

人生黄金课堂



精 - 装 - 升 - 级 - 版

婚姻就像沙子，不能攥得太紧，
攥得太紧反而会漏掉……

放与收^的

{婚姻经营课}

赵丽荣◎著

【张小娴】

性格具有张力、心灵具有弹性的女人，既不给人以咄咄逼人的压迫感，又能用强韧的手段，让婚姻随时都拉得开，却又永远扯不断。

【曾子航】

有时候老婆管得越严，丈夫越容易出事，所以有人说聪明的女人要学会放风筝，就是说男人就像你手中的风筝，你可以让他尽情地飞，反正线永远在你手中。



放与收^的

{婚姻经营课}

赵丽荣◎著

图书在版编目(CIP)数据

放与收的婚姻经营课：精装升级版 / 赵丽荣著. —
成都：天地出版社，2016.1
ISBN 978-7-5455-1598-5

I. ①放… II. ①赵… III. ①婚姻—通俗读物 IV.
①C913.13-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第215239号

放与收的婚姻经营课：精装升级版

著 者 赵丽荣
责任编辑 张秋红
封面设计 思想工社
电脑制作 思想工社
责任印制 李 昆

出版发行 天地出版社
(成都市三洞桥路12号 邮政编码：610031)
网 址 <http://www.tiandiph.com>
<http://www.天地出版社.com>
电子邮箱 tiandicbs@vip.163.com
经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 三河市华业印务有限公司
版 次 2016年1月第1版
印 次 2016年1月第1次印刷
成品尺寸 165mm×235mm 1/16
印 张 16
字 数 205千
定 价 36.00元
书 号 ISBN 978-7-5455-1598-5

版权所有◆违者必究

咨询电话：(028) 87734639 (总编室)

购书热线：(010) 67692522 (市场部)

本版图书凡印刷、装订错误，可及时向我社发行部调换



真爱没那么累 幸福没那么贵

台湾著名漫画家朱德庸说过：家庭婚姻不论好坏，都是一出笑剧，唯一不同的是，美满的婚姻让自己看笑话，不美满的婚姻让别人看笑话。为什么这样说？因为两个完全不同的人组合在一起，本身就是一个矛盾的开始。要想获得美满的家庭生活，就得用心经营，并且要用智慧去经营，而这种智慧的精髓就是：放与收。

李梅的丈夫是一个乐观开朗、热情奔放的人，经常是走到哪儿都会有朋友相随，其中也不乏女性朋友。但是李梅从来不过问丈夫的交际和工作。当孩子出生后，她便将所有精力都放在了孩子身上。这个时候，丈夫回家越来越晚，但她依然是毫无怨言地坐在客厅等丈夫回来。

但是一年前，丈夫向她提出离婚。

“为什么？”她十分震惊。“不为什么。我觉得咱俩没感情。”丈夫很自然地说。离婚手续很快就办下来了，孩子的抚养权归李梅。

周末，李梅陪孩子到公园放风筝。儿子不断地放线，风筝越飞越高，她在一旁拍手叫好，让儿子继续放线。越往高处，风力越大，风筝随时都有被吹跑的可能，所以儿

子拼命地拉着线，阻止风筝飞走。突然，“嘭”的一声，风筝的线断了，风筝越飞越远，最后飘到了一棵树上。

李梅的心猛地一阵颤抖，她突然想起了自己的婚姻：自己将风筝线放得太多了，最后风筝越飞越高，直至断了线。

其实，婚姻的经营就像放风筝，男人是风筝，女人是放风筝的人，而婚姻就是那可以收放的线。大部分女人都恐惧男人飞得太高太远会离自己而去，因此拼命控制风筝线，最终因为用力过猛而扯断了风筝线；还有小部分女人，对风筝漠不关心，任由风筝向上飞，导致两个人的距离越来越远，导致风筝承受太大的风力而使风筝断线飘向别的地方。由此可见，只有收放适度，才能让风筝平稳飞行，才不至于使它离自己太远也不至于离自己太近，更不会使其断线。

不管是男人还是女人，都会说婚姻太累人，这些人之所以感觉累是因为没有掌握好放风筝时的度。

有些女人之所以会将风筝线紧紧攥在手中是因为对丈夫不信任和多疑，她们想尽办法进行监控。如果女人能够少一分不信任与怀疑，不仅会让自己感到轻松，也会让丈夫感到轻松。

有些女人对男人不闻不问是因为对婚姻漫不经心，这种散漫和不经心会让丈夫感到自己在妻子心中并不重要，妻子的这种表现会让他们感到失望和挫败，他们会认为和自己生活在一起的是一个没有心的雕像，他们会感觉家里是冷冰冰的，还会感觉这个家完全没有维持下去的必要。男人们有了这样的想法以后，那么结局可想而知。

给彼此一定的自由空间，是婚姻中的放，是信任对方的表现。如果没有了信任做基础，只剩下猜忌和嫉妒，那么婚姻的裂缝就会愈来愈大。因此，在婚姻生活中，夫妻应该彼此信任，对彼此的一些行为表示理解和支持。

但一味地放也是很危险的，就会落得和故事中的李梅一样的结局。关注对方所在的位置，是婚姻中的收，要让对方明白你对他（她）的情深意切，以及你对家庭的牵挂，有时候爱是需要表达、需要说出来的。

要想拥有美满的婚姻，就要在生活中做到收放自如。泰戈尔说：“你若

爱她，就给她自由，像阳光一样包围着她。”这句话也适用于你对待你的另一半。

经营婚姻是一门艺术，《放与收的婚姻经营课》教会我们懂得：婚姻是一把握在手里的沙子，攥得越紧流得越快；婚姻是双人舞，能否和谐在于彼此的配合方式；婚姻是一轮明月，需要“距离感”才能体会到温柔和浪漫；婚姻更是一场事关重大的拉力赛，需要在“放与收之间”作出抉择……

| 第一章 | 读懂彼此，就读懂了幸福

不再懵懂，试着读懂彼此的那些事儿 / 002

只有懂你，才能更好地爱你 / 006

放下无谓的纠缠，才能大事化小 / 010

别让唠叨毁掉你的婚姻 / 014

| 第二章 | 放下争执，收获和谐

学会“艺术”地吵架 / 018

家是讲爱的地方，不是讲理的地方 / 022

别用“冷战”折磨对方 / 025

不要苛求，因为你我原本就是不同的人 / 029

只有不计较，才能念好婆媳关系这本经 / 033

| 第三章 | 用心沟通，架起维系夫妻情感的桥梁

即使再忙，也要抽出时间多沟通 / 038

别让沉默“断送”婚姻 / 042

在婚姻中，要重新“学说话” / 046

溜走的甜言蜜语，让夫妻关系更疏远 / 050

| 第四章 | 把心放宽，好日子就来了

放弃计较，让宽容成为彼此都需要的温暖 / 056



婚姻的漏洞需要用宽恕来修补 / 059
经营婚姻，应该先学会转身 / 062
相爱一辈子，忍耐一辈子 / 065
很多时候，要学会“揣着明白装糊涂” / 069

| 第五章 | 时时保鲜，婚姻才能逐渐走向完美

换个角度看彼此，你会有惊喜 / 074
幸福的婚姻需要保鲜 / 078
幽默使生活不再无味 / 082
要尽所能培养彼此之间的吸引力 / 086

| 第六章 | 放下猜疑，信任是婚姻的防腐剂

你不相信他，他怎么会相信你 / 092
放下无端的猜疑，日子才会过好 / 095
微酸才是好味道，“醋坛子”不吃香 / 099
只有做到“长相知，不相疑”，才能地久天长 / 103

| 第七章 | 抛开乏味，给婚姻加点“料”

不再漠视对方，让家庭生活走出“疲倦期” / 108
懂得爱，才能叫醒麻木的婚姻 / 112
感情降温了，就加把火 / 116
放下压力，偶尔打开围城的门透气 / 120

| 第八章 | 浪漫不难，蕴藏在生活的点滴之中

最浪漫的事，就是和你一起慢慢变老 / 126



打破惯例，让生活多点浪漫 / 130
浪漫，一件可以感动彼此的事 / 134
婚后仍有爱情陪伴，才是真的浪漫 / 138

| 第九章 | 放弃刻板，有情趣的生活才有味道

放弃刻板，来一点调皮的小把戏 / 144
用“风情”拴住对方的心 / 148
生活需要一点惊喜来作点缀 / 152
情趣，让夫妻关系迅速升温 / 156

| 第十章 | 互留空间，幸福感会更强

夫妻间要亲密，但不能无间 / 162
短暂的别离，无限的思念 / 166
放弃束缚，让爱变轻松 / 170
婚姻这根绳不能拽得太紧 / 174

| 第十一章 | 放弃冷淡，享受“性福”

一个完整的婚姻，应该有性爱相伴 / 180
丢掉“不和谐”，让性生活更加融洽 / 183
让性爱在交流中产生愉悦 / 187
“性福”生活，也需要创新和保鲜意识 / 191

| 第十二章 | 婚姻，经不起“玩火”

婚外情的火，千万别玩 / 196
克制住冲动，不让自己沦为“情人” / 200



婚外情是一场没有归宿的浪漫 / 203

“试离婚”，给“危机家庭”一次喘息的机会 / 207

| 第十三章 | 相互扶持，夫妻才能相伴一生

不能换位思考是婚姻的硬伤 / 212

调教老公，从此不当“贤内助” / 215

何必各自为“政”，不妨共同“切磋” / 218

付出，是共同行为而不是单方行为 / 221

| 第十四章 | 家庭理财也要收放适度

不要光想着开源，节流也很重要 / 226

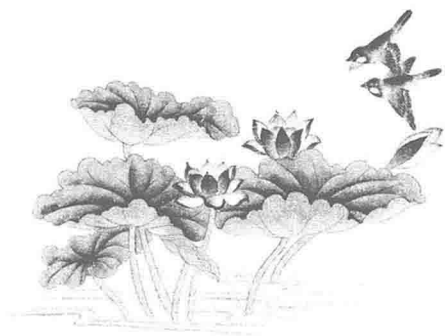
会花钱的夫妻，把每一分钱都用在刀刃上 / 230

亲爱的，让我们一起来“AA制”吧 / 234

越早理财，越早有财可理 / 238



读懂彼此， 就读懂了幸福



不知道从什么时候开始，婚姻中的双方用隐而未显的隔阂慢慢离间了相互间的默契。于是，大部分时间，两人都将自己的心门关闭，带上面具，佯装坚强，伪装不在乎，也假装着笑脸。



不再懵懂，试着读懂彼此的那些事儿

假如你看不清他的心思，那是因为你还没有学会解读属于彼此的世界，还没走进彼此需要安抚的内心。这样的婚姻，想要走得长远，看上去是不太可能的。所以，夫妻经营婚姻的第一堂课，就是要读懂彼此，读懂彼此才能触摸到幸福的温度。

不知道从什么时候开始，婚姻中的双方用隐而未显的隔阂慢慢离间了相互间的默契。于是，大部分时间，两人都将自己的心门关闭，带上面具，佯装坚强，伪装不在乎，还强颜欢笑。

或许有一天，当爱人们忽然发现失去了某些东西的时候，回顾过往，才深深感悟到，原来彼此的世界对方都不曾读懂过。

想一想，你是否试着去读爱人的心思？当他很安静很安静地坐在角落里一语不发时，你知道他在想什么吗？当他下班回到家，脸上挂着淡淡的哀愁时，你知道他在为何事烦恼吗？当他将自己关在屋子里，久久沉浸在思索中，不愿意见任何人时，你知道他遇到什么难事了吗？

假如你看不清他的心思，那是因为你还没有学会解读属于彼此的世界，还没走进彼此需要安抚的内心。这样的婚姻，想要走得长远，看上去

是不太可能的。

经营婚姻的第一堂课，就是要读懂彼此。读懂彼此的那些事儿，你们才能触摸到幸福的温度。

他和她是大学校友，他来自偏远的山区，她来自繁华的都市；他出身于农民家庭，她出身于书香门第。就在这“门不当户不对”的情况下，他们最终还是走到了一起。

他毕业后回到家乡的小县城工作，而她为了追随他放弃了父亲给自己找好的单位，随他回到小小的县城。他做他的小职员，她做她的教师，他们过着简单平静的生活。

虽然很爱他，但是娇生惯养的她难免会有些自私，很多时候，她考虑自己的感受多于考虑他的感受。因此，她虽然爱他，但是并不懂他。

平时，都是他给她做饭，因为他知道从小养尊处优的她根本不会做饭。但是那年冬季的一天，他感冒了，天气很冷，他拖着病弱的身体上了一天班，给媳妇儿打电话，让她回家做一顿饭。可当又累又饿的他回到家时，房间里空无一人，冷锅冷灶，没有一丝温暖，他刚要起身去做饭，她回来了。他问她去哪了，她说自己不会做饭，他又不能回来做，她就出去吃了。他很伤心，对她说：“在我最需要你的时候，你却完全不懂我的需要，这么多年了，你根本就不懂我……”两个月后，他们分开了。

其实，读懂彼此关键就在于注意生活中的那些小细节，只要细心一点点，就够了。

生活中，男人被赋予刚毅坚强的内涵，其实越是坚强的心往往越隐藏着脆弱之处，很容易被人触痛。这个时候，女人就要明白，关爱的怀抱不仅是给儿女的，也要留给男人，因为无论多么伟大的男人都有最软弱的一

面，这就像某首歌曲所唱的：一个男人无法表露脆弱的感情。脆弱的男人在自己所爱的女人面前，会变得像个孩子。这时，如果女人读不懂他，情感就会出现隔阂。所以，好女人要有亲和力，要用似水柔情来“克刚”。

男人是家庭的顶梁柱，承受着各种压力——有形的、无形的。因此，每个男人都渴望能被女人读懂。成功的时候，希望她能用崇拜的目光望着他；失意的时候，希望她能在身边安慰和鼓励他。男人也许会忘记成功时女人满足的眼神，却永远都不会忘记失败时女人默默的支持。女人一个信任的眼神、一句鼓励的话语，也许能改变男人的一生。

而不被丈夫了解并读懂的女人，大都会陷入痛苦的境地，“倾诉”几乎成了她们排遣生活压力的唯一途径。其实，她们只是想通过这样的方式为自己寻找一种解脱之道。当女人太唠叨的时候，其实她内心特别渴望那种被男人了解的生活——结束了一天劳累的工作，她希望有一个最懂自己、最了解自己的男人紧紧拥抱自己。

女人最需要的就是倾诉和发泄。有时候，她们会卸下自己在外人面前坚强的外壳，像孩子似的撒娇。她们往往只会在自己最亲最爱的男人面前作出这些举动。很多时候，男人觉得看不懂女人的倾诉和发泄，其实，那不过是为了博得男人的安慰和爱抚。

男人和女人一样，都会爱慕虚荣，也会害怕寂寞，只不过社会习惯性地赋予男人坚强的角色，促使男人追逐所谓的金钱、名利、地位，而这也成了固定不变地衡量男人成功与否的标准。如果心爱的女人忽略了男人的这些心理，他们就会变得痛苦不堪。

所以，夫妻之间一定不要忽略彼此的感受。读懂彼此的需求，双方才会有共同经营与维护婚姻的基础，如此，在海誓山盟的激情过后，两个人才能于平淡中相守一生。其实爱人之间的要求有时很简单，在孤独时，需要的是对方不离不弃的陪伴和温柔体贴的呵护；失意时，需要的是对方

鼓励的眼神和支持的臂膀；在烦恼时，需要的是对方循循善诱的开导和安慰；下班回家后，希望能看到所爱的人为自己等候的身影。真的，夫妻之间的要求其实并不多，只要细心那么一点点，就够了。不论是男人还是女人，只需要彼此读懂对方的心就足矣。

所以，婚姻中的男女，要学会用心去感受、解读对方，唯有这样才能经营好这段漫长的两人之旅。



只有懂你， 才能更好地爱你

生活在同一个家庭中的男人和女人，其性格不是互补就是相似，不管怎样，彼此和谐相处的条件都是要懂得对方。如果不懂得对方，家庭生活经营起来就会很辛苦。

生活在同一个家庭中的男人和女人，其性格不是互补就是相似，有很多人认为互补比相似更容易促进夫妻关系和谐，但是，不管两人是性格互补还是相似，都有个先行条件，那就是要懂得对方。如果不懂得对方，家庭生活经营起来就会很辛苦。

女人大多敏感细腻，而男人大多粗心大意，因此，当女人情绪低落时，男人往往不能理解女人为什么不开心。相爱的人唯有多一份默契，才能更好地融入彼此，所以，当妻子伤心时，丈夫如果吝于给她一个温暖的怀抱，选择不闻不问，或者干脆默默地走开，那他就不是一个懂爱的男人。

当然，理解和爱是相互的，有时候男人也是很脆弱的，女人如果这时能有一些小小的体贴之举，他会感动得不知所措。男人的心又是很容易受伤的，因为他们的压力太大，常会因为一些工作或者生活问题产生挫败感。其实男人对女人的要求并不多，他只是希望自己的妻子对自己多一些关注，哪怕只是一句体贴的话语或是一个深情的拥抱，男人立即就可以笑

逐颜开，忘记所有的不愉快。

一对能懂得彼此的爱人，会在对方无助的时候，给予对方最可靠的支持；在对方伤心的时候，给予对方温暖的拥抱；在对方需要自己的时候，愿意为对方做任何事。

充满爱的家庭生活，是男人女人倾其一生追求的东西，就算是年近古稀，他们依然会盼望彼此能像最初相识时一样，心有灵犀，深爱对方。所以，不要忘了用心去读你的爱人，去了解他（她）的苦衷；在对方伤心时，要学会默默地听他（她）倾诉。这并不是一件难事，却足以让彼此的感情更加坚固。

爱光有激情和誓言是不够的，爱更需要经营。婚姻生活时间长了，本身就容易变得枯燥乏味，如果不妥善经营，爱情就容易变成一潭死水。爱并不只靠甜言蜜语，它更需要内心的共鸣。一个懂得对方的人，他（她）知道如何让平淡的生活焕发生机，他（她）懂得在你生气的时候，逗你开心；在你快乐的时候，与你一起大笑；在你失意的时候，安慰你、开导你。

只有懂你，才能更好地爱你；只有懂你，才能获得幸福。

他们算得上是青梅竹马，从小学起就是一个班的同学，他俨然是她的保护神。后来他考上了理工科大学，她念了美术学院，这时的她，已经出落得亭亭玉立、明眸皓齿。两人自然而然地走到了一起。在旁人眼里，他俩是一对璧人，就连他们的父母，也早已默认了他们的关系。所以等他们毕业后，结婚便是顺理成章的事情。

他对她真是好，他的经济实力足以让她过上衣食无忧的生活，而且所有的事情都替她安排得井井有条，她觉得自己幸福无比。

可是他虽然爱她，却不懂她，所以矛盾还是一点点出现了。