

<<婚姻书>>

图书基本信息

## &lt;&lt;婚姻书&gt;&gt;

## 前言

在我们今天的社会中，婚姻备受非议。

很多人觉得它是一种过时的制度。

在英国，结婚率每年都呈下降趋势。

那些已经进入婚姻的人则感觉婚姻愈来愈难以维持。

离婚率的快速上升令人心忧。

到底是哪里出了问题？

我们为什么要结婚？

如何才能让婚姻得以维系？

在本书中，尼奇（Nicky）和希拉（Sila）将回答这些问题，向我们展示婚姻的价值和潜力。

他们不仅会为我们如何维系婚姻提出建议，也将告诉我们如何在婚姻生活中最大限度地受益。

尼奇三十多年来一直是我最近的朋友。

小时候我们同上一所学校，大学时同住一屋。

在很多事情上，他都先我一步，我只是竭力跟上他的脚步。

比如：1974年2月14日，他成了一名基督徒，48小时之后，他也带领我成为一名基督徒。

他1976年和希拉结婚，18个月之后，我和皮帕也结婚了。

我们的前三个孩子年龄都非常接近，他们后来又有了第四个。

尼奇和希拉教会我们很多东西。

特别值得一提的是，他们婚姻和家庭生活的榜样使我们获益匪浅。

在他们的家庭中，我们观察到了一些让我们渴求的东西。

从1985年起，尼奇和希拉开办了婚前辅导课程（The Marriage Preparation Course）；1996年起，他们又举办婚姻辅导课程（The Marriage Course）。

通过这些课程，许多人的婚姻变得更加美满。

对有些夫妇而言，这些课程可以说是将他们从分居或是离婚的边缘拯救了回来。

对另一些夫妇而言，这些课程将他们的婚姻从淡淡的白开水变成甘美无比的醇酒。

这些课程为一些夫妇提供了论坛，使他们能够创造性地思考如何使婚姻变得更加完美。

## <<婚姻书>>

### 内容概要

如今，许多没结婚的人都害怕结婚，结了婚的人却想离婚。

到底是哪里出了问题？

我们为什么要结婚？

夫妻二人如何才能恩爱一世、携手一生？

本书作者通过自己在婚姻中的深刻体会，结合二十多年婚姻辅导案例，总结了婚姻容易出问题的七个方面：婚姻的根基 沟通 宽恕 化解冲突 对待双方父母 性生活 爱的表达 针对婚姻生活中的许多小事，作者给出切实可行的指导和建议，帮助你解决婚姻中的难题。

## <<婚姻书>>

### 作者简介

尼奇·李和希拉·李，1973至1976年，尼奇在剑桥三一学院学习英国文学。1974至1977年，希位在坎伯韦尔艺术学院学习美术。他们于1976年结婚，移居达勒姆市（Durham）。

1996年，他们开办婚姻课程。超过1000对夫妻接受了他们的培训，并努力去建造能够维系一生的健康婚姻。他们的婚姻课程在英国和世界各地广受欢迎。

除了举办婚姻课程，他们也举办婚前预备和子女教育方面的课程。

<<婚姻书>>

书籍目录

目 录序前言导言第一部分 建立稳固根基 第一章 远景 第二章 谋求成功第二部分 沟通的艺术 第三章 如何更有效地交流 第四章 如何更有效地聆听第三部分 将爱付诸行动 第五章 爱的五种表达 第六章 话语和行为 第七章 时间、礼物和爱抚第四部分 解决冲突 第八章 欣赏我们的不同点 第九章 就事论事 第十章 设置生活的中心第五部分 饶恕的力量 第十一章 亲密感是如何失去的 第十二章 如何恢复亲密感第六部分 父母和姻亲 第十三章 如何与父母和姻亲融洽相处 第十四章 如何脱离父母的控制 第十五章 如何处理童年期痛苦带来的影响第七部分 美好的性生活 第十六章 性——到底是什么 第十七章 优秀爱人的六个特质 第十八章 保护我们的婚姻 第十九章 让性爱富有活力附录1. 婚姻，预备好了吗2. 订婚、性和蜜月3. 作预算4. 一起祷告参考书目

## &lt;&lt;婚姻书&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：剥夺婚姻中一起相处的时间就相当于剥夺一个人的空气或者一株植物的水分一样。

有些植物也许能生存的更久，但最终都会枯萎、死亡。

关爱家庭慈善机构的执行理事罗布·帕森斯如此描述他所称之为的“巨大的幻想”：在生活中你可以同时做好几项事情，但你却无法让它们百分之百地良好运行而不需要有人而为此付出代价……我们总有许多理由。

一个主要理由就是我们会说服自己，那稍微空闲的一天即将到来。

我们对自己说：“等到把房子装修好以后，等我获得晋升以后，等我通过这些考试以后——然后我就会有更多的时间。

”所以，每次我们只能说：“亲爱的，现在不行……”我们对自己说，没关系的，因为有空的那天很快就到了。

最好在此时此刻，我们就意识到，那个所谓有空的一天不过是一个幻想——它永远不会到来。

不管情况如何，我们总是有潜力来填满我们的时间。

这也是为什么我们必须为那些自己所认为重要的事情来创造时间，而且必须是现在。

安娜·默多克将她与鲁波特之间的婚姻破裂归结为彼此给予的时间太少。

1988年，当她的第二部小说《家族生意》出版的时候，在一次采访中，她如此论及自己的写作：“我需要做一些事情来打发我的时间。

我的丈夫的时间几乎排满了，孩子们也不再那么需要我。

写作是为了填补我的孤独。

”默多克夫妇的一个朋友如此评论道：“我相信，安娜已经受够了她丈夫的勤奋工作，她其实是在说，‘我不想这样度过我们余下的婚姻生活’。

我认为，她在努力使她的丈夫慢下来……鲁波特完全地投身在工作上。

如果你在处理美国、英国、远东和澳大拉西亚等地的事务，这可能意味着你总是在打电话。

”1999年，在接受他的传记作者威廉·肖克罗斯（William Shawcross）的采访中，当被问及婚姻为何破裂时，鲁波特·默多克本人也给出了相似的理由：我常常在出差，也非常迷恋做生意。

对家庭我比别人更缺乏体谅，当有一天，孩子们都长大成人了，家庭忽然空荡荡的像一个鸟巢，我们的家突然变成了两个人的窝，而我们之间已经没有了共同的兴趣，因为我把自己所有的兴趣都留在了世界。

这就是我们之所以逐渐疏远的潜在原因。

<<婚姻书>>

媒体关注与评论

读这本书的时候，你可能会觉得：作者的婚姻太美好了，简直不像是真的。  
作为他们二十多年的好朋友，我向你保证：他们在这本书中对自己婚姻的描述完全是真实的。  
这本书一定能给你带来帮助，使你的婚姻幸福美满。

——尼奇·冈贝尔 《生命的答案》作者

<<婚姻书>>

编辑推荐

夫妻如何相濡以沫，携手一生？

怎样处理婚姻生活中方方面面的摩擦和不同意见？

如何为婚姻奠定稳固的根基？

通过本书，你会了解：在建造婚姻大厦的过程中，不仅根基是至关重要的，小事情同样会影响婚姻的质量，导致婚姻的成功与失败。

因此：    我们需要学习一些方法，来建立稳固而幸福的婚姻；    我们必须了解沟通的艺术，懂得如何让对方感到被爱；    我们必须学习如何解决冲突，并操练接纳和饶恕。



<<婚姻书>>

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>