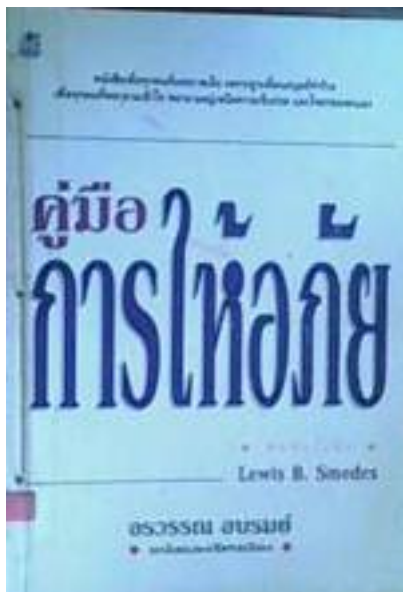


คู่มือการให้อภัย

เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ

วันพฤหัสบดีที่ 03 ตุลาคม 2013 เวลา 18:31 น. -



ชื่อหนังสือ คู่มือการให้อภัย

ผู้แต่ง อรวรรณ อบรมย์

พิมพ์ที่ สำนักพิมพ์น้ำฝน จำกัด

จำนวนหน้า 219 หน้า

ราคา 135 บาท

บันไดสี่ขั้นของการให้อภัย

การให้อภัยโดยตัวของมันเองเป็นกิจกรรมที่ง่ายอย่างน่าอัศจรรย์ใจ แต่ก็มักจะเกิดขึ้นกลางพายุอารมณ์อันสลับซับซ้อน และเป็นกลวิธีที่ยากที่สุดในภาพรวมของความสัมพันธ์ส่วนตัวคุณ

เราให้อภัยตามขั้นตอนต่างๆสี่ขั้นตอน ถ้าขึ้นบันไดทั้งสี่ไปได้ตลอดรอดฝั่งเราก็จะถึงจุดสุดยอดของการคืนดี

บันไดขั้นแรก ได้แก่ ความเจ็บปวด:ใครบางคนทำให้คุณเจ็บลึกๆและอย่างไม่ยุติธรรมเอาเสียเลย คุณจะโดนผลักขึ้นบันไดขั้นแรกของภาวะคับขันในการให้อภัย

บันไดขั้นที่สอง ได้แก่ ความเกลียดชัง:คุณลืมไม่ลงว่าคุณเจ็บมากแค่ไหน

บันไดขั้นที่สาม ได้แก่การเยียวยา:คุณได้ตัววิเศษมาคนหนึ่งเพื่อมองคนที่ทำร้ายคุณ ความทรงจำของคุณได้รับการเยียวยา คุณจะหันหลังให้คลื่นความเจ็บแล้วเป็นอิสระได้อีก

บันไดขั้นที่สี่ ได้แก่กลับมาคืนดีกัน:คุณจะชวนผู้ที่ทำร้ายคุณให้กลับมาอยู่ในชีวิตของคุณ ถ้าเขาหรือเธอกลับมามีความจริงใจ บันไดขั้นที่สี่นี้ขึ้นอยู่กับผู้ที่คุณให้อภัย
