

<<谁是我的理想伴侣>>

图书基本信息

书名：<<谁是我的理想伴侣>>

13位ISBN编号：9787210041771

10位ISBN编号：721004177X

出版时间：2009-12

出版时间：江西人民出版社

作者：诺曼·莱特

页数：212

字数：160000

译者：罗育龄

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<谁是我的理想伴侣>>

### 内容概要

- 婚姻是你想要的吗？
- 你怕谈感情吗？
- 佳偶何处寻？
- 如何知道我恋爱了？
- 我们适合吗？
- 如何结束不适合的感情关系？

资深的婚姻关系专家诺曼·莱特围绕每一个单身者所关心的问题，深入浅出地层层剖析，娓娓道来，既有大量真实的案例，又有经过实践检验的准则，最后还附有对再婚者的特别辅导。真诚的人性关怀，切实可行的建议，引导读者透过预备自己，进入心中渴求的美满婚姻。

## <<谁是我的理想伴侣>>

### 作者简介

诺曼·莱特是美国著名的心理咨询专家，拜欧拉(Biola)大学教授，婚姻、家庭与儿童辅导研究院前院长。

出版了60多本关于家庭、婚姻与人际关系的书，10多种进入畅销书排行榜，被译成多种文字。

诺曼·莱特与妻子乔伊斯(Joyce)结婚40多年，现居美国南加州。

其作品《女儿背后的爸爸》《爱之语》《男人到底要什么》《幸福婚姻圣经》已在中国出版，受到读者喜爱。

## <<谁是我的理想伴侣>>

### 书籍目录

第一章 婚姻是你想要的吗？

第二章 我怕谈感情第三章 如果你尚未痊愈，请等一等！

第四章 为何我仍未婚？

我当如何开始？

第五章 佳偶何处寻？

第六章 情感关系：短暂感情、持久感情与不谈恋爱第七章 如何知道我恋爱了？

第八章 虚假之爱第九章 与不适合的对象交往时，如何结束这段感情关系第十章 我们适合吗？

第十一章 第二次机会附录一 访谈问题

## <<谁是我的理想伴侣>>

### 章节摘录

第一章 婚姻是你想要的吗？

1959年，听起来像是很久很久以前。

那时我刚从大学毕业约两个月，离进入研究所只剩一个月。

我做了一件疯狂的事：结婚——结束22年的单身生活。

当时我真的很期待婚姻。

但当时我真的清楚我的期待吗？

不知道。

我知道要如何做一个丈夫吗？

不尽然。

所以，你可以说我对我所要面对的事情丝毫没有准备。

我所说的句句属实，但我从那时开始学习，至今已35个年头。

若不是你想结婚，也不会打开这本书阅读。

事实上，你在找寻一个完美的对象，他（她）能符合你所有的要求，满足你所有的需要，甚至你未说出口的需求。

但是，你永远也找不到这样的人。

因为你所找的对象不是有缺点就是跟你合不来。

不过没关系，我们的婚姻都是在这种情况下开始的。

继续你的寻找之旅，但要知道，即使你找到最理想的对象，在刚开始时也不一定合得来。

然而，你们可以“变得”彼此相合。

把这个重点当成婚姻中前5-10年的主要目标。

如果你想建立美好的婚姻，就必须如此进行。

如果你不把这当个目标，你们就永远学不到如何适应彼此。

这是个警告，希望你被我吓到。

我希望你知道婚姻的必要条件为何，并且实行之，将它们当成你必须学习的经验。

让我们花一些时间一起来思考你与婚姻。

如果你考虑结婚，一定对婚姻有一些期待与梦想。

你到底希望婚姻能为你做什么？

当我与一些大专院校和教会的单身团契分字时，我会用这样的问题问他们：“如果你注定单身，你要如何放弃结婚的念头呢？”

这是值得思考与祷告的问题，也值得与信任的朋友分享，或是询问几个已婚朋友关于现实层面的问题。

请注意我使用“现实层面”这一词！

婚后的改变当你结婚时，如果你们将单身的的生活方式带入婚姻，并使之延续，你与你的配偶将会面临惨重的冲击。

你们双方都要分担家事，并要放弃单身的的生活方式，如此你们才能一起建立新的生活方式与新文化。

大部分的人都以为这样的转变无关紧要。

但你不是与另一个自己结婚，你们的想法、行为与所做的事都不同。

所以，是谁要让步？

是谁要改变？

是谁要适应？

哪一种方式最好？

你们将要一起找出答案。

在婚前讨论这些话题比较容易，总比等到婚后才发现幻想破灭好得多。

有人曾经说过：“婚姻不是50比50的几率问题，而是90比10的亲密关系，有时你要付出90分，有时你会得到90分的回报。”

## <<谁是我的理想伴侣>>

但不要紧抓着分数不放。

”结婚会改变你的交往关系。

你对婚姻的期待，无论是有意或是无意的期待，都要接受考验，只有一些期待能真正通过考验。

结婚这个行动，好像是释放你潜在的希望、恐惧、需要与欲望的开关。

这些感觉已潜伏心中多年，等待被发现的一天。

如果你仍怀疑结婚是否带来重大的改变，请好好地看看以下的数据。

在一项全国性调查中，检视婚后第一年所发生的事，大约有50%到60%的新婚夫妇（有一半的人在婚前已同居）这么说：他们在婚后改变了很多观点。

互相批评的习惯改变（大部分变得更会批评对方）。

他们的自信感改变。

与原生家庭的关系改变。

对工作的态度改变。

想要拥有幸福美满家庭的期望改变。

除此之外，大约有40%到50%的人表示，他们偶尔会怀疑自己的婚姻是否能持久，发现他们的婚姻问题相当严重，以及觉得婚姻之路比他们想象中还要难走。

在这份调查中，我们也发现一个令人震惊不安的事实，但却可以用来帮助正要准备结婚的人。

在婚后的第一年有不少人后悔结婚，几乎每一个人都觉得如果当初多一些准备，事情就会顺利许多。

最常被提起的原因是：没有在婚前建立目标，也没有详彼此的需要。

他们都希望能在婚前得知即将要承担的责任，如此便能迈向成功的婚姻关系。

在这项调查中，离婚的夫妇皆表示婚姻问题在结婚初期便已产生，但是他们仍然拒绝相信有问题，或是忽视它们，待发现时为时已晚。

听起来想要拥有美满的婚姻好像是不可能的任务，是吧？

如果只靠你自己，结果当然是如此。

唯有夫妻学习将自己交托给上帝，才能共同创造美满的婚姻。

嘉兰·柯隆宁（Claire Cloninger）在她的书《婚姻梦醒时》（When the Glass Slipper Doesn't Fit and the Silver Spoon is in Someone Else's Mouth），将婚姻的奇迹描述得淋漓尽致：我发现，将两个生命结合在一起的难度，大概介于预测飓风路径与在曼哈顿市中心找到停车位之中。

我的观点是，只有上帝才能让两人完美地在婚姻中结合。

当我们行在他的道路上时，就是他所施行的最大神迹。

我的意思是，虽然他在红海所行的神迹很好，但是对于我的未来，这种安排似乎更好。

上帝在两个互相委身的生命中所做的事，是“超乎我们所求所想”。

透过上帝，我们可以学到如何在我们的婚姻中经历恩典。

当你进入婚姻生活中时，你必须抛弃单身的生活，无论你对婚姻的准备有多充分，有时还是会说：“这跟我想象中的不一样。

婚姻真是我的最佳选择吗？

当时是如此，但现在呢？

”当这些问题萦绕在心时，只有深刻且真实的爱（我们会在下面的章节中讨论）与承诺才能维持婚姻。

在一本讨论婚姻的小书中，麦克·梅森写道：“婚姻需要每天不断地更新你的抉择，但是以人的方式无法达到这样的要求，唯有靠着上帝的恩典才能达成。

”婚前同居的影响那么同居呢？

很多情侣都觉得这是可以避免离婚的解决方式。

许多人认为，“婚前同居可以为夫妻打好婚姻基础。

”这是一个错误的观念。

许多研究显示，这种关系对婚姻的杀伤力极大。

坦白说，婚前同居的情侣们最后都可能会离婚。

离婚率很大程度上因为婚前同居而大幅攀升。

## <<谁是我的理想伴侣>>

在此提供一些数字概念，如有100对婚前同居的情侣，有40对在还没结婚时就分手了。另外顺利结婚的60对，有35对以离婚收场，只剩下25对能熬过来。

许多人读到这个惊人的数据时，可能会这么说：“我们就是那些例外，我们与众不同，会熬过来的。”但讽刺的是，话说得最大声的人，常常就是那些失败的人。

当情侣同居时，就是表明他们拒绝面对现实问题，否认离婚会发生在他们身上。与另一个人同住并不像试镜，要通过后才能得到这个角色。

成为丈夫或妻子不是办家家酒，更不需要通过试镜。

当你们同住一起或是有性关系后，在作抉择时的客观性就会被蒙蔽。

我常在许多情侣身上看到这样的状况。

当他们有性关系或是婚前同居时，要客观地做出决定，要理性地找出问题点就会有困难。

在交往时学习与分辨问题点，比发生性关系后或是同居后要来得容易许多。

结婚与同居是两码事，不可一概而论。

同居时总会有这样的想法：“这只是个考验，初步的测试。

如果现在有问题的话，我就会脱离这段关系。”

这与“我们一起找出问题，然后一起努力解决，并学习如何相处”的想法有天壤之别。

当你们住在一起，你所能投资的就大打折扣，我指的不仅是情感上的投资，也指的是财物上的投资。

虽然你们可能不打算有小孩，也可能不管周遭看法不同的人觉得尴尬与不舒服。

但是在你所身处的团体之中，你的投入与参与多少会有所选择与限制。

这种感觉好像你想要结婚，但是却不想遵循游戏规则。

当你们同住一起时，其实反映出心中的矛盾：不想要单身，也不想要结婚。

对这两个世界而言都是不好的决定。

事实上这是很糟糕的选择。

一方面你是单身，但却没有机会去培养其他的际关系。

另一方面，你不再单身了，但你们也还没结婚，所以无法建立完全的亲密关系。

这就是同居关系中的不确定因素。

同居不会让你们发展更亲密的关系，反而衍生出一些问题：谁要去买菜、谁要煮饭、谁要收拾等等。

你们一只脚踩进这段关系中，但另一只脚却在外面徘徊。

婚前性行为——为何要等待以下的叙述，是我所谓的“难言之隐”，但是我仍要提出来。

当情侣同居或是有性关系时，不仅会影响做决定的过程，也反映出他们不成熟的态度，显示他们是追求“及时满足”的人。

愈成熟的人，就愈能延缓及时满足的行为，建立健康的界限。

如此你会对自己与自我形象更加充满信心。

同居对男人与女人来说都比较方便。

女人倾向于与男人住在一起，希望被照顾，并且满足她的被需求感。

但是在你们搬进同住时，大部分的精力都用在问“我们一起能搞好吗？”而非“我们要一起努力！”

我刚才提到及时满足在不成熟关系中的问题。

这里另有三个理由，说明为何要等待婚后才发生性关系。

第一个理由是：《圣经》上有清楚的教导。

如果你的伴侣说《圣经》不适用于现代社会，或是说《圣经》并没有教导婚前不应该有性关系，那你的伴侣不是看不懂《圣经》，就是将他（她）的欲望摆在上帝的计划前，有时甚至两者皆是！

第二个理由已经在前面提过：婚前性行为的发生会影响做出明智判断的客观性。

第三个理由是：性活跃的人比较容易离婚。

曾有社会学调查显示，发生过婚前性行为的人，其离婚率高达60%。

<<谁是我的理想伴侣>>

编辑推荐

《谁是我的理想伴侣》：百万畅销书作家，单身恋爱求偶实用手册。



<<谁是我的理想伴侣>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>