

# 《遇见另一半橘子》

## 图书基本信息

书名：《遇见另一半橘子》

13位ISBN编号：9787562177546

出版时间：2016-6

作者：[美]艾米·斯宾塞

译者：孙菲,玄涛

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《遇见另一半橘子》

## 内容概要

《遇见另一半橘子》

[美]艾米·斯宾塞 著

孙菲 玄涛 译

西南师范大学出版社 出版发行

万墨轩图书 策划编辑

定价：36.00

ISBN 978-7-5621-7754-8

约会乐观主义帮你找到完美爱情

《时尚》《魅力》《明星》《时尚芭莎》等著名杂志倾情推荐

### 【内容简介】

在西班牙语里，mi media naranja是指“我的另一半橘子”，理想爱人，完美的另一半。

“拿起两半橘子，看看它们在中间会结合得多么完美。谁也不比谁大，不比谁突出，也不会彼此挤压、牵绊；它们在中心处联结到一起，各自独立却大小一致，放到一起便成了一个完美的圆。那就是我内心深处的感觉。我得到了这么多年来我一直梦寐以求的东西，也是每个女人理应得到的东西：属于她自己的另一半橘子。”

你是否也想要这样一个完美恋人？谈一场能让你熠熠生辉的恋爱？找到一个能一起疯狂的恋人，一个真正的另一半？如果回答“是”，那么，现在请放下手边的一切事，打开这本书。

情感专家艾米·斯宾塞以脑科学和心理学为理论基础，提出“约会乐观主义”这一理念，帮助你通过六步计划，用有趣的、以结果为导向的方法找到一份健康快乐的情感。她将帮助你发现和改善自我，掌握新的认知方式，学会更好的肢体语言，使自己更有魅力，吸引到生命中的“另一半橘子”。它将是你所需要的最后一本恋爱指南，快来领略约会乐观主义的力量！

### 【媒体推荐】

鼓舞人心的终极版恋爱指南，给你的恋爱生活加油打气。

——《时尚芭莎》特别推荐

这是一本充满希望的书，帮助那些在寻找真爱旅途上迷路的悲观者们从绝望中走出来，每位寻找真爱的单身人士都值得一读。

——作家哈维尔·亨德里克斯特别推荐

# 《遇见另一半橘子》

## 作者简介

### 【作者简介】

[美] 艾米·斯宾塞 Amy Spencer

人际关系专家，百分百的乐观主义者，曾做过记者、编辑和自由撰稿人，拥有自己的情感网站和人气博客，常年为《时尚》《魅力》《时尚芭莎》《第六页杂志》以及Match.com撰稿。她被誉为“时尚快乐人生导师”。她的乐观魔力正影响着全世界越来越多的人，引导他们收获理想的生活。

# 《遇见另一半橘子》

## 精彩短评

1、这么好的书居然没有评分真的是太遗憾了，书里面提到了将近30本书的引用作为支持，都是干货，条理清晰，内容实用。我决定把里面的书单都去看一遍，感谢作者~而且方形的书也很有意思很可爱啊~~@@

1、艾米在书中的开头毫不掩饰地坦诚自己的单身生活像个笑话。在遇到另一半橘子之前，艾米住在布鲁克林，已经做了十年的杂志编辑，常年和诸多著名杂志合作。自从决定做个自由撰稿人后，一边吃力地工作，一边纠结着爱情。她的大部分工作都是和一些女性、夫妻还有专家探讨爱情与两性关系。然而，她虽然长期不断约会，但是感情生活总是一团糟，每次都以为这是真爱，每次都被打脸。多么讽刺啊，一个资深情感专家居然难以拥有一段幸福的亲密关系。所以，这一切似乎成了一个残酷讽刺的玩笑。为了排解压力，消除孤独，她在过分活跃的社交生活中寻求慰藉，但她唯一的收获只是不断增加的开销。她就像是坐着旋转木马不停地原地旋转，也在不停地浪费她的金钱，她的精力，还有她的乐观心态。在九月的一个晚上，又一次约会失败后，艾米独自窝在沙发上边看电视边哭了。她向自己发出了灵魂拷问：为什么找个理想伴侣这么难？就是在那天晚上，艾米决定不再被单身状态拖累下去。多年以来，她一直强迫自己和那些仅有一点好感的男孩约会，拖着疲惫的身躯去参加单身派对，注册所有的婚恋网站，就像一只搜救犬一样搜索着整座城，却没有一个男人摔倒需要她的救助。艾米脑子里整天想的就是孤老终身、脾气古怪、膝下无子的这些凄惨的画面。是时候喊停了。于是，艾米开始了自己的爱情实验：她打算使用她的独家秘笈——“约会乐观主义”，在一年内遇到真爱。但她并没有打算一定要亲自找到她的梦中情人，按她的计划，是要她的梦中情人来找到她。她不会为了找到他而参加城里的每一场单身聚会，而是让身体中的每一个细胞都集中精力来吸引他。这个说法听起来是不是有点熟悉，又有点老套？在现代社会里，女性们早已从等待白马王子拯救蜕变成主动追求幸福的女斗士，谁要是告诉你，不要追男人，等着被男人追，你可能会嘲笑他还活在上一个世纪。可是说真的，让我们仔细看看，现代独立女性真的学会如何利用“追求幸福”的自由权利了吗？虽说“男追女隔层山，女追男隔层纱”，女追男的那层纱确实很薄，可那并不意味着你非得去捅破。至少，在你搞清楚你为什么要捅破前，你真的没必要去捅破。最可怕的就是为了捅破而捅破，为了脱单而脱单。我不是说女性不应该主动追求幸福，事实上，男女都有主动追求幸福的权利，这事儿跟性别无关。重点是，我觉得现代女性们已经走进了一个偏激的误区，为了证明自己是自由独立的现代新女性而像男人一样行动，给自己戴上女权的徽章，下班回家依然戴着坚强的盔甲，然后又埋怨男人不喜欢太过强势的女人，进而滋生出“我不需要男人也过得很好”的想法。真正独立的人格是不需要证明任何。艾米在书中也对美国女权进行了反思：“当今女性不知怎么就认定我们要么在天平的这一端，要么就在另一端！我们要么是20世纪50年代的家庭妇女，每日等着丈夫把肉带回家，困在一成不变的家庭模式里；要么是21世纪的新女性，事业独立，不需要男性给自己带来幸福。有些单身女性甚至认为不能承认自己拥有浪漫情怀，因为女性不应该渴望浪漫。”正如艾米所说，一个事业成功，并觉得自己有权滥交的女人可能不想摊牌说：“我想找到一个可以终生依靠，并对我承诺一生的人。”似乎这样说就是背叛了多年来女性的奋斗成果。从这一点来看，许许多多的现代女性已经将自己训练得像《欲望都市》里的萨曼莎一样，总会说：“我自己很好。没有男人在身边我更幸福！”如果或作别的台词感觉有些老掉牙。凯瑟琳·赫本等活跃的女权主义者不相信这种“血腥的、不切实际的”婚姻制度：“我怀疑男人和女人是否真的应该结合在一起。”赫本还说：“或许他们应该成为邻居，偶尔串个门就够了。”不得不说，你们这代女性已经将单身等同于优势，将爱情等同于弱点。如果我们可以跳出女权潮流的时代局限看，艾米的这个决定，只有经过了深思熟虑，摈弃外界干扰，真正接纳自己方能领悟的。而她的“约会乐观主义”真的起作用了！她真的在12月内遇到了她的真命天子！那个把“另一半橘子”的美妙含义告诉她的西班牙男人。他们曾是中学同学，时隔多年后的一次偶然重逢，两人重新擦出爱的火花，而这一切就发生在她尝试用乐观磁力找到另一半的日子里。艾米永远记得那次在私人海滩，他从后备厢拿出红酒和野餐毯的时刻，这让她无比感激浪漫还没有在这个世界上消失，它真实存在，就像你的另一半也真实存在于这个世界一样。千万别觉得“约会乐观主义”只是个口号，它是有科学依据的。艾米研究了相关的心理学理论和科学实验，她发现，大脑会把我们思考的、凝神的、感受到的都吸引到身边来。艾米帮助大家建立一种乐观思维：“你的思维会改变你的肢体语言和能量，而你的肢体语言和能量能够改变你的生命质量。但这也并不意味着作为一个约会乐观主义者，你就得每时每刻都积极向上，情绪波动很正常。在某些情形下，你当然有边喝酒边大声哭的自由。注意，乐观主义不是忽略艰辛，它是要你在希望生活变好时，让你勇敢面对前方的千难万险，拥有自己的真实感受，选择与那些糟糕的日子抗争下去。即便你已经学会运用我接下来要给你推荐的一些技巧，你也可能只会情绪高涨一两个星期，然后又郁郁寡欢，失望透顶，大喊“快杀了我！”。这些都

## 《遇见另一半橘子》

是正常现象，没有关系，这本书讲的并不是短期的固定幸福观。乐观思维不是把普拉达的标识缝到一件廉价T恤上，然后就说它品质高，相反，乐观思维会改变这件T恤的品质——以及你未来的爱情。

”事实上，在看完这本书后，你会发现，它不仅仅是在讲爱情，更不是告诉你爱情是世上唯一值得追求的事，工作，朋友，家人都不如它，如果你是这样想的话，那真是天大的误会。这本书实则是在传达一种乐观信念，这种信念其实可以用在生活里的任何方面，从而改变你看待事物的眼光，用乐观思维帮你度过生命中每一个关卡或瓶颈。但这种信念的力量往往容易被人质疑或被忽视，因为它不像物质那样触手可得，随处可见。可是正如小王子所说：“真正重要的东西是肉眼看不见的。”艾米一直强调，我们的注意力是宝贵的，我们选择把注意力集中在什么地方，就会得到什么，所以不要把注意力浪费在转瞬即逝的东西上，而是集中精力于你内心真正需要的那些东西，它可能看不见也摸不着，但它的价值远高于前者。如果你相信这种信念的力量，正如你坚信这个世界上一定有一个人是上帝为你预备的，上帝绝不会让你没有体会过爱情就离开，那么你一定遇见你的另一半橘子，就像艾米遇见她的另一半橘子那样。这本书也算是他们爱情的见证，希望读过此书的人都可以沾沾他们的喜气，如愿找到自己的另一半橘子。最后，用一句古老的中文做个happy ending：愿有情人终成眷属。

# 《遇见另一半橘子》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)