



少林木子 编著

“没有风雨躲得过，没有坎坷不必走，所以安心的牵你的手，不去想该不该回头，也许牵了手的手，今生不一定好走，也许有了伴的路，没有岁月可回头……”

牵手一生

HAND IN HAND FOREVER



内蒙古文化出版社

牵手一生

HAND IN HAND FOREVER

少林木子 编著



内蒙古文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

牵手一生 / 少林木子编著. — 呼伦贝尔: 内蒙古文化出版社, 2009.4

ISBN 978-7-80675-698-0

I. 牵… II. 少… III. 婚姻—通俗读物—通俗读物 IV. C913.13-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 050199 号

牵手一生

少林木子 编著

出版发行 内蒙古文化出版社

(呼伦贝尔市海拉尔区河东新春街 4 付 3 号)

直销热线 0470-8241422 邮编 021008

印刷装订 北京燕旭开拓印务有限公司

责任编辑 乌日乐

封面设计 知尧视觉

开 本 787×1092 毫米 1/16

印 张 17 字数 250 千

2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

印 数 1-8000 册

ISBN 978 - 7 - 80675 - 698- 0/B·079

定价: 30.00 元

版权所有 翻印必究

前言

“因为爱着你的爱，因为梦着你的梦，所以悲伤着你的悲伤，幸福着你的幸福，因为路过你的路，因为苦过你的苦，所以快乐着你的快乐，追逐着你的追逐，因为誓言不敢听，因为承诺不敢信，所以放心着你的沉默，去说服明天的命运……”

一遍遍地谛听着这首老歌，心灵一次次地被打动。

光阴荏苒，岁月蹉跎。生活的忙碌，或许已使我们遗忘了曾经的悸动。牵手之后，爱，就如同左手牵右手一样习惯。而过去为牵手找个理由的丝丝情感，已飘落在风中。

牵手一生，需要我们理解、宽容、信任，需要尊重、关心，呵护、谦让，更需要忍耐、体谅、怜惜、包容和责任。牵手是向往，是祝愿。牵手一生，是每个人追求的目标，是相爱的人追求一生的梦！

当我们牵手走上红地毯的时候，那种幸福的眩晕感让我们落泪。我们十指相扣、相视而笑，手中传递的是无言的默契，是彼此相互的支持，是对今后婚姻的庄严承诺。牵了手以后的日子，是甜蜜的幸福。

牵手一生，莫过于“和相爱的人在一起慢慢变老。”因为有了爱，彼此心中就有了一份责任，一份牵挂；一旦牵手，无论今后的日子里，是苦是甜，是悲是喜，也不管未来是鲜花铺路，还是荆棘满地，我们都要不离不弃，彼此相爱。在平淡中体味着爱与被爱，默默地走过四季，走过风景，走向我们幸福美满的明天。

每当看见夕阳下林荫道上相互搀扶的白发夫妻，一种感动总是情不自禁地溢满心头！他们所走过的岁月里物质比现在贫乏、家庭负担比我们沉重，他们的婚姻大多是遵从父母之命、媒妁之言，然而他们相互关怀、相濡以沫，经历了无数的风雨，无论贫穷、疾病、灾难，始终微笑着地走在一起——他们是人世间一道最靓丽的风景！

白发不识少年心，却笑岁月早蹉跎。当青春渐渐离我们远去，皱纹悄然爬上我们的额头，乌发全然变成皓首，像一朵枯萎得快要凋谢的花时，还有一个爱着你的人牵着手，关心着你，照顾着你，呵护着你。当我们依偎在窗前，看着夕阳依旧如几十年前那般鲜红，正如我们的爱情，虽不亮丽，却温和永恒。那是多么的幸福，多么的浪漫啊！

“没有风雨躲得过，没有坎坷不必走，所以安心的牵你的手，不去想该不该回头，也许牵了手的手，前生不一定好走，也许有了伴的路，没有岁月可回头……”多么真挚的情感，没有修饰、没有夸张、没有承诺，却道出了最美的誓言。

“死生契阔，与子成说。执子之手，与子偕老。”一生牵手，一路与你；一生牵手，永恒不变。

愿天下所有夫妻在平淡真实中牵手白头，慢慢变老！

目 录

CONTENTS

♥ 上篇 做个好丈夫 ♥

好丈夫不一定会做家务,但他心里必须装着家,并为了家的安定和幸福时常能策划出妙趣横生的节目;好丈夫尊重父母也尊重妻子的父母;好丈夫不会把自己的意志强加给妻子,同时也不会时刻以妻子的意志为转移;好丈夫要有他自己的事业与追求,他要把自己当成一座山或者一棵树来为家遮风挡雨;好丈夫偶尔也会疲倦,就像妻子躺在他的怀里一样偶尔也享受一点呵护。

- 好丈夫的 10 条标准 / 3
- 好丈夫拥有 8 颗心 / 5
- 好丈夫的 5 项原则 / 6
- 好丈夫的 4 大角色 / 8
- 好丈夫的 3 大法宝 / 10
- 好丈夫的 9 个品质 / 12
- 好丈夫应做的 12 件事 / 13
- 好丈夫疼爱妻子的 68 个经典细节 / 16
- 好丈夫的 5 大责任 / 19
- 好丈夫的 3 种境界 / 21
- 好丈夫的 8 项注意 / 23
- 妻子孕期时丈夫的 6 项职责 / 24
- 女性讨厌的 50 种男性 / 26
- 女性心中的男性美 / 28
- 魅力男士 7 堂课 / 30
- 用心营造“女人缘” / 31
- 读懂女人 / 33





- 妻子最忌讳的 6 点 / 36
- 好丈夫的 10 “诫条” / 38
- 妻子写给丈夫的悄悄话 / 39
- 好丈夫绝对不能说的 6 句话 / 41
- 让妻子永不变心的 10 大绝招 / 42
- 怎样对待爱唠叨的妻子 / 44
- 怎样对待爱“吃醋”的妻子 / 47
- 怎样对待任性的妻子 / 48
- 了解妻子的性秘密 / 50
- 读懂妻子的性信号 / 52
- 掌握妻子的性欲周期 / 53
- 激发妻子的性欲 / 55
- 如何与岳父母相处 / 56
- 怎样处理好妻子与母亲的关系 / 58
- 给好丈夫的 15 条忠告 / 59

♥ 中篇 做个好妻子 ♥

作为一位好妻子,首先要学会去了解男人,去挖掘、探索他们的心理取向,让自己潜入无声地走进他的内心世界。男人承受的是什么?是社会的压力,生活的劳累!男人肩上扛的是什么?是责任,是辛苦!男人忍受的又是什么?是忍辱负重,是心力憔悴!男人需要的又是什么?男人更需要的是理解、信任、疼爱和关心!所以,好妻子就是丈夫需要时的关心和疼爱。



- 给新娘的 9 个忠告 / 63
- 如何做个好妻子 / 65
- 好妻子就是好主妇 / 67
- 好妻子的秘诀 / 69
- 好妻子的 17 条标准 / 70
- 好妻子应具备的 4 种气质 / 74
- 好妻子的 4 大法宝 / 76
- 好妻子“勾引”丈夫的 10 条绝招 / 78

好妻子会与丈夫“调情” / 80	
好妻子有“女人味” / 83	
好妻子温柔体贴 / 85	
好妻子会撒娇 / 90	
好妻子有魅力 / 91	
让自己成为一个有魅力的女人 / 94	
女人魅力语录 / 95	
个性，女人最迷人的魅力 / 97	
好妻子有智慧 / 99	
好妻子“风情万种” / 101	
好妻子充满性感 / 103	
好妻子是情人 / 107	
好妻子会给丈夫“面子” / 108	
好妻子应当会“管钱” / 110	
如何施展你的性感魅力 / 112	
好妻子 10 大修炼原则 / 115	
幸福女人的 16 个处方 / 119	
妻子购物影响丈夫 / 120	
给男人一点自由空间 / 121	
让老公更爱你的必杀技 / 123	
不要干预丈夫的工作 / 124	
12 种不受欢迎的女性 / 126	
令丈夫讨厌的 10 种妻子 / 128	
好妻子的 11 条禁忌 / 136	
好妻子的 9 条“诫条” / 137	
好妻子绝对不说的 12 个字 / 139	
丈夫最讨厌妻子说的 10 句话 / 141	
让你美丽一生的 8 个绝招 / 143	
读懂丈夫 / 145	
男人情欲的 8 大隐私 / 147	
领会男人的性语言 / 150	
好妻子常与丈夫谈性 / 152	
怎样处好婆媳关系 / 154	
如何调适好婆媳关系 / 156	



与婆婆相处的3个原则 / 159
如何与异性交往 / 160
丈夫有外遇，妻子有责任 / 162

♥ 下篇 琴瑟和谐 共浴爱河 ♥

相爱容易相处难。

爱一个人，也许不需要理由，但一定需要理解。

你的理解是对我无言的尊重；

你的鼓励就是给我最大的支持；

你的支持是我前进的动力。

家庭是温暖、是关怀、是和睦、是理解、是自由、是宽容、是放松、更是我们的避风港，每对夫妻在这个温馨的港湾中要多一点理解，多一点关爱，琴瑟和谐，共浴爱河，相挽相扶，白头偕老。

夫妻相吸4妙法 / 167
夫妻相处10大艺术 / 169
夫妻恩爱4大法宝 / 172
夫妻恩爱的15堂必修课 / 174
夫妻和谐的3条原则 / 177
夫妻恩爱的9个规则 / 179
夫妻和睦相处7窍门 / 181
夫妻和谐18招 / 185
幸福家庭的7种“调味品” / 187
夫妻相吸的20个完美方案 / 189
把握婚姻美满的12条秘诀 / 192
让婚姻永远保鲜的8大秘笈 / 195
婚姻持久幸福的8大特征 / 198
夫妻沟通的艺术 / 200
幸福婚姻10不要 / 204
夫妻22条经典“魔鬼定律” / 205

夫妻恩爱手册 / 207
快感婚姻 6 方案 / 208
夫妻性爱 3 禁忌 / 210
夫妻性生活 7 大魅力 / 212
“新鲜”性生活 6 主张 / 214
提高“性趣”的 5 个直觉 / 215
夫妻性生活 14 点禁忌 / 218
夫妻性生活 5 点劝告 / 221
影响夫妻性欲的 10 大因素 / 223
夫妻性生活调适的 6 条原则 / 224
夫妻性生活禁忌及性保健 / 227
中年夫妻如何获得新婚般性激情 / 231
如何改善中年夫妻感情淡漠 / 232
婚后如何与异性交往 / 234
与异性朋友交往的三大纪律八项注意 / 236
侵蚀夫妻感情的 6 种毒素 / 238
夫妻间产生猜疑的 3 大根源 / 241
夫妻矛盾产生的 4 大成因 / 242
激化夫妻矛盾的 4 种语言 / 245
夫妻矛盾 7 忌讳 / 247
化解夫妻矛盾 7 妙法 / 248
吵出更幸福的婚姻生活 / 249
婚姻危机的本质根源——性 / 251
婚姻危险期的“曲线” / 253
如何度过“危险期” / 256
外遇的 8 种形式 / 259
夫妻外遇的 5 种心理 / 260





上 篇

做个好丈夫

如何做个好丈夫？这不仅仅是一个家庭问题，也是一个社会问题。

究竟何为好丈夫？其实谁也说不清楚，相信一百个妻子有一百种说法。

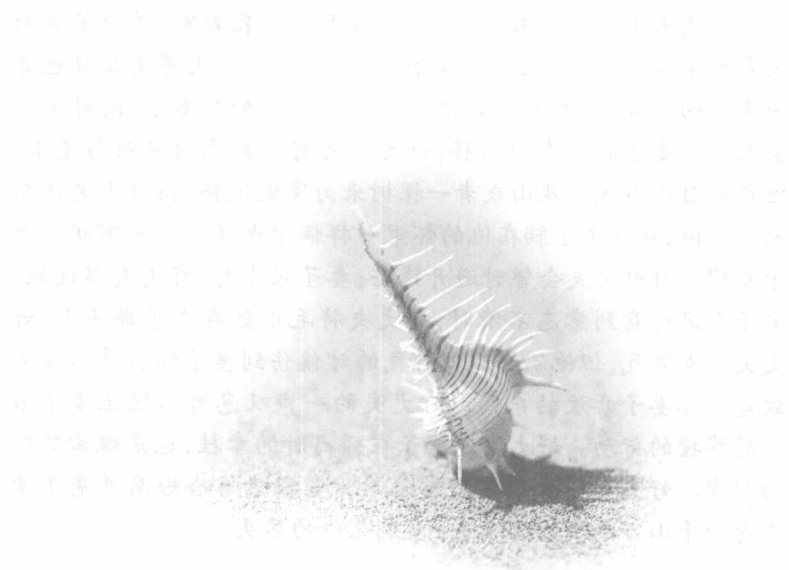
好丈夫不一定会做家务，但他心里必须装着家，并为了家的安定和幸福时常能策划出妙趣横生的节目；好丈夫尊重父母也尊重妻子的父母；好丈夫不会把自己的意志强加给妻子，同时也不会时刻以妻子的意志为转移；好丈夫要有他自己的事业与追求，他要把自己当成一座山或者一棵树来为家遮风挡雨；好丈夫偶尔也会疲倦，就像妻子躺在他的怀里一样偶尔也享受一点呵护。妻子发脾气时好丈夫会暂时避开锋芒；妻子寒冷时，好丈夫温暖她，妻子春风得意到意志不清时，好丈夫将毛巾敷在妻子额头上；好丈夫也发脾气，但他不会在发脾气的时候伤到妻子的自尊心或者故意毁坏妻子喜欢的东西。好丈夫的一声叹息可以阻止妻子依次的莽撞的行动。好丈夫是妻子在分离时的牵挂，也是魂牵梦绕的归宿。好丈夫与妻子恩恩爱爱甜甜蜜蜜嘻嘻哈哈肩并肩手牵手走向千山万水峡谷险滩——直到生命的尽头。

由于女性的生理特点,决定了女性在心理上依赖于男性,将丈夫作为自己的保护神。在大部分妻子的心目中,丈夫是强壮、坚韧、力量的象征。作为丈夫,应掌握妻子的这一心理特点,勇敢地充当起家庭的支柱,使妻子在心理上有了安全感和归属感,像飘荡的小舟驶进宁静的港湾。

女性一般不能忍受沉默,她们感情丰富,常常需要表达与倾诉。能体贴妻子的聪明丈夫,不管工作多么忙,心里多么烦,回到家中都能平心静气地认真倾听妻子的讲话,即使是一些微不足道的小事情与小感觉也要认真去听,对她的成绩予以肯定,对挫折与不顺心予以同情和鼓励。

女性的“自爱心理”希望不时地、经常地得到丈夫的爱。作为丈夫,应了解妻子这一特殊心理,经常做一点爱的表示,如不时的吻她一下,送她一点小礼物。

女性的感情特点是体验细微,能察觉到男性不易发现的感情细微变化。丈夫在专注自己的事业、家庭的未来等大事的同时,也应当注意一些小节,常说几句温存的话给妻子是非常必要的。切记:丈夫的甜言蜜语是妻子不可少的“零食”!



好丈夫的 10 条标准

责任心强

一个好丈夫首先要爱这个家，时刻把家放在心上，也就是有责任感。要像一颗大树为妻子和孩子撑起一片荫凉，让妻子和孩子有安全感。

体贴入微

有人说：女人要哄。妻子做家务累了丈夫说句体贴的话，或者动手帮着干点儿；心情不好的时候和妻子聊聊，说几句安慰的话，这样任何一位妻子都会感到幸福的。

独具魅力

这种魅力，并非取决于表象的伟岸挺拔与包装的风流倜傥。而来源于他缜密审慎的理性思维，善解人意的温馨话语与身体力行地兑现承诺。

恪尽职守

生活使他们懂得了肩负的责任，他们不会为一时的心猿意马而自酿苦酒，也不会为一时的痛快淋漓而放荡不羁，责任感使他们学会了把握自己。

眷恋小家

他们不会为一时的激情所至，“布方城”通宵达旦；也不会为短暂的诱惑，“恋舞池”彻夜不归。因为称职的丈夫懂得，只有营造好小家，才能拥有快乐的港湾。

善于生活

他不仅仅满足于做妻子生活的伴侣，更期冀自己成为妻子生命的伴侣。因为广博的阅历告诉他们：生活的伴侣唾手可得，而生命的伴侣来之不易。

牵手一生

• 深谙宽容 •

与爱妻发生争执或凭添不快时，他们既不会河东狮吼，更不会拔拳相向，而只会缄口无语，退避三舍，在忍让中化解矛盾，在宽容中再造和谐。

• 善解人意 •

妻子秉烛夜读，他会捧一盏香茗而相伴；妻子忙于事业，他会烹制好饭菜在桌边；妻子应酬社交，他也不会醋意大发地跟踪盯梢。

• 事业有成 •

无论是跻身仕途，还是身为平民，只要大丈夫“志存高远”，在事业上有所进，有所成，有所获，为人妻子者，也会对你刮目相看，颇为敬重。

• 心胸豁达 •

好丈夫不会为鸡毛蒜皮的琐事，而耿耿于怀；也不会为微不足道的小事，去唠唠叨叨或婆婆妈妈。出一言“驷马难追”，办事雷厉风行，必胸多豁达，妻子才会钟爱你。

爱情语录

好丈夫是把不快的压抑埋入心底，把生活的苦涩留给自己，把岁月的重负悄然担起。

好丈夫拥有 8 颗心

• 责任心 •

为了家，为了妻子，为了孩子努力工作而不觉得厌烦。好丈夫是天，是家里的顶梁柱。

• 爱心 •

妻子把一生交给你，你就要心甘情愿地做那滋养鲜花的肥料。不要吝啬，一句“我爱你”会让她心花怒放，灿烂一整天。

• 耐心 •

母亲和妻子的矛盾需要你的周旋和化解，也许有时候你会两边不是人，但你得有足够的耐心，毕竟，她们都是你最亲的人。

• 宽容心 •

在妻子手忙脚乱地端出糊了的菜的时候，千万不要皱眉，还要夸她进步不小，这样，她就会乖乖地再为你做真正有进步的下一餐。

• 专心 •

要抵得住诱惑，外面的世界很精彩，但只有妻子愿意为你洗袜子、为你生孩子，珍惜身边的她才是最明智的。

• 细心 •

女人都是水做的，敏感而又脆弱，你要在她伤感失意的时候给她一个温暖的怀抱，不需要太多的言语。



牵手一生

浪漫心

在妻子的生日或者结婚纪念日，买点礼物，给她个惊喜。哪怕只是一条丝巾或者一个小小的发卡，都能让她感动不已。

欣赏心

别盯着妻子的缺点不放，当她穿上新衣服，夸她漂亮吧！夸张点不要紧，哪个女人会不爱听呢？

夏娃语录

好丈夫站起来是一棵树，为小家遮风挡雨；躺在地上是一座桥，任妻子儿女走过湍流！

好丈夫的5项原则

要摆正婚姻的地位

婚姻是什么？是一件严肃的事情。正像有的人说的，我们在不断的奔走，为的就是寻找真正的爱情。如果你找到了，我恭喜你；如果你结婚以后发现婚姻不过如此，也没有必要泄气。你想想吧，你的父辈，你的父辈的父辈都是这样走过来的，你一定也可以走过去。认真的生活比什么都重要。

做一个品行端正的人

虽然说在任何时候任何场合人品都重要，但是在婚姻中尤其重要。只有具备好的人品，做丈夫才有底气，如果你的心里存有任何的欺骗心理，存有

任何的不忠诚，你一定会在与你的妻子的交往中体现出来，你感觉累，你的妻子也累。长期下去问题一定是层出不穷。

要做一个真实的人

你与老婆沟通最好的方法就是坦诚相待，有问题并不可怕，怕的是不能够认真对话。对自己的老婆不要有任何的隐瞒，无论你自己是好是坏，都要把真实的一面暴露给自己的老婆。

有喜悦共同分享，有困难共同承担，同舟共济才可以做长久的夫妻。

做一个宽厚的人

对老婆要有宽容之德，我见过这样的人，对同事可以宽厚待人，可是对自己的老婆却做不到这点，问其原因，这样的人会说，别人犯错误是他自己的事情，与自己没有关系，所以可以宽厚相待；而老婆却不可以这样，有问题就要直接说出，因为老婆是亲人。

要做一个平静安逸的人

夫妻之间相处也要遇事不慌，平静地对待夫妻之间的问题，要经常交流，互相关心，以心换心就没有解决不了的问题。

爱情语录

实际上夫妻闹不团结，往往不是原则性的分歧，而是因为鸡毛蒜皮的小事引起的，说到底就是你——男人的心胸不宽、度量不大造成的。