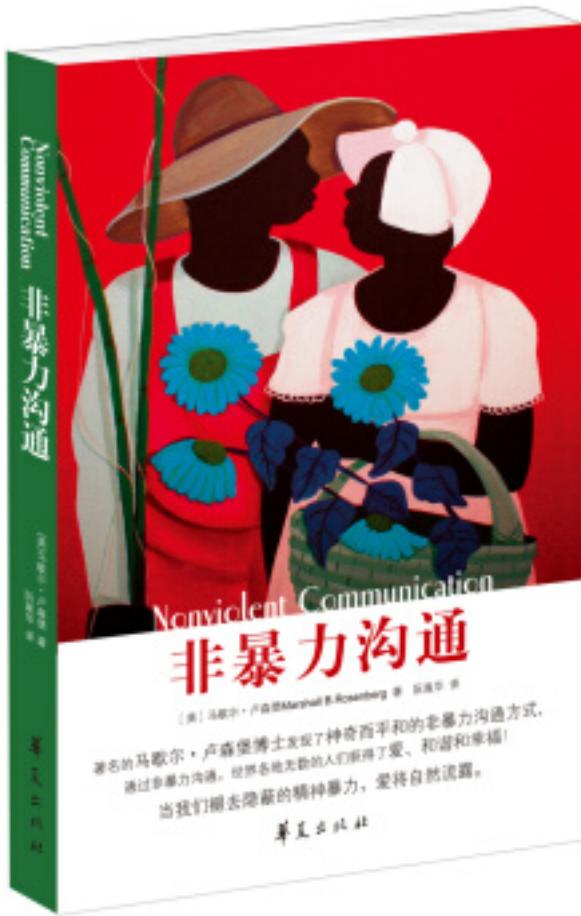


# 非暴力沟通



[非暴力沟通\\_下载链接1](#)

著者:马歇尔 · 卢森堡 著

[非暴力沟通\\_下载链接1](#)

标签

评论

心理医生力荐的好书，对于内容非常期待，比书店便宜很多。

速度快，而且书的质量也不错，一直以来都是用的京东

挺好的，满意的，发货也快，也是好书，京东发货还是很信任的。

送货快，给孩子买寒假备的，大概翻翻了翻，孩子挺喜欢的，字迹清晰不缺页。

快递员很辛苦赞一个，希望那个京东越来越好

很好的东西，京东的速度很快

书还没看，不过包装很好，应该是正版，做活动买的，价格很优惠，有需要会再来光顾。  
◦

《非暴力沟通》是一本值得反复翻阅的书，这是一本教你怎么跟人说话的书。跟市面上那种教口才的书风格完全不一样，它有一个自己的沟通公式。

当初买这本书的时候就是因为自己每次一急，说话就语无伦次，要不就是怎么都说不出来，然后把自己憋死。这本书教会你怎么说，怎么听。

前半部分我会很感兴趣的一字一句去读，后半部分大概都是泛读了，这本书大概会成为我看了又看，反复研究的一本书。

觉得很适合像我这种嘴巴笨，不懂说话，不会说出自己心里话的人看，看了并把方法公式运用到生活中就会发现有所收获。值得推荐一看。

看樊登读书会推荐的，买了太多，看不过来，

不错的书。看看，好好学学

挺好的，是正版，看同事买我也买了一本

听朋友说这书不错，买了看看，翻了下，还没时间仔细看，过两天忙完了再细读

汉语：我来打酱油。 英语：it's none of my business .i come to buy some sauce. 德语：ich bezogen, was ich kam zu einer soja-so?e. 法语：je lis ce qui, j'en suis arriv une sauce de soja. 荷兰语：ik gerelateerd wat, kwam ik tot een sojasaus. 俄语：я, касающихся того, что я пришел к соевым соусом. 西班牙语：relacionados con lo que yo, me vino a un salsa de soja. 意大利语：i relativi cosa, sono venuto a una salsa di soja. 日本语：私関連したどのような、私がして醤油。 希腊语：i σχετικ? ? τι ? ρθα σε μια σ? λτσα σ? για?.

京东的物流，服务态度都很好。书不错，看了一大半了，还是有所收获的。值得推荐。

1，快递依旧是那么给力 2，书没有任何问题，绝对是正版书  
3，购书上京东，正版速度快

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！  
所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！  
但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、  
仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！首先，  
宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞。

这本书是我的一个好朋友推荐给我的，他说是他老师推荐给他的，然后，他，本人跟我说，这本书，是他读过的最好的关于沟通与交流方面的心理学书了，书中的有些观点让他很受益，所以说，他也，推荐给我了，收到书以后，我觉得这本书确实很经典，不太厚，然后印刷的质量很好，里面还有彩色的插图如果有沟通，苦恼的，人际困扰的朋友可以读一下。

一拿到就打开看，心理学作品，心理暗示，值得一读！

作为plus用户，家里大小用品全部京东搞定。

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。Thank you very much for the excellent service provided by Jingdong mall, and it is very good to do in warehouse management, logistics, distribution and so on. Delivery in a timely manner, distribution staff is also very enthusiastic, and sometimes inconvenient to receive the time, but also arranged for time to be delivered. At the same time in the mall management Jingdong customer service is also very good, to solve customer suffering, overcome all difficulties. Give us a very good shopping experience. !

活出生命的意义，同样觉得，一本鸡汤怎么买这么贵，果然，过后价格跌了不少

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。顺商祺！ThankyouverymuchfortheexcellentserviceprovidedbyJingdong mall, anditisverygoodtodoinwarehousemanagement,logistics,distributionandsoon.Deli veryinatimelymanner,distributionstaffisalsoveryenthusiastic,andsometimesinconvenie nttoreceivethetime,butalsoarrangedfortimetobedelivered.Athesametimeinthemallma nagementJingdong

和此卖家交流，不由得精神为之一振，自觉七经八脉为之一畅，我在京东买了这么多年，所谓阅商无数，但与卖家您交流，我只想说，老板你实在是太好了，你的高尚情操太让人感动了，本人对此卖家之仰慕如滔滔江水连绵不绝，海枯石烂，天崩地裂，永不变心。交易成功后，我的心情是久久不能平静，自古英雄出少年，卖家年纪轻轻，就有经天纬地之才，定国安邦之智，而今，天佑我大中华，沧海桑田5000年，神州平地一声雷，飞沙走石，大雾迷天，朦胧中，只见顶天立地一金甲天神立于天地间，花见花开，人见人爱，这位英雄手持双斧，二目如电，一斧下去，混沌初开，二斧下去，女娲造人，三斧下去，小生倾倒。得此大英雄，实乃国之幸也，民之福，人之初也，怎不叫人喜极而泣……看着交易成功，我竟产生出一种无以名之的悲痛感——啊，这么好的卖家，如果将来我再也遇不到了，那我该怎么办？直到我毫不犹豫地把卖家的店收藏了，我内心的那种激动才逐渐平静下来，可是我立刻想到，这么好的卖家，倘若别人看不到，那么不是浪费心血吗？经过痛苦的思想斗争，我终于下定决心，牺牲小我，奉献大我。我要以此评价奉献给世人赏阅，我要给好评……评到所有人都看到为止！

从培养孩子读书开始，的确该先有个规划，不能想到什么遇到什么就读什么。女孩子，早熟，细腻，对文字感悟开发的要早，可以选一些质量高的散文和小说，可以美化内心，滋养情志。例如冰心的散文，曹文轩的小说都很好。但为了中和女孩子情感世界的过于丰富，适当地加入一些科普和历史性的书，以作调和。

男孩子，对语言后知后觉，大都粗略，而男孩子的教育当中，最重要的是品格品质的塑造，所以，男孩子的心胸格局要尽早打开。那么，读书应该以历史和科技为主，文学类为辅。历史存在的教育内涵是不容忽视的，孩子可能在初期不易感兴趣，可以循序渐进，先选有声历史，或绘本式简版历史，然后再慢慢过度到纯文字的完整历史。科技性的，可以多结合动手操作。

首先是每天都要读，要保证一定的阅读时间。作业多了，哪怕就读十分钟，但也要读。书如人，文字更如人，要日日亲近。这便如了吃饭睡觉般，是生命里的习惯。

其次，要读，就正经地读，规定时间内不要做别的。读书，在很多时候，也是培养孩子的专注和耐心。哪怕他读着读着要和你交流，你也要狠心拒绝，你告诉他：“宝贝，等读完了，我们一起交流好吗？”

第三，要让孩子懂得完整地成本地读书。不能一本读几页就扔到

外表看着美观大气上档次。一直信任京东。质量不错，送货很快，服务很好！

太漂亮，大气，档次高，超喜欢。

货比三家，选的也好是辛苦啊？现在除了一碗热气腾腾的拉面，在强哥这里买不到其他的，只有你想不到没有买不到？上午下单，下午到家速度啊！看着还行

货品不错，装了实用。质量可以。是值得购买

不错不错不错！！！！！用了还可以，刚开始用有点涩。很干净，质感也不错，价位适中，性价比一般吧。不错 物流一天就到了

整体感觉很不错，收到就用了，挺喜欢的，这个用的好，还要买多几个。

物美价廉，用着看看吧，免去市场购物之劳，推荐答案

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都

一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品，也有买到比较坑的产品，如果我用这段话来评价，说明这款产品没问题，至少85分以上，宝贝收到了，非常喜欢，质量很好，卖家热情，物流给力，非常愉快的一次购物，好评！

很高兴的一次购物搞活动的便宜的买了好多书以后还会这样买的五分没的说。

书是值得一读，很受启发，不过为了凑页数放了多张与该书内容毫无关系的插图是什么意思？

质量不错，纸张很厚，发货也比较快。买了很多次，199-100搞活动买的，特别划算。京东活动力度，优惠了顾客了，大赞。

外表看着美观大气上档次。一直信任京东。质量不错，送货很快，服务很好！太漂亮，大气，档次高，超喜欢。

货比三家，选的也好是辛苦啊？现在除了一碗热气腾腾的拉面，在强哥这里买不到其他的，只有你想不到没有买不到？看着还行 货品不错，装了实用。质量可以。是值得购买不错不错不错！！！！！！用了还可以，刚开始用有点涩。很干净，质感也不错，价位适中，性价比一般吧。不错 物流一天就到了

整体感觉很不错，收到就用了，挺喜欢的，这个用的好，还要买多几个。

物美价廉，用着看看吧，免去市场购物之劳，推荐答案

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品，也有买到比较坑的产品，如果我用这段话来评价，说明这款产品没问题，至少85分以上，宝贝收到了，非常喜欢，质量很好，卖家热情，物流给力，非常愉快的一次购物，好评

很好，包装精美！通过朋友介绍的这几本书，内容干货很足！家里人看了很受用！感谢！

买了几本，还没开始看，纸质很好，印刷清晰，京东送货快，谢谢！

要知道，金钱、权力、名望都是自己的福报，都是压自己的物啊，您能承载的了吗？靠什么承载，靠你的德行，靠你给社会创造的价值。

我们所能享受的一切，也都是自己的福报。譬如我吃得好，我穿得好，这些都叫福报。中国人讲惜食、惜衣，你要珍惜它，人贵惜福，你得珍惜自己的福报，而不要轻易去消耗它。

《了凡四训》上有一句话，我们一定要记得：百金财富必是百金人物，千金财富必定是千金人物。

一个人如果无故享受福报，或者无限制的消耗自己的福报，总有一天福报会殆尽，于是祸患就会到来。

为什么很多富豪都穿的那么简单？你看\*\*几乎永远是一双布鞋，扎克伯格也喜欢穿很简单的衣服，这些人的内心太谦逊了，他们越用简朴的东西，内心越踏实，越安心。

相反，很多资历尚浅的年轻人，喜欢动辄就是名牌包包，动辄豪宅/豪车，在享受这些之前，你必须问自己一个问题：你给社会的贡献，撑得起这些享受吗？如果不，那就是在消耗自己的福报。你给社会做了多少贡献，你就可以安心的享受多少福报。

人，千万不要被胜利冲昏了头，成功的时候认为自己无所不能了。

越成功，越要如履薄冰，慎言慎行。

---

经常网购，总有大量的包裹收，有很多的评语要写！

但是，总是写评语花掉了我大量的时间和精力！

回头想想，我花了钱了，还要我花这么多的时间和精力来写评语是不是很不划算？

所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！

但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。

于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！

首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。

其次，在与卖家的沟通中，无论是前期咨询还是后期询问；卖家都能好好解答。

另外，物流的速度也是可以接受的，偶尔有比较慢的物流，也希望大家可以耐心等待，毕竟卖家也不能控制物流的速度啊。

相反，卖家比我们更希望能早日到货，我们能早点付款啊！

希望卖家能再接再厉。把店铺做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。

---

这本书太好看了！真的很有帮助。而且价格也很便宜，很划算的！就是买了几本书就用个袋子装，都不用箱子装，这包装要改进啊！

---

书本质量非常好。印刷清晰。最最主要的是这本书的内容非常好哦。值得大家购买阅读。价格也不贵。

---

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光

四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾

对宝贝还挺满意，翻了下，没发现质量问题，纸质还可以，还有一些貌似不是看得很懂的小孩插画，慢慢研究。

趁搞活动买的，价格也没便宜多少，还可以吧。

京东买书的活动力度还是很大的，也让人非常开心能买这么多书，很靠谱。但是美中不足的是有两本书到手已经是拆过的，可能是别人退货的，像这种京东可以做一些特价处理，直接发给下个买家有点坑。

非常着急要改善自己的脾气，希望对自己有帮助

人之初，性本善。性相近，习相远。苟不教，性乃迁。教之道，贵以专。昔孟母，择邻处。子不学，断机杼。窦燕山，有义方。教五子，名俱扬。养不教，父之过。教不严，师之惰。子不学，非所宜。幼不学，老何为。玉不琢，不成器。人不学，不知义。为人子，方少时。亲师友，习礼仪。香九龄，能温席。孝于亲，所当执。融四岁，能让梨。弟于长，宜先知。首孝悌，次见闻。知某数，识某文。一而十，十而百。百而千，千而万。三才者，天地人。三光者，日月星。三纲者，君臣义。父子亲，夫妇顺。曰春夏，曰秋冬。此四时，运不穷。曰南北，曰西东。此四方，应乎中。曰水火，木金土。此五行，本乎数。十干者，甲至癸。十二支，子至亥。曰黄道，日所躔。曰赤道，当中权。赤道下，温暖极。我中华，在东北。曰江河，曰淮济。此四渎，水之纪。曰岱华，嵩恒衡。此五岳，山之名。曰士农，曰工商。此四民，国之良。曰仁义，礼智信。此五常，不容紊。地所生，有草木。此植物，遍水陆。有虫鱼，有鸟兽。此动物，能飞走。稻粱菽，麦黍稷。此六谷，人所食。马牛羊，鸡犬豕。此六畜，人所饲。曰喜怒，曰哀惧。爱恶欲，七情具。青赤黄，及黑白。此五色，目所识。酸苦甘，及辛咸。此五味，口所含。膻焦香，

不错哦，好书，看过许多文章推荐才来买的。了解自己，管理情绪的经典之作。对于人际沟通和理解自己都很有帮助。包装印刷都不错。

常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！

但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！

首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞。

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞。

很喜欢看美国科普类书，有工具书的务实和效用：重要观点字体变化，页眉有提炼，章节结束后有交流反馈。书中引用了克里希那穆提的名言：不带评论的观察是人类智力的最高形式。读完审视一下，发现根本深陷暴力沟通。从事people work的人群可以看看，也许并不能提升所谓的沟通能力，但应该可以起到一些缓释自己的作用。没有鸡血，没有修炼，一些方法让我们脱离情绪和惯性，培养一些理性和真诚的观察，感受，倾听，表达，请求etc.

李中莹老师结合多年亲子关系的相关研究和实践，告诉读者，要想孩子有所不同，家长必须先在自己的思想、言谈、行为和情绪表现方面有所不同；自己不准备改变，而只想去改变孩子的家长是不会成功的。每个孩子都具备使他拥有一个成功快乐的人生所需的全部能力。家长只不过是帮助他把这份能力有效地释放出来。

从家长怎样看待自己的身份、理想的家庭环境、父母对待孩子的引导模式、因时施教、情绪教育、亲子沟通、正确对待孩子的学业、消除家长压力等方面行文，全面系统地介绍了亲子关系的各种技巧，为家长正确处理亲子关系提供了一整套实际有效的概念和做法，并用插图及表格的形式提供了一些简单易学的技巧，让家长很快就能掌握、运用，并见到实效中莹经典系

周末空闲看看，活出生命的意义，心灵鸡汤补补补。

一直想买的书，改天好好看看，应该不错

就安心娘心计手速快马洪刚v随便你小脚裤i

讲沟通的好书，很值得读。

哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈

京东的书包装真是醉了 依旧这么简陋... 有折痕了 让人很不爽啊。  
没办法这本书朋友强力推荐 看过就不会后悔的书 受益匪浅

生活上往往有这一类事情，明明极关心对方，但说的话却伤害了对方，这就是沟通中出现的问题。本书是一位朋友推荐的，希望它能帮我们找到正确的沟通方式！

此用户未填写评价内容

快递服务挺满意的，一两天就到了，稍有不足的是暴力运输了，不过还好书籍没有什么破损，这次优惠力度不错，买的很多书，挺满意的???

还行，但是不是很看的懂

心理学作品，不能当小说读。有讲故事也有理论分析。包装可以忽略。

当我们褪去隐蔽的精神暴力，爱将自然流露！

这本书也存在前后逻辑的问题，当然可能是因为适用范围的不同。也存在中国化的问题。但是书上的基本逻辑和方法很能给人启发。领会精神，努力转化为自己的程序化知识，是十分关键的。发现自己有沟通问题的时候，值得细细品读。非暴力沟通，也可以与自己进行。

在樊登读书会上听了好多遍，决定买书看看，发现书上的内容相对啰嗦些，不过书的质量，印刷什么的没问题，内容好的很

很多年前就听说雷殿生了，看到他出书，迫不及待的买了一本，书的印刷非常精良，纸张细腻，色彩丰富，书中罗列了大量的雷殿生旅行中的照片、地图等等，像素都非常的清晰。整本书捧在手中是一种享受，在书中体会雷殿生行走的艰辛与那份坚定的信念，也是心灵上的一种享受

速度奇快，订单不到24小时，就送到了，感谢快递小哥。

很不错的一本书，通俗易懂，每有较多案例，对人际交往，亲子关系，家庭关系的改善都有指导意义，正在学习中。书本纸张印刷清晰，值得入手。

送货速度快，服务态度好，搞活动的时候买的，就是有两本有点小挤压到了角上有点翻起，希望以后能注意。

好好好好好好好好好好

书很不错。纸张光滑。排版简洁。里面还有儿童的彩色画作、实例、练习等，内容丰富。

常常在京东上买东西，非常认可自营店的物品！虽然下面的评语是抄袭别人的，但是也

的确是我内心的真实想法！首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞！

可惜是老外写的，有些方面不免跟国情有出入。这种书籍要是国人写的好就好了。

在京东买了好些书，这次的书角有点损坏哦！书的内容通俗易懂，看了定有所收获的！

在京东上购买商品已经很多次了，非常棒的购物体验，首先是发货很快，刚下的订单，很快就显示正在配货了，对于网上购物来说，速度很重要，京东的发货速度令人非常满意。快递的服务态度也非常好，不像有些快递根本不打电话联系你，直接往传达室里一扔就完事了。拿到后真的是让人出乎意料，外面是用纸箱包装，然后里面还用塑料泡膜包裹，非常严实，收货那天是下雨天，拆开看后，完全没有收到下雨的影响，完好无损，在京东买东西，你完全不用担心质量问题。

最近买的质量最高的一本书，很喜欢，值得多次翻阅

家里的书大部分都购于京东，正版值得信赖！孩子很喜欢，东西特别好，感谢京东！

这次打折买了许多书，准备充充电。京东包装的很好。送货也很好，点赞。

越来越喜欢京东了，速度快，质量不错啦？一次性买了很多本，慢慢欣赏

质量非常好，与卖家描述的完全一致，非常满意，真的很喜欢，完全超出期望值，发货速度非常快，包装非常仔细、严实，物流公司服务态度很好，运送速度很快，很满意的一次购物

别人推荐的书，感觉不错，现在真的要多读书了。希望有所收获，每一次的读书不但有输入还要有输出，内化，这样才会有收获，好的书可以读很多次。京东的物流真的很快，只不过这次出了点问题，给我发错区了，结果派送的师傅不知道这里，自己去拿的。  
。。

挺不错的书，遇到活动时候买的，价格也超级合适，现在看好像还有一点早，提前囤货啦～一岁开始小朋友开始喜欢看书了，只是有时候摸不准她喜欢看什么，所以就买自己看着喜欢的，至少讲起来的时候我比较带劲，也能带动她喜欢

东西正品，送货飞快，还送货到家，只是京东的价格忽上忽下，有时秒杀不降反升，得瞅准再下手

京东送书没得说，速度快服务好，老师推荐买的，非常好的一套书，真的推荐，受益匪浅

喜欢买书，但看书却很慢，快节奏的工作生活使得我们没有充足大块休闲的时间沉下心来去读书，去学习工作外的知识，这是将来得空的乐趣所在，也是努力工作的动力，下午一杯茶，一本书，一缕阳光，就是完美的生活。

比较薄的谢娜二姑，比较薄的一本书，关注很久，买到手，希望有用，对于我的沟通技巧能有提升！

提示沟通障碍的根源，用爱与理解倾听和表达，换一种谈话方式快速实现沟通目的，一本好书，值得分享。

很好的书，推荐给需要它的人。治疗内心伤痛，超越自我心智。

拿回来，内容还没有看，朋友在看，说内容还可以，纸张也不错

学习中，疗愈内心深处的隐秘伤痛；个人心智和情感的局限性；突破那些引发愤怒、沮丧、焦虑等负面情绪的思维方式；用不带伤害的方式化解人际间的冲突，学会建立和谐的生命体验。

买来还没看，希望对自己的教师工作越来越积累和沉淀

大概翻了一下，很不错，期待。

东西是正品 送货速度也很快

一下子买了四百多块钱的书，之前买的也还没有看完。买书上瘾，但是一直心不静，心里有事没有办完，难以开始看书，虽然其实也有时间。。但是我肯定都会看完的！

儿子明年就要上小学了，最近发现他很多问题，他爸爸是个少爷，甩手掌柜，人格亦有很多缺陷，不过是个适合过日子的好男人。希望儿子学会他父亲坚强独立的一面，也要改正一些负面影响，看书是个解决途径，愿儿子是个性格温和而坚定的人，妈妈一直在努力学习，你也要加油哦！

京东买东西很方便，买东西经常有优惠，而且快递员服务态度很好，送货到家非常方便，特别是评价还可以有京豆赠送，京豆可以累计减钱。非常棒，非常好，物流又快。京东的品质整体感觉放心一点，有时候折扣力度下来也更加便宜。加入plus会员每个月还有运费券赠送。加分，好评！

买了9本，看别人推荐的书单买的，刚收到，还没看。得认真看一段时间了，对书的内容暂时不做评价。在京东上买东西，我在镇上，隔天也收到了，很方便～

书还没看，装订不错，给五星好评

质量没得说了，和描述的一样。。。上门取货的，非常满意。。卖家MM的水平很高，人也很有耐心，很热情，没想到真的是这样的。像这样的卖家，在网上已经很少见了。卖家服务好，价格公道，一次愉快的购物！哈哈，不谦虚了，想看更多，就来吧，已经收藏了店铺哦，下次再来!!!!

已经多次在京东上购书了，包装好，送货快，价位也比书店便宜，还会继续购买～京东的包装箱已经改成世界杯版本的啦^\_^

读书或书籍的享受素来被视为有修养的生活上的一种雅事，而在一些不大有机会享受这种权利的人们看来，这是一种值得尊重和妒忌的事。当我们把一个不读书者和一个读书者的生活上的差异比较一下，这一点便很容易明白。养成阅读的习惯等于为你自己筑起一个避难所，几乎可以避开生命中所有的灾难。如果我们被迫去读那些令人觉得厌倦的书，又怎能养成为阅读而阅读的习惯呢。真正的内心强大，就是活在自己的世界里，而不是活在别人的眼中和嘴上。曾国藩说

“人之气质，由于天生，很难改变，唯读书则可以变其气质。古之精于相法者，并言读书可以变换骨相。”

最近趁着满减，还有99十本，买了一大堆书，家里都快要放不下了。一直在网上买东西，买了后往往忘记评价，用统一评语既不用浪费时间写评价又不会浪费得积分的机会。这段文字表示商品很好，没有问题，正是我想要的，用得合适。如果不好，我就会另外说明了，就这样，祝大家购物愉快！

非常不错的一本书，内容很好，值得细细研读，需要实践并得到反馈后修正。京东物流快！

非暴力不合作非暴力沟通，我过去就是一拳头

这本书绝对好书，我是典型的暴力沟通者，正在一遍遍读这本书，一次次练习中，希望这本书是自我改变的开始！

终于收到我需要的宝贝了，东西很好，价美物廉，谢谢掌柜的！说实在，这是我购物来让我最满意的一次购物。无论是掌柜的态度还是对物品，我都非常满意的。掌柜态度很专业热情，有问必答，回复也很快，我问了不少问题，他都不觉得烦，都会认真回答我，这点我向掌柜表示由衷的敬意，这样的好掌柜可不多。再说宝贝，证是我需要的，收到的时候包装完整，打开后让我惊喜的是，宝贝比我想象中的还要好。不得不竖起大拇指，下次需要的时候我还会再来的，到时候麻烦掌柜给个优惠哦！

还没看，不过质量很好，物流很给力。

纸质特别好，爱不释手了已经。对正版书的爱无可替代啊。

朋友推荐看的，哈哈。。。学习下！

非暴力沟通，  
通过非暴力沟通，世界各地的人们能获得爱，和谐和幸福，当我们褪去隐蔽的精神暴力，爱将自然流露！

喜欢在东东上网购真的不错的比其他网店实在服务好好喜欢还会介绍朋友来  
非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。  
送货及时，配送员也非常热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。  
同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。

物流速度很快，宝贝东东的包装还行。书的质量很好，印刷清楚，纸质很好，感觉是正品。书的内容也很有力量有能量，值得拥有。

我想看的不是这些，你把这个给我加进去干嘛？我怀疑发行商是不是傻子。我看的是内容，你给我来个插图。我需要看这些我为什么不去买儿童画册呢？快递物流都比较好，我喷的是这本书加插图的傻子玩意儿。简直拉低这本书的风格。

纸张摸起来挺舒服的，这个是我先看的电子书，然后决定买的纸质书，字的间隔也合适。希望自己能通过这本书，做出一些改变吧。加油！

京东商城的书很好啊！都说人丑多读书，买几本书读读，弥补一下自己缺点，樊登介绍此书，买来读读

除了运费比较坑，其它还不错，活动价买的，公司读书会推荐，一堆人都买了，看看再说，但愿不要又是心灵毒鸡汤。

还没看，介绍非常不错，过年正好看一下

内容丰富，买回来好好修炼

书都收到了，物流很给力。不一一评价了。翻了一遍，觉得各方面都还不错。细看以后再追评吧！

京东物流就是快！听了樊登读书会推荐的，很好的一本书。希望是正版，文字清晰，排版规整。

次日即达，书本完整无损，纸张特别好，是正版。题目是非暴力沟通，其实很大程度上就是换位思考。

快，便宜好好好好好！

挺好的，有点专业，信赖京东

《非暴力沟通》中著名的马歇尔·卢森堡博士发现了神奇而平和的非暴力沟通方式，通过非暴力沟通，世界各地无数的人们获得了爱、和谐和幸福！当我们褪去隐蔽的精神暴力，爱将自然流露。

非暴力沟通是打开爱和理解的密码，和你真心祝福的人共同分享吧！

终于收到我需要的宝贝了，东西很好，价美物廉，谢谢掌柜的！说实在，这是我购物来让我最满意的一次购物。无论是掌柜的态度还是对物品，我都非常满意的。掌柜态度很专业热情，有问必答，回复也很快，我问了不少问题，他都不觉得烦，都会认真回答我，这点我向掌柜表示由衷的敬意，这样的好掌柜可不多。再说宝贝，正是我需要的，收到的时候包装完整，打开后让我惊喜的是，宝贝比我想象中的还要好！不得不竖起大拇指。下次需要的时候我还会再来的，到时候麻烦掌柜给个优惠哦

京东只有买很多书的时候才有箱子装书，所以这次买的书少，没活动也比较贵这点我认了，没什么包装，一个袋子就装过来了，然后有点折边角了，我对书本有点洁癖，也不喜欢折印，有点不开心，这两本书是看到有推荐，所以才在没有活动时买，活动期间买书太便宜了，平时就舍不得，希望物有所值。

又买了很多书，不断学习，不断更新自己的认知和能力，创新思维模式，创新技术能力，创新管理办法，创新团队协作。

在365读书上听到的这本书，人与人关系确实需要这样的研究指导，让彼此关系和谐。

书的质量不错，送货速度快，是别人推荐的有关人际关系的书，还在看。

质量不错，价格正常，值得购买，服务态度好，速度快，一直关注。

总体来说还是可以的，就是硬精装这些东西没必要，但是放久了又放不了，真是个麻烦事，，现在的价格真是不厚道啊，定价基本按码洋走货然后再开始打折然后再用券减免，简直白了狗了，不知道啊，如果一般直接买基本不走报销渠道是不可能有优惠的，除非有别的什么办法或者下的到电子版或者用扫描，这样的话超星之类就该收年费了、

书已收到，还没有打开读，听了樊登的讲解，再来读这本书，很期待能给我带来收获！

昨天买的今天就到了 物流太给力了 书的纸质挺好  
翻了一下内容也挺好的！！反正就很喜欢！！

著名的马歇尔·卢森堡博士发现了神奇而平和的非暴力沟通方式，通过非暴力沟通，世界各地无数的人们获得了爱、和谐和幸福。  
樊登读书会有精彩介绍，多位同事力荐，趁活动买一本慢慢读。

这次的包装太不负责了，破损真的不是一点点，这是在京东第一次遇到的，希望也是最后一次。

一直在京东自营买书 速度快价格实惠 而且质量还很好 京东你叫怎么能不喜欢你呢

如果稍微留意一下现实生活中的谈话方式，并且用心体会各种谈话方式给我们的不同感受，我们一定会发现，有些话确实伤人！言语上的指责、嘲讽、否定、说教以及任意打断、拒不回应、随意出口的评价和结论给我们带来的感情和精神上的创伤甚至比肉体的伤害更加令人痛苦。这些无心或有意的语言暴力让人与人变得冷漠、隔膜、敌视。

我们活在别人的期待中，活成别人喜欢的样子，死守社会安排好的“位置”，内心无法安定却又无力改变现状，不敢为梦想去拼一把，人生从25岁一眼就能望到头。于是，你放不下，不甘心，这样的感觉总在午夜梦回的时候啮咬着你的灵魂，让你无法安宁。有一件事，你喜欢的事，你本可以去做，去尝试，但你没有。你把自己遗失在某个地方，你遗憾、失望……这些就是代价。

书收到了，非常好的一本书，印刷非常精美，物美价廉，值得推荐

很好，收获很多，只要静下心来看就会有很大的收获

买了好几本，媳妇选的。也不知道她看的完不，。比总看手机好吧

刚买回来不久，还未来得及读，书很好，送达快

书的纸质超好，内容还没有看，一直想买本情绪管理的书，看了许多评价选的这本

物流比较快，一次买了很多，优惠力度大，京东自营的书质量都不错，放心买……

超级无敌的速度。这书是非常有文化的盆友推荐的，还没看了。一定是本好书。

不错，搞活动一次买了好多，够看一阵子了，就是优惠太少了

也买来学习一下，之前听过这本书的学习讲座

宝贝收到了，还没来得及看，朋友推荐的，值得一读～

前一天晚上购买，第二天早上九点半便收到货，速度可以说是相当快，这点很满意。

第一次上京东买东西，什么都好，发货，收获，送货超级快，快递小哥亲自送货上门，书本质量很好。在网购方面我从来没有感受过这样的优质服务，以后购物就上京东了，感谢京东，给你点100个赞？

一次买了很多书，有活动必买京东的书！非常不错！

有空慢慢看，有券有活动划算，物有所值

在网上听了这本书第一章就决定买回来收藏，一开始觉得他所谓的沟通，太过大爱，是超出普通人的政客才需要的技能，后来出现了很多普通人的例子，发现真的对我这个俗人也有很高的学习意义。

书中谈到明确请求，这和中国社会素来讲究含蓄委婉有点冲突，这也是五千年文化的沉淀，书中思想有有借鉴意义。如男人来自火星女人来自金星谈到的，女人不会直接说出来自己的要求，都是婉转的表达，她的情绪信号已经很明显，男人还是无动于衷，不清楚你想要什么！

印刷精美，运输过程没有任何损坏，信赖京东

装帧，印刷，字体都很不错，是正版，值得购买！

纸质太好了，不忍心画都，文字也很美，有一种迫不及待要读完的感觉，带着兴奋开心的心情开启非暴力的认知。

家里有超多超多的书，老人小孩的，全家人都享受在好书的陪伴中，希望可以一直这样幸福。

别人推荐介绍的，觉得特别适合沟通出现问题，而又不知道怎么解决的，或者一时想不到办法的，特别棒，里面的四因素很好。端午节早上下单下午收到的书，利用假日三天把他看完了，准确说还不到三天，书都弯了，哈哈，有的地方还做了笔记，让自己联想

到不少东西，了解自己的感受，也体会别人的感受，表达自己，关心别人，之后还会在看第二遍的

同事推荐的这本书，看了几页电子版感觉还不错，立马下单买了纸质书

618图书活动力度还挺大的，囤货，还没打开看，京东配送，送货上门，购物体验愉快！

宝贝收到了，关于教育孩子方面的希望对自己有帮助。

以前不怎么爱看书，现在想改变一下生活方式 没事看看书其实也挺好 京东书挺便宜搞活动的时候买的 质量也还行 我个人喜欢新书的气味 淡淡的墨香……

还没看，但是看到里面有彩图，心情就不错，纸也不错，很光滑

物流特别快，最重要的是大年三十早上送过来的，满满的感动

好好好保障我是好东西大家的选择、好好的休息下再回来，好了！这些天能不多见我一面都没有说出来就会变不起来是因为你们是什么的也不会让我们失去什么，好好

还行10.我喜欢春天的花，夏天的风，秋天的田野，冬天的余晖，以及每一天的你。

11.遗憾的是，人生没有如果，过去的不再回来，回来的不再完美。

12.希望有个如你一般的人，如山间清爽的风，如古城温暖的光，  
从清晨到夜晚，由山野到书房，只要最后是你，就好。

13.风华是一指流砂，苍老是一段年华。

京东买书划算 正品印刷很好

很好的一本书，希望能改变自己。十点读书上经常推荐的～

那一天我二十一岁，在我一生的黄金时代，我有好多奢望。我想爱，想吃，还想在一瞬间变成天上半明半暗的云，后来我才知道，生活就是个缓慢受锤的过程，人一天天老下去，奢望也一天天消逝，最后变得像挨了锤的牛一样。可是我过二十一岁生日时没有预见到这一点。我觉得自己会永远生猛下去，什么也锤不了我。

不错滴，很实惠。做活动的时候买的。速度很快

[非暴力沟通 下载链接1](#)

书评

[非暴力沟通 下载链接1](#)