

每一个对爱情对婚姻抱有
幻想的女人必读书！

待嫁女孩

Girls to be married

姚娟◎著

66条 幸福法则



这是一部美妙绝伦的幸福宝典，我们秉着虔诚与祝福的心情，从实用的角度出发，帮你解开那些难以打开的结，为你出谋划策，让你不再拒自己于婚姻大门之外，使你能镇定自若地接受从婚前到婚后的角色转变，让你能安心愉快地享受那段待嫁期，成为世界上最幸福的新娘，并让你懂得在今后的日子里应该如何经营婚姻，如何让爱天长地久。

内蒙古科学技术出版社



待嫁女孩

Girls to be married

姚娟◎著

66条 幸福法则



内蒙古科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

待嫁女孩 66 条幸福法则 / 姚娟著. —赤峰: 内蒙古
科学技术出版社, 2009. 2

ISBN 978 - 7 - 5380 - 1773 - 1

I. 待… II. 姚… III. 女性 - 婚姻 - 通俗读物
IV. C913.13 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 198104 号

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号

电 话/(0476)8224848 8231924

邮购电话/(0476)8231843

邮 编/024000

组织策划/那 明

责任编辑/阿如罕

封面设计/创品牌

印 刷/赤峰富德印刷有限责任公司

开 本/710 × 1000 1/16

印 张/18

字 数/280 千

版 次/2009 年 2 月第 1 版

印 次/2009 年 2 月第 1 次印刷

定 价/29.80 元

给即将成为新娘的你



美丽的天使：

明天，你将迈入那座神圣的殿堂，成为某位幸运男士幸福的新娘。

此时此刻，我能想象得到你穿着白色婚纱的样子，幸福溢满你的身心，你神采飞扬，笑容满面。你的家里，一定挤满了亲朋好友，到处张贴着大红喜字，而我的心，也在此刻为你雀跃，为你祝福。

我想象，那个将要与你共度一生的爱人，一定是帅气而又温情的男子，而我的欣喜也无法言表，在这美好的日子里，我双手合十，向上帝祈祷：祝福你此生快乐、幸福。

在这大喜的日子里，请你容许我，向你唠叨一些嘱咐吧。

美丽的天使，我们都喜欢听花好月圆的故事，常被这喧哗世间存留的生死相依的深情所感动。亲爱的，请你相信，这个世界上一直都存在着忠贞的爱情和相濡以沫的婚姻，虽然，我们不时仍能听到或见到一些别人伤心欲绝的故事，但仍请你怀着最初那份美好的心愿，相信，相信生活是如此的美好，相信只要努力用心，你会得到永远幸福的婚姻。

美丽的天使，当你脱去那袭浪漫、华丽的盛装，步入平实的婚姻围城里时，请你作好足够的思想准备，带着一颗平常心去面对。

首先，请你好好爱你的爱人，婚姻中的爱，务必带着宽容与谅解等诸多复杂的因素，男人是内心复杂矛盾的个体，女人必得尊他如父，敬他如兄，爱他如子，不管怎样，请你不要伤害一个男人的自尊，尤其是在他的家人和朋友面前，尊重他，甚至崇拜他吧，这样的女人一定会成为某位男士的掌上明珠，他的自信也会蓬勃生长。但是请你记住，爱他，但不能失去自我。

亲爱的宝贝儿，请你记住，婚姻是三个人的生活：他的，你的，你们的。给对方一个适当自由的空间，也给你自己留一个空间，这样才不会那么近距离地放纵彼此的缺点，有分寸有原则的信任他，成为他的朋友。伟大的智者纪伯伦曾说过这样的话：“彼此相爱，却不要做爱的系链；彼此斟满了杯，却不要在同一杯中吸饮……”彼此独立却又永远

相依，这是世界上最为美好恒久的关系。

亲爱的，保持你的独立，继续自己的工作，努力认真地工作，并尽量做出小小的成绩，让他也为你骄傲。

学会做一样他喜欢吃的菜吧，并和他一起分享家务的快乐，你会发现，适当地依赖他，他会觉得自己的强大，也会义不容辞地肩负起那份不可推卸的责任。

还有，学习吧，不管婚姻的琐碎如何在磨灭着你青春的激情，都不要忘记学习和读书，专业知识也好，修身养性也罢，热爱读书和学习吧，这样，就算我们老去，就算我们容颜凋零，我们仍会保持那份内在的气质和娴静的魅力。

亲爱的，还有最重要的一点：善待你爱人的父母和他的亲朋。婆媳关系是这个世界上最难相处却也是最好相处的一种人际关系，把他们当作你自己的父母一样对待吧，只要你投之以桃李，一定会收之以琼浆。不要因为你的爱人给予你最浓厚的深情而轻视他们，只要你用心对待他们，用心浇灌那棵亲情之树，不久的将来，你会收获整个爱的森林。心存感恩吧，感谢你的公公婆婆，给你培养了这么好的丈夫，他们呕心沥血，二三十年来，养育着一个至爱的人，他们就这样毫无保留地把自己最为珍爱的宝物奉献给了你，他们给了你世界上最为绚丽的人生风景，最为温暖的臂膀，带你走过幸福人生的一段漫漫长路，所以，要感谢他们，尊重他们，也许他们的某些生活习惯，生活方式是你所不喜欢，所不能认同的，甚至于与你背道而驰，但你也要容忍，然后用你的温柔和智慧化解彼此的矛盾。

亲爱的，婚姻生活有时候无法给你明确的对与错，不要太过追求谁对谁错，适当的妥协，是一种技巧，尽快的融入这个家庭中，因为你不仅仅是走近你的爱人，你将要面对一种全新的人生，从前的玫瑰会变成今后的锅碗瓢盆，但可以奏出更全新的生活交响曲。

好吧，亲爱的，就让明天成为你们新生活的起点吧！但愿你们浪漫的爱情童话，从此多姿多彩，绵延不绝。

宝贝儿，在你即将踏入婚姻的城堡之际，真诚地祝福你！

编者

2009年1月

Contents 目 录

将婚族，你准备好了吗

房子有了，车子买了，年龄到了，不代表已经准备好结婚了。当我们寻寻觅觅地征战了许久，终于找到一个人许配终身时，才发现婚姻并非那么简单，即便你是佳人，他是才子。

即将告别单身，将婚族的担忧与恐惧，或许已不仅仅只是关于感情……

002 你真的准备好了吗

003 允许婚姻中拥有遗憾

006 婚姻也需要适当考虑“门当户对”

008 闪婚，你究竟闪到了谁

010 恐婚，恐的是什么

015 请避开错误的结婚理由

017 奉子成婚隐藏着怎样的风险

020 亲爱的，你是选我还是选房

023 准新娘该做好的准备

2 情感对话窗

一段时间的甜蜜恋爱期过后，你和心爱的他终于要踏上期盼已久的红地毯。你发誓一定要做个最幸福的小女人，要成为一个永远让丈夫着迷的好妻子。可是，在从一个女孩儿的身份转变为一个妻子的身份前，请你自己与自己进行一次心灵的对话……

032 嫁个爱自己的男人

034 待嫁期间应该摒弃的几种小情绪

039 给即将披上婚纱的新娘 10 个忠告

041 早点决定是否要在婚后当全职太太

048 你能接受婚后和他父母同住吗

051 柴米油盐的生活会动摇爱情吗

054 生育的特权

3 做个优质待嫁女

最具震撼的魅力往往是经过千锤百炼与深思熟虑后焕发出来的内涵。它体现了一个女人的修养，智慧，见识和胸襟。一个经典的成品女人，不仅拥有高贵的外表，更需要拥有眼界和能力。即使你是将要步入婚姻殿堂的幸福新娘，也应努力地将自己修炼成一个有内涵，让他爱不释手的男人。

058 待嫁女孩的相处之道

062 忠于爱情，也要忠于自我

066 保持神秘之美

068 不要当他的寄生虫

071 不当男人的“附属品”

072 提高自身的修养

074 随时为自己调制些快乐

078 提高内涵让你光芒四射

如果说我们感觉不到家庭的幸福，那不是因为幸福抛弃了我们，而是因为我们被生活中纷繁复杂的琐事所困扰，被浮躁的心所羁绊，被思想中偏执的观念所迷惑，甚至被错误的生活习惯所误导。

其实，能够让我们回归幸福的，不是祈祷命运之神的怜悯，也不是指望时光流逝去淡化矛盾，更不是幻想金钱所带来的转折，而只能是和家人一起，学会爱的智慧，守护我们的家。

082 把礼貌带入婚姻

084 爱情需要永久保鲜

087 巧妙利用你的眼泪

090 宠宠他的口味

093 如何成为丈夫的知己

097 保持苗条身材

099 给爱情加点“醋”

102 努力争取你们的“性”福

108 如何对待他的红颜知己

110 女人，请改掉想当然的习惯

5 做自己的幸福建筑师

邂逅以前，你是青蛙王子，我是丑小鸭；相遇之后，你就是英俊的王子，我就是高贵的天鹅。好吧，亲爱的，就让明天——成为我们爱情魔法的起点吧。让我们一同建筑一个属于彼此的幸福城堡，然后在那里携手与共一辈子……

114 爱他，但不能惯着他

118 这样吵架会让他爱上你

126 扮演不同的角色

128 当好他的“贤内助”

132 让丈夫快乐回家

136 让家变成一个干净、整洁的“港湾”

140 享受做母亲的快乐

142 正确处理“他想要的”与“你想给的”之间的关系

6 婚后，请用智慧去经营婚姻

有的爱情历经千辛万苦，终于修成正果后，却经不起仔细推敲了。生活中常有这样足以让自己破釜沉舟的，义无反顾的爱情，怎么在成就了名分以后就成白开水一杯了呢？

前往婚姻这条漫长的道路上，我们要用什么去维持它的长久呢？世间恐怕没有单方一味的奉献，也没有单方一味的索取，因为，每个人都需要爱和被爱。所以，各位待嫁的女孩儿们，婚后，请让智慧来经营婚姻；用头脑去管理婚姻。

148 婚后睁一只眼，闭一只眼

149 男人渴望理解

155 营造婚姻的浪漫温馨

159 处理好婚姻与事业之间的冲突

165 管好家里的钱

169 做你先生的健康顾问

172 善解人意顺他心

178 别让“痒”变成“痛”

182 男人也需要安全感

184 靠紧了，不一定温暖

187 为他创造一个独处的空间

192 别用“逼迫”把男人压坏了

195 学会在无关紧要的小事上妥协

198 婚后一年，对婚姻做一次深刻的反省

201 慎重结交“纯洁”的蓝颜知己

7 勿入婚姻的雷区

为什么仅仅过了短短的几年，那花前月下，海誓山盟的美丽爱人，转瞬间已不再是自己的白马王子或者白雪公主？

因为，其中的一人不小心踏进了婚姻的“雷区”。记住，我们永远都不可以为所欲为，即使凭着爱。

206 婚姻不是女人扮强者的舞台

209 亲爱的，我们别为了钱吵架

212 小心跳入这些雷区中

216 男人不愿被人打扰的时刻

218 女人婚后最易入的三个“雷区”

219 不要干预他的工作

221 千万不能碰的男人死穴

8 念好婆媳那本经

婆媳的距离那么近，中间，只隔着一个男人。若要厮杀，一场战役，殃及三代，历时半生。且让这个男人，心神俱疲，无法做人。若能处好，雨冷有伞，雪寒有炭，一家人，贴心贴意。到时你会明白，那是一辈子的温暖。

不置可否，婆媳关系是把双刃剑：既可以使婚姻如鱼得水，亦可以让婚姻如履薄冰。婆媳关系的好坏，直接影响着婚姻质量。

因此，如何处理婆媳关系，成为婚姻关系中最为重要的因素之一。

224 如何“收买”未来婆婆的心

227 摸清婆婆心中“好儿媳”的标准

231 了解婆婆生理和心理上的需求

236 独生子女“婆媳关系”难处

237 城市媳妇碰上乡下婆婆

241 让婆婆疼爱你

245 用理解换取婆婆的真心

249 亦近亦远，把握好婆媳间的距离

252 新老教育方式要沟通

9 明天，我要美丽出嫁

一生中最美丽的等待，全为了那一刻的永恒，而明天，一场落入玫瑰里的纯美爱恋就要有一个完美的结局了。作为准新娘的你，准备好一切了吗，一定要让自己美美地出嫁哦！

258 婚礼筹备期女孩儿应准备的物品

260 旗袍，中国新娘永远的爱

263 如何选择适合自己的婚纱

268 新娘礼鞋的选择与搭配

271 新娘预备：美容美体总动员



1

将婚族，你准备好了吗

房子有了，车子买了，年龄到了，不代表已经准备好结婚了。当我们寻寻觅觅地征战了许久，终于找到一个人许配终身时，才发现婚姻并非那么简单，即便你是佳人，他是才子。

即将告别单身，将婚族的担忧与恐惧，或许已不仅仅只是关于感情……



你真的准备好了吗

旧友相聚，大家一碰面，自然就会谈论起婚姻大事来：“班上有多少人结婚了？”、“听说xx怀孕了！”、“好像xxx跟结婚半年的丈夫闹意见，还要分居呢！”这过程中，已婚者多是心如止水的过来人，负责看破红尘做压轴发言；单身者则充当着冷静的旁观者，一副划清界限的模样，但又时时防备年龄与婚育问题蔓延到自己身上；将婚族则表现得最为忐忑不安：“他说要跟家人一起住，我怕和婆婆处不来；我不想那么快生小孩；结婚之后不能出差那么频了；你说我现在跟他说只同居，不领证可以吗……”他们的问题怎么那么多。

将婚一族，之所以习惯性昏头昏脑，大多跟心情紧张有关，不仅马上要告别单身迈向另一个阶段，还要跟一个与你没有任何血缘关系的男人厮守后半生，这让待嫁的她们觉得“有点儿恐怖”。然而眼下将婚族的担忧，还有许多跟感情无关——

❀ 钱，要怎么分

现在都流行钱权分开，夫妻俩就算是联名买房，供楼的时候也是一人一份，少不了。但大钱好算，小钱难分，结婚之后，家里的零散日用，应该怎么协调呢？不可能跟大学寝室那样，每人交公费，然后定期总结，这样也太狼狈了些。

过来人透露了不少处理方案，但实施起来，效果却五花八门。小晴和男友相识半年闪电结婚，因为两人都是大龄青年，达成协议让双方家庭放心就匆匆找日子成婚，刚开始半年房子没有到手，还没有住在一块，小晴到处跟人宣扬，这个婚结得值，她照样回娘家，老公照样回夫家，大家都省事，感情还算不错。但后来两人正式同居，才发现太多，而钱就是首当其冲。表面看，大家的工资水平差不多，但小晴怀疑老公有外快收入，就遵从传统习惯暗示其拿来家用，但被丈夫一口拒绝了，理由是他大多出差在外，家里的使用是小晴更多一些，现在每人拿八百元出来，已经是非常足够了。小晴当时就气炸了，不知道是嫁错郎还是自己理念太落后，后悔婚前没有好好立个财政协议，现在被精明的



老公算计到底。

因此婚前理顺一些必要的财政开支，是将婚族的必修课，当然，如果你对未来的丈夫很有信心，大可跳过这一关。只是这个年头，遇到凯子的机会，要比遇到“老千”的机会低很多。

❀ 家，能怎么分

这当然不是分家的意思，而是关于结婚之后怎么分配时间孝敬家中四老。以往遇到这个卡口，男人可能理直气壮，“既然你都嫁给我，跟了我姓，当然要到我家去伺候二老。”但时代变了，观念也变了，尤其是如今新婚的不少都是独生子女，妻子家的双老同样重要，绝不能得罪。

计划在农历新年前领证结婚的阿琳和伟华，就为今年过年的时间表争吵不已。因为伟华是传统客家人，家中父母仍住在苏州老家，所以他计划从年三十晚就回老家，直到年初六再到广州拜会阿琳家人。但阿琳才不管你什么传统的一套两套，自己也是独生子女，为何一结婚就不能陪父母过年，她甩出两个方案给伟华，要不把年夜饭安排在岳母家吃了，年初一才动身走；要不就年初二吃过晚饭坐晚班车回广州。如果两个方案都不答应，那就更爽快，大家各自过年吧。伟华听了气得直跺脚，后悔干吗要赶在过年前结婚，闹得人仰马翻。

遵循传统还是保留习惯，这都不是大问题，关键在于重要时刻，总得有人肯让步牺牲，彼此之间的关系才能维系。不过，这种牺牲不能是绝对的，因为我们面对的是婚姻，不是独裁。你能牺牲吗？

虽然即将步入婚姻殿堂的你要筹备的事儿太多，但你还是应该冷静地花些心思在这个问题上，毕竟这是婚后必将面临的。

允许婚姻中拥有遗憾

相爱的人们满怀美好的憧憬进入了婚姻，但是，没过多久，我们却不难听到这样的抱怨，妻子说丈夫新婚过后对自己的亲昵和爱越来越少了，自己从骄傲的公主沦落为爱情的奴隶；丈夫则抱怨道：妻子越来越不如从前可爱了，以前妻子温柔可人，像依人的小鸟，而婚后妻子越来越

越爱唠叨，脾气也越来越暴躁。夫妇们之所以对婚姻失望，一个主要的原因是他们把婚姻理想化了。

欲求不满的婚姻。现实的婚姻是实实在在的日常生活，它并不能使人事事如愿，婚内的人要忍受许多欲求不满。所以，待嫁之前，你一定要考虑清楚自己能否承受住婚后的一些遗憾。

1. 必须节制性欲，尤其当配偶患病、怀孕或暂时不在的时候。甚至要忍受可能出现的长期分离及一方的死亡。

2. 有时不得不牺牲自己的爱好。比如妻子想去逛街，但丈夫一进商店就头疼，妻子与丈夫上街路经一家新开的商店，虽然极想进去看看，但迫于丈夫的压力，也只好加快脚步，匆匆走过那家商店。丈夫喜欢钓鱼、下棋，但都不能去，因为星期天得陪孩子去练琴。有些爱好强烈的人心里积压着欲望与不满，久而久之影响着双方的亲密感情。

3. 商务的琐碎。有一位常在食堂吃饭的男教师，幻想结婚后有妻子做饭、洗衣，自己不但可以吃上可口的饭菜，而且每天还可以换上干净的衣服，但结婚后，他不但要帮妻子做饭，还要帮妻子洗衣。他越干越烦，心想，早知如此，何必结婚！现在，许多家庭由夫妇共同分担家务，但据调查，大部分的丈夫们刷碗、扫地、洗衣服、做饭是出于无奈，而

大部分的家庭女性仍分担了大部分的家务。妻子们白天在单位忙于工作，晚上回家还要买菜做饭，为孩子辅导功课，这种双重的负担给她们造成了很大的心理压力。

4. 社交不能随心所欲。结婚后与异性朋友的交往要适当限制，与一般朋友的往来也不像单身时那样频繁了。一些喜爱社交的人觉得交际受到了限制，而另一些不喜欢社交的逢年过节也得耐着性子与配偶的亲戚打交道。有一位女性不无感触地说：“恋爱时代我们很洒脱，但结婚后我发现不仅嫁给了丈夫，而且嫁给了他的全家。”丈夫亲属来





访，她为礼貌起见不得不在旁陪坐，尽管听不懂他们的方言。

5. 对夫妻角色的期待与不满。女性婚后希望丈夫像父亲一样，不管自己怎么任性，丈夫都要容忍，不管自己怎样没完没了地唠叨，丈夫也应微笑地听下去，她们希望丈夫像父亲一样呵护自己；男性则把妻子与母亲相比，认为妻子做的饭应该和母亲做的一样好吃，不管自己回家多么晚，妻子都应像母亲一样笑脸相迎。然而，妻子终究不是母亲，丈夫也不是父亲，因而，夫妻往往因为对方不像自己想象的那样而逐渐产生了不满。

6. 性别差异带来的不满。女性在家庭中的贡献一般比男性大，女性因妊娠等生理原因不如男性行动方便，而且她们一生在抚育后代中比男性付出更多的时间和精力。如果丈夫对此不体贴的话，很容易引起妻子的不满。

小李和小张是大学中的同班同学，俩人又同时取得了硕士学位，看来蛮般配的。然而结婚后，丈夫小李分到了研究所，取得了不少成果，被破格提为副研究员，而妻子小张被分到一所高校，由于生育休了半年多产假，而且抚育幼子花费了大量的精力，使她在事业上没有什么成就，小张非常焦虑，内心很不平衡，久而久之双方的感情也有了若隐若现的裂痕。

7. 对情爱的欲求不满。由于传统的教育，男性不习惯于把温存表现出来。如果哪个丈夫对妻子卿卿我我的就会被人嘲笑为缺少男人味儿。男性对女性太依从，太温柔会引起女性的不满，她会认为他缺乏刚劲，依靠不了。而男子心中充满温情却不表达出来的话，妻子们又感到难受。妻子叨唠了半天，丈夫寡言少语，为此，妻子经常恼怒，认为丈夫漠视和冷淡自己。大多数男人在求爱阶段是十分浪漫的，那时他们温柔而多情，他们视恋人如公主，对她百依百顺，但是，结婚以后大多数人“恢复了本来面目”。在家庭生活中他们表现得非常理性，早已不屑于那些爱情游戏了。而女性则不然，大多数的女人爱幻想，她们一生都在追求浪漫的情爱。在热恋时男人对她信誓旦旦、百般怜爱，令她陶醉，但是，结婚后男人恢复了平静，妻子们则感到委屈，想到热恋时的情景心里更对婚后的情爱感到不满。而许多男人认为自己的妻子太缠绵了，他们觉得一天24小时，工作、学习、带孩子、做家务，有时还要与朋友相聚，哪有精力和时间缠缠绵绵的。所以，男人们也满腹抱怨，觉得女

人们要求太多。

或许世间根本就没有绝对完美的爱情与婚姻，既然选择了就要允许婚姻中拥有些许遗憾，毕竟，有缺陷的生活才显得真实。

婚姻也需要适当考虑“门当户对”

两个正沉浸于热恋之中的男女，基本上不会考虑太多。门当不当，户对不对又有什么关系呢，毕竟恋爱只是一件属于两个人的事，只要彼此相爱便可恋爱成功了。尤其是在现在这个婚姻自主，恋爱自由的时代里。

可是，你们有没有想过，当你们准备要正式地步入婚姻，这个美丽而又神圣的殿堂的时候，那些被社会公认的“门当户对”者，绝大多数都能顺利地通过父母和亲友们的认可，而那些被认为“门不当，户不对”者，往往麻烦就在此时出现，矛盾与不快乐这两种隐患，在你们步入婚姻殿堂之前就已经带入婚姻之中来了。你们将要面对父母的百般为难与嘲讽，亲友们的阻挠。

为此，有多少孝顺女儿，为了不伤害亲情，而最终放弃了爱情，而这一段爱情对将来的婚姻生活必然会造成一定的影响；又有多少恋人不愿意放弃爱情而牺牲了亲情，方才和爱的人走到一起。但是，这样的你们能心安理得的过一辈子吗？你们会幸福吗？你们连最起码的祝福都没有，能天长地久吗？毕竟婚姻不是两个人的事，婚姻与恋爱不同。

但，也不能否认，“门不当，户不对”的恋人就不能走到一起了。有些因为双亲通情达理，又或是因为个人条件相当优越，也顺利地结成了婚姻的伴侣。这只是你们结成了婚姻伴侣，那么下面的一些问题可是现实存在的，这是谁都无法逃避的。在这些结成姻缘的人中，有多少有钱有势的公婆或是岳父母，他们只是接受了儿媳或是女婿，却瞧不起他们的父母，也就是贫穷的亲家。有多少父母进不了“高攀”了的儿子的家门，或者，即使是进去了，也是被儿媳呼之来唤之去的当保姆使唤，还搞不好要看儿媳的脸色过日子；又有多少贫穷的丈母娘，因为牵挂女儿而前往其家中探访，而最终因受不了亲家或女婿的冷嘲热讽而含泪离