

《爱的连理枝》

图书基本信息

书名：《爱的连理枝》

13位ISBN编号：9789575879433

10位ISBN编号：9575879430

出版社：校园书房

作者：海波斯夫婦（Bill & Lynne Hybles）

译者：梁瓊珍

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《爱的连理枝》

内容概要

給彼此自由
／海波斯夫婦

「我不敢相信我竟然會跟他結婚。我怎麼會那麼笨？」琳恩回憶著。
當時的我內心充滿憤怒、挫折與害怕。那是很糟糕的感覺，但也是很多人熟悉的感覺。幾乎每個踏上紅毯的人，都會在婚姻關係發展到某個階段時說：「我想我犯了很嚴重的錯誤：我想我嫁（娶）錯人了。」

「這根本不是我愛上的那個人！」「我的配偶真的變了好多。」事實上，你的配偶可能沒什麼變，只是現實生活常會把戀愛時隱藏的顯露出來。

拿鐵槌和鑿子互相雕琢曾是我們兩人的例行工作。我們各自相信自己是一切正確、正常、可以被接受，甚至屬神事物的標準。我們也各自英勇地盡了最大能力，想要幫助對方「振作起來」。但是有一年去度假時，我們一起讀了研究性情的好書——《請了解我》。這本書的書名就像回音一樣，將我們內心的呼喊表達出來。它的內容責備了我們，也鼓舞了我們。我們受到責備，是因為我們彼此都驕傲地硬要把自己的偏好加諸對方身上；我們受到鼓舞，是因為我們了解到，我們兩人都可以是正確的、正常的、被接納的，也可以是屬神的——即使我們的個性完全相反；我們彼此間的不同並不需要與對錯有關。

那本書留下印記，成了我們彼此關係的轉捩點。我們不再想減少兩人之間的差異，而是會為那些差異慶賀。我們決定給彼此自由，讓我們能成為神造我們時，要我們各自成為的樣式。

發覺先前令人挫折的差異能彼此互補，這是最能確定婚姻健康的指標之一。然而，並非所有的差異都能相輔相成。有時候，我們需要坦白承認這些差異並不相合，然後找出具有創意的方法來解決，而不是掙扎地想要調和它們。

然而，我們各自都有許多需要彼此的地方。我們需要彼此來平衡各自的極端，彌補各自的短處，補足各自的長處，我們彼此的生命才能變得更豐富。我們強迫彼此學習去容忍、欣賞各種不同類型的人。

最重要的事或許是，我們也因此能一邊互相激勵，一邊走上更像耶穌的道路。

因此，我們每天早晨起床都會感謝神，因為祂賜給我們一個雖然會挑戰我們，但也使我們生命更豐盛的婚姻。這個婚姻每天都提醒我們，個性不同沒有什麼不好，就只是不同而已。

（本文摘自《愛的連理枝》第六章）

本書得獎紀錄：1992美國ECPA婚姻家庭類書籍金牌獎

《爱的连理枝》

精彩短评

- 1、这就是我曾想翻译出来，后来发现已经有台版的那本书！
- 2、GG拿给我看的，很赞的书哩。
- 3、读到的最好的
- 4、感谢主，理论加很多实际例证的书，还需要再度一遍做笔记~

1、我是在2009年初（好像吧）某次北大周末书市上，偶然发现这本书的，还是英文原著。当时我正处在一段我自以为非常美好和坚固的爱情当中，并且在为婚姻（或者我该说，为结婚？）做准备，这本书赶得非常巧。当然，当时的英文阅读速度比不得现在，而且我也没有拿出全部空闲时间，所以读得比较慢。当我读到大概第6章左右的时候，我那本以为坚不可摧的爱情就破碎了，而我眼睁睁看着一切发生，无能为力，最后带着一颗破碎的心远走他乡（好吧，其实是工作调动，但也确实来得很是时候）。在这种情况下，可想而知，挺长一段时间里，我很难重新拿起这本书来。后来，心情渐渐平复，也开始追逐新的爱情，也断断续续继续读下去。而我在单位也遇到另一位弟兄，很推崇这本书；后来又有一位姊妹把书借去，因为来不及读完，还专门复印了一本。随着个人的成熟，这本书里的很多观点，我也越来越赞同，就萌生了把它翻译出来的念头，这是去年年初时候的事了，现在我的豆瓣日记里还有当时试译的几段。当然啦，拖延症的老病复发，无限期拖到今年，才又开始翻译，而就当我一口气翻译到第二章的时候，偶然一查，竟然有台版的中文译本！典型的重新发明轮子啊！那么，当然没必要再重复劳动，我拜托台湾同事带了一本回来。你会问，这本书真的值得我费这么大力气去研读甚至翻译吗？我不是婚姻专家，我甚至还没结过婚，我之前的感情经历也没什么值得炫耀的地方，所以我无法给出一个专家意见。但我有一种直觉，就是这本书讲了一些非常重要的关于婚姻的道理，而且具有可操作性。简单来说，这本书是美国牧师Bill Hybels及其夫人，在基督教价值观的基础上，所撰写的一本既属灵又现实（其实二者本就不该对立）的婚姻辅导——或者不用“辅导”二字而代之以“建议”——著作。下面简单摘要各章的主要观点，相信在同样信仰基础之上的读者，在一定程度上会明白为什么这本书值得如此推荐。第一部分：迈向婚姻之路第1章：揭开婚姻的迷思。这一章处理一个问题：为什么结婚。社会（当然作者写的是美国社会，不过你会发现很多东西是不分东西方的）当中有许多关于婚姻的迷思，而太多人不加批判地接受这些迷思，包括因为来自家人（每逢佳节被相亲！有木有！）、朋友的压力，有时这种压力甚至内化了，仿佛到了年龄不结婚的人，一定有什么问题，是loser，带来很大的不安全感，于是为了解决这个压力，有人匆匆忙忙地结婚；还有所谓婚姻可以让人“告别孤独”，也是一个迷思，人们以为一个人总是孤独的，但结了婚就有另一个人可以彼此满足亲密关系的需求，而作者告诉我们，即使最理想的婚姻，人心中也有一些亲密关系的需求是无法被伴侣满足的，因为那是只有上帝可以填补的空白，而太多人试图在婚姻中寻求这方面的满足，最后当然很失望；有人结婚，是因为自己受过太多伤害，需要一个人来拯救，于是希望婚姻伴侣可以扮演这个角色，当那个可怜的伴侣做不到（总有一天他/她做不到）的时候，婚姻就杯具了；另一种迷思是，认为婚姻可以让快乐加倍，而作者观察到，事实上，婚姻更会让麻烦加倍；最后一个迷思是，每个人都该结婚，但作者也让我们看到，从圣经和现实当中都有，并不一定每个人都需要结婚，有人就是可以享受单身，这是一种恩赐，至少，很多人可以享受一段时间的单身。总之，按着作者的观点，在结婚——甚至在寻求伴侣之前——首先应该破除这些迷思，一个无法自立、自得其乐、拥有健康人格的单身者，也是无法享有良好的婚姻关系的，这些必须在结婚之前建立起来，而非试图通过婚姻来建立；另一方面，即使你已经建立起来这一切，你也要检查你心目中的（或是正在交往的）另一半是不是同样如此。第2章：最不受欢迎的结婚条件。这一章处理了一个很重要、很基础，也很尴尬、很有争议的话题：基督徒是不是必须与基督徒结婚。作者给出了答案：是的，而且不仅如此，还要找那个与你在灵性成长上相契合的信徒，如果一方灵性很成熟、很委身，另一方的信仰却仍很肤浅，这仍然会带来麻烦。这的确让很多人——包括很多基督徒——不满，无法认同，但作者给出了很有说服力的证明，无论是从圣经还是从现实。作者证明了（过程就不说了，毕竟是摘要），这一命令，正是神的爱，祂不是辖制基督徒，而是保护祂的孩子们。共同的、契合的信仰，是夫妻的共同财产、共同蓝图和共同的力量。婚姻是一条不容易走的路，即使有这共同基础仍然会磕磕绊绊，如果没有呢？第3章：性格、沟通和心动的感觉。在有了属灵的契合之后，还有很多需要检视的。首先，性格相合很重要，这当然不是说两人的性格必须一致，或者必须相反，而是说互相欣赏、敬重对方的性格，否则将会面对难熬的婚姻生活。因此，在交往阶段，下定决心彼此探寻对方的性格的实底，就非常重要，这需要有深度而非肤浅的约会、交往。其次，沟通的质量很重要，具体说，质比量更重要，坦诚的沟通才能建立夫妻之间合一的亲密关系，以及解决各种冲突。沟通在整个婚姻生活中都很重要，而在婚前，就该建立有效的沟通模式。最后，“来电”的感觉，作者提醒我们，真正“来电”的感觉，不是那种短暂、只看重外表的迷恋，尽管那是很强烈的；真正的吸引，是整体的，并且特别是内在的。所以

《爱的连理枝》

，作者劝诫那些非常“来电”的男女，放慢脚步，等感觉退潮，才能看到真实。第4章：通过时间的考验。这一章，简单来说，就是告诉我们，前几章那些要点，靠什么来做出尽可能准确的判断呢？我如何知道她与我有属灵上真实的契合，我真的欣赏她的性格，我与她真的建立了有效的沟通，以及我们之间真的互相吸引呢？时间非常重要！交往的时间尽量长一些，直到真的确认彼此真的适合。另一方面，时间长一些的交往，也给父母、属灵长辈、朋友们以近距离观察的机会，让他们可以提出中肯的意见——这很重要！尽管在一个个人主义的社会里，太多人对此并不感冒。第二部分：天长地久的婚姻第5章：探索家庭背景。这一章与下一章，在我看来更合适放到上一部分，这些内容在婚前进行探索显然更合适一些。本章告诉我们：了解对方的原生家庭很要紧。这不仅指那些可能是破碎、受伤的家庭背景，那的确是会带来一系列严重的麻烦的；但是，即使两人的家庭都是比较健康、正常的，也不是说就万事大吉。因为各自的家庭有各自不同的“文化”，或者说不同的行为模式，而我们来自这样的家庭，自然受其影响。因此，我们会带着来自原生家庭的文化、行为模式、对伴侣的期望，走进自己的新家庭，这就往往带来碰撞。很多时候并不是说谁的原生家庭的做法或想法是错的，这些差异并不是必须分出个胜负优劣来，但双方确实有必要在婚前了解清楚，预先调整自己的期望，甚至形成妥协的共识，否则这样的功课就要在婚姻当中来做，而那就比较困难了。第6章：解决个性差异的问题。心理学对于个性有不同的分类标准，比如九型人格、MBTI、卡特尔十六种人格等等。个性没有绝然的对错，但如果有一些极端，那就比较麻烦。不过每个人往往都在某个或某些个性上走得很远。一个人独处或许无所谓，但两个人同在屋檐下，这些极端个性就容易彼此伤害。而伤上加伤的是，若对对方的个性缺乏认识，就会把这些来自个性冲突的伤害当作有意的伤害；更伤不起的是，人们又总喜欢试图去改变对方而非自己。作者则提出，正确的做法是认识对方，彼此接纳，着眼在共同点和可以互补之处上。这一章里面，作者也批评了所谓“唯一”理论：就是所谓“上帝为每一个人（或者至少是为我）预备了那唯一一个最合适的伴侣”，所以当与现在的伴侣发生个性上的冲突时，相信这个理论的人就会怀疑，眼前这个人是不是上帝给我的那个“唯一”，如果是的话，怎么让我如此痛苦；如果不是的话，那就越早离开越好。而事实上，尽管圣经为婚姻划定了界线，这条界线却是很宽广的，而不是为每个人只圈定一个选项（当然，一夫一妻是必须坚持的）。所以，当婚姻出现问题的时候，该做的不是去怀疑这个人是不是选错了，而是用正确的方法坚持已经做出的选择。第7章：为婚姻冲突做准备。不要期待婚姻当中没有冲突，这是不可能的。这一章和下一章就是处理这个话题。本章首先提出了几种不正确的面对冲突的方法：冻结冲突，就是假装冲突不存在；子弹乱飞，就是用暴力——肢体或语言的——来解决问题；逃避，就是当冲突发生时，远离现场，躲避对方，多半去做一些并不合适的事情，比如酗酒，或更糟。作者指出，如果你是用这些方法之一来面对冲突，你就首先需要彻底改造，在神面前悔改，领受恩典，学会宽恕与承认错误，这样才能让“和好之灵”取代“反叛之灵”在婚姻中运行。这是解决冲突的前提。第8章：有计划的和谈。上一章是解决婚姻冲突的“道”，这一章就是“术”。这一章的方法要想发挥效果，必须建立在上一章的“道”，也就是“和好之灵”的基础上。有了这样的基础，夫妻之间可以计划深刻的交谈，直面问题。这种和谈包括几个重点：一，尽快进行，不要拖延，越拖延问题会越严重；二，预备时间、空间，使这样的交谈不受打扰；三，从正面、欣赏的语言开始；四，谦卑认错，不要为自己的错误强辩；五，若你受到伤害，表达这样的感受，而不是用论断和敌意的态度指责对方；六，找出解决问题的方法，制定行动计划。此外，作者也建议，如果夫妻二人无法独立完成这样的交谈，不要排斥、畏惧找人协助，可能是成熟、属灵的长辈、朋友，或者是资深的婚姻辅导师。第9章：浪漫的电力为何消失了？这一章与下一章处理一个很常见的问题：结婚多年——或者不久——之后，夫妻中的一方（多数时候是妻子）发现在交往时的浪漫感觉，不知何时没有了，自己感受不到对方爱我了。作者指出，很多时候，并不是爱情消失了，而是一种并不正确的处事模式造成这种结果。很多人从小受到的教育是任务导向的处事模式：集中精力做好一件事情，得到结果后，就可以将精力转移到下一件事情上。这种模式可能在学习上、事业上、业余爱好上都带来很有效率的结果，但不该用在婚姻上。很多人在交往阶段，将追求对方作为一项任务，集中精力来完成，让对方感到十分开心；而当婚礼一结束，他们就认为这个任务已经告一段落，现在该是转移精力到别的事情上的时候了。于是浪漫就这样消失了。作者劝告这样的人，不要把婚姻仅仅当作一项任务，而是当作持续的委身，因为按着圣经的教导，夫妻之间的爱不是一时一事的，而是一生一世的。第10章：谈心可以煽动浪漫婚姻的火。当你认识到要在婚姻中继续保持浪漫，这一章里，作者告诉你，关键是谈心。这不仅仅是指语言交流，更重要的是，夫妻之间要有专门的时间与动作来表达自己的爱，所以“谈心”的重点在于“心”！这里作者提出了一些有创意的表达爱意的

《爱的连理枝》

方式，与《爱的五种语言》不谋而合，就不再赘述了。关键是要知道彼此的“爱的语言”是什么，才能有合适的表达，和准确的感受到爱。当然，讲到婚姻中的浪漫，性爱是不可避免的部分，对此，作者的建议是，美满的性生活，也要从夫妻之间关于这方面的坦率的讨论开始，不要认为在这件事上，对方“不用讲就知道”你想要什么。第11章：你所需要的危机意识。这一章与下面两章，处理的是婚姻当中那些特殊困难的时刻，与特别沉重的问题。本章与下一章某种程度上令人困惑，因为好像突然从谈论婚姻变成谈论个人成长。但是正如第1章所言，好的婚姻离不开好的个人成长。本章是警戒我们，不要长时间生活在危机状态——就是那种时刻处在巨大的压力之下，分分秒秒都在挣扎的状态。一个人很难一生中不遇到至少一次这种状态，有时可能每年都有那么一段时间。但是如果长期连续如此，对个人和对婚姻的伤害就非常大了。因为当你处在危机状态中时，你的全部注意力就会关注在带来危机的那件事情上，而忽视了与人的关系，甚至忽视了与神的关系，你会变得日益冷漠、自私、暴躁，而有意无意伤害到周围的人，最容易伤到的当然是离你最近的，你的伴侣。所以一旦注意到自己处在危机状态，就要很小心了，看是不是长期如此，如果是的话，就必须对自己的人生做出调整，牺牲某些可能让你觉得很重要的东西，重新聚焦在与神和人的关系建立上，聚焦在调整自己的情绪上，用一些看似“没有生产力”的事情，比如休闲，比如有造就的朋友关系，来为自己“充电”。第12章：在婚姻中作真正的自己。这一章处理另一种情形：有一类人，因为缺乏边界感，而总是把别人的事情、别人的重担，当成自己的事情、自己的负担。一开始，这看上去很属灵，因为这样的人是如此热忱地奉献、牺牲、助人……但是这种对别人的“爱”本质上不是基督的爱，因为这种爱并不是真正的甘心乐意，而只是不懂得拒绝，不懂得守住自己的边界，这种爱最后让人彻底失去自我，让人在爱的行动中却没有爱的心。在婚姻关系当中，如果有一方是这样的人，就很容易一个人背两人的债，即使对方并没有打算利用她/他。最后使得婚姻中的照顾与服务带着恨意，而给婚姻带来危机。作者建议这样的人要先学会建立自己的边界，学会拒绝一些超过自己承受范围的要求；这看上去好像是自私，其实却非常有益，不仅有益于自己，终究也有益于所服侍的人，特别是伴侣。第13章：婚姻破裂，仍坚持相守。两位作者自己的婚姻，经历了许多的挫折，甚至有濒临破裂的时刻，但他们撑了过来，并且朝着更好的方向前进，这在一个将离婚不太当回事的时代，很不容易。作者坦承，这里面很关键的一个因素，就是两人都是委身的基督徒，他们对神有委身，知道神要他们怎么做，知道神不喜悦婚姻破裂，这是他们坚持相守的力量来源。在这个基础之上，他们想尽各种办法，拯救婚姻，也列出了一些可行的建议：可以选择学习如何帮助婚姻，例如相关的读物、影音材料、辅导班等等；可以找那些有益的朋友来帮忙，需要他们的倾听与关心；不断创造美好的回忆，这样当出现问题时，想起美好的过往，总会让你去珍惜；还有了解一下一旦离婚带来的各种痛苦，这会让你不那么轻易就决定分离；在特殊的情况下，向教会、专业机构求助也是一种办法，甚至还有短暂的分居，以解决某些困难的议题，等等。总之，双方要有“致力死守”的约定和勇气，尽管这四个字不是理想婚姻的形态，更谈不上浪漫，但这可以避免夫妻去朝着毁灭的道路前进，而是回到彼此祈祷、彼此尊重、互相连结的路上。以上是一个快速的（好像还是挺罗嗦啊，我实在有很多不忍割舍的体会啊！）摘要。我是多么希望，我在十年前就读过这书，并且真的认同，以避免后来那悲剧收场的爱情啊——呃，当然，十年前我还不是真正的基督徒，也不太可能去反思这样的问题，另外，那场爱情给我带来的教训也好，收获也好，如今想来都与我是益处，感谢主！而我希望更多人能够在没有遭遇悲剧时，先打个预防针。当然，婚姻的路一定是很艰苦的，但做好准备的人，坚持走下去，走到美景的几率，总是更大一些。衷心希望这本书有简体版问世。

《爱的连理枝》

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：www.tushu000.com