第一图书网, tushu007.com

<<爱的100条法则>>

图书基本信息

书名：<<爱的100条法则>>

13位ISBN编号：9787540851439

10位ISBN编号：7540851430

出版时间：2009-11

出版时间：四川教育

作者：理查德·泰普勒

页数：154

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

前言

爱，很简单，不是吗？
你爱自己的家人、朋友，他们对你也报以同样的爱。
你找到了相爱的伴侣，而对方也爱着你。
甚至无须努力——爱就发生了。
这些都对，但如果你正在阅读这本书，你就会知道，事情远比这复杂得多。
人与人之间的爱几乎总有它的复杂性，因为人本身就是错综复杂的。
爱可能经历尝试、考验，而被拉伸到极致。
我们可能会爱上错误的人，我们可能会爱得太多，或爱得不够。
有时我们能感觉到爱，却不知如何表达。
有时我们会觉得有爱就足够了，而事实并非如此。
为了真爱我们或苦苦找寻，或迷茫自己是否找到了真爱。
有时爱还在，但我们却感到它一点点地淡去，而不知该如何重现它昔日的光鲜。
爱会让我们欢欣雀跃，也会让我们深陷泥潭。
它几乎总是与满足感息息相关，坦白地讲，那是大多数人生活的终极目标。
所以我们也应该让爱成为我们的追求——这是一个崇高的理想。
让我们暂时回到过去，想象一下：你和你的伴侣相依在阳光下（你的伴侣也是你最好的朋友、知己和爱人），身边围绕着家人和朋友，孩子们在不远处的草坪上嬉戏，到处充满了欢声笑语。
是的，我知道，这听起来像是最乏味电影的甜腻结尾，但在内心深处，这不正是你所向往的生活吗？
所有的一切归结起来，就是要建立起牢不可破的爱的关系。
这种爱将与你相伴一生——就让我们从现在做起吧，至少有个好的开端——在你的身边聚集起关爱的人群，他们将带给你快乐，也享受你的陪伴。
这就是爱。
在这个简单的字眼里蕴含着丰富的诗意、故事和道理。
这个看似简单、基本的情感，对于很多人来说，远比想象的更为棘手。
我们被告知要爱我们的邻居、同事，我们知道爱让世界生生不息，爱能战胜一切。
对，这些都对，但究竟该怎么做呢？
怎样才能找到爱，让爱延续，保持爱的鲜活呢？
爱或许只是人类的一种本能，但并不简单，我们总是把它弄得一团糟。
当我们需要爱时，爱的关系却破裂了，朋友离我们而去，家庭不复存在，孩子们责怪我们，将生活中的诸多不顺归咎于我们。
你需要的就是爱，这话不错，但也并不全对。
你所需要的是，爱，外加一本指导手册。
它将告诉你，在找到爱之后，该如何去做。
首先要说的是，和其他人一样，我也曾有过失落。
但你如果读过我其他的法则书，就会知道，我真正擅长的不过是在生活中观察别人。
我不见得能做到事事正确，但我看得出哪些人做得对，他们擅长什么。
我研究了各种人际关系，如家人的关系以及朋友的关系。
我发现除了少数几个人真正擅长此道，大多数人都需要加倍努力。
那么成功的人是怎么做的呢？
从他们所知道和所做的事中，是不是也有我们可以借鉴的东西呢？
当然有。
这正是本书的内容。
我坚信感应的魔力——如果你像最幸福的人那样做，你就会和他们一样幸福。
由此，我归纳出了其中最重要的100条法则，这些是我在其他人身上观察到的，其中也有几条是我自己一路走来的心得。

但凡严格遵循这些法则的人，都找到了让他们幸福的伴侣，他们总能保证爱的鲜活，继续享受生活的馈赠。
他们都有亲近互助的家人，孩子们总愿意和他们在一起。
他们都拥有最亲密、最丰厚的友谊，周围的人都乐意帮助他们。
他们是这个世界上天生的法则玩家。
　　一本爱的指导手册，这似乎有些怪异。
它不是一本性爱手册——如果你觉得有必要，就去另外买一本吧，因为在这本书中你找不到这方面的指导。
这里收录的是一些你需要一辈子遵循的行为准则，以便你能更好地爱别人，也能得到更好的爱的回馈。
这里有实用的法则，也有情感的法则，有的很难做到，有的则简单易行——我只是将所有我认为有益的东西放在了一起，希望能帮助你把握爱，知道如何去爱。
　　大多数东西都是常识性的，你都知道，只是也许并没有意识到而已。
和我其他的书一样，这些只是提醒，而不是启示。
爱并不深奥，也没有你闻所未闻的秘密。
只是，我们会偶尔陷入迷惘，需要有人提醒自己什么才是真正重要的，要以什么为目标，才能使爱的关系深入持久。
　　为了方便使用，我将本书分为几部分，包括寻爱篇、相处篇、分手篇（这部分的内容不多，因为没有人会愿意多想这个问题的）、家庭篇，以及友谊篇。
其中有些法则间有重叠，我就把它们放在了看起来最恰当的部分——对此如果你们有异议，你们得原谅我。
最后还剩几条似乎适合于每一部分，于是我将它们单独整理成了最后一部分，即通用法则。

内容概要

《爱的100条法则》是一本能指导你如何去建立和维护强有力的、持久的人际关系的书。
读了这本小册子，不仅你能从中受益，你身边的人也能感受到它带给你们生活的变化。
爱，是获得幸福和良好人际关系的密码。
和谐而充满爱意的关系是我们生活的重要内容。
有些人非常擅长取得这样的关系，他们能寻找到一个可以让自己快乐起来的伴侣，他们也知道如何度过相处的冰冻期，并将彼此的关系保持新鲜和对彼此更有益。
这些人能很容易地交到知心朋友，并且能把这份友谊维持得很长久。
他们通常是一个稳固家庭有力的核心，他们会让家庭的所有事物运行起来毫不费力。
但是对于绝大多数人来说，上面的目标仍然是遥不可及的。
爱是人类的本能，但要能与他人分享爱却是件不容易的事情。
是不是这些人掌握了我们没有懂得的道理？
从他们身上，我们能学到什么呢？
答案是肯定的，因为他们通晓爱的法则。

<<爱的100条法则>>

书籍目录

寻爱篇法则1：做真实的自己法则2：与往事干杯法则3：享受独处的快乐，才能拥有伴侣间的幸福法则4：心有灵犀一点通法则5：选择一个能带给你欢笑的人法则6：缺乏百分之百魅力并不是一件坏事法则7：不要总是犯同样的错误法则8：有些人不在考虑之列（你知道他们是谁）法则9：你无法改变别人法则10：爱情不是性法则11：用一年的时间了解对方法则12：不要和一个不在乎你的人在一起法则13：如果不能信任对方，你就还没有找到自己的感情法则14：趁着有机会，坦诚相告法则15：不要玩游戏法则16：不要用老眼光看待你的新伴侣法则17：确保你们有共同的目标法则18：你不能强迫别人爱你法则19：长痛不如短痛相处篇法则20：善待对方法则21：在一起是因为愿意而不是需要法则22：给予对方空间法则23：检查自己的错误法则24：做一个令人尊敬的人法则25：将对方放在首位法则26：心领神会法则27：做个英雄法则28：求同存异法则29：不要贬低你的伴侣法则30：你想做什么？
法则31：不要让太阳在你的愤怒中坠落法则32：先说对不起法则33：我们有个问题法则34：不要将对方捧到天上法则35：知道何时倾听，何时行动法则36：永远不要让自己失去吸引力法则37：如果可以，多说些甜言蜜语法则38：不要试图做他的父母法则39：成为对方生活的一部分法则40：笑谈心中不快法则41：不遗余力让对方高兴法则42：确保你的伴侣乐于见到你法则43：不要将责任全推给对方法则44：如果不喜欢对方的朋友，就告诉他（她）法则45：嫉妒是你自己的问题法则46：伴侣比孩子更重要法则47：为浪漫留出时间法则48：对共同的生活充满激情法则49：分担家务法则50：相信对方能做好自己的工作法则51：不要唠叨法则52：确保你们是为爱而性法则53：不要控制对方法则54：倾听对方没有说出口的东西法则55：大多数日常的争论都是因为小的事情法则56：尊重隐私法则57：善待你的伴侣胜过最好的朋友法则58：如果对方需要一些空间，不要生气法则59：男人也爱花法则60：保持财务的独立法则61：满足是崇高的目标法则62：在金钱上要对彼此慷慨法则63：每天你都面临着选择法则64：不要假装殉道者法则65：你们不一定要遵循同样的法则法则66：站在对方的角度看问题法则67：姻亲也是你的一部分法则68：保持交流分手篇法则69：听从你内心的声音法则70：一个巴掌拍不响法则71：保持高尚的品德法则72：别做祥林嫂法则73：别把孩子卷进去家庭篇法则74：不要责怪你的父母法则75：不要受制于父母法则76：将孩子放在自己前面法则77：没有什么值得你们争吵法则78：以平常心面对不公平法则79：不要因为可以，就向家人施压法则80：再忙也要为爱留出时间法则81：孩子需要从争执中学会自立法则82：他们不必和你一样法则83：兄弟姐妹间难免有矛盾法则84：摆脱你以往的角色友谊篇法则85：没有规则可循法则86：相逢何必曾相识法则87：良禽择木而栖法则88：要做就做好朋友法则89：不要给朋友提建议法则90：寻找热爱真理的朋友法则91：不要借钱给别人，除非你打算一笔勾销法则92：如果你不喜欢朋友的伴侣，难！
法则93：责人先责己法则94：世事无常友谊变迁法则95：该放手时就放手法则96：痛苦对任何人都没有好处通用篇法则97：负罪感是一种自私的情感法则98：爱就是时间的付出法则99：付出越多，回报越多法则100：关键是其他人

章节摘录

法则25：将对方放在首位　　我认识一对夫妇，他们决定抓住机会为自己修一栋房子，由丈夫负责这项工作。
工程进行到一半时妻子突然改了主意，完全出于正当的理由，她不愿搬进新居，因为从一开始，她就不确定房子修好后她是否想住在里面。
而在另一方面，丈夫已为此付出了很多努力，不想半途而废。
　　处在这个关头，很多的夫妻都会发生激烈的争吵。
但这对夫妻没有。
他们是怎样做的呢？
丈夫说，如果她真的不愿意住在这里，他们就不必久居。
同时妻子的方法是，既然丈夫已经为此投入了那么多的努力，她至少会在那里住上一年半载，之后如果她真的不喜欢那里，他们可以把房子卖了。
这样他们就达成了妥协：他们可以尝试一下，如果真的不行，再另行打算。
　　他们能成功地达成这样友善的协议，原因很简单，因为他们都把对方放在了自己前面。
为了能做到这一点，他们必须认真倾听对方的心愿，考虑对方的观点。
要紧的是，他们都想让对方快乐，甚至宁愿对方比自己更快乐。
换句话说，那就是如果对方不快乐，他们任何一方都不会快乐。
　　这对于拥有一段美好牢固的感情而言是不可或缺的。
在我所目睹的幸福爱情中，没有一个不是这样做的。
你得将你爱人的幸福放在你的前面，你要做到无私，将自己放在第二位，否则争执和僵持就在所难免。
　　如果伴侣选择对了，他（她）也会为你做同样的事。
这就是为什么一段感情能得以长久的原因。
你可以不考虑自己的需要，因为你的伴侣会为你首先考虑。
他（她）会把你放在第一位，所以你不必考虑自己。
　　如果在感情中，一方这么做，而另一方却不这么做，那这段感情注定是要失败的。
或许你们可以在一起，但你们不会幸福。
至少，有一方不会幸福。
即便是占有上风的那一方也会错失美好的感情，一种能让两个人都幸福的感情。
如果你们都没有将对方放在首位，你们就会纷争不断，貌合神离，各自为政。
唯有将彼此放在首位，这样的伴侣关系才是牢固、温暖，充满爱意，令人满足的。
　　法则26：心领神会　　你如何向你的伴侣表达你对他（她）的爱？
送花或是巧克力？
你会带他（她）出去吃饭或是亲自下厨为他（她）做一顿特殊的晚餐？
你会一天六次地告诉他（她）“ 我爱你 ”吗？
他（她）也会为你做同样的事吗？
　　如果这让你心有愧疚，那稍等片刻，或许我能让你解脱出来。
我记得曾和一对夫妇朋友在晚餐时谈及此事。
他们一直在调侃一件事（基本上是友好的），按她的说法——他几乎不曾表现出爱她。
他回答说：“ 这样说不公平。
你忘了吗？
那些清晨是我为你煮好了咖啡，周末当你在睡懒觉时，是我在照顾孩子，还有帮你洗车的时候呢？
”她坚决地回应道：“ 那不是浪漫，只是帮忙。
”他看起来对此大惑不解，然后问道：“ 那你认为我为什么要这么做？
”　　我们对于什么是浪漫之举的认识很局限。
鲜花、巧克力、晚餐以及“ 我爱你 ”，这些是显而易见的。

但事实上，无数种方式都可以表达出爱。
每一件他（她）可以不做但却为你做了的小事，都是在告诉你“我爱你”，因为他（她）这样做只是为了让你高兴。
　　如果你想知道你的伴侣有多在乎你，那不要只关注鲜花和巧克力（虽然那也不错，至少在我的书里是这样的）。
想想上一次他（她）为你换床单的时候，那本不是他（她）分内的事，还有当你不舒服时，他（她）为你取来阿司匹林，或者当你疲惫不堪时，是他（她）为你打了电话。
如果这些听起来毫无浪漫可言的平凡点滴不是爱的表现，那它们究竟是什么？
如果不是为了爱，还会是为了什么？
　　如果你学会了识别这些迹象的真意，这不仅会让你的伴侣感到他（她）的爱得到了欣赏，也会让你觉得更安全，更幸福，一旦你认识到这点，那每杯咖啡就是一句爱的密语。
　　爱的表现也不总是为你做事。
有时，可以是给你一些自由，如果那是你渴望的话。
所以当她说“你去钓鱼吧，我自己带孩子出去”时，那是另一种“我爱你”的表达方式。
　　你不能指望你的伴侣或是其他任何人，在爱的表达上，和你一模一样。
实际上在回家的路上，稍作停留，买束花或巧克力，很简单。
这种想法很重要，也很慷慨，但能在清晨第一个起来，为你洗车，或是剪草坪，或是为你做任何他（她）知道你不想做的事，这需要付出更多的努力。
所以请不要因为你的伴侣没有对你展开陈腐的浪漫攻势而指责他（她）。
相反，应表现出你对他（她）的理解，偶尔让他（她）睡睡懒觉，或是为他（她）煮一杯咖啡。

编辑推荐

人与人之间的爱几乎总有它的复杂性，因为人本身就是错综复杂的。
爱可能经历尝试、考验，而被拉伸到极致。
我们可能会爱上错误的人，我们可能会爱得太多，或爱得不够。
有时我们能感觉到爱，却不知如何表达。
有时我们会觉得有爱就足够了，而事实并非如此。
为了真爱我们或苦苦找寻，或迷茫自己是否找到了真爱。
有时爱还在，但我们却感到它一点点地淡去，而不知该如何重现它昔日的光鲜。
爱会让我们欢欣雀跃，也会让我们深陷泥潭。
你手上的这本书是一本能指导你如何去建立和维护强有力的、持久的人际关系的书。
读了这本小册子，不仅你能从中受益，你身边的人也能感受到它带给你们生活的变化。

第一图书网, tushu007.com

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