛！每天都生活在关系中，却很少有人在错综复杂的关系中游刃有余！每天都在试图了解自我，却不知道哪里才有通往真实自我的途径！

太阳每天都是新的，生活与工作对于一些人却是重复的、无味的，或许你一心想要改变，但却无从...

---

关心自己的心理健康很重要，这本书不是就理论对心灵进行辅导，而是跟随作者的体验一起获得心理上的成长。

---

其实不只是封面，连标题都是嗖嗖的。。。心理学家果然不一样，一来就给偶营造这么一看脊梁骨发愣（注意，是发愣，不是发冷。偶是用脊梁骨思考的）的感觉，真是不看看都不行。。

翻开来看，出了一口大气。。。不是大部头的心理学著作。。。是个心理治疗小说。。。还看得下去，这...

---

情绪，今天有位长者对我说不要因为工作影响情绪，很有体会。其实，谁在掌控你的人生？不是别人，而是你自己。

人生旅途中缺少的不是过程，而是要有人与自己分享此种欢喜忧愁。就如第一本好书，应分享以人，让它与您同行，伴你成长。

[谁在掌控你的人生](#) [下载链接1](#)