

女人

别让婚姻毁了 你

佳薇◎编著

冷静应对婚姻中的危机

打点围城内外的零零碎碎，幸福就在彼此的妥协之中

谨慎对待婚前同居的游戏

恋爱是两个人的事，婚姻却是两家人的事

不急不燥中等待那份属于你的真爱

幸福是一种能力 女人是一种态度

中国华侨出版社

女人

佳薇◎编著

别让婚姻毁了
你

中國華僑出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

女人：别让婚姻毁了你/佳薇编著. —北京：中国华侨出版社，
2007. 10

ISBN 978 - 7 - 80222 - 460 - 5

I. 女… II. 佳… III. 女性—婚姻—通俗读物
IV. C913. 13 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 155086 号

● 女人：别让婚姻毁了你

编 著/佳 薇

责任编辑/邓文华

封面设计/大象设计

版式制作/泉之源工作室

责任校对/王 磊

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 16 字数 280 千字

印 刷/北京楠萍印刷有限公司

版 次/2007 年 12 月第 1 版 2007 年 12 月第 1 次印刷

印 数/5000 册

书 号/ISBN 978 - 7 - 80222 - 460 - 5/G · 360

定 价/30.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 305 室 邮编 100029

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：(010) 64443056 64443979

发行部：(010) 64443051 传真：64439708

网 址：www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com

前言



婚姻

前言

对于女人而言，“干得好不如嫁得好”是最值得把玩的一句话。千万不要把“嫁得好”庸俗地理解成一味地“傍大款”“攀高枝”，大量的事实证明，那种所谓的“嫁得好”，最后的结局多以悲剧收场。真正的“嫁得好”是找一个可以信赖的男人作为你此生的依靠，他宠你、爱你、心疼你，你们共同缔造一个稳定的家庭，经营自己的婚姻。你照顾着这个从另一个母亲那里“借”过来的儿子，然后你们再生一个自己的孩子，你们的家就是你一生的幸福的归宿。这就是“嫁得好”的全部含义。

的确，婚姻是一个女人一辈子最重要的一件事，女人整个后半辈子的幸福全部维系于此。但事实总有不尽如人意的地方，并不是所有的女人都会有一个“嫁得好”的结果。她们要么因为没有找到或错过那个“真命天子”而迟迟嫁不出去；要么“风风光光”地嫁出去了，看似夫贵妻荣，却因为不懂得如何经营，致使婚姻千疮百孔，苦不堪言，更不要奢谈什么白头偕老了。

相比较而言，一段失败的婚姻给女人所带来的伤害要比男人深得多。男人是越折腾越沧桑，含金量越高，而女人的情感世界往往像玻璃一样脆弱，再加上红颜易老，能禁得起几回折腾？

婚姻可以成全你一生的幸福，也可以轻而易举地毁了你的一生。婚姻不是儿戏，是个很严肃的问题。那么，如何才能不让婚姻毁了你？

首先，要让你的婚姻美满幸福，这取决于下面两方面的因素：

一、婚前的选择。

二、婚后的经营。

一个完美的婚姻有个精彩的开始是远远不够的，最重要的是在几十年的时间里，你是否能经营得好。“婚姻”两个大字之所以都是女字旁，是因为在其中起着决定性作用的是女人。不要以为在这个男人的天下里，你就是一个可以任由他人伤害的弱者。面对婚姻的种种，只要你懂得选择，懂得如何保护自己，你的命运仍然可以掌握在自己的手中。

婚姻也是一个生命体，它也有自己的一套生理机能，当它某个部位出现异常的时候，它也会生病。你不要等到它病入膏肓了才想起给它医治，当然，有可能你是一位“神医”，任何疑难杂症到了你手里都能药到病除，但这样的几率非常小，大多数情况是，还没等你找到药方，它就已经回天无力了。最高明、最有效的办法是，在它得病之前，你就要做好充分的应对准备，了解它的病理病因，掌握它的发作规律，在必要的时候准备几种用得着的药方，以免临阵抓瞎。总之，预防才是硬道理。

纵观那些从失败的婚姻中走出来的遍体鳞伤的女人，她们错就错在低估了“问题婚姻”的杀伤力，不懂得事前的防范，不懂得如何把握婚姻的脉搏，不知道给自己及时留条后路。

别让婚姻毁了你，不要让悲剧在你身上重演。这正是本书的主旨所在。尽管我们不是什么无所不能的旷世神医，但我们给您开出的药方绝对实用，因为我们用的药引子就叫做“智慧”！





第一章 不急不躁:等待那份属于你的真爱

从古至今,爱情就是一个说不完的话题,从街头巷尾的民间传说到登堂入室的文学艺术,无不闪烁着爱情的身影。单就爱情的形式和典型而言,也可谓五花八门,异彩纷呈。有不动声色的暗恋,有欲罢不能的单恋,有活动于地下的婚外恋,有别出新裁的姐弟恋,有闪电般的“一见钟情”,更有“绵绵无绝期”的马拉松式爱情……尽管这些爱情各有各的感人之处,但最经典的还是那种伴随恋爱甜蜜地步入婚姻殿堂的爱情。这样的爱情最纯洁、最高尚、最长久,也最有资格称得上是“真爱”。不要说什么爱情是婚姻的坟墓,假如失去了婚姻的保障,那些迷人的山盟海誓,凭什么去“海枯石烂、天荒地老”?还不都是镜花水月一场梦而已。所以,不要急于说爱,别让爱情美丽的外衣迷了你的双眼,从现实出发,静心等待,该来的终会来。

第一节 爱情路上美丽的误区 2

1. 十全十美的爱情在哪里 2



2. 一见何以钟情	5
3. 远离那朵有毒的玫瑰	8
4. 爱你的人和你爱的人	10

第二节 失去的尽可让它随风而去

1. 面带着微微笑,用力地挥挥手	14
2. 送走那些美丽的过往	17
3. 学会在失恋中成长	21

第三节 爱情像花儿一样慢慢开

1. 只因有你在天涯尽头等着我	24
2. 爱在对面不相识	26

第二章 婚前同居:一场须谨慎对待的游戏

当“非法同居”这个敏感的字眼退出历史的舞台之后,以前恋人们之间偷偷摸摸的“那点事儿”逐渐由地下转入了地上活动。时至今日,规模庞大的同居大军俨然成了一种社会风尚。面对这样一股风潮,有人拍手叫好,有人大加痛斥,孰是孰非尚无定论。对于男人来说,同居的好处是显而易见的,而同居所带来的伤害,基本上全是针对女人的。当然,同居也并非一定没有好结果,由同居关系发展为“幸福小两口”的也比比皆是。所以不是不可以同居,关键问题是,你准备好了吗?

第一节 众说纷纭话同居

1. 同居的甜头	32
----------------	----





2. 同居心态面面观	37
3. 同居并不好玩	40
第二节 那些无法回避的伤与痛	42
1. 同居离结婚还有多远	43
2. 同居是一场不受任何约束的狂欢	46
3. 痛彻心扉的性伤害	48
第三节 你真的准备好了吗	51
1. 同居之前一个必要的测验	52
2. 你必须了解的几个同居生活细节	54
3. 避孕:必须掌握的自我保护常识	57
4. 未雨绸缪,做好最坏的打算	70

第三章 难念的经:打点围城内外的零零碎碎

婚姻是不是爱情的坟墓不太好下结论,但结婚绝对是个泾渭分明的分水岭,这一点是毋庸置疑的。婚前生活的主题是爱情,是纯粹的二人世界,主线清晰、简单明了。而婚后生活的主题就是家庭了。家庭是个什么概念?锅碗瓢盆,柴米油盐,鸡毛蒜皮,上有老,下有小,中间的老公也跟着闹……这就是家庭,千头万绪,纷纷扰扰,内外交困、进退维谷,你躲不开也甩不掉。对了,这就是传说中的那本“难念的经”。在讨论“幸福”这个字眼之前,你的当务之急就是念好这本经。

第一节 说不尽的婆媳恩怨	74
1. 形形色色的婆媳大战	74

2. 女人何必为难女人 78
3. 婆媳和谐相处之至尊宝典 81

第二节 做一个好母亲是你不可推卸的责任 86

1. 伟大的母爱是孩子成长最肥沃的土壤 86
2. 不要低估男人对孩子的影响 91
3. 让孩子成为家庭幸福的后续动力 93

第三节 管好钱袋子,让物质和精神双丰收 98

1. 做好预算,避免家庭金融危机 98
2. 理财是一个好妻子的基本功 102
3. 男人和钱的问题 106

第四章 退让有道:幸福就在彼此的妥协之中

一山不能容二虎,这是一个再简单不过的道理,如果你“明知山有虎”,还“偏向虎山行”,当仁不让,咄咄逼人,非要和他一决雌雄,最后结果只能是两败俱伤,让别人“坐山观虎斗”,便宜了那些看热闹的人而已。正所谓“退一步海阔天空,让三分心平气和”,婚姻的幸福就在彼此的忍让和妥协之中。当然,忍让妥协并不意味着盲目地迁就,惯他的臭毛病,重要的是要把握在一个“适当的范围”之内。

第一节 哪有十全十美的男人 110

1. 另眼看男人 110
2. 不完美的他才是你的真心英雄 113





3. 宽容,但不纵容	115
第二节 吵架的艺术	119
1. 感情是“吵”出来的	119
2. 风雨过后要有彩虹	124
3. 唠叨:吵架的姐妹篇	127
第三节 男人也渴望被理解	130
1. 别忽视了他坚强外表下那颗脆弱的心	131
2. 男人的情感世界	133
3. 男人需要什么	137

第五章 不离不弃:冷静应对婚姻中的危机

每一个步入婚姻殿堂的女人,都希望自己的婚姻之路能够一帆风顺,长长久久。可是你有没有想过,面对外面花花世界中的灯红酒绿、莺歌燕舞,有多少男人能在日复一日、平淡无奇的生活当中仍然甘之如饴而岿然不动?男人以征服女人来征服世界,这是他们的天性。当有一天他们在“原配”身上再也找不到成就感的时候,那颗骚动不安的心便会把他们引向外遇的漩涡。外遇,一个不和谐的音符,把婚姻的脚步彻底搅乱。当然,并不是所有的外遇都会成为婚姻的终结,面对外遇,你应该有力挽狂澜的信心,运用巧妙的手法,尽量让你的婚姻走出外遇的危机。

第一节 小心你的男人要出轨	142
1. 别放过那些细微之处的变化	142



2. 男人们为什么禁不住外遇的诱惑 144
3. 警惕外遇侵袭的危险期 148

第二节 外遇：可以饶恕的罪过 150

1. 平心静气看外遇 150
2. 切忌“以牙还牙” 153
3. 怎能说离就离 155

第三节 以守为攻，把危机挡在门外 158

1. 完善自己，让“家花”比“野花”更优秀 158
2. 给你的婚姻上一把坚固的锁 160
3. 关爱，婚姻生活最永恒的粘合剂 163

第六章 不依不靠：活出自己的精彩

人从生下来的那一刻起，就在对父母的依赖中成长。依赖是人的天性，直到我们慢慢长大，在光阴的流逝中，我们渐渐成熟，对他人的依赖终于降到最低点，我们终于可以以一个独立的、完整的个体去面对以后要走的路。可是总有一些人，特别是女性朋友，即使她的年龄早已步入成年，可她的心智却依然未能成熟。婚前，他们依赖父母，婚后，处处依赖老公。无论是人格上还是经济上，她们处处表现得像一个十足的弱者。正因为外界因素对她们太多的制约，以至于一旦有什么风吹草动，她们就成了那个最“容易受伤的女人”。

第一节 容易受伤的女人 166

1. 别让自己陷入依赖的漩涡 166

2. 别把男人当作你生命的全部	168
3. “小鸟依人”要适可而止	170
第二节 用坚强和自信撑起半边天	172
1. 既要拿得起,也要放得下	172
2. 自信的女人最美丽	174
3. 阳光下的“半边天”	178
第三节 事业,女人不可放弃的第二生命	181
1. 做个快乐的职场丽人	182
2. 天天向上,在不断的挑战中实现自我	185
3. 开创一片自己的天地	188

第七章 当断则断:是泥淖就坚决走出来

并不是所有的承诺都可以一一兑现,并不是所有的承诺都像你想象得那样华彩夺目,完美无缺。因为誓言是可以打折的,婚姻是可以变质的,当有一天你发现你寻求的幸福只能是别人碗里的汤,你该怎么办?是死守一潭死水到“天荒地老”,还是走出围城,寻找另一片更广阔的天?谁也没有权力要求你为了他人的错误而付出代价。是泥淖,就坚决走出来吧。

第一节 我的世界开始下雪	194
1. 当爱已成往事	194
2. 婚姻中的压力大多是不适当的心理要求所致	196
3. 渐渐泛黄的结婚证	199



第二节 家庭暴力:生命无法承受之痛 201

1. 恶梦一样的日子 202
2. 男人是家庭暴力的根源 204
3. 家庭暴力是扼杀婚姻的罪魁祸首 208
4. 坚决不做沉默的羔羊 210

第三节 离婚,也是完美的谢幕 213

1. 促使婚姻破裂的观念误区 214
2. 现代离婚大军 216
3. 让法律来做最后的裁判 221

第八章 避免被婚姻所伤的人生哲理

不幸的婚姻的确各有各的不幸,但幸福的婚姻未必都是一个模子里套出来的。婚姻绝对不是一个可以用几句话就可以说明白的话题,自古以来,它就是人类最复杂、最无聊但又最重要的一项研究课题。一直被人们津津乐道的“围城理论”并不是它的全部,对于那些在婚姻边缘的和已经步入婚姻的人来说,若想让婚姻成为人生的亮点而不被它所伤,你需要学习的东西还有很多很多。

- 第一节 关于爱情你应该知道的 228
- 第二节 智者的爱情观 232
- 第三节 关于男人你应该知道的 236
- 第四节 关于分手你应该知道的 238
- 第五节 关于婚姻你应该知道的 240



第一章

不急不躁：等待那份属于你的真爱

从古至今，爱情就是一个说不完的话题，从街头巷尾的民间传说到登堂入室的文学艺术，无不闪烁着爱情的身影。单就爱情的形式和典型而言，也可谓五花八门，异彩纷呈。有不动声色的暗恋，有欲罢不能的单恋，有活动于地下的婚外恋，有别出新裁的姐弟恋，有闪电般的“一见钟情”，更有“绵绵无绝期”的马拉松式爱情……尽管这些爱情各有各的感人之处，但最经典的还是那种伴随恋爱甜蜜地步入婚姻殿堂的爱情。这样的爱情最纯洁、最高尚、最长久，也最有资格称得上是“真爱”。不要说什么爱情是婚姻的坟墓，假如失去了婚姻的保障，那些迷人的山盟海誓，凭什么去“海枯石烂、天荒地老”？还不都是镜花水月一场梦而已。所以，不要急于说爱，别让爱情美丽的外衣迷了你的双眼，从现实出发，静心等待，该来的终会来。





第一节 爱情路上美丽的误区

对于爱情，女人的心态总是让人难以理解，她们之中的一部分人始终坚守着心中那幅幻想中的完美无缺的爱情图画死不动摇，哪怕有一点瑕疵而不符合标准的男人都会被她们踢开，好多人因此等到花儿都谢了，仍然孤苦伶仃倍受孤独的煎熬。还有一部分人更有意思，她们看重的往往是爱情华丽的外衣，只要外在的形式打动了自己就不分青红皂白，一猛子扎进去，结果当繁华和激情一一退去，留下来的只有挥之不去的伤痛。对于这些爱情路上的误区，女人们也应该有所醒悟了：有些爱情是碰不得的，有些爱情是错过了永远不会再来的！

1. 十全十美的爱情在哪里

有些女人或许是受电视、电影的影响太深，不知从什么时候开始，荧屏上那些高大轩昂、浪漫多情的男主角成了她们的梦中情人，并且发誓一定要找到这样的男人。

可是现实中的男人却一个比一个不争气，要么长得不够帅，要么不够浪漫，要么穷得叮咣响，要么学识不够丰富。尽管如此，有的女人还是固执地坚持着，用她们的话说就是：感情的事怎能凑和。

想拥有美满的爱情，女人就必须抛开灰姑娘的梦想，放弃不切实际的期望，学会发现、欣赏对方的可爱之处。现实一点，幸福并不遥远。

正因为有这种心态，使许多很聪明的女人，锲而不舍地建造她们不切



婚姻

第一章 不急不躁：等待那份属于你的真爱

实际的空中楼阁，这些女人无法控制自己，她们幻想会在某时某处，猛然间发现那个他。

她们不停地恋爱，不断地舍弃，最后成了大龄女孩，仍然不放弃这种无望的追求。

例如：一个现在已经30岁的女人，她还在找理想中的男人来与她共度人生。她把未来的男人设想得非常清楚，甚至可以细腻地说出这个男人的许多长处，如温文儒雅，机智幽默。她一面继续等待这个男人，一面和一个已婚的男人若即若离。她积极地让自己和单身人恋爱，在感到失望后，就到那个有妇之夫那里排遣寂寞。

还有一个28岁的女人，她认为自己的感情和聪明才智远远超过她遇到的男人。她的男朋友，无论多么风趣、机智或体贴，都被她拒绝了。因为这些男人身上多少都有一些不尽如人意的缺点。一个感性而又敏感的男人和她处了一段，她觉得他脆弱、缺乏安全感而提出分手。另一个深深吸引她、使她觉得很开心的男人，在几个月后，她以缺乏想象力的理由和他宣告分手。她这种对男人过分吹毛求疵的态度，使她失去一个又一个男人，但她并不承认自己太过分，她只承认自己是一个知道要什么样男人的女人。实际上，这是一种聪明反被聪明误的女人，她的聪明并没有达到绝顶，只是半桶水，却使她失去了宽容和耐心。她具有的这种貌似聪明的特质，使她变得自以为是，使她讥讽嘲弄男人，逃避现实，最后变得不可理喻。

还有一个表面看去温柔软弱的女孩，她的初恋很不幸，那个男人考上一所高校以后离开了她。她因此病了很长一段时间，几乎精神崩溃。现在，她也和几个男人有过恋爱，但她为了保护自已，不再受到类似初恋的伤害而不停地挑男人的毛病。表面上，她否认自己是在找一个完美的男人，她也认为自身条件不够。但是，在她不断否认的背后，却从来也没有停止对符合她标准的男人的寻找。她不承认有追求完美男人的意念，但这种意念却越发强烈。她既害怕又失望，最后和那些失恋的女人一样，把追求完美男人的希望藏在心里，并作为她未来的人生目标。最后她变得神经兮兮，越来越顽固。

这些人之所以不如意，是因为她们缺乏对自我的正确判断，她们过高地凭借想象来要求男人，而她们要求的男人，在现实中属于稀世珍品，可遇而不可求。

赵婷年近30，还没有交男朋友。她条件不错——白领、优雅、漂亮。她的至今“单恋”让她的家人非常迷惑不解，却又十分着急，仿佛天底下最大的事就莫过于给她找男朋友了。于是老妈、老姨，每一个人都正在为她物色对象，大有不把天下优秀男士搜刮殆尽就不罢休的架势。

赵婷则乐意享受眼前走马灯似的“花景”，只是她始终抱着赏花的态度，从未动过芳心。

赵婷享受单身生活，没事干的时候，就喜欢一头扎进厨房烹饪各种美食，再把自己打扮得整整齐齐地享用。

老妈一如既往地吧甲乙丙丁带到她那儿去蹭饭，实则当然是相亲。

那些男人中也不乏精英分子——事业有成型、一表人才型、家境殷实型、风度翩翩型……他们吃完饭后都坐在沙发上侃侃而谈，夸赵婷做的菜好吃，夸她长得漂亮。然而，赵婷却一个也看不上。

有一天，赵婷的妹妹带来一个蹭饭的男人。这个男人虽长得眉清目秀，但从他坐在沙发那头的拘谨来看，此人比前面来的那些天南海北侃侃而谈的人逊色不少。赵婷对他的不自然不加理会，仍旧热情大方地给他递了筷，盛了饭。妹妹在旁边不停地介绍小伙子的情况。原来他是一名程序编写员，虽然收入不菲，但终究不是一个做大事业的人。

吃完饭后，那个男人跟赵婷进了厨房。他说，你做了饭，就该由我洗碗。说得那么自然，没有殷勤也没有做作。赵婷说，好吧。她为他系上围裙时，嘴角浮起了一抹笑。和以前那些只会在沙发上看她忙碌，嘴却不停地夸她的男人相比，这个男人，让她感动许多。

后来，赵婷和这个男人结婚了，生活得很幸福——他们会一起上市场买菜、会花上半天的时间在超市散步，为买一件用品吵个不停。赵婷也可以打着饱嗝靠在沙发上看电视。这种带着烟火味的生活，才是一个女人应该享受的。

哪个女人不希望自己是童话里的白雪公主，有一天被一个骑着白马的

