

白领文摘

珍藏阅读

Bailing Wenzhai
Zhencang
Yuedu

09

都市白领，他们在车水马龙中穿行，
他们是城市最亮丽的风景线。

（优选天下好文章）

《白领文摘》如此精彩，你怎能错过！

童一秋◎编著

和谐婚姻卷

Hexie Hunyin Juan

历经风雨，
才能看透人的真假；
患难与共，
才能领悟感情冷暖。

白领文摘

珍藏阅读
Bailing Wenzhai
Zhencang
Yuedu

09

都市白领，他们在车水马龙中穿行，他们是城市最亮丽的风景线。



（优选天下好文章）

《白领文摘》如此精彩，你怎能错过！

童一秋◎编著

和谐婚姻卷

Hexie Hunyin Juan

历经风雨，
才能看透人的真假；
患难与共，
才能领悟感情冷暖。

图书在版编目(CIP)数据

白领文摘. 和谐婚姻卷 / 童一秋编著. —— 武汉:
湖北科学技术出版社, 2015. 3

ISBN 978-7-5352-7605-6

I. ①白… II. ①童… III. ①文摘—中国 IV.
①Z89

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 053102 号

策 划:陈万军

责任编辑:李大林 张波军

责任校对:张波军 李洋

封面设计:宋双成 王梅

出版发行:湖北科学技术出版社

电话:027-87679468

地 址:武汉市雄楚大街 268 号

邮编:430070

(湖北出版文化城 B 座 13-14 层)

网 址:<http://www.hbstp.com.cn>

印 刷:北京盛兰兄弟装订有限公司

787×1092 1/16

230 千字 16 印张

2015 年 5 月第 1 版

2015 年 5 月 1 次印刷

定价:32.00 元

本书如印装质量问题,可找本社市场部更换

前言

不知道是哪位哲人说过：“对男人来说，事业是草，女人是羊，没了草，你就圈不住羊。”这句话从侧面反映了男人看重的是事业。那么女人到底看重什么呢？答案很明显，是婚姻和谐。

“一个善于管理自己的女人，一定是一个善于经营自己婚姻的女人”，在现代家庭中，男人是家中的主心骨，女人是家中温暖的港湾。当男人疲惫的时候，女人要为男人擦去汗水、减缓压力，让男人可以重振旗鼓、勇往直前。

男人创造了这个世界，女人创造了一个家庭，这不是一个女人宿命论的观点，而是爱给男人和女人带来想要的生活。男人在外驰骋，女人在家经营。爱让男人、女人给予家庭应该的付出。经营婚姻却总是充满着这样那样的摩擦和矛盾。有人说，婚姻就是两个人写的战争剧本，不是一个人表演的独角戏。列夫·托尔斯泰说得好：“幸福的家庭是相似的，不幸的家庭却各有各的不幸。”其实，不幸的家庭也有相似的地方，那就是，不幸都是由两个人共同造成的，婚姻是两个人共同经营的结果。

如果女人懒散，不能承担家庭责任，或者彼此没有适当的空间，婚姻就会出现问題。要想保持长久的婚姻，问题不全在男人，也不全在女人，但女人却可以通过不同的经营方式经营出不同的婚姻来。男人很现实，从情感上衡量风险和代价，即使对婚姻不满，往往也不愿意轻言离婚。有些女人，做

一天和尚撞一天钟，相信命中注定；有些女人庸人自扰，不经意间放弃了唾手可得的幸福；也有些女人寻寻觅觅，却终生孤独。但聪明的女人明白，婚姻是自己一生的事业，只有用心经营才能让爱永远闪光。

爱情是激情的火花，婚姻才是长久的堡垒。世界上年轻、漂亮、富有的女人有很多，但是只有懂得经营家庭、经营婚姻的女人才是最幸福和最快乐的。

女人们要明白，婚姻不是爱情的坟墓，而是爱情的重新开始。长久的爱情在婚姻的庇护下，会转化为亲情，女人要把婚姻当做自己一生的事业去看待，才是最聪明的女人。

目 录

第一章 婚姻里的女人

婚姻不是儿戏·····	2
结婚意味更多责任·····	4
婚姻连接两个陌生家庭·····	8
女人决定了婚姻的样子·····	9
做好妻子,是女人一生的事业·····	14
束缚得太紧感情就会溜走·····	16
用一颗恋爱的心经营婚姻·····	18
经营家庭是女人一生的事业·····	21
婚姻需要达到的三重境界·····	22

第二章 认识婚姻中的男女差异

男人来自金星,女人来自火星·····	26
男人永远找不到他的袜子·····	28
你没看到优质男的另一面·····	30
女人心里总跟老公“前任”比·····	31
为什么女人总爱攀比他人·····	34



他想要的和你在给的	36
没有不需要婚姻的女人	39
唠叨是一把刺伤婚姻的刀	41

第三章 幸福婚姻里不可或缺的尊敬

他不是为了爱你而生的	44
千万不要说他无能	46
爱惜他的面子	47
逞口舌之快是愚蠢的行为	50
尊重对方的情感隐私	51
有一种聪明叫装傻	53
不要紧逼丈夫“说清楚”	56
冷漠是婚姻生活的杀手	57
婚姻里,接受和给予同样重要	60
给双方美好的性体验	63

第四章 莫让细节打败幸福婚姻

爱得死去活来,又为何事咬牙切齿	67
那些微不足道的小事	70
别让细节毁掉婚姻	72
接受男女之间的差异	73
发脾气不如找钥匙,多点宽容理解更幸福	77
何必为琐事斤斤计较	79

没人喜欢爱唠叨的怨妇	81
发掘对方的优点	84
男人最爱善解人意的好妻子	86
幽默是婚姻生活的保鲜剂	89
较真的女人令人讨厌	93
望夫成龙不如旺夫成龙	94

第五章 宽容是成就幸福婚姻的关键

爱情没有绝对的完美	97
真正的完美是对不完美的爱	99
幸福婚姻关键在于经营	101
原谅也是一种爱情	103
为爱忍耐几分	105
夫妻间没有绝对的是非	107
如何成为一个善解人意的好妻子	109
婚前睁大眼,婚后闭只眼	111

第六章 家不讲理只讲情

不要和爱人较真	114
有一种智慧叫宽容	116
不苛求完美的女人才会幸福	120
做他人生的伴侣,而不是行李	122

第七章 男人是适合放养的动物

他要的是老婆不是保姆·····	126
夫妻虽亲,但要有间·····	127
婚姻好似放风筝·····	129
不如爱上男人本来的样子·····	131
为何总找不到“理想中的他”·····	133
改造男人不如完善自我·····	134
他的工作不需要你指手画脚·····	135
给男人一点自己的空间·····	138
心无城府是婚姻中最大的城府·····	140
女人追问男人的“实话”,无异于自断后路·····	142
保住男人脸面·····	144
在他知错的时候给他一个台阶下·····	147

第八章 男人内心里永远住着一个孩子

男人也有小脾气·····	150
爱他软弱背后的依赖·····	154
用赞美成就好男人·····	156
有一个懂他的女人是男人的幸运·····	158
为老公准备好最爱听的话·····	160
与他人攀比,毁掉自己的幸福·····	163
宠老公,就是宠自己·····	165

香水,女人隐形的品位	168
------------------	-----

第九章 女人打造完美的自己

经济独立是头等重要的事情	172
做一个精神独立的女人	173
读书使你优雅脱俗	176
建立一个称心如意的交际圈	178
你的气质是打动我心的名片	180
合理搭配:让服饰为我代言	183
浓妆淡抹,欲把自我比西子	186
现在不保养还等什么呢	188
内外兼修,锁定他的目光	190
学会面对婚姻中的情伤	193
现实婚姻不是空中楼阁	195
嫁得好,还要守得住	197
吵架的夫妻反而不会离婚	199

第十章 假如婚姻亮起红灯

完美婚姻,只是海市蜃楼而已	202
他的外遇不是你的失败	203
背叛是最愚蠢的报复	205
只有不较真,才能顺利度过婚姻危险期	209
换位思考,走进他的心灵栖息地	213



多一点反思看清自己	214
给他留一条退路	217
交给时间冲淡婚姻的伤痕	220
学会放下,万般自在	221
夫妻感情要及时“补充营养”	223

第十一章 聪明女人,不会打响家庭大战

信任丈夫,使家庭更幸福	227
悄无声息处理“小三”	228
共同商讨孩子的教育问题	232
站在婆婆角度,想想她的心理	234
真情相待,让恶婆婆变成好妈妈	237
姑嫂那些事儿	240
像爱他一样爱他的家人	243

第一章

婚姻里的女人



婚姻不是儿戏

恋爱和婚姻有什么不同呢？简单来说，恋爱是花前月下，而婚姻就是柴米油盐；恋爱时，你们的小打小闹那是爱的情趣，甜甜蜜蜜的，婚后，吵架冷战那是刀枪对刺，都疼都痛；恋爱时，你知道的都是对方的好，什么帅气、大方、体贴、有上进心，而婚姻里，你会每天唠叨他不爱干净、不做家务、玩游戏入迷、深夜不回家、喝酒醉醺醺、小气等臭毛病；恋爱时，你心想：“就是这个人了，我要和他过一辈子。”婚后你可能无数次地想：“我怎么就嫁给了他？我俩根本过不下去，早晚要离。”

调查反映，80后夫妻的离婚率持续暴增。而盘点离婚的原因，除了感情不和、家庭暴力、婚外恋等原因之外，越来越多匪夷所思的离婚理由也层出不穷：丈夫恋母情结重、刷牙时挤牙膏太多且刷牙方式不正确、冬天睡觉不脱秋裤，等等。

这么小的事情怎么就摧毁了曾经坚贞的爱情和辛苦建构的家庭呢？看来，在这个闪婚、裸婚的时代，除了爱情，经营婚姻还需要更多的东西，比如智慧、宽容、体谅和信任。记得专栏作家罗西曾说过：“爱是一件美妙的事情，它考验着你的智商才情，也关乎着一个人的生活质量、生命质量和幸福指数。”有爱的婚姻也是如此，它是一门艺术，需要我们用爱情智商去经营和打造。

当你爱一个人的时候，他呈现在你面前的是自信、体贴、充满魅力。

当你与之携手，和他朝朝暮暮生活在一起的时候，却会发现他的懒惰、邋遢、不上进、脾气暴躁等。于是，你和他争吵，讲道理，强制他改变。

可是，你要知道，家是个放心和爱人的地方，而不是一个讲理的地方。你和丈夫如同两块各带棱角的石头，日日处在一起，总会被对方的棱角刺中。这时候，你要做的不是和他碰撞和伤害，而是要找出最佳的距离和最好

的相处方式，亲密而安全。千万不要拿着放大镜去看他的缺点，完全否定他。你要知道，你能看到这些，正是因为他也爱着你。你要做的是记得对方的好。

女人总有一种以爱为名改变男人的欲望，期望木讷的他变浪漫，希望沉闷的他变幽默，盼望散漫的他变得积极上进。但是在婚姻里，接受对方比改造对方更重要。改造成功了，他获得的不仅是你一个人的青睐，可能还有年轻貌美的女孩的喜欢。一个妻子把自己老实的丈夫改造了万人迷，结果她再也没有了安全感，日夜担心丈夫被夺走。更多的丈夫在被改造的时候，选择和妻子翻脸分手。好丈夫需要适当打造，但不要妄想完全改变他。当你不满意的时候，你需要改变的，也许恰恰是你自己。

随着时间的流逝，你们会接受，甚至爱上对方的缺点。你们能够在争吵的时候学着忍耐怒火，学着互相妥协，学着用爱和理解去化解婚姻里的矛盾，这样，婚姻就会渐入佳境。

从最初的搭档彩排到一起演到剧终，男人和女人还要经历更多的风波，比如“七年之痒”。越来越多的80后夫妻发现，这“痒”的时间，已经从七年缩至五年，甚至三年，结婚不几年夫妻双方感情就变淡，甚至看对方都不顺眼，没有话说，再也不和对方亲密，婚姻岌岌可危。这是怎么了？是因为婚姻疲惫了，还是因为我们忘记了给爱情保鲜。

缺盐少糖的婚姻就像是一杯平淡的白开水，一切按部就班，我们早已经忘记相爱的感觉了。其实不要等到婚姻都生了锈才发现无可挽回。既然这不是我们要的婚姻，那就学着在婚姻中继续和丈夫谈恋爱，找回曾经恋爱的感觉，重新烹饪出新鲜的婚姻。一句赞美、一封洋溢着爱的信、一次旅行，甚至是一起牵着手去看电影，一起依偎在沙发上看电视，也许都可以让你们回到那些美好的日子。什么方式并不重要，只要你还爱着，就去表达，一起给你们的婚姻充充电。

每一段婚姻都是惊险的，尤其在当今。如何正面地面对婚外的诱惑，拯救濒临绝境的婚姻都需要爱情的智商和情商。不妨把对爱的憧憬转化为力量，让爱情回到婚姻里。

当然，任何一个女人请别忘记，即便结婚了，你也仍然是一个独立的女人。除了经济独立，“精神单身”更重要。留下几分爱给自己，珍惜你付出

的感情，懂得投资自己，才能获得一份有质量的婚姻。

结婚意味更多责任

结婚，法律上称为婚姻成立，是指男女双方依照法律规定的条件和程度确立夫妻关系的民事法律行为，并承担由此而产生的权利、义务及其他责任。

男婚女嫁之后，男方和女方由原来两个独立的个体，组合成了一个整体，变成了一家人。而双方的父母，因为儿女的婚姻，也变成了亲家，成了亲戚。

这就意味着，你的身份发生了变化，原来你只是为人子（女），现如今，你成了丈夫（妻子），不久的将来，当你的下一代出生后，你还会成为父（母）。不管是哪个身份，都意味着，你身上多了一些权利、义务。当然，更多的是责任。

结婚意味着，你在情感上必须对他（她）一个人忠贞不二。“单”着的时候，花心最多只是被归类为道德败坏，对感情不认真，不至于触犯法律。但结婚后，如果你再不收心，还在外头包二奶、养小三，可是要负法律责任的。

北宋时期，齐州有个儒生叫刘庭式，进京赶考前，与同乡的一女子定下婚约。刘庭式后来考中了进士，成了密州的通判官。这期间，他的未婚妻生了一场大病，因家贫，医治不及时，导致双目失明——你想想，一个是朝廷命官，一个是贫家女，还是个瞎子，怎么都不般配啊！有人就劝他：“你重新挑个年轻貌美的吧！反正以她现在的家境和条件，她也不敢来和你理论！”更有好事者提出折中的办法，说：“要不你就改娶她妹妹吧！最起码妹妹比她年轻漂亮，眼睛也是好的。”可刘庭式坚定地说：“人得守诚信，我当年是与长女订的婚约，现在怎么可以因为她眼瞎就变心、就抛弃她呢？”他力推众议仍然与这盲女缔结良缘。后来，盲妻去世，刘庭武悲痛欲绝，也不再续

弦。

大文豪苏东坡当时任密州刺史，是刘庭式的同事，他很不明白刘庭式的痴情，问他：“哀生于爱，爱生于色。（你妻子不是倾国倾城之色，还是个瞎子）那你对她的爱从何而来？哀又从何而生？”刘庭式回答说：“我的哀痛是因为丧失了爱妻。如果因色才生爱，因爱才生哀，那么当年老色衰的时候，夫妻之间还有什么恩爱可言？”一席话让苏东坡大为感动。

人们为了纪念刘庭式对盲妻的忠贞和专一，把盲女居室附近的一清泉起名“簪女池”（或叫“罗姑泉”），清代诗人董芸还特意为此故事做过一首《簪女》：“鸳鸯野鸭自成群，忍以糟糠负细君？可惜东坡老居士，一生多恨为朝云。”

可见，不管在哪个朝代，恪守承诺、有担当、对婚姻从一而终的人，总是让人敬重的。

结婚还意味着夫妻双方都要收敛自己的个性，为对方做出一定的让步。如果说恋爱是浪漫的风花雪月，那婚姻则是实实在在的过日子。新婚的甜蜜之后，很多伴侣会发生矛盾，这其实是正常的。两个在不同的家庭生活长大的人，不管是在处事，还是在生活习惯上，都会有些差异，有很多地方需要磨合。如果双方对这种矛盾没有正确的态度，那么很容易引发连锁反应，把好好的一段姻缘变成孽缘。

伊伊和刘阳是自由恋爱结婚的，结婚之前，这两人也是爱得如胶似漆，“糖粘豆”似的分不开，谁也没想到，结婚不到三个月，两人竟又跳又叫的闹起离婚来。

伊伊数落刘阳不讲卫生：“晚上睡觉前让他刷牙总不刷！说是第二天早上起床刷牙也一样！吃饭前经常不洗手！让他进门换拖鞋，他老是忘记！我辛辛苦苦拖干净的地板，他一回家就给我印上一串黑脚印！告诉了他内衣裤和外衣要分开洗，他倒好，内外衣混合洗，还把臭袜子也偷偷扔进去……”一通抱怨之后，她眼泪涟涟：“真的是金玉其外，败絮其中！以前恋爱的时候，每次见面他都打扮着干净清爽，皮鞋也擦得倍儿亮，没想到这些都是装出来的！”

刘阳也是一肚子委屈：“你说女人怎么那么烦？恋爱的时候小鸟依人，娶回家后变成了河东狮吼！天天在我耳边唠叨：你得刷牙、你得洗手、你这

样吃面条声音大不礼貌、你看完的书得放回架子上去、你不能把脚放茶几上、你进门得换拖鞋……在外头上班都不得轻松了，回到家，还要被她一直批评着，唠叨着，听多了，佛都有火啊！”

于是两人是一天一小吵，三天一大吵，慢慢地把日常小事升级到爱与不爱上来。伊伊觉得：“你若爱我，为什么不能为我改掉这些坏毛病？”刘阳则觉得：“都是些无关紧要的小事，你又何必揪着不放？你若爱我，又为何不能包容我的小缺点？”吵到最后，两人都悲哀地觉得：这日子过不下去了！

其实，天下没有不磕磕碰碰的夫妻，男人有时候不拘小节，很多事情都大而化之；但女人天性细腻，会在很多细节问题上留心。这是性格所致，也是双方生活习惯的不同造成的。这时候就需要彼此包容，寻找解决的途径，而不是动不动就把“离婚”挂嘴上。

例如说饭前得洗手。伊伊如果不是措辞严厉的批评，而是卖一个娇嗔：“你不洗手，把细菌吃下去，拉肚子可不要赖我做的菜有问题啊！”一个玩笑就可以把问题点出来，一场小吵便可避免；而刘阳，如果能体会到老婆“挑剔”的背后，其实是为了自己的健康着想，想来也不会嫌弃老婆唠叨了。

很多时候，我们只需要换位思考下，就能减少争吵和矛盾了。

专家认为，婚姻有五期，即蜜月期、矛盾期、裂痕期、磨合期、平稳过渡期。只要渡过了磨合期，婚姻这条小船，才能开始平稳，这时候的婚姻已是亲情大于爱情了。

结婚，还意味着夫妻两人在经济上不再是独立的，而是互通的。单着的时候，你可以当“月光族”，可以为了一件心仪的奢侈品透支信用卡，可以为一言不合就不顾后果的炒老板的“鱿鱼”……但结婚后，你做这一切的时候，不得不三思而后行，因为你一时的奢侈或者任性，得有另一个人陪着你一起来买单。

结婚后，你们要面对的是高昂的房贷（或者房租），要应付水电费、煤气费、上网费、伙食费、交通费等各种消费，还有一些不可预计的应酬、接待、红白礼金……

除开这些，双方在父母面前，也得尽尽孝、给点零花钱意思意思吧？而老人上了年纪，难免有个病痛，这医疗费，也是个小的开支。再有，万一有了孩子，这孕期保养、生育费、孩子的抚养费、教育费……更是像一座大山