**新 书 推 荐**

**中文书名：****《爱情还是性事？永恒之爱与性亲密关系的哲学指南》**

**英文书名：*Are You Making Love or Just Having Sex: A Philosophical Guide to Enduring Love and Sexual Intimacy***

**作 者：Elliot D. Cohen**

**出 版 社：Anthem Press**

**代理公司：ANA/Jessica**

**页 数：166页**

**出版时间：2024年10月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：家庭关系/大众心理**

**内容简介：**

在真正的“做爱”中，人的体验超越了肉体欲望的满足。对于宗教人士来说，它是神圣的；而对于非宗教者而言，它依然是一种精神层面的体验——一种无缝的团结感，是两个人合而为一的状态，远远超出单纯的性快感。你不必“做爱”也可以发生性行为。即便是陌生人之间，也可能因为性吸引而发生短暂的性邂逅。但在真正的“做爱”之中，性行为本身承载着象征性的意义——这是爱人之间的生命联结，其性表达被深切地感知与体验。

这便是性亲密、是“做爱”——这种情形在没有爱的关系中几乎不可见。在这样一段充满爱的关系中，其哲学意涵无可回避。它既抽象又具体，建立于理想之上，带有某种神秘性与超越性，难以用言语完全表达。“相爱”与“做爱”密不可分。有爱的关系就是爱人安睡的床榻。

然而，许多关系最终搁浅，甚至根本未曾启航。仅仅做爱虽然可以暂时缓解紧张，但它只是手段，而非真正的“目的本身”。一旦性行为结束，情侣可能立即退回原点，陷入不和。就像荒漠中的绿洲，只带来短暂的刺激与逃避。这本书将帮助你克服阻碍亲密关系的种种障碍和令人难以爱的习惯——无论在卧室内外。它也将帮助你在性生活与其他个人、社交关系之间建立和谐的平衡，而这种平衡正是“做爱”与“相爱”的前奏。

为实现这一目标，书中运用了基于逻辑的疗法与咨询（Logic-Based Therapy & Consultation，LBTC）的五步法，这是一种有据可依的哲学咨询形式：

* 介绍六种令人难以爱的思维与行为模式，帮助你识别可能正在破坏你关系的那些模式；
* 教你如何通过设定“可爱的目标”（即爱的美德）来对抗这些自我伤害的习惯；
* 引导你发现并接受一种个人的爱情哲学，使你能够朝着这些爱的目标前进；
* 提供达成浪漫爱情所必备的核心哲学思想；
* 帮助你制定一个行为计划，将你的爱情哲学落实为积极改变关系的具体行动。

这最后一步可能要求你在关系的内外部都作出改变。因此，本书还会向你展示，你在生活其他领域（如工作、社交）中面临的问题，是如何影响到你与伴侣的关系质量的，包括性生活与日常互动，并提供自我成长练习，帮助你克服这些障碍，达到持久的爱情与性亲密。

**作者简介：**

**艾略特·D·科恩（Elliot D. Cohen）**博士，毕业于布朗大学，是美国哲学咨询的主要创始人之一，同时是一位作家、哲学咨询师、富布赖特学者，现任教于佛罗里达州立大学医学院。他在全球范围内讲授哲学咨询。

**媒体评价：**

“这不仅仅是一本关于性与关系的书。它是一本实用指南，揭示了身体亲密与情感联结之间的本质差异。书中结合哲学洞见、练习及视频内容，对于任何寻求真正充实关系的人而言，都是不可或缺的读物。它成功地揭开了爱与性的复杂面纱，并提供通往持久爱情与性亲密的转化之路。快来开启这段迷人的旅程，探索更深层的、富有激情的关系之道！”

——希玛妮·乔卡尔（Himani Chaukar）博士，哲学顾问，孟买鲁亚自主学院哲学系主任

“如果你一直在错误的地方寻找爱情，这本浪漫之爱入门书将是你的救赎！科恩提出通过培养爱的美德来对抗认知、情感与行为上的障碍，这些障碍阻碍你享受持久的爱恋关系。全书配有哲学支持与实战练习，能帮助你培养走向真爱的‘可爱习惯’。”

——劳拉·纽哈特（Laura Newhart）博士，美国东肯塔基大学哲学教授

**全书目录：**

前言

引言

第一章：在浪漫之爱中建立宁静

第二章：通过共情在浪漫之爱中建立亲密

第三章：在浪漫之爱中建立自尊与对他人的尊重

第四章：在浪漫之爱中建立自我控制力

第五章：在浪漫之爱中建立勇气

第六章：持久之爱与性亲密的理想

索引

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：[**Rights@nurnberg.com.cn**](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

