

<<婚姻是设计出来的>>

图书基本信息

书名：<<婚姻是设计出来的>>

13位ISBN编号：9787504478344

10位ISBN编号：7504478342

出版时间：2012-10

出版时间：中国商业出版社

作者：沃尔特斯

页数：242

字数：150000

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>

<<婚姻是设计出来的>>

前言

对于婚姻，我当年一无所知，那时也找寻不到任何一本关于婚姻的书。可想而知，当我拥有自己婚姻的时候，我脑子里最初美好的憧憬与婚姻的现实会出现多么大的差异。开始，我只知道女友是那么强烈地吸引着我，她成为我心中的女神。当我们接吻时，那感觉真是美妙极了，以至于一段时间闻见不到她，我都会感觉手足无措。所以，我坚信：我是多么地爱她！而我也坚信她也一样把我看做是她的唯一。这种触电的让人兴奋的感觉让我们彼此完全相信在未来的岁月可以给对方带来幸福，彼此之间的善意和默契会伴随我们到老。然而，婚后不久，平淡的日子大大超出了我们所能想象的程度，相亲相爱的日子如小鸟一去不复返了，我们坠入了可怕而又尴尬的境地之中……幸好上帝的恩赐，让我及时醒悟，也让我得以在过去的一个星期里愉快地度过了我们的金婚庆典！无疑，所有这一切都是幸运的！回想在过去的30多年里，有接近千对恋人曾接受我为他们做婚前辅导。我发现他们当中的大多数人对彼此相爱的认识都很狭隘。在他们童真的思维里，热闹的婚礼结束后，王子和公主就过上了幸福快乐的生活——但真实生活中会是这样吗？实际上，婚姻做起来比听起来困难、现实得多。繁杂的生活琐事在不知不觉中消磨了爱情，消化了激情。新鲜感的缺失、生活的乏味以及来自方方面面的压力会让婚姻的色彩逐渐暗淡下来。如何设计自己的婚姻并为其保鲜，自然也成了亟须解决的问题。而且，现实不断攀高的离婚率，早已打破了婚姻的神话，甚至出现了恐婚族。因此，婚姻若想稳定长久，实现白头偕老这个平凡的理想，需要夫妻二人像经营事业一样去经营和设计自己的婚姻。毕竟婚姻不是一桩买卖，应该有长远的规则和设计方案。婚姻中如何避免危机是每个人的必修课。聪明的人会把对方的感受放在第一位，即便是对方做错事了，也会选择适当的时机轻言细语来说服对方。给配偶一个适当的空间和尺度，不是说距离产生美吗？一个家庭就是一个爱情银行，这个银行既可以男人做董事长，也可以女人做董事长，是蒸蒸日上还是濒临破产，要看两个人如何经营。这里，既然两个人组成了一个家庭银行，就要好好经营，何况这个家庭里还有孩子和老人。经营情感的秘诀在于不断储蓄，两人吵了一架，你就支出了一小笔，如果你能及时给对方一点温柔和体贴，就能把这一笔补上，如果谁也不在乎这样的支出，支出起来没完没了，这一小支出最终也会成为大窟窿。当然，经营婚姻虽然并不容易，但婚姻也并不可怕。情感的积累储蓄源于日常生活中的点滴之间，或许一句温柔的情话，一杯淡淡的熟茶，一个会心的微笑，一次争执的让步，一个冷战后的拥抱……都会大大提升婚姻的弹性和质量，使爱情之花常开不败。翻阅本书，你将会知道：彼此恋慕并不足以成为幸福婚姻的基础，婚姻的赌注是昂贵的，婚前预备的报偿却是丰厚的。如果你目前是单身或在恋爱，本书可作为你的关系蓝图，帮助你决定是否或何时预备好进入婚姻；如果你已经订婚或新婚不久，本书将帮助你查验自己的感情基础，学到创建成功婚姻所必需的技巧。心理学家乔伊斯·布拉泽博士曾说过：“女人对她们生活中的男人知之甚少，她们与男人一起生活，照料他们的起居饮食，为他们生儿育女，但她们并没有真正了解男人。”可见，身为人妻的女性也应该多了解你身边的这个男人，多了解常沟通是维系和谐美满婚姻的前提

<<婚姻是设计出来的>>

。其实，在男人的眼里，美丽的女人不是自己身上的衣服，可穿可不穿，而是帮助灵魂跋涉的手杖，是强有力的支撑；在男人眼里，美丽的女人就像一个谜，在她的内心深处埋藏着无尽的宝藏，需要自己用一生的时间去挖掘，以便随时发现意外和惊喜。

确实如此，婚姻需要我们用智慧去经营和规划，女性朋友们，不要把结婚当成爱情的终点站，而应把它看做是人生中的一个里程碑，婚后也要不断地去注入自己的爱和能量。

只要你在婚前就知道了这些婚姻的秘诀，自然能够让你的婚姻赢在起点，决胜终点！

女士们！

最后请坚信：幸福美满的婚姻是可以通过自己努力设计出来的！

沃尔特斯

<<婚姻是设计出来的>>

内容概要

你若安好，便是晴天新书抢鲜>>>>

一个家庭就是一个爱情银行，这个银行既可以男人做董事长，也可以女人做董事长，是蒸蒸日上还是濒临破产，要看两个人如何经营。

这里，既然两个人组成了一个家庭银行，就要好好经营，何况这个家庭里还有孩子和老人。

经营情感的秘诀在于不断储蓄，两人吵了一架，你就支出了一小笔，如果你能及时给对方一点温柔和体贴，就能把这一笔补上，如果谁也不在乎这样的支出，支出起来没完没了，这一小支出最终也会成为大窟窿。

经营婚姻虽然并不容易，但婚姻也并不可怕。

情感的积累储蓄源于日常生活中的点滴之间，或许一句温柔的情话，一杯淡淡的热茶，一个会心的微笑，一次争执的让步，一个冷战后的拥抱.....都会大大提升婚姻的弹性和质量，使爱情之花常开不败。

彼此恋慕并不足以成为幸福婚姻的基础，婚姻的赌注是昂贵的，婚前预备的报偿却是丰厚的。目前是单身或在恋爱，可作为你的关系蓝图，帮助你决定是否或何时预备好进入婚姻；如果你已经订婚或新婚不久，帮助你查验自己的感情基础，学到创建成功婚姻所必需的技巧

精彩阅读推荐：

《优雅女人的幸福理财生活》

《有一种快乐叫舍得》

<<婚姻是设计出来的>>

作者简介

给力正能量，迷你图书任你选点击购买>>>>

J. 唐纳德·沃尔特斯（婚姻是设计出来的专题）

20世纪以来最伟大的心灵导师之一。

生于1926年，世界顶级的冥想和瑜伽大师，同时也是国际知名的演讲家、作家、作曲家。

1948年成为尤迦南达大师的弟子，1968年创建阿南达村（Ananda

Village）社区，被誉为国际上最成功的人为社区之一。

他倡导生活平凡，思想高贵，创作有上百本著作，主题涉及婚姻、教育、领导力和成功、灵性成长、瑜伽、自我疗愈、艺术、建筑、占星术、哲学等广泛的领域。

代表作有《生活的秘密》《生活教育》《现代思想中的危机》等。

此外他还创作有大量曲子、剧本、诗歌及数部电影作品。

本书是作者畅销20年的婚姻经典！

作品被译为25种语言！

畅销90多个国家！

全球销售超过300万册！

延伸阅读分享：《卡耐基写给女人提升幸福指数的一生忠告》

《西点军校给男孩最棒的礼物》

<<婚姻是设计出来的>>

书籍目录

选择什么样的男人，就会有什么样的人生

如果说大多数男人把事业当成了生命中最重要的组成部分，那么几乎所有的女人都会把爱情当作自己的全部。

女人可以没有风光的事业，但女人不能缺少幸福的爱情。

毫不夸张地说，选择什么样的男人，就等于选择了什么样的人生。

因此，作为女人，一定要擦亮自己的双眼，学会用慧眼去发现和寻找人生中的另一半，这关乎着女人一生的幸福与命运。

一眼选中“生活优质男”

天生好男人就是这模样

男人喜欢什么类型的女人

婚姻就是让一个好男人爱上你

婚姻大事不能听天由命

父母反对的婚姻，务必要三思

男人其实想过得逍遥自在

爱他，就多给他些自由空间

爱情加面包，才是完美的生活

或许，下一站才是你要的幸福

好老公需要妻子来打造

贤惠的妻子都会积极地看待老公的不足，赞赏老公优秀的一面，给老公足够的自尊心和自信心，这是对男人最大的支持，也是呵护幸福婚姻的有效法则。

所以，女同胞们，与其羡慕别人有一个好老公，不如把精力放在自己的老公身上，多多给予他支持和信任，或许有一天你会发现，其实自己的老公是很棒的！

好老公是“哄”出来的

把丈夫当成大男孩

不要吝啬你的赞赏

多一些赞赏，少一些指责

多给丈夫一些关爱

做老公忠实的粉丝

给予老公充分的支持与信任

男人需要支持，不需要指责

兴趣一致才能志同道合

做老公的忠实听众

会持家的女人最得男人欢心

有些女人觉得只要嫁个好老公，从此就不愁没钱花，就可以活得舒心自在了。

殊不知，如果你没有未雨绸缪的持家观念，就算拥有金山银山，都有坐吃山空的一天，只有学会持家才是保持家庭长久幸福的秘诀。

让美丽和财富增值

学会理财，为丈夫解决后顾之忧

合理开支，勤俭持家

提升自己，做好贤内助

为老公缓解心理压力

莫攀比，日子是过给自己的

<<婚姻是设计出来的>>

厨艺是保卫爱情的法宝
亲自为老公做一顿爱心早餐
营造温馨的家庭氛围
营造浪漫，为生活注入活力
家庭是情场，不是战场

两个恋人随着“婚礼进行曲”的优美旋律踏进婚姻的幸福大门，组建成一个新的家庭，然而不是每一对夫妻都能整日甜甜蜜蜜的，有时也难免会发生争吵和冲突。

如果要想保持婚姻的稳定和幸福，就要明白，爱就是包容，爱就是忍耐，爱就是从淡而无味的平淡生活中，提炼幸福！

切记不要把家庭变成战场！

多一些包容，少一些怨恨
宽容是通往幸福的坦途
不当婚姻的附属品
爱是一种给予，而非索取
批评是对男人最大的打击
停止唠叨是得到男人喜欢的第一步
与其抱怨，不如尝试改变
克制自己，不争口角的上风
暴躁是毁坏幸福的导火索
避免无端的猜疑
不要总把“离婚”挂嘴边
吵架也要讲原则

伤什么也不能伤男人的面子，善待他的亲人和朋友

对于女人来说，如果学会了给男人留足面子，那无异于给自己的婚姻生活锦上添花。

事实上，给不给老公留面子，是一个女人成熟不成熟的标志，也是成为好妻子的一门必修课。

男人的面子很重要
朋友面前给足他面子
让你的嘴巴适当休息
善待每一位家庭成员
不要指望男人一碗水端平
不要和长辈顶嘴
关爱父母什么时候都不晚
婆唱媳随，营造和谐
别让婆媳关系变成“恶性肿瘤”

好心态成就好女人，永葆青春的秘诀

相信一千个女人对幸福会有一千种理解。

幸福可以是来自爱人的一个微笑、一丝温柔、一句贴心的呵护，甚至是一种良好的心态。

正如罗兰所说：“一个女人如能让自己经常维持像孩子一般纯洁的心灵，用乐观的心情做事，用善良的心肠待人，光明坦白，她的人生一定比别人快乐得多。

”在婚姻生活中何尝不是如此。

时刻保持一颗平常心
做自己心情的主宰
培养积极的心态，自信的女人最美丽
清除尘埃，让心灵沐浴阳光

<<婚姻是设计出来的>>

乐观一些，换个角度看问题
保持微笑，让幸福写在脸上
乱发怒火，伤了别人害了自己
别让唠叨侵蚀了你的幸福
幸福是一种心情，乐观是一种心态
心灵需要时常去呵护

做一个魅力女人，学会包装自己
三分美丽，七分装扮。

如果说女人的美丽是由内而外散发出来的，那迷人的气质，学识、阅历、修养就是美丽之本；而容貌、服饰、装扮则是美丽之形。

女人不一定要天生丽质，但一定要懂得如何打扮、装饰自己。

让每一天的心情都随着可人的外表飞扬起来，让自己魅力四射，成为别人关注的焦点。

给自己保鲜，给婚姻保鲜
让魅力在优雅中绽放
女人要善待自己
女为悦己者容
“女人味”从何而来
微笑是提升形象的最好包装
善良是女人最美的服饰
自信的女人最具魅力
女人，不要吝啬你的温柔
内在美才是长久的美

生活离不开激情，但亲密绝不只是肌肤之亲

爱与性是男女之间一种情感的催化剂。

性是婚姻生活中，夫妻双方最重要的精神沟通方式。

如果说，爱情是婚姻的支柱，那么性爱就应该是爱情的根基。

性与爱是分不开的。

夫妻之间的拥抱、亲吻、抚摸，发生性关系，都是一种爱的语言。

它能使你更清楚地明白男人的爱意，也让你更加清楚地体会到爱的愉悦和幸福感。

有性才有爱，才有幸福婚姻
留住男人的心，才能把握幸福婚姻
守护幸福，从保持美妙的性爱做起
迎合丈夫，制造浪漫情趣
多鼓励丈夫，帮其减少思想压力
克服阻碍“性”趣的心理因素
和谐的性爱源自良好的沟通
为性爱注入新内容，保持新鲜感
变被动为主动，大胆追求“性”福
走出错误的性观念误区

爱情可以经营，婚姻可以设计

人的一生中最难经营的就是婚姻和爱情。

要想经营好婚姻和爱情，要想把握住幸福，那么时刻都要记得演好自己在婚姻生活中的角色。

只要用心去经营，即使结婚几十年的夫妻，也不会感到婚姻的陈腐。

在这种状态下，爱情就会如一首甜蜜的歌，永远在耳边萦绕；婚姻就会像一杯醇香的酒，永远透彻心田。

<<婚姻是设计出来的>>

经营好自己的爱情，不涉足他人的花园
婚姻需要用心去经营
大智惹愚，糊涂是福
良好的沟通是通向幸福的桥梁
用爱去拴住他的心
换种角度对待老公
信任是婚姻的基石
让幽默为婚姻保鲜
鼓励老公，经常给他打气
为婚姻筑起一道防火墙
尊重对方，穿好“婚姻”这双鞋
结语：如何完善你的婚姻

<<婚姻是设计出来的>>

章节摘录

既然爱一个人，就要爱他的全部。

人无完人，对待丈夫的优点，自然应该持欣赏态度；对待他的缺点，也应该多一点包容和忍耐，少一点抱怨和指责。

聪明的女人，有时候还会用赞美代替指责和抱怨。

一个人无论他多么明理、智慧、高尚，也无论他是你的什么人，无一例外地都会本能地对他人的指责、抱怨进行防卫、抵抗。

因为，指责、抱怨是对他存在价值的否定，是对他自尊的伤害，他不太可能以积极的态度加以回报，即使是暂时的接受，或许也只是表面上的应付，小心他会“以牙还牙”。

非但如此，指责、抱怨也不会使事情有任何的改观。

其实，生活在同一个屋檐下，在长期的相处过程中，磕磕碰碰都是在所难免的，每个人也都有自己的生活方式和生活习惯，如果不是原则问题，大可不必太过计较。

相反，你却可以常常赞美他是多么能干，多么优秀。

有一个女人，聪慧漂亮，她的丈夫是某政要的秘书，有名的“笔杆子”，俩人可谓郎才女貌。

后来，丈夫升职了，他们也有孩子了。

一个大学同学偶尔在街上遇见她。

浓淡适宜的妆容，高贵、优雅的气质，直觉告诉同学，她真是一个幸福的女人。

同学向她打趣说：“有爱情的滋润，女人的美丽就是不一样。”

她只是淡淡一笑，平静之中似乎有些忧伤。

她说：“婚姻如鞋，合不合脚只有自己知道。”

“你那双优质的婚姻鞋难道不合脚吗？”

同学反问。

也许是平时她少有倾心诉说的机会，此时，她的话匣子打开了，历数丈夫的种种陋习：喝酒、抽烟、应酬多、早出晚归……让她慢慢地受不了。

她是个很敏感的女人，很在乎自己的感受，天长日久，灰色情绪渐渐堆积，离婚的想法都有了。

沉默了半晌，同学问她：“你爱你的丈夫吗？”

毋庸置疑，从她的表情就应该看得出来，她正是因为太爱、太在乎，所以才会有失望。

同学笑着对她说：“其实你的鞋子还是很合脚的，只不过鞋子里有几粒沙子而已。”

她是个聪明的女人，明白了对方话里的意思，她笑着说：“那沙子挺硌人的，要想办法把它们拿出来才好。”

“这世上有很多人说鞋子不合脚，其实未必就是鞋子有问题，可能是鞋中之沙造成了一种不合脚的错觉，因为几粒沙而放弃整双鞋子，那可是太愚蠢了。

完美是一种理想状态，因为世上的任何事物都不可能没有瑕疵，绝对的完美是不存在的。

但从另一个角度说，完美的东西是存在的，存在于人的心里，只有宽容、乐观、知足的人，才能感受到完美的存在。

在日常生活中，女人不妨用欣赏代替指责，常常赞美自己的丈夫。

如果一个人能经常听到真诚的赞美，就会明白自身的价值，有助于增强其自尊心和自信心，更能让人感到愉悦和鼓舞，从而会对赞美者产生亲切感。

特别是夫妻双方在对事物的看法、认识上有分歧时，适当的赞美会产生神奇的力量，不仅能化解矛盾，克服差异，更能促进理解，加强沟通。

.....

<<婚姻是设计出来的>>

编辑推荐

确实如此，婚姻需要我们用智慧去经营和规划，女性朋友们，不要把结婚当成爱情的终点站，而应把它看做是人生中的一个里程碑，婚后也要不断地去注入自己的爱和能量。
只要你在婚前就知道了这些婚姻的秘诀，自然能够让你的婚姻赢在起点，决胜终点！
女士们！
最后请坚信：幸福美满的婚姻是可以通过自己努力设计出来的！

<<婚姻是设计出来的>>

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>