

0:05 / 7:05

· 本期内容 ·

不是没你不行，而是有你更好|自我滋养

-本期你将听到-

- 1.反例：丧失生活的主动权
- 2.正例：对生活有高质量的要求

-精彩内容摘选-

1. “没有你我的生活是不行的，你对我很重要。” 这种状态就会有一种自我丧失，我们就变成了一个依赖者、寄生的状态，丧失了生活的主动权。
- 2.我不是没你不行，只是希望有你之后我的生活更好，而不是更糟糕。同样，我也希望我能够让你的生活更好，而不是有我的出现之后，你的生活变得更有压力和负担。
- 3.我之所以想要另一半，是想我的生活更好，而不是只要有个另一半就可以。能够坚持一个高质量的标准，其实来源于你自己对生活的期待和要求。

快来发表你的观点吧！

发表留言

< 上一期
怎么应对爱情中的痛和痒？|...

下一期 >
怎么和TA在爱情中共同成长...

精选留言

暂无评价

快来发表你的观点吧！

发表留言