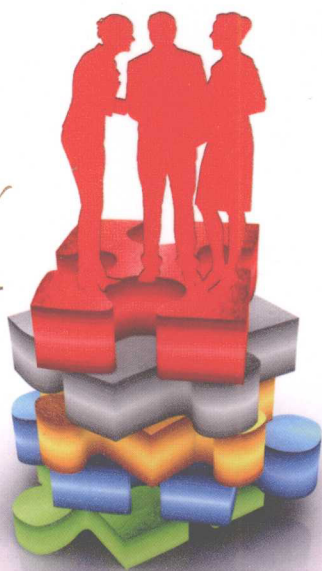


NIKEYI POJIE
TARENDE
AIQINGYUYAN

一本**剩女**求爱期间的告白手册
一本**圣女**恋爱时期的解惑指南

每一个聪明女人都该被某些错误的想法或行动阻碍到自己追求爱情的步伐。记住女人的幸福，要自己掌握。



一本围城女人的
婚姻宝典……

高莹 / 编著

女人 的爱情指南

NIKEYI POJIE
TARENDE
AIQINGYUYAN



女人 的爱情指南

高莹 / 编著

中国文联出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人的爱情指南 / 高莹编著. — 北京 : 中国画报出版社, 2010.3

ISBN 978-7-80220-737-0

I. ①女… II. ①高… III. ①女性—爱情—通俗读物

IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第044379号

女人的爱情指南

出版人: 田 辉

编 著 者: 高 莹

责任编辑: 史文良

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编100044)

电 话: 88417359(总编室)、68469781(发行部)

印 刷: 北京市业和印务有限公司

监 印: 敖 晔

经 销: 新华书店

开 本: 710mm×1000mm 1/16

字 数: 280千字

印 张: 14.5

版 次: 2010年5月第1版 2010年5月北京第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80220-737-0

定 价: 28.00

版权所有 侵权必究 印装错误可随时调换



掌握你的命运与爱情

每一个红尘俗世中的女人，都不可避免地会接触到爱情这个说不清道不明的东西，而这个复杂的东西关乎女人一生的幸福。都说“性格决定命运”，有的女人太过固执和顽强，有的女人太过爱恨分明，有的女人太过优柔寡断，女人的个性与爱情也有着直接的联系。如何与男人愉快相处，不让自己在两性关系中受伤害，是每个女人都期望的。虽然爱情是一本很难读懂的书，但再复杂的理论也有规律可循，只要你尝试做个有心的女人，其实爱情也有“指南”。

爱情面前人人平等，貌美如天仙者不一定就能寻到真爱，丑如东施者也未必就没人喜欢。虽然机会均等，但能不能紧紧地把握住却因人而异。这本《女人的爱情指南》首先让女人了解自己，认识自己在爱情中常会犯哪些错误，日后有则改之无则加勉；治疗女人的那些潜

伏在夜里伺机而动的旧伤口，让女人不再过分担心错过“命中注定”的姻缘，因为男人就像公共汽车，错过了一辆，一定还会开过来下一辆；让女人知道美好的爱情其实与“阴谋”脱不了干系，女人偶尔耍耍手段，会加速爱情的进度；教会那些徘徊在自卑与自信边缘的女人们，如何才能魅力四射；告诉女人在爱情中应注意什么，哪里是不可踏入的“雷区”；还告诉女人如何能够一直拥有热恋的感觉；更教会女人如何在围城中生存……

你一定能在本书中找到自己，如果愿意你也可以在书中释放自己，然后完善自己，最终得到一场真正的爱情。对很多女人来说，爱情就好似一个打不开解不散的结，女人拖泥带水固然不可取，宁为玉碎又有些极端。这本书就告诉你如何在不同的爱情阶段游刃有余，做到尽善尽美。

这是一本女人求爱期间的告白手册，也是一本女人恋爱时期的解惑指南，还是一本围城中女人的婚姻宝典，每一个聪明女人都该被某些错误的想法或行动阻碍追求爱情的步伐。记住，女人的幸福要自己掌握。



目 录



指南之一

试纸测测女人心

这个世界上存在着千千万万、形形色色的女人，可在每一个女人的内心深处，都有各种恐惧感；女人也经常自相矛盾，在确定与怀疑之间丢掉本可以抓住的机会。西方哲人说，女人啊，你首先要了解你自己，才能爱别人。不妨一起来测试一下，了解自己是取得成功的前提。

你是哪种类型的女人？ / 002

女人最重要的是什么？ / 005
你有“爱情焦虑症”吗？ / 008
爱情高于一切吗？ / 011
你是个大女人吗？ / 014
你有强烈的爱情占有欲吗？ / 017
你在自己的感情中掌握主动权吗？ / 020
你是个坏脾气女郎吗？ / 023
你总会爱令智昏吗？ / 027
挥剑斩情丝——你是不是拿得起放得下？ / 030



指南之二

掌握新版“阴谋”与爱情

在德国戏剧大师席勒的笔下，阴谋与爱情作为两个对立面而存在，穿越门第的爱情最终成为阴谋的牺牲品。而在 21 世纪的今天，它们已进化成如同一对孪生姐妹，“阴谋”因为爱情变质而纯洁，爱情因为“阴谋”护驾而圆满。爱情不是一个现代女人生活的全部，却是最重要的一部分。学会有点小聪明吧，你的爱情路会走得更顺畅。

爱情并非无所图 / 034
女人的 20, 30, 40 / 037
爱情的共性和个性 / 040
爱情不等于盲目 / 043

坐以待毙，不如放手一搏 / 046
为爱耍点小阴谋 / 049
女人眼泪的妙用 / 052
学会经营你的爱情公司 / 055
合理安排，事业爱情双丰收 / 058



指南之三

探秘魅力女人

爱情是人生的锦上添花，但你首先要把自己变成一块锦。台湾女作家亦舒在《喜宝》中说：“做女人要做一幅画，不要做一件衣裳，被男人试完了又试，却没人买，试残了旧了，五折抛售还有困难。”女要为己容，不仅仅是为了悦他。美丽有策略，你也可以成为完美女人。

品味经典——那些经典女人教会我们什么 / 062
不做懒女人——任何人都可以无比耀眼 / 065
燕瘦环肥的春光乍泄——独一无二的你 / 068
人生若只如初见——先识霓裳再识佳人 / 071
细节决定成败——把美丽武装到脚趾 / 074
站成一片风景——女人的仪态 / 078
个性魅力——如何塑造迷人个性 / 081
最是那一低头的温柔——女人味 / 084
头脑“充电”——做一个知性美女 / 087
自信女人，男人更爱 / 090



指南之四

信守“女人我最大”

瓦莱里说：“聪明女子是这样一种女性，和她在一起时，你想要多蠢就可以多蠢。”而现代社会的女性早已推翻这种男人中心的聪明的定义。如果你愿意，你也可以“作威作福”。不要守株待兔，想要的东西要奋力争取，自己的生活自己做主。

慧眼识男人 / 094

女人主动出击，一切尽在掌握 / 097

幻想更好的，就会失去最好的 / 100

感情独联体 / 103

半糖主义 / 106

爱他，但不能惯他 / 109

不要试图改变男人 / 112

不要考验爱情 / 115

爱情温度计 / 118

你的爱情几平方米？——学会放手 / 121



指南之五

小心踏入爱情“雷区”

有人说爱情很简单，没有谁规定复杂的条条框框，“你爱我

最好，不爱我拉倒”，但也有更多的人说爱情是门很高深的学问，它里面的“雷区”遍布，不容许你为所欲为。学聪明点吧，有些潜规则不要三令五申才开始警觉。否则练歌房里高唱“好花不常开好景不常在”那首老歌的很快就是你了。

唯我独尊，拒不认错 / 126

反复无常，优柔寡断 / 129

头脑简单，败絮其中 / 132

第六感动物，跟着感觉走 / 135

嫉妒猛于虎，好奇害死猫 / 138

恋衣狂 / 141

黄脸婆 / 144

自恋狂 / 147

女人的比较 / 150

女人的唠叨 / 153



指南之六

让每一天都是热恋

经常会有人问：“为什么最甜蜜的时光总是那么快就过去？”“如果爱情需要保鲜，那是不是需要保鲜的东西都容易变质？”这样的感叹你一定不陌生。其实只是没发觉，倘若稍加注意做到以下几条，你们可以一直热恋。

不要吝啬你的赞美 / 158
不要让他一直猜谜 / 161
重视你们的每一次亲密接触 / 164
一天也不要失去联系 / 167
彼此尊重 / 170
倾听——保持频繁的心灵交流 / 174
可爱“小傻瓜”——女人不必太聪明 / 177
睁一只眼闭一只眼——爱情不需要完全透明 / 180
白天不懂夜的美——做一次床上的坏女人 / 183
爱情“保洁”——定期检查进度 / 186



指南之七

真诚对待婚姻

有一首诗里刻毒地写道：女人只能给男人带来两天快活，第一天是要她时，第二天是葬她时。人们总把婚姻渲染成爱情的坟墓和男人的监狱。其实恋爱是婚姻的序幕，序幕放完了，人生的主题才刚刚开始。婚姻是一所高等学府，用心便可无往不利。一个成功的女人可以扮演好生活赋予她的每一个角色。

学会制造你们的专属回忆 / 190
不要伤逝，更不做娜拉——婚后女人的独立 / 193
灵魂伴侣——信任 / 196
贴心小厨娘——满足老公的口福 / 199
学会撒娇，长期霸占老公的三千宠爱 / 202
幸福也要“性福”帮 / 205

及人之老——婆媳关系很重要 / 208

准备好三人世界了吗? / 211

“七年之痒”——当生活日趋平淡 / 214

“七年之痒”——当白玫瑰遭遇红玫瑰 / 217



爱情

指南之一

试纸测测女人心

你是哪种类型的女人？

西方有句名言“Character is fate”，即“性格决定命运”。这句话被现代社会运用得如此广泛，以至于网页上、QQ个性签名上、甚至公司的墙壁上……你都能有机会看到它。女人都知道这是句真理，可往往在爱情溃不成军时才会想起其指导意义。

如果有一个许愿的机会，相信每一个女人都渴望爱情功德圆满。可与男人的交往是一门很大的学问，稍有差池就会前功尽弃。也许你知道自己想要什么，可难就难在你不知道接下来具体的行动。

意大利画家莫迪里阿尼的系列画作《珍妮的画像》中，每个画中人都只有一只眼睛，许多人看到后疑惑不解。对此，莫迪里阿尼解释说：“我们除了用一只眼睛观察周围的世界，更应该用另一只眼睛来审视自我。”

这就是答案。人最难了解的是自己，所以情场上最大的敌人也是自己。你是什么样的性格，就会有怎样的爱情命运。学会审视自己，对女人来说很重要。你要先学会审视自己，通过严格的自省批评，公正的赞许

评价来慢慢了解自己，知晓男人眼中自己的闪光点及缺陷。了解自己是每一个成功女人踏出的第一步。清楚自己到底是个什么样的女人后，才能决定感情下一步的行动，从而行之有效，言之得体，收到事半功倍的效果。学会审视自己，学会察言观色，学会三思后行。你很快就会对自己得出一个初步的判断，明白自己的长处及软肋。一个旧我浮出水面后，为了打赢一场爱情攻坚战，我们又必须开始一个打破自我到重塑自我的过程。你想要获取主动权，就得先战胜自己，你若连自己都无法控制，还谈什么操纵男人？这种经常性的自我审视对每个不了解自己的女人来说都很必要。常常审视自我，打破故旧，于其中重新创造一个崭新而完整的灵魂。

说起好女人，类型有很多。这个世界上从来没有一种性格会比另一种优等，所以不管你是哪种类型，你都可以成为完美女人。女人不必为了迎合某一个男人的口味磨平自己性格的棱角，尤其不能在关键的时刻，由于意志的不坚定或一时的头脑不清晰，轻易失去自我。不可否认，“自己”肯定会有这样或那样的不足，甚至有很多令人不喜欢之处。这些不足如果在那些关键的时刻被“自己”意识到并被当作失去信心的理由，失去自我的时候就到了。一个失去自我的女人是没有人爱的，你连自己都放弃了，还指望男人来爱你吗？

审视自己，了解自己，把握自己，把握爱情。当你了解自己继而战胜自己的时候，你幻想的理想爱情也就不再遥远。



LOVE 爱情自测题

你是什么类型的女人？

你来到南非度假，闺中密友请你给她带来某个品牌的钻石项链。你到了南非看见很多珠宝店，也心动买一个钻石戒指给自己，但是如何判断钻石的等级和真伪不太有经验，这时候你会选择？

- A.和朋友买同一个品牌。
- B.既然人在南非，不妨选择当地人推荐的珠宝品牌。
- C.货比三家仔细考虑后选择一个适合的。
- D.选择一个国内没有的品牌。

测试结果：

选择A：你是一个比较客观和随缘的女孩，对于恋爱交往的对象没有一定的条件，而是抱着随缘的态度，这样的你很容易开始新恋情，大部分时候只要没什么特别不顺眼的地方，你都能接受追求者的邀约。要提醒你的是，请睁大眼睛观察他，以免一见钟情之后再后悔。

选择B：你就像是《大韩拜金女》中的女主角一样，对于男性的金钱价值颇为在意，你认为金钱所带来的安全感远比共同打拼来得重要，你选择的男友会是个经济条件不错的男性。

选择C：你是一个知性劳碌的女能人，或许是上一任男友长得太帅却不适合居家过日子，让你有“帅男不要交往”的前车之鉴，现在的你不会苛求男生的长相，而是注重心灵、精神方面的契合，因此有内涵的类型才敢和你攀谈，交往之初也多和你讨论一些工作上的话题。

选择D：你就像一个外貌俱乐部成员，即使目前没有男友，你对于异性的外在条件仍然有要求，太矮、太胖、秃顶的男性通通都pass了，如果没有那种看了就赏心悦目、脸上帅得发光的男性，你宁可孤家寡人，期待 handsome 的白马王子出现！



女人最重要的是什么？

女人不能不重视美貌。大家初见时正是凭此留下印象，如孔雀开屏炫耀靓丽的羽毛，天生的美丽是上天的恩赐，如“颦儿才貌世应稀”，是不可忽视的珍宝。

女人不能不重视身材。在街上，回头率最高的是拥有魔鬼般身材的女子，一个拥有美丽身段且婀娜多姿的女人，总会让男人怦然心动。

女人不能不重视智慧。智慧与聪明二者是有区别的。聪明是敏感、尖锐的、精巧的，如小溪从山涧中蹦跳穿行而过；而智慧是博爱、包容、宽大的，如广阔的海洋，自有它汪洋的气势与胸怀。年轻的女孩往往容易局限于“小聪明”，而大智慧并不易得，这需要岁月的积淀与人生的历练。生活中不乏那种女人，非常成熟而体贴，懂得关照他人，也有非常纯真与自然的一面，与她相处总是非常舒服，这就是她逐渐汲取了生活的智慧，而且把这些转化为自身所有。这样的女人是最可贵的。几乎没有人喜欢自作聪明的女人。一个愚蠢的女人强做聪明是可厌的，而聪明的女人最好要学会装“傻”。