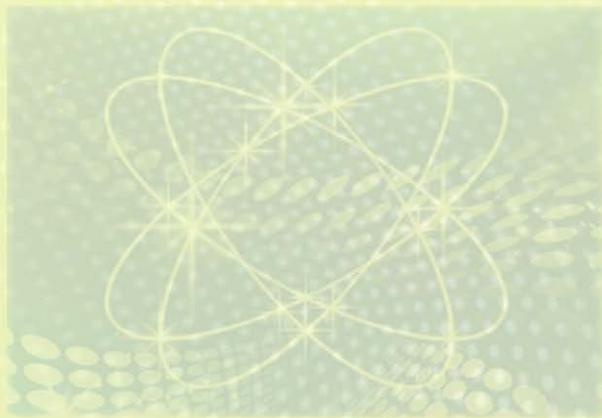


婚姻这点事儿  
——细说“相亲、相爱、婚姻家庭”

张一鹏 著



甘肃民族出版社

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

婚姻这点事儿：细说“相亲、相爱、婚姻家庭” /  
张一鹏著. --兰州：甘肃民族出版社, 2015.7  
ISBN 978-7-5421-2914-7

I. ①婚… II. ①张… III. ①爱情—通俗读物②婚姻—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 185546 号

书 名：婚姻这点事儿——细说“相亲、恋爱、婚姻家庭”

作 者：张一鹏 著

出 版 人：吉西平

责任编辑：王媛媛

封面设计：王林强

出 版：甘肃民族出版社(730030 兰州市城关区读者大道 568 号)

发 行：甘肃民族出版社发行部(730030 兰州市城关区读者大道 568 号)

印 刷：甘肃天河印刷有限责任公司

开 本：880 毫米×1230 毫米 1/32 印张：10 插页：2

字 数：225 千

版 次：2015 年 10 月第 1 版 2015 年 10 月第 1 次印刷

印 数：1~200

书 号：ISBN 978-7-5421-2914-7

定 价：29.00 元

甘肃民族出版社图书若有破损、缺页或无文字现象，可直接与本社联系调换。

邮编：730030 地址：兰州市城关区读者大道 568 号 网址：<http://www.gansumz.com>

投稿邮箱：448925720@qq.com

发行部：屈滢 联系电话：0931-8773312 8773264(传真) E-mail:1130375943@qq.com

版权所有 翻印必究

# 目录

## 第一部分 恋爱婚姻总述 / 001

- 一、人类恋爱的特点 / 003
- 二、婚姻的两大定数与三项指标 / 007
- 三、人生差错的原点 / 015

## 第二部分 相亲学说 / 018

- 一、相亲前的准备 / 023
- 二、相亲大忌与捷径 / 028
- 三、相亲法则 / 038
- 四、相亲史话 / 062

## 第三部分 恋爱学说 / 077

- 一、恋爱学 / 079
- 二、恋爱经 / 092
- 三、恋爱六字诀 / 094
- 四、恋爱法则 / 102

## 第四部分 婚姻学说 / 123

- 一、婚姻学 / 125
- 二、婚姻经 / 132
- 三、婚姻家庭大四原理 / 134

# 婚姻这点事儿

——细说“相亲、恋爱、婚姻家庭”

四、恋爱婚姻家庭传习录 / 150

五、婚姻家庭六字诀 / 167

六、婚姻家庭十字真言 / 178

七、婚姻法则 / 202

八、婚姻的“十到”与“八大戒律” / 256

九、婚姻家庭二妙法 / 266

第五部分：婚姻丛话 / 271

一、传统家庭 / 273

二、现代家庭 / 283

第六部分 影响婚姻质量的诸多元素 / 285

一、婚姻家庭与时代、文化、经济的血肉联系 / 287

二、人性不同层面对婚姻的影响 / 290

三、人的情感的本质意义 / 294

第七部分 婚姻家庭的合力与向心力 / 296

一、婚姻合力与向心力的特点 / 299

二、中国文化引领之下的婚姻家庭合力与向心力的建构  
/ 304

第一部分

# 恋爱婚姻总述

## 第一部分 恋爱婚姻总述

- 一、恋爱的特点
- 二、婚姻的两大定数与三项指标
- 三、人生差错的原点

## 一、恋爱的特点

爱是一切动物普遍具有的属性，具有广泛的意义，而恋爱则是人类特有的属性。严格地讲，其他普通动物的“恋爱”，更具有生物性，缺少社会性。因此，动物的“恋爱”与人类的恋爱不可同日而语，无法比拟。人类恋爱具有一定的社会内涵，表现得更为复杂、深刻，对人生具有一定的意义。人类的恋爱具有自发性，是一种本能反应，又具有随意性，缺少科学性，而探索人类的恋爱过程，逐渐成为一种学说，用以指导人类的恋爱，从而提高人们的恋爱质量和人生质量，就是一个必要。

人类的恋爱，是人类生活过程中的一个过渡，具有连续性，同时，也不具有连续性。说具有连续性，是因为恋爱紧随着婚姻家庭，是家庭生活的基础工程，而且可能一直延续于婚姻家庭的始终。在有的时候，受到外在客观环境的制约，生活艰辛，使得恋爱的基因隐藏起来，但却又存在于客观地存在。到一定的时候，又会自觉地显露出来，直接成为恋爱的新阶段，这是人性的一部分，很难改变；说具有不连续性，是因为人类的恋爱只是一个过程，是存在于社会人生的一个过程中。从一定程度上讲，恋爱与婚姻家庭是两码事儿，恋爱更具有自然属性，更具有本能属性，也具有阶段性，不会连续恋爱，这是由人类的社会活动决定的。

恋爱是一个过渡，是向婚姻的过渡。不仅如此，恋爱还会在婚姻之外过渡，成为人生在特定时期的缓冲器、解压器、释

## 婚姻这点事儿

——细说“相亲、恋爱、婚姻家庭”

放器。因为是过渡，就一定不会连续，所以恋爱这种现象，也会生生灭灭，但本质却是不生不灭，总有一种存在的载体。

恋爱这种过渡属性，会产生强大的感应，而且是内在的感应，是一种具有爆发力属性的潜在力量，容易点击，容易激活，容易亢奋，也容易改变个体原有的思想行为，或者是人生态度。因此，恋爱过渡就具有两面性，是一把双刃剑，不论是少男少女的恋爱，还是已婚男女的婚外恋，都是如此。可以说，恋爱既像是饥饿的人遇到烤鸭，也像是健壮的人喝了毒药。烤鸭是一顿美餐，毒药就会使人丧命。一般来讲，吃烤鸭没有后及力，而喝毒药却具有很强的后及力，恋爱也是如此。特别是婚外恋，对家庭具有很大的破坏性，这虽然不是全部，但还是屡见不鲜，值得警觉。鉴于恋爱的这些特点，恋爱学就理所当然地承载起指导恋爱，以及肩负恋爱“中毒”的疗救任务，是具有积极意义的。

恋爱是一个过渡阶段。这个阶段是一个时间概念，也是一个空间概念，更是一个身心成长的概念，是特定条件的产物。穿越特定条件，恋爱会自觉消失，还原到恋爱前的状态了，也是对原状的还原。这个过渡，没有年龄的界限，却与生活息息相关，又与社会风尚、社会审美意识紧密联系。而恋爱的质量与品位，也受到一定社会环境、文化背景的影响。如今，在西方，人们崇尚金钱，追求金钱，人们的价值观大大滑坡，精神品味极度肤浅、庸俗，恋爱也随之大大降低精神品味，特别是婚外恋，成为一种性糜烂，也成为性病传播的载体，对人们的健康生活影响极坏，对婚姻家庭构成侵权。而在我国，也受到西方文化的不良影响，尤其在国民素质还不是太高的情况之下，

人们的思想容易摇摆，容易被腐蚀。如今，随之刮起了一阵猛烈的婚外情龙卷风，遍及范围广，传播速度快，负面影响很大。然而，究竟到底，对于一般恋爱也好，对于婚外恋也罢，都不是什么新事物，自古有之，历来已久，是伴随着人类的存在而产生的，与人类生活互根互生，这种情况过去存在，现在流行，将来也一定存在。这一点，也正是人性的所在，是一个永恒主题，是值得思考与研究的课题。

人的情感是一个很脆弱的“软肋”区域，很容易被诱导，很容易受伤害。而且受伤害之后，又不容易恢复；诱导之后，容易形成动力定型，会反复进行，也会反复被诱导。而恋爱则是人的情感“软肋”中的“软肋”区域，是情感世界最敏感的交互区。然而，人类的恋爱是绕不过的，也没有必要刻意去绕，正确面对就是必须。恋爱是从这个“软肋”之处引发的一股暖流，一沟清泉，一把烈火，一块土壤，一朵花蕾，需要火炼，需要疏导，需要冲洗，也需要灌溉。从而使得这个“软肋”区域厚实起来，强大起来，积极起来，从而穿越情感的“软肋”区域，成为情感的“钢铁长城”，即健康地步入初恋，健康地穿越初恋，正确地对待婚外恋。

在初恋阶段，就要把意志的脆弱转化为意志的自由。这个意志脆弱区域，很容易摇摆，它不是人性意志的究竟处，却是自然物的人具有的意志不稳定区域，很容易被诱导，很容易去追随。因此，也很容易改变追随而变得十分固执，更容易诱导内在的不稳定因素，而过分固执也是一种意志局限。初恋就成为一块试金石，更像一亩三分地，需要经营，才有鉴别力，才有可控性，才能轻松穿越情感“摇摆”区域。于此，就会自在

## 婚姻这点事儿

——细说“相亲、恋爱、婚姻家庭”

地步入恋爱，漫步在花前月下，或和而不同；或“唇枪舌剑”，也总会存在更高层次之上的共同性，道一声：“再见！”总是别恋后的一种祝福！在心灵的障蔽之处，又是曲径通幽，迈向柳暗花明；即便是分手的一天，其乐融融，何故？恋爱，不再纠缠在一个“情”字之中，“理”字也是人性高呼万岁的理由。意志的自由，一定是从初恋中提炼出来的，因此恋爱就具备了意志的力量。

恋爱是人格优化的必要过程，个体对待恋爱的方式则与个体的精神品味直接相关联。在这时，初恋的孩子们，把各自的行为习惯，渗透在恋爱之中。因此，本有的格局，很可能被同化、软化，进而进入必需的变化。于此，就要与时进退，静养智慧，优化格局，“淡泊以明志，宁静以致远”，也是恋爱的法则。对于婚外恋而言，人格素养已经大大形成，而检验这种素养的工具，就是对可能发生的婚外恋给予的人格魅力，以及所对待的态度。玩物丧志，浮躁庸俗，乘人之危，永远是做人的大忌。

恋爱是有分寸的，有界限的。人类的存在，恋爱问题无法回避，这可能是一个事实，具有真理的内涵，体现的是人性在精神领域中的相互肯定。但是，在一定的深度中，恋爱潜伏雷区，标识禁区，在一定的范围，都是一种人格魅力。反过来，超越界限，步入雷区，撞入禁区，都会丧失一种应有的规范。

至此，就要重视婚前恋爱。从生活实践来看，有一种约定俗成的观念：谈恋爱就意味着找对象，走进结婚。因此，在客观上，一部分人就会在恋爱中，采取取悦对方，笼络对方，甚至欺骗对方的方式，都是为实现婚姻这一目的。于此，就会在

匆匆的恋爱过程中，将自我掩饰的成分大大地增多，就会为恋爱，为实现婚姻，采取相应的手段。如此，就会省略恋爱过程中的必要成长，就会大大地减少恋爱的意义，却又在无意间养成不诚实、虚伪、狡诈的不良处世习惯，也会形成不良的处世定势。这些，对未来的婚姻家庭、人生生活，以及价值判断都有不良影响。还有一部分人，一般来讲，是生长在一些较为保守、落后的地方，恪守“男大当婚，女大当嫁”的教条，恪守“父母之命，媒妁之言”的“定律”，也愚昧地沿袭“男女授受不亲”的理学教条，使得婚前必须的恋爱几乎成为空白。这些，都是不正确、不科学的。另外，还有一些孩子们，对恋爱的意义很是模糊，缺少家长、教师的正确指导，单纯地认为恋爱就是一种普遍的本能，就会盲目恋爱，随意介入性的区域之中。这些，又都是错误的。于此，强调恋爱过程对个体身心发展的意义，对理性人生的把握，对幸福人生的探索，就很有必要。

## 二、婚姻的两大定数与三项指标

从现实生活去考察，我们会发现很多家庭的婚姻质量并不是很高，用一个司空见惯的词来说，就是“将凑”，也就是凑凑合合的过日子。在这种凑凑合合中，都存在家家难念的一部经，密码只有自己最清楚。一方面，对于这种只能面对，却无法回避的现实情况，虽然只是存在于一部分婚姻家庭，却成为一个不可忽视的问题，也是一个值得思考的社会问题；另一个方面，在全面建设小康社会中，实现高质量婚姻家庭的迫切性，也值

## 婚姻这点事儿

——细说“相亲、恋爱、婚姻家庭”

得我们去思考。如此，很有必要去探索恋爱阶段的意义、经营婚姻家庭的意义，以及探索点击婚姻家庭活力的意义。这就要搞清楚恋爱、婚姻、家庭之间的关系。恋爱是每个人必经的一个关键性的路站，它通向婚姻，通向家庭，构成了恋爱、婚姻、家庭三位一体。而婚姻家庭的质量，在一定的程度上取决于恋爱过程的质量，以及个体对婚姻家庭的态度，即对人生的态度。因此，谈一点恋爱婚姻家庭的常识，对于年轻的朋友们来说，并非画蛇添足，无病呻吟，应该十分必要，在一定程度上讲，可能也是一个很好的参考系数。

在恋爱婚姻家庭中，有两个定数，三项指标，都值得关注，具体如下：

第一个定数：夫妻是一种缘分。正是“求之不得，弃之不去”，是“命”里注定的，这种情况在婚姻“定数”中可决定50%。也就是说，个体的婚姻有50%已经定型了，是在冥冥中形成的，也是个体无法把握的。倘若谈了一位不是冥冥中注定的对象，谈来谈去，就会谈出毛病，结果还是“拜拜”了。这种情况用佛家的观点讲，夫妻是修来的。人们说，五百年的前世因缘，才有今生的擦肩，那么一生的夫妻看来最少也需要五千年的时空积淀了。当然，我们在恋爱以及抉择婚姻时，不可被所谓的缘分所束缚，而要积极地、认真地去抉择。

第二个定数，“棱角”效应，决定婚姻的50%。所谓的“棱角”效应，就是在决定婚姻时，由于双方的“棱角”产生了一定的吸引力，使得双方经过双向选择走到了一起。这个“棱角”的表现形式比较复杂多样，诸如对方的财富、地位、姿色、才能，以及志趣、处世方式、生活习惯等等，都可以成为婚姻

“棱角”。因此，婚姻的“棱角”效应与恋爱的“棱角”效应有时候是一致的，有时候则不尽相同，表现得更为复杂。譬如对方的物质财富在婚姻选择时产生了一定的影响，而在恋爱时却并没有太多的吸引力。“棱角”效应在一定程度上决定婚姻的质量，因此，对婚姻的“棱角”把握不当，就会影响今后的婚姻质量。

以下谈三个指标：

第一个指标：夫妻的最佳组合，不在于“雅”，也不在于“俗”，而在于“和”。“和”就会产生一定的向心力，保证着婚姻家庭稳定。倘若看起来夫妻两人都很雅观，甚至都很优秀，但是又各行其是，都有自己的一套做事标准和生活方式，却不会合作，不懂合作的艺术，婚姻家庭也就欠“和”了，就失去了动力、活力，也失去了相应的合力，就缺少向心力了，这样的婚姻家庭的质量肯定不高；倘若夫妻都不是太优秀，但能很好地合作，能及时地点击婚姻活力，能体现出一定的合力，能够产生整体的向心力，达到了“和”的标准，也是一个很幸福，高质量的婚姻家庭。这个“和”的来源，体现在两个方面。

第一，夫妻的组合。包括个性组合，心情、情趣组合，也包括生活方式方面的组合。家庭的一切魅力在一定程度上讲，就是夫妻的组合所体现出来的家庭整体氛围，以及达到的婚姻家庭质量。夫妻两人拥有一种相同的，或相似的，或者是互补的生活方式，或者是可以接受的文化传统，这一点在婚姻家庭显得很重要。个体的生活方式一旦定型，实在很难改变，而不同的生活方式，就是不同的人生态度，也是不同的文化传承，更是不同的生活习惯。因此，生活方式直接影响婚姻家庭的质

## 婚姻这点事儿

——细说“相亲、恋爱、婚姻家庭”

量。这样，选择恋爱对象就有了切入点，需要抛开一见钟情的表象和物质条件的首要把握，去略微用一点心思考察一下文化背景、家庭背景这个大框架，进而去判断恋爱双方生活方式的差异，做到理性抉择。

第二，夫妻的磨合。夫妻关系如果仅仅依靠缘分，依靠一种最佳组合，恐怕很难找到最合适的对象，这是因为没有太多的时间，也没有太方便的环境给择偶者提供很多的选择。如此，夫妻的组合不太完美也是不要紧的，是正常的。这时候，把握好另一个法宝就显得很重要了。这个法宝就是夫妻磨合，通过“磨”达到“和”，才是高质量婚姻家庭的本质。磨而不和，是欠火候的，一磨即和，也是欠棱角的。磨之又磨，然后默契，然后大和，为之婚姻的精品。高质量的婚姻家庭，以及人与人之间的关系，贵在磨合。不仅如此，磨合也有不同的层次，高质量的磨合，一定是艺术化的磨合，是人生艺术化的必然。而婚姻是终身大事，夫妻相处的时间最长，需要共同解决的事儿也最多，最为务实，肤浅不得，因此磨合尤其重要。这一问题，就需要从恋爱开始，去认真探索磨合的艺术。其中包含三个因素，具体如下：

其一，健康情趣。夫妻二人的情趣不一定相同，你感兴趣的，我不在意；我感兴趣的，你却提不起兴趣，这就有点阴差阳错了，有点不同路了。如此，最容易闹矛盾，也最容易“车走车路，马走马路”。因此，情趣对夫妻来说，必须要一致，或者趋于一致，或者不唱反调。情趣暂时不同，不要紧，可以培养。人之为人，就有类似的基因，一个民族的人，就有其中相似或相近的审美基因，通过挖掘，就体现出来了，这个挖掘的

过程，就是培养情趣的过程。但是，要注意，情趣一定要健康，不健康的情趣，无数的实例证明，是人生的定时炸弹。所以，培养健康的情趣，意义重大，既是高质量婚姻家庭的需要，也是家庭教育、家庭传承、家庭长久的必要过程。

其二，坚定的人生信念。关于人生信念，似乎有点老掉了牙，似乎再提就是老调重弹，即便是谈，也弹不出什么新鲜的调子了。但是，不谈不行呀！人生没有信仰，就会恍惚，就会不安，就会不知道怎么做人了。所以树立信念是人生的第一要务，而信念又一定在我们每一个个体的身上客观存在着，是从成长的过程中带来的，有家庭文化的影子，有在学堂中耳目习染的表征，只是信念不太坚定，或者这个信念树立的不正。不坚定，就要使得坚定；不正，就得要扶正。有了坚定的人生信念，人生不论面临何种巨变，都会处变不惊，都会随机应变，都会进退自若。

其三，有一颗平常心。人生要走得稳，走得乐，走得轻松，走得踏实，就少不了一颗平常心。而对于平常心，有诸多误解，有人认为自己啥都不求，就是平常心，这就错了。啥都不求，不是人生的真谛。人生就是通过合适的求，达到合理的得，才得以安身立命。平常心，不是不求，而是创造“求”的适宜条件，水到渠成地去获得；又不是太在意失去，有得必有失，失去的条件具备，自然就会失去，也是自然而然的，因此是平常的，是平常的心情，这是对事物发展规律深刻认识的结果。所以，拥有一颗平常心，并不容易，需要修炼。

人们都习惯于适应拥有，却对于失去极其恐惧，这是常情所在，但是失去并不以人的主观意愿为依据，在失去的时候，

## 婚姻这点事儿

——细说“相亲、恋爱、婚姻家庭”

就会失去。失去，人们不愿意面对，因此开始皱眉、不爽、痛苦，甚至堕落，这是人生肤浅所造成的。拥有一颗平常心就会知道任何事物具备存在的条件，就会合理存在，具备失去的条件，就会理所当然的失去。改变人生，不再从一时的得失上着眼，而是从创造条件上前瞻性地推进，所以一切都在预料之中。

第二个指标：爱情的保质期。没有爱情，婚姻的质量肯定不是太高，而爱情并不完全是一种感觉，显得更抽象。它本身具有一定的表现形式，是通过一定的线索产生爱情引力的。一旦失去必要的线索，爱情引力就会变小，甚至失去吸引力，这就是爱情的保质期。这一指标包含四个基本因素，具体如下：

第一，健康。健康来源于一种遗传，也不尽是遗传，而且也是一种现有的健康保障。健康分为身体健康、思想健康、心理健康。

首先，人与人之间的和谐相处，会促进个体身心的健康状态。反之，会直接导致个体身心的不健康。因此，要把和谐作为婚姻家庭健康保障的第一要务。

其次，身体的健康，无疑是爱情的信号，无疑是婚姻家庭得以运转的有力保障，因此就得注意一些生活的细节。饮食起居是影响个体身体健康的一个不可忽视的因素，一个家庭生活习惯不好，饮食不讲究、不科学，不按时按点，暴饮暴食，就很难做到身体健康。另外，不按时作息，经常疲劳过度，身体就会出毛病，甚至经常出毛病。

再次，在整个健康中，思想健康尤其重要，也很容易被人忽视，觉得自己没有什么大不了的，与周围的人相比，都是一个样，这就错了。若以周围的人做参照，就很容易“近墨者黑，

近朱者赤；与荣俱荣，与损俱损”。因此思想健康，不能以周围的人做参考，它有一个客观的考量标准，就是信念端正，可为而不妄为。思想健康了，婚姻家庭就有了从长计议的基础。

最后，心理健康。有专家预言，21世纪是心理疾病、精神病笼罩的时代。这个不一定是真理，但是人们面对各种压力与困惑，心理不健康肯定比较普遍。要知道，心理不健康有严重的后果，很容易极端、冲动，遇事也很容易想的片面，进而想不通，导致跳楼、服药、自杀，甚至违法乱纪。这样，就容易给自身以及家庭带来不幸。因此，一个幸福的家庭，都会在这些细枝末节上处处留意，及时调理，科学施救，把关爱人的生命健康作为第一要务。

第二，良好的习惯。习惯与爱情不是没有关系，而是影响爱情的质量。生活习惯不好，爱情就会不见其损，却日有所亏；而习惯良好，爱情就会不见其增，却日有所增。强调生活习惯，就是因为习惯不是生来就注定的，是可以改变的。把不良习惯改变为良好习惯，爱情的保质期就会增长。关于习惯，一方面来源于原有的家庭环境，另一方面来源于在成长过程中，对外在环境的能动作用，这两个方面对人生都具有一定的积极意义。

爱情存在于生活之中，就要用良好的生活习惯来滋养。不仅是生活习惯，而且是工作习惯、学习习惯与良好的处世习惯。良好的习惯不仅是已经形成的，而且是可以继续去完成，是一个完成的过程，是过程的优秀，又是优秀的过程，是人生的一个整体过程，而一个优秀的人，又总是把落实责任与义务当作良好的习惯。

第三，志趣。志趣不是生活主体之外的细枝末节，而是包