

# 《情爱圣经 I》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年01月01日

开本：大32开

纸张：胶版纸

包装：精装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787801967169

## 编辑推荐

送给爱人的经典礼物，步上红地毯的魅力法典！

《情爱圣经I》是《心灵鸡汤》作者艾伦·科恩的\*\*力作

《情爱圣经I》10条情爱智商帮你解决所有情感难题！

## 内容简介

每个人都渴望拥有浪漫的约会经历或者美满的爱情。通过实例，你会了解他们所犯的各种错误以及他们是如何终成眷属——或者劳燕分飞的。不管结局如何，你都可以从中吸取经验教训并有所收益。那么，你的情感历程又将会是怎样的结局呢？

如果遵循了本书“你能做些什么”中的要点，你的恋爱经历将取得空前进展，令你如愿以偿。

## 目录

情爱智商第1条：不要站错位置

一见钟情

触动心扉的真实

你是狂热分子吗？

为什么你不能和已婚恋人谈情说爱？

情爱智商第2条：寻找爱情，不要守株待兔

等待生命中的另一半

要么已经心有所属，要么就是同性恋

在爱的世界寻找瑕疵

魅力爱人的诱惑

情爱智商第3条：让曾经的痛苦远离现在的爱情

治愈一颗受伤的心

太妙了，以致难以置信

联系你的前任爱人

如何避免陷入恶性循环

情爱智商第4条：不要拒意中人于千里之外

因距离而吸引

意味深长的一夜情

三心二意

别把绳子当毒蛇

放弃理性

情爱智商第5条：利用好关键的转折点

这不是我想要的

发生转变

约会时的倾听

拒绝，也是一种爱

几乎就要达到目标了

情爱智商第6条：不要捡了芝麻，丢了西瓜

开始——再来——失败——再来

当性变为现实

为补偿式的性爱争吵，值得吗？

让勇敢的人带头

情爱智商第7条：过分强求

今天就告诉我

证明你对我的爱

完美情侣的问题

想象中的传奇

情爱智商第8条：不要让承诺吓坏了你

移动的目标无法击中

有关承诺恐惧症

三思而后行——但是别忘了“行”

情爱智商第9条：迈入结婚礼堂，千万别忽视过渡期

在说“我愿意”之前

如何了解你的结婚对象

情爱智商第10条：与曾经的爱侣藕断丝连时

你不能抛弃我——是我甩了你

忘了告诉你。我们已经分手了

从彻底的分手到全新的开始

后记

## 在线试读部分章节

### 一见钟情

在一个晚会上，史蒂夫遇到了黛比，两人一见钟情，一立即意识到对方就是自己的梦中情人，他们很快发生了关系，常常同床共枕，互诉钟情，并向朋友们宣布两人的结合。

几个月之后，黛比搬进了史蒂夫家，两人度过了一段蜜月般的幸福时光。然而好景不长，他们开始发现对方有自己不喜欢的缺点。起初只是琐碎的小事，比如史蒂夫去厕所后，总不把马桶盖放下来；黛比总要拉上卧室的窗帘，以免早晨的阳光太早弄醒她。

注意到彼此不同的生活习惯之后，两人的不和又加剧了。史蒂夫把大多数的周末时间

都花在看足球赛上，却并不注意表达自己的感受。黛比则希望一起讨论两人的关系，并开始向史蒂夫施压，要求订婚。

不久，史蒂夫和黛比的争吵日渐增多，相互间的欣赏却日益减少。私下里，两人都无奈地摇头叹气，“原来那个完美的爱人到底怎么了？”史蒂夫抱怨说，“我没想到她这么善变。”黛比则断言，“我们同居以后，他变了不少。”

最终，两人的问题达到白热化，黛比搬了出去。开始时，两人还试着做朋友，继续约会，但是他们在一起时仍旧为同居时的那些问题争吵不已。后来，两人不再见面，为从一见钟情到尖酸刻薄而感到耿耿于怀。

这个故事听起来耳熟？就像我读过你的日记？或是你读过我的日记？

有时候，一见钟情就是如此。人们相遇，把对方当作倾心知己，坠入爱河，从此过着幸福的生活。阿门。

然而更常见的是，一见钟情只是一见有望。初次见面时，人们或者只是渴望有个朋友，或者是渴望激情四溢的性伴侣，或者刚从分手的痛苦中恢复过来，或者有其他的企图。但是，有一个办法可以区分出是不是一见钟情：随着时间的流逝，与对方作伴，如果你感到愈加幸福，那么这就是一见钟情。如果你毫无幸福可言，显然这就不是。

如果你的恋情能经受住各种检验。例如：立着的马桶盖和完全拉上窗帘；恐惧、猜疑、嫉妒和不协调的性生活节奏；花多少钱，攒多少钱；圣诞节聚会邀请哪些亲戚，避开哪些亲戚；以及恋爱中会出现的其他所有问题——这就的确是一见钟情，事实证明爱情来之不易（真爱难求，需要时间检验）。如果其中任何一个问题或是所有问题都令你毫无招架之力，这其实并非一见钟情。或者就算是，你的忧虑和反感也已经令爱情黯然失色了。

我们总被教导说，如果你找到了意中人，一切都会变好，其实事实远不止如此。约会和恋爱不是寻找一个令你开心的人，而是寻找你自己的幸福之源。找个让你一见倾心的白马王子或者白雪公主，相对来说还比较容易，等到再次审视对方时，就会发现并不如你原来想象中那么完美无缺。你所寻找的人也许比你想象的要近得多，一见钟情在一个晚会上，史蒂夫遇到了黛比，两人一见钟情，一立即意识到对方就是自己的梦中情人，他们很快发生了关系，常常同床共枕，互诉钟情，并向朋友们宣布两人的结合。几个月之后，黛比搬进了史蒂夫家，两人度过了一段蜜月般的幸福时光。然而好景不长，他们开始发现对方有自己不喜欢的缺点。起初只是琐碎的小事，比如史蒂夫去厕所后，总不把马桶盖放下来；黛比总要拉上卧室的窗帘，以免早晨的阳光太早弄醒她。注意到彼此不同的生活习惯之后，两人的不和又加剧了。史蒂夫把大多数的周末时间都花在看足球赛上，却并不注意表达自己的感受。黛比则希望一起讨论两人的关系，并开始向史蒂夫施压，要求订婚。不久，史蒂夫和黛比的争吵日渐增多，相互间的欣赏却日益减少。私下里，两人都无奈地摇头叹气，“原来那个完美的爱人到底怎么了？”史蒂夫抱怨说，“我没想到她这么善变。”黛比则断言，“我们同居以后，他变了不少。”最终，两人的问题达到白热化，黛比搬了出去。开始时，两人还试着做朋友，继续约会，但是他们在一起时仍旧为同居时的那些问题争吵不已。后来，两人不再见面，为从一见钟情到尖酸刻薄而感到耿耿于怀。

这个故事听起来耳熟？就像我读过你的日记？或是你读过我的日记？有时候，一见钟情就是如此。人们相遇，把对方当作倾心知己，坠入爱河，从此过着幸福的生活。阿门。

然而更常见的是，一见钟情只是一见有望。初次见面时，人们或者只是渴望有个朋友，或者是渴望激情四溢的性伴侣，或者刚从分手的痛苦中恢复过来，或者有其他的企

图。但是。有一个办法可以区分出是不是一见钟情：随着时间的流逝，与对方作伴，如果你感到愈加幸福，那么这就是一见钟情。如果你毫无幸福可言，显然这就不是。如果你的恋情能经受住各种检验。例如：立着的马桶盖和完全拉上窗帘；恐惧、猜疑、嫉妒和不协调的性生活节奏；花多少钱，攒多少钱；圣诞节聚会邀请哪些亲戚，避开哪些亲戚；以及恋爱中会出现的其他所有问题——这的确是一见钟情，事实证明爱情来之不易（真爱难求，需要时间检验）。如果其中任何一个问题或是所有问题都令你毫无招架之力，这其实并非一见钟情。或者就算是，你的忧虑和反感也已经令爱情黯然失色了。我们总被教导说，如果你找到了意中人，一切都会变好，其实事实远不止如此。约会和恋爱不是寻找一个令你开心的人，而是寻找你自己的幸福之源。找个让你一见倾心的白马王子或者白雪公主，相对来说还比较容易，等到再次审视对方时，就会发现并不如你原来想象中那么完美无缺。你所寻找的人也许比你想象的要近得多，如果发生了这样的事 你应该如何处理 如果你一见钟情，坠入爱河，那就尽情享受吧。爱是世界上最伟大的冲动，是我们与生俱来，一生相伴的。它可以突然之间，使你平淡无奇的生活变得绚丽多姿，让最头疼的生活难题变得无足轻重，把整个世界变得新奇明亮。现在看来，你漫长的人生之旅终于拥有了意义。即使你原来不喜欢的人，现在也可以容忍了，你甚至可以毫不犹豫地回家过感恩节了。感谢上帝赐予你真爱！没有爱情，这世界就是一个贫乏沉闷，了无生气的荒地；有了爱情，人生就会变得美丽多姿，富有意义，目的明确。现在，请看细体印刷字：深呼吸。按步骤进行。在做出任何重大决定之前，一定要先了解你的伴侣。让爱情为自己作证。如果情真意切，自然天长地久，你也会非常幸福。如果情虚意假，你是不会想要的。对于沉醉在甜蜜爱河中的你来说，这些建议用这种字体印刷足矣。你几乎不可能读到它们，因为你正沉浸在如此甜蜜的美好时光之中，谁还想来研究这些细枝末节呢？你正在恋爱啊！现在，请在脑中把下面这些话放大成 大号字体：深呼吸。按步骤进行。在做出任何重大决定之前，一定要先了解你的伴侣。让爱情为自己作证。如果情真意切，自然天长地久，你也会非常幸福。如果情虚意假，你是不会想要的。好了，我的要点说完了。有趣的是，对有些人来说，用这种字号他们仍然看不到——对此视而不见。如果我把这些话用特大号字体显示在时代广场上的巨型屏幕上，还是会有人视若无睹。为什么？因为“人皆喜听自己所需，而忽视其他”。然而，如果这建议能阻止你去拉斯维加斯的24小时通宵赌场，免去你不必要的烦恼，或与你伴侣的争吵，它就值得一读。你的浪漫能持久吗？很多一见钟情的人经常有浪漫举动。我就曾经每月至少见一次我的意中人（夏季时见的次数更多）。我遇到的一位女士也是这样。我们约会了一段时间但还是分手了，因为我们都太热衷于追寻，以至于不知道如何面对结果。我们都孜孜于浪漫的营造，却荒疏于爱情的维系。她后来和一位男士结了婚，这个人让她心仪，因为他曾带她到巴黎去共度浪漫周末。不久，在去塔希提岛度蜜月的路上，这对情侣在飞机上争吵起来。于是，蜜月结束了，他们的婚姻也走到了尽头。我就算把上述建议用大号字体印在她的隐形眼镜里，她还是看不到。然而，长久的浪漫还是可以做到的。每读完一节，你都会更了解你是谁，你想要什么，以及怎样处理恋爱问题。有时候，让我们获益良多的，恰恰是那些短暂、热烈或者痛苦的恋爱，而非那些冗长乏味的恋爱。如果你已经谈过许多次恋爱，怀疑自己是否还能找到（或成为）意中人，振作起来。每一次约会和恋爱都会使你更接近目标。直到有一天——或许比你想象的还要快——智慧的积累会达到顶峰，你的学习经历也将会有所回馈。

不要仅仅因为他说他最喜欢的电影是《西雅图未眠夜》，就对他芳心暗许。

长远看来，和自己相恋或许更能让你有所助益。

现实的爱情中，你想的是对方的优点。浪漫的爱情里，你想的是对方这个人。如果你打算把爱情建立在坚实的基础上，就要采取最佳行动，而舍弃其他。注意一下，什么使你敞开心扉，什么让你心门紧锁。谈恋爱不一定非要“坠”入爱河，你也可以在爱河中“崛起”。坠入爱河，你就把自己的权利都交给了对方。在爱河中“崛起”，你就保持了自己的完整独立。如果你很容易就坠入爱河，也会同样容易从爱河中甩出来。当意识到你自己（而不是别人）才是爱情的源泉，你才能使爱情长久。或许这不能保证时时刻刻情浓意切，但足以让你的爱情之旅不虚此行。我意识到，只有不再过于关注对方的家庭问题，我才能够建立起美好而长久的爱情。我认识的女士中，一位父亲行为失常；一位兄弟被关在精神病院；一位曾和继母的侄子谈过恋爱；还有一位曾离家出走，因为她父亲滥用安眠药，说话像歌手奥兹奥斯朋那样言语不清。生活中，我总也记不清楚那些异常情况究竟和哪个人有关。我曾考虑过要买一台手提电脑，把各种不同的神经疾病进行分类，以免把那位父亲失常的女士当成疯子哥哥的妹妹。这样就可以避免尴尬。要知道，这种尴尬可比上床时叫错名字更伤感情。最终，我决定只记住对方的亲属关系，而不管那么多问题。显然，这要容易得多。我可以向你保证，从那以后，我的生活的确轻松了不少。用亲密行为增进爱情 我认识一些情侣。他们一见钟情，继而陷入爱河，很快结为夫妻。他们的故事的确鼓舞人心，但却是凤毛麟角，不具有代表性。我还认识一些情侣，他们很快就住到了一块，但争吵不断，甚至拳脚相加，直到学会如何和睦相处；还有一些情侣，他们相遇，相知，相爱，日久生情，以身相许，终成眷属。……

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)