

<<舒唱 婚姻的智慧>>

图书基本信息

书名：<<舒唱 婚姻的智慧>>

13位ISBN编号：9787538723052

10位ISBN编号：7538723056

出版时间：2008-10

出版时间：舒唱 时代文艺出版社 (2008-10出版)

作者：舒唱

页数：246

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>

## <<舒唱 婚姻的智慧>>

### 内容概要

《舒唱：婚姻的智慧》作者说：婚姻有三重境界：第一重境界，和一个自己所爱的人结婚。  
第二重境界：和一个自己所爱的人及习惯结婚。  
第三重境界：和一个自己所爱的人及习惯、家庭背景结婚。  
这是因为：你的另一半不单单属于你，还属于他的父母和朋友，甚至还属于他自己。

## <<舒唱 婚姻的智慧>>

### 作者简介

中国心理卫生协会会员，新浪网女性频道心理咨询师，搜狐网女性频道名誉主编，北京今雨来心理健康研究中心首席咨询师。

1987年毕业于河北师范大学教育系心理学专业。

曾做5年运动心理学教师，10年记者，采访数位官员、名人、国内外心理学专家。

为上万知名人士做过面对面咨询、电话咨询、网上咨询。

为中央电视台、北京大学、中国人民银行、农业部、上市企业京东方、搜狐、《信报》读者做情绪管理、减压、两性关系的心理培训。

坚持做心理学的体验者，曾接受过300。

个小时国内外心理学专家的心理咨询。

包括认知疗法、精神分析、音乐治疗、绘画治疗、舞动治疗、眼动治疗、芳香治疗、萨提亚家族治疗，此外参与过德国家庭治疗大师海灵格先生的家庭系统排列。

目前开始了“自我洞察之旅”。

深感快乐与自己内在的动力有关。

曾出版人物专访集《用新的眼睛看世界》，情爱咨询书籍《z种爱情z种痛》、《网上蜜语》、《别碰我的爱人》、《拯救爱情》。

## &lt;&lt;舒唱 婚姻的智慧&gt;&gt;

## 书籍目录

第一讲婚姻的名字叫宽容第一节健康婚姻要相看两不厌第二节爱情是两个人的事第三节爱情永远需要相互付出第四节健康婚姻中幸福夫妻的表现第五节健康婚姻离不开“小补丁”第六节健康婚姻的十一条定律第七节健康婚姻的七个处方第八节维持健康婚姻的八个公式第九节用成熟的心态走入婚姻第二讲靠智慧和爱心挽回婚姻第一节婚姻中的痛苦及认识第二节维系和挽回婚姻的关键与技巧第三节把握你的情缘第四节恋爱靠机会，婚姻靠智慧第五节让我们的身心合二为一第六节收服男人的至理名言第七节维护婚姻的幸福清单第八节倾听自己的心声第九节用三十个拥抱挽回的婚姻第十节时刻准备挽救婚姻第三讲换一个阳光、温暖的名字给自己吧第一节分手，也是一种生命的福气第二节离婚。令女人生出无穷的智慧第三节你的心里是否还有爱第四节守住寂寞，尊重独特第五节只有生活着，爱情才有所附丽第六节我还可以再一次相信他吗？第七节完善自我，找到属于自己的好风景第四讲信任是认识之后的彼此忠诚第一节信任是彼此忠诚，不是查问历史第二节活出自己的空间来第三节贵在共同感受第四节他就飞出了我的天空……第五节爱情不能只支出不储蓄第五讲性是两人之间的地基第一节婚姻的动机不单是性第二节男人，为什么离不开性？第三节女孩，守住你的下半身第四节别让你的心被诱惑第五节无性的婚姻要不要？第六节性感：女人永恒的魅力第六讲谁是能相守一生的爱人第一节谁是你永远的靠山第二节男女关系的第四种状态第三节任何夫妻都有不和谐之处第四节给自己一片阳光第五节透过爱情看自己第六节找到自己的魅力所在第七节抓住爱情。抓住幸福第七讲事业“开花” 夫妻关系“凋谢”第一节情人，充满暧昧的两个字眼第二节幸福在于自己的心态与智慧第三节离婚，是百分之百的“破镜”吗？第四节第三者插足，如何挽回婚姻第五节爱后悔的女性，不要轻言离婚第六节让痛苦带给我们明了与智慧第七节不要在我们的心上附加东西第八讲女人的责任就是相夫教子第一节中国女人的良德——相夫教子第二节职场拼杀还是相夫教子第三节从相夫教子谈女人的幸福生活第四节做一个慧心的女人第五节好女人是一所学校第六节中年女人更需要红颜知己第九讲“人言”中的单身女人第一节举不出为什么要结婚的理由第二节美，不仅在于外表第三节在“人言”中做自己第四节找个单身的理由比结婚更难第五节单身女性是乐观、积极的第六节坚持单身到底第十讲不敢再次踏入婚姻之门第一节害怕再一次的伤害第二节 我的婚姻为什么一再不幸？第三节学习独处享受独处第四节不要放任自己的性情第五节爱自己从处理“心结”开始第十一讲放弃曲折的网恋爱情第一节为什么会有网恋第二节网恋，现代人的童话第十二讲家庭成员和谐相处

## &lt;&lt;舒唱 婚姻的智慧&gt;&gt;

## 章节摘录

都会遇到很多问题，这就等于是让你对婚后的许多有可能发生的问题，在你还没有进入婚姻围城的时候，已经有了一定的认识和心理准备了，以至于你再进去的时候就有了一个预防和准备，它会让你知道怎样去警觉一些问题。

对观念训练上的无知包括男女的区别啦，男人和女人处世方法有什么不同啦等等，这些很多人都没有受过指导和训练，更没有学过沟通的技巧，所以有问题也完全不知道怎样去应对。怎样去化解冲突，因而出现了很多问题。

我举一个例子，比如说丈夫和妻子一起开车出去，这个丈夫他是从来不问路的，有时候迷路迷了半天，他都不愿去问别人，那妻子就常常觉得很奇怪，为什么他不愿意问路。

归根结底，不单是这个先生的问题，而是所有男人的问题。

因为他们都不喜欢问路，他们都觉得有问题要自己解决，有问题去问别人好像是很无能的，很没有面子的一件事。

如果你受过训练，知道这是一个事实的话，那我相信你就会理解你的先生。

那除了这些之外，沟通的技巧，怎么样来化解冲突矛盾等等，如果我们事先了解了这些，婚后就会增强对双方的接纳和忍让。

那婚姻有没有后门可以让我们逃避和解脱呢？在许多婚姻的里面，有很多怨夫怨妇，他们心中由于得不到对方的爱，就痛苦不堪，就希望婚姻有一个后门，可以开溜。

应当说这些人对于婚姻是有一些期望的，认为婚姻应该是这样那样的。

但是到了现实的生活里面，发现却不是这样的，他们就觉得极度的失望，但是失望之后呢，他们又不知道寻找出路，也不去积极地想办法。

可能是因为性格内向，身边也没有什么明白的朋友，也没有什么资讯，既不看什么书、也不去学习，自己也不懂得自身成长，就被困在婚姻的关系里面，痛苦不堪，夹在婚姻的死胡同里走不出来，很希望有一个墙或后门可以跳出来。

经营婚姻也应该像操纵机器一样，也要有一个操作规程。

比如说你买一个机器回来，一定会有一个使用手册，你一定要照着这个说明去做，如果你不去看这个说明手册，就去操作的话，那一定会出问题。

我想，婚姻也是如此，在婚姻运行期间，你也要不断地维护、检修和保养，这样才会使婚姻长久，不至于不到使用年限就报废。

我曾经和一个离过一次婚又结了婚的女人谈婚姻，当问及她，你现在有过这方面的经验，如果是现在的话，你还会不会去考虑离婚。

她说：“我不会考虑离婚的。

”因为她觉得，世界上的男人都差不多。

然后她说了一句很有哲理的话：我可以嫁给一个总统，我也可以嫁给一个乞丐。

<<舒唱 婚姻的智慧>>

编辑推荐

《舒唱：婚姻的智慧》作者是中国心理卫生协会会员，新浪网女性频道心理咨询师。

一个20岁的男人，除了理想之外一无所有，你可能义无反顾地爱上他；一个30岁的男人，除了理想之外一无所有，你会认真考虑他是否值得自己去爱；倘若一个男人到了40岁，除了理想之外一无所有，你一定不会爱他。

爱情绝对不是无条件的，它像一份账单：美丽、健康、智慧、财富……这就是列在爱情账单上的细目。

——萧雨

<<舒唱 婚姻的智慧>>

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>