

劉玉蘭長老書籍分享 9/11/2025

書名：<非暴力溝通：愛的語言>

Nonviolent Communication: A Language of Life

作者：馬歇爾·盧森堡 Marshall B. Rosenberg, Ph.D., 1934-2015

「『非暴力溝通』不僅挽救了我們的婚姻，也讓我們得以和那幾個已經長大成人的孩子冰釋前嫌，並且和父母及手足建立更深刻的關係。」

「我原本以為這本書談的是與人往來的技巧，但後來竟然發現它讓我明白了我和自己溝通（內心的自我對話）的模式。現在我已經對自己比較好，比較能體諒自己了。這意味著：我也開始對別人比較好，比較能體諒他們了！」——網路評論家

