

天下女人



抒弘◎著
完美爱情三部曲，
从了解爱、了解自己、了解他开始。
在美妙的爱情旋律中，一步步迈向幸福的彼岸！

NVREN DE AIQING SHUI ZUOZHU



女人^的爱情谁做主

女人爱情谁做主

抒弘◎著



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

女人的爱情谁做主 / 抒弘著. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社,
2010. 7
ISBN 978 - 7 - 5484 - 0016 - 5

I. 女… II. 抒… III. 女性—爱情—通俗读物
IV. C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 032156 号

书 名: 女人的爱情谁做主

作 者: 抒 弘 著

责任编辑: 邢万军 丛海波

特约编辑: 钟兴莲

责任审校: 陈大霞

装帧设计: 艺和天下

出版发行: 哈尔滨出版社(Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号 邮编: 150090

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京市文林印务有限公司

网 址: www.hrbcbs.com www.mifengniao.com

E-mail: hrbcbs@yeah.net

编辑版权热线: (0451)87900272 87900273

邮购热线: (0451)87900345 87900299 87900220(传真) 或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451)87900201 87900202 87900203

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 20.5 字数: 277千字

版 次: 2010 年 7 月第 1 版

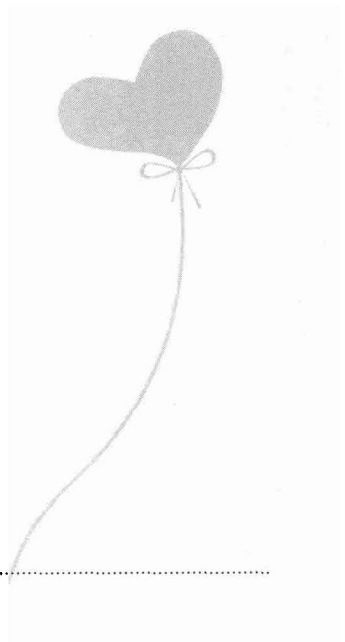
印 次: 2010 年 7 月第 1 次印刷

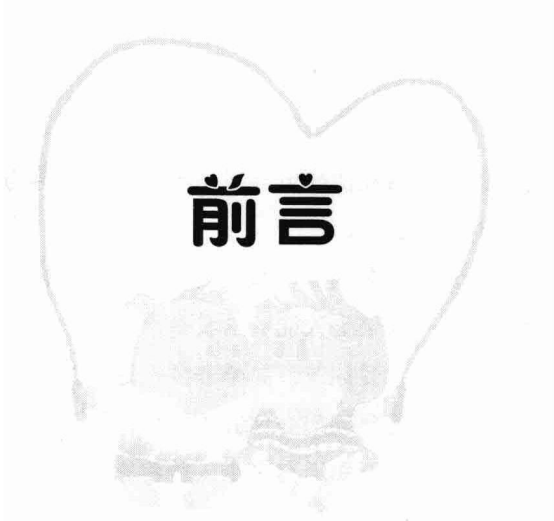
书 号: ISBN 978 - 7 - 5484 - 0016 - 5

定 价: 29.80 元

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。 服务热线: (0451)87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所





前言

有一种感觉，总是在失眠时才承认是相思；
有一种缘分，总是在梦醒后才承认是永恒；
有一种目光，总是在分手时才看见是眷恋；
有一种心情，总是在离别后才明白是失落……

这就是爱情，让人向往，让人疑惑，让人疼痛，又让人迷恋的一种感觉！爱情从来不是种理智的东西，再理性的人也会为它着迷，因它迷茫，甚至因它癫狂。如果把爱情比喻成一个寻宝游戏，那么可以说很多人可能都不知道该从哪里出发，该往何处去。即使能找到方向的人，也难免会空手而归。爱情真是个奇怪的东西，要是有个向导，不知道我们能不能更容易找到幸福的宝藏。

好莱坞导演就给了我们这样一个爱情向导。在电影《The Last First Kiss》（中文名：《全民情敌》）中，威尔·史密斯一改他的英雄本色，扮演了一位纽约城中的传奇人物——约会专家希什。他凭借自己多年在情场上摸爬滚打的经验，总结了一套爱情战术，他帮助那些在爱情中迷失自我的男人走出困境，纽约许多对新人都在他的秘密撮合下步入了婚姻的殿堂。你是不是也感叹这位专家的神奇？是不是也想要结识一位这样的专家？即使你不承想让他把你变成恋爱高手，但应该也希望能在他的帮助下赢得你心仪的那位的青睐吧。

我们之所以这么迫切地需要一个爱情指导专家，是因为爱情总让我

们受伤。而我们之所以总在情感世界里伤痕累累，是因为我们对爱情不够了解，对自己也不够了解。

“曾经有一份真诚的爱情放在我面前，我没有珍惜，等我失去的时候，我才后悔莫及……如果上天能够给我一个再来一次的机会，我会对那个女孩说三个字：‘我爱你’，如果非要在这份爱上面加一个期限，我希望是一万年。”这段台词想必你并不陌生，这是《大话西游》中一段刻骨铭心的恋爱告白。不知道有多少人曾将它当成自己爱情经历的总结，但是在茫茫爱情海洋中，仍然不止一个人在迷茫。究竟什么是爱？爱又应该如何去表达？女人应该如何把握自己的爱情？在情爱的道路上，谁也不想当那个牺牲品、受伤者。那么，女人的爱情究竟该由谁来做主？

据国外学者研究证明，在婚恋过程中，女性其实占据着主导地位。也许你会觉得难以置信。研究者发现，其实在现实生活中，男人并不占有掌控爱情的先机，只有当女人给予了他们适当暗示之后，他们才会认识到自己“有戏”，当然也只有这时，他们才可能发动“进攻”。

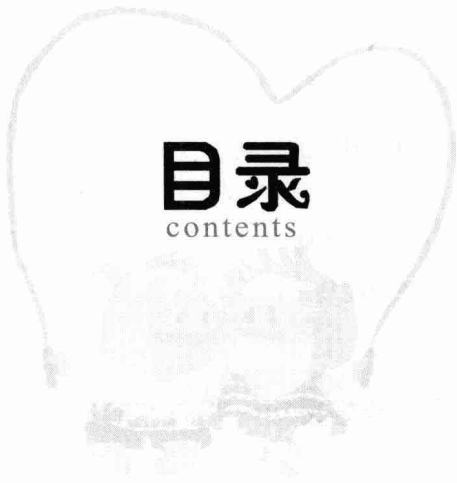
既然女人把握了爱情的先机，那为什么女人却没在爱情里始终占主导地位，而是常常成为婚恋中的受伤者呢？这就与女人的婚恋观以及女人的爱的本质有着密切的关系了。当然传统观念、社会态度、生存环境等原因也是导致一些女性朋友婚恋失败的原因。究竟女人该如何走出伤痛的泥沼？如何掌握爱情的主动权？如何享受美满的爱情生活……本书专门为女人的爱情谱写了“爱情三部曲”——爱情前奏曲、爱情进行曲及爱情疗伤调。每一部分都凝聚了编者的心血。我们别无他求，只希望它们能带你穿越爱情的障碍，走过爱情的艰险，一步步向幸福靠拢。

追求爱情是每个人都有的权利，每个女人都会期待有一次浪漫的恋爱机会，有一个完美幸福的婚姻。但人生无处不存在挑战，婚恋生活亦是如此。面对诱惑、面对责难、面对生活的挑战时，我们又该何去何从？在进行爱情抉择之时，我们该如何衡量？是拼命去众女口中争夺“钻石王老五”呢，还是用心去挑选一个“经适男”？当你锁定了恋爱

目标后，又该如何让它生根发芽？当好不容易确定一段恋爱时，我们又该如何去珍惜、去经营我们的爱情后花园？这些都不是毫无意义的说教。因为，正可能是你认为微不足道的那点儿小细节，或者是你根本没有认识到的小问题，却像蝼蚁一样在你们的爱情大堤上筑了巢。因此，一个小小的冲击就会让它一溃千里。当你伤心欲绝的时候，你是不是也想说一句：“如果上天能再给我一次机会，我会对那个人说三个字‘我爱你’，我会好好珍惜……”但只能遗憾地告诉你，世界上真的没有如果，世界上也没有后悔药、忘情水之类的解忧剂，爱过就会在一生中留下难以抹去的印记。如果可以的话，你最好还是该去了解爱情，不仅去了解它能给人带来的喜悦，也要去了解它可能会带来的悲伤、忧虑和负担。毕竟有笑有泪的爱情才能算做是真正的爱情啊！

每个女人都应该珍藏一份爱情信仰，即使宇宙重回洪荒，也要相信，只要还有爱、还敢爱，世界就会再度升起太阳！

在本书写作过程中，董晓玲、刘东颖、姜文洁、兰雪燕、刘菲菲、高柏萍、刘云涛、董燕、丁明拥等各位老师提供了一些很好的建议，给予大力协助。孙建中、马宝民、那丽丽、张高志、卢洪佳、刘梦伟等老师不辞辛苦，对本书进行审校，在此一并表示诚挚的感谢。



目录

contents

第一部分 爱情前奏曲

爱情需要一段准备期，我们把它称为爱情的“前奏曲”。有人可能会觉得现代人在谈爱情的时候好像都表现得很务实，他们会说些诸如“把握现实”、“不在乎天长地久，只在乎曾经拥有”的话来。表面上看，他们个个都是情感专家，个个都能看穿情海，而实际上很多人根本不懂什么是爱……

第一章 恋爱，你准备好了吗

/ 3

社会学家索罗金在他的著作《爱之路与爱之力》的前言里这样说道：“人类的大脑，虽然善于感知，却极不愿意承受爱的力量。爱在人们看来是幻想，被人们冠以‘自欺欺人’、‘大脑的鸦片’、‘过于理想化’、‘不合科学’等等罪名……”

看看我们的婚恋观	3
“爱”——你究竟懂多少	9
明确你的恋爱动机	18

关于“喜欢”和“爱”的问题	22
爱就要不怕伤害	27
你能为爱付出的底线在哪里	33
爱情该不该“骑驴找马”	43

第二章 出击前请选好目标，明白你的口味 / 51

爱是一条长长的路，它跟你的生命一样长，甚至超越你生命的长度。可在这条长长的路上，有的女人一路坚持着，即使背囊里装的并不是什么好果子，可是当她们把背囊埋在土里，多年后也能长出一片桃林，结出一颗颗鲜美无比的桃子……

男性朋友、男朋友、老公是这样区别的	51
找个“潘安”当男友？	57
有些男人打死都不能要	62
这样的男人最抢手	70
发现一只“潜力股”	79
“钻石王老五”之优劣分析	84
“经适男”成为现代女性择偶新宠	90

第三章 爱情攻略之“知己篇” / 95

女人年轻的时候，一般有两种式样的爱情，一种是那种高烧100度的高温爱情，一种是长久低烧的爱情，你老是在想他爱不爱你，就这么耗着，耗到你筋疲力尽；但能给女人幸福的不是高烧也不是低烧，而是这种36度8的爱情，恒温，平和……

逃不开的千千结——你爱不爱我	95
女人骨子里的“坏”天性	100
“公主病”你犯了吗	108
30岁前一定要将自己嫁出去?	112
如何看待女人的爱	116
女人，了解你真实的需要	121
分开，是想要被挽留	124

第四章 爱情攻略之“知彼篇”

/ 127

托尔斯泰在《童年 少年 青年》中这样写道：
“积极的爱，就是渴望满足爱人的一切需要、一切愿望、怪癖、甚至缺陷。像这样爱着的人们，他们的爱始终不渝，因为他们爱得愈久，他们愈了解爱的对象，就愈容易去爱……”

他们眼中的完美女人	127
男人为什么总撒谎	132
90%的男人期待有一次艳遇	138
男人如是说：“最烦的女人是这些……”	142
出轨并不是我的错	145
男人也有“那几天”	151
男人是贪心的动物——男人的需要	155
男人永远在乎你的过去	159

第二部分 爱情进行曲

恋爱过的人 would 知道，酝酿爱情的那段时间并不是最艰难的，真正艰难的是相处的这段时间。爱情如鸟，有双翼，一翼是男，一翼是女，除非两翼健壮并以共同的力度来推动它，否则，这只鸟不能飞向天空……

第五章 把自己打造成爱情故事中的“抢手货” / 167

爱情来得早还是晚，也许真的要靠缘分，但也不能全依赖缘分，缘分能帮助我们相遇，却不能保证我们相爱。身心都作好接纳爱情的准备的人，恋爱成功的机会才会大大增多，所以你首先要做的就是修炼自己的个人魅力……

她们凭什么找到好男人	167
做个“独立”的女人	171
女人该拥有的高情商	175
佛是金装，人是衣装	179
耍点儿“坏女人”的小心眼儿	182
做个不吃力就能讨好的小“娇”娘	189
女人，如何让自己更有诱惑力	193

印度哲学家奥修如是说：“爱是一种非常容易凋谢的花，它必须受保护，它必须被浇灌。唯有如此它才能变得强健。”天底下哪有免费的午餐？没有经过准备，没有用心经营过的爱情怎么能天长地久……

恋爱其实是一场攻心战	197
给彼此一个机会	202
精心打造初次约会	206
给他点儿爱的“小甜头”	211
不要当爱情里的奉献“女神”	214
“熟女”的恋爱秘诀	218
别把青春放在等待上	222

女人总是期盼爱情能在浪漫中天长地久，可惜这确实是个奢望，因为爱情终归要回归于平淡。爱情如果不落实到穿衣、吃饭、睡觉、工作这些实实在在的生活中去，它就很难长久。因此聪明的人即使心中有爱，也懂得管理它、约束它，不让它妨碍重大的事业……

该不该当那个“管家婆”	225
不当婚姻中的“黄脸婆”	229
和“老公”相处的艺术	232

他是风筝，你只要拉好那条线	235
别在爱情的病毒中沦陷	238
不要当婚恋中的无性主义者	242
别当爱情中的“怨妇”	248

第三部分 爱情疗伤调

醉过方知酒浓，爱过方知情重。没有谁能保证自己绝对不会在情海中受伤，即使是情场高手也不能确保自己没有翻船的那天。莎士比亚说：“弱者啊，你的名字是女人！”如今的女人在事业上也许能大胆地说：“我不弱！”可是在情感世界里，我们仍然是个弱者……

第八章 离别应该知道的那些事儿 / 255

其实不想走，其实我想留，留下来陪你每个春夏秋冬……”这透着多少失恋人的心酸。找一个值得信赖的人朝朝暮暮厮守一生，这是多少女人的期盼，但上帝往往不会让初尝禁果的人如意。到了离别的时候，有些事可能你还被蒙在鼓里，有些话可能你还不知道它的真实含义，你也许还不习惯一个人将要走过的那些岁月……

为什么说“分手”	255
----------------	-----

你是否正在爱情中“自虐”	258
你其实没那么爱他	261
“围城”内的谎言与秘密	264
那些女人最怕的问题	267
一个人过日子时该明白的那些事儿	270

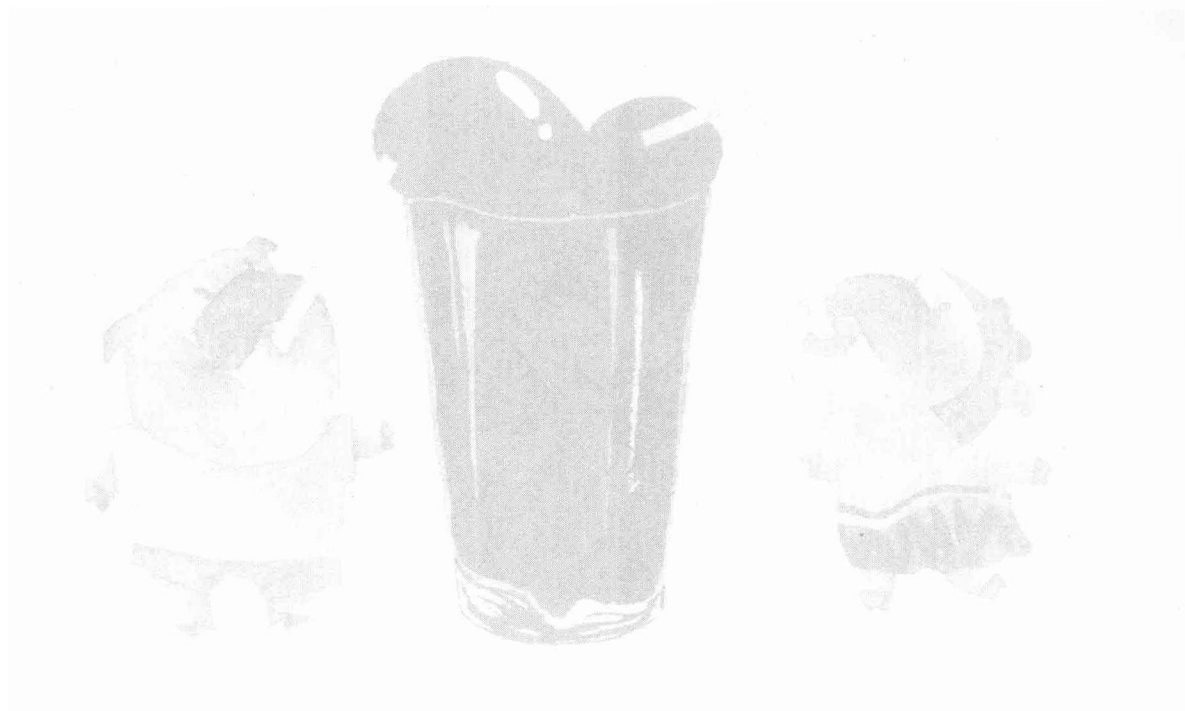
第九章 敷好爱情的疗伤膏 / 273

一群人围坐在一起讨论现代人做什么最冒险。登山、滑雪、极限运动……说什么的都有，但没有人能够说服对方自己所说的是最冒险的。其实，现实生活中感情才是最大的冒险，而且在任何时代、任何人身上都如此……

分手的最后一秒是这样过的	273
女人不恋爱的“阿Q”守则	276
给爱一段“守丧期”	279
失恋后应该这样……	282
女人该如何走出失恋的阴影	285
比恋爱时活得更好	290

附录 恋爱小测试 / 295

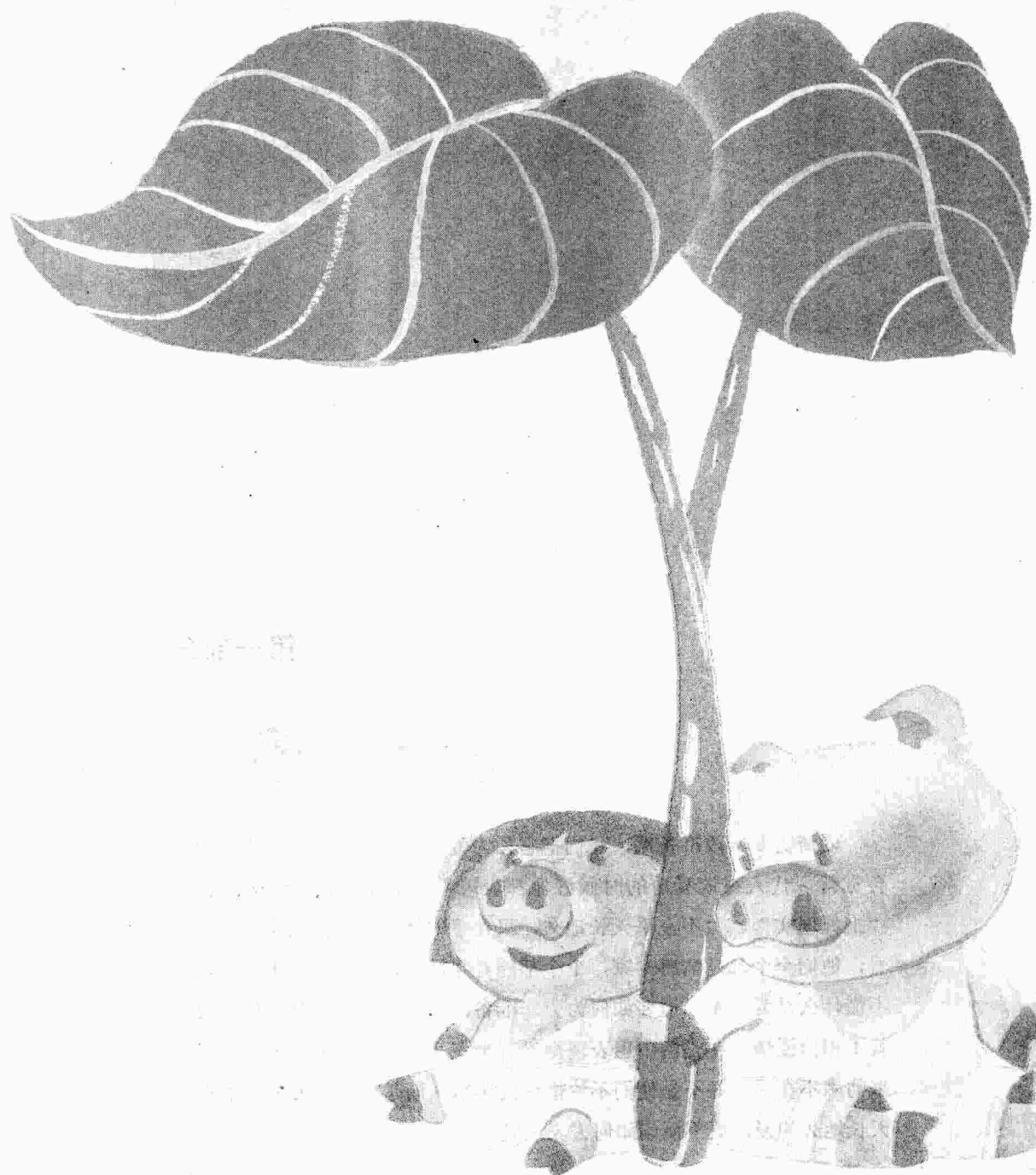
你的爱情什么时候来	295
你的恋爱心理正常吗	299
测试你一生中会爱上几个人	304
你恋爱中的隐性杀手是什么	310



第一部分

爱情前奏曲

爱情需要一段准备期，我们把它称为爱情的“前奏曲”。有人可能会觉得现代人在谈爱情的时候好像都表现得很务实，他们会说些诸如“把握现实”、“不在乎天长地久，只在乎曾经拥有”的话来。表面上看，他们个个都是情感专家，个个都能看穿情海，而实际上很多人根本不懂什么是爱，不知道要如何为爱作准备，要如何去爱，甚至他们根本就不相信爱情，在爱情中也表现得没有半点儿自信。失恋时他们表现出来的满不在乎，并不是他们不珍惜这段感情，而是他们不敢奢望能拥有天长地久的爱，更不懂该如何去表达爱。



第一章

恋爱，你准备好了吗

社会学家索罗金在他的著作《爱之路与爱之力》的前言里这样说道：“人类的大脑，虽然善于感知，却极不愿意承受爱的力量。爱在人们看来是幻想，被人们冠以‘自欺欺人’、‘大脑的鸦片’、‘过于理想化’、‘不合科学’等等罪名。也许有一条理论试图证明爱有助于决定一个人的性格和行为，可以影响生理、社会、道德以及头脑方面的进化，可以影响历史事件发展的趋势，而且有利于形成社会制度和文化体系，我们却总是对它不大相信。”那么，准备恋爱的你，是否相信爱能给你的生命带来积极的影响呢？



看看我们的婚恋观

爱情就像存在银行里的一笔钱，能欣赏对方的优点，这是补充收入；能容忍对方的缺点，这是节制支出。

—— 三 毛

我的爱情像煲汤——感情要慢慢升温，不要一下子烧到100度。就像我们煲汤一样，你要用慢火去煨这个汤，到最后喝的时候就会有一种特别醇美甘甜的味道。

—— 蒋勤勤

一千个人有一千种表达爱的方式，也有一千种恋爱观。哪一种恋爱观更能得到你的青睐？还是你自己也不知道，或是想把它们融合。

从影视作品看我们的婚恋观

婚恋，是电影的永恒题材，甚至可以说是最大的一个题材。人类的婚恋行为从最普通最常见的到最畸形最变态的，从最纯洁最无私的到最无聊最猥琐的，几乎都在电影中有所体现。有人爱得狂热，有人爱得寂静；有人爱得皆大欢喜，有人爱得众叛亲离；有人爱得身心愉悦，有人爱得精疲力竭……婚恋中的悲喜交加在影视作品中都有相当充分的阐释。每一部爱情电影都会向我们展示一种或多种婚恋观，透过银幕，我们看到的可能就是自己的婚恋观。

1. 奉献的英雄主义婚恋观。在电影《卡萨布兰卡》中，我们就遇到了这样一位“英雄”——里克。为了反法西斯大义，他放弃了自己的爱人。也许你还记得在影片结尾时，里克那炙热的眼神，里面充满了坚毅、爱和包容。也许你会被凄美的爱情氛围感染，也许你还会替他们叫屈，但最后你会明白，爱不应该是自私的，它需要奉献，需要等待，也需要包容！

2. 一见钟情式的浪漫婚恋观。《泰坦尼克号》，这是历史上最惨痛、最悲壮的海难，但它却成就了一首惊世骇俗的爱情悲歌。一见钟情式的爱情故事是电影中永恒的主题，但没有多少作品能像《泰坦尼克号》那样令人震惊。露丝和杰克之间短短三天的爱情，震撼了每个人的灵魂。缘分也许来得容易，但刻骨铭心的爱情绝对是要用生命才能诠释的。

3. “平平淡淡才是真”的婚恋观。激情过后，剩下的永远是平淡，只有平淡才是生命永恒的轨迹。在《东京日和》里，没有激动人心的曲折情节，没有激情四溢的性感场面，只有淡淡如冬日和暖阳光的夫妻生