

婚姻幸不幸福，其实是取决于女人自己。我们无法选择家庭，无法选择出身，但是我们却可以掌握嫁得好的方法。嫁对老公，由此打开婚姻幸福的大门。

女人嫁对老公 幸福一生的策略

李小静◎编著

做一个 幸福的女人

嫁得好 一定有方法

中国城市出版社
CHINA CITY PRESS

婚姻幸不幸福，其实是取决于女人自己。我们无法选择家庭，无法选择出身，但是我们却可以掌握嫁得好的方法。嫁对老公，由此打开婚姻幸福的大门。

女人嫁对老公 幸福一生的策略

李小静◎编著

做一个 幸福的女人

一定有方法

中国城市出版社
CHINA CITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

做一个幸福的女人 / 李小静编著. — 北京: 中国城市出版社, 2013.3

ISBN 978-7-5074-2766-0

I. ① 做… II. ① 李… III. ① 幸福 - 女性读物 IV. ① B82-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 057192 号

责任编辑 张惠平

封面设计 方彩工作室

责任技术编辑 张建军

出版发行 中国城市出版社

地址 北京市西城区广安门南街甲 30 号 (邮编 100053)

网址 www.citypress.cn

发行部电话 (010) 63454857 63289949

发行部传真 (010) 63421417 63400635

总编室电话 (010) 68171928

总编室信箱 citypress@sina.com

经销 新华书店

印刷 北京集惠印刷有限责任公司

字数 211 千字 印张 16

开本 710 × 1000 (毫米) 1/16

版次 2013 年 5 月第 1 版

印次 2013 年 5 月第 1 次印刷

定价 26.00 元

版权所有, 盗印必究。举报电话: (010) 68171928



人生的选择很多，关键只在一两步。对女人来说，婚姻是最重要的一步。美满婚姻是家庭幸福的前提，如果这一步没踩正，其后的结果不难预料。

婚姻如鞋，选对了人，就像穿了合脚的鞋子，可以走出轻松快乐的人生道路。我们无法选择家庭、无法选择出身，但是我们却可以选择下半辈子的幸福。

对一个女人来说，能嫁一个好老公是一辈子的福气。那么，怎样才能嫁一个好老公？身材好、相貌好、气质佳就可以吗？同是女人为何有着截然不同的婚姻呢？女人如何才能找到好男人？

追求幸福婚姻有太多的窍门。嫁人千万别着急，与其自己每天像热锅上的蚂蚁一样团团转，还不如耐心等待缘分的来到。婚姻没有回头路，就如同一件衣服，你买的时候，无法知道会不会褪色、打褶皱、起毛球，直到有一天发现褪色、打褶皱、起毛球了，才后悔起来。可是你已经穿旧了，你没法更换了。人不同于物品，发现有瑕疵或不合意的地方可以随便退换，人要退换，必伤筋动骨，痛彻非常。

婚姻对于女人来说，意味着“第二次”生命的开始。不要以“到了应该结婚的年龄”或者“两个人总比一个人好”作为步入婚姻的理由，而要在明确婚姻能为自己带来什么之后再出嫁，否则女人



做一个幸福的女人

一旦走进婚姻，就会像踏进迷宫般的围城一样，进退两难。要明确自己为什么走进婚姻，只有这样，才会找到属于自己的幸福。

女人的幸福来自干得好也要嫁得好，嫁得好要比干得好更难，但我们的家庭、学校从女孩懂事开始，所教的课程都是教女孩怎样干得好，从来不讲嫁得好，不讲怎样与男人打交道。如果女人不学会与男人打交道，不能很好地扮演爱人的角色，就不可能有和谐的家庭，更不可能有优秀的下一代，社会就不可能和谐。

女人嫁得好，绝不只是物质财富上的无忧，更重要的是心的解放。它所唤起的不仅是女性聪慧而又温柔的天性，而且是优秀男人们的惊喜。女人学会了爱与表达，该会有多么迷人的气质！

本书从实际出发，教女人如何了解男人、如何牢牢把握幸福，如何争取幸福婚姻，为女人全方位打造嫁个好老公的资本出谋划策。能按照这本书学习训练的人，一定能找到好老公；能找到好老公并积极生活的人，也一定能找到好同事、好伙伴、好工作、好前途，拥有幸福人生。

希望在追求幸福婚姻中困扰的女同胞们能够早一点学会嫁得好的方法、早一点步入婚姻殿堂、早一点嫁个称心如意的老公，让自己幸福一辈子！



第一章 嫁得好的心态修炼：坚信自己一定能够嫁得幸福

婚姻是人生的重要选择	002
找个好男人，幸福一辈子	003
嫁得好不好，只有自己知道	005
任何时候都不能失去希望	006
下一个也许会更好	007
遇不上好男人的原因	009
找老公永远是宁缺毋滥	012
勇敢去追	013
选男人就像炒股票	015
“灰姑娘”也要有自信	017
拒绝恐婚，不做逃跑新娘	019
嫁人的心态误区	021

第二章 嫁得好的眼力修炼：嫁对人也是一种投资，需要一双好眼力

如何判断他是否真的爱你	024
面对爱情，睁大双眼很有必要	027
看出他是真情还是假意	029
慧眼识别网聊男	031
寻找“潜力股”	034



做一个幸福的女人

别被他的如簧巧舌蒙蔽双眼	037
什么样的他适合你	039
这样的男人不能嫁	043
看透他的基本类型	046
生活一致才和谐	048
嫁给懂得爱的他	050

第三章 嫁得好的情感修炼：寻找真爱，让女人一生幸福

因寂寞而爱会更寂寞	054
可以恋爱，不能滥爱	055
别被老男人轻易迷倒	058
已婚男人的爱，碰了都是痛	060
宁做“光棍女”，不嫁“花心男”	063
男人的花心，跟钱没关系	066
吓退你不爱的男人	068
真爱，剩女“必杀技”	070
别轻易让他占有你	073
聪明的女人不抱怨	075

第四章 嫁得好的处世修炼：做个聪明女人，让爱情稳步升温

不要相信“男人不坏，女人不爱”	078
聪明的女孩儿会装傻	080
“刁蛮”是种小可爱	082
伤什么别伤男人的面子	083
婚姻如一杯水，爱情像放风筝	086
聪明的女人不改造男人	087
依靠他，但别依赖他	090
不要总在唠叨	092



聪明的女人会倾听	094
懂得适时沉默	097
自信，但不自以为是	101
过度防范却让他逃之夭夭	102
偶尔小鸟依人	104
他们也需要理解	106
你越宽容，他越感动	108
好男人是被“宠”出来的	110
好马可以再回头	112

第五章 嫁得好的魅力修炼：极致诱惑，吸引优秀男人的目光

栽培外貌就是栽培人生	116
三分长相，七分打扮	118
做个“羞”色可餐的女人	120
内涵加上外在美，让你超满分	123
一柔遮百丑	127
女人的韵味是一瓣心香	128
气质比漂亮更吸引人	130
再懒不做邋遢女	132
做个派对红人	134
幽默的女人让男人更倾慕	137
鞋子是女人的另一张脸	138
善于利用自身的优长	140
女人要散发自然美	143
把自己和婚姻都要经营好	145

第六章 嫁得好的性格修炼：散发性格魅力，展示最好的自己

性格影响命运	148
--------------	-----



做一个幸福的女人

该分手时说分手	149
别再自欺欺人	152
始终对自己有信心	155
嫁人是大事，容不得儿戏	158
用智慧抓住好男人	160
做敢于表达的个性女子	162
拒绝不可怕，可怕的是放弃	164
性格决定婚姻的走向	167

第七章 嫁得好的口才修炼：爱情是水，情话是糖

声音，最好的名片	174
给他诚恳的赞扬	176
用甜言蜜语“俘虏”他	178
不动声色的赞美之功	180
用甜蜜的谎言营造氛围	182
幽默是甜蜜的强化剂	183
爱在心里口要开	185
娇嗔撒娇让他无法抵挡	188
“斗嘴”碰出爱的火花	190
巧妙拒绝他的性要求	192

第八章 嫁得好的财智修炼：做男人的可爱伴侣，而不是生活附件

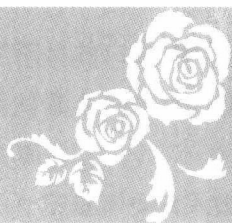
既不清高，也不贪婪	196
经济独立，让婚姻更幸福	197
财和貌一样重要	199
“长期饭票”有财务风险	201
别用钞票换走一生的幸福	202
有挣钱的手，有装钱的兜	204



工资可以不多，但足以养活自己	206
养成良好的消费习惯	208
女人理财要趁早	210

第九章 嫁得好的心计修炼：“攻陷”好男人，女人要有“手腕”

制造浪漫与美丽的邂逅	214
女追男不能涉足的“雷区”	216
在爱情里始终拥有自我	218
吸引力来自神秘感	220
“欲擒故纵”迷住他	223
扮成楚楚可怜的小鸟	227
发挥温柔的魅力	229
做淑女，还是做俗女	231
别轻易尝试同居	234
“逼婚”也要有技巧	236
调动男人的“追求欲”	238
把握温度给他爱	240

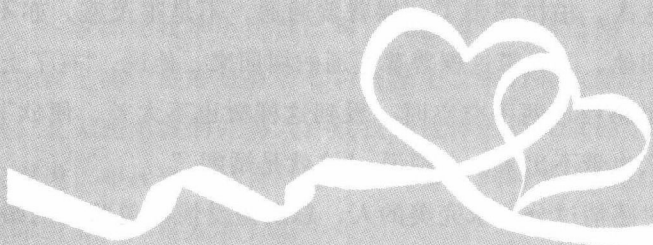


第一章



嫁得好的心态修炼： 坚信自己一定能够嫁得幸福

嫁人千万别着急，与其每天像热锅上的蚂蚁一样团团转，还不如耐心等待缘分的来到。婚姻对于女人来说，意味着“第二次”生命的开始。不要以“到了应该结婚的年龄”或者“两个人总比一个人好”作为步入婚姻的理由，而要在明确婚姻能为自己带来什么之后再出嫁，否则女人一旦走进婚姻，就会像踏进迷宫般的围城一样，进退两难。要明确自己为什么要走进婚姻，找到属于自己的幸福。





做一个幸福的女人



婚姻是人生的重要选择

婚姻是人生中的一次重要选择，你掌握着自己的选择权，可以选择是否要结婚，也可以选择跟谁结婚。但是这种主动权不是绝对的，当遇上爱情或者错过最佳的选择时机时，主动权就不由自主地交付于别人而向对方提出的条件也会一再降低。

无论怎样选择，命运总是在你选择时，实行中庸之道，不会让你完美，也不让你完全绝望。

有一天，柏拉图问他的老师什么是爱情，他的老师就叫他先到麦田里，摘一棵全麦田里最大最金黄的麦穗。只能摘一次，并且只可以向前走，不能回头。柏拉图照着老师说的话做，结果他两手空空地走出麦田。

老师问他为什么摘不到，他说：“因为只能摘一次，又不能走回头路，即使见到一棵又大又金黄的，也因为不知前面是否有更好的而没有摘；走到前面时，又发觉总不及之前见到的好，原来麦田里最大最金黄的麦穗，早就错过了；于是，我便什么也摘不到。”老师说：“这就是爱情。”

之后，又有一天，柏拉图问他的老师什么是婚姻，他的老师就叫他先到树林里，砍下一棵全树林最大最茂盛、最适合放在家作圣诞树的树。要求同样只能砍一次，同样只可以向前走，不能回头。

这次，柏拉图带了一棵普普通通，不是很茂盛，亦不算太差的树回来。老师问他，怎么带这棵普普通通的树回来，他说：“有了上一次经验，当我走到大半路程还两手空空时，看到这棵树也不太差，便砍下来，免得错过后，又什么也带不出来。老师说：“这就是婚姻。”

对感情过分追求完美的人，总期望爱情面包两全的婚姻，携手走进婚姻殿堂的那一瞬间，以为白雪公主与王子的完美生活从此开始了。但是穿上



了炫目的白色婚纱也只是瞬间的白雪公主；灯火辉煌下的婚礼后，终究要面对真实的生活。面对婚姻带来的“正面”完美的同时，还要承受“背面”的真实。

于是不少女人婚后发现，婚姻的前奏未必需要海誓山盟的爱情，审美疲劳之后才感到身边的他并不是唯一适合自己的人，却又因为彼此的习惯和适应、已难以割舍那份情。

这就像毕淑敏《成千上万的丈夫》中所说，植物有相生相克的，有的势不两立，有的“你好我也好”。人也是这样，“有成千上万的男人，可以成为我们的丈夫”；同样对男人来说“有成千上万的女人，可以成为你们的妻子”——只要找到了适合你的那种类型。

许多人迟迟不婚，乐此不疲地在茫茫人海中海选着，寻求那个唯一；许多人结了婚，仍然认为自己不够幸福，悔于当初的选择。

其实，婚姻的选择，更是艺术的选择，无论怎样选择，都有遗憾，但是懂得选择的艺术，有创意地去发现和接受，懂得天时、地利、人和的铁律，就知道谁是最适合自己的，正如“不选最贵的，只选最适合自己的”，而这些都得由自己决定，靠自己主动地发现。



找个好男人，幸福一辈子

女人选择老公，一般都要找学历比自己高、社会地位比自己高、工资待遇比自己高、长得比自己高，最好是有名车、有豪宅、银行有大笔存款，对自己既关心、体贴，又无比忠诚的好男人。能找到这样的男人真的不错。遗憾的是，对于女人来说，要找到一位自己能托付终身，同时又能给自己带来物质和精神双重保障的男人，是太难了。

的确，现在已经不是爱情至上的时代了，爱情已经变得相当脆弱。假如



做一个幸福的女人

有哪个兄弟大声求爱说：“虽然我没有房，但是天为被，地为铺，让这辽阔的天地来做洞房吧！”试想这样的求爱又有谁会被打动呢？

婚姻是选择的产物，如果爱情和物质都能达到均衡当然最好，但如果不能如愿，也不能为了爱情而不要面包。爱情是很重要的，但是要建立在一定的经济基础上。不一定要万贯家财，可生活要有保障。所谓贫贱夫妻百事哀，如果一个男人连孩子的奶粉钱都拿不出来，这个月初就开始担心下个月的供房款，那么，如何保证下一代的幸福呢。

女人要找有责任心好男人。男人一定要有责任心，无论是公事还是私事，自己做的事要敢于自己承担。那种一有事就往别人身上推的男人不但卑鄙而且可耻。有责任心的男人可以不记得你大伯小叔三姑四姨的生日，但你的生日与结婚纪念日一定要记住，能够出去浪漫一下是最好的。

女人要找有足够大男子气概的好男人。这里说的大男子气概，不是说大男子主义。那种在家里家务一点不做、衣来伸手饭来张口的男人绝不可取。大男子气概是指你在外面受到欺负时，他能够挺身而出，毫不犹豫地为你出头，真真切切地保护你。光是这一点，这个男人就值得你考虑托付终身。

女人要找坚强刚毅的好男人。那些失败过一次就怨天尤人、萎靡不振、跌倒了爬不起来的男人坚决不能要。男人要能给女人安全感，如果你找一个老公，不能够照顾你，还经常在你面前哭诉自己的不幸，自己不努力不说，还要让你也承担起他的痛苦，那你的选择就是非常失败的了。

当然，要正确的选择一个结婚对象是很不容易的，而要判断一个男人的未来更是难上加难。但作为女人一定是要嫁人的，至于能嫁给一个什么样的男人，那就得靠自己谨慎把握。

女人想通过婚姻改变自己的命运无可厚非。作为女人，谁都想找一个自己深爱的、又能在精神和物质上最大限度满足自己要求的男人，但是如果你放弃选择的权利，而为了家人或别的原因做出让步，到最后也可能会因为不幸福而选择离开。放下那些不切实际的念头吧，你有寻找新生活的权利，人生很短暂，要好好找寻自己的幸福。



嫁得好不好，只有自己知道

我们每每说到嫁得好，想到的都是“嫁给有钱人，过上阔太太的生活”这样的例子，然后再从不同角度去分析她们花瓶生活是多么没有滋味，生命是多么寂寞无奈。而讲到干得好，就列举一些风风火火的事业型女子的故事，说她们活得怎样怎样精彩、多么多么丰富。这意思大概是张扬女性要经济独立、人格独立的精神吧。

为什么嫁得好的就一定是指嫁给有钱人呢？为什么嫁给有钱人的就一定过得不好呢？怎么知道干得好的说不定就是嫁得好的呢？又怎么知道干得好的生活质量就一定比嫁得好的要高呢？很多白领丽人终日里忙忙碌碌，跟男人较量活得很累，也未见得就是好。

嫁得好和干得好并非矛盾，很多人能把二者做到统一。大家熟悉的主持人吴小莉，在该做事的时候做事，该成名的时候成名，该结婚的时候结婚，该生子的时候生子……一个女人一生该经历的历程她一个都没耽误，比起那些结婚又离婚瞎折腾、活了三四十岁了还不知道自己想要什么的歌星影星们，不知幸福多少倍。

影星王馥荔干得好有目共睹。电视中曾播过英达对他们夫妻的采访，在英达一个个“笑里藏刀”的“陷阱”下，王馥荔讲了很多夫妻和美之道以及争吵时的细节和处理方法。从她老公眼里流出来的感动的泪水，到她儿子自豪的脸孔，让人深刻地领悟了什么叫女性的美。她在荧屏上塑造过很多角色，都不及那一刻给人们的印象深，你得承认她同样是嫁得好的典范。

由此可见，嫁得好不好的标准和金钱的多少没关系，和事业的成功度也没有关系，而和婚姻质量有关系。你觉得幸福不幸福、开心不开心、满意不满意，才是重要的。



做一个幸福的女人

老公有钱对你又好当然是嫁得好，老公没钱但你们同心协力比翼齐飞同样是嫁得好；老公纵然身家一个亿，可是天天打你，怎么能够算是嫁得好呢？经济没压力但老公花心，这也能说是嫁得好？

女人的一生是忙碌的，从结婚开始，三分之一属于工作，三分之一属于老公，三分之一属于孩子，想想看，女人三分之二的世界都是属于家的，嫁得好怎么能不重要呢？事业的成功毕竟只是一小部分，家庭的和谐才是最主要的。嫁了一个不能给你快乐的人，天天跟你吵闹，终日郁郁寡欢，人生还有什么意思？哪怕你事业再成功，人生也还是失败的。而对于嫁得好干得不怎么好的人来说，只能叫缺憾，不能叫失败。

女人嫁人意味着寻求一份依靠，是一种归宿，也是一个赌注。嫁了一个好老公，会给女人的生命打开一个全新的世界，充满着阳光和花朵；但是嫁给一个“坏”男人，就会让女人身陷深渊，被孤独、冷漠、无助和彷徨缠绕。所以，嫁对老公对女人的一生至关重要。



任何时候都不能失去希望

一位名人曾说，假如你失去了金钱，你只是失去了一点点；假如你失去了朋友，那意味着你失去了很多；可假如你失去了希望，你就失去了一切。

有人曾经做过一项实验，研究希望对于行为的影响。他们用两只老鼠做了一个简单的实验。先把一只老鼠紧紧攥在手里，老鼠用尽力气也逃不出去。这只老鼠挣扎一段时间之后，不再抵抗，几乎一动也不动了。这时把它放到一盆温水里，它立刻沉了底，根本没有试图游水逃生。再把第二只老鼠不经过手攥直接放到水里，它很快就游到了安全的地方。这项实验的结论是：头一只老鼠已经知道要改变处境是没有希望的，不管使出多大气力也无济于事。所以，它以为采取什么行动都要落空。



第二只老鼠没有经过之前的努力，不知道挣扎与尝试是无效的，不知道它所处的环境是绝望的。所以，当它面临必须立即做出反应的危机时，能够采取行动自救。

正如勇气可以克服你的畏惧心理一样，希望可以给你勇气和力量。在日常的生活中，如果遇到了困难和挫折，你会采取什么态度呢？如果是以积极的态度，充满希望，鼓足勇气，面对失败和困难不屈不挠，那么你一定能够找到解决的方法，像第二只老鼠一样获得生机。否则，第一只老鼠的死亡也预示着你的失败。

找老公的道理正是如此。

第一个男人拒绝了你，并不代表第二个男人也如此，如果第二个第三个也拒绝了你，并不代表下一个也会如此，只要你心中的希望不灭，你总会找到的。就像我们从广告中听到的，总有一款适合你。

面对任何挫折和打击，无论你丢掉了什么都不要丢掉希望，无论你放弃了什么都不要放弃追求。你的一次失败，并不说明你失败了，但是你若放弃了希望和追求，那么你就真的失败。没有了希望你就真的是一无所有了。



下一个也许会更好

瑶已经一个星期处于恍惚之中了，她茶不思饭不想，脸瘦了一圈，眼睛也深凹了下去。齐的心真狠，一年有余的感情说结束就结束了。当听见齐说，“我们两个人真的不合适，我们分手吧”，瑶的脑海中一阵天晕地转、天昏地暗……

其实，在大约三个月前瑶已经感觉齐要离开自己，从那时开始齐不再像以往那样一往情深。由热恋时有时间两个人就甜蜜的见面，见面后不分场合不分地点张大双臂把娇柔的瑶紧紧拥在怀中。而后来齐总是找借口拖延至半个月甚