



一个人努力工作，一个人努力生活，但是，幸福需要两个人共同经营。

30岁前 要结婚

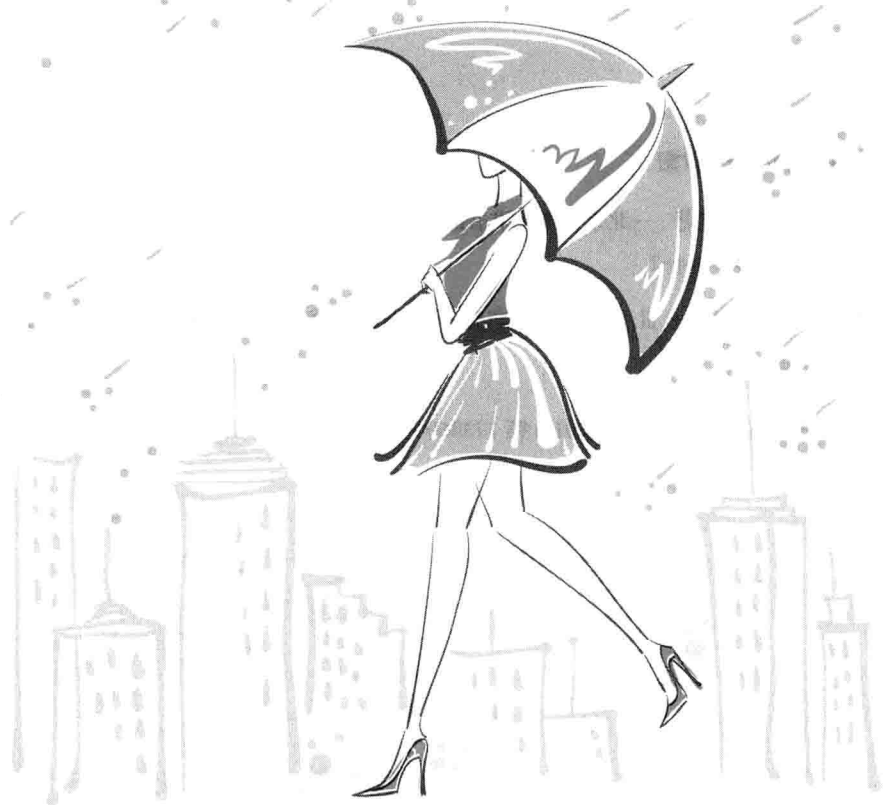
徐黎◎著



从一个人**孤孤单单**到两个人**相亲相爱**的幸福 **6** 步曲

献给每一个渴望美好婚姻的女孩

商务印书馆国际有限公司



30岁前 要结婚

徐黎◎著



商务印书馆国际有限公司

图书在版编目(CIP)数据

30岁前要结婚 / 徐黎著. —北京: 商务印书馆国际有限公司, 2013.9

ISBN 978-7-80103-814-2

I. ①3… II. ①徐… III. ①女性—恋爱—通俗读物②女性—婚姻—通俗读物 IV.
①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第173360号

30岁前要结婚

作 者 徐黎

出版发行 商务印书馆国际有限公司

(地址 北京市东城区史家胡同甲24号 邮编 100010)

(总编室电话 010-65592876 市场营销部电话 010-65598498)

经 销 全国新华书店

印 刷 北京信彩瑞和印刷厂

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 16

字 数 218千字

版 次 2013年10月第1版第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-80103-814-2

定 价 29.80元

版权所有 • 侵权必究

如有印刷质量问题, 请与我公司联系调换。

女孩们，请在正确的时间做正确的事

女人的幸福在哪里？

答案有很多，亲人，事业，爱情，家庭，孩子……女人的生活应该是五彩缤纷的。

20几岁，女孩温润、美丽，期待完美的爱情，渴望幸福的家庭，向往体贴的人来呵护自己。到了30岁，就是分水岭了，是“该结婚而未结婚”的分水岭。

30而嫁，是天经地义的事。

30岁，不是守着电视看韩剧鼻涕一把泪一把的年纪；30岁，不是大叔、正太分不清，还怕路人甲乙丙丁盯着看的年纪；30岁，是比自己小两辈的女孩儿都在恋爱的年纪了。

23岁的男孩，还不稳重，总意气用事；但23岁的女孩，却已经拥有体贴父母的心。

28岁的男人，正当风华正茂，冉冉升起；但28岁的女人，却因为没有婚姻而默默忍受周围的奇异目光。

30岁的男士，可以娶一个单纯、美丽、善良、可爱的女大学生；但30岁的女士，却连细细挑选男人的时间都很少了。

30岁之前的女人有着足够的青春，可以谈一场旷日持久的爱情，可以明知不能爱而去爱，可以轻视工作，可以任性……她们执着于繁华的细节，忽略青春易逝

的事实，因为还有选择、等待、后悔的资本。但是30岁之后，你就没有资本来挥霍了，或者说，挥霍和选择的资本越来越少了。

对于想结婚的女性，20几岁结婚刚刚好；对于不想结婚的女性，什么时候结婚都嫌早。不少人鼓动“30岁后再结婚”，在我看来这纯属唯恐天下不乱，站着说话不腰疼，没事找事型的。30岁前不结婚？我们不是刘若英，不可能41岁了还能嫁给北京富商。30岁前不结婚？我们也不是刘嘉玲，43岁时还能嫁给青梅竹马的梁朝伟。

谁说结了婚就不可以规划自己的完美人生？对于一个现代社会的独立女性来说，结婚不是在做减法，而是在做加法。

不要相信“女孩不用坚强”的论调，更不要推崇“干得好不如嫁得好”的观念。如果你不坚强，脆弱给谁看？如果你不自立，嫁得好，能保证好一辈子？女孩要学习知识，也要努力工作。新时代的女性标准被定义为：入得了厅堂，下得了厨房，杀得了木马，翻得了围墙，斗得了小三，打得了流氓。

30而嫁，也是最幸福的事。

都说女孩心思你别猜，但是，就算女孩被分成了萝莉女、白骨精或者女神，她最想要的还是一个真心爱人。就算她嚷嚷着眼里只容得下高富帅，但是很可能一感动就拎包嫁给了经济男。没有底线？没有要求？都不是，是一个人辛苦工作，一个人辛苦生活，但幸福是需要两个人的。

其实每个女人都不着急结婚，但好男人可不等人。在这个苦逼的现实面前，不管你愿不愿意，反正你总得结婚。既然横竖都是结，那就不如早点完成婚姻大事，早点儿在身体最佳时期生个健康的BABY，然后再重出江湖，做个家庭事业两不误的强大女性。婚姻是女人一生中最重要的事，没有人愿意孤老前半生，被剩下的都是无奈！

30岁之前结婚刚刚好，30岁之后就晚了。女孩们，你们没有理由不让自己幸福起来，请在灿烂的季节里去找到自己的真心爱人，建立一个幸福的家庭吧！

目录

前言 女孩们，请在正确的时间做正确的事

第1步 突破“阻爱”不孤单

一个人工作，一个人生活，好辛苦！破开这个局，让那些“绊脚石”统统滚蛋吧，让爱的天使来敲门吧。

宅女向前一步成剩女 // 002

“精品女”真的曲高和寡吗 // 005

初恋的心结，就让它过去吧 // 008

幻想更好的，就会失去最好的 // 013

换个角度看“遇人不淑” // 017

因为男人“喜新厌旧” // 021

亲帅哥，远丑男，此女人所以未嫁也 // 024

不敢表白，失去真爱 // 028

第2步 30岁前一定要结婚

幸福不能等，婚姻靠经营！在最恰当的时候做最恰当的事，机不可失，失不再来！

恋爱要趁早，结婚需果断 // 034

那个给你递毛巾的人 // 038

再不相爱，就老了 // 042

活得再精彩，没有观众也就少了滋味 // 046

30岁，已过了最佳孕育年龄 // 049

恋爱不结婚，就是耍流氓 // 052

滚床单的健康生活 // 055

婚姻是女人一辈子的事 // 058

第3步 你若盛开，清风自来

让自己成为花园吧！健康、阳光、智慧、有趣……不断提升自我魅力的女孩更受欢迎。

就算只是精致的花瓶，也好过邋遢的才女 // 062

女人要有一个健康的身体 // 065

投资和储蓄，也是爱情的功课 // 069

让自己成为调节情绪的高手 // 073

腹有诗书气自华 // 077

有自己交际圈的女性更易遇真爱 // 080

你是最好的 // 084

谋生亦谋爱，职场和婚姻两不耽误 // 087

拥有自己的百变衣橱 // 091

如何画出属于你的爱情彩妆 // 095

第4步 迎“男”而上，我们约会吧

这世界优质男很多，但只有你走出去，才可能遇到爱。

先在大脑里画出你的白马王子 // 100

尽可能地扩大生活的圈子 // 104

责任心让你挑到好男人 // 107

第一次约会 // 110

一见钟情的爱情自古就有 // 113

让自己拥有能让别人爱上的理由 // 117

表情告诉你真相，爱情不会伪装 // 121

爱到深沉便无声 // 125

如果爱，先表白 // 128

太卑微只会让真爱远离 // 132

你是我的Mr/Ms right吗 // 136

第5步 爱情连连看

如何让你爱的人爱上你？恋爱有技巧，交往需用心。

魔镜魔镜告诉我，爱情到底是什么 // 140

- 准时回家的好姑娘 // 144
- 化干戈为玉帛，让爱吵不散 // 147
- 敏感问题问不问，要你自己看着办 // 150
- 给爱贴上标签：你是我，我是你 // 154
- 约会，或许能改变你的下半辈子 // 158
- 男人对会说“不”的女人更动心 // 162
- 爱他，就要给他空间 // 165
- 让男人恐惧的“盯人女” // 169
- 你不爱自己别人更不会爱 // 173
- 付出太多反而失去爱 // 177
- 如何走出“被反对”的爱情 // 181
- 别成为令男友讨厌的工作狂 // 185
- 让多年的恋爱开花结果 // 189

第6步 牵手Mr. Right

怎么选男人？确定他是最适合的那一个，相知，珍惜，牵手……

- 识清男人的拖字诀 // 194
- 提倡“裸婚”的男人，要三思而后嫁 // 198
- 永远别为了结婚而结婚 // 201
- 擦亮眼睛看清爱 // 204
- 对婚姻有规划，才能让感情保鲜 // 207
- 不是每个女人都能嫁个高富帅 // 211

有钱买不来爱，嫁人嫁爱不嫁财 // 215

“同居不结婚，结婚不生育”到底便宜了谁 // 218

结婚后悔一阵子，不结婚后悔一辈子 // 222

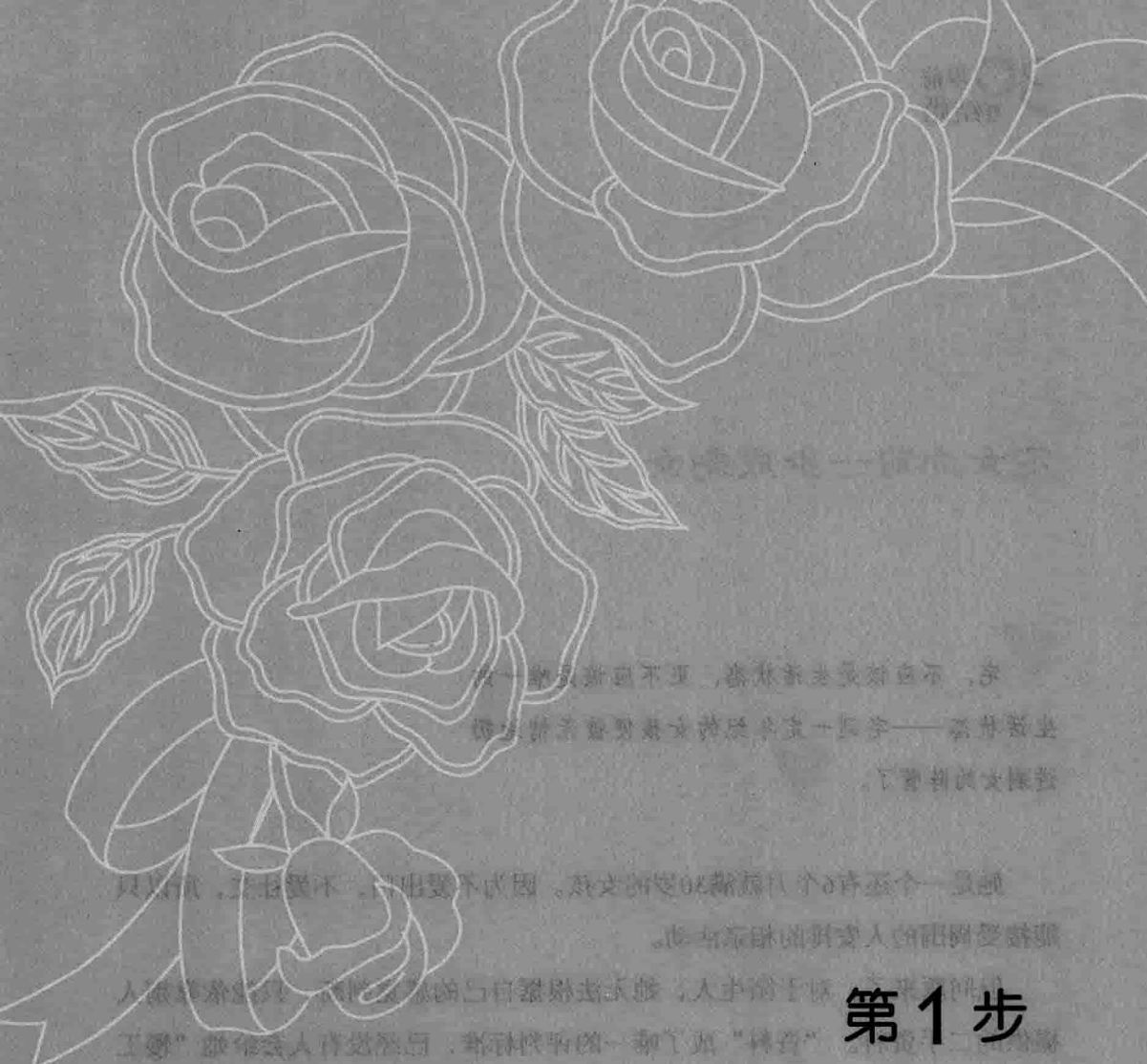
婚嫁经济学 // 226

父母的祝福是应尽力争取的 // 230

做全职太太好还是不好 // 233

几句决定性台词就会让恋人离你而去 // 236

结婚要孩子，不是累赘是天使 // 240



第1步

突破“阻爱”不孤单

一个人工作

一个人生活

好辛苦

破开这个局

让那些“绊脚石”

统统滚蛋吧

让爱的天使来敲门吧

宅女向前一步成剩女



宅，不应该是生活状态，更不应该是唯一的生活状态——宅到一定年纪的女孩便被无情地扔进剩女的阵营了。



她是一个还有6个月就满30岁的女孩。因为不爱出门，不爱社交，所以只能接受周围的人安排的相亲活动。

但问题来了，对于陌生人，她无法根据自己的感觉判断，只能依靠别人提供的二手资料。“资料”成了唯一的评判标准，已经没有人会给她“慢工出细活”的时间了，所以“挑剔”这个大帽子就扣下来了。到现在为止，她并没有真正地去相亲，因为内心始终有排斥——担心看不上人家，也担心人家看不上自己，因为大家都是熟人介绍的，又抹不开面子当面拒绝。于是乎，她继续“剩”下去，并相信这是“上天的安排”。她的周围有很多女性朋友都是这个年龄，有独立住房却一直单身。曾有个男性同学不禁感慨“为什么你们这些有住房，条件也不差的女生都剩下了呢？”宅女们也不禁要问：“为什么你们这些男生都选择了不如我们的女生结婚了呢？”

周末逛街，算了吧，不如趴在电脑前逛淘宝、上乐蜂；休假旅行，放弃吧，不如窝在家吃零食、看漫画；单身派对，更不用提了，自己连男生的搭

汕都懒得理。没错，这就是个不折不扣的宅女。

或许大多数女孩，都有过身为宅女的一段日子。那么究竟什么是宅女呢？

以下都是宅女的表现。对照一下，你有没有这些习惯？

假日里，不管额头有多高，一定把头发随意夹起；喜欢穿宽松的运动弹性布料，并不注意整体的搭配；待在家里的时候既不化妆也不穿胸罩，半年不上美容院；就餐习惯是要么站在厨房吃东西，要么一个人上饭馆点桌菜；离开“宅门”才发现忘了拿某些东西，不脱鞋直接以脚尖踩地到房间拿；想要谈恋爱但是没有心跳的感觉，只有爬楼让自己心跳，有喜欢虚拟人物的倾向；自认为在家看漫画、看电视也比谈恋爱有趣；买东西很果断，喜欢就下单，是商家欢迎的顾客；即使偶尔去超市也喜欢带着包，不管流行趋势如何，总背个大包；书桌上方贴着这一带所有餐厅和超市的外卖电话；各大购物网站的忠实客户，快递对你家地址很熟。

如果以上的特征你能符合一大半，那么你已经步入了宅女行列。现在，社会信息发达，很多人都喜欢快餐文化，能在网上买到的东西，很多人不再喜欢去“实地考察”；一个电话就送到家的外卖，很多人不再愿意排队去等待；上班下班生活规律化，很多宅男宅女更喜欢一放假就睡个懒觉，不再接触任何人。宅，不是错，谁没有一两天喜欢窝在家里，什么也不去想，什么也不去做的时候。但是，宅，不应该是生活状态，更不应该是唯一的生活状态——宅到一定年纪的女孩便被无情地扔进剩女的阵营了。

25岁前，大家关心地询问宅女们的工作状况，30岁后，大家只关心宅女是否脱离单身；25岁前，宅女们还可以说“工作太忙，实在没有时间；公司没有适合的男孩”，30岁后变成了剩女，则再也编不出可被接受的理由了，成了别人眼里的“问题儿童”，继续着大家认为“杯具”的生活。

每个女孩都有白马王子的梦想，但是，你若不是公主，就没有人会踏破咱家的门槛来求亲。但如果真的能接受父母包办的婚姻，完全可以等到逢年过节，你一入宅门，自然有七大姑八大姨找出一大堆适龄未婚的男孩，为你

安排各种相亲派对。见多了之后，你也自然不会好奇他们为什么这么多年没有娶，都眼巴巴地等着，非要娶你过门。

30岁之前，是你选择爱情和婚姻；30岁之后，是亲戚们替你分忧解难。

长期宅在家里，沉迷于虚拟世界，脱离现实生活的“宅人”，由于长期缺乏与人交往，容易导致基本社交功能的退化，出现回避性人格障碍、社交恐惧症、挫败心理、网络成瘾甚至自闭症等心理问题。

那么，天真宅女怎样才能“迈出闺门”呢？

首先，宅女们需要每天安排一定时间外出参加社会活动，如会朋友，买东西，不要总是从网上订购。

其次，宅女们制订生活目标很重要，家人和朋友可以试着慢慢激发起宅女改变自我的愿望，多到户外感受清新空气和明媚的阳光，多和好友交流、沟通，参加体育锻炼。

最后，也是最重要的，宅女们需要关心粮食蔬菜，多多融入社会生活，多交朋友，扩大交际圈，从多认识一些同性朋友开始，为邂逅一位意中人而努力。

很多宅女们都认为自己宅已经是习惯了，习惯这种东西很难再次被克服掉。其实习惯都是一步步养成的，只是看你有没有决心改掉坏的习惯。

给自己一个机会走出宅的境遇吧，宅女们也要寻找属于自己的幸福。

“精品女”真的曲高和寡吗



名牌大学的女生都会犯一个错误，以为自己学历越高，魅力也就越大，孰不知，女性的魅力并不仅仅来自于高学历。



快要研究生毕业的她是一名准“三高女”。所谓“三高女”就是高学历、高职务、高收入，她们活跃在各行各业，数量越来越庞大。健康心理学家调查发现，这些精品女容易出现心理危机，最为典型的是“工作依赖症”“强迫症”和“情感隔离”。婚姻是这些女孩面临的最大难题之一。

在一所名牌大学读书的她，目前最大的奋斗目标就是30岁之前把自己嫁出去。她觉得，自己嫁不掉的原因归结起来，一是从小到大忙读书，天天面对书本，和人的交流少了；二是一直读文科专业，接触的男生“质和量都不过关”；三是读研以后，圈子越来越狭小，接触的人也越来越少，找对象随之越来越难。“读研要静下心来做研究、写论文，渐渐变得沉默寡言，不会和人交流了，甚至好久没有和陌生人说过话。”

像她一样找不到男朋友的精英大有人在。校园里的女硕士、女博士，悄然成了“剩”的群体之一。她们原以为高学历能使自己在感情上占绝对优势，可是在谈了几段恋爱后，却开始迷茫了：与比自己学历低的男人，找不

到共同语言，仿佛对方一张嘴便透着俗不可耐的市井之气；而那些与自己学历对等的男人，反倒将她的高学历当作“洪水猛兽”。最让她难以接受的是，那些嫌自己学历高的男人，找的几乎都是低学历的女孩。难怪社会上流传着诸如“专科生是赵敏，本科生是黄蓉，硕士生是李莫愁，博士生是灭绝师太”的说法。

目前在名牌大学中就学的女生越来越多。名牌大学的女生都会犯一个错误，以为自己学历越高，魅力也就越大，孰不知，女性的魅力并不仅仅来自于高学历。

一向强调“恋爱均衡说”的日本早稻田大学森川教授认为，“恋爱”是以自己的恋爱价值和商品价值为基础的物物交易。一般而言，只有价值相等的男女才能成为恋人或夫妻。但是，著名大学毕业的女生往往认为自己高人一等，而不愿意与低学历男生相处，导致大量高学历“剩女”的诞生。

一个女人对于自己的投资，主要有三样东西，一是时间，二是精力，三是金钱。但是高学历的女性往往是口袋里有钱，却因为工作繁忙，没有时间，也没有充沛的精力，每天只是重复繁忙的工作，无暇顾及自己的感情与生活。虽然是这样的生活现状，但是这些女性在自己的意识中，总觉得自己有钱、有好工作是优势，相信一定会得到白马王子的垂爱，但是事实往往与此相反。

钱钟书先生也在《围城》中借用方鸿渐父亲之口道出了这种关于婚姻的“理论”：“女人念了几句书最难驾驭。男人非比她高一层，不能和她平等匹配。所以大学毕业生才娶中学女生，留学生娶大学女生。女人留洋得了博士，只有洋人才敢娶她，否则男人至少是双料博士。”

在中国人的传统观念里，男人是一个家庭的支柱，男高女低天经地义。所以男人们通常不娶所谓的“女强人”，你要让一个男人娶一个比自己学历高、收入高、社会地位高的妻子，那简直是驳了他的面子，要了他的性命，死也不能；反过来，一个女人也很难接受一个男人学历不如自己、收入不如

自己、社会地位比自己低，即便是自己可以接受，也常常会受到来自社会和家庭的阻力。因此“三高”女性和那些低收入、低学历的男性一样，的确成为婚姻市场里的“老大难”。

但是说到底，无论是宅女还是精英女，都希望早日找到自己的幸福。她们都是可爱的，值得被人疼爱的，只是她们的独特让很多男士望而却步。

有一个小故事很有启发意义，大家来听听吧。

有一个病人，一直以为自己是蘑菇，他喜欢撑着伞躲在角落里，好像自己就是蘑菇。这时候他的身边出现了一个想要把他治好的心理医生。为了治好他，医生也学着他的样子把自己当成蘑菇。病人被他的样子打动了，也学着这个“医生蘑菇”吃饭睡觉。

很多人总是在抱怨找不到理想中的另一半，其实她们不过是自己封闭起来，不愿意接受别人的爱。人和人之间本来没有区别，在爱情上也是平等的。想要获得自己的爱情，不要把眼光放得太高，找到一个陪你一起做蘑菇的人也是很幸福的一件事。即便你很高傲，但你一定想要一份平凡的爱情，一份简单的包容与耐心。

如果你是一名精英女孩，如果你想把自己嫁出去，就试试以下的建议吧。

学着放低标准，女博士也有喜欢本科男的，一个家庭中如果两个人都很强势，都很优越，是很难相处在一起的。婚姻不是一加一就可以等于二，而是两个并不完美的人互相补充互相磨合才能走到一起。

如果还是无法放低自己的标准，那就不要放低标准，自然会有男士喜欢你们，但也要学着做些女孩要做的事情，逛街化妆，学会经营自己，或许你会遇到一个比你优秀的人。

爱情不是知识，是体会，是融合，是感动，是包容……也许你在学习上得心应手，但是在爱情路上，还是要从头开始学习。