1想请教关于亲密关系方面探索自己的学习和修行 是只针对自己就好呢？还是要伴侣或者其他亲密关系的人一起学习呢？如果他们本身对这些不感兴趣或者刻意讨厌这种好像被调教的感觉而抵触呢？我老公好像就有这种感觉

2 钱老师，我老公每天都好晚回家，我感觉他在家的时候边缘化，很陌生，家里的事情两个小孩都是我管，他说他负责赚钱，没有沟通，有时候很赌气，该怎么打破这种局面呢？谢谢！

3钱老师好，我在爱情中总是很痛苦，很焦虑。对方不给我报告行踪，我就会胡思乱想，对方对我稍有懈怠，我就大发雷霆。对方不听我的，我就很愤怒。总想着让对方全都听我的，时时刻刻对我好，总是怀疑对方，我该怎么办

4 请问童年时缺父爱，找大后到处找爱，找不到，不懂爱，也没人爱，怎么办呢？

5 老师您好！在第一段冥想中，我接受不了最后的状态。各划各的船。结婚后有了孩子，难道不该共划一条船，互相帮助吗？因为船越来越难划啊！谢谢您！

6 钱老师好！求教两个问题：我做第一天冥想，当前老师说想象坐在船上，航行在大海里，我的脑子里就浮现出黑暗、和一片汪洋大海，非常害怕、紧绷，这是怎么回事呢？下一步该怎么去探索和疗愈呢？谢谢

7 钱老师你好，我结婚已经十年了，但是老公说对我没有感觉了，我们沟通不来，我们的感情关系已经结束了，但是他不会选择离婚，如果我过不下去，我可以选择离开。昨天做了关于关系的6个基本品质的冥想，我的通道打开了，可是对方的通道不打开，我能怎么做？

8听了老师的第一课触动很大，但已是中年人了还需要修炼吗？我觉得好难改变，在冥想是进入不了状态怎么办呀

9 我是学理科数学出身的，所以钱老师讲的这一切道理我都懂，但就是做不到怎办？内在的小孩就是不愿意去成长，就只想呆在舒适区，舔着自己过去的伤口。钱老师有什么建议吗？对于我这种情况，如何才能结合课程更好的成长？

10 我和老公经常为教育孩子的问题而闹矛盾，他认为我太娇惯孩子，我认为他不应该对孩子使用暴力，包括打和语言的威胁等，现在老公和孩子的关系不好，老公觉得我在其中起到了推波助澜的作用，我觉得他不考虑孩子感受，不学习教育知识，不提高自我，一家三口不是很和谐，请教老师我该怎么做？

11 父母在我心中的形象在我大概11岁时就已经坍塌了，我对他们很失望，拒绝沟通，第三次冥想我感觉自己像一眼枯井……怎么办呢？（所以，在现在的亲密关系中我也不套沟通，价值感极低，感觉自己配不上他，不值得提及自己的过去。）

12 对伴侣越来越无感怎么办。他老实、顾家，但无趣、不学习，娱乐就是玩手机和出去吃饭，感觉做不了朋友，喜悦悲伤都宁愿找其他人聊。

13 钱老师，想请教下您如果让爱人对我更在乎更爱我，如何增加对他的吸引力呢？

14 老师：如何才能找到一个和自己心心相印的人，因为我自己感觉是要么有人爱我，我不爱别人。要么是我爱他，他不爱我的。不知道怎么样才能找到彼此相爱的

15 求助老师，我和我的恋人是在我离婚后重新走到一起的，身居异地，每周都有一次长时间的视频沟通，分享很深入，每年还一起旅行，已经很多年了，他始终说他不会离婚，但也表明他们夫妻性格不合，在家没话可说，虽然无法给我承诺，但是爱我，我不知道他为何这样？我是不是该放弃他？

16 两个人已经没感情了，女方已经提出离婚，但男方认为如果离婚了，就没有生活的意义了，该如何帮助男方摆脱这个困扰呢？

17 我和老公经常为教育孩子的问题而闹矛盾，他认为我太娇惯孩子，我认为他不应该对孩子使用暴力，包括打和语言的威胁等，现在老公和孩子的关系不好，老公觉得我在其中起到了推波助澜的作用，我觉得他不考虑孩子感受，不学习教育知识，不提高自我，一家三口不是很和谐，请教老师我该怎么做？