

JIAOYANG

焦阳 著



恋爱要狠

让天下女人会爱、擅爱、收获爱、享受爱

婚姻要稳



恋爱要狠



婚姻要稳

图书在版编目 (CIP) 数据

恋爱要狠婚姻要稳 / 焦阳著. -- 北京: 中国画报出版社, 2011.11

ISBN 978-7-5146-0219-7

I. ①恋… II. ①焦… III. ①恋爱—女性读物②婚姻—女性读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第216666号

恋爱要狠婚姻要稳

出版人: 田 辉

作 者: 焦 阳

责任编辑: 齐丽华

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编: 100048)

电 话: 88417359 (总编辑室兼传真) 68469781 (发行部) 88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: cpbh1985@126.com

经 销: 新华书店

海外总代理: 中国国际国书贸易集团有限公司

印 刷: 北京彩眸彩色印刷有限公司

监 制: 敖 晔

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 8.5

印 次: 2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5146-0219-7

定 价: 28.00元

版权所有 翻版必究



恋爱要狠 | 婚姻要稳

第一章 修行被爱的能力

爱之初，恋之切，女人往往以为面对爱情，最紧要的是修行爱的能力，如何去谋爱去读懂男人心，几番爱而不得之后才惊觉学反了，其实最该学的是修行被爱的能力，要他学会如何取悦你、善待你，要他修行如何相知相惜相守，这才是四两拨千斤的小女人大智慧，这才是绕指柔赢了百炼钢的超能力。

艳遇催熟不了爱情 / 005

爱上是最好的忘 / 008

要想嫁你可千万别买房 / 010

跟男人比妖娆，跟女人比幽默 / 013

别为了情分丢了本分 / 015

作女才是爱情霸主 / 018

守望而不相助 / 021

是底裤还是底气 / 023

谁敢跟你去私奔 / 025

爱情最好无人见证 / 028



临时情人，不过一片创可贴 / 031
宁为瓦全，不为玉碎 / 033
偶像剧，AV看 / 036
女上司就是职场剩女 / 039
女人一生一定要做一次负心女 / 041
桃色断供，让他学会为情爱成本埋单 / 043
做个心机女，虏获A等男 / 045
真金也怕火炼，真情也怕检验 / 048

第二章 消费爱情VS消化爱情

消费爱情往小了说，是动机不纯，非爱因素占了感情的大半江山；往大了说是居心不良，压根儿就是坐地起价的情感商贩一枚。想消费爱情的财迷心窍者，请拿冰水泼醒自己，假钞从来只能为自己的愚蠢埋单。当你爱情在握，却不知道如何下嘴，我告诉你，华山还有一条路——“消化”男人。爱男人不如哄男人，哄男人不如吓男人，吓男人不如——消化男人。感情事就得是好吃好消化，花掉的钱才是真正属于你的财富，被消化吸收的男人才是完全属于你的宝藏。

消费爱情的人终究被消遣 / 052
“消化”男人 / 055
男人这件衣裳 / 058
情敌都是优等生 / 060
与其怕“贼”偷，不如让“贼”惦记着 / 062
改变男人，不如改变对男人的期望值 / 065
允许我不嫁，但不准你不娶 / 068



小心沦为“倒数第二任女友” / 071

偷是男人的专科病 / 074

你要为它破茧成蝶 / 077

吃不到白葡萄是甜的 / 080

蜗牛OR犀牛 / 082

训男人不如驯男人 / 084

最合衬的爱有如粪土 / 087

善始是本质，善终是品质 / 090

纠缠到终老 / 093

第三章 用性福检验爱的PH值

男女之间，最大的情分是在床上。床上的男女，卸去先生、主妇那些盔甲头衔，没了盈亏的利益计较，讨好迎合处处周全，把最隐秘最美好的自己与对方共享，纯粹到只是肌肤之亲，意气相投。这样的性福是绕指柔跟百炼钢的难分难舍，是你中有我的不离不弃，是检验出爱的PH值的最佳道具。一句话，如果爱，你的胸前就是他唯一的家。

一个熟女对杜蕾斯的解读 / 096

A货男人你要不要 / 098

床下问题，床上解决 / 100

女人看男人的胸 / 102

床品好才是真的好 / 105

男色是女人要学会品尝的一道荤菜 / 107

A片无罪 / 109

情史≠床史 / 112

男人要物尽其用 / 115
床勾 / 117
上半身出轨 / 120
满口都是SEX的人其实不懂SEX / 123
出轨后遗症 / 125
情分是睡出来的 / 128
睡得好，是女人最大的福利 / 130
引咎下床 / 133
心上人OR枕边人 / 136
上半身投资，下半身投机 / 139
聪明的女人要先下床 / 142
无欢不爱 / 145
幸福不在厨房就在卧房 / 148
左手杜拉斯，右手杜蕾斯 / 151
别拿身体Say Sorry / 153
后戏才是爱情戏 / 156
穿过你的身体的我的手 / 159
上床是件交换灵魂的事 / 162

第四章 做个限量版女人

身为女人，你可能一辈子也拥有不了卡地亚、爱马仕，但可以拥有一张限量版的唱片，限量版的口红，限量版的仔裤，让自己活得越发精致、越发优雅，凌厉的生活刁难不了你，优渥的生活驾驭不了你，任世事纷扰，你悠然其中。这层境界，弥足珍贵，堪称限量版中的限量版。做个限量版女人，生活不敢小觑你，男人不能不觊觎你，就连爱情，也要对你抛出媚眼，把你当成至尊宝。

一流的丑妆 / 166

要学会给自己一个柔软的理由 / 168

墨迹 / 70

感动是一个人的独角戏 / 172

浪漫是个贬义词 / 174

宁可被憎不可被怜 / 176

女人的钱太好赚 / 179

最时尚就是拒绝购物 / 181

无公害单身 / 183

香车情缘 / 185

女人的酒文化 / 187

窝边草之鲜嫩丰美 / 189

动漫力量 / 191

一不小心弄脏的情感白皮书 / 193

金龟女干掉丰乳肥臀 / 195

男蜜本无邪 / 197

明天的明天，你是谁 / 199

人所不欲，勿施于己 / 201

做个限量版女人 / 204

第五章 把幸福喂养成一条熟门熟路的狗

你把幸福当成图腾来膜拜，它就高高在上，偶尔怜悯施舍你一二，更多时候，它身娇肉贵的两耳不闻窗外事，哪里管得了你的五脊六兽；你把幸福当恩公，它就把你当奴才，人五人六，呼来喝去，你出了力也没能讨个好；最妥帖之计，你把幸福喂养成一条熟门熟路的狗，打一巴掌给个甜枣，该调教就调教，能用它就别惯着它。所以，幸福

绝对是门技术活。这不是教你诈，实在是因为，幸福还真有点“狗脾气”，你端着，它就躬着，你驯着，它就忠心耿耿，一辈子追随你，不离不弃。

- 你的婚姻要几成裸 / 208
- 婚姻准入，是也，非也 / 211
- 你在哪儿啊 / 216
- 吐司之吻 / 218
- 谁会爱上一块莫桑石 / 221
- 假如婚姻的有效期为十年 / 224
- 千万别中了细节的毒 / 226
- 为他藏起一半的爱 / 230
- 你能为自己的艳遇成本埋单吗 / 234
- 通胀下的爱情增值法 / 237
- 聪明女人只做妻子不当主妇 / 239
- 不做主妇的妻子，才能打造出优质婚姻 / 242
- 问题女子永远选择过新鲜生活 / 244
- 你愿意为爱丑陋一回吗 / 248
- 做不好夫妻做邻居 / 251
- 让男人沦为结婚狂 / 257
- 与男人谈情，对自己说爱 / 260

Chapter 1

修行被爱的能力

爱之初，恋之切，女人往往以为面对爱情，最紧要的是修行爱的能力，如何去谋爱去读懂男人心，几番爱而不得之后才惊觉学反了，其实最该学的是修行被爱的能力，要他学会如何取悦你、善待你，要他修行如何相知相惜相守，这才是四两拨千斤的小女人大智慧，这才是绕指柔赢了百炼钢的超能力。



恋爱要狠 | 婚姻要稳



你跟爱情有仇吗

表妹常来找我当情感消防员，明艳少妇一开口就沦为怨妇：痛诉老公早出晚归，老公跟别的女人聊电话超过三分钟她就要发飙，最让她忍无可忍的是，自家空调还不制冷呢，他居然跑到对门一个单身女邻居家去帮着修理不出彩的电视，NND，这日子简直没法过了！

我打量表妹，她身上的裙子是今夏最新款的，睫毛一丝不苟刷得翘翘的，眼神明亮，说话中气十足，怎么看都不像是个“这日子简直没法过了”的女人。

我当时脑子短路，顺着她说了句：离就离吧，反正你头上一朵花还开着呢，早离早安生。表妹拍桌而起，你是我姐吗，不帮我一起对付那个臭男人，还出馊主意！我冤啊，这主意不是她拿的嘛！

又一日，女友打电话约我喝茶，茶刚喝了一口，她眼泪就下来了。原来，女友跟男友的感情一直不温不火，既没奋斗到扯证地步也没沦落到分手境况。可女人的青春太值钱，一蹉跎就岁月如菜刀，刀刀催人老了。女友想了一损招，咬咬牙破点财，往男友手机里悄悄安装了监听器，用来

Chapter 1 修行被爱的能力

检测男友的“忠诚值”，他忠诚了她就主动求婚，要是个花心男，她就趁早撤退。

可纸里终究包不住火，男友把“闹鬼”手机撂她面前，一同撂下的还有他为了给她个惊喜“暗箱”操作中的钻戒、婚庆事宜、酒席安排等“物证”，男友提出分手，他容不下潜伏在自己身边的女卧底，女友彻底傻眼。

这貌似山寨版电视剧的情节把我唬得一愣一愣的，脱口而出，你跟爱情有仇吗？

细细算来，跟爱情结仇的女人还真不在少数。

最典型的是因爱成仇。都是因为太爱他了，所以一不留神就放纵了患得患失的作祟心理。得爱情易，守爱情难。当自己的处境从被男人追逐颠倒成追着男人跑时，心里不慌脑子里不乱那是假的。男人总是自己的好，可好男人就得提防被别的女人惦记着，老话儿怎么说来着，不怕贼偷，就怕贼惦记啊。当自己势力范围内的男人一旦在别的女人那儿成了狗头金，或者有升值为狗头金的可能性，女人这心就开始闹腾了。爱来爱去就爱成了仇，症状轻的就如我那表妹，常把老公当靶子，挑刺、吃醋、泼辣，找个事端就要大闹三百回合，提离婚她先急眼，她就是因爱成仇的典型个案，爱谁就跟谁过不去，不折腾折腾，不吵吵闹闹，就觉得这男人不是自己的。

还有一种是辨不清是爱是仇的。明明是打着爱他的鲜明旗帜去的，口号也响亮，捍卫爱情！但手段有点不地道，比如偷偷检查男人的钱包、手机短信、QQ聊天记录，没事穿得像个孔雀似的去男人单位或聚会上



恋爱要狠 | 婚姻要稳

火力侦察，甚至如我那女友，给男人来个手机监听，以为这样就能天下本无事了。其实不然，如果男人真没有那出墙的心，您这不是庸人自扰？吃饱了撑的给自己找个假想敌斗乐子；如果男人真是出轨人士，他也早作好了两手准备，一是继续糊弄你，二是提分手。您那点儿暗查暗访行径能对付得了他哪一手准备？

当你觉得这份爱难为了他或难为了自己时，问一句，你跟爱有仇吗？

你跟爱有仇吗？如果你觉得自己守着这男人，天天被城外的“贼”惦记着太累，那好办，把注意力从男人身上转移到自己身上，花费精气神和一些钱财，把自己捯饬成被城外的“贼”惦记着的女人。女人并不是因为青春一大把才招人青睐招人爱，成熟女人的优雅气质，独特的女人味，这些才是无价宝，拥有了这些的你，不但被城外的“贼”惦记着，城里的他且自告奋勇地当护花使者呢。

你跟爱情有仇吗？假使你对这段爱情把握不定，对男人的心琢磨不透，那也千万别舍近求远地像报复仇人一样寻找他不忠于爱情的蛛丝马迹，再拿着鸡毛当令箭地跟他吵闹成仇人。当面和他沟通岂不更省事，如果他言行不一，如果他惯于把你排在事业、家人、朋友、爱车、网游等等的后面，那你就心问口口问心地问问自己，这样的爱情能有多长的生命力？有了标准答案，该留该走，一目了然，那点无用功更是派不上用场了。

你跟爱情有仇吗？没有的话，那就抖擞精神，跟男人在爱情里结下不是仇人而是爱人、亲人、战友的情意。你见过仇人相见分外眼红、兵戈相向的，可曾见过爱人、亲人、战友绝情绝义的，爱情的长久与否，就在你的一念之间。

Chapter 1
修行被爱的能力



艳遇催熟不了爱情

她以为，艳遇这种太韩剧的桥段，永远不会发生在自己身上。直到遇上他，一个眼神内敛、唇角弧度优雅、只穿粉色系衬衣的男子。他的出现，就像是一出本末倒置、章节奇险的爱情剧。

是在飞机上相识的，她第一次单枪匹马地出差，第一次怯怯地乘飞机，第一次体会到单身的薄凉。一本言情小说刚翻到男女主角相遇，飞机就颠簸起来，是遭遇到了强气流。

在她惊慌失措间，一只温暖干燥的手掌握住她，那力道多一份是暧昧，少一分是牵强。他引导她聊天，给她安宁的笑容，稀释她的恐惧，分担她的不安。她想，哪怕以这样的姿势坠落，她也不再是孤独的。

她期待着与他的下文，渴望这场艳遇能修成正果。接下来的日子里，她一度怀疑自己的手机坏掉了，不然，怎么会没有他的电话打来。终于，来电响起，是他，约她见面，她的心立刻像一只扑棱棱的鸟儿，瞬间便轻盈地跃上枝头。



她遇到了一个更大的难题，她满满的衣柜里竟然没有一件可以见她穿的得体衣裙，她的唇膏不够明媚，脸色欠缺红润，她就在这样的辗转懊恼下出了门。她甚至红着脸换上一套很风情的内衣，内衣的名字叫维多利亚的秘密，她更希望，他能是她最盛大的秘密。

他早早到了，殷勤地帮她点饮料、小蛋糕，体贴地选择一些适合她的话题交谈。可是，她依然觉察到了他的心不在焉，他会用吃蛋糕的银匙去搅拌咖啡，跟她聊班瑞特音乐时眼睛总飘向窗外，总之，他有心事。可她宁愿相信，他的若即若离是因为，近情情怯。

一连三次的约会都无疾而终，她有点泄气和懊恼，却接到他语速明显激进的邀约电话。

一切程序都如上，她谨慎地挑选衣饰，得体地举止浅笑，到底还是有些不同了，他谈吐时欢快的手势，热烈的眼神，蓬勃的态度，甚至是他身下那张正在一寸寸缩短彼此距离的金属椅，都让她听到爱情脚步的来临。

突然，一个凌厉的女子出现在他们面前，劈手给了他一记生脆巴掌，恶狠狠地抛下一句咒骂掩面而去，他仓皇追出去，竟然不曾回头。局外人一般的她，玻璃人般被凉凉地抛下。

她毫无方向地徘徊在临街的橱窗，短信提示音响起，对不起，我借用这场艳遇，成全了我渴望已久的爱情。

她笃定自己是这场艳遇的女主角，却不想，滑稽地成了别人爱情里的不堪配角。望着玻璃橱窗，她努力想看清楚自己的样子，可她越是睁大眼睛，面前的景象就越是斑驳。

Chapter 1 修行被爱的能力

她明白了，艳遇，实在是一件法力有限的事，好在她并没有想象的沮丧疼痛。转身，她的背影坚决而清澈，只一闪，便融入前方鲜活而生动的人流中，再也找不到了。



恋爱要狠 | 婚姻要稳



爱上是最好的忘

女友闹失恋，买醉、旅游、调换工作，一一试过，效果不明。几个月后再见时，伊人两颊露出健康明媚，谁都能看出那不是胭脂的效果。她低首，我恋爱了，还是和他。我脱口而出，为什么？她一副了悟态度，既然无从忘记，不如，再次爱上他。

咀嚼女友的话良久，才体会到，她于感情事，已然是涅槃再生了。

平常人的爱情，离电影、小说情节还有一段不小的差距，绝症把戏、生死攸关、陷阱倾轧太过突兀遥远。家常的爱情，总不过是从人为的浪漫制造循序渐进到凡俗的家长里短，几乎逃不脱彼此之间能力的较量，性格之间的覆盖，个人习惯的渗透。所以，爱一个人爱到后来，往往是跟他与生俱来的气质、环境和习惯打擂台，输了的女人，往往很有挫败感地离开。

可造化往往弄人，即便下一场爱情如人所愿地急速展开，可激情褪去后，依然要面对如上种种的磨合。过招在所难免，赢了步入礼堂，输了，就再次离开吗？这真是个令人百转千回的千千结。